वर्षः४, अंक ११, २०७८ असोज २१ गते बिहीवार 2021 OCT. 7 Thursday मूल्यः १० पृष्ठः ८

६


# खबरमञ्च

साप्ताहिक

झा.जि.प्र.का.द.नं. १४२/०७३/०७४

७

# मेचीनगरको गोबर ग्यास प्लान्ट फोहोर फाल्ने ठाउँ

**मेचीनगर ।** मेचीनगरमा पाँच वर्षअघि निर्माण गरिएको गोबर ग्यास प्लान्ट प्रयोगविहीन बनेको छ ।

पूर्व-पश्चिम राजमार्गदेखि ५० मिटर दक्षिण मेचीनगर नगरपालिका-१० स्थित टिमाई पुल नजिकै रहेको धुलाबारी पशुहाट बजार परिसरभित्र प्रयोगविहीन गोबर ग्यास प्लान्ट अहिले जीर्ण अवस्थामा छ ।

कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयको आर्थिक सहयोग र मेचीनगर नगरपालिकाको सहकार्यमा आर्थिक वर्ष २०७१/७२ मा ५० लाख रुपैयाँ बराबरको बजेट खर्चिएर पशुहाट बजार भित्र गोबर ग्यास प्लान्ट निर्माण गरिएको थियो ।

मेचीनगर नगरपालिकाले सरकारी सम्पत्तिको संरक्षणसँगै प्रयोगमा नल्याउँदा सरकारको लाखौँ लगानी खेर गएको स्थानीयले बताएका छन् । गोबर ग्यास प्यान्ट क्षेत्र अहिले फोहोर मैला फाल्ने डस्बिनमा परिणत भएकोमा स्थानीयले गुनासो समेत पोखेका छन् ।

लामो समय जनप्रतिनिधि विहीन भएको अवस्थामा नगरपालिका कर्मचारी संयन्त्रको पालामा सो प्लान्ट निर्माण गरिएको थियो । प्यान्ट निर्माण सम्पन्न भएपछि आफूहरूले त्यसको प्रत्यक्ष सुविधा लिने आशा पलाएको बताउँदै स्थानीय राजकुमार दनुवारल भने, 'तर त्यो अवस्था नगरपालिकाले दिएन, प्रयोगविहीन हुँदा अहिले सो प्लान्ट जीर्ण अवस्थामा छ, जहिले पनि भत्किन सक्छ ।'

'नगरपालिकाको बेवास्ता कारण सो क्षेत्र दुर्घटना घट्न सक्ने जोखिममा परिणत भएको छ, गाउँघरका केटाकेटी खेल्ने क्रममा प्लान्टभित्र लडे भने अकालै ज्यान गुमाउनु पर्ने हुन्छ,' उनले भने ।

हाम्रो गाउँघर नजिकै नगरपालिकाले प्यान्ट त बनायो, तर यसलाई प्रयोग नल्याउँदा सरकारको लाखौँ बजेट मात्र डुबाएकोमा स्थानीय कुमारी दनुवारले चिन्ता व्यक्त गरिन् । 'नगरपालिकाले त्यो बजेटबाट प्लान्ट निर्माण नगरी खोलामा तटबन्ध लगाएको भए सहज हुन्थ्यो,' उनले भनिन् ।

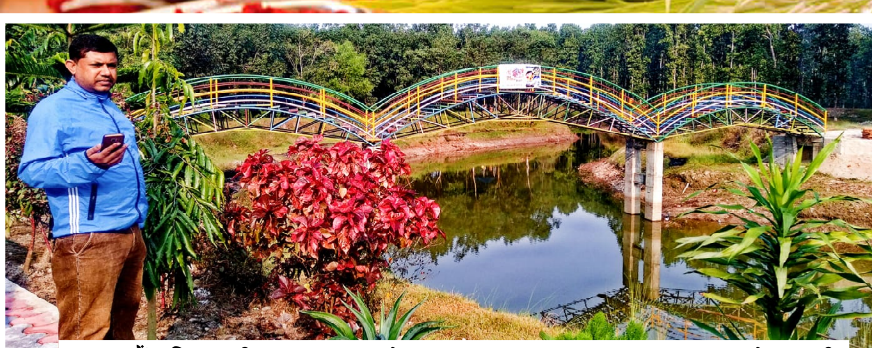
लामो समयसम्म प्लान्टलाई प्रयोगमा नल्याउनुको पछाडि नगरपालिकाका कर्मचारीहरूको मिलेमतो र कमिसनको खेल हुन सक्ने स्थानीयले आरोप समेत लगाएका छन् ।

नगरपालिकाले समयमै प्लान्टलाई प्रयोग ल्याउनुका साथै संरक्षण गर्दा अहिले त्यसलाई भत्काउनु पर्ने अवस्था आउन थिएन ।

पेज ४


दसैं, तिहार तथा छठ पर्व २०७८ को

मङ्गलमय शुभकामना



बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

अध्यक्ष : योगराज भट्टराई (योगेश)

कालिका सामुदायिक वन उपभोक्ता समुह

मेचीनगर-११/१२, धाइजन (झापा)

कालिका सिमसारको भ्रमण गरौं । आन्तरिक पर्यटनलाई प्रबर्धन गरौं ।



चाडबाडको समयमा खानपानमा ध्यान दिऔं ।

- मासु तथा मासुजन्य पदार्थको अत्याधिक उपभोग नगरौं ।
- काटेको वा पकाएको मासु तथा मासुजन्य पदार्थ सुरक्षित राखेर मात्र उपभोग गरौं ।
- सडेगलेको र गन्हाएको मासुजन्य पदार्थ उपभोग नगरौं ।
- मासु तथा मासुजन्य पदार्थ धेरै खाँदा पचाउन गाह्यो हुने भएकाले अन्य खानेकुरासँग सन्तुलन मिलाएर उपभोग गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

# दसैं, तिहार तथा छठ पर्व २०७८ को

# मङ्गलमय शुभकामना

## सम्पूर्ण नगरवासीहरुमा मेचीनगर नगरपालिकाको अनुरोध

**चाडपर्वहरु सु-व्यवस्थित गर्न/गराउन निम्नानुसार व्यवस्थापन मिलाई सम्वन्धित सरोकारवाला निकायहरुवाट प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्न अनुरोध साथ यो सूचना जारी गरिएको छ ।**

१) म्याद गुज्रेका, खान अयोग्य खाद्य वस्तुहरुको विक्री वितरण, ओसार पसार नगर्न नगराउन हुन ।
२) सबैले देख्ने, बुझ्ने गरी अनिवार्य रुपमा मूल्य सूची राख्न हुन ।
३) सडक, यातायत, आवागमन अवरोध हुने गरी जथाभावी विभिन्न सामग्री तथा निर्माण सामग्री थुपारी अवरोध नगर्न हुन ।
४) जथाभावी फोहोरमैला नगर्न नगराउन हुन ।
५) तास, जुवा, डाइस जस्ता निषेधित कार्य नगर्न नगराउन हुन ।
६) कृत्रिम अभाव सृजना गरी मूल्यवृद्धि लगायत अन्य अवान्छित आर्थिक क्रियाकलाप सञ्चालन नगर्न हुन ।
७) सार्वजनिक महत्वका स्थानहरु सडक, वन, विद्यालय लगायका स्थलहरुमा छाडा पशु चौपाया नछोड्न हुन ।
८ परम्परागत रुपमा चलिआएका मेला, उत्सव वाहेक पूर्व स्वीकृती नलिई अनावश्यक भीडभाड हुने मेला उत्सवको आयोजना नगर्न हुन ।
९) चाडपर्वको अवसरमा हुन सक्ने अवान्छित गतिविधिलाई न्यूनीकरण एवं नियन्त्रण गर्न गराउन सुरक्षा निकायहरुवाट भैरहेको विशेष सुरक्षा व्यवस्थालाई अझ प्रभावकारी रुपमा कार्यान्वयन गर्न गराउन हुन ।
१०) आकस्मिक सेवा सम्वन्धमा आवश्यक पर्ने दमकल, एम्वुलेन्स जस्ता साधनहरु दुरुस्त राख्ने व्यवस्था मिलाउने ।
११ ) पटका एवं आतिशवाजीका सामाग्रीको प्रयोग निरुत्साहित गर्ने ।

**साथै, नेपालीहरुको महान चाड दशैं, शुभ दिपावली एवं छैठको पावन अवसरमा सम्पूर्ण नगरवासीहरुमा सु-स्वास्थ्य, दिर्घायू, उत्तरोत्तर प्रगति र समृद्धिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ब्यक्त गर्दछौं ।**

**विमल आचार्य**
नगर प्रमुख

**मीना पोखरेल उप्रेती**
नगर उपप्रमुख

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत : **खेमराज ओझा**

**मेचीनगर नगरपालिका**
**नगर कार्यपालिकाको कार्यालय**
**इटाभट्टा, झापा प्रदेश नं. १ नेपाल**

मुद्रण : हाम्रो प्रकाशन समूह प्रालि । कार्यालय मेचीनगर-६,(झापा) फोन : ०२३-५६३५९० । (Paudel.swadhin@gmail.com)
प्रकाशक/सम्पादक : प्रकाश पौडेल (९८५२६६३५९०)

## सम्पादकीय

# सुरु भयो दसैं

नेपालीको महत्वपूर्ण चाड दसैं हाम्रो घर आँगनमा भित्रिएको छ। आजबाट औपचारिक रुपमा दसैं पर्व सुरु भएको छ। दसैं विदा भए लगत्तै तिहार र छठ पर्वको रमझम सुरु हुन्छ। यी चाडपर्वको धार्मिक महत्व आफ्नो ठाउँमा छ, त्यसभन्दा अझ महत्वपूर्ण पाटो सांस्कृतिक पक्ष हो। चाडपर्व हाम्रो संस्कृतिका अभिन्न अंग बनिसकेका छन्। यद्यपि संस्कृतिसँगै विकृति पनि भित्रिरहेका छन्। चाडपर्वमा देखिने विकृतिलाई रोक्न सकिएन भने यसको सांस्कृतिक महत्व क्षीण हुँदै जाने खतरा हुन्छ।

चाडपर्वको अवसरमा बजारमा आर्थिक गतिविधि बढ्नु स्वाभाविक हो। वस्तुको खरीद/बिक्री यही बेला बढ्ने भएकोले बर्षौंसम्म बिक्री नभएका, उपभोग गर्न नमिल्ने वस्तुहरु बिक्री गरेर व्यापारीले उपभोक्तालाई ठग्ने गर्दछन्। सरकारले दरोढंगले बजार अनुगमन नगर्दा खान नहुने वस्तु उपभोग गर्ने र बिरामी पर्ने घटनाहरु चाडपर्वमा बढी भइरहेका छन्। यसमा स्थानीय सरकार तथा उद्योग वाणिज्य संघजस्ता संस्थाहरुले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न जरुरी हुन्छ।

चाडपर्वलाई कम खर्चिलो र विकृतिमुक्त बनाउने हो भने हाम्रो सोचाइ र संस्कारमै परिवर्तन ल्याउन जरुरी छ। त्यसतर्फ केही प्रयास नभएको होइन। तर, उपभोक्तावादी संस्कृति र विदेशीको नक्कल गर्ने प्रवृत्ति हावी हुँदै गएकाले यो काम निकै कठीन छ। तर पनि सामाजिक जागरणको काम कठीन र चुनौतीपूर्ण हुने भएकाले यसलाई निरन्तरता दिइरहनु पर्ने हुन्छ। तुरुन्तै लक्ष्यमा पुग्ने चाहना राख्नुभन्दा कम गर्दै लैजान सकियो भने चाडपर्वमा देखिने विकृतिहरु घटेर जाने देखिन्छ।

# यसकारण मनाइन्छ बडादसैं

१५ दिनसम्म मनाइने महान पर्व विजयादशमी पर्व घटस्थापनासँगै सुरु भइसकेको छ भने पूर्णिमाको दिन यसको बिधिवत रुपमा अन्त्य हुन्छ। यसमध्ये पनि दशैंको पहिलो १० दिनको महत्व एकदमै धेरै रहेको छ। प्राचीनकालदेखि मनाईंदै आएको यो दशैंको धार्मिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक र सामाजिक लगायत यावत महत्व रहेको छ।

दशैंको धार्मिक महत्वलाई हेर्दा यो दैवी शक्तिमाथि आसुरी शक्तिको पराजय भएको उपलक्ष्यमा मनाउने गरिन्छ। त्यस्तै, यो पर्वको पौराणिक कहानीमाथि पनि प्रतीकात्मक अर्थको खोजी गर्ने हो भने यो भित्र पनि वैज्ञानिकता लुकेको पाइन्छ।

नौ दिनसम्म देवी र महिषासुरको युद्धमा महिषासुरको पराजय भएको स्मरणमा विभिन्न किसिमका देवीहरुको पूजा गर्ने गरिन्छ। हामीले दशैंको नौ दिनसम्म पूजा गर्ने देवीको स्वरुपको आधारमा पनि हामी दशैंको धार्मिक महत्व पत्ता लगाउन सक्दछौं।

दशैंको पहिलो दिन सुख(समृद्धि र ऐश्वर्यको प्रतीक मानिने कलश स्थापना गरेर घटस्थापना गरिन्छ। घटलाई सुख-समृद्धि र ऐश्वर्यदायक तथा मंगलकारी मान्ने गरिएको छ। यहीदिन घटको पूजा गर्नुले घरको सबै विपददायक तरंगहरु नष्ट भएर सुख शान्ति र समृद्धि आउने धार्मिक विश्वास छ। दशैंको पहिलो दिन हामी दुर्गाको शैलपुत्री स्वरुपको पूजा गर्ने गर्दछौं।

दोस्रो दिन हामीले नवदुर्गा मध्येकी दोस्री देवी ब्रहमचारिणीको पूजा गर्छौं। भक्तहरुलाई सिद्ध र अनन्त फल दिने देवीको रुपमा ब्रहमचारिणी देवीलाई मान्ने गरिएको छ। पहिलो दिन सुख, शान्ति र समृद्धिको कामना सहित गरिएको तपको भोलिपल्ट हामीले त्यो तपलाई सिद्ध गर्नको लागि ब्रहमचारिणी स्वरुपको ध्यान गर्ने गरेका छौं। त्यस्तै, तेस्रो दिन हामी अस्तव्यस्त मनलाई एकाग्र हुन सिकाउने तेस्री दुर्गा चन्द्रघण्टाको पूजा गर्ने गर्दछौं। पहिलो दिनदेखि सुरु भएको साधनामा अन्यत्र मन नजाओस् भन्नको लागि यस्तो पूजा गर्ने गरिन्छ।

त्यस्तै, चौथो दिन मृत्यु, रोग र कमजोरीबाट मुक्ति दिने देवी कुष्माण्डाको पूजा गरिन्छ। नवरात्रिकी पाँचौं दिन पूजा देवी स्कन्दमाताको पूजा ज्ञान र विद्वताको लागि गर्ने गरिन्छ। दशैंको छैटौं दिन गुप्त रहस्यकी प्रतीक कात्यायनी देवीको पूजा गरिन्छ। सातौं दिन उग्रस्वरुपकी सुख दायिनी देवीको पूजा गरिन्छ। नवरात्रको आठौं दिन सौन्दर्य र करुणामयी देवी महागौरीको पूजा गरिन्छ भने नवरात्रको नवौं दिन सिद्धिदात्रीको पूजा गर्ने गरिन्छ।

यसरी कुनैपनि व्यक्ति भित्र रहेको अशान्ति, मनको अस्तव्यस्तता, अज्ञानता, रोग, कष्ट आदिलाई नौ दिनसम्मको साधनाबाट आफ्नो शरीरबाट छुटाउने पर्वको रुपमा यसलाई व्याख्या गर्ने गरिएको छ। पहिले जुनसुकै कुरालाई पनि धर्मसँग जोडेर व्याख्या गर्दा त्यसले स्थायित्व पाउने र धर्मकै डरले पनि त्यस्ता परम्पराहरुले निरन्तरता पाउने भएकोले यस्ता विषयहरुलाई धार्मिक घटनासँग जोड्ने गरिएको थियो।

अर्कोतर्फ शारदीय शुक्ल पक्ष र वसन्तीय शुक्लपक्षको १५ दिने दुर्गाको स्मरण र पूजाको हिसाबले शुभ मानिन्छ। त्यसैले पनि यो समयमा दुर्गा पूजा गर्ने गरिएको हो। त्यसैले धार्मिक एवं आध्यात्मिक महत्वको आधारमा हेर्दा नौ दिनसम्मको साधनापछि हामी टीकाको दिन मान्यजनबाट आशीर्वाद लिएर नयाँ सुखी र समृद्ध जीवनको सुरुवात गर्ने पर्व हो दशैं।

दशैंमा नवदुर्गाको पूजा गर्नुकोपछि प्रतीकात्मक एवं वैज्ञानिक महत्व पनि कम छैन। दशैंमा लगाउने टीकाको वैज्ञानिक पक्ष, बलिको बैज्ञानिक पक्ष, जमराको महत्व आदि पनि रहेका हुन्छन्। हामीले दशैंमा राख्ने जमरालाई सांस्कृतिक दृष्टिले दीर्घायूको प्रतीक मानिन्छ। तर, जमराको वैज्ञानिकता खोज्दा बिहान शारीरिक व्यायाम गरेपछि जौं र गहुँको जमराबाट बनेको जुस पिउने हो भने रोगसँग लड्ने क्षमताको वृद्धि हुन्छ र धेरै रोगको निको समेत हुने कुरा वैज्ञानिक रुपमा पुष्टि समेत भइसकेको छ। जमराको जुसले क्यान्सर, रक्तचाप, महिलामा हुने महिनावारी गडबडी, थाइराइड, नसासम्बन्धी रोगका बिरामीलाई फाइदा गर्दछ। त्यस्तै, क्यान्सर, डाइविटिजलगायतका रोगीले यस्तो जुस पिउँदा फाइदा हुने बताइएको छ। जौं र गहुँको जमराबाट बनाएको जुसमा रोगसँग लड्ने क्षमता बढी हुने हुँदा विभिन्न किसिमका बाथ रोग, चिनी रोगलगायत बहुसंख्यक रोगबाट बच्न पनि नियमित यसको सेवन गर्न सकिन्छ। मानव शरीरमा रहेका सबै नाडीहरुमध्ये इडा, पिङ्गला र सुषुम्नालाई मुख्य मानिन्छन्। सुषुम्ना मस्तिष्कको मध्यभागबाट निधारतर्फ निस्केको हुन्छ। सुषुम्नालाई ज्ञानको प्रवाहक मानिन्छ। त्यसैले सुषुम्नामा पर्ने गरी नै टीका लगाइन्छ।

निधारमा लगाइएको चन्दनले मानिसका विकारयुक्त किटाणुको नाश गर्ने, विचार शुद्ध राख्ने, वीर्य संरक्षण गर्ने मान्यता रहेको छ। चन्दन लगाउँदा मन शीतल हुन्छ भन्ने मान्यता समेत रहेको छ। मस्तिष्कको तातोपनालाई सन्तुलित राख्न पनि चन्दन टीका लगाउने गरिन्छ। यस्तै हरेक परम्पराको वैज्ञानिक महत्व रहेको पाइन्छ।

अर्कोतर्फ दशैंको ऐतिहासिक महत्व पनि उस्तै छ। ऐतिहासिक रुपमा यो पर्व यही मितिदेखि सुरु भयो भनेर त अहिलेसम्म पत्ता लागिसकेको छैन। तर, यो आजभन्दा ६ हजार वर्ष पहिलेदेखि नै सुरु भएको अनुमान गरिएको छ।

प्राचीन पूर्वीय सभ्यता सिन्धुघाँटीको सभ्यताको समयदेखि नै यसको सुरु भएको अनुमान गर्ने गरिएको छ। त्यसपछिको वैदिककालमा देवी र शक्तिको पूजा गर्ने प्रचलन पनि रहेकोले वैदिककाल भन्दा अघि नै यसको सुरुवात भएको मान्न सकिने आधार रहेको छ। त्यसैले सबैभन्दा पुरानो सभ्यताको समयदेखि चलेको यो चार्डको ऐतिहासिक महत्व पनि निकै रहेको मान्न सकिन्छ। सामाजिक महत्व तर्फ यो चार्ड भातृत्व र एकताको पर्व हो। विभिन्न कारणले परिवारबाट छुटेकाहरुले एकैठाउँमा भेला भएर एक आपसमा खुशी साँट्ने गर्दछन्। त्यसैले यो पर्वको महत्व निकै धेरै रहेको छ। वर्षमा एक पटक भएपनि राम्रो लगाउने र मिठो खाने गरिन्छ। यसले गर्दा सधैंभरीको पीडालाई केही दिन भनेपनि भुलाउन मद्दत गर्दछ। त्यस्तै, अर्कोतर्फ यसमा प्रयोग गरिने कुपिण्डो, जमरा जस्ता औषधिमूलक फलफूलहरु समेत दशैंसँगै आउने गर्दछ। यसले चिकित्साको क्षेत्रमा पनि निकै महत्व दिने गरेको छ। त्यस्तै, आर्थिक महत्व अन्तर्गत् खेती गरेर खेती भित्र्याईसकेका वा भित्र्याउने बेला नभएर फुर्सद भएको बेलामा यस्तो पर्व मनाईन्छ। यो पर्वमा निकै आर्थिक चहलपहल हुने भएकोले आर्थिक क्षेत्रमा पनि यसको महत्व निकै रहेको मान्न सकिन्छ।

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

पूर्वाञ्चल संयोजक : गोविन्द घिमिरे

माइती नेपाल परिवार

काँकरभिट्टा, झापा

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

प्रोप्राइटर : रामबहादुर तामाङ

होटल बेनी परिवार

मेचीनगर-६, काँकरभिट्टा, झापा

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

हिमालयाज सिमेन्ट उद्योग प्रालि.

मेचीनगर-१४, दुहागढी (झापा)

# दसैँमा के खाने ? के नखाने ?

चाडबाडमा खानपानले बढी महत्व पाउने गर्छ। दसैँमा मासु, मदिरा र मिठाईको अत्यधिक प्रयोग गरिन्छ। तर, यसले हृदयाघात, मस्तिष्कघातजस्ता रोगको सम्भावना बढाउने हुनाले सचेत हुन जरुरी छ। विशेषगरी मासुजन्य खानेकुरा, चिल्लो, गुलियो, नुनिलो, तारेका खानेकुरा, जंकफुड आदिको अत्यधिक प्रयोग स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले लाभदायी मानिँदैन।

बढी चिल्लो र कोलेस्ट्रोलयुक्त खानेकुराले उच्च रक्तचाप, हृदयाघात, मस्तिकघातजस्ता मुटुसम्बन्धी समस्या निम्त्याउँछ। त्यस्तै पेटसम्बन्धी समस्या, फुड पोइजन, अल्सर, युरिक एसिड, मोटोपनजस्ता रोग लाग्ने सम्भावना अधिक हुन्छ। त्यसैले चाडबाडमा रमाइलोसँगै हामीले खानपानमा पनि ध्यान दिनुपर्छ।

**रातो मासु कम खाने**

खसी, बोका, च्यांग्राको मासु अर्थात् रातो मासु स्वास्थ्यका लागि हानिकारक हुने भएकाले यसको प्रयोग कम गर्नु नै उत्तम हुन्छ। यसको सट्टा कम बोसो हुने मासुजन्य खानेकुरा प्रयोगमा ल्याउनुपर्छ। रातो मासुको प्रयोग गर्दा उसिनेर गर्न सकिन्छ।

विकल्पमा माछा र अन्य सेतो मासु प्रयोग गर्न पनि सकिन्छ। अत्यधिक रूपमा रातो मासु खाँदा स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पर्ने अध्ययनले देखाउँछ। रातो मासुमा एमिलोइड नामक प्रोटिन पाइन्छ, जुन आवश्यकताभन्दा बढी भए दिमागमा जम्मा भएर बस्ने गर्छ र जम्मा भएको एमिलोइड नामक प्रोटिनले स्नायुकोषमा असर पुर्‍याउँछ।

यस्तै, आइरनको मात्रा बढी हुँदा अल्जाइमर्सको खतरा बढ्ने गर्छ। रातो मासुमा चिल्लो पदार्थ र कोलेस्ट्रोल मात्र नभई कार्निटाइन नामक यौगिक पनि पाइन्छ। पाचन प्रणालीले उक्त यौगिकलाई टुक्र्याएर ट्रिमेथाइलेमिन एक अक्साइड उत्पादन गर्छ, यसले मुटुको धमनीमा चिल्लो पदार्थ जम्मा गरी हृदयाघात गराउँछ।

मासुजन्य खानेकुरा, चिल्लो, गुलियो, नुनिलो, तारेका खानेकुरा, जंकफुड आदिको अत्यधिक प्रयोग स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले लाभदायी मानिँदैन। बढी चिल्लो र कोलेस्ट्रोलयुक्त खानेकुराले उच्च रक्तचाप, हृदयाघात, मस्तिष्कघातजस्ता मुटुसम्बन्धी समस्या निम्त्याउँछ। मधुमेहका रोगीले रातो मासु सकेसम्म खानु हुँदैन। हरेक साता नियमित रूपमा मासु खाँदा मधुमेह ५० प्रतिशतले वृद्धि हुने गर्छ, त्यसैले मधुमेहका बिरामी थप सचेत हुन जरुरी छ। रातो मासुले युरिक एसिड र गुदद्वारको क्यान्सरको सम्भावनासमेत बढाउँछ।

**तारेका खानेकुरा नखाने**

तारेका खानेकुरामा अत्यधिक मात्रामा चिल्लो पदार्थ हुन्छ। त्यसैले सकेसम्म यस्ता खानेकुराबाट टाढै रहनु बेस हुन्छ। यसको विकल्पमा आगोमा सेकेका, चिल्लो कम हालेर पकाएका वा सेकुवा खान सकिन्छ।

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
अध्यक्ष : दुर्गालाल श्रेष्ठ
प्रबन्धकः सरोज मेहरा
गृहलक्ष्मी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड
मेचीनगर-९, धुलाबारी (झापा)
'शीप उघाएर घैला भरौ र आत्मानिर्भर बनौं'

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
अध्यक्ष : कमल काफ्ले
व्यवस्थापक : मानस सिटौला
मेचीनगर बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मेचीनगर-९, धुलाबारी (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
प्रमुख : भीम श्रेष्ठ
चारआली प्रहरी चौकी
मेचीनगर-१३, चारआली (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
अध्यक्ष : बाबुलाल सुब्बा
तेक्वान्दो संघ झापा
जिल्ला कार्यसमिति झापा

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
अध्यक्ष : विष्णु कुमार लिम्बु
सचिव : सुभाष गुरुङ व्यवस्थापक : सुन्दर बहादुर मगर
जनप्रिय बचत तथा ऋण सहकारी संस्था परिवार
मेचीनगर-९, धुलाबारी (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
सञ्चालक : सुभाष ढकाल
चारआली मेडिकल हल
चारआली, झापा

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
सभापति : कञ्चन बराल
नेपाली काङ्ग्रेस
वडा समिति परिवार मेचीनगर-७

# हातेमालो सामुदायिक वनको अध्यक्षमा सिक्देल

**दुहागढी** । मेचीनगर-१३ स्थित हातेमालो सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको अध्यक्षमा चन्द्र प्रसाद सिक्देल सर्वसम्मत चयन भएका छन् ।

मंगलबार सम्पन्न संस्थाको आठौं वार्षिक साधारण सभाले सिक्देललाई अध्यक्षमा चयन गर्दै २१ सदस्यीय समिति गठन गरेको हो ।समितिको उपाध्यक्षमा विश्वनाथ धिताल, सचिवमा विमला विष्ट, सहसचिवमा सञ्जय राई र कोषाध्यक्षमा पुष्पा देवी वोखिम चयन भएका छन् । त्यसैगरी साधारण सभाले सदस्यहरुमा दीपक ढकाल, तुलाराम गौतम, लक्ष्मण कार्की, रुद्र कार्की, देवी सापकोटा, सन्तोष योङहाङ, सन्तोष न्यौपाने, टिकाराम मैनाली, ईश्वर मैनाली, नन्दी बराल, गुणलाल राजवंशी लगायत रहेका छन् ।

त्यसैगरी साधारण सभाले लेखा समितिको संयोजकमा मोहन अधिकारी लाई चयन गरेको छ । समितिको सदस्यहरुमा खगेन्द्र सिक्देल र जीवन प्रसाई रहेका छन् । समितिले आगामी बैकबाट सल्लाकार समिति चयन गर्ने जनाएको छ ।

## मेचीनगरको गोबर ग्यास........

लामो समय प्रयोगविहीन हुँदा अब त्यसलाई भत्काउनु बाहेक अन्य विकल्प नरहेको मेचीनगर नगरपालिका १० नम्बर वडा अध्यक्ष सुदय पनेरुले बताए । ‘दीर्घकालीन योजना बगेर नगरपालिकाले लाखौँ बजेट खर्चिएर प्लान्ट बनाउनु कार्य नै त्यस बेला गलत भयो,’ वडा अध्यक्ष पनेरुले भने, ‘प्लान्ट त बनाइयो, तर यसलाई एक चोटि पनि सुचारु गरेको मेरो जानकारी छैन, कसले, कसरी र कसको योजनामा प्लान्ट बनाएको यस विषयमा खोज्नु पर्ने अवस्था आएको छ ।’ सरकारको लाखौँ रकम डुबाउने योजना सरसर गलत भएको उनको भनाई छ ।

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

अध्यक्ष : हरि बुढाथोकी
व्यवस्थापक : दीपक काफ्ले

मेची कृषक बहुमुखी सहकारी संस्था लि.

मेचीनगर-७, इटाभट्टा (झापा)

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

खुट्टीडाँगी सामुदायिक बन उपभोक्ता समुह

मेचीनगर-९, खुट्टीडाँगी (झापा)

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

अध्यक्षः खिला मेचे / उपाध्यक्षः सन्तोष मेचे
सचिवः रेवन्तराज पोखरेल / व्यवस्थापकः गंगाप्रसाद मेचे

दुर्गेश्वरी कृषि सहकारी संस्था लि. परिवार

मेचीनगर-८, झापा

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

अध्यक्षः प्रह्लादमणि ओली
सचिव : चन्द्र निरौला

जोरसिमल कृषि सहकारी संस्था लि. परिवार

मेचीनगर-७, जोरसिमल (झापा)

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

अध्यक्षः तकदीर प्रसाईं
सचिवः हिमादेवी दाहाल
कार्यालय सचिवः तीर्थ नेपाल

बाँसवारी सामुदायीक बन उपभोक्ता समिति

मेचीनगर-११/१२ धाइजन (झापा)

बाँसवारी सिमसारको भ्रमण गरौँ । अन्तरिक पर्यटनलाई प्रबर्धन गरौँ ।

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

हातेमालो सामुदायिक बन उपभोक्ता समिति

मेचीनगर-१३/१४, झापा

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

संस्थापक/प्रिन्सिपलः बिष्णुप्रसाद रिमाल

युनिक इङ्लिस बोर्डिङ स्कूल

मेचीनगर-१२, सहेर्डाँगी (झापा)

हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

सञ्चालक : टिका गौतम

माँ पाथिभरा ब्लक उद्योग

बुद्धशान्ति-३, झापा
सम्पर्क : ९८४२६३३९६३

दसैं, तिहार तथा छठ पर्व २०७८ को

# मङ्गलमय शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा (प्याब्सन) मेचीनगरमा आबद्ध विद्यालय, शिक्षक, कर्मचारी, अभिभावक, विद्यार्थी लगायत सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

अध्यक्ष : डम्बर रुचाल

विक्रम क्षेत्री
उपाध्यक्ष

विनोद प्रधान
सचिव

कमल भेट्टवाल
कोषाध्यक्ष

सदस्यहरु

नेत्रप्रसाद खतिवडा, प्रतिक उराउ, शान्तिनारो गजमेर, विजय भट्टराई र कमल नेपाल

## निजी तथा आवासीय विद्यालय संगठन

(प्याब्सन) मेचीनगर समिति परिवार

# नवरात्रिमा दुर्गाका नौ रुप

**पहिलो दिन** : शैलपुत्री

पर्वत अर्थात् शैलकी छोरी भएकीले शैलपुत्री नाम भएको हो । शैलपुत्री पूर्वजन्ममा दक्षकी पुत्री थिइन् र सती नामले प्रसिद्ध भइन् । दुवै जन्ममा शिवसँगै विवाह भयो । दायाँ हातमा त्रिशूल र बायाँ हातमा कमल लिएकी शैलपुत्रीको वाहन वृषभ ( साँढे) हो ।

**दोस्रो दिन** : ब्रह्मचारिणी

ब्रह्म अर्थात् तपस्या र चारिणी भन्नाले आचरण गर्ने, यस आधारमा तपस्याको आचरण गर्ने देवी ब्रह्मचारिणी कहलाएकी हुन् । दायाँ हातमा माला र बायाँ हातमा कमण्डलु लिएकी देवीको स्वरूप ज्योतिर्मय रहेको उल्लेख पाइन्छ ।

**तेस्रो दिन** : चन्द्रघण्टा

दुर्गाको तेस्रो शक्तिको नाम चन्द्रघण्टा होरु। शिरमा घण्टा जस्तो अर्धचन्द्र भएकाले देवीको नाम चन्द्रघण्टा परेको होरु। सिंहवाहिनी, दशभुजा भएकी चन्द्रघण्टालाई शान्तिदायक, कल्याणकारी देवी मानिन्छ ।

**चौथो दिन** : कूष्माण्डा

ब्रह्माण्डको रचना गर्ने श्रेय कूष्माण्डा देवीलाई प्राप्त छरु। त्यसैले यिनलाई आदिस्वरूपा, आदिशक्ति मानिन्छरु। अष्टभुजा कूष्माण्डा देवीको निवासस्थल सूर्यमण्डलको भित्री लोकमा रहेको र उनको तेजबाट दश दिशा प्रकाशित भइरहेको शास्त्रमा उल्लेख छ ।

**पाँचौँ दिन** : स्कन्दमाता

कुमार कार्तिकेयको नाम ‘स्कन्द’ होरु। स्कन्दकी आमा भएकीले ‘स्कन्दमाता’ नाम हुनपुग्यो । चार भुजा भएकी स्कन्दमाताको आसन कमल हो भने वाहन सिंह छ । स्कन्दमाताको आराधनाले भक्तजनका लौकिक, पारलौकिक सबै चाहना पूरा हुने जनविश्वास छ ।

**छैटौँ दिन** : कात्यायनी

महर्षि कात्यायनको तपस्याबाट प्रभावित भई भगवतीले उनको पुत्रीका रूपमा जन्म लिएकीले कात्यायनी नाम परेको होरु। चार भुजा, सिंहवाहिनी देवीलाई ब्रह्मा, विष्णु र शिवको तेजोराशि प्राप्त थियोरु। महिषासुरलाई वध गरेका कारण देवीको एक नाम महिषासुरमर्दिनी पनि रह्यो ।

**सातौँ दिन** : कालरात्रि

कृष्ण वर्णको भयानक शरीर भए तापनि सधैँ शुभ फल दिने देवी कालरात्रि हुनरु। महाकाली, भद्रकाली, भैरवी, रुद्राणी, चामुण्डा, चण्डी, रौद्री भैँ शुभंकारी पनि उनको नाम हो । नकारात्मक ऊर्जालाई विनाश गर्ने देवीका तीन नेत्र, चार भुजा छन् र वाहन गधा हो ।

**आठौँ दिन** : महागौरी

चार हात भएकी, वृषभ तथा सिंहवाहिनी, सन्तापहरिणी देवीको नाम महागौरी हो । महागौरीलाई सेतो रङ प्रिय छ, त्यसैले उनका वस्त्र तथा गरगहना सेतै छन् । सेतो वस्त्रादि मन पराउने भएकीले श्वेताम्बरधरा नामबाट पनि चिनिन्छिन् । महागौरी भक्तजनलाई असत्यको बाटोबाट हटाई सत्यको मार्गमा लगाउँछिन् ।

**नवौँ दिन** : सिद्धिदात्री

अर्द्धनारीश्वर नामले समेत प्रसिद्ध, चार भुजा, सिंहवाहिनी देवीको नाम सिद्धिदात्री होरु। अष्टसिद्धि ( अणिमा, महिमा, गरिमा, लघिमा, प्राप्ति, प्राकाम्य, इशित्व र वशित्व) प्रदान गर्ने देवीलाई सबै मनोकामना पूर्ण गर्ने शक्ति मानिन्छ ।

**महिलालाई दिइने आशीर्वाद**

*जयन्ती मङ्गला काली, भद्रकाली कपालिनी ।*

*दुर्गा क्षमा शिवा धात्री, स्वाहा स्वधा नमो,स्तुते ॥*

*जयन्ती, मङ्गला, काली, भद्रकाली, कपालिनी, दुर्गा, क्षमा, शिवा, धात्री, स्वाहा, स्वधा नामले प्रसिद्ध जगत्जननीलाई मेरो नमस्कार छ ।*

**पुरुषलाई दिइने आशिर्वाद**

*आयुर्द्रोणसुते श्रीयम् दशरथे शत्रुक्षयं राघवे ।*

*ऐश्वर्यं नहुषे गतिश्च पवने मानञ्च दुर्योधने ।*

*सौर्यं शान्तनवे बलं हलधरे सत्यञ्च कुन्तीसुते ।*

*विज्ञानं विदुरे भवतु भवतां कीर्तिश्च नारायणे ॥*

गुरु द्रोणाचार्यका पुत्र अश्वत्थामा (अष्टचिरञ्जीवीमध्ये एक) जस्तो आयु, दशरथको जस्तो सम्पत्ति, रामको जस्तो शत्रुनाश गर्ने सामर्थ्य, नहुषको जस्तो ऐश्वर्य, हावाको जस्तो द्रुतगति, दुर्योधनको जस्तो सम्मान, सूर्यपुत्रभैँ दानी, भीमको जस्तो बल, युधिष्ठिर जस्तो सत्यवादी, विदुरको जस्तो ज्ञान र नारायणको जस्तो कीर्ति होस्रु। माथिका पङ्क्ति ‘मालसिरी’ ( मालश्री) को एक अंश हो । नवरात्रिभरि बिहान, बेलुकी गुञ्जिने मालसिरी रागिनी र गीतले वातावरणलाई नै मन्त्रमुग्ध बनाउने गरेको छ । ‘मालसिरी’को परम्परा बाइसे, चौबीसे राज्यकालदेखि चल्दै आएको मानिन्छ ।

बडादशैँ ‘सत्यमेव जयते’ को प्रतीक पर्व पनि हो । असत्यमाथि सत्यले विजय गरेको खुसियालीका रूपमा यो चाडको महत्व छरु। आसुरी/राक्षसी प्रवृत्तिमाथि दैवीय/मानवीय भावनाको जित अवश्यम्भावी दर्शाउने बडादशैँ मूलतः सद्भावको चाड हो ।

अन्य कतिपय पर्वभैँ बडादशैँको सम्बन्ध पनि पौराणिक आधारमा रहेको छ । त्रेतायुगमा मर्यादापुरुषोत्तम रामले अन्यायी, अत्याचारी, दुष्ट रावणको वध गरेको हर्षमा बडादशैँ मनाउन थालिएको एकथरी भनाइ छ भने भगवती दुर्गाले आततायी, भ्रष्ट चण्ड, मुण्ड, शुम्भ, निशुम्भ, रक्तवीज, महिषासुर आदिलाई वध गरी दुनियाँलाई त्राण दिएकीले विजयपर्वका रूपमा बडादशैँ पर्व थालिएको पनि मानिन्छ । नारी

शक्तिको महिमागानलाई बडादशैँको ज्यान मान्न सकिन्छ ।

शिवभक्त भए पनि रावण अहङ्कारी थियोरु। बल र शासनसत्ताको मादमा कसैलाई रत्ति गन्दैनथ्यो । यही घमण्डले उसको अन्त्य गरायो । अन्यथा लङ्केश रावण प्रख्यात पुलस्त्य ऋषिको नाति र विश्रवाको छोरो मात्र थिएन, आफैँमा ठूलो विद्वान् पनि थियो । दश शिर भएकाले रावणको अर्को नाम ‘दशानन’ पनि हो । रावणका दश शिरको प्रतीकात्मक अर्थ रहेको छरु। भनिन्छ हामी सबैमा दश शिर अर्थात् दश अवगुण रहेका छन् । तिनबाट बच्न सके मात्र हाम्रो कल्याण हुनेछ । ती शिर हुन्- काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद (तुजुक), मत्सर (डाह), अहङ्कार, आलस्य, हिंसा र चोरी ।

बडादशैँमा रामायण सुन्ने, सुनाउने, दुर्गासप्तशती (चण्डी) पाठ गर्ने, देवीका पीठ, मठमन्दिर आदिमा गई पूजाआजा, आराधना गर्ने चलन रहे पनि ठाउँठाउँमा हुने रामलीला र देवीचरित्र प्रदर्शनचाहिँ हराउन थाले । भारतमा समेत रामलीलाको प्रथा घट्दो छ ।

तैपनि त्यहाँका सङ्घीय तथा प्रान्तीय राजधानीमा रामलीलाको परम्परा निर्वाह हुँदै आएको छरु। दशमीका दिन कुम्भकर्ण, मेघनाद ( इन्द्रजित) तथा रावणका ठूलाठूला पुत्ला (भित्रपट्टी पटाका कोचेर) जलाउने गरिन्छ ।

नवरात्रिलाई जप, तप, पूजापाठ, अनुष्ठान, आराधना आदिका लागि महत्वपूर्ण बेला मानिन्छरु। धर्म, अर्थ, काम तथा मोक्ष यी चार पुरुषार्थमध्ये कुनै पनि कामना लिएर देवदेवीको आराधना गरिँदा यतिखेर छिटो सफलता प्राप्त हुने जनविश्वास छ । प्राचीनकालमा बडादशैँको साइत पारेर युद्धका लागि प्रस्थान गरिन्थ्यो ।

त्यही प्रथाको स्मृतिसूचक हुनुपर्छ अहिले पनि दशैँघरमा हातहतियारको पूजा गरिन्छ । विवाह आदि माङ्गलिक कार्यका लागि बडादशैँमा साइतै हेर्न नपर्ने चलनसमेत छ ।

बडादशैँलाई धार्मिक/सांस्कृतिक हिसाबले मात्र होइन, सामाजिक, आर्थिकलगायत विविध दृष्टिकोणबाट पनि हेर्न सकिन्छरु। सामाजिक तवरमा कृषिप्रधान देशका नागरिकले बाली भित्र्याएपछि उल्लासमय पर्वका रूपमा बडादशैँ मनाउनु स्वाभाविक हो । पहिले चैतेदशैँ बढी मनाइन्थ्यो रे । त्यतिखेर प्रायः सुक्खा रहने भएकाले अन्नादिले भरिपूर्ण हुने शारदीय समयलाई अत्युत्तम ठहराइएको हुनसक्छ ।

‘आयो दशैँ ढोल बजाई, गयो दशैँ ऋण बोकाई’ यो उखानले बडादशैँको आर्थिक तथा सामाजिक पक्षलाई उदाङ्ग बनाएको छ । स-साना केटाकेटीले हातका औँला भाँच्दै ‘दशैँ आयो, खाउँला-पिउँला, कहाँ पाउँला ?, चोरी ल्याउँला, धत्त पापी म छुट्टै बसुँला !’ भाकाबाट यसको आयाम आँकलन गर्न सकिन्छ ।

धनी, गरिब जोजस्तो भए पनि वर्षमा एकपल्ट आउने बडादशैँ मन फुकाएरै मनाउने सोचाइ पहिले, अहिले फरक छैन । हुनेखानेका अधिक रवाफ प्रदर्शनले देखासिकीमै भए पनि नचाहिँदो ढर्रा तन्किँदै जानुचाहिँ चिन्ताको विषय बनेको छ ।

अरूले घोडा चढ्यो भन्दैमा धुरी नचढ्नु उचित भए पनि एक अर्काको असर हैजा फैलिएभैँ बढ्दो रहेछ । मीठो खाने र राम्रो लगाउने पर्व भएकाले बडादशैँमा शहरबजार भरिभराउ हुन्छन्, चहलपहल निकै हुन्छ । ठाउँठाउँमा आयोजना गरिने दशैँमेला र सुपथ पसलमा जतासुकै घुइँचो रहने गर्छ । मिसावटखोर, नाफाखोरको चर्तिकला यहीबखत तीव्र हुने भएकाले चनाखो हुनुपर्छ ।

मेला, उत्सव आदिका नाममा व्यापारी, उद्यमीले साँच्चै छुटसहित सरसामान बेचिरहेका छन् कि भ्रम मात्रै छोरेका हुन् ? सम्बन्धित निकाय चुस्त, दुरुस्त हुनसके ठगीको सम्भावना रहँदैन ।

गच्छेअनुसार किनमेल गर्नसके ‘गयो दशैँ ऋण बोकाई’ भन्नुपर्ने छैन । दानदक्षिणामा पनि संयम जरुरी छ । ओढ्नेअनुरूप खुट्टा पसार्नुपर्ने आहान पेटका सवालमा पनि मननीय छ । आफ्नो पाचनक्षमतालाई बेवास्ता गरी हसुरिने चिची-पापाले अस्पताल पुर्‍याउन सक्छन् । धुत्त भई सवारीसाधन हुइँक्याइँदा कैयन्ले असमयमै मास छर्न जानुपरेको विगतका घटनाप्रति आँखा चिम्लनु बुद्धिमानी होइनरु। दशैँमा जुवा खेल्नैपर्छ भन्नु पनि जुवाडेको मतानुयायी हुनु मात्र हो । यस्ता केही बेथिति पन्छाउन सकिएमा बडादशैँको रौनक अभै थपिनेछ ।

# दक्षिणा सिधै बैङ्कमा !

**झापा ।** हिन्दु धर्मवालम्बीहरुको महान् चाड दशैँमा मिठो परिकार खाने, नयाँ कपडा लगाउने, मान्यजनको हातबाट टीका तथा जमरा ग्रहण गर्दै आशिर्वादका साथसाथै नयाँ नोट दक्षिणा लिने/दिने गरिन्छ । यसरी हेर्दा दशैंको अभिन्न संस्कृति नै बनिसकेको छ, नयाँ नोट । यही संस्कृतिलाई पछ्याउँदै नेपाल राष्ट्र बैङ्कले पनि हरेक दशैंमा नयाँ नोट बजारमा पठाउँछ ।

दशैंमा दिने आशिर्वादको सुरुवात नै 'आयुः द्रोण सुते' अर्थात आयु द्रोणका छोराको जस्तै होस् भन्ने वाक्यांशबाट सुरु हुन्छ । धर्मग्रन्थअनुसार द्रोणका छोरा अस्वत्थामा ऋषी, जसको आयु चन्द्रमा र सूर्यसँग सम्बन्धित छ । जबसम्म चन्द्रमा र सूर्य रहिरहन्छन् तबसम्म अस्वत्थामा ऋषी पनि जीवित रहन्छन् । यसरी आफन्तजनको आयु बढोस् भनी आशिर्वाद दिने चाडमा हामी टीका र जमरामा लत्पत्याएर नोटको आयु भने घटाइरहेका हुन्छौं ।

नोट हाम्रो सभ्यताको प्रतिक हो । कुनै पनि विदेशी नागरिक नेपाल भ्रमणमा आउँदा त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा अवतरण गर्नासाथ ऊ नेपाली मुद्रा सटही गर्न सटही काउन्टरमा पुग्दछ । उसको हातमा पर्ने नोटको आधारमा उसले नेपाल र नेपाली नागरिकका बारेमा धारणा बनाउँदछ ।

उसको हातमा केरमेट गरिएका, रङ पोतिएका, च्यात्तिएका झुत्रा नोट परेमा उसको मष्तिस्कमा नेपालीहरु असभ्य रहेछन् भन्ने धारणा बन्दछ । यही कुरालाई मनन् गर्दै नेपाल राष्ट्र बैङ्कले सफा नोट नीति लागु गरेको छ । चलनचल्तीमा पठाउन अयोग्य नोटहरु नेपाल राष्ट्र बैङ्कले सर्वसाधारणबाट तथा बैङ्क तथा वित्तीय संस्थामार्फत् सङ्कलन गरी जलान (नष्ट) गर्दछ ।

यसरी पुराना नोटहरु सङ्कलन गरी जलान गर्दा नेपाल राष्ट्र बैङ्कले बजारमा नयाँ नोट पठाउनु पर्दछ । जसका लागि नोट छपाई गर्नुपर्ने हुन्छ । नोट छपाई नेपालमा हुँदैन । विदेशमा नोट छपाई गर्दा राज्यको करोडौं रुपैयाँ बाहिरिन्छ । यसबाट शोधान्तर स्थितिमा प्रतिकूल प्रभाव पर्न जान्छ ।

हालसालै १०० र ५० रुपैयाँ दरका क्रमशः ४० करोड र २३ करोड थान नोट छपाई गर्ने क्रममा मात्रै पाउन्ड स्टर्लिङ (जीबीपी) क्रमशः ८० लाख २० हजार र ४७ लाख ७२ हजार ५०० सय खर्च भएको छ । नोटलाई सुरक्षित, टिकाउ, विश्वसनीय बनाउन नोटमा विभिन्न सुरक्षण विशेषताहरु राखिएको हुन्छ । जसले गर्दा नोट छपाई महँगो पर्न जान्छ ।

हामीले साटेको नोट हिफाजत गरेनौं भने राज्यलाई करोडौं रुपैँया घाटा लाग्दछ । दशैंमा खानेकुराको जथाभावी उपभोग गर्दा जसरी हामी अस्वस्थ हुन्छौं, त्यसैगरी, नोटको जथाभावी प्रयोग गर्दा अर्थतन्त्र अस्वस्थ हुन्छ । र, नोट छपाई खर्चमा हामीले तिरेको करको अंश बढ्दै जान्छ । जसरी दशैंमा किनेका लुगा हामी जतन गरेर लगाउँछौं, टीका लाग्छ कि भनी निधारको ठीकमुनी पर्नेगरी हात थाप्छौं र पछिसम्म प्रयोग गर्छौं, त्यसैगरी दशैंमा साटेका नोटको जतन गरी पछिसम्म उपयोग गर्न सकिन्छ ।

दशैं जस्तो धेरै दक्षिणा आदानप्रदान हुने चाडमा नोट बढी ढुट्टीने हुन्छ । रङको प्रयोगले नोट रङ्गीने तथा पैसा बोक्दा समेत कुच्च्याएर गोजीमा हाल्ने प्रवृत्ति धेरै हुन्छ । त्यसैले, दक्षिणा दिँदा नोट मात्रै नदिई खाममा लगाएर दिएमा नोट सुरक्षित रहन्छ । नोटलाई कुच्याएर गोजीमा नराखी नखुम्चिने गरी पर्समा राखे नोटको आयु बढ्दछ ।

सामान्यतया कागजी नोटको आयु ४/५ बर्षको हुन्छ । तर, दशैंका बेला बजारमा पठाइएका नोट एक बर्षमै पुराना हुन्छन् । नोटको उचित ढङ्गले प्रयोग गरेमा नोटको आयु बढ्न गई नोट छपाइमा खर्च हुने राज्यको करोडौं रुपैयाँ जोगिन जान्छ । अर्कातर्फ बजारमा सफा नोट हुँदा राष्ट्रको प्रतिष्ठा बढ्न जान्छ भने नक्कली नोटको बिगबिगी पनि घट्न जान्छ ।

प्रविधिको उच्चतम् उपयोग गर्दै दशैंका किनमेल कार्ड (पस मेसिन) मार्फत गर्न सकिन्छ ।

दक्षिणा दिन मोबाइल बैङ्किङ, कनेक्ट आइपिएस, डिजिटल वालेट (इसेवा, खल्ती, आइएमई पे आदि) प्रयोग गर्न सकिन्छ । टेन्डर गरी विदेशमा छपाई गरिने हुँदा सबै दशैंमा माग अनुसार प्रत्येक दरका फ्रेस नोट उपलब्ध नहुनसक्छ भने सुकिला नोट ठूलो मात्रामा राष्ट्र बैङ्कको गोदाममा थन्किएको हुनसक्छ ।

यस्तो, अवस्थामा दशैंमा सुकिलो नोट प्रयोग गरौं भनी नेपाल राष्ट्र बैङ्कले गरेको आह्वानलाई अन्यथा लिनु हुँदैन ।

फ्रेस नोटलाई नेपाल राष्ट्र बैङ्क तथा अन्य बैङ्क तथा वित्तीय संस्थामा कार्यरत कर्मचारीले प्रतिष्ठाको विषय बनाउनु हुँदैन । नोटको प्रयोग कम गर्ने र नोटको प्रयोग गर्दा यो हाम्रो सम्पत्ती हो भनी उचित ढङ्गले प्रयोग गर्ने बानी बसाली सभ्य र जिम्मेवार नागरिकको परिचय दिऔं ।

### नयाँ नोटको विकल्प डिजिटल दक्षिणा

दशैं नेपालीको घरदैलोमा भित्रिइसकेको छ । दशैंमा अर्थतन्त्र थप चलायमान हुने गरेकामा यस वर्ष कोरोनाका कारण अवस्था असामान्य छ तर पनि सर्वसाधारणको चाडबाड लक्षित मनोविज्ञानलाई ध्यानमा राख्दै बैङ्क तथा वित्तीय संस्थाले छुट, अफर र उपहार योजना ल्याएका छन् । खासगरी मध्यम वर्गलाई आकर्षित गर्ने अफर फर्माइएपछि बैङ्कहरूमा पैसा झिक्ने र राख्नेको चहलपहल अलि बढेको छ ।

दशैंको मुख्य आकर्षण नयाँ नोट भए पनि यसपालि नयाँ नोट साट्ने र दक्षिणा दिने माहोल नबन्ने भएको छ । कोरोनाकै कारण नेपाल राष्ट्र बैङ्कले नयाँ नोट सटही नगर्ने भएको छ ।

नयाँ नोटको अभाव हुँदा त्यस्ता ग्राहकलाई लक्षित गर्दै बैङ्कहरूले डिजिटल दक्षिणा, रेमिट्यान्स, मनी ट्रान्सफर योजना अगाडि सारिरहेका छन् । त्यससँगै सम्बन्धित अरू सुविधा पनि थपेका छन् ।

सिटिजन्स बैङ्कले आफ्ना डिजिटल बैङ्किङ प्रयोक्तालाई पस, क्यूआर तथा फन्ड ट्रान्सफरका माध्यमबाट डिल आयो डटकममा एक हजार रुपियाँभन्दा माथिको कारोबार गर्दा २५ प्रतिशतसम्म वा २५ सय रुपियाँसम्मको क्यासब्याक प्राप्त गर्नसक्ने योजना ल्याएको छ ।

प्रभु मनी ट्रान्सफरले हरेक साता ३२ इन्चको टीभीसहित प्रभु सेटअप बक्स पाउनुका साथै प्रभु क्यापिटलमा प्रभु बैङ्कको डिम्याट तथा मेरो सेयरको खाता खोल्दा ५० प्रतिशत छुट, प्रभु पेमार्फत मोबाइल वालेटमा ३० रुपियाँ बराबरको टपअप र प्रभु डिजिटलबाट नेट तथा टीभीको वार्षिक प्याकेज लिने ग्राहकले दुई महिनाको अतिरिक्त बोनसको आकर्षण थपेको छ ।

एनसीएचएलले कनेक्ट आईपीएसमार्फत आफ्ना आफन्तजनलाई डिजिटल दक्षिणा पठाई हरेक दिन १० भाग्यशाली बिजेताले एक हजारको गिफ्ट भौचर प्राप्त गर्नसक्ने जनाएको छ ।

सरकारी स्वामित्वको राष्ट्रिय वाणिज्य बैङ्कले पोइन्ट अफ सेल ( पीओएस) सेवा सञ्चालित छ । बैङ्कले सम्पूर्ण शाखामार्फत विद्युतीय माध्यमबाट भुक्तानीको व्यवस्थालाई व्यापक तथा प्रभावकारी बनाउदै छ ।

**बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।**

**वडाध्यक्ष : पासाङ तामाङ**
सदस्यहरु : डिकेन्द्रकुमार थापा/रामकुमारी राई/खेमकुमारी कार्की/सीता विश्वकर्मा
मेचीनगर वडा नं. १ परिवार

**वडाध्यक्ष : तिलक न्यौपाने**
सदस्यहरु : बेनुकुमार राई/सुरेश घिमिरे/सीता मोते/गंगा कार्की
मेचीनगर वडा नं. २ परिवार

**वडाध्यक्ष : हर्क बस्नेत**
सदस्यहरु : छोटबहादुर राई/चन्द्रकुमार बोहोरा/रीता थापा/डम्वरकुमारी खाती
मेचीनगर वडा नं. ३ परिवार

**वडाध्यक्ष : नविन बराल**
सदस्यहरु : विनोदकुमार रञ्जितकार/प्रह्लाद दाहाल/कला दर्जी/मञ्जिता तामाङ
मेचीनगर वडा नं. ४ परिवार

**वडाध्यक्ष : योगेन थापा मगर**
सदस्यहरु : मेघराज गेलाल/दुर्गा देवकोटा/ नारायण खड्का/चन्द्रकला विक
मेचीनगर वडा नं. ५ परिवार

**वडाध्यक्ष : ललित तामाङ**
सदस्यहरु : राजकुमार श्रेष्ठ/देवी सुवेदी लक्ष्मी पाखीम/सावित्रा त्वागुन
मेचीनगर वडा नं. ६ परिवार

**का. वडाध्यक्ष : नेत्रप्रसाद दाहाल**
सदस्यहरु : तिलक खड्का/नेत्रप्रसाद दाहाल रुपा गुरुङ/शान्ता शिवा दर्नाल
मेचीनगर वडा नं. ८ परिवार

**वडाध्यक्ष : विकेन्द्र धिमाल**
सदस्यहरु : खिला मेचे/गङ्गाप्रसाद पाठकसन्तोष मेचे /विष्णु विश्वकर्मा
मेचीनगर वडा नं. ८ परिवार

**वडाध्यक्ष : गोपाल खड्का**
सदस्यहरु : इन्द्र प्रधान/ प्रेम पाख्रिम /मीना गजमेर/लक्ष्मी परियार/
मेचीनगर वडा नं. ९ परिवार

**वडाध्यक्ष : सुवेशकुमार पनेरु**
सदस्यहरु : सञ्जाकुमारी विश्वकर्मा/घिरावती लिम्बु/इन्द्रप्रसाद आङदेम्बे/यज्ञनिधि न्योपाने
मेचीनगर वडा नं. १० परिवार

**वडाध्यक्ष : सन्तोष कुमार मेचे**
सदस्यहरु : यशोदा डाँगी/अञ्जु प्रसाई (बर्देवा)/सरोजविक्रम खरेल/सुनिल राजवंशी
मेचीनगर वडा नं. ११ परिवार

**वडाध्यक्ष : नरेन्द्र धिमाल**
सदस्यहरु : दिपक लामा/कृष्णमाया वराइली/निलु गुरुङ/लीला कन्दङ्वा (राजवंशी)
मेचीनगर वडा नं. १२ परिवार

**वडाध्यक्ष : कृष्णराज सिग्देल**
सदस्यहरु : तुलसा बराल/यामकान्त प्याकुरेल/ऋषि राजवंशी
कार्यपालिका सदस्य : निमर्ला परियार
मेचीनगर वडा नं. १३ परिवार

**वडाध्यक्ष : शंकरप्रसाद पोखरेल**
सदस्यहरु : लाल मोहमद मिया/सुरेश बुढाथोकी/विमला शिवा
कार्यपालिका सदस्य : विन्दा प्रसाई
मेचीनगर वडा नं. १४ परिवार

**वडाध्यक्ष : गुणराज भट्टराई**
सदस्यहरु : बिर्खलाल राजवंशी/कुस्मीकुमारी चौधरी/कैलाश कट्टेल र पबित्रा नेपाली
मेचीनगर वडा नं. १५ परिवार

**COVID-19**
NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

## जनहितमा जारी सन्देश

कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू

नोबेल कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ताभित्र रूघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी, टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा अत्याधिक समस्या भएमा तुरून्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने ।

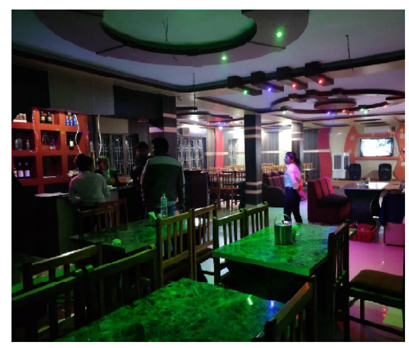
### कसरी आफू र अरूलाई बचाउने ?

- नियमित रूपमा साबुन-पानीले हात धुने ।
- खोक्दा र हाच्छ्युं गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने ।
- फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- जंगली तथा घरपालुवा पशुपन्छी सँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने।
- पशुजन्य मासु तथा अन्डा राम्रोसंग पकाएर मात्र खाने ।

**बुद्धशान्ति गाउँपालिका**
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यलय
बुधवारे झापा

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।



**Dipika live music bar & restaurant**
Mechinagar-8 Ittabhatta mobile : 981-8904433

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७६ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक : **रमेशकुमार पाण्डे**

**सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल**
नम्बर २ गण (हेकुवा) झापा परिवार

# आकासमा देखिन छाडे चङ्गा

**झापा ।** पारिलो घामले दशैँलाई स्वागत गरिसकेको थियो । के केटाकेटी के बूढाबूढी, दशैँले छपक्कै छोपिसकेको थियो । घरका छत र खुला ठाउँमा चङ्गा उडाउने केटाकेटीको घुइँचो देखिन्थ्यो । पारिलो घामले चङ्गा उडाउने केटाकेटीलाई साथ दिइरहेको थियो । त्यो घाममा घुम्नुको मजै बेग्लै थियो । त्यसैले नरेन्द्र श्रेष्ठ ( फोटो पत्रकार) ले साथीलाई भनेँ, 'घुम्न जाऊँ ।'

साथीसँगै उनी ललितपुर भैँसेपाटीको पल्लो छेउ पुगे । खोकनाको छेउमा रहेको त्यो पारिलो खुला ठाउँमा चङ्गा उडाउने केटाकेटीको घुइँचो थियो । आकाशमा उनीहरुले उडाएका चङ्गै चङ्गा थिए । साथीहरुले फोटो खिच्न थाले । नरेन्द्रले भने त्यही दिन क्यामेरा बोकेका थिएनन् । साथीले खिचिसकेपछि उनले त्यही क्यामेरा चङ्गै चङ्गाको भीडले भरिएको आकाशतर्फ क्यामेरा फर्काए ।

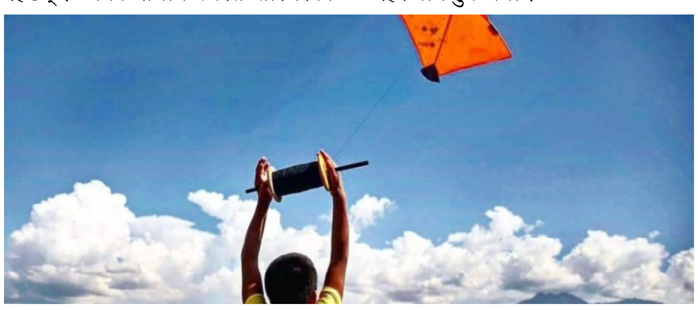
आकाशमा उडिरहेका चङ्गा हेरिरहेका बच्चा र रुखभरि अड्किएका चङ्गाको फोटो खिचे । तर, त्यो फोटो हरायो । उनी क्यामेरा बोकेर फेरि त्यही ठाउँ पुगे जहाँ उनले पहिला फोटो खिचेका थिए । उफ् ! चङ्गाले डम्म भरिएको रुख नाङ्गै थियो । जम्मा एउटा चङ्गा र तीन जना केटाकेटी मात्रै पो छन् । त्यही एउटा चङ्गा भए पनि खिचेर कुँडिएको मन बोकेर नरेन्द्र फर्किए ।

तर, त्यही फोटो 'हिट' भयो । आजकल दशैं आउँदा प्रायः त्यो फोटो धेरैले प्रयोग गर्छन् । तर, नरेन्द्र स्वयम्लाई भने त्यो फोटोले उति धेरै आकर्षित गर्न सकेन । उनी भन्छन्, 'त्यो तस्बिर आफैँमा राम्रो र धेरैले खिच्न नसक्ने फोटो हैन । आज पनि त्यस्तो तस्बिर जसले पनि खिच्न सक्छ । अहिले पनि दशैंको बेला जुनसुकै ठाउँमा पनि त्यस्तो फोटो जोसुकैले खिच्न सक्छ । तर, साथीको क्यामेराबाट खिचेको तस्बिर भने निकै राम्रो थियो । त्यो तस्बिर आजसम्म पनि मैले भुल्न सकेको छैन । क्यामेराको लेन्सबाट बाहेक त्यो फोटो मैले आजसम्म देखेको छैन ।'

संयोगवश मङ्गलबार दिउँसो फोन गर्दा उनी भैँसेपाटीको त्यही ठाउँ पुगेका रहेछन् । अर्को संयोग त्यस्तै तस्बिरको खोजीमा । तर न उनले दिनभरी घुम्दा आकाशमा चङ्गा देखे, न केटोकेटी नै । त्यतिमात्रै पनि होइन । नरेन्द्र भन्छन्, 'न त्यो रुख नै छ, न चौर नै । घरैघरले भरिएछ मैले खिचेको तस्बिरको पृष्ठभूमि त ।'

पछिल्ला केही वर्षयता चङ्गाको तस्बिर खिच्न नपाएको उनी गुनासो गर्छन् । नरेन्द्रले चङ्गा उडाउन प्रयोग गरिने धागो बलियो बनाउन प्रयोग गरिने 'माजा' को तस्बिर खिच्ने पनि निकै प्रयास गरे । तर, कतै पनि फेला पार्न सकेनन् ।

'बजारमा पाइने रिडिमेट धागो काटिने भएकाले माजा लगाएर धागोलाई बलियो बनाएर उडाउने चलन थियो । त्यसका लागि न्युरोड र ठमेलमा माजा बेच्न राखिन्थ्यो । तर, त्यो कति खोज्दा पनि भेटिएन,' नरेन्द्र भन्छन्, 'चङ्गा नै देखिन छोड्यो, माजाको युनिक फोटो खिच्ने त रहर मात्रै हुने भयो ।'



हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : टिकारम रिजाल
व्यवस्थापक : मोहन अधिकारी
तारापुञ्ज बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मेचीनगर-१३, चारआली (झापा)
चौबिसै घण्टा एम्बुलेन्स सेवा मोबाइल : ९८४२६२४७४९

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

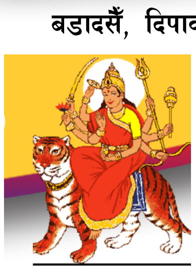
अध्यक्ष : सम्शेर बहादुर खड्का
व्यवस्थापक : सचिन निरौला
शुभ चिया सहकारी संस्था लि. परिवार
मेचीनगर-४, बाहुनडाँगी (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रिन्सिपल : सुवर्ण भट्टराई
एमिटी पब्लिक स्कुल
मेचीनगर-६, काँकरभिट्टा (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रोप्राइटर : डेनु मगर/चुडामणि मगर
डेनी एग्रोभेट्स परिवार
मेचीनगर-२, बौद्धमोड (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : पूर्णबहादुर खड्का
मेचीनगर मुल कृषक समुह
बाहुनडाँगी (झापा)

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : राजु दाहाल
महेन्द्रद्वार सहकारी संस्था
काँकरभिट्टा, झापा

हार्दिक शुभकामना
बडादसैँ, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : तुलसी ढुंगाना
प्रबन्धक: पोषककुमार दर्जी
साना किसान सहकारी संस्था लि. परिवार
मेचीनगर-४, बाहुनडाँगी (झापा)

एवं,

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : दिलिप सुब्बा
सचिव : बिरु वेघा

**किरात राई थाक्थुम चुम्लुङ**
मेचीनगर समिति परिवार

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रोप्राइटर : भीम विष्ट ९८०६००१७२६

**राधा ट्रेडर्स परिवार**
मेचीनगर-९, धुलाबारी बजार (झापा)

यहा हार्डवेयरका सबै सामान सुपथ मूल्यमा पाइन्छ । स्पेशल बिभिन्न रङका ब्राण्डहरु उपलब्ध छन् । साथै, होम डेलिभरी सर्भिसको समेत सुबिधा छ ।

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : नरेन्द्र काफ्ले
व्यवस्थापक : हेमन्त मोक्तान

**बौद्धमोड कृषि सहकारी संस्था लि. परिवार**
मेचीनगर-२, बौद्धमोड (झापा)

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रधानाध्यापक : विश्व थापा
अध्यक्ष : बाबुलाल सुब्बा

**बाल सुबोधिनी माध्यमिक बिद्यालय परिवार**
मेचीनगर-१४, दुवागढी (झापा)

## मङ्गलमय शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : कृष्ण कोइराला
सचिव : जानुका ओली

एवम् **थोप्लेविरान सामुदायिक बन उपभोक्ता समूह परिवार**
मेचीनगर-९, झापा

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

अध्यक्ष : ऋषिराज तिम्सिना
महासचिव : ध्रुव कनाल
कार्यकारी निर्देशक : गोपाल बस्नेत

**मेची उद्योग वाणिज्य संघ**
मेचीनगर, झापा

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रिन्सिपल : पुष्प पौडेल

**मेची मोडल इङ्लिस स्कुल**
मेचीनगर-६, काँकरभिट्टा (झापा)

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

सञ्चालक : दिपक शिवाकोटी ९८४२६६५८५३

**सानवी पोल्ट्री फर्म परिवार**
मेचीनगर-९, थोप्लेविरान (झापा)

नोट : यहाँ लेयर्स, लेयर्सका अण्डा, लोकल कुखुराको चल्ला तथा दाना उपलब्ध छ । साथै, लोकल कुखुरापालन सम्बन्धी व्यवसायिक सल्लाह तथा परामर्श दिइन्छ ।

## हार्दिक शुभकामना

बडादसैं, दिपावली तथा छठ पर्व २०७८ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीमा सुख, शान्ति सुस्वास्थ्य एवम् उत्तरोत्तर प्रगतीको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौँ ।

प्रोप्राइटर : कुमार तामाङ
९८१५००८३६५/९८१७९०१७४१

**मुनाल सेक्युरिटी सर्भिस एण्ड ट्रेनिङ सेन्टर प्रा.लि.**
केन्द्रीय कार्यालय : मेचीनगर-१०, धुलाबारी

यहाँ दक्ष प्रशिक्षकद्वारा रोजगारका लागि सुपरभाइजर, हेडगार्ड, गार्ड, ड्राइभर, माली, पिउन, क्लिनर र स्वीपरसमेतको सेवा उपलब्ध गराइन्छ । साथै तपाईंको निजी तथा गैरसरकारी संघ संस्थाहरुलाई जनशक्ति आवश्यक परेमा तु-सम्पर्क गर्नुहोला ।