

# लहना

व्यवसायिक पत्रकारिता, थौया आवश्यकता

LAHANA WEEKLY

वा:पौ

सा:गु भिंगु मरिचरिया निति  
लुमंका दिसँ ।लक्ष्मण गजाल 'चिलिमि'  
प्रोप्राइटर

लाखा छँ

LAKHA CHHEN



सोदरखुटे, वडा नं. १६, येँ, फोन नं.: ४३६०७५८

## थुकि दुने

नां जकया खँ जूसा ला टुकुचा  
हे त:सां छु पात ?  
बिराजकाजी राजोपाध्याय - २अयुला: श्वँ संस्कृतिया अभिन्न ब्र  
जगुलिं त्वनेगु नं समस्या ख: धका:  
थुइकेत थाकु - ३बडिबिल्डर प्रिन्सा  
प्रजीत शाक्य - ६

ब्लो-अप

सनिशा शाक्य  
कोरियोग्राफर

## अभ नं बागमतीया हे चर्चा

### शाक्यद्वयया राजीनामां नेवा:तयत् पहिचान बी ला ?

लहना संवाददाता

प्रदेश श्यात बागमती नामाकरण या:गु नं भिन्हु दयधुंकल । तर थुकिया चर्चा अभं क्वाना हे चर्चा दर्शन । सामाजिक संजालय 'नेपालमण्डल' नांयात यक्वसिनं समर्थन या:गु खनेदत । सतकय नेवा: ताम्मालिडया पक्षय आपालं स: थ्वल । तर सामाजिक संजालय खनेदुगु माग व सतकय थ्व:गु स: न्येनेगु ज्या मजुल ।

ह्वीप हे जारी याना: सत्तारुढ दल नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (नेकपा) थ:गु सचिवालय निर्णययात हे कार्यान्वयन यासें प्रदेश श्यात बागमती नामाकरण यानां त्व:तल । थुकिया दथुइ पार्टी ह्वीप जारी याय्मदइगु लिसें थ:पिनिगु प्रस्तावय 'नेपालमण्डल' नामय सहलह जुइमा:गु व भोटिड याय् दयमा:गु माग यासें निम्ह सांसद दना हे च्वन, अजयक्रान्ति शाक्य व राजेश शाक्य । थ:पिनिगु मागया सुनुवाइ मजुसा राजीनामा बीगु तकया खँ धाल निम्ह शाक्यद्वय सांसद, तर वयक:पिनिगु मागया सुनुवाइ मजुल ।

आ: सामाजिक संजालय छू विषय तसकं चर्चित जुयाच्वन, 'राजेश शाक्य व अजयक्रान्ति शाक्य गबलय राजीनामा बी ?' थनथाय् छू न्ह्यस: दनी आ: नेवा:तयगु माग धइगु निम्ह नेवा: सांसदया राजीनामा जक हे जुल ला ? पहिचानया आन्दोलनय निम्ह नेवा: सांसदया राजीनामा जक हे उपलब्धि खत ला ? कि भी लँ दापा जुया वनाच्वन ?



डा. अजयक्रान्ति शाक्य, सांसद



राजेश शाक्य, सांसद

थनथाय् अजुचायापूगु खँ धइगु न्हापा नेपालमण्डल प्रस्ताव दर्ता जूबलय निम्ह प्रस्ताव व खुम्ह समर्थक दुगु ख: । तर आ: वया: पार्टीया ह्वीपयात हाचां गाया: नेपालमण्डल प्रस्ताव दर्ता हे यायत् नं स्वम्ह सांसदत मा:गुलिइ जिपिं निम्ह सांसद जक हे दत । जिमिसं राजीनामा बीवं समस्या समाधान जुइगु ख:सा नेवा:तयत् पहिचान दइगु ख:सा जिपिं राजीनामा बीत तयार ।

छू ज्याइव:या दथुइ थुगु विषय शाक्यद्वय सांसद थ्व खँय थ:पिनिगु बिचा: व संसदय जूगु खँत प्रष्ट याय्गु कुत: यात । वयक:पिनिगु धापूकथं प्रदेश श्यात 'नेपालमण्डल' नामाकरण याकेगु निर्ति निम्हेसिनं नं अन्तिम इलयतकं कुत: या:गु ख: । वयक:पिन्सं थ:गु अडान मत्व:तूबलय संसदीय दलया मुँज्या हे क्व:छिनात:गु ई स्वयां ता:हाक: जूवन । तर लिपा वया: नेपालमण्डलया पक्षय निम्ह जक हे सांसद ल्यं दत । थनथाय् अजुचायापूगु खँ धइगु न्हापा नेपालमण्डल प्रस्ताव दर्ता

जूबलय निम्ह प्रस्ताव व खुम्ह समर्थक दुगु ख: । तर आ: वया: पार्टीया ह्वीपयात हाचां गाया: नेपालमण्डल प्रस्ताव दर्ता हे यायत् नं स्वम्ह सांसदत मा:गुलिइ निम्ह शाक्यद्वय सांसद जक हे दत । न्हापा प्रस्ताव या:मह बसन्त मानन्धरलिसें समर्थन या:पिं मेपिं खुम्ह समर्थक छय 'नेपालमण्डल'या पक्षय दना च्वनेमफुत व 'बागमती'या समर्थनय थ्वंवन ? राजीनामाया खँ ल्हाय्गु हे ख:सा अन्तिम इलयतक ल्वा:पिं निम्हेसिनं बीमा:गु ख: कि पहिचान बी धका: आश्वासन क्यना:

लिपा न्यालाला ब्यां यानाब्यूपिं सांसदपिन्सं ? तर राजीनामा हे समस्याया समाधान ख: कि मखु धइगु न्ह्यस: नं थनथाय् महत्वपूर्ण जुइ ।

सामाजिक संजालय ला शाक्यद्वयया राजीनामाया खँय तसकं चर्चा जुल । गुलिसिगु स्टार्टस् ब्वनेबलय ला शाक्यद्वयया राजीनामा जक हे पिचाच्वगुथें नं खनेदु । गुलिसिनं ला नेवा: सांसदतयत् समवेदना धका: नं स्टार्टस तयाबिल । आ: नेवा: सांसदतयत् ब्व: बीवं भीत पहिचान दत ला ? पहिचानया आन्दोलन धइगु नेवा: सांसदतयत् ब्व: बियाच्वनेगु जक हे ख: ला ? पहिचानया माग यानाच्वीपिं अभियन्ता, दलया कार्यकर्ता वा नेता थनथाय् लँ दापा जूगु हे खनेदु । त:थंगु मुद्दा छखे तया: नेवा: सांसदतयगु हे विरोध याय्गु नेवा: आन्दोलनया माग ख:ला ? थौं शाक्यद्वयया राजीनामा फ्वन व वयक:पिन्सं राजीनामा नं बिल धाय् । आ: छु नेवा: पहिचान दइगु जुल ला ले ? थुकी ला शाक्यद्वय सांसद धया नं दिल, 'जिमिसं राजीनामा बीवं समस्या समाधान जुइगु ख:सा नेवा:तयत् पहिचान दइगु ख:सा जिपिं राजीनामा बीत तयार ।' तर वास्तविकता ला थ्व ख: कि राजीनामा समस्याया समाधान मखु, बरु पहिचानया स: थ्वयकीपिं अन हे दुने च्वना: संघर्ष निरन्तर याय्मा:गु आ:या आवश्यकता ख: । थौं निम्हेसिनं पार्टी दुने पहिचानया स: निरन्तर थ्वयकाच्वंबलय बागमती नामाकरण याय्गु निर्णय जूगु

ल्यं ७ पेजय

## हाकनं शुरु जुल गुथि विधेयकया चर्चा



थ्वयां न्ह्य: नं सरकारं गुथि विधेयक हयगु कुत: या:गु ख: । तर उकिं नेवा:तयगु गुथियात न्हंकीगु धासें नेवा: समुदायपाखें व्यापक विरोध जुइधुंका: बाध्य जुया: विधेयक लित हे काय्माल । वंगु असार ३ गते सरकारं विधेयक लित का:गु ख:सा आ: हाकनं सरकारं विधेयक हइगु चर्चा नं न्ह्या:गु दु । अले नेवा: समुदाय दुने नं विधेयकया विषयस सहलह नं न्ह्या:गु दु । थ्व हे इवलय वंगु माघ १ गते घ्य:चाकु संलहुकुन्हु नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबूया ग्वसालय प्रस्तावित गुथि विधेयक सम्बन्धि छू अन्तरक्रिया ज्याइव: नं जुल ।

ज्याइवलय गुथि विधेयक विरुद्ध एकिकृत आन्दोलनया कजि डा.महे शमान श्रेष्ठ, ल्यू कजि पवित्र बज्राचार्य, वरिष्ठ पत्रकारलिसें पत्रकार दबूया सल्लाहकार सुरेश किरण मानन्धर, पत्रकार दबूया निवर्तमान नाय:लिसें अभियन्ता श्रीकृष्ण महर्जनलिसें नं थ:थ:गु खँ त:गु ख: । ज्याइव:या वक्तापिन्सं गुथिइ गुथियारयात स्वायत्तता हे थ:पिनिगु बटमलाइन जूगु धा:गु ख: । गुथिइ गुथियारत स्वायत्तता मबीगु विधेयक गुगु नं हालतय् स्वीकार मजुइगु व माल धा:सा हाकनं विरोधय कुहावयगु सरोकारवालातसें धा:गु दु । ल्यं ७ पेजय



## सम्पादकीय



## भौतिक संरचना थुनेगु स्वयां जनचेतना थनेमाल

हिंसायात कया: न्यायक हे चर्चा जुयाच्चंसां न थुकियात न्यूनीकरण यायगु ज्याय न्यथनेबह: कथं ता: लायफूगु मरुनि। मिसा व मिज अथे हे तेश्रो लिङ्गीपिन्त न हिंसा जूसा न अप्व: हिंसापाखें पीडित मिसापिं हे जुयाच्चंगु खनेदु। खयत ला नेपा:या सामाजिक संरचना हे पुरुषप्रधान जूगुलिं न अप्व: मिसापिं हिंसापाखें पीडित जुयाच्चंगु दु।

थ्व हे इवलय् मिस्तयगु प्राकृतिक खँयात कया: न हिंसा जुयाच्चंगु धइगु छगु सुदूरपश्चिमय् दयाच्चंगु छाउपडी प्रथा न ख:। थुकियात कया: दशकौनिसें चर्चा जूसां न थुकियात निर्मूल यायफूगु अवस्था मरुनि। अफ्न न नेपा:या सुदूर पश्चिमय् ब्याप्त हे जुयाच्चंगु दु। थुकियात ध्यानय् तया: सर कारं आपालं जिल्लाय् छाउपडी च्वनीगु थाय्यात स्यंका: थुकियात न्हंका हे छ्वयगु धका: अभियान न्यायकूगु दु। थ्व छगु सकारात्मक पला: ख:। छाय् धा:सा सुदूर पश्चिमय् दयाच्चंगु थुगु संस्कारयात सामाजिक संरचनाया कारणं बाध्य जुया: वा परम्परायात ल्यंकातयत ख:, अशिक्षितपिं जक मखु, स्थानीय निकायया पदय् च्वनाच्चपीनिसें ब्वनेकुथिइ आख: ब्वकीपिं स्यनामिपितक नं छाउपडी च्वनाच्चंगु बुखें पिहां वयाच्चंगु दु। उकिं न्यायक हे स:स्यूसां न संस्कारं मनूतयत मचायूकं चिनातइगु धइगु थ्व छगु दसू ख:सा थुकियात न्हंकेगु धइगु जनचेतना हे जक सम्भव जुइगु ख: धइगु खँय् निगू मत मरु।

छाउपडी च्वनेगु बांला:गु खँ मखु धा:सां न थुकियात मनूतसें छाय् नालाच्चन धइगु खँय् नं बिचा: यायमा:। आ:तक नं मिस्तयत् थीमज्यू जुइबलय् द्य:यात मथीगु जक मखु, बांला:गु, भिंगु ज्याय आ:तक नं दुकाइमखु। थ्व सुदूर पश्चिमय् जक मखु, स्वनिगलय् अफ्न देय्या राजधानी ये य् तक नं थजा:गु संस्कार दनी। तर थ्व खँ नं थुइकेमा:गु दु कि मिसापिं थीमज्यू जुइबलय् छाय् उमित लिक्क तइमखु, विशेष याना: भुतूज्याय, इयातुक्यात ज्या याकिमखु। थजा:गु इलय् मिस्तयके शारीरिक व मानसिककथं ह्युपा: वइगु जूगुलिं शरीरय् व मनय् थीथीकथंया समस्या वइगु जूगुलिं उकियात सुसाकुसा यायत थुकथं ज्या मयाकीगु ख:। अथे हे हाइजिनया नितिं नं छुं बस्तुपाखें अलग्ग तइगु ख:सा मेखे उमित आरामया तसकं आवश्यक जुइगुलिं नं थजा:गु ज्यापाखें तापाकीगु जक ख:। तर थौकन्हय् थुकियात हे मेकथं हे ब्याख्या याना: थीमज्यू जुइबलय् सुयात नं थिल धा:सा वा स्वल धा:सा अनर्थ जुइ धइगु मान्यतां थाय् काल। गुकिंयाना: उमित शारीरिक व मानसिककथं आराम बीगु स्वयां नं अलच्छिनीकथं स्वयगु याना: उमित थप मानसिक समस्या बीगु ज्या जुयाच्चंगु दु। थ्व तसकं हे निन्दनीय ख:।

नकीतिन जक कञ्चनपुरय् जूगु घटनां नं थजा:गु हे दसूयात तिब: बियाच्चंगु दु। थीमज्यू जूपिं निम्ह मिसापिन्सं स्व:गु हुनिं मेसं दुरु मबिल धका: बाम्हसिकक दा:गु ख:। थ्व धइगु मिस्तयके जुयाच्चनीगु प्राकृतिक खँयात कया: मखुगु हंग थुइका का:गु ख:, अर्थात जनचेतनाया अभाव ख: धका: धायफू। यदि मनूतयके दुने स्वचानाच्चंगु थजा:गु संस्कारयात जनचे तनापाखें लिना छ्वय् मफत धा:सा छाउगोठ जक स्यंका: छुं नं लिच्च: पिहां वइमखु। थुकिया नितिं मिस्तयत् जुयाच्चनीगु प्राकृतिक खँयात गुकथं व्यवस्थापन यायमा:गु ख:, छाउपडी हे च्वनेमा:गु ख:सा च्वनेगु उगु थासय् यायमा:गु सुचुपिचु, पौष्टिक नसाज्वलं बीमा:गु, इयातुक्यात ज्या याकेमज्यूगु अथे हे मिसापिं च्वनीगु थाय् सुरक्षित जुइमा:गु आदि खँयात ब: बीमा:। च्वनेगु थाय् छँय् लिक्क जुइमा: ताकि अन बलात्कारया घटना मजुइमा। अले बलात्कार याइपिन्त नं जन्मकैदया सजाय बीमा:गु कानून जुल धा:सा जक थजा:गु प्रथा बुलुहुं न्हनावनी। यदि जनचेतना मथँसे भौतिक संरचना जक थुनेगु ख:सा थुकिं मनूतयगु मनय् दुस्सुनाच्चंगु संस्कारयात लिनाछ्वय् मफइगु खँय् निगू मत मरु।

## त्वमिपिन्त इनाप

लहना वा:पतिइ लेख, रचना, रिपोर्ट व समाचार छ्वयादीफइ। छिकपिंसं छ्वयादीगुयात थुगु वा:पतिइ थाय् बियाच्चना। पिदंगु च्वसुयात उचित पारिश्रमिक बीगु नं सुचं बियाच्चना।

लहना वा:पौ

भोछें, यँ

lahana.news@gmail.com

## नां जकया रँ जूसा ला टुकुचा हे त:सां छु पात ?

नां मात्र नां जक हे ख; न्यायगु त:सां ज्यूसा ला प्रदेश ३यात “टुकुचा” हे नां ब्यूसां छुं पाइमखु। थुकियात “टुकुचा प्रदेश” हे धयाब्यूसां ज्यू। आ:या सन्दर्भय् खँ ल्हायगु ख:सा ‘बागमती प्रदेश’ धायगु वा ‘टुकुचा प्रदेश’ धायगुली छुं मपा:।



बिराजकाजी राजोपाध्याय

बरु स: सुनावन, नेवा:तय् छुं नं मागया सम्बोधन राज्यपाखें जगु खनेमरु। ख:, सतक विस्तारया सवालय् सर्वोच्च अदालतं सतक विस्तारपाखें पीडितपिनिगु पक्षय् फैसला यात। तर राज्य सर्वोच्च अदालतया फैसलाया हे अवज्ञा याना: डोजरं नेवा:तयगु छँ थुनेगु ज्या मदिकू। थ:गु भाय् ब्वने दयमाल धा:पिनिगु स: नं मन्यं। ब्वने य:सा छिमिसं थ:महं स्कूल



चाय्का ब्वंसा ज्यू धइथे जक यात। सरकारी ब्वनेकुथिइ मातृभाषा शिक्षाया खँय् राज्य थ:गु अनुदार मन हे क्यनाबिल। स्थानीय तगिमय् नं थ:गु भाय् छ्यले ला दत, तर छ्ययकेत ह:पा: बीकथं छुं ज्याइव: मव:नि। थुकथं हे धल: दय्कावंसा नेवा:तयगु स: मन्यंयु यक्वं खँत पिहांवइ। थुकिया दकलय् लिपांगु दसु जुयाबिल, प्रदेश ३या नां ‘बागमती’।

नेवा:तयसं नेवा: स्वायत्त राज्यया माग यात। थन तामाड समुदायया नं बाहुल्यताया ल्याखं नेवा: ताम्पालिङ प्रदेश’ माग यात। थुगु निगुलिं मागयात जातीय धयाबिल। थुगु निगू नांयात जातीय धयाबिल, बिल का। तर ‘नेपालमण्डल’ नं तयमा:गु स: नेवा: सांसदतसें थय्यकूबलय् थुकियात नं जातीय धाय् लिमच्यू। थुकिया स्वामित्व नेवा:तसें काय्फइ, मेपिन्सं काय् फइमखु धका: धयाबिल। देय्या हे नां स्वानाच्चंगु नां तकं जातीय जुयाबिल। थ्व थें न्हिले मास्ते वइगु खँ छुं जुइ आ:। हाकनं थथे धा:पिं सु धका: स्वल धा:सा सु जातीय कुबिचारं प्रस्त धइगु प्रष्ट जुवइ। छगु हे जातीय पुच:यापिन्सं नेवा:तयगु हरेक मागयात बेवास्ता यानाच्चन।

गुगु नं दल जुइमा, सत्ताय् थ्यनीपिं न्याय नं नेवा:तयगु मागयात कया: न्यायबलें अनुदार छाय् ? यदि सकसिनं स्वीकार याइगु कथंया हे नां प्रदेश ३यात बीत स्व:गु धायगु धइगु ख:सा ‘बागमती’ नांयात गुलिसिनं स्वीकार या:गु दुले सा ? छुं बागमती नामय् अपनत्व काय्मफुपिं नेपा:मि हे मखुला ? यदि १४गु अञ्चलयात हे प्रदेशथे क्यनेगु अले अञ्चलया नांयात हे

प्रदेशया नां बीगु जूसा थन संघीयता व:गु खत ला ले ? थन ला संघीयताया खोलय् व हे न्याय विकास क्षेत्र, व हे १४गु अञ्चल अले व हे जिल्लाया निरन्तरता बीत्यंगु जक खनेदत। प्रदेशयात कमजोर हे तयातयगु अले न्हापाथे राजधानी केन्द्रित शासन जक जुइगु ख:सा संघीय गणतन्त्र नेपाल धाय् ल्वइला ? थन दुगु काग्रेस वा कम्युनिष्ट, छुं नं दल संघीयतायात कया: इमान्दार खनेमन्त। भन् ला संघीयतायात बदनाम यायत जक जुयाच्चंगु खनेदत।

थ्व दक्वं खँया सार व हे ‘बागमती’ नां हे ख:। व हे अञ्चलया नां हाकनं प्रदेशया नितिं नं छाय् ? न त बागमती खुसि प्रदेश ३ दक्वथासय् बा: वं न त बागमती खुसि बा: वंथाय् च्वपिन्सं हे थुगु नामाकरणय् अपनत्व महसूस या:। अथेसां प्रदेश ३या नां बागमती छाय् ? थुगु नामं सुइत छुं पहिचान दत ? छुं पहिचानया माग थन खुसि या:गु ख: कि पहाड

ब्यूगु ख:ला कि! प्रवृषणया दथुइ च्वनाच्चपीं हे जुया: प्रवृषित नां हे य:गु ख:ला ?

गन निषेधया राजनीति जुइ, अनं हे विद्रोहया ज्वाला च्यानावइ। थन नेवा:तयत् निषेधया हे राजनीति जुयाच्चंगु दु। हरेक क्षेत्रय् नेवा:तयत् हे आक्रमण जुयाच्चंगु दु। सतक विस्तार, फास्ट ट्राय्क, आउटर रिङ्गरोड आदि थीथी नामं नेवा:तयगु हे छँवुं लाकाकायगु ज्या जुयाच्चंगु दु। थ:गु आदिभूमिं नेवा:तयत् विस्थापित हे यायगु कुत: निरन्तर जुया हे च्वंगु दु। प्रदेश ३य् नेवा:तयत् पहिचान मबीगु नं थुकिया हे छगु निरन्तरता ख:। थुकिं नेवा:तयत् भन् भन् कमजोर दय्का यंकाच्चंगु दु। न्हापांगु संविधानसभाया इलय् नेवा: पहिचानया मुद्दा सशक्त रुपं न्यय:ने वंगु ख:। उगु इलय् नेवा: स्वायत्त राज्य’या मागय् दशरथ रङ्गशालाय् लखौं मनूत मुंगु सुनां ल्व:मंकेफइ। नेवा: स्वायत्त राज्य प्राय: निश्चित हे जइधुकूगु

‘नेवा: स्वायत्त राज्य’या मागय् दशरथ रङ्गशालाय् लखौं मनूत मुंगु सुनां ल्व:मंकेफइ। नेवा: स्वायत्त राज्य प्राय: निश्चित हे जइधुकूगु ख:। न्हापांगु संविधानसभाया लिपातक थ्यंबलय् नं नेवा: स्वायत्त राज्य ला वय्मफुत, तर पहिचानया विरोध यानाच्चपिन्सं नेवा: बागमती नां तयत्तक सहमति क्यनेधुकूगु ख:।

या:गु ? प्रदेशया नां मात्र नां जक मजुइमा:गु ख:। थुगु नामं थनया वासिन्दाया भावनाया कदर यायमा:गु ख:, थनया भूगोलयात थुइकीगु कथंया जुइमा:गु ख:। सुयां भावनाया कदर मजुइगु ख:सा व नांया औचित्य दइ हे मखु। विशेष याना: धायगु ख:सा उगु भूगोलया वासिन्दा उकिया अपनत्व काय्मा:गु जरूरी मदुसा जरूरी खँ वा पक्ष छु ख: ? नां मात्र नां जक हे ख:, न्यायगु त:सां ज्यूसा ला प्रदेश ३यात “टुकुचा” हे नां ब्यूसां छुं पाइमखु। थुकियात “टुकुचा प्रदेश” हे धयाब्यूसां ज्यू। आ:या सन्दर्भय् खँ ल्हायगु ख:सा ‘बागमती प्रदेश’ धायगु वा ‘टुकुचा प्रदेश’ धायगुली छुं मपा:। सुयां भावनाया कदर यायमा:गु आवश्यकता हे मदुगु ख:सा, सुयां बिचा:यात क:धाय्न्वा:गु हे जूसा बागमती धयां छु पात, टुकुचा हे धयां छु पात।

न्यायगु न्यायथे धा:सां बागमती नामं छता खँ धा:सा प्रमाणित या:गु दु। गथे थौं बागमती प्रवृषित जुयाच्चन, अथे हे, बागमती नामाकरण या:पिनिगु राजनीति नं प्रवृषित हे जुयाच्चंगु दु। प्रवृषित राजनीति याइपिं जुया: हे प्रदेशया नां नं थौं प्रवृषित जुयाच्चंगु खुसिया नां जकं

ख:। न्हापांगु संविधानसभाया लिपातक थ्यंबलय् नं नेवा: स्वायत्त राज्य ला वय्मफुत, तर पहिचानया विरोध यानाच्चपिन्सं नेवा: बागमती नां तयत्तक सहमति क्यनेधुकूगु ख:। तर तत्कालीन प्रधानमन्त्री डा. बाबुराम भट्टराई संविधानसभा हे भङ्ग याना: निगूगु संविधानसभाया निर्वाचन घोषणा यानाबिल। आ: ला नेवा: मुद्दायात प्रवृषित राजनीति थुलि कमजोर दय्काबिल कि रङ्गशालाया लखौंया शक्ति असनय् स्वस:, प्यसलय् थ्यनेधुकल। अले नेवा: स्वायत्त राज्य ला छु, नेवा: बागमती तक नं मखु, बागमती प्रदेशय् थ्यनेधुकल।

आ: नेवा: पहिचानयात सशक्त ढङ्ग न्यय:ने यंकेगु ख:सा आग्रह, पूर्वाग्रह ल्व:ता: छधी जुइगुया विकल्प मरु। फेसलुकय् वं वइत ब्व: बीगु, वं वइत क्वथुना: खँ ल्हायगु मखु, सतकय् स: थय्यकेमा:। थ:मं यानाच्चनगु जक त:थं तय्यकेगु मखु, मेपिनिगु अभियानयात नं तिब: बीमा:। नेता जक जुइगु धेंधेंबल्ला यायगु मखु, त्यागी भावना तया: आन्दोलनयात सशक्त दय्यकेगु नि:स्वार्थ भावनां न्या:वनेमा:।

# अय्ला: थ्वँ संस्कृतिया अभिन्न ब्व जूगुलिं त्वनेगु नं समस्या खः धकाः थुइकेत थाकु

थ्व भव्यया सिजन, चिकुला, सकसिनं नालीगु वस्तु खः; अय्ला: । आः व छु अय्ला: त्वनेगु लत नं ल्वय् हे खःला ले ? ल्वय् खःगु जूसा उपचार अले रोकथाम नं ला दइनि । थुगु विषयवस्तुयात कयाः नशा दुर्व्यसनी व मनोरोग विशेषज्ञ डा. धनरत्न शाक्यलिसे संवाददाता पूर्णिमा शाक्यं यानादीगु खंलाहला ।



डा. धनरत्न शाक्य  
दुर्व्यसनी तथा मनोरोग विशेषज्ञ

**ज्वजलपा ! थ्व अय्ला: त्वनेगु गुलितक ब्यापक दु ?**

थ्व अय्ला: धाय्बलय् उकी अजाःगु ज्वःलाःगु पेय पदार्थय् इथायल अल्कोहल दयाच्चनी । उकियागु थीथी स्वरूपय् सेवन यायगु भीगु देसय् जक मखु, संसारया थीथी थासय् दु । भीगु देस नेपाःया खंलाहय्बलय् तसकं हे ब्यापक दु । थीथी संस्कृतिया छू स्वरूप नेपाः जूगुलिं गुगु नं संस्कृतिइ थ्वँ, अय्ला: छ्यलेमज्यू धाईपिं दुसा मेगु बुसानिसें मसीतलय् थ्वँ, अय्ला: मदय् कं मगाः धाईपिं दु । थीथी संस्कारत जुयाच्चनीगु इवल्य थुकिया छ्यलाबुला जुयाच्चनी । छथी मतवाली धइगु वर्ग, तर थौंकन्हय् मतवाली जुइमा बाय् तांगाधारी थ्व अल्कोहल, मध्यपानया सेवनयात बर्जित यानातःगुयात सामाजिक बन्धनं त्वाःथलाः थ्वँ, अय्ला: त्वनेगु तसकं जाना वनाच्चंगु खनेदु । थ्व संसारया मनुतयगु अध्ययनय् स्वयगु खःसा सुं नं मनुत छुं नं छुं थ्यमथ्यं १००गु प्रतिशत, ९०गु प्रतिशततक नं छुं यलाबुला याइ । धार्मिककथं ला हेक धर्मय् हे बर्जित यानातःगुदु । अथेसां भीगुनेवाः समाजया हेक संस्कारय् थ्व छ्यला हे च्चंगु दु ।



अय्ला: त्वना हे च्वन धाःसा ४०गु प्रतिशत मनुयात थीथी प्रत्यक्ष अल्कोहल डिस्अर्डर जुयाच्चंगु दइ । समाजय् यक्वसित समस्या खनेदयाच्चंगु मध्ये थ्व नं छथी मानसिक समस्याय् लाः । स्वंगू ताजियागु समस्यात दयाच्चंगु तसकं खनेदु । न्हापां ला छटपति जुइगु (एन्जाइटी), अनं मेगु धइगु उदासिन मनोत्वय् (डिप्रेसन जुइगु) व स्वंगूगु धइगु नशा । उकी मध्ये नं थ्वँ अय्ला:या नशा, लत जुइगु तसकं हे दुःख बियाच्चंगु खनेदु ।

**थ्व अय्ला:, थ्वँया त्वनेगु समस्या हे खःला ले ? ल्वय् जकं खः कि ? छु अवस्थाय् ल्वय् कथं काइगु खः ?**

अय्ला: थ्वँ भीगु संस्कृतियागु अभिन्न अंगया रूपय् खनाच्चनागु जूगुलिं अय्ला: थ्वँ त्वनेगुयात समस्या धाय्बलय् भीत थुइकेत थाक्याच्चनी । समस्या हे धाय् भचा थाकुइगु जूगुलिं तथ्य खँ छु धाय्बलय् अय्ला थ्वँ न्यागु हे अवस्थाय् त्वनेगु शुरु याःसां नं वं व त्वनेगु मात्रा थःमहं नियन्त्रणय् हे तय् मफ्यक छक्वलं बाय् ताःईतक त्वना हे च्वन धाःसा समाजय् अथे त्वनीपिं मनुतयत् अल्कोहल रिलेटेड डिस्अर्डर धकाः व हे अय्ला: थ्वँया हे कारणं ब्वलनीगु ल्वय् जुयाच्चनी ।

अय्ला: त्वना हे च्वन धाःसा ४०गु प्रतिशत मनुयात थीथी प्रत्यक्ष अल्कोहल डिस्अर्डर जुयाच्चंगु दइ । समाजय् यक्वसित समस्या खनेदयाच्चंगु मध्ये थ्व नं छथी मानसिक समस्याय् लाः । स्वंगू ताजियागु समस्यात दयाच्चंगु तसकं खनेदु । न्हापां ला छटपति जुइगु (एन्जाइटी), अनं मेगु धइगु उदासिन मनोत्वय् (डिप्रेसन जुइगु) व स्वंगूगु धइगु नशा । उकी मध्ये नं थ्वँ अय्ला:या नशा, लत जुइगु तसकं हे दुःख बियाच्चंगु खनेदु ।

अल्कोहल रिलेटेड डिस्अर्डर धकाः अय्ला: थ्वँया हुनिं ब्वलनीगु ल्वय् जुयाः मन मस्तिस्कय् बांमलाःगु लिच्चः लानाः थीथी

लक्षणत खनेदयाच्चनी । व्यवहारय्, शरीरय् लिच्चः लानाच्चनी ।

छहु न्हय बाय् छहु लिपा थःगु नियन्त्रण स्वयां अप्वः, ताःईतक त्वनातुं वनाच्चन धाःसा अल्कोहलिक रिलेटेड डिस्अर्डर धकाः ल्वयत् खनेदया वइगुलिं मानसिक व शारीरिककथं समस्या न्हयब्वइगु जक मखु कि सामाजिक स्वापुतिइ नं थीथीकथंया समस्यात वय्फु ।

**छिं समस्या वइ धयादिल, व समस्यात गजाःगु जुइफु ले ?**

स्वईदिसँ, आः व अय्ला: थ्वँ त्वनीगु इलय् हे समस्या जुइनं फु, मजुइ नं फु । अप्वः यानाः दकलय् न्हापां छह मनुखं १३/१४दँया उमेरय् हे अय्ला:या सवाः थुइकेगु ज्या जुइ । व इलय् हे नियन्त्रण यायमफ्यक वा लगय् जुइक बाय् माहोलकथं शुरु या लिपा नियन्त्रण हे याय् मफ्यक जुल धाःसा भीगु भासं सीसा काल धाय्गु याइ । स्वय्बलय् हे धेधे जुइगु, अय्ला: नवइगु, व्यवहारय् नं कन्ट्रोल याय् मफइगु, खँ, बोलिं नं लरबरय् जुइगु, उतेजनाय् वइगु, म्वाःमटुगु ब्यवहारत क्यनीगु याइ । थुकियात 'अल्कोह इन्टक्सिके'त धाइ । थ्व नं अल्कोहल रिलेटेड डिस्अर्डरया छगू ताजि खः । अथे बारम्बार जुल धाःसा उकिं थीथी स्वास्थ्य समस्यात ब्वलनेफु । गथे कि प्वाः हिइसे च्चनीगु एसिड पोप्टिक डिजिज जुइफु । गुलिंसित ग्वतुलाः

दुर्घटना जुइफु । अथे हे उच्च रक्तचाप जुइगु, रक्तचाप अप्वः जुयाच्चपिन्त भन्नु बांमलाःगु लिच्चः लाकेफु ।

**अय्ला: त्वनेगु समस्या ल्वय्कथं काय्ज्यूसा थुकिया कारण नं ला दइगु जुइ नि ?**

कारण थ्व हे धया ला धाय् थाकु । तर संगतयात काय्गु याः । तर बैज्ञानिक दृष्टिकोणं स्वय्गु खःसा छह डेबिड एच. नट धाःमह विद्वानं एजेण्ट, होस्ट व इन्फ्लेमेट धकाः वर्गीकरण यानातःगुदु । वय्कःया कथं अय्ला:यात एजेण्ट, गुकिं साला तय्फत । होस्ट, सुं मनुयाके अय्ला: त्वनेगु बानी, पर्सनालिटी, न्हयइपुकेमाःगु ब्यहोरा, गुम्हेसियां त्वनेमखनाः छटपट जुयाच्चनीगु, अय् लाः मत्वंक न्हयः मवइगु बानी ब्यहोरां यानां खः । स्ट्रेस जुयाः अय्ला: त्वनीगु सामाजिक कारणया वातावरणय् लाइगु जुल ।

**थ्व ल्वय् खः धइगु जूसा थुकिया उपचार अले रोकथाम नं ला दइनि ?**

ताः ईतक अय्ला: त्वनाच्चन धाःसा व अय्लाखं असर मलाकीगु भीगु शरीरया छुं नं ब्व मदु । विथड्ल धकाः थरथर खाइगु, बेहोसतकं जुइगु जुइफु । डिट्रिक्सेशन स्टेज खः थ्व अवस्थाय् लापरवाही यात धाःसा मनु सीतक नं फु । अथे जुयाः सुं छह विशेषज्ञया निगरानीइ तयाः उपचार याकेमाः । थ्व अवस्थाय् खनेदइगु

थीथी लक्षणमध्ये शारीरिककथं खनेदइगु गथे कि उच्च रक्तचाप व मानसिककथं जुइगु मनोत्वय् म्हेसीकाः उपचार याय्माः । अल्कोहल लिभर डिजिज धकाः खनेदय्फु । अथे जुल धाःसा उकिया नं वासः याय्माः । लिसें वं छु कारणं मादक पदार्थ त्वनाच्चंगु खः, व सीकाः कारणत मदय्का छ्वयगु वाय् न्हंकेगु कुनः याय्माः ।

संगतया कारणं त्वनाच्चंगु खः कि थरथर मखातलय् त्वंगु कि गुम्हेसियां त्वनेगु म्हो याय् त्वनेगु यानाच्चनी । व फुक म्हेसीकाः वासः याय्गु याय्माः । तलतल जुइगु खःसा उकियात म्हो याकीगु वासः नं छ्यलेफु । उपचार व रोकथामया नितिं छँ, समाज, पासा भाईपनिगु भूमिका महत्वपूर्ण जुइ । डाक्टरया सल्लाहकथं हस्पिटल डिट्रिक्सिकेशन शुरु याइसा रिहाय् बिर्लितेशन सेन्टरया नं उलि हे भूमिका दइ । अले छँजःया नं ।

उलि जक मखु, रोकथामया नितिं ला समाज, राज्ययागु नं उलि हे भूमिका दइ । मदिदा रहित छँजः, अनुशासन, नियम कानून, उत्पादन तगिमय् हे पना बीगु, डिष्टिब्युसन तगिमय् म्हो यानाबीगु यात धाःसा ला त्वनेगु व त्वंकेगु समस्यात नं म्हो जुयावनी । ल्वय् जुयाः वासः याय्का धाय्गु स्वयां ल्वय् हे मजुइकेगु बिचाः याय्फत धाःसा तसकं बांलाइ । 'उपचार याय्गु स्वयां ल्वय् हे मजुइकेगु बांलाः' धइगु धापू ला सकसिनं हे स्यूगु जुल ।

(क) व्यापारी त्यासा  
(ख) हायरपचेज त्यासा  
(ग) आवासीय त्यासा



(घ) शेयर त्यासा  
(ङ) मुद्दी रसिद धितो त्यासा  
(च) क्रमिक निक्षेप त्यासा

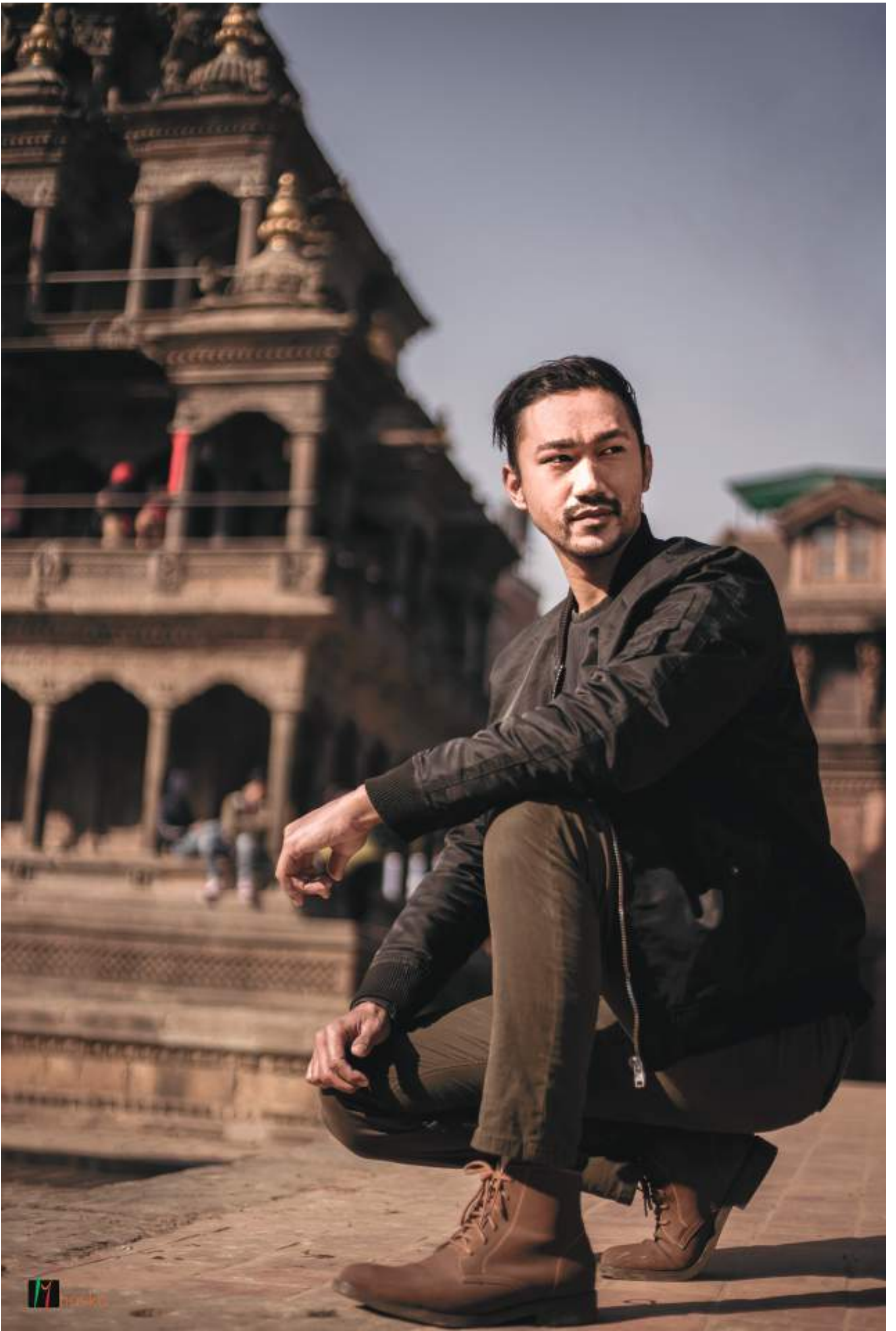
**मिलन बहुउद्देशीय सहकारी संस्था लि.**  
ह्वनाछँ, पाको, न्हूसतक, यँ, नेपाः  
फोन ल्याः ४२३१०३६, ४२२२०६५, ४२१६१६७, फ्याक्स : ४२१६१६७

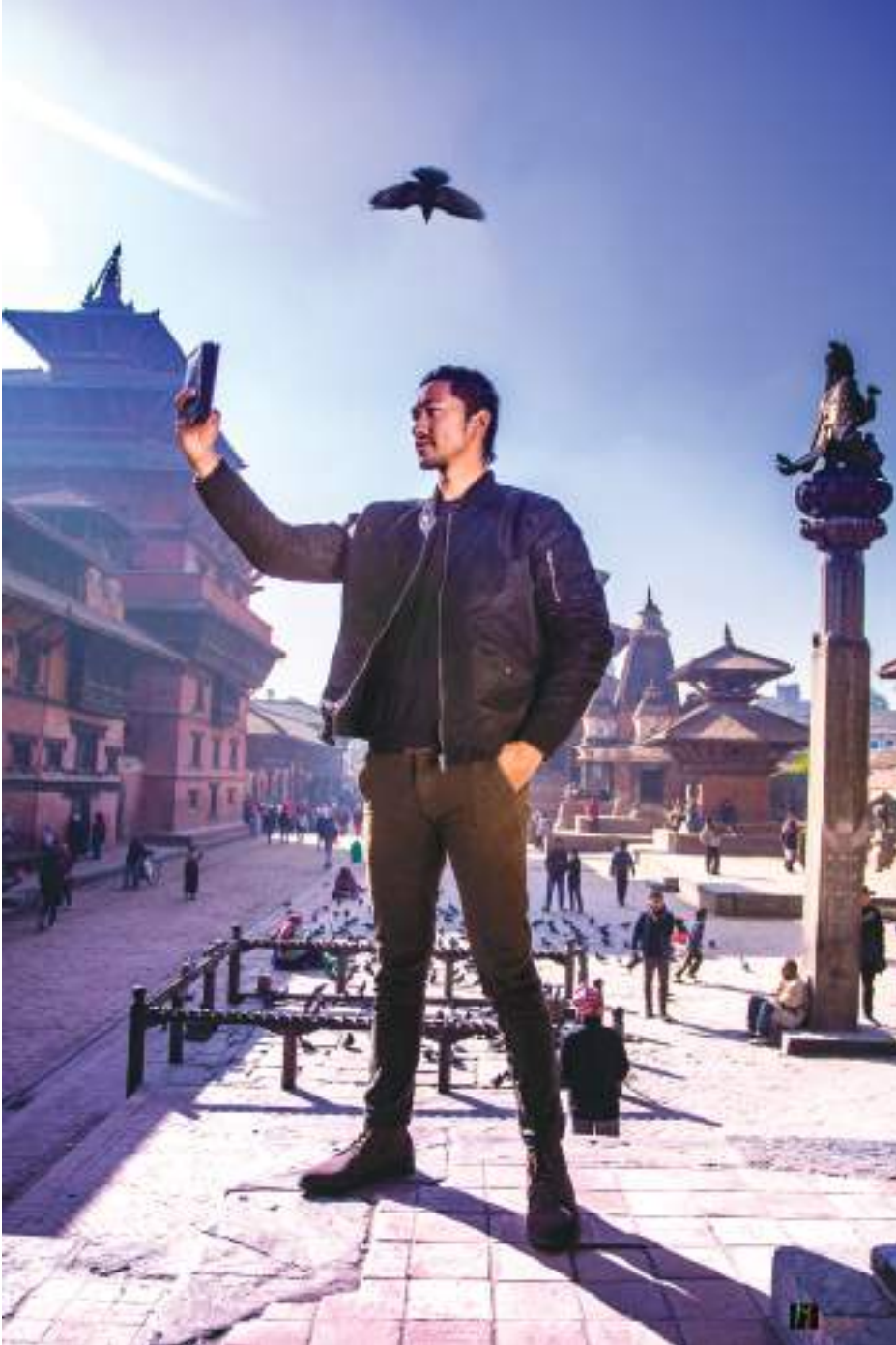
राम प्रजापति  
प्रोप्राइटर



**हार्ती मिठाई भण्डार**  
(शुद्ध शाकाहारी)  
कालिमाटी चोक, टंकेश्वर मार्ग, काठमाडौं ।  
फोन नं. : ४२७२९९९, मो. ९८०३९८०६९९

**यहाँ:-** विवाह, व्रतबन्ध, पार्टी, पिकनिक, तथा अन्य शुभ कार्यको लागि अर्डर अनुसार मिठाईको व्यवस्था गरिन्छ ।





**नाँ :** सनिश शाक्य  
**लजगा :** कोरियोग्राफर (मोडेल व प्याजेण्ट)

**सिरपा :**  
 म्यानहण्ट इन्टरनेशनल नेपाल २०१२, बैंकक, थाइल्याण्ड

**व्वति :**  
 • फेशन एशिया अवार्ड, चोडक्वीन, चीन

**मोडलिङ्ग :**  
 • रियल जुस, गोल्ड स्टार लाकां, नेपाल आइस बियर, गोर्खा बियर, श्रीनाथ कलेक्सनया  
 नितिं विज्ञापनय च्वनादीगु  
 • एनसेल २०२०, गुड लाइफ ड्राइजेष्टिभ बिस्कुट, रोडियो आरजे, बायरोन सेलेक्ट,  
 इमेज च्यानल स्टेशन आईडि इत्यादी विज्ञापनय भिहतादीगु।  
 • ४००० स्वयां अप्वः फपेशन व प्याजेण्टया नितिं कोरियोग्राफ यानादीगु।

**आबद्ध संघसंस्था :**  
 • संस्थापक निर्देशक, सिल्भर स्टार इन्टरटेन्मेण्ट

**लहना**  
 LAHANA WEEKLY

फिपा : hosika  
 श्रृंगार : रिहाज ब्यूटि प्वाइन्ट  
 एण्ड ट्रेनिङ्ग सेन्टर



## यंगालय “शहीद धर्मभक्त माथेमा पार्क”



जहानियाँ राणा शासन विरुद्धको क्रान्ति जीवन बलिदान यानादीमह शहीद धर्मभक्त माथेमा जन्म जूगु यंगा: त्वाल्य वयक:या हे नाम छू न्हूगु पार्क दयकंगु ज्या जुल । येँ महानगरपालिकापाखें दयकंगु थुगु पार्क थ्व हे वङ्गु शहीद दिवस कुन्हु येँ महानगरपालिकाया प्रमुख विद्यासुन्दर शाक्य उलेज्या याङ्गु जानकारी ब्यूगु दु । पार्कय शहीद धर्मभक्त माथेमाया म्हं छम्हं दुगु छू इवाता नं धस्वाकेधुकुगु दु ।

कलाकार मदन तुलाधर उगु शालीक दय कादीगु ख: । वि.सं. १९६६ आश्विन ९ गते ओमबहालया न:बहिली जन्म जुयादीमह धर्मभक्त माथेमायात ३१दँया वैश्व वि.सं. १९९७ माघ १३ गते येँया सिफल्य फाँसि ब्यूगु ख: ।

## येँ महानगरपालिकाया खुक्व:गु नगरसभा क्वचाल



येँ महानगरपालिकाया खुक्व:गु नगरसभा महानगरपालिकाया भौतिक पूर्वाधार बिकास ज्याइव:पाखे ४५गु करोड ६०गु लख तका, सम्पत्ति खरिदपाखे २७गु करोड तका, सामाजिक बिकास ज्याइव:पाखे १गु करोड ६७गु लख तका लिसें खुगु शीर्षकया संशोधन याना: राष्ट्रिय सभागृहय क्वचाल ।

महानगरया प्रमुख विद्यासुन्दर शाक्यया

अध्यक्षतायू जूगु उगु सभा संशोधित बजेटयू स्वास्थ्य सम्बन्धि ज्याइव:पाखे ८गु करोड ४४गु लख तका, शिक्षापाखे ५०गु लख तका व चालु खर्चपाखे १गु करोड तका संशोधन या:गु ख: । न्ह्यानाचवंगु आर्थिक वर्षयू स्वीकृत बजेटयू थीथी शीर्षकयू खर्च मजगु धेबा क्वपाला: तत्काल कार्यान्वयन यायूत 'जसरी महत्व'या ज्याइव: तनेगु ज्या जूगु ख: ।

## ‘स: छगू फरक अभिव्यक्तिया’ १४क्व:गु चिबाखं मुँज्या



‘स: छगू फरक अभिव्यक्ति’या ग्वसालयू १४क्व:गु चिबाखं मुँज्या यलयू जल । ज्याइवलयू बाखं च्वमिपिं निर्मल बज्राचार्य, बसन्त नक:मि व दिल कुमारी डंगोल स्वम्हेसिया थ:थ:पिनिगु चिबाखं ब्वना: न्यकादीगु ख: ।

उगु ज्याइवलयू ब्वति कयादीपिं मध्ये छम्हेसित गोला प्रथापाखें पूर्णिमा

शाक्ययात व स्वम्ह च्वमिपिन्त मतनाया चिं सुधीर ख्वबिं ल:ल्हानादीगु ख: । अथे हे मोक्ष बहादुर अमात्य चिबाखं च्वमिपिन्त खादा क्वखायका: दां नं ल:ल्हानादीगु ख: । स्वम्हेसिगु चिबाखंयात कया: साहित्यकार ध्रुव मधिक:मिं समीक्षा यानादीगु ख:सा ज्याइव: समाश्री न्ह्याकादीगु ख: ।

## चिकित्सालय हाड जोर्नी स्वास्थ्य शिविर



छत्रपाटी नि:शुल्क चिकित्सालयस हाड जोर्नी तथा नशा ल्वयू व सर्जरी सम्बन्धि नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर जुल ।

उगु शिविरयू वरिष्ठ हाड जोर्नी तथा नशा रोग विशेषज्ञ डा.राजेन्द्र मान प्रधान, डा. अनुज राज बिजुक्छे, डा. अनिल शाक्य व डा. निरज श्रेष्ठलिसें जनरल सर्जन डा. किशोर मानन्धर, डा. निरज बनेपाली, डा. जितेन्द्र सिंह, डा. विमल कुमार शाह व डा. उदिता मिश्र स्वास्थ्य परिक्षण यानादीगु ख: । उगु स्वास्थ्य शिविरयू १५पम्हेसित नि:शुल्क स्वास्थ्य परीक्षण या:गु ख: । शिविरयू भिडियो एक्स-रे, बिएमडीटी व वास नि:शुल्क ब्यूगु ख:सा प्रयोगशाला परीक्षण, फिजियोथेरापी सेवायू ३०गु प्रतिशत छ यापंया व्यवस्था या:गु ख: ।

## जैसिदेवल युथ क्लबपाखें

### चलचित्र संघया नाय:यात भिंतुना देछात



नेपाल चलचित्र संघया न्हूगु कार्यसमितिइ नाय: पदयू येँया जैसिदेवल युथ क्लबया सल्लाहकार मधुसूदन प्रधान निर्विरोध निर्वाचित जुयादीगुलिं भिंतुना देछायुगु ज्या जुल ।

छगू ज्याइव:या दथुइ क्लबया दुज:

राजेन्द्र मानन्धर खादा न्ययकादीगु ख:सा नाय: राजेश प्रजापतिं स्वामि क्वखायका: हनापौ ल:ल्हानादीगु ख: । नव निर्वाचित प्रधान नीन्याद्ध: न्हय: शिवरात्री फिल्म ब्यानरपाखें ‘पृथ्वी’ नांया सकिपा दयका: सकिपाख्यलयू पला: तयादीगु ख: ।

## उदायू समाजया किंन्हयक्व:गु दैमुँज्या

उदायू समाजया किंन्हयक्व:गु दैमुँज्या जुल । दैमुँज्याया उलेज्या उदायू समाजया नाय: डा. रुपज्योति कसा: नं त्वा:देवा च्याका यानादीगु ख: ।

समाजया न्वकु डा. प्रेमरत्न स्थापित लसकुस यानादीगु उगु ज्याइवलयू समाजया मूख्याञ्जे राजु कुमार कसा:जुं वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन न्हयब्वयादीगु ख: । थुकथं हे दै मुँज्यायू समाजया दांभरिं प्रवीणरत्न तुलाधर आर्थिक प्रतिवेदन न्हयब्वयादीगु ख: । निगुलिं प्रतिवेदन सर्वसम्मत पास जूगु ख: ।

मुँज्यायू सन्धिदं दयधुकूमह मोतिकृष्ण तुलाधरयात दोसल्ला न्ययका हनेज्या या:गु ख: । अथे हे पुष्कर न्हूच्छेमाया जिथि हना, पुण्यलक्ष्मी जिथि हना, उदायू ज्याथ: हना, फरककथं जीवन हनाच्वीपिं अशक्त ह:पा:, याक: मिसा ह:पा: ल:ल्हानादीगु ख: । थुकथं हे कुलरत्न तुलाधर इन्जिनियर हना, चिनिमाया तुलाधर डाक्टर हना, बुद्धिरत्न हेराशोभा सिरपा:, हर्षमान अष्टमाया सिरपा:, माणि ज्ञानु (सरोज) सिरपा:, भारत रत्न सिरपा:, अमर कमला सिरपा:, हर्षरत्न लक्ष्मी

प्रभा सिरपा:, चैत्य हिरा सिरपा:, मैत्रीरत्न नेपालभाषा सिरपा:, भिक्षु हिरा ताम्राकार साहित्य सिरपा: ल:ल्हानादीगु ख: । सिरपा: उदायू समाजया नाय: डा. रुपज्योति कसा:जुं ल:ल्हानादीगु ख: ।

दै मुँज्याया इवलयू असंबाजं गुथि व न्यत तुलाधर गुंलाबाजं खल:पिन्सं गुंलाबाजलिसें नेवा: म्ये हायका न्यकेगु ज्या नं जूगु ख: । ज्याइवलयू उदायूतयगु राष्ट्रिय म्येया रुपयू विकास या:गु उदायू म्ये हाला: ज्याइव: शुरु या:गु ख: ।

## अभ न...

माइन्टयू नेपालमण्डल प्रस्तावयात पार्टीया सम्पत्तिकथं कायगु निर्णय तक ला जूवन । थुगु स:यात निरन्तर थव्य काच्वनेमा:गु आ:या आवश्यकता ख: । कन्हयू ता:मलाइ धइगु मडु ।

बरु पहिचानया आन्दोलनया नेतृत्व यानाच्वीपिन्सं थ:गु माग व समाजया आवश्यकतायात कया: स्पष्ट जुया: न्ह्या:वनेमा:गु खनेदु । गबलेनेवा: स्वायत्त राज्य, गबलेनेवा: ताम्सालिङ प्रदेश व गबलेनेवा: साँस्कृतिक स्वायत्त क्षेत्र धका: न्हून्हुगु अवधारणा न्हय:ने हयाच्वनेगु अले आम नेवा:तयूत अलमल यायगु, नेवा: आन्दोलनयात थ: अनुकूल दयकाच्वनेगु ज्या दिका: छगू आजुइ अर्जुन दृष्टि तया:

न्ह्या:वन धा:सा भी बुइमखु ।

## हाकरं ...

गुथि विधेयक विरुद्ध एकिकृत आन्दोलनया कजि लिसें नेवा: न्हयलुवा डा. महेशमान श्रेष्ठ गुथिइ छुं नं कथंया सुयां नं हस्तक्षेप स्वीकार्य मजुइगु धयादिल । गुथिलिसे संस्कृति व जातीय अस्तित्व स्वानाचवंगु दुगु डा. श्रेष्ठ धयादीगु ख: । यदि आ: हे सचेत मजुइगु व स: मतयगु ख:सा नेवा:तयगु गुथि न्हनेफूगु व थुकिया लिसें नेवा:या अस्तित्व हे न्हनेफूगु श्रेष्ठया धापू ख: । लिसें सरोकारवालातयू सहमति मकासे छुं नं कथंया निर्णय या:सा उकिया लिच्व: नं बाँमलाइगु ख्याच्व: नं वयकलं वियादिल ।

व हे कथं आन्दोलनया ल्यू काजि पवित्र बज्राचार्य २०६५सालयू जूगु येँया:या आन्दोलनयात लुमकूसें उगु इलयू हे गुथि संस्थानया औचित्य मदयधुकूगु प्रमाणित जूगु धयादिल । आ:या आन्दोलन गुथिया मुक्त अधिकार गुथियारतयूके हे लित हयगु निर्ति जुइमा:गु बज्राचार्यया धापू ख: ।

ज्याइवलयू विधेयक हाकरं वइगु सीक सीकं नं दक्कं आ:तक छायू सुम्क च्वन धइगु संचारक:मितयगु जिज्ञासायू थ:पिं सुम्क मच्चनागु व थुकिया दथुइ निरन्तर सहलहस दुगु बज्राचार्य प्रष्ट यानादिल । सरकारपाखें हे विधेयकया ड्राफ्ट हया:ल सहलह यायगु बचं ब्यूगुलिं ड्राफ्ट पियाच्वनागु बज्राचार्य धयादीगु ख: ।

## शीत लहरको समयमा चिसोको कारण

### मानिसको मृत्युसमेत हुनसक्छ त्यसैले,

- न्यानो कपडाको जोहो समयमै गरौं ।
- शीत लहरको समयमा घरबाहिर खुलास्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घरबाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- शीत लहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने गरौं ।
- चिसोको समयमा चाहिने आवश्यक तातो भोलयुक्त खानेकुराहरू खाने बानीको विकास गरौं ।



नेपाल सरकार

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय  
सूचना तथा प्रसारण विभाग

## शाक्यद्वय सांसदपाखें नेवाः पत्रकार दबूयात भिन्तुना



बागमती प्रदेशया सांसदद्वय राजेश शाक्य व डा. अजयक्रान्ति शाक्यनेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूया न्हूगु ज्यासना पुचःयात भिन्तुना देखानादीगु दु। यँय् छगू ज्याइवःया ग्वसाः ग्वयादिसें सांसद शाक्यद्वय पत्रकार दबूया ज्यासना पुचःयात भिन्तुना देखानादीगु खः। ज्याइवलय् पत्रकार दबूया सकल पदाधिकारीलसें दुजःपिन्त सांसद राजेश शाक्य खादा क्वखायकादिलसा डा. अजयक्रान्ति शाक्य मतिनाया चिं देखानादिल।

ज्याइवलय् सांसद राजेश शाक्य पत्रकार दबू व नेवाः संचार ख्यःयात धिसिलाका यंकेत थःम्हं फक्व ग्वाहालि याय्गु प्रतिबद्धता प्वकादिल। अथे हे, पत्रकार दबूया वरिष्ठ न्वकू नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ थुगु कार्यकालय् पत्रकार दबूया थःगु हे भवन दयकेत कुतः याय्गु धयादिल। दबूया मू छयाञ्जे सुनील महर्जन नेवाः पत्रकारतयसं वस्तुगत पत्रकारिता जक मयाःसे थःगु कार्य क्षमतायात फरक व सबल ढङ्ग विकास याय्

माःगु आवश्यकता न्हयथनादिल। दबूया नायः सुरजबीर बज्राचार्य न्हापांम्ह मातृभाषा पत्रकार धर्मादित्य धर्माचार्य व नेपाल पत्रकार महासंघया संस्थापक नायः सत्यनारायण बहादुर श्रेष्ठया मुद्दा स्थापित याय्गु दबूया आज्जुइ प्रदेश सांसदया ग्वाहालिया आशा प्वकादिल। सांसद डा. अजयक्रान्ति शाक्य थःपिंसं नेपालमण्डलया माग स्थगन मयानानिगु व पार्टी दुने निरन्तर संघर्ष यानाच्चनेगु धयादिल।

## हार्दिक बधाई



नेपाल चलचित्र संघको  
नयाँ कार्यसमितिमा  
**श्री मधुसुदन प्रधानज्यू**  
अध्यक्ष पदमा निर्विरोध निर्वाचित  
हुनुभएकोले उत्तरोत्तर प्रगतिको  
कामना गर्दै हार्दिक बधाई।

राजेन्द्र मानन्धर  
प्रबन्धक



## ल्वहंकःमि (शिल्पकार)

### सेवा समाजया भिन्त्याक्वःगु दँमुँज्या



ल्वहंकःमि (शिल्पकार) सेवा समाजया भिन्त्याक्वःगु दँमुँज्या ल्वहंकःमितयुगु दिगुद्यः मणिद्वःस भिन्त्याक्वःगु दँमुँज्या जुल।

समाजया नायः मोतिलाल शिल्पकारया सभाध्यक्षताय् जूगु उगु ज्याइवलय् पाहाँकथं बाराही समाजया नायः पुष्परत्न बाराही, सिकःमि समाजया नायः विष्णुलाल

सिकःमि, ताम्रकार समाजया नायः रविन्द्रराज ताम्रकार, मणिद्व संरक्षण समितिया नायः राजेश तण्डुकार भयादीगु खः।

ज्याइवलय् एसईई, दस प्लस दुई, स्नातक व स्नातकोत्तर उतीर्ण जुयादीपिं शिल्पकार ब्वैमिपिन्त हनापौ लःल्हाय्गु ज्या जूगु खः। प्यंगू तगिमय् हे दकलय् अप्वः ल्याः हयाः पास

जुयादीपिं छम्ह छम्ह ब्वैमिपिन्त मोति सिरपाः कोषया दाता मोतिलाल शिल्पकार 'मोति शिक्षा सिरपाः' व हनापौ लःल्हानादीगु खः। अथे हे समाजया ज्याज्ज्व यानादीधुँकूपिन्त दोसल्लां न्ययकाः हनेगु ज्या जूगु खः।

थ्व हे इवलय् समाजया आर्थिक प्रतिवेदन दांभरि सुरेन्द्र शिल्पकार व प्रगति विवरण मूख्याञ्जे अनिल शिल्पकार न्हयब्वयादीगु खः। थुगु दँमुँज्यापाखें धर्मरत्न शिल्पकारया अध्यक्षताय् न्हूगु ज्यासना पुचः नं ल्ययगु ज्या जूगु खः। न्हूगु ज्यासना पुचलय् सुरेन्द्र शिल्पकार न्वकू निलन शिल्पकार मूख्याञ्जे, दिलमोहन शिल्पकार छयाञ्जे व सानुराज शिल्पकार दांभरि जुयादीगु दु। अथे हे दुजलय् हिराशोभा शिल्पकार, तेजेन्द्र शिल्पकार, प्रेमबहादुर शिल्पकार, यस कुमार शिल्पकार, कपिल शिल्पकार, अनुजा शिल्पकार च्वनादीगु दु।



## दोश्रो अन्तर्राष्ट्रिय रक्त सम्मेलन २०७६

(२४-२५ फागुन २०७६)

भव्यताका साथ सफल पारौं।

आयोजक

ब्लड डोनर्स एसोसिएशन नेपाल (ब्लोदान)  
(रक्तदान गर्ने संघसंस्थाहरूको अन्तर्राष्ट्रिय महासंघमा आवद्ध)

काठमाडौं।



दीन, दुखी व असहायपिन्त निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा प्रदान।

दानी, सुखी व सम्पन्नयात सशुल्क स्वास्थ्य सेवा वरदान।।

## छत्रपाटी निःशुल्क चिकित्सालय (अस्पताल)

स्तरीय सुलभ स्वास्थ्य सेवा सकसिया निमित्त, असहायपिन्त जक निःशुल्क



उपलब्ध सेवा

२४ सै घन्टा सेवा

- आकस्मिक सेवा
- प्याथोलोजी
- एक्स-रे
- ई.सि.जी.
- इको
- वासः पसः
- अन्तरांग सेवा

शल्यक्रिया

- मोतिबिन्दु
- जनरल सर्जरी
- न्हाय्पं, न्हाय्, गापः
- हाड जोर्नी नशा
- पिसाव नलीया पत्थर बिना चिरफार

बहिरङ्ग सेवा

- मुटु ल्वय्
- प्वाःया ल्वय्
- युरोलोजी
- मिसा ल्वय्
- मचा ल्वय्
- वाया ल्वय्
- मिसा ल्वय्

अन्य सेवा

- जेसिङ्ग
- ईण्डोस्कोपी
- कोलोनोस्कोपी
- फिजियोथेरापी
- अल्ट्रासाउण्ड, कलर डप्लर व इको
- युरोपेली स्तरया दन्त प्रयोगशाला



२४ घण्टा  
ईमरजेन्सी सेवा

७०८ गंगालाल मार्ग, छत्रपाटी, काठमाडौं, फोन : ४२९६९३८, ४२५७९९१, ४२६६२२९, E-mail: cfclinic@mail.com.np, www.free-clinic.org.np