



थुकि दुने



गुंला, सापारु व नेवाः
नेतृत्वया परीक्षा
राजेन मानन्धर - २



साउन महिना र शिवको महिमा
प्रेम मान डंगोल - ३



माइघ्रेन व जीवनशैली
डा. मीरा शाह - ६



२८क्वःगु नेपालमण्डलव्यापी बौद्ध
वक्तृत्वकला धेधे बल्लाः
ब्लोअप ४-५

किपुलिइ रात्रिकालीन सांस्कृतिक पदयात्रा पर्यटन प्रवर्द्धनलिसे किपूया मौलिकता पिब्वइगु

स्वनिगः धाय् अथवा तत्कालीन नेपाःगाः न्हापा लखं जायाः तःधंगु पुखू जुयाच्चंगु खँ वैज्ञानिकतय्सं हे स्वीकार याय्धुंकूगु व प्रमाणित याय्धुंकूगु खँ खः । थन जायाच्चंगु लःयात कृष्ण थःगु सुदर्शन चक्रं चानाः चोभारं लः पितृध्वयाब्यूगु व सापू धाय् अथवा गोपालीतय्गु वस्ती दय्कूगु हिन्दु मत दु । अथे हे, बौद्धतय्सं चिनया पंचशीर्ष पर्वतं वःम्ह श्री मञ्जुश्रीं स्वयम्भु ज्योतिया दर्शन याःवःबलय् थन तःधंगु पुखू जुयाच्चंगु खनाः चोभारया न्हछीकापयात थःगु खड्गं पालाः लः पितृध्वयाः बस्ती दय्कूगु व चिनं मञ्जुश्रीलिसे वःम्ह धर्माकरयात जुजु दय्कूगु धइगु किम्बदन्ती कनावःगु दु ।

• नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ

अथे हे त्यस्तै भूगर्भविदतय्सं धाःसा थन पुखू जुयाच्चंगु हे इलय् तःधंगु भुखाय् ब्वयाः दकले कमजोर जमिन तख्यानाः लः पिहांवंगु धयावःगु दु । थन लः पिहांवनेधुंकाः दक्वं ध्याचः व भ्यातनाः थें जुयाच्चंगु अवस्थाय् गुं च्चकाय् च्चकाय् बस्ती दय्कूगु अनुमान यानावःगु दु । व इवल्य् गुंदेय् धयावःगु किपुलिइ दकले न्हापां बस्ती दय्कूगु धकाः नं दावी यानावःपिं दु ।

तजिलजिया तःमि धयातःगु नेवाः समाज दुने किपू नं उलि तःमि भूमि खः । किपुलिइ नं थःगु हे मौलिक परम्परा व तजिलजि दु । व मध्ये छगू बहाः चाःहिलेगु नं खः । थुगुसी किपुलिइ बहाः चाःहिलेगु परम्परायात रात्रिकालीन सांस्कृतिक पदयात्रा नां बियाः न्ह्याकेत्यंगु दु ।

स्थानीय संस्कृतियात पर्यटनलिसे स्वानाः पर्यटन व संस्कृति निगुलिं क्षेत्रयात नापनापं विकास यानावनेगु



धासें वइगु साउन २७ गते रात्रिकालीन सांस्कृतिक पदयात्रा याय्त्यंगु खः । किपुलिइ हे छगू पत्रकार सम्मेलन यासें थुगु पदयात्रा बारे जानकारी ब्यूगु खः । किपूया मौलिक पर्वया रुपं दयाच्चंगु बहाः चाहिलेगु परम्परा ईलिसे न्हू पुस्ता दथुइ तनावंगुलिं थुकिया महत्व थुइकेत नं थुगु पदयात्रा ज्याइवः याय्त्यनागु जानकारी पत्रकार सम्मेलनय् ब्यूगु खः । पत्रकार सम्मेलनय् न्वासें जोशी ननिका नायः शरदमङ्गल जोशी पुलांगु

परम्पराया बारे न्हू पुस्तायात जानकारी बीतलिसे संस्कृतियात आन्तरिक अले बाह्य पर्यटनलिसे स्वानाः नापनापं न्ह्यःने यंकेगु अभ्यासय् रात्रिकालीन सांस्कृतिक पदयात्रा याय्त्यनागु धयादिल । 'भी पुर्खा न्ह्याकावंगु परम्परा, संस्कृति धइगु भीगु हे अमूर्त सम्पदात खः । थ्व तनावनेगु धइगु भीगु म्हासीका तनेगु खः । संस्कृति, परम्परायात पुस्तान्तरण याय्गुया नापं स्थानीय संस्कृतिमार्फत आन्तरिक व

बाह्य पर्यटन प्रवर्द्धन यासें समाजयात आर्थिक समृद्धिपाखे न्ह्याकायंकेगु कुतः खः' नायः जोशी धयादिल ।

किपुलिइ परापूर्वकालनिसें नेवाः समुदायलय् धार्मिक, सांस्कृतिक अले ऐतिहासिक महत्व कुबियाच्चंगु बहाः चाःहिलेगु पर्व हनावःगु दु । दैय्दसं साउन शुक्ल पुन्हिया दिनय् बहाः चाहिलेगु याइ । चान्हिसिया इलय् याइगु परिक्रमाय् किपूया दक्वं धइथें धार्मिक अले सांस्कृतिक थाय् चाःहिलेगु याइ । चान्ह्य जुइगु बहाः चाःहिलेगु ज्याइवःया इवल्य् मेबलय् तिनातइगु तर उकुन्हु छन्हु हे जक चालीगु व छखा छेंया चुकं मेगु छेंया चुक जुयाः वनेमाः । थज्याःगु अवस्थाय् पर्यटकत व न्हूपिं मनूतय् थकुइफुगु सम्भावनायात ध्यानय् तयाः परिक्रमा डिजाइन यानागु नं जोशी धयादिल । दैय्दसं जुयावःगु परम्परायात न्हूगु ढङ्गं बिचाः यानागु जुगुलिं थुगुसी थुकियात रात्रिकालीन ल्यं ७ पेज्य

लुम्बिनीइ गुर्योजनाकथं ज्या याय्गु जुइ : मन्त्री श्रेष्ठ



• सुरेन्द्रभक्त श्रेष्ठ

थुगुसीया २८क्वःगु नेपालमण्डलव्यापी बौद्ध वक्तृत्वकला धेधे बल्लाखय् मैत्रीय युवा संघ ख्वपया प्रमिला धुख्वाः न्हाप लाःगु दु । बौद्ध युवा कमिटी यलं वंगु शनिवाः व धेधे बल्लाखय् न्हाप जूम्ह धुख्वाल ब्वनेकूया शिक्षाय् परियति शिक्षाया आवश्यकताया विषयस न्ववानादीगु खः ।

अथे हे, शाक्यसिंह बौद्ध

परियति शिक्षालयया अनिशा श्रेष्ठ ल्यू, धर्म साकच्छा संघ हःखाया प्रतिष्ठा शाक्य लियांल्यू लाःगु दु ।

अथे हे, दिपावती पुस्तकालयया पारमी शाक्य हःपाः सिरपाः त्याकादिल । निर्वाणमूर्ति विहारया सजगता मानन्धरं हःपाः सिरपाः हे त्याकादीगु दु । धेधे बल्लाखय् १० संघसंस्थाया ब्वति दुगु खः । न्हाप लाःम्हेसित १५ हजार तका सिरपाः ब्यूगु खःसा निम्हेसिगु निरति पोखराया

ल्यं ७ पेज्य





नेवा: राष्ट्रिय म्ये

चवमि : दुर्गालाल श्रेष्ठ लय् चिनामि : तिर्थ माली

धुन देने धुन सँन्त्यलं भी फुक्कं हे छम्ह जुइ धुन भीगु लागाय् भी स्वयं हे ज: जुया धुन लुइ धुन ह्यांगु भुमिइ अष्टमण्डल ह्यांगु चा: दुने थी नगु भीगु नेवा: ध्वाँय् थ्व हे ख: ज्ञान भी सकस्यां छ्मू जातितय् स्वायत्त राज्यं लुइ कर्पं चव्यु भिर्लिमिलिं राष्ट्र भ:भ: धाय्क न्त्याके भीगु च:र्ति भीगु हिं

गुला, सापारु व नेवा: नेतृत्वया परीक्षा



राजेन मानन्धर

गुला वा गुँला नेवा: बौद्धतय्यु विशेष पर्व ख:। थुकिया व्याख्या थी थी विद्वानपिन्सं थी थी कथं यानात:गु दु। सारांशय् धाय्गु ख:सा नेवा: बौद्धत थ्व लछि धार्मिक कथं सक्रिय जुइ। गुलिस्थां ला त्व:ती, गुलिस्थां थ: सतीगु थासय् वना बुद्ध लुमकी, गुलिस्थां तुत: ब्वनी, बाजं थाइ, अपसं च्वनी, द्य: थाइ आदि आदि। थज्या:गु पवित्रगु ईयात चाय्कं मचाय्कं छ्थ्व गैरनेवा: विभाषी मनुतय्युसं थ:गु भाय्या छ्मू अपशब्दलिसे स्वाना: गिल्ला याय्वं समाज भचा बिचलित जुइगु स्वभाविक हे ख:। थ्व गुलाया न्हापांगु न्यानु खुन्हु थथे हे जुल।

यैया न्हूह मेयरं शायद नेवा:तय्युत ध्यानाकर्षण याय्त जुइ, थ:गु फेसबुक वालय् नेवा:तय्युत गुलाया भिंतुना बीवं गैर नेवा:तय्युसं थुकियात नेवा:तय्युत क्वफाय्त, हाय्केत, हिमी चाय्केत वा थ:गु लुघताभास ब्वय्त हे लिसालिसा काकां कमेन्ट यात, "गुला" शब्दयात कया:। उकिइ गुलिखे मनुतय्युसं व शब्दया अर्थ मथ्यु खइ, दकले न्हापां न्यंगु खइ, तर उकिइ अज्या:पिं नं सवा: काकां हालाहल, गुह्स्यां उकिया अर्थ व महिमा बांलाक थू। अथे धइगु थन च्वनाच्चीपिं गैर नेवा: राजधानीबासीत गन गथे याना: नेवा:तय्युत गिल्ला याय्दइ धका: मौका जक पियाच्यंगु खनेदत।

खँ फेसबुकया। थ: फेसबुक स्वयम्वा:पिनि अले न्हिछि स्वयाच्चना: नं गनं छुं चिं मक्यनीपिनिगु लागिं थ्व छुं हे मखु। फेसबुकय् जक ला ? फेसबुकय् च्वयां छु याय् ? धका: हाला: थ:त विद्वान धका: क्यनाच्चनी। तर फेसबुकं गुलि ज्या याइ धइगु खँ बालेन साहं यै महानगरपालिकाया मेयर पद त्याक्युयात कया: नं थुइकेफइ। थ्व भौतिक रुपं गनं खनेमदुसां समाजया छ्मू अज्या:गु त्व:फिके मज्युगु अंग जुइधुंक्ल, गुगु थुलि शक्तिशाली कि उकिं चां चां समाजया धार परिवर्तन याय्फु, जनताया न्त्यपुइ न्ह्यु विचार पिनाथकेफु। थनया गुला नं अथे हे ख:। गनं छु जुल धका: धाय् मछिंसां थुकिं छ्मू अज्या:गु लहर हल कि गैर नेवा:तय्यु थनया नेवा:तप्रति वितृष्णा, घृणा विष्फोट हे जगु ख:ला धयाथें ज्या:गु वातावरण भर्चुवल दुनियाय् खनेदत। नेवा:त थनया आदिवासी धाइ, वंगु निद्र:दँ न्त्य:निसें अविच्छिन्न रुप्य् थनया भाषा, संस्कृति, धर्म व सभ्यता ल्यंकातय्युत नेवा:तय्युगु योगदानयात ल्व:मंके फइमखु। थन दक्व सुविधा सम्पन्न जुइधुंका:, थन राजनीतिक महत्व दय्धुंका:, अले आ:या भासं धाय्गु ख:सा थनया जगाया मू अप्चय्वं हे जक थन गैर नेवा:तय्युगु आकर्षण जगु ख:। व हे कारणं थन थी थी त्वह तया: थी थी इलय् स्वनिगलय् प्युनेत उमिसं अनेक तिकडम याइ। गुलिं राजनीतिक भविष्य

निर्माणकर्ता धका:, गुलिं सफल व्यापारी धका: उमिसं थन थ:गु तुति क्वय् जक बल्लाकेगु स्वल। उकिया लागि उमिसं थन राजनीतिक पार्टीइ सक्रियता क्यन, सामाजिक संघसंस्था नीस्वना: उकिया नेतृत्वदायी भूमिका घयपुल। गुलिं नेता जुयावल, गुलिं समाजसेवी वा व्यापारी वा उद्योगपति हे जुल। थज्या:गु पदय् च्वनेगु शक्तियात हे नेवा:तय्युसं तसकं त:धंगु उपलब्धी धका: ताय्कल, उकिं अथे पदय् च्वनेस:पिं गैर नेवा:तय्युत नेवा:तय्युसं छँ बिल, बालं तल, म्हाय्यु बिल। व हे आकर्षणया कारणं थनया म्हाय्यु मस्तय्युसं नं छु छु दइ धका: नैतिक अनैतिक सम्बन्ध नं तल। उकिया बाखं मेगु हे दु। अज्या:गु अवस्थाय् थन गैर नेवा:त, विशेष याना: खय् बर्मतय्युगु आधिपत्य राजनीतिक, सामाजिक व व्यापारिक क्षेत्रय् नं अप्चया वनीगु स्वभाविक ख:। गैर नेवा:तय्युगु अधिपत्य दय्युगु धइगु नेवा:त थ:गु आदिभूमिइ अल्पमतय् लानावनेगु ख:। अल्पमत धइगु जनसंख्याया आधारय् म्त्व: जुइगु ला खहे खत, उकियालिसें थ:गु जातीय पहिचान, भाषा, धर्म व संस्कृति ल्यंकातय् मफइगु अवस्थाय् वनेगु नं खत। अथे जुया: हे नेवा:तय्युके मांभाय् ल्हानां छुं हे फाइदा मडु धका: खय् भाय् ल्हाय्यु, अले व्यक्तित्व विकासया नामय् गैर नेवा:तलिसे हेमचेम अप्चय्युकेगु फेसन नं वल। न्येनेबलय् थज्या:गु खँ असहिष्णु व नश्लवादी वा जातिवादी खनेदइ, तर उकिया ल्युने सुलाच्यंगु रहस्यया लिच्च: हे ख: थ्व गुला काण्ड नं।

गैर नेवा:तय्युसं भीगु समाजय् थज्या:गु थाय् दय्केधुंक्ल कि आ: उमित लिनारुय्युगु थ:गु पहिचान थन पुनर्स्थापना याय्यु असम्भव हे मखुसां तसकं थाकु। अथे जूसां नेवा:तय्युगु खलितइ खलितइ, त्वा:त्वलय् देय् देसय् दय्कूगु खल: पुच: उमित हानिसें लिनारु थ:गु बर्चश्व कायम याय्यु व उमिगु प्रतिकार याय्त ला त्व:ते, थ:गु अस्तित्व हे नं ल्यंके फइगु अवस्थाय् मडु। दक्व धइथें संस्थात भौतिक रुपं अस्तित्वहित, शक्तिहीन व प्रभावहीन जुइधुंक्ल अवस्थाय् उमिसं गनं छुं नवाय्वं अथवा विज्ञापित छ्मू पिकाय्वं भिगु दिशां हयका: वयाच्चीपिं गैर नेवा:त ग्याइगु अथवा, सतर्क तक हे नं जुइगु खनेमडु। थ्व गुला काण्डय् नं अथे हे जुल। छ्थ्व नेवा: फेसबुकय् सनाच्चीपिन्सं उमित धाल, हाल, ब्वह बिल। तर उकिंसं न्त्यागु खँय् नं नेवा थ: हे दंगु, करपिं भिगु कथंया तर्क तर्पिं छ्थ्व: कथित राष्ट्रवादीतय्युसं नेवा:तय्युत थ:गु पहिचानया लागि ल्वाय्यु वातावरण हे दय्केबीमखु। बालेन साहं पुइकूगु बुद्धया मुकुटया खँय् व पाय्छि हे जू धका: व:गु छ्मू नेवा: बौद्ध वर्गया अभिव्यक्ति थन न्त्यथेने बह:जू। अले नेवा:तय्युके आत्महत्या याय्यु बाहेक मेगु लँ ल्यनीमखु। तर व स्वया: नेवा:तय्युगु प्रतिकार क्षमता गनं खनेमन्त। नेवा:त स्वनिगलय् आ: सिनावनाच्यंगु मि थें जुइधुंक्ल, सुनां छपास: ल: ह्वलाबिलकि स्वाइया सिनावनी, नौ हे जक ल्यनाच्चनी। हानं मेगु प्रसंग। न्हून्ह्यु पात्र दय्कीगु संस्था नीस्वनेवं नेवा:तय्युगु मा:हना: हनेमा:गु जात्रापर्वय् प्रत्यक्ष हे प्रभाव लात। पात्र दय्केगु आधिकारिक निकायय् गैर नेवा:तय्यु आधिपत्य जुइवं

उमिसं खनेदय्क हे नेवा:तय्यु जात्रा पर्वया तिथि गोलमाल याय्यु अले गैर नेवा:तय्यु जात्रापर्वयात असुरक्षित याय्यु ज्या यानाहल। थ्व ज्या वंगु ३०दँ ति न्त्य:निसें जुयाव:गु धका: अनुभवीतय्युसं धयाच्यंगु दु। खतुं चन्द्रमाया गतियात सुनां न न्त्यबाके फइ, न लिबाके फइ, तर नं उकिया आधारय् भीसं नख:चख: हनेगु नेवा:तय्युत छिनीकथं प्रकाशित यानाब्युसा उलि समस्या मजुइगु ख:। तर उमिसं द्वेष भावनां हे नेवा:तय्युगु नख:चख:यात जक प्रभाव लाइकथं तिथि निर्धारण याय्यु यानाच्यंगु सकस्यां अनुभव या:गु हे दइ।

आ: वया: उमिगु अज्या:गु चाला अबलय् जक सफल जुइ जब नेवा:त थ: हे एकजुट जुइमखु। नेवा:तय्यु एकता मडु धइगु सिया: वा थुया: हे उमिसं हरेक वर्ष धयाथें छताकि छता नेवा: जात्रापर्वय् तर्कका: नेवा:तय्यु एकताया परीक्षा उमिसं कयाच्यंगु दइ। स्वदँ प्यदँय् छक: स्वनिबलय तिथि गोलमाल जुइगु ला सामान्य प्रक्रिया हे जुइधुंक्ल। उकियालिसें मेमेगु जात्रापर्वय् आधिकारिक पञ्चाङ्ग निर्धारण याइगु निकाययागु वक्रदृष्टि ला:गु खनेदयावयाच्यंगु दु। उमिसं स्यू थज्या:गु ज्याय् नेवा:त एकजुट जुया: प्रतिकार याइमखु। उकिं हे थ्व तिकडम दँय्दसं हे उमिसं प्रयोग यानाच्यंगु दु। थज्या:गु अवस्थाय् यैय् छ्मू मानक काइ, यलय् व ख्वपय् मेगु मानक काइ। अथे जुइबलय् यैय् नख: हनेगु दिन व यलय् व ख्वपय् नख: हनेगु दिन पाइगु स्वभाविक हे जुल। नेवा:त नेवा: राज्यया खँय् प्रदेश नामाकरणया खँय् नेवा: नख:चख:यात राज्यपाखें हंकेगु खँय् सक्रिय जुया: नमवा:सां थज्या:गु खँय् धा:सा थ:थ:गु खल:पुच:या ब्यानर न्त्य:ने तया: खुप तर्कीवितर्क याइपिं विद्वान जुया: दंइ। अथे छय् याइले धाय्बलय् उमिसं थ्व हे बहानाय् यै यल व ख्वपया नेवा:त थ:थवय् ल्वाय्यु, थ: सहि व करपिन्त गतल धका: साबित याय्यु मौका उमित दयाच्यंगु दइ। अज्या:गु इलय् अले छ्मू निगु संस्थां खनेदय्क अन्तरक्रिया याइ, विद्वानत हया: घौछि बाघी भाषण याकी, ब्यानरया न्त्य:ने थ:गु ख्वा: वय्क फोटो कया: फेसबुकय् नं तइ। तर अन्तय् लिच्च: वहे जक वइ – जिपिं पाय्छि उपिं गलत। सु थ:गु अडानय् डेग लिफ: स्वइमखु। अय् जुया: अन्ततोगत्वा: यैय् यैकथं जुइ, यल व ख्वप अनया हे कथं जुइ। थ:गु ल्हातइ छुं मडुपिं नेवा: युवात हिस्स जुइ, अले जाबो नख: हनेगु छ्मू खँय् हे एकता मडुपिन्सं छु यानानइ ? धका: हालाहइ। थ्व अर्धसत्य हे भीगु यथार्थ ख:। भीसं एकता थन नं हय्मफु, मेथाय् नं हय्मफु। थ्व हे यथार्थ गैर नेवा:तय्युगु लागि नेवा:तय्युत हिस्साय्यु छ्मू अचुक अस्त्र बनेजुइ। कन्हय् फेसबुकया पेज पेजय् ट्रोल वइ, नेवा:त अथे थथे। अले हानं नेवा:तय्यु दुने हे नेवा: संघसंस्थायात न्वाय्यु थ्व मेगु मौकाया रुपय् काइ, नेतृत्वयात ग:तां ज्वनी। नेतृत्वया क्षमता विज्ञापित पिकाय्यु व ल्वानाच्यंगु समनजयात हानं ल्वाकेगु बाहेक मेगु मडु धका: मस्युनिपिं नेवा: युवात हानं छक: निराश जुइ। भी नेवा:त धिक्कार धाय्त बाध्य जुइ। थ्व हे मखुला भी नेवा:तय्युगु बर्तमान नियति ?

सम्पादकीय



लेहेङ्गाय् कुमारीया किपा तया:

विश्व नेवा:या बेइज्जत जुल ला ?

अमेरीका विश्व नेवा: सम्मेलन न्त्या:गुलिसें थुकी हलिन्यंकया नेवा:तय्यु छ्मू उत्साह नं अप्च:गु दुसा छ्मू चीधंगु धाय् वा बिचा: मया:गु पलाखं हलिन्यंक न्यनाच्चपिं नेवा:तय्यु दथुइ बहस न्त्या:गु दु। अले व पला: पाय्छि ख: वा गलत धइगु खँय् नेवा:त थ:थ: हे ल्वाना नं च्वंगु दु।

जुल छु ले धाय्बलय् सम्मेलनया छ्मू फेशन शो यात। फेशन शोलय् ब्व:गु लनय् नेवा: तजिलजि ब्वय्यु बिचा: आयोजकं या:गु ख: धइगु प्रष्ट खनेदु। व इबलय् लेहेङ्गाय् कुमारीया किपा तयाबिल। गुगुं लनय् बिचा:द्य: नं तयाबिल। लं स्वय्बलय् धात्थें बांला:। मिखा सालाका: उगु लनं। तर लनय् अथे कुमारीया किपा तल धका: नेवा:तय्युसं हे थुकिया विरोध यानाच्यंगु दु। थुकिया समर्थन या:पिन्सं धा:सा कुमारीया टिसर्ट बजारय् उलिमछि न्याय्यु दु, व लनय् तया: छु पात धाल। विरोध या:पिन्सं म्हाया क्वय्या ब्वय् कुमारी लात, अथे जुया: कुमारीया अपमान जुल धाल। थ्व खँय् समर्थन या:पिं स्वयां विरोध या:पिं हे अप्च: खनेदु।

थ्वयां न्त्य: नं छ्मू ब्यूटि पेजेन्टय् बंगद्य:या रथया डिजाइनय् लँ दय्का: ब्व:गु दु। उगु इलय् अप्च:सिनं तारीफ हे या:गु ख:। विरोध या:पिं खास हे खनेमडु। अथे हे, नेपहपको श्रीपेच धका: न्याप ब्याटलया त्याकामियात यै महानगरपालिकाया मेयर बालेन शाहं पञ्चबुद्ध दुगु मुकुट पुइकावी धुंका: त:धंगु हे विरोध जगु ख:। थुकी नं अनलाइन बजारय् छम्ह मिसां उगु मुकुट पुयात:गु किपा तया: मियात:गु दु, आ: नेपहपको श्रीपेच दय्कल धका: छाय् विरोध याय्मा:गु धा:पिं नं पिहांवल। तर अन्तत:, बालेन माफी हे पवना: व मुकुट लिताबिमाल।

थ्व छ्मू निगु घटना जुल, तर थज्या:गु घटना आ: जक जगु मखु। न्हापा नं जुयाव:गु ख:। तर मिडियाया सीमित पहुँचबलय् चर्चा नं मजुल, मनुतय्युसं सि हे मसिल। तर आ: वया: धा:सा सामाजिक संजालया व्यापकतां चिचीधंगु पला: नं पलखं हे सकसिगु ल्हातय् ल्हातय् थ्यनीगु अवस्था जुल व न्त्यागु खँ भाइरल हे जुइगु जुल।

हलिं नेवा: दबुलिं या:गु ज्या पाय्छि जू कि मजू व खँ आ: थन मल्हवना। मात्र खँ थुलि ख: कि नेवा:तय्युगु तजिलजि, परम्परायात कया: थज्या:गु ज्याखँ जुइबलय् समर्थन व विरोधय् नेवा:त सार्वजनिक रुपं छाय् ल्वानाच्चनी ? हाकनं न्त्यागुं खँ सामाजिक संजालय् पोस्ट याना: सार्वजनिक रुपं ब्व: हे जक बियाच्वनेगु नं गुलित पाय्छि ख: धका: बिचा: याय्मा: ले धइथें च्वं।

थ्व खँ तय्यंके हे हलिं नेवा: दबूयात धा:सा बरु याकनं लिच्च: पिहांवइला। हलिं नेवा: दबुलिइ च्वपिं नेवा:तय्युसं लिच्च:यात बिचा: मया:स् काचाक्क छ्मू ज्या यात, उकी समर्थन व विरोधय् नेवा:त ल्वानाच्चन। अले थ्व स्वया: मख्ख जुजुं गैर नेवा:तय्युसं नेवा:तय्युत लाय्बुयाच्चन।





साफ यु २० च्याम्पियन्सीप

भारतलिसेया हार लिपा लवःमंका छ्वय्माःकथंयागु धेंधें बल्लाः



प्रजित शाक्य

दक्षिण एसियाली फुटबल महासंघं दै पुचल्य अन्तर्राष्ट्रिय 'एक्सपोजर' बीगु अवधारणालिसें थीथी दै पुचल्य साफ फुटबल च्याम्पियन्सीप जुइगु याः। थुगुसी दक्षिण एसियाली फुटबल महासंघं न्हापांगु खुसी साफ यु २० च्याम्पियन्सीपया ग्वसाः ग्वल। अथेसां प्राविधिकरूपं धायबल्य साफ

दक्कं देय्या स्तर खास हे मपाः। तर नेपालं सुरुया निगू कासाय् माल्दिभ्स (४-०) व श्रीलङ्का (३-०) यात अःपुक हे बुकाः उपाधि दावेदारया रूपं थःत न्ह्यब्वल। थ्व निगुलिं कासाय् नेपालं आकर्षक कासा म्हितूगु खः।

सुरुया निगू कासा धुंकाः त्याकेधुंकाः स्वंगु कासाय् भारतयात

आक्रमण याःगु खः तर, लगातार गोल फय्धुंकाः नेपालया डिफेन्स अचानक छिन्नभिन्न जुल। पूर्वार्द्धया बाघीया ई लिपा नेपालया गोलरक्षक इश्वर गुरुडया तःधंगु भूलं नेपालं भारतयात गोल द्रहलपा ब्यूगु खः। व गोल धुंकाः नं पूर्वार्द्धया कासा टक्करया खः। तर उत्तरार्द्धया सुरुआत भारतं लगातार निगू गोल याय्धुंकाः नेपालया कासाय् अचानक तसकं कुहांवन। नेपाली कासामितयसं भारतविरुद्धया कासा दबाव फय्मफूगु स्पष्ट खनेदुगु खः। भारतविरुद्ध म्हितीबल्य नेपाली दर्शकया थःगु टिमं बांलाःगु कासा म्हितेमा धइगु तःधंगु चाहना दयाच्चनी। गबलें गबलें व हे अपेक्षा कासामितयगु लागिं दबाव नं जुइगु याः।

नेपालया प्रशिक्षक केसी ला भारतया स्तरय् थ्यंकेत नेपाली फुटबलं यक्व मिहिनेत याय् ल्यं

कासामित यक्व दुगु खः। आयुष व छुं ए डिभिजन लिग म्हितूह कृतिश छुजु जक छुं अनुभवीह खः। अयुजुयाः उमिगु साफ यु २० थुज्वःगु तःधंगु धेंधें बल्लाःया दबाव फय् पटक हे अःपु मखु तर, नं भारतलिसेया कासा त्वःतेगु खःसा नेपालया कासा कमजोर मजू। नेपालं प्यंगु मध्ये निगू कासा अःपुक हे त्याकल, भारतलिसे बुत सा बङ्गलादेशलिसे ज्वलिंज्वः म्हितल।

थुगु धेंधें बल्लाखं नेपाली फुटबलयात छुं आशा ब्यूगु दु। कप्तान आयुष घलान राष्ट्रिय टिमं म्हितेधुंक्कूह कासामि खः। थुगु धेंधें बल्लाखय् वय्कलं भविष्यय् नेपालया स्टार कासामि जुइफुगु लक्षण क्यनादीगु दु। अथे हे, भारतविरुद्धया प्रदर्शन बेवास्ता याय्गु खःसा गोलरक्षक इश्वर गुरुडयाके नं तःधंगु सम्भावना क्यंगु दु। कासा ज्वःछि शानदार बचाउ याःसां



“

थुगु धेंधें बल्लाखं नेपाली फुटबलयात छुं आशा ब्यूगु दु। कप्तान आयुष घलान राष्ट्रिय टिमं म्हितेधुंक्कूह कासामि खः। थुगु धेंधें बल्लाखय् वय्कलं भविष्यय् नेपालया स्टार कासामि जुइफुगु लक्षण क्यनादीगु दु। अथे हे, भारतविरुद्धया प्रदर्शन बेवास्ता याय्गु खःसा गोलरक्षक इश्वर गुरुडयाके नं तःधंगु सठभावना क्यंगु दु।

२० च्याम्पियन्सीपया थ्व न्हापांगु संस्करण खः। तर आधिकारिकरूपं थुगु धेंधें बल्लाःया थ्व प्यंगु संस्करण नालाकाःगु दु। थ्वयां न्ह्यः साफ यु १८ व यु १९ दै पुचल्य स्वंगु संस्करण याःगु खः। नेपालं थ्व धेंधें बल्लाःया स्वंगुमध्ये सुरुया निगू संस्करणया उपाधि त्याकूगु खः। अथेजुयाः साफ यु २० च्याम्पियन्सीप म्हितेत भारतया भुवनेश्वर वंवल्य सकसिया मिखा नेपालय् जुनाच्चंगु खः।

नेपालया तयारी बांलाःगु नं खः। बन्द प्रशिक्षण जक निलात्या जूगु खः। अखिल नेपाल फुटबल संघया देय्न्त्यकनं खुल्ला धेंधें बल्लाःमार्फत् करीब न्हय्सः कासामिपाखें टिम तयार याःगु खः।

कोरोना महामारीया हुनिं दै पुचःया ज्याइवःत प्रभावित जूवल्य एन्फां दै पुचःया टिम दय्केत खुल्ला आह्वान याय्माःगु खः। अयुजुयाः मेघराज केसीया प्रशिक्षकत्वय् टिमं भारतय् गज्याःगु कासा म्हिती धइगु कौतुहलता सकसित जुयाच्चंगु दुगु खः। नेपालं न्हापांगु निगू कासा म्हितल, माल्दिभ्स व श्रीलङ्काविरुद्ध। दै पुचल्य दक्षिण एसियाली राष्ट्रया

बुकूसा नेपालया फाइनल प्रवेश पक्का जुइ। नेपाली फुटबल समर्थकं नं थःगु टिमं फाइनल म्हितेगु म्हास म्हेकेधुंक्कूगु खः तर, भारतविरुद्धया कासा नेपाली फुटबल्य बांमालाःगु दाग जुल। नेपालं भारतलिसे ८-० या लज्जास्पद हार फय्माल। खय्तला फुटबल्य नेपालया लागिं भारत न्ह्याबलें पंगः जुयावःगु दु। तर नं थुगुसी गथे भारतलिसे हार फय्माल, व पक्का नं अपेक्षित मखु। साफ दै पुचःया धेंधें बल्लाखय् नेपालया थ्व दक्कले तब्यागु हार खः। व धुंकाः लिपांगु कासाय् नेपालं ल्याः धलखय् शीर्ष थासय् दुगु बङ्गलादेशलिसे १-१ या ज्वलिंज्वः म्हिताः भारतलिसेया हार छू खराब दिनया लिच्चः जक खः धकाः सावित यात। तर व हारं नेपाल स्वंगु थासय् जक च्वनाः लुधनाः छैय् लिहाँवय्त बाध्य जुल।

थ्व धेंधें बल्लाखं कासामित प्राविधिकरूपं बांलाना जक मजिल, मानसिक व अनुभव नं गुलि आवश्यक जू धकाः क्यंगु दु। भारतविरुद्धया कासाय् नं नेपालं च्यागू गोल फःगु थय्याःगु कासा मक्यनिगु खः। नेपालं भारतया गोलपोस्टय् नं उतिकं



दनिगु धयादिल। वय्कलं धयादिल, 'भारतं भूगु लेभल क्यनाबिल। कप्तान आयुष घलानं धाःसा नेपाल लिहांवय्धुंकाः भारतया कासां यक्व हे सय्केगु ह्वःताः चूलाकागु दु धकाः सकारात्मक भाव क्यनादिल। आयुष धाःथें भारतविरुद्धया कासा त्वःतेगु खःसा नेपालं मेगु स्वंगु कासाय् वाहवाही हे मुंकल धाःसां पाइमखु। नेपाली टिमय् खुल्ला छनोटं वःपिं व राष्ट्रिय स्तरया फुटबल म्हितूपिं

भारतविरुद्ध नःगु न्हापांगु गोलय् याःगु गलतीं वय्कःया आलोचना धाःसा मजूगु मखु। आसिस राई, सुमित श्रेष्ठ, अभषेक वाइबा, कृतिश रत्न छुजु, मनय नकमी, अजय चौधरी, निरञ्जन मल्ल, दिपेश गुरुड अभिषेक वाइबा, सुगम सुवाल थुज्वःपिं कासामि नं प्रभावित यानादिल। समग्रय् धाय्माःसा थुपिं बांलाक बिचाः यानाः स्वःसा पक्का नं नेपाली फुटबलया भविष्य जुइ धकाः धाय्फइ।



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 क्याटरिङ पनि गरिन्छ।

- (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.

ह्वनाछैं, पाको, न्हूसतक, यैं, नेपाः

फोन ल्याः ४२३१०३६, ४२२२०६५, ४२१६१६७, फ्याक्स : ४२१६१६७

जेनिथं एसईई विद्यार्थीतयत् विदाइ बिल



यैया तामिसपाखा देक्वस्थित न्यू जेनिथ इङ्गलिस मोडल स्कूलया संस्थापक प्रिन्सिपल राजु महर्जनं थः मस्तय् भविष्ययात बांलाक बिचाः यानाः जक पलाः छीत इनाप यानादीगु दु। उगु स्कूलं एसईई पास जूपिं

विद्यार्थीतयत् नितिं ग्वसाः ग्वःगु विदाइ ज्याइवल्य न्ववासें वय्कलं थथे धयादीगु खः।

‘एसईई धुंकाः विद्यार्थीतयत् भचा अप्वः बिचाः याय्माःगु, ई बीमाःगु ई खः। थःगु करिअरयात बिचाः यानाः पलाः छीगु इलय् बांलाक मार्गदर्शन याय्मफुत धाःसा उकिया लिच्चः जिवंकाःछि फय्माली। अथेजुयाः जिं विशेष यानाः अभिभावकतयत् गम्भीर जुयाः थ्व विषयस बिचाः यानादीत इनाप यानाच्चना’ महर्जनं धयादिल।

‘पहिचानया आन्दोलन ताःलाकेत प्रभावकारी माध्यम संकिपा खः’

संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्री राजेन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ आदिवासी जनजातिया पहिचानया आन्दोलन सफल याय्त् संकिपा ख्यलं प्रभावकारी भूमिका म्हितेफइगु धयादीगु दु।

२८औं विश्व आदिवासी दिवसया इवल्य नेपाल आदिवासी जनजाति चलचित्र महासंघ व राष्ट्रिय आदिवासी जनजाति महिला मञ्च



(निफ) या मंकाः ग्वसालय् जूगु ‘आदिवासी संकिपा क्यनेज्या व सांस्कृतिक ज्याइवः’ या उलेज्या यासें मन्त्री श्रेष्ठं थथे धयादीगु खः।

उगु इलय् मन्त्री श्रेष्ठं आदिवासी जनजातिया पहिचान, अस्तित्व व आन्दोलनयात सशक्त दय्केत संकिपा दय्केगु नितिं आदिवासी संकिपाकःमितयत् इनाप यानादिल।

युगकवि सिद्धिचरणयात लुमंकाः ज्याइवः



राष्ट्रिय प्रज्ञा प्रतिष्ठानं ‘बहुभाषिक श्रष्टा युगकवि सिद्धिचरण श्रेष्ठ’ विषयक विचार गोष्ठिया ग्वसाः ग्वःगु दु।

ज्याइवल्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानका पुर्व उपकुलपति लिसें सिद्धिचरण प्रतिष्ठानया नायः बैरागी काइलाया नं उपस्थितेइ जूगु गोष्ठिइ थीथी साहित्यकारतयसं साहित्य क्षेत्रय् सिद्धिचरणया योगदानयात कयाः न्ववानादीगु खः।

वक्तातयसं जहाँनिया राणा शासनबिरुद्ध संघर्ष यानाः जेलय् तक

वंह सिद्धिचरणया लेख, कृति, सफूया महत्वपूर्ण खँया बारे न्ववानादीगु खः।

नेपाली, अङ्ग्रेजी, हिन्दी, मैथिली, संस्कृत लगायतका भाषाबाट साहित्य श्रृजना याइम्ह बहुभाषिक श्रष्टापाखे न्हू पुस्ताया साहित्यकारतयसं यक्व खँ सय्केफइगु खँय वक्तातयसं बः ब्यूगु खः।

स्व. सिद्धिचरण श्रेष्ठया याकः कायुलिसे सिद्धिचरण प्रतिष्ठानका संरक्षक रविचरण श्रेष्ठं थः अबुया कविता र मुक्तक कण्ठस्थ पाठ यानाः न्यक्गु खः।

A Gateway to the Zenith of Success

NEW ZENITH
ENGLISH MODEL SCHOOL

Reserve Your Seats in

Special Management Classes

+2 Hotel Management
Computer Science
Business Studies

You don't just learn here, you explore.

Binod Maharjan
9841389552, 9808644666

बि.आर्ट्स

B. Arts

Nayabazar, Kirtipur
4335491, e: barts4335491@hotmail.com

- Banner, Flex Board
- Glow Sign Board
- Sticker Cutting / Printing
- Screen/ Rubber Print
- Self-ink/ Rubber Stamp
- PVC/IDY Visiting Card
- & all kinds of press works

सम्पत्ति विवरण समयमै बुझाऔं जरिवानाबाट बचौं

- सार्वजनिक पद धारण गरेको व्यक्ति तथा राष्ट्रसेवकले आफ्नो व्यक्तिगत विवरण अद्यावधिक गरौं।
- आर्थिक वर्ष शुरु भएको साठी दिनभित्र आफ्नो सम्पत्ति विवरण तोकिएको निकायमा पेश गरौं।
- भ्रष्टाचारमा शुन्य सहनशिलता अपनाऔं।



नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड