



# नव जन्मयेत नवा

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



फिल्मी दुनियाँमा नआउँदै राठो 'नेम-फ्रेम' बनाएकी मोडल हुन्, नीति शाह । सोमबार फिल्मको घोषणामा उनले 'डिम्स'बाट अफर आउँदाको क्षण स्मरण गरिन् । त्यसबेला फिल्म गर्न आत्मविश्वास नभएकाले काम नगरेको उनको भनाई छ । उनी भन्छिन्, 'मलाई भुवन केसी सरले 'डिम्स' अफर गर्नुभएको थियो । त्यसबेला म १२ कक्षामा पढिरहेकी थिएँ । त्यतिबेला फिल्ममा काम गर्न ममा आत्मविश्वास थिएन । नेपाली फिल्मको बारेमा मलाई खासै थाहा पनि थिएन ।'

### आजको विचार...



राजनीति...  
(दुई पेजमा)

प्रा. देवीभक्त ढकाल

अभिनेता नाजिर हुसेनका लागि फिल्म 'अगस्ट' विशेष छ । किनकि, यसमा उनी एक्सन भूमिकामा प्रस्तुत छन् । त्यसका लागि उनले २० केजी तौल समेत बढाएका थिए । अब उनको 'क्यारेक्टर' पोस्टर सार्वजनिक गरिएको छ । पोस्टरमा उनी फरक-फरक लुक्स र मनोभावमा प्रस्तुत छन् । कुनैमा उनी एक्सन मुडमा रजताठ्ठो भएर देखिएका छन् भने कुनैमा ठाठ्ठीर भावमा चित्रित छन् । नाजिरको लुक्स र गेटअपले मधेशी चरित्र बुझाउँछ ।

□ तर्ष २५ □ अंक १७० □ २०८० माघ ८ गते बिहीबार 18 January 2024, Thursday □ पृष्ठ संख्या ८ मूल्य रु ५/-

### सक्षिप्त समाचार

#### जापान भूकम्पमा मृतक संख्या २ सय ३२ पुग्यो

(रासस/सिन्टवा)

टोकियो, माघ ३/जापानको इशिकावा प्रान्तमा गएको शक्तिशाली भूकम्पमा ज्यान गुमाउनेको संख्या बुधबार २ सय ३२ पुगेको स्थानीय अधिकारीहरूले बताएका छन् । प्रान्तीय सरकारका अनुसार, अद्यावधिक गरिएको तथ्याङ्कमा वाजिमा शहरले थप १० जनाको ज्यान गएको जनाएको छ । वाजिमा शहर नोटो प्रायद्वीपमा गएको भूकम्पले सबैभन्दा बढी प्रभावित क्षेत्रमध्ये एक हो ।

स्थानीय अधिकारीहरूले भूकम्पपछि तत्काल भएको आगलागीमा व्यापक क्षति बेहोरेको लोकप्रिय पर्यटकीय स्थल वाजिमाको बिहानी बजारको छेउछाउमा मृतकहरू फेला परेको बताएका छन् । उक्त क्षेत्रमा गत हप्तादेखि नै व्यापक खोजी र उद्धार कार्य भइरहेको थियो । भूकम्पमा परी वाजिमा शहरमा १७ र सुजु सहरमा चार जना गरी कूल २१ जना अझै वेपत्ता रहेका छन् । स्थानीय सञ्चारमाध्यमले उपलब्ध गराएका विवरण अनुसार क्षति भएका घर तथा आवासहरूको संख्या २२ हजार ३७४ रहेको पुष्टि भएको छ । थप मूल्याङ्कनहरू गर्दा प्रभावित भवनहरूको संख्यामा उल्लेखनीय वृद्धि हुन सक्ने बताइएको छ । वाजिमा र सुजुका सहरहरूमा, क्षतिको परिमाण अझै धेरै पुष्टि भएको छ । वास्तविक अवस्था अझै पनि अस्पष्ट रहेको जापानको राष्ट्रिय समाचार संस्था (क्योदो)ले जनाएको छ ।

# मनकारी सांसद राना

संसदमा जनताहरूको आवाज बुलन्द रूपमा उठाउनेदेखि पाल्पाको विकास निर्माणका काम र आम जनतालाई परेको दुःख, पीडामा सांसद रानाले अभिभावकीय भूमिका निर्वाह गर्दै आएका छन् ।

### रामचन्द्र रायभाषी

पाल्पा, माघ ३/ अधिकार श जनप्रतिनिधि/सांसदहरू निर्वाचनका बेला जनतासँग गरेका बाचाहरू फुलेर आफ्नै सुखसयलमा रमाउन तल्लिन छन् । जनप्रतिनिधि जनता समक्ष गरेका बाचा पूरा गर्नुको सट्टा आफ्ना परिवार र आफन्तको भरणपोषणमा तल्लिन भइरहेका बेला लुम्बिनी प्रदेशका एक सांसदले भने व्यक्तिगत खर्च गरेरै भए पनि जनतालाई परेका अफठ्यारा र समस्यामा साथ दिएका छन् । कतिपय सांसद तथा जनप्रतिनिधिहरू पद र सत्ता स्वार्थमा लिप्त रहनुको साथै नातागोता र आफन्तलाई जागिर खुवाउन उद्दत भई आफ्नै मतदातामाथि आलोचित बनिरहेका पाल्पा क्षेत्र नं. २ (१) बाट निर्वाचित प्रदेश सांसद वीरबहादुर राना भने जनताको मन जित्ने गरी अगाडि बढेका छन् ।

उनले विगतमा नेपाली कांग्रेसको पाल्पा सभापति हुँदा होस् वा सांसद र मन्त्री हुँदा नै किन नहोस् गरिब, विपन्न, असाहयहरूका समस्यामा सधैं सक्रिय नै रहे । संसदमा जनताहरूको आवाज बुलन्द रूपमा उठाउनेदेखि पाल्पाको विकास निर्माणका काम र आम जनतालाई परेको दुख पीडामा सांसद



सांसद राना सहितको टोली बगनासकालीको दर्लामडाँडामा रहेको खानेपानी आयोजनामा मोटर जडानमा सहभागी हुँदै ।

रानाले अभिभावकीय भूमिका निर्वाह गर्दै आएका छन् । उनी कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य, खानेपानी, सडक पूर्वाधारका क्षेत्रमा स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारबाट बजेट ल्याउन पहल गर्नेदेखि जनताका सामान्य भन्दा पनि सामान्य समस्या समाधानमा लाग्ने गरेका छन् । सांसद रानाले केही दिन अघि जिल्लाको बगनासकाली गाउँपालिका-५ दर्लामडाँडामा लामो समय मोटर र पाइप विग्रेर खानेपानीबाट बञ्चित भएका ३० घर उपभोक्ताहरूलाई व्यक्तिगत खर्चमा मोटर खरिद गरिदिएका छन् । अहिले पम्प जडान भएपछि त्यहाँका उपभोक्ताहरूले सहज रूपमा पानी खाइरहेका छन् । धारामूल खानेपानी आयोजना अन्तर्गत तल्लो खानेपानी टाकुरामा पर्ने मूल र रिजर्भ ट्याङ्कीसम्म आउने पाइप र मोटर विग्रेपछि त्यहाँका उपभोक्ता खानेपानी खानाबाट बञ्चित

रहेका थिए । स्थानीयले पटक-पटक स्थानीय सरकार र सम्बन्धित निकायमा सहयोगको लागि आग्रह गरे पनि कहि कतैबाट सुनुवाइ नहुँदा लामो समय खानेपानीबाट बञ्चित हुनु परेको स्थानीय पिताम्बर पौडेलले बताए । उनले भने 'हामीले धेरै ठाउँमा भन्यौं तर कसैले पनि सुन्नु भएन, एक पटक हाम्रो क्षेत्रका सांसदलाई भन्नु पर्‍यो भनेर माननिय वीरबहादुर रानालाई भन्यौं, उहाँले हुन्छ म कतै पहल गर्छु भन्नुभयो ।' अहिले सांसद रानाले मोटर ल्याइदिएपछि भने हामीले सहजै पानी उपभोग गर्न पाएको उनको भनाई छ । 'पम्प र त्यसका लागि आवश्यक सामानहरू विग्रेपछि हामीले मर्मत सम्भार गर्न सकेका थिएँौं, अहिले मान्य ज्यूबाट सहयोग भएको छ खुसी छौं' खानेपानी उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष अर्जुन गैरेले भने । सांसद राना सहित

नेपाली कांग्रेस पाल्पा क्षेत्र नं २ (ख)का सचिव शंकर भण्डारी, सामजसेवी तथा व्यवसायी बसन्तमान सिमार्गौडा, पत्रकार महासंघ नवलपरासीका पूर्व अध्यक्ष टिकाराम गैरे, कांग्रेस नेता थानबहादुर मगर लगायतको पहलमा दर्लामडाँडामा पम्प जडान गरिएको हो । सांसद राना उनीहरूको सहकार्यमा काठमाडौँबाट पम्प मगाएर प्राविधिक टोलीसहित जडान गर्न दर्लामडाँडा पुगेका थिए । पम्प जडान स्थलमै पुगेका सांसद रानाले आफुले धेरै ठाउँमा पम्प जडानका लागि पहल गरे पनि तत्काल कतैबाट पनि सहयोग नभएपछि आफुले व्यक्तिगत र केही साथीहरूको सहयोगमा पम्प सहयोग गरेको बताए । उनले जनताको सुख, दुखमा आफु सधैं साथमा रहेको भन्दै अफठ्यारो पर्दा जति बेला पनि सम्पर्क गर्न आम नागरिकलाई आग्रह गरे । 'म राजनीतिमा लागेकै समाजसेवाको लागि

हो,' सांसद रानाले भने, 'मेरो सबै समय जनता र विकासको लागि खर्च गर्नेछु ।' राजनीति र समाजसेवा एकअर्काको परिपूरक भएको उनले बताए । उनी भन्छन्, 'म जनप्रतिनिधी बनेकै जनताको सेवाको लागि हो । जनताले चुनेर पठाएपछि मैले उहाँलाई परेको दुखमा टुलुटुलु हेरे बस्न मिल्दैन ।' 'मलाई सम्पत्ति धेरै भएर होइन, जनताले दिएको माया र साथलाई समर्थन गर्न चाहन्छु' सांसद राना भन्छन्, 'जनता मेरो पहिलो प्राथमिकता हुन्, मेरो कार्यकाल सबै जनताको भलाईमा नै बिताउनेछु ।' सांसदसँगै पम्प जडानमा पुगेका कांग्रेस युवा नेता शंकर भण्डारीले जनप्रतिनिधि हुनु पो यस्तो भन्दै सांसद रानाको प्रशंसा गरे । उनले जनताका हरेक समस्यामा सांसद रानाले देखाएको सक्रियता अन्य जनप्रतिनिधिहरूले पनि अनुसरण गर्न आवश्यक रहेको बताए । नेता भण्डारीले भने 'अरुले अभिनय गर्छन् कांग्रेस भने जनताको घर-घरमा पुगेर दुख:सुखमा अभियान चलाउन्छ ।'

सांसद रानाले पाल्पाका ग्रामीण क्षेत्रमा रहेका विपन्न नागरिकहरूको आवासका लागि जस्तापातादेखि आवश्यक लताकडा, खाद्यान्न जस्ता कुराहरूमा समेत व्यक्तिगत रूपमा सहयोग गर्दै आएका छन् । उनले सांसद र उर्जा जलस्रोत तथा सिचाई मन्त्री भएपछि २०३८ सालबाट शुरु भएर अलपत्र परेको कचल सिँचाई फाट आयोजनाको पूर्णता दिएका थिए । जसका कारण किसानको दैनिकी नै सुधारिएको छ । त्यस्तै, उनले पाल्पामा सिँचाई विस्तार र ग्रामीण सडकलाई बाह्रै महिना नियमित चल्ने गरी काम गर्दै आएका छन् ।

### अनलाइन माध्यमबाट भुक्तानी वा रकम स्थानान्तरण गर्दा सम्भव भएसम्म सार्वजनिक स्थानका निःशुल्क वाईफाई प्रयोग नगरौं ।

अनलाइन भुक्तानी गर्दा प्रयोग हुने ओटिपि/पासवर्ड अरुलाई शेयर नगरौं । सुरक्षित रूपमा वित्तीय कारोबार गरौं ।



नेपाल सरकार  
विज्ञापन बोर्ड

## पाल्पामा नारायणडाँडा क्रिकेट कप २०८० सुरु

पहिलो दिन एमआइ वि, सम्भना र राम्दी विजयी

पाल्पा, माघ ३/पाल्पाको बगनासकाली गाउँपालिका-१ चिलाड्डी खेलमैदानमा बुधबारदेखि खुल्ला नारायणडाँडा क्रिकेट (एनसीसी) कप २०८० सुरु भएको छ । नारायणडाँडा क्रिकेट क्लब तानसेन-१ को आयोजनामा 'स्वास्थ्यका लागि खेलकूद, राष्ट्रका लागि खेलकूद' भन्ने नाराका साथ एनसीसी कप सुरु भएको हो । क्रिकेट प्रतियोगिताको जिल्ला क्रिकेट संघ पाल्पाका उपाध्यक्ष शैलेन्द्र भट्टराईले ब्याटिङ गरेर प्रतियोगिताको सुरुआत गरे । भट्टराईले ब्याटिङ गर्दा बलिङमा तानसेन



नगरपालिका-१ का वडा अध्यक्ष सुनिल बस्याल, किपिङ गल्भसमा जिल्ला क्रिकेट संघ पाल्पाका सदस्य पूर्णराज शाक्य र फिल्डीङमा जेसीज पाल्पाका अध्यक्ष अर्जुन कार्कीले साथ दिए । (... बाँकी अन्तिम पेजमा)



# बाल बालिका

बाल कथा

सुश्रुतराज न्यौपाने

## तेजसको तेज



एकादेशमा एक जना शिक्षक पढाएर घर आउँदै थिए । घर आउँदा उनकी श्रीमतीले भनिन्- बुढो, मेरो पेटमा बच्चा छ । श्रीमती पेटमा बच्चा हुँदा शिक्षक खुसिले रमाए । श्रीमतीको पेटबाट बच्चा यो संसारमा भित्रिने दिन थियो । उनलाई हस्पिटल लगीयो । दुई घण्टापछि एउटा शिशु यो संसारमा आए । शिक्षक र उनकी श्रीमती खुसी साथ घर गए । बच्चाका लागि कपडा आवश्यक सरसामान पनि शिक्षकले किने । दुवैले उनको नाम तेजस राखे । समय बित्दै गयो । छिमेकमा पनि तेजस जस्तै धेरै साना बच्चा थिए । तेजस र साना बच्चाहरू बाहिर आँगनमा उभिएर मोबाइलमा मोटुपल्लु हेर्दै थिए । बुबा र आमाले तेजसलाई भित्र घरमा आउन भने । तेजस घरमा आउँदा आफ्नो आमालाई भने- मामु मलाई मोबाइलमा मोटुपल्लु हेर्न दिनुहोस् न । बालकले के भन्न चाहेको कुरा आमाले बुझिन् । आफ्नो मोबाइलमा मोटुपल्लु हेर्न दिइन् ।

बेलुकी बुबा घरमा आउँदा छोराले मोबाइलमा मोटुपल्लु हेरेको देखे । श्रीमतीलाई गाली पनि गरे । छोरालाई यो बिस दियो भने छोराले भविष्य के हुन्छ ? श्रीमतीले भनिन्- के चाहिँ हुन्छ र ? श्रीमान् रिसाए । बच्चातिर गएर मोबाइल खोसे । तर बाबाले तेजसलाई मोबाइलमा अंग्रेजीको पेपा पिग चाहिँ हेर्न दिए । त्यो पेपा पिग तेजसलाई मन परेन । उनी रुँदा रुँदा गरेर चुप पनि भएनन् । त्यसपछि पनि बुबाले मोटुपल्लु हेर्न दिएनन् तर बच्चालाई के थाहा ? उनको बुबाले उनकै अंग्रेजी भाषा राम्रो बनोस् भन्नका लागि भनेका थिए ।

धेरै दिन बित्यो र पेपा पिग तेजसलाई मन पर्न थाल्यो । त्यसपछि बुबाले उनलाई टिनेज अंग्रेजी भिडियो देखाउन थाले । त्यो पनि पहिला उनलाई मन परेन । केही बुझ्नेकै थिएनन् । केही समयपछि उनलाई धेरै मन पर्न थाल्यो । उनले आफ्नो बुबालाई धेरै माया गर्न थाले । तर आमाको पनि धेरै माया थियो ।

दुई वर्ष बित्यो । बुबाले उनलाई अंग्रेजी भिडियोको पनि लत छुटाए । अंग्रेजीको टाइपिङ सिकाउन थाले । यो काम गर्दा उनी गाह्रो भएर

**दुई वर्ष बित्यो । बुबाले उनलाई अंग्रेजी भिडियोको पनि लत छुटाए । अंग्रेजीको टाइपिङ सिकाउन थाले । यो काम गर्दा उनी गाह्रो भएर रोएका थिए । आँसु भरि भरि टाइप गरे । एक वर्षमा उनले छिटो छिटो टाइप गर्न थाले । उनको यो बानी पनि जस्ताको त्यस्तै रहिरह्यो । तेजसलाई बुबाले नेपाली पनि टाइप गर्न भने । उनलाई 'बकमान सपिवज सहअखद' टाइप गर्न दिए । उनले रुँदै टाइप गरे । एक दिन सबैभन्दा गाह्रो चिज सिकने उनको जिन्दगीको धोको थियो । उनले नेपाली टाइप पनि पार गरे । अन्त्यमा उनको बुबाले भने कि बाबु तिमिलाई सबै आउँछ एउटा कथा लेखेर छपाऊ । छोराले हुन्छ भने । उनले पत्रिकामा कथाहरू छपाए । तेजसले यो कुरा बुझे कि जब एउटा स्पेस रकेट उड्छ तब उसका पछाडीका भागहरू अलग हुँदै जान्छन् । रकेटले वायुमण्डल छोडेपछि एकछिनपछि एउटा भाग अलग हुन्छ । यसरी अन्य भागहरू पनि क्रमशः अलग हुँदै जान्छन् । स्पेसमा ल्यान्ड हुँदा स्पेसक्राफ्ट मात्रै बाँकी हुन्छ । जिन्दगीमा सफल हुन हरेक तह पार गर्दै जानु पर्छ । एक एक गर्दै त्याग गर्न पनि सिकनु पर्छ ।**

रोएका थिए । आँसु भरि भरि टाइप गरे । एक वर्षमा उनले छिटो छिटो टाइप गर्न थाले । उनको यो बानी पनि जस्ताको त्यस्तै रहिरह्यो । तेजसलाई बुबाले नेपाली पनि टाइप गर्न भने । उनलाई 'बकमान सपिवज सहअखद' टाइप गर्न दिए । उनले रुँदै टाइप गरे । एक दिन सबैभन्दा गाह्रो चिज सिकने उनको जिन्दगीको धोको थियो । उनले नेपाली टाइप पनि पार गरे ।

अन्त्यमा उनको बुबाले भने कि बाबु तिमिलाई सबै आउँछ एउटा कथा लेखेर छपाऊ । छोराले हुन्छ भने । उनले पत्रिकामा कथाहरू

-रातोपाटी डटकम

निबन्ध

नम्रता गुरागाई

## बचरा गुंडबाट उडेपछि...

मामु मलाइ त्यो टमस ट्रेन किन्दिनु न, हुन्छ ? किन्दिन्छ तर मसँगै बस् ल ! पहिलोदिन प्रीस्कूल गएको मेरो छोरालाई के भनेकी मात्र थिएँ, "अनि थुरो मान्छे हुनु पढेन त स्कूल गएर ?" भन्दै उतिखेरै नाजवाफ बनाएको थियो मलाइ । सायद सबै आमाले भन्ने एउटै कुरा "पढेपछि मात्र ठूलो मान्छे भइन्छ, एकछिन पढन आउ ल !" मैलेपनि उसलाई भनेकि थिएँ होला पढन बसाउने क्रममा । त्यो दिन चाहिँ स्कूल कतिको मन परायो भनेर उसलाई जाँचेकी मात्र थिएँ । प्रसंग त्यही थुरो हुने मान्छेको । उपनि हाइस्कूल सकेर कलेजका लागि घरबाट हिंडेपछि कहां शून्य भएन होला र ! न भान्साकोठा, न सुत्नेकोठा, न खेल्ने ठाउँ न त हिडने बाटो नै । हिजोसम्म कति कराएका ! एकछिन त शान्तले बस न ! भन्ने घर एकाएक खालीखाली लाग्यो । साँचै छोरालाई नभएको घरको शून्यताको मापन गर्ने डिग्री कस्तो होला हं ? दुइवर्ष अघि छोरी जाँदा कतिदिनसम्म खाना घाँटीमै अडिकिरहयो, हाँसो मुखमा अडिकिरहयो, बास्तबमा मेरा दैनिकी नै अडिकिरहे धेरैदिनसम्म । भाइ उभन्दा २ वर्षमात्र कान्छो भएकाले दुइ वर्षपछि फेरी यो दिन आउंछ भन्ने थाहा थियो तर आएको दिन फेरी उस्तै घरपनि खाली,मनपनि खाली भयो । मेरो काख खाली भयो । समग्रमा मेरो मनको सानो संसार नै खाली भयो ।

काखको बच्चा कतै छोडेको छ, लिन जानुपर्छ भनौ भने १८ वर्ष पुगेको छोरालाई उसको कलेजमा पुर्गाएर फर्केको धेरै भएको छैन, होइन भनौ भने मनमा चैनपनि छैन । घर रिक्तो भनौ भने छोराले बाहेक अरु सबै छन घरमा तर आँखा जुधाएर कसैसंग बोल्न सकेकीपनि छैन । अधिपछि ख्यालठड्या गर्ने हामी आमाछोरीपनि एकाएक रोकिँयो । मेरो चिन्ता केही कम हुन्छ कि भनेर होला सायद उसले "आज हामी सँगै सुत्ौ अनि भोली उठेर सँगै पार्क जाने है मामु" भनी । उठन सक्छौ र ? आजकै दिन त हो लामोसम्म सुत्न पाउने ! भोली त तिमी नि जानुपर्छ । पढेन तिमी सुत, म छिट्टै गएर आउंछु भने मैले, तर उसले मानिन । भोली बिहान सँगै पार्क जाने सर्तमा आमाछोरी सुत्ौ । सँगै सुत्ौ मात्र, गफ गरेनौ । छोरी गफ गर्न मलाइ कोट्याइरहेकी थिइ तर म बोल्न सकिरहेकी थिइन । नबोल्दा नबोल्दै सम्भ्रनामा आएका उनिहरूका बालसुलभ दिनहरू ममा सिनेमाको रिलजस्तै घुम्न थाले । मसंग बोल्न खोज्दाखोज्दै विचरा उ भुसुकै भइयो । ममा भने उनिहरूका अबोधपनाहरू एकाएक गरेर आँखा अगाडि नाचन थाले । वितेका दिनहरू सम्भ्रनासम्भ्रदै खै कतिखेर म निदाए, थाहै पाइन् । भोलिपल्ट बिहानै आँखा खुले । छोरी निदाइरहेकी थिइ । म सरकक उठे । केही वर्ष अगाडि नै घरका सबैजना दिनभरी बाहिर हुनाले को कहां छ भनेर हेर्न आ-आफ्नो फोनमा ३६० एन्लिकेसन डाउनलोड गरेका थियौ । फोन टिपेर त्यही एन्लिकेसन हेरे । छोराले जहाँ छोडेर आएका थिएँ हिजो त्यहि विल्डिङमा रहेछ । ओछ्यान सजिले भएछ क्यारे, सुतेछ मेरो बच्चा..... मनले भन्यो । एकलै मुसुकक हाँसे र चित्त बुझाएँ । मन दुक्क भएपछि पार्क जानलाई ठीकठाक परे । आफू तयार भएपछि छोरालाई उठाए । हामी तुरुन्तै निस्कियो । बाटाभरी गफ नआएकाले छोरी बेलाबेलै बोल्नलाई कर लाइरहन्थी । म हुन्छ भन्थे तर के बोल्ने शुरु गर्नु आएँ, मात्र शुनसान म हिँडेरहे । म नबोलेकाले अर्को हप्ता त भाइ आइहाल्छ नि मामु ! किन यस्तो पीर धेरै बस्छु, पढदिन भन्या भए के गर्नु हुन्थ्यो ? भन्दै मेरी बालख छोरीले मलाई सम्झाइ । मेरो सानो बच्चाले सम्झाउनु

परेकोमा मलाइ कताकता असजिलोपनि लाग्यो तर छोरालाई अगाडि सधै उस्तै बलियो कहां हुँदिरहेछ र आमा ! पार्कबाट फर्केपछि छोरालाईपनि कलेजमा पुर्न्याउनु थियो । चाँडै खाना बनाए । साथीहरूसंग मिलेर अपार्टमेण्टमा बस्ने, आफै पकाएर खाने भनेकीले खाना बनाउँदै उसको भान्सालाई चाहिने कुरा ठीक पारिदिँदै गए । खानेकुरा पाकिसकेपछि खाना पस्किए, मुखमा हाले पनि तर चाँटीबाट तल जान पटकै मानेन । हिजो छोरालाई आफू बसेको राज्यको पश्चिमतिर छोडेर आएकोले मेरा आँखापनि पश्चिमतिरै उचालिएछन । नराप्तासंग बसिएँ आँखा । सम्भ्रनाको भेल बाढी मनका गह्वरामा पस्यो, केहीबेरसम्म रोक्नै सकिन आफूलाई । एकछिनपछि तैले गर्दा सबैको भोक चौपट पारिस । पढन गएको हो तेरो छोराले आइहाल्छ नि भोली ! अब यसो नगर ! भनेर मेरो भित्रि मनले सम्झायो र थोरै निले । चाँडै धन्दा सकेर छोरालाई पुर्गाउन निस्कें । बाटाभरी गफ गरिएन मात्र आफैले हाँकेको गाडीको आवाज सुन्दै बाटो काटिरहे । हामी चाँडै नै अपार्टमेण्टमा राखिदिएर फर्किएँ । छोरालाईपनि छोडेर आएपछि त काहि नभएको शून्यता छायो । घर आउने मन लागेन तर कहां जाने र ? मलिन अनुहार लिएर घरभित्र छिरेँ । बुढाबुढीको दोहोरो गफपनि भएन । भोलीपल्ट अफिस जानु छ, आँखा पटकै जोडिएन, तैपनि निदाउन कोशिस गरे । खानेबेलामा धेरै दिन आँखा र मन उतै छोराछोरी भएतिरै पुगिरहे । अफिसमा हुँदापनि हेरेक कामपछिका ब्रेकमा मन घरी छोरी भएतिर उड्यो, घरी छोरो भएतिर । यस्तै मन उडने क्रममा फेरी एकपल्ट मेरो पहिलोपल्ट कलेज जानेबेलामा उडेर पुग्यो । म काठमाडौँमा दिदीसंग बसेर आइ. ए. पहिलो वर्ष पढन जानकालागि ठिकठाक पढेँ गर्दा आमाले "नजान नानी, यतै धरान, विराटनगरमा पढ, त पनि गए अब घरमा कोहीपनि हुँदैन" भनेको कुरा सम्झिएँ । आमाको मन कस्तो भएको थियो होला त्यतिबेला, अहिले बल्ल थाहा पाउँदछु । नपरी कहां चेतिते रहेछ र ! त्यो बेला म पनि त १६ वर्षे अल्लारे उमेरकी मान्छे, आमाको चिन्ता बुझ्ने नै कहां भइसकेकी थिएँ होला र ! छोरालाई उमेर सम्भ्रदा म आफ्नै अतितमा हराएछु एकछिन । सन्तानले घर छोडेपछि आफूमा भएको जांगरपनि उनिहरूसँगै जानेरहेछ कि क्या हो केही गर्न मन लाग्दैन त । विशेष गरेर आमालाई यो खान्छु र त्यो खान्छु भन्ने सानोमान्छे घरमा नहुँदा केही बनाउन जांगर नचल्ने, बनाएपनि खान मन नलाग्ने अथवा धेरै भए मेरा । अझै भइरहेका छन । आफ्नो खाना खाने बेलामा के खाए, मिठो भयो कि भएन भन्ने लागिरहन्छ । अरु आमाका त छोराछोरी नै बाहिर नगएजस्तो लाग्छ । गनगन गरिरहन मन लाग्छ, हैन के भाको ? कहिलेसम्म मैले यस्तो गर्ने, म अब परिवर्तन हुनुपर्छ भन्छु एउटा मनले तर अर्को मनले दिँदैन । उनिहरू गएको २ महिनापछिदेखि चाहिँ छोरोछोरीलाई आफ्नो वेगमा उडन नदिएँ भोली उनिहरू कसरी बलिया होलान र ! मैले यो के गरिरहेछु, आफूलाई परिवर्तन गर्नुपर्छ अब भनेर बिस्तारै अलिक फरक हुन थाले । उनिहरूलाई धर्तीमा ल्याउनु अधिको मेरो जीवन र समयलाई सम्भ्रन थाले । खाइराखेको जागिर राजिनामा दिएर केही वर्षेदेखि हाप्पो एक्लाएकलै बाँचेको समयको मिलन गराउन मैले घर छोडेको सम्झिएँ । मायाको एउटा प्यासीले घर छोडेपछि अरु धेरै मायाहरू छोडेको सम्झिएँ, जुन आफ्नोको माया, गाउँघरको माया, समाजको माया, समग्रमा सिंगो देशको माया भएर बेलाबेलै दुख्न थालेको सम्झिएँ । त्यो दुखाइलाई कम गर्न मैले आफैले केही गर्नुपर्छ भनेर आफू घोटिएको कुरा सम्भ्रन र चित्त बुझाउन थाले । विगत सम्भ्रने क्रममा म

आमा भएको सम्भ्रन । कहिल्यै नसम्भ्रलेका जिम्मेवारी आएका थिएँ म माथि, जुन गर्दिन भनेर पन्छिन भिन्दैगथे । अधिसम्म देखेका सपनाहरूका विपना अर्कै अर्कै भएर आए । मेरो व्यस्तताको घडी भित्ते घडी अनुसार चल छोड्यो । ओ..हो.. सपना देख्नु र विपना भोग्नुमा कति धेरै अन्तर हुनेरहेछ हामी ! ति दिनका व्यस्तताहरूले रमाउन सिकाए मलाइ । मेरो जीवनको अर्को पाटोको सिकाइले सिसु कक्षाबाट विश्वविद्यालयसम्मै पुर्न्यायो मलाइ । आफूले मेहनतले भाग्य कसै आएको मलाइ अब आफूभन्दा सानाको हातमा भाग्य कोर्न सिकाउनु लर्तरो कुरा कहां थियो र ! तर जानेर या नजानेर अलिअलि कोर्न सिकाए । सानाहरूले प्राइमेरी स्कूलका प्रविधिका कुरा गर्दा, प्रोजेक्टका कुरा गर्दा शुरुशुरुमा त भ्रमिन्छथे, जुन कुरा मैले विश्वविद्यालयमा पुगेपछिमात्र थाहा पाएकी थिएँ । समस्याको जरासम्म पुगेर बुझ्नका लागि म पनि उनिहरूले गरेका प्रोजेक्टहरू हेर्ने । उनिहरूलाई सिकाउने र आफूले उनिहरूबाट सिकने क्रममा मैले १७ वर्षसम्म पढेर पाएको प्रमाणपत्रहरू नहेरी बस्नपनि कहां सक्थे र ! दुसरी परेकी भनेर फुसदमा तिनलाई खोलेर हेर्ने र उसैगरी पढ्याएर राख्थे । अर्कै ठाउँ, रहनसहन र बुझाइको आपट्टेको जंगल मैले पढेर आर्जन गरेको ज्ञानभन्दा फरक थियो तर हार मानिन् । छोराछोरीसँगै मपनि पढ्दै गए, बढ्दै गए । उनिहरूपनि कक्षा चढ्दै गए । साथिभाइका छोराछोरीले विद्यालयको पढाइ सकेर विश्व विद्यालयका लागि घर छोडे रे भन्दा यिनहरूले पनि मेरो गुड एकदिन छोडछन् भन्ने त थाहा थियो तर थाहा हुनु र साँचै छोडेको दिनको सामना गर्नु विल्कुलै फरक कुरा रहेछन् । घर शून्य हुँदाका शुरुशुरुका दिनहरू धेरै कठिन भए मलाइ । श्रीमानजी सँगै हुँदापनि कसका लागि छिटो घर आउनेहोला र ! घरमा को छ र मीठो पकाउनु होला ! जस्तो लाग्न थाल्यो । अफिसका सहकर्मीहरूसंग कुरा हुँदा छोराछोरीको अनुपस्थिति नै मेरो कुराको विषय हुन्थ्यो । कुरा गर्दा गर्दै मेरो अनुहारको रंग बदलिन्थ्यो, बोल्ने ढंग बदलिन्थ्यो । म बदलिएको देखेर होला एकदिन तीनओटा नातीनातिनाकी धनी मेरीले "अब पहिला गर्न नपाएका कामहरू गर न ! के चिन्ता लिएर बसेकी, हाप्पामा छिन नि घर छोडेर गएका छोराछोरी !" भनी । "माया कम हुँदैन, फन पर गयो फन धेरै लाग्ने रहेछ । फोनमा कुरा हुँदा के के भएको छ सबै कुरा सुनाउछन मेरा छोराछोरीले मलाइ", ७ वटा छोराछोरीकी आमा एप्रिलले भनी । उनिहरूका कुरा सुनिसकेपछि यिनहरूले भनेको ठीक हो त ? के अब मपनि यसै गर्न सक्छु त ? प्रश्नहरूले घेरा हाले मलाई । बिस्तारै आफूले आफैलाई सम्झाउँदै गए । छोराछोरी हाइ स्कूल जान थालेदेखि सबैरै उठन परेकाले उनिहरू घरबाट हिंडेपछि अफिसको काम बाहेक कि त लेखपढ गर्थे कि त पार्कतिर जान्थे, त्योपनि मुड चलेमा । हिडनलाई सधै जांगरपनि नआउने । कहिलेकाहि त छिमेकी बैनीहरूलाई उचालेर लिएर हिड्थे तर उनिहरूका साना नानीहरू भएकाले सधै हिडनपनि सम्भव नहुने । बुढालाई भलिबल खेल्दै एक्सरसाइज पुगिसक्यो, घरमा आएपछि के जाउ भन्नु र ! कहिलेकाहि त मलाइमात्र किन हिडन पर्यो भन्या जस्तो लाग्थ्यो र निच मारेर बस्थे । केही दिनपछि हिडने क्रम छुट्यो । छुटेपछि फेरी आफै गनगन गर्थे थाल्यो यता दुख्यो र उता दुख्यो भनेर । हरेक नयाँ वर्षमा रूटिन बनायो केही समय त्यसैमा लागि पर्यौँ अनि छोड्यो, यस्ता काम धेरै भए मेरा । हो, यही निरन्तरता दिन नसकेको काम अब गर्छु भनेर कसिएँ ।

-समकालीन साहित्य डटकम

# लुम्बिनी प्रदेश : संसदीय समिति चयनमा अलमल



काठमाडौं, माघ ३/लुम्बिनी प्रदेशसभामा संसदीय समिति चयनमा अलमल देखिएको छ । सरकारमा रहेका दलहरूबिच भागबण्डा नभएकाले समिति चयनमा अलमल देखिएको हो ।

समितिको निर्वाचन नहुँदा लामो समयसम्म संसद् संसदीय समिति विहीन बनेको छ । यस अघि पुस १७ गते समितिको निर्वाचन मिति तोकिए पनि स्थगित हुन पुगेको थियो । सरकारमा रहेका साना दलहरूले संसदीय समितिको सभापति दाबी गरेपछि निर्वाचनमा ढिलाइ भएको स्रोतको भनाई छ । सरकारमा रहेका साना दलहरूले चार वटा समितिको सभापति आफूहरूले पाउनु पर्ने अडानमा छन् । यसअघि कांग्रेसले दुई, प्रतिपक्ष एमालेले २, माओवादीले १ र राष्ट्रिय जनमोर्चाले एउटा समितिको सभापति पाउने गरी दलहरूको सहमति थियो । तर सरकारमा रहेका अन्य साना दलहरूले पनि समितिको नेतृत्व पाउनु

पर्ने अडान लिएपछि नेतृत्व चयनमा सकस देखिएको छ । सरकारमा पनि धेरै मन्त्रालय ठूला दलहरूले नै लिने अनि संसदीय समितिको नेतृत्व चयनमा पनि आफूहरूलाई उपेक्षा गर्न खोजिएको भन्दै साना दलहरूले चार वटा समितिको नेतृत्वमा दाबी गर्दै आएका छन् । चुनावका लागि पुस १६ गते उम्मेदवारी दर्ताको मिति तय गरिएको थियो तर उम्मेदवारी दर्ताको अधिल्लो दिन साना दलहरूले समितिको नेतृत्व पाउनु पर्ने नयाँ माग राखेपछि हाललाई चुनाव रोकिएको छ । मन्त्री नियुक्तिमा आलोचित बनेका मुख्यमन्त्री चौधरीले सभापति चयनमा आफू थप विवादमा आउन सक्ने त्रासदीमा रहेकाले पनि संसदीय समितिको निर्वाचन गराउन आनाकानी गरेको केही सांसदहरूको आरोप छ । अहिले सम्म पनि संसदीय समिति नबन्दा प्रदेश तथा सरकारको कामकारबाही मनमौजी रूपमा चलिरहेको प्रतिपक्ष एमालेको आरोप छ । उसले

सरकारले गरेका कामकारबाही निगरानी कसैले नगरोस् भनेर नियतवस् रूपमा यस्ता समिति निर्माणमा ढिलाइ गरिएको दाबी समेत गरेको छ । सरकार तथा संसद्को कामकारबाहीको निगरानीका लागि मात्रै हैन, कानून निर्माण तथा सन्दर्भमा पनि यस्ता समितिहरू महत्वपूर्ण हुन्छन् ।

प्रदेशसभा निर्वाचन भएको एक वर्षभन्दा बढी भइसके पनि संसदीय समिति अझै नेतृत्वविहीन छन् । यहाँ अर्थ, उद्योग तथा पर्यटन समिति, प्रदेश मामिला तथा कानून, सार्वजनिक लेखा, भौतिक पूर्वाधार तथा विकास, सामाजिक विकास र कृषि वन तथा वातावरण आउन सक्ने त्रासदीमा रहेकाले पनि संसदीय समितिको निर्वाचन गराउन आनाकानी गरेको केही सांसदहरूको आरोप छ । अहिले सम्म पनि संसदीय समिति नबन्दा प्रदेश तथा सरकारको कामकारबाही मनमौजी रूपमा चलिरहेको प्रतिपक्ष एमालेको आरोप छ । उसले

## पाल्पामा नारायणडाँडा क्रिकेट...

...प्रतियोगिताको उद्घाटन शत्रुलाई सम्बोधन गर्दै प्रमुख अतिथि तथा पाल्पा उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष समेत रहेका भट्टराईले प्रतियोगिताले राष्ट्रियस्तरका खेलाडी उत्पादनमा महत्वपूर्ण टेवा पुग्ने विश्वास व्यक्त गरे । उनले क्रिकेट संघले गर्नुपर्ने काम क्लवले गरेकोमा खुसी व्यक्त गर्दै आगामी दिनमा समेत खेल प्रतियोगितालाई निरन्तरता दिनुपर्नेमा जोड दिए । अध्यक्ष भट्टराईले जिल्ला

क्रिकेट संघले स्थानीयस्तरका खेलाडीहरूको क्षमता वृद्धि गरी राष्ट्रियस्तरका खेलका लागि खेलाडी उत्पादनमा ध्यान दिने गरी योजना बनाएको बताए । उनले आगामी महत्वपूर्ण टेवा पुग्ने विश्वास व्यक्त गरे । खेल क्षेत्रको विकासमा तीनै तहका सरकारले पनि ध्यान दिनुपर्ने अध्यक्ष भट्टराईले बताए । खेल प्रतियोगिताका संयोजक नवराज बस्यालले राष्ट्रिय खेलका रूपमा रहेको क्रिकेटमा खेलाडीहरूको आकर्षण बढाउनुको साथै खेल क्षेत्रलाई चलायमान बनाउन प्रतियोगिता गरिएको बताए । उनले गाउँ-गाउँमा थुप्रै खेलाडीहरू रहेकाले उनीहरूलाई क्रिकेटसँग जोड्न प्रतियोगिता महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने विश्वास व्यक्त गरे ।

उद्घाटन खेलमा एमआइ वि तानसेन र पाल्पाली क्रिकेट प्लेयर (पीसिपी) बिच प्रतिस्पर्धा भएको थियो । जसमा एमआइ वि तानसेन विजयी भएको छ । दोस्रो खेल बराड्डी क्रिकेट

क्लव र सम्फना युवा क्लव अर्गेली बिच खेल भएकोमा सम्फना युवा क्लव विजयी भएको छ । यस्तै तेस्रो खेलमा मदनपोखरा क्रिकेट क्लव र राम्दी क्रिकेट बिच प्रतिस्पर्धा हुँदा राम्दी क्लव विजयी भएको छ । प्रतियोगिता माघ ६ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ । खेलमा १५ टिमको सहभागीता रहेको क्लवले जनाएको छ ।

प्रतियोगितामा प्रथम हुनेलाई नगद २० हजार, कप, मेडल र प्रमाणपत्र, द्वितीय हुनेलाई १० हजार, कप, मेडल र प्रमाण पत्र प्रदान गरिने छ । यस्तै प्रतियोगितामा म्यान अफ द टुर्नामेन्टलाई सिल्ड र प्रमाणपत्र, बेस्ट ब्याट्समेनलाई सिल्ड, प्रमाणपत्र, बेस्ट बलरलाई सिल्ड, प्रमाणपत्र र म्यान अफ द म्याचलाई मेडल प्रदान गरिने क्लवले जनाएको छ ।

प्रतियोगिताको उद्घाटन शत्रु क्लवका अध्यक्ष विक्रम घिमिरेको अध्यक्षता, खेल संयोजक नवराज बस्यालको स्वागत, रविन गैरेको सञ्चालनमा कार्यक्रम भएको थियो ।

**वर्गिकृत डिस्प्ले**

**१ X ५ साइजमा मात्र**

**वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस् ।**

सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

## खेलकुद समाचार

### कर्णाली प्रदेशद्वारा लुम्बिनी पराजित



काठमाडौं, माघ ३/प्रधानमन्त्री कप एकदिवसीय पुरुष राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगिताको बुधबारको खेलमा कर्णाली प्रदेशले लुम्बिनी प्रदेशलाई ६० रनले हराएको छ । जारी प्रतियोगितामा तेस्रो खेल खेलेको कर्णाली प्रदेशले हासिल गरेको यो दोस्रो जित हो ।

कर्णाली प्रदेश यसअघि एक खेलमा विजयी र एक खेलमा पराजित भएको थियो । लुम्बिनी प्रदेशको भने जारी प्रतियोगितामा यो दोस्रो हार हो । लुम्बिनी प्रदेश यसअघि एक खेलमा विजयी र एक खेलमा पराजित भएको थियो । सिद्धार्थनगर रंगशालामा टस हारी पहिले ब्याटिङको निम्तो पाएको कर्णाली प्रदेशले निर्धारित ४५ ओभरमा नौ विकेट गुमाएर एक सय ८४ रन बनाएको थियो । जवाफी ब्याटिङमा ओर्लिएको लुम्बिनी प्रदेशले भने ४१.२ ओभरमा अलआउट हुनुअघि एक सय २४ रनमात्र बनाउन सक्यो । लुम्बिनी प्रदेशका लागि कृष्ण कार्कीले सर्वाधिक ४७ रन बनाए । सातौं नम्बरमा क्रिज समाल्न आएका कृष्णले ७७ बलको सामना गरी एक छक्का र तीन चौका पनि हिकार्एका थिए । ओपनर ब्याट्सम्यान मुनाल गुरुङले पनि २२ रन बनाएका थिए । लुम्बिनी प्रदेशका अन्य ब्याट्सम्यानले भने गतिलो प्रदर्शन गर्न सकेनन् । मोहम्मद हुसैन १० रनमा पेभेलियन फर्किए । ओपनर सम्राट भुसाल आठ रनमै आउट भएका थिए । टोलीको खातामा निर्मल गुरुङले पनि १० रन थपे । अभिषेक गौतमले नौ रन बनाए । लुम्बिनी प्रदेशले अतिरिक्त रूपमा पनि १५ रन पाएको थियो । कर्णाली प्रदेशका बलर दिनेश अधिकारीले तीन विकेट लिए । अनुज चनरा र दीपेन्द्र रावतले पनि दुई-दुई विकेट हात पारे । दिवान पुनले पनि एक विकेट लिए । त्यसअघि कर्णाली प्रदेशका माथिल्लो क्रमका ब्याट्सम्यान लामो समय क्रिजमा टिक्न सकेका थिएनन् । तल्लोक्रमका ब्याट्सम्यानले सुधारिएको प्रदर्शन गरेपछि कर्णाली प्रदेशले राहत अनुभव गरेको थियो । कर्णालीका लागि नवौं नम्बरमा क्रिज समाल्न आएका दीनेश अधिकारीले अर्धशतकीय पाली खेले । उनले टोलीका लागि अविजित ५६ रनको योगदान गरे । टोली अफ्टयारो अवस्थामा रहेँदा उनले केवल ५९ बलको सामना गरी दुई छक्का र ६ चौका पनि हिकार्एका थिए । दीपेन्द्र रावतले पनि टोलीका लागि ४७ रनको योगदान गरे । सातौं नम्बरमा क्रिज समाल्न आएका उनले ६९ बलको सामना गरी एक छक्का र तीन चौका पनि हिकार्ए । चौथो नम्बरका ब्याट्सम्यान हिमांशु शाहीले पनि टोलीको खातामा २५ रन थपेका थिए । उनले ४२ बलको सामना गरी पाँच चौका प्रहार गरे । कप्तानसमेत रहेका ओपनर ब्याट्सम्यान रविन्द्र शाही भने ११ रन बनाउँदै आउट भएका थिए ।

## अर्थ/कर्पोरेट समाचार

### नेप्सेमा दोहोरो अंकको गिरावट



पाल्पा, माघ ३/तीव्र उतारचढावका बीच नेपाल स्टक एक्सचेञ्ज (नेप्से) परिसूचकमा दोहोरो अंकको गिरावट देखिएको छ । बुधबार नेप्से परिसूचक १२ दशमलव १० अंकले घटेर दुई हजार एक सय ६३ दशमलव ०६ विन्दुमा कायम भएको हो ।

तीन सय कम्पनीको तीन करोड ३५ लाख २५ हजार सात सय दुई कित्ता शेयर दुई लाख १० हजार चार सय ७१ पटक खरिदविक्री हुँदा रू नौ अर्ब ७६ करोड ८९ लाख ६९ हजार आठ सय ६८ बराबरको कारोबार भएको छ । बैकिङ समूह शून्य दशमलव ४०, विकाश बैंक शून्य दशमलव १९, लघुवित्त शून्य दशमलव २८ र अन्य समूह एक दशमलव ९४ प्रतिशतले बढेको छ भने अरु सबै समूहको उपसूचक घटेको छ ।

सबैभन्दा धेरै वित्त समूह तीन दशमलव ५१ र जलविद्युत समूह दुई दशमलव ८० प्रतिशतले घटेको छ । ग्लोबल आईएमइ लघुवित्त वित्तीय संस्था लिमिटेड र नेपाल वेयर हाउसिङ लिमिटेडको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ भने इस्टर्न हाइड्रोपावर लिमिटेड र भूगोल इनर्जी डेभलपमेन्ट कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्यमा नकारात्मक सर्किट लागेको छ । कारोबार रकमका आधारमा सबैभन्दा धेरै हिमालयन रिइन्स्योरेन्स लिमिटेडको रू ६५ करोड ८४ लाख ९० हजार दुई सय ८५ बराबरको कारोबार भएको छ । कारोबार भएका शेयर संख्याका आधारमा भने सबैभन्दा धेरै एनआईबिएल ग्रोथ फन्डको १५ लाख २७ हजार नौ सय ५० कित्ता शेयर कारोबार भएको छ ।

**मनको आवाज.....**

**'नाम पनि युनिक, काम पनि युनिक'**

**यूनिक एफ.एम. ९४.३ मेगाहर्ज**

**विज्ञापनको लागि सम्पर्क :**

**यूनिक शोसियल कम्युनिकेशन प्रा.लि.**

**तानसेन, पाल्पा**

**०७५-५२१४६८, ५२१४६६**

**E-mail**

**news.uniquefm@gmail.com**

**www.uniquefm942.com**

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि [www.shitalpati.com](http://www.shitalpati.com) क्लिक गर्नुहोस् ।

**जन्चेतना** दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट

**शितलपाटी** .कम

[www.shitalpati.com](http://www.shitalpati.com) डिजिटल पत्रिका