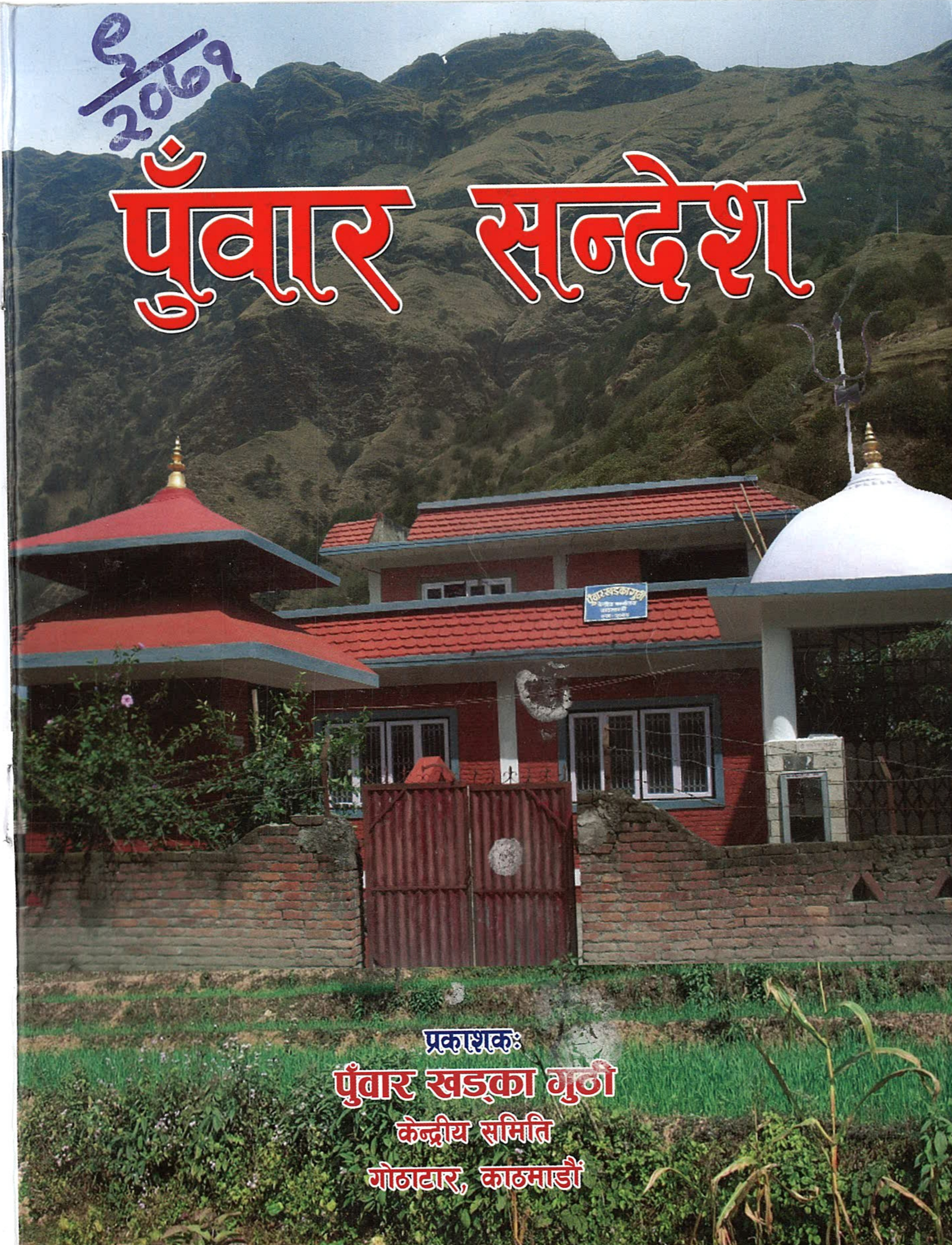
९
२०६१

पुँवार सन्देश



प्रकाशकः

पुँवार खड्का गुठी

केन्द्रीय समिति

गोठाटार, काठमाडौं

गुठीका संरक्षक : पूर्व गृह मन्त्री श्री खुम बहादुर खड्का (दाङ्ग)

केन्द्रीय सल्लाहकारहरु

चन्द्र बहादुर खड्का
दोलखा

गणेश ब. खड्का
दैलेख

पुष्कर ब. खडका
दोलखा

रुद्र बहादुर खड्का
दोलखा

राम ब. खड्का
भक्तपुर

सहदेव खड्का
दोलखा

केन्द्रीय कार्यसमितिका पदाधिकारी तथा सदस्यहरु

बोलेन्द्र ब. खड्का (दोलखा)
अध्यक्ष
९८४३३३०३७७

कमल खड्का (भक्तपुर)
उपाध्यक्ष
९७४१२४६१६६

बाबुराम खड्का (सिन्धुपाल्चोक)
उपाध्यक्ष
९८५१०६७००१

निरञ्जन खड्का (रामेछाप)
महासचिव
९८४१७३२००१

रहर ब. खड्का (दोलखा)
सचिव
९८५१०८९०६३

टिकाध्वज खड्का (महोत्तरी)
सह-सचिव
९८४१५१३११३

हरिशरण खड्का (दोलखा)
कोषाध्यक्ष
०१-४४९२५०९

मनहरी खड्का (काठमाण्डौ)
सह-कोषाध्यक्ष
९८५१०१०१८४

सुधाम ब.खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८४१३२२०९३

प्रदिप खड्का (भक्तपुर)
सदस्य
९८५१०५४३५७

शुसिला खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८४१२४८९६९

भरत कुमार खड्का (झापा)
सदस्य
९७५१०१०९६४

जनार्दन खड्का (भक्तपुर)
सदस्य
९८५१०९३१५४

केशर कुमार खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८०३१७७३४२

राष्ट्रभूषण खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८५१०००५७९

यशोदा खड्का(रामेछाप)
सदस्य
९८४१३७८७७३

विश्व खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८५१०५७३५२

ध्रुव कुमार खडका (रामेछाप)
सदस्य
९८४१२०६३३७

राम कुमार खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८५१०९७८६७

सुरेन्द्र खड्का (काठमाण्डौ)
सदस्य
९८४१६५५०००

अरुण खड्का (दोलखा)
सदस्य
९८४१२६५४९०

पुँवार सन्देश

अंक ९, वर्ष ११, २०७१

सल्लाहकार
चन्द्र बहादुर खड्का
बोलेन्द्र बहादुर खड्का

प्रकाशन उप-समिति
निरञ्जन खड्का
रहर बहादुर खड्का
टीकाध्वज खड्का
केशर कुमार खड्का
जनार्दन खड्का

प्रकाशक
पुँवार खड्का गुठी
केन्द्रीय समिति
Website: www.puwarkhadka.org.np
E-mail: info@puwarkhadka.com.np

लेआउट:
एभी प्रिन्टिङ्ग एण्ड डिजाइन
९८५१००६५५७

मुद्रण
ॐ शिवशक्ति अफसेट प्रेस
नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
फोन: ४४९३३४२

यस भित्र

१.	मन्तव्य	अध्यक्ष बोलेन्द्र बहादुर खड्का	२
२.	गुठीका गतिविधिहरु		३
३.	संघे शक्ति कलौ युग	चन्द्र बहादुर खड्का	६
४.	तीर्थ यात्रा तथा...	बोलेन्द्र बहादुर खड्का	८
५.	पुँवार खड्काहरुको...	कमल खड्का	११
६.	गुठी, चाडपर्व र ...	निरञ्जन खड्का	१३
७.	नेपालमा पुँवार खड्का	रहर बहादुर खड्का	१६
८.	मानिसको निरोग...	निरञ्जन खड्का	१७
९.	लेखा परिक्षण प्रतिवेदन		२१
१०.	दाताहरुको नामावली		२५
११.	धमिलो आकृति	मेरिना स्मृति	२७
१२.	आजीवन सदस्यहरुको नामावली		३०

सहयोग स्वरुप:
व्यक्तिगत : रू. २५/–, संस्थागत : रू. १००/–

मन्तव्य

कोही पनि व्यक्ति आफ्नो बंशजको पहिचानबाट अनभिज्ञ रहनु हुदैन । पहिचान गराउन एक व्यक्तिको प्रयासले मात्र हुन सक्दैन । प्रत्येक समुदायबाट प्रतिनिधित्व गर्ने समुहले तयार पारेको सयुक्त र सर्वमान्य बिचार नै पहिचानको आधार बन्न सक्छ त्यसका लागि एकै थलोमा भेला भई बिचारको मन्थन गर्नु पर्दछ । हामी कुनै पुर्खाका सन्तत्ति हौ । ती पुर्खा को हुन, कहाबाट आए भन्ने इतिहास देख्य र कथ्यमा सिमित रहे तापनि केही सताव्दी यता शिलालेख, ऋषिमुनीहरु तथा पण्डितहरुद्वारा हस्त लिखित प्रमाणहरु नभेटिएका पनि हैनन् त्यसबाट आठ दश पुस्तासम्मको बंशको पुर्खा भेटिएका पनि छन् ती प्रमाणित हुन कठिन छन् तर आज त्यो अवस्था छैन, प्रबिधिले लेख्य, श्रव्य, दृश्यमा सारा मानिसको बिवरण राख्न सक्ने अवस्थाको बिकास भइसकेको छ । त्यसका लागि हाम्रो बंशजमा भएका बौद्धिक क्षमतावान, अनुशन्धानकर्ताहरुको सहयोग अपरिहार्य भइसकेको छ । कुनै एक व्यक्तिका बिचार भन्दा संस्यागत भएका सामुहिक बिचार सर्वमान्य हुन्छन् ।

यो पुँवार खड्का गुठी आज १७ औ बर्षमा चलिरहेको छ । प्रारम्भिक कालमा यस गुठीको बिस्तार र बिकासको गति देख्दा लाग्दथ्यो यसले देश भित्रका पुँवार मात्र नभएर बिदेशमा रहेका पुँवारहरुलाई समेत एकै ठाँउमा गोलबन्ध गर्ने बिश्वास सबैले गर्दथे तर त्यो कार्य देशमा चलेको गृहयुद्धसगै बिस्तारका ढोकाहरु बन्द हुदै गए । आज हामी जुन अवस्थामा छौ, जे जति सख्यामा छौ आफ्नो श्रोत र साधनले भ्याए सम्म प्रचार, प्रसार, पुनः संगठन बिस्तार गर्न लागि परेका छौं । तराई देखि हिमाल सम्म पूर्व मेची देखि पश्चिम महाकाली सम्म अनि बिदेशमा रहेका हाम्रा सम्पूर्ण भाई बन्धुहरु जो जुन अवस्थामा हुनुहुन्छ यस गुठीको गोत्रीय भगवान कपिलेश्वर महादेव, देवी कात्यायनी भगवती र कपिल ऋषिको प्रतिमा अनि मन्दिर रहेको प्राङ्गणमा गोलबन्ध भई आधुनिक सञ्चार माध्यमको सदुपयोग गर्दै सबैले सबैसग कुलको रक्षार्थ र बन्धुत्वको बिकासमा हामीसग हातेमालो गरी दिनु हुन हाम्रा पुँवार खड्का दाजु भाई दिदि बहिनीहरुलाई हार्दिक अपिल गर्दछु । साथै यो पुँवार सन्देश प्रकाशनमा आर्थिक रुपमा सहयोग पुऱ्याउनु हुने हाम्रा शुभ चिन्तक संघ संस्थाहरु, उपाध्यक्ष द्वय श्री बाबुराम खड्का, श्री कमल खड्का र सदस्य द्वय श्रीमती शुसिला खड्का तथा श्रीमती यशोदा खड्का लाई हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछु ।

देश भित्र र बाहिर रहनु भएका सम्पूर्ण हाम्रा पुँवार खड्का बन्धुहरुमा म लगायत केन्द्रीय कार्यसमितिका पदाधिकारी तथा सदस्यहरुका तर्फबाट बिजया दशमी तथा शुभ-दिपावली २०७१ को उपलक्षमा सुख, शान्ति, सम्बृद्धि र उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दै हार्दिक मंगलमय शुभकामना अर्पण गर्दछौं ।

बोलेन्द्र बहादुर खड्का
अध्यक्ष

गुठीका गतिबिधि

मिति २०७० असोज १ गते देखि मिति २०७१ भाद्र मसान्त सम्म यस पुँवार खड्का गुठीले गरेका बार्षिक गतिबिधि निम्न अनुसार प्रस्तुत गरिएको छ।

१. गुठी भवन - दशैंघर

गुठी भवन दशैंघरका रुपमा प्रयोग गर्दै प्रत्येक बर्ष झैं २०७०को बडा दशैंको अवसरमा पनि नवरथा सुरु भए पछि भाइबन्धुहरु भेलाभई शुभकामना आदान प्रदान गरी घटस्थापनाका दिन बिधिपूर्वक जमरा राख्ने काम भएको र उक्त जमरालाई दैनिक रुपमा दुइजना ब्राह्मणद्वारा पूजा गरिएको र महाअष्टमीमा होम हाल्ने काम र नवमीका दिन दुर्गा पूजा, चण्डीपाठ गरी उक्त जमरा दशमीका दिन भाईबन्धुहरु तथा सर्वसाधारणलाई बिहान ७ बजे देखि बितरण गरिएको थियो।

२ साधारण शभा

मिति २०७१ बैशाख १३ गते सम्पन्न गुठीको १६औं साधारण सभाले दोश्रो संविधान सभाका लागि पुँवार खड्काहरु प्रत्यक्ष तथा समानुपातिक तर्फबाट बिभिन्न जिल्लाबाट बिजयी हुनु भएकोमा स्वागत तथा सम्मान गरिएको थियो। गुठीद्वारा सम्मानित हुनेहरुमा :

१. माननीय मन्त्री श्रीमती निलम के.सी (खड्का) - समानुपातिक (ने.क.पा माले)
२. माननीय श्री दीपक खड्का - संखुवासभा - प्रत्यक्ष (नेपाली काग्रेस)
३. माननीय श्री भरत खड्का - डोटी - प्रत्यक्ष (नेपाली काग्रेस)
४. माननीय श्री हरी खड्का - बाग्लुङ - प्रत्यक्ष (नेपाली काग्रेस)

अर्का नेपाली काग्रेसका तर्फबाट उदयपुरबाट बिजयी माननीय भौतिक योजना मन्त्री डा. नारायन खड्काज्यू कार्य व्यस्थताका कारण उपस्थित हुन सक्नु भएन उहाँ लगायत सम्पूर्ण माननीयज्यूहरुलाई सोही सभाका सभापति तथा गुठीका अध्यक्ष श्री रुद्र बहादुर खड्का र अन्य बक्ताहरुद्वारा बधाई ज्ञापन गर्दै उहाँहरुको राजनीतिक जीवन सफल होस र देशमा अविस्मरणीय कार्य गर्दै पुँवार बंशको नाम उज्वल बनाउन शुभकामना समेत दिने काम भएको थियो। माननीय मन्त्री तथा सभाकी प्रमुख अतिथि श्रीमती निलम के.सी ज्यूबाट यसरी दाजु भाई भेला भई गरिने यस प्रकारका धार्मिक तथा सामाजिक कार्य प्रति खुसी प्रकट गर्दै आफ्नो व्यक्तिगत तथा सस्थागत रुपमा सकेको सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्नु भयो। माननीयज्यूहरुले आफ्नो मन्तव्यमा राज्यले सुम्पेका कार्यहरु इमान्दार पूर्वक गर्ने अठोट गर्नु भयो र गुठीको प्रगतिका लागि पनि आवश्यक परेका ठाउमा सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गनु भयो। गुठीका बरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री सहदेव खड्काले आगन्तुकहरुलाई स्वागत मन्तव्य दिनु भएको थियो। अर्का उपाध्यक्ष श्री बोलेन्द्र बहादुर खड्काद्वारा गुठीले गरेका बार्षिक प्रगतिका बारेमा आफ्नो मन्तव्य दिनु भएको थियो। महासचिव श्री दीपक खड्काद्वारा महासचिवको बार्षिक प्रतिवेदन पढेर सुनाउनु भएको थियो। कोषाध्यक्ष श्री सुधाम बहादुर खड्काद्वारा आ.व. २०६९/७० को आय व्यय प्रस्तुत गर्नु भई निर्णयार्थ सभामा पेस गर्नु भएको थियो। सभाले महासचिवको प्रतिवेदन र कोषाध्यक्षको आम्दानी र खर्चको बिवरणलाई सर्वसम्मतिले स्वीकृत गरेको थियो र अर्का पूर्व उपाध्यक्ष श्री हीरा बहादुर खड्काद्वारा गुठीलाई सुझावहरु सहित आफ्नो मन्तव्य दिनु भएको थियो। सभाले गुठीको बिद्यमान बिधानलाई समय सापेक्ष हुने गरी संसोधनका लागि संयोजकमा बरिष्ठ अधिवक्ता तथा पूर्व महान्यायाधिवक्ता श्री लक्ष्मी बहादुर 'निराला' खड्का र सदस्य द्वय पूर्व डि.आ.जी तथा गुठीका पूर्व अध्यक्ष, बर्तमान केन्द्रीय सल्लाहकार श्री चन्द्र बहादुर खड्का र अधिवक्ता तथा केन्द्रीय का.स. का सह-सचिव श्री टीकाध्वज खड्का समेतको बिधान संसोधन समिति गठन ग । निर्वाचन आयुक्त श्री बलदेव खड्काद्वारा निर्वाचनको प्रकृया सम्पन्न गरी गुठीका नयाँ पदाधिकारी तथा सदस्यहरुको चयन भएको घोषणा गर्दै प्रमाण पत्र प्रदान गर्नु भयो र अन्तमा उक्त १६औं सभाले गुठीका लागि श्री बोलेन्द्र बहादुर खड्काको अध्यक्षतामा छैटौं केन्द्रीय कार्यसमितिको चयन गर्दै सभा सम्पन्न भएको थियो।

यो पुस्तिका तयारी गर्दा गर्दै मन्त्री परिषदको निर्णय बमोजिम सम्बिधान सभाका लागि बेथान गा.वि.स., रामेछापका नेपाली काग्रेसका नेता श्री शिव बहादुर खड्का सभासदमा मनोनित हुनु भएकोमा यो पुँवार खड्का गुठी

उहाँको कार्यकाल सफल रहोस भनि शुभकामना साथै हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दछ ।

३ मन्दिर तथा भवनमा रंग रोगन

गुठी भवन र भवनको प्राङ्गणमा रहेका श्री कपिलेश्वर महादेव र कात्यायनी भगवती मन्दिर नेपाल सरकार, समाज कल्याण परिषदको आर्थिक सहयोगमा रंग रोगन तथा मर्मत सम्भारको कार्य गर्ने काम सम्पन्न भयो । यसै क्रममा कात्यायनी भगवती मन्दिरको वरीपरी सजाइएको झल्लर पुरानो, मैलो, च्यातिएको भएकाले का.म.न.पा. वडा नं.१० मध्ये बानेश्वर, सि.डि.ओ. टोल निवासी श्रीमती बिन्दिरा खड्काज्यूले नयाँ झल्लर सिलाउन लगाई मन्दिरमा परिवर्तन गरिदिनु भएकोमा उहाँ प्रति यस पुँवार खड्का गुठी हार्दिक धन्यवाद तथा आभार प्रकट गर्दछ।

४. सडकमा ढल निर्माण सम्बन्धमा

गुठी भवन रहेको गोठाटार गा.वि.स. वडा नं.७ र ८ को बीचको सडकमा ढल निर्माण गर्न खहरे ढल निर्माण समितिलाई गुठीका तर्फबाट रू. २०,०००/- (बीस हजार रुपैया) सहयोग उपलब्ध गरायो ।

बिभिन्न समाजसेवी तथा व्यक्तिहरुबाट गुठीको हितमा भएका कार्यहरु :

१. गुठी मौरीको घार जस्तै ज्यामी मौरी झैं गरी आर्थिक तथा भौतिक रुपमा खटिदै बषौ लगाएर हाम्रा पुँवार बंश दाजु भाई दिदि बहिनीहरुले निर्माण गरेका साझा भौतिक तथा संगठनात्मक सम्पत्ति हो । गुठी निर्माणमा आफ्नो अमुल्य समय दिदै बिगत तथा वर्तमानमा बिभिन्न केन्द्रीय कार्यसमितिका सल्लाहकारहरु, पदाधिकारीहरु तथा सदस्यहरुको योगदान सर्वोपरी, सर्वोकृष्ठ स्थानमा रहन्छ नै तथापी उहाँहरुको सफलता पछाडी बिभिन्न दाताहरु तथा शुभचिन्तकहरुको भूमिकालाई पनि उच्च मुल्याङ्कन र सम्मान गर्नु अपरिहार्य हुन्छ । त्यसै अनुरुप बिभिन्न व्यक्ति तथा संस्थाले गरेका योगदानका बारेमा तल उल्लेख गरिएको छ ।

क) समाज कल्याण परिषद्ले आ.व.२०७०/७१ को लागि बार्षिक बजेट अन्तर्गत मठ, मन्दिरहरुको जिर्णोद्धार गर्न, मर्मत गर्न बिभिन्न संघ, संस्थाहरुबाट परियोजना प्रस्ताव पेश गर्न गोरखापत्रमा सूचना प्रकाशन गरेको थियो र गुठीले पनि सोही बमोजिम आफु अन्तर्गत रहेका श्री कपिलेश्वर महादेव र कात्यायनी भगवतीको मन्दिरको मर्मत गर्न, रङ्ग रोगन गर्न, ढल निर्माण गर्न एक प्रस्ताब पेश गऱ्यो । उक्त परियोजना प्रस्थाबलाई स्वीकार गर्दै समाज कल्याण परिषदले मिति २०७१ असार ३२ गते गुठीको प्रस्तावको पक्षमा एक लाख रुपैया अनुदान सहयोग दिने निर्णय गऱ्यो र उक्त उपलब्धी प्रति मिति २०७१ भाद्र ७ गते बसेको केन्द्रीय कार्यसमितिको बैठले महिला तथा समाज कल्याण मन्त्री तथा परिषदका अध्यक्ष ज्यू लगायत सम्पूर्ण शुभ चिन्तक परिषदका कर्मचारीहरु र गा.वि.स. सचिव सहितलाई उहाँहरुको योगदानका लागि हार्दिक धन्यवाद प्रस्ताव पास गऱ्यो ।

ख) झापा जिल्ला अर्जुनधारा गा.वि.स. वडा नं.६ मा स्थाई घर भई हाल काठमाण्डौ महानगरपालिका वडा नं.३४, आलोकनगरमा स्थाइरुपमा बसोबास गर्दै आउनु भएका श्री अमर बहादुर खड्काका नाती, टेक बहादुर खड्काका छोरा पुँवार खड्का गुठी केन्द्रीय कार्यसमितिका सदस्य श्री भरत खड्काले गुठीको आर्थिक सुदृढिकरण अन्तर्गत अक्षयकोषका लागि आफुले पनि सक्दो योगदान गर्ने उद्घोष गरे बमोलिम बिभिन्न किस्ता गरी हाल सम्म रु.३७,०००।- (सैतिस हजार रुपैया) सहयोग गरी सक्नु भएको छ र यस कदमको पुँवार खड्का गुठी उहाँ प्रति आभार तथा हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

घ) काठमाण्डौ जिल्ला गोठाटार गा.वि.स. वडा नं.८ हात्तिडाँडामा स्थाई घर भएका मोहन बहादुर खड्काका नाती, लोक बहादुर खड्काका छोरा समाजसेवी श्री दामोदर खड्काले पुँवार खड्का गुठीको प्राङ्गणमा पानीको अभाव रहदै आएकोमा रु.४०,०००।- आर्थिक तथा भौतिक सहयोगमा ४ इन्चको पाइप मार्फत ११० फिट गहिराइबाट पानी निकाल्ने कार्यमा सहयोग गरिदिनु भएकोमा मिति २०७१ भाद्र ७ गते बसेको केन्द्रीय कार्यसमितिको बैठले उहाँको योगदान प्रति आभार प्रकट गर्दै हार्दिक धन्यवाद प्रस्ताब पास गरेको छ । उहाँकै संरक्षकत्वमा लोक कल्याण खानेपानी सेवा समिति मार्फत आफ्नै भूमीमा दैनिक २३५००० लिटर पानी उत्पादन गरी करिव २५० घरधुरीलाई न्यूनतम शुल्कमा पानी बितरण गर्दै आउनु भएको र गा.बि.स.का बिभिन्न धार्मिक मठ् मन्दिर तथा समाजका हितका लागि कार्य गर्नु हुने उहाँको समाज सेवाको प्रशंसा सबैले गर्नु पर्ने हुन्छ । गुठीको उक्त उत्पादित पानी तान्न मेसिन खरिद गर्न र आवश्यक अन्य सामग्री खरिद गर्नका लागि बिभिन्न दाताहरुबाट आर्थिक

सहयोग प्राप्त भएको थियो । जस अनुसार म्याग्दी जिल्लामा घर भई हाल काठमाण्डौ, बत्तिसपुतलीमा स्थाई बसोबास गर्दै आउनु भएकी गुठीका पूर्व अध्यक्षज्यूको धर्मपत्नी श्रीमती कमला देवी खड्काबाट रु.५,१०८।- (पाँच हजार एक सय आठ रुपैया), केन्द्रीय कार्यसमितिका सदस्य श्रीमती शुसिला खड्काज्यूका छोरा अर्थमन्त्रालयमा उप-सचिव तहमा कार्यरत गट्ठाघर, भक्तपुर निवासी श्री आदेश खड्काबाट रु.५०००।- (पाँच हजार रुपैया), केन्द्रीय कार्यसमिति सदस्य, भक्तपुर निवासी श्री प्रदिप खड्काबाट रु.५०००।- (पाँच हजार रुपैया), केन्द्रीय कार्यसमिति सदस्य, गोठाटार-७ निवासी श्रीमती यशोदा खड्काबाट रु.१५००।- (एक हजार पाँचसय रुपैया), केन्द्रीय कार्य समिति सदस्य, काठमाण्डौ बत्तिसपुतली निवासी श्री ध्रुव कुमार खड्काबाट रु.१५००।- (एक हजार पाँचसय रुपैया) सहयोग गर्नु भएकोमा उहाँहरु प्रति मिति २०७१ भाद्र ७ गते बसेको केन्द्रीय कार्यसमितिको बैठकले आभार प्रकट तथा हार्दिक धन्यवाद प्रस्ताव पास गरेको छ ।

❑❑❑

हार्दिक शुभ-कामना

विजयादशमी तथा दीपावली २०७१ को शुभ उपलक्ष्यमा देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय पुवार बंशिय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरु, सुभेच्छुक तथा मित्र बर्गहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं !

प्र से बुद्धि बहादुर खड्का तथा श्रीमती यशोदा खड्का
गोठाटार-७, काठमाण्ठौ

हार्दिक शुभ-कामना

विजयादशमी तथा दीपावली २०७१ को

शुभ उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण कारोवारमा संहभागी हाम्रा मुल्यवान ग्राहक बर्गहरु, देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरु, यस संस्थामा आवद्ध रही अमुल्य सेवा पुर्‍याउनु हुने महानुभावहरुमा सुख, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ !

हरदिन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
बानेश्वर, काठमाण्डौ

"संघे शक्ति कलौ युगे"

चन्द्र बहादुर खड्का

सम्पूर्ण खड्काहरुको एकमात्र साझा गुठीमा परिणत गरी राष्ट्रव्यापी संगठन विस्तार गरेर पुँवार खड्काहरुबीच सम्पर्क, सद्भाव तथा सहयोगको बृद्धि गर्ने पूनित उद्देश्य लिएर चिलंखे खड्का गुठीको नाममा परिवर्तन गरी २०५४ साल चैत्र ५ गतेका दिन "पुँवार खड्का गुठी" को नामबाट जिल्ला कार्यालय काठमाण्डौमा यस संस्थाको दर्ता भएको हो ।

सुरुका दिनमा झापा, मोरङ्ग, दोलखा, काठमाण्डौ उपत्यका, बाग्लुङ्ग, स्याग्दी, दाङ्ग लगायतका पुँवार खड्काहरुको सक्रियतामा यस गुठीले छोटै समयमा तीन क्षेत्रीय समिति र सोह्र जिल्ला समितिको गठन गरी आफ्नो संगठन बिस्तार कार्यलाई तिव्रता दिदै लगेको हो । यस बाहेक गुठीले आफ्ना आजिवन सदस्यहरुको संख्यामा पनि उल्लेखनीय बृद्धि गरेको थियो । तर दश बर्षे जनयुद्धको प्रभाव जिल्लाहरुमा पर्न गई शान्ति सुरक्षामा समेत खतरा उत्पन्न हुन थाले पछि त्यसको प्रभावबाट यो गुठी पनि प्रभावित नभई रहन सकेन । फलस्वरुप जिल्लाहरुमा गुठी सम्बन्धी प्रचार, प्रसार तथा संगठन कार्यको विस्तार हुन सकेन, गठन भएका समितिहरु पनि आपसी सम्पर्क बिहिन हुन गई छिन्नभिन्न भएर यसको अस्तित्व केवल राजधानीमा मात्र सिमित रह्यो ।

देशमा शान्ति कायम भएको अवको यस स्थितिमा जनयुद्धकालमा त्यस प्रकार छिन्नभिन्न भई लोप प्रायः हुन पुगेका आफ्ना क्षेत्रीय तथा जिल्ला समितिहरुको पुर्नगठन र सुदृढिकरण गरी गुठीलाई राष्ट्रव्यापी बनाउने कठिनकार्य यस गुठीको सामु आएको छ । यो गुठी कुनै एक जिल्ला वा क्षेत्र विशेषको मात्र नभएर राष्ट्रिय स्तरको गुठी भएको कारण जुन उद्देश्य राखेर गुठीको नामाकरण गरिएको थियो त्यही उद्देश्य अनुरुप गुठीलाई अघि बढाउनु सम्पूर्ण पुँवार खड्काहरुको परमकर्तव्य हो । यसका लागि निश्चयनै भगिरथ प्रयत्नको खाँचो छ । यस बाहेक आफ्नो बंशिय इतिहासलाई कायम राखेर नयाँ राजनीतिक परिवर्तन पछि उब्जेको जातीय प्रतिस्पर्धाको वर्तमान अवस्थामा आफ्नो अस्तित्वकै लागि पनि यस गुठीलाई संगठित, सुदृढ र सशक्त बनाउन केन्द्रीय समितिका पदाधिकारी तथा सदस्यहरुका साथै देश भरका सम्पूर्ण पुँवार खड्काहरु एकजुट भई अघि बढ्नु अतिनै आवश्यक भई सकेको छ ।

जातीय संघर्ष यस गुठीको उद्देश्य होइन । यो संस्था मुख्यतः सम्पूर्ण पुँवार खड्काहरुको बंश, थर, गोत्र आदि सम्बन्धी इतिहासलाई जीवन्त राख्दै यस बंशलाई अझ समृद्ध बनाउन लागि परेको एक सामाजिक संस्था हो । त्यसैले यसलाई सहयोग पुऱ्याउनु आफु पुँवार खड्का हुँ भन्ने प्रत्येक व्यक्तिको प्रमुख कर्तव्य हुन आउछ । के आफ्नो बंश, आफ्नो थर, आफ्नो पुर्खा र स्वयं आफै उदासिन रहने कोही पुँवार खड्का हुन सक्लान ? के आफ्नो बंश प्रति गर्व नहुने, आफ्ना पिता पुर्खा प्रति श्रद्धा नहुने, आफै प्रति आस्था नहुने कोही पुँवार खड्का हुन सक्लान् ? हुन सक्दैनन् कदापि हुन सक्दैनन् । त्यसो हो भने जागौ, उदासिनतारुपी निद्रालाई त्यागौ, त्यो बिगतको जोश, जाँगर, हौसला सहित अघि बढौ । गुठीलाई कसले के गऱ्यो भन्ने तर्फ भन्दा गुठीलाई मैले के गरे भन्ने तर्फ सोचौं । केन्द्रले नीति निर्देशन गरोस, प्रतिनिधि पठाएर संयोजकको काम गरोस । क्षेत्र, जिल्ला स्तरका नयाँ तथा पुराना कर्मठ कार्यकर्ताहरुको त्यो जोस, जाँगरमा पुनः रक्तसञ्चार होस् । यस्तो कठिन कार्य केवल केन्द्रको प्रयासले मात्र सम्पन्न हुन नसक्ने हुँदा अव केन्द्रको मुख नताकि क्षेत्र, जिल्ला स्तरबाट नै स्वतःस्फूर्तरुपबाट आ-आफ्नो समितिहरुको पुर्नगठन गरेर यस गुठीलाई जीवन्त रहन बल पुऱ्याउँ । यस कार्यमा सबै स्तरका पुँवार खड्का बन्धुहरुले आ-आफ्नो क्षमता अनुसार तन, मन, धनले सहयोग गरेर मृतप्रायः अवस्थामा रहेका क्षेत्रीय, जिल्लास्तरीय समितिहरुलाई पुनः सञ्चालित गराउँ । यदि हाल जिल्ला स्तर सम्म पुग्न सकिदैन भने तत्काल पाँच बिकास क्षेत्रमा क्षेत्रीय समितिहरुको गठन गरी तिनका

कार्यालयहरुको स्थापना गरौं । जिल्ला समितिहरुको गठन यिनै क्षेत्रीय समितिहरुले क्रमशः गर्दै लगुन् । यहि सहज उपाय हुने छ ।

हाम्रो कतिपय पुँवार खड्का बन्धुहरु देशको शैक्षिक, न्यायिक प्रशासनिक क्षेत्रका उच्च पदमा र यस अतिरिक्त सर्वोच्च बिधायिका - संविधान सभा/व्यवस्थापिका संसदमा समेत रहनु भएको छ । यस अवस्थामा सम्पूर्ण पुँवार बन्धुहरु र खास गरी उच्च ओहदामा रहनु भएका तथा संसदमा प्रतिनिधित्व गर्ने यस बंशका जनप्रतिनिधिज्यूहरुलाई आ-आफ्नो क्षेत्र तथा जिल्लामा समितिहरु गठन गर्न र त्यसका लागि कार्यालय स्थापनार्थ आवश्यक सहयोग जुटाई आफ्नो अमुल्य सहयोग प्रदान गर्न सविनय अनुरोध गर्दछु । साथै यो पुँवार खड्का गुठी सम्पूर्ण पुँवार खड्काहरुको साझा गुठी भएको हुँदा सबै पुँवार खड्काहरुबाट यस गुठीलाई आवश्यक सल्लाह, सुझाव दिनुका साथै दिशा निर्देशन समेत गरी सबै पुँवार खड्काहरुलाई एक सूत्रमा बाध्न प्रेरणा प्रदान भैरहने छ भन्ने अपेक्षा पनि राखेको छु ।

अस्तु !

"संघे शक्ति कलौ युगे" अर्थात कलियुगमा शक्ति संगठनमा हुन्छ ।

-लेखक पुँवार खड्का गुठीका पूर्व अध्यक्ष तथा वर्तमान प्रमुख सल्लाहकार हुनुहुन्छ ।

❑❑❑

हार्दिक शुभ-कामना

यही २०७१ सालको बिजया दशमी,
दीपावली तथा छट पर्वको
पावन अवसरमा हाम्रा सम्पूर्ण अभिभापक, बिद्यार्थी, शिक्षक तथा शुभचिन्तक शुभेच्छुकहरुमा सुस्वास्थ्य, दीर्घायु तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ !

अमृत कुमार खड्का
प्रिन्सिपल
तथा भिमेश्वर एकेडेमी परिवार
गोठाटार, काँडाघारी, काठमाण्डौ

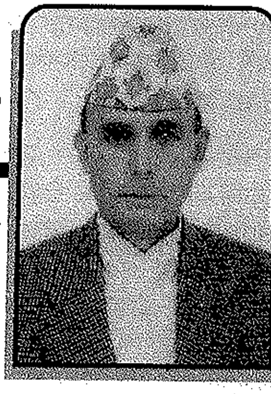
हार्दिक शुभ-कामना

विजयादशमी तथा दीपावली २०७१ को
शुभ उपलक्ष्यमा सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको रा.प्र.पा.संग
आवद्ध सम्पूर्ण नेता तथा कार्यकर्ताहरु, हाम्रा सुभेच्छुक मतदाताहरु, देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय पुँवार बंशिय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु !

बाबुराम खड्का
जिल्ला अध्यक्ष - राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी, सिन्धुपाल्चोक
उपाध्यक्ष, केन्द्रीय कार्यसमिति
पुँवार खड्का गुठी

पहिलो यात्रा स्मरण

तीर्थ यात्रा तथा धार्मिक गन्तव्यको अवलोकन



बोलेन्द्र बहादुर खड्का

भारतको उत्तराखण्ड जम्बु कश्मिरमा पर्ने श्री वैष्णवदेवीको दर्शनार्थ हामीबाट भएको तीर्थयात्राको बारेमा पछि यात्रा गर्न चाहने तिर्थालुहरुको लागि समर्पण गरी लेखिएको यो निवन्धनात्मक बर्णन हो ।

मिति २०७० साल पुष ८ गते म, मेरी श्रीमती, छोरी उमा, १२ बर्षको नाती प्रत्युष खड्का, भतिज सुधाम बहादुर खड्का, श्रीमती मन्दाकिनी खड्का, बुहारी शान्ती खड्का मेरै घरमा बस्ने कान्छी हमाल र कालुमान मगर र सुधाम खड्काका नातेदार तीन जना समेत १२ जनाको समुह बनाई बिहान ७ बजे घरबाट प्रस्थान गर्‍यौं । सोही दिन नारायणघाट, भैरहवा, सुनौली हुदै बेलुका ८ बजे गोरखपुर पुगी एउटा होटलमा तीन कोठाको लागि भारु.२०००/- तिरेर बास बस्यौ र भोली पल्ट १२ बजेसम्म पनि गोरखपुरबाट जम्मुको लागि रेलको टिकट नपाइएकोले अमृत्सरको लागि ट्रेन चढि २२ घण्टाको यात्रा पछि १० गते २:०० बजे अमृतिसर पुगियो । केही समयको आराम पछि ५ बजे देखि ८ बजेसम्ममा सो सहरको स्वर्ण मन्दिरको अवलोकन गर्ने कार्य सकि मन्दिरको प्रसाद ग्रहण गरी बेलुका स्थानीय एक होटलमा भारु.१८००।- मा तीन कोठा तिरेर बास बस्ने काम भयो । भोलि पल्ट बिहान ११ गते १:०० बजे त्यहाबाट बस चढि कटहराको लागि प्रस्तान गरियो । कटहरामा १२ गते बिहानको तीन बजेमात्र पुगियो र भारु २४००/- तिरेर एक होटलमा ३:०० बजे देखि ९:०० सम्मका लागि कोठा लिई आराम गरियो । त्यहाबाट मन्दिर जानका लागि पास बनाउनु पर्ने रहेछ त्यसैका लागि ९ बजे सम्म बस्नु परेको हो । १२ गते बिहान १० बजे बैष्णव देवीको मन्दिर प्रवेशका लागि पास लिने काम भए पछि त्यहाबाट अगाडी बढ्ने क्रममा मन्दिर पुग्न करिव १४ किलोमिटरको उकालो चढ्नु पर्ने रहेछ । मुख्य सवारी साधनका रुपमा घोडा, डण्डी (डोली) र कंडी (पिठ्यू) ताम्जन सबै साधन पाइने रहेछ तर हामी १२ जना हिड्ने सहमति भयो नाती प्रत्युष खड्काले घोडा चढ्ने रहर गरेकोले ७ कि.मी को लागि भारु.४००।- मा नाती बाजेका लागि दुइवटा घोडा लिई घोडामार्ग भई अगाडी बढियो र बाँकी मार्ग पैदल हिडी बेलुका ६ बजे मन्दिर आसपासमा पुगियो । पुषको दिन कठाङग्रीने जाडो र बस्नका लागि होटल लज केही नभएको तर करिव ५००० मानिस बस्न सकिने एक धर्मशाला तिर्थालुको लागि बनाएको रहेछ । १२ गतेको बेलुका ७ बजेबाट खुल्ने तीन तल्ला भएको धर्मशालामा हामी पनि सल्लाह गरी तीन वटा ढोकामा म भतिज सुधाम खड्का नाती प्रत्युष खड्का तीन जना तीनतिर लाइनमा बस्यौ र सात बजे ढोका खुल्यो भित्र पस्न त्यहाँ प्रलय भयो अन्तमा सबै अगि अगि जानेले भरेछन् र दोश्रो तल्लामा नाती प्रत्युष बसेको थियो । हामी सबैसंग कटहराबाट उकालो चढ्नको लागि एक/एक लठ्ठी थियो र नाती एक कोठामा पसेछ हामी पनि दिक्क भई जादै थियौ । त्यो कोठा भित्र एक भारतीले छाता, लौरो र आफु समेत कोठा रोक्न पुरै ढाकेर लम्पसार परी बसेको रहेछ । नाती प्रत्युष पनि त्यही गई मिलेर बसौ भन्दो रहेछ । त्यसले मेरो मान्छे छ छोड्दिन भन्दै रहेछ । प्रत्युषलाई साह्रै रिस उठेछ र धर्मशाला तेरो बुक कसरी भयो भनि त्यही लौराले एक फिट छेउमा बजारी तलाई यही पिट्छु भनि जोस र हिम्मतका साथ त्यसलाई तर्साउदै रहेछ । हामी पुग्यौ र हामी धेरै जना देखे पछि त्यो त्याहाबाट अनेत्र गयो र ओढ्न ओछ्याउनका लागि एक कम्मलको भारु.१००/- धरौटी राखी २० थान कम्मल त्यही नातीले ल्यायो र भोलिपल्ट १३ गते बिहान ३ बजे उठी नुहाई कम्मल बुझाई धलौटी फिर्ता लिई बैष्णव देवीको दर्शनको लागि लाइनमा बस्यौ । शरीरमा केवल मोवाइल, चस्मा बाहेक बाहिरबाट लगेको चढाउने सामान केही लान नपाइने रहेछ । मन्दिरमा चढाउने सामान त्यही किन्नु पर्ने रहेछ । ४०/४० फिटको दुरीमा पुलिसको चेकजाँच हुदो रहेछ । गोरेटो बाटो हुदै भित्र देवीको गुफामा पुगियो र दर्शन गरी त्यहाको नियम अनुसार भेटीघाटी बाहिर राखेको तामाको घ्याम्पामा खसाल्ने काम गर्‍यौं । त्यहा पुग्दा साह्रै प्रसन्न भै साक्षात भगवतीको दर्शन पाएको जस्तो महसुस भयो । तत्काले त्यहाँ दोहोर्‍याएर जान नपाइने रहेछ किनकि तल कटहराबाट लिएको पास मन्दिर व्यवस्थापनका व्यक्तिहरुले लिदा रहेछन् । मन्दिर छिर्न दोश्रो बाटो पनि नभएको र पास पनि नभएकाले एकै

पटक मात्र दर्शन गर्न पाइने रहेछ र यात्रीहरु कतिपयले बेलुकानै पुगी रात्रीमै दर्शन गरी बास नबसी फर्किने रहेछन्। यात्रामा लगिने सामान राख्ने ठाउको कुनै व्यवस्था नरहेकाले बाहिर सामान एक जनाले कुर्ने र पालै पालो गरी मन्दिर छिर्न सकिने रहेछ। मानिसहरुको २४ सै घण्टा ओहर दोहर भइरहदो रहेछ। त्यहा हेर्न लायक १४ हजार फिट माथिको पाहाड चारैतिर चाँदीको घेराफै टल्किदो रहेछ। हिमाली पाहाड फुटाएर बनाएको सहर र बस्ती बत्तिले सधै फलमल्ल भैरहने रहेछ। मन्दिरको २०० फिट माथि हेलिकप्टर बस्ने व्यवस्था रहेकाले धनाढ्यहरु हेलिकप्टरबाट ओर्लिई सोही मार्ग भई मन्दिर प्रवेश गर्दा रहेछन्। त्यहा बस्दा खानाको कुनै समस्या रहेनछ र माडवारीहरुले ५० प्रतिशत छुटमा रोटी, चावल, तरकारी चिया दिने रहेछन्। उक्त स्थानमा चोर डाँका नभएकाले मानिसहरु सबैले सबैलाई सहयोग गर्ने देखियो र मलाई पछि पनि पुन: देवीको दर्शन गर्न जाने इच्छा भइरहेको छ। त्यहा जाने समय चैत देखि असोज सम्म उत्तम रहेछ र त्यो समय मानिसको भीड् भाड्ले गर्दा दर्शन गर्न तीन दिनसम्म लाइनमा बस्नु पर्ने रहेछ। टिकटको आधारमा पठाउने हुँदा लाने सामान केही बोक्न नमिल्ने र सबै त्यही पाइने भएकाले आफुसंग लगेका झोला सामान राख्ने प्रबन्ध आफैले मिलाउनु पर्ने हुन्छ। जानको लागि छोटोबाटो काठमाण्डौ, भैरहवा, गोरखपुर, जम्वु हुदै मन्दिर पुग्न सकिने रहेछ। यात्राको लागि टिकट काठमाण्डौको डिल्ली बजारबाट लिन सकिने व्यवस्था छ।

त्यसपछि बैष्णवदेवीबाट १३ गते फिर्ता भई चार घण्टामा कटहरा पुगियो र तेसै दिन बेलुका ७ बजे जम्वु पुगी शंकर होटलमा बास बस्यौ। भोलिपल्ट १४ गते बिहान जम्वु सहर घुमी सोही दिन ११ बजे दिल्लीका लागि प्रस्थान गऱ्यौ र दिल्लीमा बेलुका ८ बजे पुगी एक होटलमा बस्यौ र १५ गते दिनभर दिल्ली घुमी बेलुका छ बजेको लागि गया प्रस्थान गरियो र १६ गते बिहान ९ बजे गया पुगी दिवंगत पिता, माताको पौषे औसिको तिथि पारी श्राद्ध गर्नको लागि कपालकाटी हवीसेक बसें र भोली पल्टको श्राद्धका सामान खरिद गऱ्यौं र भोलीपल्ट १७ गतेको श्राद्ध सकियो। काठमाण्डौ देखिनै उक्त योजना बनाइएको थियो। त्यसपछि सबैको सल्लाह अनुसार फर्की वनारस जाने भयो र त्यसै अनुरुप त्यहाबाट ४ बजे प्रस्थान गऱ्यौं र १८ गते बिहानको ३:०० बजे वनारस पुग्यौं। त्यहा सुधाम खडकाको नजिकको नातेदार श्री शुलभ बिष्ट हुनु हुदो रहेछ। उहाँका मान्छे रेल स्टेसनमै हामीलाई लिन आएका थिए। उनीहरुले आफ्नो घरमा राखि बिहानको समयमा विश्वनाथको दर्शन गराई खानाबस्नको राम्रो प्रवन्ध मिलाई दिएका थिए। बेलुका त्यहाको मनीकर्नी घाटमा आरती गर्ने व्यवस्था उनीहरुले मिलाई दिएका थिए र केही समय त्यहा घुमी कपडा अनि केही सामान किनमेल गऱ्यौं। दोश्रो दिन २० गते बिहान ४ बजे गोरखपुरको लागि फष्ट क्लासको टिकट काटी श्री शुलभ बिष्टले ट्रेनमा चढाई बिदा गराई दिएका थिए। ती नातेदारबाट हामीलाई गरेको आतिथ्य सत्कारलाई पनि बिर्सन सकिदैन। ट्रेनको रिजर्भ टिकट काठमाण्डौबाटै लिई गएकाले ट्रेन नम्वर डिब्बा नम्बर, टिकट नम्वर र ट्रेन कति नम्वरमा लाग्ने, आउने सवै काम नाती प्रत्युषले गरी हामीलाई पुरा यात्रामा डोहोऱ्याएर त्यो वाल्यअवस्थामै त्यस प्रकारका जिम्मेवारपूर्ण काम गरेकाले मैले नातीलाई धेरै धेरै धन्यवाद दिएको छु। त्यहाँ जानका लागि योजना बनाउने कार्य भतिज सुधाम बहादुर खड्का र बुहारीले गरेकाले यात्राको क्रममा बाटोमा कुनै डर चिन्ता भएन। हाम्रो यात्रा जम्मा १५ दिनको भयो। हामी सबै १२ जना सकुसल आइपुग्यौ। श्री वैष्णवदेवीले सवै नेपाली, हाम्रा खड्का दाजुभाई दिदि बहिनी सबैलाई देवीले दर्शन गर्ने मनस्थिति बनाउन र एक पल्ट हेर्न दर्शन गर्न सवैलाई मन लागोस भनी यो त्याहाँको बस्तुस्थिति छोटकरीमा लेखेको छु।

दोश्रो यात्रा स्मरण

हिमालपारीको जिल्ला मनाङ्गको यात्रा

हिमाल पारिको जिल्ला भनि पर्यटकीय दृष्टिले महत्वपूर्ण जिल्ला मनाङ्गको भ्रमण गर्न विदेशी र आन्तरिक पर्यटकको घुइचो लाग्ने गर्दछ। पर्वतीय क्षेत्रको मनोरम दृश्यावलोकन गर्न हामी पनि पहिले देखिनै लालायित थियौ सोही क्रममा संयोगवस मेरो शाहिला दाई भवेन्द्र खड्काको छोरा कर्णेल शुलभ खड्का मनाङ्गमा भएको रामबाण गुल्म ब्यारेकको कर्णेल भएको मौका पारी लम्जुङ्ग जिल्ला, लम्जुङ्ग दरवार समेत घुम्ने हाम्रो इच्छा भएकोले म [illegible] तिज सुधाम बहादुर खड्का, श्रीमती मन्दाकिनी खड्का, भाउजु बेनु खड्का, बुहारी शान्ति खड्का समेत हामी ५ जना २०७१ साल जेठ २१ गते काठमाण्डौबाट लम्जुङ्गको बेसीसहर लाग्यौं। मुग्लिङ्ग, भोटेओडार हुदै ३ बजे लम्जु[illegible] पुगियो र एक राम्रो होटल भतिज शुलभ खड्काले मिलाई राखेको रहेछ। त्यहाँ केहीवेर आराम गरी लम्जुङ्ग दरवार हेर्न अलिमाथि चढ्यौ र दरवार धेरै पुरानो भइसकेको र जिर्णोद्वार नभएको देखियो। त्यस पछि तल ओर्लिएर बजार घुम्यौं। अधिक घरहरु ब्रिटिस लाहुरेहरुको रहेछ। घरहरु सवै नयाँ डिजाइनको राम्रा रहेछन्। बस्ती पनि फराकिलो रहेछ। घुम्दै घुम्दै ७ बजे होटलमा आई खाना खाई सुत्ने

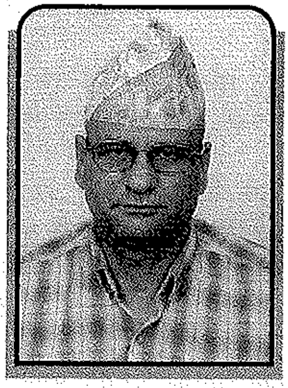
काम भयो र बिहान ७ बजे मनाङ्गको लागि जिपबाट प्रस्थान गऱ्यौ । १०-१२ किलो मिटर सम्म बाटो ग्राभेल भएकाले ठिकै थियो त्यस पछि अगाडी जादै गर्दा माथितिर हेऱ्यो कहाली लाग्दो भीर पहरा तल हेऱ्यो निलो मर्स्याङदी नदी ८ देखि १० फिट चौडा भएको पहराको बाटो देख्दा श्री पशुपतिनाथलाई पुकार्दै अघि बढ्यौ र जम्मा ६५ कि.मी बाटो ८ घण्टा लाग्यो र तीन बजे मनाङ्गको सदरमुकाम चामे पुग्यौ । शुलभ खड्काले त्यहाको सबैभन्दा राम्रो होटल माउण्टेनमा बस्न मिलाएको रहेछ । त्यहाँ पुगी स्नान गरी केहीबेर पछि नास्ता खाई ६ बजेसम्म आराम गऱ्यौ र एक सिपाही व्यारेकमा खान जानको लागि लिन आए र हामी अलिपर व्यारेकमा गयौं । बेलुकाको खानामा त्याहा पाइने उत्तम च्याग्राको मासु सहितको खाना बेलुका व्यारेकमा खाई पुन सुत्नको लागि पहिलेकै होटलमा आयौं । हाल त्यहाँ व्यारेकको घर भवनहरु पुरा तयार भएको रहेनछ ७४ रोपनी जग्गा खरिद गरी ८ बटा भवन तयार भइसकेको रहेछ । केही भवनहरु बन्दै रहेछन् । २३ गते बिहान त्यहाको बजार, जंगल, स्कुल घुमी १० बजे व्यारेकमै खाना खाई १२ बजेतिर माथिल्लो मनाङ्गको लागि व्यारेकको दुई घोडा लिई हिड्यौ र बीचमा पर्ने एक अति रमणीय पिसाङ्ग गाऊमा अति सुन्दर गुम्वा रहेछ जहाँ धेरै मानिस जमघट हुदा रहेछन् । हामी पनि त्यही बस्ने सल्लाह गऱ्यौं र भतिज शुलभ खड्काले लज र खाने व्यवस्था सबै मिलाएकोले हामीलाई केही झञ्झट भएन । हामीहरु बुद्ध मन्दिर गई त्यहाको चलन अनुसार बत्ति किनेर बाल्यौं र बेलुकाको मनाङ्गेहरुको पूजा हेऱ्यौ । मन्दिरबाट फर्की खाना खाई त्यही पिसाङ्गमै बस्यौं । त्यहाँ बस्नुको कारण त्यहाबाट अन्नपूर्ण हिमाल नजिक र अति सुन्दर देखिने रहेछ । मनाङ्गबासीको आयश्रोत भनेकै त्यही हिमालहरु रहेछन । हजारौ हजार बिदेशी स्वदेशी यात्रीहरु श्रावण देखि कार्तिक महिनासम्म त्यस स्थानको भ्रमण गर्ने रहेछन् । प्रत्येक घर र होटलहरुले यो चार महिनामा १० देखि २५ लाख सम्म कमाई हुने बताउछन त्यहाका मानिस । अर्को त्यहाका बासिन्दाको आयश्रोत भनेको यार्सागुम्वा किरा रहेछ । जंगलमा सयौ पालहरु टाँगिएका टाढाबाट हामीले देख्यौं । घोडा, चौरी, च्याङ्ग्रा, भ्याङलुङ्ग, पाल्ने उनीहरुको परम्परा देखिको पेशा रहेछ । त्यहाको बासिन्दाको काठमाण्डौको मुटु ठमेल, स्वयम्भु, कमलपोखरी, बौधमा घर नभएका मनाङ्गबासी कमै छन् होला । अव त्यहा यातायात पनि पुगिसकेकाले सम्पन्न जिल्ला भन्न मिल्ने रहेछ । राजा महेन्द्रबाट भन्सार छोटी व्यापार गर्न पाएकोले उनीहरुको हङ्गकङ्ग, बैंकक् पानी पधेरो रहेछ । त्यहाका मानिसका छोराछोरी सबै बिदेशमा पठाएकाले त्यहाँ भएको स्कुलमा केही कर्मचारीको छोराछोरी मात्र पढ्ने गरेकाले शिक्षक र विद्यार्थी बरावरी जस्तै देखियो । अनि २४ गते बिहान चामे सदरमुकाम फर्क्यौं । शुलभ खड्काले फोनबाट एक राम्रो होटल मोनालिसमा व्यवस्था गरेकाले सिपाही सहित हामी आठ जनालाई ११ बजेको खाना तयार गर्नु भनेकोले हामी पैदल हेर्दै हेर्दै पिसाङ्ग गाउँबाट ठिक ११ बजेनै अडरगरेको होटलमा आई खाना खायौं र सोही दिन २ बजेतिर मनाङ्गको फुर्तिलो छुच्चो घोडा चढ्ने कुरा चल्यो । मैले त्यो घोडा चढ्ने र त्यसले मलाई लडाउन नसक्ने उहाँहरुलाई आश्वासन दिए । नभन्दै घोडा ज्यादै मुर्ख रहेछ । त्यसलाई मैले मेरो वाल्यकाल देखिको घोडा चढ्ने अनुभव भएकोले घोडालाई आफ्नो नियन्त्रणमा लिन सफल भए । हेर्नेहरुले मेरो प्रशंसा गरे त्यत्तिकैमा साँझ भयो व्यारेकमा खाना खाई सुत्न चाहि पहिलेकै होटलमा गयौं र फर्किने बेला २५ गते बिहान ७ बजे कर्णेल शुलभ खड्काले एक पूजारी ब्राम्हण लिई स्वस्ती वाचन गरी टिका लगाई हामी पाँच जनालाई मनाङ्गबाट काठमाण्डौका लागि बिदाई गरे पछि हामीहरु भतिजसंग छुटेर आउनु पर्दा केही नरमाइलो अनुभव भयो । एक दुई घण्टा हामीहरुबीच एक आपसमा खास कुरा पनि भएन सबै निरास देखिन्थे । त्यत्तिकैमा मलाई अर्को याद आयो मेरो बानेश्वरको घरमा एक कोइती चरो आई बेलुका छ बजे देखि राति २/३ बजेसम्म कुहिई खोई भन्ने शव्दमा कराई रहन्थ्यो मलाई लाग्यो यो साथि छुटेर एक्लो भएछ कि क्या हो । त्यो दिन बेलुका लम्जुङ्गमा बास बस्यौं र त्यहाँ चारै पट्टी जंगल रहेछ । त्यहा पनि त्यही समय कोहिली कराई रह्यो । काठमाण्डौ देखि मनाङ्गसम्म त्यही कोइली कराई रहेको महसुस भयो । मलाई यसले किन पछ्याई रहेछ जस्तो भान भयो र त्यो चरी पनि मेरो सदैव सम्झना साहनुभूती भैरहन्छ, र आज पनि बिर्सन सकेको छैन । मेरो छोटो अवधिको मनाङ्ग बसाइमा मैले जे देखे जे त्यहाँका मानिसले बताए त्यही कुरालाई यस पुँवार खड्का गुठीको सन्देशमा सबै सामु सन्देश दिन चाहन्छु ।

मेरो जन्म १९९९ सालमा भएको र हालको उमेर ७२ बर्षको भएकोले यो उमेरमा कर्णेल शुलभ खड्काले मनाङ्ग जिल्ला र लम्जुङ्ग घुम्ने घुमाउने समय प्रदान गरी ज्यादै आदरपूर्वक सम्मान र साथ दिई सुरक्षा गरेकोमा म काका बोलेन्द्र बहादुर खड्काको तर्फबाट र अन्य ५ जनाको तर्फबाट हार्दिक धन्यवाद दिदै उनको प्रगति र उन्नतिको लागि श्री पशुपतिनाथसंग प्राथना गर्दछु । अन्य जिल्लाको तिर्थयात्राको बारेमा अर्को अंकमा लेख्ने गरी यो यात्राको बारेमा कलम यही रोक्दछु ।

- यात्रा पर्यन्तका वर्णनकर्ता पुँवार खड्का गुठीका केन्द्रीय अध्यक्ष हुनुहुन्छ ।

❑❑❑

पुँवार खड्काहरुको कुल पूजा बारे छोटो जानकारी



कमल खड्का

हामी पुँवार खड्काहरु बिभिन्न स्थानमा बसोबास गरिआएका भए पनि आ-आफ्नो पाएक पर्ने स्थानमा देवाली पूजा गर्दै आएका छौ जस्तै भक्तपुर जिल्लाको लोकन्थली, बालकोट, र ललितपुरको धापाखेल, ईपामल्टा तथा काठमाण्डौको काँडाघारीबाट समेत सबै बन्धुहरु जम्मा भई ललितपुर जिल्लाको गोदामचौरमा गई धामी बसाई कुल पूजा गर्ने चलन चलिआएको छ । पुँवार खड्काहरुको देवाली पूजा गर्दा धामी नबसाई पूजा नहुने भएकोले बालकोटका पुराना धामी बुढा भई मृत्यु भई सकेका कारण करिव १०-११ बर्ष जति गोदामचौरमा देवाली पूजा नभए पछि गोदामचौरका बन्धुहरुले काठमाण्डौको कागेश्वरीबाट धामी झिकाई ललितपुरको गोदामचौरमा माथि उल्लेखित स्थानहरुका बन्धुहरु एकै स्थानमा जम्मा भई एक बर्ष बिराएर देवाली पूजा गर्दै आएका छौं । हाल चाहि कागेश्वरीका धामीहरुले नै ललितपुरको गोदामचौरमा आदिबारा, १८ भाई मध्ये जेठो कालो मस्ट गरी दुई जना धामी उतारेर देवाली पूजा गर्दै आएका छौं ।

दोलखा निवासी पुँवार खड्काहरुले कुनै कालमा कुल देवताले दुःख दिई उक्त देवतालाई तामाकोशी खोलामा लगी बगाएपछि देवाली नगरेको भन्ने भनाई पनि छ । त्यो बिशेष गरी दोलखा जिल्लाको चिलङ्गा, लादुक, बुलुङ्गका पुँवारहरुबाट थाहा हुन आएको हो । तर सिन्धुपाल्चोकको ठोकर्पा भन्ने गा.वि.स.मा पनि पुँवार खड्काहरुको अत्याधिक बसोबास रहेछ र त्यहा धुमधामका साथ धान्य पूर्णिमाका दिन १०-११ जना धामी बसी देवाली गराएको देखियो । रामेछापका बिभिन्न स्थानमा बसोबास गर्दै आउनु भएका पुँवार खड्काहरुले पनि प्रत्येक तीन बर्षमा एक पटक बैशाख पुर्णिमा वा पञ्चमीमा देवाली पूजा गर्ने गरेका रहेछन् जहाँ आदिबारा र कुलादी मष्ट अनि वायुका गरी तीन थरीका धामी हुने गरेको त्यहाका बन्धुहरुबाट जानकारी पाइयो । काठमाण्डौको कागेश्वरीमा पनि सोही अनुसार कालो बोका र सेतो थुमा बली दिई देवाली पूजा गरेको देखियो । त्यस्तै काभ्रेका जनागालका पुँवार खड्काहरुले चाँही देवाली पूजामा थुमा, बोका, र पाठी वली दिने गरेका पाइएको छ । त्यहा सोदनी गर्दा बिन्दबासिनीलाई पाठी पूजा गरेको भन्ने जानकारी पाइएकोले पुँवार खड्काहरुमा समेत बिभेद भएको देखियो ।

पुँवार खड्का थर भएका बन्धुहरुको कुल पूजा गर्दा पहिलो गणेश, दोश्रो महारुद्र, तेश्रो क्षेत्रपाल चौथो आदिबारा, पाँचौ अठार भाई मध्ये जेठो कालो मष्ट र छैटौ गैडुको समेत रेखी हाली पूजा गर्नु पर्दछ । घरघरमा पनि घरमुलीले पूर्णिमाका दिन धूप हाल्ने र बत्ती बाल्ने गरिन्छ । सोही कुरा २०६१ सालमा प्रकाशित पुँवार खड्काहरुको बंशावलीमा समेत उल्लेख भएको छ । गैडु पूजाको सम्बन्धमा चौपाय जस्तै गाई भैसी पाल्ने गरेका बन्धुहरुले गाई भैसा दुहुना हुनेले धान्य पूर्णिमामा वा चण्डी पूर्णिमामा गैडुको पूजा गरी खीर र पुवा चढाउने चलन रहिआएको छ । पुँवार खड्काहरुको पाँच प्रवर हुन्छन् जस्तै कपिल, कापिल, उच्चआधार, फूलबारी, धारानगर भन्ने शव्दले उच्चारण गरेको पाइन्छ साथै हामी बिभिन्न स्थानमा बसोबास गरी आएका पुँवार खड्काहरु एक भई काठमाण्डौको गोठाटारमा रहेको पुँवार खड्काको गुठी घरको तल्ला थप्ने, कपिलेश्वर महादेव, कात्यायनी मन्दिर लगायतका स निर्माणका कार्य गर्न पनि पछि पर्न नहुने हुँदा एकता, भाइचाराको सम्बन्ध बढाएर अघि बढ्दै गएमा गाँऊ, जिल्ला नभई राष्ट्र निर्माणमा समेत खड्का बन्धुहरुले टेवा पुऱ्याउन सक्नेछन् ।

अन्तमा गुठी घर बनाउन जग्गा दिने जग्गादाता एवं बिभिन्न स्थानबाट गुठी घर बनाउनको लागि सहयोग पुऱ्याउनु हुने पुँवार खड्का बन्धुहरुलाई यही आउदो २०७१ सालको बडा दशै, शुभ-दिपावली, छट् पर्वको उपलक्ष्यमा समस्त खड्का परिवार प्रति शु-स्वास्थ्य, दिर्गायुको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

पुँवार खड्का गुठी हाम्रो

निर्माण विकास र सुधार सुख शान्तिको आधार ।
उद्देश्य यही हो शुरु भयो पुँवारको विकास निरन्तर ॥
बिधान अनुसार काम गर्ने अठोट र उद्देश्य लिई सरासर ।
हातमा हात मिलाई दर्ता भयो पुँवार खड्का गुठी बिधान अनुसार ॥

पुँवार खड्काहरुको चौतर्फि विकासमा सहयोग गर्ने लक्ष हाम्रो ।
पुँवारको बस्ने घर, बैठक गर्ने ठाँउ, यही गोठाटारमा सम्पन्न राम्रो ॥
पुँवार खड्काहरुको सहयोग छ मठ मन्दिर र भवन निर्माणमा पनि हाम्रो ।
सबैमा हराभरा भएको छ गोठाटार पुँवार खड्का गुठी घर राम्रो ॥

दक्ष र योग्य नेतृत्व यसै पुँवार खड्का गुठीमा पाइयो ।
आ.व. ०५८/५९ तिर गोठाटारमा भवन निर्माण पूरा गरियो ॥

गुठीको विकासको अवधारणालाई पनि साथ लगाई ।
पारदर्शी बनाई गरौं सहयोग यस निर्माण सुधार कार्यलाई ॥
फुटेर होइन जपेर माला पुँवार बंश उत्थानको ।
पाओस् निरन्तरता बढोस् अघि अघि उत्तरोत्तर प्रगतिको ॥

सफल बनोस् हराभरा सदा सम्वृद्ध पुँवार खड्काहरुको ।
सुवास छावस् मिलेर प्रेरणा अघि बढ्न सबै बन्धुहरुको ॥
फलोस फुलोस् हिमचुली बनोस् सदा सदा बहार ।
शुभकामना छ पुँवार खड्काहरुलाई यही बारम् बार ॥

०५४ साल देखि नै बंशावली संकलन गर्ने कार्य सुरु भयो ।
त्यसै फलस्वरुप पुँवारको बंशावली पहिलो प्रकाशन प्रकाशित भयो ॥
गुठी भवनमा मठ मन्दिर स्थापना गर्ने कार्य गरियो ।
पुँवारहरुको सहयोगबाट नित्य पूजाआजा गर्ने पनि गरियो ॥

पुँवार खड्काहरुको सहयोगबाट नै यसै गरी ।
अघि बढाउन सकिन्छ निरन्तर लागी परी ॥
पुँवार खड्काहरुमा भेदभाव द्वेश रति नराखी ।
मिली जुली अघि बढौं हातमा हात मिलाई ॥

यस पुँवार खड्का गुठीको उन्नति प्रगतिमा पनि ।
साथ रहोस नयाँ आउने आजिवन सदस्यहरुको अनि ॥
सुझाव र सल्लाह लिनु बिज्ञ सल्लाहकारहरुको पनि ।
यसैबाट हुन्छ सधैं सधैं हित पुँवार खड्काहरुको अनि ॥

॥ जय कपिलेश्वर, जय कात्यायनी ॥

-यी माथिका लेख र कविताका लेखक पुँवार खड्का गुठीका उपाध्यक्ष हुनु हुन्छ ।

❑❑❑

हार्दिक शुभ-कामना

महान चाड विजयादशमी, दीपावली तथा छट् पर्व २०७१ को शुभ उपलक्ष्यमा देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरु, हाम्रा शुभेच्छुक मित्रहरु, यस संस्थाबाट वैदेशिक रोजगारी प्राप्त गर्नु हुने सम्पूर्ण महानुभावहरुमा सुख, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ !

एस.सि.सि. म्यानपावर कम्पनी प्रा.लि.
कमलपोखरी, काठमाण्डौ, नेपाल, पो.ब.८९७५
फोन नं. ९७७-१-४४४५१४८ फ्याक्स : ९७७-१-४४२०००२ मो.नं. ९८५१०५७३५२
E-mail: info@sccmanpower.com, website : www.sccmanpower.com
बिश्वासिलो तथा भर पर्दो वैदेशिक रोजगारीका लागि समर्पित कम्पनी हो ।

नेपालमा पुँवार खड्का

रहर बहादुर खड्का

हामीहरु पुँवार खड्का भएकै नाताले पूर्व मेची देखि पश्चिम महाकालीसम्मका भाई बन्धुहरु एउटै छहारीमुनी बस्ने इच्छा र चाहना राख्नु स्वभाविक हो । यहाँ हामी सवै पुँवार खड्काहरुले आफ्नो कर्तव्य पूरा गर्न कतिसम्म सफल भयौं या भएनौं एक पटक ठण्डा दिमाग लगाएर सोचौं । भाईबन्धु एकताका लागि स्थापना भएका संघ संस्थाहरुमध्ये हाम्रो संस्था उत्कृष्ट बनाउन हामी सवैको प्रयास हुनु पर्दछ ।

देश भित्र बसोबास गर्ने पुँवार खड्काहरुका लागि मात्र नभएर विदेशमा बिभिन्न पेशा व्यवसाय गर्ने बहुप्रतिष्ठित व्यक्ति देखि गाँउमा बस्ने साधारण किसान पुँवार परिवार समेत अटाउने साझा संस्था पुँवार खड्का गुठीलाई बनाउनु हाम्रो कर्तव्य हो । हामी विदेशमा भएका पुँवार खड्काहरुसंग कति नजिक हुन सक्यौ र गाँउमा साधारण दुई छाक हातमुख जोर्न नसक्ने गरिव किसानहरुसंग कति नजिक हुन सक्यौ साथै देश र बिदेशमा रहेका ऐस, आरामको जीवन जिउने भाइवन्धुहरुसंग कति नजिक हुन सक्यौ र गाँउका भोका नाङ्गा दिन दुखिहरुको दुखमा कति नजिक भयौं । कहा, कति, कुन किसिमको सहयोगमा सहभागी भयौं ? हामीले अध्ययन गरी आवश्यक कदम चाल्नु पर्ने बेला आएको छ । यी समस्याहरुलाई पनि अब पुँवार खड्का गुठीले फर्केर हेर्ने बेला भयो कि ? यो हाम्रो पुँवार खड्काहरुको केन्द्रीय स्तरको गुठी हो केन्द्र बाहेक अन्य क्षेत्रमा रहने पुँवार खड्काहरुको जीवनस्तर कस्तो छ ? जो जहाँ भए पनि ठिक छ तर त्यहा शासकको रुपमा छ कि शोषित पीडित छ । त्यो पनि गुठीले अध्ययन अनुशन्धान गर्नु पर्ला कुन खड्का बन्धुले कुन गाँउ/सहरमा के कस्तो सामाजिक/धार्मिक/राजनैतिक र कुन समयमा जनता र दाजुभाइका लागि त्याग र वलिदानका कृतिहरु राखे त्यो पनि अध्ययन अनुशन्धान गरी पुँवार खड्का गुठीको मुखपत्र पुँवार सन्देश मार्फत सार्वजनिक गरिनु पर्छ र पुँवार खड्का गुठीले गरेका उन्नत्ति प्रगति र दिन दुखीहरुलाई मध्यनजर गरी प्रकाशित हुनु पर्छ । यहा ठूला धेरै ठूला, मध्यम वर्गका मध्यमनै र गरिव तल्लो वर्गका तलका तलै हुने हो भने हाम्रो संस्था कसरी साझा हुन सक्ला ? यहा त तीन तहका पुँवार खड्का बन्धुहरु एकै ठाँउमा घुलमिल भई जवसम्म सुख दुख सबै साझा बनाउन सक्दैनौ तवसम्म कुनै पनि संस्था साझा हुन सक्दैन । कसैको दुख सुखमा साझा सहभागिता भई पीडामा मलम लगाउन सक्यौ भने मात्र बंशिय सम्बन्ध सुधार हुन सक्छ । नत्र आफ्नो बंश आफैलाई थाहा नहुन सक्छ । कुनै पुँवार खड्काको उन्नत्ति प्रगतिमा संस्थागत प्रशंसा हार्दिकता दिन सकियोस र कुनै दुखमा परेका र पीडितहरुको पीडामा पनि सहभागी भई साथ दिन सक्यौ भने अनि थाहा हुने छ हाम्रो पुँवार खड्का गुठीले हामी साना, ठूला, धनी, गरिव सबैलाई सम्झदो रहेछ भन्ने छन् र गुठी प्रति सद्भाव बढ्ने छ अनि गुठी आफ्नो गतिमा बढ्ने छ । गुठीका सदस्य भएर मात्रै हुदैन गतिशिल हुनु पर्दछ । गुठीको भवन मात्र भएर हुदैन भवनको गरिमा उच्च राखि अधिराज्यभर गुठीको चिनारी हुनु पर्दछ ।

गुठीको महत्वलाई ख्याल गर्दै अव जे जति पुँवार खड्काहरुको अवस्था र क्षमताको बारेमा एक अध्ययन गरी कहा कति संख्यामा हाम्रा बंशजहरु बसोवास गरिरहेका छन् त्यस बारेमा बिवरण लिन सके गुठीको काम कारवाहीमा सहज हुने अवस्था थियो । त्यस कामका लागि हामी सबै खड्काहरुले आ-आफ्नो ठाउमा बसी के सहयोग गर्न सकिन्छ धन हुनेले धनले सहयोग गरौ धन नभए मनले सहयोग गरौ सो पनि नभए जन सहयोग गरौ । यसो भएमा पुँवार खड्का गुठी एक दिन सम्बृद्ध बन्ने छ अनि हामी सबैको साझा संस्था बन्ने छ । म, तपाई, हामी समेत सहभागी हुने छौं तव मात्र हाम्रो हुने छ साझा पुँवार खड्का गुठी ।

❑❑❑

मानिसको निरोग र आनन्दमा प्राकृतिक देन

निरञ्जन खड्का

प्रकृतिमा अतभूत शक्ति छ त्यसैलाई हिन्दूवादीहरु परम पिता ब्रह्मा, देवादी देव महादेव, सृष्टिका पालन कर्ता श्री हरी विष्णु भगवानको रचना, पालनकर्ता र संहार भन्दछन् , इसाइ धर्मालव्बिहरु सृष्टिका रचयिता परमेश्वरले मानिसका लागि दिएका उपहार भन्दछन् भने इस्लामिकहरु यी सारा अल्लाको अनुकम्पाबाट चलेको सृष्टि हो भन्दछन् । ज-जस्ले जे भने पनि प्राणी र वनस्पतिका लागि आफ्नो जीवनचक्र चलाउन उपयुक्त हो यो पृथ्वी । जीवहरुलाई जीवन निर्वाह गर्न यस धर्तीमा अमुल्य वनस्पती, जल, प्राणवायु(अक्सिजन) आदिको व्यवस्था गरिएको छ जुन धैरै बिद्वान ऋषिहरुले त्यसको आधा आधिमात्र प्रयोग गर्न सकेका थिए भनिन्छ । जो मानिस प्रकृतिलाई चिन्दछ, बुझदछ, प्रकृतिले दिएका उपहारलाई चिनेर आवश्यकता अनुरुप मात्र उपयोग गर्दछ उ निरोगी रहन्छ, सुखी रहन्छ र आनन्दको जीवन जिउन सक्दछ ।

सहरबासीहरु अथवा धनाढ्यहरु संसारमा बिकसित सबै स्वादिला परिकारहरु मनपरी खाएर रोगी, अजीर्ण भई मर्दछन् । गाउलेहरु आफ्नै घर वरीपरी उत्पादन हुने अन्न, फलफूल, सागपात अनुपात मिलाउन नसकेर बेढंङ्ग तरिकाले खादा रोगी भई मर्दछन् अथवा कुन चिज खादा के हुन्छ भन्ने ज्ञानको अभावले दुख पाइरहेका छन् । भनिन्छ पश्चिमा देशका मानिसहरु अप्राकृति परिकारहरु खादा खादा पोषण बढी भइ सुन्निएर मर्दछन् र गरिव देशहरु वा इथियोपियाका जनता खान नपाएर मर्दछन् । मानिस रोगी हुनु र अल्पायुमै अनेक रोगका कारण मर्नुका पछाडी खानपान, बिहार, र बिचारलाई सहीरुपमा ग्रहण गर्न नसक्नु हो । हाम्रा बगैचामा अनि बनजंगलमा वीष पनि छ, अमृत भोजन पनि छ, औषधि पनि छ तर कसैले चिन्दैनन् । कि ऋषिमुनीहरुले चिन्दथे भनिन्थ्यो कि त प्राकृतिक बिज्ञहरुले मात्र चिन्दछन् । एउटै उदाहरण लिउ जंगलमा पाइने कुनै जातका च्याउ मासुमा हुने तत्वहरु भन्दा बढी पोषिला, स्वादिष्ट र जीवन उपयोगी हुन्छन् भने त्यही ठाउमा अर्को उस्तै च्याउले १० मिनेटमै जीवनलिला समाप्त पारिदिन्छ । आज च्याउकै कारण बर्षेनी दर्जनौ परिवारका सबै सदस्यको मृत्यु भएको खवर सुन्न पाइन्छ । यो त तुरुन्तै परिणाम पाइने बस्तु भयो तर हाम्रा वरीपरी यस्ता गतिबिधि वा उत्पादन हुन्छन् जसको प्रयोगले बिस्तार बिस्तार थाहै नपाउने गरी शरीरका महत्वपूर्ण अंगहरु काम नगर्ने भई सकेका हुन्छन् । प्रदुषित हावा, धुँवा, धुलो, धुम्रपानले फोक्सोमा क्षती पुऱ्याउदछ र दम अनि फोक्सोको क्यान्सर हुन्छ, रक्सी सेवन वा बिषादी तत्वले आन्द्रा, मृगौला, कलेजो बिगार्छ, मासुले शरीरमा अनावश्यक बोसो थुपार्छ, अनि जनावरमा रहेको रोग मानिसमा सर्दछ, शरीर आलस्य बनाउदछ, । ज्यादा चिल्लो, मसला, अमिलो, पिरोले ग्यास्टीक, एसिडिटीको समस्या उब्जाउछ यसो भएमा टाउको दुख्ने, बान्ता हुने, रिङ्गटा लाग्ने समस्या उत्पन्न हुन्छ । शरीरमा बोसो बढ्नाले तनाव, उच्च रक्तचाप, हृदयघात, पक्षघातको समस्या देखिन्छ । बिषादियुक्त खाद्य पदार्थ, रक्सी, धुम्रपानले क्यान्सर रोग लाग्दछ । सहरमा ज्यादै खपत हुने ब्रोइलन कुखुरा जन्मने बित्तिकै देखि मार्ने बेलासम्म एण्टिवायोटिक र अन्य रोग बिरुद्धका सुई अनि भिटामिन दिएर अप्राकृतिक तरिकाले छोटो समयमा हुर्काइन्छ जसको मासु होटल, रेष्टुरेण्ट तथा घरमा बिभिन्न मसला राखेर परिकार बनाई स्वादिष्ट बनाएर खाइन्छ तर त्यो कुखुरामा गुणकारी र हानीकारण तत्व के के छन् भन्ने मानिसले ध्यान दिदैनन् । यस्ता अप्राकृतिक खाद्यबस्तुबाट आज मानव शरीरको प्रतिरक्षा क्षमता कमजोर हुदै गएको छ । मानिस रोगी कसरी बन्दछन् ? पहिलो रोगको उत्पत्ति खानाको कारणले हुन्छ, दोश्रो रोगका जिवाणु हावा वा रोगीसंगको प्रत्यक्ष सम्पर्कले रोगसंग लड्ने प्रतिरक्षा क्षमता कम भएका मानिसमा रोग सर्दछ । तेश्रो शारीरिक परिश्रम नभएर वा ज्यादा भएर वा सन्तुलनमा नभएर मानिस रोगी हुन्छन् । चौथो तनावका कारण मानिस रोगी हुन्छन् । मानिसका यी चार अवस्थालाई नियन्त्रण गरी सन्तुलनमा राख्न सक्यो भने निरोगी बन्न सक्दछ । रोग मात्र हैन् देश देशमा भएको द्वन्द्व, लडाई पनि यिनै मध्येका समस्याहरुबाट [illegible]एका हुन । जव देश तथा समाजमा असन्तुलन हुन्छ तव बिचारमा प्रदूषण फैलिन्छ अनि

मानिसहरु मानसिक रोगबाट ग्रस्त हुन्छन् ।

शरीर बिज्ञानमा आहार र विहारको महत्वको कुरा गरौ । आहार दैनिकको खाना हो भने बिहार शरीरका गतिबिधि, व्यायाम, परिश्रम हुन । एक घान भुटेको मकैका भरमा १५ किलोमिटर उकालो ओरालो ५० केजीको भारी बोकेर कोही मान्छे हिड्छ भने उसलाई सामान्य भन्दा तीन गुणा शक्तिको आवश्यकता पर्दछ र त्यो आहारले उसको शरीरको परिश्रमलाई थेक्दैन । यदि त्यो शक्ति प्राप्त नगरी अधिक परिश्रम गर्छ भने उ रोगी बन्दछ । चुप लागेर घरमै बस्दा १४० क्यालोरी इनर्जी (शक्ति) ले उसलाई पुग्छ भने कडा परिश्रम गर्दा क्षति हुदै गएको इनर्जी खानाको माध्यमद्वारा ५, १०, १५, २० क्यालोरी गर्दै आवश्यकता अनुसार अतिरिक्त इनर्जी थप गर्दै जानु पर्ने हुन्छ । एक घान भुटेको मकैले उसको शरीरमा परिश्रम अनुसार इनर्जी उत्पादन हुन सक्दैन त्यसका लागि थप सन्तुलित खानाको आवश्यकता पर्दछ । इनर्जी ग्लुकोजबाट प्राप्त हुन्छ । ग्लुकोज कार्वोहाइड्रेड युक्त खानाबाट शरीरले प्राप्त गर्दछ । ग्लुकोज शरीरलाई भन्दा छ गुणा बढी दिमागको कामको लागि खर्च हुन्छ वा आवश्यक पर्दछ । इनर्जी उत्पादनका लागि खाना मात्र भएर हुदैन पानी पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छ । पानी प्रत्येक आधा घण्टामा ३०० मिलिलिटर अथवा एक पटकमा दुई चिया गिलास पिउनु पर्दछ तर सो भन्दा बढी एकै पटक पिउनु हुदैन र २४ घण्टामा ३ लिटर देखि परिश्रम हेरेर ५ लिटर सम्म पिउनु पर्दछ । धैरै मानिसहरु जाडोमा पानी पिउदैनन् । शरीरमा पानी कम भयो भने टाउको दुख्ने, शरीरका हरेक अंगहरु कटकट् खाने गर्दछ र मृगौला सुख्खा भएमा पछि मृगौला सम्बन्धी रोग लाग्न सक्दछ । आधुनिक चिकित्सक कहा टाउको दुखेको गुनासो लिएर गयो भने सिधै सिटामोल अथथा ब्रुफेन खान सल्लाह दिन्छन् यदि उस्लाई टन्टलापुर घाममा हिडेर शरीरमा पानीको मात्रा कम भएर टाउको दुखेको रहेछ भने ३०० मिलिलिटर आधा आधा घण्टाको फरकमा २/३ पटक पानी पियो भने केही समय पछि तुरुन्तै दुखेको निको हुन्छ । पानी पिउदा सकेसम्म शरीरको तापक्रमसंग मिल्ने गरी तताएर पिएमा उत्तम हुन्छ । किनकि तातो पेटको थैलोमा अचानक चिसो पदार्थ पुग्दा पेटको तापक्रम तल झर्ने गई पाचन प्रणालीमा समस्या उत्पन्न हुन्छ । खानासंग पानी पिउनु हुदैन र खाना खानु कम्तिमा आधा घण्टा अघि वा पछि मात्र पिउनु पर्दछ । पेट भित्र गएको पानीलाई रगतले सोसेर लिन्छ र शरीरका बिभिन्न अंगमा पुऱ्याउछ । परिश्रम गर्दा छालाबाट पसिनाको रुपमा पानी बाहिर निस्कन्छ र संगै छालाका बिकारहरु पनि निस्कन्छन् । अरु पानी मृगौलाले छानेर अनावश्यक पिसावबाट बाहिर पठाउछ । शरीरका अंगहरुका कार्यहरु धैरै जटिल छन् सबै बर्णन गर्न यहाँ सकिदैन् तर सबै मानिसले शरीरका सामान्य कार्यहरु बुझ्नु अति आवश्यक छ । अन्यथा मानिस खान पान र दैनिकको व्यवहारकै कारण रोगी बन्नु पर्दछ ।

खाना र पानी मात्र भएर हुदैन शरीरलाई एक सेकेण्ड पनि टुट्न नहुने प्राणवायु (अक्सिजन) हो जुन नाकबाट फोक्सोले वायुमण्डलमा रहेको हावाबाट तान्दछ । त्यसैले जुन ठाउमा मानिस बस्दछ त्यो ठाउको वायुमण्डल वा वातावरण सफा र स्वच्छ हुनु पर्दछ । जति फोहर भयो त्यतिनै शरीरमा रोगले प्रवेश पाउने सम्भावन हुन्छ । गाउ घरमा गृहिणीहरु रात दिन धुवायुक्त चुल्होमा बसेर खाना पकाउछन र धुवाका कारण स्वास प्रस्वासका बिरामी हुने, टाउको दुख्ने, आँखा कमजोर हुने, पोल्ने जस्ता रोगले ग्रस्त हुने गरेका छन् । रातीको समयमा ठूला रुखको छहारीमा बस्नु सुत्नु हुदैन किनकि रुख बिरुवाले रातीको समयमा अक्सिजन लिन्छ र कार्वनडाइअक्साइड फाल्दछ र दिनमा यसको ठीक उल्टो काम गर्दछ । त्यसैले टन्टलापुर घाममा रुखको सित्तलमा बस्दा मानिस अपार आनन्दको महसुस् गर्दछ किनकि उसले प्रचुर अक्सिजन अनि सित्तलता पाउछ । मानिसले भने सधैं अक्सिजन लिन्छ र कार्वनडाइअक्साइड् फाल्दछ । मानिसको शरीरमा फोक्सोले अक्सिजन तानेर रगतसम्म पुऱ्याउने काम गर्दछ र रगतले दिमाग अनि प्रत्येक अंगहरु तथा मांसपेसी सम्म अक्सिजन पुऱ्याउछ । शरीरको ठूलो अंश पानी र अक्सिजनले ओगटेको हुन्छ । अतः शरीरले खाना, पानी र वायुमण्डलबाट आवश्यक सबै तत्वहरु लिन्छ । यी तीन प्राण रक्षाका श्रोतहरु शुद्ध र सही रुपमा प्रयोग गर्न जान्यो र अन्य शारीरिक बिहारका नियमको पालना गऱ्यो भने मानिस निरोगी हुन्छ । तर यी कुराले मात्र पुग्दैन बिचारमा असन्तुष्ट, तनाव, नकारात्मक सोच, इर्स्या, आहारिसे आदि जस्ता लक्षणहरुबाट दिमाग प्रदूषित छ भने आहार बिहारले मात्र केही काम गर्दैन । बिचार पनि सकारात्मक हुनु पर्दछ । आहार, बिहार र बिचारको सन्तुलन मिल्यो भने मात्र मानिसको जीवन आनन्दमय हुन्छ ।

मानिसको शरीरले सबैथोक पचाउन सक्दैन । कडा परिश्रम गर्नेको पाचन शक्ति केही बढी भए पनि हल्का काम गर्नेले हल्का खाना खानु पर्दछ । सहरियाहरुले मासु पचाउन रक्सीको सहारा लिन्छन् तर खेती वा शारीरिक

काम गर्नेले सजिलै पचाउछन् । शारीरिक परिश्रम गर्नेहरुले पनि अन्न, गेडागुडी, फलफूल र हरियो सागपात प्रत्येक भोजनमा मिलाएर खान सक्यो भने उस्लाई मासु खाइरहनु पर्दैन । दूध साकाहारी भोजन र पवित्र खाद्य श्रोतका रुपमा मानिसले प्रयोग गर्दछन तर शरीर बिज्ञानको कुरा गर्ने हो भने यसको उत्पादन प्रकृया जनावरको रगतबाट बिशेष ग्रन्थीले छानेर कल्चौडामा जम्मा हुने बिशिष्ट खालको बोसोयुक्त सेतो तरल पदार्थ हो र प्रकृतिको नियम अनुसार त्यो उसैको बच्चाको लागि उत्पादन हुने आहारा हो तर मानिसले लुटेर खाइदिन्छन् । दूधलाई अमृत भोजनका रुपमा हेरिन्छ र प्रत्येक धार्मिक कार्यमा यसलाई पवित्र बस्तु अनि प्रसादका रुपमा ग्रहण गरिन्छ तर यो जनावरको शरीरबाट निस्कने हुदा यसमा मासुमा हुने सबै तत्व पाइन्छ वा पोषणयुक्त हुन्छ । शुक्ष्म अध्ययन गर्ने हो भने जीवबाट उत्पादित दूध मांसाहारी हो, शाकाहारी दूध केवल भट्मासबाट मात्र बन्दछ । सागपात, अन्न, फलफूल, गेडागुडी र पानी मिलाएर खान सक्यो भने दूध खाइरहनु पर्दैन । नियमित दूध पिउने व्यक्तिको रगतमा बोसो जम्मा हुने कारण उच्च रक्तचाप, तनाव, मुटुरोग आदि जस्ता समस्या देखिएका समाचार पढ्न पाइन्छ । तर गर्भवती महिलाका लागि पँहिला फलफूल (स्याउ, सुन्तला, नास्पाती, भुँइकटहर आदि मौसम अनुसारका फल), दूध, कलेजोको मासु, माछा, भिँगेमाछा, प्राउन, अन्न, गेडागुडी, सलाद (वन्दा, गाजर, मुला, स्याउ काँचै खानु हुने बस्तुहरु) र प्रत्येक गाँसमा टुट्नै नहुने हरियो सागपात जस्ता खाद्य पदार्थहरु सन्तुलन मिलाएर नियमित रुपमा खुवाउनु पर्दछ र यो अवस्थामा अतितिरिक्त पोषणयुक्त भोजन खुवाउनु आवश्यक हुन्छ । अनि मात्र जन्मेको बच्चा तिष्ण दिमाग भएको, स्वस्थ, बलियो हुन्छ । यो बेलामा मांसाहारी भोजन सन्तुलन मिलाएर खुवाउनु पर्ने अवस्था हुन्छ । बच्चाको भाग्य कस्तो हुने भन्ने कुरा आमाको खानपान, बिहार र बिचारमा भर पर्दछ । गर्भवती महिलाले खानामा सधै गुन्द्रुक र ढिडो, मोई र कुहिएको मकैको च्याख्ला, बिहारमा सधै जोखिमयुक्त भारी बोक्ने, दिनभरी शारीरिक काम गर्ने, अनि बिचारमा सधै झगडालु हुने, कचकच् गरीरहने, अर्काको रिस इर्स्या गरिरहने, नकारात्मक सोच, कहिल्यै सन्तुष्ट नहुने भएमा ती महिलाबाट संसारकै सबैभन्दा अभागी बच्चा जन्मन्छ । बच्चाको भाग्य बाबुको शुक्रकिट र आमाको आहार, बिहार र बिचारमा भर पर्दछ ।

खानालाई तीन भागमा बाडेर सन्तुलन मिलाउन सके अति उत्तम हुन्छ । एक भाग अन्न, गेडा गुडी, आलु, तरुलको परिकार, एक भाग हरियो सागपात वा कोषाहरु जस्तै सिमी, बोडी, काउली, ब्रोकाउली, फर्सी, आदि र एक भाग काँचो सलाद जस्तै गाँजार, मूला, बन्दा, स्याउ, सुन्तला, नास्पाती, मेवा, अम्बा, आँप अथवा अन्य फलफूलहरु आदि खाद्य पदार्थहरु र प्रत्येक भागबाट तीन बस्तुलाई बराबरी मिलाएर बिहान र बेलुकाको खाना तयार गरी खाएमा पाचन प्रणाली राम्रो हुने र शरीरलाई चाहिने सबै तत्व पूरा हुने हुँदा यस प्रकारको खाना शरीरको लागि पोषिलो र उपयुक्त हुन्छ र यो पूर्ण शाकाहारी भोजन पनि हो । खानामा सम्भव भएसम्म, खान मिल्ने सम्मका छोक्रा र बोक्रा मिसिएको हुनु पर्दछ । मैदा वा मैदाबाट बनेका खानाहरु स्वास्थ्यका लागि हानिकारक हुन्छन् । खाना उमेर अनुसार खानु पर्दछ । बढ्दो उमेरमा कार्वोहाइड्रेड, प्रोटिन, थोरै चिल्लो, क्याल्सियम, मिनरल, भिटामीनहरु आदि प्राप्त हुने खानाहरु खानु पर्दछ । २० देखि ४० वर्षका बीचमा धेरै शारीरिक कार्य गर्नु पर्ने भएकाले कामको प्रकृति हेरी पोषणयुक्त, वजनयुक्त खाना खानु पर्दछ तर ज्यादा भएमा त्यही खाना विषमा परिणत हुन्छ । ४० नाघे पछि धेरै होसियारी अपनाएर बाच्नलाई मात्र खानु पर्दछ यही उमेरमा खाना कै कारण मानिस रोगी हुन्छन् । गाई, भैसी, बाखाले घाँस मात्र खान्छन् र मानिसले दिए अन्न पनि खान्छन् तिनीहरु सधै पेटभरी खान पाए भने बलिया हिष्टपुष्ट हुन्छन् त्यसै गरी मानिसलाई पनि शाकाहारी भोजन भए पुग्दछ । जनावरबाट उत्पादित मासु र दूध खानु आवश्यक छैन । शाकाहारी भोजन, नियमित शारीरिक परिश्रम, दिमागबाट उत्पन्न हुने हरेक नकारात्मक बिचारलाई नियन्त्रण गरेर सकारात्मक बनाउन सक्यो भने उ सधै शुखि, आनन्दित र निरोगी हुन्छ ।

स्वस्थ जीवन नै मानिसको सम्पत्ति हो । अरवौ सम्पत्ति छ, उस्लाई केही खान मिल्दैन, हिडडुल गर्न सक्दैन, लाखौको बेडमा निद्रा लाग्दैन, जीवनभर औषधि सेवन गरिरहनु पर्ने क्यान्सर, मृगौला, मुटु, उक्त रक्तचाप, सुगर, थाइराइड, दम, नसाको समस्या आदि जस्ता रोगहरुका कारण पटक पटक अस्पतालको शैयामा पुगिरहनु पर्दछ भने उसको जीवन, जीवन होइन जिँउदो लासका रुपमा हेरिन्छ र बडो कष्टपूर्ण भएर बाँच्दै अन्तमा दुख, चिन्ता र बेदनामा अल्पायुमै दुखदायी मृत्यु हुन्छ । मानव शरीरको कार्य कम्प्युटरको जस्तै हुन्छ । जस्तै Input (प्राणवायु, खाना, पानी, परिश्रम वा बिहार र बिचार) - Processing (भुँडी, सानो आन्द्रा, ठूलो आन्द्रा, कलेजो, फोक्सो, मृगौला आदिले खानाबा प्राप्त पौष्टिक पदार्थ रगतलाई उपलव्ध गराउनु र रगतले शरीरको सबै अंगलाई चाहिने ती तत्व

पुऱ्याउनु) र - Output (पचेर शरीरलाई नचाहिने बस्तु मलमूत्रका रुपमा बाहिर पठाउनु, खानामा बिषादि, पौष्टिक तत्व कम वा बढी भएमा रोग लाग्नु, सबै अंगलाई चाहिने तत्व कम भए त्यो अंग बिग्रदै जानु वा चाहिने जति आपुर्ति भए ती अंगहरुले सही रुपमा काम गर्नु) यसरीनै शरीरको संरचना बनेको हुन्छ र पौष्टिक तत्व पनि त्यही अनुरुप आपुर्ति गर्नु पर्दछ । अथवा उसले खाना, पानी, अक्सिजन र बिचार कसरी शरीर भित्र पठाउछ र शरीर भित्रका अंगहरुले ती बस्तु तथा पदार्थ कसरी ग्रहण गर्दछन् र अन्तमा ती बस्तुबाट शरीरमा कस्तो परिणाम दिन्छ यहीनै सार बिषय हो ।

सहरवासीहरु उपभोगका लागि मिति गुज्रेका, बिषादियुक्त खाद्य बस्तु, मिसावट भएका, अप्राकृतिक तरिकाले उत्पादन गरिएका र बासी, सडेगलेका खाद्य बस्तुहरु खान बाध्ये छन् । त्यसमा पनि वायुमण्डल दूषित, फोहर अनि दुषित पानी, चरम ध्वनि प्रदूषण, तनावयुक्त जीवन शैली, अभाव, महंगीका कारण कुनै न कुनै रोगले कलिलै उमेरदेखि पीडित भएका देखिन्छन् । सहरका प्रत्येक घरमा उच्च रक्तचाप, मधुमेह, ग्यास्टीकका रोगी नभएका परिवार भेटिन कठिन हुन्छ । गाँउमा घर वरीपरी प्रसस्त जग्गा हुन्छ बरु बाँझो राख्दछन् त्यहाँ मौसम अनुसार हरियो सागपात, फलफूल लगाउदैनन् । उत्पादन भए पनि अन्न, सागपात, गेडागुडी, फलफूल, पानी मिलाएर खान जान्दैनन् । मानिसहरु सधै धुलो र धुवामा बस्दछन् । जसका कारण काम ज्यादा, पोषणयुक्त खाना कम भएर कुपोषण भई रोगी हुन्छन् । दक्ष चिकित्सकको सल्लाह बिनै जथाभावी औषधि प्रयोग गर्दछन् । बाघले घाँस खादैन तर बेला बेलामा केही झार वा घाँस खान्छ किनकि उसले चिनेर औषधिका रुपमा खान्छ त्यसै गरी गाउमा पनि घर वरीपरी औषधिका रुखहरु, झारपात हुन्छन् बिरामी परे त्यसैलाई चिनेर खानु उत्तम हुन्छ । जस्तै करेसामा उम्रेको दुवोलाई पिसेर दैनिक एक गिलास पानीसंग हरियो झोल एक महिना सम्म खाएमा ग्यास्टिक रोग निर्मुल हुन्छ भनिन्छ र दुवोले स्वास्थ्यलाई कुनै हानी गर्दैन । त्यस्तै हर्रो बर्रो र अमला जस्ता जडीबुटी, यार्सागुम्बा, पाँच औले आदि जडीबुटी अत्यन्त जीवन उपयोगी छन । ती सबै गाउँमा पाइन्छ ।

आफ्नो स्वास्थ्य आफ्नै हातमा हुन्छ अत उचित आहार, बिहार र बिचारलाई ख्याल गरी सबै निरोगी भएर बाचौ र आनन्दित जीवन बनाउ । यो लेख स्वास्थ्यसंग आवद्ध संस्था निरोगधामका प्राकृतिक चिकित्सक डा. उमेश श्रेष्ठद्वारा पदयात्राका क्रममा दिनु भएको स्वास्थ्य सम्वन्धी प्रवचनका आधारमा लेखिएको हो जुन प्रकृति र मानव शरीरबीच जटिल र रहस्यमय सम्बन्ध हुन्छ भनिएको छ ।

❑❑❑

हार्दिक शुभकामना

विजयादशमी तथा दीपावली
२०७१ को
शुभ उपलक्ष्यमा हाम्रा सम्पूर्ण
आदरणीय, दाजु भाई तथा दिदिबहिनीहरु, पेशा र व्यावसायमा सहभागी सुभेच्छुक महानुभावहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु !

प्रो. चुडाबहादुर खड्का
तामे शैलुङ्ग लेखापढि तथा कानुनी सेवा
डिल्ली बजार, काठमाण्डौ, फोन नं.९८५१०९४२९१

पुँवार खड्का गुठीको आ.ब. २०६९/०७० को लेखा परिक्षण प्रतिवेदन

विद्या चरण झा

(रजिष्टर्ड लेखापरक्षक)

रजिष्टर्ड नं. (घ) ०४७७ काठमाडौं-२५, मखन टोल

फोन नं ४२४८१७६

मितिः २०७०।४।१८

श्रीमान् अध्यक्षज्यू
पुँवार खड्का गुठी
केन्द्रीय कार्यालय, काठमाडौं ।

विषय : **स्वतन्त्र लेखापरीक्षकको प्रतिवेदन**

त्यस 'पुँवार खड्का गुठी' को मिति २०७०/४/२१ को पत्र अनुसार उक्त गुठीको आ.व. २०६९/२०७० को वार्षिक लेखा परीक्षण गर्न गुठीबाट उपलब्ध भएसम्मको आम्दानी खर्च सम्बन्धी बिल, भरपाई, नगदी खाता बैंक विवरण पत्र समेतको अध्ययन गरी सोको आधारमा यो लेखापरीक्षण प्रतिवेदन तयार गरेको छु ।

१) आम्दानी, खर्च सम्बन्धमा यस आ.व. २०६९/०७० मा विभिन्न शिर्षकहरुमा गरी आम्दानी तर्फ जम्मा रु. २,०२,२५२/८१ मा गुठीमा प्राप्त भएको देखिन्छ । खर्चतर्फ पनि विभिन्न शिर्षकहरुमा जम्मा रु. २,०७,५००।०२ खर्च भएको देखिन्छ । जस अनुसार यस आ.व. मा खर्च भन्दा आम्दानी रु. ५,२४७।२१ न्यून हुन गएकोछ ।

२) गत वर्षसम्ममा दायित्वमा देखाइएको पुश्करबहादुर खड्काज्यूलाई भुक्तानी दिनुपर्ने रु. ८,०२०/- निजबाट गुठीलाई नै उक्त रु. ८,०२०/- सहयोग स्वरुप प्रदान गर्नु भएको हुँदा सो रकम दायित्वबाट झिकी आम्दानी देखाई हिसाब मिलान गरेको छु । अन्य सम्पत्ती तथा दायित्वहरु साविक बमोजिम नै राखेको छु ।

३) लेखा परीक्षणको सिलसिलामा गुठीका पदाधिकारीहरुसँग सोधिएको प्रश्नको जवाफ सन्तोषजनक र भरपर्दो पाइयो ।

४) गुठीमा आम्दानी खर्चको हिसाब किताव बिल भरपाई कानून अनुसार ठिक दुरुस्त राखेको पाइयो ।

५) गुठीका कुनै पनि सदस्यहरुबाट गुठीलाई हानी नोक्सानी हुने कुनै किसिमको काम कारवाही भएको पाइएन ।

६) यसैसाथ संलग्न उक्त गुठीको आय व्यय तथा वासलातबाट गुठीको आर्थिक स्थिति जान्न बुझ्न सकिन्छ । अन्तमा गुठीको उन्नतितिर प्रगतिको कामना सहित यो लेखापरीक्षण प्रतिवेदन पेश गरेकोछु ।

लेखापरीक्षक

पुँवार खड्का गुठी

केन्द्रीय कार्यालय, काठमाडौ

आ.व. २०६९/०७० को आम्दानी खर्च विवरण

खर्च विवरण	रकम	आम्दानी विवरण	रकम
पूजारीको पारिश्रमिक	१०,४००।००	आजीवन सदस्यता शुल्क प्राप्त	२,०००।००
बिजुली महसूल खर्च	७००।००	सदस्यहरुबाट मासिक सहयोग प्राप्त	३,३००।००
पोष्ट बक्स नविकरण	७५०।००	पूजा संचालनको सहयोग प्राप्त	१,०००।००
संस्था दर्ता नविकरण	२,१५०।००	विज्ञापन सहयोगबाट प्राप्त	१,०४,५५०।००
दशैंको पूजा खर्च	७,३८३।००	पुँवार सन्देश पत्रिका बिक्रीबाट	१,५१५।००
शुभ कामना प्रकाशन खर्च	९७५।००	वेब साइड बनाउन सहयोग प्राप्त	११,५००।००
समवेदना प्रकाशन खर्च	५,८५०।००	भुक्तानी दिनुपर्ने रकमबाट पुश्कर	
पद्मकुमारी शैक्षिक पुरस्कार	६,३००।००	बहादुर खड्काबाट सहयोग	८,०२०।००
"पुँवार सन्देश" प्रकाशन खर्च	४८,०००।००		
पुँवार वंश सहयोग	१,०००।००	**ब्याज आम्दानी**	
वेब साइड बनाउन खर्च	9,000। ~~१,३००।००~~	१) रा.वा. बैंकबाट	२४६।८१
वार्षिक साधारण सभा खर्च	१८,६६४।००	२) पिस ब. संस्था बचत हिसाब	१७,२००।००
शौचालय निर्माण खर्च	८६,४३६।००	३) विस ब. संस्था मुद्दती हिसाब	५२,९२१।००
आ.व. ०६९/७० ले.प. शुल्क		यस आ.व. को न्यून	५,२४७।२१
भुक्तानी दिनु बाँकी	५,०००।००		
बैंक ब्याजको कर कट्टी	८४२।०२		
जम्मा	२,०७,५००।०२	जम्मा	२,०७,५००।०२

रूद्रबहादुर खड्का
अध्यक्ष

सुधामबहादुर खड्का
कोषाध्यक्ष

विद्याचरण भट्टराई
लेखापरिक्षक

पुँवार खड्का गुठी

केन्द्रीय कार्यालय, काठमाडौं

आ.व. २०६९/०७० मिति २०६९/४/१ देखि २०७०/३/३१ सम्मको आय व्यय नगद-प्रवाह विवरण

आय विवरण	रकम	व्यय विवरण	रकम
गत आ.व. को नगद बाँकी	१०,१३६।८९	गूजारीको पारिश्रमिक खर्च	१०,४००।००
<u>गत आ.व. को बैंक मौज्दात</u>		बिजुली महसूल खर्च	७००।००
१) रा.वा. बैंक बचत हिसाबमा	७,८९०।७७	पोष्ट बक्स नविकरण खर्च	७५०।००
२) पिस बचत, ऋण सं.सं. बचत हि.	१,९४,१९०।००	संस्था दर्ता नविकरणको खर्च	२,१५०।००
३) ऐ.ऐ. मुद्दती हिसाबमा	४,२५,५५५।००	गतको ले.प. शुल्क भुक्तानी	४,२५०।००
		ऐ. को कर कट्टी दाखिला	७५०।००
<u>यस आ.व.को ब्याज आम्दानी</u>		दशैं पूजाको खर्च	७,३८३।००
१) रा.वा. बैंकबाट	२४६।८१	शुभकामना प्रकाशन	९७५।००
२) पिस बचत हिसाबबाट	१७,२००।००	समवेदना प्रकाशन खर्च	५,८५०।००
३) ऐ.ऐ. मुद्दतीबाट	५२,९२१।००	पदमकुमारी शैक्षिक पुरस्कार	६,३००।००
आजीवन सदस्य शुल्क प्राप्त	२,०००।००	"पुँवार सन्देश" प्रकाशन	४८,०००।००
सदस्यहरुबाट मासिक सहयोग	३३,००० ।००	वेब साइड बनाउन	१३,०००।००
पूजाको लागि सहयोग प्राप्त	१,०००।००	पुँवार वंश सहयोग प्रदान	१,०००।००
विज्ञापनबाट सहयोग प्राप्त	१,०४,५५०।००	वार्षिक साधारण सभाको खर्च	१८,६६४।००
पुँवार सन्देश पत्रिका बिक्रीबाट	१,५१५।००	शौचालय निर्माण खर्च	८६,४३६।००
बेव साइड बनाउन सहयोग	११,५००।००	कर कट्टी	८९२।०२
		बैंक मोज्दात बाँकी	
		१) रा.वा.बैंक बचत हिसाबमा	६,१००।५६
		२) पिस बचत तथा ऋ.स.सं बचतमा	१८,७००६।००
		३) ऐ. ऐ. मुद्दती हिसाबमा	४,२५,५५५।००
		नगद मौज्दात बाँकी	५८४३।८९
जम्मा	**८,३२,००५।४७**	**जम्मा**	**८,३२,००५।४७**

रूद्रबहादुर खड्का
अध्यक्ष

सुधामबहादुर खड्का
कोषाध्यक्ष

विद्याचरण खड्का
लेखापरिक्षक

पुँवार खड्का गुठी

केन्द्रीय कार्यालय, काठमाडौं

२०७०/३/३१ को स्थिति विवरण पत्र (वासलात)

दायित्व विवरण	रकम	सम्पत्ती विवरण	रकम
२०६९/७० को ले.प. शुल्क मुक्तानी		६ आना जग्गा तथा सोमा निर्मित	
दिनु बाँकी	५,०००।००	भवन समेतको साविक मूल्य	२१,२६,७४८।००
अक्षय कोषमा जम्मा गर्नुपर्ने		फर्निचर सामानको बाँकी मु ६,२१४।२२	
गतसम्मको रकम	३०,०००,००	ह्रास कट्टी -९३२।००	
अक्षयकोष मुद्दती हिसाबमा	४,२५,५५५।००	५,२८२।२२	५,२८२।२२
सम्पत्ती बाकी सारेको	२२,९५,९८०।६७	नगद मौज्दात बाँकी	५,८४३।८९
		बैंक मौज्दात बाँकी	
		१) रा.वा. बैंक बचत हिसाबमा	६,१००।५६
		२) पिस बचत तथा ऋ.स. मा बचत हि.	१,८७,००६।००
		३) पिस बचत ऋण सं. मा मुद्दती हिसाब	४,२५,५५५।००
जम्मा	**२७,५६,५३५।६७**	**जम्मा**	**२७,५६,५३५।६७**

रूद्रबहादुर खड्का
अध्यक्ष

सुधामबहादुर खड्का
कोषाध्यक्ष

विद्याचरण
लेखापरिक्षक

श्री कपिलदेवाय नमः

मिति २०७० भाद्र ३१ गते अनावरण भएको पुँवार खड्का गुठीको प्राङ्गणमा स्थापना गरिएको श्री कपिल ऋषिको प्रतिमा निर्माण तथा स्थापनाका लागि बिभिन्न दाताहरुबाट प्राप्त आर्थिक सहयोग :

सि.नं.	दाताको नाम	दाताको ठेगाना-पहिले/हाल	दिएको रकम
१	श्री बाबुराम खड्का र ज्ञान ब. खड्का	सिन्धुपाल्चोक	२५,०००।-
२	श्री मनोहरी खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	१०,००१।-
३	श्रीमती सुन्दरी खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	५,५५५।-
४	श्री ललित बहादुर खड्का	म्याग्दी/बानेश्वर	५,००१।-
५	श्री रुद्र बहादुर खड्का	दोलखा/बानेश्वर, काठमाण्डौ	३,००१।-
६	श्री केशर कुमार खड्का	दोलखा/कपन, काठमाण्डौ	२,५४४।-
७	श्री बिदुर खड्का	ललितपुर, कुसुन्ती	२,१२१।-
८	श्री धनध्वज खड्का	ललितपुर, कुपण्डोल	२,१०१।-
९	श्री सुरेन्द्र खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	२,१००।-
१०	श्री पुष्कर बहादुर खड्का	दोलखा/बानेश्वर काठमाण्डौ	२,००५।-
११	श्री चन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा/गौरीघाट, काठमाण्डौ	२,००५।-
१२	श्री बुद्धि बहादुर खड्का	रामेछाप/गोठाटार काठमाण्डौ	२,००५।-
१३	श्री समुन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा/भैसेपाटी, ललितपुर	१,५०५।-
१४	श्री शंकर बहादुर खड्का	दोलखा/कोटेश्वर काठमाण्डौ	१,१६०।-
१५	श्री कमल बहादुर खड्का	दोलखा/बानेश्वर, काठमाण्डा	१,१६०।-
१६	श्री केशव खड्का	दोलखा/गौरी घाट, काठमाण्डौ	१,१५५।-
१७	श्री बोलेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा/बानेश्वर	१,१५१।-
१८	श्री तारा बहादुर खड्का	दोलखा/बानेश्वर	१,१५१।-
१९	श्री रहर बहादुर खड्का	दोलखा/महाराजगञ्ज	१,१५१।-
२०	श्री दीपक खड्का	दोलखा/बानेश्वर	१,१२१।-
२१	श्री नविन बहादुर खड्का	दोलखा/पिंगलास्थान	१,११५।-
२२	श्रीमती तेज कुमारी खड्का	सिन्धुपाल्चोक/गोपिकृष्णनगर	१,११५।-
२३	श्रीमती उर्मिला खड्का	दोलखा/पिंगलास्थान	१,११५।-
२४	श्री इश्वर बहादुर खड्का	दोलखा/लोकन्थली	१,११५।-
२५	श्रीमती निर्मला खड्का	दोलखा-चिलंखा/जोरपाटी	१,११५।-
२६	श्री प्रविण कुमार खड्का	दोलखा- चिलंखा-४, लेटिङ्ग	१,११५।-
२७	श्री कल्याणध्वज खड्का	दोलखा- चाँगु/बिशालनगर	१,११५।-
२८	श्री शान्ताध्वज खड्का	दोलखा- चाँगु/बिशालनगर	१,११५।-
२९	श्री राष्ट्रभूषण खड्का	दोलखा-चिलंखा/सिफल	१,११५।-
३०	श्री तारा बहादुर खड्का	दोलखा-चिलंखा	१,११५।-

सि.नं.	दाताको नाम	दाताको ठेगाना-पहिले/हाल	दिएको रकम
३१	श्री अनुप खड्का	दोलखा-चाँगु/बानेश्वर	१,११५।-
३२	श्री माधव खड्का	दोलखा-चिलंखा/बानेश्वर	१,११५।-
३३	श्री बोध बहादुर खड्का	दोलखा-चिलंखा	१,११५।-
३४	श्री राम बहादुर खड्का	दोलखा-जुंगु/मिनभवन	१,११५।-
३५	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	दोलखा-मेलुङ्ग/धापसी	१,११५।-
३६	श्री हरिशरण खड्का	दोलखा/बानेश्वर	१,१११।-
३७	श्री गजेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा/ज्ञानेश्वर	१,१११।-
३८	श्री जनार्दन खड्का	भक्तपुर, बालकोट	१,१००।-
३९	श्री दीर्घ बहादुर खड्का	रामेछाप /बत्तिसपुतली	१,०५१।-
४०	श्री मदन कुमार खड्का	सुन्सरी/कामनपा-३२ डिल्लीबजार	१,०५१।-
४१	श्री सहदेव खड्का	दोलखा/बानेश्वर	१,००५।-
४२	श्री बलदेव खड्का	दोलखा/बत्तिसपुतली	१,००५।-
४३	श्री निरञ्जन खड्का	रामेछाप/बानेश्वर	१,००५।-
४४	श्री सुधाम बहादुर खड्का	दोलखा/चावहिल काठमाण्डौ	१,००५।-
४५	श्री लाल कुमार (ब.) खड्का	दोलखा, सुरी-३	१,००५।-
४६	श्री बिक्रम बहादुर खड्का	दोलखा, सुरी-३	१,००५।-
४७	श्री रामेश्वर खड्का	काठमाण्डौ, चावहिल	१,०००।-
४८	श्री भरत कुमार खड्का	झापा/मिनभवन	१,०००।-
४९	श्री टीकाध्वज खड्का	महोत्तरी/कलंकी	१,०००।-
५०	श्री सुमन खड्का	म्याग्दी/बत्तिसपुतली	१,०००।-

हार्दिक शुभ-कामना

विजयादशमी तथा दीपावली २०७१ को शुभ उपलक्ष्यमा देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय पुवार बंशीय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरु, सुभेच्छुक तथा मित्रबर्गहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं !

राम बहादुर खड्का तथा श्रीमती शुसिला खड्का
गङ्गाधर, भक्तपुर
सल्लाहकार तथा सदस्य, पुँवार खड्का गुठी

धमिलो आकृति

मेरिना स्मृति

वर्ष, महिना, दिनहरूको औंला समाएर समय आफ्नो तालमा हिँडिरहेछ ......म आफ्नो व्यस्ततामा यसरी रूमल्लिएछु कि मलाई यतिका समय बितेको पत्तै भएन.... यसरीनै सम्झनाका सिलसिला चलिरहन्छ, जिन्दगी भरी... कहिले हाँसेर त, कहिले गुनगुनाएर, कहिले सुखा आँखाका डिलहरूबाट आँसु बरबरी झारेर, सम्झनाका गुलाफी ओढ्ने ओढेर जबसम्म हामी निदाउँछौं तब ब्यूझिन्छौं तीनै सम्झनाका पलहरू याद गरेर असाध्यै रून्छौं... पश्चाताप गर्छौं...अनि प्रायश्चित पनि गर्छौं..... रातको निस्तब्धताले लगभग टोलमा घरघरको झ्यालबाट बत्तिको उज्यालो किरण बाहिर आउन छाडीसकेको थियो । मस्तसँग छरछिमकीहरू निद्रादेविको काखमा पल्टिसकेका थिएँ । मेरो भनें आँखामा निद्रा थिएन । 'मेरो कोठाको मधुरो बत्तिमा एकपछी अर्को फेरी अर्को प्रश्नचिन्ह मानौ प्रतिबिम्ब हुँदैगयो । मलाई स्पष्ट सम्झना भइरहेको थियो । जस्तो बितेका समयका धुलोहरू मेरो मन-मस्तिष्कमा टम्मजमेका थिए । फेरी त्यस्तै चोट दोहोरीदा धमिलिदै गएका स्मृतिहरू आज फेरी छर्लङ्ग हुन गो आँखाको डोब समक्ष चलचित्रको भाँती स्पष्ट प्रतित भयो । मेरो आँखामा पटक्कै निद्रा थिएन, त्यसैले त पुराना किताबहरू पल्टाउँदा मेरो हातमा त्यो धमिलो तस्वीर पर्‍यो । त्यो पनि ब्लाकेन हवाइटमा) निक्कै जमेको व्यक्तित्व त्यो तस्वीरको व्यक्ति कता-कता मलाई चिनेको आफ्नै मान्छेको जस्तो लाग्यो केहीबेर नियालीरहें तरपनि ठम्याउन सकिन त्यो तस्वीर देखे देखिँनै म अनेकौ प्रश्नको भुमरीमा घेरीदै बसैं ! यो तस्वीरमा किन मेरो आत्मियता झल्किरहेछ...आफ्नै नजिकको मान्छेको हुनुपर्छ जस्तो लाग्दै छ मलाई ? । म आफ्नो स्मृतिलाई घरिघरि घचघच्याइरहेकी हुन्छु । जुन किताव पढ्न भनेर पल्टाउँदा मेरो यस्तो स्थिति भएको थियो त्यसपछि पढ्न पनि मन लागेन । तर आँखामा निद्रा कहाँ ? मधुरो बत्तिमा एकपछि अर्को फेरी अर्को प्रश्नचिन्ह मानौं प्रतिबिम्वित हुँदै गइरहेछ । यस तस्वीरको व्यक्ति मेरो नजिकैको र असाध्यै आत्मियता भएको हुनु पर्छ ! मलाई महशुस भइरहेको छ र पनि कसरी मेरो मन - मस्तिष्कले ठम्याउन सकिरहेको छैन किन ? त्यसै समयमा अचानक हर्ष मिश्रित रोमान्चले मेरो सम्झना ब्यूझियो.... केहीक्षणमै मलाई सबै कुरा याद आयो, त्यो तस्वीरको व्यक्तिको थियो भनेर ?, अब राम्रोसगँ सम्झना भयो म कसरी त्यो तस्वीरको व्यक्तिसँग परिचित थिएँ...... ! त्यही व्यक्तित्व, त्यही घुम्रीएको कपाल एकान्तमा रहस्यमय टोलाइरहने आँखा........, जब मलाई सम्झना आयो तब म दुःख अनि ब्याकुलताले विहल भएँ मेरो पुरानो उपन्यासभित्र त्यो तस्वीर यतिका वर्षपछिसम्म पनि कसरी रहिरहयो । हाम्रो घरमा छोरीले उपन्यास र कोर्स भन्दा फाल्टो कुनै पनि किताव पढ्न सख्त मनाहि थियो, ! आज त्यो विरानो सम्झनाले मलाई पछाडी धकेली रहयो..... ।

त्यसवेला आजको मनिता म कहाँ थिएँ र ? चन्चल, हँसमुख बिहान सबेरै उठेदेखी सबैलाई हँसाउनु पर्ने हजुर बा हजुरआमा काका काकी सबैको मै अति प्यारी थिएँ । सबैसँग हाँस्ने जिस्किने अनि मिलनसार पनि त्यतिकै थिएँ । आज सम्झनाका खेतहरूमा -एकपछि- अर्को विरूवाहरू रोपिँदै जाँदा । घट्नाहरू छर्लङगिए..।

त्यसदिन जब म कलेजबाट फर्किएर आफ्नो कोठाको वरण्डामा बसेर मन लागि-नलागि किताब पल्टाउँदै थिएँ । मेरो फाइनल जाँच नजिकै आईरहेको थियो अचानक मेरो आँखा पल्लो दुईतले घरको वरण्डामा पुगेर अड्कियो... ! त्यहाँ सानासाना बच्चाहरूले पढेको आवाज त आउँथ्यो तर कहाँबाट आयो थाहा थिएन, त्यसवेला बल्ल थाहा पाएँ । म एकटक लगाएर आफ्नो बाल्यकाल सम्झदै त्यतै हेरिरहेकी थिएँ, त्यसदिन एक प्रभावशाली व्यक्तित्वको धनी एक युवक बच्चाहरूको अभिवादनको प्रत्युत्तर दिँदै उभिरहेका थिएँ मैले सहज अनुमान लगाए उनै व्यक्ति टिचर होलान् बोर्ड पम्पलेट बिना कसरी यतिका बच्चाहरू भएछन् ? पहिलो पल्ट आफ्नो टोलको विषयमा मनमा स्वाभाविक जिज्ञासा जाग्यो ।

तिनीहरू भर्खर-भर्खरै यस शहरमा आएका रहेछन् क्यार पहिला त मैले तिनलाई कहिल्यै देखेकी थिईन । त्यसको भोलिपल्ट कलेजबाट फर्किरहेकी थिएँ म एताउता कतै

नहेरी दौडँदै आफ्नो घरको गेटतिर के पस्न लागेकी थिएँ झट्ट मेरो दृष्टि ती भलाद्मी व्यक्तिमाथी पऱ्यो उसलेपनि मन्दमुस्कानले मलाइ स्वागत गरे । म पनि खिस्स हाँसेर भित्र पसे ।

अर्कोदिन म बस कुरेर घरै अगाडि बसिरहेकी थिएँ ती व्यक्ति पनि बाहिर कतैतिरबाट आइरहेका रहेछन् । मेरा छेउमा आएर नमस्ते गर्दै मेरो नाम रन्जन मैले नमस्ते फर्काउँदै मलाई कसरी चिन्नु भयो ? बोल्न भएको ? उहाँले भन्नु भो संसारमा कत्ति मानिसहरू हामीले पहिलो जन्ममा नै चिनिसकेका हनछौ अनि यसजन्ममा आफ्नै जस्तो लाग्छ किन मैले परिचयगर्न गल्ती गरैं र ? मैले हैन हैन मेरो नाम कविता भनेर नमस्ते गरें, उसले ओहो नाम पनि कविता मान्छे, पनि कविता जस्तै सुन्दर सुकोमल भन्दै मुसुक्क हाँस्नु भो उसको आवाजमा पनि व्यक्तित्व झल्किरहेको थियो । परिचयको आदान-प्रदान, हल्का कुराकानी हुँदै थियो । मेरो बस आयो म वाइ ..भन्दै बसतिर दगुरे त्यो भेटघाट पछी बस भरी मलाई उसैको मात्र सम्झना आइरहयो । उसको सम्मोहक, साधारण, सुन्दर व्यक्तित्व विलक्षण थियो । आजसम्म त्यस्तो चरित्रवान व्यक्तित्व भैको व्यक्ति मैले कहिँ भेटिन ।

क्रमंश भेटघाटको सिलसिलामा नै उहाँ मेरो असल मार्ग दर्शक गुरू बन्न पग्नभो कुरै कुरामा मैले थाहा पाए, मैले साधारण ग्रेजुएट गरेकोछु, भन्ने गुरू उहाँको ज्ञान, उहाँको योग्यता शैक्षिक डिग्रिहरूमा मात्र उहाँ हुनुहुन्न थियो । उहाँ महान भन्दा पनि महान हुनुहुन्थ्यो, साधारण सिम्पल रहन -सहन

कर्मठ व्यत्तित्व....

त्यसपछि म जब वरण्डामा निक्लिन्थे तब दुवै हाइ हेलो अवश्य गर्थ्यौ । विस्तारै-विस्तारै म रन्जन गुरूप्रति यति धेरै आकर्षण हुँदैगएँ । जब आकाशमा पर्ण चन्द्रमाको उदय हन्थ्यो उहाँ पल्लो घरको कौसिमा आकाशतिर दृष्टि घमाइरहन हन्थयो भने म मेरो घरको कौसिमा -हामी एक अर्कोको अस्पष्ट आकृतिसित परिचित थियौ । मेरो परिक्षा सकिएपछि मलाई फूर्सदै -फुर्सद भयो अब मलाई यो छुट्टिको समय कसरी, सदुपयोग गरूँ भनेर सोच्तै थिएँ र त्यतिनै खेर म रन्जन गुरु बसेको घरतिर लागे उहाँको कोठामा पस्दापस्दै मैले नमस्ते भने उहाँले भन्नु भयो, कविता तिमीलाई सम्बोधन गर्न अलि अप्ठयारो भए जस्तो छ नी हैन ? तिम्रो गुरू त होइन, तर पनि मलाई गुरू भन्न सक्छयौ मलाई आजकल सबैले गुरू नै भन्ने गर्छन् भन्दै मुसुक्क हाँस्नु भो, त्यसपछि अँ कविता तिम्रो जाँच सकियो हैन ? हो गुरु हिजो मात्र मेरो जाँच सकिएको थियो घरमा एक्लै पटाइ लागेर यहाँ आएकी आमा बुवा शहर जानु भयो बहिनी स्कूलबाट आएकी छैन, भनें म त्यसदिन त्यहाँबाट छिट्टै निक्लिएँ । अर्कोदिन बहिनीलाई साथमा लिएर फेरी गएँ । अनि अकमकाउँदै भनें गुरू यतिखेर केही सिक्नपाए हुन्थ्यो कलेज पनि छुट्टि छ भनें, लौ तिमी जस्ती लगनशील केटीले यस्तो छुट्टिको सुर्वण अवसर कहाँ यतिकै खेर फाल्नु हुन्छ,र ? कम्प्यूटर, सिक यतिवेला कम्प्यूटरको जमाना हो, यसले टायमपास पनि गराउँछ साथै ज्ञान सिप सबै मिल्दछ । लौ कविता तिमी मेरोपछि-पछि आउ भन्दै अर्को कोठातिर लैजान भयो । अनि एउटा सेतो कपडा उघारेर लौ हेर मेरो कम्प्यूटरमा धुलो जमेको भन्दै रूमाल टकटक्याउँनु भयो मैले गुरू तपाईलाई कम्प्यूटर पनि आउँछ ? भनेर सोधे लौ आउँछ मात्र हैन यो मेरो एकान्तको प्रिय साथी पनि हो म फुर्सदमा यसैसँग जिस्केर बस्ने गर्छु मिठा-मिठा कुराकानी गर्छु ,यसले मेरो प्रश्नको उत्तर पनि सजिलैसित दिन्छ, भन्दै धितमर्ने गरेर खित्का छाडेर हाँस्नु भयो । म मन्त्रमुग्ध भएर गुरुलाई हेरिरहें

त्यसपछि दिनप्रतिदिन गुरूको व्यक्तित्वको अनेकौं सुन्दर आयाम खुल्दै गए मेरो अगाडि.... म त्यतित्यति उहाँप्रति प्रभावित हुँदै गएँ..! उहाँको घरमा बुवा बाहेक आमा र विवाह गर्न लायक दुइटी बहिनी थिए दुवै बहिनीहरू कलेज, पढ्थे भने आमा घरको कामकाज सभाल्नु हुन्थ्यो ।

रन्जन गुरू दिनरात मेहनत गरेर चारजना परिवारको गुजारा गर्नु हुन्थ्यो । बेलुकाको कलेज पनि पढाउँनु हुन्थ्यो । अल्पभाषी सँधै व्यस्तरहने उनको प्राथमिकताहरू भनेको दुइटा बहिनीहरूको उज्जवल भविष्य बनाउँने र विवाह गरिदिने । रन्जन गुरूसगँ नभेटिकन म एकपल समय पनि बिताउँन नसक्ने भएँ उहाँको जिन्दगी जिउने तरिका अचम्मको थियो, एकान्तप्रिय... सिद्धान्तवादी कर्तव्यपरायण उहाँकै प्रतिच्छाया आफ्नो व्यक्तित्वमा उतारन म दिनरात प्रयत्नशील रहर्न्थे । उहाँ मेरो आदर्श गुरु बन्न पुग्नु भो । म बोलीरहन्थे उहाँ सुनिरहनु हुन्थ्यो, गुरू जब बोल्न थाल्नु हुन्थ्यो शब्दमा यति गहनता हुन्थ्यो र त्यो मोती दाना जस्ता शब्दहरू हृदयभित्र, माला उनेर सजाउन मन लाग्थ्यो ।

एकदिन रन्जन गुरू एक्लै बसेर आफ्ना केही फोटाहरू एलबममा मिलाउँदै हुनुहुँदोरहे । म टुप्लुक्क पुगें त्यसदिन उहाँको आमा घरमा हुनु नथ्यो अनि मलाई देखेर खुशी हुँदै कविता तिमी एकछिन बस है मेरो पनि चिया पिउँने बेला भएको थियो एक्लै भएर पकाउन अल्छि लागिरहेको थियो ठिकै भो तिमी आइछयौ । म

चिया लिएर आउँछु अनि सँगै पिउँला त्यतिखेरसम्म तिमी यो एल्वम हेर्दै गर है भनेर गुरू भान्सातिर जानु भयो म एल्वम हेर्दै थिएँ । फोटाहरू हेर्दाहेर्दै गुरूको एउटा फोटो असाध्यै राम्रो लाग्यो र मैले सुटुक्क आफ्नो किताबभित्र राखीहालें गुरू आउँनु भन्दा पहिला नै लकाइसकेकी थिएँ । फेरी चपचाप त्यो एल्बमलाई यथास्थानमा राखीदिएँ । त्यसपछि मेरो चोरी गर्ने सिलसिला चल्दै गयो । उहाँ पेन्टिङ्गको राम्रो चित्रकार पनि हुनुहुन्थ्यो । थुप्रै चित्र कोर्दै आफ्नो कोठाको एउटा कुनामा ठूलो घयाम्पो जस्तो ढवाङ्ग राखेको थियो जतिजति चित्र बनाउँनु हुन्थ्यो त्यसै ढवाङभित्र राख्तै जानुहुन्थ्यो । रन्जन गुरूले मलाई सानो भन्दा सानो कुराहरू बाँड्नु हुन्थ्यो तर त्यो पेन्टिङ्ग गरेको फोटोहरू कहिले देखाउनु भएन ।

म गुरू यतायता अलमलिएको वेला थपक्क पेन्टिङ हेर्थे र मन परेको चित्र चुपचाप आफ्नो व्यागमा राखीहाल्थे अर्कोदिन डराइ-डराइ जान्थ्यें थाहा पाउनु भयो कि भनेर । तर उहाँलाई स्वभाविक स्थितिमा देख्थे अनि मेरो मन ढुक्क हुन्थ्यो । गुरूले बनाएको चित्र एउटी सुसंस्कारी, सभ्य,सुशिल युवतीको मात्र हुन्थ्यो । कुनैमा एउटा गालाबाट आँसु, झरिरहेको हुन्थ्यो भने कुनैमा दुबै आँखाबाट आँसु झरिरहेको हुन्थ्यो ।

एकदिन कुरा हो अचानक मेरो दिदीको घरबाट खबर आएछ, कुनै केटाले मलाई हेर्छु भनेको रहेछ, म नमान्दा-नमान्दै आमाले सारै कचकच गर्न थाल्नु भयो र म र आमा, नाइट बस चढेर दिदीको घर पुग्यौ । देख्ने, देखाउने सिलसिला चल्दा-चल्दा पन्द्रदिन बित्यो त्यसपछि दिदीले आमालाई आमा बहिनी सानै छ । बुवा र सानी बहिनीले घरमा के गरे होलान् तपाई कवितालाई यहि छाडेर जानुस् कविताको कुरा टुङ्गो लागेपछि पठाइ दिन्छु । तपाई चाँहि फर्किनुस् भन्नु भयो ।

त्यसको भोलिपल्ट आमा हाम्रो घर फर्किनु भयो । त्यतिखेर फोन कहाँ थियो र कुरा गर्न पाउनु ? ी पठाइछ । अरू, गनथन पछि कविता दि. तपाईकोएकदिन बहिनिले मलाई चि प्यारो गुरू जान भयो म त छक्कपरे कस्तो अधुरो खबर लेखेकी ? ढङ्गपनि छैन, जानु भो ? कहाँ जानु भो ? जानु भोको अर्थ कत्ति हुन्छ ह'न्छ...मनलाई शंका-उपशंकाले घेर्न थाल्यो ।

त्यो अधुरो कुराले म विचलित हुँदैगएँ । त्यसपछि दिदीको घरमा मेरो मन बसेन जीवन साथी रोज्नु त के कुरा ? त्यसठाउँमा आफ्नो मनै नबसेपछि कसको के लाग्छ ? दिदी भिनाजुलाई अनेकौं बहाना सुनाएर आफू जाने निर्णय लिएँ, एकजना गाउँको मान्छेको साथ लगाएर म आफ्नो घर फर्के ढोकाबाट पस्ने बित्तिकै गुरुको घरतिर दृष्टि दौडाएँ सुनसान थियो गुरूसँग बिताएका क्षणहरू कल्पनातित जस्तो कालचक्रमा अलझेर सोच्न थालें घरिघरि कैयौ प्रश्नहरूले मन उद्वेलित गरिरहेथ्यो । घरभित्र पस्नासाथ हतारिँदै बहिनीलाई सोधे साच्चै गुरू कतै जानु भएको हो र ? तैले के त्यस्तो अधुरो खबर लेखेर पठाएकी भन्दै आफ्ना ल'गाफाटाका ब्याग एकातिर फ्यालेर म फटाफट आफ्नो घरको कौसमा पुगें बहिनीले भनी कविता दि तपाइलाई कस्तो थाहा थिएन र ? गुरूलाई त ब्रेन टयूमर भएको थियो रे यो दुई हप्ताभित्रै दुबै बहिनीहरूको एकैलगनमा विवाह गरिदिनु भयो तपाइलाईत दिनमा जतिपल्ठ भेटयो तटि पल्छ सोधिहाल्नु हुन्थ्यो । विवाह सकिएको अर्को हप्ता उहाँ र उहाँको आमा कहाँजानु भयो कसैलाई थाहै छैन् त्यसपछि मलाई गहिरो धक्का लाग्यो बहिनी बताउँदै गइ..... म सुन्यमा हराउँदै गएँ...केही महिना पछि मेरो पनि विवाह भयो । त्यो शहर छाडेर म रतनको शहरमा गएँ

आज म धेरै वर्षपछि माइत आए, विवाह पछिको आफ्नो व्यस्ततामै अल्झि रहेकी थिएँ । मेरी आमा पनि मेरो विवाह भएको केही वर्षपछि बित्नु भयो । आमा नभएको बिरानो माइती मलाई आउँन मन, थिएन बुवा सिकिस्तै विरामी भएको खवरले आएकी हुँ र आज पुरानो आफ्नो किताब पल्टाउँदाखेरी रन्जन गुरूको तस्वीर मेरो हातमा पऱ्यो त्यो मेरो अपार समय उहाँको अनमोल व्यक्तित्व सम्झँदा पनि मुटु चस्किन्छ.... आखिर गुरू कहाँजानु भयो होला त ? स्मृतिहरूमा धेरैबेरसम्म मैले मेरो प्रश्नको उत्तर खोजिरहे जबसम्म म माइतबसे उहाँ बसेको घरपट्टि एकपल्ट पनि हेर्ने आँट भएन ।

यतिका समयसम्म मेरो आँखाबाट झरेको आँसुका बलिन्द्र धाराले त्यो फोटो भिजेर निर्थुक्क भएछ र अझै फोटोमा भिजे र त्यसमा त झन उहाँ मेरो आर्दश गुरू अनि असल मित्र पहिला भन्दा गुरूको आकृति प्रष्ट भएछ.......बिरामी बुवाले कमजोर आवाजमा कविता ...भनेर बोलाउँदा पो म झसङ्ग भएर स्मृति तन्द्राबाट व्यूझिएँछु.......!

मानिसको जिन्दगीमा कत्ति मानिसहरूसँग भेट हुन्छ । कत्तिसँग बिछोड हुन्छ कत्तिले तिनैपलहरूलाई अविस्मरणीय बनाइ जान्छन भनें कसैले त्यसलाई यतिकै नमज्जाले बिर्सि दिन्छन् ? तर कत्ति मानिसहरूले आफ्नो यस्तो छाप छाडेर जान्छन् त्यो कहिले बिर्सन सकिँदैन । आज पनि आकाशमा जब पूर्ण चन्द्रमाको उदय हुन्छ तब म गुरुको सम्झनाले व्याकुल हुनपुग्छु.....!

❑❑❑

हार्दिक
शुभ-कामना

बिजया दशमी, दिपावली तथा छट् पर्व २०७१ को शुभ उपलक्ष्यमा हाम्रा सम्पूर्ण आदरणीय ग्राहकबर्गहरु, सञ्चालक समिति, शेयर धनी, व्यवस्थापन तथा कर्मचारी बर्गहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

KASTHAMANDAP DEVELOPMENT BANK LTD.
your businesss is our pride

काष्ठमण्डप डेभलप्मेण्ट बैंक लिमिटेड
Kathamandap Development Bank Ltd.

Head Office: Tamrakar Complex, Pako, New Road, Kathmandu
Tel : 4258400 ; Fax : 4233804
SWIFT Code : KDBLNPKA, E-mail : kdbl@kdbl.com.np
Website : kdbl.com.np

हार्दिक शुभ-कामना

महान चाड बडादशै तथा दीपावली २०७१ को शुभ अवसरमा हाम्रा सम्पूर्ण हितैसी, शुभेच्छुक ईष्टमित्र, सदस्य, लगानीकर्ता, शेयरधनि र यस संस्थामा आवद्ध रही संस्थाको उन्नत्तिका लागि बहुमुल्य योगदान पुर्‍याउनु हुने शुभ चिन्तक महानुभावहरुमा सुख, शान्ति, सम्मृद्धि तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं !

अध्यक्ष
मिनारजंग कार्की

व्यवस्थापक
अन्जु थापा खड्का

टिम रिलायन्स बचत तथा ऋण सहकारि संस्था लि

नयाँ बानेश्वर, काठमाण्डौ फोन नं. ४४९७४६६

बचत	**मुद्दती बचत**	**ऋण लगानी**
साधारण बचत (७% - ९%)	एक बर्षे - १५%	व्यवसायिक कर्जा (१५% - १८%)
बिशेष बचत (७% - ९%)	दुई बर्षे १५.५%- १६%	व्यक्तिगत कर्जा (१५% - १८%)
वाल बचत (७% - ९%)	तीन बर्षे १७%	हायर पर्चेज कर्जा (१५% - १८%)
खुत्रुके बचत (७% - ९%)	तीन बर्ष भन्दा माथि आपसी	सामाजिक कर्जा (१५% - ८%)
रिलायन्स स्पेशल (७% - ९%)	समझदारीमा १७% भन्दा माथि	

बिश्वाशिलो र भरपर्दो सेवा अनि बचत, सरल ऋण र कारोवारका लागि सेवाग्राही प्रति समर्पित

हार्दिक शुभकामना

महान चाड विजयादशमी,
दीपावली तथा छट् पर्व २०७१ को
शुभ उपलक्ष्यमा हाम्रा आदरणीय ग्राहकहरु,
व्यावसायिक सुभेच्छुक महानुभावहरु, देश तथा बिदेशमा रहनु भएका दाजु
भाई तथा दिदि बहिनीहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर
प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु !

केदार गौतम

धन्यवाद क्याटरिङ्ग

नयाँ बानेश्वर, काठमाण्डौ

शुभ-कामना

बिजया दशमी तथा दिपावली २०७१ को
शुभ उपलक्ष्यमा हाम्रा सम्पूर्ण आदरणीय सञ्चालक समिति, शेयर
धनी सदस्यहरु तथा ग्राहकबर्गहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं
उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि हार्दिक मंगलमय
शुभ-कामना व्यक्त गर्दछौ ।

पिस सेभिङ्ग एण्ड क्रेडिट को-अपरेटिभ लिमिटेड

जि.पि.ओ. बक्स: ८०३९, वटु, भि.आई.पी. चोक, काठमाण्डौ
फोन नं.४२४२५८९, फ्याक्स नं.४२२३३९७
email : peacesaving@hotmail.com

(सुरक्षित बचत आकर्षक व्याजदर सरल एवं शुलभ कर्जा तथा छिटो छरितो एवं भरपर्दो बित्तिय कारोवारका लागि)

सूचना

यस पुँवार खड्का गुठीले प्रत्येक बर्ष बडा दशैंको अवसर पारेर प्रकाशन गर्ने पुँवार सन्देश पत्रिकामा निम्न सीमाभित्र रहेर लेख, रचना पठाउन चाहनु हुने महानुभावहरुले तलको मेल ठेगानामा पठाउन हुन अनुरोध गरिन्छ ।

- पुँवार खड्काका बारेमा जानेका बुझेका तथ्यपरक लेखहरु ।
- पुँवार खड्काहरु बसेका गाउ बस्तीका बारेमा सम्भव भए फोटो सहित र उनीहरुको जीवन शैली, धर्म, संस्कृति वा चाडपर्व, संस्कार, तिनीहरु त्यो ठाउँमा कहाँबाट आएर बसेका हुन सो को बारेमा
- बिज्ञान, मानव उद्बिकास, स्वास्थ्य, जनउपयोगी कानुनी समस्या र समाधान, कविता, मुक्तक, कमेडी लेखहरु आदिका बारेमा ।

लेख रचनाले कुनै सम्प्रदाय, अरुको धर्म, कुनै जात जाती वा कुनै व्यक्ति वा समुहलाई आघात पार्ने, सम्बन्ध बिगार्ने, भड्किलो लेख रचनाहरु हुनु हुदैन । म, र मेरो भन्ने आत्मकथा वा आफ्नै वर्णन गरेका लेख हुनु हुदैन । लेख रचना प्रत्येक बर्षको श्रावण १५ गते भित्र गुठीमा वा गुठीको ठेगानामा पठाई सक्नु पर्दछ । साथै प्रत्येक बर्षको चैत वा बैशाखमा गुठीको साधारण सभा हुने भएकाले गुठीको वेभसाइट हेरी तोकिएको मितिमा सभामा पाल्नु हुन अनुरोध छ ।

पुँवार खड्का गुठीको कार्यालय, गोठाटार-७, काठमाण्डौ
info@puwarkhadka.com.np अथवा
अंक १०, २०७२ का लागि khadka.niranjan50@yahoo.com

हार्दिक शुभकामना

महान चाड विजयादशमी
तथा दीपावली २०७१ को
शुभ उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण बिद्यार्थीहरु, शिक्षक तथा कर्मचारी बर्गहरु, देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरु, यस संस्थामा आवद्ध रही अमुल्य सेवा पुऱ्याउनु हुने महानुभावहरुमा सुख, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक संगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ !

श्रद्धा इन्स्टिच्युट अफ हेल्थ साइन्स
बालकुमारी - १२, ठिमी, भक्तपुर
फोन नं. ६६३१६१३, ६६३२३९४, ६६३९४२०
सञ्चालित कार्यक्रमहरु : पि.सि.एल नर्सिङ ३ बर्षे, डिप्लोमा इन फार्मेसी ३ बर्षे
प्रस्तावित : ३ बर्षे ल्याव टेक्निसियन ।

पुँवार खड्का गुठी, केन्द्रीय कार्यालय, गोठाटार, काठमाण्डौं

हालसम्म कायम रहेका गुठीका आजिवन सदस्यहरुको नामावली

सि.नं.	सदस्यता मिति	नाम	ठेगाना	फोन.नं.
१	२०५४/०६/२६	श्री इश्वर बहादुर खडका	दोलखा, दोलखा	
२	२०५४/०६/२६	श्री चन्द्र बहादुर खडका	दोलखा, दोलखा	९८४१०७२२६९
३	२०५४/०६/२६	श्री माधव खड्का	दोलखा, दोलखा	४४७०१७४
४	२०५४/०६/२६	डा.राम बहादुर खड्का	दोलखा, दोलखा	९८५१०५१४५७
५	२०५४/०६/२६	श्री सुरेन्द्र बहादुर खडका	दोलखा, दोलखा	
६	२०५४/०६/२६	श्री बलदेव खड्का	दोलखा, दोलखा	४४७४८११
७	२०५४/०६/२६	श्री नविन खड्का	दोलखा, दोलखा	९८५१००७६६४
८	२०५४/०६/२६	श्री तारा बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	४४९३६२२
९	२०५४/०६/२६	श्री लिला बहादुर खड्का	दोलखा, नापीलांग	
१०	२०५४/०६/२६	श्री गजेन्द्र बहादुर खडका	दोलखा, चिलंखा	
११	२०५४/०६/२६	श्री रमेश खड्का	दोलखा, लादुक	
१२	२०५४/०६/२६	श्री अर्जुन खड्का	दोलखा, घुन्सा	
१३	२०५४/०६/२६	श्री शंकर बहादुर खड्का	दोलखा, खोपा	
१४	२०५४/०६/२६	श्री मदन बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	
१५	२०५४/०६/२६	श्री पुष्कर बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	४४९३९५१६
१६	२०५४/०६/२६	श्री सहदेव खड्का	दोलखा, लादुक	९७४११०९७८३
१७	२०५४/०६/२६	श्री हरी शरण खड्का	दोलखा, लादुक	४४९२५०२
१८	२०५४/०६/२६	श्री इन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, लोपीताङ	४४९७७३१
१९	२०५४/०६/२६	श्री केशर बहादुर खड्का	सि.पा.जि.	
२०	२०५४/०६/२६	श्री चित्रगजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग	४४९६४५३
२१	२०५४/०६/२६	श्री नवराज खड्का	दोलखा, लादुक	
२२	२०५४/०६/२६	श्री रामेश्वर खड्का	काठमाण्डौं, बागेश्वर	
२३	२०५४/०६/२६	श्री मोहन बहादुर खडका	दोलखा, बुलुङ्ग	
२४	२०५४/०६/२६	श्री केशव कुमार खड्का	दोलखा, लादुक	४४८३१६९
२५	२०५४/०६/२६	श्री रुद्र बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	
२६	२०५४/०६/२६	श्री श्याम राज खड्का	दोलखा, लादुक	९८५१०२३६५२
२७	२०५४/०६/२६	श्री हरीबन्दि खड्का	म्याग्दी	
२८	२०५४/०६/२६	श्री बिजय खड्का	दोलखा, लादुक	९८५१०९३२४७
२९	२०५४/०६/२६	श्रीमती जानकी देवी खड्का	दोलखा, नापीलाङ	
३०	२०५४/०६/२६	श्री सुन्दर प्रकाश खड्का	दोलखा, लादुक	
३१	२०५४/०६/२६	श्री कुलगजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ	
३२	२०५४/०६/२६	श्री बिष्णु बहादुर खड्का	दोलखा, मालु	
३३	२०५४/०६/२६	श्री श्याम सुन्दर खड्का	दोलखा, खोपा	
३४	२०५४/०६/२६	श्री ज्ञान बहादुर खड्का	दोलखा, खोपा	
३५	२०५४/०६/२६	श्री मुरारी खड्का	दोलखा, खोपा	९७४११४००९१
३६	२०५४/०६/२६	श्री इन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, अम्बाडोल	
३७	२०५४/०६/२६	श्री हेम गजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ	४४६९१६९
३८	२०५४/०७/१८	श्री भक्त बहादुर खड्का	झापा, अर्जुनधारा-९	४२७६१६९
३९	२०५४/०७/१९	श्री डम्बर बहादुर खड्का	मोरङ्ग, बिराटनगर	
४०	२०५४/०७/१९	श्री इश्वर बहादुर खड्का	मोरङ्ग, बिराटनगर-१३	

४१	२०५४/०७/१९	श्री भिम बहादुर खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
४२	२०५४/०७/१९	श्री कर्ण बहादुर खड्का	सुनसरी, इटहरी-१	
४३	२०५४/०७/१९	श्री गंगा बहादुर खड्का	सुनसरी, बराह क्षेत्र-२,	
४४	२०५४/०७/१९	श्री धर्म बहादुर खड्का	झापा, अनारमणी-६	
४५	२०५४/०७/१९	श्री प्रेम खड्का	मोरङ्ग, बिराटनगर-७	
४६	२०५४/०७/३०	श्री राम चन्द्र खड्का	रामेछाप, तामाकोसी	
४७	२०५४/०८/०१	श्री खुम बहादुर खड्का	दाङ्ग	९७४११८७३४३
४८	२०५४/०९/०२	श्री लक्ष्मण बहादुर खडका	झापा	
४९	२०५४/०९/०२	श्री गोपाल बहादुर खड्का	झापा, धुलावारी	
५०	२०५४/०९/०२	श्री टेक बहादुर खड्का	झापा, सुरुङ्गा-१	
५१	२०५४/०९/०२	श्री भरत बहादुर खड्का	झापा, अनारमणी-६	
५२	२०५४/०९/०२	श्री रुद्र बहादुर खड्का	झापा, बनीयानी	
५४	२०५४/०९/०२	श्री ठग बहादुर खड्का	झापा अनारमणी-६	
५५	२०५४/०९/०५	श्री द्रोण बहादुर खड्का	संखुवासभा,	
५६	२०५४/०९/०५	श्री डम्बर बहादुर खड्का	मोरङ्ग कसेनी -७	
५७	२०५४/१०/०४	श्री पुर्णमाया खड्का	मोरङ्ग कसेनी -७	
५८	२०५४/१०/०४	श्री नुम बहादुर खड्का	मोरङ्ग कसेनी -७	
५९	२०५४/१०/२६	श्री हर्क बहादुर खड्का	झापा, शनिश्चरे	
६०	२०५४/११/०२	श्री रोशन खड्का	मोरङ्ग बिराटनगर-१७,	
६१	२०५४/११/०२	श्री गंगा बहादुर खड्का	झापा गौरादह-६	
६२	२०५४/११/०२	श्री देव नारायण खड्का	झापा गौरादह-६	
६३	२०५४/११/०२	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	मोरङ्ग	
६४	२०५४/११/०२	श्री समसेर बहादुर खड्का	झापा, डागीहाट-५	
६५	२०५४/११/२३	श्री गणेश बहादुर खड्का	दैलेख	
६६	२०५४/११/२३	श्री मनहरी खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	९८५१०१०१८४
६७	२०५४/११/२३	श्री चरित्र बहादुर खड्का	रामेछाप, चुचुरे	४४७४०९४
६८	२०५४/१२/०९	श्री बिरेन्द्र कुमार खड्का	झापा, धरमपुर	
६९	२०५४/१२/०९	श्री दशरथ खड्का	मोरङ्ग इन्द्रपुर-५	
७०	२०५४/१२/०९	श्री गोबिन्द बहादुर खड्का	मोरङ्ग इन्द्रपुर-४	
७१	२०५४/१२/०९	श्री गोपाल बहादुर खड्का	मोरङ्ग बिराटनगर-११	
७२	२०५४/१२/१४	श्री जीत बहादुर खड्का	झापा दमक-१३	
७३	२०५४/१२/१५	श्री तिर्थ बहादुर खड्का	मोरङ्ग-४	
७४	२०५४/१२/१६	श्री जय बहादुर खड्का	झापा अनारमणी -६	
७५	२०५४/१२/१६	श्री नरसिंह खड्का	मोरङ्ग डागीटार	
७६	२०५४/१२/१६	श्री ज्ञान बहादुर खड्का	सुनसरी	
७७	२०५४/१२/१६	श्री उत्तम कुमार खड्का	झापा, इनरुवा,	
७८	२०५४/१२/१६	श्री दान बहादुर खड्का	महेन्द्रनगर-९	
७९	२०५४/१२/१६	श्री राजेन्द्र बहादुर खड्का	सुनसरी, धरान-१५	
८०	२०५४/१२/१६	श्री दिल बहादुर खड्का	मोरङ्ग, इटहरी-२,	
८१	२०५४/१२/१६	श्री मदन बहादुर खड्का	उदयपुर, रौला-९,	
८२	२०५४/१२/१६	श्री चन्द्र बहादुर खड्का	झापा, अनारमणी	
८३	२०५४/१२/१६	श्री भरतराज खड्का	झापा, धरमपुर	
८४	२०५४/१२/१८	श्री रणध्वज खड्का	खोटाङ्ग, सावामुखीताम-८	
८५	२०५४/१२/१८	श्री भोज बहादुर खड्का	झापा, गौरादह-१	
८६	२०५४/१२/२१	श्री अवीदल खड्का	भारत, बुडीखोपगेजीङ्ग, सिकिम	
८७	२०५४/१२/२१	श्री लक्षु खड्का	झापा, अनारमणी -८	

८८	२०५४/१२/२१	श्री कालुमान खड्का	सुनसरी, भरौल-४,	
८९	२०५४/१२/२१	श्री राम बहादुर खड्का	संखुवासभा	
९०	२०५४/१२/२२	श्री हरी बहादुर खड्का	संखुवासभा	
९१	२०५४/१२/२२	श्री धनिन्द्र खड्का	संखुवासभा	
९२	२०५४/१२/२२	श्री अशोक बहादुर खड्का	सुनसरी, बराहक्षेत्र-४	
९३	२०५४/१२/२६	श्री डेढ राज खड्का	संखुवासभा	
९४	२०५५/०२/१०	श्री हिरा बहादुर खड्का	सि.पा.जिल्ला	
९५	२०५५/०२/१०	श्री भेष बहादुर खड्का	सि.पा.जिल्ला	
९६	२०५५/०२/१०	श्री शम्भु खड्का	सि.पा.जिल्ला	
९७	२०५५/०२/१०	श्री ध्रुव खड्का	सि.पा.जिल्ला	४३७१२६९
९८	२०५५/०२/१०	श्री गंगा बहादुर खड्का	सि.पा.जिल्ला	
९९	२०५५/०२/१०	श्री शिलास खड्का	सि.पा.जिल्ला	
१००	२०५५/०२/१३	श्री महाभारत खड्का	दोलखा, लादुक	९८४१५५७४८६
१०१	२०५५/०२/१३	श्री विष्णु बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	
१०२	२०५५/०२/१३	श्री संकर बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	
१०३	२०५५/०२/१३	श्री देवेन्द्र सिं खड्का	दाङ्ग	
१०४	२०५५/०२/२३	श्री देवी भक्त खड्का	झापा, अर्जुनधारा-७	
१०५	२०५५/०२/२३	श्री नरेन्द्र बहादुर खड्का	भोजपुर	
१०६	२०५५/०३/२७	श्री पदम बहादुर खड्का	मोरङ्ग, मोतीपुर-१	
१०७	२०५५/०३/२७	श्री यज्ञ बहादुर खड्का	ओखलढुङ्गा	
१०८	२०५५/०३/२७	श्री अर्जुन खड्का	दोलखा, फस्कु	
१०९	२०५५/०३/२७	श्री अर्जुन खड्का	काठमाण्डौ, सिउचाटार	
११०	२०५५/०४/३०	श्री दिव्यध्वज खड्का	सि.पा.जि.	५५२१७९७
१११	२०५५/०४/३०	श्री मिन बहादुर खड्का	सि.पा.जि.	
११२	२०५५/०४/३०	श्री किरण खड्का	ललितपुर, लगनखेल	५५३३६३०
११३	२०५५/०४/३०	श्री कृष्ण खड्का	ललितपुर, लगनखेल	५५२४००३
११४	२०५५/०४/३०	श्री किश्वर खड्का	ललितपुर, लगनखेल	
११५	२०५५/०४/३०	श्री ललित बहादुर खड्का	म्याग्दी	९८४१५४९८८३
११६	२०५५/०४/३०	श्री बिदुर खड्का	ललितपुर, केसिखेल	
११७	२०५५/०४/३०	श्री नर बहादुर खड्का	सि.पा.जि.	
११८	२०५५/०४/३०	श्री चित्र बहादुर खड्का	भोजपुर, भोजपुर	
११९	२०५५/०४/३०	श्री राजेन्द्र बहादुर खड्का	सि.पा.जि., आमीरे	
१२०	२०५५/०५/०७	श्री दिपक कुमार खड्का	दोलखा, खोपा	
१२१	२०५५/०५/१९	श्री इश्वर बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, क्षेत्रपाटी	
१२२	२०५५/०५/२७	श्री भोला खड्का	भक्तपुर, वालकोट	
१२३	२०५५/०५/३०	श्री धनधज खड्का	ललितपुर, कुपनडोल	
१२४	२०५५/०५/३०	श्री राम कुमार खड्का	काठमाण्डौ, धोवीखोला	
१२५	२०५५/०५/३०	श्री भिमसेन खड्का	काठमाण्डौ, धुम्मराई	
१२६	२०५५/०५/३०	श्री राम बहादुर खड्का	भक्तपुर, वागेश्वरी	
१२७	२०५५/०६/०९	श्री नुतन खड्का	दोलखा, दोलखा	४४७११५६४
१२८	२०५५/०६/१२	श्री धुर्बराम खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१२९	२०५५/०६/१२	श्री कमलकृष्ण खड्का	काठमाण्डौ	
१३०	२०५५/०६/१२	श्री नारायण खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१३१	२०५५/०६/१८	श्री नरेन्द्र कुमार खड्का	काठमाण्डौ, थानकोट	
१३२	२०५५/०६/१८	श्री शिव कुमार खड्का	काठमाण्डौ, सिउचाटार	
१३३	२०५५/०६/१८	श्री जर्नादन खड्का	भक्तपुर, बालकोट	

१३४	२०५५/०६/२१	श्री शिव कुमार खड्का	काठमाण्डौ, चावेल	४४७१९१२
१३५	२०५५/०६/२१	श्री गोबिन्द बहादुर खड्का	ललितपुर	
१३६	२०५५/०६/२१	श्री सन्तोष खड्का	ललितपुर	
१३७	२०५५/०६/२३	श्री खड्ग बहादुर खड्का	चितवन, खेरेनी -४	
१३८	२०५५/०६/२३	श्री गणेश बहादुर खड्का	चितवन, खेरेनी -४	
१३९	२०५५/०६/२३	श्री राम बहादुर खड्का	चितवन, खेरेनी -४	
१४०	२०५५/०६/२३	श्री दिल बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, चावेल	
१४१	२०५५/०६/२३	श्री बिदुर खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१४२	२०५५/०६/२३	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, मैजुबहाल	
१४३	२०५५/०६/२८	श्रीमती ज्ञानुदेवी खड्का	काठमाण्डौ, सामाखुसी	
१४४	२०५५/०६/२९	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१४५	२०५५/०६/२९	श्री राधाकृष्ण खड्का	लालितपुर	
१४६	२०५५/०६/२९	श्री जित बिक्रम खड्का	ललितपुर	
१४७	२०५५/०७/०१	श्री वाल कुमार खड्का	रामेछाप	
१४८	२०५५/०७/०२	श्री भीम बहादुर खड्का	ललितपुर	
१४९	२०५५/०७/०२	श्री उदीराम खड्का	रुकुम	५५२९०६७
१५०	२०५५/०७/०६	श्री पदम बहादुर खड्का	ललितपुर, कुपन्डोल	
१५१	२०५५/०७/०९	श्री अमृत खड्का	सि.पा.जि.	९८५१०७७०८८
१५२	२०५५/०७/१०	श्री बासु खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१५३	२०५५/०७/१०	श्री गोकर्ण बिजय खड्का	काठमाण्डौ, बालाजु,-१६	
१५४	२०५५/०७/११	श्री धन बहादुर खड्का	धादिङ्ग, बैरेनी -३	
१५५	२०५५/०७/११	श्री मजुराम खड्का	धादिङ्ग, बैरेनी -३	
१५६	२०५५/०७/१३	श्री प्रेम बहादुर खड्का	रामेछाप, नामाडी-७	
१५७	२०५५/०७/१३	श्री सोनीत प्रकाश खड्का	काठमाण्डौ, थानकोट	
१५८	२०५५/०७/१३	श्री ध्रुव खड्का	ललितपुर	
१५९	२०५५/०७/१३	श्री हेमन्त खड्का	ललितपुर	
१६०	२०५५/०७/१३	श्री धन बहादुर खड्का	ललितपुर, धापाखेल	५५७०१३१
१६१	२०५५/०७/१५	डा. प्रदिप खड्का	ललितपुर	
१६२	२०५५/०७/१७	श्री रमेश चन्द्र खड्का	काठमाण्डौ, स्युचटार	
१६३	२०५५/०७/२१	श्री तेजेन्द्र बहादुर खड्का	बाग्लुङ्ग	
१६४	२०५५/०७/२१	श्री गोपालजंग खड्का	ओखलढुंगा	
१६५	२०५५/०७/२१	श्री नारायण बहादुर खड्का	धादिङ्ग	
१६६	२०५५/०७/२१	श्री कमल खड्का	भक्तपुर, बालकोट	६६३१८५८
१६७	२०५५/०७/२१	श्री चुण्डी बहादुर खड्का	सर्लाही	
१६८	२०५५/०७/२१	श्री भीम बहादुर खड्का	सर्लाही	
१६९	२०५५/०७/२१	श्री द्रोण बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, कलंकी	
१७०	२०५५/०७/२१	श्री टेक बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, बासवारी	
१७१	२०५५/०७/२१	श्री राजेश खड्का	ललितपुर	
१७२	२०५५/०७/२७	श्री गंगा बहादुर खड्का	दोलखा, पेगु	
१७३	२०५५/०७/२८	श्री सुदाम बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	४४८४०५४
१७४	२०५५/१२/०६	श्री मेघ बहादुर खड्का	भारत, सिक्कीम	
१७५	२०५५/१२/०६	श्री खड्ग बहादुर खड्का	भारत, सिक्कीम	
१७६	२०५५/१२/०६	श्री धन बहादुर खड्का	भारत, सिक्कीम	
१७७	२०५५/१२/०६	श्री कुल प्रसाद खड्का	भारत, सिक्कीम	
१७८	२०५५/१२/०६	श्री दल बहादुर खड्का	भारत, सिक्कीम	
१७९	२०५५/१२/०६	श्री चन्द्र कुमार खड्का	भारत, सिक्कीम	

१८०	२०५६/०१/१५	श्री जनार्दन ब.खड्का जि.न्या.	मोरङ्ग	
१८१	२०५६/०१/१८	श्री रत्न बहादुर खड्का	झापा	
१८२	२०५६/०३/१७	श्री जगदीश खड्का	दोलखा, लादुक	
१८३	२०५६/०५/२६	श्री पर्शुराम खड्का	काठमाण्डौ, बालुवाटार	
१८४	२०५६/०६/१२	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	धनकुटा, धनकुटा-४	
१८५	२०५६/०६/१४	श्री सन्तोस खड्का	रामेछाप, चुचुरे	
१८६	२०५६/०७/२८	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	जग्गा दाता
१८७	२०५६/०८/०१	श्री नवराज खडका	काठमाण्डौ, गोठाटार	
१८८	२०५६/०८/०१	श्री दिवाकर खड्का	झापा, अर्जुनधारा	
१८९	२०५६/०८/०१	श्री चित्र बहादुर खड्का	सि.पा.जि	
१९०	२०५६/०८/०२	श्री कमल बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	४४९३२२९
१९१	२०५६/०८/०३	श्री बोलेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	४४८९१३०
१९२	२०५६/०८/०४	श्री दिपक खड्का	दोलखा, चिलंखा	४४७२३१७
१९३	२०५६/०८/०४	श्री जानु खड्का	काठमाण्डौ, कलंकी	
१९४	२०५६/०८/०४	श्री बिवेक खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१९५	२०५६/०८/०४	श्री अर्जुन बहादुर खड्का	उदयपुर	
१९६	२०५६/०८/०५	श्री केदार बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, कागेश्वरी	
१९७	२०५६/०८/०६	श्री सुन्दर खडका	काठमाण्डौ, बासबारी	
१९८	२०५६/०८/२७	श्री श्याम बहादुर खड्का	भोजपुर	५५२८००३
१९९	२०५६/०९/०७	श्री वेद बहादुर खड्का	दोलखा, गोपा	
२००	२०५६/०९/२५	श्री धर्मध्वज खड्का	सि.पा.जि.	
२०१	२०५६/०९/२५	श्री दान बहादुर खड्का	सि.पा.जि.	
२०२	२०५६/०९/२७	श्री केन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, लेटिङ्ग	
२०३	२०५६/०९/२७	श्री सोम बहादुर खड्का	सि.पा.जि	
२०४	२०५६/०९/२७	श्री नारायण बहादुर खड्का	ललितपुर, लामाटार	५५८०३७४
२०५	२०५६/०९/२७	श्री बिरेन्द्र बहादुर खड्का	ललितपुर, लामाटार	
२०६	२०५६/०९/२८	श्री भीम बहादुर खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
२०७	२०५६/०९/३०	श्री ध्रुव खड्का	भक्तपुर, बालकोट	
२०८	२०५६/०९/३०	श्री राजन खड्का	भक्तपुर, बालकोट	
२०९	२०५६/०९/३०	श्री दिपक खड्का	भक्तपुर, बालकोट	
२१०	२०५६/०९/३०	श्री पुरुषोत्तम खड्का	भक्तपुर, बालकोट	
२११	२०५६/०९/३०	श्री रञ्जन खड्का	भक्तपुर, बालकोट	
२१२	२०५६/०९/३०	श्री मोहन खड्का	भक्तपुर, बालकोट	
२१३	२०५६/०९/३०	श्री कमल बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, भंगाल	
२१४	२०५६/०९/३०	श्री शिव बहादुर खड्का	रामेछाप	
२१५	२०५६/१०/०९	श्री राम बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, मिनभवन	
२१६	२०५६/१०/०९	श्री अजय खड्का	काठमाण्डौ, मिनभवन-३४	
२१७	२०५६/१०/०९	श्री परशुराम खड्का	काठमाण्डौ, भंगाल	
२१८	२०५६/१०/१६	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	काभ्रे	
२१९	२०५६/१०/१६	श्री चेत बहादुर खड्का	काभ्रे	
२२०	२०५६/१०/१८	श्रीमती शतीदेवी खड्का	ललितपुर, जाउलाखेल	
२२१	२०५६/१०/१८	श्री सुरेश खड्का	ललितपुर, धापाखेल	
२२२	२०५६/१०/१८	श्री बसन्त खड्का	ललितपुर, धोबिघाट	
२२३	२०५६/१०/२२	श्री दिर्घ बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, बत्तिसपुतली-९	४४८१६४१
२२४	२०५६/११/१२	श्री अंकुर खड्का	उदयपुर,	९८४१२४४७३२
२२५	२०५६/११/१२	श्री ध्रुव बहादुर खड्का	सि.पा.जि.	

२२६	२०५६/११/२२	श्री दान बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, वसुन्धरा	
२२७	२०५६/११/२२	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	ललितपुर, कुपन्डोल	
२२८	२०५६/११/२२	श्री सहदेव खड्का (मे.)	काठमाण्डौ, मीनभवन	
२२९	२०५६/११/२६	श्री दिप बहादुर खड्का	म्याग्दी, बान्द्रे	
२३०	२०५६/११/२६	श्री दिर्घ बहादुर खड्का	म्याग्दी, बान्द्रे	
२३१	२०५६/११/२७	श्री सूर्य बहादुर खड्का	बाग्लुङ्ग	
२३२	२०५६/११/२८	श्री प्रकाश खड्का (स.से.)	काठमाण्डा, मीनभवन	
२३३	२०५६/११/२८	श्री राम बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, बानेश्वर	
२३४	२०५६/११/२९	श्री रीद्धि बहादुर खड्का	झापा, अर्जुनधारा	
२३५	२०५६/११/२९	श्री कल्याणध्वज खड्का	दोलखा, चागु	९८४१६५९५९९
२३६	२०५६/११/२९	श्री केदार खड्का	ललितपुर, गोदामचौर	
२३७	२०५६/११/२९	श्री तेज बहादुर खड्का	म्याग्दी	
२३८	२०५६/११/२९	डा. यज्ञगजाधर खड्का	दोलखा, बुलङ्ग	९८५१००५०३६
२३९	२०५६/१२/०१	श्री नर बहादुर खड्का	रामेछाप, नामाडी	
२४०	२०५६/१२/०१	श्री टीका बहादुर खड्का	बाग्लुङ्ग	
२४१	२०५६/१२/०१	श्री खिम बहादुर खड्का	बाग्लुङ्ग	
२४२	२०५६/१२/०१	श्री दामोदर खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	९८५१०१०२२७
२४३	२०५६/१२/०१	श्री राम चन्द्र खड्का	रामेछाप, बेथान	९८४१५५२७८६
२४४	२०५७/०१/११	श्री देबेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	४४७२३१७
२४५	२०५७/०१/३१	श्री गंगा बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	९८४१६०९००१
२४६	२०५७/०३/१०	श्री बाबुराम खड्का	काठमाण्डौ, चावेल-७	९८५१०६७००१
२४७	२०५७/०३/१७	श्री जीत बहादुर खड्का	भक्तपुर, लोकन्थली-१६	
२४८	२०५७/०३/१९	श्री देवी बहादुर खड्का	भक्तपुर, लोकन्थली-१६	
२४९	२०५७/०३/१९	श्री राम बहादुर खड्का	भक्तपुर, लोकन्थली-१६	
२५०	२०५७/०४/०१	श्री भीम बहादुर खड्का	काठमाण्डौ, बासवारी	
२५१	२०५७/०५/२४	श्री श्याम कुमार खड्का	ओखलढुंगा	
२५२	२०५७/०५/२४	श्री श्याम खड्का	काठमाण्डौ, पशुपती	
२५३	२०५७/०५/२४	श्री शम्भु खड्का	भक्तपुर, वालकोट	
२५४	२०५७/०५/२४	श्री हर्क बहादुर खड्का	काभ्रे	
२५५	२०५७/०९/०८	श्री देबेन्द्र खड्का	भारत, सिक्कीम, गान्तोक	
२५६	२०५७/११/२०	श्री बिद्या खड्का	दोलखा, लादुक	
२५७	२०५७/०९/२०	श्री बिनीता खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२५८	२०५७/०९/२४	श्री यज्ञ बिक्रम खड्का	दोलखा, बुलुङ	
२५९	२०५८/०४/०२	श्री गणेश बहादुर खड्का	उदयपुर	
२६०	२०५८/०४/२१	श्री कमलगजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ	
२६१	२०५८/०५/०३	श्री नवराज खड्का	दोलखा, बुलुङ	
२६२	२०५८/०५/१३	श्री सोम बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२६३	२०५८/०५/१५	श्री बिजय बहादुर खड्का	दोलखा, बिगु	
२६४	२०५८/०५/१७	श्री अनिल खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२६५	२०५८/०६/०२	श्री सुरेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, बिगु	
२६६	२०५८/०६/०७	श्री अम्बर बहादुर खड्का	रामेछाप, होमील	
२६७	२०५८/०६/०७	श्री शान्ता बहादुर खड्का	दोलखा, बुलुङ (हाल अमेरीका)	
२६८	२०५८/०६/१३	श्री अनिल खड्का	दोलखा, लादुक	
२६९	२०५८/०६/१३	श्री सुलभ खड्का	दोलखा, लादुक	
२७०	२०५८/०६/२४	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	भोजपुर, दावा	९८४९०७८५३०
२७१	२०५८/०६/२४	श्री राजु खड्का	दोलखा, चिलंखा	

२७२	२०५८/०७/०४	श्री तिलकजङ्ग खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
२७३	२०५८/०७/०४	श्री धनश्याम खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
२७४	२०५८/०७/०४	श्री खेम राज खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
२७५	२०५८/०७/०४	श्री नविन खड्का	भारत, जलपाइगुडी,वानारहाट	
२७६	२०५८/०७/०४	श्री अजुन खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
२७७	२०५८/०७/०४	श्री मीत्र बहादुर खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	
२७८	२०५८/०७/१३	श्री सुरेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२७९	२०५८/०७/१४	श्री टपेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	४४९३१६७
२८०	२०५८/०७/१४	श्री जीवन खड्का	दोलखा, चिलंखा	९८४१३२५२८०
२८१	२०५८/०७/१४	श्रीमती संचीता खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२८२	२०५८/०७/१६	श्री दिपक खड्का	दोलखा, लोटिङ्ग	
२८३	२०५८/०७/१६	श्री सुकदेव खड्का	दोलखा, लादुक	
२८४	२०५८/०७/१७	श्रीमती सरिता खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२८५	२०५८/०७/१७	श्री राष्ट्रभुषण खड्का	दोलखा, चिलंखा	९८५१०००५७९
२८६	२०५८/०७/२०	श्री चिरण खड्का	दोलखा, बिगु	
२८७	२०५८/०७/२१	श्री राजु खड्का	दोलखा, लादुक	
२८८	२०५८/०७/२५	श्री किशोर खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२८९	२०५८/०७/२५	श्रीमती भवानी खड्का	दोलखा, लादुक	
२९०	२०५८/०७/२५	श्रीमती अणु खड्का	दोलखा, लादुक	
२९१	२०५८/०७/२५	श्री बिजय सुन्दर खड्का	दोलखा, चागु	९८४९०९१६६०
२९२	२०५८/०७/२६	श्री नवीन कुमार खड्का	संखुवाशभा	
२९३	२०५८/०७/२७	श्री उद्धव कुमार खड्का	काठमाण्डौ-५	
२९४	२०५८/०७/२७	श्री जितेन्द्र खड्का	झापा, अर्जुनधारा-९	
२९५	२०५८/०७/२७	श्री तोरण खड्का	झापा, अर्जुनधारा-९	
२९६	२०५८/०७/२७	श्री रञ्जन खड्का	झापा, अर्जुनधारा-९	
२९७	२०५८/०७/२८	श्री चन्द्र बहादुर खड्का	रामेछाप, चुचुरे	
२९८	२०५८/०७/२८	श्रीमती इश्वरीदेवी खड्का	दोलखा, चिलंखा	
२९९	२०५८/०७/२८	श्री कुमार खड्का	दोलखा, चिलंखा	
३००	२०५८/०७/२८	श्रीमती मीरा खड्का	दोलखा, चिलंखा	
३०१	२०५८/०७/२८	श्रीमती कमला खड्का	दोलखा, चिलंखा	
३०२	२०५८/०७/२८	श्रीमती नन्दादेवी खड्का	दोलखा, चिलंखा	
३०३	२०५८/०७/२९	श्री श्याम बहादुर खड्का	दोलखा, बिगु	
३०४	२०५८/०७/२९	श्री तारा बहादुर खड्का	दोलखा, बिगु	
३०५	२०५८/०७/२९	श्री श्याम बहादुर खड्का	बझाङ्ग, रिठापाखा	
३०६	२०५८/०७/२९	श्री देव खड्का	ललितपुर, सानेपा	
३०७	२०५८/०७/२९	श्री दिनेश खड्का	दोलखा, चिलंखा	९८४१३९७५४९
३०८	२०५८/०७/२९	श्री जय बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा	
३०९	२०५८/०७/२९	श्रीमती उर्मीला खड्का	दोलखा, चिलंखा	४४९७३३४
३१०	२०५८/०७/२९	श्री भीमसिं खड्का	सिराह	
३११	२०५८/०७/२९	श्री शिवओम खड्का	दोलखा, लादुक	
३१२	२०५८/०७/२९	श्री प्रेम खड्का	रामेछाप, चुचुरे	
३१३	२०५८/०८/१७	श्री गोबिन्द बहादुर खड्का	दोलखा,	
३१४	२०५९/०४/०५	डा. कमल बहादुर खड्का	दोलखा, बिगु	९८५१६८४०४
३१५	२०५९/०८/१८	श्री केदार बहादुर खड्का	भोजपुर, पाँवा	
३१६	२०५९/०८/१८	श्री दिपक खड्का	काठमाण्डौ, बुढानिलकण्ठ	९८५१०५३९१९
३१७	२०५९/०८/१८	श्री सहदेव खड्का	दोलखा, भिमेश्वर न.पा.-९	

३१८	२०६०/०२/०९	श्रीमती उषा खड्का	दोलखा, हाल थापाथली काठ.	
३१९	२०६०/०२/३१	श्री शालिग्राम खड्का	उदयपुर, ठोकसिला	
३२०	२०६०/०४/०५	श्री श्याम बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक (बानेश्वर, काठ)	
३२१	२०६०/०४/१९	श्री टहल बहादुर खड्का	दोलखा, नाम्दु-६	
३२२	२०६०/०४/२८	श्रीमती निर्मला कुमारी खड्का	दोलखा, चिलंखा (जोरपाटी,काठ.)	
३२३	२०६०/०५/१३	श्री अर्जुन कुमार खड्का	खोटाङ्ग, सिम्पानी	
३२४	२०६०/०६/०५	श्री हेम बहादुर खड्का	दोलखा, पिगु (वानेश्वर,काठ.)	
३२५	२०६०/०८/१०	श्री बिश्व खड्का	दोलखा, लादुक	९८५१०५७३५२
३२६	२०६०/०८/२२	श्री बाबुराम खड्का (अ.प्रा.से.)	दोलखा, फस्कू	
३२७	२०६०/०८/२७	श्री प्रदिप खड्का	भक्तपुर, न.पा.२	
३२८	२०६०/११/२८	श्री राम बहादुर खड्का	दोलखा, लादुक	
३२९	२०६१/०१/१६	श्री रहर बहादुर खड्का	दोलखा, चिलंखा-६	९८५१०८९०६३
३३०	२०६१/०५/२६	श्री लव कुमार खड्का	दोलखा, लादुक-२	
३३१	२०६१/०६/२७	श्री नरेन्द्र कुमार खड्का	दोलखा, लादुक-२	
३३२	२०६१/०७/०३	श्रीती वालकुमारी खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	४४६९१६९
३३३	२०६१/०७/०३	श्री रामगजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	४४६९१६९
३३४	२०६१/०७/०३	श्रीमती इन्दिरा खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	४४६९१६९
३३५	२०६१/०७/०३	श्री बुद्धिगजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३३६	२०६१/०७/०३	श्रीमती बाबा खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३३७	२०६१/०८/०५	श्रीमती डम्बर कुमारी खड्का	सि.पा.जि. पेड्पु-६	
३३८	२०६१/०८/०५	श्री प्रकाश खड्का	दोलखा, लादुक-५	
३३९	२०६१/०८/०६	श्री नेत्रगजाधर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३४०	२०६१/०८/०६	श्रीमती बिष्णु कुमारी खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३४१	२०६१/०८/०६	श्री किश्वर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	४४६९५४३
३४२	२०६१/०८/०६	श्रीमती रचना खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३४३	२०६१/०८/०६	श्री टपेन्द्र बहादुर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-३	९८४१२९३३१३
३४४	२०६१/०८/१०	श्री बिकास खड्का	काठमाण्डौ, सामाखुसी-२९	
३४५	२०६१/०८/१२	श्रीमती गीता खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-३	
३४६	२०६१/०८/१२	श्रीमती गीता खड्का	दोलखा, लादुक-५	
३४७	२०६१/०८/१२	श्रीमती बिद्या खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३४८	२०६१/०८/१२	श्री शम्भु बहादुर खड्का	दोलखा, चाँगु-४	
३४९	२०६१/०८/१२	श्री इश्वर बहादुर खड्का	दोलखा, लोटिङ्ग	९८४१२१२५९३
३५०	२०६१/०८/१२	श्री शान्ताध्वज खड्का	दोलखा, खोपाचागु-७	९७४१०२३५६४
३५१	२०६१/०८/१२	श्रीमती मन्दाकिनी खड्का	काठमाण्डौ, चाहवील-७	४४८४०५४
३५२	२०६१/०८/१३	श्रीमती कमला खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-४	
३५३	२०६१/०८/१३	श्रीमती जगत कुमारी खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-५	
३५४	२०६१/०८/१३	श्री बेद बहादुर खड्का	दोलखा, चागु-८	
३५५	२०६१/०८/१५	श्रीमती गीर्जा कुमारी खड्का	दोलखा, लादुक-५	
३५६	२०६१/०८/१५	श्रीमती शाबित्री खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार-७	
३५७	२०६१/०८/१५	श्री तेज बहादुर खड्का	भोजपुर, दावा	
३५८	२०६१/०८/१५	श्री मनश्री खड्का	सि.पा.जि., फुलपीं-६	
३५९	२०६१/०८/१५	श्री तारा बहादुर खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग	
३६०	२०६१/०८/१५	श्री नारायण बहादुर खड्का	दोलखा, बराङ्ग-७	
३६१	२०६१/०८/१५	श्री भानु कुमार खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-३	
३६२	२०६१/०८/१५	श्री रुस्तम खड्का	दोलखा, बुलुङ्ग-३	
३६३	२०६१/०८/१५	श्री पुष्प खड्का	सि.पा.जि, ज्यामीरे-३	

३६४	२०६१/०८/१५	श्री गोकुल खड्का	भक्तपुर, बालकोट-२	
३६५	२०६१/०८/१५	श्री भिमसेन खड्का	दोलखा, चिलंखा-४	
३६६	२०६१/०८/१७	श्री राम चन्द्र खड्का	सि.पा.जि, पेड्पु-६	
३६७	२०६१/०८/१९	श्रीमती कमला देवा खड्का	म्याग्दी, बावियचौर-२	४४७३१७३
३६८	२०६१/०८/१९	श्री घमण्ड बहादुर खडका-स.से	ललितपुर, कुसुन्ती-१४	
३६९	२०६२/११/२०	श्री ध्रुब खड्का	काठमाण्डौ, बज्रयोगिनी-७	
३७०	२०६२/१२/०५	श्री टलक बहादुर खड्का	दोलखा, नाम्दु गा.वि.स.-७	
३७१	२०६२/१२/०५	श्री उद्धव खड्का	दोलखा, चिलंखा-४, लेटिङ्ग	९८४१२२४३३४
३७२	२०६३/०५/१८	श्री महेश खड्का	दोलखा, लिम्बा-१	
३७३	२०६४/०२/२१	श्रीमती बिमला खड्का	दोलखा, लादुक-२	
३७४	२०६६/०४/२५	श्री चुडा बहादुर खड्का	रामेछाप, गुप्तेश्वर	९८५१०९४२९१
३७५	२०६६/०४/२५	श्री मदन बहादुर खड्का	कन्चनपुर, महेन्द्रनगर	९८४१३०९६९९
३७६	२०६६/०८/२०	श्री बाबुराम खड्का	सि.पा.जि (हाल चावहिल)	९८५१०६७००१
३७७	२०६६/०५/२७	श्री भरत कुमार खड्का	झापा, अर्जुनधारा-६	९८४१६१९२१३
३७८	२०६७/०१/११	श्री टिकाध्वज खड्का	महोत्तरी, बर्दीवास	९८४१५१३११३
३७९	२०६७/०१/११	श्री इन्दिवर खड्का	झापा, अर्जुनधारा	९८५१११३६८८
३८०	२०६७/०१/११	श्री युवराज खड्का	रामेछाप, हाल रातोपुल	०१-६२१६६६२
३८१	२०६७/०८/११	श्री नवराज खड्का	दोलखा, चिलंखा	९८४१५८९०९२
३८२		श्री अशोक कुमार खड्का	मोरङ्ग, बिराटनगर	
३८३	२०६८/०१/१७	श्री केशर कुमार खड्का	दोलखा, हाल कपन	९८०३१७७३४२
३८४	२०६८/०१/१७	श्रीमती निर्मला खड्का	दोलखा, हाल कपन	९८०३१७७३४२
३८५	२०६८/०१/१७	श्री कृष्ण बहादुर खड्का	दोलखा, मेलुङ्ग	
३८६	२०६८/०२/१३	श्री निरञ्जन खड्का	रामेछाप, नामाडी-५, खहरे	९८४१७३२००१
३८७	२०६८/०२/१३	श्री रोशन खड्का	दोलखा हाल बानश्वर	०१-४११०७८७
३८८	२०६८/०२/२१	श्री राम कुमार खड्का	काठमाण्डौ, का.म.न.पा-३४	९८४१६०८०४०
३८९	२०६८/०२/२१	श्री नवराज खड्का	रामेछाप, हिलेदेवी	०१-४४३२८२२
३९०	२०६८/०२/२१	श्रीमती शान्ति खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	९७४११२६५९७
३९१	२०६८/०२/२१	श्री बावुराम खड्का	काठमाण्डौ, गोठाटार	९८४१९५५०६०
३९२	२०६८/०२/२१	श्री रबिन्द्र खड्का	काठमाण्डौ, स्युचटार	९८४१२२९७२२
३९३	२०६८/०२/२१	श्री सुमन खड्का	म्याग्दी, हाल बत्तिसपुतली	०१-४४९०५६१
३९४	२०६८/०२/२१	श्री पदम बहादुर खड्का	भोजपुर, दावा, हाल कपन	९८४९४७७७४०
३९५	२०६८/०२/२१	श्री भुपेन्द्र खड्का	ओखलढुङ्गा हाल गोठाटार	९८४१५३४२९२
३९६		श्री टहल बहादुर खड्का	दोलखा, नाम्दुमार्फा	
३९७	२०६८/०३/१३	श्री लक्ष्मी ब. खडका निराला	सिराहा हाल गौरीघाट	९८५१०९२५१८
३९८	२०६८/०७/०५	श्री तिर्थ कुमार खड्का	वारा, कल्यैया-७	९८५१०५८७४
३९९	२०६८/०७/०५	श्री दिनेश कुमार खड्का	वारा, कल्यैया-७	५५३८५३३
४००	२०६८/१०/०६	श्रीमती रेणु खड्का	काठमाण्डौ, का.म.न.पा.-९	०१-४४९०५६१
४०१	२०६८/१०/०६	श्रीमती रिता खड्का, उप्रेती	दोलखा, चिलंखा-६	०१-४४४१७०९
४०२	२०६८/१०/०७	श्रीमती दिव्य कुमारी खड्का	काठमाण्डौ, का.म.न.पा.-१०	०१-४४८९१३०
४०३	२०६८/१०/०७	श्रीमती रेखा खड्का, बस्नेत	काठमाण्डौ, का.म.न.पा.-१०	०१-४४७२३१७
४०४	२०६८/१०/०८	श्रीमती ज्ञानु खड्का, बस्नेत	काठमाण्डौ, का.म.न.पा.-९	९८०३७५७२६०
४०५	२०६८/१०/०९	श्रीमती विद्या खड्का	दोलखा, लादुक	०१-४४६४६२१
४०६	२०६८/११/०६	श्रीमती विन्दु खड्का	भक्तपुर, वालकोट-१	०१-६६३१७८८
४०७	२०६८/११/०७	श्री दिल बहादुर खड्का	रामेछाप, नामाडी-५, खहरे	९८४१४१४६१८
४०८	२०६८/११/०७	श्रीमती सरस्वती खड्का	काडमाण्डौ, गागलफेदी-७	०१-४४८८०२६
४०९	२०६८/१२/०५	श्रीमती मन्जु खड्का, थापा	महोत्तरी, बर्दिवास-३	९८४१२२४९४९

४१०	२०६९/०१/१८	श्री वासुशरण खड्का (मेजर)	दोलखा, लादुक-२	०१-४४९२५०९
४११	२०६९/१०/१३	श्री ध्रुव कुमार खड्का क्षेत्री	काठमाण्डौं-९	९८४१२०६३३७
४१२	२०७०/०२/०४	डा.सन्जित खड्का	काठमाण्डौ, धुम्मराई ४	९८४१४६७४९७
४१३	२०६९/०३/२३	श्री बीरेन्द्र सिंह खड्का	बारा, कल्यैया न.पा.७	०५३५५०२८३
४१४	२०७०/०५/३१	श्रीमती यसोदा खड्का (कार्की)	गोठाटार -७, काठमाण्डौ	९८४१३७८७७३

❑❑❑

हार्दिक शुभ-कामना

विजयादशमी तथा दीपावली २०७१ को शुभ उपलक्ष्यमा नेपाल सरकारमा आवद्ध कर्मचारी वर्गहरु, देश तथा बिदेशमा रहनु भएका आदरणीय पुँवार बशिय दाजुभाई तथा दिदिबहिनीहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु !

कमल खड्का

बालकोट, भक्तपुर

उपाध्यक्ष, केन्द्रीय कार्यसमिति, पुँवार खड्का गुठी

हार्दिक शुभ-कामना

यही २०७१ सालको बिजया दशमी, दीपावली तथा छट पर्वको पावन अवसरमा हाम्रा सम्पूर्ण अभिभापक, बिद्यार्थी, शिक्षक तथा शुभचिन्तक शुभेच्छुकहरुमा सुस्वास्थ्य, दीर्घायु तथा उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ !

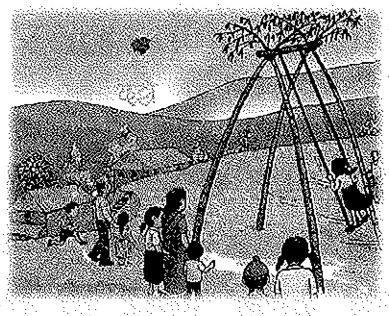
अमृत कुमार खड्का

प्रिन्सिपल

तथा भिमेश्वर एकेडेमी परिवार

गोठाटार, काँडाघारी, काठमाण्डौ

हार्दिक शुभकामना



महान चाड विजयादशमी तथा दीपावली २०७१ को शुभ उपलक्ष्यमा देश तथा बिदेशमा रहनु भएका सम्पूर्ण हाम्रा आदरणीय पुँवार खड्का बन्धु बान्धव दाजुभाई, दिदिबहिनी तथा शुभेच्छुकहरुमा सुख, शान्ति, सु-स्वास्थ्य, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय

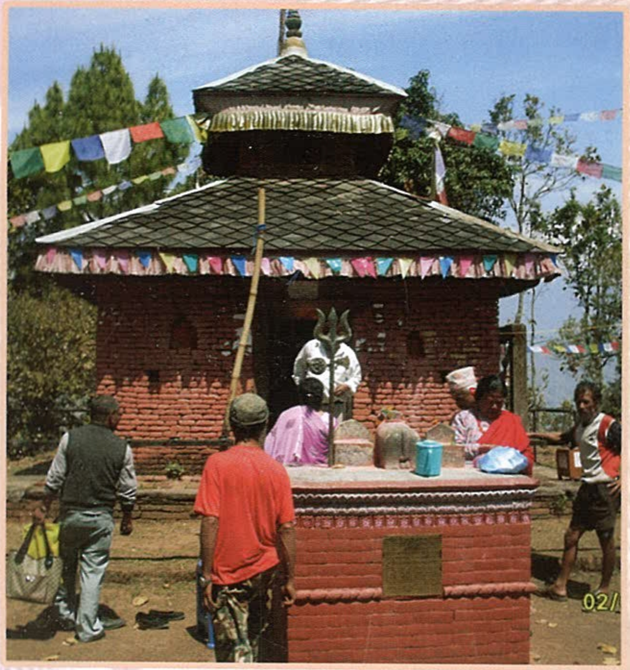
शुभकामना !

पुँवार खड्का गुठी

केन्द्रीय कार्यालय

गोठाटार-७, काठमाण्डौ

"कपिलेश्वर महादेव, कबिलास, नुवाकोट"



"श्री कात्यायनी भगवती, गुठी भवन"

"संस्कृति-पुँवार खड्काको देवाली"

EVEREST BANK

Adjudged

BEST MANAGED COMMERCIAL BANK

यो पाँच लाखभन्दा बढी ग्राहकहरूको सहयोग र विश्वासको प्रतिफल हो ।

asianpaints NEWBIZ AWARD 2013

एभरेष्ट बैंक लिमिटेड

EVEREST BANK LIMITED

(A joint-Venture with punjab national bank, India)

दिगो, दरिलो र विश्वासिलो