Jana Aakash National Weekly
जन आकाश
Jana Aakash National Weekly राष्ट्रिय साप्ताहिक
वर्ष-१५ , अंक- ६, २०७९ साल भदौं १४ गते मंगलबार (Aug 30, 2022) www.janaakash.com.np मूल्य रु १०।-

जन आकाश मिडिया प्रा.लि.बाट प्रशारित
www.janaakash.com.np
अनलाइन सञ्चालन भइरहेको हुँदा तपाइहरुको सल्लाह, सुझाव, व्यवसायिक विज्ञापन आदान प्रदानको लागि विज्ञापन एजेन्सी, कम्पनी, शुभचिन्तक, पाठकवर्ग लगायत महानुभावहरुले निम्न ठेगानामा सम्पर्क गर्न अनुरोध छ ।

जन आकाश युवा कोष स्थापना गर्न लागेको हुनाले उक्त कोषमा रकम जम्मा गरी आफ्नो स्मृतिका नामहरु जोडेर जन आकाशको बार्षिकउत्सवमा पुरस्कार वितरण गर्ने योजना रहेको हुँदा इच्छुक व्यक्ति, संघसंस्थाहरुले सम्पर्क राख्न अनुरोध गरिन्छ ।

सम्पर्कः ४१६७५७८ (बागबजार)
मोबाइलः ९८६१५८८४५६
Email: jana.news2065@gmail.com

देशभर तीजको रौनक, के छ यसको महत्व ?

काठमाण्डौ । तीज हिन्दू नारीहरूले मनाउने एउटा महत्वपूर्ण चाड हो । यो चाड भाद्र शुक्ल द्वीतिया देखि पञ्चमी सम्म ४ दिन मनाइन्छ । तीजमा भगवान शिवको आराधना गरिनुका साथै नाचगान मनोरञ्जन समेत गर्ने गरिन्छ । नेपाली हिन्दू महिलाहरूद्वारा स्वतन्त्र र आनन्दमय रूपमा मनाइने तीज अन्य धर्म र जातजातिका नेपाली महिलाहरूले पनि हर्षोल्लासका साथ मनाउन थालेका छन् ।

भगवान शिवकी अर्धाङ्गीनी हिमालय पुत्री पार्वतीले भगवान शिवको स्वास्थ्य तथा शरीरमा कुनै वाधा उत्पन्न नहोस् भनेर पहिलो व्रत राखेकि थिईन् त्यो दिन यहि हरितालिका तिजको दिन थियो त्यसै दिन आजसम्महिन्दु नारीहरूले यो पर्व मनाउदै आएका छन् ।

यो चाडमा माइतीले (बाबु आमा,दाजुभाइ) छोरी/चेली लाई घरमा बोलाएर मीठा(मीठा परिकार ख्वाउँछने तथा मनका भावना एवं सुखदुख साटासाट गरी एउटै ठाउँमा खाने(बस्ने चलन छ । यहि अवसरमा टाढा ताढा रहेका छोरीचेलीलाई माइतीले बोलाउने र चेलीहरुले पनि माइतीमा आएर आफ्ना आमाजु , बुहारी आमाहरुसँग सँगै ब्रत बसेर रमाउन पाउने पर्वको रुपमा लिदै आएको छ ।

तीजको धार्मिक पृष्ठभूमि

हिन्दू धार्मिक ग्रन्थ अनुसार राजा हिमालयले आफ्नी छोरी पार्वतीको कन्यादान भगवान विष्णुसँग गरिदिने वचन पार्वतीलाई मन नपरे पछि आफूले मन पराएको वर पाउन जङ्गल गएर शिवजीको तपस्या गर्न थालिन् । पार्वतीले तपस्या गरेको एक सय वर्ष पूरा भइ सक्दा पनि आफूले गरेको तपस्याको फल नपाउँदा एक दिन उनले शिव लिङ्गको स्थापना गरी पानी पनि नपिईकन निराहार व्रत बस्न बसिन् ।

यसरी पार्वतीको कठोर व्रतको कारण शिवजी प्रकट भई चिताएको कुरा पुगोस् भनी आशिर्वाद दिए पछि शिव पार्वतीको विवाह हुन पुग्यो । त्यो दिन भाद्र शुक्ल तृतीयाको दिन थियो । सोही तिथीदेखि हिन्दू नारीहरूले यस दिनलाई उत्सवका रूपमा मनाउन थाले र यो तीजको रूपमा मनाउने चलन पौराणिक कालदेखि चल्दै आएको मानिन्छ ।

तर पुराणमा लेखिएको नै अक्षरंश पालना गर्न खोज्दा आजको समयमा व्यवहारिक नभएको हुनाले त्यस्ता निराधार अर्थात पानी पनि नपिइकन ब्रत, आराधना गर्दा कतिपय महिलाहरु वेहोस हुने, सुघर,प्रेसर भएकालाई त झनै जीवन नै जोखिम हुने हुनाले यस्ता अव्यवहारिक निराधार ब्रत नबस्न समाजका चेतनशील नारीहरुले नारी समुदायलाई आग्रह बाँकी ६ पृष्ठमा

अखिल नेपाल प्रगतिशील महिला संघद्वारा तीज कार्यक्रम आयोजना

काठमाडौं । अखिल नेपाल प्रगतिशील महिला संघद्वारा तीज कार्यक्रमको आयोजना गरी सम्पन्न गरेको छ ।

कार्यक्रमको सभापति नेकपा (माले) की स्थाई कमिटी सदस्य सिता खड्का (निलम) ले गरेकी थिइन भने कार्यक्रमका प्रमुख अथिथि सिपी मैनाली रहेका

थिए । कार्यक्रमका विशेष अतिथिहरुमा पार्टीकै स्थाई कमिटी सदस्य तथा जनवर्गीय संगठन बिभाग कुमार वेलवासे रहेका थिए ।

पार्टी मातहतका पोलिट ब्यूरो, केन्द्रीय सदस्यहरु, जनवर्गीय संगठनका प्रतिनिधिहरुको बाक्लो उपस्थितिमा कार्यक्रम शुरु भएको थियो तीजको अवसर मा नारीहरुको महत्वपूर्ण पर्वलाई आमन्त्रित बक्ताहरुले शूभकामना दिदै यस्ता नेपाली मौलिक संस्कृतिलाई संक्षण गर्नुपर्ने धारणा राखेका थिए । भने एक अर्कामा शुभकामना आदान प्रदान गरी मनाइएको थियो ।

तीज विशेष गरेर नारीहरुले मनाउने चाड भएपनि यसको महत्वको लागि सबै बर्गले उत्तिक्कै साथ दिउन भन्ने उदेश्यका साथ बाँकी ६ पृष्ठमा

कृषि कम्पनी लिमिटेडले चौथो बार्षिकोत्सव भव्य गरी मनाउदै

काठमाडौं । मुक्तिनाथ कृषि कम्पनीले चौथो बाषिकोत्सव भव्य बनाउदैछ । भदौ १४ गते मंगलवार काठमाडौंको ईद्रेनी फुटल्याण्ड बसुनधारामा उदघाटन गराई कम्पनीले गरेका प्रगती र नेपालको कृषि क्षेत्रमा गर्न सकिने कामको वारेमा जानकारी दिइने कम्पनीले जानकारी दिएको छ ।

कृषकसँग मुक्तिनाथ र उपभोक्तासँग मुक्तिनाथ अभियान मार्फत कृषि मूल्य श्रृङ्खलामा व्यवस्थापकीय भूमिका निर्वाह गरी नेपालको कृषि अर्थतन्त्रलाई सवल बनाउने अभिप्रायले मुक्तिनाथ बिकास बैङ्क सहित नेपालका विभिन्न व्यवसायिक क्षेत्रमा संलग्न व्यक्तिहरुको लगानीमा वि. स. २०७५ सालमा स्थापित कृषि क्षेत्रको अग्रणी पब्लिक कम्पनी भएको उल्लेख गरेर उक्त कार्यक्रम राखेका जनाएको छ ।

चौथो स्थापना दिवसको अवसरमा कृषिमा विशिष्टकृत वस्तु तथा सेवाहरु प्रदान गरी समग्र कृषि मुल्य श्रृंखलामा व्यवस्थापकीय भुमिका निर्वाह गर्ने अभिप्रायले स्थापना भएको र बीउ, मल, नर्सरी, जडिबुटि, खाद्यान्न, एग्रो मेशिनरी, पशुपन्छि र ट्रेडिङ्ग व्यवसायसंग सम्बन्धित ८ (आठ) वटा सहायक कम्पनीहरुको औपचारिक उद्घाटन समारोह राखेको कम्पनी सचीवले जानकारी दिएका छन् ।

यस कम्पनीका अध्यक्ष भरतराज ढकाल रहेका छन् । उनको नेतृव्वमा कृषि कम्पनीले छोटो समयमा कृषि क्षेत्रमा लगानी गरेर नेपाली उत्पादनलाई प्रोत्साहन गर्ने काम भएको देखिन्छ । थप आठवटा साहायक कम्पनीले कृषि क्षेत्रमा काम गर्दा नेपालका थुप्रै किसानहरु लाभान्वित हुने सम्भावना देखिन्छ ।

मुक्तिनाथ विकास बैकको सफलता पछि भरतराज ढकालले कम्पनीलाई पनि त्यतिकै रुपमा सफलदायी भूमिका निर्वाह गरिरहेका छन् । भरतराज ढकालले व्यवस्थापकीय सफलता हाशिल गर्न सक्ने सफल व्यवसायी भएको भनेर अन्तराष्ट्रिय पदकले समेत पुरस्कृत भइसकेका छन् ।

अखिल नेपाल लेखक संघको कार्यक्रम सम्पन्न

काठमाडौ । 'कला साहित्यमा निरन्तर बहस' भन्ने उद्घोषका साथ अखिल नेपाल लेखक संघ , केन्द्रीय समितिको आयोजनामा बातलाबा कार्यक्रमको २१ औं शृङ्खला राजधानी स्थित पद्मोदय माध्यमिक विद्यालयमा सम्पन्न भएको छ । वर्तमान अवस्थामा तीज विषयक बहस तथा नारी स्रष्टा विशेष कविता वाचन कार्यक्रममा वरिष्ठ साहित्यकार तथा प्रगतिशील लेखक संघ , नेपालकी केन्द्रीय कोषाध्यक्ष बाबा बस्नेतको अध्यक्षता कार्यक्रम भएको हो । कार्यक्रममा साहित्यकार तथा समालोचक डा. कौशिला रिसालले वर्तमान अवस्थामा तीज

विषयमा कार्यपत्र प्रस्तुत गरेकी थिइन । उक्त कार्यपत्रको उपप्राध्यापक शारदादेवी लामिछानेले टिप्पणी गरेकी थिइन । सुधा मैनालीले सञ्चालन गरेको कार्यक्रममा महिला कविहरू गौरी देवकोटा ,राधा दुलाल कार्की , प्रेमिला राई , पञ्चकुमारी परियार ,चिरीमाया महर्जन ,विन्दु अधिकारी ढकालगायतले आफ्ना कविता वाचन गरेका थिए । अमला महर्जनले गीत प्रस्तुत गरेकी थिइन । वाचित कविताहरू माथि कवि तथा समालोचक डा. अम्बिका अर्यालले समीक्षा गरेकी थिइन । कार्यक्रममा जनसांस्कृतिक महासंघ, नेपालका बाँकी ६ पृष्ठमा

मूख्य विशेषता अनुकुलता अनुसार पैसा थप्दै जान मिल्ने र थपिएको पैसामा पनि त्यस समयको मुद्दती बराबरको व्याज पाइने ।

'मान्छे कसैले पनि कर्म लिएर आएको हुँदैन । सृजना गरेमात्र भाग्य, रुप सुन्दर हुन्छ ।'- *मोहन कार्की*

सम्पादकीय

तीजलाई सभ्य संस्कृतिको रुपमा मनाऔं

नेपाली नारीहरुको महान् पर्व तीज आज देशभर मनाइदै छ । यस पर्वलाई हिन्दु नारीहरुको तीज भनेर विगतमा भनिदै आएकोमा आजको समय र नेपाली सदभावको सस्कारले, नेपाली नारीहरुको धार्मिक सहिष्णुता कायम गरेर मनाउने सस्कारको रुपमा विकास भएको छ । यो राम्रो पक्ष हो । जुनसुकै देशका मानिसहरुले मनाउने पर्व, धर्म, गर्ने कर्म नै त्यस देशको परिचय हुन्छ । त्यस्तै नेपाल अन्य विषयमा जे जस्तो भएपनि सांस्कृतिक रुपमा धनि भएको देश मानिदै आएको छ ।

विविध जातजाति रहेको नेपालमा एक अर्को जाति समुदायले अर्को जाति समुदायले मनाउने धर्म,पर्व, सस्कृतिको सम्मान गर्दै सभ्य समाजको निर्माणमा टेवा दिदै आएका छन् । यो सदभाव नेपाली संस्कृति प्रतिको विश्वास नेपाली समाजको लागि अझै राम्रो पक्ष हो ।

नेपाल देशमा विश्व मानव जगतमा आएको चेत सुविधाको यन्त्र प्रयोग गरेर एकठाउँवाट अर्को ठाउँ सहजै जान सक्ने यन्त्रहरुको विकास र सहजै आ□नै तरिकाले पनि मानिस बाच्न सक्ने र प्रविधिको विकासले एकठाउवाट अर्को ठाउँमा गएर बस्छु त्यहाको भाषा, संस्कृति नमिलेपनि प्रविधिको प्रयोगले सजिलो बनाउदै लगेको समयमा केही केही आशिंक विदेशी संस्कृतिले प्रभाव पारेर उत्ताउलो, भड्किलो र खर्चिलो तीज बनेको भएपनि समग्रमा सभ्य, संस्कृतिको रुपमा मनाउने चलन नै नेपालमा रहदै आएको छ । यो नेपालीहरुको लागि गौरवकै विषय हो ।

नराम्रा पक्षहरु शुरुवात हुनु भनेको भोलिका दिनमा त्यस्ता नकरात्मक बिषयहरु बढ्छन् भन्ने संकेत हुन् । त्यसकारण नेपाली संस्कृतिलाई सभ्य संस्कृतिको रुपमा मनाउनु सभ्य र मानव जगतको पक्षमा हुने गरी मनाउनु मानव हितमा व्यवहारिक जीवनमा सस्कारयुक्त बनाउने तरिकाहरु विगतका राम्रा पक्षलाई निरन्तरता र नराम्रा पक्षलाई हटाउदै नयाँ आएका सकरात्मक सस्कारयुक्त लागेका र नकरात्मक रुपमा झागिन खोजेका संस्कृतिको घेराभित्र छिरेर गरिने छाडा व्यवहारलाई निरुत्साहित गर्दै नेपाली सभ्य संस्कृतिमा सवैले जोड दिनुपर्छ ।

ताकी यो तीज नेपाली नारीहरुको पर्व भएपनि यसमा नेपाली पुरुषहरुको पनि उत्तिक्कै भूमिका जोडिएको हुन्छ । कस्ता कस्ता कार्य, सस्कार, रिती , परम्परा र आ□नो परिवारको चाल, चलन कुन अवस्थामा छ । यस्तै पर्वहरुमा नजिकवाट हेर्ने अवसर प्रप्त हुनेहुदा नारीले नजानेका कुरालाई सिकाउने र आफैले नजानेका बिषय रहेछन् भने सिक्ने र व्यवहारमा लागु गर्ने चलनको शुरुवात गर्न सक्नुपर्छ ।

समग्र मानवीय व्यवहारमा लागु हुने सामुहिक पक्षहरु नै मानवका सभ्य संस्कृतिहरु हुन् । यसरी समग्र मानव हितमा प्रयोगमा आउने तरिकाले सु सभ्य संस्कृतिको पक्षमा रहेर तीज मनाउनु नै नेपाली समाजको हितमा हुन्छ ।

तीजको इतिहास र महत्व

यमुना केसी

नेपाली हिन्दू महिलाहरूको महान् चाड हरितालिका तीजको रौनक सहर(बजार मात्र होइन गाउँगाउँमा पनि फैलिइसकेको छ । यो पर्वमा महिलाहरू आफ्नो स्वास्थ्य र श्रीमान्को दीर्घायुको कामना गर्दै व्रत बस्छन् । यद्यपि समयसँगै संस्कार र संस्कृतिमा निकै परिवर्तन आएको छ। यद्यपि यसको महत्वमा कुनै कमी देखिँदैन । हिजोआज सहरी क्षेत्रको तीज भड्किलो हुँदैछ भने तीजको रमझममा पनि पश्चिमेली शैली मिसिन थालेको देखिन्छ । फलस्वरूप तीज केही उत्ताउलो हुन थालेको र यसको मौलिकता हराउन थालेको गुनासो पनि हुन थालेको छ ।

तीज यही बेलादेखि सुरु भएको भन्ने ठ्याक्कै मिति निर्धारण त गर्न सकिँदैन तैपनि यो भारत वर्ष विशेष गरी उत्तर भारत एवं नेपालमा पौराणिक कालदेखि नै चलिआएको बुझ्न सकिन्छ । विशेष गरी तीज भारतभन्दा पनि नेपालमै बढी चलेको पर्व हो । नेपाली समाजमा यो पर्वको मौलिक स्वरूप विकास भएको हुनाले तीज विशुद्ध नेपाली पर्व हो र यो नेपालका महिलाहरूले मात्र मनाउँछन् भन्न सकिन्छ । नेपाली जनजीवनको सामाजिक, धार्मिक, सांस्कृतिक आदि पहिचान व्यक्त गर्ने यो पर्वले नेपाली महिलाहरूको इतिहासलाई बोकेको छ जुन विभिन्न रूपले यो पर्वमार्फत प्रकट हुन्छ ।

धार्मिक कथनअनुसार हिमालयपुत्री पार्वतीले महादेव स्वामी पाऊँ भनी व्रत बसेकी र उनको व्रत पूर्ण भै महादेव पति पाएको दिनलाई हिन्दू नारीहरूले हरितालिका तीजका रूपमा मनाउँदै आएका छन् । पार्वतीले महादेवलाई श्रीमान्का रूपमा पाउन १०७ जन्मसम्म घोर तपस्या गरे पनि १०८ औं जन्ममा मात्र उनको तपस्या पूरा भएको कुरा विभिन्न शास्त्रमा उल्लेख छ । यही मान्यतालाई अनुशरण गर्दै विवाहित महिलाले आफ्ना श्रीमान्को दीर्घायु एवं अविवाहित महिलाले सुयोग्य वर पाऊँ भनी तीजको व्रत बस्ने चलन छ ।

धार्मिक महत्व

तीज हरेक वर्ष भाद्र शुक्ल तृतीयाका दिन मनाइन्छ । अघिल्लो रात अर्थात् द्वितीयाका दिन दर खाइन्छ । तीजका दिन व्रत बसिन्छ । चौथीका दिन स्नान गरी व्रतको पारण गरेर खाना खाइन्छ भने तीजको तेस्रो दिन अर्थात् ऋषिपञ्चमीका दिन व्रतालु महिलाहरूले ३६५ वटा दतिवनले दाँत माझेर माटो लेपन गरी स्नान गर्छन् । अपमार्ग लेपनले छालामा हुने एलर्जी हटाउँछ । पञ्चमीका दिन अरुन्धतीसहित कश्यप, अत्रि, भारद्वाज, विश्वामित्र, गौतम, जमदग्नि तथा वशिष्ठ ऋषिको पूजा गरी हलोले नजोतेको अन्नको भात र एक सुइरे भएर उम्रने कर्कलो आदिको तरकारी वा एकदलीय अन्न मात्र खाइन्छ । यो दिन श्रीमान्ले पकाएको भोजन खाए आपसी आत्मीयता एवं सद्भाव बढ्ने विश्वास छ ।

तीजमा प्रयोग हुने गहना र पहिरनको पनि आफ्नै महत्व छ । धार्मिक संस्कारयुक्त तीज सर्वमान्य हुन्छ । तीजका दिन महिलाले लगाउने रातो साडी सुख, समृद्धि एवं साहसको प्रतीक मानिन्छ । रातो रंगले महिलालाई एक किसिमको शक्ति प्रदान गर्ने धार्मिक विश्वास छ । पोतेले शान्ति र आनन्द प्रदान गर्छ भने रातो टीका सौभाग्यको प्रतीक हो । हृदय स्वच्छ भए मनोकांक्षा पूर्ण हुने धार्मिक विश्वास तीजको व्रतमा अन्तरनिहित छ ।

तीजमा महिलाहरूले निर्जल, निराहार उपवास बस्नुपर्ने धार्मिक मान्यता छ । एक प्रकारले हेर्दा यसले महिलालाई पुरुषको अन्धभक्त बनाउन खोजेजस्तै देखिन्छ । पुरुषभक्त हुन गरिने व्रत तीजमा महिलाले गरेको धार्मिक विधिले श्रीमान्को दीर्घायु, सुस्वास्थ्य, प्रगति हुने मान्यता छ ।

सामाजिक महत्व

नेपाल कृषिप्रधान मुलुक हो । तीज बालीनाली रोपिसकेपछि केही फुर्सदको समयमा मनाइने पर्व हो । आपसी प्रेम बढाउने यो पर्वले महिलाहरूको दुखेसो पोख्ने वातावरण सिर्जना गरिदिन्छ । बालीनाली लगाइसकेपछि केही फुर्सदको समयमा माइतीबाट बाबु वा दाजुभाइ गएर छोरीचेलीलाई भेट्ने र सकेसम्म माइती लिएर फर्कने प्रचलन छ जसले माइती चेलीको आपसी सम्बन्धलाई मजबुत बनाउँछ । विवाह भएर टाढा पुगेका दिदीबहिनीबीच भेट गराएर यो पर्वले उनीहरूको मन हलुका पार्न र सुख(दुःखका कुराकानी गर्ने अवसर समेत जुटाइदिन्छ ।

केही वर्षयतादेखि व्रतको अघिल्लो दिन खाइने दरको स्वरूपमा परिवर्तन हुँदै गएको छ । कतिपय मध्यम वर्गीय घरमा सामाजिक संस्कार फेरिएका छन् । विवाह भएको पहिलो वर्ष छोरीको घरमा दर पठाउनुपर्ने चलन बढ्न थालेको छ । यसले माइती पक्षलाई छोरीका निम्ति थप आर्थिक भार बेहोर्नुपर्ने बाध्यता सिर्जना गरिदिएको छ । दर पठाउने क्रममा माइतीबाट छोरीको घरमा सम्धिनीलाई मात्र नभएर जेठानी, नन्द, आमाजूसमेतलाई गरगहना, पहिरन, जुत्ता, शृंगार सामग्री आदिका साथै ११ किसिमका परिकार पठाउनुपर्ने चलनको थालनी भएको छ ।

यस्तो सामाजिक व्यवहारले तीजको वास्तविक उद्देश्यलाई ओझेलमा पारेको छ । यो चलनको दुष्प्रभावस्वरूप धेरै बुहारी भएको घरमा कसले कति ल्याउने भन्ने अनावश्यक टिप्पणी हुने गर्छ । कम ल्याउने बुहारीलाई होच्याउने, अपमान गर्ने र बढी ल्याउने बुहारीलाई बढी सम्मान दिने गलत र अनावश्यक प्रतिस्पर्धाले हाम्रो सामाजिक सद्भाव र मेलमिलापमै असर पार्न सक्छ । यस्ता गलत प्रवृत्ति हटाउने हो भने तीजको सामाजिक महत्व अत्यन्त ठूलो छ ।

सांस्कृतिक महत्व

मान्छे जति आधुनिक भए पनि उसले जन्मसँगै पाएको संस्कार एवं संस्कृति छोड्न सक्दैन । नेपालमा रहेका हिन्दू समुदायले मनाउने तीज पर्वलाई अहिले अन्य जातिले पनि मनाउन थालेको पाइन्छ । तीजलाई महिलाको रमाइलो पर्वका रूपमा समेत लिइने भएकाले युवतीहरू पनि यसमा रमाउँछन् । कामबाट केही समय अवकाश लिँदै परिवार, साथीभाइ जमघट, घुमघाम, नाचगान यो पर्वको अर्को विशेषता बन्दैछ । तीजमा गीत(संगीतको विशेष महत्व रहन्छ । महिलाहरू विद्युतीय उपकरण र साधन नहुँदा समूहमा भेला भई गीत गाउँथे भने अहिले रेडियो र टेलिभिजनमा आधुनिक शैलीका गीत र नृत्य गुञ्जिन थालेका छन् । तीजका गीतमा छोराछोरीबीचको विभेद, पीडा, सासूबुहारीको कचकच, दुःख, ईर्ष्या आदि विषय समावेश हुन्थे तर अहिले तीज गीतका विषय पनि परिवर्तन भएका छन् । सांस्कृतिक मान्यतास्वरूप महिलाहरू गीत गाउँदै नजिकैको मन्दिर वा समूहमा भेला भएर विभिन्न भाकामा तीजका लय गुञ्जाउँछन् ।

चुल्हो(चौको एवं घरधन्दाको व्यस्ततामै अल्झिएका अधिकांश महिला तीजमा मन खोलेर आफ्नो व्यथा पोख्छन् । अहिले सबै नेपाली नारीको घरमा यस्तो अवस्था छैन । टोलटोलमा समूह बनाएर एक महिनाअघिदेखि नाचगान र खानपिनका कार्यक्रम संचालन गरिन्छन् । कतिपय संघसंस्थाले तीज प्रतियोगिता पनि आयोजना गर्छन् । यसले तीजको खास अर्थ र महत्वलाई मारेको मात्र छैन, संस्कार र संस्कृतियुक्त तीजलाई भड्किलो र उत्ताउलो बनाउँदै लगेको छ । यद्यपि तीजको संस्कृति अन्य जात वा समुदायका महिलामा पनि प्रवेश गर्नु राम्रो कुरा हो ।

तीजलाई हामीले परम्परागत मान्यता र विधि नमर्ने गरी परिस्कृत गर्दै लानुपर्छ । शिक्षित र सभ्य समाजमा हुर्किएका आधुनिक महिलाहरूले अन्धविश्वासलाई चिर्दै तीजलाई

तीज छुट्टै विशेषता भएको पर्व हो

हामी हिन्दु धर्मलम्बिहरुले मनाउने जुनसुकै चाडपर्वहरु आफ्नै खालका विशेषता हुन्छन । हरितालिका तिज भन्ने बितिक्कै हामी महिलाहरुको विशेष मान्ने गरिन्छ । परम्परा काल देखि नै मान्दै आएको यो चाड केही समय यतादेखी फरक ढंगले मान्न थालिएको छ । दरखाने एक दिने कार्यक्रमलाई एक दुई महिना अघिदेखि विभिन्न तडकभडक गरेर मनाउन थालिएको छ । चाड मनाउने भन्दा पनि बडि गहना र फेसनलाई विशेष जोड दिदै आएको देखिन्छ । हाम्रो समजमा एउटै बर्ग र स्तरका दिदिबहिनी नभएको कारण हुनेलाइ भन्दा नहुनेलाइ धेरै अप्ठ्यारो अवस्था सृजना गरेको छ ।

रहर, इच्छा सबैमा हुन्छ तर बाध्यता आफ्नो ठाउमा हुन्छ । दिनभर ज्यालादारी गरेर घरसमेत धान्न मुस्किल पर्ने दिदिबहिनीहरुलाइ । यो अवस्थाले घरमा द्वन्द उत्पन्न हुन्छ तेस्ले नराम्रो नतिजा ल्याउछ । मान्नु नराम्रो कुरा होइन मान्दै आएको चाड तर देखासेखिमा होइन सबैलाई मिल्ने खालको चाड चाड्कै रूपमा मान्न पाइयोस । सबै खालका दिदिबहिनी एकै ठाउमा बसेर आफ्नो मन भित्र गुम्सिएर रहेका क्षमतालाई खुलेर साटासाट गरेर रमाइलो गर्दै मनाउने बाताबरण मिलाउन सके अझ धेरै राम्रो हुन्थ्यो । गर गहना देखाउने होडबाजी भन्दा सबैको भावनमा साट्न सक्ने वातावरण मिलोस । विभिन्न पार्टी प्यालेसमा गएर महिनौ अगाडि मनाउनु भन्दा एक दुइदिन अगाडि आफनै घर गाउँमा सबैसँग मिलेर मनाउने र सबै खालका दिदिबहिनीहरुलाइ समेट्ने किसिमले मनाउने बनोस । भोलिका सन्ततिले पनि गर्वकासाथ यो हाम्रो संस्कृतिलाई जोगाउने वातावरण मिलोस जस्तो लाग्छ । पहिलेको समयमा हामी दिदिबहिनीले बिबाह गरेर गएपछि धेरै दुख कष्ट भोग्नुपरेकोले बर्षमा एकदिन भएपनि माइतीघरमा आएर मीठो मसिनो जे हुन्छ आमाको हातले बनाएको दर सबै दिदीबहिनी भेला भएर दुख सुख साट्दै आत्मीयताको सम्बन्धलाई दरिलो पारेर दरखाने चलनलाई आज धेरै नै तडकभडक गरेर मनाउन थालिएको छ। यस्तो प्रविधिले भोलिका सन्ततिलाई नराम्रो सन्देश जानसक्ने सम्भावना बडि जाने होकि ?

जुन घरमा एकाअर्काको भावनालाई बुझेर दुखसुखमा साथमा साथ भएर घर चल्छ भने त्यो घर स्वर्ग बन्छ । बिना कारण अकालमा ज्यान कसैले गुमाउनु पर्दैन । पानी पनि नखाइ आयु वृद्धिको लागि व्रत त बस्छौ तर श्रीमानले श्रीमतीलाई , श्रीमतीले श्रीमानलाई बुझ्न सकिएन भने त्यो ब्रतको कुनै औचित्य रहदैन । तेसैले हामी मानव भएर हेरौ र सोचौ एकले अर्कोलाई बुझौ । कसैलाई अप्ठ्यारो नपर्ने गरि हाम्रो यो संस्कृतिलाई जोगाउन सम्पूर्ण नारी एक भएर जुटौ । बाहिरी श्रृङ्गारलाई भन्दा बढी भित्री श्रृङ्गारलाई जोड दिउ ।

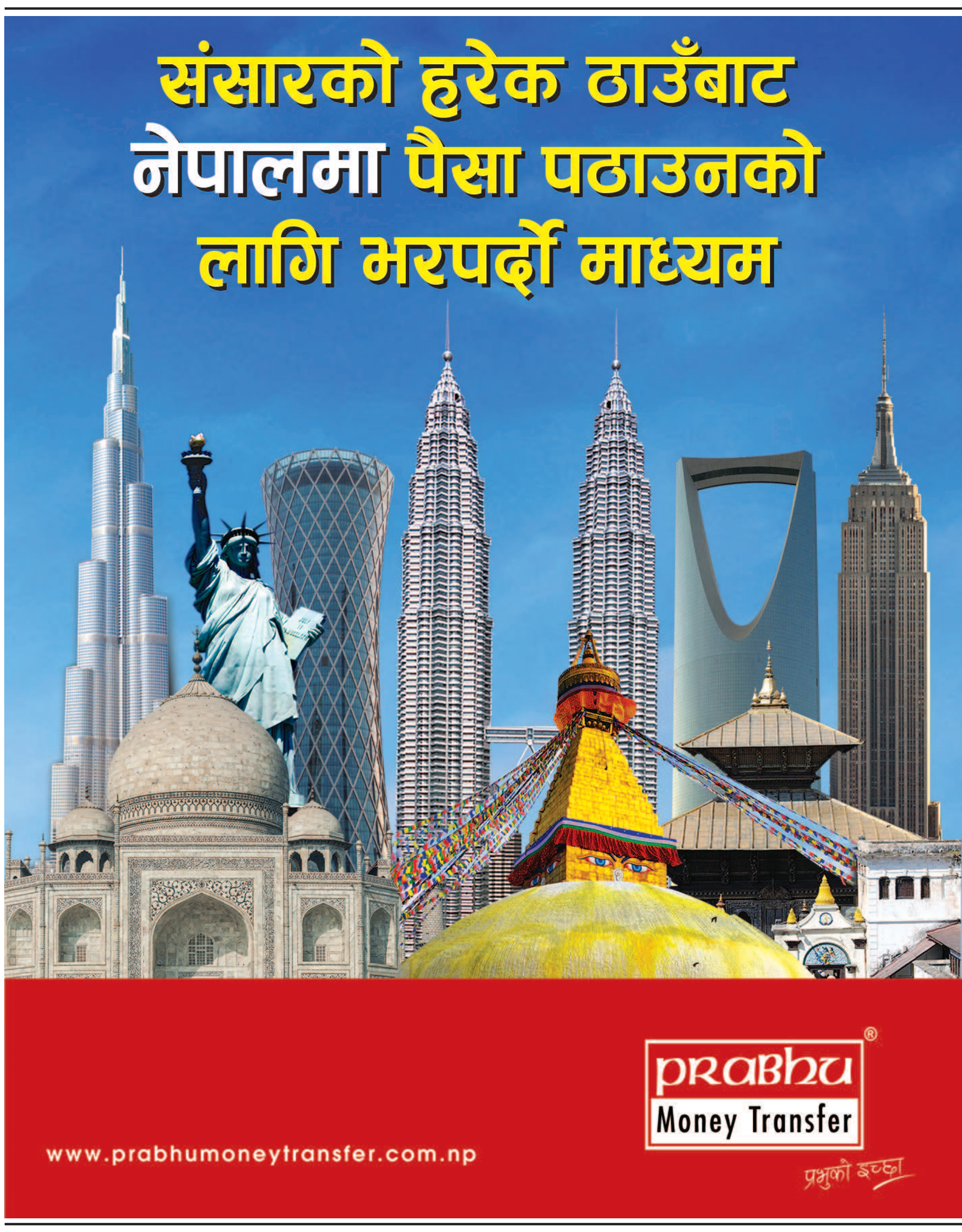
लीला माया ढकाल गौतम (LMDG)
धापासी -६, काठमाडौं
शब्द संसार परिवार

दुःख पीडा बिर्सिउने पर्व तीज

कविता श्रेष्ठ, गायिका

नेपाली नारीहरुको बर्षभरीको दुखः पीडा बिर्सिएर खुशी मनाउने चाँड हो तीज । बिशेष गरी बिवाहित नारी दिदीबहिनीहरु आफ्नो माइत गई बालापनको याद गरी र बिगत सम्झेर रम्ने चाडको रुपमा समेत मनाउने गरिन्छ । त्यस्तै मैले पनि यस तीजलाई सदभाव, एकता, र पारस्परिक

मेलमेलाप नेपालको मौलिक संस्कृति हो । यस तीजमा नेपाली दीदीबहिनीहरुले एक आपसमा पारस्परिक सम्बन्ध र उन्नति गर्न हात्तेमालो गर्ने विश्वास राखेको छु । म सधै नेपाली हुनुमा गर्व गर्छु र नेपाली सस्कृतिलाई पनि उत्तिक्कै माया गर्ने गरेको छु । त्यस्तै सवै दिदी बहिनीहरुले देशलाई र आफ्नो मौलिक सस्कृतिलाई जोगाइराख्न भुमिका खेल्नु हुन्छ भन्ने विश्वास लिएको छु । अन्तमाः तीज नेपाली नारीहरुको महान् चाँड हो । यस चाडलाई देखासेखीभन्दा पनि संस्कार, सुसंस्कृत, सभ्य, आपासी मेलमिलाप र सहयोगी भावना राखेर नेपाली एकतालाई जोड्ने चाँडको रुपमा मनाउ भनि सवै मेरा सुभचिन्तक, दर्शक, स्रोता सबैमा २०७८ सालको हरितालिका तीजको शुभकामना समेत ब्यक्त गर्दछु । साथै मेरा भावनाहरुलाई लोकप्रिय पत्रिका जन आकाश साप्ताहिलाई धन्यवाद दिन चाहान्छु । साथै मेरा भावनालाई तथा नेपाली नारीहरुको महत्पूर्ण चाड तीजलाई समेटेर आमनागरिकमा तीज विशेष बनाउन सहयोग गरेकोमा यस लोकप्रिय जन आकाश साप्ताहिकलाई धन्यवाद तथा आउँदा दिनमा झनै प्रगति होस भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।



मौलिकताभित्र रहेर मनाऔं तिज

आमा र हजुर आमा संग मानेको तिज, राती उठी खाएको दर को स्वाद अहिले कहा पाउनु र !

उहिले मौलिकतामा चाड पर्बहरु मनाइन्थ्यो भने अहिले जबर्जस्ती वा देखासिकीमा रमेका छन धेरै पर्बहरु । त्यो संगै तिज पर्ब पनी अछुतो

गंगा खड्का - शब्द संसार

बनेको छैन ।

असारको मानो रोपी मुरी फलाउने काम सकिए संगै सावनले हरियालीको बर्को ओढेर सुस्तरी पर्बहरु बोलाउछ । सकेसंम मिठोमसिनोको जोहो गरेर आउने चाडपर्बहरु मनाउदै हाम्रो संस्कृती जोगाउने काम नेपालीहरुले गर्दै आईरहेक छन ।

अहिले पर्ब मनाउने र संस्कृती जोगाउने होडबाजीमा धेरै बिकृतीहरु भित्रिएका छन ।

पर्बहरुको नाममा असाध्य बिकृति फैलिएको पर्बलाई भने म तिजलाई नै लिने गरेको छु ।

म काठमाडौंको बासिन्दा भयकोले यहा मानिने चाडपर्बहरुको बारेमा धेरै थोरै म पनी जानकार छु।यसमध्य तिज पर्ब असाध्य मन पर्ने र बिषेश पर्ब मान्दछु । तिज आउनु दुई तिन दिन अगाढी बुबा खुवाउने औषी पर्छ। बिषेश गरेर चेलीबेटीहरु लाई औषी अगाढी नै माईतीबाट तिजलाई भनेर लिन जाने चलन थियो र छ पनी । त्यसै अनुरुप हरेक घरका बुहारिहरु त्यस समयमा प्राय सबै काम सक्ने प्रयत्नमा ब्यस्त हुन्थे । जस्तै माईती जानको लागी मकै भाचेर थन्क्याउने काम,

दशैको लागी तोरीको साग छर्ने मुला छर्ने काम,असाढमा रोपेको धान गोड्ने काम सक्न पाए औषीमा माईती गयर तिज मानेर मात्रै फर्कने बिदा पाइन्थ्यो भनी गाई भैसीलाई घास काटेर पिढीभरी थुपारेर मात्र माईती जाने चलन पनी थियो र प्राय अझै पनी काठका वरिपरी छ ।

जब औषी आउथ्यो त्यसदिन माईती गयपछी ब्रतको अघिल्लो साझ पाच छ बजेतिर भुजा खाईसकेपछी दर पकायर (माछा मासु मिठाई दहि लगायत अन्य)सुत्ने र राती ३द्द बज्नु अगावै उठेर दर खाने चलन थियो।भोली पल्ट ब्रत बसी पर्सी पल्ट पन्चमी सकेर मात्र घर फर्कने चलन थियो र मिलेसंम अहिले पनी छ ।

अहिले तिजको दर खाने नाउमा असाध्य बिकृती फैलिएको छ।।सायद यो महिलाहरुले पुरुषका नाममा मान्ने पर्ब भयर पनी होला । भदौ लागेपछी राता पहिरन लगायर गहनाको प्रदर्शन गरी दिनभर रमाइलो गर्ने गरेको देखिन्छ।भ्याई नभ्याई आज दुई ठाउमा जानु छ ,भोली तिन ठाउमा छ भन्दै हिडेको देखिन्थ्यो । म महिला भयकै कारणले पनी यस प्रकारको दरको म बिरोधी नै हु र यस्तो प्रकारको दर खुवाई पुरुषहरुले सहन सक्नुमा म पुरुषहरुलाई महान संझन्छु पनि । यस्तै कारणले गर्दा पनी कतीको घरमा देखासिकीको नाउमा गरिने खर्चको भार थेग्न नसक्दा झै झगडा पनी देखेको छु।म पनी एउटा गृहिणी हु ,यसले गर्दा पनी मैले चाडबाडहरुलाई नछुटाईकन मनाउने काम गर्नु भनेको संस्कृतीलाई जोगाउनु र आउने पिढी (छोराछोरी)लाई जानकारी गराउनु पनी हो । घरको अबस्था हेरेर मिलेको खन्डमा म पनी औषीमा माइती गयर तिजको पन्चमी सकेर मात्र घर फर्कने गरेको छु ।

तर अब त प्रायको घरमा बुढाबुढी मात्र हुने गरेकोले बुढी माईती गयर बस्ने र घरमा खानाको बेठेगान बनायर बुढाको बिजोक बनाउने गर्नु हुदैन जस्तो लाग्छ ।

मैले बुझेको कुरा भन्नुपर्दा कसैको लागी धेरै खाएर अर्को कोही अघाउदैन र कोही भोको बसेर कसैको आयु लामो पनी हुदैन । संस्कृतीलाई समय अनुसार परिबर्तन गर्दै जगेर्ना गर्दै लानु राम्रो हुनेछ ।

आफ्नो बुढाको लामो आयुको लागी ब्रत बस्ने हो भने तिजको ब्रतको दिनमा झनै मिठो मिठो खाना बनायर परिवार र बुढालाई खान दिने र आफु पनी सकेमा ब्रत बस्ने नसकेमा खायरै आफ्नै घरमा

बाँकी ६ पृष्ठमा

रामेछाप डायरी

लिखु तामाकोसीका फरार अभियुक्त तामाङ पक्राउ

रामेछाप । रामेछाप जिल्ला लिखु तामाकोसी गाउपालिका वडन ५ तिलपुङ डाडा बस्ने बर्ष २३ का भक्त बहादुर तामाङलाई आज प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। मन्जु तामाङको जाहेरीले वादी नेपाल सरकार भएको डाका मुद्दामा कैद फैसला भएका तामाङलाई २०७७ चैत ३०गते जिल्ला अदालत मन्थलीले ६ बर्ष ११ महिना २० दिन कैद र ७० हजार जरिवाना गरेको थियो । उक्त डाका मुद्दामा कैद फैसला भइसकेका तामाङ फैसला थाहा पाइसकेपछी लुकिछिपी बस्दै आएको र उनको खोजिमा प्रहरी कार्यालय धोवि लागेको र धेरै मेहनत पछि प्रकाउ गर्न सफल भएको प्रहरी कमान्डर धोविका जट्टाशकर यादवले जानकारी दिएका हुन । उनका अनुसार मन्थली नगरपालिका वाड न १ वाट तामाङलाई पक्राउ गरि आजनै जिल्ला अदालतमा बुझाइएको पनि यादवले जानकारी दिएका छन् ।

मतदाता नामावली अद्यावधिक गर्न पाइने

रामेछाप । निर्वाचन आयोगले आजदेखि मतदाता नामावली अद्यावधिक गर्दैछ । आउँदो मङ्सिर ४ गते हुने प्रतिनिधि सभा र प्रदेश सभाको चुनावका लागि आज सम्बन्धित वडा कार्यालय र निर्वाचन कार्यालयमा मतदाता नामावली प्रकाशन गरिने आयोगले जनाएको छ । आयोगका सहायक प्रवक्ता सूर्यप्रसाद अर्यालले नामावलीमा रहेका त्रुटि सच्याउन, नामावलीमा प्रकाशित व्यक्तिको विवरणको विरोधमा उजुरी दिन साथै मतदाताको एकभन्दा बढी ठाउँमा नाम समावेश भएमा नाम सच्याउनका लागि आउँदो बुधवारसम्मको समय तोकिएको जानकारी दिनुभयो । यस्तै, मृत्यु भएका र नागरिकता त्यागेका मतदाताको नाम मतदाता नामावलीबाट हटाउन बिहीवारभित्र निवेदन दिइसक्नु पर्नेछ । मतदाता नामावली अद्यावधिक भएपछि आउँदो ३१ गते अन्तिम मतदाता नामावली प्रकाशन हुनेछ । यसअघि स्थानीय तहको निर्वाचनको बेला मृत्यु भइसकेका तथा विदेशमा भएका व्यक्तिको नाम मतदाता सूचीमा रहेको भन्दै आयोगको आलोचना भएको थियो । सरकारले गएको साउन १९ गते चुनावको मिति घोषणा गरेसँगै आयोगले साउन २० गतेदेखि मतदाता नामावली सङ्कलनको काम स्थगित गरेको थियो । मतदानको अघिल्लो दिन १८ वर्ष पूरा भएकाहरूले मतदान गर्न पाउने छन् । त्यसका लागि मतदाता सूचीमा नाम दर्ता भएको हुनुपर्नेछ ।

भंगेरी माविका शिक्षकलाई ल्यापटप,एसईई उतिर्ण विद्यार्थीलाई सम्मान

रामेछाप जिल्लाको रामेछाप नगरपालिका वडा नं ८ भंगेरीमा रहेको श्री मावि भंगरीले आज एक कार्यक्रमको आयोजना गरि एसईई उतिर्ण विद्यार्थीलाई सम्मान गरेको छ । २०७८ सालको एसईईमा उतिर्ण विद्यालयका ५३ जना विद्यार्थीहरुलाई विद्यालयले सम्मान गरेको हो । विद्यालय व्यवस्थापन समितीका अध्यक्ष गौतम कुमार श्रेष्ठको अध्यक्षतामा भएको उक्त कार्यक्रममा बोल्दै वडा नं ८ का वडाअध्यक्ष सन्तोष तामाङले श्रीमावि भंगेरीले केहि वर्ष यता पठनपाठनमा निकै सुधार गरेको बताउनुभयो । विद्यालय व्यवस्थापन समिती,शिक्षक,अभिभावक र विद्यार्थीहरुको लगनशिलताका कारण नै रामेछाप नगरपालिकामा रहेका सबै विद्यालयमध्ये एसईईमा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउन सफल भएको बताउनुभयो ।

विद्यालयलाई आगामी दिनहरुमा वडाबाट गर्नुपर्ने सहयोग गरिने उहाँले प्रतिबद्धता जनाउनुभयो । विद्यालय व्यवस्थापन समितीका अध्यक्ष गौतम कुमार श्रेष्ठले विद्यालयलाई नमुना बनाउनमा स्थानिय सरकार, शिक्षक, अभिभावक, विद्यार्थी लगायत सबै क्षेत्रको साथ महत्वपुर्ण हुने बताउनुभयो । उहाँले सबैको साथ र सहयोगले भंगरी माविले यस वर्षको एसइइमा राम्रो नतिजा ल्याउन सफल भएको बताउनुभयो । उहाँले एसईइमा विद्यालयबाट उत्कृष्ट नतिजा ल्याउने २ जना छात्रालाई जनही एक/एक हजार समेत प्रदान गर्नुभयो । यसैगरी आजकै कार्यक्रमको अवसरमा विद्यालयका १२ जना शिक्षकहरुलाई ल्यापटक वितरण गरिएको छ । राष्ट्रपति शैक्षिक सुधार कार्यक्रम अन्तर्गत ल्यापटप वितरण गरिएको विद्यालयका प्रधानाध्यापक सुवास श्रेष्ठले बताउनुभयो ।

अरिँगालले टोक्दा मगरको ज्यान गयो

रामेछापमा अरिँगालको टोकाइबाट शनिवार एक जनाको ज्यान गएको छ । मृत्युहुनेमा लिखु तामाकोशी गाउँपालिका ४ कल्लेरीका ७५ वर्षीय टेकबहादुर सिंजाली मगर हुन् । शुक्रवार दिउँसो गाईबस्तुको लागि घाँस ल्याउन घर नजिकैको खरबारीतर्फ जानुभएका मगर रातिसम्म घर नफर्किएपछि खोज्दै जाँदा शरीरभरि अरिँगाल टाँसिएको अवस्थामा भेटेका थिए । उपचारको लागि स्थानीय स्वास्थ्य चौकीमा उपचार सम्भव नभएपछि थप उपचारको लागि काठमाण्डौ लैजाने क्रममा बीच बाटोमा नै मगरको ज्यान गएको लिखु तामाकोशी गाउँपालिकाका अध्यक्ष केशव महतले जानकारी दिनुभयो । मृतक मगरको शव आजै पोष्टमार्टमको लागि मन्थली अस्पताल लगिएको छ ।

१७ दिनपछि मृत अवस्थामा भेटिए गुम्देलका बस्नेत

रामेछाप । १७ दिनदेखि माथिल्लो तामाकोशीमा बेपत्ता रामेछाप गुम्देलका रमेश बस्नेतको शव भेटिएको छ ।

दोलखाको बिगु गाउँपालिका वडा नं १ लामाबगरस्थित दुगड कम्पनीले निर्माण गरिरहेको जलविद्युत आयोजनाको कामदार बस्नेत डुंगा पल्टिँदा बेपत्ता भएका थिए ।

रामेछापको उमाकुण्ड गाउँपालिका वडा नं १ गुम्देलको साविकको वडा नं ५ बाल्दिङ् घर भएका बस्नेत गत साउन २३ गते आयोजनाको स्काभेटर बनाउने मिस्त्रीसहित डुङ्गामा कार्यस्थल तर्फ जादै गर्दा डुङ्गा पल्टिएर बेपत्ता भएका थिए । उनको खोजी हुदै आएको थियो ।

लामो समयदेखि खोजी गर्दै आएका उनको बुधबार शव भेटिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय दोलखाका प्रहरी निरीक्षक सानु तामाङले जानकारी दिए । उनका अनुसार नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी र नेपाली सेनाको टोलीले खोजतलास गर्ने क्रममा बुधबार विहान १० बजे शव बस्नेतको शब भेटिएको हो ।

बस्नेत घरका जेठो छोरा हुन् । उनी १७ दिनदेखि बेपत्ता भएपछि उनको घरमा उनको अन्तिम दाहासंस्कार गरि सकिएको छ। उनले काम गर्ने कम्पनीले आर्थिक राहात रकम प्रदान गर्ने समहती पछि उनको दाहासंस्कार गरिएको उनको परिवारक स्रोतले जनायो ।

'गरिमा मालामाल मुद्धती योजना' सार्वजनिक

विकास बैंकले ७३ महिना १० दिनमै निक्षेप दोब्बर र ११६ महिना ६ दिनमा निक्षेप तेब्बर हुने 'गरिमा मालामाल मुद्धती योजना' सार्वजनिक गरेको छ। महामारी पछिको बढ्दो मुद्रास्फीतिले आम नेपालीहरुको जीविका झनै खर्चिलो हुनपुगेको छ जस्ले गर्दा उनीहरु कम ब्याजदरमा बचत गर्न अरुची

देखाईरहेको अवस्थामा गरिममाले छोटो समयमा नै निक्षेप दोब्बर र तेब्बर हुने प्रभावकारी एवं समय सापेक्ष बचत योजना सार्वजनिक गरेको हो।

गरिमा बैंकको उक्त मालामाल योजनाले भावी दिनमा आम नेपालीहरुको जिविका सहज गर्न महत्वपूर्ण भुमिका निर्वाह गर्ने विश्वास राखेको उल्लेख गरेको छ।

बैंकले नेपालभर १२० शाखा कार्यालय, १ एक्स्टेन्सन काउण्टर र ५१ एटिएमबाट सरल, सुलभ एवं गुणस्तरीय सेवा प्रदान गर्दै आईरहेको छ। साथै, बैंकले चाडै नै केडिट कार्ड पनि सार्वजनिक गर्ने तयारी गरिरहेको उल्लेख गरेको छ।

सिटी एक्सप्रेसको दशैं तिहारलाई गोल्डेन बनायो योजना सार्वजनिक

सिटी एक्सप्रेस मनी ट्रान्सफरले समस्त नेपालीहरुको महान चाड २०७९ सालको दशैं, तिहार र छठलाई लक्षित गर्दै आफ्ना ग्राहकवर्गहरुसंग पर्वको खुशी साट्न लगातार ६३ दिनसम्म चल्ने विदेशबाट सिटी आयो , दशैं तिहारलाई गोल्डेन बनायो उपहार योजना घोषणा गरेको छ।

सिटी एक्सप्रेसको यो उपहार योजना अन्तर्गत लक्की ड्र मार्फत हरेक महिना १ जनालाई १ तोला सुन, हरेक हप्ता १ जनालाई १० तोला चाँदी साथै ६३ दिन लगातार हरेक दिन १६ जना विजेताहरुलाई आकर्षक गिफ्ट ह्याम्पर र

अन्त्यमा एक जना भाग्यशाली बम्पर विजेतालाई ५ तोला सुन उपहार प्रदान गर्ने योजना सार्वजनिक गरेको छ।

कम्पनीका अनुसार विदेशबाट सिटी आयो ,दशैं तिहारलाई गोल्डेन बनायो अफर भदौ १५ गते देखि कार्तिक १५ गतेसम्म लागू उल्लेख छ। उक्त अवधिभरी सिटी एक्सप्रेस मार्फत देश विदेशबाट पैसा पठाउने सम्पूर्ण सेवाग्राही यो उपहार योजनामा सहभागी हुनेछन् भनि उल्लेख गरेको छ। उपहारको विजेता छनौट गर्दा विद्युतीय प्रणालीद्वारा गरिने छ र यो योजना सिटी एक्सप्रेसमा कार्यरत कुनै पनि कर्मचारीलाई लागु नहुने उल्लेख छ।

सिटी एक्सप्रेसले रेमिटान्स क्षेत्रमा आफ्नो छुट्टै पहिचान बनाउदै विगत १६ वर्ष देखि संसारभरबाट विप्रेषण सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ। आन्तरिक विप्रेषण अन्तर्गत सिटी एक्सप्रेसका देशभर छरिएर रहेका १५,००० भन्दा बढि भुक्तानी केन्द्रहरु मार्फत छिटो, सहज र सुरक्षित तरिकाले भुक्तानी प्रदान गर्ने, कुनै पनि बैंकको खातामा रकम जम्मा गर्ने र मोबाईल वालेटमा लोड गर्न सकिने जस्ता सुविधाहरु प्रदान गर्दै आइरहेको कम्पनीले उल्लेख गर्ने गरेको छ।

ग्रीन डेभलपमेन्ट बैंक दसौं वर्षमा

ग्रीन डेभलपमेन्ट बैंक स्थापनाको दसौं वर्षमा प्रवेश गरेको छ। वार्षिकोत्सवको अवसरमा बैंकले विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना गरी स्थापना दिवस मनाएको छ। बैंकले पोखरा महानगरपालिका–२८ स्थित वनपाले सामुदायिक वन उपभोक्ता समुहमा बृक्षारोपण कार्यक्रम, केन्द्रीय कार्यालयमा रक्तदान कार्यक्रम र बागलुङ जिल्लाको हनुमान् नाच संरक्षण परिषद् तथा रंकबैंकटेश्वर मुक्तिनारायण मन्दिरलाई आर्थिक सहयोग गरेको छ। रक्त सञ्चार केन्द्र, पोखराको प्राविधिक सहयोगमा बैंकको केन्द्रीय कार्यालय परिसरमा आयोजित रक्तदानमा ४० पिन्ट रगत संकलन भएको बैंकका कर्जा विभाग प्रमुख संयुक्तबहादुर ध्वाखाले बताए।

प्रभु ऐश्वर्या योजनांमा नारीहरुलाई विशेष छूट

प्रभु क्यापिटलले लगानी व्यवस्थापन सेवा अन्तर्गतको प्रोडक्टहरु मध्ये प्रभु ऐश्वर्या योजना मा पिएमएस सेवा लिदा एक बर्षका लागि वार्षिक सेवा शुल्क नलाग्ने अफर ल्याएको छ। यो तीजमा प्रभु क्यापिटलको उपहार, AMC मा छूटको बहार भन्ने नारासाथ शुरु हुने यो अफर यही भाद्र १४ गते हरितालिका तीजका दिनदेखि ३१ भाद्र २०७९ सम्म सञ्चालनमा आउने जनाएको छ। यो

अवधि भित्र यस लगानी व्यवस्थापन सेवामा आबद्ध हुने दिदीबहिनीहरुले एक वर्षका लागि वार्षिक सेवा शुल्क (AMC) मा १०० % नै छूट पाउनुहुने प्रभु क्यापिटलले जनाएको छ। यो योजनामा यस अघि क्यापिटलले २ प्रतिशत वार्षिक सेवा शुल्कमा दिदीबहिनीहरुलाई लगानीका लागि प्रोत्साहन गर्न ५० % छूट दिई १ प्रतिशत मात्र AMC लिने गरेको थियो भने सोही शुल्कमा अब अफर अवधिभित्र यो योजनामा सहभागी भएकालाई एक वर्षका लागि कुनै शुल्क नलिने भएको छ। यो योजना महिलाहरुलाई केन्द्रित गरी 'महिलाहरुलाई आर्थिक रुपले सबल बनाउनु भनेको समाजलाई नै सशक्त बनाउनु हो' भन्ने अवधारणा लिई विगत एक वर्ष अघि तिजकै अवसर पारी सञ्चालनमा ल्याईएको हो जसमा महिला ग्राहकहरुले न्यूनतम रु. ३ लाखबाट लगानी व्यवस्थापन सेवा शुरु गर्न सक्छन्। क्यापिटलका अनुसार यस योजनामा सलंग्न भएका सेवाग्राहीहरुले अन्य पिएमएसका योजनामा जस्तै यसमा दैनिक रुपमा अनलाइनबाटै आफ्नो पोर्टफोलियो हेर्न सक्ने तथा साप्ताहिक पोर्टफोलियोको विवरण ईमेल मार्फत पाउने व्यवस्था प्रदान गरिरहेको छ। त्यसै गरी ग्राहकहरुले प्रभु क्यापिटलको डिजिटल एप मार्फत पनि सो योजनामा सहभागी हुनसक्ने तथा आफ्नो पोर्टफोलियो हेर्न सक्ने सुविधा शुरु गरिसकेको क्यापिटलले जनाएको छ।

ग्लोबल आइएमई बैंकको तीज क्यासब्याक योजना सार्वजनिक

ग्लोबल आइएमई बैंक लिमिटेडले हरितालिका तीजको अवसरमा आफ्ना महिला ग्राहकहरुलाई लक्षित गरी विशेष क्यासब्याक योजना सार्वजनिक गरेको छ। यस क्यासब्याक योजना अन्तर्गत भाद्र १३ र १४ गते ग्लोबल स्मार्ट प्लस मोबाइल बैंकिङ्ग एपबाट क्यूआर कोडमार्फत भुक्तानी गर्दा खरिदको २० प्रतिशत (रु. ५०० सम्म), एक पटक क्यासब्याक पाइनेछ। ग्लोबल आइएमई बैंकले क्यासब्याक योजनालाई तीज विशेष बनाउन महिलाहरुलाई ग्राह्यता दिने भएको हो। बैंकमा नारी बचत तथा नारी शक्ति बचत खाता रहेका महिलाहरुले ग्लोबल स्मार्ट प्लस एपको प्रयोग गरी क्युआरमार्फतको भुक्तानीमा क्यासब्याक

पाउनेछन। मोबाइल बैंकिङ्ग एप्लिकेशन, क्युआर पेमेन्ट प्रयोगलाई बढावा दिनका लागि बैंकले यो क्यासब्याक योजना सार्वजनिक गरेको हो। आफ्ना ग्राहकवर्गको सुविधालाई मध्यनजर गरी बैंकले समय सापेक्षता अनुसार यस्ता योजनाहरु ल्याएर ग्राहकहरुलाई लाभान्वित गर्दै आएको छ। मुलुकका सतहत्तरै जिल्लामा २८९ शाखा रहेको नेपालको पहिलो निजी क्षेत्रको बैंकले २७२ एटीएम, २७५ शाखा रहित बैंकिङ्ग सेवा, ५२ एक्सटेन्सन तथा राजश्व संकलन काउन्टर तथा ३ वटा बैदेशिक प्रतिनिधि कार्यालयसमेत गरी ८९० भन्दा बढि सेवा केन्द्रबाट ३० लाख भन्दा बढि ग्राहकहरू माझ सेवा प्रदान गरिरहेको छ। त्यसैगरी बैंकले संयुक्त राज्य अमेरिका, संयुक्त अधिराज्य, क्यानडा, अष्ट्रेलिया, मलेसिया, दक्षिण कोरिया, जापान, साउदी अरेबिया, कतार, युएई, बहराइन, कुवेत, भारत, जोर्डन, हङकङ लगायतका मुलुकबाट रेमिट्यान्स भित्र्याउँदै देशको अर्थ व्यवस्थामा महत्वपूर्ण योगदान पुर्याउँदै आइरहेको छ।

मुक्तिनाथ विकास बैंकमा खाता खोल्दा एक लाखको बिमा

हरितालिका तीजको अवसरमा 'मुक्तिनाथ तीज विशेष अफर' योजना ल्याएको छ। यो योजना अन्तर्गत भदौभित्र मुक्तिनाथ विकास बैंकमा 'मुक्तिनाथ महिला पेवा बचत खाता' खोल्ने नारीहरूले १ लाख रुपैयाँसम्मको चिकित्सा सम्बन्धी बिमा पाउनेछन्। यसैगरी, निःशुल्क मुक्तिनाथ भिसा डेबिट कार्ड (पहिलो वर्षको लागि), निःशुल्क मोबाइल बैंकिङ (पहिलो वर्षको लागि) र ट्रानक्वालिटि स्पाको विभिन्न सेवामा ५० प्रतिशतसम्म छुट (भदौ महिनाका लागि) उपलब्ध हुने बैंकले बताएको छ। यो योजनाले नारीहरूलाई अत्यन्त फाइदा पुग्ने विश्वास बैंकले लिएको छ। साथै, बैंकले डिजिटल कारोबारलाई प्रोत्साहन गर्न यस विकास बैंकको एटीएम कार्ड प्रयोग गरी नेपालभरी रहेको भिसा नेटवर्कमा आवद्ध जुनसुकै बैंकको एटीएम मेसिनबाट निःशुल्क रकम झिक्न सकिने व्यवस्था गरेको जानकारी दिएको छ।

अर्थ संसार

सिभिल बैंकका ग्राहकहरुलाई क्यापिटल हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टरमा विशेष छुट

सिभिल बैंक लिमिटेडले आफ्ना कर्मचारी र ग्राहकहरुलाई काठमाडौंको पुतलीसडकस्थित Capital Hospital & Research Center Pvt.Ltd. मा विशेष छुट प्रदान गर्ने सम्झौता गरेको छ।

सम्झौतापत्रमा बैंकका तर्फबाट बाग्मती प्रदेश प्रमुख सुरज दाहाल र Capital Hospital & Research Center Pvt.Ltd. पुतलीसडक काठमाडौंको तर्फबाट प्रबन्ध निर्देशक अशोक रत्न बज्राचार्यले हस्ताक्षर गरेका छन्।

सम्झौता कार्यक्रममा सिभिल बैकं लिमिटेडको प्रधान कार्यालयका ManagerTransaction Banking कास्येप मानन्धर र असन शाखाका प्रमुख रजल बज्राचार्यको समेत उपस्थिति रहेको थियो।

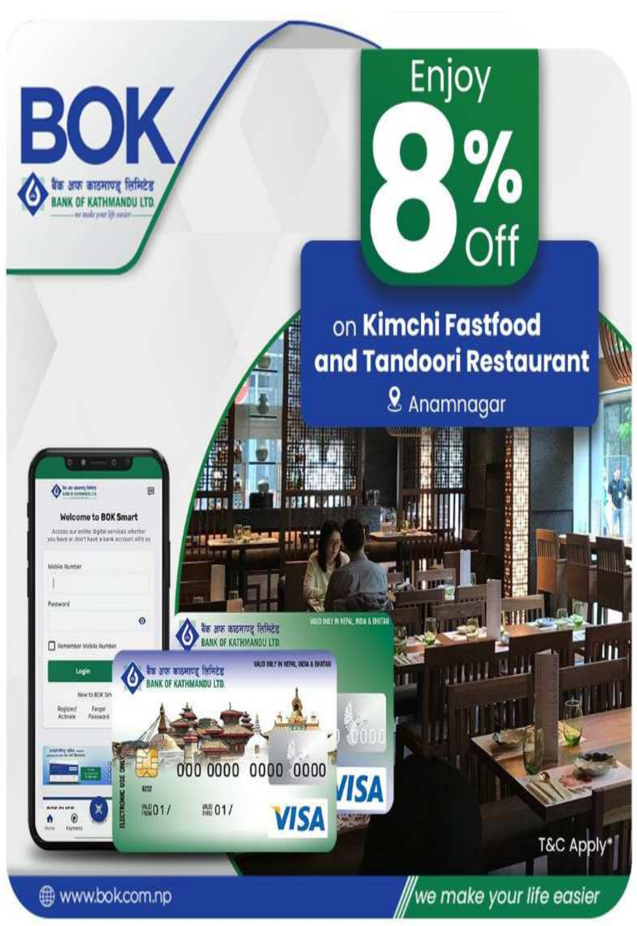
सम्झौता अनुसार बैंकका भिसा डेबिट कार्ड तथा मोबाइल बैकीङ्ग

प्रयोगकर्ताले उक्त Capital Hospital & Research Center Pvt.Ltd. मा, Orthopedic (Operation/ Procedure Charges), General Surgery -Operation/ Procedure Charges), Physiotherapy, Pharmacy, Bed Charge मा १० प्रतिशत, Ultra Sound, Laboratory Service -For All Available Tests), MRI मा १५ प्रतिशत, X Ray, Skin Disease and Cosmetic Procedures मा २० प्रतिशत सम्म छुट प्राप्त गर्न सक्नेछन।

बैकलाई आम जनमानसले गरेको प्रगाढ विश्वास अगाध स्नेह र माया बैक प्रतिको विश्वासले मुलुकभर ११५ शाखा कार्यालय, १३ एक्सटेन्सन काउन्टर र ९९ एटिएमका साथै संस्थागत सुशासन, जोखिम व्यबस्थापन र आन्तरिक नियन्त्रण प्रणालीको उत्कृष्ट अभ्यासलाई बैंकले पालना गर्दै आएको छ। आगामी दिनमा पनि यस किसिमको ग्राहकको सेवा सुविधा र छुटका लागि बिभिन्न संघ संस्थाहरुसँग समन्वय गरी यस्ता किसिमका सम्झौताका कार्यक्रमहरु गर्ने कुरा समेत उक्त बैंकका बाग्मती प्रदेश प्रमुख सुरज दाहालले जानकारी दिनुभयो।

बैंक अफ काठमाण्डूका ग्राहकलाई किम्ची फास्टफुडमा ८% छुट

बैंक अफ काठमाण्डू लिमिटेड र किम्ची फास्टफुड एन्ड तन्दुरी रेस्टुरेन्टबीच बैंकको डेबिट कार्ड, क्रेडिट कार्ड तथा मोबाइल बैंकिङबाट



क्यूआर कोड स्क्यान गरी भुक्तानी गर्दा बैंकका ग्राहकलाई ८% छुट उपलब्ध गराउने सम्झौता भएको छ।

यस सम्झौतापश्चात् बैंकका ग्राहकले काठमाण्डौंको अनामनगरस्थित किम्ची फास्टफुडमा उपलब्ध हुने सेवाहरुमा एकमुष्ठ ८% छुट पाउनेछन्। यो छुटको उपयोग गर्नका लागि ग्राहकले बैंकको कार्ड तथा मोबाइल बैंकिङको प्रयोग गरी भुक्तानी गर्नुपर्नेछ।

किम्ची फास्टफुडबाट सेवाग्राहीलाई गुणस्तरीय सेवा तथा सुविधा प्रदान गर्दै आईरहेको छ। हालसम्म बैंक अफ काठमाण्डूले १०३ शाखा कार्यालय, ९८ एटीएम र १० एक्सटेन्सन काउन्टरबाट आफ्ना ग्राहकलाई उत्कृष्ट बैंकिङ सुविधा प्रदान गर्दै आइरहेको छ।

जन आकाश
Jana Aakash National Weekly राष्ट्रिय साप्ताहिक

नायिका घिमिरेको बुझाइमा तीज

तीज हाम्रो मौलिक पर्व हो । यो पर्व मनाउने हाम्रो आफ्नै तौर तरिका रहेका छन् । हरेक वर्ष भाद्र शुक्ल तृतीयाका दिनमा मनाइने हरितालिका तीज पर्व आज देवादिदेव महादेवको पूजा आराधना गर्ने गरिन्छ । भगवान शिवको आराधनासँगै तीजको अर्को पक्ष भनेको गीत संगीत र नाचगान हो । मैले पनि विगतका वर्षहरूमा तीज गीत स्रोता/दर्शकमाझ ल्याए पनि यो वर्ष भने ल्याएकी छैन । मेरो स्वरमा सन्देश मूलक तीज गीत 'यतै घमाइलो उतै घमाइलो', त्यसैगरी छम छम नाच्ने 'तीजैमा ब्रत बसी', 'बजाउँदै चुरा' जस्ता गीत आएका छन् ।

नेपाली नारीहरूद्वारा स्वतन्त्र र आनन्दमय रूपमा मनाइने तीज अन्य धर्म र जातजातिका नेपाली महिलाहरूले पनि हर्षोल्लासका साथ मनाउन थालेका छन् । यो पर्व मुख्य रूपले नेपालभर मनाईन्छ भने भारतका कुनै कुनै प्रान्तमा मनाइन्छ ।

यसवर्षको तीज पनि हामी माझ आएको छ । विश्वव्यापी रूपमा फैलिएको कोरोना भाइरसको महामारीबाट जोगिन सरकारले लागू गरेका स्वास्थ्यसम्बन्धी नियमको पालना गर्दै हाम्रो महान् पर्व हरितालिका तीज मनाउन म सबैमा आग्रह गर्दछु । हाम्रो मौलिक संस्कृति र परम्परालाई संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्ने गरी चाड मनाउऔं । यस्ता सांस्कृतिक पर्वहरूले सबै नेपालीहरूको बीचमा विविधतामा एकता, धार्मिक सहिष्णुता तथा सामाजिक सद्भाव कायम गर्न सहयोग पुऱ्याइरहेका हुन्छन् । हरितालिका तीजको मौलिकतालाई कायम राख्दै यसको सांस्कृतिक महत्वको जगेर्ना गर्न यो पर्व मनाउने सन्दर्भमा देखिने गरेको भड्किलोपन र खर्चिलोपनलाई हटाउँदै जानु अति आवश्यक छ । हाम्रो आफ्नै मौलिक महान् पर्व तीजको अवसरमा सम्पूर्ण देश विदेशमा रहनुहुने नेपाली संस्कृतिलाई मायागर्नुहुने सबैमा तीज पर्वको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

दिदी-बहिनीहरूको मिलनको पर्व हो तीज

हरेक वर्षजस्तै यस वर्ष पनि नेपालीहरूको घर-आँगन नेपाली दिदी बहिनीको पर्व तीज आइपुगेको छ । दिदी बहिनी जम्मा हुने मिठो खाने, राम्रो लाउने र गीत संगीतमा रम्ने यो चाडको विशेषता हो भने धार्मिक

महत्व पनि त्यतिकै छ । तीज खासगरी दिदी-बहिनीहरूको मिलनको पर्व हो । यो पर्वमा साँस्कृतिक, पौराणिक, सामाजिकलगायत धेरै पक्ष जोडिएका छन् । तर नेपालका प्रायः सबै समुदायका महिलाहरूले मनाउने साझा पर्वका रूपमा विकास भइरहेको छ तीज । बहुसांस्कृतिक पर्वका रूपमा विकसित भइरहेको तीज अब नेपाली हिन्दू महिलाहरूमा मात्र सीमित नरही सबै धर्म-जातिका महिलाहरूले मनाउने साझा पर्वका रूपमा विकसित भइरहेको छ । नेपालीहरूका ठूला चाड दशैं र तिहारपछिको तेस्रो ठूलो चाडका रूपमा स्थापित हुँदै गएको छ तीज । यो चाड मुख्यरूपले नेपालभर मनाइन्छ भने नेपाली जातीको बसोवास भएका सबै ठाउँमा मनाइन्छ ।

तीज नजिकिँदै जाँदा बजारमा तीजसम्बन्धी गीतको चर्चा भइरहेको छ । तीज पर्वमा खासगरी महिलाका स्वरहरू गुञ्जयमान हुन्छन् । पछिल्लो समयमा पुरुषहरूको स्वरको साथ पाएको छ तीजले । चर्चित गायक(गायिकादेखि लिएर नवप्रवेशीसम्मले यो माहोललाई आफ्नो गायन प्रतिभा प्रस्फुटन गर्ने समयका रूपमा सदुपयोग गर्ने श्रृंखला यस वर्ष पनि जारी छ । तीजका गीत संगीत सांस्कृतिक परम्पराको नाममा विकृतितर्फ समेत धकेलिन लागेको आरोप लागीरहन्छ । केही छाडा तीज गीत पनि बजारमा आए ।

सम्बन्धित संघ संस्थाले प्रतिवन्ध लगाउनु पर्ने भन्ने जस्ता आवज पनि सुनिए । यसको भावना र मर्मलाई बुझेर मात्र गीतलेखन कार्य होस् । तीजका गीतलाई रत्यौली नबनाइयोस् । गाईजात्रे गीत नबनाइयोस् । 'आफ्नो मौलिकपन कायम राख्न सकेनौँ भने हाम्रो आफ्नो पहिचान नै खतरामा पर्न जान्छ' भन्नेजस्ता आवाज पनि हरेक वर्षजस्तै यस वर्ष पनि सुनिए

तीज नेपाली महिलाहरूको आफ्ना भावना पोख्ने पर्वको रूपमा परिचित थियो र छ । तर, पछिल्लो समयमा आएर महिलाहरूको भावना पोख्नेभन्दा पनि यो व्यावसायिक हुँदै गएको छ । परिवर्तन हुनु नराम्रो कुरो त होइन तर यसको भावनालाई आत्मसाथ गर्न सक्नुपर्छ । तीजगीत र दोहोरीगीतमा फरक छुट्याउन गाह्रो भएको छ । गीत गाउने र चर्चा बटुल्ने नाममा अभद्र, अमर्यादित र छाडा गीतसंगीतले प्रश्रय पाउनु हुँदैन । तीजका गीतमा खासगरी माइतीघर र घरको विम्ब पाइने गरे पनि अहिले भने युवायुवतीको प्रेमका गीतहरू बढी पाइन्छ । यो समयको माग पनि हुन सक्छ ।

आधुनिकताको नाममा आफ्नो रीतिरिवाज, धर्मकर्म अनि अनुशासित परम्परालाई कुल्चँदै गए नेपाली र नेपालको अस्तित्व कता जाला ? तीज मनाइरहँदा सर्जकहरूले यसतर्फ पनि सोच्न जरुरी छ ।

सुन्दै उकुसमुकुस हुने, नारीको मर्यादामाथि प्रहार गर्ने र विकृति भित्र्याउने गीतलाई प्रश्रय दिइरह्यौँ भने हाम्रो समाज अनि हाम्रो मर्यादा, संस्कार कता जाला सम्बन्धित निकायले यसतर्फ सोच्न जरुरी छ तीज पर्व उल्लासमय रूपमा मनाइँरहदा । नेपाली महिलाको महान् पर्व तीजको सबैमा हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

नेपाल चलचित्र पत्रकार संघ पूर्व उपाध्यक्ष

चेलीका दुःख र सुख ब्यक्त गर्ने तीज

तीज पर्व हिन्दु नारीहरुको परम्परागत संस्कार युक्त चाड हो । गीतको माध्यमबाट चेलीका दुःख र सुख ब्यक्त गरिन्छ , भने पित्रृ सतात्मक सस्कृतिको उपज भन्दा पनि अतिसयोक्ति हुदैन, किनकी नारीले आफ्नो पतिको चिरआयूको कामना सहितको पूजा गर्ने पाऊँको जल खाने यश पर्वको प्रचलन रहेको छ । त्यस कारण यश पर्वलाई नारीहरु दासत्व उन्मुक्तिको पर्वको रुपमा पनि लिएको पाईन्छ । जस्तैः

"पानी पनि नखाएर व्रत बस्ने
निलार
पतिदेवको सवार हुन्छ,रक्सि
पिएर"

आफ्ना पारिवारिक पीडा, अन्याय अत्याचारलाई गीतको माध्यम बनाएर सामुहिक रुपमा प्रष्फुटन र एक अर्कोमा दुख पोख्ने प्रचलन पनि गाउँ घरमा विध्दमान रहेको छ ।

"पिन्जडाको चरि बरु गाली
नखाई बस्दछ ।
सधैं मेरो आँखाबाट आँसु
बग्दछ"
"यो तीजमा पाए सम्म माईती
घर गइन्छ ।
दुःख पीडा बिसाएर हल्का
भईन्छ।"

यसरी नै मन बिसाउने चलन छ भने,
अर्को तर्फ विकृति पनि छ ।

आजकाल शहर बजारमा सस्कृतिको विरुद्ध तीज पर्व मनाएको पाईन्छ । पश्चिमा सस्कृतियुक्त गीतहरुका साथमा महिला पुरुष मिलेर नाच्ने चलन पनि छ ।

सबल पक्षः

सस्कृतिको जगेर्ना

महिलाहरु बिच आपसी सहयोग, सदभाव, सहकार्य र एक्यवद्धता कायम गर्न यस पर्वले ठुलो योगदान पुर्याएको छ ॥

"प्रकृतिले सजिएको हाम्रो देश
नेपाल सुन्दर शान्त वुद्व भुमि छ
नि विशाल""

शान्ता पोखेल
"शब्द संसार"

खेलकुद

महिला साफ च्याम्पियनसिपका लागि नेपाली टोलीको घोषणा

काठमाण्डौ । महिला साफ च्याम्पियनसिपका लागि अखिल नेपाल फुटबल संघ एन्फाले टीमको घोषणा गरेको छ । मुख्य प्रशिक्षक कुमार थापाले महिला साफ च्याम्पियनसिपका लागि २३ सदस्यीय राष्ट्रिय महिला टिमको घोषणा गरेका हुन् । चोटका कारण नियमित कप्तान रेनुका नगरकोटी र डिफेन्डर पुजा राना टीममा परेका छैनन् । अमिषा कार्की, समीक्षा घिमिरे र दीपा शाही भने पहिलोपटक टीममा परेका छन् । नेपाली टोलीको गोलकिपरमा अन्जिला तुम्बापो सुब्बा, अञ्जना राना मगर र उषा नाथ रहेका छन् । डिफेन्डरमा हिराकुमारी भुजेल, अमृता जैशी, गीता राना, पुनम जर्घा मगर, निशा थोकर, समीक्षा घिमिरे र विमला विक रहेका छन् ।

यस्तै,मिडफिल्डरमा विमला चौधरी, मञ्जली कुमारी योञ्जन, प्रीति राई, सरु लिम्बु, दीपा राई, दीपा शाही, इन्दिरा राई, अनिता बस्नेत, अनिता केसी छन् भने फरवार्डमा अमिषा कार्की, रेखा पौडेल, सावित्रा भण्डारी र रश्मी कुमारी घिसिङ टीममा रहेका छन् ।

साफ महिला च्याम्पियनसिप भदौ २१ गतेदेखि असोज ३ गतेसम्मद दशरथ रंगशाला काठमाण्डौमा हुनेछ । समूह बी मा रहेको नेपालसँगै भुटान र श्रीलंका रहेका छन् । नेपालले भदौ २१ गते भुटानसँग भदौ २८ गते श्रीलंकासँग खेल्नेछ । यस्तै समूह ए मा साविक विजेता भारत, माल्दिभ्स, बंगलादेश र पाकिस्तान रहेको छ । दुवै समूहका शीर्ष २ टोली सेमिफाइनलमा पुग्नेछन् ।

फिफाले भारतमाथि लगाएको प्रतिबन्ध हटायो

विश्व फुटबलको सर्वोच्च निकाय फिफाले अल इन्डिया फुटबल फेडेरेशन (एआईएफएफ) माथि लगाएको प्रतिबन्ध फुकुवा गरेको छ ।

फिफाले पत्र लेखेर भारतको फुटबल सङ्घलाई अनिश्चितकाल सम्मका लागि लगाएको प्रतिबन्ध फुकुवा गरेको जनाएको हो ।

प्रतिबन्ध फुकुवासँगै आउँदो अक्टोबरमा तय भएको १७ वर्षमुनिको महिला विश्व कप पनि भारतमै हुनेछ । त्यस्तै भारतले अब नेपालमा हुने महिला साफ च्याम्पियनसिप पनि खेल्न पाउनेछ । फिफाले गएको साउन ३० गते एआईएफएफमा बाहिरी शक्ति हावी भएको भन्दै प्रतिबन्ध लगाएको थियो । भारतले गएको मङ्गलवार फिफाले राखेका मागलाई स्वीकार गरेको ब्यहोरासहित प्रतिबन्ध फुकुवाका लागि पत्र लेखेको थियो ।

सुनमाया बुढाले फ्रान्समा भएको अल्ट्रा दौडमा जितिन् रजत

काठमाडौं । विश्वकै प्रतिष्ठित अल्ट्रा रेस मोन्ट ब्लांक (यूटीएमबी)को १०० किलोमिटर विधामा नेपालकी सुनमाया बुढा दोस्रो भएकी छिन् ।

द नर्थ फेस एडभेन्चर क्लबका लागि खेलेकी सुनमायाले गएराति आयोजित प्रतियोगितामा मोन्ट ब्लांक क्षेत्रको कोर्ष रेकर्ड तोड्दै ११ घण्टा ४५ मिनेट ४४ सेकेन्डमा निर्धारित दूरी पूरा गरेकी हुन् । उनी फ्रान्सकै ब्लेन्डिन हिरोन्डेलसँग पछि परेकी हुन् । गतवर्ष यूटीएमबी थाइल्याण्डमा पहिलो भएपछि विश्व च्याम्पियनसिपको मान्यता पाएको यो प्रतियोगितामा छनोट भएकी हुन् । सुनमायाले सन् २०१७ मा पनि मोन्ट ब्लांक ८० किमि दोडमा सहभागिता जनाएकी थिइन् । त्यतिबेला उनी सातौं भएकी थिइन् ।

साफ महिला च्याम्पियनसिपका लागि पाकिस्तानी टिम काठमाडौं आइपुग्यो

काठमाडौं । यही भदौ २१ गतेदेखि आयोजना हुने साफ महिला च्याम्पियनसिपका लागि पाकिस्तानी टिम काठमाडौं आईपसगेको छ ।

पाकिस्तानी टिम आइतबार राति नै काठमाडौं आइपुगेको हो । टोलीलाई अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा)का सदस्य सरिला श्रेष्ठ र मनिष जोशीले त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा स्वागत गरे ।

पाकिस्तान 'समूह ए' मा छ। यस समूहमा साविक विजेता भारत, बंगलादेश र माल्दिभ्स पनि छ। आयोजक नेपालसहित भुटान र श्रीलंका 'समूह बी' छन् । भुटानको टिम यसअघि नै नेपाल आइसकेको छ ।

सिँधे, पिठो पनि दर समान हुन्छ - राधा कार्की, कर्मचारी

परापूर्व कालदेखि चलिआएको तीज पर्व । शिव र पार्वतीको मिलन । उनीहरूलाई भेटगराउन साथीहरूले गरेको भरपूर सहयोगको आभास गर्न सकिने यो तीज पर्व । मित्रवत् व्यवहार, प्रेम र सद्भावले खाएको सिँधे, पिठो

पनि दर समान हुन्छ भन्ने प्रमाण हो । संस्कार,संस्कृति,पर्वलाई जगेर्ना गर्दै सभ्य समाजको निर्माणमा जुट्नु हामीसबैको कर्तव्य हो । अहिले बढेको आयातित सामग्रीको बाढी भन्दा पनि हामी आफैले गरेका उत्पादनबाट आएका सामग्रीलाई प्रयोगमा ल्याएर परिवार र छोरीचेली साथीसँगी सँगै मिलेर रमाउन सके अझ पर्वहरूको महत्त्व बढ्ने थियो भन्ने लाग्छ । यसलाई महङ्गो र तडक भडक भन्दा पनि सरल र सहज भएर सबैको पहुँचमा पुग्न सकोस् भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

देशभर...

गर्दै आएका छन् । तै पनि तीज आसपासमा निराधार ब्रत बस्दा बेहोस हुनेको संख्या छिट्टफुट्ट देखिएकै छ ।

भड्किलो बन्दै छ तीज

हिजोआज तीज भड्किलो हुँदै छ भने तीजको रमझममा पनि पश्चिमेली शैली मिसिन थालेको देखिन्छ । फलस्वरूप तीज केही उत्ताउलो समेत हुन थालेको र यसको मौलिकता पनि हराउन थालेको गुनासो बढ्न थालेको छ । नेपालका केही न केही बिषमा भाईरल भइरहने सञ्चार कर्मी ऋषि धमला र उनकी धर्मपत्नी एलिजा गौतमले हिन्दी गीतमा पन्च डान्स गरेर भाइरल भइरहेको यो बर्षको तीजमा बढी चर्चामा रहेको छ । यो नेपाली संस्कृति माथिको प्रहार भएको भनेर कतिपय महिला अधिकार र नेपाली संस्कृति संरक्षण अभियान्तहरुले आपत्ति जनाइसकेका छन् ।

तीजको सामजिक पृष्ठभुमि

आधुनिक समाजमा तीजको महत्वलाई जुनरूपले व्याख्या गरिए पनि यो एक पौराणिक कालदेखि चलिआएको परम्परा हो । सृष्टि र समाज चल्नको लागि पूर्वीय मान्यता अनुसार महिलाहरू विवाह पश्चात् आफ्नो श्रीमानको साथमा उसको घरमा बसी बाँकी जीवन बिताउनु पर्ने हुन्छ । यसरी आफू जन्मेको घर, बुबा, आमा, भाइबहिनी, इष्टमित्र र समाज चटक्क छोडी पराइघरमा जीवन विताउँदा आउने माइतिको यादलाई कमी गर्ने एउटा अवसरको रूपमा तीज पर्वको गहन महत्व रहेको छ । तीजमा महिलाहरूलाई मीठा मीठा भोजनका परिकारहरू खुवाइन्छ, नयाँ लुगा कपडा दिइन्छ ।

महिलाहरूलाई पराइघरको विभिन्न जिम्मेवारी, तनाव, साथै माइतीको सम्झनाको खाडललाई कम गर्न यो पर्वको ठूलो भूमिका रहेको छ। तीजमा विवाहिता महिलाहरू आफ्नो लोग्नेको दीर्घायुको कामना गर्दै व्रत बसी नाचगान र मनोरञ्जन गर्छन् भने अविवाहिता सुयोग्य वरको आशा राखी व्रत बस्छन् ।

ब्रतको समयमा महिलाहरूले तीजको ब्रतकथा सुन्ने र समापनमा पूजा लगाई ब्राह्मणब्राह्मणीहरूलाई दान दक्षिणा गर्ने चलन रहेको छ । तीजको व्रत अन्य व्रत भन्दा फरक ढंगले लिइन्छ । पहिलो दिन विशेष महत्वकासाथ दर खाने गरिन्छ ।

कथा यस्तो छ

यो ब्रतको महात्म्यको कथा भगवान शिवले पार्वतीजीको पूर्वजन्मको स्मरण गराउने उद्देश्यले यसप्रकार भन्नु भएको थियो । हे गौरी पर्वतराज हिमालयको घर अर्थात तिम्रो माइतमा बस्दा गंगातटमा तिमीले आफ्नो बाल्यावस्थामा अधोमुखी भई घोर तपस्या गरेकी थियौ । उक्त अवधिमा तिमीले कुनै अन्नपानी नखाई केवल हावाको मात्र सेवन गरेकी थियौ र मात्र सुख्खा पत्ताहरू चबाई दिनहरू काटेकी थियौ । माघको चिसोमा तिमीले निरन्तर जलमा प्रवेशगरी तप गर्यौ, बैशाखको शरीर जलाउने गर्मीमा पञ्चाग्निद्वारा शरीर तपायौ । साउनको मुसलधारे वर्षामा खुल्ला आकाशमुनि बिना अन्नपानी व्यतीत गर्यौ ।

तिम्रो यो कष्टदायक तपस्या देखेर तिम्रा पिता धेरै दुःखी र चिन्तित हुने गर्दथे । तब एकदिन तिम्रो तपस्या तथा तिम्रा पिताजीको दुःख र चिन्तालाई मनन गरी नारदजीले तिम्रा घरमा आउनुभयो । तिम्रा पिताले नारदजीलाई घर आउनाको कारण सोध्नुभयो र प्रत्युत्तरमा नारदजीले भन्नुभयो ू हे गिरिराज” म भगवान विष्णुले पठाएर यहाँ आएको हुँ ।

तपाईंकी छोरीको घोर तपस्याबाट प्रसन्न भई स्वयं भगवान विष्णु उनीसँग विवाह गर्न चाहनुहुन्छ । यसबारे म तपाईंको राय जान्न चाहन्छु । ू नारदजीका कुरा सुनेर तिम्रा पिताले अति प्रसन्नताकासाथ भन्नु भयो । श्रीमान् यदि स्वयं विष्णु भगवान मेरी कन्याकासाथ वरण गर्न चाहनुहुन्छ भने मलाई कुनै आपत्ति छैन । उहाँ त साक्षात् परब्रह्म हुनुहुन्छ । यो त हरेक अभिभावकको पिताको इच्छा हुन्छ कि उसकी छोरी सुखसंम्पदाले परिपूर्ण पतिका घरकी गृहलक्ष्मी बनून् र आफ्नो जीवनसाथै पति र परिवारको सुखकी कारण बनून् ।

नारदजीले तिम्रा पिताको स्वीकृति पाएपछि भगवान विष्णुसमक्ष गई विवाह टुङ्गो लागेको समाचार सुनाउनु भयो । तर विष्णुसँग आफ्नो विवाह हुन लागेको थाहा पाएपछि तिमी असाध्यै दुःखित भयौ । तिम्रो दुःखको कुनै ठेगान भएन । अति दुःख, चिन्ता र कष्टमा तिम्रा दिनहरू बित्न थाले ।

तिम्रो चिन्तित र दयनीय मुहार देखेर तिम्री एउटी सखीले तिम्रो दुःखको कारण सोद्धा तिमीले भन्यौ मैले मनैदेखि भगवान शिवलाई वरण गरेकी छु, तर मेरा पिताले मेरो विवाह विष्णुजीसँग गरिदिने निधो गर्नुभयो । म विचित्र धर्मसङ्कटमा छु । अव मैले प्राण त्यागनुबाहेक कुनै उपाय र विकल्प देखेकी छैन ।ु तिम्री ती सःगिनी अति नै चङ्ग र समझदार थिइन् ।

उनले तिमीलाई भनिन् प्राण नै त्याग गर्नुपर्ने यहाँ के नै कारण छ र ? संकटको घडिमा धैर्यताका साथ काम गर्नुपर्दछ । हिन्दूनारीको जीवनको सार्थकता नै केमा छ भने जसलाई मनैले पतिका रूपमा एक पटक वरण गरिन्छ, उसैसँग निष्ठापूर्वक जीवन निर्वाह गर्नुपर्दछ । दीगो आस्था र एक निष्ठाका सामु त स्वयं भगवान पनि असहाय र किंकर्तव्यविमुढ बन्न पुग्नुहुन्छ ।

तसर्थ म तिमीलाई घनघोर वनमा लैजान्छु जुन साधनास्थल पनि हो र त्यहाँ तिम्रा पिताले समेत तिमीलाई खोजेर पाउनुहुन्न । मलाई पूर्ण विश्वास छ ईश्वरले अवश्य तिम्रो सहायता गर्नुहुनेछ । अनि तिमीले तिम्री सहेलीले भने झैं गर्यौ । यता तिम्रा पिता तिमीलाई घरमा नदेखेपछि धेरै चिन्तित र दुःखी हुनुभयो । उहाँ सोच्न थाल्नुभयो मैले त मेरी पुत्रीको भगवान विष्णुसँग विवाहको निधो गरेको थिएँ, भगवान विष्णु विवाहका निमित्त जन्ती लिएर आउनुभएका बखतमा कन्यालाई घरमा नभेट्दा अनर्थ हुन जानेछ, विष्णुलाई मैले के जवाफ दिनेरु यती विचार गरी तिम्रा पिताले चारैतिर तिम्रो खोजीको कार्य शुरु गराउनुभयो ।

यता तिम्रो धुमधामसँग खोजीकार्य भइरह्यो उता तिमी आफ्नी सहेलीका साथ नदीका तटमा एउटा गुफामा आराधनामा लीन भयौ । भाद्रपद शुक्लको तृतीया तिथि, अनि त्यस दिन हस्ता नक्षत्र थियो, त्यसदिन तिमीले बालुवाको शिवलिङ्ग निर्माण गर्यौ । रातभरि मेरा स्तुतिमा गीत गाउँदै जागरण गर्यौ । तिम्रो यो कठोर तपस्याको प्रभावले मेरो आसन हल्लिन पुग्यो र शीघ्र तिम्रा सामूमा पुगेँ र तिमिलाई वर माग्न भनेँ ।

त्यस समय आफ्नो तपस्याको फलका प्रभावले प्रकट भएको म महादेवलाई आफूसमक्ष देखेर तिमीले भन्यौ मैले हजुरलाई साँचो मनले पतिका रूपमा वरण गरिसकेकी छु । यदि तपाई साँच्चै नै मेरो तपस्याबाट प्रसन्न भई यहाँ प्रकट हुनुभएको हो भने मलाई आफ्नी अर्धाङ्गिनीका रूपमा स्वीकार गर्नुहोस् ।

त्यसपछि ू तथास्तु ू भनेर म कैलाश पर्वततर्फ फिर्ता भएँ । भोलिपल्ट उज्यालो हुने बितिक्कै तिमीले पूजाका समस्त सामग्री नदीमा सेलाई आफ्नी सहेलीसहित व्रतको समापन गर्यौ । त्यही समय तिम्रा पिता गिरिराज आफ्ना बन्धुबान्धवसहित तिमीलाई खोज्दै खोज्दै त्यहीं पुग्नुभयो । तिम्रा पिताले तिम्रो अवस्था देखेर अत्यन्त दुःखी हुँदै तिम्रो त्यो कठोर तपस्याको कारण सोध्नुभयो । तिमीले भन्यौ पिताजी मैले आफ्नो जीवनको अधिकांश समय कठोर तपस्यामा विताएँ ।

मेरो यो तपस्याको एकमात्र उद्देश्य माहादेवलाई पतिका रूपमा प्राप्त गर्नु थियो । आज म आफ्नो तपस्याको परीक्षामा सफल भएकी छु । म आफ्नो आराध्यको खोजीमा घरबाट निस्किएर हिँडेकी हुँ । अब मैले हजुरसँग घर नै फर्कनु पर्छ भने महादेवका साथ मेरो विवाह गरिदिने भए मात्र म घर फर्कन्छु । तिम्रा कुरा सुनेर पिता हिमालयले तिम्रो इच्छा स्वीकार गर्नुभयो र तिमीलाई घर फिर्ता लिएर जानुभयो । केहीसमय पछि उहाँले पुरा विधिविधान सहित हाम्रो विवाह गरिदिनु भयो ।

भगवान शिवले अझ भन्नुभयो (हे पार्वती भाद्रपदको शुक्ल तृतीयामा तिमीले मेरो आराधना गरी जुन ब्रत बसेकी थियौ, त्यसैको परिणामस्वरूप हामी दुईको विवाह सम्भव भएको हो । यो ब्रतको महत्व यसकारणले पनि महत्वपूर्ण छ । जसले यो ब्रत निष्ठापूर्वक पालन गर्दछ, त्यसलाई मनोवाञ्छित फल प्राप्त हुनेछ ।

यो ब्रतलाई हरितालिका भन्नुको अर्थ पनि पार्वतीलाई साथीहरूले पिता र आफ्नो प्रदेशबाट हरण गरी जंगलमा लगेको प्रसङ्गसँग जोडिन्छ । हरितालिका शब्दमा रहेका हरिता र आलिका यी दुई शब्दको अर्थ पनि क्रमशः हरण गरिएकी र सथीहरू भन्ने हुन्छ । भगवान शिवले पार्वतीजीलाई भन्नुभयो यस ब्रतलाई विधिविधानपूर्वक जसले लिन्छ, त्यसले तिम्रोजस्तै सुयोग्य र अचल श्रीमान् प्राप्त गर्दछ ।

यी लक्षण भएका महिलाहरुले ब्रत बस्नु हुदैन

धेरैजसो मानिसहरु हप्तामा एक पटक भएपनि ब्रत बस्ने गर्दछन् । नेपालमा विभिन्न तीथि, चाड वा अन्य विशेष दिनमा मानिसहरु ब्रत बस्छन् । ब्रत बस्दा स्वास्थ्य लाभ पनि हुन्छन् । तर केही रोग वा स्वास्थ्य समस्या भएका मानिसहरुले ब्रत बस्न नहुने डाक्टरको सल्लाह छ । यसो गर्दा समस्यामा थप वृद्धि हुने डाक्टरहरु बताउँछन् ।

मधुमेहका बिरामी

मधुमेहका बिरामीका लागि समयमा खाना र औषधी खानु अत्यावश्यक मानिन्छ । यदि यस्ता मानिसहरु ब्रत बस्छन् भने समस्या अझै बढ्न सक्छ ।

उच्च रक्तचापका बिरामी उच्च रक्तचाप भएका बिरामीले ब्रत राखे उनीहरुको शरिरको प्रक्रिया बिग्रन सक्छ । यसले स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पुर्याउने गर्दछ ।

मुटु रोगी

मुटुका रोगीले खानपिनमा धेरै ध्यान दिनुपर्छ । यदि यस्ता रोगी लामो समयसम्म भोको रहन्छन् भने यसले शरिरको कामक्रियामा नराम्रो असर पुर्याउने गर्दछ ।

मृगौलाका रोगी

जसलाई मृगौलाको समस्या छ उनीहरुले ब्रत बस्नुहुँदैन । यसले मृगौला फेल हुने खतरा बढ्ने गर्दछ ।

रक्तअल्पत्ताका बिरामी

जो मानिसहरुमा रगतको कमी छ उनीहरुले ब्रत बस्नु हुँदैन । यसले शरिर कमजोर हुनुका साथै थकान बढाउने गर्दछ ।

फोक्सोमा समस्या भएका मानिस

जसको फोक्सोमा गम्भीर समस्या छ भने त्यस्ता व्यक्तिले ब्रत बस्नुहुँदैन । यसले समस्या अझै बढाउन सक्छ ।

कलेजोका बिरामी

जसलाई कलेजोमा समस्या छ उनीहरुले ब्रत बस्नु हुँदैन । यसले कलेजो बिगार्ने काम गर्दछ ।

शल्यक्रिया गरेका रोगी

शल्यक्रिया गरेका नयाँ रोगीले ब्रत बस्नुहुँदैन । यो क्रममा शरिरलाई भिटामिन र मिनरल्सको अत्यधिक आवश्यकता पर्ने भएकाले समय(समयमा खाना खाइरहनुपर्छ ।

गर्भवती महिला

गर्भवती महिलालाई भिटामिन र मिनरलसको आवश्यकता पर्छ । यदि यस्तो बेला उनी ब्रत बस्छिन् भने महिला र शिशु दुबैमा गम्भीर असर देखापर्न सक्छ ।

स्तनपान गराउने महिला

स्तनपान गराउने महिलाले ब्रत बस्नुहुँदैन । यसले बच्चालाई आवश्यक भिटामिन र मिनरल्स पाउनबाट बञ्चित गराउँछ । यसले बच्चाको विकासमा पनि नराम्रो असर निम्त्याउने गर्दछ । साथै भोकै बस्दा शरिरमा आवश्यक पदार्थहरु पूर्ति नहुदा स्थनपान अर्थात दुधको मात्र कम हुन गई बच्चालाई आहार नपुग्न सक्छ ।

तीज नेपालीहरुको महत्वपूर्ण चाड हो यस चाडलाई सवैले सामाजिक समानता र सदभावपूर्ण तरिकाले मनाउने गरौं । पर्वलाई देखासेखी, आफ्नो औकातभन्दा माथि उठेर बढेर मनाउने नगरौं भोलि समस्या नआउने र सामाजिक विचालनहरु नआउने ढंगवाट पर्वलाई मनाउने गर्ने गर्नुपर्छ । नेपाली नारीहरुको तीजलाई जनआकाश साप्ताहिकले सकरात्मक संस्कृतिको लागि काम गर्दै आएको छ । तीजका बिषयमा समिक्षा सहितको टिप्पणी अर्को अङकमा प्रकाशन गर्दैछौं । उत्कृष्ट समिक्षा पठाउनुहुने समिक्षकलाई उच्च सम्मान र पुरुस्कारको व्यवस्था रहेको छ ।

अखिल......

उक्त कार्यक्रम मनाइएको त्यस कार्यक्रम सञ्चालन समेत गरेकी भुमिका शाहले सम्बोधनका क्रममा बताएकी थिइन ।

लेखक....

इन्चार्ज तथा भाषाविद् डा. गोपाल ठाकुर ,मार्क्सवादी चिन्तक तथा लेखक डी. पी. ढकाल , नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठानका प्राज्ञ प्रा. डा. गोपिन्द्र पौडेल, प्रा. डा. राजनप्रसाद पोखरेल , जनसांस्कृतिक महासंघ, नेपालका उपाध्यक्ष द्वय देवेन्द्र थुम्केली र केशव सिलवाल, अखिल नेपाल लेखक संघका अध्यक्ष डा. धनप्रसाद सुवेदी, उपाध्यक्ष तथा बातलाबा विभाग प्रमुख स्वप्निल स्मृति , सहप्राध्यापक तथा लेखक भिम रेग्मी ,डा. बालकृष्ण अधिकारी , लेखक तथा उपप्राध्यापक जीवन जीवन्त , कवि प्रथा ,अखिल नेपाल लेखक संघका केन्द्रीय सचिवालय सदस्य तथा वाग्मती प्रदेश अध्यक्ष अगिब बनेपाली ,केन्द्रीय सदस्य सन्तोष सिम्खडा , डा. सूर्य अर्याल ,नारायण शर्मा , कवि टहल दाहाल (नवकिरण) ,कल्पना देवकोटा लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

कार्यक्रम दिग्गज व्यक्तित्वहरुको उपस्थितिमा भएको भए पनि एउटै व्यक्तिले लामो समय लिदा दर्शक बनिरहेकाहरुलाइ पट्यारलाग्दो बनेको थियो । कार्यक्रमको अध्यक्षले सम्बोधन गर्नेबेलासम्म मानिसहरु उठेर हिडन थालिसकेका थिए । बाकी बसेकाहरु पनि हल्ला गर्दै गरेको देखिन्थ्यो त्यही अवस्थामा बाबा बस्नेत्ले कार्यक्रमलाई धन्यवाद दिदै समापन गरेकी थिइन् ।

मौलिकता.....

रमाउने मान्यता राख्नु पर्छ भन्ने लाग्छ ।

मेरो सन्दर्भमा भन्ने हो भने मेरो माईतीमा पनी भोको बसेर धर्म हुन्छ र मन्दिर जादा मात्र धर्म हुन्छ भन्ने कुराको एकदमै बिरोधी होईसिन्थ्यो । भाग्यले नै भन्नु पर्छ मेरो घर परिवार पनी भोको पेटले मन्दिर जाने कुराको बिरोधी नै होईसिन्छ ।

त्यसैले नै मेरो तिज भनेको मेरो घरको दिदी बहिनीलाई वहाहरुको समय मिलाएर दर खुवाउछु र म पनी औषीको दिन माइती गयर घरमै फर्कन्छु र तिजमा झन बुढाकै सेवा गरी बस्नेछु । सबैभन्दा रमाइलो कुरा भने ब्रतको दिन बुढाको अगाढी नै टन्न खाना खानु पर्छ अनीमात्रै वहाले जान मन भयको मन्दिर लियर गैसिन्छ ।

पुरुषहरुको नाममा पुरुषलाई नै पिडा हुने कुनै कार्य नगरौ र परुषहरुले पनी महिलाको भावनाको कदर गरौ पिडा बुझौ ।

कतिलाई यो कुरा पाच्य हुदैन तर मैले गर्ने सत्य कुरा सबैलाई जानकारी गरायको हु ।

सबैले आफ्नो स्वास्थ्यको ख्याल राखौ ! परिवारको ख्याल राखौ ! पर्ब साच्चै खुसी लियर आउनेछ निधार खुम्च्याएर नजावस !! सबैलाई तिजको शुभकामना !!

तीज...

उल्लासमय एवं संस्कारयुक्त बनाउन पहल गर्नुपर्छ । तीजलाई आधुनिकी करण गर्ने नाममा भड्किलो र असभ्य बनाउनु भने हुँदैन । आफूलाई आधुनिक र सहरिया मान्ने महिलाहरू होटलमा भेला भएर पार्टी आयोजित गर्छन् र लनि गरी मदिरामा डुब्छन् । तीजका नाममा भित्रिएको यो सबैभन्दा दुर्गन्धित पक्ष हो । इज्जत र सभ्यता अनि सुन्दर देखिन नभई अरुको देखासिकी र प्रतिस्पर्धाका लागि गहना लगाउने चलन पनि भित्रिएको छ । त्यसले आर्थिक भार पनि बढिरहेको हुन्छ । यस्तो व्यवहारले मौलिक संस्कृतिलाई पनि ओझेलमा पार्छ । यो पर्वको सांस्कृतिक महत्वको जगेर्ना गर्न विकृतिहरू हटाउँदै जानु आवश्यक छ ।

पारम्परिक महत्व

हिमालयपुत्री पार्वतीबाट सुरु भएको मानिने तीजको परम्परा निकै पुरानो छ । हरितालिका तीजको व्रत पवित्र मनबचनका साथ बस्दा अविवाहितले चिताएको वर पाइने तथा विवाहितहरूले आफ्ना पतिको दीर्घायु तथा सुस्वास्थ्य प्राप्त गर्ने परम्परागत मान्यता छ । त्यस्तै हरितालिका तीजको व्रत सकिएपछि मनाइने पञ्चमीको परम्परागत महत्व भने फरक छ । चाहे विवाहित हुन् वा अविवाहित सम्पूर्ण नारीले यो दिनलाई आफ्ना लागि मनाउँछन् । पञ्चमीमा टोकिने ३ सय ६५ वटा दतिवनका डाँठले वर्षभरि जानअन्जानमा भएगरेका कायिक, वाचिक एवं मानसिक गल्तीबाट मुक्ति पाइन्छ भन्ने भनाइ छ । यो दिनलाई महिलाको रजस्वलासँग प्रत्यक्ष जोडेर हेर्ने परम्परा छ । युवतीहरू प्रथम रजस्वलापछि मात्र पञ्चमी पूजामा सरिक हुन्छन् भने विवाहित प्रौढ एवं महिलाहरू रजस्वलाका बखत छुन नहुने चीज वा देवीदेवतालाई भूलवश छोइएको भए पनि दतिवन टोकेपछि सम्पूर्ण पाप पखालिने कुरामा विश्वास गर्छन् । तीज पर्वको परम्परागत महत्व सम्बन्धसँग जोडिएर आएको छ ।

सम्बन्ध सुधार गर्ने, यसलाई अझ प्रगाढ बनाउने तथा सम्बन्धमा भएका मनमुटावलाई प्रेममा बदल्ने पर्व हो तीज । अहिले पनि यसको आस्था र महत्व उत्तिकै छ । अनदीको लट्टे, तिलको छोप हालिएको करेलाको अचार आदि परिकारको स्वादसँगै पुराना भाका र शैलीका गीत गाउने, पानी नपिई व्रत बस्ने, पञ्चमीको पूजापछि कर्कलो खानेजस्ता परम्परागत संस्कार हाम्रो छ । जति पहिलो पुस्तासँगको संगतबाट संस्कार सिकिन्छ त्यति अरूले गरेको देखेर प्राप्त हुँदैन ।

पहिले नेपाली नारीहरू आत्मनिर्भर तथा स्वावलम्बी नभएका हुँदा एकदिन भए पनि मीठोमसिनो ख्वाउन माइती पक्षकाहरू लामो समयदेखि दरको जोहोमा जुट्थे भने चेलीबेटीहरू पनि महिनौं अगाडिदेखि पर्खेर बस्थे । त्यही दिनलाई उनीहरू आफ्नो बह पोख्ने र स्वतन्त्र रूपले रमाउने दिनका रूपमा उपभोग गर्थे । सासूले खटाउने संस्कारबाट आएका नेपाली महिलाले एकै दिन भए पनि राम्रो लाउने, मीठो खाने, स्वतन्त्र हुने अनि धक फुकाएर नाचगान गर्ने मौका पाउने भएकाले यो पर्व नेपाली महिलाको आत्मीय पर्व हो जसको पर्खाइमा उनीहरू व्यग्र हुन्छन् ।

नेपाल....

प्रदान गरिउको थियो । भने कार्यक्रमका सभापति हरि बहादुर गौतमको हातवाट प्रमुख अतिथिहरुलाई मायाको चिनो प्रदान गरिएको थियो । कार्यक्रमा शुभकामना आदान प्रदान गरी हर्सोल्लासका साथ मनाइएको थियो ।

दरमा के खाने के नखाने ?

डा. मनसा थापा

काठमाण्डौ । तीजको पहिलो दिन आज दर खाइँदैछ । तीजको अघिल्लो दिन दर खाएर भोलिपल्ट व्रत बसी पूजा र नाचगान गर्ने चलन छ । दरमा गुलियो, चिल्लो र पिरो धेरै भएका खानेकुराहरु खाने गरिन्छ ।

राति चिल्लो तथा पिरो खानेकुरा खाएर भोलिपल्ट दिनभर निराहार व्रत बस्नु स्वास्थ्यका घातक हुनसक्छ । व्रत बस्नुभन्दा २४ घण्टा अगाडिसम्म खाँदा खासै फरक नपरे पनि १०, १२ घण्टा अगाडि धेरै चिल्लो पिरो र गुलियो खानेकुरा खाँदा त्यसले विभिन्न जोखिम निम्त्याउन सक्छ । हामीले दैनिक रुपमा खानेभन्दा फरक प्रकृतिको खानेकुरा खाँदा हाम्रो पाचन प्रणालीले त्यसलाई सहन गर्न सक्दैन । त्यसलाई पचाउन सक्दैन । खाना पचेन भने विभिन्न खालका स्वास्थ्य समस्याहरु देखिन सक्छन् ।

दरमा कतिपयले मासु खाने गर्छन् । त्यसरी मासु खाँदा धेरै नुन तथा मसला राख्नुहुँदैन । यस्तै दूधबाट बनेका परिकारमा पनि धेरै गुलियो, चिल्लो राख्नुहुँदैन । तरकारी तथा अचारमा धेरै पिरो मसला पनि धेरै राख्नु हुँदैन । यदि लामो समयको खाली पेट भएको बेला दर खान लागिएको छ भने सुरुमा नुनिलो र संयुक्त परिकार खानु पर्दछ । दर खाँदा आफ्नो शरीरमा चाहिने जति मात्रै खानु पर्दछ । धेरै खाएमा बान्ता हुने लगायतका अरु खालका स्वास्थ्य समस्या हुन देखिन सक्छ । दरमा विभिन्न परिकारसँगै सलादको मात्रा अनिवार्य रुपमा समावेश गर्नुपर्छ । सामूहिक रुपमा दर खाँदा फुड पोइजन हुनसक्ने भएकाले सचेत हुनुपर्छ । यस्तै दरसँग जाँडरक्सी खानु हुँदैन । दरका रुपमा पहिलादेखि नै गुलियो, चिल्लो र पिरोखाने चलन रहे पनि पहिला र अहिलेको अवस्थामा धेरै फरक छ । पहिले शारीरिक रुपमा धेरै परिश्रम हुन्थ्यो । जसका कारण त्यति धेरै असर गर्दैन थियो । तर अहिले मानिसहरुले तुलनात्मक रुपमा कम परिश्रम गर्छन् । जसका कारण अहिलेका मानिस गुलियो, चिल्लो र पिरो खानेकुरा कम मात्रै पचाउन सक्छन् । भोलिपल्ट व्रत बस्नुछ भने झन् त्यस्ता खानेकुरा खानका लागि सतर्कता अपनाउनुपर्छ ।

चिल्लो, पिरो र मसलेदार खानेकुराले सबैलाई गर्ने असर भने उस्तै हुँदैन । मानिसको पचाउन सक्ने क्षमतामा भर पर्छ । पाचन शक्ति कमजोर भएकाहरुले दर खाँदा विशेष ध्यान पुर्याउनुपर्छ । शरीरमा कुनै पनि रोग लागेको छैन, शरीर स्वस्थ छ भने धेरै असर गर्दैन । तर जो मानिसको शरीर कमजोर छ , जसको उमेर बढी छ, मधुमेह र उच्च रक्तचाप जस्ता समस्या भएमा झन् बढी ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ ।

यति नै मात्रामा यस्ता खानेकुरा खाने भन्दा पनि आफ्नो शरीरलाई सहने गरी, खानुपर्छ । यति खाँदा मलाई असर गर्दैन भनेर आफैंले अड्कल्नु पर्छ । जबरजस्ती खानु हुँदैन । अरु बेलामा खाने जस्तै सरल खाना खानुपर्छ । भोलि व्रत छ, आज एकदिन त खाइहालौं नी के हुन्छ र ? भनेर हेलचेक्र्याइँ गर्नुहुँदैन । दरका रुपमा खानेकुरा खाँदा पनि हामीले दैनिक जीवनमा खानेजस्तै हल्काफुल्का खानेकुरा खानु नै उपयुक्त हुन्छ ।

अझ मधुमेह भएकाहरुले भने चिल्लो तथा गुलियो कम भएका खानेकुरा मात्रै खान उपयुक्त हुन्छ । यस्तै नुन बढी भएका खानेकुरा पनि धेरै खानु स्वास्थ्यका लागि हानिकारक नै हुन्छ । खसीको मासु खाइएको छ भने पनि छाला, बोसो भएको र चिल्लो पिरो धेरै हालेको नखाँदा राम्रो हुन्छ । यदि खाने नै भए पनि एक वा दुई टुक्रा मासु मात्रै खाँदा उपयुक्त हुन्छ । दर खाँदा ध्यान पुर्याइयो र सरल खानामा ध्यान दिइयो भने मधुमेह र उच्च रक्तचाप नियन्त्रणमा नै रहने भएकाले भोलिपल्ट व्रतको दिनमा पनि अलि सहज हुन्छ ।

शिर्षक बा र हजुरबा

डा. अमर कार्की
वेस्ट पाम बिच, फ्लोरिडा

ए छोरा गृहकार्य गरिस ?
हजुर गरे बा
गाइलाई घास हालिस ?
हजुर हाले बा
तल धाराबाट पानी लेराइस ?
हजुर लेराए बा
यसरी प्रस्नका बर्षा गर्ने मेरा बा
र हजुर हजुर लाउने म
लाग्थ्यो फौजिका कप्तान मेरा बा
अनि विचरो अर्दली म
माया देखाउन नजान्ने मेरा बा
तर बाको काख खोज्ने म
जहिले नि गम्भिर रहने मेरा बा
अनि सधै जिस्किरहने म
ए नाती पापा खान्छस ?
खान्छु हजुरबा
आइज काखमा बस्छस ?
बस्छु हजुरबा
साथीभाईसँग खेल्न जान्छस ?
जान्छु हजुरबा
मायाको दोलाईं ओडाउने हजुरबा
काखमा लुटपुटु गर्ने म
काधमा राखी गाउँ डुलाउने हजुरबा
अनि भुइँमा खुट्टा नराख्ने म
मैले हजुर हजुर भनि राख्नु पर्ने बा
भन्दा धेरै जाती लाग्थ्यो मेरा हजुरबा
सोच्थे वरु कतै गए नि हुन्थ्यो नि बा
यि बा एकै पटक किन हुन्नन हजुरबा ?
यस्तो सोच्दा सोच्दै आफु भैयो बा
मेरा बा हुनु भयो छोरीका हजुरबा
बा हजुरबा भएर हो कि आफु बनेर बा
आफुलाई अब लाग्न थाल्यो प्यारो बा
छोरी भन्छे बा भन्दा जाती हजुरबा
मैले पनि पाएँ साथी जस्तै मेरा बा
बा जाती हुन बन्नु पर्ने भए हजुरबा
खोइ त हजुरबाको मुख हेर्ने दिन आ ?
हाम्रा हजुरबाहरु साह्रै भाग्यमानी
थुप्रै नाती नातिना सधै साथमा हुनी
हाम्रा बाहरु जब आफु हजुरबा भए
नाति नातिना थोरै थिए यत्रतत्र गए
आजकल हजुरबालाई भन्छन बुबा
आफ्ना बालाई ड्याडी अनि बाबा
साँच्चै सुन्न गाह्रों भो बा र हजुरबा
के शब्दकोशमै बन्द हुने भो त बा ?
त्यसैले ए बाहरु नपर्ख हजुरबा हुन
पर्दो रहेछ समयमा नै माया देखाउन
बा र हजुरबा जस्ता शब्द जोगाउन
मिल्छ भने लागौ अभियान चलाउन
नब निर्मित बा हुन वा बृद्ध बा
लाटा बा हुन वा बाठा बा
बा त बा हुन काला हुन वा गोरा
गरिब वा धनि सबै हाम्रा प्यारा

जुनि राई उसु खेलाडी (१३औं दक्षिण एसियाली खेलकद साफका स्वर्ण पदक विजेता)

तीज हामी नारीहरुको लागि एक विषेश चार्ड हो। तीजमा अन्य महिला दिदी बहिनीहरु जस्तै हामी खेलाडीहरु पनि तीजमा वर्त बस्छौ। त्यो दिन खेलको तालिम छुट्टी हुन्छ। महिला खेलाडीहरुलाई अफिसले पनि दर खाने कार्यक्रम राखेको हुन्छ। तर खान पानमा विषेश ध्यान दिन्छु। मेरो खेल तौल समुहमा खेलिने भएको हुदा तौल बढाउने खालको खाना त्यति धेरै खादिन। म उसु खेलाडी मात्र नभएर एक राष्ट्र सेवक नेपाल प्रहरी पनि हुँ। तीजको दिन विभिन्न मन्दिरमा मेला लाग्ने भएको हुदा कहिले काहि विभागले खेलाडीलाई पनि डिउटीमा पठाउने हुदा तीजको दिन डिउटी पनि पर्न सक्छ। आफुलाई खटाएको ठाउँमा डिउटी सफलता साथ पुरा गर्दै सबैको सुरक्षा दिदै तीज मनाउन पाउदा खुशि लाग्छ।

हिरादेवी राई, वल्ड कराते फेडरेशन रेफ्री

माता पार्वतीको जन्म उत्सबमा भगवान शिवले पर्वतीको जन्म उत्सव मानई दिएको दिनलाई तीजको रुपमा मान्दछौं। यस दिन हिन्दु धर्म मान्नु हुने दिदीबहिनीले वर्त बसेर नाचगान गरेर यो चार्ड मान्दछन्। विविध भाषा धर्म भएको हाम्रो देशमा हरके प्रकारको चार्ड पर्वहरु मनाउने गरिन्छ। मेरो विचारमा तीज हामी नारीहरुको एक विषेश दिन हो। जुन दिन विवाहि माहिला दिदीबहिनीले आफ्नो पतिको आयु लामो होस भनि कामना गर्दै वर्त बस्छन भने अविवाहितले हुने वाल पति असल होस भनेर वर्त बस्ने गर्छन।

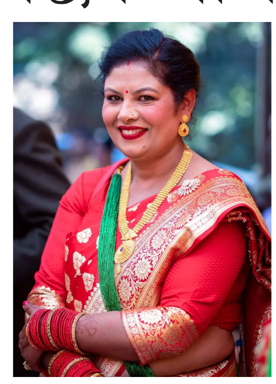
तीज एउटा यस्तो चार्ड हो,जनु वर्ष दिनमा एक दिन मनाईन्छ। विवाह गरेर टाढा गएको चेलीलाई माईतिले लिन आउछन्। चेली पनि माईतिको साथमा माईति आउछिन्। तीज एक प्रकारको मेल मिलाप पर्व हो। यस दिन चेली र माईति मात्र नभएर साथिसंगि माफ भेटघाट गर्ने रमाईलो गर्ने पनि गरिन्छ।

व्यक्तिगत रुपमा म एक किराँत समुदयको राईकी छोरी हुं। तर पनि मलाई तीज असध्यै राम्रो लाग्छ। भगवान शिव र पर्वती हाम्रो पारुहाङ्ग र सुम्निमा नै हुनुहुन्छ। भगवान एउटै हुन तर पुज्ने तरिक मात्र फरक रहेको हो। त्यसैले नेपालमा बहु भाषा बहु धर्मबिच एकता रहेको छ। हिमाल पहाड तराईमा विभाजन भए पनि हामी सबै एक हौ। यसरी नै हाम्रो रीतीरिवाज भाष धर्म जोगाएर रख्नु नितान्त आश्यकता ठान्छु। जसले जातको आधारमा नेपालमा मनाईने संकृति र पर्वलाई विरोध गर्छन। अनि अंग्रेजी नयाँ वर्षमा धुमधामसंग ठमेलमा गएर नाच्छन त्यो हाम्रो पर्व होइन। बरु तीजको दिन पशुपतिमा गएर नाच्नु त्यो भन्दा हजार गुण वेटर ठान्छु।

तीज सम्वन्धि सुसेलीहरू:

चन्द्र बदन
सम्बोधन ऐजन
मेरो नमन।
दर चाहाना
आमा दिदीबहिनी
शुभकामना।
नारी पर्व यो
तीज हरितालिका
हाम्रो गर्व हो।
तीज आको छ
बैनी भेट्न दाजुले/
दिदी भेट्न भाइले
मौका पाको छ।
नाच गम्कदै
दर खाऊ रमाऊ
आमा सम्झदै।
स्वास फेर्दैछिन्
झ्याल खोली आमाले
बाटो हेर्दैछिन्।
नातो बेरेर
आमा बुढी रुदैछिन्
बाटो हेरेर।
बिन्ती गरें नी
आउ चेली तीजमा
जस्तै परे नी।
गाऊ झुमेर
तीज आयो बरी लै
नाच घुमेर।
हरि तालिका
पूजा गर शिवको
हाम्रा मालिक।
जहाँ गए नी
नबिर्सनु माइती
प्यारी बहिनी।
बेसी झरेर
आउँनु है माइत
खोली तरेर।
सत्यवादी भै
आफ्नो धर्म संस्कृति
जोगाउनु है।
यत्ति कहेंनी
सुखदुख बाँडौला
दिदीबहिनी।
दुर्गा अधिकारी 'भमरकोटे'

तीज गीत:
छमछम नाँचौं



ओमकुमारी बन्जारा रानाभाट
सामाखुशी, काठमाडौं

दर खाएको भोलिपल्ट तीजको गीत गाएर
छमछम नाँचौं मेलामा गई सारी लाएर

जति टाढा दिएपनि लिन पुग्थे दाजुभाइ
रातैभरी रमाइलो तीजको गीत गाइ
माइतीघर उज्यालो भो तीजमा चेली आएर
छमछम नाँचौं मेलामा गई सारी लाएर

आमाले पकाएको कति मीठो दर पनि
स्वर्गै होकी जस्तो लाग्ने माइतीघर घर पनि
दाजुभाइलाई धन्यवाद उपहार पाएर
छमछम नाँचौं मेलामा गई सारी लाएर

कर्कलो र तामा पनि मीठो हुने कलिलो
जो नाँच्दछ तीजमा धेरै हुन्छ बलियो
पंचमीको पूजा ला'यौ दतिवन खाएर
छमछम नाँचौं मेलामा गई सारी लाएर

माइतीघर रमाइलो छ घर जान मन छैन
छोराछोरी रुँदै होलान् न'गै भा छैन
साह्रै खुशी भयो यो मन माइती घर आएर
छमछम नाँचौं मेलामा गई सारी लाएर

दर खाएको भोलिपल्ट तीजको गीत गाएर
छमछम नाँचौं मेलामा गई सारी लाएर

फिफा रेफ्री माया लामा

मलाई तीज रमाईलो लाग्छ। म पनि तीजको वर्त लिन्छु। अरु महिला दिदी बहिनी जस्तै म पनि साथीहरुसँग भेटघाट गर्ने रमाईलो गर्ने गर्छु। तर खानपिनमा भने एकदमै सजाक हुन्छु। तीजको दिन आफ्नो नियमित ट्रेनिङ्ग गर्छु। दिउसो साथिसंगिसँग जमभेट गरेर रमाईलो गर्छु। फिफाले हरेक वर्ष महिला क्याटोबरि वान अन्तर्गतको रेफ्रिहरुको फिटनेश टेष्ट लिन्छ। त्यसैले म त्यस प्रति सजक हुन्छु। क्याटोबरी वान रेफ्रिको फिटनेश ठिक छ कि छैन भनि हरेक वर्ष परिक्ष लिने हुदा त्यस प्रति पनि म केन्द्रीत हुने गर्छु। एक दिनको रमाईलो भोजले वर्ष भरि पछुताउनु पनि सकिन्छ। साथिसंगिमा हल्का रमाईलो गर्ने थोरै मात्रमा खाने र साथि माफ नाच गान गरेर रमाईलो मानेर तीन मनाउछु।

नेपाल ब्यापार संघमा महिलाहरुले सामुहिक तीज मनाए

काठमाडौं। नेपाल व्यापार संघका व्यवसायी महिलाहरुले पनि सामुहिक तीज कार्यक्रम आयोजना गरी तीज मनाएका छन्।

काठमाडौंको सास ब्याडब्यूट विशाल बजारमा भएको कार्यत्रममा नेपाल

ब्यापार संघका अध्यक्ष हरि बहादुर गौतमको सभापतित्वमा र प्रमुख अतिथि पार्वती पोखरेल भट्टको कार्यक्रम संयोजक तथा अतिथि महिला,बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक मन्त्री उमा रेग्मीको प्रमुख अतिथिमा साथै नेपाल राष्ट्रिय व्यवसायी महासंघका अध्यक्ष कुमार कार्की विशेष अतिथि, अतिथिहरुमा कुशुम महर्जन नेपाल राष्ट्रिय व्यवसायी महासंघका उपाध्यक्ष, बीना बीना श्रेष्ठ नेपाल राष्ट्रिय व्यवसायी महासंघका सचीवालय सदस्य लगायत व्यवसायीहरुको सयौंको उपस्थितिमा कार्यक्रम भएको थियो। भने व्यवसायसँग सम्वन्धित महिलाहरुलाई सम्मान पत्र समेत प्रमुख अतिथिको हातवाट

बाँकी ६ पृष्ठमा

हातधुने बानी बसालौं, संक्रमणबाट जोगिऔं

साबुनपानीले मिचिमिचि हात धोऔं ।

- हत्केला पछाडि, औंलाको बीच, नङभित्रलगायत हातका सबै भागमा कम्तिमा २० सेकेण्डसम्म राम्रोसँग साबुन लगाएर सफा पानीले हात धोऔं ।
- सफा कपडा वा तौलियाले हात पुछौं ।

जीवाणुलगायतको संक्रमणबाट आफू पनि बचौं अरुलाई पनि बचाऔं ।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

जनआकाश मिडिया प्रा.लि.का लागि: प्रकाशक: द्रोणबहादुर बस्नेत, सम्पादक : ब्रबिम बस्नेत, प्रधान सम्पादक, मोहन कार्की ९८६१५८८४५६,९८५१०८७१५६ कम्प्युटर: जनआकाश डेस्कटप
प्रधान कार्यालय, बागबजार, काठमाडौं, ०१-४१६७५७८, पोष्ट बक्स नं. १६५६, E-mail: jana.news2065@gmail.com, मुद्रण: सुप्रिम प्रिन्टिङ्ग प्रेस