

नेपाल

नेपाल

नेपाल

Nepah Sah – Nepalbhasa Weekly

द ७ ल्या: २० ने.सं. ११३३ थिंलागा: च:न्हे

वि. सं. २०६९ पुष २६ विहीना:

10 January, 2013 Thursday

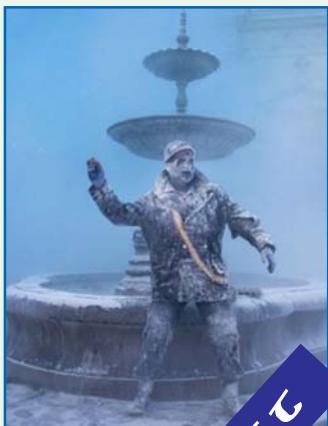
पृष्ठ ८ मू - १० तका

मस्तयके दुगु प्रतिभा क्यनेगु
हवःता: बीमा: धयादीम्ह
रुनालिसे छम्हा: ...



चंडा ३

स्पेनय छुचुँ युद्ध



चंडा ८

In;]

- /fhglit-ljrf/
- ylyl ; dfrf/
- p; f\
- ; dfM-kj; g
- ; #Sf
- ; flxTo
- Sf; NvM
- I; /kMsf; f



गा:बहाल, ललितपुर, फोन नं. ५५-४४९८५

नेवाःतय्त नेवाःया हे रवाहालि मदु !

■ दि. दि. शि. यल

थौकन्हय स्वनिगःया स्थानीय वासीन्दापिनिगु ल्या: स्वयेगु खःसा वंगु छुं ई न्ह्यः जक पिंदगु तथाङ्गु विभागं प्रप्त याःगु दु। नेवाःत गुलि त्याख्य अप्वःगु दु। अले उकिइ मिसात गुलि दु? मिजंत गुलि दु? तर नेवाःत गुलितक साहु अर्थात धनीपिं दु धिङु खँ काचाक थुलि हे दु धका: छक्कल धायेत थाकु। कला, संस्कृति, परम्पराकथं स्वयेगु खःसा नेवाःत हे धनी खः, नेवाःतयगु जातीय पहिचान निसें क्याः तजिलजिं नेवाःतयगु छगु व्यागलं कथंया महसीका हे वियाच्चंगु दु। तर धायेक धेबा दुपिं हे खःला नेवाःत? थन मध्यम वर्णापिनिगु जक खंत्हायेगु खःसां न गरीब सु खः धका: धायेथाकु धुंकल।

थौकन्हय नेवाःतयगु छु न नखः चखः वल धाःसा नेवाःतयगु थेज्याःगु न नखः चखः सायद मेपिनिगु लुइके फइमखु जुइ, गुलितक भः भः धायेक हनाच्चंगु दु थ्व कथं स्वयेवलय नेवाःत धायेथेयवः हे धेबा दुपिं नेवाःत धका: मेपिसं मध्याइ मखु। तर सुनां न छगु ज्यायात धाःसा उकियात समर्थन याइपिं न नेवाःत हे खःसा मयाइपिं न नेवाःत हे खः।

थौकन्हय स्वनिगःया नेवाःत गुलितक धनी धका: भीसं काचाक धुकुमा: यायेत थाकु, सामाच्य छम्ह मनुखं धुकुमा: याइगु धिङु वयागु बानी व्यहोरा लिसलिसे उम्ह मनुखं गया: जुइगु मोटरसाईकल, कार, पजेरो आदि खः। पक्का न भीसं न थ्वहे धुकुमा: याइ जुइ। थौकन्हय स्वनिगःया नेवाःतयसं मोटरसाईकल मगःपिं वा मदुपिं काचाक मालेथाकुइ। गुलिसिया छखा हे छेयः छगा: निगः मोटरसाईकल खालि जुइमखुसा गुलिसिया साईकल छगु तक्क न दइमखु। तर थायेव भी नेवाःतयगु दथुइ पजेरो वा कार गाइपिं नेवाःत न मदुगु मखु। तर थौकन्हय उमिसं गुकथं धेबा कमे यात धका: सामान्य मनूत अजू तकं चायेफु छ्याख्याःसा न्यादँ खुदँ न्ह्यतक छेयः जा: छपे नयेत धौ धौ जूपिं नेवाःत थौकन्हय मोटरसाईकल गया: जुइगु, कार गया: जुइगु, पजेरो गया: जुइगु, हिला: हिला: मोटरसाईकल गया: जुइगु थज्याःगु

आपालं लूत भीसं खंकेफु।

तर उपिं गुकथं धनी जुल थ्व खंयः काचाक दुवाला: स्वयेगु खःसा थःगु पूर्खा अर्थात अजा अजिपिसं त्यकातःगु छेयः वै लुं आदि मिया: अझ धायेगु खःसा दुगु वै मिया: मेपिं धेबा त्यासा विया: व्यां मोजमस्ती यानाच्चंपि आपाल नेवाःत न दु। पक्का न थ्व खंयः आपाल धिथे मनूत सहमत हे जुइ। तर वहे मनूतात भी नेवाःतयसं याइगु थीथी ज्याभवःया नितिं रवाहालि पवं वन धाःसा मदु धका: तथ्यकं हे धयाः वी। गुम्ह मनूखं कार गया: जुइ, पजेरो गया: जुइ। तर नेवाःतयसं हे याइगु थीथी ज्याभवःया नितिं रवाहालि पवं वन धाःसा तथ्यकं हे मदु धका: धायेगु चलन दु। अथे धायेवं फुक्क नेवाःत अथे थ्यकं न मखु। तर तसकं धनाद्यगु मनूतयसं थज्याःगु व्यवहार यायेगु गुलितक पायाछ्यः खः वा मखु? थ्वहे विषयसं स्वनिगःया हे छम्ह निम्ह नेवाःतयगु विचाः च्यनेगुपाखे वने।

जिगु नां सचिन श्रेष्ठ खः। थौकन्हय छु न छगु ज्याभवः यायेगु नितिं वालाक्क हे विचाः यायेमाःगु अवस्था व्येधुकुगु दु। जिमिसं छुं ई न्ह्यः छगु ज्याभवःया ग्वसाः ग्वयागु खः उकिया नितिं प्रायोजक याइपिं निसें क्याः रवाहालि याइपिं मनूत संघ/संस्था गुलि थासय ख्वायः वनाः सयकर १० प्रतिशत जक जिमिसं लुइकेफत। उलि जक मखु पासापिं मिले जुया: छगु ज्याभवः यायेगु नितिं आपालं दुखसिया ज्याभवःया नानाः उकिया टिकट मीत हाकनं उलि हे थाकुल। गुलिसियां फुर्सद मदु, जिमिसं नेवाः भाय् हे समस्या कनाः जिमिगु टिकट छपा तक न न न्यानाः मव्युपिं नेवाःत न जिं खनाः। उकिया थौया इलय् सु न नेवाःतयसं यदि ज्या यायेगु खःसा पार्टीगत रूप हे जक ज्या यायेमाःगु अवस्था व्येधुकुल, सु न स्वतन्त्र जुया: ज्या यायेगु खःसा मिं पला: तयेगु सरह जूथें जित: ताःगु दु। अथे धायेगु हे खःसा नेवाःतयगु हे खःसा निराशा जक खनेदु।

जि पवन खः थौकन्हय जिमिसं छगु ज्याभवःया निराशा छता यानादीमते

नितिं थःगु ज्या त्वःता: आपाल थासय ख्वायः ज्युः आपाल थासय रवाहालिया नितिं इनाप न या: वना तर, यब्ब धिथे थासय निराशा हे खन। संघ संस्थाय वनाः रवाहालि पवं वनाः तर वयक्पिंसं



लिस: वियाहल। बजेट हे फुइयुक्ल भचा न्हापलाक्क वःगु जूसा मिले यानाः वीगु खः धका: आश्वासन जक दत। तर थम्ह छु ज्या यायेत्यनागु खः उकिया नितिं थः गबले न निराश छता धाःसा जुइमज्यु हिम्मत यानाः थःगु लक्ष्य तक थ्यकेगु कुतः धाःसा यानाः हे च्यनेमा।

थ्वहे कथं जि� म्हस्युपिं थथिति, पासापिं, थीथी ज्याकुथिडु गुगु आशा व भलसा क्याः वनागु खः व कथं मनं तुनाथें च्वंक रवाहालि मदुसां गुलिं गुलिसियागुपाखें १०० प्रतिशत् गरन् ६० प्रतिशत् गरन् ४० प्रतिशत् तक रवाहालि जुलसा गरन् छगु प्रतिशत् तक न रवाहालि मजू। ज्याभवःया टिकट मीगु नितिं थायथासय टिकट त्वःता: विया: गरन् पासापिनिगु ख्वाल रवाहालि यानाविलसा गरन् छपा हे टिकट मीफुगु अवस्था मदु। थज्याःगु अवस्थाय भी नेवाःतयसं अझ विशेषयानाः चिचीधंगु संघ/संस्था व पासापिं मुनाः ज्याभवः यायेगु धिङु न बजि न्ह्यथें जुइयुक्ल। थुकिया नितिं ततःधीपिं मनूतलिसे वालाक्क सम्बन्ध क्वातुका: जक ज्या यायेगु बालाव।

भीसं स्वयेवलय भी नेवाःत यवक धनीपिं दु, यवक: हे मन क्वसाःपि दु धका: भलसा क्याः ज्या यायेगु स्वया: मयायेगु हे बालाः। कि मखुसा थीथी पार्टीया रवाहालि क्याः जक यायेमाःगु खनेदु। थौकन्हय गुलि नेवाःत धनी जुयावल उलि हे कञ्जुसपिं नेवाःत न थन दु धिङु जिमिसं ग्वसाः ग्वयागु ज्याभवल रीकेगु हवःता: चूलाःगु दु। अथन भलसा काये सु न मनूखं छु न ज्यायात धाःसा निराशा छता यानादीमते सकले नेवाःतयसं विचाः याये।

थम्ह फूकथं हे जक जूसां रवाहालि याये, खंयः ब्रह्मतयसं छु न ज्याभवःया तथाःसा वहे नेवाः न लखौं तका धेबा वांछवयेगु याइ। तर छम्ह नेवाःन याःगु ज्याभवलय फिद्दु: निद्दु: तका रवाहालि यायेत थाकु चायेमज्यु थें तायेका, उकिहनेबहुपिं नेवाः दाजुकिजा, तता केहेपिंत थ्वहे इनाप यायेकि फुकसिन थःथःगु थासं फूकथं जक रवाहालि यानादिसँ।

वयक्पिनिगु विचाः छिकपिंसं व्यनाः हे दिल पक्का न खः भी नेवाःतयगु ज्याभवः जक मखु पत्रपत्रिका, टेलिभिजनय ज्याभवःया नितिं, एफ.एम.या ज्याभवःया नितिं छिकपिंसं फूकथं जक रवाहालि याना वियादिसं धका: बिन्ती यायेमाःगु अवस्था दु। थज्याःगु अवस्थां भी नेवाःत थहा वयेत तसकं थाकुइ, यदि धायेथेनेवाःतयगु भाषा, कला, संस्कृतियात म्वाका: तयेगु हे खःसा थन स्वनिगलय आपाल धनीपिं नेवाःत दु, गरिबपिं नेवाःत न दु तर, सकसिन थःपिंसं फूकथं रवाहालि यानाः सु न मनूखं याःगु ज्यायात प्रोत्साहन बीगुपाखे भी नेवाःत छपला: न्ह्यःने न्ह्यायेमाःगु अवस्था दु। चाहे व आर्थिक रूप जुइमा वा भौतिक रूप। स्वनिगलय च्वनाः पिनेवःपि खंयः ब्रह्मतयत लखौं लख रवाहालि यायेगु स्वया: वरु थन हे च्यापिं नेवाःतयत द्विछि निद्दु: जक रवाहालि याःसां तसकं तःथःगु रवाहालि जुइ, वयक्पिनिगु हौसलायात अझ न्ह्यःने न्ह्यायेगु नितिं प्रोत्साहन जुइगु खंयः सु न मनूया द्विविधा मदयेफु, थ्व खंयः थौया भी

Khaja Set @ Rs. 99

Set Meal @ Rs. 99

Eat In, Carry Out

Contact Us: 9721439786 UTL, 9819880374 NCELL

सिकःमि समाजपाखें हिदान

यल (नेपा: सः)



फिर्छता: इलनिसे निहनसिया निता: ईतक्क यल लायकुसं चंगु महारानी पुखु लागाय् हिदान ज्याभवःया ग्वसा: ग्वःगु दु।

उगु हिदान ज्याभवलय मुक्क ख्वान्याम्ह भाजु/मयजुपिंस व्वति काक्केविहार सम्बन्धित अन्तर्क्रिया ज्याभवःया ग्वसा: ग्वःगु दु।

दक्कले न्हापांगु खुसिङ्ग ग्वसा: ग्वःगु उगु हिदान ज्याभवः लिपानिसे दंयदसं ग्वसा: ग्वयो: वेनेगु नापं जानकारी व्यूगु खः।

धर्मोदय सभा सुखेतया अन्तर्क्रिया

सुखेत (नेपा: सः)

धर्मोदय सभा सुखेत शाखाया ग्वसालय थनया वीरेन्द्रनगरय बुद्ध धर्म तथा काँकेविहार सम्बन्धित अन्तर्क्रिया ज्याभवःया ग्वसा: ग्वःगु दु। धर्मोदय सभाया नाय: बसन्तकुमार थापाया नाय:सुइ जूगु उगु ज्याभवलय थेरवाद बुद्धिष्ठ एकेडेमिया छ्याज्ञे लिसे अखिल नेपाल भिक्षु महासंघया दुजः तिग्रोध स्थिरवर काँकेविहार भ्रमणया उद्देश्य व पश्चिमान्वल क्षेत्रय बुद्ध धर्म विकास यायेत



राज्यतहतकं थ्यकेमाःगु व बौद्ध संघ संस्था जक मखु हरेक मनुखु प्रचार यायेमाले धुक्गु कनाविज्ञानु खः।

ज्याभवलय न्वावानादिसे नेपाल आदिवासी जनजाति संघ सुखेतया नाय: मोहन गुरुङ्गु पुरातात्त्विक महत्वं ज्याचंगु थुगु विहारयात सरकारापाखें संरक्षण यायेत कृत: मयागु नापं जनगणनाय बौद्धतयाङु तथाङु गलत पिकाःगु खँ न्ह्यःयनादीगु खः। उलिजक मखु सुखेतया पुलांगु खम्पा जातित बौद्ध जूगु इमिसं फिर्छान्याम्ह भाजु/मयजुपिंस व्वति काँकेविहार लागाय् पलिस्था यायेथाकः धाःबलय सरकार याकेमिया: उगु मूर्ति लाटीकोइली चंगु गुम्बाय अयेत तयाःतयाःगु अवस्था दुगु ख्यू दुःख ख्कादीगु खः।

अनया प्रशासनय तःकःमध्य ज्ञापन पौःलःयेधुन तर, उकिया छु नं प्रतिक्रिया मवःगु खँ न्ह्यःयनादीगु खः। ज्याभवलय शाक्य सुरेन सरकार ख्वान्याम्ह प्रतिशत जनजातितयत हेपेयाःगु खँ नेपालय आःतक धर्मनिरपेक्षता मवनिगु धयादिसे काँकेविहार उत्खनन् याःगु इलय आपाल



ठानेज्या : ताप्रकार समाजया फिर्छान्याम्ह भाजु/मयजुपिंस व्वति काँकेविहार सम्बन्धित ज्याभवलय नेवा: देय दब्या नाय: नरेश ताप्रकार लगायत हेनेबहःपिनिगु व्वति दुगु खःसा ज्या:जङ्क्वः क्वचायेधुक्पिं व एस.एल.सी., उच्च माध्यामिक तह, स्नातक तह पास जूपिंत नापं हनेज्या जूगु खः।

शिखर शैलीया बुद्ध मूर्तित लुयावःगु तर थनया प्रशासनं स्वीकार यायेत तयार मजूगु खँ न्ह्यःयनादीगु खः।

सभाया नाय: लिसे धर्मोदय सभा सुखेत शाखाया नाय: बसन्तकुमार थापां उत्खनन लिपा अलपत्र ज्याचंगु थुगु विहारयात पुनःनिर्माण यायेफत धाःसा सुखेतया आर्थिक, धार्मिक व पर्यटकीय क्षेत्रया रूपय विकास यायेफइगु खँ य वहः वियादीगु खः। काँकेविहारयात धार्मिक विवादया विषय स्वयाः नं फुक्क धर्मया मंका: थाय् दयेकेमाःगु व थुकिं विहारया महत्व अप्वइगु धयादीगु खः। अन्तर्क्रिया ज्याभवलय थनया बुद्धिजीविलिसे थेरवाद बुद्धिष्ठ एकेडेमिया विचार्यापिंस व्वति काःगु खः।

लक्ष्मण राजवंशीया नेपाली बाखं सफू पितब्बज्या

वै (नेपा: सः)

नामिंग्वागु रस्ग, बुलुमि, देखा:, त्वाकः, भक्सुका, लः हू, लिथ्यःगु सः थेंज्याःगु आपालं बाखं सफू च्यादी धुक्कूस्त बाखं च्यमि लिसे शिक्षाविद् लक्ष्मण राजवंशीजु नेपालभाषां च्यादीगु नीन्यापु बाखेयात खस् नेपाली भाषं हिलाःतःगु बाखं सफू “परलंदो घाम” या चिखिप्पनेज्या नेपालभाषा एकेडेमिया चान्सलर भाजु सत्यमोहन जोशीजु यानादिल। मूपाहाँक्यं भायादीम्ह वयकः भाजु लक्ष्मण राजवंशीजु यात फ्रान्स्या नांजाःम्ह साहित्यकार मोपाशालिसे दानादिलसा नेपाली भायाया नांजाःम्ह साहित्य समालोचक नेत्र एटम, प्रा.डा. दयाराम श्रेष्ठ “सम्प्रव”, कमलराज रेम्पीपिंस चिखिप्पनेज्या जूगु सफू “परलंदो घाम” या थीथी पक्ष कुलादीगु खः।

उगु ज्याभवलय तलेजु प्रकाशनयापाखें जयदेव कृष्ण श्रेष्ठ थःगु नुगु: खँ तयादीगु खःसा सभानाय: प्रा. राजेन्द्र सुवेदी लक्ष्मण राजवंशीया बाखं व्वने बलय् नेवा:



तजिलजिया नापनापं नेपा: व विश्व रा ज नौ ति या ख्वाःपा: तकं खनेदइगु खँ कनादिल। ज्याभवलय बाखं च्यमि लक्ष्मण राजवंशीजु थम्हेसिनं च्यागु खँ बाखं खः किं च्यख (निवन्ध) खः आःतक हे बालाक सिके मफुनि धकः कनादिल। विशेष याना निवन्ध व बाखनय ल्हाः जःम्ह लक्ष्मण राजवंशीजु या आःतकयादुने नेपालभाषां फिर्छान्याम्ह खस्

बार एशोसिएशन व पहिचान सहितया संघीयताया सवाल

विच्चाः

श्रीकृष्ण महर्जन

नेपा:या राज्य पुनसंरचनाया सवालय न्यायपालिकाया भूमिका न्हावालेन नं नकारात्मक ज्याच्वन विशेष याना न्यायलयया पुनसंरचनाया सवालय खः धाइपिं मदुगु नं मखु। उलि जक मखु पहिचानया आधारय संघीयताया सवालय विरोध याइपिं अप्वः न्याय क्षेत्रय हावी ज्याच्वन धकः आदिवासी जनजाति नापं राज्य वहिकरणय लाकातःपिं समुदाय नं न्हापानिसे हे धया: व्याच्वंगु खः।

नेपा:या राज्यया प्रमुख अंग धइगु व्यवस्थापिका संसद अथवा संविधानसभा, कार्यपालिका अर्थात सरकार अल सरकार अले मेगु महत्वपूर्णु अंग धइगु न्यायपालिका खः। देशय दिउपा: व्याच्वु इलय अंगकाःकथं लिक्क थ्यंगु खः।

मंका:कथं लविङ्ग यायेगु शुरु याःगु खः। अले दलया नेतात्य संविधानसभा व्यायायितयात थ्यांगु थ्यांगु खः। अनं लिपा हे सर्वोच्चय दायर ज्याच्वन गुम्बायात काँकेविहार लागाय् पलिस्था यायेथाकः धाःबलय अदालतया न्यायपालिकाया: उगु मूर्ति लाटीकोइली चंगु गुम्बाय अयेत तयाःतयाःगु अवस्था दुगु ख्यू दुःख ख्कादीगु खः। अनया प्रशासनय तःकःमध्य ज्ञापन पौःलःयेधुन तर, उकिया छु नं प्रतिक्रिया मवःगु खँ न्ह्यःयनादीगु खः। ज्याभवलय शाक्य सुरेन सरकार ख्वान्याम्ह प्रतिशत जनजातितयत हेपेयाःगु खँ नेपालय आःतक धर्मनिरपेक्षता मवनिगु धयादिसे काँकेविहार उत्खनन् याःगु इलय आपाल

नापलाना: न्हापानिसे हे धया: व्याच्वंगु खः।

व्यवस्थापिका संसद व कार्यपालिकाय हिउपा: व्याच्वंगु दु तर, न्यायपालिकाय धाःसा हिउपा: व्याच्वंगु मदु। उकिं हे जुइ सायद् २०६४ सालिला देयेकुरु आयोपं तयार याःगु रिपोर्ट कथ दोषीयात कारबाही यायेमकुर। फलस्वरूप छु दैलिपा हे आयोग दोषी ठहर याःपिं सक्षारय थ्यन अले जनताया नितिं छु हे हिउपा: मवल।

२०६२/०६३ सालया शान्तिपूर्ण जनकान्तिलिपा अन्तरिम संविधानय संघीय गणतन्त्र ला वल तर संघीयताया आभाष जुइगु कथ छु हे ज्या जूगु खनेमन्त। थीथी क्षेत्रय आरक्षण विहिगु व्यवस्था बाहेक छु हे मजुल।

थुज्वःगु परिवेशय कानुन व्यवस्थापिका संसद व कार्यपालिका अर्थात संविधानसभा व्यायायितयात थाःसा न्हापानिसे हे धया: व्याच्वंगु खः। थुगु संघीयतावादी स्वतन्त्र व्यवस्था पहिचान संघीयताया आभाष जुइगु कथ अधिकारया विषययात एजेण्डा रुपय न्ह्यःने तःगु दु।

एकात्मक कथया संरचना दुगु नेपाल बार एशोसिएशनया न्हागु नेतृत्वया नितिं चुनाव जूवनाच्वंगु थ्व इलय ध्वगु कथया अध्याय शुरु जूवनाच्वंगु दु व खः वारया चुनावय पहिचान संघीयताया आधारय शुरु जूवनाच्वंगु दु व खः किं च्यादीगु नीन्यापु बाखेयात खस् नेपाली भाषं न्ह्यःयनादीगु खः। सिद्धार्थ बनस्थली स्कूलया सभाकक्षय जूगु उगु ज्याभवलय यादव भद्रराईजु ज्याभवः न्ह्याकादीगु खः। नेपा: नेवा: सरोकार व नेवा: भूमिलिसे थीथी न्ह्यगू विषययात कथया: जागरण मञ्च नेवा: भूमिलिसे थीथी न्ह्यगू विषययात याःगु नुगु दु। जागरण मञ्चया वारया अहातवा: च्यांगु मूँज्या थये थीथी निर्णय याःगु खः। मञ्च छें थ्वाया अधिकार सुनिश्चित यायेगु नितिं समिति नीस्वनेगु अथेहे सुकुम्बासी समस्या समाधान यायेमाःगु व थुकिया निति गुगु जिल्लाया सुकुम्बासीत खः उमित उगु जिल्लाया भूमिया व्यवस्थापन यायेमाःगु, यें देय्या सुरक्षाया नितिं आन्तरिक आप्रवासन नीति तायर यायेमाःगु, यें देय्यात सम्पदाया देय्यकथ विकास यायेमाःगु, गुथि संस्थान खारेज याना: नेवा: साँस्कृतिक प्राधिकरण नीस्वनेमाःगु, लागू जुइदुङ्कुरु मातृभाषा अनिवार्य शिक्षा लागू यायेमाःगु, नेपाल सम्वत्यात कथया: सरकारयात लःल्हाःगु गुगु गुगु बैद्य ध्यानार्क्षण लागू यायेमाःगु गु व लः मतः व न्ह्यानिह्यया वस्तु सर्वसुलभ यायेमाःगु विषययात कथया: जागरण अभियान न्ह्याकेत्याङु खः। उगु नेवा: सरोकार विषययात कथया: थीथी सं

रंगीन बालुवाटार

मिसापिं अर्थे न
क्वापिं। अय् युजा:
उमित 'हट' धाइगु।
मिसापिं 'हट'

नेपालथ्
सुरेश किरण

ज्वनीपि॑ मिस्त
स्व: वइपि॑ खः व
धाःसा छुटे याये
थाकु। अय् न छु
खँ मदु। न्ह्यागु स्व: वःपि॑
थजु, बालुवाटार जायेक भीड
ला खात।

थ्वहै भवलय् भारतपाखे छागु एटी
बिचा: नं पिहां वगु दु। मिस्तयत गुगु
हिसा जुयाच्वन, उकिया दोषी मिस्त न
खः। छ्याय्याःसां मिस्त तसक हट।

चिकुवलय् मनूतयत हट वस्तु यहगु
स्वाभाविक हे जुल। फवनां विउसा ठीक
हे जुल, मविल धासा लाका: जूसां कायेत
स्वइ। फवना: काःसा व लभ जुल। खँ
थुलि हे जक खः। छम्ह छु धाःह बाबा
थथे न्ववागु जुयाच्वन। आ: भारतन्यकं
उम्ह बाबाया दारि छपु छपु मदयेक
पुना बीगु स्वाच्व: वयाच्वंगु दु। अयनं
बाबाजी ग्यानादीम्वा: जब बाबाजीया
दारि छपु छपु मदयेक पुना बी, वया
लिपा वयक: नं 'हट' खेन दइ। हट
बाबा! बरु वयक:या दारि पुहगु जक
गवले खः मसिउन का।

न्ह्याबलें राजनीति जक 'हट'
जुयाच्वनीगु भीगु देश्य गवलें
गवलें साक्षात 'हट'पि॑ मिसापि॑
नं थथे पकट जुया बीगु
रोमाच्वक नं जू। मखुसा स्व:
भासां, बाबुराम भाजुया कपा:
स्याःगु खःसां न थौंकन्हय
बालुवाटार धाःसा रंगीन जुयाच्वगु
दु। न्ह्याथाय् स्व:सां मय्जुया
मय्जु। पूरा मय्जुपिंपाखे घेरे
याका: च्वने दुगु बाबुराम
भट्टराईया थ्व भाग्य खना: पारस
शाह थेंज्याःपि॑ मिसागुलूत ला
स्यूस्यू हे हालाच्वन जुइमा:।
थःगु हुल मुनीगु खः, उपि॑
मिस्तयसं ज्वना वइगु ब्यानर
स्व: वइपि॑ खः लाकि व्यानर

मिस्तयसं प्रदर्शन याइबलय्
मनूत हुल न जू। उकिं
बालुवाटार न्ह्याबलें जाम।
तर मिस्तयसं याइगु प्रदर्शनय
गुगु हुल मुनीगु खः, उपि॑
मिस्तयसं ज्वना वइगु ब्यानर
स्व: वइपि॑ खः लाकि व्यानर

मस्तयके दुगु प्रतिभा क्यनेगु निति॒ हःपा: बी

- रुना महर्जन, कलाकार

न्ह्याइसा सौंकिपा: धइगु २/३
घण्टातक जक दइ, उकिं सौंकिपा:य
सुटिङ्ग यायेबलय् नियमित रुपं
सुटिङ्ग जुया: एक/दुई हप्तां
क्वचाइ। तर टेलिसिरियल धइगु
ताःहाक: जुइगुलिं इलय् व्यलय्
सुटिङ्ग यायेगु निति॒ बना: हे च्वनेमा,
फरक थुलि हे जक खः।

"हाईरे नसः" गज्यागु

सौंकिपा: खः ?

थ्व छगु थौंकन्हय भी
नेवा: तयसं गुगु नखः हना:
च्वनागु दु उकियात हे फोकस
याना: दयेकातगु सौंकिपा:
खः, थुगु सौंकिपाय भी
मध्यम वर्गया नेवा: तयसं
नखः च्व: गुकथं हनाच्वंगु
दु, समाजयात क्यनेगु निति॒
धेवा त्यासा क्या: थीथी नखः

च्व: हना: च्वंगु दु, कन्हय थुकिया
लिच्व: गथे जुइ धइगु क्यनातगु
सौंकिपा: खः।

नेवा: सौंकिपा:य पारिशमिक
मदु धाइ. छु धयादी ?

थ्व धइगु सौंकिपा: स्वया: जुइ, सुनां
गज्याःगु सौंकिपा: दयेकी, म्हो लगानी
याना: वा यक्व लगानी याना: अर्थात
व्यवसायिक रूप वनेगु कथं दयेकातगु
खःसा उगु सौंकिपालं पारिशमिक विह

नापनाप थःगु भूमिका नं
घिसालक घ्यनेक्यमा वह
कथं पारिशमिक दइ।

थौंकन्हय या
पेशनयात गुकथं
क्यादी ?

पिने वःगु फेशनयात
नं नाला: कायेफेमा तर
भ्यासिह: वयेक मखु,
अथे धायेवं भीगु थःगु
नेवा: क्लवर नं ल्वःमंके
मज्यू भीगु संस्कृतयात
नं ल्वःका: तयेमा।

भ वि छ्य या।



रुनायात दक्ले यःगु

यःगु नसा :

चांमरि व मःमः

यःगु तंसा :

मिल्क कफि

यःमह गायक :

सुगम पोखरेल

यःमह गायिका :

त्रेया घोसाल

यःपि॑ कलाकार :

मह जोडी

यःगु शाय :

स्वनिगः

यःगु रंग :

हयाउँगु, हाकुगु व तुयु

गोगेगु :

पासापि॑ नाप चाहिलेगु, म्यै न्यनेगु, इन्टरनेट्य च्वनेगु।

गन्तव्य
बसन्त महर्जन

देवघाटय् वैदिक सम्यताया

यैपाखे॑ १५० किलोमिटर ताःपा:गु थ्व थासय
छ्वक्व: चाहिलेगु मनसुवा न्ह्यापानिसे॑ दु, तर
चू मलानाच्वंगु। देवघाट थ्वकेत थनं ७
किलोमिटर जक ताःपा:। यात्रा॑ हाकनं
निरन्तरता काल अर्थात, थनयात हे गन्तव्य
दयेका: अनसं दुगु बस गया।

थम्ह गायागु बस न्ह्यात। यात्रुतयगु
ख्वाःपा: स्वयेगु क्रम शुरु जुल। आपालं
थिथे यात्रुत गन्त ताःपाक हे तीर्थ यात्रा
वनेत्यापि॑ धार्मिक प्रवृत्तिया थें खनेदु। गुलिं
देवघाट मथ्यवं थासं थासय् कुहाँ वनसा
गुलिं थहाँ वल। धार्मिक बातावरण भन्न
भन्न अथवा: वल। थःगु लिकसं दुगु
सिट्यू दुपि॑ निम्ह ल्यासे॑ मध्ये छम्हेस्यां
धाल, चाहिलेगु जक खःसा थन माघ १
गतेपाखे॑ थ्वक्व: यवेमा:॑, यवेत हुलमुल जुइ,
न्ह्याइपुसे॑ च्वनी। थुकुन्ह थन तःधंगु हे
मेला जुइ। छु दिंलिपा हे जक माघ १ गते॑। तर थः न्ह्यः हे
थ्वना। इपि॑ अन चाहिलेत वःपि॑ मखु से॑ आश्रमय
च्वनाच्वंपि॑ थःथितिपिं सामान
वीत वःपि॑ खनी।

बस जंगलया लँ जुया:
न्ह्याँवन। छ्वथाय् थ्वक्व: दित
अले जिमित क्वकाल। भतिचा

न्ह्यासि वने धुकाका: खनेदत, निगू तःधंगु
ख्सिया दथुइ देवघाट। छगु ताःहाक:गु
तापु दु, वहे तापु जुया: देवघाट दुस्वया:।

देवघाटय् स्वयेगु यक्वं दु। आपाल धायेक
देग: दु। राधाकृष्ण देग:, गलेश्वर देग:,
सीताराम देग: लक्ष्मीनारायण देग:, शंकराचार्य
देग:, बागेश्वरी देग:, लक्ष्मीनारायण दिव्यधाम,
मौला कालिका देग:, विश्वशान्ति॑ धर्मशाला
आदि थनया स्वये वहःगु थाय् खः। अथेहे
सीता व वशिष्ठया नामय दुगु निगू गुफा नं
स्वये वहः जू। सीता गुफा चाहिला: च्वनावलय्
छम्ह बरिस्त, थुसि लुइयूकूह न्ह्यने॑ वल।
अन हे आश्रमय च्वनीम्ह जुयाच्वन। वयागु
उद्देश्य जिके धेवा कायेत खः। मेपिसं ज्यूसु छुं
भित्तिचा धेवा फवने॑ धेका: फवनीगु तर वं तप्यक
अथे मध्य:। लिपा जक सिल, व मिसा ठकरी
जुयाच्वन। ठकरीतयगु छगु विशेषता खः, थःगु
कम्मजेरी वा विवशता न्ह्यःमध्येय। मेपिसंपाखे॑
आदर सम्मानय अपेक्षा माःछि हे यायेगु।

थाहै। थुगु भाषायात वं ला स्वाभाविक रूपं
काइ तर मेपिनि निति॒ अस्वाभाविक खः। सीता
गुफाय नाप लाःम्ह मिसा नं अथे हे। मिसा ला
उच्च धरानायाम्ह हे लाना च्वन तर थःथितिपिंस
वास्ता मयाःगुलि थन च्व वयाच्वंप। वं थः
उच्च क्लूलयाःम्ह व ठकरी जातयाःम्ह धका:
तःवः माःछि हे परिचय वियाच्वन।

वैदिक सभ्यताकथं जीवनयात थीथी
आश्रमय व्यथला तःगु दइ। थुगु कथं
मचातयगु कयेता पुजा अर्थात् ब्रतवन्ध धुकाका:
गुरुकुलय वनी। गुरुकुलय च्वना॑ भास्तिं
नेवा: जुया: नेवा: भास्तिं खँल्हाये, थः
मस्तयक दुगु प्रतिभा क्यनेगु निति॒
उमित न्ह्यःज्याकेगु निति॒ छ्वेपिंसं
माःगु कथं ग्वाहालि याये। ■

आश्रमय भलक जक लुइगु खः। थुपि॑ मध्ये
गुलिं छेय काय भौपिसं हेपे यात धका: नुा:
ख्वेका: च्व वयाच्वंपिंसा गुलिं जीवनया थ्व
इलय् धर्मस्कृमय यायेधका: वयाच्वंप। आश्रमय
च्वनाच्वंपि॑ लिसे॑ नं गाफ या: वना। छ्यै
उमेर या:म्ह अथे आश्रमय वःगुलि इपि॑ तसकं
लयताः। काय भौपिं वा छ्यैपि॑ थथे गवले॑
गवलें जक वइगु। आश्रमय च्वनाच्वंपि॑ थनं
हे वःपि॑ धका: मदु, गुम्ह गन्म गुम्ह गन्म गन्म।
येप छुं दुपि॑ नं आपाल हे दु। जि अबले गन
बासं च्वनेगु धका: व्वःमःछिनागु। निम्ह
स्वम्हेस्या हे धाल, "होटेलय छ्यै वने माल?
थन हे च्वसां ज्यू नि, थाय द हे दु!"

देवघाटय् वातावरण तसकं हे शान्तपूर्ण।
देगलय् गं थःगु 'ताइताइ' 'ताइताइ' व
'ताइताइ' स: वाहेक मेगु तापे॑ मदु। गनं
होम यानाच्वंगु दुसा वहे वैदिक ऋचाया
पाठ। आश्रमय च्वनाच्वंपि॑ फुकक हे ग्राम्हण
व क्षेत्रात जक जुइ धका: च्वनागु छम्ह ला
शूद्र वर्ण या:म्ह न दु खनी। व

कम्प्यूटर माइरस

साइबर संसार सुभाष प्रजापति

कम्प्यूटर भाइरसया नां कायेवं भी सकलें हे थारान्दुइ। भीसं स्यू थ्व कम्प्यूटरया छगू ग्यानापु 'ल्व' ख:। थ्वं कम्प्यूटरया फाइलनिसे कया:

सिस्टम तकं ध्वस्त याना बिइफु। कम्प्यूटर भाइरस ध्वयागु छु ख:। थ्वं गथे ज्या याइ, थ्वपाखें गुकथं बचे जुइगु ध्वयागु खं सिइकेगु कम्प्यूटर चले याइपिनिगु लागि अत्यावश्यक विषय जूवनी। थुकिया बारे सामान्य जानकारी तकं मदतक थःगु कम्प्यूटर ल्वचं कया: छु हे ज्या तकं याये मफेफु।

दकले न्हापा कम्प्यूटर भाइरस औपचारिक रुपं सन् १९८४ स प्रेड कोहेन धाःम्ह मनुखं लुइकू ख:। वयक्या धापू कथं कम्प्यूटर भाइरस छगू थज्याःगु पोगाम ख: गुकिं कम्प्यूटरया मे मे गु पोगामयात बांमलाःगु असर लाकी। थुकिया मतलब थ्व ख: किं कम्प्यूटर भाइरस छगू कथया पोगाम हे ख:। थ्वयाके थःथम्ह उज्वःगु हे फाइलया कपि (प्रतिलिपि) दयेके परइगु क्षमता दयाच्वनी। कम्प्यूटर भाइरस भीगु कम्प्यूटरय दुहाँ वने वं थुकिं थःथम्ह उज्वःगु हे फाइलया यक्व



प्रतिलिपि दयेका यंकेफु। थुकिं छखे भीत मजिमगाःगु फाइल हुया बिइफुसा म्वाःमदगु फाइलया सूजना याना: कम्प्यूटरया मे मोरी स्पेश नया बिइगु व कम्प्यूटरया ज्या यायेगु स्पीडयात क्वक्या बिइफु।

कम्प्यूटर भाइरसयात छ्यां प्रोगाम धाये धुक्काः थुकिइ निश्चित ज्या यायेगु निर्देशन अवश्य न दयाच्वनी। थ्व हे निर्देशन कथं कम्प्यूटर भाइरस ज्या यायेगु याइ। भाइरसयात वियातःगु निर्देशन कथं थ्वं कम्प्यूटर दुनेच्वंगु फाइलयात हुया

बिइफु, म्वाःमदगु फाइल दयेका बिइफु, गुलिं गुलिं भाइरसं थुज्वःगु ज्या मयासे छु कथया सन्देश आदि जक कयनेगुनिसे कया: थःथम्ह म्यै हालेगु, संगीत पिकायेगु थेज्याःगु ज्यात न यायेफु। भाइरसं छु व गुकथं ज्या याइ ध्वयागु खं भाइरस दयेकूम्ह मनुखं गुकथं भाइरस डिजाइन यात ध्वयागु खं निर्भर जुइ।

भाइरस छगू कथया पोगाम जूगु ज्याया: ध्वयात सञ्चालनय हयेत चले यायेमा। भाइरस

फलपि डिस्क, सिडी, इन्टरनेट डाउनलोड, फाइल एटेचमेन्ट आदिपाखें याउँक कम्प्यूटरय च्वं वयेफु। थुपिं माध्यम पाखें कम्प्यूटरय भाइरस दुहाँ वयेवं थ्वं ज्या यायेगु शुरु यानाहइ। ईमेल स्वयेवलय वा इन्टरनेटया पेज चायेके बलय कम्प्यूटर भाइरस क्रियाशील मजुइगु ज्याया: थुकिं कम्प्यूटरयात छु कथया हानी यायेफु। ज्याया: ध्वयात धुगु हेयर ओयल (चिक), स्याम्पु, साबु अले हेयर डाई छ्यलेगु ज्या अप्व: ज्याच्वंगु खनेदु। थुकिया परिणाम स्वरूप थीथी कथया संय ल्वचं कया: असमय सं त्विसे च्वेनगु, सं हाया: वइगु, सं बाया: टुका जुइगु, त्वचा दाइगु, संय सुख्खापन वइगु आदि समस्या खने दयाच्वंगु दु। थज्याःगु विकृतिपाखें ताःपायेगु खसा रसाइन्युक्त थिकेगु कस्मेटिक सामान मखु छ्यै हे तयार यानादिसं घरेलु समा: ज्वलं।

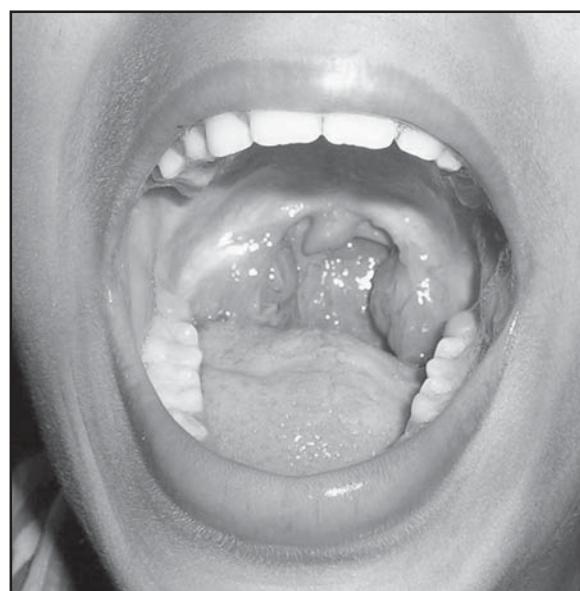
याइ (विशेष याना: अनाधिकृत रुप, खुयातःगु कम्प्यूटर प्रोगाम डाउनलोड यायेवलय भाइरस च्वं वइगु अप्व: सम्भावना दइ) वा

इमे लय दुगु एटेचमेन्ट थःगु कम्प्यूटरय डाउनलोड याइ, अबले जक कम्प्यूटर भाइरस क्रियाशील जुइ। थुकिया अलावा फलपि वा सिडी मार्फत भाइरस दुगु प्रोगाम थःगु कम्प्यूटरय तयेवं न थ्व क्रियाशील जुइ। भाइरस क्रियाशील जुइधुका: भाइरसं थःगु ज्या याना यंकेगु याइ।

स्याको भाइरस (भाइरसया छ्यां ताजि) वर्ड प्रोसेसर, स्प्रेडसिट थेज्याःगु प्रोगामय धाका: हये फइगु ज्याया: भाइरस दुगु उज्वःगु डाटा फाइल चायेके बलय न भाइरस क्रियाशील ज्याया: ज्या यायेफु। ■

एटेचमेन्ट थःगु कम्प्यूटरय डाउनलोड याइ, अबले जक कम्प्यूटर भाइरस क्रियाशील जुइ। थुकिया अलावा फलपि वा सिडी मार्फत भाइरस दुगु प्रोगाम थःगु कम्प्यूटरय तयेवं न थ्व क्रियाशील जुइ। भाइरस क्रियाशील जुइधुका: भाइरसं थःगु ज्या याना यंकेगु याइ।

स्याको भाइरस (भाइरसया छ्यां ताजि) वर्ड प्रोसेसर, स्प्रेडसिट थेज्याःगु प्रोगामय धाका: हये फइगु ज्याया: भाइरस दुगु उज्वःगु डाटा फाइल चायेके बलय न भाइरस क्रियाशील ज्याया: ज्या यायेफु। ■



थेज्याःगु व्याक्टेरियातपाखें टन्सिलाइटिस जुइगु ख:। महुत व वा बांलाक्क सफा मयात धाःसा वाय रुपोषण जुल धाःसा थ्व ल्वचं अःपुक थी।

ल्वय गुकथं ब्ललनी ? टन्सिलाइटिस न्हापां न्हापां टन्सिलत ह्याउँसे च्वनि अले मना: वइ। बुलुहुँ लिपा लिम्फोइड तन्तुत पाके ज्याया: वइ। थ्व अले न्हायपं न्हायपं अप्व: जुइगु जुइयः। अथुं संकमण न्हायपं याको इस्चीयन द्यूबतक अःपुक न्हायपां वायाच्वनीगुलिं ख:।

महुत दुने थ्वक हे वना: संकमण जुल धाःसा

हेयर केयर !

मैलिसाया सं खना: बांलाना वइ। सी न न्हनावनी।

ल्वःमवकिपि म्हो हे जक दइ जुइ।

वयागु संया न्ह्याम्हेसियां तारिफ

याइ। मयाइगु न गनं वयागु सं वयागु खं तयाः

वयागु पहिचानया चिं जुइधंकल।

वया पासापिंस न वयासिवे सं

बालाके धाका: अनेक उपाय यात।

तर छु शीप लगे मजू। मैलिसा

न इमित संयात गुकथं सुसाःकुसा:

याना: बांलाकेगु उकिया कारण छ्य

धइगु खं व्याथुइक कन।

थौक्नह्य टि भी., पत्रपत्रिका

वा एफ.एम. रेडियो आदिया

माध्यमपाखें प्रचार प्रसार याइगु संया

सुसाःकुसाया नामय मात्र कृत्रिम

नस्वां दुगु हेयर ओयल (चिक),

स्याम्पु, साबु अले हेयर डाई छ्यलेगु

ज्या अप्व: ज्याच्वंगु खनेदु। थुकिया

परिणाम स्वरूप थीथी कथया संय

ल्वचं कया: असमय सं त्विसे च्वेनगु, सं हाया:

ख्वाउँसे च्वनकि उगु मिश्रणयात

ल्हातय घज्ञा न्ह्याना: बांलाक

न्ह्यायादिसं। थुगु लेपयात संया जरा

जराय तयाः बांघौलिपा ख्वाउँल ख्व

चायादिसं। थुकिया छ्यलालां सं

बल्लाइ। सं हाया: वइगु

समस्यापाखें ताःपाये फइ।

● यदि सं हाया: वया: समस्या जूसा

जैतुनया चिकन वालय छ्यक्व:

यानादिसं। मालिश यानागु नियैलिपा

छ्यलालादिसं। संय त्विसे च्वना

ताःहाक: ज्याया: नाइसे च्वनी। तुयु

सं बुया: वइगु म्हो जुइ।

● सं हाया: वया: समस्या जूसा

जैतुनया चिकन वालय छ्यक्व:

यानादिसं। मालिश यानागु नियैलिपा

छ्यलालादिसं। संय त्विसे च्वना

ताःहाक: ज्याया: नाइसे च्वनी। तुयु

सं बुया: वइगु म्हो जुइ। ■

● अथेह सुख्खा जूगु संय मेहेन्दी

आवश्यक मात्राय छ्याः थलय त्वादिसं।

खेय्या म्हासुव व्य, धौ छ्यू च्यम्बा तया:

संका: छ्यौ तक फ्यालिपा संय प्याना:

दिसं। छ्यौलिपा च्यायादिसं।

तइगु लख्य कागति बाग: तिसिना:

थःगु सं च्यायादिसं। थुकिया:

त्वादिसं। थुकिया बांघौलिपा

लख्य च्यायादिसं। थुकिया बांघौलिपा

लख्य च्यायादिसं। थुकिया बांघौलिपा

लख्य च्यायादिसं। संय त्विसे च्वना

ताःहाक: ज्याका च्वना च्वना च्वना

ताःहाक: ज्याका च्वना च्वना च्वना

ताःहाक: ज्याका च्वना च्वना च्वना

त

gj fm; Fskfbf afvgo\j | j wtf

सिनेमास्कोप विजयरत्न असंबरे

नेवा: सौकिपाया ल्याःचा स्वयेवले आःतक्कया दुने पिदंगु सौकिपाया ल्याः सञ्चिगु थन। “सिलु” निसें न्हयागु थ्यः पला: “राजमति” जुया: “पानवती” व “अजःमिखा” तक थन। “चाण्डालिका” व “पटाचारा” नार्प याना आःतक्कया दुने निगु फिलम्य बुद्धकालिन बाखं न्हयःव्यातःगु खेनदत्सा “सेरीबज्जा” व “कृषा गौतमी” नायागु निगु सौकिपाया नं बुद्धकालिन बाखनय दयेका: च्वंगु दु। शान्तिनायक तथागत भगवान बुद्धा जीवन व बुद्ध कालय अभ नं बावालाःगु सौकिपाया दयेकु कुतः ज्याच्वंगु दीन। थज्यागु सौकिपालं धर्म भावना ब्लंगीनागु जक मख्से नेपा: देय्या तजिलजियात नं याउँक हे न्हयःव्येय फइगु खेय शका यायेथाय मदु। ख्यतला निर्देशक शान्तराज शाक्य नेवा: तजिलजि जाःगु नेवा: लोक सास्कृतिक बाखंया पात्र गुरुमापायात क्या: “गुरुमापा” हे नाम छागु सौकिपाया दयेके धुकूगु दु। वयकः भाजुं गुरुमापा लिपा यत्या ऐतिहासिक काति याखंया लिद्यासा क्या: “यलयावाथः” नायागु छागु सौकिपाया नं दयेके धुकूल।

थुकथं स्वयेवलय नेवा: सौकिपाया धकिमय धर्म भावना ब्लंगेकु कुतलं निसें क्या: जीवनशैली व तजिलजि व्येगु कुतः ज्यागु नं याउँक हे खेनदु। “भित्तुना” नायागु सौकिपाया यात नं थ्वेह दज्याय तयेज्यु। ख्यतला थ्व छपु लोकाखंया लिद्यासाय दयेकूगु सौकिपाया खः। तर थुकि दुने नेवा: तयागु दबू याखंया परम्परा अले याखं स्यने न्हयः पुज्याय माःगु नासःदः पुजायात नं न्हयःव्यातःगु दुसां नेवा: जीवनशैली व तजिलजि नं याउँक हे न्हयःव्यातःगु दु। निर्देशक आर्यम नकःमिया “भित्तुना” छावे च्वाच्याय बहःगु सौकिपाया ज्याःगु पिदंगु दुसा मेखे थ्वेह बाखिलसे ज्वःलाःगु “रंगवः वक्षः” धाःसा उलि ताये फूगु खेनदु।

नेवा: सौकिपाया धइगु विशेष याना: ख्यालि न्हिलिं जाःगु जुइमा धइगु मान्यता बवःविया: च्वंप आपालं दु। सुभाय, न्याल्लब्या, हिसिमदु, गोखुन, हवान्तांचा, गवाज्यःचा, तिरीमिरी भ्यायाय, निसें क्या: नासः मदुपं थेज्यागु आपालं सौकिपाया त हास्य प्रधान सौकिपाया खः। हास्य धइगु सौकिपाया छताजि प्रचलित शैली खः।

अथेहे मतिनाया बाखं न



सौकिपाया ल्याः चार्वा च्वंगु थ्यः न्हयःव्येय व्यातःगु खः।

भुलेजुइम्ह पला: थातय मलाःम्ह पात्रयात एइस ल्यांचं कःगु बाखं न्हयःव्यातःगु दु। “सिलु” व “राजमति” यात नेपा: देय्या हे छगु ज्वःमदुगु सौकिपाया कथं क्यातःगु धइगु नेवा: सौकिपाया न्हयःव्येय निति गर्वया खं कथं कायेमा। ख्यतला न्हयःगु नं सौकिपाया मतिनाया खं भचा भचा दयातु च्वनि।

तर सर्वामिला, मतिना, माया रे रतन, लय, बाला: मय्यु, मतिना सी मखु गवले, निफ्वः स्वाँ, मतिनाया कलि थेज्यागु सौकिपाया त्वापानिसें हे मतिनाया बाखं धइगु सीदुगु सौकिपाया खः। थुकी मध्ये “मतिनाया कलि” सौकिपाया पूमवंगु मतिनाया हुनि प्रेतात्मा ज्मह मतिनामिया बाखं न्हयःव्याता ख्पला: न्हयःने वयाक्यन। थुकियात “हरर” विधापाखेया पला: धका: धाःसां ज्यु। हररया खं ल्हायेवलय “वारासी” नायागु छागु ख्सु सौकिपाया धाःसा नाम्न निसें हे नेवा: तजिलजिलसे स्वापू दयाच्वंगु सौकिपाया खः। अथेहे ज्युगुलि जुइ “वारासी” यात नेवा: भासं भाय हिला: नं पितहःगु दु।

सौकिपाया ख्यलय एक्शन नं न्हयावलें चर्चाया विषय जुयातु च्वं। थुखेपाखे स्वयेगु खःसा “शंखरा” नायागु छगु नेवा: सौकिपाया यात दक्ले न्हापांगु नेवा: एक्शन सौकिपाया धका: वयभय याःगु खः। थ्व सौकिपाया सकतां ज्या पूवंगु नं ता: दयेकुकल तर आःतक्क पिमदीन। बर नेवा: सौकिपाया तसकं लोक्हवानाः च्वंगु हास्य विधा नापानापं ल्लाकःछ्याना एक्शन नं दुय्याका दयेका: तःगु “जिपिं बदमाश मखु” स्वकृमिया निति न्हगु सवा: ज्याविल। थः तिरि मय्युया चरित्र प्रति शंका याना लित्तुलिना: सासित याइगु वाखंयात “थ्रिलर” धका: धायेज्यु। थ्रिलर सौकिपाया रुप्य “भलसा” पिदंगु दुसा पारिवारिक व सामाजिक बाखं ज्वाना: पिदंगु सौकिपाया धलखय मथ्यः काय चरित्र, चिपःनिपः निसें क्या: मिजः, हाकु सुपाँय, याँमिखा, तुतां, कुलंगार, न्हायक, भस्का थेज्यागु सौकिपाया यात कायेज्यु। “न्हायक” सौकिपाया छेय्या कायमचां छेय्य धका: मग्यालकि म्हयायमचा नं न्हयचिले मालेयः धइगु सन्देश वीगु कुतः यानातःगु दुसा “हसना” नायागु छगु सौकिपाया मिस्तलिसे

याःगु खः।

सुलिमय थ्यंस्ह अनिश

बाखं

प्रदिप नेपाली

छिमिस

जित: डाँका। का! मेगु छागु हाफ हिं धाःसा थ्व नं जिगु नामं।

(थ्व खं न्यना: विजय व रिकेश दुने दुनेला हर्षया बादलं त्वःपुल तर पिनेया ख्वालय धाःसा वा: वयेके मविल।

रिकेश: अहो! छु खः अनिश त्वाँते थौं ला ख्लित पुरा लोडेड खःकि छु खः? का! का! गवले गवले थम्ह नं ख्वं यायेमा, अले जक नयागुया स्वाद वड। मखुला विजय? (विजय मुसुक न्हिली खासै उकिया प्रतिक्रिया क्यनीमखु।)

अनिशायात थ्व खं न्यना: न्हयपु ब्वाइ। वयात नं लिस: बीत ला गन मवःगु खः धका: तर खासै प्रतिक्रिया मध्य मात्र ख्वाःया आकृति जक नकारात्मक सन्देश बीगु बाहेक।

अले अनिश छु ज्याच्वन ले छिमि कञ्जुश बोश्या विजिनेश? छंगु ला तलब नं थकाल धइगु खं न्यनागु! उकिया हे पार्टी व्यू वयागु कि छु खः जिपिं निम्हेसित न? का छु धायाः रिकेश? व डाँकां तलब थकायेगु! न्यास: खुस: धेबा त्यासा क्यां ला अबु ब्याहाः खनिम्ह मन्। थकाइला व तलब खुँ थें च्वाम्ह खाते!

(मिखा तिसिना: स्वात पेग सिध्येकि अले दना: प्यखरं सुलिमय मिखा ब्वड।) थ्व थास्य वयागु नं यव्व दत हला पासापि? तर अचम्म!

जिय: छगु कथं ला धायेगु हे खःसा ला थ्व दाइचां भोक न भकारी, शोक न सुर्ता धइगु उखानायात द्यावक हे चरितार्थ याइ यार। स्वःले, थःगु हे सरय च्वनाच्वनि, न ग्राहक धायेसातक नयेगु चीज ह्याःबी, न त हिसाब किताब हे बालाकक तड़ग जक गैडा। तर थःहे मचाबलय्या पासा विजयपाखें तसकं खं न्यनेमाल। आखिर वयात तं मवइगु नं गथे। मक्खी चुसः कन्जुस बाहुन धेबा फुकं कट्टु सुचिकीगु, फितका नीतका जक पस्य तइगु जुइवं सुयागु जक न्हयपु मववाइ। उकिसन फन् रिकेश नं खं तना: बीवं सुयागु मन् जक च्वास्स मजुद।

अथेला थौं व निर्णय यायेधुकल, न्यास: तकां पासापिंत पार्टी बीगु, अले न्यास: तका धाःसा वयागु ल्हित्त्या खर्च।

छत्रपाटीपाखें सरासर थ्यन व थायमदुया सुलिमय। विजय व रिकेश न्हापां हे अयला: त्वना च्वनाच्वनेधुक्कु दु। अनिश वयेव हे व्याजात्मक अभिवादन प्वकल व अनिश नं गथे खः अथे याना: परिभाषित यानाबिल।

विजय: अहो पासा! यव्व दिलिपा ख्वा: क्यं वल नि! त्वनेगु मखुला? छु न्हयानाच्वंगु बागमति खुसिङ्ग थम्ह ख्वाः। सिइकु धइयेत यायेका कि छु?

अनिश: बागमतिङ्ग ख्वा: स्यू वयागु! हा... हा... हा... बागमति, सागमति मखु थौला गंगायात हे थःगु ख्लितइ ख्वःचिना: ह्याःगु दु। छु तायेका

अभ अनुसन्धानया भवलय्

मिसात थ्यगु छु नं शारीरिक बदलाव बिना हे मानसिक रुप्य उत्तेजित जूगु सीदुगु खःसा छु न इलय पिने

उत्तेजित जूगु खनेमदुसां नं मानसिक सीदुगु खः। ■

मिसात थ्याय लिबावक्क उत्तेजित जुइ ?

ल्यायम्ह थ्यः अस्यः भाज्ञ

मिसा व मिजंतयगु शारीरिक बनावट जक फरक जुइमखु। उमिगु सोचाइलय नं आकाश जमिनया फरक जुइ।

वैज्ञानिकतयसं न छु ई न्हयः जक याःगु छगु अनुसन्धानय थ्वहै खः। उगु अनुसन्धान कथं मिसा व मिजंया सेक्स आवश्यकता फरक फरक जक जुइमखु, उकिया वारे सोचाई नं फरक हे जुइ।

वैज्ञानिकतयसं तायेकी कि, मिजंतयसं सेक्सयात न्हिच्छ्या



युनिभर्सिटीपाखें

याःगु थुगु

अध्ययनय द

१९६९ निसें

२००७ या

दथुइ २५००

मिसा व

१९००

मिजंतयगु

दथुइ याःगु

शोधया

अध्ययन

याःगु खः।

</

सिद्धासन यायेगु तरिका

योग

सरिना लाखे श्रेष्ठ

योग यायेवलय मुख्यला भीसं नियमयात पालना यायेमा। योग यायेगु निति वाधान यायेत हुँ न न्यागू आसन मध्ये छागू आसनयात स्थिरता व आनन्द दुग्गुच्चयं तत्पक तया: च्चनेमा। भीसं स्थिरतापूर्वक च्चनेमे मसःसा मंच अंगःया लिघ्साकाया: ध्यान प्राणया आदि अभ्यास यायेफइ।

हस्तमुद्रा नं यक्त कथया दु। उक्त मध्ये भिन्नागू जक थन आसनय च्चना: न्हापां भीसं हस्तमुद्राय च्चनेगु तरिका व हस्तमुद्रा चिकित्सा पद्धति सोके।

आसनय च्चना: हस्तमुद्रा जक याना: नं स्वास्थ्य (उसाँय) लाभ यायेकै। गुगु भिन्नागू मुद्रा थुक्तय दु:-

१) ज्ञान मुद्रा २) प्राण मुद्रा ३) अपान मुद्रा ४) अपान वायु मुद्रा ५) वायु मुद्रा ६) शून्य मुद्रा ७) पृथ्वी मुद्रा ८) वर्षण मुद्रा ९) सूर्य मुद्रा १० धारण शक्ति मुद्रा व ११) लिङ मुद्रा खः।

थुपिं मुद्रा सिद्धासन, पद्मासन वा बजासनय याःसा बालाइ। न्यापर्चिं पञ्च तत्त्वया प्रतिनिधित्व याइ।

१) बुढा पर्चिं नं अग्नियात २) खुनि पर्चिं नं वायु यात ३) दथु पर्चिं नं आकाश यात ४) चोला पर्चिं नं पृथ्वीयात ५) सिकापर्चिं नं जल तत्त्वया प्रतिनिधित्व याइ। शरीरय पञ्चतत्त्वत नियमित जुया: त्वयत उत्पन्न जुइ। मुद्रा चिकित्सा विज्ञानकथं थुगु न्यागू तत्त्वया समन्वयपाखे शरीरय आन्तरिक ग्रन्थित, अव्यवत व उक्तिया क्रियात्यत नियमित यायेगु ज्या व शरीरदुने द्यनाच्चंगु शक्तियात थनेगु ज्या याइ। गुगु ल्हातं थुगु मुद्रात दयेकी। शरीरय उक्तिया विपरित (अःख) भाग्य (व्यय) तुरुन्त उपचारात्मक ज्या शुरु जुइ (न्हायाइ)। हस्तमुद्रा गुरुं इलय नं यायेफइ। द्यनेवलय न्यासि वनेवलय फ्युतना च्चनाच्चेवलय व द्यनेवलय।

पञ्चतत्त्वयात नियमित यायेगु हस्तमुद्रा

भिन्नागू हस्तमुद्रा मध्ये प्यांगु मुद्रायाःगु जक तरिका व फाइदा:- १) ज्ञान मुद्रा वा ध्यान मुद्रा:- बुढा पर्चिं व खुनि पर्चिंया परस्परय मिलय याना: व मेगु स्वपर्चिं सिधा (तत्पक) तल धाःसा ज्ञान वा ध्यान मुद्रा जुइ।

फाइदा क) थुगु मुद्रा मस्तयगु चिक्ता: यायेगु शक्ति (स्मरण शक्ति) अप्ययेकी। नियमितकथं अप्यःअभ्यासं थुगु मुद्रापाखे



सिद्धासन यायेगु तरिका

स्मरण शक्ति अप्वइ। अले धारणा व ध्यानात्मक स्थितिया विकास (थपू) जुइ। खः एकचित्त (एकग्रता) अप्वइ। नकरात्मक चिच्छात पाख्येताःपाइ। ग) छ्यं स्याइगु न्ह्यः मवझ्गु वा तनाव ज्याच्चंसा बुलुहु तनावनी। तं व्यवलना मस्तिष्क (न्ह्यप्पुया स्नायु तसक बल्लाना: वनी अले उक्तिया नापनाप थुगु मुद्रां अभ्य यक्त वालाक लिच्छः (परिणाम) कायेगु नितिं थुगु मुद्रा यायेकुः तुरुन्त प्राण मुद्रा यायेमा।

२) प्राण मुद्रा:- बुढा पर्चिं नाप सिका पर्चिं व चोला पर्चिंया न्ह्यः येगु व्यायात मिलय यायेगु व मेगु लिगु पर्चिं तत्पक तयेगु। फाइदा क) थुगु मुद्रां (प्राणया) द्यनाच्चंगु शक्तियात थनविइ अले शरीरय फूर्ति, निरोगीता व ऊर्जाया थपू जुइ।

खः मिखाया थीथी समस्यात न्ह्य यज्यं काविइ (समाप्त यानाविइ)। मिखाया ज्योति अप्ययेका विइ। ग) ल्वयनाप ल्वायेगु शक्ति अप्ययेकिइ। भिटामिनया कमि जुइके बीमखु। हिया सञ्चार न्ह्याकाविइ। पित्याल्वचं कयेकी मखु।

न्ह्यः मवझ्गु इलय :- (ज्ञानमुद्रालिपा प्राण मुद्रा यायेवलय फाइदा जुइ।)

३) अपान मुद्रा :- बुढा पर्चिं, दथु पर्चिं न थः थवय च्चका थिझ्गु मुद्रा खः। फाइदा कविजयत, ग्यापिष्टक प्याःया मेमेगु त्वयत बुलुहु बुलुहु तनावनी। जलास्ये, चिनी ल्वय, पिसावया अवरोध, वा सम्बन्धी समस्या म्हो जुइ। (पायल्स) नुगःच्या (हृदयया) ल्वय तसक लाभकारी जुइ। अले उक्तिया नापनाप थरीरय व्यथनाच्चंगु (विभाजित) तत्त्वयात नं पिने पिकायेगु ज्या याइ।

४) अपान वायु मुद्रा :- सिका पर्चिं जक तत्पक तया: ल्यं दनिगु पर्चिंया च्चका जोडय याना: (प्यांपुकः) थुगु मुद्रा दयेकेफइ। फाइदा हृदय (नुगःच्यु) या नापनाप बात ल्वयात हट्य याना: गुम्हेसिया नुगःच्यु (मुट) कमजोर वं थुगु मुद्रा न्हिं त्विं सुथय छ्यु नं आसनय च्चना: यायेमा। नुगःच्यु गति म्हो (कम) जुइवं थुगु मुद्रा याःसा आराम जुइ। (याउँस च्चनी)। नुगःच्यु ल्वयगितयसं थुगु मुद्रायात धाःसा यक्त हे लाभकारी जुइ। थुगु मुद्रात न्हिं फिगु व पीन्यागु मिनेटक यात धाःसा पूवक लाभ जुइ। ■

पञ्चतत्त्वयात नियमित यायेगु हस्तमुद्रा

भिन्नागू हस्तमुद्रा मध्ये प्यांगु मुद्रायाःगु जक तरिका व फाइदा :-

१) ज्ञान मुद्रा वा ध्यान मुद्रा:- बुढा पर्चिं व खुनि

पर्चिंया परस्परय मिलय याना: व मेगु स्वपर्चिं सिधा (तत्पक) तल धाःसा ज्ञान वा ध्यान मुद्रा जुइ।

फाइदा क) थुगु मुद्रा मस्तयगु चिक्ता: यायेगु शक्ति (स्मरण शक्ति) अप्ययेकी। नियमितकथं अप्यःअभ्यासं थुगु मुद्रापाखे

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

भारतया भूमिङ, पाकिस्तानं त्याकल वान-डे क्रिकेट

भारत व पाकिस्तान दथुइ न्यादैलिपा भारतया भूमिङ जूगु क्रिकेट धेँधेबल्ला: कासा अन्तर्गत स्वंग शृंखलाया वान-डे क्रिकेट त्याकेत पाहाँ पाकिस्तान तालागु दु। थ निगू देय्या क्रिकेट धेँधेबल्ला: कासा तसक हे रोमाञ्चक जुइगुलिं क्रिकेट प्रेमिपिनिगु निति भारत व पाकिस्तान दथुइया कासा स्वयेगु चाहना न्ह्यावले जुयाच्चनीगु ख:। थहे हुनिं थ देय्या कासा ग्वसा: रवयेगु निति हलिंया न्ह्यागु हे देय्या इच्छा दु।

तार्दैलिपा थ निगू देय दथुइया धेँधेबल्ला: कासा भारतय जूगु ख:। न्हापांगु वान-डे धेँधेबल्ला वंगु पुष १५ गते आइतवा: जूगु ख:। उगु धेँधेबल्ला: कासाय पाकिस्तान ६ विकेट त्यागु ख:। मेगु निगूगु वान-डे शृंखला वंगु पुष १९ गते कोलकत्ताया इडन गाडेनया क्रिकेट मैदानय जूगु ख:। थुगु धेँधेबल्ला: कासाय पाकिस्तान न्हापां व्याटिङ्ग याना: ४८ दशमलव ३ ओभरदुने २५० रन दयेका: अलआउट जूगु ख:। थुकिया लिसलय व्याटिङ्ग यावःगु भारत केवल १६५ रन दयेका: अलआउट जुया: भारत ८५ रन वूगु ख:। थुकथ भारतयात पाकिस्तान भूमिङ हे लगातार बुका: शृंखला थःगु कब्जाय लाकूगु ख:। दकले लिपांगु स्वक्वःगु वान-डे शृंखला वंगु पुष २२ गते आइतवा: न्हूदिल्लीइ जूगु ख:। थुगु धेँधेबल्ला: कासाय टस त्याका: न्हापां व्याटिङ्ग याना: १६७ रन दयेकेत तालागु ख:। जवाफी व्याटिङ्ग यावःगु पाकिस्तान केवल १५७ रनय अलआउट जूगु ख:।

थुकथ थ लिपांगु वान-डे १० रन त्याकेत तालाका: थःगु इज्जत वचे यागु ख:। अन्तत: पाकिस्तान भारतय थःगु हे भूमिङ २-१ ल्याख शृंखला त्याकेत तालागु ख:। थ धेँधेबल्ला: कासाय म्याच अफ दि म्याच जुइत महेन्द्र सिं

कासा र्व्य:

नाविन महर्जन

धोनी तालागु खःसा म्याच अफ दि सिरिज पाकिस्तानया नासिर जम्सेद जूगु खः।

भारत व पाकिस्तान दथुइ वान-डे शृंखला न्ह्य: निगू ट्वार्टी - ट्वार्टी क्रिकेट धेँधेबल्ला: कासा जूगु खः। थुगु धेँधेबल्ला: कासा २५ डिसेम्बरय जूगु न्हापांगु कासा पाकिस्तान त्याकेत तालागु खःसा लिपांगु म्याच भारत त्याकेत तालाका: कासा बराबरय हे क्वचागु खः।

थुगु पाकिस्तानया भारत भ्रमण समग्र हे पाकिस्तानयात बालागु लिच्च: लागु खनेदु। पाकिस्तानया टीमयाके मितेगु बालागु क्षमता दःसां म्याच फिक्सिङ प्रकरण, शान्ति सुरक्षाया व आतंककारी गतिविधिया हुनिं पाकिस्तानी टीमनाप सम्बन्ध बालाके चाहे मजू। अझ न अन्तर्राष्ट्रीय क्रिकेट काउन्सिलपाखे पाकिस्तानय छु न कथंया धेँधेबल्ला: कासा मितेगु स्वीकृति मव्यून नाप छु न देय्या क्रिकेट कासामि पाकिस्तानय मितेगु खः। भारत व पाकिस्तान दथुइ क्रिकेट कासाया हुनिं थ सम्बन्ध बालागु धइगु भी नेपाया निति न बालागु खः लिसे थ सारक देय फुककसिया निति न बालागु सन्देश खः। ■



हे क्वचागु धइगु तसक हे बालागु लिच्च: खः। थुकिं याना विशेषत पाकिस्तानप्रति सकारात्मक भावनाया विकास जुइगु सम्भावना व्यालंगु दु।

पाकिस्तान व भारत दथुइ वान-डे क्रिकेट सन् १९८७ स कोलकत्ताया इडन गाडेनिसे थुरु जूगु खः। थुकथ थुरु जूगु नीन्यादै क्यांगु लसताय वंगु निक्वःगु वान-डे धेँधेबल्ला: कासा जूगु इलय पाकिस्तान व भारतया नांजाम्ह कासामि वसीम अकरम, रमिजराजा, इन्तिखाट आलम, कपिलदेव, सुनिल गावस्कर, अनिल कुम्बले, वीरीएस लक्ष्मण सादिक मोहम्मद, मुस्ताक मोहम्मद विशन सिं हवेदी, दिलीप वे गसरकट, कृष्णमाचारी श्रीकान्त, रविशास्त्र व कोलकत्ताया दकलय नांजाम्ह कासामि सौरभ गाँगुलि लगायत फिंगुम्ह क्रिकेट कासामिपित सम्मान याना: स्वर्कुमिपित थायथास्य चाहीकूरु खःसा स्वकुपिपिसं लापाथानां वयकपित लसकुस यागु खः। भारत व पाकिस्तान दथुइ क्रिकेट कासाया हुनिं थ सम्बन्ध बालागु धइगु भी नेपाया निति न बालागु खः लिसे थ सारक देय फुककसिया निति न बालागु सन्देश खः। ■

६ किलोया केक नयेत निदुः मनूया लाइन

पत्या: यायेगु/मयायेगु

- शपुर “स्वनिगः”

मेक्सिकोय छू परम्परागत विशाल केक दयेकु दु। उगु गोलाकार केकया परिधी थ्यमथ्यं छू माईल दुसा तौल थ्यमथ्यं गुद्वः किलो दुगु खः। राष्ट्रिय बैकरी संघया न्वकु एटोनियो एरियास थुगु केकयात निगू लख स्वया: आपालं कुता थलेगु धागु खः। थ व केके त्यार यायेत न्यागू मेट्रिक टन छुचु, स्वगू टन मख्खन व स्वीच्छाद्वः व खुसः ख्यःगु खः।

ताहाकःगु छुटी सिधेयेदुका: जनवरी ६ सं ‘श्री किंस डे’ हनी व थुगु हे लसताय तायःगु व तसक सागु केक नयेगु याइ। विहीवा: सुर्थिसे मनूत केकया निति लाइन च्चीना गनं सैनिक व स्वप्नसेवकतयस्के इना: विहीवा थुगु यामिनी थ्यमथ्यं निद्वः व सचिम्हसित थ्यज्यागु केक नगु खः।

थज्यागु केक दयेकेत थ्यमथ्यं च्ययद्वः अमेरिकी डलर अर्थात थ्यमथ्यं ७० लख तका खर्च जूगु खः। थुकिया ग्वसा: खलकं वडगु दाँ थ्यमथ्यं खुगू किलोमिटर ताहाकःगु केक दयेकेगु ग्वसा: दयेकातःगु दु। गुकिया लक्ष्य खः - गिनिज बुक्य नां च्चकेगु।

मिखाया नानीइ हे सँ बुयाःवयेव

छु छिसं सुयागु न मिखाया नानीइ सँ बुयाःवःगु खःला ? खनीगु न गुकथ ? सुयागु न मिखाया नानीइ सँ बुयाःवः वडगु जूसा जकः। मिखाया जःखः अर्थात मिखाफुसिद्ध धासा आपालं बुया: वडगु सँ बाहक मिखाउने सँ बुयाःवः वडमखु। तर ईरानया छम्ह ल्यायम्हया मिखाय सँ बुयाःवःगु दु। भिंगुर्देया उम्ह ल्यायम्हया मिखाया नानीइ सँ बुयाःवःगु खः। नानीलिसे स्वाना: वःगु फोका अर्थात सिस्टय सँ बुयाःवःगु हुनि वयात तसक हैरानी जूगु दु। मिखाउने सँ बुयाःवःगु हुनि वयात मिखा पति यायेकलय सँ सुदगु जूया: तसक स्याः।

शल्यक्रिया याना: सँ बुयाःवःगु फोका चीकेगु निति ईरानया ताविज मेडिकल कलेजय उम्ह ल्यायम्हयात भर्ना यागु दु। मिखायादुने सँ बुयाःवः वडगु छू दुर्लभ स्वास्थ्य समस्या खः। थुकियात लिम्बल डर्माइडस धाइ। थ व हरेक भिन्द्वः मिखा ल्वगिपिं मध्ये छम्हसित जुइगु सम्भावना दइ। थ व स्वास्थ्य समस्या जन्मजात खः व भुण्या अवस्थाय हे थज्यागु विकृति वइ। ■

“ससः नेवा: न्हयसः लिसः कासा २०

नेपाया दकले अप्तः नाफा नयेत तालागु संस्था छु खः ?

विद्युत प्राधिकरण नेपाल टेलिकम

खानेपानी संस्थान एनसेल

नां :

थायबायः

ल्हाःचिः

••• छू •••••••••• छू •••••••••• छू ••••••••••

पायथ्यित लिसः बियादीपि - ७८३ मह

रंग गाया पायथ्यित लिसः - भिन्निंग

गोलाप्रथाकथं सिरपा: त्याकादीक्ष - पुनम महर्जन, बालाजु यै।

कासाया नियमत घसिकथं थुकथं दु :-

१) थुगु कासाय न्ह्यसःया पायथ्यित लिसः छु खः ल्याय छालिद चिं त्यादिर्दिः।

२) थुगु कासाया कुपन छवया: हयेगु लिपांगु दिं थवहे वडगु मंगलवा: बहनी तकायादुने थ्याकीमा:।

३) थम्ह हे व्यक्ति न्ह्याकव: नं छवया: हयादीफु।

४) फोटोकापियात मान्यता बिडगु जुइमखु।

५) वःगु कुपन तम्हे गोलाप्रथाकथ छम्हसित ल्ययेगु जुइ।

६) त्याकामि भाजु/मयूर्जु छवया:यादुने थःगु सिरपा: ज्याकुथिह थःहे वया: क्यादीमा:।

७) सिरपा:कथं ससः नेवा: रेस्टरेन्ट/पावः तिम्हसित समयबजि ज्वलं भपिगु व्यवस्था यायेगु जुइ।

८) सिरपा: का: भायेकलय थःगु महसीका पैथा फोटोकपिलिसे स्वापू त्यादीमा:।

९) कुपन छिकपिसिं जिमिगु ज्याक खेत्रपाटी, यै, नातिबज्जया सफू धुक, यै वयलया अर्जन स्टेशनरीस त्वःतावीफु।

ससः नेवा: रेष्टरेन्ट

नेवा: नसा भपिगु निति लुम्का: दिसँ। किपू - ५, सागल।

फोन : ४-३३६७००

‘नेपा: सः वाःपौ प्रत्येक विहीवा: ब्वनादिसँ/ब्वंकादिसँ।

फोकस



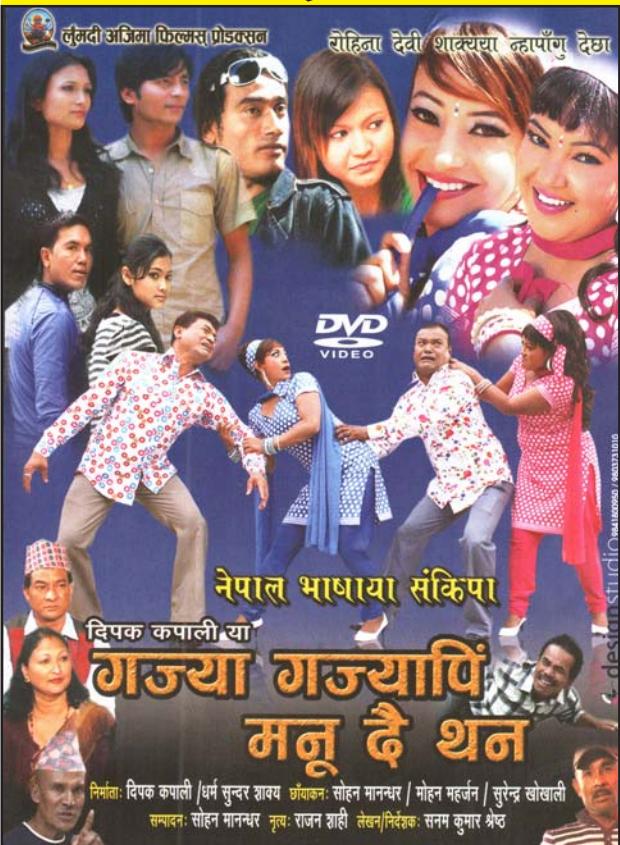
भूमिका

मयाज्ञु रुना महर्जन नेपालभाषा शपू यायेगु निति थम्हं पूकथं सकसिन थःथःगु थासं पला ल्हवनेमा धयादीमह वयःकः थौकन्हय दोया न्यतय च्वनादी। वयःकलां आत्वकयादुने मिस नेवा, मिस ज्यापु लगायात मेमेगु थीथी ट्यालेन्ट शोसं ल्वति कयादी धुक्गू दु।

माझा
नेपा

थुगु 'नेपा: सः' वा:पौया निति ल्हु बजार प्रतिनिधित्व माःगु दु। ज्या याये मंदुपिं भाजु/मथ्युपिंसं थःगु बायोडाटा व फोटो निपा: सहित जिमिगु ज्याकुथिड स्वापू तयादिसँ। र्खापू -
नेपा: सः वा:पौ भीगु नेपा: पठिलकेशन (प्रा.) लि.
क्षेत्रपाटी - देव, नेपा:।
फोन ल्या: : ४२-५१४८८ व १८०८-३८६५८३ (राजेन्द्र)

बजारय पिदन !



भीगु नेपा: पठिलकेशन (प्रा.) लि.पाखें प्रकाशित ● सम्पादक - सुभाषराम प्रजापति ● प्रबन्ध निर्देशक / सम्पादक - दिनेश शिल्पकार ● ज्याकुथि - क्षेत्रपाटी, देव ● ईमेल - nepasah@gmail.com ● थाकुथि - मोनाज अफसेट प्रेस, कुपण्डोल ● अध्यक्ष - निगमराज राजोपाध्याय ● बजार व्यवस्थापन - राजेन्द्र महर्जन, अनुज डंगोल ● सल्लाहकार - अमृत स्पस्य: ● फोन/फ्याक्स : ४२५१४८८ ● वेबसाइट www.nepalmandal.com

कवचाल स्पेनया छुचुँ युद्ध

(एजेन्सी)

स्पेनया दक्षिण पर्वी इबी शहरय थव दँ न छुचुँ युद्ध दँ कवचालगु दु।

हरेक दँया २८ डिसेम्बरय जुइगु थव छुचुँ युद्ध थुगुसी नं मन्त सैनिक वसतय व थःथवय छुचुँ लिसे र्हयें नं कयेका: देयन्यक मल्टा बारा मुइकाका: न्हयइपुक हंगु खः।

एलस इन्फारिनाट्स धइगु उगु पर्व २८ डिसेम्बर खुन्हु न्हिचिछयक अर्थात् स्थाय मध्यूत्तले उगु पर्व हंगु खः।

न्हिचिछया छुचुँ युद्धलिपा धा:सा सतकन्यक वानाचवगु छुचुँ लिसे मेमेगु फोहोर चीकेगु व सफा यायेगु ज्याय पुङ्कक शहरबासीपि छधी जुयाः न्हयःज्यायेगु याइ व पलख वे शहर सफा यायेगु ज्या याइ।

स्वयादिसं भीगु फागु पुनिह थें चक्कंक हनीगु स्पेनया थव छुचुँ युद्धया छुँ छुँ लु।



तेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबूया इनाप

ने पालभाषाया पुलांम्ह पत्रकार नाप ने पालभाषा रुयःया अन्वेषक छत्रबहादुर कायस्थया जहान मोतिलक्ष्मी कायस्थयात तसकं रहं मफया: तःन्हु छ्यानिसे असपतालय भर्ना यानात गु अवस्थाय वयःकःयात आर्थिक रूपं तसकं समस्या जूगुलिं गवाहालि यानादीत इनाप यानाच्वना।

गवाहालिया निति

छत्रबहादुर कायस्थया खाता नं.

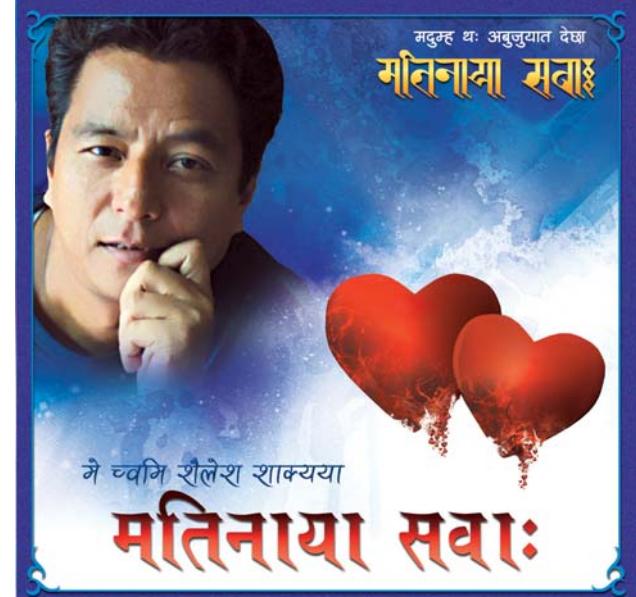
१०४०३०२००००५३९

स्वापू फोन ल्या:

सिंधिया राजोपाध्याय : १८४१-२१८६४२

राजेन्द्र शाक्य : १८०३-१५२९६५

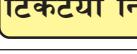
बजारय पिदन !



लुमंक र्खः भासँ !

टिकटया मूँ १००/- व २००/- तका जक

प्रायोजक



नेपालभाषा सांगीतिक सनिल ११३३



मिति: २०६१ पुण २८ जते शनिवा: थायः राष्ट्रिय नाचघर, जमल ई: २ बजे

टिकटया निति स्वापू : १८४१३७१७६८, १८१३५३५३५३३, १८४१३३०२४४, १८४१३३२२३० व १८४१४६४३०६

भीगु नेपा: पठिलकेशन (प्रा.) लि.पाखें प्रकाशित ● सम्पादक - सुभाषराम प्रजापति ● प्रबन्ध निर्देशक / सम्पादक - दिनेश शिल्पकार ● ज्याकुथि - क्षेत्रपाटी, देव ● ईमेल - nepasah@gmail.com ● थाकुथि - मोनाज अफसेट प्रेस, कुपण्डोल ● अध्यक्ष - निगमराज राजोपाध्याय ● बजार व्यवस्थापन - राजेन्द्र महर्जन, अनुज डंगोल ● सल्लाहकार - अमृत स्पस्य: ● फोन/फ्याक्स : ४२५१४८८ ● वेबसाइट www.nepalmandal.com