गोर्खाली सुधार सभा

17 अप्रैल 1938

मासिक समाचार पत्र

वर्ष -49 अंक-26 मार्च 2021 मूल्य 9/- पृष्ठ 12

17 अप्रैल 1938

गोर्खाली सुधार सभा

वर्ष -49 अंक-26

मार्च 2021

सम्पादक
कर्नल जीवन कुमार क्षेत्री

विशेष सहयोग
श्रीमती प्रभा शाह

स्वामी/मुद्रक/प्रकाशक
अध्यक्ष
गोर्खाली सुधार सभा

मुख्य कार्यालय
गोर्खाली सुधार सभा
परमवीर चक्र ले. क.धनसिंह थापा मार्ग
गढ़ी कैन्ट, देहरादून
फोन:0135-2756070
9897440879

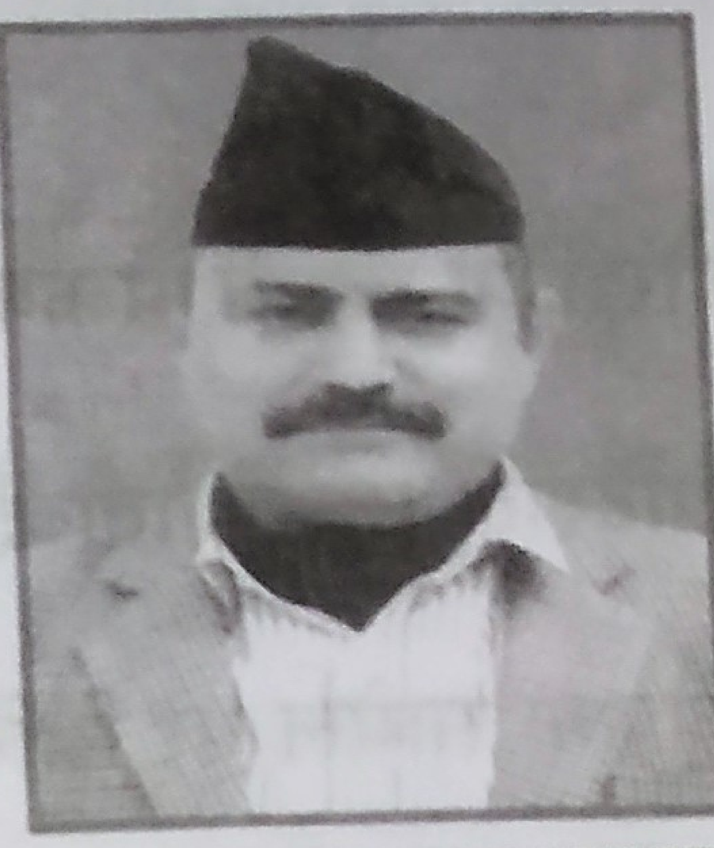
वितरक
सभा शाखाध्यक्षहरू

डिजाइनिंग टाइप सेटिंग
विमला थापा
मार्डन कम्प्यूटर, चकराता रोड, देहरादून

प्रकाशन कार्यालय
भाष्कर प्रेस, कचहरी मार्ग
देहरादून, उत्तराखण्ड

नोट : पत्रिकामा प्रकाशित लेखहरूकोलागि सम्पादक मण्डल एवं प्रेसको सहमति हुन आवश्यक छैन। समस्त विवादहरूको न्यायालय क्षेत्र देहरादून हुने छ।

अध्यक्षको कलमबाट



श्री पदम सिंह थापा

"च्याँ देखि चिहान सम्म
आफ्नै जाति आफ्नै परिवार"

यो सत्य हो, जन्म देखि मृत्यु सम्म हामीलाई चाहिने र हामीलाई पाउने आफ्नै परिवार, आफ्नै जाति, आफ्नै समुदाय। जाति र समुदायको अस्तित्व नै समुदायको हरेक सदस्यको अस्तित्व हो। समयको साथ-साथ सामाजिक, पढ़ाई, शिक्षा, आर्थिक आदिमा बदलाव आउन स्वभाविक हो जसको कारण हाम्रो सोच, विचारमा पनि बदलाव आउंछ। यसै परिवर्तनको कारण हाम्रो अस्तित्व माथि प्रत्यक्ष प्रभाव परि सकेको छ। त्यसै कारण 2011 को जनगणना अनुसार हामी नेपालीभाषी भारतीय गोर्खाको संख्या यहां देहरादूनमा "शून्य" हुने थिएन। यो अति चिन्ताको कुरा हो। हाम्रो आमा, Mother भए पनि, माता भए पनि, माँ भए पनि उनको पसीना र रगतको सुगन्ध आमाकै रहने छ, अनि बोली पनि आमाकै रहन्छ, हाम्रो आफ्नै मातृभाषा हाम्रो सभा सय वर्षको अन्तिम दुई दशकमा पाइला टेकी सकेको छ। यदि हाम्रो सोच यस्तै रहे, शायद 2038 सम्म जब हाम्रो सभा 100 पुग्छ, हामी गोर्खालीको अस्तित्व सित जोड़िएको यो सभाको शताब्दी दिवस एक जातिको रूपमा मनाउन सक्षम रहौंला।

महामंत्रीको कलमबाट

श्री गोपाल क्षेत्री

कोविड-19 को महामारी पश्चात् झण्डै एक वर्ष पछि हामी आफ्नो कार्यमा संलग्न हुन सक्यौं। कोरोना कालमा पनि कोविड सम्बन्धित निर्देशलाई पालन गर्दै संवैधानिक, पारम्परिक तथा सामाजिक कार्य गरि नै रह्यौं, यद्यपि स्थानीय र सूक्ष्म स्तरमा, त्यस समय आयोजन हुन न सकेको दैनिक तथा सामाजिक अनि पारम्परिक काम शुरू भइ सकेको छ। गर्वको कुरो, यसमा सबै नै आफ्नो काममा समर्पित भावले लागेका छन। यस्तै जिम्मेवारी सित शाखाहरूले पनि आफ्नो दायित्व निभाउन पर्छ र गत एक वर्षमा हुन न सकेको कामलाई पूरा गरि अघि बढ़्न पर्छ। यसमा अवश्य शाखाहरूले गम्भीरता सित यस दायित्वलाई निभाउने छन भन्ने काममा राख्दछु।

कोरोना प्रकोपको दोस्रो लहर आउन शुरू भइसकेको छ। हामी संकल्प लियौं की संयम, अनुशासन सबैका ख्याल राखि यसको संघर्षमा जुटौं र कोरोनालाई असफल बनाऔं। धन्यवाद।

12 मार्च 2021 अंतरंग सभा गोर्खाली सुधार सभा

1.गत् महिनाको अंतरंग सभा गोर्खाली सुधार सभाको जनरल मानेकशॉ सभागारमा दि. 13 मार्च 2021 बिहान 11 बजे माननीय अध्यक्ष श्री पदम सिंह थापाज्यूको अध्यक्षतामा सम्पन्न भयो। अंतरंग सभाको विवरण यस प्रकारले छः–

क) स्वागत सम्बोधन–महामंत्री श्री गोपाल क्षेत्रीज्यूले अंतरंग सभाका उपस्थित शाखाध्यक्ष, केन्द्रिय कार्यकारिणी पूर्व अध्यक्ष महानुभावको स्वागत अभिनन्दन गर्नु भयो।

ख) दिवंगत प्रति श्रद्धांजलि–विगत माहमा दिवगंत हुनु भयेको सदस्य हरूको आत्मा शान्ति तथा दुखित परिवारले यो क्षति सहने शक्ति पाओस भनी 2 मिनट मौन शांति प्रार्थना भयो। दिवंगत सदस्यहरूको सूचिः–

I) श्रीमती विजय कुमारी थापा	गढ़ी	09/03/2021
II) श्रीमती पदम बहादुर गुरूंग	क्लेमेन्टाउन	25/02/2021
III) श्री रतन बहादुर राई	,,	12/03/2021
IV) श्री कृष्ण बहादुर राई	रामगढ़	03/02/2021
V) श्री खडक बहादुर	छिद्दरवाला	26/02/2021
VI) श्रीमती ज्योति ठकुरी	रायपुर	13/02/2021
VII) श्री ओम बहादुर थापा	,,	07/03/2021
VIII) श्रीमती कृष्ण मगर	तेलपुरा	20/02/2021
IX) श्री भुपाल सिंह वुराथोकी	,,	22/02/2021
X) श्रीमती देवीका क्षेत्री	रायवाला	10/03/2021
XI) श्रीमती कमल कुमारी थापा	चन्द्रबनी	07/07/2020
XII) श्री दिल बहादुर थापा	,,	12/03/2021
XIII) सु.मे. आर एस आले	,,	12/03/2021
XIV) श्री खड़क बहादुर थापा	,,	11/01/2021
XV) श्री धन बहादुर थापा	,,	12/03/2021

2. अंतरंग सभाका एजेण्डाहरू–

क) चल सम्पत्तिको स्टाक टेकिंग आडिट हेतु कमेटी बारे

ख) स्थापना दिवस 2021 को कार्य तथा दायित्व बारे चर्चा

ग) शाखाको वार्षिक अधिवेशनको जानकारी

घ) भारत सरकार द्वारा 2021 मा हुने जनगणनामा दिने जानकारी बारे छल–फल

ङ) सदस्यता कैम्प लगाउने र सदस्यता शुल्क कति लिने र पैसाको आडिटमा मिलाउने प्रावधान निम्ति वार्षिक अधिवेशनमा प्रस्तुत गर्ने।

च) नियमावलीमा केन्द्रको पदाधिकारीहरूलाई निर्विरोध चयन गर्ने नियम निम्ति वार्षिक अधिवेशनमा पास गर्ने।

3. पूर्व माहको अंतरंग सभा विवरण तथा सम्पुष्ठि–फरवरी 2021 अंतरंग सभा कार्यवाही आजको अंतरंग सभामा महामंत्रीज्यूले प्रस्तुत गर्नु भयो र सभाले सम्पुष्टि दियो। महामंत्रीज्यूले सबै महानुभावहरूको आभार व्यक्त गर्नु भयो।

4. पूर्व माहको आय–व्ययको विवरण तथा सम्पुष्ठि– कोषाध्यक्ष श्री प्रदीप क्षेत्रीज्यूले फरवरी 2021 माहको आय–व्ययको ब्योरा अंतरंग सभामा प्रस्तुत गर्नु भयो तथा सभाले सम्पुष्टि दियो साथै सदस्यहरूले निजी आय वाट सभामा गरेको मासिक दानको ब्योरा पनी सभामा प्रस्तुत गर्नु भयो तथा अन्य सदस्यहरू तथा शाखाले पनी यस कार्यक्रममा सहभागिता गर्ने आवाहन गर्नु भयो।

5. उपस्थित महानुभाव हरूको सुझाव–

क) श्री जोगेन्द्र शाह, शाखाध्यक्ष विकासनगर–शाखाहरूले सदस्यता अभियान सुचारू रूपले चलाई रहेको छन भने कैम्प लगाउने आवश्यक हुने छैन। समुदायलाई दुष्प्रचार गरि गोर्खा समाजलाई भयको वातावरण बनाउने हरूलाई हामी संगठित भयेर प्रतिक्रिया गर्नु जरूरी छ, कमजोर गोर्खा

ख) श्री लीला सिंह वली क्षेत्री शाखाध्यक्ष चकराता-नवीन सदस्यता कैम्प न चलाउने विकासनगर शाखाध्यक्षको सुझाव वहांले समर्थन गर्नु भयो। सभाले चुनाव समिति गठित गरे पछि चुनावमा कुनै प्रकारको सुझाव या नियमावली परिवर्तन बारे बैठकहरू न गर्ने भन्नु भयो। चकराता क्षेत्रमा गोर्खाहरूलाई विदेशी भनी जगह जमीन मिचनेहरूलाई एसडीएम को समर्थन मिलेको छ, हामीले यस प्रयोजनलाई असफल गर्नु पर्छ।

ग) श्री डी.एस भण्डारी शाखाध्यक्ष क्लेमेन्टाउन-सदस्यता अभियान चलाये पनी शुल्क परिवर्तन न गर्ने भन्ने भयो।

घ) श्री हरिप्रसाद थापा, शाखाध्यक्ष रामगढ़-सदस्यता कार्य सुचारू रूपले चलेको छ, कैम्प न लगाउनु तथा गरीब सदस्य बनने हरूलाई सभाले आर्थिक सहायता दिनु पर्ने।

ङ) श्री धीरेन्द्र क्षेत्री, शाखाध्यक्ष भाउवाला ग्रांट- सदस्यता बनाउनुमा हामी आर्थिक सहायता दियेर सहयोग गर्नु सक्द छौ।

च) श्री पदम शाही, शाखाध्यक्ष चन्द्रबनी-सभा सदस्यहरू दिवंगत भएका मासिक पत्रिका नामावलीमा नाम हुनु आवश्यक छ।

छ) श्री विजय भट्टराई, कौलागढ़ शाखा प्रतिनिधि-शाखा क्षेत्रमा दानीहरूको आर्थिक सहयोगले कैम्प चलायेर हामी गरीब परिवारलाई सहयोग गर्न सक्छौ तथा सभामा धन पनी एकत्र गर्नु सक्छौ।

ज) श्री एन.एस गुरूंग, शाखाध्यक्ष रायपुर-नियमावली अनुसार चुनाव समिति गठन गरे पछि चुनाव प्रक्रियाको सम्पूर्ण दायित्व समितिको छ तथा हामीले कुनै प्रकारले सुझाव न गर्ने।

झ) श्री एच.बी. राना शाखाध्यक्ष सेवली-सभाले मात्र समुदायको सदस्यहरू संरक्षक बनाउने, आउने स्थापना दिवसको तैयारी राम्रो रूपले चली रहेको छ, यस आयोजनलाई सबैले सहयोग गर्ने।

ञ) श्री ललित थापा, शाखाध्यक्ष मोहब्बेवाला- समाजको उत्थान निम्ति सभाले राज्य सरकारको साथ समन्वय गर्नु लागि एउटो समितिले सब उपयोगी सुझावहरू दिने।

ट) श्री शमशेर थापा, शाखाध्यक्ष जैतनवाला-शाखामा गरेको उपलब्धिहरूको सम्पूर्ण विवरण पत्रिकामा छापने तथा सामग्रीहरूलाई उचित स्थान दिने सुझाव दिनु भयो।

ठ) श्री वाई बी थापा, सांस्कृतिक सचिव- प्रेरणा भवनमा कलाकृतिहरू बनायेर लगाउने कार्य चली रहेको छ। यो सबै धरोहरको रूपमा संभाली राख्ने हो। धेरै शाखाहरूले आर्थिक रूपले सहयोग गरेका छन तथा अझै सहयोगको आशा गर्द छौ। स्थापना दिवस 2021 को कार्यक्रम हरूको तैयारी पनी सुचारू रूपले चलेको छ।

ड) के.आर.एस थापा, सहयोजित सदस्य- कोरोना टीकाको कार्यक्रम चली रहेको छ, रजिस्ट्रेशन पहिला गराउने हो। स्थापना दिवसमा हामी सबैले सहयोग गर्ने हो। जुलाई माहमा शाखा तथा अगस्त माहमा केन्द्रमा चुनाव हुने छ यस प्रक्रियालाई हामी सबैले सहयोग गरौं।

ढ) क. भगवान सिंह क्षेत्री पूर्व अध्यक्ष- सभामा वर्तमान कार्यकाल राम्रो प्रकारले चली रहेको छ। सबै सदस्य तथा पदाधिकारीगणले आपसमा सोहार्दता राख्ने तथा मान-सम्मान गर्नु पर्छ। पूर्वको कार्यकालको उपलब्धिहरूको विवरण सभाले जानकारी दिनुको लागि सभामा अनुरोध छ।

6. अन्य सूचना हरू- विगत माहमा भएका गतिविधि हरू तथा अन्य जानकारीहरू महामंत्रीले अंतरंग सभा समक्ष प्रस्तुत गर्नु भये-

क) AIGEWA कार्यालयमा कम्प्यूटर तथा सिलाई प्रशिक्षण निम्ति उपकरण मांग पत्र दिएको छ।

ख) नेपाली भाषा प्रशिक्षण कार्य चन्द्रबनी तथा केन्द्रमा चली रहेको छ।

ग) 17 अप्रैलमा स्थापना दिवस आयोजन हुंदै छ हामी सबैले सफल बनाउनै हो। स्थापना दिवसमा प्रेरणा भवनको उद्‌घाटन समारोह हुने छ।

घ) भारत सरकारको जनगणना 2021मा चली रहेको छ।

ङ) कोरोनाको टीकाकरण अभियान शुरू भएको छ, सबै प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र तथा पूर्व सैनिकहरू सेना अस्पताल तथा क्लेमेन्ट टाउनमा शुरू भएको छ।

च) शाखाहरूले पनी अति आवश्यक परेको परिवारलाई त्वरित आर्थिक सहायता शाखाकोष देखी दिएको छन।

छ) 20 अप्रैल 2021 मा नमक आन्दोलन देहरादूनको उपलक्षमा खाराखेतमा स्मरण सभा हुने छ हामी सबै 11 बजे निश्चित स्थानमा पुग्ने हो।

ज) बहुउद्‌देशीय भवनको निर्माण आधारशिला माननीय पूर्व सांसद श्री तरूण विजयले गर्नु हुने छन 17 अप्रैल 2021 मा वहां आमंत्रित हुनु हुन्छ।

7. महामंत्रीको निवेदन-

क) आयोजन हरु तथा अंतरंग सभामा हामी सबैले सोहार्द पूर्ण तथा अनुशासन पालन गरे, पदाधिकारी द्वारा समाजमा शुभ सन्देश पुग्ने छ।

ख) वार्षिक दिवसको उपलक्षमा स्मारिकामा लेख प्रकाशित गर्नु निम्ति धेरै लेख पठाउनु होला।

ग) नेपाली भाषा प्रशिक्षण कार्यक्रम कक्षा साथै ऑनलाइन प्रक्रियाले पनी चली रहेको छ।

घ) सभाले भावी कल्याणकारी योजना निम्ती 100 रुपिया प्रतिमाह प्रति सदस्य मासिक जमा योगदान कार्यक्रम चलाएको छ। प्रायः सबै केन्द्रीय अधिकारीगणहरूले सहयोग पुराएको छन, शाखाध्यक्ष तथा सदस्यहरूले सहयोग गरे सभा आर्थिक रूप से सुदृढ़ हुनु सक्ने छ।

ङ) लेखा जोखा जांच गराएको शाखाले आफ्नो समयमा वार्षिक अधिवेशन गर्ने अनुरोध छ।

च) स्थापना दिवस समारोहमा मेधावी छात्र, उत्कृष्ट खिलाड़ी, अति वरिष्ठ सदस्य तथा समाजसेवी हरू सम्मानित हुने छन।

8. माननीय अध्यक्ष महोदयको सम्बोधन- अध्यक्षज्यूले अंतरंग सभामा उपस्थित महोदयहरूको स्वागत जनाउनु भयो, शाखाध्यक्षहरूको कार्यको सराहना गर्दै अंतरंग सभाको बून्दाहरू क्रमवार छल-फल गरि निस्तारण भयो। शाखाहरूले भने अनुसार केन्द्रले संघ-संस्था तथा सरकार सित सामंजस्य गरेर समुदायलाई सुदृढ़ बनाउने प्रयास गरि रहने भन्नु भयो। अन्य बून्दाहरू यस प्रकार छ।

क) सन्यासिनी रोग ग्रस्त माया गिरीज्यूको चिकित्सा निम्ति दानदाताहरू पतांजलि योगपीठ साथै लिम्बु समाज तथा गुरूंग समाजलाई धन्यवाद छ।

ख) सभा परिसरमा प्रेरणा भवनलाई ऐतिहासिक धरोहरहरूको चित्रणमा सहयोग गर्ने निम्नलिखित सदस्य तथा संस्थाहरुलाई धन्यवाद गर्नु भयो:-

I) के. आर एस थापाज्यूले खुखुरी खरीदमा 1000/- सहयोग राशि

II) श्यामपुर शाखाले प्रेरणा भवनको पर्दाहरू तथा फोग लाईट सहयोग राशि पोडियम लोगो

III) रायपुर शाखाले महिला परिधान फ्लेक्स चित्रण 3000/- लागत सहयोग

IV) बलभद्र खलंगा विकास समितिले खलंगा इतिहास पेटिंग 9000/- सहयोग

V) नेहरूग्राम गोर्खा विकास समितिले स्वतन्त्रता आन्दोलनका नमक आन्दोलनकारी खडक बहादुर सिंह बिष्टको इतिहास चित्रण निम्ति 9000/- अनुदान दिनु भयो।

VI) पुरोहित वाला शाखाध्यक्ष श्री सूरज थापाज्यूले सभा संस्थापकको फोटो तथा अन्य नोटिस बोर्ड दुबैको खर्चा बहन गर्ने सहमति दिनु भयो।

VII) प्रेरणा भवनमा स्थापित चांदी कवर भएको खुखरी लागतमा केन्द्रको कार्यकारिणी तथा शाखाध्यक्षहरूको सहयोग पनी प्राप्त भएको छ।

VIII) रायवाला शाखाध्यक्ष श्री टीकाबहादुर थापाज्यूले स्वयं काठको फ्रेम नक्काशी गरि ठूलो दर्पण स्वयंको तर्फ देखि प्रदान गर्नु भयो। यसै गरि समुदायका सदस्यहरू देखि सहयोग पाये हामी स्वागत गर्ने छौ तथा अन्य सबैले सभामा सहयोग गर्ने प्रेरणा पाउने छन।

ग) खरसांग दार्जिलिंग निवासी माननीय खेनरिन पोछे पूर्वा दोर्जे तमांग तथा वहांका सहयोगी मास्टर शेफ सेमसंग तमांग देहरादून भ्रमणमा सभाको कार्यकलाप तथा योगदान/उपलब्धिहरू तथा समाजको प्रति उत्थान कार्यको धेरै सराहना गर्नु भयो।

घ) माननीय मुख्यमंत्री तीरथ सिंह रावतज्यू सम्मान निम्ति सभाका पदाधिकारीहरू, शाखाध्यक्ष साथै शहीद परिवारहरूलाई लिएर भेंट गरि सम्मान गरियो। हामी समुदायको समस्या/सुझाव लियेर फेरी पनि भटने छौ।

ङ) नियमावली निर्विरोध चुनाव प्रक्रियालाई लिने विचारलाई अंतरंग सभामा छलफल भयो, तर सहमति न हुनाले यो वुन्दा खारिज भयो।

च) सभा साथै चन्द्रबनी शाखा दुबैले नेपाली भाषाको प्रशिक्षण श्री भूपेन्द्र अधिकारीज्यूले सहयोग गरेको बधाई दिनु भयो तथा वहाँको य सानो सहयोग भये पनी 'बूंद-बूदले' सागर भरिन्छ' जस्तो हामीहरूलाई यो ठूलो सहयोग हो भन्नु भयो।

अंतमा उपस्थित महानुभावहरूलाई सोहार्दपूर्ण वातावरणले अंतरंग सभामा सहयोग गर्नु निम्ति आभार व्यक्त गर्नु भयो तथा सभा समाप घोषणा गर्नु भयो।

सहयोग, सम्पर्क र सफलता

कुनै कार्य बेगर प्रयोजन गरिदैन। निष्प्रयोजनको कार्यले हानि-लाभ केहि हुंदैन समय मात्र खेर जान्छ। कुनै कार्य ठूलो, धेरै समय लागने हुन्छ त योजना उति ठूलो हुन्छ। एक पछि एक कसरी-कसरी के काम गरियेला योजनानुसार लेख्नु पर्छ। योजनामा लागने श्रम शक्ति, संसाधन, धन र पूर्ण समयको अनुमान गरीन्छ। श्रम शक्ति जुटाउनु का लागि सम्पर्क गर्नु पर्छ। कुशल कारीगर, परिश्रमी मजदूर तथा यीनीहरू सित समयमा सही काम लिने कुशल व्यक्ति(लीडर) चाहिन्छ। समय-समय मा कार्यको प्रगतिको समीक्षा गरिन्छ। जसमा कार्य समयानुसार हुंदै गरेको, जति मात्रामा काम पूरा हुन चाहिन्थ्यो, उतिमा उसभंदा धेरै भएको जांच हुनु पर्छ। सही कार्य चर्को गतिले हुन्छ अनि कार्यको गुणवत्ता पनि राम्रो हुन्छ भने कार्यको प्रगति उत्तम हुन्छ। अब कुरा गरौं आफ्नो शाखा कार्य बैठक, वार्षिक अधिवेशन पूरा गर्ने कुरा शाखाको रोकड़ बही लाई महिनामा एक पठक लेख्नु पर्छ, कुनै प्रकारको आय-सदस्यता शुल्क अन्य मदको पैसा लेखेर कागज कैश खुदमा राख्नु पर्छ, त्यसै व्यय गरे विवरण भुगतान पर्ची/खर्चाको कैश मेमो सित रोकड़ बहीमा राख्नु पर्छ। महिना गरिको आय व्यय लेखेको शीटमा महिनाको विवरण पूरा हुंदा रोकड़ बही लेखी हालनु पर्छ। 31 दिसंबर सम्मको रोकड़ बही जनवरीमा पूरा गरेर वर्षको आय-व्यय विवरणको महिनावार विवरण बनाएर रोकड़ बही सित सही मिलान गर्नु पर्छ। सही मिलान गर्दा-कैश बुकमा आय र व्ययको योग तथा 31 दिसम्बरको दिन शेष नकद राशि एक हुन पर्छ तब रोकड़ बही सही हुन्छ। अब आडिटको लागि पाठउंदा/जै जांदा जम्मै आयको प्राप्ती पर्ची र व्ययको भुगतान पर्ची(जम्मे) यौटै-यौटै टेगमा गांसेर, कैश बुक, गुलाबी रंगको शाखाको रसीद बुक सित लाग्नु पर्छ। शाखा कोषाध्यक्ष र अध्यक्षको तालमेलले शाखाको आय-व्ययको सही लेखा हुन चाहिन्छ।

त्यसै गरि आजीवन सदस्यता रजिस्टर सदस्यता आवेदन पत्रमा लेखेको विवरण सित लेखेर शुरू गर्ने र आजीवन सदस्यता कार्ड केन्द्र बाट प्राप्त भए पछि आ०स० संख्या र प्राप्ती तारीख र आवेदकलाई दिएको तारीख लेखेर पूरा गर्न चाहिन्छ। एक पठक आंख बाट जरूरी कागज ओझेल हुन्छ त्यो गुम हुन्छ। जुआफदारी छ शाखाध्यक्षको। शाखाध्यक्षले मीठो व्यवहारले कार्यकारिणी सित सहयोग मांगनु पर्छ ताकि काम समयमा सही र पूरा होस। राम्रो सम्पर्क बनाउनु कार्यको सफलताको लागि राम्रो गुण हो। शाखा बैठक/अधिवेशन तथा सदस्यहरूलाई सूचना/सभा पत्रिका पुराउनुका लागि सम्पर्क गुण हुन अति आवश्यक छ। शाखाध्यक्षद्वारा कार्यकारिणी र सदस्यहरू सित तुरन्त र राम्रो सम्पर्क साधनमा सफलता प्राप्त हुन्छ। केन्द्रमा हुने अधिवेशन/समारोहमा सदस्यहरू धेरै संख्यामा लग्नु पर्छ, शाखाध्यक्षको राम्रो सम्पर्कले यसमा सफलता पाउंछ।

आपदामा चंदा जम्मा गरेर केन्द्रमा पुर्‍याउनु, सभा पत्रिकाको लागि वार्षिक अग्रीम मूल्य जमा गरेर केन्द्रमा जमा गराउनु, महिनामा सभा पत्रिका केन्द्र बाट लिएर सदस्यहरूलाई बांटनु। यस कार्यमा केहि शाखाध्यक्षहरू असफल गएका छन। आपदमा सहायता न दिनु, सभा पत्रिका केन्द्र बाट न लिनुले शाखाकार्य प्रति उनीहरूको असफलताले निष्क्रियता देखाउं छ। धेरै (सबै) शाखाध्यक्षहरूले उपरोक्त दुवै कार्यमा सक्रियता, सम्पर्क, सहयोगले काम पूरा गर्नु चाहिन्छ। राम्रो सम्पर्कले सहयोग लिनु पर्छ यसमा छोड़ने/बांचने निहुं हुन चाहिन्न। केन्द्रको प्रगति हुन्छ शाखाहरूको पूर्ण सहयोगले। शाखा/गाउंका धनी र सामर्थ्यवान सदस्यहरूले अघि आएर सहयोग दिनु पर्छ। आखिर सुधार सभा हामी सबैको हो अर्को तिर पन्छे र बसनुले हानि नै हुन्छ। शाखाको राम्रो नाउंमा तपांई हरूको नाउं सामेल रहन्छ।

मुस्कुराउने अवसर

(1) गुरुबा मानीहरूलाई हिन्दी पढ़ाउंदै शब्दलाई वाक्यमा प्रयोग गर्न भन्दै-भाईचारा शब्द वाक्य गर्नु अभयलाई भने-अभयले उत्तर दिंदै भन्यो-मैले दूधियालाई दूध केन महंगी भये छ भनेर सोधदा उसले भन्यो-भाईचारा अब महंगो भएको छ।

(2) मायालु सित रिसाएर जांदै केटीले भनि सोलर लैम्प लिए खोजलउ तब पनि म जस्ती पाउने छैनो केटालेले भन्यो-के समझन्छेस-अर्की पनि त जस्ती खोजौंला।

(3) यौटा फक्कड़ मान्छेले अरू मानिसको टोलीलाई भन्दै थियो हीराले हीरालाई काट छ लुहाले लुहा लाई काट छ यौटा मान्छेले सोध्यो तर कुकुरले के मान्छेलाई टोक छ यौटा मान्छेले उत्तर दियो, शायद आफ्तो भने चिन्छे होला।

(4) जाड़ो दिनमा विहान अकबर बादशाह र युवराज लवादा भिरेर डूल्दै थिये, गरम लागेर बादशाहले लवादा खोलेर बीरबरलाई दिये, त्यो हेरेर युवराजले लवादा बीरबरलाई थमायो अकबरले मजाक गरियो बीरबल अब त एक गधाको भारी भए होला। बीरबलले कुरा युग यो गधा भनेको, तुरन्तै उत्तर दियो नाहिं हुजुर दुई गधाको भारी छ। बादशाह शिर नुगाएर मुसमुस हांस्यो।

मोबाइल, टीभीप्रति नानीहरूको लगाउ एउटा गम्भीर समस्या

नानीहरूले मोबाइल अनि टेलिभिजन खेल्ने र हेर्नेकुरा एउटा गम्भीर [illegible]य समस्या बन्दै गइरहेको छ। मोबाइल र टेलिभिजनमा अत्यधिक [illegible] लगाउको कारण नानीहरूको स्वास्थ्य अनि शिक्षामा धेरै असर पर्न [illegible]को छ। यसले नानीहरूमा विभिन्न प्रकारका रोग लाग्नुका साथै लेखपढ तिनीहरूको मन लाग्न छोड़ेको छ। ब्रिटेनका मनोविद् डॉ. सिगम्यानले आफ्नो अध्ययनमा धेर मोबाइल वा टेलिभिजन हेर्दा नानीहरूको स्वास्थ्यमा धैरै हानिकारक प्रभाव परेको पाएका छन। [illegible]को भनाइमा तीन वर्षभन्दा कम उमेरका नानीहरूले मोबाइल वा टेलिभिजन एकदमै हेर्नुहुंदैन। तीनदेखि सात वर्षका नानीहरूलाई दिनमा आधा घण्टा वा कहिलेकाहीं एक घण्टा टेलिभिजन हेर्न दिनुपर्छ। सात र बारह वर्षका नानीहरूलाई एक घण्टाको समय पर्याप्त छ। 12–15 वर्षका नानीहरूलाई दुइ घण्टाको समय निर्धारित गरि दिनु पर्छ। उपर्युक्त समय सीमा डॉ. सिगम्यानले तोकि दिएका हुन। तर अहिलेका नानीहरू 5–7 घण्टा भन्दा पनि धेर समय मोबाइल र टीभी हेर्न बस्दछन। यसले प्रत्येक दिन नानीहरूलाई हानि पुगि रहेको हुंद छ। कामकाजी आमा–बाबुका नानीहरू दिनभरि एक्लो रहे हुनाले धेर समय टीभी र मोबाइलमै बिताउंद छन। अभिभावकहरूले चाहेर पनि यो रोक्न सक्दैनन् तर यसले नानीहरूको स्वास्थ्यमा न राम्रो असर हुंद छ। धेर टाभी, मोबाइल हेर्दा नानीहरू निम्नलिखितं रोग अनि समस्याको शिकार हुन सक्छन–

मोटोपन: अत्यअधिक टीभी–मोबाइल हेर्नु मोटोपन अनि हृदय रोगको कारण बन्न सक्दछ। प्राय: जसो टेलिभिजन हेर्दा नानीहरूमा हाई क्यालोरी स्नेक्स खाने बानी हुंद छ। यसले टाइप 2 डाइबिटिज हुने सम्भावना बढ्द छ।

व्यायाममा कमी: मोबाइल–टीभीसंग टांसिने नानीहरू व्यायाम, खेलकूद अनि घरका स–साना काम गर्न चाहंदैनन। यसले गर्दा व्यायाम बाट पाउने उत्तम रक्तसंचार, मांसपेशी सबल हुने, उत्तम स्टेमिना, लचिलोपन आदिन फाइदा बाट वंचित हुंद छन, जुन चाहिं पछि गएर हानिकारक प्रमाणित हुंद छ।

निद्राको समस्या: कति नानीहरूलाई सुताउनका लागि पनि टेलिभिजन खोलिदिनु पर्छ, कतिलाई मोबाइल खेल्न दिनु पर्छ। त्यसले नानी सुते पनि अत्यधिक टीभी–मोबाइल हेर्दा मस्तिष्क धेर सक्रिय हुंद छ अनि नानीको निद्राको रूटिनलाई अव्यवस्थित पारि दिन्छ। जुन नानी संधै राति नौ बजी सुत्ने गर्छ उसलाई विस्तारै विस्तारै 10–11 बजी सुत्ने बानी बस्दछ। टीभी–मोबाइलले दिन मात्रै होइन, रात पनि बिगारि दिन्छ।

क्यान्सरको खतरा: टेलिभिजन–मोबाइलका प्रोगामले मात्र होइन, यसका विभिन्न भागले नानीको स्वास्थ्यमा पनि समस्या उत्पन्न गर्नसक्छन्। टीभी–मोबाइलका प्रकाशको हानिप्रद प्रभावले मुख्य हार्मोन मेलाटोनिनलाई बाधित गर्नसक्छ। यसले डीएनए सेलहरूमा परिवर्तन हुने खतरा बढ्न सक्छ।

अपरिपक्क तारूण्य(Puberty): मेलाटोनिनको स्तर कम हुने हुनाले यस्तो स्थिति आउंद छ। अचेल केटीहरूमा सानो उमेर देखि नै तारूण्य(Puberty) को लक्षण देखिन थाल्छ। हर्नोन्स् परिवर्तनको कारण शरीरमा बोसो पनि बढ्न सक्छ।

एकाग्रतामा कमी: धेर टीभी–मोबाइल हेर्दा ध्यान क्षेत्रलाई संचालित गर्ने कोष (Cell) दुर्बल हुन थाल्छन, जसले बौद्धिक उत्तेजनमा कमी आउन थाल्छ। यसले एकाग्रतामा कमी आउंद छ अनि सिक्ने क्षमता पनि घट्न थाल्छ।

असामाजिक प्रभाव: एकजना राम्रो मानिस बनिन सामाजिक हुन आवश्यक छ, तर टीभी–मोबाइलमा अधिक लगाउ समाज संग जोड़िनमा बाधक बन्द छ। नानीहरू बाहिर आउ–जाउ गर्न वा मानिसहरू संग मेलजोल गर्न मन पराउंदैनन। तिनीहरू अन्तर्मुखी हुंद छन। व्यावहारिकर्ताको गुण तिनीहरूमा आउन सक्दैन अनि रचनात्मकता र कल्पनाशीलता प्रति तिनीहरूमा कुनै चासौ रहंदैन।

स्मरणशक्तिमा असर: धरीधरी चैनल फेरेर दिनभरि टेलिभिजन हेर्दा र फेरी–फेरी मोबाइलमा गेम खेल्दा स्मरणशक्ति प्रभावित हुँद छ। नानीहरूले आफ्नो खानपीन र पढ़ाई–लेखाई त भुल्छन नै तर कहिलेचाहीं कुन कार्यक्रम कहिले हेरेका थिए भन्ने कुरा पनि भुल्द छन। अल्जाइमर रोग पनि स्मरण शक्ति संग सम्बन्धित रोग हो।

आंखमा हानिकारक प्रभाव: धेर मोबाइल–टीभी हेर्नाले यसको सीधा असर आंखामा पर्दछ। यसले आंखा सम्बन्धित धैरै समस्या हुंद छ अनि मेटाबलिज्मको दरमा पनि कम हुन सक्छ।

पढ़ाई असर: नानीहरूले आफ्नो क्षमताको पूरा प्रदर्शन गर्न सक्दैनन। एकाग्रताको कमीको कारण· तिनीहरूलाई आफ्नो क्षमता वा योग्यता अनुरूप उपलब्धि प्राप्त हुंदैन। यसले नानीहरूलाई पढ़ाईमा मन लाग्दैन र परीक्षामा असफल हुंद छन।

उपर्युक्त कुप्रभाव हुंदा पनि तर नानीहरूलाई टेलिभिजन र मोबाइल हेर्नबाट वंचित गराउनु सम्भव छैन तर अभिभावकले तिनीहरूको हेर्ने समय सीमा तोकि दिएर नानीहरूको मानसिक स्वास्थ्य प्रति ध्यान राख्न सक्छन। तिनीहरूले कुन प्रकारको कुरा हेर्दे छन् भन्ने कुरामा पनि ध्यान दिनु पर्छ। हिंसक सनसनीपूर्ण तथा अश्लील कार्यक्रमले नानीहरूको मनमा गहिरो असर पार्द छ। सबै भन्दा असल कुरा नानीहरूले टीभी–मोबाइल हेर्दा एकजना अभिभावक पनि संगै बस्नु पर्छ अनि कार्यक्रम तथा सम्बन्धित विषयमा कुराकानी गर्दै तिनीहरूलाई सही जानकारी दिनु पर्छ।

नीति कथा

समय पूर्व एउटा गाउंमा चार मित्र वास गर्द थिये। तीनी बाट ती जना सारै विद्वान र जानकार थिए तर सामान्य द्रको तिनीहरूमा अभाव थियो। चौथा मित्र विद्वान थिएन सामान्य बुद्धिले काम लिन्थ्यो। ती तीन विद्वान मित्रहरू ीर खोज्नु टाड़ाको यात्रा गरि शहर तिर जानु लागे। नो चौथा मित्रलाई संगमा लिनु मानेनन किन कि उ न थिएन। फेरि पनि जानु स्वीकार गरे उनहरूको खपनको साथी थियो। यात्रा गर्दा एक शहर बाट अर्को को लामो यात्रा गर्नु लागे।

ीनी हरू एक ठूलो अवसर खोज्दै थिए धेरै धन कमाउन त, एक पटक तिनीहरू एउटा बाक्लो वनको बीच बाट थिए कि एउटा रूखको मुनि हड्डीको थाक देखा पर्‍यो। हरू बाट यौटाले थाक हेरेर भन्यो अब हाम्रो ज्ञानको ा लिने अवसर आएको छ। यी हड्डी हरू यौटा बाघका हामीहरूले बाघमा प्राण हालु चाहिन्छ। तब उसले सबै रू जोड़ेर यौटा बाघको ढांचा खड़ा गरि दियो र केहि मंत्रको उच्चारण गरियो। अर्को विद्वानले मंत्र पढ़्यो र त्यस ढांचामा छाला, मासु र रगत भरियो। त्यो साँचै को बाघ देखिन्यो। अब तेस्रो विद्वानले अंतिम क्रिया गरेर त्यसमा प्राण हाल्नु उठ्यो।

जस्तै उसले मंत्र पढ़नु थाल्यो चौथा मित्र चिच्यायो, पर्खो यस्तो काम न गर, यदि त्यस पशुमा प्राण आयो भने हामीहरूको लागि खतरनाक हुने छ तीनै मित्र हरूले भने तं मूर्ख चुपलाग। तले विद्वानहरूको क्षेत्रको कुरा के जान्द छस। त आफ्नो मुख बन्द राख। केही क्षण तीगी हरू पर्ख भन्यो र तुरन्तै यौटा छेउको रूख तिनी। उसको तीनै मित्रहरू हाँसे। उनीहरूले निर्जीव ढांचामा प्राण हाली लिये। जस्तै त्यो भारी ढाँचामा प्राण हाली दिये। जस्तै त्यो भारी ढांचामा प्राण आएर जीवित भयो उ जोरले गरज्यो र तीनै विद्वानहरूको मासु खाएर त्यँहा बाट अल्पियो।

शिक्षा-सामान्य बुद्धिको बेगर ज्ञान व्यर्थ हुन्छ।

निबन्ध
‘गाई’

-हिमानी थापा

टा घरेल तथा स्तनधारी जानवर हो। गाईले दुध दिन्छ, दुध, दही, घिउ र मोही नानीहरू र बुढ़ा सबैको निम्ति खाने कुरा हुन। दुध हामीले दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्ने पौष्टिक पदार्थ हो। गाईको गोबर राम्रो मल हो, न्न बाली उब्जनी राम्रो गरेर अरू खानेकुरा प्रदान गर्न सहयोग गर्छ। गोरूको प्रयोग गोरुगाड़ी तान्ने र खेत काममा गरिन्छ। गाई नेपालको राष्ट्रीय जानवर हो, गाई हिन्दुहरूको पूज्य पशु हो। हिन्दुहरूले गाईलाई ो रूपमा मान्ने गर्छ छन्। नेपालमा तिहारको दिन गाईको पूजा धूमधामले मनाइन्छ, गाई मरे पनि ददी हरू काममा लगाइन्छ।

श्री पदम सिंह थापा अध्यक्ष जी.एस.एस का प्रतिनिधि
विभिन्न गोरखाको साथ राज्यमंत्री श्री गणेशज्यू सँग

गोर्खाली सुधार सभा, अध्यक्ष तथा अन्य पदाधिकारीहरु माननिय
सांसद रानी माला राज्य लक्ष्मी सित शिष्टचार भेटघाट गर्दै।