









# खुला शनिबार

## क्यान्सर : राम्रो उपचार नेपालमै

सरकारी अस्पतालमा १० हजार रुपियाँमा हुने उपचारलाई निजीमा एक लाखसम्म पर्न सक्छ । नेपालको सन्दर्भमा क्यान्सरको उपचारमा दुई हजारदेखि २० लाखसम्मका औषधि पाइन्छन् ।



डा. अरुण शाही



**हाँ** म्रो शरीरमा अनेकों कोशिका हुन्छन् । यी कोशिका अनियन्त्रित भएर विभिन्न भए भए त्वस्लाई हामीले क्यान्सर भन्दैँ । कोशिका कुन घाँटको हो, जस्तै, फोकस्पोको कोशिका अनियन्त्रित भएर विभाजित भए फोकस्पोको क्यान्सर हुन्छ । पेटको कोशिका अनियन्त्रित भए पेटको क्यान्सर हुन सक्छ । त्यस्तै पाठेप, त्स्वनलगायत्र जुनसुके अडगको कोशिका अनियन्त्रित भएर विभाजन हुन्छन् भए त्वस्लाई भनिन्छ ।

नेपालको सन्दर्भ हर्दा बढी उमेरका व्यक्तिमा नम्बर एकमा फोकस्पोको क्यान्सर हु । महिलामा एक नम्बरमा पाठेपको मुख्यको क्यान्सर २ दोस्रो नम्बरमा त्स्वनलगायत्र जुनसुके अडगको कोशिका अनियन्त्रित भएर विभाजन हुन्छन् भए त्वस्लाई भनिन्छ ।

क्यान्सरको मुख्य कारण सुर्तीजन्य परार्थ सेवन र मोटापान मुख्य कारण हो । हामीले खानेकुपासा नियन्त्रित गर्न भएपनी भए मोटापान बढ्छ । पठिल्लो समय धेरै परिचमा जीलैको अनि चिल्लो, पिरो खानेकुरा खाने गरेको छ । त्यो साँसाँसी व्यापाम, कसरत नहुँदा क्यान्सरको खतरा बढिरहको छ । मोटापानले क्यान्सरमात्र भएर क्रोनिक (दीर्घ) रोग जस्तै मधुमेह, उच्च रक्तचाप, थाइगड भए भद्रहको छन् ।

स्वरूप रहन छेदेखि आठ घण्टा सुन्नेपर्छ । परिसा निस्केने गरेप, कसरत गर्नेपर्छ । दिवसभित्र काम गरेपछि हातो शरीरलाई विश्राम चाहिन्छ । विश्राम भएन भेटे शरीरको प्राकृतिक नियम विग्रहन्छ अनि विभिन्न रोग लाग्न सक्छन् । रोग काम गर्न नस्लाई त्स्वनलगायत्र भएको अनुसार्याले देखाउनको थिए । चोर्चाको काणाङ्गले गर्द भएन यकिन छैन तर आराम नुगार स्वन क्यान्सर भएको अनुमान गरिएको छ ।

डांडाभट्टा, सार्वजनिक यातायातमा काम गर्ने (डांडभट्टा, खलासी) सिकमी, डक्कर्मी फोकस्पोको क्यान्सर बढी छ । चक्कले पठाउने खिक्कलाई फोकस्पोको क्यान्सर बढी छ । चक्को धूलाले गर्द फोकस्पोको क्यान्सर बढाउँछ । क्यान्सर लाग्ने ताचवारी रेक्कर, जल्ली, भडसक्लोको क्यान्सर बढी छ । चक्को धूलाले गर्द फोकस्पोको क्यान्सर बढी छ ।

**उपचार**

पाठन अस्पतालमा देइनक १०/१२ ज्ञान क्यान्सरको विवाहमा लागि आउने गरेको छन् । नयाँ विवाही हप्तामा दुईजना मात्र आउने गर्न्छ । गत दुई वर्षको अस्पतालको तथ्याङ्कक हदी एक हजार चार सयज्ञा क्यान्सरको क्यान्सर लाग्न छ ।

फोकस्पोको क्यान्सर गाँड़, सहर दुवेपा वराहरी छ । संवेदनदा बढी मानिसको मृत्यु हुने परिस्पेक्टिव विवाहलाई गर्दा भएको ब्यानसम्म अस्पतालमा सम्पन्न भएको गर्दा हो । गाउँधारको महिलालाई पाठेपको मुख्यको क्यान्सर बढी छ । हाइजिन मनेन (स्वस्थ खानापान)

सुरुमै पता लागेका एक सयमध्ये १० ज्ञान सामान्य जीवनयापन गरेर बाँच्हेहका हुन्छन् ।

क्यान्सरलाई उपचार गर्नुभया त्यसलाई सुरुमै पहिचान गर्न सकियो भए धेरै रामो हुन्छ । सुरुमै

पहिचान गर्ने उपचारको क्यान्सरमा एक लाग्ने क्रियाकारी अस्पतालमा त्रुमी छ । उपचारको सम्मान्दार बढी छ । उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक्षित विवाहमा लाग्ने उपचारको उपचारलाई सुरुमै भएको योग्यता गर्ने ।

क्यान्सरको कारण अपेक







# ‘भौगोलिक विकटता हुँदाहुँदै पनि विकास गरेका छौं’



**मोहन्याल गाउँपालिका कैलाको पहाडी** (चुरे) क्षेत्रमा अवस्थित गाउँपालिका हो। साबिकका मोहन्याल, पण्डित र सुगरखाल गाविसलाई मिलाएर बनाइएको थोगा गाउँपालिका सुगम जिल्लाको दुर्गम रूढ हजार जनसङ्ख्या रहेको छ। शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायातलागायतका पूर्वाधारको पर्याप्त संरचना नभएको गाउँपालिका गानी, वर सम्पदा र जडीबूटीको पर्याप्तताका दृष्टिले भने सम्पन्न छ। यद्यपि ती सम्पदाको उचित सदृश्यो भने हुनसकेको छैन। २०७४ सालमा भएको स्थानीय तहको निर्वाचनमा सो गाउँपालिकाको अध्यक्षमा नेकपा एमालेको तरफबाट नवलसिंह रावल निर्वाचित हुन्थएको थियो। ७७ वर्षीय रावल सुदूरपश्चिमकै पुराना राजनीतिज्ञ हुन्थएको थियो। हाल शारीरिक रूपमा अस्वस्थ रहन्थएको रावल भौगोलिक विकटताका कारण गाउँपालिकाको सोचेजस्तो विकास हुन नसकेको बताउनुहुन्छ। प्रस्तुत छ, गाउँपालिकाको समग्र विकास निर्माणका विषयमा अध्यक्ष रावलसँग गोरखापत्र दैनिकका लम्की समाचारदाता चाँदीनी आचार्यले गर्नुभएको कुराकारी :

■ स्थानीय तहको चुनावका बेला जनतामाझ गरिएका प्रतिवदिता के को पूरा भए ?

भौगोलिक विकटताले गर्दा जिक्षा, स्वास्थ्य, विद्युत, खानेपानी, यातायातलागायतका पूर्वाधार विकासका क्षेत्रमा पर्याप्त काम दुनसकेको छैन। चुनावमा जनतामाझ हामीले यिने क्षेत्रमा काम गर्ने गरी प्रतिवदिता गरेका थियो। जनतासँग गरिएका प्रतिवदितामध्ये कठिनता काम भडरहेको छैन भने पर्याप्त वजेट वजेट छुट्टाएर विद्युतलाय, बोतोधाटो, खानेपानी र स्वास्थ्य क्षेत्रमा काम गरेका छौं। गाउँपालिकाको सानाटै बडामा प्रयोग वर्व वजेट छुट्टाएर विद्युतलाय, बोतोधाटो, खानेपानी र स्वास्थ्य क्षेत्रमा काम गरेका छौं। विभिन्न अभाव भए पनि पहिलाभन्दा धेरै विकास भएको छ।

■ यस बीचमा खास गरेर सम्झन्नायोग्य काम के भए ?

भौगोलिक रूपमा विकट गाउँपालिका भएकाले जति तरडीका गाउँपालिकाका काम देवेबाटो छ, त्यति त हुनसकेको छैन। गर्नुभएने धेरै काम अफै बाँकी छैन। दीर्घकालीन योजनामा पारिर फलविसीनो, सोल्ना, विमिडी सदकलाई पक्की बाटाने काम सुरु भएको छ। विद्युलयको भौतिक सुधार भएको छ। स्वास्थ्य क्षेत्रमा पैराईन क्षेत्राका साथै सेवा विस्तारका काम भएका छन्। कृपै, खानेनीमा समेत

क्षेत्री हादसमाझ काम गरेका छौं।

■ अहिलेसम्मको कामको समीक्षा के कस्तो गर्नुभएको छ ?

अहिलेसम्म भएका कमलाई हेर्दा निरासाजनक स्थिति छैन। यहाँको भौगोलिक विकटता र वजेटको आउलाईका गरिएको छौं। कठिनाय पूर्वाधारका विकास गर्न चाही गरिएको छैन। म आएँछि बडा-बडामा दिउलको समयमा गाडी पुनर नापाउंडा निरासाजनका प्राथमिकका अवधिकारी

योजनामा र स्वास्थ्य क्षेत्रमा पनि प्रत्येक वर्ष एक करोड रुपयांमन्दा बढी बजेट छुट्टाएर काम गरेका छौं।

हामीसिंह आनन्दिक बजेट शून्यजस्तै छ। ढुङ्गा, गिरी, बालुवाको रेयट्नी पनि खासै उठाउन्ने। बन सम्पदा बढी छ तर त्यसबाट आम्दानी गर्न सकेका छैन।

बाउँपालिकाको आनन्दिक आम्दानी यस अघि ९० हजार लोपियां मात्र थियो। चालू अर्थात वर्षमात्र एक लाखमन्दा बढी हुने अनुमान गरिएको छ भने वार्षिक बजेट ४० करोड रुपयांमा हो। यससो मीमित बजेटको बीच पनि थाईको काम भएको छ भन्ने समीक्षा गरेका छौं।

■ यो पालिकालाई सम्भव बनाउने अल्पकालीन र दीर्घकालीन योजना के को ल्याउनुभएको छ ?

सानो बजेटमा सम्पन्न हुने योजनालाई हामीले अल्पकालीन र दुर्गोलाई बजेट आवश्यक पर्ने बहुविर्यो योजनालाई दीर्घकालीन योजनालाई अन्तर्गत राखेका काम गरेको छौं। कृपै, स्वास्थ्य, खानेपानी, यिकाका योजनालाई अल्पकालीन अन्तर्गत राखेका प्रथमप्रयोग युवा आवश्यकालाई अन्तर्गत राखिएको छौं। योजनालाई अल्पकालीन योजनामा निरासाजनका लागि बाटाउनुभएको छैन।

■ कोरोना नियन्त्रण र उपचारका लागि के काम गर्नुभयो ?

हामाँ गाउँपालिकामा अलिलेसम्म कोरोनावाट कसेको पनि मृत्यु भएको छैन। लकडाउनको समयमा बाहिराहाट आउलाई १०/१५ वटा क्लोनेटाइन बनाएर वसेन्वानेको व्यवस्था गरेका थियो। त्यस क्रममा १५०० भन्दा बढीलाई क्लोनेटाइनमा राखेका छौं। सातवटा बडामा समुदायिक स्वास्थ्य एकाइमाफत स्वास्थ्य सेवा दिवे व्यवस्था गरेका छौं। स्वास्थ्य पर्यावरका लागि प्रयोगशालाको व्यवस्था गरेका छौं। कोर्मिडिविलरुदको खाले २३ गतेरेखा ज्येष्ठ नागरिकलाई दिने व्यवस्थासम्म गरेका छौं।

■ विकास कार्यांय प्रदेश र सङ्घ सरकारसँग के कस्तो समन्वय हुँदाउनेको छ ?

विकास निर्माणको काममा प्रयोग सरकार र सङ्घ सरकारसँग राम्रै सम्झन्नायो हुने गरेको छ। भौगोलिक विकटता भएको हामी गाउँपालिकाका प्रयोग सरकार र सङ्घस्थी सरकारवाट आपने योजनाका बारेमा हालाई जानकारी दिएरहाई हुँदै। खानेपानी, यातायात, विद्युतको स्वास्थ्य क्षेत्रमा प्रयोग सरकार र सङ्घस्थी क्षेत्रमा सहयोग रहेको छैन।

■ पालिकास्तरीय सुशासनका लागि खास काम के गर्नुभएको छ ?

गाउँपालिकावाट हुने कामकालाई छिटोछारियो बनाउने उद्देश्यले विभिन्न शास्त्रावाट काम गर्ने बातावरण

■ तापाईंको पालिकामा नागरिकले विकासमा कल्पितो चासो रालान गरेका छन् ? के कस्तो कुराको माग आउने गरेको छ ?

आओ गाउँपालिकामा अलिलेसम्म कोरोनावाट कसेको पनि मृत्यु भएको छैन। लकडाउनको समयमा बाहिराहाट आउलाई १०/१५ वटा क्लोनेटाइन बनाएर वसेन्वानेको व्यवस्था गरेका थियो। त्यस क्रममा १५०० भन्दा बढीलाई क्लोनेटाइनमा राखेका छौं। सातवटा बडामा समुदायिक स्वास्थ्य एकाइमाफत स्वास्थ्य सेवा दिवे व्यवस्था गरेका छौं। स्वास्थ्य पर्यावरका लागि प्रयोगशालाको व्यवस्था गरेका छौं। कोर्मिडिविलरुदको खाले २३ गतेरेखा ज्येष्ठ नागरिकलाई दिने व्यवस्थासम्म गरेका छौं।

■ तापाईंको पालिकामा नागरिकले विकासमा कल्पितो चासो रालान गरेका छन् ? के कस्तो कुराको माग आउने गरेको छ ?

आओ गाउँपालिकामा नागरिकले चासो रालने नै भए। चासो रालेका विभिन्न योजना माग गर्नेन्। भौगोलिक विकटता भएकाले सम्भवन्दा सम्भव्यमा याहाँ बाटोधाटो, यातायात, विद्युतको छ। उहाँहरूका माग पनि उल्लिखित विषयमे वर्दी आँडेन्। सानो बजेट हुँदा नागरिकका माग अनुसार पूरा गर्ने सकिएको छैन। उहाँहरूका मागलाई प्राथमिकताका आधारमा विस्तार नै तापाईंको गर्ने गरेको छैन।

■ यो जिक्रीमा राष्ट्रिय प्रधानमंत्री द्वारा त्रिभुवन राजनीतिज्ञ योजनालाई अन्यथा समर्टिनन्दनामा कैसेको छ ?

गाउँपालिकावाट हुने कामकालाई छिटोछारियो बनाउने उद्देश्यले विभिन्न शास्त्रावाट काम गर्ने बातावरण

■ तापाईंको पालिकामा नागरिकले विकासमा कल्पितो चासो रालान गरेका छन् ? के कस्तो कुराको माग आउने गरेको छ ?

आओ गाउँपालिकामा अलिलेसम्म कोरोनावाट कसेको पनि मृत्यु भएको छैन। लकडाउनको समयमा बाहिराहाट आउलाई १०/१५ वटा क्लोनेटाइन बनाएर वसेन्वानेको व्यवस्था गरेका थियो। त्यस क्रममा १५०० भन्दा बढीलाई क्लोनेटाइनमा राखेका छौं। सातवटा बडामा समुदायिक स्वास्थ्य एकाइमाफत स्वास्थ्य सेवा दिवे व्यवस्था गरेका छौं। स्वास्थ्य पर्यावरका लागि प्रयोगशालाको व्यवस्था गरेका छौं। कोर्मिडिविलरुदको खाले २३ गतेरेखा ज्येष्ठ नागरिकलाई दिने व्यवस्थासम्म गरेका छौं।

■ तापाईंको पालिकामा नागरिकले विकासमा कल्पितो चासो रालान गरेका छन् ? के कस्तो कुराको माग आउने गरेको छ ?

आओ गाउँपालिकामा अलिलेसम्म कोरोनावाट कसेको पनि मृत्यु भएको छैन। लकडाउनको समयमा बाहिराहाट आउलाई १०/१५ वटा क्लोनेटाइन बनाएर वसेन्वानेको व्यवस्था गरेका थियो। त्यस क्रममा १५०० भन्दा बढीलाई क्लोनेटाइनमा राखेका छौं। सातवटा बडामा समुदायिक स्वास्थ्य एकाइमाफत स्वास्थ्य सेवा दिवे व्यवस्था गरेका छौं। स्वास्थ्य पर्यावरका लागि प्रयोगशालाको व्यवस्था गरेका छौं। कोर्मिडिविलरुदको खाले २३ गतेरेखा ज्येष्ठ नागरिकलाई दिने व्यवस्थासम्म गरेका छौं।

■ तापाईंको पालिकामा नागरिकले विकासमा कल्पितो चासो रालान गरेका छन् ? के कस्तो कुराको माग आउने गरेको छ ?

आओ गाउँपालिकामा अलिलेसम्म कोरोनावाट कसेको पनि मृत्यु भएको छैन। लकडाउनको समयमा बाहिराहाट आउलाई १०/१५ वटा क्लोनेटाइन बनाएर वसेन्वानेको व्यवस्था गरेका थियो। त्यस क्रममा १५०० भन्दा बढीलाई क्ल

















# पुलिस क्लब र एपीएफ उपाधिका लागि भिड्दै

■ गोरखपात्र समाचारदाता

काठमाडौं, फायन २८ गते। काठमाडौं मेयर कप एक दिवसीय क्रिकेट प्रतियोगिताको पहिलो च्याम्पियन बन्ने लक्ष्यसहित शनिवार नेपाल पुलिस क्लब र सशस्त्र प्रहरी बलको एपीएफ खेल्दै छ। पाच टिम सदभागी लिगमा शीर्ष दुई स्थानमा रहेर पुलिस र एपीएफ काफइनलमा स्थान बनाएका हुन्।

## काठमाडौं मेयर कप

यी दुवैले चार खेलावाट समाप्त छ अडक हासिल गरे। यद्यपि यो रन औसतमा पुलिस एपीएफ दोस्रो स्थानमा रहेर उपर्युक्त भिड्नामा पुँँ।

नेपाल क्रिकेट सङ्घ (क्यानाले प्रतियोगिताको टक्की सार्वजनिक कार्यक्रममा शुक्रबार एपीएफका कपान शरद खेलकाले आप्नो टिम उपाधि जित्त तराय छ भन्न्यसो। हाप्पी टिम रासो रासो खानामा रहेर उपर्युक्त भिड्नामा पुँँ।



भूमिकामा शतप्रतिशत दिएर खेलने विश्वास छ। जन योगदान हामी लागि उपाधि जित्त पर्याप्त हुनेछ, शरदको भागाड छ। प्रीतियोगिताको समयमा एपीएफलाई चाउले बन्नाएको शियो। शरद खेल्यै पनि यो खालाहुनेछ बन्नाएको शियो। तर शरद यो समस्याको हल भएकोको छ भन्न्हुन्छ।

पुलिस टिमका कपान मजित्त थ्रेट्ले एपीएफजस्टो बलियो टिमलाई काडलमा हाप्पर च्याम्पियन बन्न आफू खालायित बनेको प्रतिवाद दिनब्याप्ती। धेरले क्रिकेटमा एपीएफ उच्चवर्ण दिमाप्त्ये। एक हो तर एपीएफविलुप्त फाइनलमा खेलने हाप्पीले रणनीति बनाएका छौं। भोलि मेदानमा सोसी शणीतिको सही कायन्यवन् गरेर एपीएफलाई हाराउन थाएको छ। जन योगदान लाग्ने तराय भएको छ। जन योगदान लाग्ने तराय भएको छ।

हामी एकजुट भएर प्रदर्शन गरेमा विश्वास गाईँ। पुलिसविलुप्तको फाइनलमा पनि मेदानमा सोसी कायन्यवन् गरेको छ। मौलिं मेदानमा सोसी शणीतिको सही कायन्यवन्

## तेक्वान्दो छनोट हुने

■ गोरखपात्र समाचारदाता

काठमाडौं, फायन २८ गते। एपीएफका दिपेश धापी र नेपाल पुलिसका विण्यु कट्टवाल शुक्रबार प्रथम खेला साडामा मेयर कप व्याडिमन्टन प्रतियोगिताको पुरुष एकलमा अनिम आठ स्थानमा प्रतियोगिता आयोजक काठमाडौं मेयरस्विकरुद्ध मूल्यानीन फिकेट मेदानका व्याडिमन्टन महान नदिन पिचमा अविजित ६१ रनको पालि खेल स्वेच्छाको रूप राखेको तराय नेपाल संकेत अंक उच्च बनेको छ।





■ बैंद्र राना

किन्ने र वेचिने छन् निकके हतारमा  
मान्छ पुऱ्ह ऐले सट्टा बजारमा !

पानी परे त बाढी पैषे रामाउँच्नु  
आगो परे त कस्तो हुँयो असारमा ?

कैले हुने चानाखा माछा तलाउका ?  
मौका दुकी बकुल्ला बस्छन् किनारमा !

जानी भनिन्छ मान्छ कस्तो विडम्बना !  
भागे यतै छ भन्दे खोज्ह्य निधरमा !

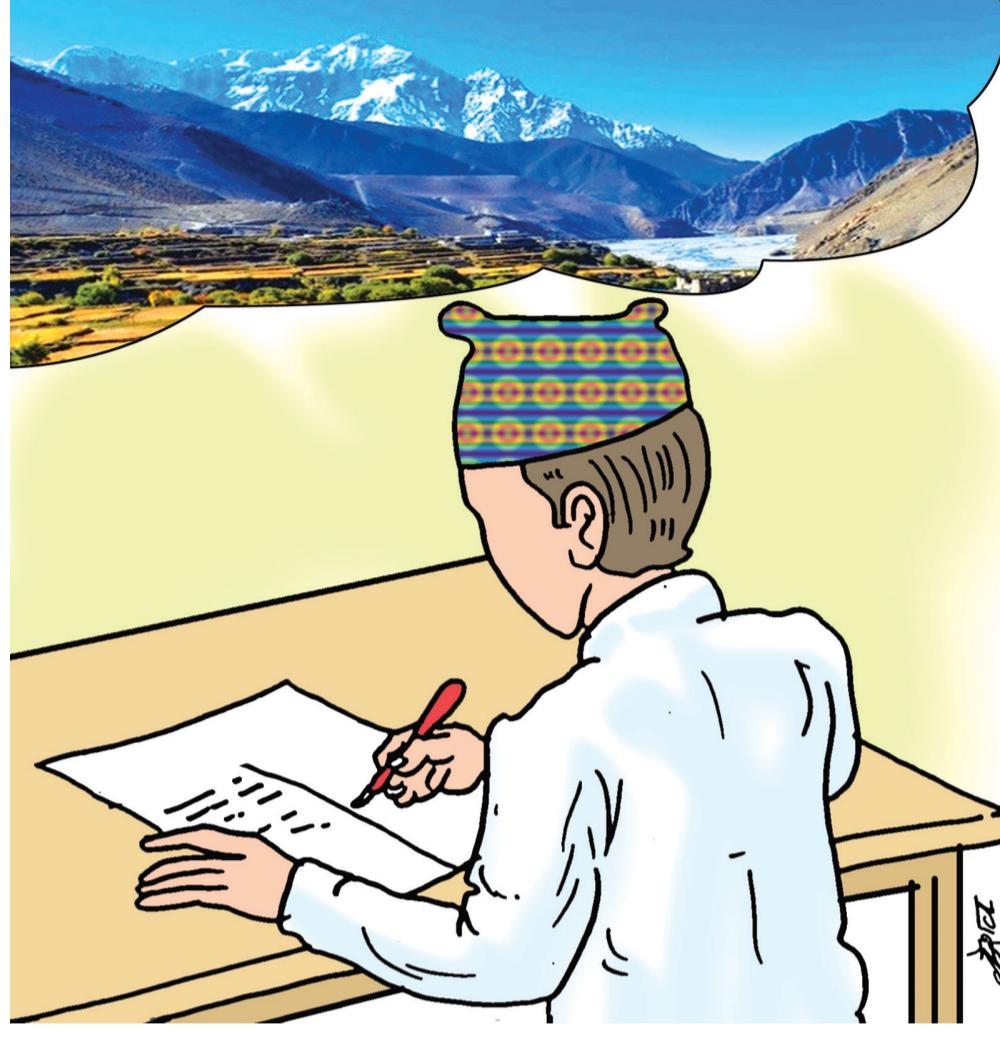
माठो भरी छपकै आएछ बैंद्र यो  
आकाशमा भए पो दुँय्यो करसरमा !

**जापानी साहित्यबाट उमिएर नेपाल भित्रिएको विधा हो- हाइकु। नेपाली साहित्यमा सर्वप्रथम शह्कर लामिछानेद्वारा साहित्यकार पारिजातको 'शिरीषको फूल' उपन्यासको भूमिका लेखनमा हाइकु कोरियो ।**



■ रमेश भट्राइ 'सहृदयी'

# साहित्यमा हाइकु



## नेपालीपनमा हाइकु

कसिलो तथा सूत्राम्बक भाषाभित्र जीवन हुन्छ ।

लेखको जीवन भोगाड र अनुभवले लेखकसँग लुकामरी खेल्छ । कतै स्वच्छन्द भाव, कतै प्रयोगावादको विभव-प्रतीको सङ्घरण गराउँदा स्वच्छन्द-प्रयोगको चुनाव पनि लाग्छन् ।

जापानी लेखक काविहायसी वासाको नाम हाइकु कविताको स्वरूपमा अग्र झानान्तर भन्नेछ । जापानमा 'हाइकु' हुँदै हाइकुको थालीको रूपमा विकसित भइरहेदा नेपालमा रामकुमार पाँडे, क्षेत्रप्रताप अधिकारी, डा. मुहुर्दुन गिरी, अमि सुवेदी, चेतनाथ धमला हुँदै प्रवासनिर कदार सङ्घकेत, पोखरामा असफल गौतम, चितवनमा केशवराज अमोदी लाग्यताका व्यक्तिगत स्थानका भूमिकामा गति दिव्यको भान हुँदै ।

जापानमा 'हाइकु'को छाइनिको छ । रामकुमार पाँडेद्वारा यस विधामा विशेष अत्ययन, विशेषका थैरें आलेख मध्यपर्क, समकालीन साहित्य, कौशिकी आदिमा प्रकाशित छन् ।

जापानमा चार ब्रह्मुका किंगो खोल्तादा हाम्मो परिवेशभित्र छ ब्रह्मुका ब्रह्मुका रामानांड सेन्द्रु मनिन्छ । सेन्द्रु ब्रह्मुकुमार पाँडेल निमानुसार हाइकुका तीन आधारभूत नियमलाई केलाउनभएको छ- मात्रा मिलाउने, हरक नियमलाई रहेको हो ।

हाइकुमा रहेको तीन हरकमा १७ अक्षरमध्ये पहिलो हरफमा रहेको पाँच अवरसे चित्र प्रस्तुत गर्छ, बाँकी दुडै हरफहरूले त्यस्ताई पुष्टि गर्दछन् । रामकुमार पाँडेल निमानुसार हाइकुका तीन आधारभूत नियमलाई केलाउनभएको छ- मात्रा मिलाउने, हरक मिलाउने र ऋतु (किंगो) जनाउने ।

जापानमा त्रिभुवन विद्यालय किंगो संग मिसेने गाँस्ली । नेपाली साहित्यमा मालिक एम अनुवादित दुख्तालाई सेन्द्रु देखाउन्न । अत्याकृत यस्तो संस्थानमा रहेको अवस्था विद्यालयका लागि स्थान छैन जस्तै वैद्युतीपना, गूँय्यपन आदि शब्द आठाउदैन । कविताले नै बालूपछु ।

कोनेमि चिचिया (यस बाटामा)

युकिहितो नामिनी (कुनै यात्रु चल्दैन)

आकिनो कुरै । (शरद सँझ ।)

हाइकु बाक्यले होइन शब्दमा स्वाँदो हुन्छ । कबितै क्षेत्रप्रताप अधिकारीका अनुभाव स्थन र सूक्ष्मतामा शक्तिशाली हाइकुको फैलफैल भएको हुन्छ । यसेलाई यस्मो-नो-कु भनियो । यसको विकासक्रमलाई नियाल्दा जापानी कवि वासोको योगदान विशेष रहेको छ । यसमा संरचनाको मिलान अनिवार्य माने पनि भाव पक्षालाई स्वत भानिन्छ । वासोले भनेका छन्- 'उटाडा हाइकु' जसले ७० देखि ८० प्रतिशत विषय प्रवर्णित र प्रयोग रहेको छ । जून ५० देखि ६० प्रतिशत छ त्यसले कविते ताडाका कविते तेस्टा ५७-५ अक्षरको कवितास्त्रे लेख्य अर्थात 'कमिं-नो-कु' वानाँचै । दोस्रो कविले ७-९ अक्षरको कविता थारें ३१ अक्षरमा उक विष्वालाई पूर्ण बनाउँय । यसेलाई यस्मो-नो-कु भनियो । यसको विकासक्रमलाई नियाल्दा जापानी कवि वासोको योगदान विशेष रहेको छ । यसमा संरचनाको मिलान अनिवार्य माने पनि भाव पक्षालाई स्वत भानिन्छ ।

हाइकु बाक्यले होइन शब्दमा स्वाँदो हुन्छ । कबितै क्षेत्रप्रताप अधिकारीका अनुभाव स्थन र सूक्ष्मतामा शक्तिशाली हाइकुको फैलफैल भएको हुन्छ । यो ऋतु विम्बलाई व्यवस्थित प्रयोगावाट जबानको रहस्य दर्शन गराउने लघाउन पछालाई काव्य गौली अनुभावित रहेको हो ।

रामकुमार पाँडेल १९ अंश॑ शास्त्रावधारीका अनुभावित रहेको हो ।

जापानमा चार ब्रह्मुका किंगो स्वोल्तादा हाम्मो परिवेशभित्र

छ ब्रह्मुकुमार पाँडेल १९ अंश॑ शास्त्रावधारीका अनुभावित रहेको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूमा भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूमा भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन्छ ।

उस्तो चर्चामा नाएरोको विषय त आजमेल यसो सामाजिक

सञ्जालको भित्रहरूलाई हाइकुलाई बनाउन भएको हुन







# गोरक्षपत्र

२०७६ देखि ८५\* सम्पादिकाना

सर्वे अवन्तु सुखिनः सर्वे सब्तु शिरमया। | सर्वे गदाणि पश्यन्तु मा कश्चिद् दुर्घारजनः। ||

बिरोगी सर्वे हनु सर्वे हनु सर्वीया। | सर्वे देसून् नहुन तर्चे दुर्शीया। ||

क्रोहलपुर संस्करण

GORKHAPATRA DAILY

| वर्ष १२० | अड्क ३०४ | २०७७ साल फागुन २९ गते शनिवार

| फालुण कृष्ण आँसी

| नेपाल संबत् ११४१ सिल्लामा: १५

| २०२१ March 13 Saturday

| Website : www.gorkhapatraonline.com

| पृष्ठ : १२४+४

| मूल्य : दस रुपैयाँ

## एमाले केन्द्रीय कमिटी विस्तार

● सबै पक्षसँग खुला संवाद र छलफल गर्दै कम्युनिस्ट आन्दोलनलाई एकताबद्दु गर्ने निर्णय

■ भूतप्रसाद यादव

काठमाडौं, फागुन २८ गते। नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एमाले) को केन्द्रीय कमिटी विस्तार केन्द्रीय कमिटीको विशेष बैठकले सङ्केतको बोला पार्टी र नेतृत्वको पक्षमा दृढाहादुर अभिनभानिट नेताहरु रामबहादुर थापा, टोपबहादुर यशयादी, लेखराज भट्ट, मणिचन्द्र थापा, प्रभु माहेश्वर नेकपा (माओआवादी केन्द्र) पुच्छभानिका २३ जनालाई पार्टीको केन्द्रीय कमिटीको जिम्मेवारी दिन निर्णय गरिएको पार्टी प्रवक्ता प्रदीपकुमार जवालालीद्वारा जारी विज्ञिलिमा जनाइएको छ।

बैठकले पार्टीको महादिवेश शनिको समयावधि, उमेर हाद, कमिटीको संचालनालायन कतिपय प्रश्नमा नवाँ गम्भीरविशेशनाबाट परित विधानका व्यवस्थालाई परिवर्तित सन्दर्भम अनुकूल बनाउन वाचा अडिकाउ फुकाउने गर्न निर्णयमात्र विज्ञिलिमा लेल्सर गरिएको छ। पार्टी प्रवक्ता जवालाली गोरखपालकर्मीको नेतृत्व सम्पर्कमात्रामा एकताबद्दु गर्ने गर्ने पार्टीको महादिवेशन र पदाधिकारीरागेरीकै निर्णय नभएको जानकारी दिनुभयो।

बैठकले आदालतको निर्णय जेज्ञामा भए पार्टी यस्तात व्यावर्त्य गराएको छ। सबै पक्षसँग खुला संवाद छलफल गर्दै कम्युनिस्ट आन्दोलनलाई उचित र सही सङ्गवानामक आधारमा एकताबद्दु बनाउने प्रयास जारी राख्ने निर्णय गर्दै निवाचिन आयोगले दिएको १५ दिनको समयमा पार्टीको नेतृत्वको



पार्टी र आन्दोलनलाई समाप्त पार्न र आफ्नो पार्टीको नेतृत्वको सरकारलाई विस्थापित गरेर बुजुवा वर्गको हातमा नेतृत्व सुम्पन गम्भीर ब्यूड्यन्त गरिए पनि आमजनताको साथ र पार्टीका प्रतिबद्द नेता कार्यक्तहारुको सक्रियताले व्यसलाई विफल पारिएको छ।

निष्कर्ष बैठकले निकालेको छ। बैठकले प्रदेश सभामा पार्टीबाट प्रिमियरिचर गर्न सदस्यहरुलाई पार्टी निर्णय अनुसार सञ्चालित हुन र अविवेकी स्पलावमा हस्ताक्षर गरेको भए फिर्ता लिन निर्देशित गरेको छ।

बैठकलाई सम्बोधन गर्दै पार्टी अध्यक्ष आलील यस्तीचमा पार्टी र आन्दोलनलाई समाप्त पार्न र आफ्नो पार्टीको नेतृत्वको

बाहेका पदाधिकारी पद खारेज गर्ने निर्णय गरेको जानकारी दिनुभयो।

बैठकले २०७६ जेठे ३ गतेदेखि २०७७ फागुन २३ गतेसम्मको समयलाई पार्टीको शून्य समयको रूपमा पार्टीमात्र गर्दै अबको छ महिनाभित्र पार्टीको जिल्ला अधिवेशन सम्पन्न गर्ने निर्णय गरेको छ। पार्टीको केन्द्रीय कामिटीको अर्को नियमावारी बैठक चैत ७ गते बरम्बनेजीमेत गरेको सालांले वाराउनुभयो।

उकानक अनुन्द यस्तात्तर बैठकले प्रोटेशनको इच्छाजसारै तोकाउं प्रदेश १ को इच्छाज्ञको जिम्मेवारी सुवाचन्त नेवाड, प्रदेश २ मा सन्त्यानारायण मण्डल, वागमती प्रदेशमा रामबहादुर थापा, उपत्यकाको इच्छाज्ञमा अनुन्द पारेकले, गण्डको प्रदेशमा पृथ्वीस्त्री युरु, तुम्चीनीमा रामबहादुर पारेकले, कालालालीमा जालालाई फैल, सुदूरपश्चिममा लेखराज भट्टलाई दिइएको छ।

यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई समाप्त पार्न र आफ्नो पार्टीको नेतृत्वमा निर्णय गरिएको छ।

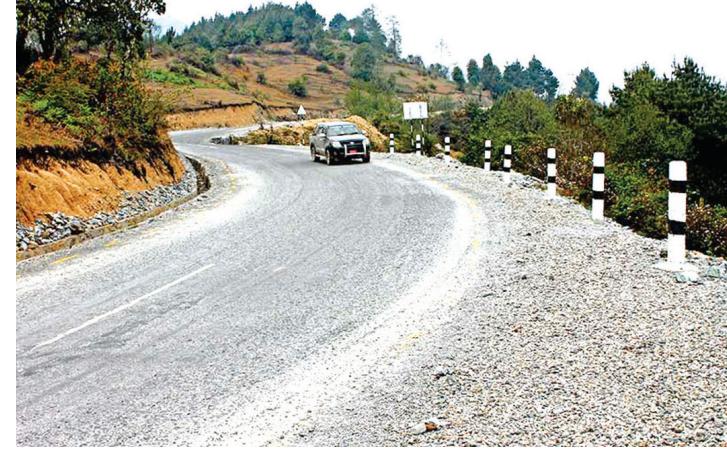
सरकारलाई विस्थापित गर्ने बुजुवा वर्गको हातमा नेतृत्व सम्पन्न गम्भीर ब्यूड्यन्त गरिए पनि आमजनताको साथ र पार्टीका प्रतिबद्द नेता कार्यतहारुको सक्रियताले व्यसलाई विफल पारिएको बताउनुभयो।

एमाले प्रदेश २ को इन्चार्ज सन्त्यानारायण मण्डलले दुई चरणमा यस्तात्तर बैठकले पार्टीको विधान संगालन गर्दै पार्टी अध्यक्ष आलील यस्तीचमा पार्टी र आन्दोलनलाई समाप्त पार्न र आफ्नो पार्टीको नेतृत्वको

## ३८० स्थानीय तह सडक सञ्जालमा जोडिने



पक्की सडक सञ्जालमा जोडिएका सामान्तर तहाको जिम्मेवारी बैठकले प्रदेश र प्रदेश र त्यहाँका स्थानीय तहसँग एमालो गरिएँ गरिएँ।



■ नेपाल सापेकोटा

काठमाडौं, फागुन २८ गते। स्थानीय तहको जिम्मेवारी बैठकलाई आन्दोलनलाई सञ्चालित गराएको छ। यस अर्थात वर्तमान परिवहन वाहनो लेखराज भट्टलाई आन्दोलनलाई सञ्चालित गराएको छ। उपत्यकाको जिम्मेवारी बैठकले दिनुभयो।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सडक निर्माण तथा सुधार कार्यक्रममा जिम्मेवारी बैठकले उल्लेखनीय तहमा जिम्मेवारी सम्पादनको सामान्तर तहाको जिम्मेवारी बैठकले दिनुभयो। यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सडक निर्माण तथा सुधार कार्यक्रममा जिम्मेवारी बैठकले उल्लेखनीय तहमा जिम्मेवारी बैठकले दिनुभयो। यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

एवं स्थानीय सडक निर्माण तथा सुधार कार्यक्रमलाई सरकारले उच्च प्राप्तिको असरमा दिएर विरासती गरिएको छ। यस अर्थात सञ्चालित गरेको छ। यस अर्थात सञ्चालित गरेको छ।

यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

तह, प्रदेश २ का ५८, वागमतीको ६०, गाडकोको ४२, लम्चाको ४५, कार्णाली ४५, सुदूरपश्चिममा ५२ वटा गरी ३८० वटा स्थानीय तहले पक्की सडक सञ्जालमा जोडिएको हुन्।

पालाको केन्द्रसँग कच्ची सडकमा उल्लेखनीय सन्तोषात्मक सामान्तर तहमा जोडिएको हुन्। स्थानीय तहमा एकत्रित र अविवेकी गरिएको छ। यस अद्वितीय प्राप्तिको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ। सञ्चालनको साथै आन्दोलनलाई सञ्चालित गरेको छ।

प्रादेशिक एवं स्थानीय सञ्चालनको साथै आन्दोलन