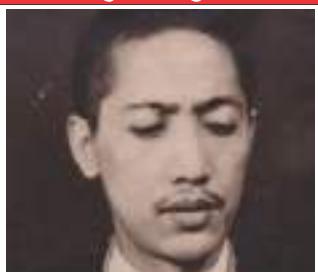


થકિ ટુને



## न्हापांम्ह मातृभाषा पत्रकार धर्मादित्य धर्मचार्य

- #### • नपेंदुलाल श्रेष्ठ - ३



छँयू भौ सिनाच्वन कि श्राद्ध यायुमा:  
पंच-पंक्ति तद्या लक्ष्मा गतः

- पात्राचल महर्जन - 3



बांगला-या याकः प्रिया वाच्या-

- लोअा ४ - ५

# भाषा नीति मद्या: मातृभाषा पत्रकारिताय् पंगः आदिवासी समुदायया महसीका मातृभाषा

नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबुलि नेपा:या मातृभाषाय् न्हापाम्ह पत्रकार धर्मादित्य धर्मचार्या १२१ क्वःगु बुदिं लिसें च्याक्वःगु मातृभाषा पत्रकारिता दिवस हंगु दु । पत्रकार राष्ट्रिय दबुलि धर्मादित्यया १२१क्वःगु बुदिं लिसें च्याक्वःगु मातृभाषा पत्रकारिता दिवसया लसताय 'मातृभाषा पत्रकारिताय व्यावसायिकता' विषयय अन्तरक्रिया ज्याइवः या:ग खः ।

ज्याइवलय् वक्तातयसं भाषा  
नीति मदया: मातृभाषा पत्रकारिताय्  
संलग्न पत्रकारतयत समस्या जुयाच्चंगु  
खंय् बः ब्यूगु खः । नीतिया हे अभावं  
मातृभाषा माध्यर्म पिहावयाच्चंगु  
पत्रपत्रिका, रेडियो, अनलाइन व  
टेलिभिजन माध्यर्म सघ, प्रदेश व  
स्थानीय सरकारया प्राथमिकताय्  
मलानाच्चंगु वक्तातय धाप खः ।

पत्रकार दबुया सल्लाहकार  
 तकं खःम्ह 'नेपालभाषा टाइम्स'  
 निहौपौया सम्पादक वरिष्ठ पत्रकार  
 मुरेश किण मानन्धरं सविधानय्  
 समावेशिता उल्लेख दुसां भाषानीति  
 मदयाः मातृभाषा पत्रकारिताय् पंगः  
 वःगु बिचाः तयादीगु खः। 'भाषिक  
 पत्रकारिताय् राज्यं नीति मदयकूर्गुलं  
 समस्या वःगु खः। थन मेमेगु क्षेत्रय्  
 थं हे पत्रकारिताय् न मातृभाषीतयत  
 विभेद कायम दु। उकिं भाषा ऐन व  
 नीति दय्केमाः व उकिया कार्यान्वयन  
 यायुमाः' वरिष्ठ पत्रकार मानन्धरं  
 धयादिल। नेपालभाषा क्षेत्र न्हापानिसें  
 साहित्य व संगीतय जक लिकनाच्चंग



धासें मानन्धरं भावनां जक पत्रकारिता  
न्द्याकेमफदग गवँय बः बियाटीग गवः ।

नेपाल आदिवासी जनजाति पत्रकार महासंघ (फोनिज) या वरिष्ठ उपाध्यक्ष लक्की चौधरी भावना जक मातृभाषा पत्रकारिता ख्यः न्ह्यानाच्वंगु ख्यँ बः ब्युसे धयादिल, 'हरेक आदिवासी समुदायया म्हसीका धइगु मातृभाषा खः। सेवाया भावना जक मातृभाषा म्वायू फइमखु। समुदाय दुने जागरण ह्यूत राज्यं हे भाषा नीति निर्माण व कार्यान्वयन यायामा।' अथेहे 'लिङ्गु-भुम्जु' पत्रिकाया सम्पादक गणेश वाम्बले गई अंग्रेजी भाषा हावी जगलिं

समुदायया मातृभाषा प्राथमिकताय्  
मला:गु बिच्चा: तथादिल । देशयु  
दुने न्वाइगु दक्खं भाषा सम्बन्धित  
समुदायया जक मखसे देय्‌या हे सम्पदा  
जूगिलं राज्यं मातृभाषाया शिक्षा व  
रोजगारीयात नापनार्प न्वायाकायंकेमा:गु  
ब्लग्याता बिग्यादिल ।

ज्याइवलय पत्रकार दबूया केन्द्रीय  
अध्यक्ष नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठ मातृभाषा  
पत्रकारिताय् राज्यं ध्यान मतःगु धासें  
मातृभाषा पत्रकारिता विकासया निर्ति  
थुकथंया हे सहलह व अन्तरक्रिया  
ज्याइवः निरन्तर यानावनेगु ध्यादिल ।  
‘मातृभाषा पत्रकारिता द्व्याग थौं ९८

दँ दयूधुंकल । अयून राज्यं नेपा:या  
न्हापाम्भ मातृभाषाया पत्रकार सु ध्काः  
म्हमस्यूनि । राज्यं मातृभाषा पत्रकारिता  
सुरु या:म्ह धर्मादित्य धर्मचार्ययात  
सरकारं न्हापाम्ह मातृभाषी पत्रकार  
घोषण याय् हे मा:’ केन्द्रीय अध्यक्ष  
श्रेष्ठ धयादिल । दबूया बरिष्ठ उपाध्यक्ष  
सुनिल महर्जन प्रेस काउन्सिल मातृभाषा  
माध्यमं पिदनाच्चंगु पत्रपत्रिकायात  
प्राथीमिकता मब्यूगु धार्से स्थानीय  
सरकारयात न नीति दयकेत दबाब  
बी आवश्यक दुगु धयादिल । दबूया  
महासचिव केके मानन्धर, सचिव राजु  
नापित, सहसचिव सुनिता महर्जन लिसें  
न मातृभाषा पत्रकारिता विकास यायगु  
खःसा सरकारयात सकलें मातृभाषी  
पत्रकार व सम्बन्धित संघसंस्था जाना:

दबाब बोासःगु बिचा: तयादागु खः ।  
पत्रकार दबुलिं वंगु च्यादै  
न्ह्यःनिसे मातृभाषा पत्रकारिता दिवस  
हनावःगु दु । कोरोना महामारीया हुनि  
लकडाउन जुयाच्वंगु इलयू तकं दबुलिं  
भच्युंअल रुपं जुमार्फत दिवसया  
ज्यादवः या·ग दग्गु खः ।

बगंद्यः व याकःमिसाया मूर्ति लिकात्



किपूया प्यंगःथामय् बुंद्यः व  
याकःमिसाया मूर्ति स्थानीयं लिकाःगु  
दु। किपू नगरपालिका उमामेहश्वर  
फेदी प्यगःथांया सुखी गःछैं समाजं  
स्थापना याःगु बुंद्यःया प्रतिमूर्ति व  
याकःमिसाया मूर्ति स्थानीयं लिकाःगु  
खः। आइतबाः किपूया स्थानीय  
बासिन्दा हस्तक्षेप हे याना याकःमिसा  
व बुंद्यःया मूर्ति अन लिकाःगु खः।  
स्थानीय बासिन्दा, जनप्रतिनिधि, नेपाल  
प्रहरी, नगर प्रहरीलिसेयं उपस्थितिद

अनं मर्ति लिकाःग खः ।

समाजं वंगु मरिसर १५ गते  
बुगांधः व याकः मिसाया मूर्ति स्थापना  
यायद्युक्ताः पानेजुपिन्सं विरोधं यानावः गु  
खः। ह्यगृब् भैरवनाथ व ३२ पानेजु  
(पुजारी) संघं लिखित रूपं असहमति  
क्यसे किपूलिइ उगु मूर्ति मलिकाः सा  
याकः मिसाया तुमाद्यः या स्वां तमवयुगु  
धकाः ध्यावः गु खः।

किपू नगरपालिकाया मेयर  
ल्यं ७ पेजयू



*Trendiest Fashion  
At Price You Love*

**ufo** the  
clothing  
store





## नेवा: राष्ट्रिय स्थे

च्वमि : दुर्गलाल श्रेष्ठ लय चिनामि : तिर्थ माली

धुन दने धुन सँन्ह्यलं भी फुककं हे छम्ह जुइ धुन  
भीगु लागाय् भी स्वयं हे जः जुया धुन लुइ धुन  
ह्यांगु भुमिइ अस्टमण्डल ह्यांगु चाः दुने थी नगु  
भीगु नेवा: ध्वांय् थ्व हे खः ज्यान भी सकस्या छ्यू  
जातितय् स्वायत राज्यं लुइ कपं च्वय् फिलिमिलि  
राष्ट्र भः भः धायक न्ह्याके भीगु चः तिं भीगु हिं

## न्हापांम्ह मातृभाषा पत्रकार धर्मादित्य धर्मचार्य



वृपेनद्रलाल श्रेष्ठ

पत्रकारिता व नेपालभाषाया पत्रकारिता थौं तक नं मदिकक न्ह्यानाच्वंगु दु। नेपालभाषाया पत्रकारिताया खँ न्हापांगु खः सा बुद्धधर्मया नामं धर्मादित्य धर्मचार्य न्ह्याकूगु पत्रारिताया ख्यः वुं न हुं माध्यम आः नं निरन्तर जुयाच्वंगु दानि। संचार ख्यलय् न्हापांगु पत्रिका जक पिहां वयाच्वंगुलिइ आः वयाः रेडियो, टेलिभिजन व अनलाइन माध्यम नं न्ह्यानाच्वंगु दु। थौकन्ह्य नेपालभाषां छ्यु न्हिपौ पिहावयाच्वंगु दुसा न्यागू वाः पौ, निगू वाः छिपौ नाप लयौ नं मदिकक पिहावयाच्वंगु दु। तर संघीय सरकार, प्रदेश सरकार व स्थानीय सरकारपाखे मातृभाषा पत्रकारिता



धर्मादित्य धर्मचार्य नेपालभाषां जक भरु, खस नेपाली व अग्रेजी भाषां तकं पत्रिका पिथनादीगु दु। दकलय् न्हापां बिस १९८२ सालय् नेपालभाषा माध्यमं “बुद्ध धर्म” नामं लयौ पत्रिका पिथनादीगु खः। थुगु पत्रिका हे नेपालभाषाया जक मखु, नेपा: दुने न्ववाइगु दकवं मातृभाषाया दथुइ न्हापागु मातृभाषा माध्यमया पत्रिका जुगु दु। थुगु पत्रिका पिहावः गु दिव्यात कयाः नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबुलिं वंगु न्ह्यदं न्ह्यानिसें निरन्तर रुपं मातृभाषा पत्रकारिता दिवस हना वयाच्वंगु दु। पत्रकार दबुलिं दिवस हनेगु नामय् जक थुगु दिवसयात निरन्तरता बियावः गु मखु। धर्मादित्य धर्मचार्ययात राज्यपाखे हे नेपा:या न्हापांम्ह मातृभाषा पत्रकार धकाः घोषणा याकेत नं निरन्तर ध्यानाकर्षण याकावः गु दु। थुकिया हे इवलय् थुगुसी नं पत्रकार दबुलिं धर्मादित्य धर्मचार्ययात नेपा:या न्हापाम्ह मातृभाषा पत्रकार घोषणा यायमाः धासें उपराष्ट्रपति रामसहाय प्रसाद यादवलिसें संचारमन्त्री रेखा शर्मायात ध्यानाकर्षण पत्र लः ल्हायधुंकुगु दु।

पत्रिका नाप नेवा: भाषां जक प्यंगु बिकास यायु निति आः तक नं हुं हे टेलिभिजन न्ह्यानाच्वंगु दु। थुकर्थ नीति हः गु खनेमदुनि।

नाप थन लुम्केमा: गु मेगु खँ धयागु भावनां जक भाषा व मातृभाषा पत्रकारितायात म्वाकातय् थाकुइ। थुकिया निति मातृभाषा पत्रकारितायात नं आर्थिक क्षेत्रलिसे स्वानाः व्यावसायिक दयकेगुपाखे स्वयमाः।

धर्मादित्य धर्मचार्य नेपालभाषां जक मखु, खस नेपाली व अग्रेजी भाषां तकं पत्रिका पिथनादीगु दु। दकलय् न्हापां बिस १९८२ सालय् नेपालभाषा माध्यमं “बुद्ध धर्म” नामं पत्रिका पिथनादीगु खः सा बुद्ध संवत २४८२ सालय् “हिमालय् बौद्ध” नामं खस भाषां लयौ पत्रिका पिथनादिल। बिस १९८५ वयाः न्हापां बौद्ध धर्म सम्बन्धिया तयाः बुद्धधर्म नामं पिदाच्वंगु पत्रिकायात हे धर्मलिसें भाषा, साहित्ययात नं दुश्याका: “बुद्धधर्म व नेपाल भाषा” नामं पिथनादिल। हाकनं वयूकलं ई. सं. १९८७ सालय् “बुद्धिष्ठ इण्डिया” नामं अग्रेजी भाषां नं पत्रिका पिथनादिल।

धर्मादित्य धर्मचार्य मातृभाषा पत्रकारिताया नाप मांभाय् बिकास यायेगु नापानां बुद्ध धर्मया प्रचार प्रसाद यायुगुलिइ नं तः धंगु भुमिका मित्तगु दु। धर्मादित्य धर्मचार्य सुरु यानाः न्ह्याः वंगु मातृभाषाया छ्यू भाषा छ्यू भेषया नारा बिया:

## सम्पादकीय



### किपूया याकःमिसा व बुंगद्यःया विवाद

वर्षा व सहकालया द्यः कथं कयातः म्ह नेपा: मिपिनि आस्थाया केन्द्रविन्दु बुंगद्यःया जात्रा नेपा: या ताः हाकः गु जात्राकथं न्हापानिसें हे प्रचलित जात्रा खः। थुगु जात्रा यलय् जुझु जूसां तं स्वनिगःया फुकक थासय् गुगु नं गुगु कथं स्वानाच्वंगु दु। जात्राया इलय् थीथी थासं देके वडगु व जात्रा स्वः वडगु स्वाभाविक प्रक्रिया खः। बुंगद्यःया जात्राया इलय् थीथी पूजाया नं थः गु हे कथंया महत्व दु। गुकिं भीगु सांस्कृतिक सद्भाव व क्षेत्रीय एकतायात नं तिबः बियावयाच्वंगु खनेदु।

थुगुसी बुंगद्यःया जात्राया इवलय् किपूया प्यांगः थां चर्चाया च्वकाय् थ्यनाबिल। यैं महानगरपालिकाया र्वाहालिं प्यांगः थामय् बुंगद्यः व याकःमिसाया मूर्ति तसेंलि किपू व बुंगाया दथुइ छ्याकथं असमझदारी ब्वलन। प्यांगः थामय् बुंगद्यःया प्रतिमूर्ति तयातल धाः सा थः पिसं स्वां तः वनेगु औचित्य मदुगु बुंगाया पान्जुपिनि धापू खः सा द्यः न्ह्यायासं पलिस्था यायफु धडगु किपूया प्यांगः थां व मूर्ति पलिस्थालिसें स्वापू दुगु छ्यू पुचःया धापू दुगु खः। विवादया समाधानया निति गुठि संस्थान, किपू नगरपालिका, यल मनपा, यैं मनपालिसें सररोकारवालापिं थः थः गु हे अडानय् च्वनाबिसेंलि सलसः दैँ न्ह्यः निसेंया परम्परा हे त्वाः दिलीगु खः ला धइगु न्ह्यसः ब्वलंगु खः। लिपांगु इलय् सररोकारवाला पक्षया दथुइ किपूया जनताया हे ल्हाः चिंपाखें बुंगद्यःया मूर्ति चिङ्केगु ज्या जुल। गुकिं यानाः सलसः दैँ न्ह्यः निसेंया सांस्कृतिक परम्परा ल्यंकेगु ज्याय् तिबः जुवांगु दु।

भिंखुसः दैँ न्ह्यः निसेंया थुगु परम्परा बुंगद्यः व याकःमिसाया मतिनाया बाखं जक मखु, बुंग व किपूया पारस्परिक सम्बन्ध व सद्भावपूर्ण सम्बन्धया नं दसि खः। गुगु नं सांस्कृतिक परम्पराय् बाखं वा न्यैकं खँ यक्क दयाच्वनी। तर उकिया लिउनेया पक्षयात कुलेगु खः सा उकिया दुने सामाजिक, सांस्कृतिक, भौगोलिक, पौराणिक फुकक पक्षया थः थः गु महत्व दइ।

विवाद ब्वलना हे च्वंगु खः सा परम्परा त्वाः दइगु जक मखु, नेवा: तयां एकताय् तकं लिच्चवः लाकीगु खः। नेवा: जातीय विविधातां जाः गु समुदाय खः। सांस्कृतिक सम्पदा व परम्पराय् गुकथं विवाद ब्वलंगु ज्या जुल। व सिमित मनूतय्यु निहित स्वार्थ व छुं छुं आर्थिक चलखेलया हुनिं हे खः धइगु खँया धकिं बुलुहुं चिला वनाच्वंगु दु। सांस्कृतिया नामय् थः पिनि स्वार्थपूर्ति यायगु ज्या गुगु नं कथं पायांगु जुझमखु।

बुंगद्यः व याकःमिसाया मूर्तिया विवाद लिपांगु इलय् सहमतिइ वनाः क्वचायेकेत ताः लाः गु दु। थव भी सकसिगु निति लसताया खँ खः। थुगु खँयात नजिरकथं कयाः नेपा: या सांस्कृतिक सम्पदायात अविछिन्न व सहज ढंगं न्ह्याका यंकेगु निति सकल पक्ष थः थः गु दायित्व थुझका: न्ह्यज्याय् फ्युकेमा:। भविष्यत् थुज्वः गु संकट मवय्यकेत सकलें सचेत जुझ।

# छँग् भौ सिनाच्वन कि श्राद्ध यायमा:

भौ ध्याम्ह धुँया खवा: वया: जंगलि  
जनावर थें खनेदइ। अथे खःसां थ्य मनूतय्  
बसित दुश्याथ् च्वनीम्ह जीव खः। मनूतय् सतिक  
च्वनीम्ह जूसां खिचा लहीथें मनुतसें यक्व लहीयु  
धा:सा यानामत। मनूतय्नाप यक्व भ्यलय् पुना  
मच्वंम्ह जीव जूसां थ्वयात मनूतसें बस्ती हे  
मतयुग कथं ख्याना छवयुग नं मया:।

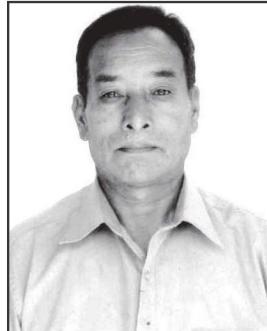
भौया मह नाइसेच्वनी । थव्या कवँय् नं  
लचकदार जुइ । अथे जुया: थव छ्वारा जुया:  
छक्कू थासय नं च्वनेफु । तजा: थासं कुरुवःसां  
वच्य जड फडग यख्व संभावन दियाच्वनी ।

भौ मनूतयु नाप भ्यलयु पुना: मजुइम्ह जीव  
 जुगुलिं लहिनातःपि बाहेक मैपि मनूया नापं च्वनेगु  
 याइमखु। जुइबलयु न लं मजुसे फयां फछि पलिं  
 पलिं जुझु याइ। अथे जुया: छेँयु दुने हे च्वंसां मनू  
 मच्वनीगु भचा ख्युसेच्वंगु थायू व काचाक्क वरे  
 मधिंश्यायु कापीकपी जक च्वनेगु याइ।

भौ साकाहारि व मांसाहारि नितां खः । थर्वं  
धौ दुरुया लिसें ला, जा सकतां नः । खिचा खनाः  
तसकं य्या: सां थर्वं कुँ धालकि सह हे याइमखु ।  
अथे जुयाः कुँ यक्व दुथाय् भौचात नं दइ । कुँ  
यक्व दग्व बिल धायव मनतमें भौ लहीग नं याद ।

पवयु खुखु वरा पारूप मनूसा ना रहुन वार ।  
**भीगु** समाजय भौयात लक्षणया रुपय  
 कयातःगु मदु । गननं पिंहां वेनेबलय भौचा खन  
 धायूव साइत मलायूयः धाइ । भर्ति लैं त्वा:ल्हात  
 धायूव काचाकक वने मज्यू धयागु मान्यता दु ।  
 थ्ययानाप मिखा ल्वाके मज्यू मिखा ल्हवया  
 कायुयः धयागु धारणा दु ।

समाजयू थुकर्थं मुल्यांकन यानातः मह भौ  
छेँयु दुने सिनाच्वंग खन धायुव श्राध्द यायुमा:



पञ्चारंगे तदर्गव

यायु मफया: अर्थे लानाच्वन  
धायूव अन थीथी कथंया ल्वय्याह  
जिबाणुत उत्पति जुयाच्वनेपे ।  
थज्याःपि जिबाणुत भीत सरय्  
जुया भीत नापं ल्वय् जुइका  
बीफु ।

भौ सिनाच्वर्गु काचाकं  
खनीमखु । थाय् धाःसां थ्व  
च्वनीगु हे सुं काचाकं मवनी  
थाय् खः । थुपिं सिनाच्वनी  
बलय् न थज्या:थाय् हे  
लानाच्वनी । सुं मवनी थाय्

लानाच्वनी बलयू धोगिना: नं तुँचा दायाच्वंसं  
काचाक क सुनां मखनाच्वने यः । सुनानं मर्खंक  
अथे सिनाच्वंम्ह भौ तःन्हु दद्य धुंकल धायूव  
थुकिया दुर्वान्ध छें छवां न्यनीगु जक मखु थुकों  
उतपति जुझु मधींपं सुक्ष्म जिवाणुत नं छें छवां  
न्यने धुंकी । थज्यागु अबस्थायू सिनाच्वंम्ह  
भौ वांछवया: अन छकूचा जक यचुपिचु याना:  
छें छवां न्यनेधुंकूपि जिबाणुत फुक नष्ट यायू  
फडमस्तु ।

भीगु सामाजिक विधिव्यबहारया निति  
कथं श्राद्ध यायूत छें छवां बँ थिला: सुचुपिचु  
याना: नीसी याना: जक याइ । बँ थिला: यचुपिचु  
यायूगु धयायू भीत ल्वय पुंकीपि जिबाणुत नष्ट  
यागया मतः ।

सिकीयात नके बलय न सुं मवनीथाय  
तया: नकेमा: धयागु मान्यता दु। थुकीया लागि  
अज्यागु थाय न यचुपिचु याइ। छैं छब्बां थुकर्थं  
यचुपिचु याकेया निर्ति छैं दुने भौ सिनाच्वनकि



ध्यागु मान्यता भीगु समाजय् धायगु याः । थथे  
छु जुयाः धयातःगु खः ? थ्व बिच्चाः यायूमाःगु  
खँ खः ।

धौया ला नाइसे च्वनीगु व क्वँय् न  
लचकदार जुयाः क्यातुइगुलिं थुपिं सीबलयू मेमेगु  
जीव सिकं याकनं धोगिनाः तुँचा दाया: फोहर  
जड़ | थथे जयाच्वनीग फोहर तःन्ह तक युचपिच  
धाः सा श्राद्ध हे यायमा: धयागु आबस्यकता  
दिमखु। हैं छ्वां बांलाक सफा मयाइ धकाः  
हे छ्वै भौ सिनाच्वंगु खन कि श्राद्ध यायमा:  
धयातःग खः।

## ભર્ગઃપંછિ વડુગુ લક્ષણ ખઃ



सिमा व फलफुलमा दुथाय् हे च्वने यथकी ।  
संखयाय् म्हो जक दया: नं भचा दुर्लब थें च्वपि  
भंगः तला बन जंगलय् हे जक च्वने यथकी ।  
अथे खः सानं नसा नयगु दया: नं असुरक्षित  
महसुस जुइ बलय् सुरक्षित जुइक च्वनेथाय् दु थे  
ताल धायूव अज्या: पिं भंगः त नं मनूतय् बसित  
दुथाय् वयगु या: । भंगः पांछि वडगु लक्षण खः  
धयातः गु थथे दुर्लब थें च्वपि काचाकक मनूतय्  
समिय मवइपि भंगः पांछित भी च्वनागु छेया  
जः खः पिहतः वल धायूव धाइगु खः । थथे लक्षण  
धाइगु थुली हे जक सिमित धा: सा मखु । थुकी  
मेमेगु नं यक्व कारण दु ।

ਸੁਂ ਨ ਪ੍ਰਾਣੀ ਗਨ ਨ ਚਵਨੀਏ, ਵਿਝੁ ਵ  
ਵਰਨੀਏ ਧਧਾਗੁ ਇਮਿਗੁ ਨਸਾਧੁ ਭਰ ਪਰਥੁ ਜੁਝੁ। ਗਨ  
ਨਸਾ ਨਯੁਦਿ ਅਨ ਚਵਨੇਏ, ਕਹਾਗੁ ਕਨੇਏ ਯਾਇਝੁ  
ਛਾਂ ਪ੍ਰਾਕੂਰਿਕ ਨਿਯਮ ਖਾ:। ਚਵਨੇਥਾਧੁ ਨਵੈਪੁਇਗੁ  
ਵ ਮਹਾਇਉਗੁ ਨ ਨਸਾਧੁ ਭਰ ਪਰਥੁ ਜੁਝੁ। ਨਸਾ ਨਯੁ  
ਦੁਥਾਧੁ ਨਵੈਪੁਇਸਾ ਨਸਾ ਨਥੁ ਮਦੁਥਾਧੁ ਮਹਾਇਪੁਇ। ਥਵ  
ਨ ਛਾਂ ਪ੍ਰਾਕੂਰਿਕ ਨਿਯਮ ਹੈ ਖਾ:। ਅਥੇ ਜੁਆ: ਹੈ  
ਮਨੂਤਧੁ ਸਮਿਧਾਧੁ ਮਦੁਪਿੰ ਭਾਂਗ:ਪਾਂਛਿਤ ਪ੍ਰਾਕਿਤਿਕ  
ਵਾਤਾਵਰਣਧੁ ਵਧ੍ਵਾਹ: ਵਧਾ: ਨਸਾਧਾ ਅਭਾਵ ਜੁਲ  
ਧਾਧਵ ਨਸਾ ਮਾਲੇਏ ਭਕਲਤਧੁ ਛਾਂ ਥਾਸੰ ਮੇਗੁ ਥਾਸਥ  
ਵਰਨੀਏ ਖਾ:। ਮਨੂਤਧੁ ਸਮਿਧਾਧੁ ਮਚਨੀਪਿੰ ਭਾਂਗ:ਤ  
ਸਿਤਿਮਿਮਿ ਨਵੁ:ਨੇ ਲਾ:ਥਾਧੁ ਵਿਸਥੁ। ਨਸਾ ਨਧਾਗੁ  
ਹੈ ਦ:ਸਾਂ ਨ ਥ:ਪਿਨਤ ਅਸੁਰਕਿਤ ਮਹਸੁਸ ਜੁਡਲਤਧੁ  
ਸੁਰਕਿਤ ਜੁਝਕ ਚਵੇ ਮਦੁਥਾਧੁ ਥੁਪਿੰ ਵਰਨੀਮਥੁ।  
ਨਸਾ ਨਧਾਗੁ ਦਧਾ: ਨ ਥ:ਪਿ ਸੁਰਕਿਤ ਜੁਝਕ ਚਵੇਨੇਗੁ  
ਥਾਧੁ ਦੁਥਾਧੁ ਜਕ ਵਨੇਗੁ ਯਾਝੁ। ਅਜਧਾ:ਗੁ ਥਾਧੁ  
ਧਧਾਗੁ ਇਝਾਪ ਜੁਝਕ ਭਾ:ਪਾ:, ਸ਼ਵਾਮਾ, ਸਿਸਮਾ ਵ  
ਫਲਫੁਲਮਾ ਦੁਥਾਧੁ ਖਾ:। ਭੀ ਚਵੇਨੇਥਾਧੁ ਜ:ਖ:  
ਅਜਧਾ:ਗੁ ਸ਼ਵਾਮਾ, ਸਿਸਮਾ, ਭਾ:ਪਾ: ਵ ਫਲਫੁਲਮਾ  
ਪਿਨਾਤਲ ਧਾਧਵ ਅਜਧਾ:ਪਿੰ ਭਹਾ:ਪਾਂਛਿਤ ਨ ਵਧਾਗੁ  
ਧਾਇ।

भा:पा:, स्वामा, सिमा व फलफुलमा  
धयागु नं बनस्पति हे खः । बनस्पतिं बातावरण  
बालाका तइ धयागु खँ स्वास्थ बिज्ञानं पुस्ति  
याय् धूकूदु दु । थज्याःगु थाय्या जःखः च्वंगु  
फसय् अक्षिसजनया मात्रा यक्व दयाः नं स्वच्छ  
व सफा जुयाच्वनी । कुपोषणया प्रभाव लाके बी  
मखु । अथे जुयाः हे थज्याःगु थासय् चाःहिलेगु  
स्वास्थया लागि बालाः धका: धाइगु खः ।

भीगु शरियात माःगु खुराक नसां बी ।

A close-up photograph of a person's hand holding a small, brown, textured object, likely a dried plant specimen or a small seed pod, against a dark background.

अथे नसां बींगु खुराक नं ला व फलफुलय् यक्व  
दइ। लाय् खुराक यक्व दः सां अस्वस्थकरम्ह  
जीवया ला लात धाय् व थुकिं ल्वय् जुइकींगु भय्  
दय्ययः। फलफुलय् प्राणीतय्के थे ज्या:गु ल्वय्  
दइमखु। फलफुलय् दइगु थीथी कथंया तत्वं  
भींगु शरिरयात नकारात्मक लिच्वः लाकीमखु।  
मात्रा मिलय् यानाः सेवन याय् फः साला थुकिं  
भीत यक्व हे फाइदा बी। थः पिं च्वनेथाय्  
जः खः फलफुलमा पिनातल धाय् व इल्यू ब्यलय्  
ईब्यः कथं फलफुल नय् दयाच्वनी। थुकिं भींगु  
स्वास्थ सवल जयाच्वनीगली ग्वाहालि जड़।

बातावरण बांलाइगु व बांमलाइशुल्ली  
गन्धंया यक्व भूपिका दइ। नस्वाःगु ग-न्ध  
बातावरण बांलाकीसा नवःगु ग-न्धं बातावरण  
स्यकी। स्वां नं वडिगु ग-न्ध नस्वाइ। थज्याःगु  
ग-न्धं जःखःया बातावरण नापं नस्वाकी। थुकिं  
स्वाम्पथ्यात् तं सवल यनातद्।

स्वास्थ्यपाता ग सप्तराम बगांवाई ।  
भींगु मन आनन्द जुइकेत बातावरणया  
महत्वपूर्ण भूमिका दइ । कोलाहल बातावरण मन  
दिक्क याइसा शान्त बातावरण मन आनन्द जुइ ।  
भंगः पछितयुगु सलय् मधुरता दइ । थज्याः गु  
मधुरता दुर्लबिं भंगः पछितय् सलय् भन है  
यकव दइ । थज्याः पिं हाली बलय् मन्त्रमुघ्न है  
जुइ । थुमिगु सलं बातावरणयात स्वच्छ व निर्मल  
यानातडगालिं मन आनन्द जड ।

ભીગુ ચલન વ પરંપરા કર્થ બાંલા:ગુ, મધ્યિંગ,  
જ્યુગુ આદિયાત લક્ષણ વ મજ્યુગુ, બાંમલા:ગુ,  
મધ્યિંગુ આદિયાત અલક્ષણ ધાયુગુ યાનત:ગુ દુ ।  
ઉસાંયુ બાંલાઇગુયાત લક્ષણ વ દશાભિં ધાયુગુ  
યા:સા બાંમલાઇગુયાત અલક્ષણ વ દશાપભિં  
ધાયગ યા: ।

थःपिं च्वनेथाय् जःखः स्वामा, सिमा,  
भा:पा: व फलफुलमा पिनातल धायूव  
बातावरण बालाइगु जक मखु स्वार्सिमाय् हविंगु  
स्वांया नस्वा: व फलफुलमाय् सहिं फलफुल  
नयदइ बलयू स्वास्थ्यबर्धक खुराक नं जुइ। थुकिं  
यानि: भीमे स्वस्य द्व्याबल्लें बालामात्तरी।

मनूत्यू समिप्यय् वयत् म्यार्पि भंगः पच्छित  
न थज्याः गु थासय् वयगु याइ। थथे जुयाः हे  
थः पिं च्वनेथाय् स्वामा, सिमा व फलफुलमा  
पिकेत हे भंगः पच्छित वल धायव लक्षण लाइ



बुगद्यःया याकः मिसा भुज्याः  
किपा : अनुप प्रधान/लहना





दि. सुशील वीरसिंह कंसाकार

सह याना: सह याय् मफुत हे भगवान्  
 सह याना: सह याय् मफुत  
 आ: ला जि हे मजिल।

नखःचखः जात्रा पर्व भोलिं वल  
 द्यः देगः चैत्य पूजाया दिं वल  
 न्हूँ, यात्रा, सहयात्राया दिं वल  
 गुथिगन, बुदिया दिन वल  
 म्हगसपति ध्वदुक नाप ला: वल  
 न्ह्याथाय् वंसांच्वंसां छ हे छम्ह भलभल लुमना वल  
 अथे जुया:

सह याना: सह याय् मफुत हे भगवान्  
 सह याना: सह याय् मफुत  
 आ: ला जि हे मजिल।

## छंगु लुमण्ठि

- जगत वीरसिंह कंसाकार

छ्यं काताकाता स्याना वल  
 मिखा बुलुसे बुलुसे च्वना वल  
 नुगःचु हिसे हिसे च्वना वल  
 छाति भाराभारा मिना वल  
 म्ह छम्ह इकुडकुसे च्वना वल  
 न्ह्याम्ह भावानया मूर्तिइ छंगु हे ख्वा: भलभल लुया वल  
 अथे जुया:

सह याना: सह याय् मफुत हे भगवान्  
 सह याना: सह याय् मफुत  
 आ: ला जि हे मजिल।

ल्व्य् जुल वास: माल छं बिउ मवल  
 संकट समस्या वल छंगु सल्ला मवल  
 दिनदशा भय वल छं बचय् या: मवल  
 घनघोर वा वल छं कुसां कुइकः मवल  
 राक्षसत दना वल छं रक्षा या: मवल  
 न्ह्यागु जूसां छ हे छम्ह बः काय्बः म्ह गन बिलय जुल  
 अथे जुया:

सह याना: सह याय् मफुत हे भगवान्  
 सह याना: सह याय् मफुत  
 आ: ला जि हे मजिल।



दिवंगत सुशील वीरसिंह कसा:

बुदिं : ने.सं. १०८२ चउलाथ्व १३, मदुगु दिं : ने.सं. ११४१ बद्धलागा ६

अनिच्चावत संखारा उप्पादवय् धम्मिनो ॥ उपज्जित्वा निरज्ञन्ति तेसं बूपसमो सुखो ॥

जिमि अतिकं हनेबहः म्ह सकसित उलि हे माया दया तया: बिच्या: या: जुइम्ह पत्रकार, सम्पादक, कासामि, समाजसेवी  
 सुशील वीरसिंह कंसाकार खुट दृंया बैश्य आकाभाकां मदुगु निदृंया पूण्यतिथिस  
 वय्कःया गुणानुस्मरण यासे सुगति नापं निर्वाणया कामना याना ।

**तिरि मयूजु**  
लीना कंसाकार

**दाजुपिं**  
पूर्ण वीरसिंह कंसाकार

लोक वीरसिंह कंसाकार  
जगत वीरसिंह कंसाकार

**छय्यापिं**  
भूवनलक्ष्मी स्थापित  
पूजन तुलाधर

**भिंचापिं**  
अस्मितमान स्थापित, दिपंकर मान सिं बनिया,  
सफल मान सिं बनिया, रिद्विमा देवी स्थापित

**काय्**  
सुयोग्य वीरसिंह कंसाकार

**केहँपिं**  
अमलादेवी स्थापित  
करुणादेवी बनिया

**कायचापिं**  
रश्मि वीरसिंह कंसाकार  
गगन वीरसिंह कंसाकार  
शैलेस वीरसिंह कंसाकार  
सन्दिप वीरसिंह कंसाकार  
प्रश्न्न वीरसिंह कंसाकार  
सुजित वीरसिंह कंसाकार  
दिविज वीरसिंह कंसाकार

**जिलाजं भाजुपिं**  
महेन्द्रमान स्थापित  
देवेन्द्रमान सिं बनिया

**भौपिं**  
रोजीना कंसाकार  
नीना कंसाकार  
कामना कंसाकार  
रचना कंसाकार  
गुणवती कंसाकार  
पूजा कंसाकार

## भाषा निभा: प्रेमबहादुर कसाःया १०६ दँ बुन्हि हन



भाषा निभा: प्रेमबहादुर कसाःया १०६ दँ बुन्हि हन्गु दु। भाषा निभा: कसाःया बुदिंया लसताय् रत्न राज्यलक्ष्मी क्याम्पसया नेपालभाषा विद्यार्थीयसं न छां साहित्यिक व सांगीतिक ज्याइवः याःगु दु।

ज्याइवलय् मूपाहांकथं भ्रायादीम्ह क्याम्पस प्रमुख प्रा. डा. जीवनधर ज्ञवाली भाषा साहित्य छ्यःया महान् व्यक्तित्वपिंत लुमकाः थुकथंया ज्याइवः याःगुलसे लसता प्रकादिसे नेपालभाषा संवर्द्धन व प्रवर्द्धनया निर्ति थः न्ह्याबलें तयार दु धयादिल।

नेवा: देय् दबूया नायः पवित्र बज्ञाचार्यं पालाःपाख्वे नेपालभाषा छ्यःया थुकथंया व्यक्तित्वपिंत लुमकाः याःगु ज्याइवःयात कया: च्वछायादिसे भाषा निभा: कसाःया प्रेरणा कया: थौया ल्यायम्ह पुस्ता न्ह्या: वनेमाःगु ख्यू बः बियादिल।

क्याम्पसया पुलांम्ह विद्यार्थीलिसे नेपालभाषा केन्द्रीय विभागया शिक्षण सहायक शरद कसालं भाषा निभा: कसालं नीस्वनाथकूगु आशा सफू कूथि थौं स्वदेशी जक मखु विदेशीत्य निर्ति न नेवा:या बारे अध्ययन अनुसन्धान यायेगु छां प्रमुख केन्द्र जुयाच्वंगु ख्वं

न्ह्यथनादिल।

क्याम्पसया नेपालभाषा शिक्षक सह प्रा. मदनसेन बज्ञाचार्य भाषिक समानताया निर्ति २०१९ सालय् केदारमान व्यथित सत्यमोहन जोशीपं नापं जाना: जुजु महेन्द्रयात विनित पत्र लःल्हाःगु ख्वं कनादिसे भाषा, साहित्य व अनुसन्धानय् प्राचीन ग्रन्थ संरक्षण व संवर्द्धन यायेगु ज्याय वयक्लं ज्वःमदुगु योगदान बियादीगु ख्वं कनादिल।

पालाःया नायः प्रशान्त डंगोलं लसकुस यासे प्रेमबहादुर कसाःये भीगु भाषा छ्यःया मेर्मोपि विद्वान साहित्यह्यमिपिनिगु बुदिं हना: वयकःपिनिगु बारे न्हू पुस्तायात म्हसीका बीमाःगु आवश्यकताकथं थुकथंया ज्याइवः यानागु ख्वं कनादिल।

क्याम्पसया नेपाली व नेपालभाषा केन्द्रिय विभागया डा. विष्णु ज्ञवालीया सभापतित्वय् ज्ञगु ज्याइवः पालाःया छ्याज्जे रिदेन महर्जनया संयोजनय् ज्ञगु खः।

## क्यानाडाया संसद भवनय् भिंतुना कालबिल



क्यानाडाय् च्वनाच्वंपं नेपा:मितयसं अनया संसद भवनय् विक्रम संवत् २०८० न्हूँ थीथी ज्याइवः यासे हंगु दु। क्यानाडाय् च्वनाच्वंपं नेपा:मितयसं राजधानी ओट्टावास्थित संसद भवन दुने हे थुकथं थीथी ज्याइवः याना: न्हूँ हंगु क्यानाडा व नेपा:मि समुदायया इतिहास्य थ्व न्हापांगुसी खः।

क्यानाडाया संसद भवनय् हे थुकथं विक्रम संवत् २०८०या न्हूँ हंगु ज्याइवः डफरीन-क्यालेडन क्षेत्रया सांसद माननीय कायल सीबाक ग्वसा: ग्वःगु खःसा उकिया संयोजन फेडेरेसन अफ क्यानाडा नेपाल चेम्बर अफ कमर्सी याःगु खः।

नेपा:या व क्यानाडाया राष्ट्रिय गान हाय्का: न्ह्याकूगु ज्याइवःया उलेज्या क्यानाडाया निर्ति नेपा:या राजदूत भूगु दुगाना, संसदय् विपक्षी दल कन्जरभेटिभ पार्टीया नेता पियरे

पोलिएभं मंकाःखकथं त्वाःदेवाय् मत च्याका: यानादीगु खः।

फेडेरेसन अफ क्यानाडा नेपाल चेम्बर अफ कमर्सीया नायः विजय पौडेलं लसकुस यासे नेपालय् क्यानाडाया राजदूतावास चायेकेत इनाप यानादिल।

ज्याइवः ग्वसा: ग्वयादीम्ह सांसद सीबाकं सकसिर्त लसकुस याय्खंगुलिं थः तसकं लयताःगु धासे आवीलं दँयदसं अप्रिल १४ तारिखकुन्ह संसदय् 'नेपाल दिवस' हनेगु न जानकारी बियादिल। राजदूत दुगानां नेपा:या विकास व विपदया इलय् क्यानाडाया सरकारं याःगु ग्वाहातियात च्वछासे निगु देय्या सम्बन्ध तसकं सौहार्दपूर्ण ज्ञगु धयादिल।

नेपा:या प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहालया भिंतुना सन्देश नं प्रशारण याःगु ज्याइवलय् क्यानाडाया प्रधानमन्त्री जस्टीन दुडो, ओन्टारियोया

मुख्यमन्त्री डग फोर्ड लगायत राज्यया थीथी विशिष्ट व्यक्तिया सन्देश न ब्वना: न्ह्यकूगु खः।

ज्याइवलय् टोरन्टोया निर्ति मानार्थ नेपाली वाणिज्य दूत डा. कुन्जर शर्मा, क्यानाडा सरकारया आवास, विविधता व समावेशीता मन्त्री अहमद हुसेन, सांसद इयान माइस, एनआरएनए आइसीसीया सचिव चिरञ्जीवी धिपिरे, एनआरएनए क्यानाडाया अध्यक्ष दीपक गौतम, नेपिलज क्यानेडियन हेरिटेज सेन्टर एण्ट टेम्पल ओट्टावाया महासचिव दीपक श्रेष्ठ, क्यानेडेली संसदय् विपक्षी दलया नेता पोलिएभ लगायत नेपा: व क्यानाडाया थीथी पक्ष्यात कया: नुगःखः त्यादीगु खः।

क्यानेडियन विपक्षी दलया उपनेता सांसद टिम उपपल, सांसदत जसराज हल्लन, फिलिप लोरेन्स, सोनिया सिधु, चन्द्रा आर्य लगायत आपालं विशिष्ट व्यक्तित्वपिनिगु उपस्थिति दुगु ज्याइवलय् क्यानेडियन नेवा: गुथियाखें लाखे, कुमारि प्याखं लिसे धिमे बाजंया प्रस्तुति न्ह्यब्वःगु खः।

अथे हे टोरन्टोस्थित हिमालय भाइस, ओट्टावाया रोधि ब्लूज थेंज्याःगु सांगीतिक पुचलं थीथी नेपाल लोकधुनिलिसे हुलाप्याखं न्ह्यब्वःगु खः।

नेवा:या व क्यानाडाया राष्ट्रिय गान हाय्का: न्ह्याकूगु ज्याइवःया उलेज्या क्यानाडाया निर्ति नेपा:या राजदूत भूगु दुगाना, संसदय् विपक्षी दल कन्जरभेटिभ पार्टीया नेता पियरे लेखिल लेक्चर सेन्टरय् कला व संस्कृति, भाषा व नसा, एसटीएम (स्टेम) व वित तथा उद्यमशीलता याना: व्यांगु सत्रय् ज्ञगु गोष्ठिइ ७०

म्ह स्वयां अवःसिया सहभागिता दुगु खः।

ज्याइवलय् नेपा: व नेवा:

सम्पुदायबारि विशेष अध्ययन यानादीम्ह

फ्रान्सेली सामाजिक मानवशास्त्री व इन्डोलोजिस्ट प्रोफेसर गेरार्ड टोफ्यांया

मूवक्ताकथं उपस्थिति दुगु खः।

ज्याइवलय् बेलायतया मेरिं फिनिम्ह वक्तात्यसं थीथी विषययात कया: थःथःगु धारणा तयादीगु खः।

कला व संस्कृति विषयय् ज्ञगु

## १८ वडाय् चन्द्रानन्दया इवाता



यैं महानगरपालिका १८ वडाय् न्हुँछाकाजी महर्जन, यैंमपाया पुलांम्ह प्रमुख विद्यासुदर शाक्य, यैंमपा २७ वडाया पुलांम्ह अध्यक्ष चिनियामान बज्ञाचार्य, यैंमपा १८ वडाया पुलांम्ह वडा सदस्य हरिकृष्ण डंगोललगायत दुमुह चन्द्रानन्दयात कया: नुगःखः तयुगुलिसे वयकःयात श्रद्धाज्जली देछानादीगु खः।

अथे हे ज्याइवलय् मूर्तिकार श्याम तुलाधरयात उपप्रमुख डंगोलं सम्मानपत्र बिया: सम्मान नं याःगु खः।

## बुगांद्यः व...

मेयर नकर्मी बियादिल।

सुखी गःछः समाजं किपूया प्यांगःथाम्य बुगांद्यः व याकः मिसाया प्रतिमूर्ति स्थापना याय्क्वं ह्यगृब भैवनाथ व ३२ पानेजु (पुजारी) संघं वंगु मौसिर १९ गते असहमति व्यक्तुमें विज्ञप्ति जारी याना: विरोध याःगु खः। संघं मौसिर २१ गते गुठी संस्थानया कार्यालय् वना: ध्यानाकर्षण पौ नं लःल्हाःगु खः। अथेहे पुस ३ गते हाकन मेपु विज्ञप्ति पिकया: संघं बुगांद्यः व याकः मिसाया मूर्ति लिमकाः धुकाः आ: पानेजु संघयात याकः मिसाया तस्वां छाय्हयूत लै चाःगु मेयर नकर्मी धयादीगु दु। याकः मिसाया तस्वां छाय्हयूतु सलसं दैनिसे न्ह्याना वयाच्वंगु इतिहास निरन्तर जुझु ख्वं यैंगु धयादिल। अथेहे गुठी संस्थानया तयुगु खः। बुगांद्यःया स्वां किपुलिइ याकः मिसाया ततःवेनेजु परम्परा करिब १६सः दँ न्ह्यःनिसे न्ह्याना वयाच्वंगु धयातःगु दु।

हरेक मंगलवार  
राष्ट्रियताको लागि समर्पित

मेरो साप्ताहिक  
मा. साप्ताहिक

माला: माला: ब्वनादिसँ।

## समकालीन बेलायती समाजय् नेवा: गोष्ठी

न्ह्यनस्थित नेवा:त्यू संस्था पासा पुचः गुथि (पीपीजी) युके लन्दनया ग्वसालय् नेवा: इन कटेम्पोरी ब्रिटिश सोसाइटी (समकालीन बेलायती समाजय् नेवा:) विषययात कया: छां गोष्ठि ज्ञगु दु। लन्दनस्थित सोआस विश्वविद्यालयया खलिल लेक्चर सेन्टरय् कला व संस्कृति, भाषा व नसा, एसटीएम (स्टेम) व वित तथा उद्यमशीलता याना: व्यांगु सत्रय् ज्ञगु गोष्ठिइ ७०

छ्वयलाया लोकप्रियतायात कया: ज्ञगु खः।

## ज्यापु संस्कृति विकास कोष भवनया जग स्वन



स्वाया: पुन्हीया दिं खुनु ज्यापु संस्कृति विकास कोष भवनया जग स्वनेज्या यैँया यतखा त्वालय च्वंगु हँय् पूनीइ पूर्वउपप्रधानमन्त्रीलिसे संघीय सांसद प्रकाशमान सिंहया मूर्हाहँसुइ जुल। ज्याइवलय् नुगःखँ तसे मा. प्रकाशमान सिंहं आकर्षक नाराया लिउलिउ जक जुइ मञ्यूगु खँयात कुलादिसे लोकतन्त्र व प्रजातन्त्रया

पलिस्थाया निर्ति योगदान याःपि व याःगु पार्थीया उपेक्षा याये मञ्यूगु खँ तयादिल।

वयूकलं थः गणेशमान सिंहया काय् ज्यूलिं थःम्हं ब्वनाः पाइलट ब्वं वनेत नां पिकयागु जूसां थः वनेत ठिक्क जुयागु इलय् गणेशमानया काय् धकाः नां काटे यानाव्यूगु खँ नं कनादिल।

थुकर्थ हे बागमति प्रदेशया पूर्व संस्कृतिमन्त्रीलिसे सांसद दिपेन्द्र श्रेष्ठ प्रकाशमान सिंहया हे इनापय् चुनाव न्त्यः हे शुगु भवनया निर्ति बजेट विनियोजन यायूत कुतः यानागु जूसां उबले आचारसहिताया हुनिं ज्या न्त्यज्याये मफुगु खँ तयादिल।

कोषया नायः मंगलकृष्ण सिंहया सभानायः सुइ ज्यूगु ज्याइवलय् ज्यापु महापुर्व नेपाल या नायः लोककवि राजभाइ जकःपि, कोषया संस्थापक संस्था नारायण परिवार कलबया नायः प्रचण्डमान बजाचार्य, यैँ मनपा २४ वडाया नायः विनोद कुमार राजभण्डारीपिस नुगःखँ तयादिगु खः।

ज्याइवलय् यैँ मनपा १२ वडाया नायः बालकृष्ण महर्जन, १८ वडाया नायः न्हुठेकाजी महर्जन, २३ वडाया नायः मचाराजा महर्जनपिन नं ब्वाति दुगु खः।

कोषया मूर्ख्याज्जे रमेश महर्जन न्त्याक्कुगु ज्याइवलय् न्वकू सन्तकुमार महर्जन नुभाय् देछानादीगु खः।



२५६७ औं बुद्ध जयन्ती  
अद्वापूर्वक हना: पुण्य संचय याये।



### बज्र ज्यासः पसः

Bajra Jyasa Pasa

भोटाहिटी, काठमाडौं, नेपाल

फोन नं. : ०१-५३२६०४८

यहाँ अर्डर बमोजिम आधुनिक डिजाइनका  
गर-गहना बनाइन्छ।



२५६७ औं बुद्ध जयन्ती  
अद्वापूर्वक हना: पुण्य संचय याये।



### महालक्ष्मी चश्मा पसल

साभा भवन, लगनखेल, ललितपुर

हास्त्रा सेवाहरु :

आखाँको जाँच, पावर चश्मा तथा फेशनेबल  
चश्माहरुका लागि सम्झनहोस्।

## धर्मादित्य धर्मचार्य सिरपा लःल्हात



नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबू यलया न्वसालय् नेपाल या मातृभाषाय् न्हापांम्ह पत्रकार धर्मादित्य धर्मचार्यया १२१ क्वःगु बुदिं तजिक हंगु दु। धर्मादित्यया बुदिं हंगु इवलय् यलया पूच्छस्थित धर्मादित्यया इवाताय् स्वामा देछाःगु खःसा वार्या लिपा च्याली नं पिकाःगु खः। पूच्छ वंगु उगु च्याली यलया सप्तपुर महाबिहार थ्यंका: छां सभाय् ह्यगु खः।

पत्रकार दबू यलया केन्द्रीय नायः न्वेन्दलाल श्रेष्ठ दोसल्लां न्यूकादीगु खःसा नेवा: देय् दबू यलया नायः पवित्र बजाचार्य स्वामा कवखाय्कादीगु खः। पत्रकार दबू यल जिल्लाया नायः मन्जु बजाचार्य खादा न्यूकादीगु खः। ज्याइवलय् नेपाल आदिबासी जनजाति पत्रकार महासंघया नायः गजुरधन राई, पत्रकार दबू यलया निवर्तमान नायः सुरजबीर बजाचार्य, संस्थापक नायः श्रीकृष्ण महर्जन, सल्लाहकार सुरेश प्रधान, गुथि संस्थानया प्रमुख कार्यकारी किरण शाक्य, यल महानगर ९ वडाध्यक्ष राजु महर्जन लिसेलिसे थीथी व्यक्तित्वया उपस्थिती दुगु खः।

## औषधिको सही सेवन गरौ

- चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाहविना औषधिको सेवन नगरौ।
- जथाभावी औषधि सेवनले स्वास्थ्यमा प्रतिकुल असर पर्न सकदछ।
- जथाभावी औषधि सेवनले स्वास्थ्यमा जटिलता आउन सक्ने, अपाङ्गता हुन सक्ने र ज्यानैसमेत जान सकदछ।
- एन्टिबायोटिक लगायतका औषधि चिकित्सकको सल्लाहमा पूरा मात्रामा सेवन गरौ।
- औषधि पूरा मात्रामा र सही समयमा सेवन नगर्नाले रोग त्यसैले औषधिको सेवन चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको परामर्शअनुसार गर्ने गरौ।



नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड



## छत्रपाटी नि शुलुक चिकित्सालय | अस्पताल |

“सतरीय शुलम स्वास्थ्य सेवा सकसिया निर्ति, अस्पायाया निर्ति जक नि शुलुक”

### उपलब्ध सेवा

#### २४से घण्टा सेवा

- ईमरजेन्सी
- पार्थोलोजी
- एक्स रे
- ई.सी.जी
- औषधि पसल
- अन्तर्रंग सेवा
- पौष्ट्रिकीया
- ग्राहन तर्ही नाम डायग्निश्य
- शुद्धज्ञानी रुचि नाम डायग्निश्य
- विश्व चिकित्सा लिपा लाईको फावर सम्बन्ध

#### शाल्यकिया

- मौर्तिविन्
- ग्राहन तर्ही
- नाम राम घाँटी लम्बाई
- नाम राम घाँटी लम्बाई
- विश्व चिकित्सा लिपा लाईको फावर सम्बन्ध

### बायो तर्हा सेवा

- मृदु रोग
- पट रोग
- ग्राहोलोजी
- रक्ती रोग
- वायापार रोग
- इन्स रोग
- जाहिं रोग
- जाहराल मेट्रिक्सिन
- चम्प तर्हा यैन रोग
- नाक कान घाँटी रोग
- जाहराल हेन्थ बेक अप
- चाइट्रोइड

### मेमेगु सेवा

- देसिङ
- इंप्ड्रोस्कोपी
- कोलोनोस्कोपी
- फिजिओथेरापी
- प्राट्रालूप्त, कल डिलर र इक्से
- प्रोक्टो तर्ही इम फ्लोएशना
- ट्रायाप्टि, हट्टर



२४ घण्टा  
ईमरजेन्सी सेवा

७०८ गंगालाल मार्ग, छत्रपाटी, काठमाडौं, फोन: ४२७९७९३८, ४२८७७९९९, ४२८८६८८९,