जहाँ छ मेरो जन्मभूमि त्यहाँ शान्त शीतल जलमग्नमा छन् भक्तवत्सल महेश्वर । म जन्मिए हुर्किएँ यस्तो पावन पुण्यभूमिमा नाम हो यसको जलेश्वर ।-कवि पवेन्द्र मानश्रेष्ठ

समाज, विकास, लोकतन्त्र र विधिको शासन प्रति समर्पित राष्ट्रिय दैनिक

जि.प्र.का. महोत्तरी द.नं. ४३/०७०/७१
जि. महोत्तरी हु.द.नं. ४/०८०/८१

सबै क्षेत्रको प्रवर्द्धनको गुरु

www.jaleshwortoday.com

# जलेश्वर टुडे

Jaleshwor Today National Daily

एक कदम अगाडि

विज्ञापनको लागि सम्पर्क
: ९८४४०२७९७१
Whats App No:-
९८२४८७७६२७
Gmail :-
Jaleshwortoday
@gmail.com

बर्ष १३ • अंक २७७ • २०८३ श्रावण ११ गते सोमवार • 27 Jul. 2026 • पृष्ठ ४ • मुल्य रु.५/-

## रासायनिक मलको अभाव आगामी १५ दिनभित्र अन्त्य हुने: कृषिमन्त्री

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम, १० श्रावण

सङ्घीय सरकारकी कृषि, वन तथा वातावरणमन्त्री गीता चौधरीले धान रोपाइँको मुख्य समयमा देखिएको रासायनिक मलको अभाव आगामी १५ दिनभित्र अन्त्य हुने बताएकी छन् ।

शनिबार धनुषामा राष्ट्रिय कृषि आधुनिकीकरण आयोजना अन्तर्गत सञ्चालित विभिन्न कार्यक्रम तथा परियोजनाको निरीक्षणपछि सञ्चारकर्मीसँग कुरा गर्दै मन्त्री चौधरीले अन्तर्राष्ट्रिय आपूर्ति प्रणालीमा आएको असहजताका कारण केही समय मल आपूर्तिमा समस्या देखिएको भए पनि अहिले विभिन्न नाकाबाट पर्याप्त मात्रामा मल नेपाल भित्रिरहेको जानकारी दिइन् । उनले मौजुदा मल किसानसम्म पुर्‍याउने कार्यलाई तीव्र बनाइएको उल्लेख गर्दै यसै महिनाको १५ गतेसम्म अधिकांश किसानले सहज रूपमा रासायनिक मल प्राप्त गर्ने विश्वास व्यक्त गरिन् । धनुषाको लक्ष्मिनियामा किसानसँग आयोजित अन्तरक्रिया कार्यक्रममा मन्त्री चौधरीले रासायनिक मल र विषादीमा अत्यधिक निर्भरता घटाएर प्राङ्गारिक (अर्गानिक) खेतीलाई प्राथमिकतामा राख्नुपर्नेमा जोड दिइन् ।

माटोको उर्वराशक्ति संरक्षण, वातावरणीय सन्तुलन कायम तथा सुरक्षित खाद्य उत्पादनका लागि प्राङ्गारिक मलको प्रयोगलाई अभियानकै रूपमा विस्तार गर्नुपर्ने उनको भनाइ थियो । उनले अत्यधिक रासायनिक मल र विषादीको प्रयोगका कारण खेतबारीको जैविक विविधता घट्दै गएको उल्लेख गर्दै विगतमा खेतमा सहजै पाइने माछालगायत जीवजन्तु अहिले लोप हुँदै गएको बताइन् । "हामीले उत्पादन गरेको अन्नसँगै विषादी पनि उपभोग गरिरहेका छौँ । त्यसैले अब रासायनिक मलको प्रयोग क्रमशः घटाउँदै प्राङ्गारिक खेतीतर्फ किसानलाई आकर्षित गर्न आवश्यक छ," मन्त्री चौधरीले भनिन् ।

प्राङ्गारिक खेती विस्तार गर्न इच्छुक किसानलाई सरकारले आवश्यक प्राविधिक तथा अन्य सहयोग उपलब्ध गराउने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दै उनले राष्ट्रिय कृषि आधुनिकीकरण आयोजना, प्रदेश सरकार र सम्बन्धित निकायसँग समन्वय गरेर आवश्यक कार्यक्रम सञ्चालन गरिने जानकारी दिइन् । धनुषा भ्रमणको उद्देश्यबारे जानकारी दिँदै मन्त्री चौधरीले आयोजनाबाट किसानले प्राप्त गरेको लाभ, कार्यक्रमको प्रभावकारिता तथा सुधार गर्नुपर्ने पक्षबारे प्रत्यक्ष जानकारी लिन निरीक्षण गरिएको बताइन् ।

उनले कृषि उत्पादनलाई दीर्घकालीन रूपमा सुदृढ बनाउन सिँचाइ र कृषि कार्यक्रमलाई एकीकृत रूपमा सञ्चालन गर्ने तयारी भइरहेको जानकारी दिइन् । सिँचाइ तथा ऊर्जा मन्त्रालयसँग आवश्यक छलफल भइसकेको उल्लेख गर्दै जहाँ सिँचाइ आयोजना सञ्चालन हुन्छ, त्यहाँ कृषि मन्त्रालयको प्राविधिक सेवा पनि सँगसँगै उपलब्ध गराउने योजना रहेको बताइन् ।

## तीन दलीय गठबन्धन नै कायम रहने मुख्यमन्त्री यादवको दाबी

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम, १० श्रावण

मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री कृष्ण यादवले मधेसमा नेपाली कांग्रेस, नेकपा एमाले र नेपाली कम्युनिस्ट पार्टीसहितको तीन दलीय गठबन्धन नै कायम रहने दाबी गरेका छन् । सत्ता साझेदार दलहरू नेकपा एमाले र नेपाली कम्युनिस्ट पार्टीसँगको सम्बन्धमा कुनै खटपट नआएको बताउँदै उनले मधेसमा आफ्नो नेतृत्वको सरकारलाई कुनै समस्या नरहेको प्रस्ट पारे ।

मुख्यमन्त्री यादवले राजनीतिमा रातारात धेरै ठूलो परिवर्तन आउन सक्ने भए पनि अहिलेसम्म केन्द्र र प्रदेश तहसम्मको सहमति अनुसार मधेसमा ३ दलकै सरकारले निरन्तरता पाउने बताए । रातोपाटीसँग कुरा गर्दै उनले भने, 'केन्द्रमा अस्ति पुगेर बैठक, छलफल गरेर आएका छौँ । आज बिहान पनि पार्टी हाम्रो पार्टीको सभापतिसँग कुरा भयो । प्रदेशमै मिलाएर लैजानुस् भन्नुभएको छ ।' प्रदेशको सत्ता गठबन्धनमा रहेका दलसँग सहमति भइसकेकाले यही सरकारले निरन्तरता पाउनेमा विश्वस्त रहेको उनले बताए । आफ्नो पार्टीका केन्द्रीय नेतृत्वले प्रतिपक्षविहीन प्रदेश सरकारको परिकल्पना गर्न नसकिने भनेर तीन दलीय गठबन्धन अस्वीकार गरे पनि मधेसको हकमा त्यो लागु नहुने मुख्यमन्त्री यादवले प्रस्ट पारे । अन्य प्रदेशमा यिनै तीन दलमध्ये कुनै एउटा दल बलियो प्रतिपक्ष रहेको जिकिर गर्दै उनले मधेसमा कांग्रेस, एमाले र नेकपा नै सरकारमा जाँदासमेत जसपा नेपाल बलियो प्रतिपक्षका रूपमा रहेकाले यहाँ तीन दलीय गठबन्धन बनाउनु केन्द्रको नीति विपरीत नरहने पनि प्रस्ट पारे । उनले भने, 'मधेसमा प्रतिपक्ष बलियो छ, प्रतिपक्ष लगायत सबैको सहमतिमा हामीले बजेट पारित गरेका छौँ ।' मुख्यमन्त्री यादवले मधेसमा यही सरकारले निरन्तरता पाउने दाबी गर्दै अगाडि भने, 'गठबन्धनमा रहेका दलहरू बिच पनि पहिले नै सहमति भइसकेको छ ।'

## पिछडावर्ग महासभाको केन्द्रीय समितिको विस्तारित बैठक सम्पन्न

जलेश्वरटुडे समाचारदाता
जनकपुरधाम, १० श्रावण

जनकपुरधामको जिल्ला समन्वय समितिको सभा हाँलमा आयोजित पिछडावर्ग ओबिसी महासभाको केन्द्रीय समितिको विस्तारित बैठक एउटा कार्यक्रम बीच सम्पन्न भएको छ ।

पिछडावर्ग जातजातिहरुको सर्वाङ्गीण विकासमा प्रदेश सरकारको भूमिकाबारे अन्तरसंबाद कार्यक्रमको अध्यक्षता पिछडावर्ग महासभाको केन्द्रीय अध्यक्ष राम कुमार महतोले गर्नु भएको थियो भने स्वागत मनतव्य महासभाको केन्द्रीय सदस्य पवन कुमार साहले दिनु भएको थियो । ज्ञातअज्ञात शहिदहरुलाई स्मरण गर्दै एक मिनेटको मौन धारण गरेर कार्यक्रमको शुरुवात गरिएको थियो । त्यसैगरी कार्यक्रममा उपस्थित मधेस तथा अन्य प्रदेशका विभिन्न जिल्लाका करिब ५० वटा जातजातिहरुको संगठन पिछडावर्ग महासभाको पदाधिकारी तथा सदस्यहरुले आ-आफ्ना परिचय दिनुका साथै महासभाको विगतको कार्यहरुको पुनरावलोक गर्दै विभिन्न सकारात्मक सल्लाहहरु तथा आफूले भोगेका समस्याहरुका बारेमा खुलेर आफ्ना धारणा प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रमको विशिष्ट अतिथि तथा मगही अन्तर्राष्ट्रिय परिषद काठमाडौंको अध्यक्ष डा.वीर बहादुर महतोले सो बैठकमा उठाएका विभिन्न प्रश्न तथा जिज्ञासाहरुको संतोषजनक जवाफ दिनु भएको थियो । त्यसैगरी मगही फाउन्डेशनको

बाँकी पृष्ठ ४ मा ।

## बाढी/पहिरोबाट सचेत होऔं

**बाढी/पहिरो आउनुअघि:**
- स्थानीय रेडियो वा अन्य माध्यमबाट मौसमको जानकारी लिऔं,
- खोला, नदी तथा जोखिमपूर्ण ठाउँबाट सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- घरको नजिक पहिरो खस्न सक्ने ठाउँ भए सावधानी अपनाऔं,
- आपतकालीन झोला (प्राथमिक उपचार सामग्री, टर्चलाइट, खानेकुरा, लुगालगायत) तयार राखौं,
- जोखिममा परेका बालबालिका, बृद्धबृद्धा र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको सुरक्षामा प्राथमिकता दिऔं ।

**बाढी/पहिरो आएमा:**
- अनावश्यक हिंडडुल नगरौं,
- सुरक्षित स्थानतर्फ जाऔं,
- विजुलीका तार तथा खम्बाबाट टाढा रहौं,
- खोलानाला सुरक्षित तवरले तरौं,
- अफवाह नफैलाऔं, सत्य सूचनामात्र आदान-प्रदान गरौं,
- घाइते वा फसेका व्यक्तिको उद्धारमा सहयोग गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

समाज, विकास, लोकतन्त्र र विधिको शासन प्रति समर्पित राष्ट्रिय दैनिक
सबै क्षेत्रको प्रथमिकता
www.jaleshwortoday.com
जलेश्वर टुडे
Jaleshwor Today National Daily
एक कदम अगाडि

## सम्पादकीय...................

# शाकाहारी खानाको अनेक फाईदा

मानिसलाई स्वस्थ राख्ने प्रमुख आधार नै भोजन रहेका छन । स्वस्थ रहन शक्ति दिने खानेकुराको धेरै महत्व हुन्छन । यसका लागि शाकाहारी भोजनको भूमिका महत्वपूर्ण रहेको देखिन्छ। खिर, उसिनेको हकुवा, ताइचिन र मन्सुरी चामल स्वस्थकर मानिन्छ। गहुँ, मकै, कोदो र तितेफापर पनि स्वस्थ भोजन रहेको छ । जुनेलो, जौ, सखरखण्ड, तरुल र पिँडालु पनि फाइदाजनक छ । गिठ्ठा, आलु, चिउरा र फलफूललाई पनि स्वस्थ भोजन मानिन्छन । शाकाहारी खानाले शरीरको तापक्रम र सन्तुलन कायम राख्छन । यसले मांसपेशीलाई निकै बलियो र तन्दुरुस्त बनाउँछन । मुटु, फोक्सो र मस्तिष्कजस्ता अंगलाई यसले निरोगी राख्छन । विभिन्न स्वास्थ्य समस्याहरू निराकरण गर्न पनि यी उपयोगी रहेको देखिन्छ। नफलेको अन्नले शरीरको विकास र सन्तुलनमा मद्दत गर्छ । यसले शरीरलाई चाहिने प्रोटिन र भिटामिन 'बी' दिन्छ। यसले रगत राम्रो बनाउने तत्वहरू पनि प्रदान गर्छ । काम नलाग्ने वस्तु बाहिर निकाली यसले शक्ति दिन्छन ।

खानामा भएको तत्व पचाउन शरीरलाई पर्याप्त शक्ति चाहिन्छन। आलुमा प्रशस्त मात्रामा प्रोटिन पाइन्छन। यसले शरीरको वृद्धि र सन्तुलनमा ठूलो मद्दत गर्छ । कम चिल्लो राखेर आलुलाई बोक्रासहित पकाउनु राम्रो हुने देखिन्छ। अन्तमा मानिसले शारीरलाई स्वस्थ राख्न शाकाहारी खानाको उपयोग गर्नु नै वेश हुने देखिन्छ।

# पर्यटन विकासमा धनुषाको योगदान अनुकरणीयः चौधरी

**जलेश्वरटुडे समाचारदाता**
**धनुषा, १० श्रावण**

सङ्घीय सरकारकी कृषि, वन तथा वातावरण मन्त्री गीता चौधरीले पर्यटन विकासमा धनुषाको योगदान अनुकरणीय रहेको बताउनुभएको छ।

आइतबार धनुषाको धनुषाधामस्थित संरक्षित वन क्षेत्रको स्थलगत अवलोकन तथा धनुष मन्दिरको दर्शनपश्चात उहाँले जनकपुरधाम र धनुषाधामलगायतका धार्मिक तथा प्राकृतिक सम्पदाले मुलुकको पर्यटन प्रवर्धनमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको बताउनुभयो । उहाँले यहाँको धार्मिक तथा प्राकृतिक महत्वलाई राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय पर्यटनसँग जोड्ने गरी योजना अघि बढाइने उहाँको भनाइ छ । अवलोकनका क्रममा जानकी मन्दिरका महन्थसँग समेत यस विषयमा छलफल भएको बताउँदै धनुषाधामको सम्भावनाबारे पनि थप अध्ययन गरी विकासका कार्यक्रम अघि बढाइने धारण व्यक्त गर्नुभयो । मन्त्री चौधरीले धनुषाधाम क्षेत्रमा प्रस्ताव गरिएको प्राणी उद्यान निर्माणबारे अध्ययनका लागि विज्ञ टोली पठाउने बताउँदै अध्ययन प्रतिवेदनका आधारमा निर्णय लिइने बताउनुभयो। उहाँले सातै प्रदेशमा एकएक प्राणी उद्यान स्थापना गर्ने सरकारको नीति रहेको उल्लेख गर्दै मधेश प्रदेशका लागि धनुषाधाम उपयुक्त हुन सक्ने सङ्केत गर्नुभयो मन्त्री चौधरीले भन्नुभयो, "यो देश मानवका लागि मात्र होइन, वन्यजन्तुको पनि साझा बासस्थान हो। वन्यजन्तुको संरक्षण र पर्यावरणीय सन्तुलनका लागि प्राणी उद्यान आवश्यक छ।" मन्त्री चौधरी राष्ट्रिय कृषि आधुनिकीकरण कार्यक्रम अन्तर्गत धनुषामा सञ्चालित विभिन्न आयोजना तथा केही वन क्षेत्रको स्थलगत अवलोकनका लागि शनिबार यहाँ आउनुभएको हो।

स्थलगत अवलोकनका क्रममा प्रतिनिधि सभा सदस्य राजकिशोर महतो, डिभिजन वन कार्यालय धनुषाका प्रमुख विनोद सिंहलगायत राष्ट्रिय कृषि आधुनिकीकरणका कर्मचारीको सहभागी हुनुहुन्थ्यो।

# मोटरसाइकलको ठक्करबाट एकको मृत्यु अर्काको अवस्था चिन्ताजनक

**जलेश्वरटुडे समाचारदाता**
**बारा, १० श्रावण**

बाराको करैयामाई गाउँपालिकामा मोटरसाइकलको ठक्करबाट गम्भीर घाइते भएका दुई पैदलयात्रीमध्ये एक जनाको उपचारका क्रममा मृत्यु भएको छ भने अर्को एकजनाको अवस्था चिन्ताजनक रहेको छ । दुर्घटनापछि मोटरसाइकल चालक घटनास्थलबाट फरार भएकाले बारा प्रहरीले खोजी तीव्र बनाएको जनाएको छ।गएराती शनिबार राति करिब ११ बजे करैयामाई गाउँपालिका-८ स्थित नरही चोकदेखि इटहर जाने सडकखण्डमा नम्बर नखुलेको मोटरसाइकलले पैदल हिँडिरहेका दुई जनालाई ठक्कर दिएको थियो ।

दुर्घटनामा स्थानीय उमेश साह सोनार र पवन साह सोनार गम्भीर घाइते भएकालाई प्रहरी चौकी गञ्जभवानीपुरका प्रहरी नायब निरीक्षक बहादुरप्रसाद यादवले उद्धार गरी तत्काल वीरगञ्जस्थित न्युरो अस्पताल पठाएको थियो। उपचारकै क्रममा शनिबार राति नै करिब १:२० बजे उमेश साह सोनारको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराका प्रहरी नायब उपरीक्षक मिनबहादुर घलेले जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार मृतकको शव आवश्यक कानुनी प्रक्रिया पूरा गरि परिवारको जिम्मा लगाइएको छ, भने अर्को घाइते भएका विश्रामपुर गाउँपालिका-५ इटियाही निवासी पवन साह सोनारको टाउकोमा गम्भीर चोट लागेकाले अस्पतालको सघन उपचार कक्ष (आईसीयू) मा उपचार भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ। दुर्घटनामा संलग्न मोटरसाइकल र चालक घटनापछि फरार रहेकाले उनीहरुको पहिचान तथा खोजी कार्य तीव्र पारिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराले जनाएको छ।

अनुरोधकर्ता
मुखियापट्टी मुसहरनियाँ गाउँपालिका कार्यालय
धनुषा, मधेश प्रदेश


## तपाईको टुडे

मेष: शुभ कार्यको शुरुवात
वृष: पिछडेको साथी मिल्न
मिथून: विचार गरेर बोल्नुहोला
कर्कट: अनावश्यक खर्चको संभावना
सिंह: अनावश्यक चिन्ता
कन्या: अशुभ समाचार प्राप्त हुने
तुला: आम्दानी हुने
वृश्चिक: खानपानमा समस्या आउने
धनु: मित्रतामा फाटो आउने
मकर: लामो यात्राको योग छ
कूम्भ: मनमा पछुतो आउने
मीन: पढाईमा ध्यान दिनुपर्ने

## मधेश प्रदेशको गौरव

**श्री सत्यनारायण भगवानको दर्शन गरौं,मनबाञ्छित फल पाऔं ।**

आरती : विहान : ९ र राति ८ बजे
ठेगाना : शरञ्चियाँ कुट्टि र कलबार कुट्टिको विचमा,पु.:९८२७८१४५८८

**श्री देवअंशी लहेरी समाज, जनकपुरधाम–४,धनुषा**

## आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरु

### जलेश्वर

| | |
|---|---|
| नेपाल पत्रकार महासंघ महोत्तरी | ५२०५१५ |
| जलेश्वरअस्पताल एम्बुलेन्स | ९७४४००२५२७ |
| नेपाल रेडक्रस सोसाइटी एम्बुलेन्स | ५२०१००, |
| सामुदायिक विकास परि.एम्बुलेन्स | ५२१००५, |
| RCDSC एम्बुलेन्स | ५२०२९८, |
| दसहारा एम्बुलेन्स | ५२०६७७, ९८४४२६०००० |
| बर्दिबास अस्पताल एम्बुलेन्स | ५५००९०, |
| बर्दिवास सेवा समिति एम्बुलेन्स | ५५०५८६, |
| रामगोपालपुर एम्बुलेन्स | ६९०५९३ |
| जिल्ला प्रहरी | ५२०००९ |
| विद्युत | ५२०१६६ |
| वारुण यन्त्र | ५२००९७ |
| जिल्ला प्रशासन | ५२००५५ |

**आवश्यक नम्वरहरुको लागि सम्पर्क गरौं १९७**

### जनकपुर

| | |
|---|---|
| प्रहरी धनुषा | 520099, 100 |
| सुरक्षा गुल्म जनकपुर बैरेक | 0186,526586 |
| सशस्त्र प्रहरी मुजेलिया | 527213, 527800 |
| मुजेलिया प्रहरी चौकी | 520750 |
| ट्राफिक कार्यालय जिरोमाईल | 520366 |
| एम्बुलेन्स पब्लिक वेल फेयर | 9854022474 |
| एम्बुलेन्स रेडक्रस | 102 |
| एम्बुलेन्स (सरोज फाउन्डेशन) | 522806 |
| महाबीर एम्बुलेन्स | 525980 |
| एम्बुलेन्स मेडिकल कलेज | 526091 |
| एम्बुलेन्स केयर मेडिकल सेन्टर | 523864 |
| बरुण यन्त्र जनपा | 520011 |
| जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय | 526271 |
| जनकपुर अंचल अस्पताल | 520033 |
| केयर मेडिकल सेन्टर | 523864 |
| धनुषा तथा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि. | 525800 |
| जानकी हेल्थ केयर एण्ड रिसर्च सेन्टर | 525342 |

## जलेश्वरनाथ मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
विहान पुजा आरती : ०५:३० बजे
विहान ढोका बन्द :१२:०० बजे
दिउँसो ढोका खुल्ने समय :०४:०० बजे
सन्ध्या पूजा आरती साँझ :०६:३० बजे
राति ढोका बन्द हुने समय : १२ बजे
(हरेक हप्ताको मंगलबार र शनिबार मन्दिर प्राङ्गणमा दिउँसो भजन किर्त्तन सहित हनुमान आराधना )

## जानकी मन्दिर पुजाआजा

बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
विहान पुजा आरती : ०७:३० बजे
विहान ढोका बन्द :१२:०० बजे
अन्न क्षेत्र : नि:शुल्क भोजन
दिउँसो ढोका खुल्ने समय :०४:०० बजे
सन्ध्या पूजा आरती साँझ :०७:३० बजे

# ट्रम्पको परीक्षा: मध्यावधि चुनाव हुन सय दिन बाँकी

**जलेश्वरटुडे समाचारदाता**
**काठमाण्डौं, १० श्रावण**

संयुक्त राज्य अमेरिकाको मध्यावधि चुनाव हुन १०० दिन बाँकी रहँदा राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पका रिपब्लिकनले प्रतिनिधि सभाको बहुमत गुम्न नदिन र सिनेटमा आफ्नो नियन्त्रण कायम राख्न कठिन प्रतिस्पर्धाको सामना गरिरहेका छन् ।

ट्रम्प नोभेम्बर ३ मा हुने मतदानमा उम्मेदवार नबन्ने भए पनि मध्यावधि चुनावको परिणाम उहाँका लागि महत्वपूर्ण हुनेछ । डेमोक्र्याटले प्रतिनिधिसभामा बहुमत हासिल गरेमा उनीहरूले शक्तिशाली समितिको नेतृत्व र अनुसन्धान तथा छानबिनका लागि समन अधिकार पाउनेछन् । यसले ट्रम्प प्रशासनमाथि दुई वर्षसम्म व्यापक अनुसन्धान हुनसक्ने र उहाँविरुद्ध तेस्रो महाभियोगको प्रयाससमेत अघि बढ्न सक्ने सम्भावना छ । रिपब्लिकन यसपटक ऐतिहासिक रूपमा साँघुरो प्रतिनिधिसभा बहुमत, राष्ट्रपतिको कमजोर अनुमोदन दर तथा जीवनयापनको बढ्दो लागत र इरानसँगको युद्धप्रति मतदाताको असन्तुष्टिबीच चुनावी मैदानमा उत्रिएका छन् । अमेरिकी चुनावसम्बन्धी वेबसाइट डिसिजन डेस्क मुख्यालयले डेमोक्र्याटले प्रतिनिधिसभामा बहुमत हासिल गर्ने सम्भावना ५९ प्रतिशत रहेको आकलन गरेको छ । उसले डेमोक्र्याटको सम्भावित बहुमत २२४-२११ हुने प्रक्षेपण गरेको छ । राष्ट्रपतिको दलले सामान्यतया मध्यावधि चुनावमा सिट गुमाउने गरेको छ ।

यसपटक केही सीमित सिटमा हुने परिवर्तनले प्रतिनिधिसभाको नियन्त्रणमा प्रभाव पार्न सक्ने देखिएको छ । इरानसँगको युद्धले ऊर्जा बजारमा असर पारेको, मुद्रास्फीति अझै उच्च रहेको तथा ब्याजदर बढिरहेकाले अमेरिकी अर्थतन्त्रप्रति मतदाताको असन्तुष्टि बढेको छ । पेट्रोलको मूल्यसमेत प्रतिग्यालोन चार डलरभन्दा माथि पुगेको छ ।

डेमोक्र्याटले उद्धृत गरेका विभिन्न सर्वेक्षणले मुद्रास्फीति, स्वास्थ्य सेवा र आप्रवासनका विषयमा मतदाताको विश्वास रिपब्लिकनभन्दा डेमोक्र्याटतर्फ बढेको देखाएको दाबी गरेका छन् । हाउस डेमोक्र्याटिक नेता हकीम जेफ्रीजले बिहीबार किराना सामान, पेट्रोल, आवास र स्वास्थ्य सेवाको मूल्यलाई केन्द्रमा राखेर आफ्नो पार्टीको चुनावी अभियान घोषणा गर्दै ट्रम्प र रिपब्लिकनले अमेरिकी जनतालाई निराश पारेको आरोप लगाए ।

# आफ्नै अनुहार र आवाजमा AI भिडियो बनाउन सकिने, यस्तो छ सजिलो प्रक्रिया

**जीवराज दाहाल**
**जनकपुरधाम, १० श्रावण**

प्रविधिको तीव्र विकाससँगै अब सामान्य प्रयोगकर्ताले पनि आफ्नै मोबाइल फोनबाट व्यावसायिक स्तरका एआई (Artificial Intelligence) भिडियोहरू निर्माण गर्न सक्ने भएका छन् । पछिल्लो समय एआई भिडियो निर्माण प्रविधि तीव्र रूपमा लोकप्रिय बन्दै गएको छ । यस प्रविधिको प्रयोग गरेर आफ्नै अनुहार र आवाजमा समाचार, विज्ञापन, शैक्षिक सामग्री, सामाजिक सञ्जालका भिडियो तथा मनोरञ्जनात्मक सामग्री केही मिनेटमै तयार गर्न सकिन्छ ।

एआई भिडियो बनाउन मुख्य रूपमा ChatGPT / Google Flow एपको प्रयोग गरिन्छ । यसको प्रक्रिया यस प्रकार छ : १. ChatGPT बाट भिडियोको Prompt तयार गर्ने- सबैभन्दा पहिले मोबाइलमा ChatGPT Pk इन्स्टल गरी खोल्नुहोस् । त्यसपछि आफूले बनाउन चाहेको भिडियोको विषय नेपालीमै लेख्न वा बोलेर विवरण दिनुहोस् । उदाहरणका लागि, कहाँ, कस्तो दृश्य, कस्ता पात्र, मौसम, संवाद, क्यामेरा एङ्गल लगायतका विवरण उल्लेख गर्न सकिन्छ ।

त्यसपछि ChatGPT लाई "यसलाई AI Video बनाउन मिल्ने Professional English Prompt मा तयार गरिदिनुहोस" भनेर अनुरोध गर्दा यसले एआई भिडियो निर्माणका लागि उपयुक्त अंग्रेजी Prompt तयार गरिदिन्छ । त्यसलाई Copy गरेर राख्नुहोस् । २. Google Flow मा आफ्नै अनुहार र आवाजमा भिडियो बनाउने- अब Play Store बाट Google Flow एप डाउनलोड गरी आफ्नो Gmail प्रयोग गरेर Login गर्नुहोस् । नयाँ प्रयोगकर्ताले दैनिक रूपमा निःशुल्क AI Credits प्राप्त गर्ने सुविधा पनि पाउँछन् । यदि आफ्नै अनुहार र आवाजमा भिडियो बनाउन चाहनुहुन्छ भने सबैभन्दा पहिले आफ्नो Avatar तयार गर्नुपर्छ । यसका लागि एपको होमपेजको माथिल्लो भागमा देखिने आफ्नो Profile Photo वा Gmail को पहिलो अक्षर भएको गोलो आइकनमा क्लिक गर्नुहोस् । त्यसपछि Create Avatar विकल्प छान्नुहोस् । अब Face Verification र Voice Verification प्रक्रिया सुरु हुन्छ । मोबाइलको स्क्रिनमा देखाइएका अंकहरू स्पष्ट रूपमा उच्चारण गर्नुपर्छ । साथै AI ले भनेअनुसार टाउको दायाँ, बायाँ, माथि र तल घुमाएर अनुहार स्क्यान गराउनुपर्छ । सबै प्रक्रिया सफलता पूर्वक पूरा भएपछि तपाईंको डिजिटल Avatar तयार हुन्छ । त्यसपछि फेरि होमपेजमा फर्किएर Projects को दाहिनेपट्टि रहेको New बटनमा क्लिक गर्नुहोस् । अब Prompt लेख्ने खाली स्थान खुल्छ ।

त्यहाँ @me टाइप गर्नुहोस् । त्यसपछि माथि देखिने आफ्नो Avatar वा सानो फोटोमा क्लिक गर्नुहोस् । यसो गरेपछि तयार हुने भिडियोमा आफ्नै अनुहार र आफ्नै आवाज प्रयोग हुनेछ । अब ChatGPT बाट तयार गरेको Prompt त्यही Prompt Box मा एबकतभ गर्नुहोस् । Prompt लेखिएको स्थानको तल रहेको Image विकल्पमा क्लिक गरी Video चयन गर्नुहोस् । त्यसपछि आवश्यकता अनुसार भिडियोको Aspect Ratio छनोट गर्न सकिन्छ ।

YouTube का लागि १६:९ र TikTok, Facebook Reels तथा Shorts का लागि ९:१६ छनोट गर्नुहोस् । त्यसपछि एकैपटक कति वटा भिडियो बनाउने भन्ने अनुसार ×१, ×२, ×३ वा ×४ विकल्प छान्न सकिन्छ । त्यसकै आधारमा ४, ६, ८ वा १० सेकेन्डसम्मका भिडियोहरू निर्माण गर्न सकिन्छ । क्रेडिट बचत गर्न चाहने प्रयोगकर्ताले तल देखिने Omni Flash विकल्प चयन गर्न सक्छन् । यसले कम AI Credits प्रयोग गरेर पनि भिडियो तयार गर्न सहयोग गर्छ । सबै सेटिङ पूरा भएपछि Video बटनको छेउमा रहेको Arrow (रु) चिन्हमा क्लिक गर्नुहोस् । त्यसपछि भिडियो निर्माण प्रक्रिया सुरु हुन्छ ।

स्क्रिनमा १ प्रतिशतदेखि १०० प्रतिशतसम्मको Progress देखिन्छ । प्रक्रिया पूरा भएपछि तयार भएको भिडियोमा क्लिक गरेर हेर्न सकिन्छ । डाउनलोड गर्न भिडियोको माथिल्लो भागमा रहेको तीनवटा डट (:) मा क्लिक गरी Download विकल्प चयन गरेपछि भिडियो सिधै मोबाइलको Gallery मा सुरक्षित हुन्छ । यसरी सामान्य मोबाइल प्रयोगकर्ताले पनि कुनै महँगो क्यामेरा, स्टुडियो वा भिडियो सम्पादन सीपबिनै आफ्नै अनुहार र आवाजमा व्यावसायिक स्तरका एआई भिडियो तयार गर्न सक्छन् ।

पछिल्लो समय समाचार, डिजिटल विज्ञापन, शैक्षिक सामग्री तथा सामाजिक सञ्जालका भिडियो निर्माणमा यो प्रविधिको प्रयोग तीव्र रूपमा बढ्दै गएको छ ।

# सत्ता, सत्य र नैतिक वैधता

*-आतिश तिवारी*

उदासीनता पनि हो ।" उनका अनुसार अधिनायकवादी शासनहरू केवल असत्य मात्र फैलाएर टिक्दैनन्, उनीहरू नागरिकलाई सत्य र असत्यबीचको भिन्नता प्रति नै उदासीन बनाइदिन्छन् ।

जब समाजले तथ्यभन्दा भावनालाई, प्रमाणभन्दा विश्वासलाई र तर्कभन्दा पहिचानलाई प्राथमिकता दिन थाल्छ, तब सत्य कमजोर हुँदै जान्छ। आजको डिजिटलयुगमा यो चेतावनी अझ सान्दर्भिक बनेको छ । सामाजिक सञ्जालको एल्गोरिदम र सूचनाको तीव्र प्रवाहले सत्य र असत्यबीचको सीमालाई धुमिल बनाइदिएको छ । अहिलेको युगलाई धेरै विद्वानहरूले "पोस्ट-ट्रुथ युग" भनेर व्याख्या गर्छन् । यसयुगमा तथ्यभन्दा भावनाले राजनीतिक व्यवहारलाई बढी प्रभावित गर्छ । मानिसहरूले कुनैकुरा सत्यको आधारमा नगरी, आफूले विश्वास गर्न चाहेकाले स्वीकार गर्ने प्रवृत्ति बढेको छ । यद्यपि इतिहासलाइ अलि मात्र केलाउने हो भने सत्यलाई लामो समयसम्म दबाउन सकिँदैन भन्ने बुझिन्छ । सोभियत लेखक अलेक्जेन्डर सोल्झे नित्सिनले भनेका थिए, "एक शब्दको सत्यले सम्पूर्ण संसारलाई जित्न सक्छ।" सोभियतसंघको पतन आर्थिक असफलता मात्र थिएन, त्यो यथार्थ र प्रचारबीचको बढ्दो दूरीको परिणाम थियो। जब राज्यको कथन र नागरिकको अनुभवबीचको अन्तर असहनीय बन्छ, तब राजनीतिक वैधता कमजोर हुनथाल्छ । चेक गणतन्त्रका पूर्व राष्ट्रपति तथा चिन्तक भ्याक्लाभ हाभेलले आफ्नो प्रसिद्ध निबन्ध त्जभ एयधभच या तजभ एयधभचभिकक मा "सत्यमा बाँच्ने" (Living in Truth) अवधारणा प्रस्तुत गरेका थिए । उनका अनुसार राजनीतिक परिवर्तनको सुरुवात कुनै ठुलो आन्दोलनबाट होइन, व्यक्तिहरूले झूट स्वीकार गर्न अस्वीकार गर्ने साहसबाट हुन्छ । हाभेलको विचार अनुसार सत्य केवल दार्शनिक अवधारणा होइन, राजनीतिक प्रतिरोधको शक्तिशाली साधन पनि हो ।

नेपालको वर्तमान राजनीतिक सन्दर्भमा सत्ता र सत्यको प्रश्न अत्यन्त महत्त्वपूर्ण देखिन्छ । लोकतान्त्रिक आन्दोलन, गणतन्त्र स्थापना र संविधान निर्माणपछि पनि राजनीतिक प्रणाली प्रतिनागरिकको विश्वास पूर्ण रूपमा स्थापित हुनसकेको छैन । यसको एउटा प्रमुख कारण सत्ता र सार्वजनिक वचनबीचको दूरी हो । चुनाव अघि गरिएका प्रतिबद्धता र चुनावपछिका व्यवहारबीचको अन्तरले राजनीतिक विश्वसनीयतामा प्रश्न उठाईरहेको छ । राजनीतिक दलहरू प्रायः सिद्धान्तभन्दा बाहिर गएर समीकरणमा र दीर्घकालीन दृष्टिभन्दा तत्कालीन सत्तामा केन्द्रित देखिन्छन् । यस्तो अवस्थामा "सत्य" राजनीतिक बहसको केन्द्रबाट बाहिर धकेलिन्छ । सामाजिक सञ्जालमा पनि तथ्यपरक छलफलभन्दा भावनात्मक ध्रुवीकरण बढ्दो छ । कुनै विचारको मूल्य त्यसको सत्यताले होइन, त्यसले कसको पक्ष वा विपक्ष गर्छभन्ने आधारमा निर्धारण हुनथालेको छ । महात्मा गान्धीले भनेकाथिए, "सत्य नै ईश्वर हो ।" अरस्तुले भनेझैं गान्धीकालागि राजनीति नैतिकताको विस्तार थियो । उनले सत्य र अहिंसालाई राजनीतिक संघर्षको आधार बनाए । आधुनिक लोकतन्त्रकालागि पनि यो दृष्टिकोण अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ । यदि राजनीति केवल शक्ति प्राप्त गर्ने खेलमा सीमित भयो भने लोकतन्त्रको आत्मा कमजोर बन्नजान्छ । नेपालको राजनीतिक इतिहासमा सत्ता र सत्यकोसम्बन्ध बारे चर्चा गर्दा विश्वेश्वरप्रसाद (बी.पी.) कोइरालालाई सम्झनु अपरिहार्य हुन्छ । बी.पी. केवल एक राजनीतिक नेता मात्र थिएनन्, उनी लोकतन्त्र, नैतिकता र मानवीय स्वतन्त्रताका दार्शनिक व्याख्याता पनि थिए ।

उनका लागि राजनीति सत्ता प्राप्त गर्ने साधन मात्र नभई समाजलाई न्यायपूर्ण, स्वतन्त्र र मानवीय बनाउने माध्यम थियो। यही कारणले उनले लोकतन्त्रलाई मानिसको आत्मसम्मान र स्वतन्त्रताको प्रश्नका रूपमा व्याख्या गरेका थिए । बी.पी. कोइरालाको राजनीतिक यात्राले सत्ता र नैतिकताबीचको सम्बन्धलाई विशेष रूपमा उजागर गर्छ। २०१५ सालको निर्वाचनपछि नेपालका प्रथम जननिर्वाचित प्रधानमन्त्री बनेका बी.पी.सँग सत्ता थियो, तर २०१७ सालमा राजा महेन्द्रले लोकतान्त्रिक सरकार विघटन गरी उनलाई जेल हाल्दा उनले लोकतान्त्रिक मूल्य र सत्यप्रतिको आफ्नो प्रतिबद्धता त्यागेनन् । लामो कारावास, निर्वासन र राजनीतिक दमनका बीच पनि उनले सत्ता प्राप्तिका लागि सिद्धान्तसँग सम्झौतागर्ने बाटो रोजेनन् ।

यो दृष्टिले हेर्दा बी.पी.को जीवन भ्याक्लाभ हाभेलले भनेको "ौिखष्लन ष्ल त्चगतज" अर्थात् "सत्यमा बाँच्ने" अवधारणाको नेपाली उदाहरण जस्तै देखिन्छ । बी.पी.को "राष्ट्रियता, लोकतन्त्र र समाजवाद" को त्रयी नैतिक दर्शनका आधार स्तम्भ थिए । उनले समाजवादलाई सामाजिक न्यायको माध्यमका रूपमा बुझे। लोकतन्त्रलाई उनले बहुमतको शासनभन्दा पनि विचारको स्वतन्त्रता, असहमतिको सम्मान र नागरिक अधिकारको संरक्षणसँग जोडे । उनका लागि राष्ट्रियता पनि संकीर्ण राष्ट्रवाद होइन, नागरिकको स्वतन्त्रता र राष्ट्रियस्वाभिमानको संयोजन थियो । यसरी बी.पी.ले सत्ता र नैतिकतालाई परिपूरकतत्वका रूपमा व्याख्या गरे । उनको जीवनको अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष 'मेलमिलापको नीति' थियो। निर्वासनबाट फर्किएपछि उनले प्रतिशोधको राजनीति होइन, राष्ट्रिय सहमति र लोकतान्त्रिक पुनर्स्थापनाको मार्ग रोजे । त्यो निर्णय तत्कालीन राजनीतिक हिसाबले उनको लागि लाभदायक थिएन, तर नैतिक दृष्टिले अत्यन्त साहसी निर्णय थियो। उनले बारम्बार जोडदिएका थिए कि राष्ट्रको दीर्घकालीन हित कुनै व्यक्तिको सत्ता वा दलगत स्वार्थभन्दा ठूलो हुन्छ । यही कारणले बी.पी. नेपाली राजनीतिमा नैतिक साहसका प्रतीकका रूपमा स्मरण गरिन्छन् । आज नेपालको लोकतन्त्रले सामना गरिरहेको विश्वासको संकट, राजनीतिक अवसरवाद र सार्वजनिक उत्तरदायित्वको कमजोरीलाई हेर्दा बी.पी.को विचार झन सान्दर्भिक देखिन्छ । उनले एकपटक भनेका थिए, "लोकतन्त्र केवल शासन पद्धति होइन, यो जीवन पद्धति हो।" यो भनाइले लोकतन्त्रलाई निर्वाचनको प्रक्रियाभन्दा माथि उठाएर सत्य, नैतिकता र नागरिक चेतनासँग जोड्छ । यस अर्थमा बी.पी. कोइराला प्लेटोको सत्यप्रतिको आग्रह, अरस्तुको सार्वजनिक कल्याणको अवधारणा र गान्धीको नैतिक राजनीतिका बीचको एउटा नेपाली सेतु जस्तै देखिन्छन् । लोकतन्त्रको वास्तविक सार निर्वाचन मात्र नभईसत्यको खोज, सार्वजनिक उत्तरदायित्व र नैतिक वैधता पनि हो । यस सन्दर्भमा सञ्चारमाध्यम, विश्वविद्यालय, नागरिक समाज र बौद्धिक समुदायको भूमिका निर्णायक हुन्छ । उनीहरूको मुल काम सत्ताको सेवा गर्नु होइन, सत्यको रक्षा गर्नु हो । फ्रान्सेली चिन्तक अल्बेयर कामूले भनेका थिए, "स्वतन्त्र प्रेस राम्रो वा नराम्रो हुनसक्छ, तर प्रेस स्वतन्त्रन भए त्यो निश्चित रूपमा नराम्रो हुन्छ ।" सत्यको राजनीति स्वतन्त्रसंस्थाहरू बिना सम्भव हुँदैन । अन्ततः प्रश्न सत्ता आवश्यक छ कि छैन भन्ने होइन । कुनैपनि संगठित समाजकालागि सत्ता अपरिहार्य छ । तर निर्णायक प्रश्न यो हो कि सत्ता सत्यप्रति उत्तरदायी छ कि छैन । जब सत्ता सत्यको अधीनमा रहन्छ, तब लोकतन्त्र बलियो हुन्छ, संस्थाहरू विश्वसनीय बन्छन् र नागरिक स्वतन्त्र रहन्छन् । तर जब सत्यलाई सत्ताको सुविधाअनुसार मोडिन्छ, तब लोकतन्त्रको क्षय सुरु हुन्छ । दार्शनिक बर्ट्रान्डर सेलले भनेका थिए, "लोकप्रिय विचारभन्दा सत्यलाई प्राथमिकता दिने साहस नै बौद्धिक इमानदारी हो ।" आजको विश्व र नेपालको राजनीतिक सन्दर्भमा यही बौद्धिक इमानदारी सबैभन्दा आवश्यक देखिन्छ । किनभने सत्ता अस्थायी नै हुन्छ, तर सत्यप्रतिको निष्ठाले मात्र राजनीतिक व्यवस्थालाई दीर्घकालीन वैधता र नैतिक आधार प्रदान गर्नसक्छ । लोकतन्त्रको भविष्य अन्ततः सत्ता कसले चलाउँछभन्नेमा होइन, सत्ता सत्यप्रति कति उत्तरदायी छ भन्नेमा निर्भर गर्छ ।

## पिछडावर्ग महासभाको .....................

अध्यक्ष तथा लेखक भुवनेश्वर महतो,महासभाको उपाध्यक्ष ईन्दु सिंह,पूर्वमहासचिव रामप्रित यादव,समाजसेवि ध्रुव नारायण यादव,सुमिन्त्रा मेहता लगायतका बक्ताहरुले आफ्ना महत्वपूर्ण सुझावहरु दिएका थिए । अन्त्यमा कार्यक्रमको अध्यक्ष महतोले कार्यक्रममा उठाइएका विभिन्न प्रश्नहरुको जबाफ दिंदै उपस्थित सबैप्रति कृतज्ञता व्यक्त गर्नु भएको थियो । पत्रकार सम्मेलन मार्फत महासभाको अध्यक्ष महतोले पालिका,जिल्ला,प्रदेश तथा केन्द्रीय समितिको महाधिवेशन क्रमशःभाद्रदेखि मंसिरसम्म गर्न गराउन सबैजनालाई जानकारी गराउनु भएको थियो । साथै संगठन सुदृढीकरण,आर्थिक तथा साँगठनिक गतिविधि तथा ओबिसी समुदायको हक अधिकारको सुनिश्चित गर्न संचालन गरिने कार्यक्रमहरुका बारेमा जानकारी गराउनु भएको थियो ।

सोही कार्यक्रममा डा.वीर बहादुर महतोको नेतृत्वमा हिंदी ओलंपियाड २०२६ को बैनरको लोकार्पण समेत गरिएको थियो ।

विश्व रंग फाउंडेशन(भारत)को आयोजनामा सेप्टेम्बरमा यो कार्यक्रम हुने अनुमान गरिएको छ । कार्यक्रमको संचालन तथा उद्घोषण महासभाको महासचिव नथुनी महतोले गर्नु भएको थियो ।

अनुरोधकर्ता
बलवा नगरपालिका कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश

अनुरोधकर्ता
शहिदनगर नगरपालिका कार्यालय
धनुषा, मधेश प्रदेश

अनुरोधकर्ता
रामगोपालपुर नगरपालिका कार्यालय
महोत्तरी, मधेश प्रदेश


प्रकाशक तथा सम्पादक : पवन कुमार साह, सह-सम्पादक : सोनी साह, मुद्रक : जय दुर्गा अफसेट प्रेस, जनकपुरधाम
प्र.कार्यालय : जलेश्वर -४, सुगा भवानीपट्टि, सम्पर्क कार्यालय : जनकपुरधाम–४ (मुरलीचौक), विज्ञापनको लागि सम्पर्क :९८४४०२७९७१/९८२४८७७६२७
Email:jaleshwortoday@gmail.com,web: www.jaleshwortoday.com, www.facebook.com/JaleshworToday,twitter.com/JaleshworToday