सधै र सबैको लागि खबर खोज्ने अभियान

# खबर दर्पण

Khabar Darpan National Daily

राष्ट्रिय दैनिक

♦ वर्ष ९ ♦ अंक २२० ♦ २०८३ साल वैशाख ३ विहिवार ♦ 16 April 2026 ♦ पृष्ठ ४ ♦ मुल्य रु. ५ ♦ www.shirishnews.com

## नव वर्ष २०८३ को शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को अवसरमा मधेस प्रदेश सहित सम्पूर्ण उद्योगी, व्यवसायी, व्यापारी, ग्राहक वर्ग तथा सहयोगी शुभचिन्तकहरुमा सुख, समृद्धि, दिर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

सि.ए. प्रमोद कुमार साह
अध्यक्ष
नेपाल उद्योग परिसंघ मधेस प्रदेश (CNI)

# मधेस सरकारप्रति मधेस केन्द्रित दलको असन्तुष्टि

**खबर दर्पण समाचारदाता**
**वैशाख २ गते, बर्दिवास**

मधेस प्रदेश सरकारप्रति मधेस केन्द्रित दलले असन्तुष्टि जनाउन थालेका छन् । कांग्रेस नेतृत्वमा बनेको मधेस प्रदेश सरकारले गति नलिएको भन्दै सरकारको सहयोगी घटक जनता समाजवादी पार्टी नेपाल र जनमत पार्टीले असन्तुष्टि जनाउन थालेका छन्।

जनमत पार्टीका महासचिव चन्दन सिंहले भने, 'अहिले मधेस प्रदेशमा कांग्रेस नेतृत्वमा सरकार छ । सरकारले काम गर्न सकेको छैन, तर गाली मधेसवादी दलले खाइरहेका छन् ।'

वैशाख सुरु भइसक्दा प्रदेश सरकारले वार्षिक बजेटको १० प्रतिशत पनि खर्च गरेको छैन । 'बाँकी डेढ/दुई महिनामा सरकारले कति काम गर्ला ?' सिंहले भने, 'सत्ता साझेदार दललाई समेटेर सरकारले कामको गतिलाई तीव्रता दिएन भने सरकारकै बारेमा पुनर्विचार गर्नुपर्ने हुन्छ।'

केही समय पहिले जनमत पार्टीको सचिवालय बैठकमा पनि सरकारको बारेमा समीक्षा भएको थियो । त्यो बैठकले पनि सरकारको काम-कारबाही सन्तोषजनक नरहेको निष्कर्ष निकालेको थियो । 'सरकारले वार्षिक बजेट नै खर्च गर्न सकेन भने त्यो सरकारको के काम ?' सिंहले भने ।

मुख्यमन्त्रीले काम गर्न र गराउन नसकेको खण्डमा त्यसको दोष अरु सहयोगी दललाई पनि जाने भन्दै उनले मुख्यमन्त्रीले कार्यशैली र काम कारबाहीमा सुधार गर्नुपर्ने खाँचो औँल्याए ।

जनमत पार्टीले मधेस सरकारमा अर्थ मन्त्रालयसहित दुई वटा मन्त्रालय सम्हालेको छ।

जसपा नेपालका मधेस प्रदेश सभा सदस्य सरोज यादवले पनि सरकारले जुन गतिमा काम गर्नुपर्ने हो, त्यो गतिमा काम गर्न नसकेको बताए । सरकारले जारी गरेको नीति तथा कार्यक्रम एवं बजेटको आधारमा काम अगाडि बढ्न नसकेको उल्लेख गर्दै उनले त्यहाँ मुख्यमन्त्री भन्दा पनि कर्मचारीबाट असहयोग भइरहेको बताए ।

मधेस सरकारमा रहेका सचिवहरूको कारणले सरकारले काम गर्न नसकिरहेको कुरा आफूलाई मुख्यमन्त्रीले भनेको उनको भनाइ छ ।

आर्थिक वर्षको अन्तिम अन्तिम समय आइसके पनि जुन गतिमा काम हुनुपर्ने हो, त्यसरी नहुनुमा मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रीहरू भन्दा त्यहाँका कर्मचारी दोषी रहेको प्रदेश सभा सदस्य यादवले बताए । कर्मचारीबाट असहयोग भएको कारण सोचे अनुसारको काम नभएको भन्दै उनले यसमा मुख्यमन्त्रीले भूमिका खेल्नुपर्ने बताए ।

कांग्रेसका मधेस प्रदेश सभापति

*बाँकी पृष्ठ ३ मा*

# वातावरण संरक्षणमा सक्रिय सहभागिता आवश्यक: सभामुख यादव

**खबर दर्पण समाचारदाता**
**वैशाख २ गते, बर्दिवास**

मधेस प्रदेशसभाका सभामुख रामआशिष यादवले मिथिलाको लोकपर्व जुडशितलको शुभ अवसरमा बुधबार जनकपुरधामस्थित गंगासागर पोखरीको

*बाँकी पृष्ठ ३ मा*

## नव वर्ष २०८३ को शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को सुखद अवसरमा सम्पूर्ण नगरवासी ,इष्टमित्र, सहयोगी , शुभचिन्तकहरुमा सु-स्वास्थ्य, दिर्घायू तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

HOTEL KOMAL

कोमल होटेल, ढल्केवर धनुषा

## शिरीष संचार समूह

## नयाँ वर्ष २०८३ को हार्दिक मंगलमय शुभकामना

खबर दर्पण राष्ट्रिय दैनिक | शिरीष खबरपत्रिका साप्ताहिक | शिरीष न्युज | Radio Rupantaran परिवर्तनकालागि १०६.३ Mhz

नयाँ वर्ष २०८३ को सुखद अवसरमा हाम्रो संचार संस्थाहरु पत्रिका, अनलाईन र रेडियो बाट एकै साथ प्रकाशन प्रसारण हुने गरी विज्ञापनमा विशेष प्याकेज सहित अत्यधिक छुटमा विभिन्न विज्ञापनको योजनाहरु लागु गरिएको हुँदा आफ्नो पसल, व्यापारिक प्रतिष्ठान, उद्योग, संघ संस्था, लगायतको प्रचार प्रसारको लागि अवश्य सम्पर्क गर्नुहोस् ।

सम्पर्क नं. : ९८४४०२५१८४, ९८०७६७५१२५, ९८५४०२९०५३, ९८०७८५०५८१, ९८०४८५२६९६, ९८४४०७२८५९, ९८४४०३९८५६

# नामका लागि नङको ध्याउन्न

विजयकुमार साह

**वैशाख २ गते, जनकपुरधाम**

सामान्यतया मानिस सफासुग्घर रहनका लागि समय समयमा नङ काट्ने गर्छन् । बिहे गर्ने बेला भएको शिक्षित ठिटो तर हातमा रुखका बाङ्गाटिङ्गा हाँगाबिँगा झैं नङ- कुन युवतीले पत्याउली र खै ? ! यद्यपि गिनिज बुकमा नाम लेखाउने ध्याउन्नमा उहाँले व्यक्तिगत इच्छा आकाङ्क्षा थाती राखेर १६ वर्षदेखि असहज दैनिकीको सामना गरिरहनुभएको छ ।

जनकपुरधाम उपमहानगर पालिका-१७, कनरपट्टीका ३३ वर्षीय दिनेशसिंह यादवलाई जति सक्दो चाँडो आफ्नो नङ सात फिटभन्दा लामो बनाएर गिनिज बुकमा रेकर्ड राख्ने ध्यान छ त्यसैले उहाँले आफ्नो देब्रे हातको नङ डेढ दशकदेखि काट्नुभएको छैन । अहिले उहाँको हातका नङ ४३ इन्च (सबै मिलाएर) सम्मका भइसकेका छन् ।

स्थानीय सरस्वती माध्यमिक विद्यालयमा लेखापाल पदमा कार्यरत यादवले सामाजिक सञ्जाल र इन्टरनेटको बढ्दो प्रभावका कारण केही भिन्न गरेर संसारमा नाम कमाउने उद्देश्यले नङ पाल्न सुरु गरेको बताउनुहुन्छ । उहाँले भन्नुभयो, “फेसबुक र इन्टरनेटमा देखिने विभिन्न व्यक्तिले अनौठा काम गरेर नाम कमाएको देखेपछि मलाई पनि त्यस्तै केही गर्न मन लाग्यो ।” सुरुका दिनमा नङ जोगाउन कठिन भए पनि स्याहार गर्न विशेष उपाय सिकेपछि भाँचन रोकिएको उहाँले बताउनुभयो । “सुरुमा एउटा औँलामा मात्र नङ पाल्थेँ, स्याहार गर्न नजान्दा भाँचिन्थ्यो । नेल पोलिस र तेल लगाउन थालेपछि मजबुत बन्यो,” उहाँले भन्नुभयो । उहाँका अनुसार नङको सुरक्षाका लागि मासिक चार सय रुपियाँभन्दा बढी खर्च हुने गर्छ । सबैभन्दा लामो बिच औँलाको नङ नौ इन्चको छ भने अन्य सातदेखि आठ इन्चका छन् ।

नङ पाल्नु यादवका लागि चुनौतीपूर्ण पनि छ । विशेष गरी राति सुत्ने बेलामा, नुहाउँदा र व्यक्तिगत सरसफाइका क्रममा उहाँलाई समस्या हुने गरेको छ । यति लामो नङ भए पनि उहाँले आफ्नो घरायसी र खेतीपातीको काम सहज तरिकाले गर्नुहुन्छ । दुई बिघा खेतबारी भएका यादव एउटा मात्र हातको भरमा कोदालो चलाउनेदेखि कृषिजन्य सबै कार्य गर्नुहुन्छ । उहाँले भन्नुभयो, “मलाई कोदालो चलाउन खासै अप्ठ्यारो हुँदैन, हात चलाइर हन चिकित्सकले पनि सल्लाह दिनुभएको छ ।”

यादवको यो अनौठो सोखले सात समुद्रपारिका नागरिकको पनि ध्यान खिचेको छ । विगत आठ/नौ वर्षदेखि एक अमेरिकी नागरिक डोनाल्ड नाम गरेकासँग उहाँको फेसबुकमार्फत सम्पर्क भएको थियो । ती अमेरिकी नागरिक उहाँलाई भेट्न पटक पटक नेपाल आउने गर्नुहुन्छ ।

यादवका अनुसार ती अमेरिकी मित्रले उहाँको नङ संरक्षणका लागि मासिक १० हजार रुपियाँ सहयोगसमेत पठाउने गर्नुहुन्छ । यद्यपि कोरोना महामारी र पछिल्लो विश्वव्यापी परि स्थितिका कारण विगत चार वर्षदेखि उहाँहरूबिच प्रत्यक्ष भेटघाट रोकिएको छ । उहाँले भन्नुभयो, “हामीबिच चाँडै भेटघाट हुने छ भनी कुराकानी भइरहेको छ ।” व्यवस्थापनमा स्नातकसम्मको अध्ययन पूरा गर्नुभएका यादवको विवाह हुन बाँकी छ । परिवारमा आमाबुवाले घरजम गर्न दबाब दिने गरेको उहाँले बताउनुभयो । बुवा रामेश्वर यादव र आमा सुदनमादेवी यादवका माइला सन्तान उहाँका तीन दाजुभाइ र एक बहिनी हुनुहुन्छ । उहाँको जेठा दाइको विवाह भइसकेको छ तर उहाँलाई बिहेभन्दा आफ्नो यो मेहनतलाई विश्व रेकर्डमा दर्ता गराउने चाहना रहेको छ । उहाँले भन्नुभयो, “मेरो लक्ष्य गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डमा नाम लेखाउने हो ।”

गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डमा अमेरिकन नागरिकको सात फिट लामो नङ भएको आफूले थाहा पाएको बताउँदै उहाँले त्यो रेकर्ड तोड्न आफूले मेहनत गरिरहेको बताउनुभयो । मधेशका मानिस पनि यस्ता अनौठा काम गर्न सक्छन् भन्ने पनि देखाउन चाहेको यादव बताउनुहुन्छ ।-गोरखापत्र


## नव वर्ष २०८३ को शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को सुखद अवसरमा सम्पूर्ण नगरवासी ,इष्टमित्र, सहयोगी , शुभचिन्तकहरुमा सु-स्वास्थ्य, दिर्घायू तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

यहाँ विहे, बर्तमन, पार्टी, तालिम, गोष्ठी, सेमिनार गर्नको लागि राम्रो वातानुकुल हलको व्यवस्था हुनुको साथै प्रयाप्त स्थान र खानापानको राम्रो व्यस्था छ।

**विएनबी होटेल, पार्टी प्यालेस, महेन्द्रनगर धनुषा**

प्रो. विनयकुमार साह, मोबाइल नं. ९८१२१५४८३२


## आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरु

### जनकपुर

| | |
|---|---|
| धनुषा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि. | ५२५८०० |
| जनपा वारुण यन्त्र | ५२००११ |
| एम्बुलेन्स (सरोज फाउण्डेशन) | ५२२८०६ |
| एम्बुलेन्स (मारवाडी सेवा समिति) | –५२२७६२, ५२१७८४ |
| एम्बुलेन्स (जानकी मेडिकल कलेज) | –५२६०९०, ५२६०९१ |
| महाविर युवा कमिटी ऐंबुलेंस् | २५९८० |
| कृष्णा नर्सिंग होम | ५२१९१८ |
| जनकपुर मेडिकल सेन्टर | ५२०७१४ |
| जिया अल्ट्रासाउण्ड इमरजेन्सी सेन्टर | ५२३३२८ |
| जनकपुर रेल्वे | ५२०२११ |
| आँखा अस्पताल | ५२०३९७ |
| जनकपुर सुरक्षा गुल्म | ५२०१८६/५२६५८६ |
| प्रहरी | ५२००९९ |
| एम्बुलेन्स रेडक्रस | १०२ |
| जनकपुर अञ्चल अस्पताल | ५२००३३ |
| बच्छार प्रसुति सेवा केन्द्र | ५२२४५७ |
| विद्युत फ्युज शाखा | ५२०१५१ |
| बुद्ध एयर | ५२५०२२ |
| गोर्खा एयर | ५२१२९४ |
| सीता एयर | ५२५९९० |
| जानकी केबल टिभी नेटवर्क | ५२३७२८ |

### वर्दिवास

| | |
|---|---|
| बर्दिवास अस्पताल | ५५००९० |
| ट्राफीक प्रहरी | ५५००५५ |
| छिन्नमस्ता सशस्त्र प्रहरी गण | ५५०४०४ |
| जिल्ला खानेपानि (गौरी डाडाँ ) | ५५०००५ |
| ढल्केवर (नो लाईट) | ०४१-५६००६८ |
| सुरक्षा क्याम (रेडियो नेपाल) | ५५००२३ |
| बर्दिवास नगरपालिका | ५५००३१ |
| खानेपानि कार्यालय | ५५०११० |
| प्रहरी | ५२०१९९ |
| प्रहरी | ५२००९९ |
| बर्दिवास दुरसञ्चार | ५५०००० |
| पारिजात स्मृति अस्पताल | ५५०३७२ |
| नेपाल परिवार नियोजन संघ | ५५०१०७ |
| इलाका प्रहरी कार्यलय वर्दिवास | ५५०००६ |
| खानेपानी बर्दिवास | ५५०१४३ |
| रेडक्रस एम्बुलेन्स | ५२०१०० |
| मेरी स्टोप्स सेन्टर | ५५०१२६ |
| शूभ स्वस्तिक हस्पिटल | ५५०२५५ |
| जनसेवा हस्पिटल | ५५०४०६ |
| बर्दिवास आँखा अस्पताल | ५५०४७७ |
| इलाका प्रशासन कार्यालय वर्दिवास | ५५०६६८ |
| IRDS समाज सहकारी अस्पताल | ५५०४०१ |

### ढल्केवर

| | |
|---|---|
| खानेपानी | ९८२४८०५९५० |
| इलाका प्रहरी कार्यालय | ०४१-५६०१०० |
| प्रहरी | ५२००९९ |
| विद्युत फ्युज शाखा | ०४१-५६०१६८ |
| एम्बुलेन्स | ९८०४८६७५५४ |
| एम्बुलेन्स | ९८१५८३२०३२ |
| ओम शान्ति पोलिक्लिनिक | ०४१-५६०१५२ |

### जलेश्वर

| | |
|---|---|
| अस्पताल | ५२००७० |
| प्रहरी | ५२०००९ |
| अस्थायी प्रहरी चौकी भीठामोड | ५२०२०९ |
| एम्वुलेन्स | ५२०१०० |
| विद्युत् | ५२००६६ |
| विद्युत् | ५२०११६ |

### महेन्द्रनगर

एम्बुलेन्स
(सोसल वेलफेयर & रिसर्च सेन्टर) ४१-५४०२३२
महेन्द्रनगर,धनुषा ९८४४०२४४५०/
९८०४८२५८६०

एम्बुलेन्स
(हिमालय युवा क्लव नक्टाझिज) ०४१-६२०४९१
९८०४८१५१२६

इलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्रनगर ५४०१९९
विद्युत प्राधिकरण महेन्द्रनगर ५४०१६१

# मधेस सरकारप्रति...

समेत रहेका कृष्ण यादवको नेतृत्वमा सरकार छ । कांग्रेस नेतृत्वको सरकारलाई जसपा नेपाल, जनमत पार्टी, लोसपा नेपाल, नेकपा माओवादी केन्द्र र नेकपा एकीकृत समाजवादीले सघाएको छ । जसपा नेपाल र लोसपा नेपालबिच एकता भई जसपा नेपाल बनेको छ । माओवादी केन्द्र र नेकपा एकीकृत समाजवादीबिच एकता भई नेपाली कम्युनिस्ट पार्टी बनेको छ ।

जेनजी आन्दोलनपछि जनमत पार्टीको नेतृत्वमा रहेको सरकारको मुख्यमन्त्री सतिश सिंहले राजीनामा दिएपछि तत्कालीन लोसपा नेपालका मधेस प्रदेश सभाका सदस्य जितेन्द्र सोनलले मुख्यमन्त्री बनेका थिए । जसको सहयोगमा उनी मुख्यमन्त्री बनेका थिए, त्यही दलका प्रदेश सभा सदस्यले विश्वासको मत नदिएपछि जितेन्द्र सोनलले मुख्यमन्त्री पदबाट राजीनामा दिएका थिए ।

अर्को सरकार गठनमा ढिलासुस्ती गरेको भन्दै मधेस केन्द्रित दलहरूले आन्दोलन सुरु गरेका थिए । कांग्रेस, तत्कालीन माओवादी केन्द्र, नेकपा एकीकृत समाजवादीको पनि आन्दोलनमा सहयोग थियो । आन्दोलनकै क्रममा तत्कालीन प्रदेश प्रमुखले बिहान चार बजे एमालेका नेता सरोज यादवलाई महोत्तरीको एक कटेजमा मुख्यमन्त्रीको शपथग्रहण गराएका थिए ।

त्यसपछि झन् विवाद भयो । सर्वोच्चसम्म मुद्दा चल्यो । सर्वोच्च अदालतले सरोज यादव नेतृत्वको सरकार गठन प्रक्रिया असंवैधानिक रहेको ठहर गऱ्यो। मधेस केन्द्रित दलले आफ्नै नेतृत्वमा सरकार बनाउन चाहे पनि कांग्रेसले मानेन ।

मधेसवादी दलले बाध्य भएर कांग्रेसको नेतृत्वमा गत मंसिर १९ गते सरकार बनाएका थिए । कांग्रेसको नेतृत्वमा सर कार बनेको ६ महिनाभन्दा बढी भइसक्दा पनि हालसम्म सरकार ले गति नलिएको भन्दै मधेस केन्द्रित दलले असन्तुष्टि जनाउन थालेका छन् ।

# बर्दिबासमा जनजाती महोत्सव २०८३ हुने

**खबर दर्पण समाचारदाता**

**वैशाख २ गते, बर्दिवास**

महोत्तरीको बर्दिबास पुन: एकपटक सांस्कृतिक र आर्थिक गतिविधिको चलायमान केन्द्र बन्ने तयारीमा छ। यहाँ "आदिवासी जनजाति महोत्सवको पाँचौं संस्करण २०८३" आयोजना हुने भएको छ, जसले महोत्तरी जिल्लामा बसोबास गर्ने विविध जनजातिहरूको मौलिक पहिचानलाई उजागर गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ जिल्ला समन्वय परिषद् महोत्तरीले बुधवार बर्दिवासमा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरेर जनाएको छ।

महोत्सब यही वैशाख ११ गतेदेखि २५ गतेसम्म सञ्चालन हुने महोत्सव बर्दिबास नगरपालिका-१४ स्थित हाल रहेको शुभ स्वस्तिक अस्पतालको पछाडी रहेको खुल्ला मैदानमा सञ्चालन हुनेछ। आयोजकका अनुसार यो महोत्सव केवल मनोरञ्जनको माध्यम मात्र नभई आदिवासी जनजातिहरूको ऐतिहासिक परम्परा, भाषा, भेषभूषा,कला र संस्कृतिलाई संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्ने एउटा सशक्त अभियान समेत हो।

महोत्सवमा महोत्तरीमा बसोबास गर्ने थारु, मगर, तामाङ, राई, गुरुङ, नेवार, भुजेल, माझी लगायत करिब १० जातीय समुदायका मौलिक संस्कृति प्रस्तुत गरिनेछ। साथै महोत्सबमा परम्परागत नृत्य, भेषभूषा, सांस्कृतिक प्रस्तुति र स्थानीय खानाका परिकारहरूले महोत्सवलाई जीवनतता दिनेछन्। यसले नयाँ पुस्तालाई आफ्नो जरा चिनाउने र सांस्कृतिक विविधताको सम्मान गर्न प्रेरित गर्ने विश्वास गरिएको छ। महोत्सव स्थलमा करिब १५० वटा स्टल रहनेछन्, जसमध्ये १५ स्टल जनजातिको संस्कृति र भेषभूषा प्रदर्शनका लागि छुट्याइएको छ। बाँकी स्टलहरूमा स्थानिय कृषि तथा औद्योगिक उत्पादनलाई प्राथमिकता दिँदै नि:शुल्क उपलब्ध गराइने व्यवस्था गरिएको छ भने स्थानीय व्यापारीलाई ब्यवसायगर्न स्टल भाडामा २० प्रतिशत छुट प्रदान गरिनेछ। यसले स्थानीय अर्थतन्त्र चलायमान बनाउने र किसान तथा उद्यमीलाई बजार पहुँचमा विस्तार गर्ने अवसर दिने अपेक्षा गरिएको छ।

# वातावरण संरक्षणमा सक्रिय.....................

डिलमा कपुरको वृक्षरोपण गर्दै वातावरण संरक्षण र हरियाली प्रवर्द्धनमा सबैको सक्रिय सहभागिता आवश्यक रहेको बताएका छन्।

वृक्षरोपणपछि आयोजित कार्यक्रममा सभामुख यादवले परम्परागत चाडपर्वहरूलाई वातावरणमैत्री गतिविधिसँग जोड्नु समयको आवश्यकता भएको उल्लेख गर्दै वृक्षरोपणले जलवायु परिवर्तनको असर न्यूनीकरण गर्न सहयोग पुग्ने बताए । उनले मिथिला क्षेत्रका मौलिक संस्कार र संस्कृतिसँग प्रकृति संरक्षणको गहिरो सम्बन्ध रहेकाले यस्ता अभियानलाई निरन्तरता दिनुपर्ने विचार व्यक्त गरे।

सो अवसरमा जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाका प्रमुख मनोज साहले नगरलाई हरित र स्वच्छ बनाउने लक्ष्यअनुरूप वृक्षरोपण अभियानलाई प्राथमिकतामा राखिएको बताउनुभयो । उहाँले जुडशितलजस्ता पर्वले सामाजिक एकता र वातावरणीय चेतना दुवै प्रवर्द्धन गर्ने भएकाले यस्ता कार्यक्रमलाई व्यापक बनाइने जानकारी दिए।

मेयर साहले नगर क्षेत्रका सार्वजनिकस्थल, सडक किनार र जलाशय आसपास हरियाली विस्तार गर्न योजनाबद्ध रूपमा वृक्षरोपण अभियान सञ्चालन गरिने उल्लेख गर्दै स्थानीयवासीलाई पनि यसमा सहभागिता जनाउन आह्वान समेत गरे।

आयुर्वेद हाम्रो परम्परागत चिकित्सा प्रणाली हो जसले प्राकृतिक तरिकाले स्वास्थ्य जोगाउन र रोगबाट बच्न मद्दत गर्छ । यो एक प्राचीन अभ्यास हो । यसले शरीर, मन र आत्मालाई सन्तुलनमा राख्न मद्दत गर्छ ।

### आयुर्वेदका मुख्य सिद्धान्त

शरीर तीन दोष (वात, पित्त, कफ) बाट बनेको हुन्छ
यी दोषहरूको सन्तुलन बिग्रिँदा रोग लाग्छ
प्राकृतिक औषधि र जीवनशैली सुधारबाट उपचार सम्भव हुन्छ

### आयुर्वेदका फाइदाहरू

प्राकृतिक र साइड इफेक्ट कम हुने उपचार
रोग लाग्नुभन्दा पहिले नै रोकथाममा सहयोग
पाचन प्रणाली सुधार
रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ
आफैंले औषधि प्रयोग नगर्नुहोस्, विशेषज्ञको सल्लाह लिनुहोस्
जडीबुटीको सही मात्रा र प्रयोग विधि जान्नु आवश्यक छ
स्वच्छता र सन्तुलित आहार अत्यन्त महत्वपूर्ण छन्
आधुनिक चिकित्सा र आयुर्वेद दुवैको सन्तुलित प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ
"प्रकृतिसँग नजिक रहौं, आयुर्वेद अपनाऔं, स्वस्थ जीवन बिताऔं।"

**अनुरोधकर्ता :**

**जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका**

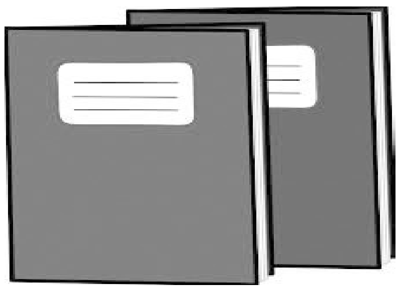
**धनुषा , जनकपुरधाम**

**मधेश प्रदेश**

**शिरीष अफसेट प्रेस**

बर्दिवास नगरपालिका-१ राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक नजिकै), महोत्तरी

✓ पत्रिका
✓ क्यालेण्डर
✓ रजिष्टर, डाइरी
✓ किताब
✓ परीक्षा कपी
✓ पर्चा पम्पलेट
✓ बिल, भाउचर,



✓ स्क्रिन प्रिन्ट
✓ विवाह कार्ड
✓ प्रमाण पत्र
✓ भिजिटिङ्ग कार्ड
✓ झोला प्रिन्ट
✓ रबर स्टाम्प

✓ फ्लेक्स प्रिन्ट
✓ ब्यानर प्रिन्ट
✓ होर्डिङ्ग बोर्ड
✓ स्टिकर
फाइल

साथै होम डेलिभरीको सुविधा छ ।

सम्पर्क नम्बर: ९८४४०२५१८४, ९८०७६७५१२५, ९८१५८८९६८२

# गौशालामा सहलेस मेला,लोकनाच बने प्रमुख आकर्षण

धर्वेन्द्रकुमार यादव 'यदुवंशी'
**वैशाख २ गते, महोत्तरी**

महोत्तरी जिल्लाको गौशाला नगरपालिका-१० भरतपुरमा यस वर्ष पनि परम्परागत राजा सहलेसको मेलाको आयोजना गरिएको छ। वैशाख १ गतेदेखि २ गतेसम्म सञ्चालन हुने उक्त मेला धार्मिक तथा सांस्कृतिक दृष्टिले स्थानीयस्तरमा विशेष महत्व बोकेको छ। दलित समुदायअन्तर्गत पर्ने पासमान (दुसाध) जातिका कुल देवता मानिने राजा सहलेसप्रति श्रद्धा प्रकट गर्न आयोजना गरिने यस मेलामा स्थानीय तथा छिमेकी पालिकाबाट उल्लेखनीय संख्यामा भक्तजनको सहभागिता रहने गरेको छ।

ऐतिहासिक तथा लोककथाअनुसार राजा सहलेसलाई न्यायप्रिय, साहसी तथा जनमुखी लोकनायकका रूपमा लिइन्छ। पकडिया गढका राजा कुहलेश्वरको दरबारमा सामान्य चौकीदारका रूपमा कार्यरत रहेका सहलेसले आफ्नो कार्यकुशलता, सुझबुझ र जनसम्पर्क क्षमताका आधारमा पछि राजाबाटै 'राजा'को पदवी प्राप्त गरेको विश्वास गरिन्छ। उनी गरिब, दुःखी तथा उत्पीडित समुदायका संरक्षकका रूपमा समेत परिचित छन्। यसैगरी लोकगाथामा कुहलेश्वरका चार छोरीहरू रेशमा, कुसमा, दोना र हीरा तन्त्रविद्यामा पारंगत रहेको उल्लेख पाइन्छ। तीमध्ये कुसमा सहलेसप्रति आकर्षित रहेको जनविश्वास भए पनि सहलेसको वैवाहिक अवस्थाका कारण उनीहरूको प्रेम सम्बन्ध विवाहमा परिणत हुन नसकेको बताइन्छ।

सोही कथासँग जोडेर कुसमाको सहलेसप्रतिको प्रतीक्षा र सुनाखरी फूल फुल्ने विश्वासलाई सांस्कृतिक प्रतीकका रूपमा लिइन्छ। राजा सहलेससँग सम्बन्धित सलहेस फुलबारी, महिसोथा, नन महरी पर्वत, छोपरा चौरी, विराटपुर, त्रिवेणीधाम, पकडियागढ तथा मानिक दहजस्ता स्थलहरूमा प्रत्येक वर्ष परम्परागत रूपमा मेला लाग्दै आएको छ। यस वर्षको मेलामा मिथिलाञ्चल तथा तराई-मधेशको लोकगाथासँग सम्बन्धित लोपोन्मुख मानिँदै आएको राजा सहलेसको नाच विशेष आकर्षणको रूपमा प्रस्तुत गरिएको थियो। नाच हेर्न वृद्ध, महिला तथा युवाहरूको उल्लेखनीय उपस्थिति देखिएको थियो। स्थानीयले उक्त प्रस्तुतिलाई सांस्कृतिक पुनर्जागरणको संकेतका रूपमा लिएका छन्। सोही क्रममा स्थानीय सुरेश महतोले सहलेस नाच पुनः जीवन्त बन्दै गएको अनुभूति भएको बताएका छन्।

यसैगरी गौशाला नगरपालिका-१० का स्थानीय मनिक लाल महतोले मेला लामो समयदेखि परम्परागत रूपमा हुँदै आएको भए पनि पर्याप्त प्रचार-प्रसारको अभावमा स्थानीय तथा छिमेकी पालिकाभन्दा बाहिरका दर्शक आकर्षित हुन नसकेको बताए।गौशाला नगरपालिका-११ का स्थानीय राम नाथ महतोले मेला सामाजिक सद्भाव र सांस्कृतिक एकताको प्रतीक भएको उल्लेख गरे। मेलाको व्यवस्थापन स्थानीय पासमान समुदायले चन्दा संकलनमार्फत गर्दै आएको छ।

मेला व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष बिल्टु पासमानका अनुसार मेलामा करिब २ देखि ३ लाख रुपैयाँसम्म खर्च हुने गरेको छ। समितिमा ब्रहम देव पासमान, महेश पासमान र रोहित पासमान सदस्य रहेका छन्। आयोजकका अनुसार मेलामा धार्मिक अनुष्ठानका साथै विविध सांस्कृतिक कार्यक्रमसमेत सञ्चालन गरिएको छ।

योग एक प्राचीन अभ्यास हो । यसले शरीर, मन र आत्मालाई सन्तुलनमा राख्न मद्दत गर्छ ।

**योगका फाइदाहरू**

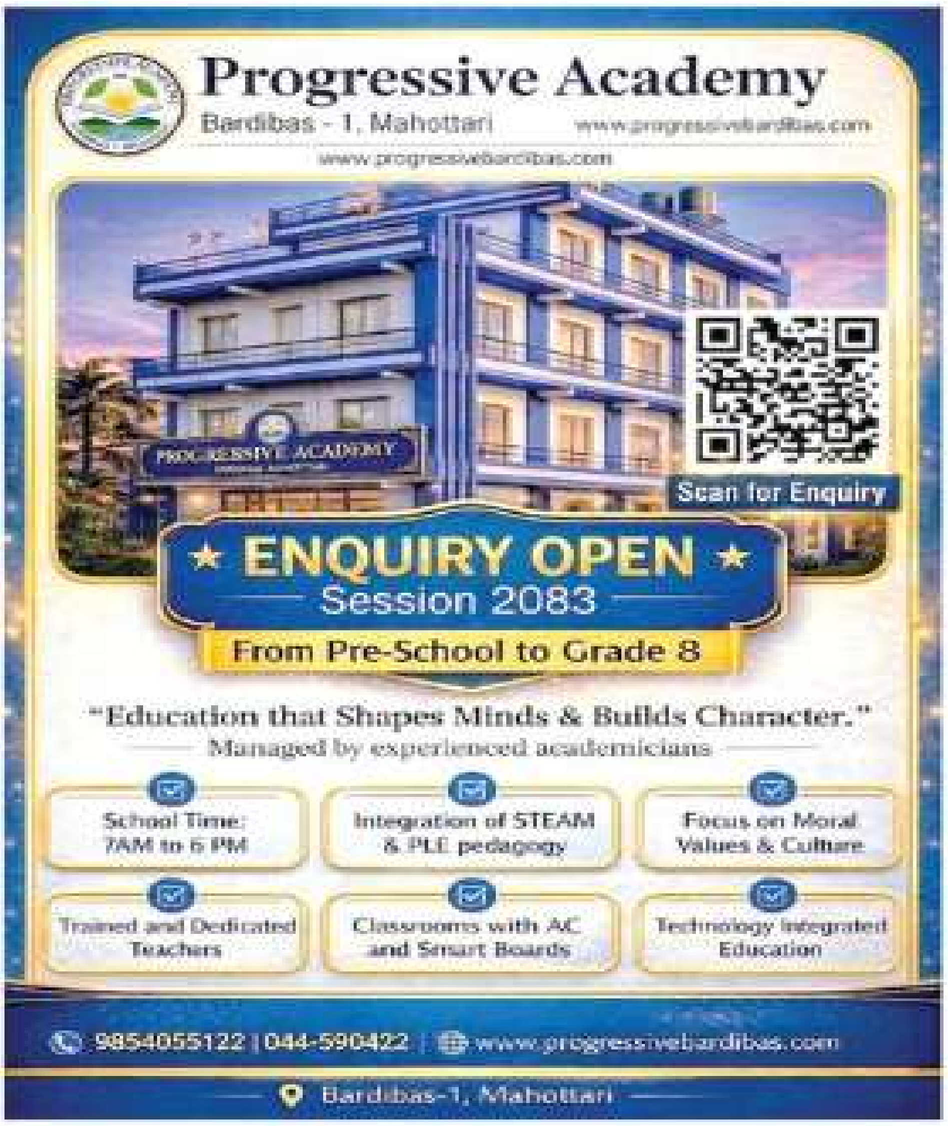
शारीरिक स्वास्थ्य सुधार: शरीर लचिलो र बलियो बनाउँछ
मानसिक शान्ति: तनाव, चिन्ता र डिप्रेसन कम गर्छ
रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ
निद्रा सुधार गर्छ
ध्यान केन्द्रित गर्न सहयोग गर्छ

**ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू**

खाली पेट वा हल्का खाना खाएपछि मात्र योग गर्नुहोस्
शुरुवातमा सजिला आसनहरूबाट अभ्यास सुरु गर्नुहोस्
दीर्घ रोग वा स्वास्थ्य समस्या भएमा चिकित्सकको सल्लाह लिनुहोस्
नियमित अभ्यास गर्नु अत्यन्त आवश्यक छ
सामान्यतया बिहानको समयमा योग गर्नु उत्तम मानिन्छ।
यसले दिनभर ऊर्जा र सकारात्मकता दिन्छ।

अनुरोधकर्ता :

**जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका**
धनुषा , जनकपुरधाम
मधेश प्रदेश




अत्याधुनिक प्रविधि तथा विशेषज्ञ सेवासहित ३ वर्षे नर्सिङ कलेज भएको
महोत्तरीको एकमात्र अस्पताल

- २४ सैं घण्टा इमर्जेन्सी सेवा
- ICU, NICU, PICU सेवा
- X-Ray, USG, CT Scan सेवा
- Endoscopy/Diode Laser सेवा
- Laproscopy सेवा
- क्याबिनको समेत व्यवस्था भएको
- विभिन्न रोगहरुको विशेषज्ञ डाक्टरहरुद्वारा उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा
- 24/7 Ambulance सेवा

SHUBHA SWOSTIK HOSPITAL PVT.LTD

शुभ स्वस्तिक हस्पिटल प्रा.लि.
मेनरोड बर्दिवास, महोत्तरी
044-550255

खबर दर्पण राष्ट्रिय दैनिक प्रकाशनका लागि प्रकाशक/सम्पादक : अजय कुमार साह, (९८४४०२५१८४) कार्यकारी सम्पादक : विशाल बस्नेत (९८६३६३२९८९)
उप-सम्पादक : धर्वेन्द्र कुमार यादव 'यदुवंशी' (९८५४०२९०५३) E-mail : khabardarpan.news@gmail.com / ajay.shahjnk@gmail.com
प्रधान कार्यालय : बर्दिबास -३, महोत्तरी र शाखा कार्यालय क्षीनपा - ५ महेन्द्रनगर , धनुषा मुद्रक : एएसडी अफसेट प्रेस क्षीनपा-५ महेन्द्रनगर धनुषा,