; d[4sf];]fxs

प्रदेश टुडे

www.epradeshtoday.com /fli6«o b}lgs

jif{$ c+s !&# @)&* c;f]h @ ut]zlgaf/ (18 Sept.-2021, Saturday) Pradesh Today National Daily lh=k|=sf=bf=, b=g=+&&÷)&$÷)&% k[7 $ d'No ¿= #÷–

जर्मन टेक्नोलोजीबाट उत्पादित UPVC को झ्याल, ढोकाको कम्पनी अब तपाईको सहरमा
भवन संसार | UPVC
मेटेरियल्स इण्डष्ट्रिज प्रा.लि.
घोराही उपमहानगरपालिका-१४ कपासी बगिया, दाङ
हामीकहाँ UPVC को झ्याल, ढोकाका साथै Wall Decoration, पार्टेशन, सिलिङ, फ्लोरिङ डेकोरेशन, UPVC जस्ता पाता र छड, सिमेन्टका साथै घर बनाउँदा आवश्यक पर्ने सामाग्री सूपथ मूल्यमा पाइन्छ ।
सुरेश बस्नेत (प्रिसिडेन्ट) मो.९८१०१०२२६६
विकास बुढाथोकी (जनरल म्यानेजर) मो.९८५७८६०५९६

;'wfl/b}ufpFsf] :jf:Yo ;]jf

jly{ª ;]G6/ tfdeflsf ;fy ;~rfngdf cfPklg ef]nsf lbgdf hgzlQmsf]cefj, pkrf/ ;fdul| cefjnufotsf sf/0f b}vfpF};]jf /f]sG5 ls eGg]df z+sf nfU5 .

hLt ;fu/ hL=Pd=

तुलसीपुर, १ असोज । th;Lk/–\$ sL \$% jlif{o sdnf kl/of/ laut lbgdf ;Ts]L ;]jf lnbf ef]gk/]sf] ;f:tL cem} सम्भीरहन्छिन् । उनलाई लाग्छ, ca cfk\mh:t}5f]Laxf/Ln];Ts]L ;]jfsf nflu ;f:tL ef]g' नपरोस् । 'अहिलेसम्म सुत्केरी हुन् ls th;Lk/ kÚgkYof{ ls 3/d} ;Ts]L xÚgkYof[pgn]elgg\ …xfdf] kfnfdf t clwsf+z lbbLalxgL 3/d} ;Ts]L xÚy] cadfq}c:ktfndf ;Ts]L ;]jf लिने व्यवस्था शुरू भएको छ ।' 5f]L axf/Ln]klg ;Ts]L ;]jf lngsf nflu th;Lk/ ahf/ kÚgk/]sf] xF sg} ;do lgs} समस्या भएको उनले बताईन् ।

…;Ts]L ;]jf lng th;Lk/ kÚbf slxn]sflxF d:of g}xÚof] pgn]elgg\ …ca To:tf] ;f:tL भोग्नु नपरोस् ।' हलवार स्वास्थ्य rf}sLsf] gofF ejgaf6 ;Ts]/L ;]jf tyf jly{ª ;]G6/ zef/De गरिएपछि उनी पनि खुशी छन् । …xfdf] lbg t uP t/ 5f]L, gfltgLsf lbgdf of] ;]jf lng तुलसीपुर पुग्नेपर्ने बाध्यता हट्यो ।' pgn]elgg\ …clxn]ca :jf:Yo rf}sLd} ;Ts]L ;]jf z'¿ ul/Psf]df xfdL vz]L 5f}F of] खुशीले निरन्तरता पाइराखोस् ।'

dflyNnf] xnjf/sf &! jlif{o sdfgaxfb'/ jnL klg xnjf/d}jly{ª ;]G6/ ;~rfngdf आएपछि खुशी छन् । 'अबका दिनमा ;Ts]L ;dod}xÚg gkfpFbf 5f]L axf/Ln] d[o'j/0f ug{kg{ lbg cfpg] 5g\ pgn]eg} …xnjf/ :jf:Yo rf}sLd};Ts]L ;]jf z'¿ ePsf] /x]5, o;n] lg/Gt/tf पाइराखोस् ।' हलवारकै देवीसरा घर्ती kÚgnf0{eg]:jf:Yo rf}sLdf z'¿ xÚg nfu]sf];Ts]L ;]jfn]lg/Gt/tf पाउनेमा शंका छ ।

…jly{ª ;]G6/ tfdeflsf ;fy ;~rfngdf cfPklg ef]nsf lbgdf hgzlQmsf]cefj, pkrf/ ;fdul| cefjnufotsf sf/0f b}vfpF} ;]jf /f]sG5 ls eGg]df z+sf nfU5\ pgn]elgg\ …;]jfn] lg/Gt/tf kfPkl5 t xfdLh:tf lbbLalxgLnf0{ ;Ts]L ;]jf lng th;Lk/df kÚgkg{ afWotf x6g]छ ।'

th;Lk/ pkdxfgu/kflnsf j8f gDa/ \$ xnjf/df /x]sf] :jf:Yo rf}sLn]gofF ejgaf6 ;]jf lbg zef/De u/];F}jly{ª ;]G6/ पनि सञ्चालनमा आएको छ । ;fljs xnjf/ uflj; / cf;kf;sf gful/snfO{ ;]jf lbO/x]sf]xnjf/ :jf:Yo rf}sLn] gofF ejgaf6 ;]jf lbg z'¿ u/];F} jly{ª ;]G6/ klg ;~rfngdf ल्याएको छ । वर्थिङ सेन्टरमा एसबिए tflnd k|fKt gl;{ª :6fk;lxt दुईजनाले सेवा दिनेछन् । यसअघि jly{ª ;]jf ejg cefjdf z'¿ हुन सकेको थिएन् । स्वास्थ्य चौकीको ejg lgdf{0fkZrft\ ;Ts]L ;]jf दिन थालिएको हो ।

sl/a @ s/f]8 \$% nfvsf] nfutdf lgdf{0f ul/Psf] ;ljwf ;DkGg ejgsf]zÚmaf/ th;Lk/ pkdxfgu/kflnsfsf gu/kd'v 3gZofd kf08]n]pb\3f6g u/]sf थिए । भवनको उद्घाटन गर्दै gu/kd'v kf08]n] ;ljwf ;DkGg gofF ejgaf6 ;]jf cf/De eP;F}:jf:Yo rf}sLn]pkrf/ सेवा प्रभावकारी बनाउने बताए । gful/s :j:y ePdfq} ;d[4 gkfnsf]kl/sNkgf ug{ ;lsg] ePsfn] gu/n] :jf:y pkrf/ ;]jfnfO{ kf]fjsf/L agfpFb}n}hfg] बताए ।

gu/n] xnjf/ :jf:Yo rf}sLnfO{ Pp6f PDafn]; klg हस्तान्तरण गरेको छ । नगरप्रमुख kf08]h] PDafn];n] ;Ts]L, czQm, afnaflnsf tyf h]7 gful/snfO{:jf:Yo pkrf/ lng सहजता प्रदान गर्ने बताए । त्यस cj;/df :jf:Yo rf}sLsf]ejg lgdf{0fsf nflu hUufbfg ug]{ hUufbftf ;Gb/ /f]sf, tf/f /f]sf, jL/axfb'/ /f]sf / ljiI0f' v8\sfnfO{ सम्मान गरिएको छ । वडा नम्बर \$ sf j8f cWoIf tyf ejg lgdf{0f ;ldltsf ;+of]hs afns[0f /f0ffsf]cWoIftf tyf gu/kd'v kf08]sf] kd'v cfltYotfdf ejg pb\3f6g कार्यक्रम गरिएको हो ।

:yfgLo ;/sf/sf]kxndf ;3Lo ;/sf/af6 k|fKt ah]6n] @) sf]/fsf] :jf:Yo rf}sLsf] भवन निर्माण भएको हो । नयाँ ejgaf6 k|;'lt u[x;d]t ;~rfngdf cfPkl5 ;Ts]L xÚgsf nflu th;Lk/ kÚgkg] बाध्यता हटेको छ ।

pb\3f6g sfo{qmddf th;Lk/ pkdxfgu/sf pkkd'v dfof cfrfo{ gu/ kl|jQmf ;'b{axfb'/ 8fFuL, j8f gDa/ ^ sf gj/fh nfld5fg]ufotn] gjlgld{t ejgaf6 ;]jf zef/De;F}la/fdLnfO{:jf:Yo उपचारमा सहजता ल्याउने बताए । sfo{qmddf uflbj/f ;fdbflos jgsf cWoIf 7fs'/ a~hf8] 7'hfrf} 6f]n ljsf; ;+yfsf cWoIf kmg]› e§/fO{ dlxnf :jf:Yo :jod\;]jsf lxdfb]jL yfkfn] PDafn]; ;]jfsf] nflu सडक सुधार गर्नुपर्ने बताए । sfo{qmdsf];xhLs/0f /]8of]xfd[] kxFsf :6]zg Dofg]h/ a;Gt पौडेलले गरेका थिए ।

ljkb\gLlt kfyldstfdf kg{5{

kbd 68]

तुलसीपुर, १ असोज । सुरक्षा / ljsf; ;+Mo0fsf nflu ljkb\ नीति अपरिहार्य देखिएको छ । तल्लो tx;Dd ljkb\gLlt ;+yfut ug{ ;sd}f ljkb\Joj:yfkgdf ;d]t ;xh xÚg] :yfgLo ;/f]sf/– वालाहरूले बताएका छन् । pgLx¿n]ljkb\gLlt kfyldstfdf पर्नुपर्ने बताए ।

:yfgLo ;/sf/n] ljkb\ k'j{tof/L u/L of]hgfa4 gLlt agfPdf ljkb\cfPklg ;xh¿kdf Joj:yfkg ug{ ;lsg] ePklg To;tkm{rf;f]gePsf]pgLx¿n] बताएका छन् । विपद्को विषयले ;a}lf]qdf kfyldstf kfpgkg]{ cfjZos /x]sf] ;/f]sf/jfnfx¿n] बताएका छन् ।

ljkb\sf]Joj:yfkgsf nflu ;/sf/sf]gLltut Joj:yf xÚgkg]{ ePklg wf/}}:yfgLo tx / kbd ;/sf/df of]gLlt kfyldstfdf gk/]sf]ugf;f]; /f]sf/jfnfx¿sf] छ । विकासलाई मात्रै महत्वपूर्ण dfGg] t/ ljkbnfO{ Wofg glbbf ljkb\sf] ;d:ofx¿ ef]u/x]sf] cj:yfdf th;Lk/df ljkb\ नीतिको भने चर्चा बढेको छ ।

ljkbnfO{cGo kflnsfx¿n] rf;f]glbPsf]eP klg th;Lk/df eg]o;sf]gLlt / sfo{d~rg सुरू गरिएको छ । तुलसीपुरमा विपद् hf]lvd GofËLs/0f tyf :yfgLo sfo{d~r cledVLs/0fsf] cfof]hgf u/L ljkb\gLltsf] ljifodf ;/f]sf/jfnfx¿nfO{ जानकारी गराइएको छ । pkdxfgu/kflnsfsf] cfof]hgf tyf oP;Pcf08Lsf]tof/ gkfnsf] सहकार्यमा कार्यक्रम गरिएको हो ।

ljkb\sf hfgsf/ ;'b{yfkfn] ljkb\sf]gLlt dxTjk"0f{xÚg]ePklg ljkb\ hf]lvd GofËLs/0f tyf Joj:yfkg ug{agsf]Pgn];lqmo eO{sfम नगरेको बताए । जोखिम GofËLs/0f /fli6«o sfo{d~rsf] ;lrjfnosf]eldsf kf;fk k'j{tof/L ;~hfn /x]sf] / To;n] hf]lvd lgoGq0f ug{ ;dGjo, ;xsfo{ ;fem]bf/L ub{] cfPsf] ePklg :yfgLo:t/df To;sf] ;xL ¿kdf अभ्यास हुन नसकेको उनले बताए । gu/kd'v 3gZofd kf08]n]ljkb\hf]lvd GofËLs/0fsf nflu pkdxfgu/kflnsfn]b3{sflng /0fgLlt agfP/ लक्ष्य निर्धारण गरेको बताए ।

ljkbn]cy{Gqdf 7"n]k|efj kfg{xF o;sf]k'j{tof/Lsf] ;b} खाँचो रहेको बताए । तुलसीपुर pkdxfgu/kflnsf ljkb\ Joj:yfkg ;ldltsf ;+of]hs gj/fh nfld5fg]sf] cWoIftfdf ePsf]sfo{qmddf th;Lk/ gu/n] tof/ u/]sf]:yfgLo sfo{d~rsf] ;~rfng dfu{bz{g @)&& k|t't गरिएको थियो । नगरका प्रवक्ता ;'b{axfb'/ 8fFuLsf]:jfut dGtAo /x]sf]sfo{qmdsf];xhLs/0f ljkb\ Joj:yfkg zfvf kd'v 6]kaxfb'/ डाँगीले गरेका थिए ।

>Lufpd]f lel8of]PS;/];]jf

kbd 68]

श्रीगाउँ, १ असोज । श्रीगाउँ k|fyldS :jf:Yo s]Gb|df zÚmaf/b]v lel8of]PS;/];]jf सुरू गरेको छ । दाङको दंगीशरण ufpFkflnsfcGtu{t j8f g+^ df cjl:yt k|fyldS :jf:Yo s]G› >Lufpd]f lel8of]PS;/];]jfsf] शुभारम्भ गरेको हो ।

PS;/] ;]jfsf] bt+Lz/0f ufpFkflnsfsf cWoIf eflu/fd rf}w/Ln]PS;/]sf]pb\3f6g u/]sf हुन् । अध्यक्ष चौधरीले पहिलो पटक klZrd If]qdf lel8of]PS;/];]jf kÚ]kl5 b]'b/fhsf gful/sx¿nfO{ स्वास्थ्य उपचारमा सहज हुने बताए । clt ljkGg ju{ tyf ljs6 a:tLsf gful/sx¿nfO{;dodf glhs};]jf lbg]nIo;lxt :jf:Yo s]G› >LufpF];f];]jfsf];'¿jft गरेको हो ।

:jf:Yo s]G› ;~rfng Joj:yfkg ;ldltsf cWoIf Pj+ j8f g+^ sf j8f cWoIf 6]s+axfb'/ jnLsf]cWoIftf Pj+ufpFkflnsfsf cWoIf rf}w/Lsf]kd'v cfltYotf tyf ufpFkflnsf kl|jQmf Pj+j8f g+ & sf j8f cWoIf jL/axfb'/ jnLsf] विशिष्ट आतिथ्यतामा भएको हो ।

cabl]v :jf:Yo s]G› >LufpF :jf:Yo s]G›df lel8of]PS;/];]jf :jf:Yo s]G›sf 8f= s[0f 3tL{/ 8f=al4sdf/L a9f du/af6 lng सकिनेछ । स्थानीयहरूको मागलाई ;Daf]wg ub{} >Lufpd]f lel8of]PS;/];]jf ;~rfng ePsf]>LufpF :jf:Yo s]G›sf x]ly cl;:6]6 bf]0f{ बहादुर वलीले बताए । उनले यो ;]jfn]klZrdsf tLg kflnsfsf gful/snfO{ /fxt k'Ug] pgn] बताए ।

शिव शिखर बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि. (५८८/०६९/०७०) मा दर्ता भई देशका ३५ वटा जिल्ला कार्यक्षेत्र स्विकृती प्राप्त संस्था हो । सदस्यहरुको सुविधालाई मध्यनजर गर्दै हाल यस संस्थाले २२ वटा सदस्य सेवा केन्द्र र ८ वटा गार्डेन मार्ट सञ्चालनमा ल्याएको छ । तपाई हाम्रो शहर तुलसीपुरमा २०७७ देखि स्थापना भई ३६ जनालाई प्रत्यक्ष रोजगरी दिईरहेका छौं । र हालै यस संस्थाले तुलसीपुर उपमहानगरपालिका-१८ बेलझुण्डीमा एक बिगाह जग्गा खरीद गरी स्थानीयस्तरमा उत्पादित कृषिजन्य उत्पादनहरुको प्रशोधन र स्थानीयस्तरमा रोजगारी सिर्जना गर्ने हेतुले शिव शिखर कृषि उपज प्रशोधन केन्द्र निर्माणाधिन रहेको कुरा सदस्यहरुलाई जानकारी गराईन्छ । उप्रान्त हाम्रो बारेमा सदस्यज्यू तथा बुद्धिजीवि वर्गहरुले सुझाव, सल्लाह दिनुभएमा आभारी हुनेछौं । सुझाव तथा सल्लाहको लागि यस कार्यालयको फोन नं ०८२-५२३१२५ मा फोन गरी तथा कार्यालयमा उपस्थित भई सल्लाह, सुझाव दिन सकिनेछ ।
शिव शिखर बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.
तुलसीपुर बाहिनी चोक, दाङ

अब वरिष्ठ फिजिसियन तथा
छाति, मुटु, पेट, मृगौला कलेजो, सुगर, प्रेसर, दम थाईराईड
रोग सम्बन्धि विषेशज्ञ डाक्टर
डा. ज्ञानेन्द्र पाण्डे
MBBS, MD Internal Medician
Consultant (वरिष्ठ फिजिसियन) Physician
दैनिक रुपमा बिरामी चेकजाँच
नोटः फोनबाट पनि नाम दर्ता गर्न सकिनेछ ।
दीर्घायु पोलिक्लिनिक एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि.
DIRGHAYU POLYCLINIC & RESEARCH CENTER PVT.LTD.
तुलसीपुर ५ (ग) लाइन, दाङ
Contact No.: 082-521915, 9847993712,9847943204

गाडी रिजर्भ गर्नुपरेमा सम्पर्क गर्नुहोस्
नेपालका विभिन्न स्थानमा जान, पारिवारिक घुमघाम, कार्यालय प्रयोजन तथा एयर पोर्टसम्म लिन र छोड्न तथा विवाह वा अन्य शुभकार्यका लागि कार चाहिएमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस । सहज, सरल यात्राको लागि हामी सधै हामी तपाईको साथमा छौं ।
सम्पर्क नम्बरः ९८६६६५०३९६, ९८२२९५५८७३

राप्ती कम्प्युटर्स
RAPTI COMPUTERS
तुलसीपुर-५ "ग" लाइन, दाङ
हामीकहाँ टिभी, फ्रिज, एसी, कुलर, वासिङ मेसिन इन्भर्टर, ब्याट्री, सोलार, मोवाइल तथा घरायसी सामाग्रीहरु सूपथ मूल्यमा पाइन्छ ।
फोन नं.: ०८२-५२२००३, ९८५७८३१३७५, ९८५७८२१३७५

विवाह तथा पार्टीको लागि हामीलाई सम्झनुहोस्, सदैव हजुरहरुको साथमा ...
फोन नं.:०८२-५२०५९२, मो.:९८५७८२०४९२
एकान्त होटेल
तुलसीपुर दाङ
EKANTA HOTEL & RESTAURANT

डाँगी स्टेशनरी
DANGI STATIONARY
तुलसीपुर-५ (ख) लाइन, दाङ
☎:०८२-५२३१२२, ९८५७८२३८७२
उच्च शिक्षासम्मका पाठ्यपुस्तक, गाइड गेस पेपर, खेलकुद सामग्री, स्टेशनरी सामग्री, फोटोकपी पेपरको होलसेल तथा फुटकर बिक्रेता ।

slj tf

; hfo

b]Lkofs'/h

cfh laxfg}
cfTdbfgd}5bf,
ef}bnfdf sxL r/fx¿ cfP .
9f]sfdf sxL af5faf5Lx¿ cfP .
sxL kf7fkf7Lx¿ cfP .
xfd|]nfdf] ; Ifb rNof]
pgLx¿ af]n/x]
dh] ; lg/x].

dh]rf/f]glbPsf]
dh]j|fx¿, aPofgx¿ sf6]sf]
uhn tfs]sf]
aPof rf /fv/ t ; f{Psf]
dh]xfjf 5]sf]
rsf]3fd kf/]sf]
cgj/t kfgL a ; f{Psf]
/ftL sfhfxn dRrfPsf]
pgLx¿nf0{u/]sf] ; a}cf0ofox¿
kf]b]lyP,
leq}af6 kf]vb]lyP .

dh]slgsfsf]kf]sf]lsg af/] /fv]sf]/]
lsg 3l/3l/ pgLx¿sf]
u8f0{3'/ x]sf]/]
lsg gbL gfnfx¿,
kfvfaf/Lx¿ g ; Dxfn]sf]/]
dh]
cDafx¿ lsg a}sf]/]
hghf] sf]bf] kfk/ vf]{<
kf]e5g\dnf0{ .
vf]{dfbn < vf]{d'Ef{ <
vf]{ltdf] ; xsf[t <
vf]{ ; xsf/ <
vf]{7]sL dbfgLx¿ <

crfgs
dfyf0fsf]rsf]cfjfhn]
r/fx¿ p8/ uP5g\
; ;fgf ;fyLx¿ klsP5g\
d s'fsfgLdf Jo:t eP .
xh/
d !) ldgftdf cf0kf05'
slt xtf/ 5 dnf0{
g cfdfsf]xftn]ksfPsf]vfg kfpg'5 .
g kl/jf/sf ;afn0{b]g kfpg'5 .
sf]faf6 l ; w}af6ftdf
af6faf6 uf8L, ofqf, ehf, a}/s, sfd,
sfofno, aGbfJokf/ .
ceL egfhxftdf oGq,
sfgdf oGq,
cfFvfdf oGq .

tL ;fyLx¿nf0{
pQ/ lbg dg lyof]
; fFr}egf]eg]
dh]d cfkmnf0{/fdf]/L
gx]sf]wf}eP5
d sf]xF
d]f sf]sf]5g\<
jf d s; s;sf]xF
lxhf]
d PSn}xbfF
; a}lyP
cfh d PSn}5'
sfkL 5ggf\
d]f]ugf ; f]
d]f]clenfiff
d]f]syf
dh]s ; nf0{ ; gfp <
xf]d s ; bf/ 5'
d]f ; fyLx¿
dnf0{ ; hfo bp .
dnf0{ ; hfo bp .

rgfjdf b]vPsf] ;dfj]zL sfü]

gljg sdf/ kfVh

ljleGg cf/fk cj/fk kf/ ub]{ gkfnL sfF]; sf] !$cf}+ dxflwj]zg @)&* efb] !(गतेबाट सुरु भएको छ । विभिन्न lhNnfdf j8f:tl/o lgjf{r g ;DkGg e}sSf] 5 eg] sxL जिल्लामा हुन बाँकी छ । नेपाली sfF]; sf s]Gb|Lo ;efklt tyf jtdfg kfwfgdGqL cfb/0fLo z]axfb'/ bp]fsf]uk lhNnfdf lqmofzLn ;b:otf ljjfb ;dfwfg gxF] ;Qfsf] r/d b¿kofu ubf]ofks ¿kdf kk/L ;'Ifsd{kl/rfng u/L Psklfo 9\n]j8f clwj]zg ePsf]eGg] s'f ToxfF lhNnf ;efkltn] ljleGg ;~rf/ dfWodf lbPsf] अन्तर्वार्तामा सुनिन्छ ।

o:t}o:t}ljljw sf/0fn] xfhf sfF]; sf] !$cf}+ dxfclwj]zgsf kbfv lgjf{r g संयोजकले राजिनामा दिएको । clxn]sf] clwj]zgsf] k/{Gof ofIgsL lqmofzLn ;b:otf lj:t/0fbfv g}bz s ;/L sfF] do agfpg ;lsG5 eGbf klg clwj]zgsf] l/hN6 s ;/L cf`gf kfI6df x'g]{ ;lsG5 < eGg] चिन्ताले ग्रसित भएको देखिन्थ्यो । o; sf]Hj nGt pbfx/0f kf6Lsf] lgjf{r t dxfdGqL lqmofzLn ;b:otf lj:t/0fdf wf/ftnL eof] eGg}sf] cf0bfhgdf P}oj4tf hfx] ug{hf5g\eg]dgl gt dxfdGqL ha/h:t ¿kdf kf6Lsf]

कार्यक्रममा लागेका छन् । किनभने dxfdGqL / ;efklt Pp6}u6sf हुन अरे बजार हल्ला सुनिन्छ ।

s'g}do egf} >L# hu\axfb'/sf]kfnfdf ahfotnf0{ cflys ;xofu ug{ xfdf] bz clxn]lsg s ;/L blgofF xft xfdL sf{/ a]n] uDeL/tfk'{s dgg u/L ;1d cg';Gwfg ug{ yfIg]eof]o ;sf ;ajGbf bf]fL ljrf/df bz o:t]xgbf ;DkOf dflg ;nf0{/fhgLlt sf]9fsf vlnnf xg't xf]g st<

ljleGg kbfsdL¿nf0{ k]fut olgogsf]/fhgLlt ug{ lb0{pgLx¿nf0{Pslqt ugkgdf s/f Toxfsf lhNnf ;efkltn] kf6Lsf]/fhgLlt vlndvlnf ug{ lbgh]ofcj:yf cfPsf]xf]ls < clxn] sfF]; sf] !$cf}+ dxfclwj]zgdf xfof]eg]o:tf] विकृति स्पष्ट रूपमा देखा सकिन्छ । bz sf]kfl1s jf4s ju{lzIfs rfxlzz'slfsf}xf\jf kfofks xf]\/Hosf]rfyf]cu elgg]k}jfkqsf/ ljleGg sfofnosf sdf{/L rfx]{ljxg xf]\rfxfpRr kb:y हास् विद्यार्थीको पनि हालत उस्तै छ । ;a} j8f:t/lo clwj]zgaf6 प्रतिनिधि चुनिएका छन् ।

olt n]/b} ubf{ of] kleFnsf/nf0{stfsf 8/ nfusf] 5 lsgls lhpfF] ;lxbnf0{ j8faf6x/fPsf] ;GbeGf cf`gf] kn asjfndf b0f{/ zAb nyL kf]6 ubf{ bf{–3f}/fxL pkdxfgu/kfnsf–% sf :yfgLo

;/sf/sf k|tlglw j8f cWolf tyf sfF] sf]klg j8f cWolf ePsf AolQmn]cf`gf]kblo dof}f eh] 6]nkmf dfkm{ ufnL a}hf tLsf] चेष्टा गरेकाले । तर अहिले भन ljleGg kbfsdLnf0{ klg Pp6} 3fgdf xfNbf stf–stfaf6 s}sf] आशीर्वाद पाईने हो ।

ufnL tfnL zbsfdgf h] kf0fnf ;bfj ;DenL uk0f ug] विचार गरेको छ । तर जसले hegfj h ;/L aeF] \sg]g sg} dflodaf6 gkfn ;/sf/sfa]t g vfg] hg ;'s} ju{-hgk]tlglw afxfs lsgls pgLx¿sf]v]L g} /fhgLltdf yf ;fsf] sfo{Dkfbg lgikIf /fhgLltdf :yfg lbg'xfg lsgls p;n]u/]sf] sfo{Dkfbg lgikIf xfFg st}g st}/fhgLlts uGw आएकै हुन्छ ।

oxfF^d t slgsly j8f अधिवेशनको कुरा भयो । अब cfLZjg (b]v ;¿ xg] lfg, kbfz / s}>Lo dxf;uf{dsf]s/f छ । आफूलाई नेता मान्नेहरू कसरी s] u/L s ;sf] kf]f] ;dflt dxfclwj]zg, dxf;ldltsf] k|tlglw 5gf5 xg] / s}>Lo ;efklt cf`gf] nf0{g u6 egf}+ /:;fs:;ldf h6sf 5g\eg] cfkn'{; F}k|tlglw cfPsf jf NofPsfx¿nf0{sxfFsfFyfkt ug{;lsG5 tfls eflnsf lbgdf cfkneGbf kn/s u6df glx8f{V :yfgLo, kbfz / s}> ;/sf/sf] lgjf{r g k|qmofdf cfkm`cgsnsfnf0{;xh tj/n] l6s6 l;knf/; xf]\/ s}>Lo sld6n]klg ;xh]cgdfg u/f]\/ eGg]r$s/ lbglbg}sf]]a}s धकाधक चलेका छन् ।

of]kl\nsf/sf/lhNnf, lfg / s'fyf ubf s]eg]h ;n]hg

lsl;dsf]ef/L afgg ;Sg]of]otf क्षमता र हैसियत छ । कृपया ToLtdfq ef/L afsf0{bgxf];\ clxn]u6ut /fhgLltn] lfl0fs tkf0f¿nf0{kf0bf k'ofpnf t/ bL3sflng ¿kdf sfF]; e8vfnf] नपर्ला भन्न सकिदैन ।

bzsf] ;+blo Joj:yfdf lj/fwsf w}kf6fx¿ xfhfg\t/ lj/fwsf gfddf ev{bdfq kbv k|tkIfL bnsf sxL dfgglon] dofbfkfnsnf0{g}sS'/n]6f]sf] h;/L 6fgg]gf sfostf{sfF]; df gagfpgxf]; \ / !$cf}+ dxflwj]zgn]To:tf]k|Qsfnf0{ नजन्माओस् । वडास्तरबाट k|tlglwsf ¿kdf tdfd sfostf{n]5gf5 u/L cfpgePsf ljafg\cuh cgh Pj+dqx¿ (uthv ;¿ xg]clwj]zgdf s ;h] afsfle/df a0{gr9]xf]\cGo ;l6kmsfeGbf sfF] sf];l6kmsf tkf0f+F sg l8lehgsf]5 < tkf0fF]cfkmnf0{sfF] egL a¿s– a¿s ubf{ tkf0fF] ufpF6f] 5/l5d]sn] tkf0f]sf] s ;/L मूल्यांकन गर्छ त्यो महत्वपूर्ण हुन्छ ।

;afeGbf klxn] kf6L{ ;+i7gsf] dxTjk0f{ 7hf] zlQm egsfl]p; sf]ufpF6fnsfhgdt हो । यदि कुनै नेतासँगको ;fdLotfn]tkf0f¿nf0{tTsfnsf] of]clwj]zgdf kb ldNnf rgfjL dbfgdf xfd; sk5 s ;hf0{sd cfSng gugkf]; \ slxn]sfIxF gkToPsf]vfhf]aufpf6 egf]} नसोचेको परिणाम आउन सक्छ । To ;h] klxn] cf`gf] w/ftnsf] Vofn u/L l6s6sf]ef/L af]g'a} xfhf tfls xfbf{klg ;Ddfghgs हार होस् । कसैले खुच्चिङ भन्ने अवस्था नआओस् । आत्मनिर्णयको अधिकार सबैमा छ ।

ot}eGb}ubf{dh]s ;sf] clwsf/nf0{sl07t ug{/ s ;kt

nlIft ug{ vfh]sf] xf]g ob} s ;hf0{o:tf]kg{uPdf ;efu मात्र हुनेछ । म यी माथिका पंक्ति lsg ng nf afho ePsf]xFeg])%@ ;fnaf6 ;¿ ePsf] dfcf] fbL ;z:q cf`bfhgsf] cLGtd cLGtd cj:yfdf Pshgf dh] lrgsf cf`g} uflj ;sf o]f sdfpg n6g dfcfljfbLdf klj z u/sf रहेछन् । २०६१/०६२ को मकै afnL leqbfpg]ahf sxL ljjfb xbF pgn] dnf0{ wDslk0f{ tj/n] xfdf] kf6Lsf] gLt ljk/Lt uP tnf0f+ef}ts कारवाही गर्छौं भनेका थिए ।

@)^@÷)^# P]txfl;s hgcf`bfhg kl5sf] lj:tf] zfGt ;Demf}tf kl5sf]sfF] sf] clwj]zgdf lqmofzLn ;b:otf lj:t/0f ug{5nkm ubh]ubf{t pgsf]-tL dfcfjfbL j8fn]! gDa/df pgs}gfd l;kmf/; u/]sf]bfbf dnufot sxL aSs परेका थियौं । त्यसैले सबैतिरबाट kl/Ifof u/L p0db]jf/ aGbf / agfpF l7s xfhf cGoyf cfd sfostf{df lj:t]0f/ gfZotfsf] sfnf] afbn d8fl/g ;S5 नेतृत्ववर्ग सचेत हुन जरुरी छ ।

;dufsfF] hgtfsf] dgd6df a:g]kf6L{agfpn bz कार्यसमय बनाऊ । विपक्षी kf6L¿ ;F le8g't 5bf eg] jbl Q;s / u6ut :jfyf sf] दाऊमा पार्टीलाई नलगाऊ । आफू-आफू अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा नगरौं । सबैको मूल्यांकन गरौं । व्यक्ति ;xfpF}kb lbcf}tfls eflnsf lbgdf :yfgLo, kbfz / s}>Lo चुनावमा कुनै तुस नरहोस् । भित्र-leq}e'; sf] cfuf] ;lNsPe} sfF] n] sfF] nf0{ x/fpg क्याम्पहरू खडा नहोउन ।

ho gkfn

; ed ; fwgf

● >L/fd blxt

cflofT'ds lj1fgsf] kbflu अनौठो छ । आध्यात्मा आलोकको अलौकिकता, प्रकाश पुञ्ज छ । यस dfufd{ ul/Psf]kbfu, kl/If0f tyf cg'; Gwfgsf] ;f/ ef}ts lj1fgsf]cfwf/zLnf tof/ ePsf] तथ्य पाइन्छ । संयम साधनाबाट lrGtg, rgf / lrQj]Qdf gjcfofd kf t e0{phfzLn जीवन रहन्छ । संयम योगको dxTjdf cg';Gwfgsf] cfwf/df साधकहरू प्रभावित भएको पाइन्छ । ofu ;fwgfdf ;dlwsf]lzf स्थान रहेको छ । समाधिबाट संपूर्ण प्राप्ति हुन्छ ।

of] lj/f6 dfu{ xf] hf] wf/0ffaf6 dfq cgefl xg] गर्दछ । त्रयमेकत्र संयम : । अर्थात-एकत्र हुनु कुनै एक विषय टिक्नु । त्रयम् अर्थात- तीनवटाकै हुनु । ;ed cyf{– ;ed lfdfzLn रहन् । धारणा, ध्यान र समाधी तीनवटैलाई एकत्रित गर्नु संयम हो ।

dxfl{kt~hnL cf`gf];'qdf संयमको फरक आयाम दिएका छन् । nf]s dfGotfdf ;ednf0{ cg';fzg jf rl/q lgoGqof0sf] रूपमा विश्लेषण गरिएको पाइन्छ । dxfl{kt~hnLsf cg';f/ ;ed जीवन सन्तुलनको हो ।

hxFlje], czflGt, आश्चर्यजनक अवस्था देखा पर्दैन । Psfu|tf dgnf0{Pp6}:yfgdf टिकाइ राख्नु । कुनै निश्चित

बिन्दुमा अडिग रहनु । अन्तः जुन अडिगतामा विश्व देख्न सकियोस् । wf/0ff lg/Gt/ l:y/tf /lx/xbf xofg ;jefljs ;kdf j[4 xF गर्दछ । यस अवस्थामा चेतनातरमा क्रमिक वृद्धि हुने गर्दछ । r]tgf:t/df j[4 xF+ubf{;1dtf प्रकट भएको पाइन्छ । जहाँ ध्यानको ljlrq cbe't cj:yf cjt/0f हुन्छ । यो अवस्था दृश्य नभई अदृश्य तथा बोधगम्य हुन्छ । फलको ब्रह्माण्ड प्रतीक हुन्छ । थोपाले समुन्द्रलाई आभास गराए झैं ।

cl:yTjsf] ;fgf]cz+n] ;du] सृष्टिको अनुभूति गराउँछ । ध्यानलाई of] ljnlf0f cj:yfdf kfofpg] शब्द हो संयमता । संयमित रहि hg;s}sfo{ul/of]eg]c ;kmntf zAb slxF5t}pRrf/0f u/]sf]cg पढन अपवादको रूपमा पाइन्छ । ;+f/df clwsfz lzlIft tyf wgflo dflg;x¿ ef}ts ¿kdf ;kn b]vP klg pgLx¿df cfTd ;GtlI6 gxg}sf] sf/0f klg oxLFxf] pgLx¿n] hLjg / hutnf0{;1d¿kdf a%g g;Sg' हो । जुन्सुकै परिस्थितिमा ;Gthgdf /lx lbgrof{ckgfpg' ;ed xf] eGg] egf0{ F xfdL ;ed ;fwgfsf]kmf0bf, ;fwgf ;kmntfsf ;q, dfgjdf o;sf] kefj a%g aemfpg ;lsPdf दुखित हुन कसैलाई पर्ने छैन । 'सादा

hLjg pRrljrf/' zAb pRrf/0f जो कोहीले सहजै प्रयोग गर्न सक्छन् । cfr/0fdf cfrfo{ aGg kmnfd चिउरा चपाउन्झैं हो । भौतिक ;fwg ;f]t tyf ;ljwfnf0{x/kn lbgrof{ agfPsf xfdL ef}tsjfbLn] ;ed zAbnf0{ ;fsf/ kfg{ kmnfdsf]lrp/f चपाउने अभ्यास आजैदेखि गरौं । h;n]:jod\kl/jf/, ;dfh tyf /fi6«dI agfpg ljzf eldsf निर्वाह गर्नेछ ।

clwsfz JolQmn] c;edt e0{ ;fdflhs ;sf/fTds परिवर्तनका खातिर समर्पित छन् । pgLx¿s}s/f sf6] ;do ajfb गर्दछन् । त्यतिकै समयमा ;sf/fTds ;edt JolQmn] lr/:d/0fo sfo{kmQ]ug{nflu परेको हुन्छ । ती व्यक्तिहरूप्रति lgGbf, pkxf;, nfN5gf tyf

uDeL/ k]s[tsf cf/fk nfUg] ub{gcTo; lsl;dsf kl/l:yltdf संयम मूलमन्त्र बन्नपर्छ । र मात्र hLjg / hutsf]Ps vl8snf kf/ ug{k/dfTdfaf6 cfzLjf{b प्राप्ति गर्न कुनै तगारो लाग्ने छैन ।

dxfk¿if x¿sf] syg 5–_dglo kl/l:yltsf] bf{; xf]{g नियन्त्रण कर्ता हो ।' सामान्य cj:yfdf klg dfgf{ /xg' sd बोल्नु धेरै सुन्नु मनन् गर्नु । आवेगमा lbn rl:sg] zAb kbfu gug{] eu8fsf] cf{flw ;Den} dvdf kfgL e/L /fvg] ;edtsf]cEof; गर्ने गरौं । संयमित रहन समय ;ed, lj rf/ ;ed, cy{;edsf] अभ्यास गर्न गराउन आवश्यक छ । k]o]s lbgsf]a|dddxt'{df bljgs कार्यतालिका बनाऔं । समय व्यवस्थापन हुनेछ । कडा दिल rl:sg]zAbsf]kbfu gu/f}+rGtg

;ed ;fwgfsf]kmf0bf, ;fwgf ;kmntfsf ;q, dfgjdf o;sf]kefj a%g aemfpg ;lsPdf blvt xg s ;hf0{kg{ 5g\ . . ;fbf hLjg pRr lj rf/' zAb pRrf/0f hf]sf]kln] ;xh]kbfu ug{;S5g\.

मनन् गरौं । सादा जीवन उच्च lj rf/nf0{ Jo jxf/s agfpg आय अनुसारको व्यय गरौं । ;edtf cefj, tgfj, cJojl:yt hLjgz]nL, lg/fzf, qmf]wnf0{cGt]Ls/0f u/]df b]lg भोग्न पाइन्छ ।

;DaGwl j R5b kl5sf] hDsfe5

syf

sZn / ljgLtf b}Jsf]PSsf;L जस्काभेट भयो । त्यही पसलमा । hxfFsZn Ps ;]l;Dofgsf] x}; otn]uPsf]lyof]eg]ljgLtf घरायसी सामान किन्न । दुवैका आँखा जुधे । दुवै स्तब्ध । cfFfn] eg] sJL afhe]hFnf\of] दुवैलाई । विनीताभन्दा पनि कुशलका आँखा अझ सजल भए । आँसु n'sfpg cgs]g\ kbTg u\of] उसले ।

alatf 9ª\uh

kf7bk'ts lgdf0f

kb]z 68]

सल्यान, ३१ भदौ । सल्यानको lqj]fL ufpFflnsfn] :yfgLo पाठ्यपुस्तक निर्माण गरेको छ । ufpFflnsfleqsf ljBfno tyf ko\$sLo:yn / :yfgLo klxrfgnf0{ dfb]t xfdf]lqj]fL gfd lbOPsf]kf7bk't s lgdf0f गरेको हो ।

/fp6] ;dbfosf] :jf:Yo kl/If0f

OGb|a9fyf{sL

सल्यान, ३१ भदौ । घुमन्ते hLjg latfpb}cfPsf nfk|f]dv /fp6] ;dbfosf] :jf:Yo kl/If0f गरिएको छ । पश्चिम सल्यानको aguf8 slk08}! b]:ynsf] 3f6ufpFdf a:b}cfPsf /fp6}sf] स्वास्थ्य परिक्षण गरिएको छ ।

/fp6] ;/lf0f pTyfg kl|dv ;Tob]L clwsf/Lsf]cfu|kdf /fp6] dflg;df :jf:Yo ;d:of b]vPkl5 :jf:Yo kl/If0f ul/Psf] b]:yn :jf:Yo rf}sL O~rfh{e"df a9fyf}sL g]t[j :jf:Yo kl/If0f ug{:jf:Yosdl{¿sf]6f]nL uPsf] थियो । स्वास्थ्य परिक्षणका क्रममा /fp6] ;dbfodf 5fnf;DaGwL ;d:of, 3fp, rf}k6s / kfrg kl0ffnL;F ;DalGwt ;d:ofx¿ b]vPsf] O~rfh{ a9fyf}sLn] जानकारी दिइन् ।

:jf:Yosdl{sf] 6f]nLn] @% hgf /fp6];dbfosf]:jf:Yo hfF u/]sf] / Pshgf (* jif{sf j[4;d]tsf] :jf:Yo kl/If0f गरिएको छ । चेकजाँचका क्रममा /fp6] ;dbfosf afnaflnsfdf 5fnf;DaGwL lrnfpg]/fu, vf]sL, Hj/f]hufotsf];d:of b]vPsf]/ /fp6]x¿ cfk}cf}flw dfu]/ vfg] u/]sf] / r]shfF ;xh}cfPsf] ;d]t :jf:Yosdl{sdn v8\sfn] जानकारी दिए ।

ljz]fu/L vfgfsf] vfgkfgL, jf;:yfgsf] ;/;kmf0{ a;f0;/f0{hufotn]o:tf];d:of देखापरेको उनको भनाई छ । भदौ % ut] ;Nofgsf] sflndf6L ufpkflnsf–% sf]sfNr8fBfaf6 ;V[sf]uefS{sf]6 gu/kflnsfdf राउटे समुदाय बसाई सरेका थिए । ;Nofg / ;V[sf];ldfgf uefS{sf]6 gu/kflnsf–! l;d;f/df a:b} cfPsf /fp6];dbfo ebf}@% ut] ;Nofgsf] aguf8 s]k08] gu/kflnsf–!! afn'jf;u{kL e]/L gbL lsgf/ aflË/xdf a:b}cfPsf /fp6]x¿nf0{ ToxfFvfg]kfgL ;d:of ePkl5 clxn] 3f6ufpF चौरमा बसाई सरेका छन् ।

/fp6]a:tLdf ;fdul|

o;}ar ;ldfGts]t nfk|f]dv /fp6]a:tLdf ;fdul| x:tfGt/0f गरिएको छ । राष्ट्रियसभाका अध्यक्ष u0fz]Itldl;gfsf]kxndf n08g a:g]kj{sf /ljG›hË nfld5fg] /ljsf]cflys{ ;xof]udf ;fdul| हस्तान्तरण गरिएको छ । nfld5fg]h]o:tf ;fdflhs sfd ub{cfPsf]/ /fp6]a:tLdf ;d:of b]vkl5 cWolf ltldl;gfsf] पहलमा उक्त सामग्री आएको छ ।

g]kfnsf ljleGg 7fpFdf ;d:of ePsfx¿nf0{ /ljG›n] ;xof]u ub{cfPsf]pgsf ef~hf वीरेन्द्र केसीले बताए । केसीका cg';f/ :jf:Yo, lzIffnufot cfwf/e"t cfjZostfsf] If]qdf सहयोग गर्दै बताएको बताए । राउटे a:tLdf cf6f %) kfs]6, lqkfn &% yfg, Dofl6« &% yfg, lkkmd &% yfg, rKkn !@% hf]8f ;fag nufwg]% sf6{g, ;fag gxfpg]!@ bh{g u/]/ rf/ nfv a/fa/sf];fdul| सहयोग हस्तान्तरण गरिएको छ ।

;fdfg x:tfGt/0f ub{cWolf ltldl;gfn] ljleGg bftfx¿n] ;xof]u ub{cfPsf]cfkmn]/fp6] ;dbfosf]nflu ;w}/fHosf gLlt lgdf{0f txdf nflu /xg];d]t बताए । सामग्री सहि ठाउँमा प्रयोग eof]jf ePg To;sf] ;DalGwt सबैलाई ध्यानाकर्षण गर्नुपर्नेसमेत बताए । ;fdfg cfpg] t/ ;lx 7fpFdf ;bkof]u gePsf]b]vPsf];d]t pgn] बताए । उनीहरूको जीवनस्तर विस्तारै kl/jtg{ u/]/ n}hfgsf nflu ;d]t सबैलाई आग्रह गरे ।

lg:jfy{¿kdf nfUg]/ shtaf6 aRrfpg ;a}h];xof]u ug{ r]tgf kl/jtg{ ug{kg{/ संरक्षण गर्नुपर्नेसमेत बताए । clwsfz ;fdul| a]r]/ vfg]u/]sf] त्यसलाई रोक्नसमेत अनुरोध गरे । hg :yfgLo txdf cfpF5g\ToxL :yfgLo txb]v ljleGg ;3 ;:yfn] afnaflnsfsf] x]/rfx :jf:Yo lzIffnufot /xg ;xgdf सबैले ध्यान दिनुपर्ने उनले बताए ।

/fp6] nfk|f]dv k|ti7fg pTyfg ;/lf0fsL cWolf ;Tob]L clwsf/Ln] ljut !* jif{b]v lg/Gt/ ;]fdhs /fp6]x¿sf] ;/lf0fdf sfd ub}{/ khsf]¿kdf सहजीकरण गरिरहेको जनाइन् । /fp6] ;dbfosf] pTyfg / ;/lf0fdf ctngLo e"dsf रहेको छ । सामग्री वितरणमा संसद u'nfjhË zfx, kbdf v8\sf ;Nofg kb|v lhNnf clwsf/L nldLb]L xdfufO{ ;V[sf kb|v lhNnf clwsf/L 5ljnfn l/hfn aguf8 slk08]gu/ pkkb|v d~h' ol/nufotsf] pkl:ylt रहेको थियो ।

;'rgf Û ;'rgf ÛÛ ;'rgf ÛÛÛ

o; u}/;/sf/L ;+yf dxf;3 gk|fn bfªsf] ldlt @)&*÷)%÷#! ut]ug{egL lg0f{o ePadf]hd pQm ldltdf clwj]zg ug{ljz]f sf/0fj; g;lsPsf]ldlt @)&*÷)%÷@* ut]sf]lg0f{o cg';f/ cfufdL ldlt @)&*÷)^÷)# ut]3f]/fxL !) kmgkfs{cd|0f{df laxfg !! ah] ;DkGg ug{lg0f{o ePsfn] pQm ;dodf kb|v cltly, cltly / o; dxf;3df cfj4 e0{gjLs/0f ePsf ;b:o ;+yfaf6 ! -Ps_ hgf dlxnf clgjfo{lxt bO{hgf k|tlglwsf ¿kdf pkl:yltsf nflu ;fb/ cg'/f]w ub{5'. ;fy}kqfrf/ ul/Psf]5 pQm kq k|ft gePdf o;}; ;'rgfnfO{cfwf/ dfgL pkl:tlysf nflu ;fb/ cg'/f]w 5 .

tkl;n M–
ldltM @)&*÷)^÷)# ut]cf0taf/
;doM laxfg !!M)) ah]
:yfgM 3f]/fxL–!) kmgkfs{cd|0f{bfª
;Dks{g+ (*%&*@#@)%, (*%&*$)@%(

cWolf
u}/;/sf/L ;+yf dxf;3 gk|fn bfª

---

vZLsf]va/Û vZLsf]va/ÛÛ vZLsf]va/ÛÛÛ

cab]v xfdLsxf“;'ky dNodf :jflbi6 lrsgsf ljleGg kl/sf/x¿ lrsg dMd, nlnkk, n]u, r]6, l:k|ª /f]n, tGb'/L lrsg / cGo kl/sf/x¿ Kofls ª u/]/ lbg]/ a;]/ खाने व्यवस्था गरेका छौं ।

lrsgsf tof/L kl/sf/x? kl|t s]hL ?= &))÷– df ===

Eofn]L k|]; xfp;

3f]/fxL–!* /emgf -dfpG6 Eo"af]8{ :sh cufl8 , bfª
;Dks{kmf]g g+=)*@–%^@#*!, (*%&*#!$&!

---

tflnd ;'u}/f]huf/L

S.D.I. sDkgLnf0{ sd{f/L cfjZostf

;\of M 21 of]Uotf M ;fdfGo n]vfk9L
tnaM 32,500/- ;Dd
nf]szgM bfª lhNnfe/L
;Dks{gDa/M–
9844968882, 9803010035

gf6M bz}+lf afb ; klg kf0G5 .

चिनारी हस्पिटल प्रा.लि.तुलसीपुरमा
काठमाण्डौ नर्भिक हस्पिटलमा कार्यगर्नुभएका
मुटु रोग विशेषज्ञ तथा फिजिसियन
डा. दिपेश प्रधान
MBBS (KU), ECMFG CERTIFIED (USA), MD. CARDIOLOGY (JU)
२०७८ असोज ९ गते शनिबार
काठमाण्डौ नर्भिक हस्पिटलमा समेत कार्यगर्नुभएका मुटु रोग विशेषज्ञ तथा फिजिसियन डा. दिपेश प्रधानबाट मुटुको अप्रेशन गरेका, ब्लड प्रेसर तथा सुगरका समस्या भएका, छाती, पेट, उयाप्रिक, दम, थाइराइड र मृगौला रोगसम्बन्धी समस्या भएका बिरामीहरुको एक्सरे, इ.सि.जी., इको (मुटुको भिडियो एक्सरे) को व्यवस्थासहित चेकजाँच गरिदैछ । समयमै स्वास्थ्य परीक्षण गरी स्वस्थ रहनुहोस् ।
मुटु रोगका लक्षणहरूः छाती भारी हुने, छातीको दुखाई, दुवै हात र घाँटीमा सर्ने, श्वास फेर्न गाह्रो हुने, सुत्न गाह्रो हुने, हातखुट्टा सुनिने, रिंगाटा लाग्ने, जोर्नीहरु दुख्ने अथवा सुनिने, धड्कन तेज वा कमी हुने, चिटचिट पसिना आउने, वाकवाक लाग्ने आदि ।
अब सातै दिन (हरेक दिन) विशेषज्ञ सेवासहित २४सै घण्टा उपचार सेवा
फोनबाट समेत नाम दर्ता गर्न सकिने छ ।
चिनारी हस्पिटल प्रा.लि. तुलसीपुर-५, (ग) लाईन, दाङ
सम्पर्क नं.०८२-५२०६०१, ९८१०८७३१८०, ९८५११११३४७
'स्वस्थ जीवन हाम्रो कामना, सर्वसुलभ विशिष्ट स्वास्थ्य सेवा हाम्रो चाहना'

YAMAHA Revs Your Heart
INTRODUCING THE FZ25 FUEL INJECTION 249cc
249CC AIR-COOLED 4-STROKE FUEL-INJECTED ENGINE

Dreamland Traders
Tulsipur, Dang, 082-520174
Shrestha Automobiles
Ghorahi, Dang, 082-561296

के तपाई निर्माण सम्बन्धी काम गर्दै हुनुहुन्छ ?
यदि गर्दै हुनुहुन्छ भने वासिङ बालुवा, गिट्टी, चिप्स र बेसको लागि हामीलाई सधैं सम्झनुहोस् ।
गणेश बालुवा वासिङ उद्योग
तुलसीपुर उपमहानगरपालिका-११, दाङ
नोटः- अर्डर गरेको एक घण्टाभित्र डेलिभरी गरिन्छ । पातुखोलाको बालुवा गणेश बालुवा ...
प्रो. जि. भण्डारी सम्पर्क नं.:९८५७८२१६३६

SUBISU
अब इन्टरनेट अनुभव हुन्छ अझ उत्कृष्ट
SUBISU MONSOON OFFER 3MONTH
INTERNER: 20 MBPS = RS. 5500/-
DTI BOX RS. 3500/- AND
DTI SUBSCRIPTSON = FREE

खुशीको खबर !
विभिन्न ब्राण्डका सामान अब एकै स्थानबाट ...
हामीकहाँ विभिन्न ब्राण्डका सामानहरु सर्वसुलभ मूल्यमा एकै स्थानबाट उपलब्ध भइरहेको कुरा सबैमा जानकारी गराउँदछौं ।
➤ जनविश्वास कंक्रिट उद्योग- बिजौरी, दाङ
➤ आरोग्य मिनरल वाटर एण्ड जुस उद्योग मानपुर, दाङ
➤ माँ सन्तोषी टायर बजार- घोराही, दाङ
➤ शुक्रेश्वरी एग्रीगेट तथा बालुवा उद्योग-लम्ही
➤ चितवन सिमेन्ट प्रा.लि.- नवलपरासी
प्रधान कार्यालयः घोराही,दाङ
फोन नं.:०८२-५६३७७९

शुद्ध, सफा, स्वच्छ
खसीको मासु चाहिएमा...
आयुब फ्रेस हाउस
बि.पी. चौक घोराही, दाङ
हामी सधैं तपाईहरुको सेवामा तत्पर ...
सम्पर्क नं.:९८४७८४६५७९, ९८६९४८३२५०

Join
BRITISH ARMY
SINGAPORE POLICE
INDIAN ARMY
माउन्ट एभरेष्ट ट्रेनिङ सेन्टर घोराही, दाङ

के तपाई आल्मुनियमका झ्याल, ढोकाको खोजीमा हुनुहुन्छ ?
यदि हुनुहुन्छ भने हामीकहाँ आल्मुनियमका झ्याल, ढोका, पार्टसन, ग्ल्याजिङ लगायतका आल्मुनियम सम्बन्धी सम्पूर्ण काम छिटो छरितो र सुपथ मूल्यमा गरिन्छ ।
नोटः आल्मुनियम सम्बन्धी काम दक्ष मिस्त्रीबाट गरिन्छ ।
जि.पि. आल्मुनियम उद्योग
घोराही, दाङ (सञ्चालकः लिलाधर भण्डारी)
मो. नं.:९८१००६३६९०, ९८५७८२२१२०, ९८५७८३२७०६

समृद्धिको संवाहक www.epradeshtoday.com
प्रदेश टुडे राष्ट्रिय दैनिक
तपाई, हाम्रो घर आँगनमा ...

k|sfzs M e'ju uf}td, ;Dkfbs M uf}kfn zdf{e§/fO{ db|s M ;flfL ck|m;]6 k|] th;Lk'/, bfª, sfof{noM th;Lk'/ pk–dxfgu/kflnsf–%, bfª,
kmf]g g+)*@–%@#$^), (*$&*$^)((, 3f]/fxL sfof{noM)*@–%^#@$, OdfPnM ptodaydaily@gmail.com