Vol. 2, Issue 11, September-October, 2014

HOT NEPAL Monthly

हट नेपाल

वर्ष २, पूर्णाङ्क ११, असोज २०७१, मूल्य रू ३०।-

किनमेल पर्व

सेलिब्रेटीको दशैं रौनक

मासु स्वस्थकर बनाउने तरिका

सुनीलको काँधमा मेरी कोम

calvinklein.com
watches
SULUX CENTRE
Hotel Woodland Complex, Durbarmarg, Kathmandu, Nepal.
Calvin Klein
swiss made

KGH HOTELS

Wherever you are, we are always at your service

Park Village Resort Budhanilkantha

शहरी कोलाहलभित्र मनोरम जंगलको वातावरण

Features:- 40 Standard rooms, 40 Suite rooms, 40 Deluxe rooms, 18 Apartments, 7 Conference halls, Health club, Wellness spa, 7 Acres of woodland with lots of birds and butterflies

Vol. 2, Issue 11, September-October, 2014

हट नेपाल

HOT NEPAL Monthly

वर्ष २, पूर्णाङ्क ११, असोज २०७१

मनोरञ्जन र जीवनशैली मासिक

आवरण तस्वीर : शरद महर्जन

प्रधान सम्पादक
व्याकुल पाठक

सम्पादक
श्याम स्मृत

फोटोग्राफर
शिवलाल श्रेष्ठ, अजय देशार

मार्केटिङ
बबिता सिंखडा

ग्राफिक/लेआउट
श्याम स्याङ्बो

प्रबन्ध निर्देशक
कल्पना उप्रेती

प्रमुख अधिकृत वितरक/काठमाडौं
काष्ठमण्डप डिस्ट्रिब्युसन प्रालि
भोटेछें, काठमाडौं, फोन : ०१-४२४७२४१

प्रमुख अधिकृत वितरक/मोफसल
एलाइट न्यूजपेपर डिस्ट्रिब्युटर
नरदेवी, काठमाडौं, फोन : ०१-४२६१९४८

मुद्रक
प्रिजम कलर स्क्यानिङ एण्ड प्रेस
सपोर्ट प्रालि, कुलेश्वर, काठमाडौं

प्रकाशक
Dream Nepal Publications (P.) Ltd.
ड्रिम नेपाल पब्लिकेसन्स प्रालि
गोंगबु, काठमाडौं
फोन : ०१-४३५६१४१

९ सेलिब्रेटीको दशैं रौनक

आमाका लागि नै अमेरिका छाडेर नेपाल आएकी अभिनेत्री गौरी मल्ल दशैं आमासँगै बिताउने भएकी छन् । ११ वर्षपछि अमेरिकाबाटै सदाका लागि नेपाल आएका कवि एवम् गीतकार तथा चलचित्र निर्माता-निर्देशक गगन बिरहीले पनि यो वर्षको दशैं निकै रमाइलो गरेर बिताउने पक्षमा रहेको बताए ।

१४ दशैं धूमधाम कि घूमघाम ?

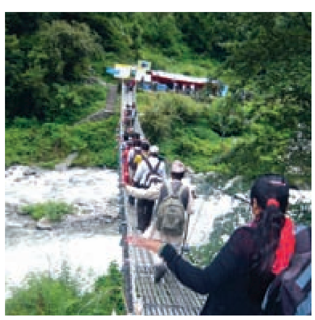
चाडपर्व मनाउनेको बेग्ला बेग्लै ससार छ । दशैंमा महिलाहरु परिकार बनाउँदै, पुरुषहरु साथी अथवा अन्त जम्मा हुँदै जाँड, रक्सी चुरोट, तास अनि मासु खाँदै मस्तले गफिने गर्छन् । अर्कोतिर टिनएजर छोराछोरीहरुको बेग्लै संसार छ । को कहाँ जान्छ कसैलाई अत्तोपत्तो हुँदैन ।

१६ शेषराजको सफलता

इनरुवा, सुनसरीका स्थायी बासिन्दा भए पनि झापाको चन्द्रगढीबाट स्कूल लेभल सकाएर काठमाडौंको त्रिचन्द्र कलेजबाट बीए, जनप्रशासन कलेजबाट एमपीए र कान्तिपुर सिटी कलेजबाट एमएमसिजीको अध्ययन उनले पूरा गरेका छन् । उनी अर्विटमा सिईओको जिम्मेवार कार्यको अलावा केएनके कलेज तथा सिंग्मा कलेजमा आमसञ्चार विषयमा गेष्ट लेक्चरर भएर पढाउन पनि भ्याइरहेका छन्।

३० सुनिलको काँधमा मेरी कोम

संजयलीला भन्साली़को फिल्म मेरी कोम बक्सर कोचको विशेष भूमिकामा सुनील थापा छन् । सुनील थापाको मेरी कोम मा स्वाभाविक अभिनयबाट मेरी कोममा मेरी कोम नै बनेकी बलिउडको प्रभावशाली नायिका प्रियंका चोपडासमेत नतमस्तक बनेकी छन् ।



३२ जोखिमपूर्ण यात्रामा रोमाञ्चकता

पैदल यात्रा गर्दा सानो मात्रै गल्ती हुन पुग्यो भने कुनै पनि बेला ज्यानको जोखिम निम्तिन सक्छ । करिब १ घण्टाको यो अत्यन्तै जोखिमपूर्ण यात्रा पार गरेपछि अब भने हामी हाम्रो निश्चित गन्तव्यस्थान गोसाइकुण्ड पुग्न सफल भयौं । वरिपरि चट्टानरूपी अग्ला पहाड, त्यसको बीच भागमा गोसाइकुण्ड अवस्थित छ ।

Registration number **DAO KTM 216/070/71** | **Hot Nepal**, Entertainment & Lifestyle monthly magazine is published by **Dream Nepal Publiications Pvt. Ltd.** | **Address:** Gongabu, Kathmandu, **Phone:** 01-4356141 | **Email :** hotdreamnepal@gmail.com | Managing Director: **Kalpana Upreti** | Chairman and Editor-in-Chief: **Byakul Pathak**

सम्पादकीय

दशैंको हार्दिक शुभकामना

अघिल्ला वर्षहरूमा भन्दा अलि चाँडै यो वर्ष दशैं आएको सबैमा महसुस भएको छ । असोज ९ गतेबाटै दशैं प्रारम्भ भएबाट पनि यस्तो भएको हो कि भन्ने सबैलाई परेको छ । यसले गर्दा कतिपयको मनमा दशैंले खासै रूचि जगाउन नसकेको हो कि भन्ने भान परेको छ । ३ सय ६५ दिनको चक्रसँगै शरद ऋतुको आगमनको संकेत बोकेर आएको दशैं नेपालीहरूको महान् पर्वको रूपमा लिइने गरेको छ । वर्षभरि काम विशेषले बाहिरिएकाहरु पनि घर सम्भेर फर्कने भएकाले मिलनको पर्वको रूपमा दशैंलाई लिइने गरेको छ । यो दशैंले सबैको निधारमा खुसीको संकेत दिने गरेको छ । खुसी र बहारको संगमरूपी न त घाम न त वर्षा ! मौसमले साथ दिने पर्व भएकोले दशैं सबैका लागि प्रिय बनेको छ । एक छाक खानको लागि धौ-धौ पर्ने परिवारले पनि ऋणै काढेर दशैं रमाइलोसँग मनाउने नेपाली परम्परा रहेको छ । जतिसुकै दुःख परे पनि जसोतसो गरेर दशैं रमाइलो पार्ने नेपाली मात्रको चाहना रहेको छ ।

दशैं नमनाउने वर्ग तथा जाति विशेष समेतले दशैंलाई उत्साहपूर्वक लिने गरेको पाइएको छ । दशैंको टीका नलाउने कतिपयले केही वर्षयता टीका लाउने प्रथा सुरू गरेको पाइएको छ । धार्मिक सद्भावको रूपमा यसलाई लिन सकिन्छ । मीठो खाऔं र राम्रो लाऔं भन्ने नै दशैंको मूलमन्त्र हो । यही मूलमन्त्रलाई अंगिकार गरेर नेपाली मात्रले दशैंलाई रमाइलो पार्ने सक्दो कोसिस भएको पाइन्छ । आकाशमा उडेको चंगा तथा जमिनमा गाडिएको पिङले दशैंलाई रोचक बनाउने गरेको छ । दशैंको यिनै रोचकतासँगै थुप्रै कौतुहलता र रोमान्चकताले गर्दा दशैं मनमोहक बन्ने गरेको छ । अर्कोतर्फ दशैंको नाममा बजारमा आउने अनेकन अफरले उपभोक्ताहरूलाई राहत महसुस हुने गरेको छ । दशैंकै बेलामा काठमाडौं आउने र काठमाडौंबाट बाहिर जानेहरूमा बसको टिकटको लापरवाहीले आहत नै खेप्नुपर्ने बाध्यता हरेक वर्ष दोहोरिने गरेको छ । सरकार तथा सम्बन्धित निकायले हरेक वर्षजस्तो यो वर्ष पनि दशैंमा घर जानेहरूका लागि राम्रै बसको टिकटको व्यवस्था गरिएको भनिएको छ तर व्यवहारमा खासै परिवर्तन ल्याएको पाइँदैन । यसले गर्दा नचाहेर पनि निराश बन्न बाध्य बन्नुपर्दछ । मुलुकमा साउन तथा भदौ महिनामा विभिन्न स्थानमा बाढी-पैह्रोले गर्दा निक्कै नै संकट निम्त्याएको छ । कयौंको यो दैवी प्रकोपमा परेर सिंगै परिवार गुमेको छ । कतिको परिवारै बेपत्ता बनेको छ । यी नियतिको खेलले यो वर्षको दशैं कतिको लागि पीडाको विषय बनेको पनि देखिन्छ । साथमा साउन-भदौदेखिको वर्षा कतिपय स्थानमा अझै रोकिएको पाइँदैन ।

पहिला दशैंको बेलामा पानी पर्दैन, वर्षाले हैरान नपार्ने शरद ऋतुको मधुमास भन्ने गरे पनि बातावरणीय प्रभावले कतिपय स्थानमा झरी तथा बर्से दशैं भइरहेको जस्तो आभास भएको छ । जे-जस्तो भए पनि खुसी र उमंगको पर्व दशैं मनाउँदा दशा हुनेगरी कसैले पनि मनाउन हुँदैन । घाँटी हेरेर हाड निल्नु भनेजस्तो आफ्नो गच्छेले भ्याउने मात्र खर्च गरेर दशैं मनाउनुको मज्जा नै बेग्लै हुन्छ । खोक्रो शान र धाक देखाउनकै लागि दशतिर ऋण गरेर दशैं मनाउने तथा फजुल खर्च गर्ने कार्यलाई सबैले रोक्नु आवश्यक छ । दशैं शान्त तथा सुरम्य तरिकाले कालान्तरसम्म चीरस्मरणीय बनाएर मनाउन सक्नु पर्दछ । तब मात्र दशैंले खास महत्व र विशेषता राख्ने गर्दछ । नेपाली मात्रको महान् पर्व दशैंको अवसरमा हट नेपालका पाठकबृन्द, विज्ञापनदाता तथा शुभचिन्तक सबैमा उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना सहित हार्दिक शुभकामना !

व्याकुल पाठक
प्रधान सम्पादक

मीठो खाऔं र राम्रो लाऔं भन्ने नै दशैंको मूलमन्त्र हो । यही मूलमन्त्रलाई अंगिकार गरेर नेपाली मात्रले दशैंलाई रमाइलो पार्ने सक्दो कोसिस भएको पाइन्छ । आकाशमा उडेको चंगा तथा जमिनमा गाडिएको पिङले दशैंलाई रोचक बनाउने गरेको छ । दशैंको यिनै रोचकतासँगै थुप्रै कौतुहलता र रोमान्चकताले गर्दा दशैं मनमोहक बन्ने गरेको छ ।

नायिकाउपर गिद्धेदृष्टि

नेपाली समसामयिक पत्रकारितामा अग्रता लिन सफल हट नेपाल मासिकको अंक १० समयमा नै पढ्ने अवसर मिल्यो । नवनायिका तथा म्युजिक भिडियोकी अब्बल दर्जाकी मोडल शिल्पा पोखरेलको मनमोहक आवरण तस्वीरले मेरो मनलाई लोभ्यायो । अविवाहिता नायिका उपर फिल्मी गिद्धेदृष्टि बढ्नु राम्रो संकेत होइन । हुन त फिल्मलाइनमा मात्र होइन, जुनसुकै क्षेत्रमा राम्री केटीहरूप्रति गिद्धेदृष्टि लाउने पुरूषहरु नभएका होइनन् । यसलाई घटिया स्वभाव भन्न म चाहन्छु । यस्तो घटिया स्वभाव भएसम्म फिल्मलाइन मात्र होइन, कुनै पनि क्षेत्रको फलिफाप हुँदैन । यसतर्फ सचेत वर्ग समेत चुप लागेर बसेको देख्दा उदेक लागेर आउने गर्दछ । अर्कोतर्फ हट नेपाल अंक १० मा नायिका शिल्पा पोखरेलले आफूउपर भएको कुरा खुलेर बोल्दा उनलाई चलचित्र लज्जा तथा हवल्दार सुन्तलीमा ब्रेक दिने निर्माता छविराज ओझाले हकारेको कुरा पनि बजारमा सुनिन आयो । अर्कोतर्फ लज्जाका निर्देशक नवल नेपालले समेत शिल्पालाई हकारेको गाइँगुइँ हल्ला फिल्मलाइनमा सुनिनमा आएको छ । ठूलाले सधैं सानाबाट किन क्रेडिट लिने खोजिरहेको हुन्छ ? यो कुरा मलाई पटक्कै मन परेन ।

– सुरक्षा नेपाल, ढोलाहिटी, ललितपुर

आँसु झार्न समर्थ लेख

कुसाइतमा नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठको दु:खद निधनको खबर बोकेर आएको हट नेपालको अंक १० मा प्रकाशित श्रीविनाकी श्वेताको जिन्दगी आलेख पढ्दा मेरो आँखाबाट आँसु बर्रर झरेको थाहै भएन । यति राम्रो मान्छे किन यति चाँडै भगवानको प्यारो हुने गर्दछ ? मलाई हट नेपाल मार्फत नै भगवानसँग प्रश्न गर्न मन लागेको छ । ३२ दिन पनि दाम्पत्य जीवनको खुसी महसुस गर्न नपाएकी नायिका श्वेता खड्काको वर्तमान अवस्था कस्तो भइरहेको होला भन्ने चिन्ताले मलाई सताइरहेको छ । श्रीदाइको अन्तिम चलचित्र कोहिनूर सिभिल मलको सिनेमा हलमा हेर्न जाँदा मलाई हेर्न नै अत्यन्त गाह्रो भयो । श्वेता भाउजूलाई विशेष शोमा हेर्न पुग्दा कति कठिनाइ भयो होला ? मैले महसुस गरेको छु । हे भगवान श्वेता भाउजूलाई एक्लै पारेर श्रीदाइलाई सुटुक्क लाने तिमी भगवानप्रति मेरो आपत्ति छ । श्रीदाइको आत्माको चिरशान्तिको लागि हार्दिक श्रद्धाञ्जली र श्वेता भाउजूलगायत शोकसन्तप्त परिवारजनमा समवेदना व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

– राधादेवी श्रेष्ठ, मोतिचोक, चाबहिल

लोभलाग्दो लाइफ स्टाइल

नेपाल कपडा तथा सिलाई व्यवसायी संघका अध्यक्ष एवम् श्रीनाथ कलेक्सनका सिइओ रमानाथ श्रेष्ठको लाइफ स्टाइल मलाई लोभलाग्दो लाग्यो । अंग्रेजी साहित्यमा एमए गरे पनि सर्टिङ-सुटिङको व्यवसायलाई व्यवस्थित तथा मर्यादित बनाउन दत्तचित्त बनेर लागेका श्रेष्ठ नाम अनुसार श्रेष्ठ व्यक्ति नै बनेको मैले महसुस गरेको छु । अर्बौंको कारोबार हुने सिलाई व्यवसायभित्रको यथार्थ तथा हेल्प नेपाल नेटवर्कबाट नेपालीको लागि नेपालीबाट नारा सहित नेपालीको सेवामा समर्पित संस्थाको संस्थापक कोषाध्यक्ष भएर कार्यरत श्रेष्ठको व्यावसायिक जीवनको सफलताको कामना गर्दछु । श्रेष्ठको लाइफ स्टाइललाई हट नेपाल अंक १० मा प्रकाशन गर्ने हट नेपाल प्रकाशक तथा सम्पादक दुवैलाई धन्यवाद व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

– सञ्जयनाथ जोशी, पोखरा मालेपाटन

व्रत बस्ने श्रीमान् चाहियो

हट नेपाल अंक १० को श्रीमतीको लागि व्रत बस्ने श्रीमान्को आवश्यकता शीर्षकको आवरण लेख निश्चय पनि समसामयिक लागेको छ । श्रीमान्को आयु तथा आरोग्यताको लागि तीजमा व्रत बस्ने श्रीमतीका लागि पनि व्रत बस्ने श्रीमान्हरु नेपाली समाजमा आवश्यक भइसकेको छ । यसतर्फ श्रीमान्हरूले ध्यान पुर्‍याउन सन्देश सहित आवरण लेख लेख्ने सम्पादक श्याम स्मृतलाई धन्यवाद नभनिरहन सकिनँ ।

– सन्ध्या खड्का, उदयपुर त्रियुगा

सल्लाह-सुझावका लागि : hotdreamnepal@gmail.com, facebook.com/pages/Hot-Nepal

ठूलो लगानीमा अन्तर्राष्ट्रिय उडान तयारी

नेपालको हवाई उड्डयनमा अहिलेसम्मकै ठूलो लगानीमा अन्तर्राष्ट्रिय हवाइ सेवा सुरू हुने भएको छ । तिब्बत एयरलान्स र नेपालको एचआइएफ एभिएसन प्रालि तथा यति वर्ल्ड इन्भेस्टमेन्ट प्रालिको संयुक्त लगानीमा कात्तिकबाट हवाई सेवा सुरु हुन लागेको हो । तीन निकायको संयुक्त लगानीमा स्थापित अन्तर्राष्ट्रिय वायुसेवा कम्पनी हिमालयन एयरलाइन्सले हवाइ सेवा सुरू गर्न लागेको हो । त्रिपक्षीय प्रतिनिधिबीच एयरलाइन्समा नेपाली कम्पनीको ५१ र तिब्बती कम्पनीको ४९ प्रतिशत संयुक्त लगानी रहने गरी सम्झौतापत्रमा हस्ताक्षर भएको छ । सम्झौतापत्र हस्ताक्षर कार्यक्रममा नेपालका लागि चिनियाँ राजदूत ऊ छुन्थाईले सम्झौतपत्रमा हस्ताक्षर गर्ने कम्पनीलाई बधाई दिंदै नेपाल सरकारलाई धन्यवादसमेत दिए । दुई देशबीच सदियौंदेखिको सम्बन्धलाई उचाइमा पुऱ्याउन चीनले नेपालको विकासमा लगानी गर्न इच्छुक रहेको उनले बताए । कार्यक्रममा तिब्बत एयरलाइन्सका प्रमुख छेङ यीरूले आगामी २८ अक्टुबरदेखि एयरलाइन्सले आफ्नो सेवा सुरू गर्ने जानकारी दिए । यो सेवा सुरु भएपश्चात १ हजारभन्दा बढी जनशक्तिले रोजगारी पाउनुका साथै नेपाल र चीन सरकारबीचको सम्बन्ध विस्तारमा समेत सहयोग पुग्ने उनले बताए । एयरलाइन्सले सुरुमा एयरबस ३२० सिरिज एयर क्राफ्टबाट एसियाली मुलुकहरूमा उडान भर्ने लक्ष्य लिएको छ । कात्तिक ११ गते काठमाडौंबाट १३० सिट क्षमताको एयरबस ए ३१९-१०० ले तिब्बतको ल्हासामा उडान भर्ने भएको छ । कार्यक्रममा चिनियाँ राजदूत छुन्थाईले नेपालमा बाढीपीडितका लागि चीन सरकारले १ करोड ५० लाख अमेरिकी डलर उपलब्ध गराउने जानकारी गराए ।

एल्बम 'आरोही' बजारमा

नेपाली सांगीतिक क्षेत्रमा 'आरोही' एल्बम मार्फत नयाँ गायिकाको उदय भएको छ । विगत १६ वर्षदेखि हङकङमा बस्दै आएकी सुनिता प्रधान लिम्बूको पहिलो एकल अल्बम 'आरोही' बजारमा आएको छ । धरान निवासी हाल काठमाडौंमा रहेर पत्रकारिता गरिरहेका पत्रकार तथा गीतकार अनुशील (डम्बारकृष्ण श्रेष्ठ)सँगको सहकार्यमा एक वर्ष लगाएर तयार गरिएको 'आरोही' एल्बममा ६ गीत समेटिएका छन् । राजधानीको सीटी म्युजियममा भदौ ७ गते आयोजित एक समारोहमा एल्बमको विमोचन गायिकाहरु ज्ञानु राणा, सुक्मित गुरूङ, सुनिता सुब्बा, मनिला सोताङ कुन्ति मोक्तान र संगीता राना प्रधानले संयुक्त रूपमा गरेका थिए । विमोचनपछि बोल्दै वरिष्ठ गायक तथा संगीतकार दीप श्रेष्ठले 'आरोही' एल्बममा रहेका ६ वटै गीत फरक शैलीको रहेको बताउँदै गीतकार अनुशील र गायिका सुनिताको राम्रो कामको प्रशंसा गरेका थिए । एल्बमको समीक्षा गर्दै गायिका लोचन भट्टराईले सुनिताको स्वरमा आफूले नयाँपन पाएको बताइन् । संगीतकार राजु सिंहले 'आरोही' अल्बमबाट नेपाली संगीत जगतले एउटा राम्रो गीतकार र राम्रो स्वर भएकी गायिका पाएको बताए । 'आरोही'मा राजु सिंह, सचिन सिंह, आलोकश्री, हरि लम्साल, कल्याण सिंह, कमल खत्रीसहित ६ जना संगीतकारको संगीत सिर्जना रहेको छ ।

दशैंको पूर्वसन्ध्यामा मनमोहिनी सार्वजनिक

बहुप्रतिक्षित गीति-एल्बम मनमोहिनी सार्वजनिक भएको छ । दशैंको पूर्वसन्ध्यमा असोज ४ गते शनिबार आयोजित बेग्लै समारोहबीच मनमोहिनीको विमोचन गरिएको छ। एल्बमको कभर डिजाइनर अनिल स्थापित, रेकर्डिष्ट मित्र लामा र एरेन्जर गोपाल रसाइलीले उक्त एल्बम मनमोहिनीको विमोचन गरेका थिए । पर्दा पछाडि बसेर एल्बम तयार पार्न महत्वपूर्ण योगदान दिने स्रष्टाहरूको सम्मानस्वरूप उनीहरूबाटै विमोचन गराइएको जानकारी मनमोहिनीका स्रष्टा गीतकार उत्तम भौकाजीले दिएका छन् । एल्बम बजारमा आउनुअघि नै चर्चामा आएका ६ वटा गीतहरूको संग्रह मनमोहिनीमा रहेको छ । जसमा उत्तम भौकाजीको एकल गीत तथा गायक स्वरूपराज आचार्यको एकल गायन र संगीत रहेको छ ।

हिट्समा संगीता हिट

विगत १६ वर्षदेखि नेपाली संगीत क्षेत्रमा प्रतिष्ठित अवार्डको रूपमा रहेको हिट्स म्युजिक अवार्ड यस पटक भव्यताका साथ सम्पन्न भएको छ । हिट्स एफएमले बर्षेनि प्रदान गर्दै आएको 'हिट्स एफएम म्युजिक अवार्ड २०७१' मा संगीता प्रधान राना 'उत्कृष्ट महिला स्वर', 'उत्कृष्ट गीति संग्रह' र 'रेकर्ड अफ द इयर' तिनै विद्यामा हिट भएकी भएकी छन् । उनको गीति अल्मब 'अनुपम'ले पनि अन्य दुई अवार्ड जित्यो । यही एल्मबको 'तिमीले पनि सजिलै.. ' गीत रचनाबाट कालीप्रसाद रिजालले 'उत्कृष्ट गीतकार'को उपाधि पाए भने संगीतकार आशीष अविरलले 'उत्कृष्ट संगीतकार'को । यो वर्षको 'लाइफ टाइम अचिभमेन्ट'उपाधि यादव खरेलले पाए भने 'पुरूषतर्फ उत्कृष्ट स्वर'को उपाधि भने रविन शर्माले जिते । यसैगरी, आस्था राउत र नट्टु शाह क्रमशः 'उत्कृष्ट पपगायिका' र 'उत्कृष्ट नवप्रतिभा' भए । २३ भदौमा आर्मी अफिसर्स क्लब भद्रकालीमा सम्पन्न कार्यक्रममा विभिन्न १७ विधाको उत्कृष्ट सर्जकलाई पुरस्कृत गरिएको थियो । १८ वर्षदेखि निरन्तरता पाएको 'हिट्स एफएम म्युजिक अवार्ड' का लागि वर्षभरि हिट्स एफएममा दर्ता भएका एल्बम र गीतहरूबीच प्रतिस्पर्धा हुने कार्यक्रम संयोजक मन्दिरा ढुङ्गेलले बताइन् ।

भेडेटारमा चंगा चेट हुने

पूर्वाञ्चलकै प्रख्यात पर्यटकीय स्थल भेडेटारमा पहिलो पटक चंगा चेट उत्सव २०१४ हुँदै छ । विजया दशमी तथा विश्व पर्यटन दिवसको अवशरमा पूर्वमै पहिलो पटक उत्सवको आयोजना गर्न लागिएको हो । भेडेटार होटल एसोसिएसनको आयोजनामा हुने उत्सवमा चंगा चेटसँगै सांगीतिक कार्यक्रम समेत हुने छ । दशैंमा रमाइलोका लागि विशेष गरी काठमाडौं र आपासका क्षेत्रमा चंगा उडाइने गरेको भए पनि नगरकोटमा प्रतियोगिताको रूपमा सुरु भएसँगै पूर्वमा पनि पहिलो पटक एसोसिएसनको आयोजना तथा सिल्भर इन्टरटेण्डमन्टको व्यस्थापनमा उत्सव हुने भएको हो । प्रतियोगितात्मक रूपमा हुने चंगा उत्सव भेडेटारको पर्यटन प्रर्वद्धनका लागि आयोजना गरिएको एसोसिएसनका सचिव जितेन्द्र रूम्दालीले बताए । असोज १० र ११ गते हुने उत्सवमा कर्पोरेट चंगा चेट प्रतियोगिता हुने तथा अन्य पर्यटकीय क्षेत्रमा समेत चंगा उडाउने व्यवस्था मिलाइने उनले बताए । उत्सवमा चंगा चेट प्रतियोगितासँगै लिङ्गे पिङ, माउण्टेन बाइक र्‍याली, फेस पेन्टिङ, फुड स्टलसमेत रहने आयोजकले जनाएको छ । समुद्री सतहबाट १४२० मिटर उचाइमा रहेको भेडेटारमा बाह्रै महिना चिसो रहन्छ भने यहाँबाट पूर्वकै १६ जिल्लाको अवलोकनसँगै विभिन्न हिमशृंखलाको समेत दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ ।

विन्ध्यवासिनी अवार्डबाट हट नेपालका सम्पादक सम्मानित

विन्ध्यवासिनी फाउण्डेसनले यो वर्षको विन्ध्यावासिनी पत्रकारिता सम्मान-२०७१ बाट हट नेपालका सम्पादक श्याम स्मृतलाई सम्मानित गरेको छ । नगद ५ हजार सहितको उक्त सम्मान तथा पुरस्कार पाउने अन्य पत्रकारहरूमा शान्तिप्रिय, अनन्त वाग्ले, डब्बु क्षेत्री, राजन घिमिरे, सुब्रत आचार्य, राजाराम फुयाँल, सविना कार्की, नवराज लम्साल, राज श्रेष्ठ, नवीन दाहाल, रेमनदास श्रेष्ठ, गोविन्द गिरी, चन्द्रमणि गौतम, राजु बोहरा र सूर्यकुमार क्षेत्री छन् । सोही कार्यक्रममा फाउण्डेसनले यो बर्षको विन्ध्यवासिनी म्युजिक अवार्ड नगद ५० हजारसहित प्रसिद्ध संगीतकार शंभुजीत बाँस्कोटालाई प्रदान गरिएको थियो । कार्यक्रममा विन्ध्यवासिनी म्युजिक अवार्डको ३१ विधामा नोमिनेसनमा पर्ने स्रष्टाहरूलाई पनि प्रमाण-पत्र दिइएको थियो ।

कलाकार संघको साधारणसभामा सम्मान

उपराष्ट्रपति परमानन्द झाले नेपालको कला र संस्कृतिको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्न चलचित्र क्षेत्रको ठूलो योगदान रहेको बताएका छन्। नेपाल चलचित्र कलाकार सङ्घको १३औँ साधारणसभाको उद्घाटन समारोहमा उपराष्ट्रपति झाले चलचित्रकर्मी राष्ट्रका गहनामात्र हैनन्, संस्कृति प्रवर्द्धन र समाज रूपान्तरणमा पनि उनीहरूको महत्वपूर्ण भूमिका रहेकोमा जोड दिए । विगत ३५ वर्षदेखि नेपाली चलचित्र क्षेत्रको उन्नतिमा पुर्‍याएको अतुलनीय योगदानको मूल्याङ्कन गर्दै वरिष्ठ चलचित्र निर्देशक एवम् कलाकार रमेश बुढाथोकीलाई नगद रू ५६ हजार १११ र ताम्रपत्रसहित 'नेपाल चलचित्र कलाकार सङ्घ राष्ट्रिय पुरस्कार २०७१' द्वारा सम्मान गरिएको छ । विगत तीन दशकदेखि नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा पुर्‍याएको योगदानको कदर गर्दै नगद रू २१ हजार १११ र ताम्रपत्रसहित वरिष्ठ कलाकार भीमबहादुर थापालाई 'नेपाल चलचित्र कलाकार संघ शान्ति मास्के पुरस्कार, २०७१' द्वारा सम्मान गरिएको छ । नेपाल चलचित्र कलाकार संघ विशेष सम्मान, २०७१ बाट लेखक, समीक्षक तथा प्राध्यापक डा. प्रदीप भट्टराई, चलचित्र कलाकार एवम् निर्माता प्रतापचन्द्र तामाङलाई सम्मान गरिएको छ । त्यसैगरी नेपाल चलचित्र कलाकार संघ पत्रकारिता सम्मान, २०७१ बाट पत्रकार सानुकाजी श्रेष्ठ र विजय सुवेदी 'आवाज' तथा नेपाल चलचित्र कलाकार संघ नवप्रतिभा सम्मानबाट नायिका रिमा विश्वकर्मा र नेपाल चलचित्र कलाकार सङ्घ सेवा सम्मानबाट कलाकारहरु सानुकुमार ताम्राकार, विजय देउजा र रवि गिरीलाई सम्मान गरिएको छ ।

तस्बीर : शरद महर्जन

मोडल : महिमा सिलवाल
मोडल/नायिका
तस्वीर : शरद महर्जन
मेकअप : गंगा श्रेष्ठ
लोकेसन : गुरूजु डिपार्टमेन्टल स्टोर
टेकु, काठमाडौं

सेलिब्रेटीको दशैं रौनक

चार वर्षअघि नायक निखिल उप्रेतीसँग दोस्रो विवाह गरेकी नायिका संचिता लुइँटेल ३ वर्षको छोरो तथा २ वर्षकी छोरी र मुम्बईबाट फर्केका श्रीमान्सँग यो वर्ष रमाइलोसँग दशैं मनाउने मूडमा रहेकी छन् । दशैंलगत्तै बीग प्रोजेक्ट र बीग ब्यानरबाट निर्माण हुने एक फिल्ममा अभिनय गर्ने कुराकानी भइरहेको संचिताले बताएकी छन् । आमा बनेको केही वर्षपछि अघिल्ला महिनामा मात्र 'आमा' नामक गीतको म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरेर कमब्याक गरेकी उनले यो वर्ष अघिल्ला दुई वर्षभन्दा रमाइलो गरेर मनाउने पक्षमा रहेकी छन् । ती वर्षमा श्रीमान्विना दशैं मनाउँदा खासै मज्जा नभएको उनी सम्भिन्छिन् ।

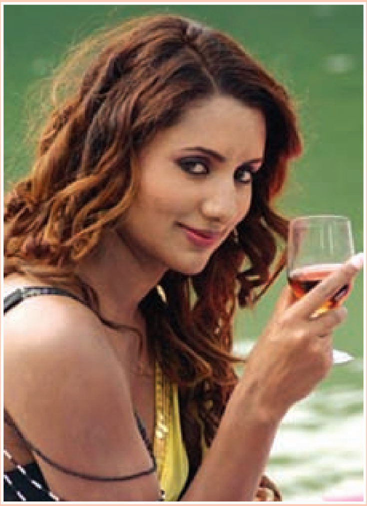
दुई सन्तानकी आमा बनिसक्दा पनि उही मादक सुन्दरता कायम राख्न सफल संचिता शरीर मेन्टन गर्न काठमाडौंको गौशालास्थित कलिउड प्लानेटको जीम सेन्टरमा जीम गर्न पनि दिनहुँजसो पुग्ने गरेकी छन् । दशैंपछि त ज्यान जिरो फिगर बन्ने विश्वासमा उनी रहेकी छन् । त्यसले गर्दा पनि कसरतमा विशेष ध्यान दिइरहेको उनी बताउँछिन् ।

चलचित्र तुलसीको वर्ल्डवाइड रिलिजको क्रममा क्यानाडा हुँदै अमेरिका पुगेकी नायिका ऋचा घिमिरेले त्यहीं दोस्रो सन्तानको जन्म दिएपछि यो वर्षको दशैं आफूहरूको अमेरिकामा नै हुने बताएकी छन् । पहिलो पल्ट देश छोडेर परदेशमा दशैं मनाउने तयारीमा पनि रहेकोले बढी नै आफू

एक्साइटेट भएको बताएकी छन् । उनी भन्छिन्- 'यो वर्षको दशैं अमेरिकामा रोमान्चक पार्ने सक्दो कोसिस हुनेछ ।'

आमा बनेपछि नेपाली चलचित्रमा पुनः फर्केकी अर्की नायिका अरूणिमा लम्साल पनि दशैंलाई रमाइलो बनाउने मूडमा रहेकी छन् । पछिल्लो पुस्ताकी नायिका महिमा सिल्वाल भने धेरै वर्षपछि यो वर्षको दशैंमा गृहनगर चितवन जाने तर्खरमा रहेकी छन् । चितवनमा बसेर परिवारकासाथ दशैं मनाउने मूडमा रहेकी उनी खसीको मासुको अलावा वाइन खाएर मातिएर रमाइलो गर्ने सोचमा रहेकी छन् । यद्यपि, खानेकुरा खाँदा लिमिटमा खान्छु होला भनेकी छन् । दशैंको नाममा अनियन्त्रित भएर पिउने काम आफूबाट नहुने र अरूलाई पनि त्यसरी नपिउन उनले अनुरोध गरेकी छन् ।

दशैंको फूलपातिकै दिनबाट अलनेपाल चलचित्र हिम्मतवाली रिलिज गर्ने लगभग तयारी पूरा गरिसकेकी नायिका रेखा थापा व्यस्तताकासाथ दशैं मनाइन्छ होला भन्छिन् । दशैंअगाडि आमा सरस्वती थापाका साथ अमेरिका घुमघाम गरेर आएकी रेखाले दशैंको लगत्तै हिम्मतवालीको अमेरिकामा पनि रिलिज हुने बताएकी छन् । यता लामो समय प्रेमी नरेन शाहीसँग लिभिङ्ग टुगेदर बनेर ब्रेकअप भएपछि तनाबबाटै स्लीम बनेकी बिन्दास नायिका सुषमा कार्की दशैं अवधिभर विदेशकै कार्यक्रमहरूमा व्यस्त बनेर विदेशतिरै दशैं मनाउने योजना सुनाउँछिन् ।



चलचित्र देउताकी उहिलेकी नायिका सिर्जना बस्नेत हाल सिंगल रहेकी छन् । कुनैबेला चलचित्र निर्माता बिजु रंजितसँग विवाह गरेर फिल्मलाइनबाट लगभग टाढिएकी चालिसको दशककी प्रभावशाली नायिका बस्नेतको जवानी पहिलाभन्दा बलियो भएर देखा परेको छ । पहिलाभन्दा हाल उनी अझ राम्री देखिन थालेकी छन् । उनै नायिका बस्नेतले यो वर्षको दशैं ८० कटेकी आमाको स्याहारमा बिताउने भएकी छन् । आमालाई मन पर्ने परिकार पकाएर खुवाउने तथा छोरासँगै चंगा उडाएर रमाइलो गर्ने योजनामा उनी रहेकी छन् ।

पचास हजारसम्म पर्ने सारी आफ्नो कलेक्सनमा रहेको बताउने नायिका नन्दिता केसीले यो वर्षको दशैंको लागि नै त्यति महंगो सारी किनेको बताएकी छन् । सारी असाध्यै मन पर्ने पहिरन भएकाले महंगो सारी किनेर दशैंलाई रोमाञ्चक बनाउने कोसिसमा आफू रहेको उनले बताइन् ।

केही महिनाअगाडि मात्र थाइल्याण्ड पुगेर आएकी नायिका झरना थापालाई त्यहाँ मौलाएको सेक्स टुरिजमले निक्कै लोभ्याएको छ । बैंककमा व्यवस्थित रूपमा संचालनमा आएको यौन व्यवसाय निक्कै राम्रो भएको टिप्पणी गर्ने थापा यौनलाई दबाउन नहुने राय व्यक्त गर्छिन् । उनी दशैंमा श्रीमान्सँग सकभर विदेशकै सयरमा जाने, त्यो संभव नभए नेपालकै पर्यटकीय शहरमा रमाउने तर्खरमा रहेकी छन् ।

यो वर्ष चलचित्र झोलाको अभिनयले सार्क फिल्म फेस्टिबलमा सर्वोत्कृष्ट नायिका बनेपछि चम्केकी नायिका गरिमा पन्त एनएफडीसी फिल्म अवार्डमा पनि सोही चलचित्रबाट सर्वोत्कृष्ट बनेकी छन् । यसले गर्दा यो वर्षको दशैं आफ्नो लागि रोमान्चक नै हुने बताएकी छन् । खुसी तथा बहारको वर्ष भएकोले गृहनगर तनहुँ गएर दशैं मनाउने तयारी लगभग पूरा भएको पनि उनले बताएकी छन् ।

भारतीय मोडल एवम् कलाकार सिमरन मुखर्जीले अघिल्लो वर्षमा जस्तै यो वर्ष पनि दशैं नेपालमा नै मनाउने भएकी छन् । जन्मस्थान कोलकातामा गएर दशैं मनाउन त्यति मज्जा नहुने बरू, नेपालकै दशैं रमाइलो हुने भएकोले यतै मनाउने तयारी उनले गरेकी छन् । दशैंमा बढी मात्रामा घुमघाम गरेर मनाउने योजनामा उनी रहेकी छन् । तीन नेपाली चलचित्र शिखर, कैदी तथा आवारामा हिरो भएपछि एकाएक बेलायतको मेनचेस्टर पुगेका नायक विज्ञान जोशी तेह्र वर्षपछि दशैं मनाउन नेपाल फर्केका छन् ।

दशैं मनाउन नेपाल आएका विज्ञानले चलचित्र तथास्तु खेल्न भ्याएका छन् । यो चलचित्रमा नायिका रेखा थापाको हिरो भएर अभिनय गरेका उनी दशैंको लगत्तै मेनचेस्टर फर्कने भएका छन् । त्यहाँ रियल स्टेटको बिजनेश गरिरहेका उनले धेरै वर्षपछि नेपालमा रहेका परिवारसँग दशैं मनाएर रमाइलो गर्ने मूड बनाएका छन् । त्यसका लागि नेपालमा रहेका परिवार तथा साथीभाइले उनलाई साथ दिने भएका छन् ।

तीन छोराछोरी र पत्नीलाई मेनचेस्टरमा नै रहेकोले नेपालको दशैंमा उनीहरु मिस हुने भएकोले अलि नरमाइलो लागे पनि अर्को वर्ष सपरिवार नेपालमा आएर दशैं मनाउने अठोट उनले गरेका छन् ।

पचपन्न कटेपछि यो वर्ष विवाह गरेका नायक राजेश हमाल यो वर्षको दशैंमा ससुराली जाने मूडमा रहेका छन् । प्रत्येक वर्षको दशैंमा विदेश जाने हमाल यो वर्षचाहिं ससुराली विराटनगर विवाहको पहिलो वर्षको टीका लगाउन पत्नी मधु भट्टराईसँग जाने भएका छन् । हमालले जस्तै उमेर घर्किसकेपछि विवाह गरेकी अभिनेत्री मिथिला शर्मा पनि श्रीमान् मोतिलाल बोहरासँग दाम्पत्य जीवनको पहिलो दशैं मनाउँदै छिन् । विवाहको पहिलो दशैं भएकोले पनि छुट्टै किसिमको रोमाञ्चकता महसुस भइरहेको उनले प्रतिक्रिया दिएकी छन् ।

आमाका लागि नै अमेरिका छाडेर नेपाल आएकी अभिनेत्री गौरी मल्ल दशैंमा आमासँगै बिताउने भएकी छन् । ११ वर्षपछि अमेरिकाबाटै सदाका लागि नेपाल आएका कवि एवम् गीतकार तथा चलचित्र निर्माता-निर्देशक गगन बिरहीले पनि यो वर्षको दशैं निक्कै रमाइलो गरेर विताउने पक्षमा रहेको बताए ।

यो दशैं अवधिभर प्रकृति र महिला विषयक कला तयार पारेर एकल चित्रकला प्रदर्शनी गर्ने तयारीमा नवोदित कलाकार अनिशा महर्जन रहेकी छन् । ललितपुरको सौगलस्थित योङ पिकासो कम्युनिटी कला स्कुलमा व्यस्त कलाकार अनिशा नग्न शरीरमा नै कला बढी हुने गरेको दाबी गर्छिन् । हुन त कलामा पुरूषको शरीरलाई प्रायः कलाकारले प्रयोग गरेको त्यति पाइँदैन । महिलाका शरीरलाई नै प्रयोग गर्न कलाकारहरूले रूचाएको पाइएको छ । जुन प्राकृतिक कुरा हो ।

रेडिमेडको जमाना

दशैंका लागि रेडिमेड कपडाको तयारी गर्दैमा काठमाडौंको डल्लुस्थित बिएसएस रेडिमेड उद्योगमा भ्याइनभ्याइ भएको छ । दशैं भन्नु नै खानु-पिउनुको अलावा नयाँ कपडा लगाउनु नै भएकोले रेडिमेड कपडाको माग बढी हुने गरेको छ । यसले गर्दा मिसन दशैंको लागि बैशाखबाटै काम हुने गरेको रहस्य उक्त उद्योगका प्रबन्ध निर्देशक विष्णुकुमार श्रेष्ठले बताएका छन् ।

हजारौंहजार पिस रेडिमेड पहिरनको खपत मार्केटमा हुने गरेकोले रेडिमेड उद्योगको लागि दशैं निक्कै फलिफाप हुने गरेको श्रेष्ठको भनाइ छ । दशैंका लागि कालिगरदेखि व्यवसायी सबै यस अवधिमा अत्यन्त व्यस्त हुने गरेको यथार्थसमेत उनले बताए ।

दशैंलाई नै लक्ष्यित गरेर रन्जना ट्रेड सेन्टरमा वेयर जिन्स सेन्टर खोलेका बाह्रबिसेकी कल्पना श्रेष्ठले जिन्स वेयर किनेर दशैं मनाउनेहरूको भीड नै पाएको बताएकी छन् । भारतीय कुर्थासलबारको सोल सेलर जमलस्थित एक्स्ट्रा कलेक्सनले पनि दशैंका लागि भनेर नै दर्जनौं मोडल तथा डिजाइनका भारतीय कुर्था-सलबारको कलेक्सन नै ल्याएको छ ।

पोहोर-परारको तुलनामा त्यति धेरै व्यापार नभए पनि ठीकै भइरहेको उक्त कलेक्सनकी प्रोपाइटर लक्ष्मीशोभा श्रेष्ठले बताएकी छन् । दशैंको लागि नयाँ मोडल तथा डिजाइनका कपडा तथा जुत्ताको खरीदका लागि फुटपाथका पसलदेखि डिपार्टमेन्टल स्टोर तथा मलमा पनि त्यतिकै क्रेताहरूको भीडभाड देखिने गरेको छ । तर, काठमाडौंका सर्टिङ-सुटिङ स्टोरमा भने दशैंले खासै छुने गरेको छैन । काठमाडौं बाहिरका कतिपय सर्टिङ-सुटिङ स्टोर दशैंमा व्यस्त बने पनि काठमाडौंमा खासै व्यस्त नहुने श्रीनाथ कलेक्सनका सिइओ एवम् नेपाल कपडा तथा सिलाई व्यवसायी संघका अध्यक्ष रमानाथ श्रेष्ठले स्पष्ट पारेका छन् ।

सर्टिङ-सुटिङ स्टोरमा दशैं भनेको नै विवाह-व्रतबन्धको लगनको महिना हो । लगनका महिनामा बढी भीडभाड हुने र दशैंमा खासै माग नहुने भएकोले सर्टिङ-सुटिङ स्टोरलाई दशैंले छुने नगरेको श्रेष्ठले जानकारी दिएका छन् । श्रेष्ठको भनाइमा सहमति जनाउँदै रोयल कलेक्सन बागबजारका प्रोप्राइटर निरज तुलाधारले सुट सिलाउन कसैले पनि दशैं नकुर्ने र लगनको बेला नै सिलाउने धेरै हुने गरेको बताउँछन् ।

एसटी सर्टिङ-सुटिङ तथा टेलरिङ सेन्टरका प्रोप्राइटर समुन्द्र तन्डुकार त पहिला-पहिला दशैंमा सुट सिलाउन आउनेहरूको यदाकदा भीड हुने भए पनि केही वर्षयता नभएको र दशैंमा रेडिमेड कपडा स्टोरमा जस्तो सर्टिङ-सुटिङ स्टोरमा खासै व्यापार नहुनुको पछाडि दशैंमा पहिलाजस्तो सिलाएर नलगाई रेडिमेड लाउने फेसन बढी आएकोले त्यसो भएको उनी बताउँछन् । सर्टिङ-सुटिङ स्टोरको दशैं त लग्नको महिना नै हो भनेर तन्डुकारले पनि दोहोऱ्याए ।

डिस्काउन्ट अफर

दशैंको अवसर पारेर प्रायः ठूला तथा साना पसलदेखि मल तथा डिपार्टमेन्टल स्टोरहरूले विभिन्न छुट एवम् डिस्काउन्ट अफर प्याकेज ल्याउने गरेका छन् । यो वर्षको दशैंमा पनि काठमाडौं र काठमाडौं बाहिरका प्रमुख शहरहरूमा यसप्रकारका प्याकेज प्रोग्राम तथा अफरहरु राखिएको छ, जसले गर्दा सामान्य पसलहरूमा भन्दा ठूला मल तथा स्टोरहरूमा उपभोक्ताहरूको बढी नै भीड लाग्ने गरेको छ ।

विशेषतः काठमाडौंमा विभिन्न स्थानमा खोलिएको भाटभटेनी सुपर स्टोरको व्यापारमा निक्कै नै वृद्धि भएको व्यापारीहरूकै ठहर रहेको छ । कलंकीमा भाटभटेनी सुपर स्टोर भदौ २१ गते उद्घाटन मात्र हुँदा पनि उक्त दिन हजारौं उपभोक्ताहरूको भीड लागेको थियो । भाटभटेनीप्रति उपभोक्ताको विश्वास बढेर नै त्यसरी व्यापार बढेको हुनुपर्ने टेकुका व्यापारी सुन्दर थापाको ठहर छ । नुनदेखि सुनसम्म पाइने भाटभटेनीमा दशैंको बेला न्यूनतम ३ देखि अधिकतम १० प्रतिशत विभिन्न उपभोग्य सामानमा छुट अफर राखिएको बताइएको छ ।

मोडल सन्ध्या पौडेल र फाजु श्रेष्ठ ।

तस्बीर : शरद महर्जन

ललितपुरको पुलचोकस्थित नमस्ते सुपर मार्केटका प्रबन्ध-निर्देशक रज्जु श्रेष्ठले दशैंको अवसरमा जुत्ता र ब्यागको बेग्लै डिपार्ट थपिएको बताएका छन् । यस अवसरमा ५ देखि १० प्रतिशतसम्मको डिस्काउन्ट अफर राखिएको पनि प्रबन्ध-निर्देशक श्रेष्ठले भनेका छन् । टेकुस्थित गुरूजु डिपार्टमेन्ट स्टोरमा कोल्ड ड्रिंक्स र हार्ड ड्रिंक्समा एमआरपीको आधारमा बढीमा १० प्रतिशतसम्म डिस्काउन्ट अफर राखिएको छ । कुनै कुनै प्रडक्टमा 'टू गेटमा वान फ्रि अफर' रहेको समेत उक्त गुरूजु स्टोरका प्रबन्ध-निर्देशक न्हूच्छेरत्न बज्राचार्यले बताएका छन् । अघिल्लो वर्ष जस्तै यो वर्ष पनि कोल्ड ड्रिंक्स दुई बोतल खरीदमा एउटा वाइन गिलास गिफ्ट दिने योजना ल्याएको जानकारी पनि प्रवन्ध-निर्देशक बज्राचार्यले दिएका छन् ।

महाराजगंजको स्वागत मार्ट डिपार्टमेन्टल स्टोरका प्रबन्ध संचालक सुदर्शन चौलागाई डिपार्टमेन्ट स्टोरको बिजनेशमा हाल अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा बढेको बताउँछन् । यसले गर्दा आफ्नो स्टोरमा दशैं-तिहारमा पनि अरूबेला जस्तो सामान्य डिस्काउन्ट बाहेक अरू योजना नराखेको उनले बताए । पाटनको स्वागत प्रोभिजनल स्टोरका प्रोप्राइटर किरण मास्के होलसेलरहरूसँग व्यापक प्रतिस्पर्धा बढेकोले व्यापार गर्न नै गाह्रो भएकोले उनीहरूले जस्तो व्यापक डिस्काउन्ट दिने नसकेकोले दशैंमा स्टोर नै बन्द गरेर प्याकेज प्रोग्राममा बाहिर घुम्न जान लागेको स्पष्ट पारे ।

अर्कोतर्फ स्यानिटरी प्रडक्टहरूमा भने विभिन्न हार्डवेयर पसलहरूले उपभोक्ताहरूको खरीद एमआरपीलाई हेरेर ३५ देखि ५५ प्रतिशतसम्म डिस्काउन्ट अफर ल्याइएको जानकारी नेपाल निर्माण सामग्री व्यापार संघ क्षेत्र नंबर ६ इकाई अध्यक्ष श्यामसुन्दर श्रेष्ठले दिएका छन् । ओरेन्ट वाटर पम्प र ओरेन्ट पिभिसी पाइपको आधिकारिक विक्रेता श्रीफाजु इम्पेक्सले दशैं तथा तिहारका अवसरमा ३५ देखि ५५ प्रतिशतसम्म डिस्काउन्ट अफर राखिएको उक्त इम्पेक्सका प्रबन्धक विजय श्रेष्ठले बताए । प्रबन्धक श्रेष्ठले रक्षा सिपिभिसी पाइपमा ५० प्रतिशत छुट राखिएको पनि भनेका छन् ।

दशैं-तिहारलाई लक्षित गरेर विभिन्न टेलिभिजन तथा मोबाइल प्रडक्ट कम्पनीहरूले पनि विभिन्न छुट अफर ल्याइएको पाइएको छ । त्यस अफरबाट बढीभन्दा बढी लाभ लिन उपभोक्ताहरूको हानथाप नै हुने गरेको न्युरोडस्थित ताम्राकार मोबाइल हाउसका शरण जोशीले बताएका छन् । यस्ता डिस्काउन्ट अफरले गर्दा अरू बेलाभन्दा दशैं तथा तिहारको बेलामा टेलिभिजन तथा मोबाइलको विक्रीमा तीन गुणा बढ्ने तथ्यलाई लमजुङ बेसीशहरस्थित श्रेष्ठ सुपर वाच सेन्टरका प्रोप्राइटर नन्दलाल श्रेष्ठले स्वीकारेका छन् । दशैं-तिहारमा अरू बेलाभन्दा उपभोक्ताको क्रय शक्ति पनि वृद्धि हुने भएकोले ग्याजेट-लक्जरी सामानहरूको बिक्री राम्रो हुने प्रोप्राइटर श्रेष्ठ बताउँछन् ।

■ श्याम स्मृत

यसरी बनाऔं मासु स्वस्थकर

■ **नूरराज कँडेल (नवराज)**

नेपाली मात्रको महान पर्व दशैंमा विशेष गरेर खानेकुरामा मासु नै बढी खाने गरिन्छ । मासुको मात्रा धेरै प्रयोग हुने भएकोले यस पर्वमा मासुजन्य तथा दुग्धजन्य पदार्थहरूलाई भान्सामा सुरक्षित राखिनु अत्यन्त जरूरी छ । दशैंमा ४/५ दिनलाई पुग्ने मासुको बन्दोवस्त एकै पटक गर्ने हुनाले पनि भान्साको सरसफाइमा विशेष ध्यान दिनु पर्दछ । भान्सामा झिंगा, साङ्ला, छुचुन्द्रा, मुसा तथा अन्य कीराहरूको उपस्थिति हुनु हुँदैन । यस्ता कीराहरु किटाणु ओसार पसार गर्ने स्रोत बन्दछन् र खानालाइ छिटै बिगार्ने गर्दछ । त्यसैले भान्साको सतह सफा चिल्लो, प्रयोग गरिने औजारहरु साबुन पानीले धोइएको हुन पर्दछ । काँचो तथा पकाइएको खाना अलग-अलग राख्नु पर्दछ ।

काँचो खानाले तयारी खाना बिग्रन नदिन फ्रिजमा राख्दा माथिपट्टिबाट वा काँचो खाना सकभर अलग्गै, त्यो सम्भव नभए तल्लो सतहमा राख्नु पर्दछ । ८/१० घण्टाभन्दा बढी समय सामान्य तापक्रममा राख्नु पर्ने मासुजन्य परिकारमा बढी मसला प्रयोग नगरी पानी नराखी हल्का नुन छर्केर तेलमा भुटेर केही हदसम्म खानाको लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । दशैंको समयमा एकै पटकमा वा ३/४ दिनको समयमा धेरै दुग्धजन्य, मासुजन्य पदार्थ उपभोग गरिने हुनाले कम चिल्लोयुक्त, बोसो रहित खाद्य तयार गर्न आवश्यक छ । अझ मांसाहारीले छाला फ्याकेर, उसिनेर, बोसो निकालेर नुन कम राखी सेवन गरेमा शरीरलाई हानि गर्दैन । मासु, सेल रोटी, चिउरा लगायतका बढी बोसोयुक्त चिल्लो र कडा प्रकारका खानाको मिश्रण शरीरलाई पाच्य हुँदैन ।

हड्डी सुपको मज्जा

हड्डीलाई पकाएर छानेर सुपको रूपमा खान सकिन्छ । जसमा घरायसी मसला वा जीरा, धनिया, अदुवा, प्याज, मरिच थोरै थोरै मात्रामा प्रयोग गर्न सकिन्छ । स्वादको नाममा बजारमा कृत्रिम स्वाद दिने कुनै पनि मसलाको प्रयोग नगर्दा राम्रो हुन्छ । फल मासुलाई पोलेर सेकाएर वा सीधै काँचै खाइने प्रचलन पनि बढी छ । जुन सबै गलत हो । यस कार्यले स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पर्ने गर्दछ । भुलेर पनि यस्तो कार्य गर्नु हुँदैन । सकभर उम्लिएको पानीमा हल्का बेसार र नुन हालेर दश मिनेट उमाल्ने अनि हल्का कागतीको रस र जीराको धुलोमा खान सकिन्छ ।

मासुको करी

मासुको तरकारी वा करी बनाउँदा कसैको देखासिकी नगरी शुद्ध घरेलु मसला प्रयोग गरी प्राकृतिक स्वादमा पकाउनु बेस हुन्छ । अझ दशैंको विशेष चार दिनमा चारै थरीका फरक मासुजन्य परिकार खान सकिन्छ । जसमा एकदिन माछा, अर्को दिन कुखुरा, हाँस अनि खसी-बोका, रांगा-कुखुरा, बंगुर-सुंगुर आदिका मासुलाई इच्छा अनुसारको परिकार बनाएर खान सकिन्छ ।

सलादको प्रयोग

महत्वपुर्ण कुरा के छ भने चाडपर्वमा खाइने खानाहरु उच्च-प्रोटिन र कार्वोहाइडेड युक्त हुन्छन् जसले पेटमा कब्जियत गराइ शरीरमा भारीपन ल्याउँछ । यसलाई सामान्यीकरण गर्नलाई सलाद तथा फलफूल खानु पर्दछ । सलादमा सफा गरिएको काँचो गाजर, मुला-बन्दा, सलादपत्ता, काँक्रोको बढी प्रयोग गर्नु पर्दछ । फलफूलमा मेवा, अम्बा, स्याउ आदिको उच्च महत्व छ । यसको प्रयोगले पेटलाई सफा गरेर शरीरलाई चुस्त राख्ने कार्य गर्दछ । जसबाट हाम्रो शरीर पनि स्वच्छ रहन्छ । दशैं पर्व मनाउनुको मज्जा पनि बेग्लै हुनेछ ।

ककटेलको रमाइलो

मोडल सिमरन मुखर्जी र नवराज कँडेल ।

तस्वीर : शरद महर्जन

अल्कोहलमा विभिन्न फ्रुट जुसहरु मिसाएर खाइने पेय पदार्थलाई ककटेल भन्ने गरिएको छ । दशैंमा निट अल्कोहल खाएर झुल्लिनु भन्दा हल्का ककटेल खाएर रम्नुको मज्जा बेग्लै हुने गर्दछ । ककटेललाई महिला-पुरूष दुवैले रूचाउने गरेकोले दशैंको पाहुना सत्कारमा ककटेल सर्भ गर्दा पाहुना पनि मक्ख पर्ने गर्दछन् । यसो हुनुमा ककटेलमा प्रयोग हुने विभिन्न फ्रुटको स्वादमा हल्का अल्कोहलको मात्राले शरीरलाई हानि नगर्ने भएकोले अरू बेलामा जस्तै दशैंमा पनि ककटेल बनाउने तथा खाने प्रचलन पनि बढ्न थालेको छ ।

(लेखक फूड एण्ड वेभरेज विज्ञ हुन्)

दशैं धूमधाम कि घूमघाम ?

मीठो खाने, राम्रो लगाउने र पारिवारिक जम्मघट गर्ने अवसरका रूपमा मनाइने दशैंलाई धुमधामले मनाउन यतिबेला धरान लगायत आसपासका गाउँसहरमा सबै क्षमता अनुसारको तयारीमा जुटेका छन् ।

दशैं साच्चै खुसी नै खुसी लिएर आउने पर्व हो । आफन्तलाई भेट्ने, सबैजना वरिपरिबसी मुखामुख गर्दै मीठा परिकारहरु खाने र मस्तले गफिने । नेपाली मात्रको महान पर्व दशैंमा ठूलावडाबाट टीका, जमरा, आर्शिवाद र मीठो खानपिनका साथ धुमधाम गर्ने साझा पर्व हो दशैं । चाड भनेको परिवार भेला भई गरिने रमाइलो पर्व हो । रमाइलो गर्नुको अर्थ दशैंमा खसी, बोका, हास, कुखुरा,र सुगुर आदिलाई बलि चढाइ हिंस्रक वातावारण बनाई दशैंमा रमाइलो गर्ने चलन छ हाम्रो समाजमा । तर हामीले दशै मनाउदा विनाबलि पनि रमाइलो गर्न सक्छौं । हामी दशैंमा मीठा मीठा परिकारमा मात्र धुमधाम गर्ने भन्दा पनि घुमघाममा विशेष जोड दिन सक्यो भने शरीर स्वस्थ रहनुकासाथै दिमाग पनि सिर्जनशील हुन्छ । दशैंमा घूमघामका लागि रमाइलो र सुन्दर गन्तव्यहरूको छनोट गरी परिवारका साथ निस्कने हो भने पूर्वका सुन्दर स्थानहरु धेरै छन । पूर्वको सुन्दर गन्तव्य भेडेटार, इलामको माइपोखरी, धनकुटास्थित गुफापोखरी, नमस्ते झरना आदि छन । बाह्रै महिना चिसो हावा चलिरहने भेडेटारलाई पर्यटकीय स्थलको रूपमा लिइन्छ । धरानको निसुम्मा ब्युटीपार्लरकी सञ्चालिका विष्णु लिम्बुलाई दशैंमा टीका जमरा लगाएको मनपर्छ । तर दशैंमा टीका नलगाएको धेरै वर्ष बितिसकेकोले यसपालि दशैंमा मीठा मीठा खानाको परिकार बनाएर परिवारसँगै बसेर खाने योजना रहेको उनी बताउँछिन् । उनी भन्छिन्- 'यसपालि दशैंमा कतै घुम्न जाने सोच बनाएकी छु । तर कहाँ जाने भन्ने कुराको छनोट गर्न बाँकी छ ।'

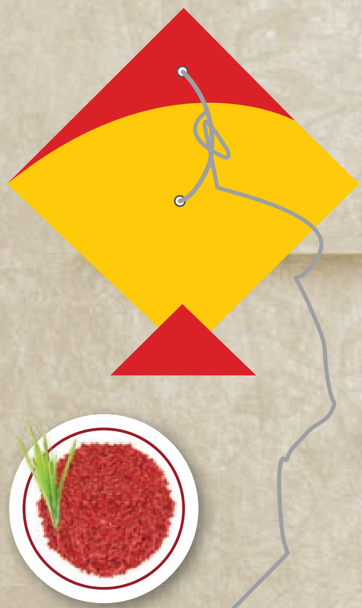
चाडपर्व मनाउनेको बेग्ला बेग्लै ससार छ । दशैंमा महिलाहरु परिकार बनाउँदै, पुरूषहरु साथी अथवा अन्त जम्मा हुँदै जाँड, रक्सी चुरोट, तास अनि मासु खाँदै मस्तले गफिने गर्छन् । अर्कोतिर टिनएजर छोराछोरीहरुको बेग्लै संसार छ । को कहाँ जान्छ कसैलाई अत्तोपत्तो हुँदैन । दशैं नजिकिदै गर्दा धरान, इटहरी, विराटनगर बिर्तामोड र दमक लगायतका सहरका पसलहरूमा लुगा किन्नेको भिडभाड देखिन्छ भने पर्वकै अवसरमा कार्यक्रम आयोजना गर्नेमा विभिन्न क्लबदेखि विभिन्न सस्थाहरु लागिपरेको देखिन्छ ।

■ **सोहन श्रेष्ठ**

दशैंमा रातो र सेतो टीका किन ?

नेपालमा दशैं, विवाह र शुभकार्य गर्दा रातो र सेतो टीका लगाउनेहरु छन् । सेतो टीका लगाउने पक्षलाई एक थरीले राज्यसत्ताको विरोध र आफ्ना पुर्खा मारिएको शोक गर्दै सेतो टीका लगाएको तर्क गरेका छन् भने यही जातिले आफ्नो बिहे र केही शुभकार्यमा सेतो टीका लगाउने प्रचलन गर्दै आइरहेको पाइन्छ । अझ भन्ने हो भने सेतो टीका लगाउनेहरूले त निधारभरि टीका लगाएका हुन्छन् । धेरै पहिलादेखि सेतो टीका लगाउनेहरूले दशैं बहिष्कारसम्म गरेका छन् । धरानकी ब्युटिसियन विष्णु लिम्बुले दशैंमा टीका नलगाएको धेरै वर्ष भयो । उनी भन्छिन्- 'उहिले हाम्रो बाजे बजुको पालादेखि नै टीका नलगाउने चलन भएकोले नलगाएको हो, लगाए पनि सेतो टीका लगाउँछौं ।'

अहिले पनि समाजमा कतिपयले दशैंमा टीका लगाउँदैनन् । अब हामी दशैं मान्दैनौं भन्नेहरु पनि छन् । अर्कोथरी रातो टीका लगाउनेहरूले भने राक्षस दानवलाई मारेर हर्सउल्लास गरी मनाएको प्रतीकको रूपमा मान्ने गरेका छन् । उनीहरूले देवीदेवताको पूजाआजा गरी धुमधामले दशैं मान्दै आएका छन् । दशैंलाई जसले जसरी मनाए पनि जुन रङ्को टीका लगाए पनि यसले प्रेम सदभाव, सहिष्णुता र परिवारबीच मेलमिलाप भेटघाट र धुमधामले मनाउँदै सबै पक्षलाई जोड्दै आदर्श समाजको निर्माणको लक्ष्यलाई आत्मसात गर्नुपर्दछ ।



शुभ होस् दशैं

बडादशैं २०७१ का अवसरमा सम्पूर्ण नेपालीमा हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
यस महान् चाडले नेपालीहरूमा भ्रातृत्व र मेलमिलापको भावना अझै बढाओस् भन्ने कामना पनि व्यक्त गर्दछौं ।

सत्कार ज्वेलरी

भगवतीस्थान, ठमेलमार्ग-२९
फोनः ०१-४४१६९१२, ०१-४४१७४२१
मोबाइलः ९८५१०४३२०८
Email: satkarjewellery@gmail.com

बडादशैं २०७१ को शुभकामना

बडादशैं २०७१ का अवसरमा सम्पूर्ण नेपालीमा
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
यस महान् चाडले नेपालीहरूमा
भ्रातृत्व र मेलमिलापको भावना अझै बढाओस् भन्ने
कामना पनि व्यक्त गर्दछौं ।

सुशील जगनानी (अग्रवाल)
अध्यक्ष
गान्धी इन्टरनेशनल मिसन नेपाल परिवार

Subcription
Tel : +977-01-4434475, Mobile : 9818 852676, E-mail : xinhuaktm@gmail.com
xinhuanepal @xinhuanepal

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन

शेषराजको सफलता

विश्वव्यापी मान्यता पाएको अंग्रेजी भाषाको महत्व पछिल्ला दिनमा झनै बढ्दै गएको छ । अंग्रेजी भाषाको ज्ञान यो तहसम्म छ भनेर प्रमाणित गरिदिने मापदण्ड आइएलटिएस, टोफल, स्याट, जिम्याट र सिए हो । यसलाई प्रोफेसनल इंगलिस स्किल पनि भन्ने गरिन्छ । विदेशमा अध्ययनको लागि भिसा प्रक्रियाको लागि यो अत्यन्त आवश्यकीय प्रक्रिया बन्दै गएको छ । विश्वमा अंग्रेजी भाषालाई उच्चकोटिमा राखिने गरेकोले यस प्रक्रियाको महत्व बढेको अर्बिट इन्टरनेशनलका सिईओ शेषराज भट्टराईको बुझाइ छ ।

काठमाडौंको केन्द्र पुतलीसडकस्थित १४ वर्ष पुरानो अर्बिट इन्टरनेशनलमा विगत १ वर्षयता प्रमुख कार्यकारी अधिकृत (सीईओ) पदमा अत्यन्त जिम्मेवार भएर अहोरात्र व्यस्त बनिरहेका भट्टराई अर्बिटमा टोफल, आइएलटिएस लगायतका अन्य भाषा तयारी कक्षामा विद्यार्थीहरूको भीड हुनुको पछाडि अर्बिटको पहिचान तथा विश्वास र उच्चकोटिको पढाइ नै हो भन्छन् । भाषा भनेको विशेषतः अभ्यास नै भएकोले शान्त तथा उपयुक्त वातावरणमा बोल्ने शैली र कला अर्बिटमा भएकोले अरूभन्दा फरक रहेकोले अर्बिट नम्बर एकमा रहेको दाबी पनि भट्टराईको छ ।

काठमाडौंको अलावा अर्बिटलाई पोखरामा पनि विस्तार गरिएको छ । आइएसओ प्रमाणित कर्पोरेट संस्था भएकोले पिएचडी होल्डरदेखि पियन समेत गरेर १ सय जनाको रोजगारीको गन्तव्य पनि अर्बिट बनेको छ । दिनहुँ सयौं विद्यार्थीदेखि विभिन्न वर्ग तथा तह-तप्काका व्यक्ति विशेषलाई परामर्श र भाषा प्रशिक्षण दिने कार्यमा अत्यन्त

इनरुवा, सुनसरीका स्थायी बासिन्दा भए पनि झापाको चन्द्रगढीबाट स्कूल लेभल सकाएर काठमाडौंको त्रिचन्द्र कलेजबाट बीए, जनप्रशासन कलेजबाट एमपीए र कान्तिपुर सिटी कलेजबाट एमएमसिजीको अध्ययन उनले पूरा गरेका छन् । उनी अर्विटमा सिईओको जिम्मेवार कार्यको अलावा केएनके कलेज तथा सिंग्मा कलेजमा आमसञ्चार विषयमा गेष्ट लेक्चरर भएर पढाउन पनि भ्याइरहेका छन् ।

व्यस्त बन्ने कर्पोरेट हाउस अर्विटको सिईओ हुनु आफैमा पनि चुनौती नै हो । त्यो चुनौतीलाई सामना गरेर अगाडि बढेका उनको चाहना अर्विटलाई इन्टरनेशनल युनिभर्सिटी बनाउने रहेको छ ।

केही वर्षअगाडिसम्म टोफलको परीक्षा दिन नेपाली विद्यार्थीहरु भारत तथा चीन पुग्न बाध्य थिए । अब अमेरिकामा अध्ययन गर्न जान भारत तथा चीनका विद्यार्थीहरु नेपाल आउन थालेको जानकारी उनले दिएका छन् । अमेरिका अध्ययनको नेपाल हब बनाउने कार्य अर्विटले यो वर्षबाट सुरू गर्न सफलता प्राप्त गरेकोले भारतीय तथा चिनियाँ विद्यार्थीहरु हप्तामा १० देखि २५ जनासम्म परीक्षा दिन अर्विट आउने गरेको उनी बताउँछन् ।

टोफल परीक्षाको नेपालमा सेन्टर पाउनुको सफलता पनि अर्विटले पाएको छ, जुन सिईओ भट्टराईको अहोरात्र मेहनतको फल पनि हो । इनरूवा, सुनसरीका स्थायी बासिन्दा भए पनि झापाको चन्द्रगढीबाट स्कूल लेभल सकाएर काठमाडौंको त्रिचन्द्र कलेजबाट बीए, जनप्रशासन कलेजबाट एमपीए र कान्तिपुर सिटी कलेजबाट एमएमसिजीको अध्ययन उनले पूरा गरेका छन् । उनी अर्विटमा सिईओको जिम्मेवार कार्यको अलावा केएनके कलेज तथा सिंग्मा कलेजमा आमसञ्चार विषयमा गेष्ट लेक्चरर भएर पढाउन पनि भ्याइरहेका छन् ।

जतिसुकै व्यस्तताका बाबजुद वीकेन्डको शुक्रबार ३ वर्षकी छोरी र पत्नी सवितालाई समय दिन कहिल्यै भुल्दैनन् । विशेषतः वीकेन्डमा सिनेमा हेर्न तथा डिनरमा जान बढी रूचि राख्ने उनले हेरेको पछिल्लो नेपाली चलचित्र श्रीकृष्ण श्रेष्ठ अभिनित अन्तिम चलचित्र कोहिनूर नै हो । आफू पहिला धेरै लेख्ने भए पनि हाल आएर धेरै किताब पढ्ने स्वभावको भएको जानकारी पनि उनले दिए ।

- स्मृत

फेवातालको आँगनैमा वाटरफ्रन्ट होटल

काखैमा फेवाताल । तालमा पौडिरहेका जंगली हाँसहरू । नीलाम्बर आकाशमा चराचुरूंगीजस्तै उडिरहेका रंगीबिरंगी प्याराग्लाइडिङ । एक-एक गर्दै प्याराग्लाइडिङहरू आफूअगाडिकै ठूलो चौरमा ओर्लिरहेको दृश्य देख्दा मनै आनन्दित महसुस हुन्छ । यस्तो दृश्य हेर्न विदेशै जानु पर्दैन । नेपालमै सम्भव छ । मनोरम पोखरामा रहेको फेवातालको आँगनमै बसेर तपाईंले यसको लाभ लिन सक्नुहुनेछ । फेवाताल किनारमा अवस्थित वाटरफ्रन्ट होटलबाट तालको मनोरम दृश्य र चराझैं उडिरहेको प्याराग्लाइडिङ मज्जाले देखिन्छ । वाटरफ्रन्ट होटलमा ६० कोठा, २ वटा कन्फरेन्स हल र ३ रेष्टुरेन्ट रहेका छन् ।

यो वाटरफ्रन्ट होटल सन् २०१३ र २०१४ मा विश्वप्रसिद्ध 'ट्रिप एडभाइजर'को सूचांकअनुसार नेपालको सर्वाधिक लोकप्रिय होटलमा सूचीकृत भएको छ । यस ४ तारे होटलमा पिउने तथा नुहाउने पानी फिल्टरेशन गरिएको हुन्छ भने होटलबाट निस्केका फोहोर पानी प्रशोधन गर्न UN Habitat अन्तर्गत अत्याधुनिक DIWAT वैज्ञानिक प्रक्रिया अपनाइएको छ ।

KGH Hotels Group का संस्थापक अध्यक्ष कर्ण शाक्यका अनुसार यस समूहले तालको मनोरम दृश्यावलोकन गर्न Waterfront Resort होटलको साथै सन् २०१५ सम्ममा पोखरा एयरपोर्टबाट मात्र ७ किलोमिटर टाढा साराङकोट जाने बाटोमा सम्पूर्ण हिमाल IMAX जस्तै छ्याङ्गै देखिने अत्याधुनिक ४८ कोठे Himalayanfront Hotel सञ्चालन गर्दै छ ।

होटलका प्रमोशन र मार्केटिङ म्यानेजर निशान नकर्मीका अनुसार यस होटलमा बर्सेनि २५ प्रतिशत आन्तरिक पर्यटक, २५ प्रतिशत चिनियाँ र भारतीय मूलका पर्यटकहरु र ५० प्रतिशत युरोपियन मूलका पर्यटकहरु आउने गर्छन् । होटलका रेसिडेन्ट म्यानेजर सन्तोष कार्कीका अनुसार यस होटलमा बस्न आउने पर्यटकहरूलाई पोखराको मनोरम दृश्यावलोकन गराउन प्याराग्लाइडिङ, बोटिङ, हर्स राइडिङ र ट्रेकिङसमेतको लागि आफ्नै छुट्टै व्यवस्था गरिएको छ । साथै, विभिन्न राष्ट्रिय एवम् अन्तर्राष्ट्रियस्तरको सभा सम्मेलनको लागि अत्याधुनिक कन्फरेन्स हलहरूको व्यवस्था गरिएको छ । 'गत साल मात्र हामीले झण्डै सात वटा ठूल्ठूला सम्मेलनहरु आयोजना गरिसकेका छौं,' सन्तोष कार्की भन्छन् ।

खानासँगै परम्परागत कला-संस्कृति

लोप हुन लागेको नेपाली परम्परागत कला तथा संस्कृतिलाई खानासँगै पस्कने कार्य अवश्य पनि चानचुने होइन । यिनै नेपाली मौलिक कला तथा संस्कृतिलाई काठमाडौंमा खानासँगै पस्कने कार्य जमल सेतोदरबारस्थित काठमाडौं किचेन प्रा.लि.बाटै पहिलोपल्ट भएको दाबी यसका सञ्चालकको छ ।

आजभन्दा २२ वर्षअघि सन् १९९२ मा स्थापना भएको काठमाडौं किचेनमा खानासँगै कला तथा संस्कृति पस्कने कार्य भएको दाबी उक्त किचेनका मेनेजर हीरा गुरूङले गरेका छन् । नेपाली परम्परागत खानासँगै परम्परागत कुमारी, धीमे नृत्य, तामाङ सेलो, डाँफे नाच तथा झाँक्री नाच कलाकारहरूले पस्कने गरेका छन् ।

हट नेपालको टीम पनि रोजाइको रेष्टुरेन्टको खोजीमा सेप्टेम्बर १ मा काठमाडौं किचेन पुगेको थियो । नेपाली कलाले भरिएको गेटबाट प्रवेश गर्नासाथ टीका लगाइदिएर गेष्टहरूलाई सत्कार गर्ने विशुद्ध नेपाली

तस्वीर : शरद महर्जन

परम्पराबाट विदेशीहरू बढी आकर्षित हुने गरेका छन् । पहिलो तल्लामा प्रवेश गर्नासाथ नै नेपाली परम्परागत मण्डला थान्का चित्रकलाको अलावा हस्तकलाले स्वागत गर्दा कला संग्रहालय पुगेको अनुभूति दिने गरेको छ ।

सोही अनुरूपको नेपाली परम्परागत चुल्होलाई कलात्मक ढंगले प्रस्तुत गर्ने कार्य पनि भएको पाइएको छ । नेपाली परम्परागत करूवाबाट काँसको गिलासमा पानी राख्ने शैलीदेखि खानाअघि नेपालीहरूले गर्ने अतिथि सत्कारमा प्रदान गर्ने कौलाले सबैको जिब्रोलाई लोभ्याउने गरेको छ । त्यसपछि नेपाली भोजन दिने काठमाडौं किचनमा एकजोडी जाँदा पर्समा १ हजारदेखि २ हजार २५ सयसम्म बोके पुग्छ ।

खानासँगै परम्परागत कला पस्कने क्रममा झाँक्री नाचमा झाँक्री बनेका कलाकारले आगो निल्ने र निभाउने दृश्य जोखिमपूर्वक गर्ने भएबाट स्वदेशी तथा विदेशी गेष्टहरूले अनौठो मानेर हेर्ने गरेको पाइन्छ । उक्त किचेनमा नेपाली परम्परागत कलालाई पस्कने कार्य ख्यातिप्राप्त कलाकार चम्सुरी अर्थात् पल्पसा डंगोलको टीमले गर्ने गरेको छ । चम्सुरी पल्पसाले लोप हुन लागेको नेपाली कला र संस्कृतिलाई पस्कने कार्यमा काठमाडौं किचन प्रा.लि.लाई आफ्नो टीमको साथ रहेको बताएकी छन् ।

Model: Reshna Maharjan and Rashmi Shrestha
Photography : Sharad Maharjan
Hair & Make up: Ganga Shrestha
Price: ①Nrs. 4,150 ②Nrs. 5,575 ③Nrs. 3,575 ④Nrs.4,875

③
④
X-TRA Collection
Jamal, Kathmandu, Tel: 4238425
Design: Laxmi Shova Shrestha

एअर ब्रस मेकअपको नयाँ रहस्य

• **रमिता श्रेष्ठ**, ब्युटी एक्सपर्ट

आजभोलि ओल्ड टाइपको मेकअप प्रविधिभन्दा बिल्कुलै नयाँ प्रविधिको एअर ब्रस मेकअपले विस्तारै स्थान लिन थालेको छ । ठूला-ठूला मेकअप स्टुडियो तथा ब्युटीपार्लर सैलुनहरूमा यस एअर ब्रस मेकअप प्रविधिको प्रयोग भइसकेको छ ।

हावाको सहयोगबाट कम्प्रेस्ड एअरले मेकअप स्प्रे गरेर तुरुन्ता-तुरुन्तै एकभन्दा बढीलाई मेकअप गर्न यो प्रविधिको प्रयोग गरिने गरिएको छ । टेक्निक पनि यो मेकअपले लुकाइदिने कार्य गर्दछ । स्किनलाई हलुका पार्ने पनि गर्दछ । यो मेकअप गरेर वर्षादमा यदि कहीं कतै जानुपरे पनि पानीले मेकअप बिग्रिएला भनेर चिन्ता गर्नुपर्दैन । पानीले यो मेकअप पुछिँदैन ।

वाटरप्रुफ मेकअप भएकोले कुनै प्रकारको समस्या पर्दैन । दिन तथा रात जुनसुकै समयको लागि उपयुक्त मानिएको यो मेकअप जुनसुकै स्किनको लागि समेत राम्रो मानिएको छ । अर्कोतर्फ

डिजिटल फोटोग्राफी लगायत हाइ-डेफिनेशन लुक जस्तो टेलिसिरियल तथा फिल्म र ब्राइडल मेकअपको लागि यस प्रविधि बढी उपयुक्त मानिएको छ । यो मेकअपले क्यामेराको अगाडि धेरै राम्रो र नेचुरल लुक्स दिने गर्दछ । जसले गर्दा एअर ब्रस मेकअप गर्ने सेलिब्रेटीले त्यसपछि अरू मेकअप गर्न नै रूचाउँदैनन् ।

चाउरी, चाँया तथा डण्डिफोर अनुहारमा भए जुनसुकै उमेर समूहले प्रयोग गर्दा पनि हुन्छ ।

यस मेकअप प्रविधिबाट टाटु आर्ट तथा नेल आर्ट पनि गर्न सकिन्छ । वाटर बेस, पोलिमर वाटर बेस, अल्कोहल बेस तथा सिलिकोन बेस चार प्रविधिबाट यस मेकअप बढी गरिन्छ । जसले स्किनलाई सफ्ट बनाउनुको अलावा अझ बढी सुन्दर बनाउन मद्दत गर्ने गर्दछ ।

स्किनलाई सुन्दर बनाउने कस्मेटिक

• नीम तथा तुल्सीको फेस वास

यो एउटा नन्-एलर्जिक फेस वास हो। यसले स्किनमा भएका चाँया र डण्डिफोरहरूलाई हटाउने कार्य गर्दछ ।

• अलोबेरा फेस वास

यसले स्किनलाई सफा तथा नरम बनाउनुको अलावा स्किनमा चमक ल्याउने कार्य गर्दछ ।

• पाइनापल फेस वास

यसले स्किनमा भएका अनावश्यक दाग हटाउन मद्दत गर्ने गर्दछ ।

• स्कीन टोनर

यो नन-एलर्जिक प्रडक्टको अलावा सनस्क्रिन भएकोले स्किनमा चमक ल्याउने कार्य गर्दछ । सबै किसिमका स्किनका लागि अत्यन्त उपयुक्त मानिएको छ ।

• मोस्चराइजर लोसन

यसले स्किनलाई नरम बनाउँछ । साथमा घामले पनि बचाउने गर्दछ । सुख्खा स्किनको लागि यो अति उपयोगी मानिन्छ ।

• ग्लो टोन आयल

सले स्किनलाई इन्सटाइन्ट ग्लो दिने गर्दछ । यसको विशेषतः वाटरप्रुफ मेकअपको लागि बढी प्रयोग गर्ने गरिन्छ ।

• एरोमा क्लिनिङ मिल्क

यसले स्किनमा भएका फोहरहरूलाई डीप क्लिनिङ गरेर सफा गर्ने कार्य गर्दछ ।

• सीएच प्याक

यसले स्किनमा भएका पोरेसहरूलाई क्लोजिङ गर्ने कार्य गर्दछ । साथै स्किनलाई टाइटनेस तथा व्हाइटनिङ् बनाउने कार्य गर्दछ ।

• हेअर सफि्टङ क्रिम

यसले स्किनमा भएका अनावश्यक रौंहरूलाई हटाउने कार्य गर्दछ ।

• कम्लेक्सन क्रिम

यसले स्किनमा भएका चायाँहरूलाई हटाउने कार्य गर्दछ । यसको प्रयोग घाममा गर्नु हुँदैन ।

• फेअरनेस लोसन

यसले स्किनलाई गोरो बनाउनुको अलावा ग्लो र घामबाट बचाउने कार्य गर्दछ ।

• सि सल्ट

एन्टी एलर्जी, इन्फेक्सनबाट बच्न तथा स्किनलाई नरम बनाउन यसको प्रयोग गर्ने गरिन्छ । यसको प्रयोग विशेष गरेर स्किनमा मेनिक्योर तथा पेडिक्योर गर्दा पनि गर्न सकिन्छ ।

चाडपर्वमा क्यामेराको आकर्षण

दशैं-तिहार जस्तो महत्वपूर्ण पर्वहरूको सम्झना हरेक मान्छेको जिन्दगीका लागि अपूर्व नै हुने गर्दछ । समयको नयाँ प्रविधि अनुसार यस्ता महत्वपूर्ण पलहरूलाई हरदम आफूसँगै समेटिएर राख्नका लागि फोटो खिच्ने प्रचलन पहिलादेखि हुँदै आएको छ । यस प्रचलनमा हाल बजारमा आएका नयाँ प्रविधियुक्त क्यामेराले ती पल तथा सम्झनालाई जीवन्त पार्ने गर्दछ । काठमाडौं न्यूरोडस्थित क्यामेरा सेन्टरका दीपक खड्काको भनाइमा बजारमा विभिन्न ब्रान्डका क्यामेरा उपलब्ध छन् । तीमध्ये क्यानन, सोनी र निकोनको बढी माग रहेको छ । अन्य ब्रान्डहरूमा सामसुङ, ओलम्पस पनि प्रचलित छन् ।

कम्प्याक्ट क्यामेरा

मूल्य : रू. १०,०००/-

क्यानन पावर सट एसX६०० एच एस

क्यानन क्यामेरा हलुका खालको भएकोले सजिलै प्रयोगमा ल्याउन सकिने क्यामेरा हो । सार्प लेन्सयुक्त तथा छिटोछरितो फोकस हुने यसको विशेषता हो । यसमा वाइफाइको समेत सुविधा छ ।

मूल्य : रू. २२,०००/-

सोनी साइवर सट डीएसी-टीX६६

यो अल्ट्रा कम्प्याक्ट क्यामेरा हो । सजिलै बोक्न तथा प्रयोग गर्न सकिने यस क्यामेराबाट १८ मेघापिक्सेल अटोफोक्स गर्न सकिन्छ । ५+अप्टिकलमा जुम गर्न सकिनुको अलावा थ्रीडी स्वीप पानोरोमा इफेक्ट पनि रहेको छ ।

मूल्य : रू. ९,५००/-

निकोन कुलपिक्स एस २८००

२०.१ मेघापिक्सेल तथा ५+जुम तथा उच्चस्तरीय निकोन लेन्स जडित यसमा एसपिड सि २ इमेज प्रोसेसिङ्, सिस्टम वान टच एच डि ६२०० पि तथा मुबी रेकर्ड गर्न समेत सकिन्छ । ग्लेमर टच विशेषता भएको यो क्यामेरा प्रयोग गर्न सजिलो हुन्छ ।

सेमी क्यामेरा

मूल्य : रू. २२,०००/-

क्यानन पावर सट एसX५१० एच एस

यस क्यामेरामा ३०+अप्टिकल जुमको अलावा वाइफाइ समेत सुविधा रहेको छ ।

मूल्य : रू. २३,०००/-

सोनी साइवर सट डीएसी एचX२००

यो फिक्स लेन्स भएको क्यामेरा हो ।

मूल्य : रू. ३७,०००/-

निकोन कलपिक्स पी ५३०

यो प्रयोग गर्न सजिलो तथा स्टेरियो साउन्ड सहित फुल एचडी भिडियो र वाइफाइ क्षमतायुक्त रहेको छ ।

डीएसएलआर क्यामेरा

यो निक्कै उच्चस्तरीय क्यामेरा हो । जुन अरू क्यामेराको तुलनामा अलि महँगो नै मानिन्छ । प्रोफेसनल क्यामेरा पर्सनहरूले यो क्यामेरा प्रयोग गर्ने गर्दछ । चलचित्र खिच्न, डकुमेन्ट्री बनाउने जस्तो उच्चस्तरीय कार्यमा यसको प्रयोग गर्ने गरिन्छ ।

विभिन्न मोडल तथा ब्रान्डमा पाइने यस क्यामेराका ब्रान्डमा क्यानन र निकोनका डीएसएलआर क्यामेराहरूको डिमाण्ड बढी रहेको छ । त्यसको तुलनामा सोनीको अलि कम रहेको विक्रेताहरूको भनाइ रहेको छ ।

क्यानन इओएस १२०० डी मोडल

मूल्य : रू. ४३,५००/-

निकोन मोडल डि ३१००

मूल्य : रू. ४२,०००/-

क्यानन ५ डि मार्क थर्ड मोडल

मूल्य : रू. ३,४०,०००/-

निकोन मोडल डि ८००

मूल्य : रू. २,४०,०००/-

प्रस्तुति- अनुना चौधरी / सिनुना चौधरी

प्रविधि बजारमा तहल्का मचाउँदै आएको एप्पल कम्पनीले हालै अमेरिकाको क्यालिफोर्नियामा सार्वजनिक गरेको आइफोनका दुई संस्करण आइफोन ६ र आइफोन ६ प्लसले धेरैको जिज्ञासा शान्त पारिदिएको छ । पुराना डिजाइनलाई नयाँ डिजाइनमा ढाल्न ती आइफोनका स्क्रीन ठूलो बनाउनुको अलावा अझ पातलो बनाएको छ । आकर्षक डिजाइनका यी आइफोनहरूमा केही अलग्गै विशेषताहरु रहेका छन्, जुन अरू स्मार्ट फोनमा पाउन सकिंदैन ।

स्क्रिन साइज ठूलो

एप्पलको बिगर दयान बिगर नाराअनुरूप आइफोनहरूको स्क्रीन साइजमा पनि ठूलो गरिएको छ । आइफोन ६ को स्क्रीन ४.५ इन्चको छ भने आइफोन ६ प्लसको ५.५ इन्च रहेको छ । स्क्रीनको आकार ठूलो भएकोले यसबाट फोनको अलावा ट्याब दुवैको कार्य गर्न सकिन्छ । फोन र ट्याब दुवैको कार्य गर्ने भएकोले पनि यसलाई ट्याब्लेट भनिएको हो ।

पातलो साइज

एप्पलले आइफोनको पुरानो डिजाइनमा परिवर्तन गरेर ठूलो स्क्रीन बनाउनुको अलावा यसलाई अझ पातलो साइजमा ल्याइएको छ । आइफोन ६ मा ६.९ एमएमको साइज र ६ प्लसमा ७.१ साइज रहेको छ । यसको बडी ग्लास तथा मेटलबाट बनाइएको छ ।

डिस्प्ले क्षमतामा बृद्धि

एप्पलले नयाँ आइफोनमा नयाँ रेटिना एचडी डिस्प्लेसहित सुधारात्मक परिवर्तन ल्याएको दाबी गरेको छ । सनग्लास लगाएर हेर्दा पनि स्पष्ट देखिने गरी पोलराइजरलाई सुधारिएको एप्पलले जनाएको छ । आइफोन ६ को रेजुलेसन ११३४ इन्टु ७५० तथा आइफोन ६ प्लसको रेजुलेसन १९२० इन्टु १०८० रहेको छ ।

ऊर्जा खपत कम

नयाँ आइफोनमा नयाँ ए ८ चिपको प्रयोग गरिएको छ । जसबाट यो ६४ बिटको डेक्सटप जत्तिकै शक्तिशाली हुने गर्दछ । यसको साथसाथै यसमा एम ८ मोसन कोप्रोसेसर राखिएको हुन्छ । अघिल्लो ए ७ चिपभन्दा पनि यसले ५० प्रतिशत कम ऊर्जा खपत हुने एप्पलको दाबी रहेको छ । आइफोन ६ र आइफोन ६ प्लसमा क्रमशः लगतकार अडियो सुन्दा ५० घण्टा र ८० घण्टा, एचडी भिडियो हेर्दा ११ घण्टा र १४ घण्टा, वाइफाइ चलाउँदा ११ घण्टा र १२ घण्टा, थ्रीजी चलाउँदा १० घण्टा र १२ घण्टा, थ्रीजीमा कुरा गर्दा १४ घण्टा र २४ घण्टा, स्ट्याण्डबाइमा राख्दा १६ दिनसम्म चल्ने एप्पलले जनाएको छ ।

भिडियो खिच्नमा थप सुविधा

नयाँ आइफोनमा नयाँ सुविधा पनि थप गरिएको छ । यसमा ८१ प्रतिशत थप लाइट राखिएको छ । जसबाट १०८० पिएचडी भिडियो ६० फ्रेम पर सेकेण्डमा खिच्न सकिने गरी बनाएको छ । त्यस्तै गरेर २४० फ्रेम पर सेकेण्ड स्लो मोसनमा खिच्ने र टाइम ल्याप्स भिडियो खिच्ने विकल्प पनि यसमा रहेको छ ।

प्रस्तुति: अनुना चौधरी /सिनुना चौधरी

आइफोन ६ मा अनौठा विशेषता

बडादशैं २०७१ को शुभकामना

बडादशैं २०७१ का अवसरमा सम्पूर्ण नेपालीमा
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
यस महान् चाडले नेपालीहरूमा
भ्रातृत्व र मेलमिलापको भावना अझै बढाओस् भन्ने
कामना पनि व्यक्त गर्दछौं ।

डा. गोविन्द टण्डन
सदस्य सचिव
तथा पशुपति क्षेत्र विकास कोष परिवार

बडादशैं २०७१ को शुभकामना

बडादशैं २०७१ का अवसरमा सम्पूर्ण नेपालीमा
हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।
यस महान् चाडले नेपालीहरूमा
भ्रातृत्व र मेलमिलापको भावना अझै बढाओस् भन्ने
कामना पनि व्यक्त गर्दछौं ।

नेपाल आयल निगम

नेपाल आयल निगम
तथा
परिवार

सुनील थापाको काँधमा मेरी कोम

२८ वर्षअगाडि बलिउडको नामी चलचित्र 'एक दुजे के लिए' मा अभिनय गर्दा नेपाली राते काइँला सुनील थापामा जोश र उमंग थियो । धेरै सपना थियो । नेपाली मूलकै भारतीय खलनायक डेनी डेनजोङ्पाको जस्तै क्रेज थापामा थियो । हुन त त्यो बेला सुनील थापा थापाकाजी थिएनन् । सुनील गुरूङ थिए । बलिउडको मायाबी नगरीमा गुरूङ थरभन्दा थापा जम्यो । थाहै नपाई सुनील गुरूङ सुनील थापा बनाइए । बलिउडमा नै सुनील थापा न्वारान भएपछि चाहेर पनि पछि गुरूङ लेख्न सकेनन् । सुनील गुरूङ भनेमा अब त राते काइँलालाई कसैले पनि चिन्दैनन् ।

सुनील थापाका नेपालस्थित भाइ सुमन गुरूङहरू गुरूङ लेखेरै शैक्षिक क्षेत्रमा नामी बनेका छन् । थापा बन्नु रहर नभएर बलिउडको तत्कालीन समयमा बाध्यता भएको बताउने सुनील थापालेे त्यहाँको दर्जनौं प्रान्तीय चलचित्र तथा कमल हसनको सुपरहिट फिल्म 'एक दुजे के लिए' मा अभिनय गरेपश्चात एकाएक बलिउडमा नै फिल्म सम्पादकको रूपमा नाम कमाइरहेका तुलसी घिमिरेले नेपाली चलचित्र चिनोमा खलनायकको रोलमा अफर गरेपछि नेपाल आए । सुनील थापा 'चिनो' चलचित्रबाट राते काइँलाका रूपमा चर्चित बने ।

राते काइँला नाम अनि चिनोको अभिनयबाट सुपरहिट बनेपछि सबैको वाहवाही पाए । सबैले नेपालमा नै बसेर नेपाली चलचित्रको उत्थानमा लाग्न उत्प्रेरित गरे । जसले गर्दा बलिउडको त्यो बेलाको रहरलाग्दो फिल्मी करियरलाई पनि तिलाञ्जली दिएर नेपाल बसे ।

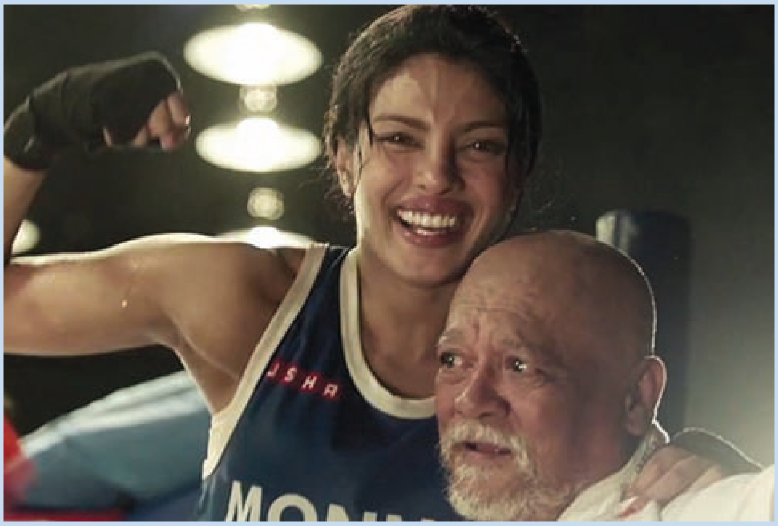
२८ वर्षको अवधिमा सयौं नेपाली चलचित्रमा पोजिटिभ तथा नेगेटिभ दुवै रोलमा जम्दै गए । नेपाली फिल्म खेलेर दामभन्दा बढी नाम तथा माया नै माया पाएपछि बलिउड नफर्केका सुनील थापाले २८ वर्षपछि बलिउडमा कमब्याक गरे ।

संजयलीला भन्सालीको फिल्म 'मेरी कोम'मा बक्सर कोचको विशेष भूमिकामा सुनील थापाले गजबै गरेका छन् । नेपाली कलाकारको गुणगान गाउन कन्जुस्याइँ गर्ने सारा हिन्दुस्तानका मिडियाले पनि मेरी कोमको रिलिजपश्चात् खुलेरै तारिफ नै तारिफ गरेको पाइएको छ । सुनील थापाको मेरी कोम मा स्वाभाविक अभिनयबाट मेरी कोममा मेरी कोम नै बनेकी बलिउडको प्रभावशाली नायिका प्रियंका चोपडा समेत नतमस्तक बनेकी छन् । सुनील थापा दा भनेर बेग्लै सम्मान उनले दिएकी छन् ।

सुनीलको प्रभावशाली अभिनयको अगाडि प्रियंका चोपडाले समेत आफ्नो अभिनय फिक्का-फिक्का महसुस गरेकी छन् । सबैको तारिफबाट दंगिएका सुनील थापा मेरी कोम को ऐतिहासिक अभिनयबाट बलिउडमा निक्कै डिमान्डेट एक्टर बनेका छन् । नेपाल र नेपाली चलचित्रलाई छाडेर बलिउड फर्कने सुनील थापाको मनले मानेको छैन । सकभर नेपाल बसेर नेपाली चलचित्रको लागि नै आधा जीवन दिइसकेका सुनील थापाले अब बाँकी जीवन पनि नेपाली चलचित्रलाई दिने अठोट गरिरहँदा सुनीलको आँखाबाट बर्बर आँसु झरेको थियो । शायद यसलाई नेपाली चलचित्रप्रति सुनील थापाको मोहका रूपमा बुझ्न सकिन्छ ।

वर्ल्डवाइड मेरी कोम को भदौ २० गते रिलिज भएपछि यस फिल्मप्रति नेपालीहरूको निक्कै मोह पाइयो । एक महिना अगाडि नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठको दुःखद निधनसँगै श्रेष्ठ अभिनित तथा निर्मित चलचित्र कोहिनूरमा उर्लेका नेपाली चलचित्रका दर्शक समेत मेरी कोम हेर्न उक्सिए । त्यो पनि अरू कारण नभई सुनील थापा भएरै हो ।

मेरी कोम बनेकी प्रियंका चोपडाको बक्सर कोचको विशेष भूमिकामा



रहेका सुनील थापाले मेरी कोम मा बेजोडे अभिनय गरेका छन् । भारतको मणिपुर निवासी मेरी कोमको बचपनदेखिको सौख बक्सर बन्ने हो । केटी भएकै कारणले हेप्न खोज्नेहरूलाई बक्सिङको पन्च दिन खोज्ने एग्रिसिभ मेरी कोमले एकदिन बक्सिङको बायाँ हातको पन्जा भेटाउँछे ।

सोही पन्जा लाएर आफूलाई जिस्काउने केटालाई लखेट्दै जाँदा सुनील थापाको बक्सिङ कोच सेन्टरमा थाहै नपाई पुग्छिन् । मेरी कोमले आफूलाई बक्सिङ सिकाइदिन अनुनय विनय गरेपछि सुनील थापा मेरी कोमको कोच गुरू बन्न तयार हुन्छन् । सुनील थापाको कुशल कोचबाट नै पाँचपल्ट बक्सिङको च्याम्पियन बनेको यथार्थ कथा मेरी कोममा रहेको छ ।

भारत मणिपुरकी मेरी कोमको रियल स्टोरीमा निर्माण भएको उक्त मेरी कोम हेर्ने प्रायः दर्शकहरु मेरी कोम मणिपुरको नेपाली पो हुन् कि भनेर झुक्किने गरेका छन् । कथावस्तु तथा परिवेश विलकुलै मणिपुरे नेपालीको परिवेशको रहेको छ । नेपाली भएकोले नेपाली दर्शकलाई नेपाली छनक मिल्नासाथ त्यस्तो हुनु स्वाभाविक पनि हो । मेरी कोम मणिपुरकी भारतीय विश्वच्याम्पियन बक्सर युवतीको कथा हो । जसले विवाह पश्चात बक्सिङमा रि-इनिङ गरेर पाँचौंपल्ट विश्वच्याम्पियन बनेको संघर्षको यथार्थ निक्कै सरल ढंगबाट प्रस्तुत गरिएको छ ।

अन्दाज, एतराज, सात खुन माफ, बर्फी र गुन्डेजस्ता फिल्मबाट उम्दा नायिकाको छवि कायम गरिसकेकी प्रियंका चोपडाको लागि मेरी कोम फिल्मी करियरकै टर्निङ प्वाइन्ट बनेको छ । जुन फिल्ममा प्रियंका आफै हिरो हुन् । प्रियंकाले यस फिल्मको स्टोरी बोकेको छ । प्रियंकाको स्टोरीलाई काँधमा बोक्ने नेपाली राते काइँला सुनील थापा नै हुन् ।

मेरी कोम मा काम गर्दा प्रियंकाका लागि पीडा तथा यथार्थको संयोग बनेको छ । प्रियंकाले मेरी कोम पिताजीको दुःखद निधन भएको चार दिनमा नै सुरू गरेकी थिइन् । यसो हुनुको पछाडि मेरी कोमको स्टोरीले प्रियंकालाई छोएकैले हो । रियालिटीमा बक्सिङको प्राक्टिसमा धेरै पन्च खाएकी प्रियंकालाई त्यो बेला उनको टाउकोमा गर्मीले गर्दा खटिराहरु आएका थिए । पन्च खाँदा ती फुटे र खूब रगत बगेको तथा असाध्यै दुखेको बताउने प्रियंकाले मेरी कोम जस्तो बन्न तीन महिना कडा कसरत गर्नुपर्‍यो ।

बोसोयुक्त चिल्लो, पिरो खाना नखाई प्रोटिनयुक्त खाना मात्र खाएर फिल्म खेल्दा जस्तोसुकै कठिनाइ भए पनि फिल्म रिलिज भएपछि सबैबाट पाएको वाहवाहीबाट ती सबै पीडा बिर्सेको प्रियंकाले भनेकी छन् । त्यसमा सुनील थापा दादाको पनि धेरै साथ र सहयोग रहेको पनि प्रियंकाले खुलेर भन्न पछि परेकी छैनन् ।

ब्रिटनी स्पेयर्सको पुनः ब्रेकअप

हलिउड

आफ्नो स्तन मुसारेर गीत गाएर तहल्का मच्चाउन सफल पपस्टार ब्रिटनी स्पेयर्सको प्रेममा हालै ब्रेकअप भएको छ । लामो समयदेखि डेविड लुकेडोसँग प्रेममा रहेकी ब्रिटनीले एकाएक ब्रेकअप गर्नुको पछाडि प्रेमीको अकर्मण्यता नै भएको ठहर भएको छ ।

एकातिर डेविड ब्रिटनीलाई अत्यन्त माया गरेजस्तो व्यवहार देखाउने भए पनि ब्रिटनीको अनुपस्थितिमा परस्त्रीसँग सम्बन्ध बढाएर रोमान्स गर्ने मनमोजी मानिएको छ । जसको ब्रिटनीले चोर पक्राउ गर्न सफलता प्राप्त गरेपछि नै ब्रेकअपको घोषणा गरेकी हुन् । परस्त्रीसँग गोप्य सम्बन्ध राख्दै गरेको अवस्थामा रंगेहात पक्राउ परेका डेविडको हरकतले निक्कै चिढिएकी ब्रिटनीले तत्काल डेविडसँगको सम्बन्धको अन्त्य भएको घोषणा गरेकी थिइन् । यतिखेर त ब्रिटनी पूर्वप्रेमी डेविडले परस्त्रीसँग यौनसम्बन्ध राख्दै गरेको भिडियो पनि सार्वजनिक भएपछि ब्रिटनीले असहज महसुस गरेकी छन् । सकभर डेविडलाई बिर्सने मूडमा रहेकी छन् । जसले गर्दा हरहमेसा काममा बिजी बन्ने कोसिस ब्रिटनीबाट भएको छ ।

डेविडसँगको ब्रेकअपपछि लसभेगास पुगेकी ब्रिटनीले त्यहाँ बेजोड कन्सर्ट दिएकी छन् । प्लानेट हलिउडको एक कार्यक्रममा सांगीतिक प्रस्तुति खुलेरै दिएकी ब्रिटनी यस्तै कार्यक्रमहरूमा बढी व्यस्त हुन चाहन्छिन् । ३३ वर्षीया ब्रिटनीको जन्म सन् १९८१ को डिसेम्बर २ मा अमेरिकाको मिस्सिपी सिटीमा भएको हो ।

सानो उमेरबाट गीत-संगीतमा सक्रिय रूपमा होम्मिएकी ब्रिटनीको

त्यो सानो उमेरको बेलाको प्रस्तुतिले समेत दर्शकहरूलाई मोहित बनाउने गरेको थियो । गीत गाउनुको अलावा ब्रिटनी गीत लेखनमा पनि उत्तिकै रूचि राख्ने गर्छिन् ।

त्यसमाथि ब्रिटनी राम्रा डान्सर भएकोले केही हलिउडका फिल्ममा समेत नायिका बनेर काम गरेकी छन् । फेसनेबल गायिकाको रूपमा बेग्लै प्रस्तुति दिने भएकोले उनमा फेसन डिजाइनिङको भूत सवार भएर फेसन डिजाइनर कोर्स गरेकी ब्रिटनीको चाहना त बिजनेस वुमन बन्नुथियो । जुन चाहना त्यति पूरा भएन ।

जोखिमपूर्ण यात्रामा रोमाञ्चकता

■ **विमलकुमार थापा**

'कस्तो आफूलाई कन्ट्रोल पनि गर्न सक्दैन ? अरूलाई समेत असर पार्ने गरी यसरी सार्वजनिक ठाउँमा यस्तो गर्दा कस्तो अप्ठ्यारो पनि नलागेको हो ?' अन्दाजी ४० वर्षका एक पुरुष दुर्गन्धित अनुहार छोप्दै अगाडि देखा परे । सबैको ध्यान उनको अनुहारतिर केन्द्रित भयो । कसैले केही बोलेन । एकैछिनमा अन्दाजी १७ वर्षका एक युवकले हातमा प्लाष्टिकको झोला थमाउँदै भने- 'ल यसमा गर्नुस् ।' अन्दाजी ४० वर्षकी ती महिलाले हत्त न पत्त पोलिथिनको झोला समाउँदै वान्ता गर्न थालिन् । सबैले छि..छि.. र दुर्..दुर्.. गर्दै नाक छोप्न थाले ।

काठमाडौंबाट रसुवाको धुन्चे जाने पासाङ ल्हामू यातायात सुपर एक्सप्रेसमा सवार गर्दा देखिएको एउटा दृश्य हो यो । प्रसंग थियो यसपालीको जनैपूर्णिमाको अवसरमा रसुवाको गोसाइकुण्ड तीर्थयात्रा गर्दाको । राजधानीको बालाजुस्थित माछापोखरीबाट यात्रा आरम्भ भएको थियो । स्थानीय रूटमा चल्ने सुपर एक्सप्रेसमा जाने अग्रिम तयारी थियो हाम्रो । मेला लाग्ने दिन जनै पूर्णिमाको दुई दिनअगाडि काठमाडौंबाट हाम्रो यात्रा सुरू भयो विहान ७.४५ बजे, टिकटमा उल्लेख भएको भन्दा झण्डै आधा घण्टा ढिलो गरी । काठमाडौंबाट सुरू भएको गाडीको यात्रा बालाजु बाइपासबाट नागार्जुन बन्यजन्तु संरक्षणको किनार, नुवाकोटको पर्यटकीय क्षेत्र ककनीको बाटो हुँदै अगाडि बढ्यो । स्थानीय स्वादमा तयार पारिएको खाना खाइसकेपछि अब भने निर्धारित गन्तव्यतिर गाडी हुइँकियो रसुवा सदरमुकाम धुन्चेतिर । पहाडी बाटोलाई छिचोल्दै त्रिशूली र वेत्रावतीको किनारै किनार गाडी विभिन्न घुम्ती पार गर्दै उकालो लाग्यो । जति-जति गाडी अगाडि बढ्दै गयो, त्यति-त्यति समुन्द्री सतहबाट उचाइतिर यात्रा बढिरहेको थियो । पहाडको खोँच, कन्दरा, झरना अनि साना खोल्साखोल्सी पार गर्दै जब राम्चेको भीरमा गाडी पुग्यो एक पटक मन झसंग हुनपुग्यो । झण्डै दुई किलोमिटरको कच्ची साँघुरो बाटो, त्यसमाथि परबाट आएको पहिरोको अवस्था देख्दा जो कोहीको मन एक पटक काँप्न थाल्दछ । मलाई पनि अत्यन्तै कहाली लाग्यो, सानोमा पिङ खेल्दा जस्तै ।

धुन्चे बजारलाई छिचोल्दै हाम्रो पैदल यात्रा गन्तव्य स्थानतिर निर्धारित भयो । अब भने हामी पैदल यात्राको तयारी गर्न थाल्यौं । पहाड चढ्नुपर्ने भएकाले बजार आसपासमा उकालो चढ्दा आवश्यक पर्ने सहारा लौरो लियौं । केही बेरको पैदल यात्रापश्चात गोसाइकुण्ड जनैपूर्णिमा मेला २०७१ को ब्यानरहरु ठाउँ-ठाउँमा देखियो । सँगै गोसाइकुण्ड क्षेत्र विकास समितिले तयार पारेका यात्रु बासको व्यवस्था पनि क्रमशः देखा पर्नथाल्यो । स्थानीय तौरतरिकामा तयार पारिएको प्लाष्टिक छानोरूपी बासस्थान (जसलाई स्थानीय भाषामा थर्पु नामाकरण गरिएको छ) मा बसोबास गर्दा र खानेकुरा खाँदा लाग्ने शुल्क क्षेत्र विकास समितिले तोकिदिएको छ । जति-जति यात्रामा उकालो चढ्दै गइन्छ, समितिले तोकेको शुल्क पनि बढ्दै जान्छ अनि मानव शरीरलाई आवश्यक पर्ने अक्सिजनको मात्रा भने घट्दै जान्छ । प्रारम्भ विन्दुमा एक कप चियाको रु १५ तोकिएकोमा देउरालीदेखि दुम्सासम्म रु २० तोकिएको छ भने चन्दनबारीदेखि चोलाङपाटीसम्म रु २५ र लौरीविनदेखि बुद्ध डाँडासम्म र गोसाइकुण्डमा रु ३० तोकिएको छ ।

त्यसो त गोसाइकुण्डको पहाडी यात्रा धुन्जे बजारबाट करिब २ किलोमिटर उत्तरपूर्व जहाँ घट्टेखोला बगिरहेको छ त्यहाँबाट प्रारम्भ हुन्छ । करिब ३ घण्टाको उकालो चढेपछि देउराली पुगिन्छ, जहाँ मेला

व्यवस्थापन समितिले व्यवस्थापन गरेको केही थर्पु र एउटा सिलिङ होटल रहेको छ । यहाँ यात्रुहरूले स्थानीय खाना र बस्नको लागि सुविधा प्राप्त गर्दछन् । हाम्रो पहिलो दिनको बसाइँ त्यही भयो । प्रति व्यक्ति रु ४२५ खाना र बस्नको तिरेपछि सामूहिक रूपमा हामी पनि थर्पुमा बस्यौं । भोलिपल्ट बिहान ५ बजे सखारै बास बसेको ठाउँमा तयार गरिएको कालो चिया पिएर हामी फेरि उकालो लाग्यौं ।

यात्रा जति-जति उकालो चढिन्छ, यात्रुलाई यात्राको रोमान्चकता पनि उत्तिकै थपिँदै जान्छ । वरिपरिको मनमोहक हिमाली दृश्य, अग्ला पहाड अनि केही खौँचको यात्रा पहिलो पटक गर्नेका लागि त रोमान्चक अनि भयानक पनि बन्न सक्दछ । ठाउँ-ठाउँमा व्यवस्था गरिएका थकाइ मार्ने विश्रामस्थल पनि उत्तिकै भेटिन्छ । चन्दनबारीबाट चोलाङपाटी, लौरीबन, बुद्ध मन्दिर डाँडा पुग्दा गोसाइकुण्डको यात्रा करिब-करिब अन्तिम विन्दुमा पुग्न लागिसकेको थियो । समुन्द्री सतहबाट भण्डै ४२ सय मिटरको उचाइमा रहेको बुद्धमन्दिर डाँडामा हामी पुग्दा अपरान्ह ४ बजिसकेको थियो । दिनभरिको थकाइ र आलस्यतामा हामीले आजको यात्रालाई यही विश्राम लगाउने निधो गर्‍यौं ।

भोलिपल्ट कहालिलाग्दो भीरको जोखिमपूर्ण यात्रा सुरू भयो । पैदल यात्रा गर्दा सानो मात्रै गल्ती हुन पुग्यो भने कुनै पनि बेला ज्यानको जोखिम निम्तिन सक्छ । करिब १ घण्टाको यो अत्यन्तै जोखिमपूर्ण यात्रा पार गरेपछि अब भने हामी हाम्रो निश्चित गन्तव्यस्थान गोसाइकुण्ड पुग्न सफल भयौं । वरिपरि चट्टानरूपी अग्ला पहाड, त्यसको बीच भागमा गोसाइकुण्ड अवस्थित छ । गोसाइकुण्डको वरिपरि केही बासस्थान र अस्थायी रूपमा खोलिएका चिया, नास्ता गर्ने होटलहरु रहेका छन् । गोसाइकुण्डमा धार्मिक रूपमा महत्व राख्ने भक्तजनहरु डुबुल्की मार्दै स्नान गरिरहेका थिए । स्वाभाविक रूपमा अत्यधिक चिसो र उच्च भूगोलमा रहेका कारण पनि भक्तजनहरूले यहाँ स्नान गर्दा धेरैबेर अलमल नगरी आफ्नो धार्मिक कार्य सम्पन्न गर्दछन् । त्यसो त नजिकै रहेको शिव मन्दिर र त्यसको केही माथिल्लो भागमा रहेको त्रिशूल धारामा दर्शन र अभिषेक गर्ने भक्तजनहरूको भिड लामो देखिन्थ्यो ।

कार्यकर्ता परिचालनले
फेरिएको शेर्पा गाउँ

चीनको तिब्बत स्वायत्त प्रदेशको न्येला जिल्लाको खासा टाउन्सीपको लिसिन गाउँमा सात सयभन्दा बढी शेर्पा जातिको बसोवास छ । चीन र नेपालको सीमा क्षेत्रमा पर्ने लिसिन गाउँमा पहाडी भाग र वनजंगल रहेको छ । त्यहाँका गाउँले खेतिपाती गर्ने, शहरमा काम गर्ने, सीमा व्यापार गर्ने काम गर्छन् । सन् २०११ मा तिब्बत स्वायत्त प्रदेशले 'कार्यकर्ता गाउँमा तैनाथ' नीतिको पालना गरेयता ल्हासाबाट आएको एक कार्य टोलीले त्यहाँ पुगेर काम गर्न थालेको थियो । गाउँलेको कठिनाइको समाधान गरी धनी बनाउने उनीहरूको कार्यनीति रहेको छ । तीन वर्ष बितेपछि लिसिन गाउँको रूपमा ठूलो परिवर्तन भएको मात्र नभई गाउँलेको पुरानो विचारधारा पनि परिवर्तन हुँदै गएको छ ।

खासा टाउन्सीपबाट निस्केर साँघुरो पहाडी बाटोमा साढे एक घण्टासम्म गाडी चढेर हामी शेर्पाहरु बसोबास भएको लिसिन गाउँ पुग्यौं । गाउँ आइपुग्दा एउटा युरोपेली शैलीको दृश्यावलोकन प्ल्याटफोर्मले हाम्रो ध्यान तान्यो । इस्पात प्रारूपको आधारित प्ल्याटफोर्ममाथि काठ ढाकेर चट्टानमा बस्ने परम्परा रहेछ । त्यहाँ उभिंदा पानी बगेको र चराचुरूङ्गीको चिरबिर आवाज निकै मोहक सुनिन्थ्यो । विशाल वनजंगल, गहिरो उपत्यका र सीमा लाइनको उतापट्टि पर्ने नेपाली घरहरूबाट खाना पकाउँदा निस्केको धूवाँले सुन्दर दृश्य बनेको थयो । त्यसले हामीलाई निकै आकर्षित गऱ्यो । त्यहाँदेखि दश मिटरभन्दा बाहिर एउटा तीन तले सुन्दर घर देखियो । त्यो घर मेइदोको रहेछ ।

यदि मेइदोको जानकारी नभएमा तपाईंले छ महिनाअगाडि त्यहाँको अवस्था कस्तो थियो भन्ने थाहा पाउन सक्नुहुन्छ । उक्त रमणीय दृश्यावलोकन प्ल्याटफोर्म रहेको ठाउँमा एउटा अत्यन्त दुर्गन्धित फोहोर फाल्ने ठाउँ मात्रै थियो । मेइदोको घर पनि एउटा पुरानो र सानो थियो ।

मेइदोले भने- 'पहिला यहाँ फोहोर फाल्ने ठाउँ मात्रै थियो, अन्त्यन्तै दुर्गन्ध थियो । सरकारले पैसा तिरेर यस्तो सुन्दर दृश्यावलोकन प्ल्याटफोर्म निर्माण गऱ्यो । मलाई निकै खुसी लाग्यो, आनन्द पनि लाग्यो । हामी यति राम्रो घरमा बसेका थिएनौं, पहिला सबै काठे घर थिए । देशले हाम्रा लागि यत्रो पैसा लगायो अनि यति सुन्दर घर निर्माण गऱ्यो, यसरी नै हामीले यति सुन्दर पारिवारिक होटेल र रेस्टुराँ खोल्न संभव भयो । हामीलाई निकै हृदयस्पर्शी लाग्यो । यसका लागि म सरकारलाई धेरै धन्यवाद दिन चाहन्छु ।'

गाउँमा धेरै नवनिर्मित पारिवारिक होटेल छन् । मेइदोको घर तीमध्येको एक हो । न्येलामु जिल्लाले पर्यटन उद्योग लिसिन गाउँको मुख्य उद्योगको रूपमा राखेको छ । त्यसैले शहरबाट आएको कार्य टोलीले निश्चित भत्ता लिएर पुरानो घरको पुनः निर्माण गरी गाउँमा दश वटा घरमा सौर्य बिजुली बत्ती राखेर आधुनिक पारिवारिक होटेल बनाएको छ । यसरी नै त्यहाँका नागरिक बस्न सक्छन् । साथै पर्यटक पनि त्यहाँ रमाएर बस्न सक्छन् । तर उद्धार नै सरकारको लक्ष्य होइन तर अझ महत्वपूर्ण कुरा भनेको गाउँलेलाई कसरी व्यापार सञ्चालन

गर्ने भनेर सिकाउने हो । कार्य टोलीले राष्ट्रको गरिबी निवारण कोष लिएर अनि गाउँभरि पैसा संकलन गरी पारिवारिक होटेलमा रेस्टुराँ निर्माण गऱ्यो । अनि गाउँले आफूले रेस्टुराँ चलाउँछन् । कमाएको सबै आम्दानी गाउँमा राख्छन् ।

फुर्बा लिसिन विश्वविद्यालयका गाउँबाट आएका पहिलो विद्यार्थी हुन् । उनले सरकारी संस्थामा काम गरेका थिए, व्यापार पनि गरेका थिए । हाल धनी नेता बनेका छन् । उनले एउटा गाडी किनेर यात्रु परिवहन व्यापार गरेका छन् । कार्य टोलीको सहयोगमा उनले गाउँमा होटेल खोलेका थिए । होटेलको सुन्दर नाम छ- ओक मानोर ।

फुर्बाले भने- 'उहाँहरूले ठूलो सहयोग दिनुभयो, आन्तरिक सजावट र सबै फर्निचर तथा उपकरण नै उहाँहरूले दिनुभएको हो । हामीले यस व्यापारको आधारमा स्थानीय सर्वसाधारणलाई धनी बनाउने छौं । हामीले विस्तारै गाउँभरिका वासिन्दालाई धनी बनाउने आशा लिएका छौं ।'

लिसिन गाउँबाट खासा टाउन्सिपसम्मको राजमार्ग पुनः निर्माण हुँदै छ । यसै वर्षको अन्तसम्म उक्त राजमार्ग पूरै संचालनमा आउने छ । गाउँ सुन्दर भयो, आवश्यक प्रबन्ध पनि सुधार भयो, साथै गाउँलेको अवधारणा पनि परिवर्तन भयो । फुर्बाका अनुसार पहिला धेरैजसो गाउँलेले पशुपालन गर्ने अथवा शहरमा काम गर्न जाने प्रचलन थियो । यसरी नै गाउँमा बूढाबूढीहरु मात्रै बस्थे । तर अहिले युवाहरूले गाउँको विकास हेरे अनि धेरै गाउँमा फर्केर काम गर्छन् ।

नवनिर्मित दृश्यावलोकन प्लेटफोर्म र होटेल हेरेपछि उनीहरूले भने, हामीलाई यहाँ काम गर्न मन लाग्छ, यहाँ लगानी गर्न मन लाग्छ, तिमीहरूसँग सहयोग गर्न मन लाग्छ । यसबाट मानिसको अवधारणा परिवर्तन हुँदै छ भन्ने प्रतिविम्बित भएको छ ।

सर्वसाधारणको समस्याको समाधान गर्नु नै कार्य टोलीको अर्को कार्य रहेको छ । कान्छो पासाङलाई सानैदेखि गम्भीर क्षयरोग लागेको छ । घरका धेरैजसो आम्दानी यो बच्चाको उपचारमा खर्च गरियो । नेपालमा केही वर्षसम्म उपचार गरे पनि कान्छो पासाङको रोग बल्झियो अनि गम्भीर अवस्था देखियो । एक दिन राति कान्छो पासाङकी आमाले कार्य टोलीसमक्ष आएर आफ्नो गथासो राख्दै रोइन् । कार्य टोलीको सदस्य फिङछोजोगाले थाहा पाएपछि तुरुन्तै रकम संलग्न गरी कान्छो पासाङलाई ल्हासाको अस्पतालमा पुऱ्याए ।

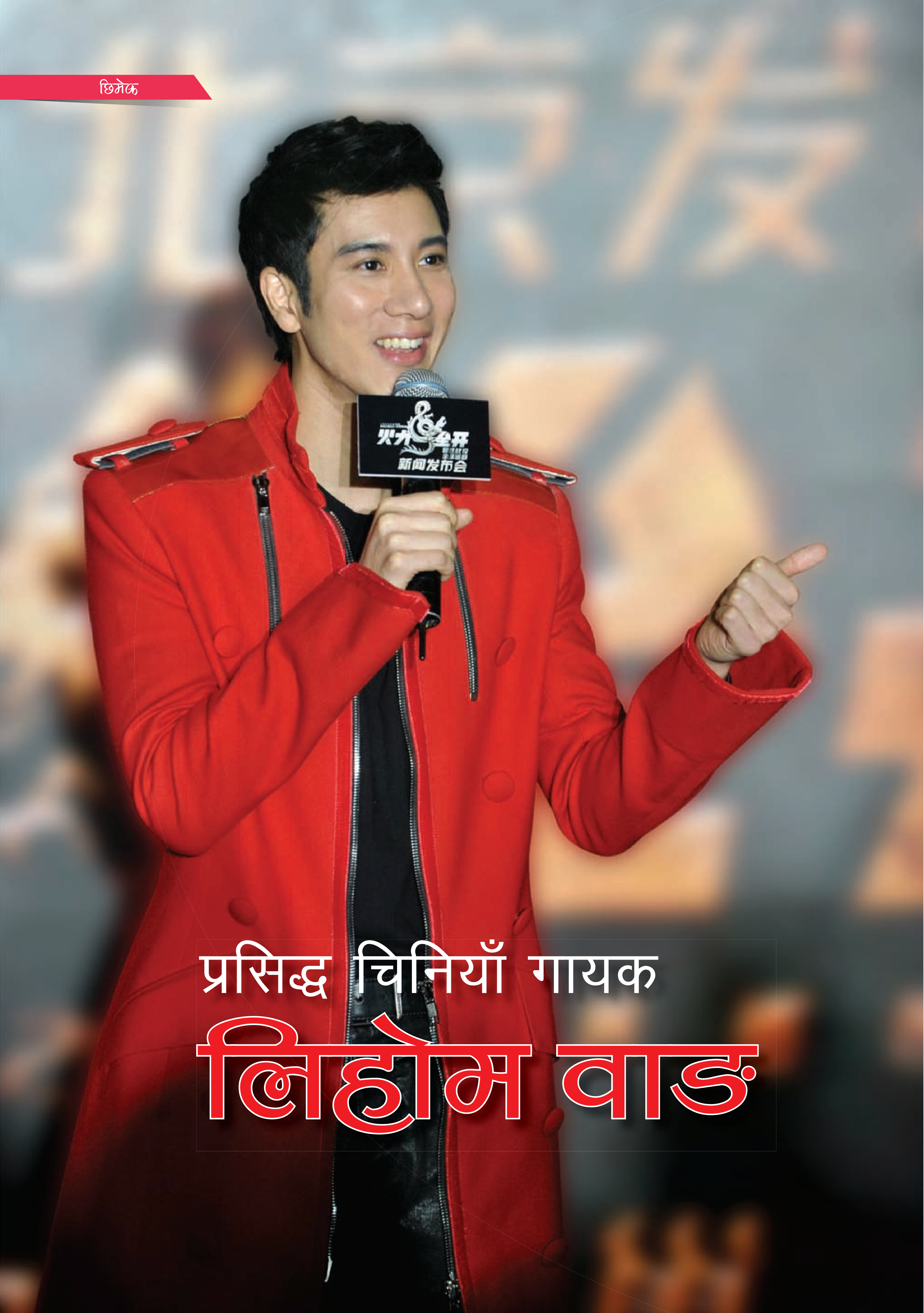
फिङछोजोगाले भने- 'जाँचबाट क्षयरोग पुष्टि भयो र ढाडमा पिप जमेको देखियो । यदि समयमै उपचार नगरेमा शरीरको तल्लो भागमा त्यसले छिट्टै प्रभाव पार्नेछ । अहिले उनी ल्हासामा उपचार गराइरहेका छन् । क्षयरोग उपचार गर्ने हाम्रो योजना छ । यसबाहेक हामीले तिब्बतको उद्धार गर्न शाङ हाइबाट आएको विशेषज्ञसँग सम्पर्क राखिसक्यौं । उहाँहरूसँग शाङ हाइमा उपचार हुनसक्छ कि सक्दैन भनी सोध्यौं । किनभने ल्हासा अस्पतालका डाक्टरले तिब्बतमा सम्बन्धित शल्यक्रिया गर्न नमिल्ने बताएका थिए ।

कार्य टोलीको प्रयासमा कान्छो पासाङको अवस्थाले शिखाचे क्षेत्रका नेताको ध्यान तानेको छ । हाल सम्बन्धित उपचार कार्य क्रमशः हुँदै छ । कान्छो पासाङको परिवारका लागि त्यसबाट उनीहरूको भाग्यको परिवर्तन भएको छ तर कार्य टोलीको लागि यो त गर्नुपर्ने कुरा हो । लिसिन गाउँको पाँचौं खेप कार्य टोलीका प्रमुख फु च्युनका अनुसार, गाउँमा बस्दा लिसिन तथा शेर्पा गाउँका बासिन्दा परिवर्तन मात्र नभई कार्य टोलीका सदस्यका लागि गाउँमा बस्नु आफैमा एउटा विशेष अनुभव हो ।

फु च्युनले भने- 'वास्तवमा हामीले सिक्नुपर्छ, सर्वसाधारणको कार्य, आधार तहको कार्य गर्नका लागि यो त राम्रो मौका हो । हामी प्रचार-प्रसार विभागजस्तो सरकारी संस्थामा काम गरेकाहरूले उच्च शिक्षा पाएका हौं । स्नातक भएपछि अफिसमा बस्छौं, कोहीले दश बीस वर्षसम्म, अझै कहाँसम्म भने जीवनभरि अफिसमा बस्छन् । गाउँमा केही समयसम्म काम गर्नु नै राम्रो छ । मलाई लाग्छ सर्वसाधारण कार्य र आधार तहको कार्यको अनुभव नभएमा विकास हुन गाह्रो छ । वास्तवमा मलगायतका सबै सदस्यले यो अनुभवलाई धन्यवाद दिनुपर्छ । यसबाट हामीले धेरै सिक्यौं ।'

सन् २०११ देखि हरेक वर्ष तिब्बत स्वायत्त प्रदेशले बीस हजारभन्दा बढी पार्टीका कार्यकर्तालाई प्रदेशभरिका पाँच हजारभन्दा बढी गाउँमा पठाउने गरेको छ । उनीहरूले गाउँमा बसेर काम गर्छन् । लिसिन गाउँजस्तो त कार्यटोली आएपछि तिब्बतका विभिन्न ठाउँमा परिवर्तन हुँदै छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)



प्रसिद्ध चिनियाँ गायक

लिहोम वाङ

लिहोम वाङको जन्म सन् १९७६ को मे १७ मा अमेरिकाको न्यूयोर्कमा भएको हो । उनी चिनियाँ भाषाका प्रख्यात गायक हुन् । गायकबाहेक पटकथा लेखन, अभिनय र निर्देशकमा पनि उनको दक्षता छ । चिनियाँ भाषाबाहेक अंग्रेजी, फ्रान्सेली र जापानी भाषा पनि उनी बोल्न सक्छन् । उनको गीत चीनको परम्परागत संस्कृति र पश्चिमी हिप-हपसँग मिश्रित छ ।

उनले छ वर्षको उमेरमा भ्वाइलिन बजाउन सिकेका थिए र आठ वर्षको उमेरमा पियानो सिके । तेह्र वर्षको उमेरमा उनले आफ्नो पहिलो गीत गाएका थिए । सन् १९९१ मा उनले अमेरिकी धेरै नामी उच्च विद्यालय सुथरल्याण्ड हाइस्कुलमा प्रबेश गरे । सन् १९९४ मा उनलाई येल विश्वविद्यालय, प्रिन्स्टन विश्वविद्यालय र विलियम कलेज जस्ता ख्यातिप्राप्त तीनवटा विश्वविद्यालयले एकै समयमा भर्ना स्वीकार गरेका थिए । पछि उनले विलियम कलेजमा प्रवेश गरे । सन् १९९९ को जनवरीमा उनले अमेरिकी बरक्ली संगीत कलेजमा प्रवेश गरे ।

सन् १९९५ मा उनले आफ्नो पहिलो सांगीतिक एल्बम 'प्रेममा प्रतिद्वन्दी पेदोवेन' ताइवान क्षेत्रमा सार्वजनिक गरे । सन् १९९८ 'परिक्रमा चक्रण' नामक अर्को सांगीतिक एल्बम पनि सार्वजनिक गरेका थिए । यस सांगीतिक एल्बममा उनले आफ्नो इच्छामा गीतलाई उल्लेख गर्दै R&B शैलीमा सो एल्बममा राखेका थिए । यस एल्बमबाट उनले चिनियाँ भाषाका गीतमा धेरै महत्वपूर्ण योगदान दिएकाले ताइवाई क्षेत्रको सबैभन्दा ठूलो प्रतियोगिता सुनौलो मेलोडी पुरस्कार प्राप्त गरे । सन् १९९९ मा उनले मलेशियाको वर्ल्ड ट्रेड सेन्टरमा आफ्नो सांगीतिक कार्यक्रम कन्सर्टमा गीत गाएका थिए । सन् २००३ को अक्टोबर ११का दिन वाङको 'अनविलिएभल' नामक सांगीतिक एल्बम सार्वजनिक भएको थियो । सो एल्बम नौ दिनमा पाँच लाख प्रति बिक्री भएको थियो । उनको सो सांगीतिक एल्बम सर्वोत्कृष्ट हुँदै गोल्डेन मेलोडी अवार्ड जित्न सफल भएको थियो ।

सन् २००४ को डिसेम्बर ३१ मा उनले 'मेरो मनमा सूर्य र चन्द्रमा' नामक सांगीतिक एल्बम सार्वजनिक गरे । एल्बम पनि तीन महिनाभित्र पन्ध्र लाख प्रति बिक्री भएको थियो । त्यसै गरी उनले सन् २००५ मा 'हिरो' नामक अर्को सांगीतिक एल्बम सार्वजनिक गरेका थिए । यो एल्बम पनि दश दिनभित्र दश लाखभन्दा बढी बिक्री भएको थियो । उनले 'हिरो' मार्फत सुनौलो मेलोडी पुरस्कार दोस्रो पटक पनि प्राप्त गरे । सन् २००५ मा उनले अर्को धेरै नामी सांगीतिक एल्बम सार्वजनिक गरे । यस एल्बमको नाम 'चेन्ज मी' थियो । यो एल्बम पनि दुई महिनाभित्र बीस लाख प्रतिभन्दा बढी बिक्री हुन सफल भएको थियो । सन् २००८ को अन्तमा उनले 'मुटुको धड्कन' नामक सांगीतिक एल्बम पनि सार्वजनिक गरेका थिए ।

उनले दुई पटक थाइवानको सुनौलो मेलोडी पुरस्कार प्राप्त गरेका थिए भने चीनको केन्द्रीय टेलिभिजन स्टेशनद्वारा वसन्त चाडका अवसरमा आयोजित कार्यक्रममा चार पटक सहभागी भए । उनले शाङहाईको असी हजार दर्शक क्षमताको रंगशालामा पाँच पटक सांगीतिक कार्यक्रम कन्सर्टमा गीत गाएका थिए । उनी धेरै पटक विश्वयात्रा गर्दै विभिन्न ठाउँमा कन्सर्टमा सहभागी भएका छन् । सन् २००६ मा उनले तूरिन हिउँद ओलम्पिक खेलकुदको उद्घाटन समारोहमा 'हिरो' एल्बमका गीत गाएका थिए । सन् २००७ मा अमेरिकी नामी वेबसाइट सुनौलो समुद्र अर्थात् गोल्ड सीले सबैभन्दा प्रभावशाली असी जना अमेरिकी एशियालीलाई पुरस्कृत गरेको थियो । गायक लिहोम वाङ असी जनामध्ये एक हुन सफल भए । पूर्वी र पश्चिमी कला तथा संस्कृति आदानप्रदान कार्यमा उनले पुऱ्याएको योगदानको कदर गर्दै अमेरिकी क्यालिफोर्नियाका प्रतिनिधिसभा सदस्य आर्नोल्ड स्वर्जेनेगरले लिहोम वाङलाई 'एशियाली उत्कृष्ट कला' पुरस्कार प्रदान गरेका थिए ।

सन् २००० मा उनले केही चलचित्रमा राम्रो अभिनय पनि गरेका थिए । सन् २००५ मा निर्देशक ली आनको चलचित्र 'आशक्तिमा होसियारी'मा अभिनय गरे । सन् २००८ को अन्तमा चलचित्र 'केही ठूलो सिपाही'मा उनले ज्याकी चनको सहयोगीका रूपमा अभिनय गरेका थिए । यसका साथै उनले

निर्देशन गरेको पहिलो चलचित्र 'माया सूचना'को स्क्रिप्ट पनि तयार गरेका थिए । सन् २०१० मा उनले 'माया सूचना' नामक चलचित्रको आफै निर्देशन गरे, जुन चलचित्रमा उनी मुख्य अभिनेता पनि रहेका थिए । सन् २०१३ मा उनले अभिनेत्री थाङ वैसँग हलिउडको चलचित्र साइबरमा अभिनय गरेका थिए । यो चलचित्र सन् २०१५ मा प्रदर्शनमा आउने छ । सन् २०१३ मा उनले चीनको धेरै नामी अभिनेत्री चाङ च यीसँग चलचित्र 'माइ लक्की स्टार' मा मुख्य अभिनेताको अभिनय गरेका छन् । उनको नामी गीत 'मेरो मनमा सूर्य र चन्द्रमा'मा तपाई मेरो मनमा सूर्य र चन्द्रमाको रूपमा रहनुभएको छ, तपाईंको शुद्ध र सुन्दर भावनाले मलाई प्रभावित बनाएको छ भन्ने भावार्थ रहेको छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

सञ्चै छौ मेरी देवी ?

पश्चिमी मुलुकमा एउटा उखान छ- 'वान थाउजेण्ड् पिपल विल सी अ थाउजेण्ड् डिफरेन्ट ह्यामलेट्स' अर्थात् हजारौंको आँखामा हजारौं भिन्न ह्याम्लेट्स छन् । त्यसैले हरेकको मनमा पनि आफूलाई मनपर्ने व्यक्तिको भिन्न छाप रहेको हुन्छ । त्यस्तै चिनियाँ पर्यटक लु वै चेले नेपालमा आफूलाई मनपर्ने, आफूसँग मनमिल्ने मानिस भेटेका छन् । पर्यटन तथा कामका लागि लु वै चेले हालसम्म चारपटक नेपालको भ्रमण गरिसकेका छन् । धेरैपटक नेपालको भ्रमण गरे पनि लुले नेपाल भ्रमण भाग्यशाली नभएको बताए । 'मेरो विचारमा मेरो भाग्य नराम्रो छ । किनभने पहिलो तीनपटक मैले नेपालमा हिमालय देख्न पाइनँ', उनले नेपाल भ्रमणको भरपूर उपयोग गर्न नपाएकोमा दुखेसो पोखे ।

नेपालको पर्यटकीय क्षेत्र नगरकोटबाट हिम शृंखला देख्न सकिन्छ । प्रसिद्ध पोखरा शहरको फेवा तालमा डुंगा खियाउँदै वा पर्वतारोहण गर्दा माछापुच्छ्रे हिमाल देख्न सकिन्छ । तर विभिन्न कारणले गर्दा लु वै चेले आफूलाई हेर्न इच्छा लागेको हिमाल देख्न पाएनन् । हरेक पटक अफसोस लागे पनि नेपाललाई औधि माया गर्ने भएकोले धेरैपटक नेपालको यात्रा गरेको लुको भनाइ छ ।

मेरो कथा त्यो विमानबाट सुरु भएको हो । हामीले बुद्ध एयरलाइन्सको विमान चढेका थियौं । त्यसै दिन मैले टाढाबाटै एक सुन्दरी परिचारिका देखें । ती परिचारिका मलाई सुन्दरी देवीजस्तै लाग्यो । सौभाग्यवश विमानमा मेरो सिट उनको नजिकै थियो । उनीसँग फटाफट कुराकानी थालिहाल्नुपर्छ, सँगै सिटमा बसेकी सुन्दरी हेरेर लुले मनमा यस्तो सोच्न थाले ।

'यो मेरो बानी नै हो । मन परेको क्षेत्रमा पटक पटक घुम्न जाने बानी छ । नेपालको सुन्दर प्राकृतिक दृश्य, रहस्यमय धर्म आदिले मलाई निकै छोएको छ । त्यहाँ गरिबी भए पनि जीवनमा पूर्ण खुसी छ ।' अर्को पटकको यात्रामा लु वै चेले आफूलाई मनपर्ने व्यक्ति भेटे ।

त्यो उनको दोस्रो पटकको नेपाल यात्रा हो । उनले गहिरिएर याद गर्दै भने- 'दोस्रो पटक म कामका लागि नेपाल गएँ । त्यसबेला एक व्यापारिक साझेदारसँग भेट गर्नुपर्ने थियो । उनको कारखाना जानका लागि हामी विमानद्वारा दक्षिणी शहर जानुपर्ने थियो । मेरो कथा त्यो विमानबाट सुरु भएको हो । हामीले बुद्ध एयरलाइन्सको विमान चढेका थियौं । त्यसै दिन मैले टाढाबाटै एक सुन्दरी परिचारिका देखें । ती परिचारिका मलाई सुन्दरी देवीजस्तै लाग्यो । सौभाग्यवश विमानमा मेरो सिट उनको नजिकै थियो । उनीसँग फटाफट कुराकानी थालिहाल्नुपर्छ, सँगै सिटमा बसेकी सुन्दरी हेरेर लुले मनमा यस्तो सोच्न थाले ।

विमान उडेपछि मैले उनलाई 'तपाईं ज्यादै सुन्दरी हुनुहुन्छ' भन्दै प्रशंसा गरें । विमानमा एकजना मात्रै विदेशी भएका कारणले होला ती सुन्दरी परिचारिकाले मलाई जवाफ दिइन् । यसरी हाम्रो वार्तालाप सुरु भयो ।

'यस्तो हतारमा कुराकानी गर्ने चलन पुरानो भइसकेको छ', लुले हाँस्दै भने । गफमा उनको नाम ज्योति भएको थाहा पाए । लगभग चालीस मिनेटको उडान यात्रा थियो र तीन-चार मिनेटको कुराकानी मात्र गरे पनि निकै गहिरो छाप परेको लुले बताए । यात्रापछि लु वै चेले ज्योतिसँग सम्पर्कमा रहने माध्यम सोधेनन् ।

'त्यसबेला मेरो विचारमा अनौठोपन आयो । किनभने त्यो वायुसेवा सानो भएकाले फेरि पनि सहजै भेट्न सकिने विचार गरें । अर्कोतिर मेरो मनमा कुनै नराम्रो विचार पनि थिएन । मैले ज्योतिको सुन्दरतालाई मात्र मन पराएको हो ।'

'काम सम्पन्न गरी फर्किने बेला फेरि पनि मैले विमानमा साँच्चिकै ज्योतिलाई भेट्न पाएँ । त्यसै गरी हामी दुई जनाले फेरि पनि कुराकानी गर्‍यौं । तर त्यसपटक त्यति भाग्य जुरेन, हामी दुईको सिट नजिक थिएन । त्यसैले दुई जनाबीच छोटो बातचित भए पनि चालीस मिनेटको यात्रापछि दुवै जनाले बिदाइ गर्‍यौं । मैले उनको सम्पर्क नम्बर पनि सोधिनँ', लुले अफसोस मान्दै भने ।

त्यसपछिको हरेक पटकको नेपाल यात्राको क्रममा आन्तरिक उडानको बेला लु वै चेले सधैं नै बुद्ध एयरलाइन्स छान्दै आएका छन् । तर उनको सुन्दरी ज्योतिसँग भने भेट भएन । 'आउँदा दिनमा पनि नेपाल गएमा बुद्ध एयरलाइन्स नै छान्ने छु र ज्योतिसँग फेरि भेट्ने आशा गर्छु', लुले भने ।

लु वै चेले तेस्रो पटकको नेपाल यात्राको क्रममा बुद्ध एयरलाइन्सको एउटा विमान काठमाडौं नजिकै खसेर दुर्घटना भएको थाहा पाए । त्यस बखत उनलाई निकै चिन्ता लागेको थियो ।

'ज्योतिका लागि मलाई ज्यादै चिन्ता लाग्यो । त्यो विमानमा ज्योति छ कि छैन ? चीन फर्केर मैले इन्टर्नेटमा दुर्घटनासम्बन्धी फोटोहरु पत्ता लगाएँ । दुर्घटनामा परेको विमान र पहिला मैले चढेको विमान एउटै हो । यसले अझै चिन्ता बढ्यो । त्यसपछि मैले नेपाली साथीमार्फत उक्त कुरा सोधें । म फोटोग्राफी मन पराउँछु । त्यसैले मैले वेबसाइटमा बुद्ध ज्योतिलाई सुरक्षा गर्नुहोस्- सम्झनामा नेपालको यात्रा शीर्षकमा अनेकन ज्योतिसित सम्बन्धित फोटोहरु प्रकाशित गरें । यो तरिका मार्फत् ज्योति सुरक्षित हुने आशा गर्छु ।'

हाल पनि लु वै चेले ज्योतिको कथा याद गरिरहन्छन् । यो नेपालको यात्रामा सबैभन्दा गहिरो छाप भएको उनले व्यक्त गरेका छन् ।

'हाल ज्योति सकुशल, स्वस्थ र खुशीयाली रुपमा आफ्नो मातृभूमिमा जीवन बिताइरहेकी छिन् भन्ने मेरो आशा छ' -उनले भने ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

परिवारका साथमा उस्ताद कृष्णभक्त महर्जन

हङकङका नेपाली उस्ताद

१३ वर्ष लामो हङकङ बसाइपश्चात प्रख्यात उस्ताद कृष्णभक्त महर्जन पहिलो पल्ट नेपालमा दशैं मनाउन आएका छन् । हङकङ आइडी समेत पाइसकेका उस्ताद महर्जनका साथमा यो वर्ष पत्नी दिलमाया, छोरा सुरेश र छोरी सोनम समेत नेपाल फर्केका छन् । ललितपुरको सुनाकोठी स्थायी बासिन्दा उस्ताद महर्जनलाई अरूबेला दशैंमा सपरिवार नेपाल आउने साइत कहिले पनि जुरेको थिएन । यो वर्ष जुरेकोमा निक्कै खुसी देखिएका छन् ।

हङकङमा सीमित नेपाली समाजमा दशैं मनाउने गरे पनि हरपल नेपालमा आफ्नै घर-समाजमा दशैं मनाएको पुरानै यादले कयौंपल्ट मर्माहत बनेका उस्ताद महर्जनले यसपालि दशैं मज्जाले आफ्नै गाउँठाउँमा मनाउन लागेकोमा निक्कै हर्षित देखिएका छन् । काम तथा बाध्यताले जहाँ-जता पुगे पनि आखिर नेपालीहरूको मन नेपालमा नै बढी रम्ने गर्छ । जसको आफू एकजना पनि प्रमुख साक्षी भएको उस्ताद महर्जन बताउँछन् ।

तीसको दशकमा उस्ताद पिता रामगोपाल महर्जनको काखमा तबला लगायतका विभिन्न बाजा सिकेका महर्जनलाई त्यसै कलाले नेपालमा मात्र नभई हङकङमा समेत बेग्लै परिचय दिलायो । हङकङको आइडी होल्डरसमेत बनायो । प्रख्यात उस्तादको उपनाम पाएका उनी नेपाल र हङकङमा मेधावी गीतकार तथा संगीतकारको रूपमा पनि परिचित छन् ।

सयौं गीत तथा संगीतका स्रष्टा महर्जनको एकल सांगीतिक कृतिको

रूपमा 'नेपाली छोरी' नामक गीति-एल्बम गत वर्ष नै नेपाल र हङकङबाट एकसाथ सार्वजनिक भइसकेको छ । उक्त एल्बममा महर्जनकी छोरी सोनम महर्जनको एकल गायनमा ख्यातिप्राप्त कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठ र गायक दीपक लिम्बूको सहगायन पनि रहेको छ । नेपाली-छोरी बोलको टाइटल गीतमा अर्का ख्यातिप्राप्त उस्ताद संगीतकार मनराजा नकर्मीको संगीत रहेको भए पनि बाँकी सबै गीतको रचना तथा संगीत महर्जनकै रहेको छ ।

यस दशैं अवधिमा नेपालभाषाका केही गीत आफ्नै गायनमा रेकर्ड गरेर हङकङ फर्कने सोचमा रहेका उनका दुई सन्तान सुरेश र सोनम पनि उनकै पथमा रहेका छन् । छोरा सुरेश राम्रा ड्रमर हुन् भने छोरी सोनम राम्रो स्वरकी धनी गायिका हुन् अनि पत्नी दिलमाया कुशल डान्सर । कुनैबेला काठमाडौं उपत्यकामा डबली नाटकको वाहवाही भएको बेलामा आधा रातसम्म डबली नाटकहरूमा अभिनय गरेर नथाक्ने कलाकारका रूपमा पनि उनलाई लिइने गरेको छ ।

महिला कलाकारको भूमिका स्वयम् पुरुष कलाकार आफैले निर्वाह गर्नुपर्ने चालिसको दशकमा तारा हिरोइनको भूमिका गर्दा उनलाई साँच्चै तारा हिरोइन भनेर डबली नाटक सकेपछि पिछा गर्ने तन्नेरीदेखि बूढाहरूको हर्कतले हैरान बनेको त्यो पललाई समेत रोमान्टिक मूडमा उनले सम्झेका छन् । रेडियो नेपालमा समेत तबला बादकको त्यो बेलाको रहरलाग्दो जागिर तथा साँझतिर काठमाडौंका विभिन्न क्यासिनो तथा गजल रेष्टुरेन्टमा गायक गणेश पराजुली र गायिका यशोदा पराजुलीका साथमा बाद्यबादकको रूपमा काम गर्दागर्दै कुलप्रसाद गुरुङको अफरमा पराजुली दम्पतीका साथमा हङकङ पुगेका उनलाई हङकङले नाम-दाम तथा प्रतिष्ठा सबै दियो ।

हङकङमा नेपालबाट कार्यक्रम लिएर आउने अम्बर गुरुङदेखि दीप श्रेष्ठ र दीपक लिम्बू, राजेश पायल राईसम्मका कार्यक्रमहरूमा बाद्यबादक बनेर सघाउने कार्य उनीबाट भएको छ । हङकङको जोडर्नमा बस्ने उनले पहिला जस्तो दैनिक होटल तथा रेष्टुरेन्टमा कमै बाजा बजाउन थालेका छन् ।

विगत चार वर्षयता हप्ताको एकपल्ट मात्र त्यहाँको होटलमा बाद्यबादक बनेर काम गरिरहेका उनी अधिकांश समय त्यहाँको होटलमा सेफको जागिरेमा व्यस्त बनिरहेको बताउँछन् । फुर्सद पाउनासाथ गीत-संगीत र स्थानीय नेपाली कम्युनिटीकै कार्यमा व्यस्त हुने भएकोले पनि नेपालमा फुर्सदले दशैं मनाउन आउन पनि तेह्र वर्ष कुर्नु परेको यथार्थ उनले खोलेका छन् ।

श्रेय ब्याण्डको दशैं फ्युजन

दशैंकै अवसरमा बाजाहरूको फ्युजन ब्याण्डको रूपमा छोटो समयमा काठमाडौंमा लोकप्रियता हासिल गरेको श्रेय ब्याण्डका तन्नेरी बाद्य कलाकारहरूले दशैं जमाउने भएको छ । दशैं अवधिभर मालश्री रागमा वेस्टर्न टच गरेर फ्युजन धुनले काठमाडौंलाई तरंगित बनाउने योजना श्रेय ब्याण्डले बनाएको छ ।

गत वर्षको नोभेम्बर ८ मा स्थापना भएको उक्त ब्याण्डले फूलपातीको दिनमा ब्याण्डकै नामबाट श्रेय नामक विभिन्न क्लासिकल तथा वेस्टर्न र इस्टर्न बाजाहरूको फ्युजन संगृहीत धुनको एल्बम बजारमा ल्याउने पनि जनाएको छ । काठमाडौंको साँखु, वसन्तपुर, लगनटोल लगायत धादिङको धादिङबेंसीमा समेत कन्सर्ट दिइसकेको श्रेय ब्याण्डमा बाँसुरीमा नवीन महर्जन र दिनेश महर्जन, लिड गितारिष्ट र बेस गितारिष्टमा कुमार रूम्बा र वर्षा महर्जन रहेका छन् ।

तबलालगायतका बाजामा रोशन महर्जन र आशीष महर्जन रहेका छन् । फ्युजन म्युजिकको आकर्षणबाटै दोस्ती बढेपछि श्रेय ब्याण्डको स्थापना गरेर धुनको संगीतलाई नौलो मोड दिने कार्यमा आफूहरु तल्लिन भएर लागिरहेको उनीहरूले बताए ।

Quality education offers
real life skills for a life time.
We not only claim, but prove it.

Since 2001

An Institute for Career Building

admission OPEN

Faculty of **Management**

• BBA • BCIS • BHCM • BBA-BI

Faculty of **Science & Technology**

Bachelor of Science in Medical Microbiology **B.Sc. MM**

B.Sc. MB Bachelors of Science in Medical Biochemistry

Managed By: Nobel Group
• **Nobel College**
• **Nobel Hospital**
• **Nobel Academy**

NOBEL COLLEGE
Affiliated to Pokhara University

NOBEL COLLEGE
2001
KNOWLEDGE IS POWER

Under the Management of
Nobel College of Health and Education Foundation
NCHEF

Sinamangal, Kathmandu, Nepal
Tel: 4110525, 4110590, 2062330
Fax: 4110880, GPO Box: 10420
E-mail: infocollege@nobelcollege.edu.np
www.nobelcollege.edu.np

nobelcollege2001

A COLORFUL FUTURE AHEAD

Unique Chance to Change Your Parlour to Beauty Academy

Get Experienced, Successful, Professional Make Up, Artist/Hair Stylist as your mentor

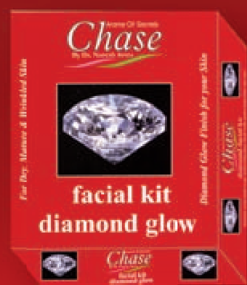
SILVER FACIAL KIT

FACIAL KIT FOR BLEMISHED SKIN

GOLD FACIAL KIT

HAIR KIT FOR SPA

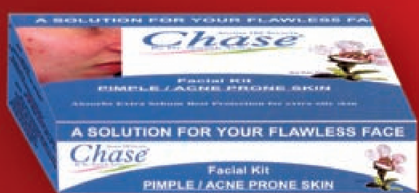
FRUIT FACIAL KIT



DIAMOND GLOW FACIAL KIT

BODY KIT FOR SPA

PEARL FACIAL KIT



Facial Kit
PIMPLE / ACNE PRONE SKIN

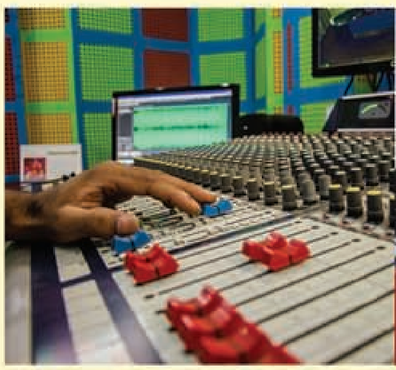
Facial Kit
INSTANT GLOW

Impulse Trading Pvt. Ltd.

Khichapokhari, Kathmandu, Nepal | Phone: 977-01-4254081

Biratnagar	Butwal	Narayanghat	Rajula Manandhar
Aryan Store	Shree Asta Vinayak Traders	Aakriti Sukriti Beauty Parlour	Charm Beauty Care & Training Center
Ramesh- 9842088845, 9842494727	Santosh- 9807495773	9845244451	Banepa, Kavre. 9841735752/011662285

जि.प्र.का. काठमाडौं द.नं. २१६/२०७०/०७१



capitalFM™
92.4 cent percent yours.....

Capital FM 92.4 MHz (Malikarjun FM Pvt. Ltd.)
P.O.Box 11276, New Baneshwor, Kathmandu
Phone +977-1-4475345, 4475346
Fax: +977-1-4475344, E-mail: info@cfmonair.com

www.cfmonair.com