



राससपाखें नेपाल व मैथिली भाषाया समाचार सेवा न्ह्यात “राज्य बल्लाकेत भाषा व संस्कृति संरक्षण यायेमाः”

• लहना संवाददाता

राष्ट्रिय समाचार समिति (रासस) पाखें वंगु आइतवाः निसे नेपालभाषा व मैथिली भाषाया समाचार सेवा न्ह्याकूगु दु । भद्रकाली प्लाजाय् च्वंगु राससया मू ज्याकुथिइ छगू ज्याइवःया दथुइ सञ्चार व सूचना प्रविधिमन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङं निगुलिं भाय् समाचार सेवाया न्ह्याकादीगु खः ।

ज्याइवःया उलेज्या यासैं मन्त्री गुरुङं राज्ययात बल्लाकेत भाषा व संस्कृति संरक्षण यायेमाः धासैं धयादिल, राज्ययात शक्तिशाली दयेकेगुलि भाषा व संस्कृति तःधंगु भूमिका म्हितिगु जगुलिं थुनिया संरक्षण यायेमाः खः । सरकारं भाषा संरक्षण अभियान सरकार मातहतया सञ्चार माध्यमपाखें न्ह्याःकूगु प्रष्ट दु । फुक्कं क्षेत्रया जनताया नितिं मंकाः व समान अधिकार बाँडफाँड यायेगु ज्या राष्ट्रियता प्रवर्द्धन याइ ।

व्यक्लं भ्वंतय् जक मखु जनताया खाःपाः, भाषा व संस्कृतिइ राष्ट्रियता व समावेशी प्रजातन्त्र खने दयेमाः । सभ्य, समृद्ध व अखण्ड समाज निर्माण यायेगु अभियानय् थ्वज्यागु ज्या न्हापागु पलाः कथं कायेमाःगु बिचाः प्वंकादिल । नेपाः सरकारया प्रवक्ता गुरुङं सरकारया सच्चि न्ह्या



कयंगु लसताय् थप निगू भासं समाचार प्रशारण जगु लसताया खँ जगु धासैं राससं चाँन्हिं मदिकक समाचार सेवा बियाच्च्वंगु, संग्रहालय पलिस्था याःगु खँयात कयाः राससया च्छाया दल । ज्याइवल्य मन्त्रालयया सचिव राधिका अर्यालं नेपालभाषा व मैथिली भासं समाचार पितबिइगु राससया ज्यां उगु समुदायं आत्मसम्मान व गौरव

अप्पइगु भलसा प्वंकादिल ।

राससयात समावेशी चरित्र कथं दयेका यंकेगु ताःतुना वंगु कौलाथ्व १३ निसें निगुलिं मां भाय्या समाचार सेवा परीक्षण कथं न्ह्याका वयाच्च्वंगु खः ।

राससया कार्यकारी नायः धर्मेन्द्र भ्ना नं संविधानया भावना कथं राससयात समावेशी दयेकेगु आजुयात नाला थप निगू मांभाय्या समाचार

सेवा न्ह्याकूगु खँ धयादिल । ‘राज्यया लगानी दूगु राससपाखें सार्वजनिक च्यूताःया सूचं व जानकारीत आम नागरिकया निति उमिगु हे भासं थुइका कायेगु अधिकार सुनिश्चित जुइमाः धइगु जिमिगु मनसुवा खः,’ नायः भ्ना नं धयादिल ।

उकथं हे राससया नायः धर्मेन्द्र भ्ना नं भाषा व मिडियायात छगू मेगुया

निति पूरक खः धासैं राष्ट्रया बृहतर हित स्वयाः ज्या याइपिं गबले बुझमखु धयादिल ।

भाषा आयोगया दुजः सुरेश किरण मानन्धरं सरकारी सञ्चार माध्यमपाखें बहुभाषाय् समाचार सम्प्रेषण जुइगु थीथी भाषाभाषी व जातीय समुदायया लागि गौरवया खँ खः धयादिल । अथे हे मैथिली भाषाविज्ञ प्रा डा योगेन्द्रप्रसाद यादवं छुं नं भाषायात म्वाकेगु खःसा उकिया छ यलाबुला याये हे माः धका धयादिल ।

राससं नेपाःया संविधान-२०७२ या मर्म कथं संधीयता व समावेशी अवधारणायात कःधासैं २०८० पुस २३ गते निसें अवधी भाय्या समाचार सेवा न्ह्याकूगु खः । उगु सेवा नेपालगञ्ज उपमहानगरपालिक लिसेंया सहकार्यय् न्ह्यागु खः । उकथं हे सञ्चार व सूचना प्रविधि मन्त्रालयया ग्वाहालिइ राससं थप निगू मांभाय्या सेवा नं न्ह्याकूगु खः ।

राससया सेवाग्राहीतय् मागया सम्बोधन, समाचार सेवाया विस्तार व विविधीकरणया लिसें अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चार माध्यमया ज्वःलिंज्वः थःत थःनेगु कुतःलय् रासस वंगु भदौ १७ गतेनिसें चां न्हिं मदिकक समाचार

ल्यं ७ पेजय्

नेपाल टेलिभिजनय् नेपालभाषां बुखँ



लहना वाःपौ/नेपाल टेलिभिजनय् नेपालभाषाया बुखँ वंगु असोज ३० गते निसे न्ह्याःगु दु । सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङं नेपाल टेलिभिजनय् नेपालभाषाया बुखँया न्ह्याकेत उलेज्या यानादीगु खः । ज्याइवल्य न्ववायेगु इवल्य मन्त्री गुरुङं समाजया विविधतायात ल्यंकातयूत थीथी भाषां समाचार बीमाःगु खँ धयादीगु दु । व्यक्लं विविधता दुने एकता मालेगु

निति वंगु इलय् बहिष्करणय् लाःगु समुदाययात ध्यानय् तयाः ज्या यायेमाःगु खँ नं धयादीगु दु ।

उकथं हे मन्त्रालयया सचिव राधिका अर्यालं नेपाल टेलिभिजनं याय्माःगु ज्या इलय् क्वचाय्कूगु व थुकिं नेपालभाषा ल्हाइपिं समुदायया भाषा जक मखु लिपि नं संरक्षण जुइगु बिचाः प्वंकादीगु खः ।

उकथं हे नेपाल टेलिभिजनया

ल्यं ७ पेजय्





नेवा: राष्ट्रिय म्ये

चमि : दुर्गालाल श्रेष्ठ लय् चिनामि : तिर्थ माली

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

सम्पादकीय

मातृभाषा पत्रकारिता ख्यलय्
ऐतिहासिक उपलब्धि

नेपाल टेलिभिजन व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषाया बुखँ दुथ्याकेगु ऐतिहासिक निर्णय जूगु दु। सञ्चार लिसे सूचना प्रविधिमन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ्ग मन्त्रालय कःघागु सच्चि न्हु दुने यायेमाःगु ज्याय् नेपाल टेलिभिजनय् नेपालभाषां बुखँ बिइगु व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषा व मैथली भाषाया बुखँ दुथ्याकेगु नाप रेडियो नेपालय् दनुवार भाषां समाचार दुथ्याकेगु ज्याभ्वः न्ह्यब्वःगु खः।

नेपालभाषां पत्रिका पिहावःगु सच्चि दँ क्यंगु इलय् थुगु ज्याभ्वः जूगु मातृभाषा पत्रकारिता ख्यलय् थ्व छगू महत्वपूर्ण निर्णय कथं काय्माः। नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबू नं वंगु दच्छि न्ह्यवनिसे मदिक्क कुतः याना वयाच्वंगु ज्या मध्ये थ्व नं छगू खः। मन्त्री सुब्बाया थुगु निर्णय न मातृभाषा पत्रकारिता यानाच्वपिं छगू उत्साह थनाबिउगु दु।

मातृभाषा पत्रकारिता भावना जक ज्या यानाच्वंगुलि आः नेपालभाषां समाचार च्वयाः व ब्वनाः सरकारी ज्यां तक याये फइ धइगु समाजय् क्यनेफुगु ज्याक कथं जूगु दु। आः नेपालभाषाया समाचार सरकारया प्यंगू हे संस्था रेडियो नेपाल, गोरखापत्र, नेपाल टेलिभिजन व राष्ट्रिय समाचार समिति थ्यंगु दुसा प्रेस काउन्सिल नेपाल न नेपालभाषा पत्रकार आचारसंहिता प्रकाशन याय्गु ज्या जूगु दु। नेपालभाषाया समाचार सच्चि दँ दुने देय्या राष्ट्रिय स्तरय् थ्यंगु दु।

पत्रकार दबू नं थ्व स्वयां न्ह्यःया संचार मन्त्री रेखा शर्मायात ध्यानाकर्षण याकेगु ज्या जूगु खःसा पृथ्वी सुब्बा गुरुङ्गायत संचार मन्त्री जुइवं हे नेपाल टेलिभिजन व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषाया बुखँ दुथ्याकेमाः धका ध्यानाकर्षण याकेगु ज्या जुगु खः। गुगु ज्याय् संचार मन्त्री गुरुङ्ग पुरा यानाबिल। नेपालभाषाया समाचार तय्गु ज्यायात कया संचार मन्त्री गुरुङ्गायत न्ह्याबल्य लुमकेमाः। लिसे प्रधानमन्त्री केपि शर्मा ओलिया नेतृत्वया सरकारयात नेवाःतय्स लुमकेगु ज्या जूगु दु। थुगु ऐतिहासिक ज्यायात नेवाःतय्स न्ह्याबल्य नं लुमकेगु जुइ।

मातृभाषा पत्रकारिता सच्चि दँ नेपालभाषाया समाचार



जुपेन्द्रलाल श्रेष्ठ

सरकार नीस्वंगु सच्चि न्हु दुने याय्माःगु ज्याय् नेपाल टेलिभिजन नेपालभाषाया बुखँ व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषा व मैथली भासं बुखँ प्रकाशन जूगु मातृभाषा पत्रकारिता ख्यलय् छगू तःधंगु उपलब्धि खः। नेपालय् मातृभाषा पत्रकारिता न्ह्यागु सच्चि दँ लसताय् सरकारया थुगु निर्णययात लसकुस याय् हे माः।



नेपाल टेलिभिजनय् नेपालभाषाया बुखँया निति नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबू नं वंगु दच्छि न्ह्यःनिसे मदिक्क कुतः याना वयाच्वंगु खः।

दबू नं २०७९ फागुन ८ गते तत्कालीन सञ्चार लिसे सूचना प्रविधि मन्त्री रेखा शर्मायात दबूया कार्यसमितिया पुचलं नापलानाः मातृभाषा पत्रकारिताया विकास याय्माःगु विषय गुगू बुँदाया ध्यानाकर्षण पौ लःल्हाःगु खः। उगु गुंगू बुँदाय् नेपाल टेलिभिजनय् व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषाया बुखँ तयेमाः धकाः ध्यानाकर्षण याकूगु खः। संचार मन्त्री रेखा शर्मा बुखँ तयेगुली सकारत्मक जूसा उगु इलय् थीथी कारणं यानाः बुखँ तय्गु ज्या मजुल।

पत्रकार दबू नं वंगु जेष्ठ महिनाय् न्हापागु अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा पत्रकारिता सम्मलेनयासे मातृभाषा पत्रकारिता बिकासया निति च्यागू बुँदाया घोषणा जारी याय्गु ज्या जुल। अथेहे नेकपा एमाले अध्यक्ष केपि शर्मा ओलीया नेतृत्वय् स्वला न्ह्यः गठन जूगु सरकारय् सञ्चार लिसे सूचना प्रविधि मन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ्ग नियुक्त जुल। सञ्चार मन्त्री गुरुङ्गायत नं पत्रकार दबू न मातृभाषा पत्रकारिता बिकासया निति वंगु २०८१ साउन ३१ गते गुगू बुँदाय् खँ तयाः ध्यानाकर्षण पौ बिइगु ज्या जूगु खः। उगु ध्यानाकर्षण पत्रय् नेपाल टेलिभिजनय् व राष्ट्रिय

समाचार समितिइ नेपालभाषाया बुखँ प्रसारण यायेमाःगु बुँदा दुथ्याः। उगु ध्यानाकर्षण पौ लःल्हानाः कासँ मन्त्री गुरुङ्ग नेपालय् मातृभाषा पत्रकारिता थकायेगुलि थःम्ह फूगु ग्वाहालि याय्गु नापं नेपाल टेलिभिजनय् व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषां बुखँ दुथ्याकेगु ज्या जुइ धका वचं बियादीगु खः।

संचार मन्त्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ्ग प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीनाप संचार मन्त्री सच्चि दिं दुने याय्माःगु ज्याय्गु नेपाल टेलिभिजनय् व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषां बुखँ दुथ्याका थुकियात कार्यन्वयन याय्गु कथं असोज २९ निसे राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषा व मैथलि भाषां बुखँ परीक्षण प्रसारण याय्गु ज्या जूगु खःसा असोज ३० गते नेपाल टेलिभिजन छगू अनौपचारिक ज्याभ्वः दथुइ बिधिवत उलेज्या

याय्गु ज्या जुल। आः नेपालभाषां बुखँ सरकारी स्तर रेडियो नेपाल, गोरखापत्र, राष्ट्रिय समाचार समिति व नेपाल टेलिभिजन सरकारया प्यगू हे थासय् थ्यंगु दु। थ्व धइगु नेपालय्



मातृभाषां पत्रकारिता न्ह्यागू सच्चि दँ दुने जूगु उपलब्धि कथं कायेमाः। पत्रकार दबू न गूगू बुँदाया माग मध्ये छगू बुँदा पूरा जूगु दु। उगु माग न मातृभाषा शब्तादी दँ कथं हनाच्वंगु इलय् नेपाल टेलिभिजन व राष्ट्रिय समाचार समितिइ नेपालभाषा बुखँ दुथ्याकेगु सरकार निर्णययात भीसं लसकुस याय्माः। अथेहे मेगु बुँदा न उलि हे महत्व दु उकियात पूर्वकेगु निति पत्रकार दबू नं दवाव बिइगु कथं ज्या यानाः हे च्वनी।

मेगु बुँदाया खँ ल्हाय्गु खःसा नेपाःया न्हापांम्ह मातृभाषी पत्रकार धर्मादित्य धर्माचार्ययात राष्ट्र न्हापांम्ह मातृभाषी पत्रकार घोषणा याय्माःगु, धर्माचार्यया हुलाका टिकट प्रकाशन याय्माःगु व प्रेस काउन्सिलं बियाच्वंगु मध्ये मातृभाषा पत्रकार बिया वयाच्वंगु

सिरपाःया नां धर्मादित्यया नां तयाः सिरपाः घोषणा याय्माः धइगु खः।

खय्त ला नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबू थः स्थापना कालं निसें मातृभाषा सम्बन्धी थीथी मुद्दा ल्हवना वयाच्वंगु खः। थीथी ख्यलय् च्वपिं नेवाः पत्रकारतय्त संगठित जक याय्गु मखुसँ उमिगु क्षमता अभिवृद्धि याय्गु लिसे पत्रकारतय्गु हकहितयात कयाः सः थ्वय्का वयाच्वंगु खः।

उकथं हे लोकतन्त्र व सामाजिक न्यायया सुनिश्चितता जुइधुकूगु परिस्थितिइ नेपाःया सञ्चार क्षेत्रयात पूर्ण समावेशी यायेमाःगु माग नं याना वयाच्वंगु खः। उकथं हे सरकारी सञ्चार माध्यमया लिसे निजी सञ्चार माध्यमया समाचार कक्षय् नं नेवाः लिसे आदिवासी जनजाति पत्रकारतय्गु समानुपातिक समावेशी जुइमाःगु माग नं याना वयाच्वंगु खः। नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबू केवल नेवाः पत्रकारया निति जक मखु देय्या फुक्कं मांभाय्या पत्रकारया सम्मान यायेमाःगु माग नं याना वयाच्वंगु खः। गुकिया लिच्वः कथं थौं सरकारी सञ्चार माध्यमय् जूसां थीथी भाय्या समाचार दुथ्याकेफइगु अवस्था ब्वलंगु दु। थ्व छगू मांभाय्या पत्रकारिता याना वयाच्वपनिगु निति लसताया खँ खत।

बहुभाषिक नेपाः देय्या संचार ख्यः नं उकथं हे जुइमाःगु माग भी नेवाःतय्गु खः। तर वंगु इलय् राज्य गुगु नं कथं मू मबियाच्वंगु मातृभाषायात गुगु मान्यता बीगु ज्या जूगु दु। थुकिया नितिं थीथी

ख्यलं योगदान याःपिं सकलें सुभाय् या पात्र खः। भीगु ज्या अझ पूर्वंगु मदुनि। दकलय् न्हापां ला धर्मादित्य धर्माचार्ययात नेपाःया न्हापांम्ह मातृभाषा पत्रकार धकाः मान्यता बीकेगु ज्या ल्यँ दनि।

उकथं हे थीथी मातृभाषां पिहां वयाच्वंगु पत्रिकायात म्वाकेगु निति सरकारी स्तरं आपालं ज्या याय् ल्यँ दनि। अज्याःगु ज्या पूर्वकेगु निति थप ज्या याय्माःगु आवश्यकता अझ नं दनि। अथे जुयाः समानुपातिक विज्ञापन जक मखु स्थानीय स्तरं वइगु थीथी कथंया विज्ञापन नं मातृभाषाया पत्रिकाय् अनिवार्य बीमाःगु व्यवस्था नं थौंया आवश्यकता जुयाच्वंगु दु। सरकारी स्तर याय्माःगु थज्याःगु ज्याया धलः हे दयेका सरकारयात ध्वाय्गु ज्या धाःसा निश्चित रुपं नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूया दायित्व जुइ।

प्याङ्गायात लिफः स्वयेबल्य् खनेदइगु परम्परा व निरन्तरता



જેરાર્ડ તોફાં

हिउपाः व आधुनिकताया
मानवशास्त्र बहुआयामिक मुद्दा खः ।
जिं सन् १९७० या दशकया सुरुआतय्
अध्ययन यानागु चीधंगु एकल
उपजातीय नेवार कृषि गां खः प्याङगां ।
थ्व चीधंगु गामय् नेपालय् वंगु ५० दैय्
वःगु तःधंगु हिउपाल गज्याःगु लिच्चः
लाकूगु दु ? सन् २०२२ नोभेम्बरय्
जिं थम्हं प्रारम्भिक फिल्डवर्क यानागु
थाय्, राजधानी स्वयां १७ किलोमिटर
तापागु, प्याङ्गाय् हाकनं वनेगु ह्वःता-
चूलात । जि अन वनाबल यु छ्ं ल्याय्
महतय्सं लसकुस यात । वय्कःपिं जिं
मसिउपिं पुलापिं मनूतय् काय्पिं खनि ।
जितः नापलाःबलय् वय्कःपिनिगु
फुकसिया छ्णू हे खैय् बः बियाच्चन,
'जिमिगु मौलिक संस्कृति ल्यंकेत छिगु
ग्वाहालि माल ।' जि थ्व क्षेत्रय् अध्ययन
लिपा लिहां वनागु थ्व न्हापाखुसी मखु,
तर नं थ्वपालय् प्याङगांया भ्रमण जिगु
निर्ति नकतिनिया नेपाल यात्राया मू
केन्द्रबिन्दु जुल ।

कृतकतयगु नं छगू विशेष जात दुगु
प्याङ्गां (नेपाल भाषा वा नेवारीइ संगु)
आपालं हिउपा: वयेधुंकूगु । अप्पाया
छैय् सिमन्टीं व परम्परागत पौया पलेसा
समतल कःसिइ हिलेधुकल । तल्लात
तःजा: जुइधुंकूगु दु व कलात्मक बुझा
कियातःगु सिंया इया: तनेधुंकूगु दु ।
लिसें गां दुहां वयेगु ध्वाखाय् दुगु पुखु
जःखः न्ह्यु छैय् दनातःगु दु । छुं छैय्
तामाङ व हिन्दु ब्रम्हु-क्षेत्रीतय्त बालं
बियातःगु दु । गां न्यय्दं न्ह्यःया स्वयां
सफा खनेदु । ताताःपाक दुरु नितीं न्हापा
न्हापा मेय् लहिगु पेसा पूर्वक हे तनेधुंकूगु
दु । अथे खःसां नं, थनया छुपु जक
सतकय् अठ नं निखेरं कःनि पाय्गु नितीं
तजाःगु सिंया थां व पौ दुगु नितजा: छैया
निगु पंक्ति अभ नं अथे हे खनेदु ।

गांमय् दुहां वनेत दलाना यानाः
दयेकातःगु ध्वाखां प्याङ्गां व पिनेया
संसार दथुइ दूगु सीमाकनयात अभ्र
बल्लाकातःगु दु। व मनूत बिस्कं
कथंया समुदाय् दथुइ दुहां वनाः
थेंज्याःगु अनुभूति आः नं बिडिन।

थनया मनूतयूगु जीवनस्तर व

जीवनशैलीइ व्यापक सुधार वःगु दु ।
सन् १९७० तक बिजुली मत तक मथ्यंगु
थ्व गांया फुक्क धयाथेँ छैय् थौकन्हय्
टिभी व आधुनिक फर्निचरत दु । गां
डिजिटल युग्य प्रवेश दुहां वनेधुंकू
दु । थनया आपालं ल्याय्मह पुस्तायाके
थौकन्हय् मोबाइल व इन्टरनेट दु । वय्
कःपिं फेसबुक व टिकटक आदि चले
याय्त पोख्त खनेदु ।

खयूत ला प्याङ्गाङ्गसंगु गुबसं
आत्मनिर्भर मजू । तर, आः थ्व बस्ती
अत्याधिक रूपयू बजाः अर्थतन्त्रयू
निर्भर जुयाच्वंगु दु । मिसापिं बैयू
च्वनाः कापः थाइगु पुलांगु तान लोप
जुधुङ्कुगु दु । थौकन्हयू बजारं रेडिमेड
कापः न्यायगु यानाच्वंगु दु । बुँज्या



(सिंचाई याना: वा पीगु व सिंचाई मयासें पीगु कःनि, तुर्क व छ्वः) अन्ध नं थनया बासिन्दाया मू पेशा हे जुयाच्वंगु दु, तर पूर्णकालीन रूपय् धाःसा मखु । शिक्षाय् पहुँच थ्यांगलिं आपालं शिक्षत मिजंत व छुं मिसापिसं सतिगु शहरय् जागिर नयगु त्वःताः चूलाकूगु दु । वय्कःपित मोटरसाइकलं सुथय् ज्याय् वनेत व बहनि छैय् लिहां वय्त ३० निसे ४५ मिनेट जक ई काइ । पिने जागिर नइपिं बाहेक मेपिं मिजंत निर्माण क्षेत्रय् ज्या यानाच्वंगु दु ।

विशेष यानाः गामं तापाःगु बुं
आपालं थिकेक बियाच्चंगु दु । थुक्रिया
लिसे ल्याय्म्हत पँया थलबलत प्याड
(वा ड्यँचा, हापा) (गांया नां थ्वहे
थलबलया नामं तःगु खः), गुगु छगू



इलय् अन्न दायूत व थीथी कथंया
मसला भण्डार यायूत छ्यलिगु खः, गुगु
कलायात हाकनं म्वाकेत स्वयाच्चंगु
दु ।

पद्धतियात हाथ्या बियाच्वंगु दु । मय्जु
सुमिना महर्जनं जित धयादिल, 'आः
ला फुकस्यां पिनेया मिस्त लिसे इहिपाः
याइ ।' थुकिं यानाः न्ह्यु व पुलांगु पुस्ता
तथुइ गाः तःजाः जुयाः वनाच्वंगु दु ।
अथे खःसां नं, समाजशास्त्रीय रूप्य
धाःसा प्याट्ग्यायात म्हसिका बीगु
विशेषता कायम हे दु । । थनया बासिन्दा
(स्थानीय भाषाय् संगुमी धाईपिं) अझ
नं छगू सर्वसमावेशी सामाजिक व्यवस्था
दुने कःघानाच्वंगु दु । वय्कःपिनिगु
कार्यविभाजन, चाडपर्व व धार्मिक
समारोह लिसे थःथाति प्रत दुगु दायित्व
सम्बन्धी छुं सामुदायिक नियमत पालना
हे यायेमाः ।

ध्व नियमत जिं ५० दै न्ह्यः
खनागु स्वयां छुं हे बिस्कं मजू । गांया
थजात त्यायूमहं थजात हे जूसां गां
पिनेया मिसा लिसे इहिपाः याता धाःसां
नं उमिगु स्थानीय पुचः (गुर्थि) दुजः
कायम हे जुयाच्चनी । तर वयूकःपिनिगु
मस्तयूसं धाःसा मू कथं सामाजिक-
धार्मिक ज्याइवलय् ब्वति धाःसा काये
दइमखु ।

समग्र्य थन पितृवंशीय
सम्बन्धयात स्थानीय समाजं तसकं
महत्व बियातःगु दु। अथे खःसां नं
मिसापिसं आत्मनिर्भर जुइत, थःगु
बचतया व्यवस्थापन यायृत प्याङ
दय्केत पँया दुनेखा ख्वलायात मिइ
तयाः क्वाकेत 'मिसा पुचः' वा
सहकारी दय्कातःगु दु। वय्कःपिसं
थःगु भविष्य थम्हं दय्केत स्वयाच्चंगु
दु। गुगु नेपाःन्यंक हे न्ह्यानाच्चंगु
नारीवादी आन्दोलनया लिच्चः व
प्रतिवम्ब खः। राजनीतिक भुकावया
बारेय् धाःसा जितः पुलांम्ह पासा
काष्ठकार नरेन्द्र महर्जन, गुम्ह नकातिनि
जक स्थानीय यहोभाया साक्षी (जेहोभा
विद्रेसे) चर्चया प्रभावय् धर्म परिवर्तन
यानाः ईसाइ जूम्हेस्या कनादिल। वय्
कःया कथं वंगु नोभेम्बरया संसदीय
निर्वाचनय् संगुमीतय्सं गुगु छभू जक
मखुसे कम्युनिष्ट, काँग्रेस आदि थीथी

राजनीतिक दलया क्षमाय् मतदान यात । 'छगू हे छैजःपिसं बिस्कं बिस्कं दल व उम्मेदवारयात मत बिल', नरेन्द्र कनादिल ।

धर्म आः नं थनया समाजया मू
थां कथं दनाच्चंगु दु। हिन्दू प्रकृतिषा
आपालं रीतिरिवाज व पर्व थनया
समाजयात संरचना यानाच्चंगु दु।
दसुया नितिं, प्यागामय आः नं वर्षा
ऋतुया अन्त्यय मू याः धकाः तः धंगु
उत्सव न्याय्की। गुकी ग्वहां धकाः
म्हसिउपि) न्यागू स्थानीय गुथिं ब्वति
काइ। थ्व पर्वय् क्यनिगु पौराणिक कुं
प्याखँ (राजारानी नाच) यात आधुनिक
'टिवस्ट' या लिसे म्वाकाहःगु दु।

सर्तिगु ज्यापु/मालाकार
समुदायया बसोबास दुगु थेचोय् वंगु
दैय् सन् २०२२ सं नवदुर्गा प्याखें
स्वय्गु ह्वःताः चूलाःगु खः। उगु
इलय् भिनिदैया जात्रा जगुलिं साधारण
स्वयां अप्वः छःया प्याखें पिकाःगु
खः। भिनिदैया जात्राया इलय्
प्याग्गाया बासिन्दां नवदुर्गा प्याखें
हुइपिं छःया वसः पुनातःपिं व ख्वाःपाः
पुयातःपिं छःयात स्वां, जाकि व ध्यबा
छाय्माः। प्याखें व्यवस्थापनया मू
जिम्मेवारीइ दुम्ह प्रशान्त मालाकारलिसे
जिगु बांलाःगु सम्बन्धया कारणं जिं सन्
२०१५ या तःभुखाय् लिपा पुनर्निमिण
जगु नवदुर्गा या देगलय् दुहां वनेदत।
दछियंक नवदुर्गाया ख्वाःपाः थ्वहे
देगलय् तइ। देगः पिने भिनिदैय् छकः
याय्माःगु महत्वपूर्ण अनुष्ठानया निर्ति
छ्यर्लगु बल्त्ताया अवशेषत खनेदु।

शुगु वःचा हाकःगु च्वसुइ
निगू निष्कर्ष पिकाय् फइ। न्हापां,
शुगु प्यागाया बासिन्दातय्सं स्वंगू
कथंया सम्बन्ध कायम यानातःगु
दु- थः पितृवंशीय पारिवारिक एकाई
लिसे, थ्व चीधंगु एकल जातीय गां
लिसे व अन्तय् वृहत् नेवार जातीय
पहिचानलिसे। थ्वहे त्रिकोणात्मक
संरचना हे मिहगः निसं थौं तक संगुमीया
सामुदायिक प्रणालीयात परिभाषित
यानाः वयाच्चंगु दु। निगूगु, शुगु
च्वसुं छुं नं क्यनी धाःसा सामाजिक
रूपान्तरणया वृहत् राजनीतिक,
जनसंख्याक व आर्थिक तथ्याकं
महत्व तःसां नं गबले गबले स्थानीय
सामाजिक-सांस्कृतिक तथ्यत उलेत
व उमित ढंगं थुइकेत सूक्ष्म व केन्द्रित
अध्ययनं नं तःधंगु भूमिका म्हीतइ।
अन्तय् जिगु फिल्डवकय् ग्वाहालि
यानादीपिं शोभा लक्ष्मी शाक्य, साइट
सिंग महर्जन व सुमिना महर्जनयात
विशेष सुभाय् बियाच्चना।



राम प्रजापति
प्रोप्राइटर

हारती मिठाई भण्डार

(बुद्ध शाखाद्वारी)

कालिमाटी चोक, टंकेश्वर मार्ग, काठमाडौं ।
फोन नं. : ०१-५३७२१९९, मो. ९८०३९८०६९९

यहाँ:-

विवाह, व्रतबन्ध, पार्टी, पिकनिक, तथा अन्य शुभ कार्यको लागि अर्डर अनुसार मिठाईहरू तयार गरिन्छ ।



संयुक्त राष्ट्र
संघ

आयो नून खाई स्वस्थ रहौ

आयो नून खाई





संयुक्त राष्ट्र
संघ

आयो नून खाई

आयो नून खाई

आयो नून खाई

आयो नून खाई

आयो नून खाई

थेचवया नवदुर्गा प्याखं



यल लाय्कूया मनमानेश्वरी पायः जात्रा



थ्व म्हगसय्



आर. मानन्धर

थ्व म्हगसय् खः कि ज्वलय्
खंगु जिं यैपुसेच्वम्ह
नःलिम्ह सुं वैच्वंगु
जिगु नुगलय्
जिगु नुगलय्



संचाय् लुइथें छः
लुयावल नुगलय् जः
चीकाः ब्याक्क किचः
ज्वलहं लुयावल सुं
बुलुहुं बुलुहुं स्व
थिनावल अले सुद्यो
न्ट्यैपुगु जिगु म्हगसय्
यैपुगु जिगु म्हगसय्
म्हगसय् सुं त्वैगु हे
खःला थें मतिना धैगु

लुमन्तिइ वैच्वन व
मतिनाया अन्ति ज्वनाः
गुजुगुजु कैच्वन जि
थतयंकल वं दः
च्वय् च्वय् सर्गतय्
हुस्लुं पुइकल स्व
धुकुमांया कपनय्
धुकुमांया कपनय्
लुमन्तिइ सुं ल्वीगु हे
खःला थें मतिना धैगु



विजयरत्न असंबरे

साहित्यया सिर्जनाय् वं तःदै
हे बितेयाय् धुंकल। ग्वदै धका वं
ल्याखायेगु हे त्वता बीधुंकल। तर
च्वयेगु धाःसा आःतक मत्वतुनि।
भाषा व व्याकरणय्
बांलाक्क ल्हा
न्त्याःगुलिं वयात छगु
नेवाः भाय्या पत्रिकाय्
सम्पादकया ज्या बिया
तःगु दु। ज्या दु तर
नेपाल भाषाया सेवा
धका वयात बीगु तलब
धाःसा म्हवःजक।
अय्सां व गब्लें
उसिचाःगु खनेमदु।
हारेचाःगु खनेमदु।

भाषा व साहित्यया ख्यलय्
वयात आपासिनं वरिष्ठ सर्जकया
दर्जा बियातःगु दु। आपासिनं वयागु
भाषा सेवाया भावनाया तारीफ हे
याइगु। वयागु सिर्जनाया नं तारीफ
हे जू। छगुबागु सिरपा नं त्याक्।
थ्व ख्यलय् ताःईनिसें दिपा मदिकक
च्वया वयाच्वंगुलिं वयात ईलय्
ब्यलय् सम्मान नं या। थज्यागु सिरपा
व सम्मान याइबले दौं नापं दइबले
धाःसा छतानिता ज्या तरेजु वया।



सिलुकाजी महर्जन

सिलुकाजी महर्जन

सम्मानया सवाः

तर दौं मदुगु सम्मान व हना पौ धाःसा
वयागु भ्वाथःगु छँया अंगः ह्वःखनेगु
बाहेक मेगु ज्या मया। छगु अज्यागु
सम्मान फयेगु ज्याइवलय् वयागु पलाः
न्त्यात। क्वछिना तःगु थासय् थ्यन।
थ्व ख्यलय् नीन्यादैसिबें अप्वः ई
न्त्यवनिसें निरन्तर च्वसा न्त्याका वया
च्वीपिं च्वमिपिन्त हनेगु ज्याइवलय्
वयात नं हनेत्यंगु दु।

सम्मानित जुइपिं मेपिं नापं वयात
नं दबुलिइ फ्यतुकल। ज्याइवलय्
दबुलिइ च्वःपिं मूपाहाँ व पाहाँ धका
धयातःपिं हनेबहिपिन्सं अन सम्मानित
जुइपिनिगु तारीफ याःबले वयागु
नं तारीफ यात। हनेबहिपिनिगु म्हुतुं
थःगु तारीफ न्यना वयागु नुगः लसतां



भयबिल। थःम्हेसिनं थःयात धन्य
तायेकल। सम्मानया ज्या न्त्यात।
वयात नं दोसल्ला न्येकल। स्वामां
क्वखायेकल। स्वामा व खादा ला
गुलि गुलि का ! ल्याखानां साध्य हे
मजू। हनेकथं वयात नं भन्हायेपाःगु
हनापौ लःल्हात। हनापौ लःल्हाना
कयाच्वंगु ईलय् वयागु नुगः लसतां
भाराभारामिना ल्हा हे थरथर खात।
वयात थःगु छाति नं तफाः जुयावःथें
जुल। सकसिनं वयात बधाई बिल।

यज्जु

ल्यासेम्ह मैचिया यःम्ह बाउचा
थारान्हुल छक्कलं खनाः बुख्याःचा
इतिइतिं न्हिल म्हुतुप्वाः त्युत्यू
“गपाय्सक ग्याःगु गथे खः दाइचा ?”

छु धाये छु धाये जुल लाज ब्यन अनसं
यज्जु निम्हेसिया मिखा छु ल्वाय्व
कंस ला जनबहाःद्यः भीथाय् थ्यनीगु
“पियाच्चनी दाइचां तःग्वःगु गं क्वस”



भिन्तुना देछात। लँय् नापलाक्वसिनं
वयात भिंतुन। गुम्हेसिनंला भव्य हे
नकेमाल धका तकं धाल। भिन्तुनाया
थ्व बोभं वयागु पलाः हे तकं थातय्
मला थें जुल वयागु।

भिन्तुनाया बोभं वयात थुलि
काल की अयुलाखँ नं उलि काइमखु
जुइ। थथे भिन्तुनाया बोभं कायेका व
बुलुहुं बुलुहुं छँय्पाखे स्वया वन।

व छँय् थ्यन। बिस्तारी थहाँ
वन। छकु कोथाय् वया जहान व निम्ह
मस्त सुम्क च्वना च्वंगु दु अन। इमिगु
ख्वालय् न लसताया भाव खनेदु न
मेकथंया छुं भाव हे खनेदु। छुं कथंया
भाव खनेमदु। भाव शून्य इमिगु ख्वाःया
भाव हिलेगु कुतः कथं वं थः जहानपाखे

स्वया धालः, “ सिलला
छं ? थौं साप हे
न्त्याइपुल नि। अनला
दुनि फलानाम्हेसिनं
जिगुबारे थथे धाल अले
दिस्कानाम्हेसिनं अथे
धाल नि ! ” वयागु थ्व खँ
न्यनानं वया जहानम्हेसिनं
म्हुतुसि मफा। म्हुतुप्वाः
तिना हे तल।

“मखु धया छु
जुल छिमित ? न्वनिहे

मवासे छु याना च्वनागु ? जिला अन
ज्याइवलय् समेबजि नया वयेधुन।
अभ वं ब्यूगु भिन्तुना, थ्वं ब्यूगु
भिन्तुनाया सवाः काकां हे प्वा जाल
धया दुनि ! छिमि छु नयाले ? ” वयागु
थ्व न्त्यसःया लिसलय् वया जहानं
थःगु ख्वाः फस्वेकल। जहानम्हेसियागु
फस्वःगु ख्वाःया दिशापाखे वयागु
मिखा वन। अन वं तन्हुनिसें मच्यागु
भुतु खन। प्वकतांगु जासी खन। मेगु
छुं मखन।

थथे थथे हे खः



तुयू पुं

ख्वै च्वनी मां
थः हे पुता लुमंका
फु मफु, दु मदु
सी, म्वाई, धन्दा का कां

थःगु हे छँय्
थःगु हे देशय् ब्वंकाः तधी याइ
निगः अप्व दय्केगु ल्वभं
पुर्खौलिं तै थःकुगु बुँ छकु मिइ
बिदेश छवइ।



वंगु दँ मदुवं
कोथाय् सिनाच्वंगु खबर वै
जि म्हाय्....
छाती ल्हाःतया ख्वै

सतां
वैगु मखय् धुंकल।
मां
थ्व सः आः वैगु मखय् धुंकल

देय् चिधं
थःगु
छँ चिखाःगु
कतःया कमाइले मिखा वंगु
तत जाःगु छँ
यचु पिचुगु लँय् थथे थथे हे खः।



Sweet Cave

(जीवन दाईया पसः)

Kalimati, Kathmandu, Nepal

Tel: 4275511, 9741112777, 9851063000

यहाँ भोज तथा पार्टीहरूको लागि चाहिने स्पेशल दही, पनिर, लाखामरी, लालमोहन,
बर्फी, रसबरी तथा अरु विभिन्न परिकारका मिठाईका लागि सम्पर्क राख्नुहोस्।

आउटडोर भेज क्याटरिङ्ग पनि गरिन्छ।

हरेक मंगलवार

राष्ट्रियताको लागि समर्पित



मेरो साप्ताहिक

मेरो साप्ताहिक

Mero Saptahik

माला: माला: ब्वनादिसँ ।

कृष्णभक्त व बानिकाया ‘माखायात ग्वंगः माः’



लहना वाःपौ/संगीतकःमि कृष्णभक्त महर्जनया म्ये ‘माखायात ग्वंगः माः’ सार्वजनिक जूगु दु। ख्यालि जुजु मदनकृष्ण श्रेष्ठया उपस्थितिइ छगू ज्याइवःया दथुइ म्येया म्यूजिक

भिडियो सार्वजनिक याःगु खः।

ज्याइवल्य यल महानगरपालिका १६ वडाया वडाध्यक्ष निर्मलरत्न शाक्य, वरिष्ठ सिने पत्रकार बिजयरत्न असंबरे, किपू

नगरपालिकाका पूर्व नगर प्रमुख रमेश महर्जनलिसेन नेपालभाषाया संगीत ख्यलय छपू बांलाःगु म्ये वःगु धासें भिन्तुना देछानादिल।

सार्वजनिक जूगु म्येया संगीत संयोजक हरिशरण सायुमिं म्ये व म्यूजिक भिडियो निर्माण पक्षबारे जानकारी बियादिल। म्येहालामि महर्जनया नुगः खँ धाःसा भिडियो सामग्रीमार्फत क्यंगु खः। सार्वजनिक जूगु म्ये ‘माखायात ग्वंगः माः’ च्वयेगु व लय तयेगु ज्या नं म्येहालामि महर्जन हे यानादीगु दु।

कलाकार किरण जोशी व आराध्यालक्ष्मी खड्गीं अभिनय यानादीगु म्यूजिक भिडियोया निर्देशन बालमुकुन्द प्रजापतिं यानादीगु खः।

अन्ती सोमां सलिंचाय् पितब्वज्या

लहना वाःपौ/ नेपालभाषाया म्ये ‘अन्ती सोमां सलिंचाय्....’ छगू ज्याभूवः दथुइ पितब्वज्या जूगु दु। वरिष्ठ संगीतकार लिसें गायक रत्न बेहोशी बज्राचार्यया मूपाहाँसूइ शंकर खड्गीया च्वसाय् व निर्देशनय् निमाण जूगु उगु म्येया भिडियो सार्वजनिक जूगु याःगु खः।

फेमली कृया संस्थापक जरिना शाहीया सभाध्यक्षताय् जूगु ज्याभू वलय् विशेष पाहाँ वरिष्ठ निर्देशक पवन जोशी, नेपालभाषाया न्हापाम्ह सिनेपत्रकार विजय रत्न असंबरे, नृत्य निर्देशक भुवनदास श्रेष्ठ, श्याम स्मृत, स्वतन्त्र संसार महर्जनपनिगु ब्वति दुगु खः।

म्युजिक भिडियो फेमली कृ



युट्युब च्यानलपाखे पितब्वज्या याःगु खः। दीपा महर्जन व किशोर शाहीपिस हालिदीगु उगु म्ये बालकुमार मगर छायांकन व सम्पादन, मनोज महर्जन,

सञ्जु खड्गी, हसना महर्जन, सुजिना शाही, नाप सरस्वती मानन्धर व सुरेन्द्र श्रेष्ठपिस अभिनय यानातःगु दु।

पप सम्राट विष्टया सलय् नेपालभाषाया म्ये पिदनीगु



लहना वाःपौ/थःगु सांगितिक यात्रा हे दबुलिइ जुइगु थीथी सांस्कृतिक ज्याइवल्य नेवाः म्ये हाला पलाः न्ह्याकादीमह नांजाम्ह पप सम्राट ओम विक्रम बिष्टया सलय् हाकन नेवाः म्ये पिदनीगु जुगु दु।

“ए जि यःमह मयजु लिधंसा जितः ब्यु” बोलया थ्व म्येया म्येच्वमि, कलाकार व निर्देशक बागमती भाई (सुन्दर श्रेष्ठ) या रचना अले नांजाःमह

संगीतकःमि गोविन्द ह्यूमतया संगीत दुथ्याना च्वंगु दु। अथेहे, थुगु म्येया संगीत संयोजन जिवित जल्मी महर्जन व विजय मास्कीया रेकार्डिंग, मिक्सीड व मास्टरिंगय् तयार जूगु खः।

शनिवार भम्सी ख्यःया अप टाउन रेष्टुरेण्टय् उगु म्येया म्युजिक भिडियोया बागमती प्रोडक्सन प्रा.लि.या ब्यानरय् सुटिङ क्वचायेकुगु दु। उगु म्यूजिक भिडियो दुने पप सम्राट

ओम विक्रम विष्ट व लोकह्वाःमह हुलाप्याखमि आराध्यालक्ष्मी खड्गीया मू भुमिका व सह भुमिकाय् दर्जनौ कलाकारपनिगु ब्वति दइगु जूगु दु।

थ्व भिडियोया प्राविधिकपाखे श्रृंगार मिरा डंगोल, छायाकन व सम्पादन अमर चित्रकार, सहायक निर्देशन म्येच्वमि स्वयं बागमती भाईया नापनाप निर्देशन नांजाःमह लेखकव निर्देशक पवन जोशीं यानादीगु खः।

थःगु म्युजिक भिडियो निर्देशन ख्यलय १२१ औं, १२२ औं र १२३ औं म्यूजिक भिडियो निर्देशन याना हाटिक यानादीमह निर्देशक पवन जोशीया थ्व स्वपु म्ये रचनाकार बागमति भाइया रचनाय् तयार जूगु खः। थ्व म्यूजिक भिडियो स्वन्ति नखः व ने.सं. ११४५ न्हूदँया लसताय् संसार अनलाइन टिभी युट्युबया लुखां पिदनीगु खँ बागमति भाइ सुन्दर श्रेष्ठ जानकारी बियादिल।

न्हूदँ ११४५ हनेगु समितिइ राजेन्द्र श्रेष्ठ



लहना वाःपौ/नेपाल संवत् ११४५ न्हूदँ हनीगु समारोह समितिया नायः कथं नेवाः न्ह्यलुवा लिसें पुलांमह मन्त्री राजेन्द्र श्रेष्ठयात ल्यःगु दु। शनिवाः च्वंगु न्हूदँ समारोह समितिया बैठकं भाजु श्रेष्ठया नां सर्वसम्मतं ल्यःगु खः। नेपाल संवत्यात राष्ट्रिय मान्यता बीकेगु आन्दोलनय् ताः ई न्ह्यवनिसें सक्रिय जुयादीमह भाजु श्रेष्ठ नेवाः आन्दोलनया न्ह्यलुवा लिसें प्रखर बुद्धिजीवी जुयादी।

न्हूदँ समारोह समिति ११४४ या नायः प्रा.डा. नरेशमान वज्राचार्यया सभापतित्वय् थौं शुक्रवाः च्वंगु मुँज्याय् डा.वज्राचार्य नेपाल संवत् ११४५ न्हूदँ हनेगु समारोह समितिया नायः कथं भाजु श्रेष्ठया नां घोषणा यानादीगु खः।

भाजु श्रेष्ठया नेतृत्वय् थुगुसी नेपाल संवत्या न्हूदँ हनेगु ज्या अभू तःजिक न्ह्याके फइगु विश्वास याःगु दु। भाजु श्रेष्ठ नेवाः आन्दोलनया बौद्धिक व्यक्तित्वया रूपय् परिचित जुयादी। वि.सं. २०४६ न्ह्यवनिसें तत्कालीन भूमिगत नेकपा (माले), नेकपा (एमाले) व लिपा हान सहाना प्रधान नेतृत्वया नेकपा (माले) य् आवद्ध जुयादीमह भाजु श्रेष्ठ थौंकन्हय् जनता समाजवादी पार्टीया नायः कथं सक्रिय जुयादी।

राससपाखें नेपाल...

सेवा बिया वयाच्वंगु दु। राससं थःगु स्थापनाकाल थुखे बुखें उत्पादन याय्त छयःगु ज्याभः व उपकरण संग्रह याना वंगु साउन ३२ गते रासस मिडिया संग्रहालय पलिस्था यायेधुंकुगु दु।

राससया महाप्रबन्धक सिद्धराज राई नं धयादिल, ‘देय्या नेपाली धुंका अप्वः जनतां ल्हाइगु मैथिली व नेपालभाषा जूगुलिं संघीय राजधानीयात आधार दय्काः निगुलिं मांभाय्या समाचार सेवा ह्याकागु खः।’ उक्तं हे महाप्रबन्धक राई नागरिकया सूचनाया हक स्थापित यायेगु ज्याय् राससं तांपूया भूमिका म्हिताच्वंगु दु धयादिल।

राससया वरिष्ठ कार्यकारी व्यवस्थापकया कथं निगुलि

मांभाय्या समाचार सेवाया प्रारम्भ विविधताया दथुइ एकता मालेगु व राससयात पूर्ण समावेशी दयेका यंकेगु छगू कुतः खः।

नेपाल टेलिभिजनय्...

अध्यक्ष समिरजङ्ग शाहं नेपाःया भाषा संरक्षण व सम्बर्द्धन याय्त नेपाल टेलिभिजन न्ह्याबलें तयार दुगु खँ धयादिल। उक्तं हे नेपाल टेलिभिजनया महाप्रबन्धक फुलमान बलं राज्यया प्राथमिकता प्रवर्द्धन याय्त वंगु दँ निसें थीथी भासं समाचार प्रशारण न्ह्याकगु धासैं बागमती प्रदेशया निगूगु अप्वः मन्तयसं ल्हाइगु ‘नेपालभाषा’या बुखें न्ह्याकगु खँ धयादीगु दु। नेपाल टेलिभिजनं न्हय्गू भाषाया समाचार बुलेटिन व फ्लियंगू भासं ज्याइवः न्ह्याकाच्वंगु दु।

नेपालभाषाया
अनलाइन
पत्रिका



लहना न्यूज
www.lahananews.com

मधुमेह (डायबिटिज) रोगबाट बचौं

मधुमेहले,

- शरीरका विभिन्न अंगमा क्षति पुऱ्याउने,
- मुटु र मिर्गौलाले काम नगर्ने,
- न्धोपन, पक्षघातलगायतका जोखिम बढाउँछ।

त्यसैले मधुमेहबाट बच्न,

- शरीरको तौल सन्तुलित राखौं,
- चिल्लो तथा चिनीजन्य (ग्लुकोज) परिकार कम खाऔं,
- पेय पदार्थ, जंक फुड तथा तारेका, भुटेका पदार्थहरु नखाऔं,
- धुम्रपान, मद्यपान नगरौं, नियमित व्यायाम गरौं,
- रेशायुक्त तथा प्राकृतिक खानेकुरा खाऔं,
- प्रशोधित खानाहरु नखाऔं,
- तनाव व्यवस्थापन गरौं,
- नियमित स्वास्थ्य परिक्षण गरौं।



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

रञ्जना लिपि

रञ्जना लिपि पिहाँ वयाच्वंगु रञ्जना लय्पौ
ब्वनादिसैं/ब्वकादिसैं

महसीका लय्पौ

MHASIKA Monthly | महसीका मासिक

प्रचलित नेपाललिपिं पिहाँ वयाच्वंगु
महसीका लय्पौ ब्वनादिसैं/ब्वकादिसैं

संस्कृतिइ राजनीतिया मरि छुइगु प्रवृत्ति गलत : प्रम ओली



लहना वा:पौ/प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओली संस्कृतिदुने राजनीतिया मरि छुइगु प्रवृत्ति गलत जूगु खँ धयादीगु दु।

प्रधानमन्त्री निवास, बालुवाटारय् सोमवा: 'नेपाल संवत् न्हूदँ ११४५ समारोह समिति' ल:ल्हा:गु ध्यानाकर्षण पौ ल:ल्हानाकासँ प्रधानमन्त्री ओली नेपा:या मौलिक संस्कृति व परम्परादुने राजनीति दुथ्याका: स्यंकेगु कुत: बांमलाइगु खँ कनादिल।

“राजनीति व अर्थतन्त्र स्यन धा:सा छुं दँ दुने ल्हवने फइ तर संस्कृतिइ ह्याकिं वन धा:सा उकिंयात

ल्हवनेत ददँ माली। थुखेपाखे सकलें सचेत जुइमा:।”,

यँया: थुज्व:गु पर्वय् जूगु गुलिखे भइकावपूर्ण गतिविधिपाखे लक्षित यासँ प्रधानमन्त्री ओली नेवा: संस्कृतिदुने आदिवासी, शास्त्रीय व अत्याधुनिक वाद्यवादन व विशेष धूनत दुगु व थुकिंया संरक्षणय् जुयाच्चंगु कुत:या प्रशंसा यानादिल।

ध्यानाकर्षण पौ ल:ल्हायेगु इवलय् समितिया नाय: लिसँ पूर्वमन्त्री राजेन्द्र श्रेष्ठ नेपाल संवत्यात सरकारी ज्याखँय् छ्यलाबुलाय् हयेत २०८० कात्तिक २७ गतेया मन्त्रिपरिषदपाखें

जूगु निर्णययात फुकक तगिं व निकायय् कार्यान्वयन याय्त निर्देशित याय्त माग यानादिल। वय्कलं राष्ट्र बैंक पिहाँ वइगु नोटय् नेपाल संवत नं छ्यलेत व विदेशय् च्वंगु नेपाली नियोगय् नेपाल संवत् न्हूदँय् 'नेपाल डे' हंकेत इनाप यानादिल।

राष्ट्रिय विभूति शंखधर साख्वा: प्रतिष्ठानया नाय: ज्ञानराम श्रेष्ठ सरकारी निकायस नेपाल संवत् या छ्यलाया अवस्थाबारे अनुगमनया व्यवस्था याय्त सुभाब बियादिल। सरकार २०६५ स साख्वा:यात राष्ट्रिय विभूति घोषणा या:गु ख:।

यज्ञरत्नयात हेमराज सिरपा:



लहना वा:पौ/भाषासेवी व नेपाल भाषा एकेडेमीया चान्सलर यज्ञरत्न धाख्वायात छगू लख तकाया हेमराज सिरपा: देछागु दु। लोक साहित्य परिषदया ग्वसालय् जूगु ज्याइवलय् बागमती प्रदेशया सामाजिक विकास मन्त्री हरिप्रभा खड्गीं धाख्वायात सिरपा: ल:ल्हाना दिइगु ख:।

ज्याइवलय् मन्त्री खड्गीं धाख्वालां नेवा: भाय्, संस्कृति, कला व सम्पदा संरक्षणया छ्य:लय् ज्व: मदुगु योगदान यानादिइगु खँ न्ह्यथनादिसँ धयादिल, 'गुबले तक लिपिया विकास याये फइमखु, उबले

तक भाषा संस्कृतिया विकास नं जुयेफइ मखु, नेवा: व तामाङ भाय्यात सरकारी कामकाजया भाय्या हैसियत ब्यू थें लिपिया प्रवर्द्धन नं याना यंकेगु जिमिगु प्राथमिकता ख:।'

भाषासेवी धाख्वालां सिरपा: फयेखना: थ: गौरवान्वित जूगु धा:सँ सिरपाया गुइद्र: तका लोक साहित्य परिषदयात ल: ल्हानादिल। एकेडेमीया भाइस चान्सलर मल्ल के सुन्दरं पण्डित हेमराज शाक्यया लिपि संरक्षण व सम्बर्द्धनया ज्यां याना: भाषाया छ्यलय् यक्व: हे उपलब्धी चूला:गु धासँ वय्क थें च्व:न्ह्याम्व व्यक्तित्व नेवा:तय् गर्व ख: धयादिल।

खानपान र जीवनशैली परिवर्तन गरौं, स्वस्थ रहौं

असन्तुलित खानपान तथा जीवनशैलीका कारण मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मष्तिष्कघातजस्ता रोगहरु लाग्न सक्छन्।

त्यसैले,

- सन्तुलित र स्वस्थ खाना खाऔं,
- शारीरिक क्रियाकलाप तथा नियमित व्यायाम गरौं,
- मदिरा, सुती तथा सुतीजन्य पदार्थको उपभोग नगरौं,
- प्रशस्त मात्रामा पानी पिउने गरौं,
- तनाव ब्यवस्थापन गरौं।



नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

उपलब्ध हुने सामानहरू

डिरी, मासु, केकरी उद्योगका लागि चाहिने उपकरणहरू, प्याकिङ मेसिन, प्याकिङ मेटेरियलहरू, विविध केमिकलहरू तथा विविध औद्योगिक उपकरणहरू

छाक्कुण प्याकिङ मेशिन

काजबाइल मिला

अटोमेटिक क्लिक प्रोसेसिङ रेट मेसिन उपकरण सजिलो

मिल्क कषान

फिलिङ म्याच

श्रेष्ठ ट्रेड मेडिया

वी सस भवन, ५३ गङ्गेश्वर (छात्राजी जल विद्युत् प्रकृति पुलमा), काठमाडौं। फोन : ९३००६८४/९३०४३३३/९३०४३३३
Email: latc@wlink.com.np, latc265shrestha@gmail.com, latc@hotmail.com
A House of Dairy Equipment & Chemicals
सल्ला हेरी उद्योग सञ्चालन गर्न आवश्यक प्राविधिक तथा आर्थिक सल्लाह

छत्रपाटी नि:शुल्क चिकित्सालय (अस्पताल)

“स्त्रीय शुलभ स्वास्थ्य सेवा सकसिया निति, असहायया निति जक नि:शुल्क”

उपलब्ध सेवा

२४ घण्टा सेवा

- इमरजेन्सी
- प्याथोलोजी
- एक्स रे
- ई सी जी
- औषधि पसल
- अन्तरंग सेवा

शल्यक्रिया

- मोनिङ्ग
- स्तरन त्तरी
- कक हान छटी सम्बन्ध
- हाइजेनी तथा मास सम्बन्ध
- बिना बिचार बिस्तार नतीको पत्तर सम्बन्ध

बिबरन सेवा

- मुह रोग
- गेह रोग
- घुरोवाजी
- स्त्री रोग
- बाल रोग
- बढान्तर रोग
- बल रोग
- अक्षि रोग
- जनरल मेडिसिन
- बर्य तथा वीर्य रोग
- नाक, कान, घाँटी रोग
- जनरल हेल्थ चेक अप
- माइग्रेड
- मधुमेह

मेमेगु सेवा

- ट्रेसिङ
- इण्ट्रोस्कोपी
- कोनोस्कोपी
- फिनिमोथेरापी
- अन्तर्मातृ, कनर टुनर र इको
- घुरोवाजी स्तरको बल प्रयोगशाला
- टिएम.टि. हन्टर

२४ घण्टा इमरजेन्सी सेवा

७०८ गंगासाल मार्ग, छत्रपाटी, काठमाडौं, फोन: ४२९६९३८, ४२५७९९९, ४२६६२२९.