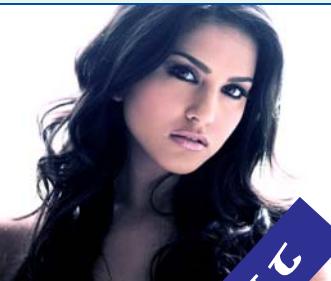


मिस नेवाः
सुनिता डंगोल
लिसे छभाः



पेज ३

; gl Inofɔoft
lakf; fof a]f: tf



पेज ८

In;]

- /fhgllt ÷lj rf/
- ylyl ; dfrf/
- p; fɬ\
- ; dɪm-kj; g
- ; #sft
- ; flxTo
- sf; fVoM
- l; /kfm sf; f

इहिपाः बह्यः हे डिभोर्स !

■ दि. दि. शि. यल

जीवनय गबले नं मखु छता ज्या यायेमखु धइगु मनोकांक्षा सकस्यां दइ, तर चायेकं मचायेकं थःमं गबले हे मनं तकं मतुनाःगु अज्याःगु दुर्घटना जुयाः हे च्वनी । गुलिसियां चीधंगु, गुलिसियां तःधंगु हे दुर्घटना जुयाः च्वनेफु । अले व समाजय न्ह्यःने छर्लङ्ग जुइ । गुकिं यानाः समाजय खाः ब्यायाः जुइत थाकुइ, स्वयम् उगु दुर्घटनाय लाःमह मनु व थःहे परिवारया दुर्जापिं मछालाः थः च्वनाः च्वनागु छेँ, वुं जक मजुसे थाय्वाय् त्वःतेत तकं वाध्य जुइ ।

थज्याःगु दुर्घटना थःहे शत्रुयात नं मजुइमाः धइगु मनसाय स्वयम दुर्घटनाय लाःमह व्यक्तिया मनसाय तकं थज्याःगु हे जुइ । तर विडम्बना थ्व भीसं मनं तुनेवं अथे जुइगु अले मनं मतुनेवं अथे मजुइगु धकाः धायेमफु । दुर्घटना जीवनय अनेककथंया जुइ, तर थौकन्हय्या ल्याय्मह, ल्यासेपिनिगु दथुइ थज्याःगु घटना आपालं जुयाच्वंगु दु । अफ धाये विशेष यानाः प्लस टु ब्वनाच्वीपिं विद्यार्थीपिनिगु दथुइ थुगु घटनां थाय् कयाच्वंगु दु ।

थौकन्हय् नकर्तनि कैां जायाःवपिं ल्याय्मह ल्यासेपिं शिक्षा लिसलिसे मेमेगु चीज नं सयेकाः हयाच्वंगु दु । गुकियात थःमं कःघायेमफुत धाःसा मखुगु थासय् लाःवनीगु स्वभाविक खः । थज्याःगु हे घटनात मध्ये थौकन्हय् अप्वयाः च्वंगु चीज धइगु डिभोर्स खः । डिभोर्स धायेबलय् भीसं सहजरुपं धुकुमाः यायेफुकि थ्व खँवः इहिपालिपा जक छयलाबुलाय वयेगु याइ । तर थौकन्हय् थथे मजुसे इहिपाः न्ह्यः हे थ्व खँवलं गाककं थाय् कायेधुकुगु दु । खँ थुलि हे जक खः कि थुकियात प्रचार प्रसारय् हयेगु वा महयेगु उलि हे जक खः ।

थज्याःगु हे दुर्घटनापाखें बञ्चित जुयाच्वीपिं छुं छुं भाजु/मयजुपिनिगु विचाः थनं न्हयःब्वयेगु कुतः यानागु दु । तर थ्व स्वयाः न्हयः थ्व खँया जानकारी विइकि थुगु खँया जानकारी थौकन्हय् थाय् थासय् चायेकाःतःगु मेरी स्टोप्सय् वःपिं नकर्तनि भिन् च्यादँ निसं नीनिदँया ल्यासे ल्याय्महपिनिगु विचाः खः ।

“मतिना जिं सच्चा मनं यानागु खः,

तर जोशय होश मन्त कि थःथमं गालय् क्वःवाय् यः धइगु खँ जिं थौं बांलाक्क थुल, पलखया रोमान्टिकं थौं जिगु जीवन बर्वाद थें हे जुल, नत जितः वं इहिपाः यायेत तयार जुल, नत बिस्वु वनेत हे तयार जुल, वयागु खँ न्यनाः थौं थःगु जीवन गालय् क्वःफाये लात, यदि थज्याःगु खँ छँय्या परिवारं सिलः धाःसा जिं छु यायेगु जिं विचाः तक्कं यायेफुगु अवस्था मनु । थौं व वेइमान जिगु सम्पर्कय मनु । आः वयाः जि ‘न घरको न घाटको’ थें जूगु दु । उकिं थुगु हे पत्रिकापाखें थौकन्हय्या ल्याय्मह ल्यासेपिं जिं छु धाये धाःसा सुयागु नं लहलहैलय् वनेमते, दकले न्हापां थःगु छँया परिवार लुमंकाः दिसं, थःगु अमूल्य जीवनयात

छक्कः लनाः दिसं । थौं जिं व वेइमानयात त्वःताः छवयाः, मस्यु जितः न्हयलय् ज्वलय् गुलितक्क दुःख बीगु खः”

थःगु नां मधायेगु शर्तय् छम्ह मयजुं मिखां खवि हायेकाः थःगु मनयात चिनाः प्कादीगु वास्तविक नुगः खँ खः थ्व । थज्याःगु दुर्घटना वय्कःयात जक मखु, यक्वसित जुयाच्वंगु दु, छख्य थःगु जीवन स्यनाच्वंगु दुसा मेख्य धेवा मनु मनु फुकाः च्वनेमाःगु दु । थ्वहे भवल्य छगू मेरी स्टोप्सया मनूलिसे खँलाबला यानागु दु

वयकलं थःगु नां व ज्याक्या नां मधायेगु कडा शर्तय् विचाः तयादिल ।

जिमिगु ज्या धइगु व्यवसायिक खः अथे धायेवं तुं जिमिसं सुइत नं ब्यायक मेलिड धाःसा यानागु मनु । जिमिसं थज्याःगु एबोर्सन न्हि न्याम्ह निसं भिम्ह तक्क नं यानागु दु । थज्याःगु केश थौकन्हय् जिमिथाय् जक मखु थज्याःगु आपालं मेरी स्टोप्सय् थज्याःगु ज्या जुयाच्वंगु दु । गुलिसिनं व मनूया नां, थाय्वाय, मोबाइल नं. तक्कं कयाः छगू कथं ब्यायक मेलिड थें नं यानाच्वंगु न्यनेदु ।

व नापं वःमह मनु छं भाःत खःला ?, व्वाई प्रेण्ड खःला ?, छिमिगु सम्बन्ध छु दु ?, परिवारं स्यू कि मस्यु छिमिगु सम्बन्ध आदि खँत न्यनाः दुःख बीगु तक्कं यानाच्वंगु दु । अले फक्कः यक्कः धेवा न ये त स्वइ । तर जिमिसं थ थे छता यानागु

मनु, जिपिं नं म्वायेमाः, जिमिसं यानाः कन्हय् छुं उखेथुखे जुलघाःसा जिपिं नं जिम्मेवार जुइ, धेवा कयाः थज्याःगु ज्या यायेगु धायेवं तुं सुयागु जिन्दगी स्यंकेगुपाखे जिपिं मवनाः । खः, सेक्स धइगु चीज कीचां निसं कयाः सर्कासित माःगु खः तर थौकन्हय्या ल्याय्मह ल्यासेतय्सं कन्हय् भविष्ययात कयाः विचाः यानाच्वंगु खनेमनु । पलख न्हयइपुकेगु धायेवंतुं मनूतय्सं बांलाक्क विचाः हे मयासे थज्याःगु यौन सम्पर्क थेंज्याःगु ज्याय पलाः तयेगु थ्व पाय्छि

मजु, यदि छुं जुयाः यौन सम्पर्क तयेमाल धाःसां नं थौकन्हय् बजारय् अस्थायी साधनत न्यायेगु दु तर उमिसं उकियात उलि छयलाः च्वंगु मनु । थन वइपिं मनूतय् जिमिसं न्यनेगु नं यानाः छिकपिसं बजारय् थज्याःगु अस्थायी साधनत न्यानाः छयलेगु मयानाःला ? धकाः तर अप्वः मनूतय्गुपाखें थ्वहे लिसेः वइकि जिमिसं नं स्यू तर नं बजारय् वनाः न्याःवने धाःसा जिमित मछाः । बजारय् वनाः भितका धेवा पुलाः थःत माःगु सामान न्यायेत मछाः तर थन वयाः दुलंङ्गः धेवा फुकेत मछाः मजुला धकाः तक्कं न्हयसः तयेगु यानाः तर, अःखतं ल्वापु थें तक्कं नं जुइगु याः ।

थ्व जुल छगू मेरी स्टोप्सय् ज्या यानाः च्वनादीम्ह छम्ह मयजुया विचाः खः । अवश्य नं खः भी मनूत माःथाय् मछालाः जुइगु म्वाःथाय् न्हयःने जुयाच्वनेगु बानि दु । तर अथे धायेवं तुं थज्याःगु ज्या यायेत भचा विचाः यायेगु हे बांलाइ । कन्हय् वयाः थुकिं गज्याःगु तक्क लिच्वः लाकेफु धइगु थौकन्हय्या शिक्षित मनूतय्सं मस्युगु ला पक्कां नं मखु जुइ ।

उकिं थज्याःगु ज्याय यदि पलाःतय् हे मालघाःसां नं बांलाक्क थुइकाः, विचाः यानाः जक पलाःतय्गु बांलाइ । जिन्दगीइ छक्कः बांमलाक्क धोका नल कि लिपा थ्यंउगु हे घटनां थःत दुःख वियाच्वनी । उकिं सुं नं मनूतय्सं थज्याःगु ज्याय पलाःतय् न्हयः थःमं बांलाक्क विचाः याये ।

थुकिइ छँया परिवारपाखें नं बांलाक्क विचाः यायेमाःगु आवश्यकता खनेदु । थः मस्त गज्याःगु लँपुइ वनाच्वंगु दु धइगु । कन्हय् वनाः थः मस्त बांमलाःगु लँपुइ मवनेमाः धइगु खःसा इलय् ब्यलय् थः मस्तय्गु बारे च्यूताः तयेगु नितिं स्कूल, कलेज, ज्याकू आदि थासय् वनाः नं थः मस्तय्गु बारे न्यनेकने यायेगु बांलाइ । कन्हय् वनाः थज्याःगु दुर्घटना मजुइमाः कि इहिपाः न्हयः हे डिभोर्स ! यायेगु परिस्थितिइ थः मस्त मलायेमाः । उकिं इलय् हे विचाः याये ।

Pto. SUMAN
9843118043
9813387375

NEWA TATTOO INN

DREADLOCK BODY PIERCING

Email: tattoonewa@gmail.com
Swan Chapu marg, Chhetrapati

Note: Contact us for any kinds of Arts

अमाचाट, विचाट, म्बोटंजव
ब्लग, क्रिया, अक्रिया
नेपालभाषाया पत्रपत्रिका
य मेमेगु धीधी हलंजवलं

सकतां नेवाःभासं

थ्व सकतांया लागि
छिगु गन्तव्य

नेपालमण्डल.कम
http://www.nepalmandal.com

सम्पादकीय

विश्वव्यापक न्यनाच्वं पि नेवाःतय्गु मंकाः संस्था हलिं नेवाः दबू (वर्ल्ड नेवाः अर्गनाइजेशन) पाखें थुगु वालय् यैय् छगू ज्याइवः यानाः नेपाः सचिवालय् नीस्वंगु दु । वर्ल्ड नेवाः अर्गनाइजेशन वंगु दैय् लण्डनय् नेवाःतय्गु न्हापांगु विश्व सम्मेलन याःगु खःसा थुकिया नितिं निदैं न्ह्यःनिसैं तदर्थ समिति स्वनाः तयारी याःगु खः । खला थुगु संस्था दयेकेत जूगु कुतः छगू दशकं मयाये धुंकल ।

संस्थापनकालनिसैं थुगु संस्थायात वयाच्वंगु छगू द्वपं थै थव नं जुयाबिल कि थुगु संस्था नेपालपिने च्वनाच्वं पि नेवाःतय्गु छगू 'एनजिओ' खः । थुगु वालय् थुगु संस्थाया सचिवालय नेपालय् स्वनेगु ज्या थये धाइपिन्त बांलाःगु लिसः ज्याब्यूगु दु ।

खः, थौं नेवाःत नेपालय् जक सीमित मजुसैं विश्वया यक्व धैथें विकसित देशय् च्वनाच्वंगु दु - ब्वनेगु नितिं, उद्यम व्यवसाय वा मेगु छुंया नितिं । न्ह्याथाय् वंसां इमिगु ऐतिहासिक व भावनात्मक स्वापू नेपाःनाप गबलें त्वाःथले फइमखु । अले इमिसं याइगु हरेक ज्याय्, इमिसं याइगु हरेक उन्नतिया हिस्सा नेपाःया वाफय् नं खः मधसैं मगाः ।

नेपालपिनेया नेवाःतय् नं संगठनात्मक रूपं कःघायेगु ज्या वर्ल्ड नेवाः अर्गनाइजेशनं याना वयाच्वंगु ला द हे दु, उकिया अलावा नं पिने जुइगु न्ह्यागु कथंया ज्याइवलय् नं नेवाःतय् मू उद्गमस्थल नेपाःगाःया नेवाःतय् छुं कथं कःघायेगु व थनया नेवाःतय् जुयाच्वंगु सुख दुःखया अंश जुयाः समन्वयया भूमिका निर्वाह यायेगुलिइ वर्ल्ड नेवाः अर्गनाइजेशनयात ग्वाहालि यायेगुलिइ भी सकलें न्ह्यःचिलेमाः ।

वर्ल्ड नेवाः अर्गनाइजेशनया नेपालय् सचिवालय नीस्वन



आइतवाः यलया कुपण्डोलसं च्वंगु सातोआकि स्मृति भवनय् जूगु छगू ज्याभवःया दथुइ नरेन्द्रभक्त हाडाया कजित्वय् गुम्ह दुजः दुगु सचिवालय नीस्वनेगु ज्या जूगु खः ।

उगु सचिवालयसं गणेशराम लाछि, शाक्य सुरेन, अर्थ तुलाधर, कस्तुरी श्रेष्ठ, रश्मिमा प्रजापति, पुष्कर माथेमा, श्रीकृष्ण महर्जन व रत्नकाजी महर्जनपिं दुजः कथं च्वनादीगु खः ।

उगु इलय् संगठनया मू संरक्षक सत्यमोहन जोशी, संरक्षक प्रा. माणिकलाल श्रेष्ठ, नेवाः स्वायत्त राज्य मंकाः संघर्ष समितिया सचिवालय कजि मल्ल के. सुन्दर, नेवाः देय् दबूया नायः नरेश ताम्रकार, डा. महेशमान श्रेष्ठ लगायतपिंसं थःथःगु नुगः खँ तयादीगु खः ।

अथेहे ज्याभवलय् वर्ल्ड नेवाः अर्गनाइजेशनपाखें नेवाः देय् दबूयात थःथः नेवाः भाय् सयेके सफू पिकायेगु नितिं ७० हजार तका अथेहे रत्नकाजी मनं दयेकादीगु 'मुद्दा' नांया नेपालभाषाया सँकिपाःया नितिं ल्यंदनिगु ग्वाहालि कथं ३० हजार तका धेवा लःल्लानादीगु खः ।

पत्रकार दबूया स्वप कचा नीस्वन

ख्वप (नेपाः सः)

भाजु के.के. मानन्धरयात नायः ल्यसैं नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूया ख्वप जिल्ला कचाया न्हापांगु अधिवेशन कचाःगु दु । उगु अधिवेशनपाखें न्वक दिपक श्रेष्ठ व कृष्ण प्रजापतियात ल्यःगु दुसा अथेहे छ्याञ्जे, ल्यू छ्याञ्जे व दाँभरिसं सिमान्त शिल्पकार, रिता सुलु व सुमन श्रेष्ठयात ल्यःगु खः ।



मनमास न्ह्यातः चन्द्रमास कथं स्वदैय् छक्वः अप्वइगु छला अर्थात एक महिना थुगुसी न्ह्याःगु दु । अधिकतममास नं धाइगु थुगु लायात अनला धाइगु खः । थव मनमास ज्वःछि मच्छेगामय् च्वंगु थुगु मच्छेनारायण छःया थाय् मेला जुइगु याइ ।

थुकथं हे दुजलय् छसिकथं राजाराम नापित, प्रतिमा सैजु, विनोद कोजु, रिता क्वायनाबासु, सुन्दर शिल्पकारयात ल्यःगु दुसा पदेन दुजः कथं नारायण सुन्दर किलम्बु च्वनादीगु खःसा सल्लाहकारय् बाबुकाजी साछें, कृष्ण किसि व सुरेश सैजुयात ल्यःगु दु ।

ख्वप जिल्लाया प्रमुख जिल्ला अधिकारी जितेन्द्रबहादुर भण्डारी उलेज्या यानादीगु उगु अधिवेशनय् नेपालभाषाया न्ह्यलुवाः नरेन्द्रभक्त हाडा विशिष्ट पाहांकथं भायादीगु खः । अथेहे नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूया केन्द्रीय नायः श्रीकृष्ण महर्जन, नेपाल पत्रकार महासंघ ख्वप शाखाया नायः नारायण सुन्दर किलम्बु व बाबुकाजी साछें पाहांकथं भायादीगु खः ।

न्हापांगु जिल्ला अधिवेशन तयारी समितिया कजि कृष्ण किसिया सभापतित्वय् जूगु उगु ज्याभवः सिमान्त शिल्पकार न्ह्याकादीगु खःसा लसकुस मयजु प्रतिमा सैजु यानादीगु खः ।



किपाः नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ

गतिरोध कि स्थायित्व ?

अन्ततः संविधान सभा भंग जुल । थुकिया कारक तत्व धइगु न्ह्यः संविधान निर्माणया नितिं निर्वाचित दलतयसं संविधान निर्माणया ज्याय् स्वयाः नं सत्ताय् थःगु ध्यान केन्द्रित याःगुलिं हे खः धइगु अप्वःसिया बिचाः दु । खतुं संविधानसभाया निर्वाचनलिपा जक प्यम्ह प्रधानमन्त्री जुइधुंकेगु दु । संविधान निर्माणया ज्या इलय् सिमधया संविधानसभाया म्याद नापं थप जूगु दु । तर सत्ता केन्द्रित राजनीति व दलतयके खनेदुगु शंका-उपशंका, अविश्वासया कारणं इलय् संविधान जारी ला जुइ मफुत, मफुत, संविधानसभा नापं भंग जुल । अले थःपिसं ल्ययाःपिं जनप्रतिनिधितय्गुपाखें थःगु हक, अधिकार सुनिश्चित जुइकथंया संविधान वइ धइगु नेपाःमितय्गु आशय् हानं छकः फसं पुइकल ।

संविधानसभा भंग जुइमाःगुया हुनि थीथी दलतयसं थःथःगु तर्क न्ह्यःब्वयाच्वंगु दु । छगू दलं मेगु दलयात ब्वः विइगु नं यानाच्वंगु दु । थीथी बुँदाय् खँ मिलेजुसां प्रदेश व राज्यया खँय् मत मिले मजुसैलि इलय् संविधान जारी जुइ कि मजुइगु धइगु खँय् नेपाःमिया मनय् शंका नं ब्वलनाच्वंगु खः । अथे हे हरेक सहमति व निर्णय लिपांगु इलय् वयाः याइगु दलतय्गु ज्याखँ खनाच्वं पि नेपाःमितयसं पूमवंगु संविधान जूसां वइगु खः ला धइगु आशा नं यानाच्वंगु खः । तर संविधान मवल । संविधानसभा भंग जुल ।

संविधानसभा भंग लिपा संविधानसभाया चुनाव व संविधानसभाया पुनर्स्थापनाया खँ वल । सत्तापक्ष व विपक्षीतय्गु चुनाव व

पुनर्स्थापनाया खँय् सहमति वा समझदारी जुइ न्ह्यः हे छखे दलतय्गु दथुइ गठबन्धन, मोर्चा व समिकरणया कासा शुरु जुलसा मेखे सरकारं पेश याःगु संविधानसभा निर्वाचन सम्बन्धी निगू अध्यादेश, गथेकि - 'निर्वाचन सम्बन्धी केही नेपाल ऐन संशोधन गर्ने अध्यादेश २०६९' व 'संविधानसभा सदस्य निर्वाचन अध्यादेश २०६९' राष्ट्रपतिं अस्वीकार यानाबिल ।

सत्तापक्ष वा एकीकृत माओवादीया कुतलय् 'संघीय लोकतान्त्रिक गणतान्त्रिक गठबन्धन' नांया मोर्चा तयार जूगु दु । गुकिं एकीकृत माओवादी लिसे थीथी नीछ्गू दलया ब्वति दु । अथेहे विपक्षी दलतय्गु घोषित रूपं छुं मोर्चा मदुसां वर्तमान सरकारयात क्वःथलेगु तातुनां नेपाली कांग्रेस, एमाले, राप्रपा, माले, नेमकिपा, नेकपा माओवादी (वैद्य समूह) आदि थीथी विपक्षी दलतय्गु अघोषित मोर्चा तयार जुयाच्वंगु दु । संविधानसभा विघटन जुइधुंकेगु अवस्थाय् गठबन्धन वा मोर्चाबन्दीया गुलि औचित्य दु धइगु खँ छथाय् दुसा थव मोर्चाबन्दी अविश्वास, शंका-उपशंका, सत्ताया लिप्साय् तयार जूगु खः धइगु आक्षेप नं मदुगु मखु । उकिं थव मोर्चाबन्दी थीथी दलतय्गु दथुइ सहमति हयेत तिवः विइ

बिचाः

हरिकृष्ण डंगोल

कि कचवं ब्वलनि धइगु खँ नं मदुगु मखु । खय्त ला 'संघीय लोकतान्त्रिक गणतान्त्रिक गठबन्धन' या संयोजक व एकीकृत माओवादीया नायः पुष्पकमल दाहालजुं थव गठबन्धन सहमतिया नितिं कुतः व थव गठबन्धनं दलतयत् सहमतिया

नेपाःया राजनीतिक दलतयसं जनता व देय्या नितिं राजनीति यानाच्वंगु खःसा थःथःगु सत्ता स्वार्थ स्वयां नं देय् व जनताप्रति इमान्दार जुइमाःगु खः । दलतय्गु दथुइ असमझदारी व असहमति जुयाः ब्वलनाच्वंगु थीथी न्ह्यसःया लिसः विइत नं दलत संविधानसभाया चुनाव वा पुनर्स्थापनाया खँय् छगू मतय् वयेमाःगु दु । संविधान निर्माणया ज्याय् न्ह्यःज्यायेमाःगु दु । वास्तवय् आम नेपाःमितयसं देशय् राजनैतिक गतिरोध मखु, स्थायित्व चाहे जुयाच्वंगु दु । थौंया मू आवश्यकता नं थव हे खः ।

लंपुइ न्ह्यःज्याकि धयादीगु नं दु । तर एकीकृत माओवादी वा सत्तापक्षया थव पलाःयात विपक्षीतयसं सत्ता ताःहाकः यायेगु कथं स्वयाच्वंगु जक मखु, भइराई सरकारयात विस्थापन यायेगु तातुना थीथी विरोधया ज्या नं न्ह्याकाः वयाच्वंगु दु । तर भइराई सरकार विस्थापन जूसां, सरकारया नेतृत्व छुं दलं यायेगु, सु व्यक्तित्व

अस्वीकार यानाः ब्यूगु खः । सिफारिसया नितिं मन्त्रीपरिषदं छवःगु अध्यादेशयात राष्ट्रपतिं असांभिक धकाः याये ज्यू कि मज्यू धैगु न्ह्यःगु दु । इया अवस्थाय् वनाच्वंगु राजनीतिक परिदृष्यात ध्यान न्हाय् संविधानसभाया पुनर्स्थापना

जुइ कि मजुइ ? संविधानसभाया नितिं हानं चुनाव जुइ कि मजुइ ? दलतय्गु दथुइ सहमति जुयाः राष्ट्रिय सरकार गठन जुइ वा मजुइ ? धइगु छुं खँया नं निश्चितता मदयावंगु दु । अफ्न संविधान वइ कि मवइ ? वःसा गुबले वइ ? संविधान मवल धाःसा देय्या अवस्था छुं जुइ ? धइगु मू न्ह्यसः नं ब्वलनाच्वंगु दु ।

यद्यपि आःयात दलतय्गु दथुइ गतिरोध खनेदुसां द्वलन्द शहीदतय्गु बलिदानं बल्लतल्ल वःगु लोकतन्त्रिक गणतन्त्रयात स्थायित्व विइत नेपाःमिया भलसा कथं संविधान मवसैं मगाः । थव खँ देय्या मू राजनीतिक दल व दलया राजनीतिक नेतातयसं नं मस्युगु मखु । संविधान मवल धाःसा देय्या हालत अफ्न वामलाइगु खँ दलतयसं वाः चायेकाच्वंगु नं दु । दलतय्गु दथुइ द्वन्द्व तब्याः जुजुं वनकि देशय् अफ्न मेगु द्वन्द्व शुरु जुइफूगु खँ सकस्यां वाः चायेकाः हःगु दु । उकिं दलतय्गु दथुइ सहमति व समझदारी जुयाः याकनं संविधान जारी जुइमाःगु खँय् सुयां विमती मदयेफु ।

नेपाःया राजनीतिक दलतयसं जनता व देय्या नितिं राजनीति यानाच्वंगु खःसा थःथःगु सत्ता स्वार्थ स्वयां नं देय् व जनताप्रति इमान्दार जुइमाःगु खः । दलतय्गु दथुइ असमझदारी व असहमति जुयाः ब्वलनाच्वंगु थीथी न्ह्यसःया लिसः विइत नं दलत संविधानसभाया चुनाव वा पुनर्स्थापनाया खँय् छगू मतय् वयेमाःगु दु । संविधान निर्माणया ज्याय् न्ह्यःज्यायेमाःगु दु । वास्तवय् आम नेपाःमितयसं देशय् राजनैतिक गतिरोध मखु, स्थायित्व चाहे जुयाच्वंगु दु । थौंया मू आवश्यकता नं थव हे खः ।

स्पेयर घःचाः

न्यने दु, थौं कन्हय् भारतीय च्यानलतयसं प्रशारण याइगु थीथी नांया टेलिसिरियलतयसं मनूतय परिवार तछ्यायेगु ज्या

नेपालय्
सुरेश किरण

यानाचन । भारतीय च्यानलया फुक्क हे टेलिप्याखंत थौं कन्हय् त्रिकोणात्मक प्रेम मखु त्रिकोणात्मक वैवाहिक बाखं ज्वनाः न्हयःने न्हयानाचंगु दु । मिजं पात्र जूसा छेंय कलाः, पिने मिसा । मिसा पात्र जूसा छेंय भाःत, पिने ल्यवः । गोलाधया थुगु कुनाय् च्वनीपिं सभ्य नागरिकतय् यौन जीवन नं थुलि अराजक जुडुधुकल धइगु खँया दिव्य ज्ञान गुलिस्त्रां ला ध्वहे सिरियलत स्वयाः तिनि प्राप्त यात जुइमाः । तर सुनां छु सिउ, सिरियलत स्वयाः गुगु घडी भीसं भारतीय सम्भ्रान्त परिवारया यौन जीवन बारे अनुमान

घःचाः खः । निचालं घःचाः मतुइकं जीवन न्ह्याइ मखु । सही खँ खः । जीवन न्ह्याकेत निचालं घःचाः तुइकेमाः । तर छुं जुयाः

छःचाः घःचाः स्यन धाःसा छु यायेगु ले ? छःचाः जक घःचालं ला रथ न्ह्याइ मखु । उकिं छःचाः घःचाः स्यन धाःसा छु यायेगु ले धइगु चिन्ता काइपिं बुद्धिजीवीतयसं धायेगु याइ - घःचाः स्यन धाःसा तुरुन्त हिले फयेमा धकाः पिने छःचाः स्पेयर घःचाः नं तथा तयेमाः ।

थौं कन्हय् स्पेयर घःचाः तइपिं परिवारतय ल्याः अप्वयाचंगु दु । मनूतयके ओरिजिनल घःचाः स्वयां नं स्पेयर घःचाः प्रतिया मोह अप्वः । मसिउ, स्पेयर न्ह्याबले न्हू थें खने दयाच्वनीगुलिं जकं खः ला ?

थौं कन्हय्या नेपाली समाज न्हापा थें

थौं कन्हय् स्पेयर घःचाः तइपिं परिवारतय ल्याः अप्वयाचंगु दु । मनूतयके ओरिजिनल घःचाः स्वयां नं स्पेयर घःचाः प्रतिया मोह अप्वः । मसिउ, स्पेयर न्ह्याबले न्हू थें खने दयाच्वनीगुलिं जकं खः ला ?

थौं कन्हय्या नेपाली समाज न्हापा थें एकीकृत नं मजू । कलाःमह नेपालय्सा भाःतमह दुबई । कलाःमह लण्डनय्सा भाःतमह सिडनी । नेपाली परिवार अन्तर्राष्ट्रियकरण जुजुं वनाचंगुया ध्व छगू ज्वलन्त दसु खः ।

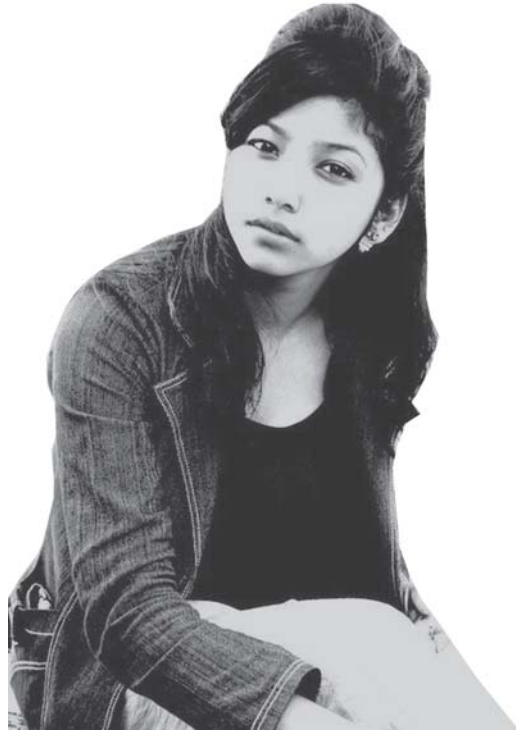
यानाचने, पार्युछि बहे घडी बहे क्वथाय् च्वनाः वहे सिरियल स्वयाचंमह कलाः वा भाःत गुगु स्वंगू सम्बन्ध बारे कल्पना जकं यानाचंगु दु ला ? भीसं मनूतय छुं ला स्वये फइ तर छुंया दुने वनाः स्वये फइ मखु ।

एकीकृत नं मजू । कलाःमह नेपालय्सा भाःतमह दुबई । कलाःमह लण्डनय्सा भाःतमह सिडनी । नेपाली परिवार अन्तर्राष्ट्रियकरण जुजुं वनाचंगुया ध्व छगू ज्वलन्त दसु खः । नेपाली तिपूतय समसामयिक जीवन न्हापा थें स्थिर मजू । तसकं गतिवान

जीवन ज्वनाः नेपाली तिपूत चले जुयाचंगु दु । थज्याःगु गतिवान जीवनया लागिं छःचाः निचाः स्पेयर घःचाः आवश्यक जुयाच्वनीगु सखे अस्वाभाविक नं मखु । गतिवान यात्राय् गबले गन रथया घःचाः 'पंचर' जुइगु खः सुनां सिउ ? अले स्पेयर छःचाः मदयेकं गात ?

तःधंगु उत्तरदायित्व ल्हवनादिसं

सुनिता डंगोल, मिस नेवाः २०११



गथेकि जिं मस्तयत् २००० कपि, २००० पेन्सिल व २००० इरेजर इनागु दु । थुकथं समाजयात नं भीसं छुं बिइफु ।

छिगु योजना छुं ?

- नेप्लिज फेशन होमय् सामाजिक कवः नीस्वनेगु जिगु योजना दु । अथेहे भीगु संस्कृति व मस्तयगु शिक्षाया निरतिं छुं ज्या यायेगु योजना दु ।

फुसंदया इलय् छु याये न्ह्याः ?

- पासापिं नाप चाःहिलेगु, न्हू न्हूगु थाय् चाःहिलेगु, पत्रपत्रिका वनेगु व संगीत न्यनेगु जितः यः ।

छु खः थें चं जीवन ?

- जीवन रंगीन यात्रा खः, गुकिइ भीसं थीथी रंग सामना यायेमाली, गबले फिक्कागु रंग, गबले गाढागु रंग ।

जीवनय् छितः छु खँ लय् तायेकी ?

- हरेक खँय् ग्वाहालि याइगु जिगु छें, अले दुःखय् नं गबले हे ख्वि हायेके विइ म्वायेकीपिं पासापिं, इमिसं हे जितः हरेक क्षणलय् तायेकाः चंगु दु ।

थःगु जःखः वा समाजय् छु हिले माःसा छु खँ हिलादी ? अले छाय ?

- भीगु समाजय् छगू चीज हिलेमाःसा तुति सालेगु प्रवृति चिइके मास्ति वः । छुं वांलाःगु व प्रगतिशील ज्या याइपिंत तुति सालेगु प्रवृति व्याप्त जुयाचंगु दु ।

अन्तय् छुं ?

- मेपिसं

छिपाखें गुलि

आशा याइगु

खः, व स्वयां

तः धं ग

उत्तरदायित्व

ल्हवनादिसं ।

थःत थःमहं

गबले हे छुं नं

क थं य ।

व हा ना य्

कुनादी मते ।



नेप्लिज फेशन होमपाखे दैयदसं यानाः वयाचंगु मिस नेवाः ब्यूटी प्याजेन्ट मिस नेवाःया थुगुसीया टाइल मयजु सुनिता डंगोल त्याकदीगु खः । वयकः सुनिता डंगोललिसे जुगु खँल्हाबल्हा नेपालमण्डल डट कमपाखे साभार यानाः न्हयःव्वयाच्वना ।

मिस नेवाः घोषणा जुइसाथ दकले न्हापा सु लुमन ?

- जिं दककले न्हापा जिमि वाः लुमका । जिमि वाः मिस नेवाः ज्याभवः जुइ भिंस्वन्हु न्हयः मदुगु खः ।

मिस नेवाः टाइल त्याकाः छुं तंगु दु ला ?

- जिं स्वये मिस नेवाः टाइल त्याकाः छुं तंका थें मच्वं वरु जिं यक्व हे त्याका, विशेष यानाः महत्वपूर्ण ज्ञान ।

मिस नेवालं नेवाः समाजयात छु बिइफइ ?

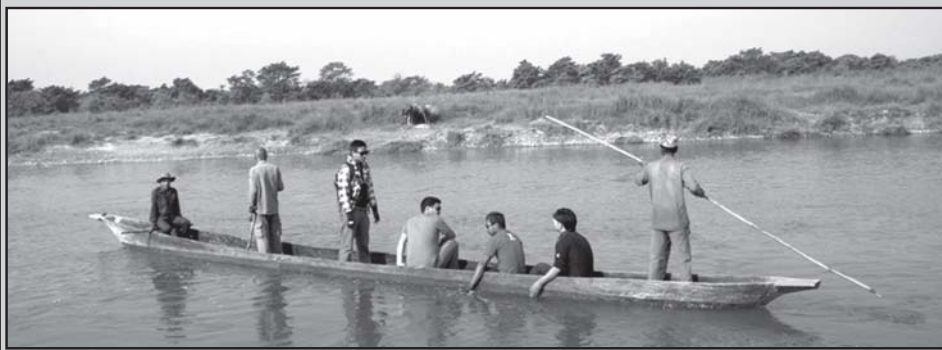
- समाजयात छु बिइफइ धकाः खँ ल्हायेगु खःसा मिस नेवाः जक मखु हरेक मिसां समाजय् छुं न छुं बिइफु । तर खः, मिस नेवाः जुडुधुकाः थःगु समाजयात, थःगु संस्कृति व थःगु देय्यात हे छुं बिइमाः थें तायेकाः । जिगु व्यक्तित्व खँ ल्हायेगु खःसा जि चिचीधंगु छुं छुं ज्या यानाच्वनागु दु ।

जिं थःगु भाय् व मस्तयगु शिक्षाया निरतिं छुं यानागु दु ।

गन्तब्य

बसन्त महर्जन

चितवनया ध्वाखा सौराह



विक्रम सम्बत् कथं न्हूदं अर्थात वैशाख १ गते (२०६९) सौराह पाखे लानाचन । सौराह चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जया पिने लाः तर निकुञ्ज दुहाँ वनेगु पूर्वीय ध्वाखा खः । पर्यटकीय आकर्षण वा गन्तव्य कथं सौराह नं तसकं लोकंहवाः ।

सौराहय् पर्यटन याः वयाच्यपिं म्वः म्वः । राप्ती खुसिया सिथय् भवःलाक्क न्यनाचंगु दु, सौराह । खय्त ला सौराह चिकिचाकूगु छगू गां खः । तर पर्यटकीय क्षेत्र कथं नां जाः । आदिवासी थारु जातिया थ्व गांया नां संसार न्यंकाः ब्यूगु ला छकुचा वजारं खः । उखेथुखे पुलांगु हे जीवन शैली तिनि सां वजारय् धाःसा पर्यटकीय चहःपहः,

आधुनिकताया प्रदर्शनी दु । निकुञ्जय् वनीपिं च्वनीगु वजार जुगुलिं थन थथे जुगु खः ।

सनिलय् आपालं पर्यटकत थःथःगु थासं पिहाँ वयाः बुलुहुं बुलुहुं खुसि पाखे स्वयाः वनी । सौराह व निकुञ्जया दथुं न्हयानाचंगु राप्ती मतापय् न्हयानाः हे च्वनी ।

सिचुसिचु धाःगु फसय् सासः ल्हानाः अन 'सनसेट'या लू स्वयेगु मज्जा मेगु हे दु । ह्याउँपाः जुयाचंगु सर्गः राप्तीइ लुयाच्वनी । थःत यःगु 'डि'स' काकां पासापिलिसे अथवा पार्टनरलिसे उगु प्राकृतिक सौन्दर्यया सवाः कायेगु मनसुवाः ज्वनाः आपालं थें मनूत अन थ्यनाच्वनीगु खः । याकःचा छथाय् सुम्क च्वनाः प्रकृतिलिसे मौन

सम्वाद याये ययेकीपिं नं उत्तिकं हे दु । जिगु ध्यान धाःसा प्राकृतिक सौन्दर्य लिसलिसं अन खने दुगु ख्वाःपाःत नं जुल । बाहय पर्यटक स्वयां आपाः आन्तरिक पर्यटक हे खनाः । छम्हेस्यां धाल - उकुन्हु ईस्वी सम्बत्तया न्हूदंय नं थथे हे, विदेशी स्वयां स्वदेशी हे आपाः ।

येनिसें १२० किलोमिटरया दूरी पार यायेबलय् चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज थ्यनी । अन दुने नं होटल व रिसोर्ट दु । तर वक्वः पर्यटकतयत तयेगु क्षमता इमिके मदु । निकुञ्ज दुनेया चार्ज नं भचा अप्वः । उकिं मनूत तप्यंक अन दुहाँ वनेगु स्वयां सौराहय् च्वनेगु, छिगु इलय् निकुञ्जय् दुहाँ वनेगु याइ ।

निकुञ्जय् गुकथं चाःहिलेगु ?

जीप गयाः जंगल सफारी यायेगु कि किसि गयाः ? थुकिया निरतिं थः च्वनागु होटलनिसें हे व्यवस्था जुइ । ऊँटया नं व्यवस्था दु । तप्यंक निकुञ्जया टिकट काउन्टरय् वनाः टिकट कयाः थुकथं यात्रा यायेगु व्यवस्था नं दु । थथे यायेबलय् धेवा दं तर 'पीक' सिजनय् आपाः थें टिकट न्हापा हे होटलतयसं न्याना तये धुंकीगुलिं समस्या पिदनेफु । वैशाख १ गतेया जःखः नं थ्व हे समस्या । राप्तीइ वोटिङ्गया व्यवस्था नं दु । वोटिङ्ग यानाः निकुञ्जपाखे वनीपिं नं दु ।

निकुञ्जदुने प्रमुख आकर्षण धेगु छपु नेक्याःमह गैडा स्वयेगु खः । गैडा खनी हे धेगु ग्यारेन्टी धाःसा मदु । अन मृग, माकः, बैंगल टाइगर आदि स्वयेगु दु । अथेहे 'बर्ड वाचर' तय्गु निरतिं स्वर्ग धकाः नं धाइ । वन्यजन्तुया दुर्गक जानकारी कायेगु हे खः धेगु जूसा अनया संग्रहालय छकः दुहाँ वंसा ज्यू ।

सौराह वजारं भतिचा पश्चिमपाखे दुहाँ वनेबलय् किसि प्रजनन केन्द्र दु । थ्व केन्द्र नं पर्यटकतय्गु निरतिं छगू आकर्षण

खः । उगु केन्द्रय् थः यस्से वनेवं किसित खनी हे धेगु मदु । न्हिनय् कि किसि गयाः ? थुकिया निरतिं थः च्वनागु होटलनिसें हे व्यवस्था जुइ । ऊँटया नं व्यवस्था दु । तप्यंक निकुञ्जया टिकट काउन्टरय् वनाः टिकट कयाः थुकथं यात्रा यायेगु व्यवस्था नं दु । थथे यायेबलय् धेवा दं तर 'पीक' सिजनय् आपाः थें टिकट न्हापा हे होटलतयसं न्याना तये धुंकीगुलिं समस्या पिदनेफु । वैशाख १ गतेया जःखः नं थ्व हे समस्या । राप्तीइ वोटिङ्गया व्यवस्था नं दु । वोटिङ्ग यानाः निकुञ्जपाखे वनीपिं नं दु ।

वजारं भतिचा जक उखेथुखे वन धायेवं थारु बस्तीइ दुहाँ वने धुंकी । वालं चिये थें कथि चिनाः दयेकाः तःगु भुपडीयात चां इलाः छगू कथं छें दयेकेगु थारु परम्परा खः तर थुपिं पक्की मखु, उकिं बरोबर दयेकावं च्वनेमाः । भुपडी दुहाँ वनेबलय् बाँ धिलाः तःगु थें च्वनी तर सु लायाः उकिया छःने चा इलाः तःगु जुइ । यक्व तांन्वः मजुइकेगु निरतिं थथे याःगु धाइ ।



थौकन्हय् थथे परम्परागत भुपडी दयेकेगु स्वयां मेमेपिसं थें पक्की छें दनाः हयेधुकल । फुपिसं ला सिमेन्ट व अप्पा छयलाः पक्की छें हे दयेकाः हयेधुकल । गुलिं गुलिं ला सिमेन्टड । न्हयागु हे धाःसां इमिगु छें आपाः थें छतँ वा निरतिं हे जक जुइ, थुकिया कारण इमिगु सामाजिक व सांस्कृतिक मान्यता खः । थारु जनजीवन स्वयेत ला सौराह पार्युछिगु थाय् खः । अन होटलतयसं अलग अलग सांस्कृतिक ज्याभवः यानाः थः पर्यटकतयत थारु संस्कृति प्रदर्शन मयासे वरु सकस्यां बहनी जुल कि छथाय् च्वना यंकि गन थारु सांस्कृतिक ज्याभवः जुयाच्वनी ।

ईमेल - १० मिनेटया निति

भी मध्यय् यक्वसिया ईमेल इन्वक्सय् मा:गु स्वयां यक्व म्वा:गु ईमेल वयाच्वंगु दयेफु । पासापिं व थथितिलिसे स्वापू तयेत, ज्या वा स्कूल कलेजनिसे फेसबुक आदि सोसल नेटवर्कया निति यक्वसिनं व हे तुं ईमेल छयलेगु याइ । छगू हे ईमेल एड्रेसय् मा:गु म्वा:गु दक्व कथंया ईमेल वइबलय् महत्वपूर्ण ईमेल स्वये ल्व:मनीगु वा गलतीवश हया: वनीगु स्वभाविक ख: ।

थीथी प्रयोजनया निति त:गु ईमेल एड्रेस दयेका: स्कूल कलेजया ईमेल जक छथाय्, व्यवसायिक ईमेल जक छथाय् वइगु याना: ईमेल व्यवस्थापन यायेज्यू । थुकिया वेफाइदा धैगु त:गु ईमेल एड्रेसया पासवर्ड लुमंका: तयेमालीगु व त:गु ईमेल चेक याना च्वने मालीगु ख: । मेगु छुं उपाय दु ला ? दु, १० मिनेट अथवा थथे हे चीधंगु ईया निति जक अस्थायी ईमेल चायेकेगु ।

छक्व: बिचा: यानादिसँ, छित: छगू सफ्टवेयर डाउनलोड यायेमा:गु दु ।

सफ्टवेयर डाउनलोडया निति उगु वेबसाइटय् थ:गु ईमेल तया: साइनअप यायेमा: । तर सम्भावना थ्व नं दु कि छिं थ:गु ईमेल तया: साइनअप यायेधुंका: उगु साइट छिगु ईमेलय् जन्क मेल छथाय: हयाच्वनी । उलि जक मखु उगु वेबसाइट छिगु ईमेल मेमेपिन्त मिडफु, गुकिं याना: मेमेपिंपाखे नं छित: जन्क मेल वयेफु । सायद छित: उगु सफ्टवेयर टेस्टया निति जक मा:गु जुडफु छुं ईया निति । थज्या:गु परिस्थितिइ छिं पक्का नं थ:गु ईमेल एड्रेस वयात विइ ययेकादी मखु ।

गुरिल्ला मेल डट कम छगू (१ घण्टा)या निति अस्थायी ईमेल विइगु छगू वेबसाइट ख: । थुगु साइट चायेकेवं हे छुं याये म्वायेक भीत छगूया निति अस्थायी ईमेल छगू विइ । थुगु अस्थायी ईमेलय् छिं ईमेल कायेगु वा छवयेगु यानादी फइ । छगूलिपा ईमेल अथे

हया: वनी । थज्या:गु हे मेगु वेबसाइट भिगू (१०) मिनेट मेल डट कम धा:सा भिगू मिनेटया निति अस्थायी ईमेल विइ । मा:सा मेगु भिगू मिनेट तनेज्यू । अथेहे मेल, मेलनेटर, मेल क्याच आदि थज्या:गु हे सेवा विइगु वेबसाइटत ख: । साइन अप मयासें स्वये मज्यूगु वेब फोरम, ईमेल तया:

साइबर संसार सुभाष प्रजापति



ज क (वा ईमेल भेरिफाई याना: जक) दुहां वने जिइगु वेबसाइटनिसे कया: सुं शंकास्पद मनुयात छुं ई (एक दुइ घण्टा वा छन्हुतक) या निति ईमेल विइमा:सां नं थज्या:गु वेबसाइटया सेवा छयलेज्यू । थुकिं छिगु थ:गु व्यक्तिगत ईमेल मेपिन्सं सिइगु जक मखु, जन्क मेलपाखे ता:पाकक च्वनेत नं रवाहालि याइ । अक्क बांला:गु खं ला थ्व ख: कि थ ज य । : गः वेबसाइटया सेवा कायेत छिं थ:गु छुं हे व्यक्तिगत विवरण छयला: साइनअप नं याना च्वनेम्वा: ।

- छुं अस्थायी ईमेल प्रदायकत
- GuerrillaMail.com
 - MeltMail.com
 - 10MinuteMail.com
 - MailExpire.com
 - SpamSpot.com
 - Mailinator.com
 - MyTrashMail.com
 - MintEmail.com
 - Jetable.org
 - MailNull.com

cfxf 0 nl;

समा: मीना बजाचार्य



निरा - अय् अणु ! छन्त जन्डिस जुल लाकि छु हें ? अणु - छय् छं थज्या:गु न्हयस: न्यनागु ? निरा - छंगु ल्हा:या लुसि छक: स्व:सा म्हासुसे च्वं ? अणु - जि छ थें ब्यूटी पार्लर वने ला ला: ? हाकनं जि छेंय गुलि ज्या यायेमा: छं छु स्यू ? छं धका: छुं ज्या यायेम्वा: जुइ । निरा - अं जि जक छेंय गनं ज्या यायेम्वा धका: । भूतूया दक्व: ज्या जिं मया:सा सुना याइ ? न्हिन्हिं भाडा सिलेमा, वस: हिइ मा: । अणु - धात्थें जिगु ल्हा: तुतिया लुसि गथे ज्या: थथे जन्डिस जगु थें म्हासुसे च्वंगु जुइ खला निरा ? हाकनं भतिचा ता:हाक: जुइ मलावं त्व:धुइगु धयां ? अले छंगु लुसि धा:सा सुचुसे पिचुसे च्वना: चिचिक्क मिलेजू । छं छु पालिस तयेगु ? जित: छक: नं धा ले । जिला पिनेवनेवलय् थ:गु ल्हा: हे व्वये मछ्छा: धयां ।

निरा - स्व अणु ! सुं मनुयात ल्वचं क:गु ख: कि मखु धका: डाक्टर व वैद्यतयसं लुसिं सिइका: काइ धा:सा ल्वचं कइगु कारण नं लुसि हे ख: । छय् थ्या:सा भीसं न्हयागु ज्या या:सां, न:सां ल्हातं हे याइ । वरु न्यं ल्हा: तुतिया लुसि बांलाका: तयेगु उपाय थथेदु -

- दकले न्हापां थ:गु ल्हा:तुति सदां यच्चुक सिला: च्वनेमा: लुसि सफा यायेगु नापनापं इलय् व्यलय् लुसि मिलेजुइक चाना: च्वनेमा । लुसिइ फाइलिंग यायेवले लुसिया च्वकाया सतह न्हयावले छसिकथं जुइमा । थथे जुल धा:सा भीत थीथी ल्वचं कइमखु । - लुसि बांला:सा ल्हा:या सौन्दर्य अथें बांलाइ । उकिंया नितिं वाउंचा नयेगु बानी यायेमा, थुकिं याना:

लुसि म्हासुइगु समस्या तना: लुसि गुलाफी जुयावइ । उकिं भिटामिन डी युक्त नसा ज्वलं वा सलाद नयेगु यायेमा ।

- जैतुनया चिकं वा ओलिभ ओइल वा अलमण्ड ओइल लुमुलुमु धायेक क्वाका: लुसिइ मालिस यात धा:सा लुसि बांलाना: वइ नापं त्व:धुइगु समस्या दइमखु । थज्या:गु चिकं मदुसा लाभा छवि कया: लुसिइ पलख च्वलेगु या:सां ज्यू । - यदि लुसिइ छुं कथंया दाग दयाच्वन धा:सा आलु छगु: ताना: लुसिइ थानाविल धा:सा दाग वनी । अथेहे लुसिइ च्वंगु पालिस हया: छवयेमाल धा:सा रिमुवर भतिचा कपाचय् तया: पलख लुसिया छ:ने तयेगु अले बांलाक हया: जक मेगु पालिस तयादिसँ । थथे यानादिल धा:सा लुसिइ चमक नं दइ । पुलांगु पालिस छनेतुं न्हगु पालिस तया: दिइमते ।

- छुं ज्या: लुसि बाया: व:सा कस्तिं मालिस यानाविल धा:सा लुसि हाकनं जोडे जुइ । नापं लुसि नं ता:हाक: जुया: वइ । पालिसं लुसि ख्वातुका विइगु जकमखु लुसिया सुरक्षा नं याइ । उकिं पालिस तयेगु यानादिसँ । तर न्हयावले रंगीचंगी पालिस जक तयाच्वन धा:सा लुसि म्हासुइ य: । उकिं गुबलें गुबलें लुसिइ खाली यानादिसँ । गुबलें गुबलें ल: रंगया पालिस तयादिसँ । कमसल गुणस्तरया पालिस छयला: दिइमते । - थलबल सिलेवले वस: हिइवले पञ्जा न्हयाना: ज्यायात धा:सा ल्हा: व लुसिया सुरक्षा जुइ । यदि लुसिइ हाकुक: दाग याना: च्वन धा:सा कागतीया ख्वलां लुसिइ थाना: लिपा साव्वं नं ल्हा: यच्चुक सिलेगु यानादिसँ । - लुमुलुमु धा:गु लखय् स्याम्पु भतिचा तया: थ:गु ल्हा: १०/१५ मिनेट थुना: लिपा लखं चायादिसँ । ल्हा: रुमालं गंक हुइधुंका: क्रिम बुला: विल धा:सा ल्हा: क्यातुसे च्वनी । क्रिम बुले बलय् लुसिइ विशेष ध्यान तया: बुलादिसँ । - लुसिइ गुबलें नं अप्पा चुं च्वलेगु , चक्क वा ब्लेडं खुके यायेगु यायेमज्यू । थुकिं लुसि सालुका: विइ । अथेहे लुसि वां न्यायेगु बानि दुसा त्व:ता: दिसँ । थुलि खंय ध्यान विल धा:सा सर्किसियां आहा ! लुसि धका: तारिफ याइ ।

उसांय् पूर्णिमा शाक्य

“भारा, जलबिनियोजन व पुनर्जलीय उपचार”

सुं नं मनुयात त:क: छवालुकक, याकनं याकनं च:वि वनेमाल धा:सा भीसं उकियात भारा जूगु धायेगु या: । तर स्वक: व स्वक: स्वया: अप्प: छवालुकक दिसा जुल धायेवं हे भारा जूगु जुइ । थ्व निथी दइ, १) सख्त भारा व २) जीर्ण भारा । भारा जुइगु धयागु सुं नं मनुयात जुइफु । मिजं, मिसा, मचा, त:धि, बुरा, ल्याय्म्ह न्हयाम्हेसित नं जुइफु । भीसं न्यना: वया: च्वनागु दु, दयदसं थ्व हे भारा, नेपा:या थीथी अस्पतालय् भारावान्ताया ल्वगित अप्पया: च्वंगु दु ।

स्वनिगलय् नं अप्प: याना: न्यनेकने वइगु थ्व ल्वय्या सिजन बाय् ई धयागु नं थ्वहे ख: । भारा अप्प: याना: फोहोर ल:लिसे स्वापू दुगु ल्वय् ख: । त्वनेगु ल: शुद्ध मजुल धा:सा, ल: त्वनेबलय् प्वाथय् पाचन नलीइ वनी अले भारा जुइ । अथेहे बासी नसा त्वसा नयेबलय्, प्वा: ख्वाउंचाया:, सिज:या थलबय् नसा ज्वलं तया: नयेबलय् ब्रास पोइजनिंग जुया: सतकय् त्व:मपुसे मियात:गु नसा ज्वलं नयेबलय्, अले सिसाबुसा मस्युसे नल: धा:सा भारा जुइ । थ्व नं सिका: तय् कि बर्खा, तांन्व:गु इलय् जक मखु, चिकुलां

नं ख्वाउं चाया: बाय् छुं कथं भारा जुइ य: । चिकुलां अप्प: याना: रोटा भाइरसया हुनिं भारा जुइसा बर्खा थीथी ब्याक्टेरिया, भाइरसया हुनिं भारा जुइ । अथेहे किमि दाया:, फन्नासया हुनिं, फूड पोइजनिंग जुया:, आपा: नया: अपच जुया:, नसा ज्वलंया एलर्जीया हुनिं व एण्टीबायोटिकया हुनिं नं

विनियोजनया लक्षणयात हे स्वया: ३-५ व्व: (प्रतिशत) म्हाया ग्य:सु म्हो जुल धा:सा साधारण, ६-१० व्व: (प्रतिशत) ग्य:सु म्हो जुल धायेवं सामान्य व १० व्व व व स्वया: अप्प: प्रतिशत म्हाया ग्य:सु म्हो जुल धायेवं जटिल वा कडा जल विनियोजन जुइ । १) साधारण जल विनियोजन जुइबलय्

जूसा लुकुगा: स्वत्तागु खनेदइ । ३) कडा जल विनियोजन जुइबलय् लच्छि जक होसय् दइ, लुकुगा: स्वत्ताइ, मिखा दुहां वनी, नाडी कमजोर जुइ व याकनं याकनं सनी, रक्तचापया क्वय्या दवाव ताये दइमखु व च्वय्या दवाव म्हो जक तायेदइ, ल्हा: तुति ख्वाउंया वनी । भीसं छेंय मनुयात वा मचायात लना: च्वनेफइ मखुगुया हुनिं याना: चिं व लक्षणतयगु आधाय् भारा गज्या:गु धीया जुल धयागु थुइके फइ । भारा जुया: म्हाय् जल विनियोजन जुइबलय् ल:या मात्रा जक सितिं वनीगु मखु । म्हाय् सोडियम, पोटासियम, बाइकाबोनेट, क्लोराइड आदि नं सितिं वनाच्वंगु दइ । मा:छि कथं म्हाय् थुपिं मगात धा:सा बांमला:गु समस्यात हयेफु । उकिं भीसं इलय् हे ल्वगियाके गुलि तरल पदार्थ सितिं वनाच्वन धयागु थुइका: मा:कथं नये त्वने फूम्ह जूसा जीवनजल माक्व:, त्वंकेगु यायेमा: ।

छक्व: दयेका:तय् धुकूगु जीवनजल २४ त्वना: फुकेमा: । २४ घौ फुइ धुकुल धायेवं व ज्याख्यलय् जुइमखु । थुकथं जीवनजल त्वंका: हे च्वनेगु, च्व: बांलाकक फात धायेवं वा ज्वरो मव:सा भीसं छेंय हे उपचार यायेफइ । यदि ल: जक त्वना: नं वान्ता जुलधा:सा वान्ता मजुइगु वास: नकेफइ । तर थुकिया नितिं डाक्टरया सल्लाह का:सा बांलाइ । दिसाय् ही खनेदत, वान्ता तारान्तर जुल, ज्वरो वल धा:सा अस्पताल यंका: उपचार याकेगु हे बांलाइ ।

छुं नं ल्वय् जुइका: ल्वय् उपचार यायेका: धायेगु स्वया: मजुइकेगु हे बांलाइ । उकिंया नितिं भीसं थुलि खँत लुमंके मा:कि, गुकिं याना: भी भारा जुइगु पाखें ता:पाना: च्वनेफइ ।

१) न्हयावले यचूगु त्वनेगु ल: जक छयले । २) च:वि व ल: त्वनेगु मुहान ता:पाकक दयेके । ३) ल्हा: सिलेगु बानी याये । ४) मांया दुरु त्वनीम्ह मचायात बांलाकक, गाकक दुरु त्वंका: तये । शिशी छयला: दुरु मत्वंके । ५) बासीगु, ध्वमिगु, लय् य:थथे मियात:गु नसा त्वंसा ज्वलं गबलें मनय् । ६) पुनर्जलीय उपचार, जीवनजलया बारे सीके अले मा:कथं छयले । ७) थ:गु बानी व्यवहारय् हिउपा: हये ।

भाइरल भारा	ब्याक्टेरियल भारा
ल: ल: जक दिसा जुइ ।	ल: वा आउं ही थें ल्वाक: ज्या:गु जुइ ।
वान्ता यक्व: धइथे जुइ ।	वान्ता भचा भचा जक जुइ ।
ज्वरो भचा भचा वइ ।	ज्वरो वयेतं फु मवयेतं फु ।
सेखं चाइ ।	सेखं चाइमखु ।
वेहोस जुइमखु ।	वेहोस जुइ नं फु, मजुइ नं फु ।
माइक्रोस्कोपं दिसा जांच यायेवलय् न्हि भचा भचा खनी ।	न्हि, ला: निसें ही थें न्हयाउंके नं खनेदइ ।

भाइरल जुइय: । भाइरलया हुनिं जुइगु भारा व ब्याक्टेरियाया हुनिं जुइगु भारा गुकथं म्हासीका कायेफइले ? अप्प: धइथे भारा जुल धायेवं म्हाय् ल:या मात्रा मगाना: जल विनियोजन जुइगु भय् दु । भारा जुइगुयात थ्वहे जल

आपा: ल: त्वने मास्ति वइ, म्ये गनि, च्व म्हो जक वइ । २) सामान्य जल विनियोजन जुइबलय् छयंगुया लस्सा वइमखु, मिखा ग्व: दुहां वनी, नाडी याकनं याकनं सनी, रक्तचाप म्हो जुइ, च्व भन् भन् म्हो जुजु वनी, ल: आपा: प्या: चाइ । चीधिक:पिं मस्तय्के

I; S; j; h; o; f; n; x; / सिनेमास्कोप

विजयरत्न असंबरे

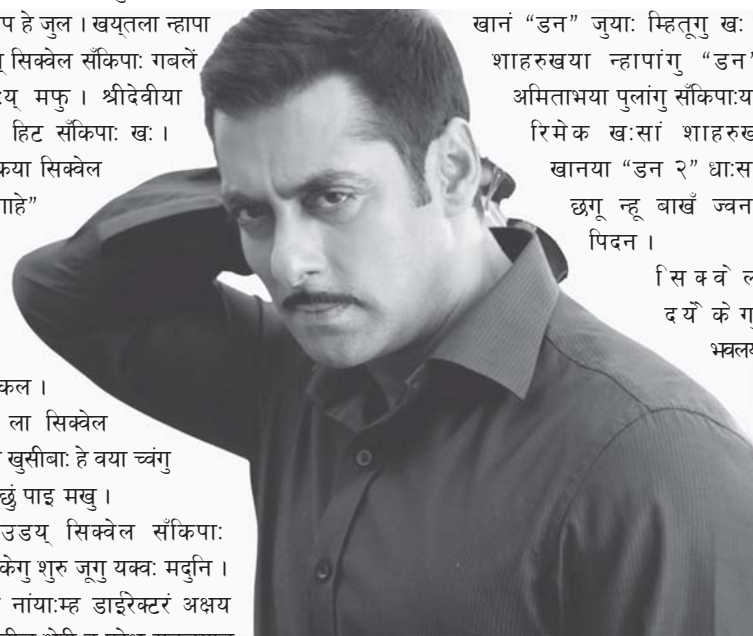
सलमान खानया न्हूगू सँकिपा: “एक था टाईगर” थुगुसीया दकले अप्ठ: घेवा कमय या:गु सँकिपा: साबित जुल । थ्व सँकिपा: स्वपिं यक्वसिनं थुकिया सिक्वेल नं पिहां वडगु सम्भावना खंकल । तर थ्व सँकिपा: दयेकूगु कम्पनी यशराज सँकिपा:या सुत्रं धा:सा आ: अज्या:गु छुं हे ग्वसा: मदुनिगु खँ पितह:गु दु । उकिसनं सलमान खान थ:गु मेमेगु सँकिपा:या सिक्वेलय् व्यस्त जुयाचंगुलिं नं आ:यात “एक था टाईगर”या सिक्वेलया बारे छुं धाये मफया: चंगु खनेदु । सलमान खान थौकन्हय् प्रभुदेवाया डाइरेक्शनय् वाण्टेड, डाइरेक्टर अनिश बज्मीया नो इण्ट्री अले थ:हे किजा अरबाज खानया दबंग या सिक्वेलय् ज्या यानाचंगु दु । थुगुसी तसकं बयवय् जूगु मेगु छगू सिक्वेल “जिस्म २” नं ख: । पोर्न स्टार सनी लियोनं मिहत्तुगु हिन्दी सँकिपा: “जिस्म २” धइगु विपाशा बसुया जिस्म या सिक्वेल ख: । विपाशा बसुया हे मेन रोल दुगु “राज” या सिक्वेल कथं “राज २” दयेकूवले उकिं कंगना रानावटयात हिरोइन दयेकल । आ: वया: “राज ३” धा:सा विपाशा बसु हे हिरोइनया रुपय् खनेदइगु जूगु दु । थ्व बलिउडय् सिक्वेल सँकिपा: लोकंहवा:ना: व:गुया दसु ख: । थगुने “मर्डर”या सिक्वेल “मर्डर २” व “धमाल” सिक्वेल “डबल धमाल” नं हिट जुया: ब्यूबले सिक्वेल प्रतिया मतिना अफ अप्ठया: व:गु दु । प्यदं न्हय: पिदंगु “मर्डर” नांयागु सँकिपा: मल्लिका शेरावतया “हट सिन” या कारणं चर्चित जूगु ख: । उकिया सिक्वेल “मर्डर २” नं ज्याक्विलिन फर्नाण्डिस नांया:ह हिरोनीया “सेक्सी सिन” या हुनिं बयवय् जुल । सिक्वेल धका: धा:सां लिपांगु मर्डरय् न्हापांगु मर्डरलिसे वाखँ स्वाकात:गु मदु । आ: थ्व मर्डर या स्वंगूगु ब्व: नं दयेकीगु खँ दु ।

सिक्वेलया रुपय् स्वंगू ब्वय् थ्यने धुंकूगु मेगु बलिउड सँकिपा: “धुम” नं ख: । न्हापांगु “धुम”य् जोन अब्राहमं मुख्य भिलेन जुया: मिहत्तल । निगूगु ब्वय् उगु रोल ऋतिक रोशनं यात । आ: स्वंगूगु ब्वय् आमिर खानं याइगु जूगु दु । थ्व सिक्वेल न्हापा मिथुन चक्रवर्तीया जमानाय् नं गन मास्टर जी नाइन जक दुगु स्वंगू सँकिपा: पिदने धुंकल । उकी मध्ये न्हापांगु छगू सँकिपा: “सुरक्षा” जक

हिट जुल । अनं लिपा व:गु “वारदात” व “साहस” धा:सा फलप हे जुल । खयतला न्हापा बलिउडय् सिक्वेल सँकिपा: गवले लोकंहवा:य् मफु । श्रीदेवीया “नगीना” हिट सँकिपा: ख: । लिपा उकिया सिक्वेल कथं “निगाहे” पिहंखले ि ह ट जूम्पुत । तर आ: ई हिले धुंकल । थौकन्हय् ला सिक्वेल सँकिपा:या खुसीवा: हे वया चंगु दु धा:सां छुं पाइ मखु ।

बलिउडय् सिक्वेल सँकिपा: लोकंहवा:केगु शुरु जूगु यक्व: मदुनि । प्रियदर्शन नांया:ह डाइरेक्टरं अक्षय कुमार, सुनील शेष्टी व परेश रावलयात कया: दयेकूगु “हेराफेरी” नांया:गु छगू कमेडी सँकिपा: सुपरहिट हे जुल, अले थ्व सँकिपा:या प्रोड्यूसर हेराफेरी या राइटर नीरज बोराया हे डाइरेक्टरय् दयेका: “फिर हेराफेरी” दयेकल । थ्व सँकिपा: नं हिट हे जुल । अक्षय सुनील व परेश स्वहं हे दुगु “आवारा पागल दिवाना” नं हिट सँकिपा: ख: । तर थुकिया सिक्वेल कथं “दिवाने हुवे पागल ” धा:सा हिट जुइमफुत ।

अजय देवगन, तुषार कपुरया कमेडी सिक्वेल “गोलमाल” नं स्वंगू ब्व: धुंका: प्यंगू ब्व:या तयारीया भवलय् थ्यंनचंगु सँकिपा: ख: । डाइरेक्टर राजकुमार हिरानीया सञ्जय दत्त व अरशद वारसी दुगु मुन्नाभाई सिक्वेलया स्वंगूगु सँकिपा: “मुन्नाभाई चले अमेरीका” या ज्या थौकन्हय् न्ह्यानाचंगु दु । सिक्वेल दयेकेगु भवलय् सनी देवलाया “घायल” या नं निगूगु ब्व: “घायल रिटर्न्स” पिदनेत्यंगु दु । प्यदं न्हय:या “दोस्ताना” या सिक्वेलया ज्या नं थौकन्हय् न्ह्यानाचंगु दु । थौकन्हय् आपालं सँकिपा:या सिक्वेलया ज्या जुयाचंगु दु । उकिइ मध्ये बयवय् जुयाचंगु सिक्वेल छगू “डन” नं ख: । खयतला थ्व “डन” धइगु न्हापा अमिताभ बच्चनया सुपरहिट सँकिपा: “डन” या रिमेक ख: । थुकि शाहरुख



खानं “डन” जुया: मिहत्तुगु ख: । शाहरुखया न्हापांगु “डन” अमिताभया पुलांगु सँकिपा:या रिमेक ख:सां शाहरुख खानया “डन २” धा:सा छगू न्हू वाखँ ज्वना पिदने । िस क व ले द यो के गु भवलय्

छुंखे “दबंग” थेंज्या:गु न्हूगू सँकिपा:या नं सिक्वेल वयेत्यंगु दु:सा मेखे “घायल” थें हें नीन्यादीत न्हय:या सँकिपा: “मिस्टर इण्डिया” या नं सिक्वेल दयेकेगु ग्वसा: दु । थुकि हाकनं छक्क: अनिल कपुरं हे मेन रोल मिहती तर मोगायम्बो धा:सा सलमान खानयात याइगु हुइनाभुइना दु । श्रीदेवीया नं व:चाहाक:गु रोल द:सां “मिस्टर इण्डिया” सिक्वेलया हिरोइन धा:सा न्हूह हे जुइगु सम्भावना दु । अक्षय कुमारया “सिंग ईज किंग”या नं सिक्वेल दयेकेत्यंगु दु । डाइरेक्टर अब्बास मस्तानया हिट सँकिपा: “रेश”या सिक्वेल “रेश २” नं थौकन्हय् बयवय् जुयाचंगु दु । न्हापा “डरना मरना है”या सिक्वेल “डरना जरूरी है” व “रक्त चरित्र” या सिक्वेल दयेके धुंकूह डाइरेक्टर रामगोपाल बर्मा नं थ:गु “भूत” सँकिपा:या सिक्वेल ज्वना वयेत्यंगु दु । “भूत” या छगू मखु निगू निगू सँकिपा: छक्कलं दयेका: चंभह रामगोपाल बर्मा थुकियात श्री डी भर्सनय् पिकाइगु हुइनाभुइना दु । सिक्वेल दयेकेगु भवलय् रामगोपाल बर्मा थगुने “रक्त चरित्र” नांया:गु सँकिपा: छक्कलं हे निव्व: सुटिङ्ग याना: फरक फरक इलय् रिलिज या:गु ख:सा थुगुसी अनुराग कश्यपया “ग्यांग्स अफ वासेपुर”या निगूगु ब्व: अथेहे याना: रिलिज या:गु ख: ।

चिनाखँ

गणेशराम लाखि

वा दाजु वा वा वा किजा वा

वा दाजु वा वा वा किजा वा:
कत: देशय् च्वपिं मुना: थ:गु देशय् वा
वा पासा वा वा नेवा: जुया: वा
नेवा: फुक्क मिलय् जुया: छवा: जुय वा ।

भीपिं मिलय् मजू सा कटकं भीत ख्याइ
थ:गु छँ हे चवने मते धका: भीत ख्याना: छ्वइ
वा दाजु वा वा नेता जुया: वा
ब्रम्ह या:गु छुप्यो ज्वनेगु त्व:ता: छ्वये वा ।

गुरूङ्ग, मग:, लिम्बु, तामाङ्ग फुक्क मुना: वा
जनजाति भीपिं फुक्क छथाय् चवने वा:
वा थारू वा वा वा शेर्पा वा
भीगु थासय् भीपिं जाना: राज्य दयेके वा ।

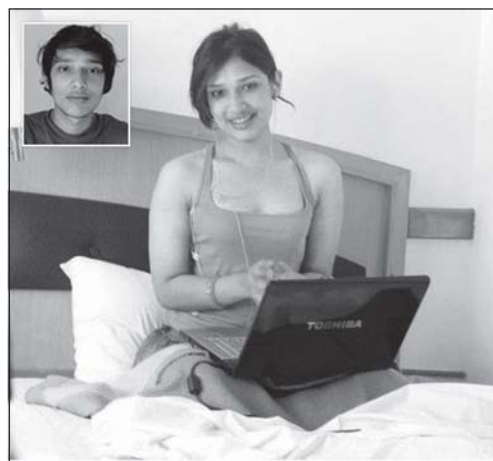
मेची निसें काली तक्कं फुक्क दना: वा
स्व: कोटि नेपा:मित फुक्क मुना: वा ।

वा क्षेत्री वा वा वा ब्रम्ह वा
भीपिं मुना: भागं थछि इना: नये वा ।

ल्यूने ला:पिं त्ययेका: च्वपिं फुक्क दना: वा
कत:यात भीपिं जाना: पितिना: छ्वये वा
वा तता वा वा वा केहँपिं वा
देशय् दक्क: जाति मुना: नेपा: ल्हवने वा ।

ल्याय्म्ह ख्य: बीसीडी

Id; f Idh, Hdh +d; f h0km



थौकन्हय् थ्व खँ त सामान्य जुया: वयाचंगु दु । मिसापिंसं चाहे जूसा मिजं व मिजं पाखें मिसा जुइमास्ते व:सा मिसा जुइगु सम्भावना अप्ठया: व:गु दु । मिसा व मिजं धका: विस्कं तयेगु यौनाङ्ग हिलेगु कथं अपरेशन जुलधा:सा मिसां मिजं व मिजं मिसा जुइफइ ।

नेपा:या नांजा:ह कलाकार सन्तोष पन्तया चीधिक:ह काय् प्रतीक पन्त म्हाय्य जुया: नेपालं पिहांव:गु बुखँपाखें नेपा: छक्क: तरङ्गित नं जुल । थाइल्याण्डय् च्वनिह १९ दँ दुम्ह काय्यात हर्मन विया: म्हाय्य जूगु ख: । आ: वं पूर्ण रुपं मिसा थें जूगु दु । हर्मन विया: मिसाथें च्वन्हेसित वैकक् वनेत थाई सरकारं उजं तकं मब्यूगु ख: तर, आ: हर्मनलिसे अपरेशन याना: पूर्ण रुपं म्हाय्य जूगु दु । प्रतीक नेपा:या इतिहासय् दकले न्हापांम्ह थज्या:ह मनु जूगु दु । मचावलय् निसें त:धंम्ह

जुइगु व अपरेशन याये न्हय:ने तक नं मिजं जुयां नं मिसाया ब्यवहार याइगु कारणं वयात मिसा या:गु ख: ।

मिसा जुयां नं मिजंथें ब्यवहार याइपिं व मिजं जुयां नं मिसापिनिगु ब्यवहार याइपिं मनुतय्त्त यौनाङ्ग हिला: थौकन्हय् मिसा वा मिजं जुया: म्वायेगु लकस विज्ञानं हव:ता: चूलाका: ब्यूगु दु । मनुतय्के यौन हिलेगु खँय् प्यंगू तत्वपाखें प्रभावित याइ ।

- १) क्रामोजोम
- २) डिम्बासय् व अण्डकोष
- ३) हर्मन
- ४) प्रारम्भिक यौन गुण व सेकेण्डरी यौन गुण

तर थुकि मध्ये क्रामोजोमयात हिलेफइ मखु । डिम्बासय् व अण्डकोषयात लिकायेफु तर विस्थापित यायेफइमखु । अथेहे हर्मनया अवस्थायात अ:पुक्क हिलेफइ । मिजंयात मिसायाये अपुइ तर, मिसायात मिजं याना: फुक्क गुणत पिकायेगु थाकुइफु । इस्ट्रोजेन, अण्डोजेन, प्रोजेस्टोन व एन्टी एन्डोजेन्स नांया कृत्रिम हर्मन ग्वाहाली कथं कायेफु ।

इतिहास

आ: तक्क सीदु कथं रुडोल्फ धाइम्ह छम्ह मनुखं थ:गु लिङ्ग ध्यना: मिसा जुइत स्व:गु इतिहास दु । सन् १९२१ सं उम्ह मनुखं थ:गु लिङ्ग ध्यंसां नं वयागु विचा: समलिङ्गी हे जुयाच्वन अथेन वयागु यौन चाहना म्हो जुल । अय्सां तवि सन् १९३० सं कृत्रिम मिसा यौनाङ्ग तया: व मिसा हे जुल । अथेहे जर्मनीया बर्लिनय् च्वनिह मयजु लीली इल्वे सन् १९३०-३१ सं थ:के दुगु मिजं यौनाङ्ग ध्यना छवल । वं थ: पूर्ण रुपं मिसा जुइत प्यक्क: तक्क अपरेशन याना: मचा छँ (पाठेघर) तयेत स्वल । तर असफल जुया: ज्यान हे छ्वयेमाल । संसारय् दकले अप्ठ: थज्या:गु

अपरेशन याइगु देय् कथं थाइल्याण्ड व ईरान ख: ।

हर्मन

मिसा व मिजं धका: विस्कं तयेगु गुण यौन हर्मनं याइ । इस्ट्रोजेन व टेस्टोस्टेरोन धइगु हर्मनपाखें मिसा व मिजंया ब्यवहार व यौनाङ्ग पाइगु ख: । थ्व निगू प्राकृतिक हर्मनं याना: मानसिक व शारीरिक रुपं मनुतय्त्त पाकि । अथे जूगुलिं कृत्रिम हर्मन कायेगु न्हय:ने नं प्राविधिक ग्वाहाली तसकं महत्वपूर्ण जुइ । थ्वहे कारणं याना: यक्क मनुतय्सं थुकिया विषयसं यक्क: च्यूता: त:गु खनेदु ।

छु हर्मनं दुरुपा: अप्ठयेकीला ?

याइ, तर सामान्य मिसापिंसं थें यायेत थाकुइ । छगू कपया आकारय् जक थ्व अप्ठयेफु, जुइफु ।

छु हर्मनं दान्ही वइला ?

वइ, मिसा जुया: मिजं जीपिके थथे खनेदइ । हर्मनं दान्ही क्यनेगु प्रभाव लाकि । तर अभाग्यवश, ता: ईतक्क क्यने फइमखु व तालु जुइ ।

छु हर्मनं स: पाइला ?

पाइ व पाइमखु । मिसा मिजं जीपिनिगु स: सामान्य मिजपिनिगु सिवय् म्हो जुइ । मिजं मिसा जीपिनिगु निरति विशेष सर्जरी व विधि याना: हिले मालेफु ।

छु हर्मनं यौनाङ्ग हिले फुला ?

याइमखु । पुलिङ्ग व स्त्रीलिङ्ग हर्मन थेरापी या:सां तवि वहे जुयाच्वनी । थ्व थेरापी याना: पुलिङ्गया आकार म्हो जुइ व भग्नासिका भतिचा त:धं जुइफु । विज्ञान व प्रविधिया अभूत पूर्व विकासं याना: थौकन्हय् मिजं व मिसा वच्छि बच्छि जुया: म्वायेमालीगु अवस्था मदये धुंकल । मिजंया लिङ्ग व मिसाया लिङ्ग दुपिं मनुतय्त्त हर्मन थेरापी व यौनाङ्ग हिला: थ: यत्थें जुइफइगु जूगु दु ।

हलकल/P; ; Jfo\ufxst cfslift

सूचना व प्रविधि विकास लिसे ईन्टरनेट प्रयोगकर्ताया ल्याः नं न्हियान्हिथं अप्वयाः वनाच्वंगु दु । प्रयोगकर्ताया वृद्धि लिसे सेवा प्रदायक कम्पनीतयगु वृद्धि उलि हे ल्याख्य जुयाच्वंगु दु ।

विशेष यानाः नेपालय ईन्टरनेट सेवाया सञ्चालन याइगु संस्था अर्थात ईन्टरनेट सेवा सञ्चालनया हे निति उजं दुगु ईन्टरनेट सेवा प्रदायक (आई एस पी), नेपाल टेलिकमया लिसलिसे थीथी मोबाईल कम्पनीत थौकन्हय दु ।

नेपालय दकले न्हापां ईन्टरनेट सेवा थीथी आई एस पी कम्पनीत गथेकि मर्कनटाईल, वर्ल्ड लिंक आदि दु । तर छुं दै थुखे मोबाईल कम्पनीतयगु अप्वःगु धेंधेबल्लाः लिसे जीपीआर एस सेवाय ग्राहकत अप्वः आकर्षित जूगु दु ।

थुकिा कारण ईन्टरनेट सेवा प्रदायक कम्पनी (आई एस पी) या वजार हिस्सा जक छगु प्रतिशतय सीमित जूवंगु दु । नेपालय ईन्टरनेट सेवा दुतहयेगुया मुख्य श्रेय निजी कम्पनीयात वनी ।

सन् १९९५ सं न्हापांगु खुसिइ मर्कनटाईल कम्प्युनिकेशन कम्पनी नेपालय ईन्टरनेट सेवा दुतहःगु खः । ईन्टरनेट सेवा प्रदायक संघया पुलांमह नायः लिसे वर्ल्ड लिंक कम्प्युनिकेशनलिसे सम्बन्धित पवन शाक्यं नं नेपालय ईन्टरनेटया शुरुवातया श्रेय निजी सेवा प्रदायकयात हे वनीगु धयादिल ।

प्राधिकरणया लिपांगु प्रतिवेदन कथं आपालं ईन्टरनेट प्रयोगकर्ता जीपीआरएसपाखें ईन्टरनेट छ्यलेगु याइ । थौकन्हय कूल बजाःया थ्यंमथ्यं ५६ प्रतिशत एनसेल, ४० प्रतिशत नेपाल टेलिकम, २ प्रतिशत युटीएल व १ प्रतिशत आई एस पी दु ।

मोबाईल छ्यलीपिं अप्वयाः वनेवं जीपीआरएस सेवा काइपिनिगु ल्याख्य नं लयपतिकं अप्वयाः

वनाच्वंगु दु । छगु अध्ययन प्रतिवेदन कथं २०६५ चैत्र तक्कयादुने आई एस पीया प्रयोगकर्ता थ्यंमथ्यं ६१ हजार दु । आः नं उकिया प्रयोगकर्ता ६१ हजार ४ सय २१ जक दु ।

ईन्टरनेट सेवा विस्तार केवल शहरी क्षेत्रय जक थःगु वर्चस्व कायम यानाच्वंगु सत्ययात नं स्वीकार मयासैं मगाः । ग्रामीण क्षेत्रय ईन्टरनेट सेवा विस्तार यायेगु निति सरकारं विशेष प्याकेज उपलब्ध याकूगु दु । सरकारं लाईसेन्स नवीकरणया निति जक सच्छि

तका क्वःछ्यगु दु तर, अयासां ईन्टरनेट सेवा प्रदायक कम्पनीत ३ लख तका धेवा पुलाः जूसां नं शहर केन्द्रीत जुयाच्वंगु दु ।

नेपाःया भौगोलिक विकताया लिसे शैक्षिक अभावया कारण लगानीकर्ता थःगु लगानी सुरक्षित यायेत नं थिकयेक धेवा पुलाः हे जूसां नं शहर केन्द्रीत जुइत स्वयाच्वंगु दु ।

ईन्टरनेटया छ्यलाःलिसे मनुतयगु न्हियान्हिथंया जीवन नं छगः कम्प्युटरदुने सीमित जूवंगु दु । प्रत्येक मनुखं थःगु फुक्क ज्याया विवरण कम्प्युटरय तयेगु याइ । थुकिं यानाः प्रत्येक मनुया ज्याया विवरण सुरक्षित तयेत ईन्टरनेट सेवा प्रदायक कम्पनीतयसं हे सुरक्षात छ्यलेमाःगु आवश्यकता दु ।

मनुया सूचना व प्रविधिलिसेया स्वापू प्रति लगाभ्य ईन्टरनेट छगु मुख्य ब्वःया हे रुपय दु । अहं धाये मनुया न्हियान्हिथंया ईन्टरनेट सेवा व कम्प्युटर विना अपूरो हे जुयाः वयाच्वंगु दु । उकिं थुकिा पहुँच हरेक मनुतक्क थ्यनेमाःगु आवश्यकता खेनेदु । थुकिा निति ईन्टरनेट सेवा प्रदायक कम्पनीतयगु निति सरकारं विशेष कुतः यायेमाःगु आवश्यकता दु ।

प्रविधि

दीपा महर्जन

दिप च्याइगु खँ

सीह मनु उनातइवलय दिपय मिं च्याःगु भी सकसिनं खं । तर सी उनामतःसां दिप च्याइगु धाःसा काचाक खनीमखु । गबलें गबलें मनु सी उनातःगु मदुसां दिप च्याः धयागु खँ न्यनेदु । थ्व छगु अजूचायापूगु खँ खः । थ्वयात छवं च्याकूगु सीह नइपिं छःपिसं च्याकूगु आदि धायेगु याः । दिप च्याइगु खनीगु तसकं लक्षण धाईपिं नं दु, थ्व छगु अपसगुण धाईपिं नं दु । भिं जुइत च्याइ धाईपिं नं दु, मभिं धाईपिं नं दु । थ्वयात थःथःगु कथं तर्कवितर्क यानातःगु दु । थज्याःगु कथं हे विश्वास यानावयाच्वंगु दु ।

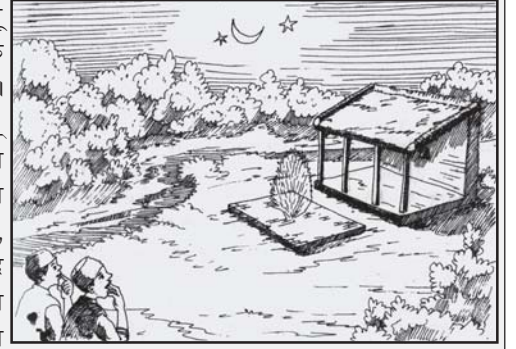
सी उनामतइवलय दिप च्याइगु न्ह्यावलें खनीगु धाःसा मखु । छः तुयूवलय दिप च्याःगु गबलें खनीमखु । अन्धकार जुइक ख्युंसे च्वनीवलय जक दिप च्याःगु खनी । उकिं हे दिप च्याइगु खिमिला बलय अप्वः यानाः खनी ।

दिप च्याइवलय न्ह्याथासं नं उथें हे खनेदयमखु । निश्चित दूरी जक खनेदइ । यक्व न्ह्यःनें नं थ्व खनेदइमखु, यक्व ताःपाककं नं खनेदइमखु । दिप च्याइगु खनीवलय निश्चित दूरी लात धायेवं हवाल्लहवाल्लं च्याःगु खनी । भाराभार जुइमखु । कुं वःगु खनीमखु, वइ नं मखु । तसकं च्याःगु खंथासं सतिक वलिसे मिधाः चीधाः जुजुं वनी । लिक्क थ्यन धायेवं खनी हे मखु । उकथं हे ताःपाकक वंसां नं मिधाः चीधाः जुजुं वनी । लिक्क थ्यन धायेवं खनी हे मखु । उकथं हे ताःपाकक वंसां नं मिधाः चीधाः जुयाः खने मदयावनी । थथे जुइवलय छःपिसं सुं नं वल धकाः मि स्यानाः अन्तरध्यान जुल धायेगु याइ । गबलें गबलें दिप छ्याःलिं किंकिंपाः छुनाः छःपिं च्वनाच्वंगु खनाः नं धायेगु याइ । सुनां नं दिप च्याःगु खनीगुली

छुं अजू चायेमाःगु मदु । अथे जुइगु छगु सत्य खः । तसकं ख्युंसे च्वनीवलय यक्व चलय जूगु दिप च्याइगु छगु स्वभाविक प्रक्रिया खः । विज्ञानय आधारित तथ्य खः । मनुया न्हयपु आदि दइ । मनु सी बलय हि सुना वथें दाः, स्यः, न्हपु सुनावनी मखु । सी उइवलय गुलिं गुलिं थज्याःगु तत्वया ब्वः वाफ जुयाः फसय ब्वयावनी, गुलिं थ्व बँय क्वसिनाः सुनावनी मखु । आपालं दिप दयेकातःगु थाय दयेकातःगु थाय चा अथवा फिया बँ जुइ । गनं गनं अप्पां सियातःगु दसां भू दयाच्वनी । थज्याःगु थासय दाः, स्यः व न्हयपु क्वाइवलय तरल जुयाः क्वसियाः वने अपुइ । यक्व चलय जूगु दिपय थथे जुयाः वनीगु मात्रा नं यक्व जुइ ।

दाः, स्यः, न्हयपु क्वानाः तरल पदार्थय हिलाः क्वसियाः वनाच्वंगु थासं हिराय पिहांवइगु चमक थें हे छगु कथंथा जः परार्जित जुयाः पिहां वयाच्वनी । यक्व चलय जूगु दिपय थज्याःगु पदार्थ यक्व क्वसियाः मुनाच्वनी मुनाच्वनी । जः नं यक्व हे वइ । चा व फिया बँ जुइगुलिं जः परावर्तन जुइत अपुइ । हिराय जः भिलिक भिलिक जुयाः वइथें थुकिा जः फवाल्ल फवाल्ल जूथें जुयावइ । एकरुपता जुइमखु । थज्याःगु जः छः तुयूवलय खनेदइमखु । तसकं ख्युंसे च्वनीवलय सुनां नं दिप च्याःगु खनीगुली

अन्धविश्वास दुनेया विज्ञान पन्नारत्न महर्जन



व खिमिलां जक दिप च्याःगु खनी । थ्व सुनां खं सुनां मखं धयागु जुइमखु, सुं छःपिसं च्याकूगु नं मखु । दिप च्याइवलय पिहां वइगु जः व तसकं निभाः त्वइवलय चकंगु ख्यलय खनेदइगु मृगतृष्णया जः अथेअथे हे खः । मृगतृष्णया जः नं यक्व ताःपाककं व यक्व सतिकं खने दइमखु । तक्कगु ख्यलय खने दइगुलिं थ्व न्ह्यःने थ्यलिसे न्ह्यःनेच्वंगु खनेमदयाः ताःताःपाःगु खनेदयावइ । दिप चीकूगु थाय जूगुलिं न्ह्यःने थ्यनीवलय खने मदयाः वनीगु खः । थुकी च्वंगु जःया लू निश्चित दूरीतक्क जक दइ । उकिं थुकिा जः यक्व ताःपाकक व यक्व सतिकं खने मदइगु खः । थ्व सुं छःपिसं च्याकीगु व स्यानाः अन्तरध्यान जुइगु मखु ।

मन ग्यात धायेवं अनेकथंया खँ लुयाः वयेयः । मनय लुगु खँ व लू मिखां हे खँ थें जुइगु गुलिंगुलिं मनुतय वानि दयेयः । दिप च्याःगु खनीवलय थज्याःगु भ्रान्तिं मनय थायकाल धायेवं वयाः जःखः मेमेगु आकारया मनुत खं थें जुयाः वइगु खः । थ्व छगु भीगु न्हयपुइ थानाच्वंगु संस्कारया उपज खः । दिप च्याइगु छुं अन्धविश्वासया खँ मखु, विज्ञान सम्मत खः ।

Gxfkf+6jho\Dojxfnfilano\X 5Dx-y/ y/ vfgfMrMt jMu'cfMts ndlg

- सुमन कपाली



नेपालभाषा सांगीतिक ख्यलय दकले अप्वः मनुतयगु म्हुतुइ धाःगु म्ये छु धकाः न्येनेवलय सायद छिगु लिसेः वहे जुइ “घण्टाघरया क्वय” थ्व म्ये नेवाःत जक मखु गैर नेवाःतयत नं तसकं यःगु म्ये खः । वंशीधर वज्राचार्य च्वयादीगु व स्वयम्भूराज शाक्य लय चिनादीगु थ्व म्ये हालादीह म्ये हालामि खः सुमन कपाली व रोशनी श्रेष्ठ । संगीतया छुं भाषा, लागा दइमखु धाइ, उकिं भाय् मथुसां मेमेगु भाय्या म्ये न्यनाच्वनी धात्थें धायेगु हे खःसा संगीत धइगु ताल, सुर व लय थ्व स्वताया संगम खः धकाः धयादीह म्ये हालामि सुमन कपाली २०४२ सालपाखे पासापिं नापं जानाः प्रयास संगीत मण्डल नीस्वनादिल । थ्वहे संस्थापाखे चन्द्र सूर्य पुस्तकालयया ग्वसालय जूगु

सांगीतिक ज्याभवलय राजेशमान सिंहया “ए मयजु छु, छक्कः लिफः स्व” धाःगु म्ये दकले न्हापां स्टेजय हालादीगु खः । न्हापांगु स्टेज प्रोग्रामय म्ये हालाःवलय म्हु छम्हं थर थर खानाः चःति वःगु आःतक नं लुमनि, उलिजक मखु न्हापांगु म्ये रेकर्ड यानाःवलय नं अथेहे जूगु खः तर, म्ये धाःसा छतिं हे मस्यंगु खँ वयकलं कनादिल । वयकःया दकले न्हापां रेकर्ड जूगु “नर्कतिनि ह्वःगु थ्व जोवन” गुगु म्ये २०४६ सालय सानुमैया ताम्रकार नापं हालादीगु खः मां भाय्या म्ये पुचः भाग - २ म्येचालय दुथ्यानाच्वंगु दु ।

नीन्हयदँया सांगीतिक जीवनय आःतक वयकःया छगु हे जक Solo Album वःगु दु । २०६६ सालय पिहांवःगु “ख्यालं ख्यालं”

म्येचालय दक्कः ज्वःम्ये दुथ्यानाच्वंगु दु गुकिं भिक्कःगु ईमेज अवार्डय Best song of the year [Nepal Bhasa] त्याकादीगु निशा देशार नापं हालादीगु “जीवनपासा भंगः मलाःसा” म्ये नं दुथ्याकादीगु दु । थुगु म्ये अशोक श्रेष्ठ च्वयादीगु खःसा अनिल नर्कःमिं लय चिनादीगु ‘सग’ म्येचा याःगु खः । थ्व बाहेक वयकलं लय चिनादीगु नेवाः वलिउड म्येचालय च्वंगु वबिन प्रधानया सलय लयवःमह मयजु, सपना श्रीया सलय जिगु नुगलय माया क्यंकाः २०५२/५३ सालय ज्वजलपा एफ एमय तसकं लोकहवाःगु म्येत खः । भिक्कःगु ईमेज अवार्ड बाहेक २०६८ सालय नेपाल सांस्कृतिक कला केन्द्र मच्छेगांपाखे वयकःयात सम्मान यानादीगु दु ।

थुकथं म्ये हालेगु लिसें वयकलं म्ये लयचिनेगु यानाः वयाच्वंगु खःसा २०६० सालनिसें एरेञ्ज यायेगु लिसलिसे रेकर्ड यायेगु नं यानादी । संगीत ख्यः थःगु पेशा हे कथं नालादीह म्ये हालामि सुमन कपाली आःतकयादुने राज स्यस्यःया निगुगु Solo Album “बुनाः जि छ त्यागु दु” लिइ Solo Music तयादीगु

संगीत ख्यः बिमला शाक्य

दुसा मेमेगु आपालं म्येचाः ज्वजलपा, पप डिमाण्ड, राज, मतिनाया स्वां, भिं-इहिपाःया पौ, ध्वः छध्वः रेखाया, तिकि नुगःया लसय, लिजः जि थःगु, मतिनाया जालं, न्हूजः न्हिला [Remake], भिं-इहिपाःया पौ, जिगु मिखाया न्हयःने, जिगु म्हागस, न्हूजः आदि थीथी म्येचालय म्ये हालादीगु नापं लय चिनादीगु दु नापं किरण शाक्यया लसय न्येपु मल्याक भजन नं हालादीगु दु, उकि मध्ये प्रज्ञानन्द म्ये मुना भाग -१,२ सं च्वंगु भजनत लुमंके बहः जू । थौ कन्हय नेपालभाषाया प्याखंत छु हे मदुसा, भिंतुना, माया, त्याग, थःमह म्हुगु गाः आदि दर्जनं मल्याक सकिपालय लय चिनेगु व background music तयगु यानाः वयाच्वनादीगु दु । अथेहे म्ये हालामि स्वयम्भूरत्न शाक्यया ग्वाहालिं प्यंगु न्यागु 5 star hotel य चर्या म्ये हालादी धुंक्गु दु ।

“न्हापा न्हापा म्ये हालेवलय वाद्यवादकत नापं म्ये हालेमाःगु व

आः थौकन्हय टेक्नोलोजिया हिसावं विकास जुयाच्वंगु दु । तर नेपालभाषाया संगीत ख्यः भन् वांमलानाः वनाच्वंगु दु धकाः नुगः मच्छिकादीगु दु । कलाकारत अप्वयाः वयाच्वंगु दु । तर म्येचाः हे धकाः पिकाःपिं यक्वः मदु । संगीतय थःत छ्यले धकाः वइपिं तसकं म्हो हे जक दु धकाः वयकलं कनादिल ।

२०२८ साल यःमरि पुन्हि कुन्हु यलया मंगलय अबु माईला व मां ते ज मा या कपालीया कोखं जन्म जुयाः वयकःपिनिगु हःपालं मचांनिसें

म्ये हालादीह म्ये हालामि सुमन कपाली लय चिनामि बिरेन शाक्यया थाय म्ये रेकर्ड याः ववं लय चिनामि किरण शाक्यं भजन हालेत धयादिल उबलेनिसें वयकःया संगीतय भजन नं आपालं हालादीह, म्ये नं हालादीह सुमन कपाली थःगु पुखौली पेशा सुइकाः ज्या त्वःताः संगीतय हे थःत पानाःदीगु दु । २०४३ सालपाखे ३/४ महिना कुमारलाल श्रेष्ठ व धनबहादुर



गोपालीपाखें कलानीधि संगीत विद्यालय औपचारिक रुपं संगीतया प्रशिक्षण कयादीगु दु ।

संगीत ख्यलय पेशाया रुपय वयेत थाकु धाइ धकाः न्यनाःवलय वयकलं “न्हापासिबे आः नेपालभाषा ख्यलय छुं भतिचा दु, अथे धइगु ल्हाः खाली धाःसा मजु तर, गुलि नेपाली ख्यलय दु व ल्याखं मदु अयासां तवि नं थःत यःगु विधा जूगुलिं सन्तुष्टी दुगु वयकलं धयादिल ।

कासा ख्यः प्ले अफ कासाय् अजू चाया पूगु खँ

- नवीन महर्जन

क्रिकेट कासा नेपालय फुटबल धुंका: दकलय लोकहवा:गु कासाया रुपय विकास जुयाचवंगु दु । नापं छुं दँ न्हय:निसँ नेपा:या क्रिकेट कासाया प्रदर्शन एसीसी अन्तर्गतया उमेर समूहया धेंधेबल्ला: कासाय् उत्कृष्ट प्रदर्शन यायेत नं ता:लानाचवंगु दु । नेपालय जूगु थीथी उमेरया कासात डिभिजन धेंधेबल्ला: कासाय् बांलाकक प्रदर्शन याना: स्वकूमिपनिगु समर्थन कायेत ता:ला:गु दु । विशेष याना: मिसातयगु उमेर समूहया धेंधेबल्ला: कासाय् नं नेपा:या प्रदर्शन बांलाना: हे चवंगु दु । अथेजुया: थौंकन्हय्या ल्यायम्ह ल्यासेपिनिगु मन त्याकेत थ्व क्रिकेट कासा ता:लानाचवंगु दु ।

एसीसी व आईसीसी नं नेपा:या क्रिकेट मतिनामिपिं खना: तसकं सकारात्मक जूगु खनेदु छुं छुं खंयात अपवादतय तया: । किपुलिइ चवंगु अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट मैदानय क्वचा:गु थीथी अन्तर्राष्ट्रिय स्तरया क्रिकेट धेंधेबल्ला: कासाय् अलय नेपाली कासामिया तयारी अवस्थाय व:मह भारतीय क्रिकेट कप्तान महेन्द्र सिंह धोनीप्रतिया नेपा:मिपिनिगु मतिना खना: व्यक्:पिसं नेपालय



क्रिकेटया बांला:गु भविष्य दु धइगु सकारात्मक विचा: या:गु ख: ।

वंगु महिनां निसँ अष्ट्रेलियाय आईसीसी अण्डर नाइण्टन विश्वकप क्रिकेट धेंधेबल्ला न्ह्यानाचवंगु दु । नेपा: थ्व धेंधेबल्ला: कासाया समूह चरण अन्तर्गत स्वंगु हे कासा बुना: उपाधिपाखे पिहावने धुंकागु ख: । उकिं नेपाल प्ले अफ कासा म्हितेत बाध्य जूगु ख: । नेपा: थ:गु समूह अन्तर्गत अष्ट्रेलिया, इङ्ल्याण्ड व आयरल्याण्ड फुक्क नापं बुना: उपाधि धेंधेबल्ला: कासापाखे पिहांवंगु ख: ।

उपाधिया नितिं क्वाटर फाईनल अष्ट्रेलिया

नेपा: संघर्षटत

व बङ्गलादेश, दक्षिण अफ्रिका व इङ्ल्याण्ड न्यूजिल्याण्ड व वेष्ट इण्डिज अलय भारत व पाकिस्तानया दथुइ धेंधेबल्ला: जुइगु समीकरण व्वलंगु ख: । न्हापांगु क्वाटर फाईनलय ग्वसा: खल: अष्ट्रेलियां बङ्गलादेशयात ५ विकेट वुका: सेमीफाईनलय थ्यनेत ता:ला:गु ख: ।



अथेहे मेगु क्वाटर फाईनल कासाय् दक्षिण अफ्रिका इङ्ल्याण्डयात १२३ रनं त्याका: सेमीफाईनलय थ:गु थाय सुरक्षित या:गु ख: । दक्षिण अफ्रिका सेमीफाईनल कासा ग्वसा: खल: अष्ट्रेलिया दथुइ जूगु ख: । अथेहे वंगु सोमवा: जूगु मेगु क्वाटर फाईनल कासाय् भारतं पाकिस्तानयात १ विकेट त्याका: सेमीफाईनलय थ्यंगु खाता मेगु क्वाटर फाईनल कासाय् न्यूजिल्याण्डं वेष्ट इण्डिजयात ३ विकेट त्याका: सेमीफाईनलय थ्यंगु ख: ।

अथेहे प्ले अफ कासा अन्तर्गत पपुवा न्युगिनी व अफगानिस्तान दथुइ जूगु कासाय पपुवा न्युगिनी त्याकेत ता:ला:गु ख:सा स्केटल्याण्ड व जिम्बावे दथुइ जूगु धेंधेबल्ला: कासाय स्केटल्याण्ड त्या:गु ख: । अथेहे वंगु सोमवा: नेपा: व श्रीलंका दथुइ धेंधेबल्ला: जूगु ख: । उगु धेंधेबल्ला: कासाय नेपा: ८ विकेट बूगु ख: ।

नेपा:पाखे थ्व आईसीसी अण्डर नाइण्टन विश्वकप क्रिकेटया उपाधिया नितिं छुं बांलाके मफुसां थ्व धेंधेबल्ला: कासाय छनौट जूगु हे छगू कथंया सफलताया रुपय कायेमा: नापं उपाधिपाखे ता:पाये धुंकासां प्ले अफ कासाय बांला:गु लिचव:या नितिं संघर्षरत जुइ धइगु भलसा काये । नेपा:पाखे वंगु एसीसी यु - १६ एलिट २०१२ य मलेशियाय जूगु कासाय उपविजेता जुइत ता:ला:गु ख: ।

अथेहे आईसीसी अण्डर नाइण्टन कासाय छनौट जुइत ता:ला:गु आ: जुयाचवंगु ख: । मिसा कासामिपिसं अण्डर नाइण्टन कासाय ह्याट्रिक यायेत ता:ला:गु नापं व्यक्तितगत रुपं नेपा:या थीथी राष्ट्रिय कासामिपिं अन्तर्राष्ट्रिय टीमया नितिं टूयायलय वनीगु क्रम शुरु जूगु दु । थ्व नेपा:या क्रिकेट कासाया नितिं बांला:गु व सकारात्मक शुरुवाट ख: । लुमंकेवह:जु सन् २००६ या अण्डर नाइण्टन विश्वकप क्रिकेटय नेपा: प्लेट च्याम्पियन जुइत ता:ला:गु ख: ।

थ्व अण्डर नाइण्टन विश्वकप क्रिकेटया मेगु संस्करण २०१४ सं युनाइटेड अरब इमिरेटसय जुइगु ख: ।

आ:तक्क अण्डर नाइण्टन विश्वकप क्रिकेट च्याम्पियन जुइत ता:ला:गु राष्ट्र थुकथं दु ।

सन्	देय्या नां
१९८८	अष्ट्रेलिया
१९९८	इङ्ल्याण्ड
२०००	भारत
२००२	अष्ट्रेलिया
२००४	पाकिस्तान
२००६	पाकिस्तान
२००८	भारत
२०१०	अष्ट्रेलिया
२०१२	

वंगु हूँ ई न्हय: जक छगू अजू चाया पूगु घटना जुल । तर थ्व घटना धात्ये धायेगु हे ख:सा थुगु घटना वास्तविक घटना ख: तर भीसं थुकियात पत्या: यायेगु वा मयायेगु व छिकपिनिगु हे भालाय ।

पत्या: यायेगु / मयायेगु
- पौभा डंगोल



चीनया हुवान प्रान्तय चवंगु भवाला (भरना)या चवये चिनात:गु खिपतय थ:गु कला प्रदर्शन यायेगु भवलय छम्ह एत्रोव्याट (सर्कसम्ब:) कुतुवना नं हूँ त:धंगु घा:पा: मजुगु खँ अनया राष्ट्रिय टेलिभिजन सीसीटीभी न्हय:थंगु दु । उम्ह चाइनिज सर्कसम्ब: हुनान प्रान्तय पहाड दथुइया भवालाय चवये चिनात:गु २३०० फिट ता:हाक:गु नैया तारय न्यासि वनेगु कला प्रदर्शन याना: चवंगु इलय थ्यंमथ्यं १३१ फिट ल्यं दनिबलय खिपतय चुलुया: कुतुवन । तर अजूचाया: पूगु खँ हूँ जुल धायेबलय व मनू अनं कुतुवन नं हूँ हे मजू । हूँ छिं पत्या: यानादीयाला ?

तर वास्तवय जूगु हूँ जुयाचवन धा:सा उम्ह मनू कुतु ला वन तर, कुतुवना सिमा व घाँयसं ला:गु जुयाचवन । उम्ह मिसां मिस्वाय काप: चिना: ल्यूनं न्यासि वना: थ:गु कला प्रदर्शन या:गु ख: । उम्ह चाइनिज 'एजकेयर' नांया:मह मनू थ:गु ह्यैया खुगूगु पुस्ताया:मह ख: ।

थ्यंमथ्यं ६०० फिट तज्जा:गु धासय चिनात:गु खिपतय ल्यूनं न्यासि वनाचवंगु इलय फसं याना: इकुया थ:गु व्यालेन्स स्यना: उम्ह मनू अनं कुतुवंगु ख: । खिपतय अथे न्यासि वनेगु भवलय थ:गु म्हयात व्यालेन्स याना:तयगु नितिं वं १८ फिट ता:हाक:गु कथि छपुया लिधँसा नापं कयात:गु ख: । उम्ह मनू अपाय जा: थाय नं कुतुवनां नं हूँ त:धंगु घा:पा: तक्क मजुगुयात छगू तसकं अजूचाया: पूगु घटना कथं का:गु दु ।

वा:या राशिफल

- विजयनाथ उपाध्याय



मेष : जोश जाँगर उलि हे दयाचवनी । यानागु ज्या पूर्वका: त्व:ती । छँपाखे उलिहे बांलाकक ग्वाहालि दयाचवनी, गुकिया कारण हरेक ज्याय सफलता दयाचवनी । ता:पाकक यात्रा यायेमालेफु ।

वृष : स्वर्च अय्व: जुइगु सम्भावना दु उकिया करणं ज्याय उलि ध्यान वनिमखु । पढाई पाखे धा:सा मन वनी । सुं नं मनू लिसे खँल्हायगु उलि इच्छा दइमखु । याक:चा चवनेगु रह जुयाचवनी ।

मिथुन : ता:पाकक यात्रा याये मालेफु । छँपाखे धा:सा उलि ग्वाहालि दया चवनीमखु । लिबाकक पिहां मजुइगु बांलाइ । पासापिं नापं चवना खँ ल्हायेगु मन दयाचवनी ।

कर्कट : न्हगु ज्या मिले जुइगु

खनेदु । पढाई पाखे धा:सा उलि मन वनीमखु । थ: यज्जुया जक लुमन्ति वयाचवनी । हूँ न्हगु ज्याय तक्नेगु बांला: । छिगु बोलीं मनूतयत् प्रभाव लाकेत ता:लाइ ।

सिंह : नये त्वनेगुपाखे भचा होश यानादिसँ । थ:गु ज्या स्यंके स्वइपिं उलि हे दइ । शत्रुपाखे ता:पाकक चवनेगु वेश जुइ ।

कन्या : स्वर्च अय्व: जुइगु सम्भावना दु उकिया करणं ज्याय उलि ध्यान वनिमखु । पढाई पाखे धा:सा मन वनी । सुं नं मनू लिसे खँल्हायगु उलि इच्छा दइमखु । याक:चा चवनेगु रह जुयाचवनी ।

तुला : थ्व वा: छिगु नितिं उलि बांला:गु खनेमदु । पुलापिं पासापिपाखे अपहेलना जुइगु अय्व: सम्भावना दु । छँपाखे व्याहाया खँ पिहांवयेफु ।

वृश्चिक : थ्व वालय छिगु यात्रा यायेगु सम्भावना अय्व: खनेदु । पढाईपाखे प्रगति जुइगु खनेदु । थ: मतिनामिलिसे

सामान्य ल्वापु जुइगु सम्भावना दु ।

धनु : सामान्य चोटपटक लायेफु, पढाईपाखे उलि मन वनिमखु । हूँ नं ज्याय मन क्वसायेका: ज्या यायेगु मन दुसां तवि हूँ पंग: वया: हे चवनी । न्हगु थाय्या भ्रमण यायेगु पाखे मन वनी ।

मकर : छिगु थ्व वा: उलि बांलाइगु खनेमदु । पासापिपाखे ग्वाहालि उलि दइमखु । न्हू न्हूपिं पासापिं नापलाना: खँ ल्हायेगु मन दयाचवनी । स्वास्थ्य पाखे गडबडी जुइ ।

कुम्भ : यात्रा यायेगु पाखे मन वनाचवनी । वा:या अन्तिमपाखे धा:सा स्वास्थ्य पाखे सामान्य गडबडी जुइगु सम्भावना खनेदु । थ: मतिनामिलिसे बांला:गु स्वापू तयादिसँ ।

मीन : धार्मिक क्षेत्रय अय्व: मन क्वसाय चवनी । पासापिं दथुइ सामान्य ल्वापु जुइगु सम्भावना दु । सह यायेगु हे वेश जुइगु खनेदु । थ: मतिनामिपाखे सन्तुष्टि दइ ।

न्हयस: लिस: कासा २

थुगु दँया मिस नेपाल युएस (ए) २०१२ या उपाधि सुनां त्याकूगु ख: ?

- सबिना प्रधान नुर्जा श्रेष्ठ
 आस्मा ढकाल आस्था श्रेष्ठ

नां :

थायबाय :

ल्हा:चिं :

पाय्छि लिस: बियादीपि - १७ मह

वंगु वा:या पाय्छि लिस: :- **सबिना महर्जन**

गोलाप्रथाकथं सिरपा: त्याकादीमह :- **गोकुल श्रेष्ठ, गढुघर, थिमि ।**

कासाया नियमत छसिकथं थुकथं दु :-

- १) थुगु कासाय न्हयस:या पाय्छि लिस: हूँ ख: ल्याया छगुलिइ चिं तयादिसँ ।
- २) थुगु कासाया कुपन ह्वया: हयेगु लिपांगु दिं थ्वहे वइगु मंगलवा: बहनी तकयादुने थ्यंकादीमा: ।
- ३) छम्ह हे ब्यक्तिं न्हयाकव: नं ह्वया: हयादीफु ।
- ४) फोटोकपियात मान्यता विइगु जुइमखु ।
- ५) व:गु कुपनत मध्ये गोलाप्रथाकथं छम्हयसित ल्ययेगु जुइ ।
- ६) त्याकामि भाजु / मयजुं छवा:यादुने थ:गु सिरपा: ज्याकुथिइ थ:हे वया: कयादीमा: ।
- ७) सिरपा:कथं भीगु नेपा: पब्लिकेशनपाखे ३००/- (स्वस: तका) वीगु जुइ ।
- ८) सिरपा: का: भायेबलय थ:गु म्हसीका पौया फोटोकपिलिसे स्वापू तयादीमा: ।
- ९) कुपन छिकपिसं जिमिगु ज्याकू क्षेत्रपाटी, यै, नातिवज्रया सफू धुकू, यै व यलय आर्जुन स्टेशनरीसं त्व:ता:दीफु ।

फोकस

श्रुष्टि श्रेष्ठ



थुगु वालय् जूगु मिस वर्ल्ड कासाय् नेपाःपाखें ब्वति काःम्ह मिस नेपाः श्रुष्टि श्रेष्ठ कासाय् उपाधि त्याकेमफुसां बिच फोटोग्राफि व मल्टिमिडिया अवार्डया नितिं गाव्कं चर्चा म्हःगु खः ।

एभिलं यात इन्गेजमेन्ट



नांजाःम्ह गायिका एभिल लेभिन्जं निकेलव्याक व्याण्डया च्याड क्रोइगर द्युइ इन्गेजमेन्ट क्वचाःगु दु । एभिल थःगु इन्गेजमेन्ट जूगु धकाः खुलासा याःगु खः । एभिल च्याडलिसे वंगु खुला न्हयवनिसे सुलाः सुलाः डेटिट यानाच्वंगु खः । खुला न्हयव एभिलया न्हूगु एल्बमया सिन्सलाय् इपिं नाप लाःगु खः । च्याड स्वीन्हय्दै क्यन सा एभिल नकतिनि नीन्हय्दै क्यन ।

Artist
9851131897



**Lord Buddha
Tattoo Studio**

Dreadlock & Piercing
Thahity Chowk Ktm, Nepal

- ★ Freehand Tattoo ★ Coverup Tattoo
- ★ Your own Design & Idea
- ★ Hygenic & Infection Free
- ★ Friendly Relaxed Environment

सनी लियोनयात विपासाया बेवास्ता



अश्लील फिल्मय् मिहताः नां कमे याये धुकूम्ह सनी लियोन विपासा बसुयात नाप लायेत तसकं कुतः याःगु जुयाच्वन । थःम्ह मिहतूगु फिल्म जिस्म ३' या न्हापांगु ब्वः जिस्म १' य् अभिनय याःम्ह विपासायात नाप लायेत सनी याःगु कुतः धाःसा विफल जुल । नाप लायेगु नितिं सनी याःगु हरेक कुतःयात विपासा ज्यू ज्यू जक धयाः बेवास्ता याना जूगु जुयाच्वन । सनी लियोन जक धु कमे धकाः - वन आः विपासायात नाप मलायेगु धकाः धाःगु दु ।

छगू हे मितिइ

वंगु भाद्र ४ गते मचा बुइकूम्ह नेपाःया हिरोइन सच्चिता लुईटेल धुगुसी वहे मितिइ सोमवाः मेम्ह मचा बुइकूगु दु । थगुने भाद्र ४ गते सच्चिता व निखिल उप्रेतीया काय् दुगु खःसा धुगुसी म्हयाय् बूगु खः । श्रोतया कथं सोमवाः बहनी पौने आठ बजे येँया नर्भिक अस्पतालय् मचा बूगु खः । मां म्हयाय् निम्हसियां स्वास्थ्य बालाः धाःगु दु । अबुम्ह निखिल उप्रेती धाःसा आः बम्बइल्य हे तिनि ।

सच्चिताया मेम्ह सन्तान



प्रो. रोहिना शाक्य

लुंमदी अजिमा ज्वेलर्स



अजिमा बटु चौक, काठमाडौं
फोनः ४२४८९६९



Progressive Group

(Consulting Architects & Engineers)
Lagankhel, Lalitpur

P.O. Box no.196 Lalitpur

☎ 5004019, 5004020, 5547552 Fax +977 1 5553883

Email:- progressive@mitra.com.np



ॐ

We Serve

Engineering Consultancy Services

- ❖ Architectural and Structural Designing.
- ❖ Property Valuation.
- ❖ Land Survey and plotting.
- ❖ Detail Estimate.
- ❖ Municipal Drawing.

- ❖ CAD/ Visio/ 3 D Drawing.

Desktop Services

- ❖ Black Color printing Up to A0 size.
- ❖ Photo Copy Up to A0 size.
- ❖ Digital photo print.
- ❖ Scanning/ lamination.
- ❖ Net phone.