राजपुर साप्ताहिक

वर्ष १ अङ्क ४ २०८० कार्तिक १७ शुक्रबार

सम्पादकीय

विकास तथा समृद्धिका लागि शान्ति र सुरक्षा आजको अपरिहार्य आवश्यकता बनिसकेको छ। शान्ति विना कुनै पनि क्षेत्र तथा रास्ट्रको विकासको कल्पना समेत गर्न सकिदैन । जहाँ शान्ति हुन्छ, त्यहाँ स्वतः विकासमूलक कार्यक्रमहरू विस्तार भएर जान्छन् । शान्तिलाई नै विकासको जग मान्न सकिन्छ । शान्ति र विकास यस्ता दुई पाटा हुन् जसको एकार्कासँग नजिकको सम्बन्ध रहेको हुन्छ । तर नेपाल जस्तो विकाशिल देशमा शान्तिको अभाव रहेको छ ।

अहिले पनि हाम्रो समाज हिंसा र विभेदको चक्रव्यूहमा जेलिएकै छ । साधन र स्रोतहरुको न्यायपूर्ण विभाजन हुननसक्दा समाज अव्यवस्थित बन्दै गएको छ । शान्तिको अपेक्षा स्वाभाविक भए पनि त्यसलाई खल्बल्याउने तत्वहरु हाबी हुँदा शान्तिले ढुक्कसँग सास फेर्न पाएको छैन । हिंसाहरु अर्को नयाँ हिंसा उत्पादन गर्ने संयन्त्र हुन् । देशमा हिंसाको रुपमात्रै परिवर्तन भैरहेको छ, तर त्यसको असर भने न्यूनीकरण भएको छैन। मूलतः सशस्त्र संघर्षको अन्त्य हुनु भनेको शान्तिको आधार तयार हुनु त हो, तर त्यसका रुप र सारहरु अनेक प्रकारले अहिले पनि देखा परिरहेको अवस्थामा शान्तिप्रति रहेको जोखिमलाई कम आकलन गर्न सकिँदैन। शान्ति प्रक्रियालाई सार्थक तुल्याउने हो भने सशस्त्र द्वन्द्वजस्ता क्रियाकलाप जन्माउने आधारहरुलाई सम्बोधन गर्नुपर्छ । यस्तो गर्न सकेको खण्डमा मात्र देशमा विकास र समृद्धि हासिल गर्न सकिन्छ । अन्यथा द्वन्द्व र अशान्तिका कारण कहिल्यै पनि विकास र समृद्धि हुन सक्दैन ।

प्रकाशक

राजपुर गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

गंगदी, दाङ

लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

दुधमा आत्मनिर्भर बनाउन राजपुरमा भकारो सुधार ।

❖ **शिव राज खनाल**

शिवराज खनाल

देउखुरी, १६ कार्तिक । बालीघरे प्रथा आरन पेसामा आबद्ध भएका बिरलै भेटिन्छन् । कुनै समुदायको पुरानो परम्परागत यो पेसा त्यो समुदायको पहिचान समेत बनेको थियो तर यो पेसाप्रति पछिल्लो पुस्ता आकर्षित भएन । रोजगार वा देशविदेशको मोहले छोएको युवा पंक्ति उतै सोझियो र पुख्यौली पेसा ओझेलमा पर्दै गयो ।

पछिल्लो समय यो पेसा लोप हुने अवस्थामै पुगेको छ । आरन पेसामा दुःख बढी तर आम्दानी कम देख्ने युवा पंक्ति पेसामाथि निर्भर हुनै चाहेन । फलतः आफ्नो पुख्यौली पेसाबाट दलित समुदाय अलग बन्दै गइरहेको छ । बिरलै यो पेसामा आबद्ध भएका देखिनेमध्यका एक हुन्, राजपुर गाउँपालिका–२ बेला निवासी ६० वर्षीय सुकलाल विश्वकर्मा ।

आफ्नो पुख्यौली पेसाप्रतिको प्रेम र घरबार धान्न यो पेसाबाट उनी अलग हुन सकेनन् । फलतः यसै पेसाबाट उनले आफ्नो गर्जो टारिरहेका छन् । ५ दशकदेखि आरने बनेर समाजमा सेवा गरिरहेका विश्वकर्माका लागि यो पेसा आयस्रोतको बलियो आधार पनि बनिदिएको छ । विश्वकर्मा भन्छन्, 'पछिल्लोे समय मासिक ६० हजार रुपैयाँ कमाइ भइरहेको छ ।'

विश्वकर्माले पहिला घरघर पुगेर भाँडा पिट्थे । यसो गरेवापतको ज्याला उनले अन्नपात पाउँथे । यसरी घरघर जाँदा उनको आम्दानी कम हुन्थ्यो । पछि घरमै बसेर आरन व्यवसाय चलाउने निर्णय लिए । अहिले मनग्य आर्थिक लाभ मिलेको उनको अनुभव छ । 'पहिले घरघरमा गएर भाँडा पिट्ने काम गर्दा उठेको अन्नबालीले घरपरिवार चलाउन धौ–धौ हुन्थ्यो', उनले भने, 'अहिले घरमै बसेर भाँडा बनाउने तथा पिट्ने काम गर्दै आएको छु, घरमै काम गर्दा पैसा पनि राम्रै बचत हुन्छ ।' सुकलालले खुकुरी, हँसिया, कुटो, कोदालो, फरुवा, बञ्चरो, दावा, खुर्पालगायतका घरायसी कृषि औजार बनाउनुका साथै पुराना भाँडालाई पिटेर धार लगाउने काम गर्दै आएका छन्।

त्यसोत सुकलाल छिमेकीका लागि मात्र हतियार बनाउँदैनन्, पिट्दैनन् । उनले आफ्नै 'ब्राण्ड' समेत कायम गरेका छन् । उनले 'बेला' नामक खुकुरीको आफ्नै ब्रान्ड स्थापित गरेका छन् । यो खुकुरी दाङका विभिन्न बजारसँगै सल्यान, रोल्पा र प्युठान जिल्लाका प्रमुख सहरमा जाने गरेको उनी बताउँछन् ।

आगोको ताप र रापले गर्दा आरन पेसामा दुःख बढी हुने भए पनि पुख्यौली पेसाको संरक्षणसँगै राम्रो आम्दानी हुने भएपछि निरन्तर काम गर्दै आएको उनी बताउँछन् । 'पहिले सामान्य रूपमा घरपरिवार पाल्न मात्र आरन पेसा गरियो', उनले भने, 'अहिले त स्थानीय तहले पनि सहयोग गरेका छन् । घरमै बसेर काम गर्दा आम्दानी राम्रै हुन्छ।'

सुकलाललाई आरनका लागि राजपुर गाउँपालिकाले आधुनिक उपकरण सहयोग गरेको छ । गाउँपालिकाले मेसिन सहयोग गरेपछि काम गर्न सजिलो भएको उनी बताउँछन । 'पहिले त निकै गाह्रो हुन्थ्यो, कोइला फुक्नु पर्थ्यो', उनले भने, 'अहिले गाउँपालिकाबाट बिजुलीबाट चल्ने मेसिन पाएको छु, दुःख कम छ ।' सुकलाल आफूले बनाएको एउटा खुकुरी पाँच हजारदेखि २० हजार रुपैयाँसम्ममा बिक्री हुने गरेको बताउँछन् । यसैगरी अन्य सामग्री पनि एक सयदेखि एक हजार रुपैयाँ सम्ममा बिक्री हुने गरेको बताउँछन् ।

बढ्दो उमेरसँगै कोइलाका लागि जङ्गल जानु पर्ने बाध्यता र वनमा रुख काट्न नपाइने भएकाले काम गर्न भने केही समस्या भएको उनी बताउँछन् । 'आरन पेसा गर्नेले छोड्दै जाँदा एक्लै भएकाले पनि आम्दानी चाहिँ बढेको छ', उनले भने, 'तर काम गर्न धेरै दुःख छ । जङ्गलमा गएर रुख काटी जलाएर कोइला बनाउनु पर्छ तर सामुदायिक वनका मान्छेले काठ काट्न नदिँदा अहिले कोइला पाउने समस्या छ ।

बस्ने घर नै खोरका रूपमा प्रयोग हुदा मानव स्वास्थ्यमा असर त पर्छ नै, जमिनमा बस्ने तथा दिसा–पिसाब पनि नतर्कनाले बाखाको स्वास्थ्यमा पनि असर गर्छ । यसले बाखालाई विभिन्न रोग लाग्ने र उत्पादन पनि त्यति राम्रो हुँदैन । आधुनिक खोर भए संगै किसानले राम्रो लाभ लिन सक्ने निश्चिति छ ।

राजपुर गाउँपालिकाको बजार अनुगमन प्रभावकारी

श्रवण कुमार यादव

राजपुर। चाडपर्व नजिकिँदै गएपछि देउखुरीको राजपुर गाउँपालिकाले स्थानीय बजार बेलामा अनुगमन गरेको छ ।

संघीय संरचनामा बजार अनुगमन गर्ने जिम्मा स्थानीय तहको हो । चार महिनाको एकपटक स्थानीय तहले बजार अनुगमन गर्नुपर्ने प्रावधान छ । स्थानीय तहका उपाध्यक्ष र उपप्रमुखलाई अनुगमन प्रमुखको जिम्मेवारी पनि तोकिएको छ । यसै अनुरूप राजपुर गाउँपालिकाले बजार अनुगमनमा तिब्रता दिएको छ। पालिकाले शुक्रबार पालिका भित्रका पसल तथा बजारमा अनुगमन गरेर म्याद गुज्रिएका खाद्यवस्तुहरु बरामद गरि नष्ट गरेको हो ।

अनुगमन गर्दा मुल्य सुचि भए नभएको, पसलको साइन बोर्ड भए नभएको, पसल दर्ताको अवस्था, नवीकरण भए नभएको, पसलको छाप र बिलको अवस्था, पान र भ्याट दर्ताको अवस्था, ग्यास सिलिन्डरको तौल, खाद्य बस्तुको म्याद गुज्रिने मिति, म्याद गुज्रिएको बस्तुको भण्डारण तरिका आदि लगाएतको बारेमा बुझिएको राजपुर गाउँपालिका उपाध्यक्ष धनपती देवी यादवले बताउनु भयो। उहाँले स्थानीय प्रशासनले म्याद गुज्रेका, सडेगलेका, अखाद्य वस्तु बिक्री गर्दै आएका तथा विना इजाजत व्यवसाय सञ्चालन गरिरहेका माथि कडाइ सुरु गरेको भन्नुभयो।

त्यस्तै अनुगमनमा राजपुर गाउँपालिका अध्यक्ष शरद कुमार बुढाथोकी, उपाध्यक्ष धनपती देवी यादव, राजपुर गाउँपालिका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विष्णु प्रसाद पाण्डे, वडा नं २ का वडा अध्यक्ष ओम प्रकाश यादव, प्रहरी चौकी बेलाका इन्चार्ज रकम बहादुर खड्का, सूचना प्राविधिक शरद रेग्मी, महिला-बालबालिका शाखाका सहायक दुर्गा यादव, रोजगार सहायकका पुरन प्रसाद यादव, सञ्चारकर्मी, गाउँपालिका कर्मचारी लगायतको सहभागिता रहेको थियो। अनुगमनलाई आगामी दिनमा पनि निरन्तरता दिइने पालिकाले जनाएको छ ।

बाल प्रतिभा स्तम्भका लागि अनुरोध

भाइबहिनीहरु, तपाईंहरुले चित्र बनाउँदा सेतो कागज (ह्वाइट पेपर) वा ड्रइङ पेपरमा बनाउनु होला। धर्सा भएको कापीमा बनाएको तस्बिर छाप्न योग्य हुँदैन।

चित्रको तल सानो अक्षरमा आफ्नो नाम, उमेर, कक्षा र विद्यालयको नाम लेख्न नभुल्नुहोला।

दाङ राजपुर गाउपालिका वडा नम्बर २ बेलामा रहेको ऐतिहासिक धार्मिक स्थल सोमइथान मन्दिरः फोटो फिचर

गजल

आमा

नारायण ओली

मलाई सम्झेर आज त भात लगायौ रे आमा।
कहाँ गयौ ? खान आउ साँझ डगायौ रे आमा।

साह्रै सम्झेकी थियौ रे सुसेली हाल्दै मलाई नै,
रुँदा रुँदै आँखामा आँसु खास बगायौ रे आमा।

मेरो बाटो कुर्दा कुर्दै आत्तिएजस्तो लाग्छ आज,
साँझमा मेरो झल्को मुटुमा बास बसायौ रे आमा।

आमाले घर आउ भनी बार-बार बोलायौ मलाई,
आज छोराको मुख देख्ने आस खसायौ रे आमा।

खट्दै थिएँ अझै प्रदेशी बनी आज फाँसी चढाए,
छोरा भन्दै निर्जीव मुर्दा लास समायौ रे आमा।

मुक्तक

सिंहदरबार

निर्मल खड्का निर्जल

खै कहिले गाउँ गाउँमा सिंहदरबार आउँछ
बिरामी मरिसकेपछि स्टेचर उपहार आउँछ।

आशा नमार्नुहोस् पीडित जनता अझै पनि
फेरि पाँच बर्षपछि नेताबाट नमस्कार आउँछ।

गजल

मनले जोडेको नाता

चित्रा बस्नेत

मनले जोडेको नातामा रहर देखिने रै'छ
बाध्यात्मक त्यो बन्धनमा कहर देखिने रै'छ।

मिलेर दुई मन मुटु बस्ने सुन्दर संसार
झुपडी पनि त आलिसान घर देखिने रै'छ।

तर्दा दु:खका भेलहरु जोडेर हातहरुलाई
जङ्गार पनि त साथी नहर देखिने रै'छ।

पलपल चिन्तित भइदिने उनकै बिषयमा नै
प्रेममय जिन्दगी हर प्रहर देखिने रै'छ।

नमिल्दा दुई मन मुटु यी रेटेर हृदयलाई
अमृत दिदा नि साँच्चै त्यो जहर देखिने रै'छ।

दाङ

काल्पनिक

प्रदीप खड्का

जिन्दगीमा कहिलेकाहीँ मर्न मन लाग्छ
आज आफूले आफैलाई हर्न मन लाग्छ।

सुन्दरता यो भित्र कसैको आँखा लाग्यो
गिद्दे यो नजर देखि डर्न मन लाग्छ।

जहाँ छ रङ्गीन संसार मेरो ठूलो चाहना
सुसेलेर त्यो छाँगाबाट झर्न मन लाग्छ।

काँगुनी त्यो छरेर जाल फिंजाएका हुन्छन्
नर्कमा भन्दा स्वर्गमा चर्न मन लाग्छ।

जिन्दगीमा कहिलेकाहीँ मर्न मन लाग्छ
आज आफूले आफैलाई हर्न मन लाग्छ।

दाङ हाल : पोर्तुगल

लोकसेवा आयोग, शिक्षक सेवा आयोग, हाजिरी जवाफ प्रतियोगिताका लागि उपयोगी

१. प्रदेश सभामा देशकै पहिलो महिला सभामुखमा चयन हुने नेता को हुन् ?

- **नन्दा गुरुङ (कर्णाली प्रदेश, नेकपा एमालेबाट समानुपातिक)**

— प्रदेश सभाको २०७९ माघ १ मा बसेको बैठकमा सत्तारूढ गठबन्धनकी उम्मेदवार गुरुङले २४ मत प्राप्त गरी कर्णाली प्रदेशको दोस्रो सभामुख र नेपालको इतिहासमै प्रदेश सभामा पहिलो महिला सभामुख बन्न सफल। प्रदेश सभाको पहिलो कार्यकालमा सात वटै प्रदेशमा सभामुख पुरुष चुनिएका थिए।

२. मधेश प्रदेश सभाको सभामुखमा को निर्वाचित भएका छन् ?

- **रामचन्द्र मण्डल**

— वि.सं. २०७९ माघ ३ को बैठकमा सहभागी १०३ जना सदस्यमध्ये मण्डल (धनुषा निर्वाचन क्षेत्र १ (१), एमाले) को पक्षमा ७४ र विपक्षमा २९ मत परेको। त्यस्तै प्रदेश सभाको उपसभामुखमा जनमत पार्टीका प्रदेश सभा सदस्य बबिताकुमारी इसर निर्वाचित भएकी। उनले माघ ३ मा बसेको तेस्रो बैठकमा उपस्थित १०१ मध्ये ७२ मत प्राप्त गरेकी।

३. राजधानीबाट सबैभन्दा नजिक राष्ट्रिय निकुञ्ज भएको देश कुन हो ?

- **नेपाल**

— सन् १९७२ मा आरक्षका रूपमा स्थापना भई सन् २००० (वि.सं. २०५८) मा निकुञ्जमा परिणत भएको शिवपुरी राष्ट्रिय निकुञ्जको क्षेत्रफल १४४ व.कि.मि. रहेकोमा वि.सं. २०६५ पौष २३ मा नागार्जुन क्षेत्रको १५ व.कि.मि. क्षेत्रफल गाभी यसको क्षेत्रफल १५९ व.कि.मि. कायम भएको ।

— वि.सं. २०२९ मा राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा वन्यजन्तु संरक्षण ऐन जारी भएको ।

— नेपालमा सर्वप्रथम स्थापना भएको राष्ट्रिय निकुञ्ज चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज (वि.सं. २०३०) हो।

— विश्व सम्पदा सूचीमा सूचीकृत नेपालका दुई राष्ट्रिय निकुञ्ज चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज र सगरमाथा राष्ट्रिय निकुञ्ज हुन्।

— नेपालको सबैभन्दा ठूलो राष्ट्रिय निकुञ्ज शे—फोक्सुन्डो (३५५५ व.कि.मि.) र सबैभन्दा सानो रा.नि. रारा (१०६ व.कि.मि.) रा.नि. हुन्।

— बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज सुरुमा कर्णाली वन्यजन्तु आरक्षका रूपमा स्थापना भएको। पछि बर्दिया वन्यजन्तु आरक्ष नामकरण गरियो भने वि.सं. २०४५ मङ्सिर २० मा बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्जका रूपमा घोषणा भएको।

— अमेरिकी संस्था वल्डल्यान्डको सहयोगमा स्थापना भएको राष्ट्रिय निकुञ्ज मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्ज हो।

— विश्व राष्ट्रिय निकुञ्ज सम्मेलन प्रत्येक १० वर्षको अन्तरालमा गर्ने गरिन्छ।

४. सङ्घीय संसद् प्रतिनिधि सभाको उपसभामुखमा चयन हुने नेता को हुन् ?

- **इन्दिरा राना**

— प्रतिनिधि सभाको उपसभामुखमा सत्ता गठबन्धनका साझा उम्मेदवार राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीकी सांसद इन्दिरा रानामगर निर्वाचित। २०७९ माघ ७ मा बसेको प्रतिनिधि सभाको बैठकमा रानाको पक्षमा १६६ जना सांसदले समर्थन जनाएका थिए भने विपक्षमा ९७ जनाको मत परेको थियो। सामाजिक सेवाबाट राम्रो परिचय बनाएकी रानामगर सक्रिय राजनीतिमा संलग्न भएको तीन महिनामै सङ्घीय संसद् प्रतिनिधि सभाको उपसभामुख बन्न सफल भएकी छिन्।

गोरखापत्र दैनिकबाट साभार

आयुर्वेद चिकित्सा : सम्भावना र चुनौती

आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति हाम्रो सभ्यता, संस्कृति एवं जीवनका परम साध्य धर्म, अर्थ, काम, मोक्षसँग सान्निध्य राख्ने पद्धति हो। मानवलगायत सम्पूर्ण प्राणीको स्वास्थ्यको सम्वर्द्धन एवं रोगहरुको निवारणका लागि निरन्तर प्रेरणा दिने, आफू पनि बाँच्ने अरुलाई पनि बचाउने शिक्षा दिने विद्या भनेको आयुर्वेद हो।

आयुर्वेदले प्राणी मात्रको स्वास्थ्यको सम्वर्द्धन लागि एकातिर अश्वायुर्वेद, हस्त्यायुर्वेद, वृक्षायुर्वेदको रुप लिएको छ। त्यस्तै कायचिकित्सा, शल्य, शालाक्य, कौमारभृत्य, रसायन, वाजीकरण, भूतविद्या, अगदतन्त्र पहिलेदेखि प्रसिद्ध आठ अंगहरुका स्थानमा यसले द्रव्यगुण, रसशास्त्र, भैषज्यकल्पना आदि उप अंगहरुको पनि विकास गर्दै आएको छ।

आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति प्राचीनकालदेखि नै स्वस्थ, सवल, रोगमुक्त जीवनको चिन्तनद्वारा आरोग्य स्थापनाका निमित्त स्थापित छ। मंगलदायी प्रेरणाको मूलको रुपमा प्रसिद्ध दिव्यौषधिहरुको भण्डार हिमालयको काखमा अवस्थित हाम्रो देश नेपाल यस निम्ति धन्य रहेको छ।

हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्। मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते।। च.सू.१।४१।।
जुन शास्त्रमा हितायु, अहितायु, सुखायु, दुःखायु यी ४ प्रकारका आयु र आयुका लागि हित अर्थात पथ्य, अहित अर्थात अपथ्य, आयुको मान (प्रमाण र अप्रमाण) र आयुको स्वरुप बताइएको हुन्छ त्यसलाई आयुर्वेद भनिन्छ।

यतश्चायुष्याणी अनायुष्याणि च द्रव्य गुणकर्माणि वेदयति अतोअपि आयुर्वेदःच.सं.सू.३०।२३

यस शास्त्रले आयुष्य (आयुको सुरक्षा र सम्वर्द्धन गर्ने) हित द्रव्य, गुण र कर्मका साथ अनायुष्य (आयुको ह्रास वा नाश गर्ने) अहित द्रव्य, गुण र कर्महरुको जानकारी दिन्छ, त्यसैले यसलाई आयुर्वेद भनिन्छ।

प्राचीनकालदेखि नै आयुर्वेद क्षेत्रसँग परिचित र त्यसका प्रयोगकर्ता ऋषिमुनिहरुको आश्रयस्थल नेपाल रहेको छ। आयुर्वेदीय चिकित्साअन्तर्गत प्रयोग हुने दैवव्यपाश्रय एवं युक्तिव्यपाश्राय औषधहरुको प्रयोगको परम्परा यहाँ आज पनि व्यापक रुपमा कायम रहेको पाइन्छ।

अतीतकालमा आयुर्वेद आप्तोपदेश तथा विद्वानहरुको चिन्तन एवं अनुभवको आधारमा विकसित हुँदै आएको हो। यसको प्रयोगात्मक परिपाटी निकै विस्तृत भए तापनि आजको वैज्ञानिक चिन्तन र प्रयोगको परिपाटीबाट त्यसको स्पष्ट रुपरेखा विद्वानहरुले प्रस्तुत गर्न नसक्दा, आयुर्वेद क्षेत्रको जुन रुपमा विकास र विस्तार हुनुपर्ने हो, त्यो हुन सकेको छैन।

आयुर्वेद चिकित्सालाई नेपालको राष्ट्रिय चिकित्साअनुरुप विकास गर्न विषयगत अनुसन्धान तथा प्रयोगका साथै विज्ञहरुको सभामा संवाद, विचार विमर्श, संशोधन परिष्कारसहित विशिष्ट शोधग्रन्थहरुको प्रकाशन तथा वितरणसँगै सामाजिक तथा संस्थागत प्रतिबद्धता सहित कार्ययोजना, आर्थिक व्यवस्थापन समेत चाहिन्छ। साथसाथै सरोकार सम्पूर्णले गुणस्तर, व्यावसायिकता, भौगोलिक सन्तुलन र सामाजिक न्याय कायम गर्ने उद्देश्य समेत बोक्नुपर्छ।

आयुर्वेद जीवनको ज्ञान हो र आयुर्वेदको उद्देश्य रोगको उपचार गर्नु मात्र नभई स्वस्थ व्यक्तिको स्वास्थ्यको रक्षा गर्नु पनि हो। नेपालमा वैज्ञानिक तवरबाट अध्ययन अध्यापन, सिप अभिवृद्धिको प्रशिक्षण हुने र विभिन्न विधामा विशेषज्ञ सेवा पनि उपलब्ध भएकाले तथा आयुर्वेदका औषधिहरु विभिन्न ट्राइल, रिसर्च, ल्याब्रोटरी इभ्यालुएसनसहित मानव जीवनको सुरक्षालाई

ध्यानमा दिएर बनाइएको हुँदा, आयुर्वेदले रोगीको जीवनमा सकारात्मक भूमिका खेल्ने कुरामा दुईमत छैन।

जण्डिस, ग्यास्ट्राइटिस, पाइल्स, फिस्टुला आदिले मात्र नेपाली समाजमा चिनिएको आयुर्वेदमा अथाह रोगहरुको उपचार सजिलै हर्बल तथा हर्बो मिनरल औषधि र थेरापीहरुका माध्यमबाट हुने कुरा सबैले बुझ्नु जरुरी छ। जस्तैःहेपाटाइटिसको आयुर्वेद उपचार यसरी हुन्छ- आयुर्वेद वात, पित्त र कफको त्रिदोष सिद्धान्तमा आधारित छ र कलेजो पित्तको स्थान हो।
तसर्थ कलेजोको रोगहरुमा पित्तशामक औषधि(आरोग्यवर्धनी वटी, लोकनाथ रस, लिभ ५२, एम्लिकेएर आदि), पञ्चकर्म-विरेचन(दिशा पातालो बनाउने) र पित्तशामक आहारविहार(फलफूलको रस पर्याप्त खाने, आराम गर्ने) बाट उपचार गरिन्छ।
त्यस्तै नसर्ने रोगहरुका लागि १८ र खानपानमा समेत नियमन गर्न आयुर्वेदमा ऋतुचर्या, दिनचर्याको समेत वर्णन गरिएको छ।
आयुर्वेदमा रोगका कारणहरुमा प्रज्ञापराध, असात्म्यइन्द्रियार्थसंयोग र परिणाम छन्। धी, धृति र स्मृति भंग भएर गरिने अशुभ कर्मलाई प्रज्ञापराध भनिन्छ र यसको निवारण यौगिक परामर्शबाट गर्न सकिन्छ।

त्यस्तै दीर्घकालीन रोगहरुमा बिरामीहरुमा नैराश्य, तनाव र मानसिक समस्याहरु थपिन्छन् र त्यसका लागि आयुर्वेदमा मनलाई नियन्त्रण गरेर गरिने उपचार पद्धति पनि छ जसलाई सत्वावजय भनिन्छ। अतः चारैतिरबाट उपचारमा हार खाएपछि मात्र अन्तिम विकल्पका रुपमा आयुर्वेद चिकित्सा अपनाउनुभन्दा प्रारम्भिक अवस्थामा नै यसको महत्व बुझ्न सके उपचार पद्धति प्रभावकारी बन्नुका साथै बिरामीले समेत कष्ट व्यहोर्नु पर्दैन।

समदोषः समाग्निश्च समधातुमलाक्रियः।
प्रसन्नात्मेन्द्रीयमनःस्वस्थ्य इत्यभिधियते।सुश्रुत।
शरीरका विभिन्न प्रक्रियाहरु जस्तै दोष, अग्नि, धातु, मल क्रियालाई, सम अवस्थामा राखी आत्मा, इन्द्रीय र मन प्रसन्न राख्नु वा आफ्नो सच्चिदानन्द स्वरुपमा फर्कनु नै स्वास्थ्य हो। जसका लागि पनि आयुर्वेद अपरिहार्य छ।

ऋषिमुनिहरुको शाश्वत चिन्तन र साधनाबाट मानवजातिकै आदिम सभ्यतासँगै विश्वभरि फैलिएको सर्वप्राचीन जीवनविज्ञान वा चिकित्सा विधा आयुर्वेद, आजको आवश्यकता हो भन्ने कुरा नकार्न सकिदैन। आयुर्वेद क्षेत्रको समसामयिक र अपेक्षित सुदृढीकरणका लागि देशका संघीय संरचनाअनुसार स्थानीय निकायहरुले जडिबुटीलगायत आधिकारिक स्रोतसाधनको परिचालन गर्नु जरुरी छ।

मौलिक राष्ट्रिय चिकित्सा प्रणाली आयुर्वेदको अझ विकास र विस्तारका लागि सरकारी स्तर, दातृनिकाय, निजी क्षेत्र र आयुर्वेद सम्बद्ध सबै सरोकार वाला निकायहरु समयमै जवाफदेही हुनु नितान्त जरुरी छ।

(जुनियर इन्टर्न, चिकित्साशास्त्र अध्ययन संस्थान, ब्याचलर अफ आयुर्वेदिक मेडिसिन एन्ड सर्जरी)

राजपुर गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

गंगदी, दाङ

जनहितमा जारी सन्देश

- जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइसराइँ, सम्बन्ध विच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटनाहरु सम्बन्धित वडा कार्यालयमा गइ ३५ दिनभित्रै दर्ता गराऔं ।
- आफूले तिर्नु/बुझाउनु पर्ने घर जग्गा कर, मालपोत कर, व्यवसाय कर लगायतका कर तथा शुल्कहरु समयमै बुझाउने बानी बसालौं ।
- सार्वजनिक स्थलहरुमा जथाभावी फोहोर नफालौं, आफ्नो घर आँगन सफा राखौं र फोहरको उचित व्यवस्थापन गरौं ।
- आफ्नो वरपर सञ्चालनमा रहेका विकास निर्माण कार्यहरुमा सहभागी हुँदै रेखदेख गरौं ।
- आफ्ना नानी -बाबुहरुको शिक्षा, स्वास्थ्यमा ध्यान पुऱ्याऔं ।
- विद्यालय जाने उमेर समूहका बालबालिकाहरुलाई विद्यालय पठाऔं, आफ्नो समुदाय र विद्यालयहरुलाई बालमैत्री बनाऔं ।
- गाउँघरमा रहेका पुराना पोखरीहरुको संरक्षण गर्दै थप नयाँ पुनर्भरण पोखरीको निर्माण गरी पानीका मुहानहरुको संरक्षण गरौं ।
- बालविवाह सामाजिक अपराध भएकाले २० वर्षपछि मात्र विवाह गरौं र गराऔं ।
- सार्वजनिक सम्पत्ति, ऐतिहासिक, पुरातात्विक सम्पदाहरुको संरक्षण गरौं ।
- वनमा आगलागी हुन नदिन सावधानी अपनाऔं ।
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु, असहायहरु, जेष्ठ नागरिकहरु र बालबालिकाहरुलाई आवश्यक सहयोग गर्ने बानी बसालौं ।
- व्यवसाय सञ्चालन गर्दा गाउँपालिका वा सम्बन्धित निकायमा अनिवार्य दर्ता गराइ सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- प्राविधिक सल्लाह बमोजिम उन्नत बीउबिजनको प्रयोग गरी कृषिजन्य वस्तुको उत्पादन तथा उत्पादकत्व वृद्धि गरौं ।
- घरेलु हिंसा, लैङ्गिक हिंसा, जातीय भेदभाव लगायतका सबै प्रकारका भेदभाव र हिंसाको अन्त्य गरौं ।
- प्लास्टिक जथाभावी नफालौं, प्लास्टिकको न्यून प्रयोग गरौं, प्लास्टिकमुक्त गाउँ बनाउने अभियानमा सबैले सहयोग गरौं ।

दिपावली तथा तिहार २०८० सालको
पावन अवसरमा गाउँपालिकावासी एवं
स्वदेश तथा विदेशमा रहनुहुने सम्पुर्ण
नेपालीजनहरुमा सुख शान्ति र समृद्धिको
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।
शरद कुमार बुढाथोकी
अध्यक्ष
राजपुर गाउँपालिका परिवार
गंगदी, दाङ
HAPPY
Diwali
FESTIVAL OF LIGHTS

दिपावली तथा तिहार २०८० सालको
पावन अवसरमा गाउँपालिकावासी एवं
स्वदेश तथा विदेशमा रहनुहुने सम्पुर्ण
नेपालीजनहरुमा सुख शान्ति र समृद्धिको
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।
धनपति देवी यादव
उपाध्यक्ष
राजपुर गाउँपालिका परिवार
गंगदी, दाङ
HAPPY
Diwali
FESTIVAL OF LIGHTS

उपभोक्ता तथा व्यापारी वर्गमा राजपुर गाउँपालिका, दाङको अपिल !

१) कारोबार स्थलमा साइनबोर्ड, मूल्य सूची भए नभएको हेर्ने बानी बसालौं । प्याकिङमा अधिकतम् खुद्रा मूल्य (MRP), उपभोग्य अवधि (Best Before BB) हेरेर मात्र सामान खरिद गरौं ।

२) प्याकिङ सामानमा लेबल, उत्पादकको नाम, ठेगाना, वस्तुको ब्याच नम्बर, तौल, उत्पादन मिति र उपभोग्य मिति हेरेर मात्र सामान खरिद गरौं ।

३) उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति नभएको वा केरमेट गरेको वा पुनः लेबलिङ गरेको वस्तु खरिद नगरौं ।

४) औषधी तथा औषधिजन्य पदार्थहरको प्याकिङमा उपभोग्य मिति र प्रयोग गर्ने तरिका छ/छैन हेर्ने बानी बसालौं ।

५) वस्तु उत्पादन गर्दा प्रयोग भएका कच्चा पदार्थ, भण्डारण विधि, उपयोग गर्ने तरिका छ/छैन हेर्ने बानी बसालौं ।

६) सामान खरिद गर्दा बिल पाउनु उपभोक्ताको अधिकार हो । वस्तु तथा सेवा खरिद गर्दा अनिवार्य रुपमा प्यान वा भ्याट बिल लिने बानी गरौं ।

७) कमसल उपभोग्य वस्तु वा सेवाको प्रयोगबाट कुनै हानी नोक्सानी भएमा पालिका वा सम्बन्धित जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा उजुरी गरौं ।

८) अखाद्य वा कमसल उपभोग्य वस्तु तथा सेवाको बिक्री वितरण भएमा स्थानीय प्रहरी कार्यालय वा जिल्ला प्रशासन कार्यालय वा नजिकको गाउँ/नगरपालिका वा आपूर्ति व्यवस्थापन तथा उपभोक्ता हित संरक्षण विभागमा उजुरी गरौं ।

९) व्यवसाय दर्ता गरेको व्यवसायीसँग मात्र सामान खरिद गर्ने बानी बसालौं ।

१०) उपभोक्ता हित विपरित हुने कुनै कार्य भएको थाहा भएमा नागरिक खबरदारी गरौं ।

राजपुर गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

गंगदी, दाङ, लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल