



साःगु भिंगु मरिचरिया नितिं लुमका दिसँ !

लक्ष्मण जमाल 'चिलिमि' प्रोप्राइटर

लाखा छँ
LAKHA CHHEN

सोहखुटे, वडा नं. १६, येँ, फोन नं.: ४५६०७५८

बुद्धया नांया गलत छ्यला दिकेत इनाप “चक्र विज्ञानय् बुद्धया स्वापू मद्दु”



● लहना संवाददाता

जीवन विकास फाउन्डेसनया ग्वसालय् वइगु चैत १७ निसै २३ गते तक लुम्बिनीइ 'बुद्धको ज्ञान लुम्बिनीमा ध्यान - विराट चक्र विज्ञान' नामं जुइत्यंगु ध्यान विधि स्यनीगु ज्याइवःयात कयाः बौद्ध संघसंस्थातय् ध्यानाकर्षण जगु दु । लुम्बिनी जुइत्यंगु थुगु विराट चक्र विज्ञान ध्यान कार्यक्रमय् बुद्धया नां गलतदंगं छ्यःगु धासै धर्मोदय सभा लगायत भिंछ्मू संगठनतयसं मंकाः कथं वक्तव्य पिथेसै विरोध याःगु दु । थुगु ज्याइवःया परिचयय् शरीरया न्हयगू चक्रया उर्जा जागरण यायेगु विधि स्यनीगु खँ न्हयथनातःगु दु । तर फाउन्डेसनं स्यनेत्यंगु विराट चक्र विज्ञान सम्बन्धी ध्यान बुद्धया ज्ञान व ध्यान लिसे छुं नं सम्बन्ध मद्दुगुलिं बुद्धया नांयात गलत कथं प्रचार मयायेत विज्ञापितइ न्हयथनातःगु दु ।

विज्ञापितइ ध्यातःगु दु - जीवन विज्ञान फाउन्डेसन छू दशक स्वयां न्हयःनिसै जनमानसय् आध्यात्मिक चिन्तन, ध्यानाभ्यास व थीथी जीवन विकासया ज्याइवःत न्ह्याका वयाच्चंगुलिं जिमिसं सुभाय् देखानाच्चना । आधुनिक समाज चरम भौतिकवादी ढाँचाय् रूपान्तरण जुया वनाच्चंगु इलय् योग व ध्यान सम्बन्धी गतिविधिं मानवजगतय् उल्लेखनीय योगदान बियावयाच्चंगु छिकपिनिपाखे पिदंगु ज्वलंत व अभ्यासीपिनि धागुतिं थुइके फु । जीवन विज्ञान फाउन्डेसनया गतिविधिपाखे अप्वः स्वयां अप्वः मनुतयसं लाभ कयाः जीवनया समस्या दुःखं आराम काय् खनेमा ।

विज्ञापितइ पिदंगु ज्याइवलय् न्हयथनातःकथं ज्याइवलय् म्हा न्हयगु चक्रय् दुगु उर्जा जागरण याकेगु विधि स्यनेगु व उकिया माध्यमं

व्यक्तिया स्वास्थ्य, सुख, साहस, प्रेम, ज्ञान, ध्यान व आनन्दया उर्जा प्रवाहित जुइगु धकाः स्पष्ट न्हयथनातःगु दु । थुकी न्हयथनातःगु आज्जु सराहनीय खनेदु व थुकिं ब्वतिकामिपिन्त अप्वः लाभ जुइ धइगु नं अपेक्षा दु । तर, थ्व ध्यान शिविरय् स्यनेत्यंगु 'विराट चक्र विज्ञान' सम्बन्धी ध्यान ज्याइवःया शीर्षकय् न्हयथनातःथे 'बुद्धया ज्ञान व ध्यान' लिसे गुगुं स्वापू खनेमन्त । बुद्धया ध्यान व ज्ञान धायगु नितिं म्होतिं नं उगु ध्यान विधित बुद्धया सूत्रय् आधारित जुइगु जरूरी दु । बुद्धया ध्यान पद्धतिइ प्रशिक्षित जुयाः अनुभव काःपिं ध्यान गुरूपिनिपाखे प्रशिक्षण जुइवलय् जक धाल्ये बुद्धया ध्यान व ज्ञानया सतिक थ्यंके फइ । नामय् 'बुद्धया ध्यान व ज्ञान', यथार्थय् स्यनेगु विषयवस्तु मेगु हे जगुलिं साधनाया नितिं हौसय् जूपिं साधकतयत् धोखा जू वनी ।

थुगु विज्ञापित धर्मोदय सभा, बौद्ध विहार संघ, नेपाल परम्परागत बौद्ध धर्मसंघ, वज्राचार्य संरक्षण गुथि, युवक बौद्ध मण्डल नेपाल, ललितपुर बुद्ध जयन्ती कोष, व्योमकुसुम बुद्धधर्म संघ, लोटर रिसर्च सेन्टर, देकी छोइलिङ गुम्बा बौद्ध धर्मसंघ, वज्राचार्य पुजा विधि अध्ययन समिति, बौद्ध महिला संघ मंकाः कथं पिथंगु खः ।

इलाम-२ स मिलन लिम्बूया स्वतन्त्र उम्मेदवारी घोषणा



इलाम क्षेत्र नम्बर २ पाखे पत्रकार मिलन लिम्बू स्वतन्त्र उम्मेदवारी घोषणा याःगु दु । वइगु वैशाख १५ य् जुइत्यंगु उपनिर्वाचनया नितिं वय्कलं थःगु उम्मेदवारी घोषणा याःगु खः । आइतबार येँ पत्रकार सम्मेलनया ग्वसाः ग्वसे लिम्बू थुगु घोषणा याःगु खः ।

इलाम-२ या विकास यायत थः पाय्छि मनु जगु वय्कःया दाबी दु । उपनिर्वाचनय् जक मखसे इलामया नागरिकया सेवक जुयाः जीवकाछि सुख-दुःखय् नापं च्वनेगु नं वय्कलं कनादिल ।

'भौगु लागया विकासया चाहना पूर्वकेत जितः इलाम-२ या जनतां थ्व चाया उम्मेदवारकथं थंगु दु । जि इलामया चाया कसम नयाः धाय्, अन्तिम सास दतले इलामेली जनताया पक्षय् ज्या याये,' वय्कलं धयादिल ।

उकथं हे वय्कलं राजनीतिक दलतयसं यानाच्चंगु संस्थागत भ्रष्टाचारयाविरुद्ध सदैव ल्वानाच्चनेगु नं कनादिल । 'राजनीतिक दलतयसं यानाच्चंगु संस्थागत भ्रष्टाचार व अभिमतया दुरुपयोग पनाः सुशासनया पक्षय् व भ्रष्टाचारया विरुद्ध ल्वानाच्चनेगु जुइ" वय्कलं धयादिल ।

मिलन लिम्बू, नेपाल आदिवासी जनजाति पत्रकार महासंघ (फोनिज) या मूल्याञ्जे तक जुयादी । २ दशक स्वयां अप्वः ई पत्रकारिताय् आवद्ध लिम्बू भापा दमकया छगू स्थानीय टेलिभिजन, येँया एबिसी टेलिभिजन, न्युज २४ टेलिभिजन जुजुं लिपांगु इलय् दृष्टि अनलाईनय् सम्पादक जुयादीगु खः ।

नेकपा (माओवादी) निकट प्रेस सेन्टरया केन्द्रीय सचिव लिम्बू थ्वयां न्हयः हे दलगत राजनीतिक आवद्धता त्यागे याःगु घोषणा याःगु खः ।

काठमाडौं सूनचाँदी व्यवसायी संघया नेतृत्वय् रोहिना देवी

काठमाडौं सुनचाँदी व्यवसायी संघया अध्यक्षय् रोहिना देवी शाक्य निर्विरोध निर्वाचित जगु दु । शनिवाः जुगु २१ क्वःगु साधारण सभा व न्हयक्वःगु अबिधेशनं शाक्ययात निर्विरोध निर्वाचित याःगु खः । सुनचाँदी व्यवसायी संघया इतिहासय् रोहिना देवी शाक्य दकल्य् न्हापाम्ह मिसा अध्यक्ष जगु दु । अध्यक्षय् शाक्यया नेतृत्वय् २२ म्हेसिगु न्हुगु कार्यसमिति ल्यःगु दु । उगु ज्यासना पुचल्य् स्वम्ह उपाध्यक्षय् उपेन्द्रकाजी शाक्य, मुक्तिरत्न बज्राचार्य व दशरत्न बज्राचार्य निर्वाचित जुगु दु । अथेहे, सचिवय् लेखरत्न शाक्य, कोषाध्यक्षय् रमेशमान शाक्य, सह-सचिवय् अभिषेक शाक्य, सह-कोषाध्यक्षय् पवोश शाक्य निर्वाचित जुगु दु । दुजलय् सूर्यरत्न बज्राचार्य, सुरेन्द्रकाजी शाक्य, सुजेन शाक्य, निकेशरत्न शाक्य, मनिष शाक्य, उजिना शाक्य, मोहिनी शाक्य, सञ्जयरत्न शाक्य निर्वाचित जुगु दु । अथेतु, माणिकरत्न बज्राचार्य, रविन्द्र शाक्य, कबिर चन्द्र शाक्य, सन्दीप शाक्य व मिसा दुजलय् अरुणा श्रेष्ठ निर्वाचित जुगु दु । निर्वाचित जूपिन्त नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासंघया अध्यक्ष माणिकरत्न शाक्यं स्वामां क्वखाय्कां भित्तुना बिउगु खः । ज्याभूवःया उलेज्या मूपाहो युवा लिसे खेलकुद मन्त्री विराजभक्त श्रेष्ठ यानादीगु खः ।

Trendiest Fashion At Price You Love

ufo

तांग्वःया पासा कुल्फी/आइसक्रिम भपिया दिसँ । Himalayan Ice

घौं दुरु, छ्यः बठर व क्रिम बजारय् उपलब्ध दु

सुवेविनायक नगरपालिका, वडा नं. १, मिस्टार घन्सा, स्वयं ९८४९६४८३२५, ९८०८६०८७२५



नेवाः राष्ट्रिय म्ये

चवमि : दुर्गालाल श्रेष्ठ लय् चिनामि : तिर्थ माली

धुन दने धुन सँन्ट्यलं भी फुककं हे छम्ह जुइ धुन भीगु लागाय् भी स्वयं हे जः जुया धुन लुइ धुन ह्यांगु भुमिइ अष्टमण्डल ह्यांगु चाः दुने थी नगु भीगु नेवाः ध्वाँय् थ्व हे खः ज्यान भी सकस्यां छगू जातितय् स्वायत्त राज्य लुइ कर्प च्वय् भिलिमीलं राष्ट्र भःभः धाय्क न्ह्याके भीगु चःति भीगु हिं

सम्पादकीय



समाजय् ह्युपाः ह्येगु कुतः यायेमाः

लहना वाःपौ भिछ्दै पूवनाः भिनिदँय् क्यंगु दु। लहना वाःपौया यात्रा छगू दशक स्वया अप्पो थ्यःगु दु। पत्रिका पिदंगु स्मिहाः तिति थें च्वं। ई गुलि याकनं न्ह्याःवन खनी, छगू दशक गुलि याकनं थ्यन खनी। खः, छगू दशकया यात्राय् पत्रिकापाखे नेवाः समाजय् ह्युपा ह्येगु निति छगु निगु मजगु मखु।

लहना वाःपौयात यक्व हे हाथ्या, पंगःत मवगु मखु। पंगःयात चिइका वनेगु भूवल्य गुलिख्य हाथ्या ला भीस नेपाःमि दक्वसिनं फया, गुलिख्य समस्या सकल हलिमं तक हे फय्माल। हाथ्या व समस्या धाःसा थःगु हे दुने हे सुचुकाः थःगु न्ह्युल्वाः सकसिगु न्ह्यःने ब्वया न्ह्यावनेगु याना वयाच्वनागु दु। थज्याःगु अवस्थाय् न दथुइ छगू दशक पूवनेत सकसिगु हःपाः तिबः मदय्क पक्कां थाकुइगु खः। थज्यागु ज्याय् निरन्तर ग्वहालि यायेगुलि पाठक, विज्ञापनदाता, स्तम्भकार, संवाददाता लिसें थीथी कथं लहनायात साथ बियादीपिं, लहनाया हरेक पलाःलिसे नापनापं पलाः न्ह्याकूपिनिगु सहकार्य, सामूहिक कुतलं थौं तनतक थ्यइगु खः।

थथे थाकुगु ई लुमके माःसा भीसं ७२ सालया भुखाय् न खः। भुखाचं सकलसित थःथःगु छ्ये नं पितिगु भूवल्य सु न अरबपति, करोडपति धाःपि तक लँय बाय् यानाबिगु खः। वः इलय् न लहनाया नितिं न तसकं थाकुगु ई खः। अथे मखु छगु लुमक्यमाःगु धइगु कारोनां सन् २०१९ य् वयाः धाःसा सकलसित छँय् छँय् हे कुनाबिगु खः। छँय् नं पिहांवय्त, सुनां सुइतं नापलाय्त नं बिचाः याय्माःगु, ग्याय्माःगु ई वल। उगु इलय् पत्रिका पिकाय्त गुकथं पिकाय्गु ? पत्रिका पिहां हे वःसां गुकथं सकलसिगु छँय् थ्यंकेगु ? उबलेनिसें भीसं माध्यम हिलाः हे जूसां सूचना व समाचार प्रवाह याय्गु ज्या मदिका। छुं ई पत्रिका दिक्काःगु जूसां टेलिभिजनया पर्दां भीसं लहना गतिविधि न्ह्याकाः समाचार सम्प्रेषण, आम नागरिकयात सुसूचित याय्गु ज्या याना।

लहनां छगू दशकया दुने सूचना व समाचार सम्प्रेषणया ज्या जक मखु, संचार ख्यलय् थःत पानाच्वपिं पत्रकार, संचारकर्मीनिसें कलाकार नापं नेवाः समाजय् ज्वःमदगु ज्यायापि नेवाः न्ह्यलुवाःपिन्त तक हनेगु ज्या जुगु दु। थीथी सम्मान व पुरस्कारलिसें पत्रकारतय्त सम्मानित याय्गु निति यक्व हे व्यक्ति व संस्थाया साथ व ग्वहालि दुगु नं न्ह्याबलें लहनाया नुगलय् दु। अथेहे, जनकवि दुर्गालाल श्रेष्ठया म्येय् जगतसुन्दर ब्वनेकुथिया विद्यार्थीतय् हुलाप्याखं न्ह्यब्वयाः जगतसुन्दर दबू ज्याइवः यानागु, थौं भीगु दथुइ मदय्धुंकूम्ह गोल्डन भ्वाइस प्रेमध्वज प्रधानया सम्मान ज्याइवः यानागु व ऐतिहासिक ई नं थौं लहनाया छगू दशक पूर्वगु दिनय् लुमकाच्वना।

नेपालभाषाया पत्रकारिता ख्यलय् छगू क्रान्ति ह्यगु ज्याय् लहनाया पलाः न्ह्याकाच्वनागु दु। मां भाषां पिहावया च्वंगु थीथी पत्रिका, अनलाइन, टिभि व रेडियोयात गुकथं न्ह्याके फइगु धइगु ज्या न यायेगु त्वःतागु मदुनि। नेपालभाषाया संचार ख्यःयात तब्याकें यकेगुलि मदिक न्ह्यावना च्वनागु दु।

न्हगु आयाम तनेगु ताः तयाः पिदंगु लहना वाःपौ थौंया दिनतक्क थंवल्य यक्व हदतक्क थःगु आजुइ ताःलाःगु दुसा गुलिख्य थासय् कमी कमजोरी मदुगु मखु। भी सकल जानाः थ्व स्वयां अप्वः यानावनेमानी। भीगु यात्रा थुलिं क्वचाइमखु। भासँ भी सकलें जानाः नेवाः पत्रकारिता ख्यलय् न्हगु जोशलिसें न्ह्याःवने। भीगु लहनायात अहं धिसिलाक्क न्ह्याकायंके।

छगु दशकनिसें निरन्तरता लहना वाःपौ



नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ

नेपालय् धर्मादित्य धमाचार्य न्ह्याकूगु पत्रकारिता ख्यः थौतक स्वयेगु खःसा ९९ दँ दयेत्यःगु दु। धर्मादित्य धर्माचार्य कलकत्ता प्रकाशन याःगु बुद्ध धर्म लय् पौ धुका आःतक नेपालभाषां यक्को हे पत्रिका पिहावये धुकुगु दु। थथे पत्रिका पिहावयेगु दिइगु पत्रिकाया नां धलं यक्को हे दु।

नेपालभाषा पिहावःगु पत्रिका लुमक्य माःसा विश्वभूमि न्हिपौ न खः। २०४६ सालया जनआन्दोलनया बुखें ब्वनिगु निति मालां मालां तक ब्वनेगु याः। अहं ला नेवाः भाय् मस्युपिन्स तक ब्वनेगु याः। उगु न्हिपौ जनआन्दोलक बुखें न्हि स्वकःतक पिहावयेगु याइ।

थौकन्हय् सामाजिक संजालया प्रभावं नेपाःया संचार ख्यःयात तसकं प्रभावित याःगु दु। खय्तला नेपालय् जक मखु हालिमय तक तधःगु प्रभाव लागु दु धइगु अनुमान याये फु। मुलधार धायेगु याना वयाच्वंगु संचार ख्यलय् हे तधःगु समस्या वयाच्वंगु इलय् मातृभाषाया पिहावया च्वंगु संचार ख्यलये मवइगु पक्का न मखु। न्हापानिसे पत्रकारिता ख्यलय् छगू तःधंगु हाथ्या दया हे च्वंगु दु। न्हापा राणा शासनया इलय् समाचार च्वःगु आधारय् जेलय् कुनाबीगु याइ। वयां लिपा, ३० दँ न्ह्यः पंचायती व्यवस्थाय् नं सरकारया बारे च्वल कि जेलय् लाःपिं यक्व दु। ०४६/४७ सालया जनआन्दोलन लिपा देशय् बहुदलीय व्यवस्था वल।

वयां लिपा ६२/६३ लिपा लोकतन्त्र वयाः थौं देय् संघीय गणतन्त्र वय्धुंकूगु दु। तर दुःखया खँ, देय्या व्यवस्थाय् ह्युपाः वःसां आःतक भाषायात स्वयंगु राज्यया मिखाय् ह्युपा वःगु मदुनि। उकिं यानाः नेपालभाषाया पत्रकारिता ख्यलय् नं ह्युपाःया अनुभूति याय्मख्वनि। थज्याःगु हे अवस्थाय् दथुइ लहना पिहांववं थौं छगू दशक थ्यंगु दु।

नेपालय् बिस १९०८ सालय् प्रधानमन्त्री जंगबहादुर राणा बेलायत भ्रमणं लिहावःबलय् अनं हःगु गिद्धे प्रेस हे आःतक इतिहाय् खनेदुगु प्रेस कथं कयातःगु दु। अथे हे १९१९ साल स्वयां न्ह्यः थौंहीत त्वालय् न्हापागु प्रेस कथं मनोरञ्जन प्रेस स्थापना जुगु खनेदु। पत्रिका पिहावःगु धाःसा १९५८ बैसाख २४ गते गोर्खापत्र वाःपौ पिहावःगु खः। थ्व हे नेपाःया न्हापागु पत्रिका खः।

नेपाःया थीथी जनजाती स्वयां न्हापानिसें थौतक नं संचार ख्यलय् नेवाःत हे न्ह्यःने लानाच्वंगु

दु। 'गोरखापत्र' दैनिक जुइगु न्ह्यः फतेबहादुर सिंहया प्रकाशन व सम्पादनय् बिस २०१२ भाद्र महिनाय् नेपाःया स्वंगूगु न्हिपौकथं नेपालभाषाया न्हापागु न्हिपौ 'नेपालभाषा पत्रिका' पिहांवःगु खः। नेपालया न्हापागु न्हिपौ 'आवाज' पत्रिका खः सा वयां लिपा 'समाज' न्हिपौ खः।

वंगु भिदँ न्ह्यः पत्रकारिता ख्यलय् छगु हाथ्या ज्वनाः लहना वाःपौ जन्म जुगु खः। २०७० फागुन २७ गते पिहांवःगु थुगु लहना पत्रिका भिदँ फुनाः भिदँ क्यंगु दु। लहना पत्रिका पिकाय्गु जक मखु पत्रकारिता

पत्रकार व कलाकारयात लःल्हानाच्वंगु दु। अथे हे, शिक्षासेवी राजु महर्जनं लहना-न्यु-जेनिथ-फोटो पत्रकारिता सिरपाः तयादीगु दु। थुगु सिरपाः फोटो नाप भिडीयोया माध्यमं पत्रकारिता यानाच्वंम्ह पत्रकारयात बीगु याइ। अथे हे बौद्ध समाज ख्यलय् तसकं मन क्वसाःम्ह समाजसेवी पंचबीर सि तुलाधरपाखे नेवाः ख्यलय् विशेष योगदान बियादीपि नेवाः न्ह्यलुवातय्गु नितिं लहना पंचबीर सिरपाः नीस्वनादीगु दु। लहना-पंचबीर सिं सिरपाः दकले न्हापां प्रा माणिकलाल श्रेष्ठयात लःल्हानाःगु खः। समाजसेवी



भिदँ न्ह्यः पिहांवःगु थुगु पत्रिकां थःगु न्हापांगु बुदिं कुव्ह हे नेपालभाषाया बरिष्ठ पत्रकार सुरेशकिरण मानन्धरयात न्हापागु लहना धर्म-मोति पत्रकारिता सिरपा लःल्हानाः सठमान याय्गु ज्या याःगु खः।

ख्यलय् नापं समाजय् विशेष योगदान बियावःपिन्त सम्मान याय्गु व सिरपा बीगु ज्या नं निरन्तर यानावयाच्वंगु दु। भिदँ न्ह्यः पिहांवःगु थुगु पत्रिकां थःगु न्हापांगु बुदिं कुव्ह हे नेपालभाषाया बरिष्ठ पत्रकार सुरेशकिरण मानन्धरयात न्हापागु लहना धर्म-मोति पत्रकारिता सिरपा लःल्हानाः सम्मान याय्गु ज्या याःगु खः। थुगु पत्रिकां भाषा जाति नापं तजिलजि व नेवाः ब्यक्तित्वया प्रचार प्रसार याय्गु ज्या न यानावयाच्वंगु दु। नेपालभाषाया पत्रिका ख्यलय् दकले न्हापां ब्लोअप पिकाःगु पत्रिका नं आःतक लहना वाःपौ हे जुगु दु।

लहनापाखें सिरपाः व सम्मान

पत्रकारिता ख्यलय् नापं नेवाः समाजय् बियावःगु बिशिष्ट योगदानयात हनेगु कथं लहना मिडियां न्यागु थीथी सिरपाः व सम्मानया व्यवस्था यानातःगु दु। भाषासेवी लक्ष्मण गमालं थः मांअबुया नामं २०७१ सालय् लहना वाःपौया न्हापागु बुदिंया लसताय् लहना धर्म-मोति पत्रकारिता सिरपा नीस्वना न्ह्याःगु खः। थुगु सिरपा पत्रकारिता ख्यलय् मदिकक योगदान बियाच्वंम्ह छम्ह पत्रकारयात लःल्हाय्गु यानावया च्वंगु दु। थ्व हे सिरपाःलिसें लहना वाःपौपाखें पत्रकारिता ख्यलय् बियावःगु योगदानया कदर यासँ दकले न्हापा सिरपा स्वनेगु व बीगु ज्या जुगु खः।

समाजसेवी सुरबहादुर श्रेष्ठपाखें लहना-सर्मिष्ठा-सुर-सम्मान नीस्वना नेवाः पत्रकारिता व कलाकारिता ख्यलय् मदिकक योगदान बियाच्वंम्ह

केशबलाल श्रेष्ठ थःलिसें थः जहनाया नामय् केशव-कृष्णबदन-मातृभाषा पत्रकारिता सिरपा नीस्वनादीगु दु। थुगु सिरपा मातृभाषा पत्रकारिता ख्यलय् योगदान बियाच्वनादीपि पत्रकारतय्त बीगु ब्यवस्था यानातःगु दु।

लहनायात सम्मान

लहनां समाजय् थीथी ख्यःया नितिं पत्रकारिताया माध्यमं यानावःगु ज्या, बियावःगु ग्वहालियात समाजं नं स्वयाच्वंगु दु धइगु लहनायात प्राप्त सम्मानं नं क्यं। लहनाया ज्याया मूल्याङ्कन समाजं यानाच्वंगु दु धइगु लहनायात ब्यूगु थीथी सम्मानं प्रमाणित याः। भिदँया दुने लहना वाःपौपाखें भाषा, तजिलजियात मदिक थाय् बियाच्वंगुलिं यँ महानगरपालिकां लहना वाःपौया प्रकाशक व प्रधान सम्पादक नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठयात सुसाशन पत्रकारिता सम्मान ११४० पाखें हंगु खः। अथे हे सम्माननिय उपराष्ट्रपति नन्द बहादुर पुनःपाखें लहना मिडियायात सिद्धिचरण युवा पत्रकारिता सिरपाः २०७८ लःल्हासें सम्मान याःगु खः। छु दिं न्ह्यः जक संसारि क्रिएसनं ग्वसाः ग्वःगु निक्वःगु नेपालभाषा स्टार म्यूजिक भिडियो अवार्ड ११४३ य् संसार तेज मेमोरियल अवार्ड २०७९ लःल्हानाः हंगु खः।

लहना वाःपौनं पत्रिका पिकायेगु जक मखु संचार ख्यलय् योगदान याना च्वपि भिदँ न्ह्यःनिसे बिशिष्ट सम्मान याना वयाच्वंगु दु। अथेहे नेवाः समाजय् थीथी कथं योगदान याना वयाच्वपिन्त न हनेगु ज्या जुयावयाच्वंगु दु।

बसन्त ऋतु न्ह्याइगु दिं होली पुन्ही



जितेन्द्र बिलास बज्राचार्य

नहापान्हापा थःथःजक
रंग इकाः ठिहतीगु
होलि छु दँ न्हयः
वयाः जबरजस्ती रंग
इकेगु, हाकः पाकेगु,
लखं छुवाकेगु, लागु
पदार्थ नयाः वा त्वनाः
होलियात हे बदनाम
याः गुलिं थजाः गु
ज्याखँयात सरकारं
कडा निगरानी व
कारवाही याः गुलिं
थौंकन्ह्य होलिइ
थजाः गु ज्या ठहो जुया
वनाचवंगु दु ।

चिल्लाथ्व पुन्ही, फागु पुन्ही,
चकं पुन्ही नेवाःतसें छुंछुं थःगु पहलं
हनीसा छुं पूर्व भारतपाखें हना वयाचवंगु
होलिकथं हना वयाचवंगु दु ।

‘होली पुन्ही’ फाल्गुण शुक्लपक्ष
पुन्ही चिल्लाथ्व पुन्ही शिशिर ऋतुया
अन्तिम दिन व वसन्त ऋतु सुरु जुइगु
खः । थ्वयात उत्सव उल्लासया
पर्वकथं हनीगु खः । थ्व सुथय् पुन्ही
दुसा जक हनी, बहनि पुन्ही क्यन
धाःसा हनि मखु ।

थीथी पुराणत नारद पुराण,
भविष्य पुराणय् नं होलिया ब्याख्या
यानातःगु दु । हिरण्य कश्यपुं वया
काय् प्रल्हादं विष्णु भगवान जक
नां काःगुलिं प्रल्हादयात स्यायत
होलिकायात प्रल्हाद मुलय् तयाः
सिंपय् तयाः च्याकगुबलय् होलिका
च्यात, तर प्रल्हादयात मिं मध्यगु खः ।
अननिसे अबीर जात्रा यानाः थुगु पर्व
शुरु जुल धाइ ।

बौद्धधर्म ग्रन्थय् ‘होली पुन्ही’यात
मूर्खतय्गु पर्व धयातःगु दु । थ्व कारणं
२५०० दँ न्हयः हे होलि व्यापककथं
चलय् जूगु धाय्फु । इसापूर्व ३००
दँ न्हापा भारतया विद्याञ्चल क्षेत्रया
रामगढया अभिलेखय् नं ‘होली’ खँवः
च्वयातःगु दु । महाद्यवं कामदेवयात
भस्म याःगु प्रतीककथं चीर दहन भस्म
याःगु धकाः नं च्वयातःगु दु ।

ख्वपय् भूपतीन्द्र मल्लया
शिलालेखय् नं होलि उल्लासपूर्वकं हन
धइगु च्वयातःगु दु ।

होली पुन्ही कुन्हु सिद्धार्थ गौतमं
बुद्धत्व प्राप्त यानाः दकलय् न्हापां थःगु
जन्म जूगु थाय् कपिलवस्तुइ भिक्षाटन
याना बिज्याःगु दिंकथं नं हनेगु याइ ।

होली चिल्लाथ्व अष्टमि कुन्हु
वसन्तपुरय् स्वतः जाःगु छत्रथें च्वंगु
पंया चीर थीथी रंगिचक्री कापः खायाः
धकंल कि होलि सुरु जुइ । चीर धाःगु
वस्त्र खः, वनं मिसापिनिगु वसः, थ्वयात
लाज (इज्जत) नं धाइ । भीथाय् आः
नं लाज इज्जत काल कि चीरहरण यात
धाय्गु नं याः । चीर मेमेगु थासय् नं
स्वाइ । हनुमानधवाकाया न्हयःने, यलय्
कृष्ण देगःया न्हयःने व मेमेगु थासय्
चीर स्वाय्गु चलन दु । थन कचा यक्व
दुगु वसिमा, आरुबखराया मा, धचा
पासिमाय् रङ्गीवरिङ्गी कापः खाया चीर



स्वाइ ।

कृष्णयागु थीथी लिला मध्ये
राशलीला यमुना खुसिइ गोपिनीपिनीगु
वस्त्र म्वःल्हया च्चंबलय् वस्त्र कयाः
कदमया सिमाय् खायाः लाजया पाठ
स्यगुया प्रतीककथं कापः खाइगु खः ।

ख्वपया भिद्यःया देगलय् मिजंया
प्रतीक सिंपःयात लिङ्ग व ह्याउँगु
कापःयात मिसातय्गु चिं योनीकथं
खायाः च्यान्हुतक ल्वाकी । थ्व
खासानिसे होलि सुरु जुइ ।

होली खास यानाः उमंग
व यौवनया महत्व उत्सव जूगुलिं
वैशां जाया वःपिं मिजं, मिसापिनिगु
दथुइ म्हितीगु पर्व खःसां मचानिसे
बुराबुरीतक नं म्हितूगु खनेदु । पुचः पुचः
मुनाः म्हितीगु, पुचः मुनाः चाःहिलाः
न्हापा लोला अर्थात भौं(मेन) फुलयु
यानाः थ्वया दुने अबीर, सितारा व
जरि तयाः कय्कीगु खःसा आः वयाः
बेलुन, प्लाष्टिकया भोलाय् लः तयाः
कय्कीगु याइ ।

न्हापान्हापा थःथःजक रंग इकाः
म्हितीगु होलि छु दँ न्हयः वयाः जबर
जस्ती रंग इकेगु, हाकः पाकेगु, लखं
छुवाकेगु, लागु पदार्थ नयाः वा त्वनाः
होलियात हे बदनाम याःगुलिं थजाःगु
ज्याखँयात सरकारं कडा निगरानी व
कारवाही याःगुलिं थौंकन्ह्य होलिइ

थजाःगु ज्या म्हे जुया वनाचवंगु दु ।

लिच्छवीकालनिसे होलि पुन्ही
कुन्हु चाँगुनारायणय् राधाकृष्ण व
रुकमणीया खः जात्रा यानाः त्वाःत्वालय्
चाःहिकी । खः ज्वनावःपिन्त अबीर
छ्वाकाः होलि म्हितीगु चलन दु ।

नेपालय् हे न्हापांगु ख्वाःपाः
प्याखं हरिसिद्धि द्यःया प्याखं होलि
पुन्ही कुन्हु ल्हइकी । हरिसिद्धि भवानी
भारतया उज्जैन मंहाकाल पीठ साधना
यानाः हरिसिद्धि भवानी यँया ज्ञानेश्वरय्
नीलतारा थापना यानाः हरिसिद्धि प्याखं
ल्हइकल । थ्यंमथ्यं १३००दँ न्हयः हरि
सिद्धिइ ल्हययाः प्याखं हुइकेगु चलन
न्ह्यात । लिपा बन्द जुयाचवंगु ३५०दँ
न्हयः मल्लकालय् हाकन न्ह्याकल ।

यलय् स्वनिम्ह च्वंम्ह
योगेन्द्रनन्द राजोपाध्याय गयजुजु
तान्त्रिक विद्याकथं प्याखं ल्हइकेगु
चलन जुल । थ्व प्याखनय् बालि व
सुग्रीव ल्वापु, रामायणया भाव नं प्याखं
ल्हइकी ।

थंबहीया तःधंम्ह बज्जाः सिंह
सार्थबाहु रत्नाकर व्यापार यानाः
राक्षसपिपाखें बचय् जुयावःगु दिं
होली पुन्हीया कन्ह्य कुन्हु अबीर
छ्वाकाः जात्रा यानाः देय् चाःहिकाः
विक्रमाशिला महाविहार सिंह कल्पनगर
भगवान बहालय् हइ ।

होली पुन्ही कुन्हु मू चुकय् तयाः
विधिपूर्वक पुज्याइ, चान्ह्य फल्वाय्
तया तइ । पारु कुन्हु थँबही, ज्याथा,
असं, वघः, वतु, हनुमानधवाका, कुमारी
छँ वक्य, मरु भुतिसतः जुयाः प्याफः,
यतखा, त्यंगः, थायमदु, थँहिंति जुयाः
थाय्थासय् पुजा फयाः थँबहीलि लिहां
विज्याकी । न्यतनिसें इतुंबहालतक व
वंधलं वतु चिधंबाहातक वनीबलय्
बाजं थाइमखु । इतुंबहालय् ससःकिजा
केशचन्द्र छु यानाच्चन धकाः सुनां
मसीक स्वः वंगु धाइ । थ्व द्यःया
ख्वाःपाः प्रशत्र मुद्रा जूगुलिं चकद्यः
धाःगु धाइ ।

इतुंबहालय् फागु पुन्हीया चान्ह्य
गुरुमापायात तिनिख्यःया याकः
सिमाय् वनाः छमुरी जाकि व छम्ह
मेय्या ला तयाः जा तःवनेगु चलन
दु । केशचन्द्रया तता सिंहसार्थबाहुया
जहान खः । थः जूजक म्हितेमाःगुलिं
सम्पत्ति दक्व फुत । तताया थाय् जा नः
वंबलय् लुँया भुइ तयाः जा नकुबलय्
भु खुया हल । अथे हे वयागु केंयागु भु
नं खुया यंकूगुलिं बैं इलाः बैय् हे जा
तयाब्यूगुलिं तसकं अपमान ताय्काः
जा रूमालय् तुं प्वःचिनाः जंगल वन ।
व हे जासां नय्माल धकाः स्वःबलय्
जा पाउँसे बास वल, अले पानाः
नय्माली धकाः जा पात । पानातःगु
जा बखुंतसें नयाबिल ।

केशचन्द्र दंबलय् जा मखुंगुलिं
ह्वाँय्त्वाँय् ख्वल । ख्वःगु स्वय्
मफयाः बखुंतसें लुँ खि फाना थकल ।
थ्व लुँ ज्वनाः वय् मफयाः छम्ह राक्षस
गुरुमापायात पाजु दय्काः क्वबिका
हल । गुरुमापा राक्षस जूगुलिं मनूया
ला मनःसें मगाः । वयात मचा कावा
मधाय्क नय् दइमखु धकाः वाचा
याकातल । लिपा खुयाः नयाहःगुलिं
गुमापायायात तिनिख्यलय् यंकाः
विशेषकथं वाचा ल्हाकाः होलिया
चान्ह्य जा तःवनेगु चलन न्ह्याकल ।

थीथी थासय् थःथःकथं
न्ह्यइपुकाः धार्मिक आस्था विश्वास
तयाः होलि पुन्ही हनेगु याइ ।
श्रीपञ्चमी निसें मज्जुश्रीया पूजा
याःसां होलनिसें होलिया म्ये हालाः
त्वाःत्वालय् थःथितिपिं मुनाः ससु पूजा
न्याथिक । थ्व पाहँचःहेतक ससुपूजा
न्याय्कीगु चलन दु ।

राम प्रजापति
प्रोप्राइटर
हारती मिठाई भण्डार
(३५६ शाकाहारी)
कालिमाटी चोक, टंकेश्वर मार्ग, काठमाडौं ।
फोन नं : ०१-५३७२९९९, मो. ९८०३९८०६९९
यहाँ:-विवाह, व्रतबन्ध, पार्टी, पिकनिक, तथा अन्य शुभ कार्यको लागि अर्डर अनुसार मिठाइहरू तयार गरिन्छ ।

आयो नून खाउँ स्वस्थ रहौ
आयो नून खाउँ स्वस्थ रहौ
आयोडिलवणे कञ्चीबाट ह्वे सिध्दतिसरु
1. नई कुरा कुरा करिने, नर बाबुरो कुरा करिने, अरुनी कुरा करिने भन्ने ।
2. नक्कल गरिने, नर, नरिभर, रानीकुरा, ह्वे करिने भन्ने ।
3. नरिभर करिने भ'य' नर नर नर हुने भन्ने कुरा करिने भन्ने भन्ने ।
4. नरिभर करिने, हुनाकुरा भन्ने ।
5. नरिभरको अर्थ उचालिने नर भन्ने ।
6. नरिभरको अर्थ नर भन्ने भन्ने भन्ने भन्ने ।
नैपाल समेट रक्षक
आयोडिलवणे कञ्चीबाट ह्वे सिध्दतिसरु
नैपाल समेट रक्षक
नैपाल समेट रक्षक
नैपाल समेट रक्षक
नैपाल समेट रक्षक
नैपाल समेट रक्षक

लखना

किपा : नूपेन्द्रलाल श्रिष्ठ

होली न्हयाःगुया संकेत चीर ।

२०२० चैत्र & मंगलवाः





होली : मतिनाया प्रस्ताव तय्गु दिं



प्रेममान डंगोल

नेपाःमिपिनिगु
मैत्रीपूर्ण व
सद्भावकथं थवंथवय्
रंज, अबीर तय्काः
होली म्हितेगु भवलय्
भाड त्वनाः प्याखं
हुलाः वसन्तया ठये
हालाः न्हयइपुसेत्वंक
मनोरञ्जन याइ ।
नेपाः देय्न्यंक थीथी
थासय् हिमाल, पहाड
व तराईलय् थःथःगु
संस्कृति व पौराणिक
मान्यताकथं होली
हनी ।

दैंयदसं फाल्गुन शुक्ल
अष्टमीनिसें पुन्हितक्क होलि पर्व हनी ।
परापूर्वकालनिसें न्ह्याना वयाच्वंगु नेवाः
पहःया होलीबलय् हालीगु लोक म्ये
थथे दु, 'होलीया मेला, म्येजु मस्युला,
अबीर भचा सां छ्यनय् तयाहुँ । अबीरया
होली, तं चायाला ल्यासे, अबीर भचा
तय्कां बिस्युं वनाला ।' थथे म्ये हालाः
ल्याय्महतय्सं ल्यासेतय्त अबीर
तय्काः न्हयइपुसेत्वंक होलीया मेला
हनीगु खः । थथे म्ये हालाः होलीया
मेला हनेगु इवलय् ल्यासेल्याय्महतय्
दथुइ यःत्यः जुयाः मतिना नं याइगु
भी नेवाःतय् संस्कार दुगु खः । न्हापा
न्हापा होलीया मेलाय् ल्याय्महतय्सं
थःथःपिन्सं यय्कातःपिं मिसातय्त थःगु
मतिना वय्यगु व प्रस्ताव तइगु खः ।

थौकन्हय् ल्याय्मह ल्यासेतय्सं
भ्यालेन्टाइन डे धकाः हनाः मतिनया
प्रस्ताव तःथें । न्हापा न्हापा स्वनिगःया
नेवाःतय्सं हनीगु थीथी नखः व
जात्रापर्वय् ल्यासेल्याय्महत नापलानाः
मतिना याइगु खः । आः थें यःयःथाय्
ल्यासे ल्याय्मह नापलाइगु ह्वःताः
चूमलाः । अथेजुयाः नखःचखःबलय्
द्यः पूजा याः वनीपिं ल्यासेत व द्यः
दर्शन याः वनीपिं ल्याय्महतय्यु दथुइ
मतिना जुइगु खः । अथे तुं जात्रा
स्वःवनीपिं ल्यासेल्याय्महतय्यु दथुइ नं
मतिना जू । होली पर्व हनेगु इवलय् ला
अभ्र विशेष कथं ल्यासेल्याय्महतय्सं
थःमहेसिनं यय्कातयापिनाप अबीर
तयाः मतिना वय्यगु याइ । तर आः
वयाः होलीया नामय् खनेदुगु थीथी
कथंया विकृती यानाः होली थें जाःगु
पवित्र पर्वया नां हे वदनाम जुयाच्वंगु
खनेदु । वसन्त ऋतु वःगु ई लाकाः
आपसी मेलमिलाप व सद्भावना
ज्वनावइगु होली पर्व हनेगु इवलय् गुगु
नं कथंया विकृती वय्केमज्यू । थुकी
सकसिनं च्यूताः काय्माः ।

होली पर्व हनेगु इवलय्
दैंयदसं फाल्गुन शुक्ल अष्टमीकुन्हु
हनुमानधवाखा लाय्क्यू गद्दी
वैठकया दक्षिणपाखे वसन्तपुलिइ
सुथय् भिंगु साइत लाकाः स्वतैं जाःगु
चीर धस्वाकाः होली पर्व शुरु याइ ।
परम्पराकथं रंगीचंगी कापःया कुचात
खानाः च्वकाय् मयल सिमाया कचा
दुगु चीर धस्वाकाः गुरुजुया पल्टनं
तोप मुइकाः हर्ष बढाई यानाः अबीर



ह्वलाः होली शुरु याइगु खः । थ्व
पछिमा बाजं थानाः महाःद्यःया
स्तुति नं याइ । यैंया धालासिक्वया
साथिमतय्सं चीर धस्वाकी । भिंगु
साइतय् हनुमानधवाखाया लाय्क्यू
दुनेयागु मोहनकाली व दाख चुकय् नं
रंगीचंगी कापः कुचात खायातःगु मयल
सिमाया कचा स्वानाः पूजा याइ ।

मोहनकाली चुकय् सिं दय्कातःगु
ल्हातय् मुरली ज्वनाच्वंमह श्रीकृष्णया
मूर्ति व गुंगु थीथी मुद्राय् दुपिं अर्धनन
गोपिनीतय्यु मूर्ति अबीर छ्वाकाः
पूजा याइ । दैंयदसं ऋतुराज वसन्तया
आगमनयात नेपाःमितय्सं फाल्गुन शुक्ल
अष्टमीकुन्हुनिसें पुन्हितक्क मैत्री व
सद्भाव कथं थवंथवय् रंग व अबीर
छ्वाकाः होली म्हिताः लसकुस याइगु
खः । पुन्हिकुन्हु बहनी चीर क्वथलाः
सालाः तिंख्यलय् यंकाः चीरदहन
याइ ।

तराईपाखे धाःसा पुन्हिया
कन्हय्कुन्हु जक होली म्हितेगु परम्परा
दु । संस्कृतिविदिपनिगु धापूकथं थ्व
होली पर्व पूर्व मध्यकालनिसें हना
वयाच्वंगु खः । नेपाःमिपिनिगु मैत्रीपूर्ण
व सद्भावकथं थवंथवय् रंग, अबीर
तय्काः होली म्हितेगु इवलय् भाड
त्वनाः प्याखं हुलाः वसन्तया म्ये हालाः
न्हयइपुसेत्वंक मनोरञ्जन याइ । नेपाः
देय्न्यंक थीथी थासय् हिमाल, पहाड व
तराईलय् थःथःगु संस्कृति व पौराणिक

मान्यताकथं होली हनी ।

नेपाःया स्वनिगलय् हना
वयाच्वंगु होलीया बारे धार्मिक
मान्यता व पौराणिक धापू कथं
प्रसङ्गत न्येनेदु । थैंबहियाम्ह व्यापारी
सिंहसार्थबाहु न्हय्सःमह व्यापारी
पासापिनाप ल्हासाय् व्यापार यानाः
लिहांवःबलय् ब्रम्हपुत्र खुसिइ मिसाया
भेषय् राक्षसनीतय्सं थःगु जालय्
लाकाः सकसित थःगु आहार दय्कूसां
सिंहसार्थबाहु छ्मह जक म्वानाः बिस्युं
वय्फुगु लसताय् बसन्तपुलिइ चीर
धस्वाकाः च्यान्हुतक्क सिन्हः जात्रा
यानाः, अबीर रंग ह्वलाः, थवंथवय् रंग
तय्काः होली पर्व हंगु खः धाइ । व
हे सिंहसार्थबाहुया प्रतिककथं चकंदः
दय्काः जात्रा याय्गु चलन आःतकं
न्ह्यानाच्वंगु दनि ।

अथे हे, चीरदहन याय्धुंकाः
छ्मुरि जाकिया जा थुयाः तिंख्यलय्
गुरुमापा राक्षसयात नके यंकेगु प्रसङ्ग नं
दु । यैंया मस्तयत्त गुरुमापा खुयायंकाः
नयाच्वंगुलिं मस्तय् मां अबुपिं
इतुम्बहालय् च्वंमह केशचन्द्रयाथाय्
धाःवंबलय् केशचन्द्रया उजं कथं
गुरुमापायात ज्वना हयाः आर्वलि
मस्तयत्त रक्षा याय्माःगु व तिंख्यलय्
तुं च्वनेमाःगु वाचा ल्हाकाः उकिया
पलेसा गुरुमापायात दच्छिया छक्वः
होलीपुन्हिकुन्हु छ्मुरि जाकिया जा व
छ्मह म्येय्या लानाप थ्वं, अय्लाःनापं

चौरासी व्यन्जन नकेयंकेगु चलन दय्
कूगु खः धाइ । थ्व चलन आःतकं ल्यं
दनि । गुरुमापायात नकेत यंकेगु जा,
थ्वं, अय्लाः व चौरासी व्यन्जन व ला
कुबियाः हे यंकेमाः । थथे यंकीबलय्
इयासि नासि इयासि नासि बोल वय्क
बाजं थानाः यंकेगु याइ । थुक्रिया छ्मू
गुथि हे दु । गुथियारत सकलें तिंख्यलय्
वनाः गुरुमापायात जा छाय्धुंकाः अन
तुं भव्य नयाः लिहांवइ ।

होलिपुन्हिकुन्हु हे ख्वपय् राधा
व कृष्णया दथुइ रंग छ्वाकाः होली
म्हितेगु स्मरण यानाः चाँगुनारायणय्
वंशगोपालया खः जात्रा तान्त्रिक विधिं
पूजापाठ यानाः राधाकृष्ण, रुक्मिणीया
बालाःगु मूर्तिसहित नगर परिक्रम यानाः
हनी ।

नेपाःया तराई लागा व
भारतया थीथी थासय् धाःसा सत्ययूगय्
दैत्यराज हिरण्यकश्यपुं थः काय्
प्रल्हाद विष्णुभक्त जूगुलिं तःक्वःमछि
स्यायत्त कुतः याःसां असफल जूगुलिं
ब्रम्हापाखें मिं मथीगु वरदान कयातःमह
थः केहें होलिकाया मुलय् प्रल्हादयात
तयाः च्यानाच्वंगु मिइ फ्यतुकाः
च्याकेगु कुतः याइ । तर द्यःया वरदानया
दुरुपयोग याःगुलिं होलिका हे मिं पुनाः
सी तर भक्त प्रल्हादयात धाःसा छुं नं
जुइमखु । थथे सत्यया न्हयःने असत्य
बूगु व सत्य त्याःगु लसताय् होली
म्हितेगु याइ ।

हरेक मंगलवार

राष्ट्रियताको लागि समर्पित



मेरो साप्ताहिक

मेरो साप्ताहिक Mero Saptahik

मालाः मालाः ब्वनादिसैं ।



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 ।

रञ्जना युनिकोड फन्ट सार्वजनिक



नित्या रञ्जना युनिकोड फन्ट सार्वजनिक जुगु दु। म्हिगः शनिवाः नेपाल कला परिषदय् छगु ज्याभूवः दथुइ येँ महानगरपालिकाया उपमेयर सुनिता डंगोलं नित्या रञ्जना युनिकोड

फन्ट पितबज्या यानादीगु खः।

थौया इलय् डिजिटल युगय् लिपीया संरक्षण व प्रवर्द्धन यायेगु कथं डिजिटल मार्केटय् दुहावने माःगुलि क्यालिजात्रा फाउण्डेशन व भारतया

प्रतिष्ठित फन्ट डिजाइन कम्पनी छगु टाइपया सहकार्यय् रञ्जना युनिकोड फन्ट विकास यानागु खः। धका क्यालिजात्रा फाउण्डेशनया अध्यक्ष आनन्द कुमार महर्जनं धयादीगु खः। महर्जनया कथं थुगु रञ्जना युनिकोड फन्ट हलियकं निःशुल्क कथं छ्यलेफइगु व देवनागरी युनिकोडया नापं नेवाः युनिकोडय् न उपलब्ध यायेफइ धका धयादीगु दु।

उगु ज्याभूवल्य् रञ्जना लिपीबारे स्वर वर्ण, व्यञ्जन वर्ण व ल्याः गुकथं च्वयेगु धका रञ्जना लिपीइ टाइप याना न क्यःगु खः। नापं आर्ट कार्टुनिसलय् रञ्जना फन्ट च्वयातःगु आखःया बज्या न जूगु खः।

बसन्तपुली सम्पदा मैत्री गमला स्टाण्ड



बसन्तपुली सम्पदामैत्री गमला स्टाण्ड तयेगु ज्या जूगु दु। २६१ क्वःगु सेना दिवसया लसताय् श्री शार्दुल जंग गुल्मपाखें बसन्तपुर हरियाली सौन्दर्यीकरण अभियान विस्तार कार्यक्रम अन्तर्गत सम्पदामैत्री गमला स्टाण्ड तःगु खः।

श्री शार्दुल जंग गुल्मया गुल्मपति सेनानी पूर्ण प्रजापतिया परिकल्पना कथं तयार याःगु उगु गमला स्टाण्डया उलेज्या वंगु बिहिवाः नवनियुक्त युवा तथा खेलकूद मन्त्री विराजभक्त श्रेष्ठ यानादीगु खः। ज्याइवल्य् बागमति प्रदेशया सांसद शैलेन्द्र वज्राचार्य, वडा नं. १९ व २० या वडाध्यक्ष, कामनपा हनुमानधवाखा दरवार क्षेत्र संरक्षण

कार्यक्रमया प्रमुख चन्द्रगोपाल प्रधान, इन्द्रजात्रा व्यवस्थापन समितिया अध्यक्ष गौतम शाक्यपनि उपस्थिति दुगु खः।

ज्याइवल्य् न्ववानादिसें गुल्मपति भाजु प्रजापति न्हापा बसन्तपुरय् जुइगु अस्तव्यस्त पार्किङ समस्या समाधान यायेत वि.सं. २०७७ सालय् शार्दुल जंग गुल्मपाखें बसन्तपुरय् सौन्दर्यीकरण ज्याइवः संचालन यानागु खँ कनादिल। ज्याइवल्य् न्ववानादिसें मन्त्री श्रेष्ठ नेपाली सेनाया अग्रसरताय् तसकं बांलाःगु ज्याया सुरुवात जूगु धासैं स्थानीयतय्सं नं थ्व अभियानया अपनत्व कायेमाः धयादिल।

यलया बालकुमारी देगःया उलेज्या

राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलं बुधवाः छगु ज्याइवःया दथुइ नकर्तिनि पुनर्निर्माण जूगु यलया नांजाःगु बालकुमारी देगःया उलेज्या यानादिल। २०७२ सालया तःभुखाचं क्षति जूगु थुगु देगः यल महानगरपालिका व चन्दादाताय् ग्वाहालिं पुनःनिर्माण याःगु खः।

ज्याइवल्य् न्ववानादिसें राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलं सुन्दर प्रकृति व वैभवशाली संस्कृतिं नेपाःयात विश्वया आकर्षणया केन्द्रय् दयेकाबिउगु खँ धयादिल। थ्व इवल्य् वयकलं येँ, यल व ख्वपया महत्वपूर्ण ऐतिहासिक सम्पदा पुनःनिर्माण यानाः जीवन्त यायेगु कुतः जुयाच्वंगु तसकं च्वछायेबहःगु ज्या जूगु धासैं थज्याःगु ज्यां पर्यटन प्रवर्द्धनय् तःधंगु ग्वाहालि यानाच्वंगु खँ धयादिल।

‘स्वनिगः कला व बहुसंस्कृतिया



वैभवशाली शहर खः। यल महानगरपालिकां यक्व सम्पदा पुनःनिर्माण यानाः जीवन्त यायेत स्वःगु तसकं न्हयथनेबहःगु ज्या खः। देय्न्कंया स्थानीय तहया दथुइ यल महानगर उदाहरणीय पालिका जुइत सफल जूगु दु। थनया अनुशरण मेमेगु स्थानीय तहं नं यानावनेगु खःसा देय् समृद्ध जुइ धयागु खँ विश्वस्त जुइफइ’ वयकलं धयादीगु दु। ज्याइवल्य्

न्ववानादिसें यल महानगरपालिकाया प्रमुख चिरिबाबु महर्जनं देगः, फल्चा, सतः थेंज्याःगु पुरातात्विक महत्वया सम्पदा दयेकेबलय् सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ ई पंगः थनाच्वंगु धासैं थ्व ऐन संशोधन यायेमाःगु खँ धयादिल। थ्व इवल्य् वयकलं थःगु कार्यकालय् आःतकया दुने १५५ गू सम्पदा पुनःनिर्माण, जीर्णद्वार यायेधुनागु खँ धयादीगु खः।

मेडिसिटीइ मृगौला प्रत्यारोपणया दच्छि पूवन

यलया नख्खुइ च्वंगु नेपाल मेडिसिटी अस्पतालय् नं जलास्यैया प्रत्यारोपण जुया वयाच्वंगु दु। ‘मृगौला दिवस’ व मेडिसिटी अस्पतालय् जलास्यै प्रत्यारोपण सुरु जूगु दछि दुगु लसताय् मेडिसिटीइ मंगलवाः जूगु छगु ज्याइवल्य् अस्पतालय् आःतक २३ गू सफल जलास्यै प्रत्यारोपण जुइधुकूगु जानकारी बिउगु खः।

मेडिसिटीइ वंगु २०७९ माघं निसें जलास्यैया प्रत्यारोपण सुरु याःगु खः। थ्व दछिया दुने जलास्यै प्रत्यारोपण याःपिं २३ म्ह मध्ये भिर्न्हय्दें निसें ६५ दँ तक दुपिं ल्वगित दुगु खँ धाःगु खः। थुपिं ल्वगिपिं मध्ये गुलिसितं मांम्हं, गुम्हेसित भाःतं, गुम्हेसितं कलातसा गुम्हेसित जिचादाजुं, गुम्हेसितं ससःमामं जलास्यै दान याःगु खः। थये दान याःपिं मध्ये भिर्न्हय्दें मिसा

व न्हय्मिजं दुगु खःसा जलास्यै काःपिं भिर्न्हय्दें मिजं व न्हय्मिजं मिसा दुगु जानकारी नं बिउगु दु।

मेडिसिटीइ जलास्यै प्रत्यारोपण याःपिं अप्वः धयाथें विरामीतय् जलास्यै स्यंगु कारण उच्च रक्तचाप व चिनिन्वय् हे जूगु खँ अस्पतालया नेफ्रोलोजी तथा मृगौला प्रत्यारोपण विभागया प्रमुख डा. प्रकाश पौडेलं धयादीगु दु।

जयश्री समाजपाखें दाफा म्ये न्हयब्वल



जयश्री संगीत समाजया ग्वसालय् ‘हर्मोनी अफ ट्रेडिसन’या नामं वंगु आइतवाः राष्ट्रिय नाचघरय् नीम्ह ल्याय्म्ह कलाकारपिसं स्वनिगःया नेवाः समुदायं न्ह्याका वयाच्वंगु परम्परागत संगीत न्हयब्वल। ज्याइवल्य् रिं, ताः, बबू, तबला, नगडा, पछिमा, पोंगा, सितार, बाँसुरी, हार्मोनियम, सारंगी सहित गणेश ग्वाराया दाफा म्ये न्हयब्वःगु खः। अथेहे वरिष्ठ सरोदवादक

सुरेश राज वज्राचार्य, सितारवादक विजयलाल श्रेष्ठ व तबलावादक लक्ष्मीप्रसाद डंगोल व निमेश कपालीपिसं शास्त्रीय संगीत न्हयब्वःगु खः।

ज्याइवःया अन्त्यय् सकलें कलाकारपिं जानाः फुकक बाजंया संयोजन यानातःगु वाद्यवृन्द न्हयब्वःगु खः। ज्याइवल्य् येँ महानगरपालिकाया उपमेयर सुनिता डंगोल मूपाहाँ कथं भायादीगु खः।

नेवाः सरोकारया अनलाइन पत्रिका

Swoniga Online

नेपालभाषाया अनलाइन पत्रिका

लहना न्यूज

www.lahananews.com

Binod Maharjan
9841369552, 9808644666

बि.आर्ट्स

B. Arts

Nayabazar, Kirtipur
4335491, b.arts4335491@hotmail.com

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

ज्यापु संस्कृति विकास कोषं चौताराय् बाजं लःल्हात



बाजं लःल्हासें समाजसेवी लक्ष्मण गमाल ।

ज्यापु संस्कृति विकास कोषं सिन्धुपाल्चोकया चौताराय् च्वंगु सिन्धु नेवाः खलःया लिसें थीथी पुचःयात साँस्कृतिक बाजं लःल्हाःगु दु । कोषया उपाध्यक्ष सन्त कुमार महर्जनया कथं हार्मोनियम निगः, तबला निज्वः, पछिमा निगः, झ्याली न्यागू, मादल निगः ताः छज्वः लःल्हाःगु खः । कोषं थथे हे यानाः यँया ६३ गू त्वाः, थाहा नगरपालिका, ख्वप व भारतया सिक्कम लगायतया थासय् संस्कृति संरक्षण व सम्बर्द्धनया ताःतयाः बाजं

लःल्हायेगु ज्या यायेधुंकूगु खँ उपाध्यक्ष महर्जन कनादीगु दु । वंगु आइतवाः चौताराय् ग्वसाः ग्वःगु छगू ज्याइवःया दथुइ कोषया अध्यक्ष मंगलकृष्ण सिंह, उपाध्यक्ष सन्तकुमार महर्जन, ज्यापु महागुथि नेपाःया पदाधिकारीपिसं सिन्धु नेवाः खलः, म्हसिका पुचः, भिंतुना मां पुचः व ज्योतिष परिषदयात बाजं लःल्हाःगु खः ।

ज्याइवल्य् न्ववासें संस्कृति अभियन्ता ध्रुव श्रेष्ठं तौराया नेवाः संस्कृति संरक्षण यायेगु नितीं स्थानीय

तहं स्वयाः स्वनिगःया नेवाः समुदायं हे अप्वः ग्वाहालि यानाच्चंगु खँ धयादिल । ‘थनया संस्कृति बचे यायेत थनया हे स्थानीय तहं प्रभावकारी भूमिका म्हिंते फयाच्चंगु मद्दु, बरु स्वनिगःया नेवाः समुदायपाखें ग्वाहालि जुयाच्चंगु दु ।’

संस्कृतिकर्मी कुमार रजितया समन्वयय् चौताराय् बाजं लःल्हायेगु ज्या जूगु खः । ज्याइवल्य् न्ववासें सम्पदा संरक्षण गुथि चौताराया अध्यक्ष रविन्द्र श्रेष्ठं २०७२ सालया तःभुखाय् लिपा चौताराया कृष्ण मन्दिरय् दिनाच्चंगु हाकनं भजन सुरु यायेत स्थानीयतयुत निःशुल्क भजन प्रशिक्षण बिया वयाच्चनागु खँ कनादिसें आः वितरण याःगु बाजं नं भजन यायेत ग्वाहालि जुजुगु खँ धयादिल ।

अथेहे म्हसिका पुचःया उपाध्यक्ष गुणकेशरी श्रेष्ठं थनया नेवाःतय्के नेवाः भाय् हे मवःगुलिं भाषा प्रशिक्षक नं छवयाहयाबीत कोषयात इनाप यानादिल ।

हलिं नेवाः गुथिया भिन्त्याक्वःगु दँमुँज्या



हलिं नेवाः गुथिया भिन्त्याक्वःगु दँमुँज्या शनिवाः चैत्र ३ गते नेवाःतय्गु पुलांगु वस्ती पालुङ्गय् तःजिक जूगु दु । मकवानपुर जिल्लाया थाहा नगरपालिकाय् नेवाः वस्तीत मध्ये ऐतिहासिक नापं साँस्कृतिक थाय् पालुङ्गय् जूगु खः ।

बागमती प्रदेशया सामाजिक विकास मन्त्री कुमारी मोक्तानया मूपाहाँ कथं भागु उगु ज्याभवलय् हलिं नेवाः गुथिया केन्द्रीय नायः विनोद महर्जनया सभाध्यक्षताय् जूगु खः । ज्याइवल्य् थाहा नगरपालिकाया

मेयर विष्णुबहादुर विष्ट, नेवाः देय् दबूया केन्द्रीय नायः पवित्र बज्राचार्य विशेष पाहाँ कथं भायादीगु खः ।

ज्याइवल्य् हलिं नेवाः गुथिया केन्द्रीय नेतृत्वय् च्वना ज्या याना वने धुंकूपिं जुजुमान श्रेष्ठ, रिजु श्रेष्ठ, शान्ति श्रेष्ठ व समाजसेवी लक्ष्मण गमालयात हनापौ लःल्हाःगु खः । अथे हे थाहा नगर दुनेया नेवाः वस्तीतयुत दुथ्याका संस्कृतिक संरक्षित क्षेत्र घोषणा यायेगु नितीं नगरपालिकां दयेकूगु कार्यदलय् च्वना ज्या यानाच्चिपिन्त संगं पौ लःल्हाःगु खः ।

उपभोक्ता अधिकारको रक्षा गरौं ।

- उपभोक्तालाई आधारभूत वस्तु र सेवाको सूचना, पहुँच, छनोट, सुनुवाईको अधिकार हुन्छ ।
- प्रत्येक उपभोक्तालाई गुणस्तरीय वस्तु र सेवा प्राप्त गर्ने,
- गुणस्तरहीन वस्तु र सेवाबाट हानी पुगेमा क्षतिपूर्ति पाउने हक हुन्छ ।

उपभोक्ता हकको रक्षा गरौं,
विश्व उपभोक्ता दिवस भव्यरूपमा मनाऔं



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

ललितपुर महानगरपालिका-१६ वडा कार्यालय र अरनिको समाजको संयुक्त आयोजनामा

बृहत निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर

मिति: २०८० फागुण महिना र चैत्र दोस्रो सातासम्म प्रत्येक शनिबार

फागुण ५ गते	फागुण १५ गते	फागुण २५ गते	फागुण ३५ गते	चैत्र ३ गते	चैत्र १३ गते
आयुर्वेद चिकित्सा	कुष्ठ रोग चिकित्सा	आयुर्वेद चिकित्सा	कुष्ठ रोग चिकित्सा	कुष्ठ रोग चिकित्सा	कुष्ठ रोग चिकित्सा

समन्तः हरक शिविर विहङ्ग ६ बजेदेखि १२ बजेसम्म

सहयोगी: १६ वडा स्वास्थ्य कार्यन्वयन समिति

शिविरसभको परामर्श अनुसार परीक्षण गर्न आउनेहरूलाई निःशुल्क औषधी शिटरण गरिने छ ।

FIBER नेपाल टेलिकमको NT FIBER सेवा

INTERNET TELEVISION TELEPHONE MOBILE DATA

सेवा जडान तथा मर्मतको लागि: १५८

www.ntc.net.np | instagram.com/nepaltelecomofficial | facebook.com/NepalTelecom.NT | X/ndcl_nt