

# लहना

व्यवसायिक पत्रकारिता, थौया आवश्यकता

LAHANA WEEKLY

वा:पौ

सा:गु भिंगु मरिचरिया नितिं  
लुमंका दिसँ ।

लक्ष्मण गजाल 'विलंभि'  
प्रोप्राइटर

लाखा छँ

LAKHA CHHEN



सोह्रखुटे, वडा नं. १६, येँ, फोन नं.: ८३६०७५८

## थुकि दुने



देसयात गजा:पि नेता मा: ?  
डि.आर. खड्गी

-२



गुन्हु पुन्हि  
जितेन्द्र विलाश बज्राचार्य

-३

आर्सनल व एफए कप  
प्रजीत शाक्य

-६



ल्लो-अप

आयुषा महर्जन  
मोडेल

## स्वनिगलय् संक्रमितया ल्या: न्हियान्हिथं थहांवनाच्चन

# आ: स्वनिग: हटस्पट जुइगु ला मखुला ?

लहना संवाददाता

लकडाउन याय् न्हय: संक्रमण खनेदुम्ह नेपा:या निम्हम्ह संक्रमित मिसा येँयाम्हे हे ख:। आ:या अवस्थाया शुरुवात येँय नं जूगु ख:। अथे ख:सां येँ सुरक्षित थें तायाच्चंगु दुगु ख:। वैसाख २ गतेया दिनय् येँया सिनामंगलय् सनसिटि अपार्टमेन्टय् च्वनाच्चंगुपिं बेलायतं लिहांव:पिं मां काय् निम्हेसिके संक्रमण पोर्जेटिभ खनेदुबलय् मुक्कं येँ जिल्ला हे त्रसित जूगु ख:। व इलय् त्रास जूसां नं येँ अथवा धाय् स्वनिग: सुरक्षित थें जुयाच्चंगु हे ख:। तर आ: वया: स्वनिग: सुरक्षित खनेमदय्धुकल। कोरोना संक्रमणया अवस्थायात स्वयंबलय् आ: ला स्वनिग: हटस्पट हे जुया वनाच्चंगु ख:ला धइथें जुयावय्धुकल।

लिपांगु इलय् कोरोना भाईरस (कोभिड १९) संक्रमणया अवस्थाया सवालया स्वनिगलय् न्हिं न्हिं मदिक हे धइथें धमाधम न्हीपिं संक्रमितत खनेदयाच्चंगु दु। आ: वया: स्वनिगलय् संक्रमणया अवस्थाया खँय् भयावह हे जूगु ख:ला धइगु आशंका अप्वयाव:गु दु। थुकिया हे दथुइ चिकित्सक व विज्ञापिन्स स्वनिगलय् संक्रमण समुदाय स्तरय् हे न्येनेधुंकूगु खनेदुगु बारम्बार धया वयाच्चंगु दु। तर थुखेपाखे धा:सा सरकार वास्ता मया:गु जक मखसें समुदाय स्तरय् न्यंगु मडुनि धका: याउँक च्वनाच्चंगु दु।

येँया थीथी थासय् ध:या नमूना संकलन



येँया थीथी थासय् ध:या नमूना संकलन यानास्व:बलय् ध:या नमूनाय् तकं भाइरस खनेदुगु ख:। विज्ञापिन्स थुकियात समुदाय स्तरय् संक्रमण न्यंगुया संकेत ख: धा:गु ख:। उकिया नापं आ: वया: स्वनिग:या दुनेया पुलांगु वस्ती दुने च्वनाच्चंगुपिं स्थानीय मन्तयके नं संक्रमण खनेदुगु दु।

यानास्व:बलय् ध:या नमूनाय् तकं भाइरस खनेदुगु ख:। विज्ञापिन्स थुकियात समुदाय स्तरय् संक्रमण न्यंगुया संकेत ख: धा:गु ख:। उकिया नापं आ: वया: स्वनिग:या दुनेया पुलांगु वस्ती दुने च्वनाच्चंगुपिं स्थानीय मन्तयके नं संक्रमण खनेदुगु दु। खवपय्

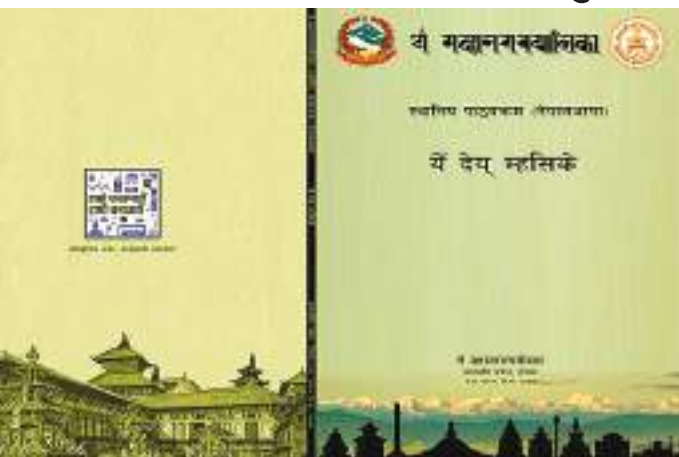
जनप्रतिनिधि तकं संक्रमित जूगु अवस्था दुसा यलय् नं स्थानीय मन्तय संक्रमित खनेदय्धुकल। येँया खँ लहाय्बलय् येँया नुग: धयात:गु असं लिक्क हे महाबात, न्हाय्कत्वा:, ज्याथाय् थुज्व:गु थासय् स्थानीय मन्तयके संक्रमण खने दयाव:गु दु। थुकिथंया अवस्थायात नं विज्ञापिन्स समुदाय स्तरय् संक्रमण न्यंगुया चिं कथं धा:गु दु। विज्ञापिन्स समुदाय स्तरय् संक्रमण न्यंगु संकेत खनेदयाच्चन धका: हालाच्चनेगु तर सरकारपाखें धा:सा प्रभावकारी कथं छुं नं पला: मन्त्याकूगु अवस्थाय् बामय् का:पिं धइपिं भी स्वनिग:बासी त जुयाच्चंगु दु।

सरकारया खँ लहा:सां, जनताया खँ लहा:सां अजूचायापूगु खँ छु धा:सा छम्ह निम्ह वा भिम्ह भिन्याम्ह संक्रमित दुगु अवस्थाय् त्रसित तर आ:या अवस्था स्वयंगु ख:सा आ:तक्कया दुने स्वनिगलय् मुक्कं संक्रमितया ल्या: दस:या हाराहारीइ थ्येनेधुकल। अवस्था न्हापा स्वयां ग्यानापुसे च्वनाच्चलबय् धा:सा सुयातं ग्या:चिकु मडुगु जक मखु, सावधानी वा सतर्कता धयागु तकं मडु।

भीगु छू वाध्यता धइगु ला आ: भीसं कोरोनालिसे म्वाय् सयके हे मा:। कोरोनालिसे म्वाय् सयकेगुया विकल्प आ:या नितिं ला भीके मडुनि। लकडाउन जक यानां गुलि तक्क लकडाउन याय्गु गुलि तक्क दक्क ज्या दिका: च्वनाच्चनेगु धइगु न्हयस: दनीगु स्वाभाविक हे ख:।

ल्यं ७ पेजय्

## येँ महानगर दुनेया स्कूलय् नेपालभाषा नं ब्वंकीगु



येँ महानगरपालिका क्षेत्र दुनेया दक्क संस्थागत व सामूदायिक विद्यालयस ब्वनाच्चंगुपिं विद्यार्थीतयसं आ: अनिवार्य रुपं १०० पूर्णाङ्कया स्थानीय विषयया पाठ्यक्रम ब्वनेमा:गु जूगु दु।

येँ महानगरपालिकां न्हापांगु खुसी थनया पहिचान व संस्कृतिबारे जानकारी बीगु आज्जु स्थानीय विषयया पाठ्यक्रम तयार या:गुलिसे विद्यार्थी उगु पाठ्यक्रम ब्वनेमा:गु

जूगु ख:। महानगरपालिका क्षेत्र दुने दुगु दक्क संस्थागत व सामूदायिक विद्यालयस कक्षा १ निसं ८ तकक ब्वंकेत महानगरपालिकां स्थानीय विषयया पाठ्यक्रम तयार या:गु ख:। येँ महानगरपालिका दुने ९२ सामूदायिक विद्यालयमध्ये ८६ साधारण, ३ विशेष व ३ विद्यालय बन्दीतयगु लागिं दु। संस्थागत विद्यालय दस: व ४० दु।

ल्यं ७ पेजय्



## सम्पादकीय



## कोरोना संक्रमित अप्वयावंगुया जिम्मेवार सु ?

थौकन्ह्य कोरोना संक्रमित जूपिनिगु ल्याः न्हियान्हिथं अप्वया वनाच्वंगु दु । थ्व हे हुनिं भारत सीमानालिसे स्वानाच्वंगु व व्यापारिक दृष्टिकोणं तसकं महत्वपूर्ण जुयाच्वंगु निगू महानगरपालिकाय हाकनं लकडाउन याःगु दु । वीरगञ्ज महानगरपालिकाया अवस्था स्वयंगु खःसा कोरोना समुदायस्तरय न्यनावंगु जक मखु, तसकं ग्यानापूगु अवस्थाय थ्यनेधुंकूगु दु धइगु न्हियान्हिथं संक्रमितया ल्याः अप्वयावनाच्वंगु व संक्रमितपिं सिनाच्वंगु जक मखु, आइसोलेसन मदयाः होम आइसोलेसनय च्वनेमाःगु अवस्था दु ।

नर्कातिनि जक धनुषाया छम्ह ल्याय्म्हं आत्महत्या यात । थुक्रिया कारण नं कोरोना संक्रमणया नापनापं समाजं यानाच्वंगु व्यवहार खः । तर थ्व स्वयां नं महत्वपूर्ण खं धइगु भारतं लिहाँ वयधुंकाः वयकः संक्रमण पुष्टि जूगु खःसा भिन्नुतक क्वारेन्टाइनय नं च्वंगु खः । व लिपा विना पिसिआर टेष्ट मयासे छैय् लितछ्वयगु ज्या प्रशासनं यात । कोरोना मद्दु धइगु निक्कील जुइमफूगु हुनिं समाजं नं छिछि व दूरदूर याय्वं सम्बन्धित थासय अनुनय विनय याःसां नं पिसिआर टेष्ट मयाःगु हुनिं अन्ततः आत्महत्याया लँपु लित ।

मेगु बभ्राङ्गय नर्कातिनि ६६म्ह मनुत कोरोना संक्रमित लूगु दु । भारतं वःपिं उमित १४म्हनुतक क्वारेन्टाइनय तयगु ज्या जुल, तर पिसिआर टेष्ट यानाः इलय हे रिपोर्ट मवःगु हुनिं उपिं छै वन । तर वंगु शुक्रवाः व सञ्चरवाः रिपोर्ट वःगु इलय सकलसिके कोरोना भाइरस संक्रमित खनेदत । आः उमिसं गुलि मनुतयत कोरोना न्यकेधुंकल जुइ, उक्रियात कयाः अनुमान यायगु बाहेक मेगु छुं मद्दु । थुक्रिं यानाः कोरोना समुदाय स्तरय न्यनावनेधुंकल धाःसां पाइमखु ।

नर्कातिनि लकडाउन चाःबलय स्वनिगलं दुहाँ वइपिं मनुतयत पिसिआर टेष्ट याय्माः वा टेष्ट याःगु रिपोर्ट ह्यमाः धकाः धाःबलय सरकार उक्रियात हाथ्याः बीकथं पिनें वःपिं मनुतयत आरडिटी वा पिसिआर टेष्ट याय्माःगु आवश्यकता मद्दु, उमित होम क्वारेन्टाइनय ती धकाः निर्देशन ब्यूगु खः । उगु इलय नं आः स्वनिगलय कोरोना भाइरस संक्रमण न्यनावनीगु जुल धकाः सकस्यां अनुमान याःगु खः, तर उक्रियात सरकारं बक्तब्यबाजी यायगु स्वयां खास हे च्युताः मक्यन । आः वयाः अनुमान याःकथं स्वनिगलय न्हियान्हिथं न्यय्म्हया ल्याखय संक्रमित जूपिं पहिचान जुयाच्वंगु दुगु जक मखु, अखबत सरकारं हे जनता भाइरस संक्रमण जुइगुपाखे बचय जुइत पूर्वकेमाःगु नियमत पाय्छिकथं नाला मकयाच्वंगु व थथे जुल धाःसा भयावह स्थिति पिहांवइ धकाः ख्याच्वः बीगु शुरु यानाहल । अफ छुं दिं न्ह्यः संक्रमित जूपिनिगु ल्याः म्हो जूगु इलय समुदायस्तरय न्यनावंगु मद्दु धकाः बक्तब्यबाजी याःगु खः, जब कि पिसिआर परीक्षण यायगु ज्या हे म्हो यानागु खः धकाः स्वीकार मयाः । अथे हे, स्वनिगलय दुहांवइपिं मनुतयके परीक्षण यानाच्वनागु दु धकाः धाःसां संक्रमित जूपिं मनुत याउँक हे दुहांवयाच्वंगु महाबौद्धया नारायणी कम्प्लेक्सय पसः दुपिं वीरगञ्ज निवासीपिन्सं क्यनाबिल, गुपिं कोरोना संक्रमण पुष्टि जूगु खः । थ्व ला कोरोना संक्रमण समुदायस न्यनावंगुया छुं छुं दसूत जक खः ।

खयत ला बाध्यताबश जनता नं कोरोना भाइरस न्यकेगुली छुं छुं जिम्मेवार दु । गथे कि सामाजिक तथा भौतिक दूरी कायम मयाःगु, मास्क पाय्छिकथं मछ्यःगु, मछ्यलेगु वा हेलचक्राइ यायगु ज्या जूगु दु । थ्व स्वयां नं सरकार वा सम्बन्धित पक्षं हे थुक्रियात गम्भीरतापूर्वक मकाःगुलिं हे संक्रमण न्यनावनाच्वंगु दु धाःसां पाइमखु, अफ पिसिआर हे टेष्ट मयासे क्वारेन्टाइनय च्वनाच्वनिपत छै छ्वयाः कोरोना मुक्त जूपिं धकाः ल्याः जक अप्वयकेगु ज्या सरकारं यानाच्वंगु दु । सरकारं पिसिआर टेष्ट यायगु हलंज्वलं हे मद्दु, वा मानवीय श्रोतसाधन हे मद्दु धकाः स्पष्ट यायमाल, अले व हे कथं नीतिनियम दय काः पालना यायमाल/याकेमाल । मखुसा संक्रमण न्यनावंगुया द्वपं जनतायात जक बिचां थःगु जिम्मेवारपाखे लिचिले फइमखु ।

## देसयात राजाःपिं नेता माः ?

नेतातयगु पहः खनाः जनतात वाक्कदिकक जूगु दु । छगू जाति बर्मूत जक देसया सत्ताय वनेगु कासाय जक राजनीति यानाच्वंगु कारण प्राकृतिक श्रोत, सम्पत्तिया अति धनि जुयाच्वंसां नं देसयात कंगाल यानाच्वंगु दु ।



डि.आर. रसइजी

नेपाः गरीब देय मखु, अति धनि जुइफूगु देय नं खः । छायाःसा प्राकृतिक श्रोतया धनि खःसां नं गरीब जुयाच्वंगु कारण पार्टीया नेतात अति नकारात्मक सोचं ग्रष्ट जुयाच्वंपिं, साम्प्रदायिक ब्राह्मणवादी जुयाः जक मखु, अफ विदेशी भक्ति जुयाच्वंगुलिं नं खः । ६०, ७०या दशकय नेपाःया प्रतिब्यक्ति आम्दानी दक्षिण एशियाया देयत स्वयां म्हो मजू । कारण नेपाःया छगू दँया कृषि उत्पादन स्वदँया नितिं गानाच्वंगु खः । व इलय नेपाः नं अन्न जक मखु, मेमेगु कृषिजन्य उत्पादन जूगु वस्तुत नं विदेशय निर्यात यानाः देय्या आर्थिक अवस्था क्वातुकाच्वंगु खः । जब बहुदलीय व्यवस्था वल, नेपाःया अवस्था स्यनावनीगु क्रमय न्ह्याः वनाच्वन । थुक्रिया अर्थ बहुदलीय व्यवस्था पाय्छि मजू धायत्यनागु मखु । खालि बहुदलीय व्यवस्थाया पार्टीया नेतात विदेशी इशाराय प्याखं हुलाः देश बर्बाद यानाच्वंगु दु, थुलि हे जक जिगु धापू खः ।

नेपाः स्वयां चीधंगु व थीथी समस्यां जायाच्वंगुया नापनापं भारतया अर्ध-उपनिवेशय लानाच्वंगु देय भुटान । भुटान नं जलश्रोतया धनि देय खः । भुटानया नेतातसें जनता व राष्ट्रिय हीतया सवालय अडान काय्फूगुलिं देय्या जनता आनन्द व सुखी जुयाच्वंगु दु । भारतं नेपालय थें भुटानय नं जलश्रोत क्षेत्रपाखे लगानी यानाः मत व लः यंकाच्वंगु दु । तर भुटानया नेतात भारतया नापं अडान कयाः २५गु प्रतिशत रोयल्टी काय्फूगु कारणं जलश्रोतया आम्दानीं देय या अर्थतन्त्र मजबूत जुयाच्वंगु दु । भूगु देसय नं भारत जलश्रोतय अरबौ लगानी यानाच्वंसां भारतनाप अडान काय्मफूपिं दलाल नेतात जूगुलिं भारतं ९९गु प्रतिशत फाइदा कयाच्वंगु दु । भूगु देसया लःपाखे भारतया विहार व उत्तर प्रदेश हराभरा जुयाच्वंगु दु । अफ ला नेपाःयात कम फाइदा जक मखु, हानि अप्वः जुयाच्वंगुलिं देसया अर्थतन्त्रय नकारात्मक असर लानाच्वंगु खः । दसूया नितिं कोशी, गण्डकी व कर्णाली योजनापाखे विहार व उत्तर प्रदेश चमत्कारी ढंगं उत्पादन यानाच्वंगु दुसा नेपाःया तराई लगा धाःसा बर्बाद जुयाच्वंगु दु ।

यदि नेतात भिपिं अर्थात सकारात्मक सोचया नापनापं देसप्रेमया भावना दुपिं व उमिगु ल्हातिइ सत्ता लात धाःसा देय्यात याउँक विकास यानाः क्यना बीफु धयागु खँ सिंगापुरया नेता ली क्वानं क्यनाबिल । सिंगापुर देय प्राकृतिक श्रोतया सम्पत्ति मद्दुगु धाःसां मपाः । सिंगापुर समुद्रया लिक्क लाःगु चीधंगु देय खः । न्हापा

अंग्रेजतयगु उपनिवेशय लानाच्वंगु इलय अंग्रेजतसें सिंगापुरयात मू केन्द्रय तयाः अंग्रेजतयगु जहाज एशिया, यूरोप व मेमेगु देसय व्यापारया नितिं ओहोरदोहोर यानाच्वनी । मोगु अंग्रेजतयगु ज्या खः, सिंगापुरय जहाजयात विश्राम यानाः मर्मत सम्भार यायगु ज्या नं यानाच्वनी । थ्व हे कारणं यानाः सिंगापुरयात श्रमिकतयगु बस्ति धाः अंग्रेजतसें धायगु यानाच्वनी । जब अंग्रेजतसें बाध्य जुयाः सिंगापुरयात उपनिवेशपाखे मुक्त यायमाल, सिंगापुर मलेसियाया छगू प्रान्तकथं प्रशासन चलय जुयाच्वन । सिंगापुर मलेसियालिसे बिलय जूसां नं मलेसिया धाःसा सन्तुष्टि जुयाच्वंगु मद्दु । छायाःसा मलेसिया सिंगापुरया प्रशासन चलय यायगु नितिं यक्व धनराशी खर्च यानाच्वनेमाः । तर

बिल, मृत्युदण्ड बीगु ज्या याय्मते धकाः । यदि मृत्युदण्ड बिलधाःसा सिंगापुरयात आक्रमण तर्क यायगु ख्याच्वः बिल । तर ली क्वानं इण्डोनेशियाया कमाण्डोतयत मृत्युदण्ड बियाः कानूनी राज्यया पालना यानाः क्यनाबिल । ली क्वानं थथेतर्क धायगु यात, कमजोर देय सिंगापुर कानूनी राज्य स्थापना यायत ताःमलात धाःसा जनता विश्वास याइमखु, हिम्मत यानाः कमाण्डोतयत मृत्युदण्ड बियागु खँ धयादिल । ली क्वानं कडा परिश्रम यानाः आधुनिक सिंगापुर प्रगतिशील देस धकाः विश्वयात सन्देश बीगु ज्या यात । ५०गु लख जनसंख्या दुगु सिंगापुरय ३गु लख ५०इःम्ह अति शक्तिशाली सेनात दु । थ्व कारणं यानाः जःलाखःला देस हेपय यायगु, ख्यायगु आँट मयाः । सिंगापुरय जनसंख्या चरित्र नं जटील खनेदु । अथे



यदि नेतात भिपिं अर्थात सकारात्मक सोचया नापनापं देसप्रेमया भावना दुपिं व उमिगु ल्हातिइ सत्ता लात धाःसा देय्यात याउँक विकास यानाः क्यना बीफु धयागु खँ सिंगापुरया नेता ली क्वानं क्यनाबिल । सिंगापुर देय प्राकृतिक श्रोतया सम्पत्ति मद्दुगु धाःसां मपाः । सिंगापुर समुद्रया लिक्क लाःगु चीधंगु देय खः ।

सिंगापुरपाखे धाःसा छुं नं मलेसियायात आर्थिक लाभ मज्जु कारणं खः । थ्व हे हुनिं यानाः मलेसिया सिंगापुरयात थःगु संघपाखे लिक्कया बिल ।

जब मलेसियाया सिंगापुरयात संघं लिक्कयाबिल, अर्थात अलग्ग राज्यया घोषणा यानाबिल, ली क्वान अति भाबुक जुयाः राष्ट्रया नामं सम्बोधन यात । प्राकृतिक श्रोत सम्पत्तिविहीन राज्ययात गथे यानाः राज्ययात न्ह्याकेगु धकाः । तर प्रधानमन्त्री ली क्वानं हिम्मत हारय यायगु ज्या मयाः । सिंगापुरया सेनायात सशक्त यायगु, प्रशासन क्षेत्रय नं चुस्त यायगु नितिं इज्जालयपाखे सेनायात तालिम बीकेगु ज्या यातसा प्रशासनय चुस्त यायगु नितिं परिचमी राष्ट्रपाखे तालिम बीकेगु ज्या यात ।

सिंगापुरय संकट जुयाच्वंगु इलय सन् १९६४पाखे इण्डोनेशियाया निम्ह कमाण्डोतसें हडकडय स्वम्ह सिंगापुरया जनतायात स्यनाबिल । इण्डोनेशियाया कमाण्डोतयत ज्वनाः सिंगापुरया कठघराय हयाः मृत्युदण्ड बीगु घोषणा यात । जब मृत्युदण्डया घोषणा बीसात कि इण्डोनेशियाया सरकारं तसकं दबाव

धयागु चिनिया मूलया जनसंख्या अप्वः दु, ल्यंदनीपिं मलेसिया व इण्डोनेशियाया मुस्लिम जनसंख्या नं म्हो मजू । अफ भारतीय मूलया हिन्दूतयगु जनसंख्या नं धमाधम अप्वया वनाच्वंगु दु । ली क्वानं थःगु बुद्धि विवेक छ्यलाः जातीय सद भावना काय्म यानातयत ताःलात । थ्व हे कारणं सिंगापुरय जातीय कचवं नं मद्दु । फुक्क जातित मिलय जुयाः देस विकास यानाच्वंगु दु ।

भूगु देसया नेतातयगु पहः खनाः जनतात वाक्कदिकक जुइगु स्वभाविक खः । छायाःसा प्राकृतिक श्रोत, सम्पत्तिया अति धनि जुयाच्वंसां नं देसयात कंगाल यानाच्वंगु दु । मेगु ज्या छगू जाति बर्मूत जक देसया सत्ताय वनेगु कासाय जक राजनीति यानाच्वंगु दु । थ्व हे कारणं यानाः गैर ब्राह्मणया दथुइ कचवं हयाः फुट हयगुली जक ध्यान केन्द्रीत जुयाच्वनीपिं खः । धाथें धायमाल धाःसा पार्टीया नेतातयगु ज्या विदेशी शक्तियात लयतायकेगु नितिं देसया भूमि, जंगल, लः व अनेक खानीया श्रोतया अधिकार बियाः सत्ताय च्वनेगु ज्या बाहेक मेगु छुं नं ज्या यानाच्वंगु मद्दु ।

## त्वमिपिन्त इनाप

लहना वाःपतिइ लेख, रचना, रिपोर्ट व समाचार छ्वयादीफइ । छिकीपिसं छ्वयादीगुयात थुगु वाःपतिइ थाय् बियाच्वना । पिदंगु च्वसुयात उचित पारिश्रमिक बीगु नं सुचं बियाच्वना ।

लहना वाःपौ

भोछै, यँ

lahana.news@gmail.com

# गुन्हु पुन्हि

थ्व दिनस मणिचूडय् मेला लगय् जुइ । गौतम बुद्ध जन्म जुइ न्हयः पूर्व जन्मय् मणिचूड राजकुमार जुयाः जन्म जूबलय् दानपारमिता पूर्वकेत थःगु छ्यं फायाः मणि दान यानाः 'दान पारमिता' पूर्वकूगु दिंकथं थन मेला लगय् जुइ ।



जितेन्द्र विलाश बज्राचार्य

गुलाख्व पुन्हि, श्रावण शुक्लपक्ष, जनैपुर्णिमा, क्वाति पुन्हि । नेवाःतय् नखःचखः मध्ये सिथि नखलं नखः सिधयाः गथामुगःनिसें नखः सुरु जुइ । भिन्त्यान्हु मपाक्क नखःचखः वयातुं च्वर्निा व मध्ये नं दकलय् न्हापा वइगु नखः खः, गुंपुन्हि । गुलाय् लाःगु पुन्हि जूगुलिं गुंपुन्हि धाःगु खः । अथेला गुंपुन्हि नेपाल संवत्कथं भिला खःसां गुंपुन्हि छाय् धाइ धइगु खँ थीथी धापूत दु । नेपालमण्डलया विस्तार स्वयम्भू ज्योतिया उत्पति नापं सुरु जुइ । स्वयम्भू ज्योतियात कलियुग वयाः स्यंका बी धकाः सकिमिला पुन्हि कुन्हु ज्योतियात त्वःपुयाः चैत्य दयकी । त्वपूगु पुन्हि नं गुला दुगु पुन्हि जूगुलिं गुंपुन्हि धाइ । थुगु लाय् थीथी भय दुगुलिं सुथ न्हापां स्यंगु स्वयम् उत्पति जूगु ज्योति दुगु गुँइ वनाः चैत्यया सेवा याःगु पुन्हि जूगुलिं गुंपुन्हि धाइ । गुर्णयुक्त पुन्हि श्रेष्ठ महिना श्रावण महिनाय् लाःगु पुन्हि जूगुलिं नं गुंपुन्हि धाइ । गुंपुन्हिनिसें कृष्णाअष्टमि वा गुन्हु तक थीथी धर्मकर्म यानाः मानय् याइगुलिं नं गुंपुन्हि धाइ । क्वाति त्वनेगु पुन्हि जूगुलिं क्वाति पुन्हि नं धाय्गु याः । बर्मतय् जनै हिलीगु दिं जूगुलिं थ्व दिंयात जनै पुन्हि नं धाइ । न्ह्यागु धाःसां थ्व पुन्हि धार्मिककथं महत्वं जाःगु पुन्हि खः । थ्व दिनस थीथी जात्रा मेलाकथं हनी ।

कुम्भेश्वर, क्वान्ति, सर्वेश्वर महाद्यःया थाय् थ्व दिनस तःधंगु मेला जुइ । श्री स्वयम्भू महापुराण कुम्भेश्वरवैतराग महात्यकथं छगू इलय् सर्वपाल नांयाम्ह छम्ह तसकं हे जाःम्ह वैद्य छम्ह दयाच्वनी । गुम्ह वैद्य सुविद्याजक मखुसे कुविद्या नं तसकं सःम्ह जुयाच्वन । वं थःथाय् वःपिं ल्वगितय्त् स्वयसात हे लाय्का बीफूम्ह जूगुलिं यक्व मनूत कयं वइगु जुयाच्वन । तर वयाके लोभ चित्त उत्पति जुयाः लालच जाया वःगुलिं वासः याकः वःपिन्सं चित्त बुभय् जुइक धेवा मबिल कि हाकनं ल्वय् लिथ्वय्का बीगु जुयाच्वन । थथे यानाः ल्वगिपिन्त दुःख विद्याचंगु खँ जुजुं सीकाः वयात ज्वंके छ्वल । थ्व खँ सर्वपाल वैद्य सीकाः थःके लोभचित्त उत्पति जूगु नं सीका कयाः धन्वन्तरी कलश स्थापना यानाः बागमती सिथय् वनाः न्हिन्हिं म्वः ल्हुयाः ध्यान यानाच्वन । एकचित्त ध्यान याना च्वंबलय् बज्रापाणि लोकेश्वर वयाः दर्शन बिद्याः जगत उद्धार याय्गु खःसा थ्व कलसय् च्वंगु लः ह्वला ब्यु । थ्व लः ह्वलाः ब्युथाय् उत्पति जूगु पुख् कुम्भेश्वर जुल । थन म्वः ल्हल कि चित्त शुद्ध जुयाः रोगं मुक्त जुइ । थ्व थासय् क्वाति (करोड) जप यात धाःसा मन्त्रशिद्धि प्राप्त जुइगुलिं क्वान्ति धाल । सर्वपाल ध्यान तप यानाः सेवा याःगुलिं सर्वेश्वर जुल ।



कुम्भेश्वर, क्वान्ति, सर्वेश्वर महाद्यःया थाय् थ्व दिनस तःधंगु मेला जुइ । श्री स्वयम्भू महापुराण कुम्भेश्वरवैतराग महात्यकथं छगू इलय् सर्वपाल नांयाम्ह छम्ह तसकं हे जाःम्ह वैद्य छम्ह दयाच्वनी । गुम्ह वैद्य सुविद्याजक मखुसे कुविद्या नं तसकं सःम्ह जुयाच्वन । वं थःथाय् वःपिं ल्वगितय्त् स्वयसात हे लाय्का बीफूम्ह जूगुलिं यक्व मनूत कयं वइगु जुयाच्वन ।

पौराणिक ग्रन्थकथं समुद्र मन्थन याःबलय् पिहाँ वःगु कालकोट हलाहला विष महाद्यवं त्वनी । उगु विषया रापं छटपटय् जुयाः सिचुगु थासय् वनाः रापयात क्वलाय्कूगु थाय् सिलु अर्थात गोसाइकुण्डय् थ्व दिनस तःधंगु मेला जुइ । स्वनिगःया भक्तजनपिं च्यान्हु न्हयःनिसें सिलु वनाः पुन्हिया इलय् कुण्ड थ्यंकाः कुम्भेश्वरया दर्शन याय्माः धकाः वनी । सिलुइ कुतुं वंगु कमण्डलु थन लुयावःगु खँ तसकं लोकह्वाः । उकिं थनयागु लः सिलुं वयाच्वंगु व सिलु थ्यंगु बराबर जुइ धइगु जनविश्वास दु । सिलु वने मफूर्पिं थन वल कि सिलु वंगु बराबर पुण्य लाइगु विश्वास दु । पुन्हि छन्हु न्हयः चतुर्दश कुन्हु बहनी कुम्भेश्वर महाद्यः पुखुलिइ बिज्याकी । अननिसें मेला सुरु जुइ । तामाड, लामा, धामि, भौंक्रिपि मन्त्र सिद्धि याय्त् चच्छि जाग्राम च्वं वइ । पुन्हि कुन्हु ऋगभेरी बाजा नौबाजा थाइ । बहनि

महाद्यःया देगलय् तुं बिज्याकी । थ्व दिनस मणिचूडय् मेला लगय् जुइ । गौतम बुद्ध जन्म जुइ न्हयः पूर्व जन्मय् मणिचूड राजकुमार जुयाः जन्म जूबलय् दानपारमिता पूर्वकेत थःगु छ्यं फायाः मणि दान यानाः 'दान पारमिता' पूर्वकूगु दिंकथं थन मेला लगय् जुइ । भ्वंतया वुडोल चण्डेश्वरी रक्तचन्दन वनया पूर्वपाखे सिलुतीर्थय् नं मेला लगय् जुइ । थथे थीथी थासय् मेला लगय् जुइ । यँया बौद्धतसं बाहाः बहिलय् ब्वयातःगु बहीद्यः गुंला जःछि स्वयम्भुइ वनीपिं धाः बाजं थानाः बहीद्यः स्वः वनी । ललितविस्तरकथं थ्व दिनस भगवान बुद्ध थीथी मार मध्ये 'काम मार'यात परास्त याःगु दिन नं खः । मृत्यु जुयाः यमलोक वया च्विपिन्त यमराजं षडक्षरीलोकेश्वरया रुप कयाः धर्मदेशना याःगुदिं जूगुलिं धर्मया खँ न्यनेदयाः थ्वया कन्हय्कुन्हु यमलोकपाखें मुक्त जुइ । वैदिक हिन्दु नेवाःतसें थ्व दिनस सप्तऋषिपिं व

पुर्खापिं तर्पण बिद्याः जनै हिली । गुंपुन्हिया छगू महत्व क्वाति त्वनेगु नं खः । सिनाज्या गथामुगलं ब्यंकाः म्हायात ख्वौंउ चाःगु तंकेत क्वाःगु ति अर्थात क्वाति त्वनी । क्वाति गुता बिबलय् १)माय् २)तक्वःगु कय्गु ३)चिम्बाःगु कय्गु ४)चना ५)मू ६)भुति ७)मुस्या ८)सिम्पु ९)पँमाय् फ्वयाः चुलि वय्काः लँचा व मसला तयाः पावक दाय्काः लिपा इमु ह्वाइ । थ्व म्हायात तसकं हे नी । न्हापान्हापा गथंमुगःबलय् छ्वालिया कुं, पीत, चलः, बिस्वु वनी, गुंपुन्हिबलय् इमु ह्वानाः कुसि तनावनी, मोहनिया हिछवलं धँय् सुनावनी धाइगु नं दु । नेवाःतयगु मू लजगाः धइगु बुँज्या खः । बुँइ वा पी धुंकाः दुःख बीपिं कीचातय्त् ब्याँचां नयाः बीगुलिं बुँइ वनाः कुंकुं पतिं ब्याँब्व (ब्याजा) तःवनि । क्वखं सीपिं वस्तुतय्त् नयाः वातावरण सफा याइगुलिं क्वःयात नं नकी । नेवाःतय् मेमेगु नखःबलय्थें थीथी घासा मखुसे क्वाति, बिबः व छुचु मरि तयाः ब्व तइ । गुंपुन्हि कुन्हु गुज्वः लं फिनाः गुक्वः नय्गु, गुंगू बहीद्यः स्वःवनेगु, न्ह्यागु हे याःसां गुक्वः याय्मा धाइगु नं चलन दु । नेवाःतयगु गथामुगः न्हापागु चखः खःसा गुंपुन्हि न्हापागु नखः खः । चखः धाल कि नख्त्या सःतेम्वाः, नखः जुल कि नख्त्या सःतेमाः । नेवाःतय् उखान दु, मदीपनि नखःसां चखःथें, दुपनि चखःसां नखःथें ।

**आयो नून खाउँ स्वस्थ रहौ**

जाउंसागुन आयो 'आयो नून' गरिपिं जनसङ्घ ०२२ 'आयो' जाउंसागुनको कञ्चिात तुके सिद्धिदिनुः

१. वडै छुने, दुःख भोग्ने, आँसु बग्ने, रोग, अरु कुनै कुनै रोग ।
२. कुनैकुनै रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग ।
३. रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग ।
४. रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग ।
५. रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग ।
६. रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग, रोग ।

सिंह राइपु विसंख्य विजितस

केन्द्र: काठमाडौं, पो.ब.नं. २८२, बसिपट्टी, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ९७७००९, ९७७००९, ९७७००९, ९७७००९, ९७७००९, ९७७००९, ९७७००९, ९७७००९

**राम प्रजापति प्रोशाहट्टर**

**हारती 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 ।





- नां : आयुषा महर्जन  
लजगा: : जनसम्पर्क व अनुसन्धान, प्रिमास्क बजार व्यवस्थापक, अनलाइन शपिड, मस्तहाय्भ इन्टिमेट्स (फेसबुक व इन्स्टाग्राम)  
सहभागिता : मिस लिटिल काठमाण्डू, २०६५ मेगा मोडल (सिजन ४), ईमेज च्यानल, (शो न्ह्यानाच्चंगु)  
मोडलिङ्ग : होड्सी सिमेन्ट, नेपाल टेलिकम, पेप्सी, मिलानो कलेक्सन, रस्ती कुर्ता एण्ड साडी कलेक्सन  
सिरपा : उत्कृष्ट गोलरक्षकय् न्यागू पदक, फुटसल कासा

# आर्सनल व एफए कप

थुगु सत्रय् च्याम्पियन्स लिग उपाधि त्याकेगु हवःताः धाःसा अफ्न नं ल्यंदनि । अथेखःसां थुकिया नितिं चेल्सीं वइगु शनिबार लिपांगु भिंखुगुली (प्रि-क्वाटरफाइनल) जर्मन क्लब बायर्न म्युनिखलिसें न्हापांगु लेगय् स्वंगू गोलं बूगु लिच्चःयात हिइकेमाःगु जुल ।



प्रजित शाक्य

इङ्गल्याण्डया एफए कप विश्वया हे दकलय् पुलांगु फुटबल कासा खः । सन् १८७१-७२ सत्रय् न्हापांखुसी एफए कप म्हितकूगु खः । उकिं विश्व फुटबलय् एफए कपया नां तसकं हनाबना तथाः कायगु याः । उगु प्रतिष्ठित एफए कप थुगुसी लण्डन क्लब आर्सनलं त्याकल । प्रिमियर लिगया २०गु टिमया लिसें गुंगुगु व भिगुगु श्रेणीलिसेया टिम दुथ्याइगु कासा खः, एफए कप ।

गबले एफए कपया खँ वइ, उगु इलय् आर्सनलयात छुं नं क्लब बराबरी याय् फइमखु । थुगुसी नं थ्व हे धापू सही सावित जूगु दु । थुगुसी प्रिमियर लिगय् च्यागुगु थासय् लाय्थुंकाः आर्सनलया समर्थक तसकं हे निराशा जूगु खः । प्रिमियर लिगया तःधंगु क्लब मध्ये छगू आर्सनलया थुगु ब्वज्या पाय् छिमजगु खः । खय्त ला आर्सनलया समर्थक थःगु टिमपाखें निराशा थ्व स्वयां न्हयः नं छुं छुं सत्रय् जुइथुंकाः खः । तर तर थुकिया भरपाइ आर्सनलं एफए कप त्याकाः याःगु दु ।

आर्सनलं एफए कप कीर्तिमान १४क्वः त्याकेथुंकाःगु दु । आर्सनल लिपा म्यानचेष्टर युनाइटेड १२क्वः एफए कप त्याकूगु इतिहास दु ।

आर्सनलया खँ वइगु इलय् क्लबया पूर्व प्रशिक्षक आर्सेन बेनारया नां त्वःफिके मज्यु । बेनारया प्रशिक्षकत्वय् जक आर्सनलं स्वक्वःतक प्रिमियर लिग च्याम्पियन जूगु खः । आर्सनलं ७/७क्वः तक एफए कप

व कम्प्यूनिटी शिल्ड त्याकल । बेनारं २२ दैतक आर्सनलया प्रशिक्षकया जिम्मेवारी क्वर्बाइथुंकाः सन् २०१८य् राजीनामा बियादीगु खः । आर्सनलयात छगू तःधंगु क्लबकथं श्रेय बीत ताःलाःगु बेनारं नं थःगु लिपांगु निदैं धाःसा ताःलाःगु खनेमदु । वलिपा उनाइ इमे, फ्रेडरिक ल्युनवर्ग जूसें थौंकन्हय् मिकेल आर्टेटा आर्सनलया प्रशिक्षककथं जुयादिल । तर थुपिं प्रशिक्षककथं नं प्रिमियर लिगय् आर्सनलया पुलांगु इज्जतयात लिता काय्फूगु म्दुनि । अथेखःसां आर्टेटां आर्सनलया प्रशिक्षककथं थःगुगु कासाय् हे एफए कप त्याकाः थःत सफल सावित यानाब्युगु दु । वय्कलं सन् २०१४ व २०१५य् कासामि व कप्तानकथं आर्सनलया हे जसीइ एफए कप त्याकादीगु खः । आर्टेटां वंगु डिसेम्बरय् इमरीयात स्थानापन यानादीगु खः ।

थुगुसी कोरोना भाइरसया महामारीया हुनिं निला लिपा जक एफए कप क्वचाःगु खः । थ्व स्वयां न्हयः एफए कपया फाइनल कासा अगष्ट महिना व स्वकुमित म्दयकं गबले नं मज्जुनि । एफए कप न्हापांखुसी स्वकुमित हे म्दयकं रंगशालाय् म्हितकूगु खः ।

गबले टिमया बस फाइनल म्हितेत रंगशाला थ्यन, उगु इलय् आर्सनलया छम्ह जक समर्थक टिमया म्ये लुखाय् हालाच्वंगु खः । रंगशाला दुने सुं नं म्दु । अथेखःसां प्वनाच्वंगु रंगशालाय् कोरोना भाइरस (कोभिड-१९)पाखें सीपिन्त समर्पण व रङ्गभेद विरुद्ध रेकर्ड यानातःगु म्ये हाय्कूगु खः । अथे हे, इमिली सान्डी रंगशालाया पल्लइ च्वनाः थःगु प्रस्तुति न्हयब्वयादिल । कोरोना भाइरसया हुनिं थुगुसी विजेतायात ट्रीफ लःल्हाय्त वेम्बली रंगशालाया रोयल बक्सय् प्रिन्स विलियमया नं उपस्थिति मन्त ।

वंगु सञ्चरवाः चान्हय् जूगु फाइनलय् पिपरी इमरिक अबाभियाडया स्वय्बहःगु ब्वज्यां आर्सनल च्याम्पियन जुइत ताःलाःगु खः । आर्सनल छगू गोलं ल्युने लाःगु



**एफए कप त्याकेथुंकाः आर्सनलं मेगु सत्रय् म्होति नं यूरोपा लिग म्हितेगु हवःताः चूलाकूगु दु । प्रिमियर लिगया च्यागुगु थासय् च्वनाः क्वचाय् कूगु आर्सनलया यूरोपेली लिग म्हितेगु सम्भावना बन्द जूगु खः ।**

अवस्थाय् अबाभियाडं निगू गोल यानाः चेल्सीयात हिस्स यानाब्युगु खः ।

एफए कप त्याकेथुंकाः आर्सनलं मेगु सत्रय् म्होति नं यूरोपा लिग म्हितेगु हवःताः चूलाकूगु दु । प्रिमियर लिगया च्यागुगु थासय् च्वनाः क्वचाय्कूगु आर्सनलया यूरोपेली लिग म्हितेगु सम्भावना बन्द जूगु खः । तर एफए कप विजेतायात यूरोपा लिगय् हवःताः बीगु प्रावधानकथं आर्सनलयात नं मेगु सत्रय् यूरोपेली लिगय् खनेदइगु जूगु दु ।

कासाय् न्हापां ला चेल्सी न्हयःने लानाच्वंगु खः । कासाया न्यागुगु मिनेटय् हे अमेरिकयाया क्रिष्टियन पुलिसिचं ओलिभर जिस्का ब्याक हिल फ्लिक पासय् गोल याःगु

खः । गगु पुलिसिचया थुगु सत्रय् भिंछगु गोल खः । अथेखःसां निगुगु हाफय् कासाया सुरुवातय् हे पुलिसिचया मांसपेशीइ समस्या ब्वलनेवं कासा त्वःतेमाल । उगु इलय्तक आर्सनलं बराबरी गोल याय्थुंकाः खः ।

कासाया २८गुगु मिनेटय् अबाभियाडं पेनाल्टीइ बराबरी गोल याःगु खः । चेल्सीया कप्तान सिजार अबाभियाडयात डिबक्सय् क्वःथलेवं आर्सनलं १२गु गजपाखें गोल याय्गु हवःताः चूलाःगु खः । न्हापांगु हाफ क्वचाय् न्हयः हे सिजार नं धाःपाः जुइथुंकाः चेल्सीया मनोबल कुहोवःगु खः । सिजार व पुलिसिच धाःपाः जुइथुंकाः आर्सनलं कसायात नियन्त्रणय् काल । उगु दबाबया लिच्चः

अबाभियाडं हे बिल । कासाया ६७गुगु मिनेटय् चेल्सीया गोलरक्षक विलि काबालेरोया च्वं बल चिप यासें अबाभियाडं निगुगु गोल यात । गगु गोल निर्णायक साबित जूगु खः ।

कासाया ७३गुगु मिनेटय् माथियो कोभासिचं ह्याउंगु कार्ड नय्वं चेल्सी कासाय् लिहाँ वय्गु सम्भावना नं थ्यंमथ्यं क्वचाल । इञ्जुरी इलय् पेड्रोया ब्वहलय् धाःपाः जुयाः कासाख्यः त्वःतेथुंकाः चेल्सी गुम्ह कासामी सीमित जूगु खः ।

आर्सनलं थुगु कासा त्याकेथुंकाः फ्रान्क लाम्पाडया छम्ह प्रशिक्षककथं न्हापां उपाधि त्याकेगु म्हगस नं त्वाःदःगु दु । अथेखःसां थुगु सत्रय् च्याम्पियन्स लिग उपाधि त्याकेगु हवःताः धाःसा अफ्न नं ल्यंदनि । अथेखःसां थुकिया नितिं चेल्सीं वइगु शनिबार लिपांगु भिंखुगुली (प्रि-क्वाटरफाइनल) जर्मन क्लब बायर्न म्युनिखलिसें न्हापांगु लेगय् स्वंगू गोलं बूगु लिच्चःयात हिइकेमाःगु जुल ।

**हाल कोरना भाइरस महामारीको कारण बन्दाबन्दीको समयमा संचार क्षेत्रमा संलग्न बाहेकका व्यक्तिहरूले संचार क्षेत्रको हवाला दिदै संचारमाध्यम तथा सामाजिक संजालमा अफवाहपूर्ण बिषय सम्प्रेषण गर्ने, अनाधिकृत रुपमा परिचयपत्र, पोसाक र सवारी साधनको प्रयोग गर्ने र सामाजिक मर्यादा बिपरितका क्रियाकलाप गरेको गुनासो आएको हुँदा कोही कसैले पनि गैरकानूनी क्रियाकलाप नगर्नु हुन अनुरोध छ । यदि यस्तो भएको पाइएमा कानून बमोजिम कारवाही हुने ब्यहोरा सूचित गरिन्छ ।**



नेपाल सरकार

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय  
सूचना तथा प्रसारण विभाग



**Sweet Cave**

(जीवन दाईया पसः)

Kalimati, Kathmandu, Nepal

Tel: 4275511, 9741112777, 9851063000

यहाँ भोज तथा पार्टीहरूको लागि चाहिने स्पेशल दही, पनिर, लाखामरी, लालमोहन, बर्फी, रसबरी तथा अरु विभिन्न परिकारका मिठाईका लागि सम्पर्क राख्नुहोस् ।

आउटडोर भेज क्याटरिङ्ग पनि गरिन्छ ।

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



- (घ) शेयर त्यासा  
(ङ) मुद्दती रसिद धितो त्यासा  
(च) क्रमिक निक्षेप त्यासा

**मिलन बहुउद्देशीय सहकारी संस्था लि.**

हवनाछैं, पाको, न्हूसतक, यैं, नेपाः

फोन ल्याः ४२३१०३६, ४२२२०६५, ४२१६१६७, फ्याक्स : ४२१६१६७

# हुलमुल मयासे विधिपूर्वक सापारु हनेत महानगरपालिकाया इनाप



यँ महानगरपालिका सापारुलसेया नखःचखः विधिपूर्वक हःसां नं म्वःम्वः मयायत इनाप याःगु दु। यँ महानगरपालिकाया न्ययक्वःगु नगरपालिकाया मुँज्यां थुकथं इनाप याःगु खः। थःथितिपिं मदुगुया लुमान्ति हनीगु सापारुयात थुगुसी विधि पूर्वकाः थःथःगु छैय् हनेत नं इनाप यात।

यँ महानगरपालिकालिसें स्विनगल्यु हे लिपांगु इलय् कोरोना संक्रमणया जोखिम अप्वया वनाचवंगु इलय् महानगरपालिका महानगरबासीपिन्त सतर्कता नालेत मुँज्यायात सम्बोधन यानादिसें महानगर प्रमुख विद्यासुन्दर शाक्य अपील यानादीगु खः।

मुँज्या न्ह्यः इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखाया निर्देशक डा. बासुदेव पाण्डे मास्कया पायुछिकथं छ्यःसा ७०गू प्रतिशत स्वयां अप्वः संक्रमणया जोखिमपाखें बच्यु जुइफइगु खँ धयादिल। वयकलं सामाजिक दूरी कायम यायगुलिसेया खँयं नं ध्यान बीत इनाप यानादिल। थ्व हे इवल्यु राष्ट्रिय परिचयपत्र विभागया महानिर्देशक जितेन्द्र बस्नेत नं म्हेसीकापौयात कयाः न्ह्यव्यादीगु खः।

मुँज्यां यँ महानगरपालिका विपद व्यवस्थापन कोष (सञ्चालन) कार्यविधि २०७७, मैतिदेवी मन्दिर व्यवस्थापन कार्यविधि, २०७७ व स्वास्थ्य संस्था दर्ता नविकरण तथा स्तरोन्नति सम्बन्धी कार्यविधि, २०७७ नं पारित याःगु दु।



## सम्पदा मैत्री फल्चाया पुनःनिर्माण जुल

यँ महानगरपालिका-१२या ब्रह्मत्वालय मौलिक परम्परा व कलात्मक शैलीइ सम्पदा मैत्रीकथं श्वेत भैरव फल्चा पुनःनिर्माण याःगु दु।

छगू ज्याइवःया दथुइ उगु फल्चाया उलेज्या यानादिसें बागमती प्रदेशया सभासद डा. अजयक्रान्ति शाक्य बागमती प्रदेश सरकारया स्थानीय पूर्वाधार विकास साभेदारी ज्याइवःकथं फल्चाया पुनःनिर्माण यानागु धयादिल। वयकलं

पुरातात्विक सम्पदां जाःगुयँ देसय् दुगु कला, संस्कृति, मूर्त-अमूर्त सम्पदाया संरक्षण याय्माः धइगु सन्देश बियागु नं धयादिल।

ज्याइवल्यु यँ मनपा-१२या वडाध्यक्ष विकास डंगोल दैय्दसं मोहनि नखःया पञ्चमि अर्थात पचिमहः कुन्हु जुइगु पचलि भैरवा जात्रा व भिनिदैय् छक्कः जुइगु पचलि भैरवा जात्रा अन्तर्गत जुइगु गथु प्याख्या हुनिं थुगु थाय्या विशेष महत्व दुगु धयादिल।

## प्रा. प्रेमशान्ति तुलाधरया जहान मन्त



नेपालभाषा ख्यःया नांजाःमह व्यक्तिव प्रा. प्रेमशान्ति तुलाधरया जहान अकलमान तुलाधर मन्त। ७६ दै दुम्ह वयकः आइतवाः सुथय् ११ः३०ताः इलय् आकाभ्रकां मदुगु खः।

वयकःयात अल्जाइमर ल्वयुं नं दुगु खःसा छुं ई न्ह्यःनिसें छय्या ल्वचं नं कयाचवंगु खः। आइतवाः हे वयकःया यँया कर्ण दीपय् अन्तिम संस्कार याःगु दु।

वयकःया निम्ह कायुपिं प्रशन्न तुलाधर व सौरभ तुलाधर अले म्हेयाय् पल्पसा तुलाधर दी। कायुपिं प्रशन्न व सौरभ जर्मनीइ च्वनाचवंगु खःसा भिगः तिति हे नेपाः थ्यकःवःगु खः।

## घरधनी सरोकार मञ्चया शपथ



उपत्यका घरधनी सरोकार मञ्च भिगः यँया हनुमानधवाखाय् च्वंगु कालभैरव घःया न्ह्यःने सपथ काःगु दु। सरोकार मञ्चया कानुनी सल्लाहकार जितेन्द्र वज्राचार्य मञ्चया अध्यक्ष इन्द्रप्रसाद श्रेष्ठयात न्हापां शपथ नक्कू खः। वयां लिपा अध्यक्ष श्रेष्ठ अन दुथ्याःपिं न्यय्मह स्वयां अप्वः दुजःपिंत शपथ नक्कू खः। शपथ नके न्ह्यः नेवाः परम्परा कथं सिन्हः तिकेगु व ह्याउँगु कोखा नं क्वखायेकेगु ज्या जूगु खः।

## आः स्वनिगः...

हाकनं थुकिं कोरोना महामारी स्वयां ग्यानापूगु आर्थिक संकटया अवस्था ह्यु फुगु सम्भावना उतिकं हे दनि। तर आः लकडाउन मयाःसा संक्रमण पनेफइला धइगु न्ह्यःसः नं दनेधुंकल। सरकारया योजना वा बिचाः छु खः धइगु ला बांलाक छुं खने हे दुगु मखु। शुरुइ लकडाउन कडाबलय् दक्वं बन्द याःगु सरकार लकडाउन छ्वासुकाः पिने च्वीपिं नेपाःमित धमाधम नेपालय् लितहयगु शुरु यात। उमिगु परिक्षण व क्वारेन्टाइनया व्यवस्था नं व्यवस्थित मजू। नेपाःया क्वारेन्टाइनया अवस्था स्वयंगु खःसा संक्रमित मखुमह मनुं नं अथे हे बिरामी जुयाः सीगु खःला धइथे च्वं। परिक्षणया खँ ल्हाःसां निहं भिद्वः परिक्षण यायगु खँ ल्हाःगु सरकार आः वयाः परिक्षण हे क्वकयाः संक्रमितया ल्याः म्हेवः क्यनाच्वन। जबकि आःया अवस्था धइगु परिक्षण भन थकाय् माःगु खनेदयाचवंगु दु।

आः भी सर्वसाधारणया खँ ल्हाःसां थम्हं नालेफुगु सतर्कता वा सावधानी नालेगुलिइ तर्क सुयां वास्ता खनेमदु। सुयाके संक्रमण दु वा मदु छ्वाः स्वयां धाय् फइमखु। अले स्वनिगःया नेवाःत धाय्वं तु संक्रमण मजुइगु धइगु नं मदु। तर थन सुयां नं सामाजिक दुरी कायम याय्माःगु आवश्यक ताय्कू थें नं खनेमदु। मास्क तय्गु थःगु लागिं मखु, सरकारया लागिं तय्गु थें याइ। साब्वं लखं ल्हाः सिलेगु, स्यानिटाइजर छ्यलेगु आदि नं गुलिसिनं याः धइगु छुं सर्वेक्षण वा अध्ययन ला जूगु मदुनि। तर शुरुया अवस्थाय् थें थुगु खँयं नं उलि गम्भीर

खनेमदयधुंकल। जुलुस धर्ना नं अप्वयाचवंगु दु। सभा, समारोह बुलुहुं, अप्वया वयाचवंगु दु। आःया ई धइगु भी नेवाःतय नखःचखः व जात्रा माःहनावइ। छगू लिपा मेगु यायां तःगु हे नखः व जात्रापूर्व न्ह्यःनेसं दु। समाजय् व दक्वं चीथक सां न्याय्केमाः धकाः सः थ्वयाचवंगु दु। धाय् अःपु धरःवारा तःपु धाय्थें सामान्य रुपं चीसकं याय् धाःसा मनु मुनीगु पनेफइमखु धइगु ला बुंगद्यःया रथारोहणय खनेदयधुंकल अले, स्वयम्भुइ नं खनेदया हे च्वंगु दु।

भीगु समाज सुरक्षित यायत भी हे सचेत मजुइकं फइमखु। सरकार यानाबी धकाः आश यानाच्वनेगु स्वयां भीगु स्वास्थ्य खः, भीगु समाज खः। अले भीगु समाजयात स्वस्थय दय्कातयत याय्फुगु याय् माःगु दायित्व भीगु नं खः। सामाजिक दुरी कायम याय्, मास्क तयाजुइ, इलय्बल्यु साब्वं लखं ल्हाः सिलेगु, स्यानिटाइजर बुइगुलिइ नुगः मस्याय्। थुलि यानाच्वनेफत धाःसा भीसं कोरोनाया दथुइ नं दैनिक जीवनयात न्ह्याकाच्वनेफइला।

## यँ महानगर...

यँ महानगरपालिका थःगु क्षेत्र दुने न्यायेकीगु नखःचखः, संस्कार, संस्कृति, सीप कौशल, व्यवसाय, नैतिक शिक्षा, भौगोलिक स्वरुप, स्वास्थ्य व सरसफाई, रहनसहन, व्यक्तिव म्हेसिका, भाषा व लिपि थुज्वःगु विषयबारे सीकेबीगु आज्जु थज्याःगु पाठ्यक्रम तयार यानागु न्ह्यथंगु दु। स्थानीय सरकार गठन जुइधुंकाः राज्यया नीति कथं हे स्थानीय विषयया पाठ्यक्रम स्थानीय

सरकारपाखें हे दयेकाः लागू यायेत्यनागु नं महानगरपालिकां जानकारी ब्यूगु दु।

उगु पाठ्यक्रमया ब्वकेज्या नेपालभाषा माध्यम हे जुइगु पाठ्यक्रम तयार यायेत महानगरपालिकां नीस्वंगु पाठ्यक्रम समितिया कजि डा. चुन्दा वज्राचार्य धयादिल। 'महानगरपालिकां नेपालभाषां तयार याःगु पाठ्यक्रम महानगरपालिकाया शिक्षा समितिपाखें पारित जुइगु चरणय् दु, पारित जुयाकथं उकिया हे लिधंसाय् पाठ्यसफू नं तयार जुइ,' डा. वज्राचार्य धयादिल। वज्राचार्य मस्तयुत सयेकेत अःपुइमा धइगु आज्जु कक्षा १ निसं ३ तक्क १०० पूर्णाङ्क्य १०० हे अभ्यासगत पठनपाठन जुइगु जानकारी बियादिल। कक्षा ४ व ५य् ७५ अभ्यासगत व २५ सैद्धान्तिकले कक्षा ६, ७ व ८ य् धाःसा ५० अभ्यासगत व ५० सैद्धान्तिक पठनपाठन जुइगु वज्राचार्य धयादिल।

यँ महानगरपालिकाया न्हय्क्वःगु नगरसभा स्थानीय पाठ्यक्रम अन्तर्गत स्थानीय महत्वया विषयबारे महानगरवासीयात सीकेबीगु आज्जु स्थानीय भाषां हे ब्वकेगु निर्णय यायेधुंक्कू दु। पाठ्यक्रम समितिया दुजः वरुणप्रसाद वैद्य नेपालभाषां तयार याःगु पाठ्यक्रम विद्यार्थितयुत अवलोकन व अभ्यासया माध्यम ब्वकीगु जगुलिं विद्यार्थितयुत छुं हे समस्या मवइगु धयादिल। यँ महानगरपालिका शहरी योजना आयोगया दुजः गुजेश्वरी श्रेष्ठ पाठ्यसफू नेपालभाषां च्वयातःगु जूसां आवश्यकता कथं शिक्षक नेपाली व अंग्रेजीइ नं थुइका बी फइगु धयादिल।

## जितेन्द्र रसिकया 'पब्लिक स्पिकिङ' पिहाँवल

पत्रकार नाप साहित्यकार जितेन्द्र रसिकया पत्रकारिता, उद्घोषण व भाषण कला सम्बन्धि सफू 'पब्लिक स्पिकिङ' छगू ज्याइवःया दथुइ सार्वजनिक यात।

पत्रकार महासंघया पूर्व केन्द्रीय दुजः ईश्वरीप्रसाद वाग्ले, प्रकाशक यज्ञराज न्यौपाने व बद्रि अधिकारी मंकाःकथं उगु सफूया पितब्वज्या यानादीगु खः। गृह ब्रदर बुक्स प्रकाशन याःगु उगु सफू कोरोना भाइस (कोभिड-१९)या जोखिमयात ध्यानय तयाः प्रकाशन गृहस सफू पिथनेगु ज्या जूगु खः।

उगु सफू पत्रकारिता, उद्घोषण व भाषणकला सय्केगु निर्मित उपयोगी जुइगु वाग्ले धयादिल। च्वमि रसिकं नेपाःथें



जाःगु विकासोन्मुख देशय् सञ्चार व सञ्चारगृह व्यावसायिक रूप न्ह्यःने वःगु इतिहास यक्व मदुगु धयादिसें थौंकन्हय् सञ्चार क्षेत्रया आकर्षण अप्वया वःगु व थुगु सफू सञ्चार क्षेत्र वा उद्घोषण क्षेत्रय् वय् मन दुपिनिगु निर्मित ग्वाहालि जुइगु बिचाः च्वकादिल। च्वमि रसिकया थ्व भिगुगु सफू खः।

## आफ्नो अधिकार प्रयोग गर्दा अरुको अधिकार प्रति सजग र सचेत हुनु असल नागरिकको कर्तव्य हो।



नेपाल सरकार

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय  
सूचना तथा प्रसारण विभाग

## किपुली खाद्य सतक दय्केगु सुरु

किपू नगरपालिका वडा नं. ४ व ९स लाःगु फयूखा नगरया लँया जवखवं सिमा पिनाः नगरयात खाद्य सतक दय्केगु ज्या न्ह्याकूगु दु। किपू नगरपालिका आर्थिक बर्ष २०७७/७८या नीति व ज्याइवल्य किपू नगरयात हरित सतक व खाद्य सतक दय्केगु अवधारणा नेपाःया हे दकलय न्हापांगु खःसा व हे अवधारणाकर्त ज्याया शुरुवात याःगु खः।

किपू नगरपालिकाया प्रमुख रमेश महर्जन तेबूमा पिनाः उगु वृक्षारोपण ज्याइवःया शुरुवात यानादीगु खः। अथे हे उपप्रमुख सरस्वती खड्का, ४या वडाध्यक्ष राजेन्द्र बानियाँ, ९या वडाध्यक्ष गंगाराम महर्जन, १०या वडाध्यक्ष अमन महर्जनलिसे वडाया दुजःपिं व स्थानीयबासीपिंसं सिमा पीगु ज्या जूगु खः। तेजपात व तेबूया १५०माः सीमा उगु थाय् प्युगु खः।



सिमा राष्ट्रिय वनस्पति उद्यान गोदावरी उपलब्ध याकूगु खः।

वृक्षारोपण ज्याइवल्य थःगु नुगःखँ तयादिसे राष्ट्रिय वनस्पति उद्यान,

गोदावरीया कार्यालय प्रमुख दीपक लामिछाने नगरयात खाद्य सतक दय्केगु न्ह्यु सोच हःगुलिं किपू नगरपालिकायात सुभाय् देखायादिल।

## नेपालभाषा एकेदेमिया स्वंगू सफू पिदन



नेपालभाषाया साहित्य व संस्कृतिया ख्यःया छगू प्राज्ञिक संस्थाकथं नीस्वनातःगु नेपालभाषा एकेदेमियाखें स्वंगू सफू पिकाःगु दु। एकेदेमिया संरक्षकलिसें वाङ्मय शताब्दी पुरुष संस्कृतिविद् डा. सत्यमोहन जोशी छगू ज्याइवःया दथुइ उगु सफूत पितब्वज्या यानादीगु खः। मूपाहॉ शताब्दी पुरुष जोशीया निवास लोक साहित्य भवनय् जूगु उगु ज्याइवः एकेदेमिया उप-कुलपति एवं साहित्यकार यज्ञरत्न धाख्वाःया सभाध्यक्षताय् जूगु खः।

ज्याइवल्य नेपालभाषा एकेदेमिया खुला पौ 'नेवाः प्रज्ञा'या प्यंगु ल्याः, साहित्यकार यज्ञरत्न धाख्वाःया बाखं मुना सफू 'चं अजि' व समालोचक प्रा. डा. चन्द्रमान बज्राचार्यया च्वसु मुना सफू 'ल्हाःचिं'या पितब्वज्या जूगु खः।

एकेदेमिया प्राज्ञ दुजः शशीकला मानन्धर न्ह्याकादीगु उगु ज्याइवल्य प्राज्ञ दुजः

विजयरत्न असंबरे लसकुस यानादीगु खः। ज्याइवल्य मूपाहॉ शताब्दि पुरुष डा. जोशी नेपालभाषाया साहित्य नं विश्वया छुं नं देय् व भाय्या साहित्य स्वयां म्हो मजू धयादिसे नेवाः साहित्ययात नं विश्वया मेमेगु भासं भाय् हिलाः विश्व साहित्यख्यलय् थ्यंके लिबाय्थुकूगु खँ कुलादिल।

ज्याइवल्य सभापति यज्ञरत्न धाख्वाः, प्रा. डा. चन्द्रमान बज्राचार्य साहित्यया थीथी सिद्धान्तयात कयाः चर्चा यानादीगु खः। शताब्दि पुरुष जोशीया निवास स्थानय् दय्काचंगु लोक साहित्य भवन निर्माणय् ग्वाहालि जुइकथं समाजसेवी मोतिलाल शिल्पकार ५१द्वः तका व साहित्यकार एवं नेपालभाषा एकेदेमिया उप-कुलपति यज्ञरत्न धाख्वाः नं छगू लख तका ग्वाहालिकथं लःल्हानादिल।

उपलब्ध हुने सामानहरू

डेरी, मासु, बेकरी उद्योगकालागि चाहिने उपकरणहरू, प्याकिङ मेसिन, प्याकिङ मेटेरियलहरू, विविध केमिहलहरू तथा विविध औद्योगिक उपकरणहरू।



ठ्याकूम प्याकिङ मेसिन



मिल्किङ मेसिन



अटोमेटिक मिल्क थ्रालाइजर सेट नेपाली सफ्टवेयर सहित



मिल्क क्यान



क्रिम सेपरेटर मेसिन



प्लेट चिलर

## श्रेष्ठ ट्रेड मेडिया

श्री लाल भवन, १३ टंकेश्वर (छाउनी जाने बिष्णुमति पुलसंगै), काठमाडौं । फोन : ८२७०६८४/९८५९०८८५२  
Email: laltc@wlink.com.np, lal265shrestha@gmail.com, laltc@hotmail.com  
A House of Dairy Equipment & Chemicals  
साना डेरी उद्योग सञ्चालन गर्न आवश्यक प्राविधिक तथा आर्थिक सल्लाह

Binod Maharjan  
9841368552, 9808644668

वि.आर्ट्स

**B. Arts**

• Banner / Flex Board  
• Glow Sign Board  
• Sticker / Cutting / Printing  
• Screen / Rubber Print  
• Self-ink / Rubber Stamp  
• PVC/DY Visiting Card  
• All kinds of press works

Nayabazar, Kirtipur  
☎ 433549 f.e b.arts433549@gmail.com

आयुर्वेदिक दुबई गुणकारी अतिदोषनाशक चिकित्सा

**हुकुम मालिस तेल**

१. कठोर दुबईना २. पाउ अतिदोषनाशक  
३. जानाघ्न चिकित्सा ४. सधुरी किनारो इन्डिया

सम्पर्क : ९८४९८५९३९८



छत्रपाटी निःशुल्क चिकित्सालय  
२०१३

उपलब्ध सेवा

२४ सै घन्टा सेवा

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

शल्यक्रिया

- मोतिबिन्दु
- जनरल सर्जरी
- न्हायपं, न्हाय, जापः
- हाड जोर्नी नशा
- पिसाव नलीया पत्थर बिना चिरफार

बहिरङ्ग सेवा

- मुटु लव्य
- प्वाःया लव्य
- युरोलोजी
- मिसा लव्य
- मचा लव्य
- वाया लव्य
- मिसा लव्य
- जनरल मेडिसिन
- चर्म तथा यौन लव्य
- न्हायपं, न्हाय, जापःया लव्य
- जनरल हेल्थ चेकअप
- थाइराइड व मधुमेह लव्य
- चिकित्सा मनोरोगविद परामर्शदाता सेवा

अन्य सेवा

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



**२४ घण्टा  
ईमरजेन्सी सेवा**

७०८ गंगालाल मार्ग, छत्रपाटी, काठमाडौं, फोन : ४२९६९३८, ४२५७९९९, ४२६६२२९, E-mail: cfclinic@mail.com.np, www.free-clinic.org.np