Vol. 2, Issue 20, June-July, 2015
HOT NEPAL Monthly
हट नेपाल
वर्ष २, पूर्णाङ्क २०, असार २०७२, मूल्य रू ३०।-
पल्लवी पलायनको रहस्य
भूकम्पले क्षतिग्रस्त यौन जीवन
च्याकी च्यानको नेपाल भ्रमण
गर्मीको ग्ल्यामर

TISSOT LADY POWERMATIC 80. AUTOMATIC MOVEMENT AND A MOTHER-OF-PEARL DIAL. 80 HOURS OF POWER RESERVE. **INNOVATORS BY TRADITION.**

TISSOT.CH

SULUX CENTRE
Hotel Woodland Complex, Durbarmarg

TISSOT
LEGENDARY SWISS WATCHES SINCE 1853

Branches:
Bluebird Mall, Tripureshwor
Bhatbhateni Super Market, Bhatbhateni

Our Pride...
NEPAL'S #1
Khukri
XXX Rum
Khukri
Rum
Nepal's Finest Rum Since 1959
खुकुरि XXX रम
Khukri
XXX Rum
An exeellent and smooth rum
fully matured in oak vats
PRODUCE OF NEPAL
Distilled, Blended & Bottled By
THE NEPAL DISTILLERIES PVT. LTD.
KATHMANDU, NEPAL
www.khukrirum.com
Since
1959
THE NEPAL DISTILLERIES PVT. LTD.
KATHMANDU
The Nepal Distilleries (P) Ltd.

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

Vol. 2, Issue 20, June-July, 2015 HOT NEPAL Monthly

हट नेपाल

वर्ष २, पूर्णाङ्क २०, असार २०७२

मनोरञ्जन र जीवनशैली मासिक

आवरण तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

प्रधान सम्पादक
व्याकुल पाठक

सम्पादक
श्याम स्मृत

फोटोग्राफर
कविन्द्रमान शाक्य
आशाकाजी महर्जन, शरद महर्जन

ग्राफिक/लेआउट
श्याम स्याङ्बो

प्रबन्ध निर्देशक
कल्पना उप्रेती

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

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

मुद्रक
एक्टिभ प्रिन्टिङ प्रेस
गल्कोपाखा, काठमाडौं

प्रकाशक
ड्रिम नेपाल पब्लिकेसन्स प्रालि
गोंगबु, काठमाडौं
फोन : ०१-४३५६१४१

१४ भूकम्पले क्षतिग्रस्त यौनजीवन

भूकम्पयता नगरकोट तथा धुलिखेल जाने जोडीहरूमा निकै कमी आएको छ । नगरकोट तथा धुलिखेल पुग्ने जोडीहरु अहिले काठमाडौं बाहिर नै जान थालेका छन् ।

भाइरल कृषि २०

केही वर्षदेखि राज्यले कृषिलाई उच्च प्राथमिकतामा राखेको छ। विश्व बैंक र एसियाली विकास बैंकले सक्दो सहयोग गरिरहेका छन् । हरेक उमेरका व्यक्तिहरु कृषिमा होमिएको अवस्था छ। फरक पेसाका व्यक्तिहरु पनि कृषिप्रति लालायित छन्। हरेक मिडियाले कृषिका सकारात्मक सन्देश प्रवाह गरिरहेका छन् ।

२२ पल्लवी पलायनको रहस्य

नायिकाको ग्ल्यामरस लाइफलाई लुकाएर आजभन्दा १० वर्षअगाडि सन् २००५ मा अष्ट्रेलिया हुँदै पल्लवी सिंगापुर पुगेकी थिइन् । उनको सिंगापुरमा काम गर्ने खासै सोच थिएन । अष्ट्रेलियामा स्टुडेन्ट भिसामा मेनेजमेन्ट पढ्न गएकी थिइन् ।

करिश्मा र गौरी अभिनयको तीस वर्ष २९

तीस वर्षको अभिनय यात्रामा केही वर्ष गौरी र करिश्माको अमेरिका बास भयो भने त्यसपछि दुवै नेपाल फर्किए । कुनैबेला गौरीको अगाडि करिश्मा राम्री भन्नेहरु उमेरको उकालोमा आएर करिश्मा अगाडि गौरी पनि गजबकै देखिएकी छन् भन्नेहरूको पनि कमी देखिंदैन ।

४० पोखरामा पर्यटन संगीत

महाभूकम्पपछि शिथिल बनेको नेपालको पर्यटन व्यवसायलाई गति दिन पोखराका पर्यटन व्यवसायीले लेकसाइडमा 'पुनर्जागरणका लागि संगीत' सम्पन्न गरेका छन् ।

Registration number **DAO KTM 216/070/71** | **Hot Nepa**l, 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

गर्मी र ग्ल्यामर

विनाशकारी भूकम्पयता गर्मी निकै बढेको छ । जेठको अन्तिम हप्तासम्ममा काठमाडौंको तापक्रम नै ३४ डिग्रीसम्म पुगेको छ । यसलाई जलवायु तथा मौसम विज्ञान विभागले तीन वर्षयताकै उच्च तापक्रम भनेको छ । एकातिर परकम्पको मार खेपिरहेको अवस्थामा प्रचण्ड गर्मी झेल्न नेपालीहरु अहिले बाध्य भएका छन् । केही वर्षयताकै बढी गर्मी यस वर्ष भएपछि तराईवासीका साथै काठमाडौं निवासी तथा पहाडका जनतालाई पनि हम्मे परेको छ । विगत वर्षहरूमा जेठको अन्तिम साताबाट प्रि-मनसुन सुरू भइसक्ने भए पनि यस वर्ष त्यस्तो देखिएको छैन । त्यसैले यो गर्मी अझै लम्बिने अनुमान गर्न सकिन्छ । यो वर्ष मनसुन ढिला हुने जलवायु तथा मौसम विज्ञान विभागको अनुमान सही निक्लेमा काठमाडौंमा अझ गर्मी बढ्ने निश्चित छ । गर्मीले उडुस, उपियाँ, साङ्ला, लामखुट्टेको प्रकोपले विभिन्न रोगहरु पनि निम्त्याइरहेको छ । विभिन्न स्थानमा प्रचण्ड गर्मीले दुलोमा रहेका विषालु सर्पसमेत बाहिर आउन थालेकाले दिनचर्या कठिन हुँदै गएको । विषालु सर्पले डस्दा कतिपयको ज्यान पनि गइसकेको छ । अर्कोतर्फ चर्को घामसँगै दिनमा बाहिर निक्लन नै कठिन हुन थालेको छ । दिउँसो काममा जानुपर्नेहरूले त धेरै नै गर्मीको मार खेप्नु परेको छ । यति धेरै गर्मी बढेपछि गर्मीबाट छुटकारा पाउनका लागि चिसा पेय पदार्थ तथा बरफ-कुल्फी र आइसक्रिम लगायतको विक्रीमा वृद्धि भएको छ ।

गर्मीबाट मुक्ति पाउन नसकेको अनुभव गर्नेहरु विभिन्न पौडी पोखरीमा रम्न थालेका छन् । अत्यन्त झिना स्वीम सुटका साथमा पौडी पोखरीको पानीमा डुबेर शरीरलाई चिसो बनाउनेहरूको प्रतिस्पर्धा नै हुने गरेको छ । त्यस्तो प्रतिस्पर्धाले पौडी पोखरीको व्यापारमा वृद्धि भएको छ । अग्ला तारे होटलका छतमा रहेका पौडी पोखरीमा भन्दा जमिनमा रहेका पोखरीमा रमाउनेहरु बढी देखिएका छन् । भूकम्पयता होटलका अग्ला भवनमा गएर पौडी खेल्नेहरु जमिनमा रहेका पौडी पोखरीमा नै रमाउन थालेका छन् । वैशाख १२ को शक्तिशाली भूकम्पपछि अहिलेसम्म दिनहुँ परकम्प जान नछाडेकोले सुरक्षाको दृष्टिकोणले जमिनमा रहेका पौडीपोखरीमा रम्नु बुद्धिमानी हो । भूकम्पको कारण अग्ला भवनहरूमा चढ्न नै डराइरहेको वर्तमान अवस्थामा होटलका अग्ला भवनमा रहेका पौडी पोखरीहरूलाई जमिनमा सार्नुपर्ने टड्कारो आवश्यकता देखिएको छ । कतिपय तारे होटलहरूले जमिनमा नै पौडी पोखरी बनाउन थालेको पाइएको छ । कतिपय होटलहरूमा जमिनमा नै पौडी पोखरीहरु पूर्ववत रूपमा रहेको पाइएको छ । गोपनीयता, सुरक्षा तथा स्वतन्त्रतापूर्वक पौडीमा रमाउन खोज्नेहरूको चाहनालाई भूकम्पको त्रासले अग्ला भवनबाट जमिनको खुल्ला स्थानमा स्थानानान्तर गरेको छ । यो स्वाभाविक भए पनि कतिपयलाई यतिखेर अस्वाभाविक पनि बनेको पाइएको छ ।

यो गर्मी याममा मानिसको पहिरनमा पनि परिवर्तन आएको छ । गर्मीको नाममा सडक-बजारमा अत्यन्त पातला पहिरन लाउनेहरु पनि देखिएका छन् । गर्मीको नाममा चाहेर हो या नचाहेर ग्ल्यामरस बन्नेहरूको पनि स्वाभाविक या अस्वाभाविक रूपमा अपत्यारिलो प्रतिस्पर्धा नै भइरहेको छ । गर्मीको नाममा देखिएका यस किसिमको प्रतिस्पर्धाले पहिरनको विक्री वृद्धि भएको छ । यो मौसममा पातला, छोटा, मसिना कपडा लगाउनु गर्मी छल्ने उपाय हुनसक्छ तर यो प्रवृत्ति शरीर प्रदर्शनतिर गयो भने त्यसले विकृति निम्त्याउँछ । त्यसैले यस विषयमा खासगरी युवा जमात बढी नै सचेत हुनु आवश्यक छ । अर्कोतर्फ यो गर्मी याममा खानेकुरामा पनि धेरै ध्यान दिनु आवश्यक छ । जथाभावी बासी खानेकुरा खानु हुँदैन भने झीँगा भन्किएका खानेकुरा पनि खानु हुँदैन । पानी पनि उमालेर चिसो बनाएर मात्र खानु राम्रो हुने सन्देश चिकित्सकहरूले प्रवाह गरिरहेका छन् । सबै मौसममा नै बाहिर जथाभावी बेचिरहेका खानेकुरा खानु हुँदैन तर यो गर्मीमा छिटै रोगले समात्ने र खुला ठाउँका खानेकुरामा रोगका किटाणु छिट्टै प्रवेश गर्ने भएकाले त्यस्ता खानेकुराबाट अलग हुनु आवश्यक छ । गर्मी याममा शुद्ध पानी पर्याप्त पिउनु पर्दछ । पानीको पर्याप्त आपूर्तिले शरीरलाई गर्मी याममा स्फूर्त बनाउने गर्दछ । गर्मीमा पौडी खेल्दा शरीर स्वस्थ हुनुका साथै शीतलता पनि प्राप्त गर्न सकिने भएकोले प्राकृतिक रूपमा उपलब्ध खोलानाला, पोखरी तथा शहरबजारमा खुलेका स्वीमिङ पुलमा आफूलाई कहाँ सहज हुन्छ र पायक पर्छ, यसको उपयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

दिउँसो काममा जानुपर्नेहरूले त धेरै नै गर्मीको मार खेप्नु परेको छ । गर्मीबाट छुट्कारा पाउन मानिसहरु पौडी पोखरीको सहारा खोज्न थालेका छन् । होटलका अग्ला भवनमा गएर पौडी खेल्नेहरु अहिले जमिनमा रहेका पौडी पोखरीमा नै रमाउन थालेका छन्। गोपनीयता, सुरक्षा तथा स्वतन्त्रतापूर्वक पौडीमा रमाउन खोज्नेहरूको चाहनालाई भूकम्पको त्रासले अग्ला भवनबाट जमिनको खुल्ला स्थानमा स्थानानान्तर गरेको छ ।

व्याकुल पाठक
प्रधान सम्पादक

■ नन्दीकेशर बगैंचाको राहत

भूकम्पले मान्छेलाई मार्ने होइन । मान्छेले बनाएका संरचनाले मार्ने हो । भूकम्प त आउने र जाने गर्दछ । यो प्राकृतिक नियमभित्र पर्दछ । भूकम्प आउँछ भन्ने सोचमा नै मान्छेले संरचना तयार गर्न आवश्यक भैसकेको छ । काठमाडौंकै कुरा गर्ने हो भने भूकम्पबाट भत्काउने मानव निर्मित संरचनाबाट बच्ने स्थानको काठमाडौंमा निकै अभाव रहेको छ । यसले गर्दा महाभूकम्पमा परेर काठमाडौंमा मात्र १ हजारभन्दा बढीले ज्यान गुमाउनु परेको छ । हजारौं घाइते बनेका छन् । विनाशकारी भूकम्पबाट बच्नको लागि खुल्ला स्थान अत्यावश्यक छ । अव्यवस्थित घरै-घरको संरचनाले असुरक्षित बनेको काठमाडौंमा खुल्ला स्थान पाउन निकै कठिन छ । यस अवस्थामा काठमाडौंको नक्सालमा रहेको नारायणचौरस्थित नन्दीकेशर बगैंचा भूकम्प पीडितहरूका लागि राम्रो आश्रयस्थल बनेको छ । यस स्थलको बारेमा यथार्थ जानकारी दिने कार्य हट नेपालको अंक १९ मा भएको छ । नन्दीकेशर बगैंचालाई भूकम्पबाट पीडित बनेको बेलामा मैले पनि आश्रय स्थलको रूपमा प्रयोग गर्न पाएँ । काठमाडौंमा रमणीय पर्वत जस्तो लाभदायक सुन्दर बगैंचाको परिकल्पना गर्ने कवि एवम् कलाकार नरेन्द्रबहादुर श्रेष्ठ लगायतलाई धन्यवाद भन्न चाहन्छु ।

– सुमन प्रधान, बालुवाटार, काठमाडौं

■ उपयोगी जानकारी

अहिले गर्मीको याम रहेको छ । यस याममा बाहिर निस्कँदा घामले छालालाई असर पार्ने गर्छ । गर्मीमा छालामा विभिन्न समस्या आउने गर्दछ । समयअनुसार छालाको राम्ररी स्याहार गर्ने कार्य हामीले गर्नु आवश्यक छ । प्राकृतिक रूपमा छालाको स्याहार गर्नका लागि कम्तिमा नै दैनिक ८ देखि १० गिलाससम्म पानी पिउनु अत्यन्त जरूरी छ । सकेमा यसभन्दा बढी पानी पिए अझ राम्रो ! कस्मेटिक प्रयोग गर्दा यस याममा वाटरबेसको प्रोडक्ट प्रयोग गर्नु लाभदायक हुन्छ । छालाको प्रकार हेरेर कम्प्याक्टको प्रयोग गर्नुपर्दछ । सनस्किनको प्रयोग गर्दा वाटर प्रुफ वा ओइल फ्रिको प्रयोग गर्नुपर्दछ । दिनहुँ नुहाउँदैमा तथा मेकअप गर्दैमा मात्र छाला सफा हुने होइन । यसको लागि दैनिक खानपान तथा दिनचर्यामा पनि ध्यान पुऱ्याउन अत्यावश्यक छ । म आफै पनि ब्युटीसियन भएकीले ब्युटी बन्न सबैलाई असली कस्मेटिक प्रयोग गर्न आग्रह गर्दछु । गर्मी याममा स्वच्छ तथा सफा पानी सकभर बढी पिउने गरेमा स्वस्थ बन्न सकिन्छ । हट नेपालको अंक १९ मा ब्युटी टिप्समा यही कुरा उल्लेख भएको पाएँ । यो पढेर खुसी लाग्यो । अनि यति उपयोगी जानकारी सरल भाषामा पस्किने हट नेपाललाई धन्यवाद भन्न मन लाग्यो ।

– शान्ति श्रेष्ठ, अनामनगर, घट्टेकुलो

■ रेखा थापालाई सलाम

रेखा थापालाई नायिका भन्न मन लाग्न छाडेको रहेछ । नायिका भन्दा माथि उक्लेर काम गर्न तल्लिन देखिएकी छन् । मुलुक महाभूकम्पकले तहस-नहस भएको अवस्थामा नायिका मात्र बनेर दुई पोका चाउचाउ र एक बोरा चामल भूकम्प पीडितहरूलाई कसैले दिएको राहत बाँडेर शो-पिस बन्ने रेखाको उद्देश्य होइन रहेछ । नायिकाको नाममा राजनीति गर्ने नेतादेखि सरकार समेतले त्यसरी प्रयोग गरिरहेको रेखालाई पटक्कै मन परेको रहेनछ । यी यावत् विषयलाई इंगित गरेर नायिका रेखा थापाको बारेमा तयार पारेको विशेष आलेख समय-सान्दर्भिक लाग्यो । रेखा थापाको नायिकाबाट माथि उठेर मुलुक सेवामा काम गर्ने चाहनालाई सलाम भन्न चाहन्छु ।

– सोना पिया, दमौली, तनहुँ

■ नेपाली सेलिब्रिटीको पहिरन लिलामी

नेपाली नायिकाहरूको पहिरनको लिलामी विदेशमा जस्तो भएमा धेरैले कसको पहिरन खरिद गर्ला भनेर कसैले सर्वेक्षण गरेमा सही निष्कर्ष निक्लन कठिन हुने देखिएका छ । नेपाली चलचित्रप्रति पहिलाजस्तो नेपाली दर्शकले त्यति धेरै रूचि देखाउन छाडेकाले कतिपयले नेपाली नायिकाहरूलाई चिन्नै छाडेको पाइएको छ । पुरानाको तुलनामा नयाँ नायिकाहरूलाई नेपाली दर्शकले खासै मतलब गरेको पनि पाइएको छैन । नयाँको तुलनामा पुराना नेपाली चलचित्रका कलाकारकै माग रहेको पाइन्छ । नेपाली पहिरनको लिलामी भएको खण्डमा पुरानै कलाकारका पहिरन लिलाम हुने दाबी सहितको खोजमूलक लेख हट नेपालमा पढ्न पाउँदा मज्जा लाग्यो । यस्तै रमाइला लेखहरूको आगामी अंकमा पनि अपेक्षा गर्दछु ।

– राकेश भुजेल, हेटौंडा

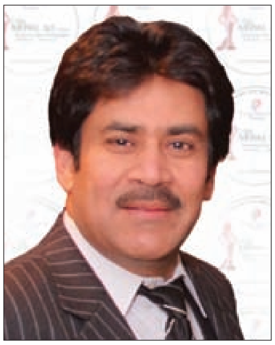
■ ओम विक्रम विष्टको तेस्रो विवाह

नेपाली पप संगीतका सम्राट ओमविक्रम विष्टको अमेरिका बसोबास र तेस्रो विवाह तयारीका बारेमा हट नेपाल अंक १९ मा प्रकाशित खबर रमाइलो लाग्यो । अमेरिकाको ग्रीनकार्ड लिएपछि ओमविक्रम नेपालमा भन्दा बढी अमेरिकामा व्यस्त बनेका छन् । तर, ओमविक्रमजस्तो प्रतिभाशाली गायक अमेरिका पलायन हुनु निश्चय पनि राम्रो होइन ।

– सुशील खनाल, बुटवल, नयाँबजार

सम्पर्क hotdreamnepal@gmail.com www.facebook.com/hotnepalmagazine @HotNepalMag

सरोज खनाल नेपाल फर्के



१७ वर्षअघि मर्नका लागि नेपाल फर्कन्छु भनेर अमेरिका गएका नायक सरोज खनाल सदाका लागि नेपाल फर्केका छन् । विनाशकारी भूकम्प गएको बेला नेपालमा नै रहेका नायक खनालको मनमा आएको विचलनसँगै अमेरिका गएर परिवारसँगै नेपाल फर्केका हुन् । अमेरिकामा नै रहेका गायक कर्णदासले सरोज खनालको नेपाल फिर्तीले आफूलाई पनि नेपाल फर्कन प्रेरित गरेको बताएका छन् । करिअरको लागि भनेर नेपालबाट अमेरिका गएका नायक खनाल बेला बेलामा नेपाल आते-जाते गरिरहने गर्दथे । चितवनमा खनाल पोल्ट्री फार्म खोलेर अमेरिकाबाटै नेपालमा वर्षौंदेखि व्यापार गरिरहेका नायक खनालले सदाका लागि अमेरिका छाड्ने निर्णय लिएर स्वदेश फर्केको बताएका छन् । अमेरिकामा आधिकारिक रूपमा नै सदाका लागि बिदावारी भएर आएका नायक खनाल नेपालमा चलचित्रको पूर्ववत अभिनयमा फर्कने तयारीमा छन् । उपयुक्त समयमा चलचित्र निर्माण गर्ने घोषणा समेत खनालले गरेका छन् । खनालको जेठो छोरा अमेरिकामा यूएस आर्मीको जागिरे भएकाले अबको ७ वर्षपछि मात्र नेपाल फर्कने भएका छन् । कान्छो छोरो र पत्नीसहित नेपाल फर्केका खनालले नेपालमा भूकम्प पीडितहरूका लागि २० लाख बराबरको राहत सहयोग प्रदान गरेका छन् ।

एलिसा भइन् टेष्टी-टेष्टी मिस एसएलसी

अरनिको बोर्डिङ स्कुल धरानकी १६ वर्षीया एलिसा लिम्बूले टेष्टी-टेष्टी मिस एसएलसी-२०१५ को ताज जितेकी छन् । धरानस्थित बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानको दशहरा हलमा सम्पन्न फाइनलमा अन्य १७ प्रतिस्पर्धीलाई उछिन्दै उनी दोस्रो मिस एसएलसीको ताज पहिरिन सफल भएकी हुन् । 'भर्खरै गएको भूकम्पले धेरै सम्पदा र धनजनको क्षति भएको छ, मिस एसएलसी हुनुको नाताले भूकम्प प्रभावितहरूका लागि तपाईंको के भूमिका हुनुपर्छ ?'-प्रतियोगिताको मुख्य निर्णायक रहेकी पूर्वमिस नेपाल मलिना जोशीले सोधेको प्रश्नमा एलिसाको आत्मविश्वासपूर्ण जवाफले उनलाई ताज पहिरायो । 'म एक्लैले गर्न सक्दिन, तर ममा आत्मविश्वास छ कि म यो गर्नसक्छु । मानिसलाई बाँच्न चाहिने तीन आधारभूत कुरा गाँस, बास र कपास हो, भूकम्प प्रभावित क्षेत्रमा यी आवश्यकतालाई पुऱ्याउनेछु र बच्चाहरूको सुरक्षाका लागि आवाज उठाउनेछु । किनभने अहिलेका बच्चाहरू नै भविष्य हुन्' -एलिसाको जवाफ थियो । उनले ताजसँगै नगद ३० हजार र ट्रफी हात पारिन् । साथै, डिपोट उच्चमाविमा एलिसाले प्ल टु अध्ययनका लागि पूर्ण छात्रवृत्ति पनि पाएकी छन् । प्रतियोगितामा नेहा श्रेष्ठ फष्ट रनरअप भइन् भने सुदिक्षा श्रेष्ठ सेकेण्ड रनरअप भइन् । फष्ट रनरअप नेहाले नगद २५ हजार र सेकेण्ड रनरअपले नगद २० हजार पाइन् भने दुवैलाई डिपोटमा प्लस टु अध्ययन गर्न ५० प्रतिशत छात्रवृत्ति पनि पाउने आयोजकले जनाएको छ । प्रतियोगितामा विजेता एलिसाले वेष्ट ड्रेसको अवार्ड पनि जितिन् भने कृपा श्रेष्ठले मिस फोटोजेनिक र नगद ५ हजारसहित मिस पपुलरको अवार्ड जितिन् । यस्तै, ज्योति बस्नेतले मिस ट्यालेन्ट, मिस ब्युटिफुलको अवार्ड हिना लिम्बू, मिस फ्रेण्डसिपको अवार्ड हाङमा लिम्बूले जितिन् भने मिस एक्टिभको अवार्ड अञ्जना तामाङले जितिन् । अजिता केसीले मिस क्याटवाक र मिस पर्सनालिटीको अवार्ड थापिन् ।

भारतीय व्यापारीसँग हर्षिकाको विवाह

नेपाली चलचित्रमा केही वर्षमा करियर बनाएकी नायिका हर्षिका श्रेष्ठको भारतीय व्यापारीसँग विवाह भएको छ । जेठ २७ गते नायिका श्रेष्ठको कोलकाताका व्यापारी प्रसुन झुनझुनवालासँग विवाह भएको हो । मारवाडी समुदायका व्यापारी प्रसुन र नेवार समुदायकी नायिका श्रेष्ठबीच दुवै समुदायको परम्पराअनुसार दुईपल्ट विवाह भएको छ । हर्षिका विवाहपछि भारत पुगिसकेकी छन् । हर्षिकाको प्रसुनसँग चिनजान भएको करिब ८ महिना मात्र भएको र छोटै अवधिको प्रेमलाई दुवैले विवाहमा परिणत गरेका थिए । नेपालमा नै चिनेका प्रसुनसँग भारत आतेजाते गर्ने क्रममा हर्षिकाको प्रेम झाँगिएको बताइएको छ । त्यसमाथि हर्षिका भारतमा दुर्घटनामा परेर उपचारार्थ बस्नुपर्दा प्रसुन र उनको परिवारले गरेको सहयोगले पनि यो विवाहप्रति हर्षिका चाँडै राजी बनेकी हुन् । त्यसको मतलब व्यापारी भनेर हतारमा बिहे गरेको अवश्य पनि होइन भनेर विवाहलगत्तै हर्षिकाले प्रतिक्रिया जनाएकी छन् । माया-प्रेमको अगाडि पैसाको खासै महत्व नहुने उनी बताउँछिन् । विवाहपश्चात पनि नेपाली चलचित्रको अभिनयलाई निरन्तरता दिने प्रतिबद्धता उनले जनाइन् ।

चीनको लियाजिङमा चौधरी समूहको होटल

चौधरी समूहको सिजी होटल्स एण्ड रिसोर्टले चीनको लियाजिङमा 'जिंक जर्नी अरोखाम्पा' नामक अत्याधुनिक रिसोर्ट सञ्चालनमा ल्याएको छ । चौधरी समूहअन्तर्गतको यस कम्पनीले चीनमा पहिलो पटक रिसोर्ट सञ्चालनमा ल्याएको जनाएको छ । लियाजिङ भ्रमणमा आउने पर्यटकका लागि यो रिसोर्ट पहिलो रोजाइ बन्ने कम्पनीले विश्वास लिएको छ । ऐतिहासिक शहरको संस्कृति, परम्परा, खानपान, रहनसहनलाई ध्यान दिएर होटल निर्माण गरिएको कम्पनीले जनाएको छ । युनेस्कोको विश्व सम्पदा सूचीमा रहेको लिजियाङमा यो रिसोर्ट छ । कम्पनीका अनुसार रिसोर्टमा आधुनिक सुविधा सम्पन्न कोठा रहेका छन् । उक्त रिसोर्टमा रोजाइअनुसारको डिलक्सदेखि राजकीय स्तरका सुइट बेड उपलब्ध रहेका छन् ।

नेपाली कलाकारको फेसबुक कीर्तिमान

हाल अमेरिकामा रहेका नेपाली कलाकार जसवन्त श्रेष्ठले अभिनय गरेको एक विज्ञापनले तहल्का मच्चाएको छ । फेसबुक कम्पनीले निर्माण गरेको उक्त विज्ञापनलाई हालसम्म ६ दिनमा ४ करोड १० लाखभन्दा बढीले हेरिसकेको जनाएको छ । यसभन्दा अगाडि यस्ता सामग्री २ करोड ७ लाखले हेरेको रेकर्ड रहेको थियो । नेपालमा रहँदा विभिन्न चलचित्रमा अभिनय गरेका कलाकार श्रेष्ठले अमेरिकामा रहेर विभिन्न प्रडक्टका विज्ञापनमा मोडलिङ पनि गर्दै आएका छन् । नेपालमा एक चलचित्र पनि निर्माण गरिसकेका श्रेष्ठको उक्त सफलताबाट अझ उनी हौसिएका छन् । नेपाल आएर अर्को चलचित्र बनाउने पनि उनको उद्देश्य रहेको छ ।

स्वजन रघुवंशीलाई कत्थकमा सफलता

भारतस्थित रामनगरी अयोध्याको रघुवंश अनादिकालमा नेपालमा आएर रघुवंशी बनेको रघुवंश पुराणमा उल्लेख छ । यिनै रामको कुल रघुवंशमा जन्मेका स्वजन रघुवंशीले यो वर्ष इलाहावाद विश्वविद्यालयले लिएको कत्थक नृत्य विषयमा सर्वोत्कृष्ट बनेर गोल्ड मेडल हासिल गरेका छन् । पाटनको मंगलबजारस्थित प्रसिद्ध देगु तलेजु मन्दिरका पुजारीसमेत रहेका गोल्ड मेडलिस्ट स्वजनको यो सफलता नेपालमा रहेका सारा रघुवंश परिवारकै गौरव बनेको छ । काठमाडौं र पाटनका आधा दर्जन स्कुलमा नृत्यको शिक्षकसमेत रहेका उनी नृत्यमा जीवन देख्छन् । नृत्यमा भगवान तथा आत्मसन्तुष्टि पाएको समेत उनी बताउँछन् । प्रत्येक वर्ष पाटन कृष्णमन्दिर डबलीमा आधा रातसम्म नचाइने कात्तिक नाचमा उषा र अप्सरा बनेर तहल्का मच्चाउने काम पनि विगत आधा दशकदेखि स्वजनबाटै हुँदैआएको छ । काठमाडौं जेसिजको समेत सक्रिय सदस्य उनी गत अप्रिल महिनामा काठमाडौं जेसिज अफ द मन्थसमेत बनेका थिए ।

गायिका रजिनाको विवाह

नेपाली समसामयिक गीत गायनमा पछिल्लो समय चर्चामा आएकी गायिका रजिना रिमालको विवाह भएको छ । नायिका हर्षिका श्रेष्ठले विवाह गरेको अघिल्लो दिन अर्थात जेठ २६ गते गायिका रिमालले पनि नेपालका चर्चित व्यापारिक घराना श्रेष्ठ टेलरिङका मालिक बीके श्रेष्ठका पुत्र विनोद श्रेष्ठसँग प्रेम विवाह गरेकी छन् । लामो समयको चुपचाप प्रेमलाई विवाहमा परिणत गरेकी गायिका रिमाल गत वर्षबाट निकै चर्चामा आएकी गायिका हुन् । चलचित्र 'नाइँ नभन्नु ल'को शीर्ष गीत लगायत मर्ने कसैलाई रहर हुँदैन, पागल म बन्न सक्छु, मर्ने बेला तिमी चै आउनु जस्ता दर्जनौं हिट गीतकी गायिका रिमालले विवाहपश्चात पनि गीत गायनलाई निरन्तरता दिने बताएकी छन् ।

गायक राजेश हमालको कमाल

मेसेन्जर ब्याण्डका गायक राजेश हमाललाई यसपालि भ्याइनभ्याइ भएको छ । भूकम्पपीडित क्षेत्रमा राहत बाँड्ने कार्यमा संयोजक भएर खटिंदै आएका छन् । हमालले काठमाडौं र काठमाडौं वरपरका धेरै स्थानमा राहत बाँड्ने कार्यमा सहयोग गरेका छन् । कतिपय चर्किएका तथा भत्किएका घरमा बस्नेहरूलाई उद्धार गरेर सुरक्षित स्थानमा राख्ने कार्यमा मद्दत गर्ने कार्य पनि हमालबाट भइरहेको छ । गायकको अलावा सामाजिक अभियन्ता समेत रहेका उनी हाल विनाशकारी भूकम्पपश्चात स्कुले विद्यार्थीहरूमा आएको मनोवैज्ञानिक असर मेटाउने प्रयासमा लागेका छन् । विभिन्न स्कुलहरूमा गएर ती स्कुलमा पढ्ने विद्यार्थीहरूलाई मनोवैज्ञानिक परामर्श दिनुको अलावा मनोरञ्जक कार्यक्रम गर्दैआएका छन् । नेपाल संगीत तथा नाट्य प्रज्ञा-प्रतिष्ठानले अगुवाइमा भइरहेको यस प्रकारका कार्यमा हमालको संलग्नता रहने गरेको छ । बौद्धस्थित जेनेसिस एकेडेमीमा भएको त्यसप्रकारको कार्यक्रममा हमालको गीतमा स्कुले विद्यार्थीहरु निक्कै झुमेको पाइयो । हमालको अलावा गायक प्रेम लामा, मोनिका दाहाल, हास्य-अभिनेता शिवहरि पौडेल, देवी पराजुली भोक लाग्यो तथा पप गायक प्रमोद निर्वाणले गीत तथा नृत्यमार्फत मनोरञ्जन दिएका थिए ।

गर्मीको ग्ल्यामर

मिसन-४२०, चियर्सजस्ता चलचित्रमा नायिका बनेर अभिनय गरिसकेकी मोडल कृष्टी पौडेलको लाइफमै पहिलो पटक बिकिनी सुटमा फोटो खिचाउँदा मज्जा लागेको प्रतिक्रिया दिएकी छन् । काठमाडौंको मूलपानीस्थित नर्लिङ रिसोर्टमा आयोजित कार्यक्रममा हट नेपालका लागि फोटोग्राफर कविन्द्रमान शाक्यसँग गरेको उक्त बिकिनी फोटो सुटले गर्मीमा राहत दिएको समेत उनले भनेकी छन् । स्वीमिङ पुलमा बिकनीको मज्जा नै बेग्लै हुने कुरालाई पनि उनले इंगित गरेकी छन् ।

मोडल : कृष्टी पौडेल
तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

वैशाख १२ को विनाशकारी भूकम्पयता काठमाडौंको तापक्रमा पनि निक्कै वृद्धि भएको छ । जेठको अन्तिम हप्तासम्ममा काठमाडौंको तापक्र ३५ डिग्री सेल्सियससम्म पुगेको मौसम विज्ञान विभागले जनाएको छ । पश्चिम तराईको भैरहवामा ४२ डिग्री पुगेको अवस्थामा काठमाडौंको तापक्रम ३५ डिग्री पुग्नु अनौठो चाहिँ होइन ।

प्रचण्ड गर्मीले गर्दा विभिन्न रोगको संक्रमण पनि बढेको पाइएको छ । बासी, सडेगलेका खानेकुरा खाँदा यो गर्मी मौसममा रोगले छिट्टै समाप्ने गर्छ । यो मौसममा धेरैभन्दा धेरै सफा अनि स्वच्छ पानी खाने बानी बसाल्नु आवश्यक भएको चिकित्सको सल्लाह छ । पानी पिउनु त छँदै छ, यो गर्मी मौसममा प्रायः पानीमा रमाउनेको प्रतिस्पर्धा नै हुने गरेको छ । पानीमा रमाउन व्यवस्था भएको विभिन्न स्वीमिङ पुलहरुमा मानिसको भीड नै लाग्ने गरेको छ । काठमाडौं नजिकको सांगास्थित फनपार्कमा बिदाको दिन तथा अन्य दिनमा पनि गर्मीबाट बच्न स्वीमिङ गर्न आउनेको भीड निक्कै हुने गरेको फनपार्क व्यवस्थापनले जनाएको छ ।

भूकम्पयता अग्ला तारे होटलमा रहेका महंगा स्वीमिङ पुलमा भन्दा ग्राउण्डमा रहेका स्वीमिङ पुलमा नै मज्जा लिनेहरु बढी देखिएका छन् । महाभूकम्पपछि लगातार गइरहेको परकम्पले गर्दा धेरैको मनमा चयन नभएकोले अग्ला होटलमा रहेका स्वीमिङ पुलमा स्वीमिङ गर्न डराउने गरेको त्रिपुरेश्वरस्थित जस्मिन स्वीमिङ पुलका निरज गुरूङ बताउँछन् ।

पाटनको कुपण्डोलस्थित सासा स्वीमिङ पुलमा भेटिएकी मिडिया पर्सन सिर्जना जोशी स्वीमिङ पुलमा केही घण्टा रम्दा पनि गर्मीबाट धेरै राहत मिल्ने बताउँछिन् ।

दशरथ रंगशालास्थित राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को स्वीमिङ पुलमा यो प्रचण्ड गर्मीमा हरेक दिनजसो मेला नै लाग्ने गरेको छ । स्वीमिङ गर्न लामो क्यू बस्नेको कमी नभएको काठमाडौं जिल्ला खेलकुद विकास समितिका प्रशासकीय प्रमुख लीलाराम बस्नेत जानकारी दिन्छन् ।

मोडल : ज्योति, तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

मोडल : विजया राई
तस्वीर : भेषबन्धु ढकाल
बन्धु फोटो ग्यालरी, घट्टेकुलो, काठमाडौं

सरकारले सर्वसाधारणका लागि व्यवस्थित रूपमा संचालित दशरथ रंगशालको पौडी पोखरीको अलावा बालाजु पार्कभित्रको पौडी पोखरीमा पनि रम्नेहरूको कमी देखिंदैन ।

अरू समयभन्दा गर्मीको समयमा पौडी पोखरीमा धेरैको भीड हुने भएकोले दिनहुँ सफाई गर्न आवश्यक भएको नेपालको पहिलो स्वीमिङ लाइफ गार्ड लेडी उमा राजभण्डारी बताउँछिन् । प्रचण्ड गर्मीका कारण लहलहैमा पौडी पोखरीमा रम्न आउनेहरु धेरै हुने गरेको र पौडी खेल्न नजान्दा कतिपयको पौडी पोखरीमा डुबेर दुर्घटना हुने संभावना भएकोले सचेत हुन पनि राजभण्डारी आग्रह गर्छिन् । स्वीमिङ सिकेर मात्र स्वीमिङ पुलमा जान आवश्यक रहेको स्वीमिङका टिचर ताराप्रसाद कसजू पनि बताउँछन् ।

कसजू स्वीमिङ पुलमा दिनहुँजसो स्वीमिङ सिकाएर प्रचण्ड गर्मीबाट आफूले राहत लिइरहेको जानकारी दिन्छन् । मोडल रचना लामालाई भने स्वीमिङ गर्न त्यति आउँदैन । यद्यपि, यो गर्मीमा घरैमा चिसो पानीको बाथटवमा डुबेर बस्नुको बेग्लै मज्जा रहेको सुनाउँछिन् । यद्यपि, भूकम्पको डरले पहिला जस्तो यसरी बस्न नसके पनि हतारमा पटक-पटक नुहाउने गरेको उनी बताउँछिन् ।

नायिका रोजा बेबी ढकाललाई पनि गर्मीमा मज्जाले पानीमा पौडन मन लाग्छ । खासै स्वीमिङ नआउने भएकोले जान नसकेको र घरैमा नुहाएरै गर्मीबाट बच्ने कोसिस गरिरहेको उनी बताउँछिन्।

प्रचण्ड गर्मीमा स्वीमिङ जानेहरूको भीडसँगै स्वीमिङ सुटको व्यापार पनि मौलाएको छ । फनपार्कमा रेडिमेड स्वीम सुट ३ सय देखि १ हजार २ सयसम्म पाइएको छ । फनपार्कमा स्वीमिङ गरेर फर्केकी अनिता नेपालले फनपार्कमा नै रेडिमेड स्वीमिङ सुट खरिद गरेर स्वीमिङ गरेको बताएकी छन् ।

प्रायः स्वीमिङ पुलमा स्वीम सुट पाइने गरेको छ । वानपिसको विक्री बढी हुने गरे पनि कतिपयले टू पिस पनि खरिद गर्ने गरेको रंगशाला नजिकको स्वीमिङ पुलनिर स्वीमिङ कस्ट्युमको व्यापार गर्दैआएकी विजनेश वुमन सविना राणा बताउँछिन् । पुरूषहरूले भन्दा महिलाहरूले स्वीम सुट बढी खरिद गर्ने गरेको र उनीहरूको लागि नै विशेष खाले हुने गरेको राणा जानकारी दिन्छिन् । प्रायः सबै स्वीमिङ पुलहरूमा विना स्वीम सुट स्वीमिङ गर्न पाइँदैन । अन्य साधारण कस्ट्युममा स्वीमिङ

राखीको पञ्जाबी पोज

भारतीय आइटम डान्सर राखी सावन्त चर्चामा आउन जे जस्तो कार्य गर्न पनि तयार बनेको पाइन्छ । कतिखेर कस्ता कार्य गर्दा चर्चामा आइन्छ भन्ने कुरा राखीलाई थाहा छ । भारतमा हाल बढेको प्रचण्ड गर्मीमा पौडी पोखरीमा प्रायः पौडीबाजहरूको प्रतिस्पर्धा नै हुने गरेको छ । पौडी पोखरीमा पौडीका खेलाडीहरूको खेल हेर्न पंजाबस्थित पौडी पोखरीमा पुगेकी राखी सावन्तको दिमागमा के सोच आयो कुन्नि ? पंजाबी स्टाइलमा पौडी पोखरीमा नै पोज दिएर फोटो खिचाउन थालिहालिन् । पौडीको पानीमा तरंगित बनेर पौडी खेलमा प्रतिस्पर्धी बनेका खेलाडीहरूको समेत मनलाई तान्न सफल राखीको पंजाबी स्टाइलले वाहवाही नै पाएको थियो ।

गर्दा विभिन्न संक्रमण बढ्ने भएकोले स्वीम सुटको विकास गरेको हुनुपर्ने विजनेश वुमन राणाको भनाइ छ ।

स्वीमिङ पुलको प्रवर्द्धनका लागि भनेर नै मिस वर्ल्ड तथा मिस युनिभर्स जस्ता ब्युटी कन्टेस्टहरूमा स्वीम सुटको बिकनी राउण्ड नै राखिने गरेको छ । पहिलो मिस नेपाल रूवी राणाले मिस एसिया प्यासिफिकमा भाग लिंदा नै पहिलोपल्ट बिकनी राउण्डको लागि बिकनी लगाएको बताएकी छन् । त्योभन्दा अगाडि त्यसरी लगाएको अनुभव नभएको उनले बताएकी छन् । प्रायः स्वीमिङ गर्दा सामान्य प्रकारले वानपिस स्वीमसुट लगाइने गरेको बताएकी छन् ।

स्वीमसुटको बिकनीमा आवश्यकताभन्दा बढी नै ग्ल्यामर झल्किने भएकोले धेरैले स्वीमिङ गरेर पोखरीबाट निस्केको लगत्तै हतारमा रूमाल बेर्ने गरेको पाइएको छ । 'यसो गरेन भने त देख्न हुने या नहुने सबै देखिहाल्छ नि', मोडल शोभना शर्मा भन्छिन् । मोडल शर्मा बिकनी लगाएर स्वीमिङ गर्नुको मज्जा नै बेग्लै हुने बताउँछिन् ।

हाल अष्ट्रेलियामा रहेकी बिकनी मोडल विजया राईले पहिलोपल्ट खुल्ला रूपमा प्रदर्शनीमार्गस्थित महेन्द्र पुलिस क्लबको पौडी पोखरीमा फोटो सुट गरेकी थिइन् । फोटोग्राफर भेषबन्धु ढकालले मोडल राईको त्यहाँ पाँच वर्षअगाडि फोटो सुट गर्दा हेर्नेहरूको भीड नै लागेको थियो । निक्कै नै ग्ल्यामर पोजमा टू पिस बिकनीमा फोटो सुट गरेको त्यो क्षणलाई फोटोग्राफी जीवनकै अनौठो घटना भएको फोटोग्राफर ढकाल बताउँछन् ।

बिकनीमा फोटो सुट गराउन बढी रूचि राख्ने नायिकाहरुमा सुषमा कार्की देखिएकी छन् । नायिका कार्कीको बिकनीमा पहिलो फोटोसुट गर्ने कार्य फोटोग्राफर कविन्द्रमान शाक्यबाट भएको थियो । त्यस फोटोले पनि निक्कै चर्चा पाएको थियो । बिकनीमा फोटो खिचाउन रूचि राख्ने मोडल राई र नायिका कार्की प्रायः स्वीमिङ पुलमा टुपिसको बिकनीमा नै जाने गरेको बताउँछन् । यसमा लाज मान्नुपर्ने कुनै कारण नै नभएको दुवैको बुझाइ छ ।

■ **श्याम स्मृत**

पूर्वमा पौडी

अहिले अत्यधिक गर्मी चढेको छ । 'लु' चल्ने खतरा छ, मानिसहरू उकुसमुकुस गर्मीबाट छट्पटाएर स्वीमिङ पुलतिर जान थालेका छन् । भूकम्पको त्रास त मेटिएको छैन तर दिन प्रतिदिन चिढचिढाउँदो गर्मीले मानिसको जीवनशैलीमा भुइँचालो नै ल्याएको छ । मान्छे जति तनावमा बाँचिरहेको हुन्छ, त्यसलाई कम गर्न रमाइलो वातावरणको खाँचो हुन्छ । त्यसैले गर्मीको तनाव मेटाउन अथवा शरीर मनमस्तिष्कलाई शीतलता प्रदान गर्न पौडी खेल्न जानेको ओइरो लाग्ने गरेको छ ।

धरानस्थित रिक्रियसन प्रालिको स्विमिङ पुलमा धरान १६ का प्रकाश श्रेष्ठ छोरी रितुलाई पौडी खेल्न सिकाउँदै थिए । पानीमा डुबुल्की मार्दै उनले भने- 'गर्मी अति भो, त्यसैले गर्मी छल्न पौडी खेल्न आएका हौं । पहिलो पटक पानीमा पौडी खेल्दा रितु भने डराएको बताउँछिन् । 'पहिलो चोटी पौडी खेलेको, डर लाग्यो । तर बाबाले सिकाइदिनुभयो । मज्जा लाग्यो', उनले भनिन् ।

पूर्वको पहिलो तथा ठूलो स्वीमिङ पुल धरान रिक्रियसन प्रालिका मेनेजर राजेन्द्र पाठक जीम गर्दा जति कसरत हुन्छ, त्यति नै पौडी खेल्दा शरीर फिट हुने बताउँछन् । पौडी खेल्दा शरीर स्वस्थ रहनुका साथै फूर्तिलो र एकप्रकारको चमक ल्याउँछ । धरानमा रहेको रिक्रियसनमा ३ फिटदेखि १२ फिट जतिको गहिराइ रहेको स्विमिङ पुलमा २ घण्टाको २ सय रुपैयाँ पर्छ भने हरेक दिन १ सयको हाराहारीमा पौडी खेल्न आउने गरेको पाठक बताउँछन् । ठूलाका लागि मासिक ७ हजार पर्छ भने साना बालबालिकाका लागि ५ हजार रूपैयाँ पर्ने उनी बताउँछन् । धरानको रिक्रियसनमा बालबालिकाका लागि पनि छुट्टै पौडी खेल्ने स्थान रहेको छ । यसमा २५ जना बालबालिका पौडी खेल्न सक्छन् । यसभित्र फेमलीबार रेष्टुरेन्टमा विभिन्न प्रकारका खानेकुराको परिकार पाइन्छ । यहाँ विवाहपार्टी, सेमिनार पनि गर्न सकिन्छ ।

गर्मी सिजनमा पूर्वका विभिन्न स्थानमा रहेको स्वीमिङ पुलमा पौडी खेल्नेहरूको भीड नै लाग्ने गरेको छ । इटहरीमा रहेको ओसन पार्कमा अहिले पौडी खेल्नेहरूको भीड देखिन्छन् । गर्मी सिजनमा मात्र धेरै मानिस पौडी खेल्न आउने गरेको पार्कका सञ्चालक डम्बर खतिवडा बताउँछन् । उनी भन्छन्- 'अरू बेला सुनसान हुन्छ ।'

फिटनेसको हिसाबले पौडी खेल्न लाभदायी मानिन्छ । गर्मीमा पौडी खेल्दा शरीरमा शीतलता प्राप्त हुने हुँदा मानिसहरू पौडीतिर आकर्षित भएका हुन् । फिटनेसको हिसाबले लाभदायक भएकाले पनि सेनिक, प्रहरी तथा खेलाडीहरू अनिवार्यरूपमा पौडी खेल्ने गर्छन् ।

■ **सोहन श्रेष्ठ**

भूकम्पले क्षतिग्रस्त यौनजीवन

२०७२ वैशाख १२ को महाभूकम्पयता कसैको पनि मन स्थिर हुन सकिरहेको छैन । त्यसमाथि वैशाख २९ गते गएको अर्को शक्तिशाली भूकम्पले गर्दा सामान्य जीवनमा फर्कन लागेकाहरु झनै त्रसित हुन पुगे । बेला-बेलामा जाने परकम्पले थप त्रास दिइरहेकोले कतिपय दम्पतीहरु आरामले आफ्नै कोठामा सुत्न नसकेको अवस्था हट्न सकेको छैन ।

यो अवस्थाले धेरै दम्पतीका यौन जीवन समेत बिथोलिन थालेको छ । आरामसँग यौनिक जीवनमा हर रात रम्नेहरु समेत अलग अलग भएर बस्नुपर्दा निक्कै पीडा हुने गरेको विजनेश वुमन सुषमा खड्का बताउँछिन् । श्रीमान् विजनेशको सिलसिलामा प्रायः पोखरामा हुने भएकाले भूकम्पयता प्रायः उतै बस्न थालेकोले काठमाडौंको घर छाडेर आफू पनि पोखरामा नै बस्न थालेको उनी बताउँछिन् । काठमाडौंमा बारम्बारको परकम्पले टेन्सनै भएर पोखरा गएको खड्का बताउँछिन् ।

पोखरा गएयता काठमाडौंमा जस्तो यौनिक जीवनमा खलल नभएको र राम्रै भएबाट मन सन्तुष्ट बनेको प्रतिक्रिया उनले दिएकी छन् । जाउलाखेलमा घर भएकी एक विवाहिता अभिनेत्री नाम उल्लेख नगर्ने सर्तमा आफ्नो घरमा भूकम्पले केही क्षति पुऱ्याएकोले मानभवनको माइतीको बंगलामा शरण लिन पुगेको बताउँछिन् । माइतीमा आफूहरुको लागि विशेष कोठाको व्यवस्था भएकोले खासै तनाव नभएको बताउँदै सम्बन्ध हुने भए पनि डरैडरमा हुने गरेको बताउँछिन् ।

त्यस्तो बेलामा भूकम्प आयो भने कसरी भाग्ने ? यही टेन्सनले मन लागे पनि सम्बन्ध राख्न हच्किनुपर्ने अवस्था आएको यथार्थ भन्न पनि उनले लाज मानिनन् । कलंकीका फोटोग्राफर दम्पती भूकम्प आएयता तीनतल्ले घरको माथिल्लो तल्लामा गएर सुत्ने आँट गर्न अझै सकेका छैनन् । ग्राउण्ड फ्लोरमा नै रहेको फोटो स्टुडियोमा ओछ्यान ल्याएर सुतेका छन् । माथिल्ला तल्लामा सुत्नुभन्दा स्टुडियोको सानो स्थानमा पनि जसोतसो बूढाबूढी सुत्नुको बेग्लै मज्जा हुने गरेको उनी बताउँछन् ।

भूकम्पयता नगरकोट तथा धुलिखेल जाने जोडीहरुमा पनि निकै कमी आएको छ । नगरकोटका प्रायः होटलहरु भूकम्पले ध्वस्त जस्तो देखिएकाले नगरकोट जाने जोडीको आँट पाइएको छैन् । जसले गर्दा नगरकोटको होटल व्यवसाय धराशयी जस्तो भएको त्यहाँ होटल व्यवसाय गरिरहेका सरोज प्रधानको भनाइ छ । यद्यपि, नगरकोट तथा धुलिखेल पुग्ने जोडीहरु काठमाडौं बाहिर नै जान थालेका छन् । काठमाडौंमा भूकम्पको परकम्पको बारम्बार महसुस हुनेभएबाट संम्बन्धमा खलल आउने डरले सुरक्षित स्थान रोजेको पर्यटन व्यवसायी राजेन्द्र ठकुरी बताउँछन् ।

गर्भपतन गर्ने बढे

भूकम्पको डरले महिलाहरुले गर्भपतन गर्न थालेका छन् । पेटमा रहेको गर्भलाई भूकम्पको बारम्बार कम्पनले महिलाहरु नचाहेर पनि गर्भपतन गर्न थालेको पाइएको छ ।

भूकम्प गएको बेलामा गर्भवती भएकाहरुको पेटमा हुर्कदै गरेका बच्चालाई विभिन्न असर पर्ने हल्लाहरु बजारमा एकाएक फैलिएपछि गर्भपतन गर्न आउनेहरुको संख्या दिनानुदिन वृद्धि भइरहेको मेरी स्ट्रोप्समा कार्यरत स्वास्थ्यसेवी निर्मला खड्काले खुलासा गरेकी छन् । त्यसरी हल्लाको भरमा गर्भपतन गर्न आउनेहरुलाई ज्यानलाई जोखिममा पारेर गर्भपतन गर्नु हुँदैन भनेर सम्झाउँदा पनि नमान्ने गरेको र उहाँहरुकै चाहनामा गर्भपतन गरिदिनुपर्ने आफूहरुको बाध्यता रहेको खड्काले बताइन् । अनिच्छित गर्भ बसेको बेला गर्भपतन गर्न धेरैजसो अविवाहित तथा केही विवाहित आउने गरेकोमा हाल आएर विवाहिताहरुकै संख्या निकै भएको खड्का बताउँछिन् ।

भूकम्पको झड्का र त्यसबाट बच्न बारम्बार भागदौडले गर्भमा भएको बच्चालाई असर पर्ने मनोवैज्ञानिक त्रास तथा गर्भमा रहेको बच्चा जन्माइहालेमा पनि अपाङ्ग बच्चा जन्मिने डरले पनि गर्भपतन संख्यामा वृद्धि भएको प्रसूति तथा स्त्रीरोग विज्ञहरुको भनाइ रहेको छ । गर्भवती बेलामा भूकम्पजस्तो डरलाग्दो प्राकृतिक विपत्ले मस्तिष्कमा नराम्रो असर पर्ने भएकोले गर्भमा रहेको बच्चालाई पनि त्यसको असर पर्न जाने सम्भावना हुन्छ ।

कतिपयले भूकम्पको ट्रमामा परेको बेलामा चाहना भएर पनि बच्चा जन्माउने वातावरण नभएर पनि गर्भपतन गराउन आउनेहरु कमी नभएको वरिष्ठ प्रसूति तथा स्त्रीरोग विशेषज्ञ डा. भोला रिजालले बताएका छन् । तर, मनोवैज्ञानिकबाहेक भूकम्पको गर्भवतीहरुलाई साइड इफेक्ट नपर्ने विज्ञहरुले भनेका छन् ।

प्रचण्ड गर्मीको वर्तमान अवस्थामा पनि भूकम्पको डरले टम्मै कपडा लाउनु पर्ने अवस्थाले निस्फिक्री बनेर सम्बन्ध राख्न नपाएको विवाहिता जोडीहरुको गुनासो रहन थालेको छ । यद्यपि, खानेमुखलाई जुँगाले छेक्दैन भनेर सम्बन्धलाई जसरी पनि जे गरेर पनि निरन्तरता राख्ने कार्यमा आफूहरु क्रियाशील रहेको भन्न नचुक्ने जमात पनि पाइएको छ । उनीहरु भूकम्पको डरले सम्बन्धमा खलल ल्याउन दिनु हुँदैन भन्ने मान्यता राख्छन् ।

सुन्दरताका लागि गुलाव जल

• **रमिता श्रेष्ठ**, ब्युटी एक्सपर्ट

सुन्दरताको प्रतीकका रूपमा गुलाफको फूललाई लिइने गरेको छ। जसरी गुलाफको फूलले सुदरता दिएको छ, त्यसरी नै यसको रस अर्थात गुलाब जलको प्रयोगले शारीरिक सुन्दरता बृद्धि गर्न र गराउनमा अत्यन्त महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको हुन्छ। छालाको कुनै संक्रमण तथा कपाल लामो नभएमा वा धेरै कपाल झरेमा गुलाब जलको प्रयोग लाभदायी हुन्छ।

डण्डीफोर : छालामा धेरै डण्डीफोर आएमा गुलाब जलको नियमित प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ। गुलाब जलमा चन्दन र कागतीको रस मिलाएर डण्डीफोर आएको छालामा प्रत्येक दिन लगाउने । यसले डण्डीफोर आउने छालामा क्रमिक रूपमा डण्डीफोर हटेर जाने गर्दछ।

चाउरीपना : आधा कप गुलाब जलमा मह र कागती रस मिलाउने र सोही बराबरको ग्लिसिरिन मिलाएर एउटा शिशीमा राख्ने। नुहाइसकेपछि कुनै पनि क्रिम लगाउनु भन्दा पहिला यसको प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ । यसको दैनिक प्रयोगले छालाको चाउरीपना समाप्त भएर जानेछ। साथमा हात-खुट्टाका छाला धेरै सुख्खा भएको अवस्थामा पनि नरम तथा मुलायम बनाउन मद्दत गर्ने गर्दछ।

अरोमा थेरापी : गुलाब जल र अरोमा थेरापीको एक आपसमा सम्बन्ध रहने गरेको हुन्छ। यसले गर्दा यो थेरापीमा गुलाब जलको प्रयोग गर्ने गरिन्छ। गुलाव जलको नियमित प्रयोगबाट तनाव कम हुन जान्छ। राम्रो निन्द्रा लाग्छ। सुन्दरतामा निखारता दिने गर्दछ।

टोनर : गुलाव जल सर्वश्रेष्ठ टोनर पनि हो । यो एउा प्राकृतिक एस्ट्रेजेंट पनि हो। यसलाई टोनरको रूपमा पनि प्रयोग गर्ने गरिन्छ। राति सुत्ने बेलामा यसलाई टोनरको रूपमा प्रयोग गर्नाले छाला कसिलो तथा सुन्दर बन्ने गर्दछ।

क्लीजर : गुलाव जलले छालामा रहेको रोमछिद्रलाई सफा गर्ने गर्दछ। रोमछिद्रमा तेल तथा फोहर लुकेर बसेको हुन्छ। जसले गर्दा छालामा चाँया र डण्डीफोर आउने गर्दछ।

सनबनी : गुलाब जलको प्रयोगले घामको असर छालामा हुन दिंदैन। गुलाब जल एक किटनाशक तत्व पनि हो ।

रोज फेसियल : तीन चम्चा गुलाव जलमा दुई चम्चा जौको आँटा र एक चम्चा दही मिलाएर पेस्ट बताउने। हल्का मनतातो पानीले अनुहारमा पुछ्ने र सुख्खा बनाउने । त्यसलाई अनुहारमा बाक्लो लेप बनाएर लग्ने । २० मिनेटसम्म लगाएर पछि मनतातो पानीले छालालाई सफा गर्ने । यसले छाला नरम र सफा हुने गर्दछ।

गुलाव जलको प्रयोग

- कपासलाई गुलाव जलमा डुवाउने र अनुहार, घाँटीसम्म पूरै यसले सफा गर्ने । यसले छालामा जमिरहेको रोमछिद्र खुल्ने गर्दछ । जसबाट छालामा ताजगीपन आउने गर्दछ र सुन्दर बन्ने गर्दछ।
- मुल्टानी माटो र गुलाव जलको फेस प्याक छालाको सवै प्रकारको समस्यामा प्रयोग गर्ने गरिन्छ। जुन छालाको लागि राम्रो हुन्छ ।
- सुकेको सुन्तलाको बोक्रालाई मिक्सचरमा धुलो बनाएर यसमा गुलाव जल मिलाएर पेस्ट बनाउने । यस पेस्टलाई अनुहार र गर्दनमा लगाउने । सुकेपछि चिसो पानीले धुने । यसले छालाको डेथ सेललाई हटाउने कार्य गर्दछ। अनुहारमा धेरै चमक तथा सफा गर्ने गर्दछ।

कपालको लागि अझ महत्वपूर्ण

- स्कैल्प चिलाउने र पोल्ने भएमा पानीमा गुलाब जल मिलाएर कपाल पखाल्ने । यसले कपला चिलाउने र पोल्ने विस्तारै कम हुंदै जाने गर्दछ। साथै स्केल्पको रक्त संचारमा समेत नियमित बनाएर सुन्दर बनाउने गर्दछ।
- कपाललाई गुलाब जल यानी रोज वाटरले कंडिसनरको रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ। प्राकृतिक मोस्चराइजरको रूपमा यसलाई प्रयोग गर्नु अति उपयुक्त मानिन्छ। यसले कपालको मुलायम र चमक बढाउँछ।
- स्याम्पुमा रोज वाटर मिसाएर कपालमा स्याम्पु गर्ने । यसले कपाल नरम र मुलायम बनाउने गर्दछ।
- सिधा कपाल चाहनेहरूले नुहाएलगत्तै आधा बाल्टिन पानीमा दुई बिर्को गुलाब जल मिलाएर कपाल पखाल्ने। जसबाट कपाल रेशमी तथा मुलायम हुने गर्दछ।
- कपाललाई राम्रो बनाउन रोज वाटरमा ओलिभ ओइल मिसाएर टाउकोमा मालिस गर्ने। मालिस गरेको दुई घण्टा पछि स्याम्पु गर्ने । यसले कपाल लामो र चमकदार बनाउछ ।
- कपाल चिपचिप तथा सुख्खा हुँदा कपालमा गुलाब जलको स्प्रे गर्ने । यसले कपालको रेसालाई छुटाउने कार्य गर्दछ ।

औषधिको रूपमा प्रयोग

- गुलाव जलको प्रयोगले छालमा आएको कुनै पनि प्रकारको संक्रमनमा प्रतिरोधकको रूपमा कार्य गर्ने गर्दछ। जसले गर्दा संक्रमणबाट हुने रोगको निदानमा पनि मद्दत गर्ने गर्दछ।
- आँखा दुखे वा थकान भएमा कपासमा गुलाव जल भिजाएर आँखाको माथिल्लो भागमा राख्ने । यसले आँखा दुखेको र थकान समाप्त हुँदै जान्छ। आँखा पोल्ने, रातो हुने र चिलाउने भएमा आँखामा गुलाब जलको दुई चार थोपा लगाउनाले यसले आराम गर्ने गर्दछ ।
- टाउको दुखेको अवस्थामा फ्रिजमा राखेको गुलाब जललाई कपासमा भिजाएर करिब आधा घण्टा निधारमा राख्नाले यसको टाउको दुख्न कम हुन्छ।
- घाँटी दुखेको बेला गुलाव जलबाट प्रयोग गर्नु बेस हुन्छ । मुखमा घाउ भएमा पनि गुलाब जलको प्रयोग गर्ने । सास गनाउने समस्या छ भने गुलाब जलले मुख कुल्ला गर्ने ।
- गुलाव जललाई धेरै ताजा राख्न एयर टाइट भाँडा वा काँचको जारमा भरेर फ्रिजमा राख्नाले जतिखेर प्रयोग गर्दा पनि यसले धेरै सहयोग गर्ने गर्दछ।

मनसुन ब्युटी टिप्स

- मनसुन सिजनमा विशेष गरेर वाटरप्रुफ मेकअप गर्नु राम्रो हुन्छ।
- मनसुनमा साधारण मेकअप गर्दा राम्रो हुन्छ।
- स्कीनको प्रकार हेरेर मात्र कस्मेटिक प्रडक्टको चयन गर्नु उचित हुन्छ।
- पानी परेका बेला आइलाइनरको प्रयोग गर्नुभन्दा स्याडोको रूपमा प्रयोग गर्ने ।
- बाहिर निस्कँदा सन-स्क्रीन वाटर प्रुफको मोस्चराइजर प्रयोग गर्नु पर्दछ ।
- मेकअप गर्दा डार्क मेकअप गर्नुहुँदैन।
- खानपिनमा उचित ध्यान दिनु पर्दछ।
- पर्याप्त मात्रामा ८ देखि १० गिलास दैनिक पानी पिउने गर्नुपर्दछ।

योस्माको संसार घरजस्तो

योस्मालाई लागेको छ– यो संसार एउटै घर रहेछ। अलग–अलग देश, समुदाय भनेको त निकै साँघुरो घेरा मात्रै रहेछ। यो संसार एउटै घर भएकै कारण संसारभरबाट नेपालमा सहयोग गर्न मानिस ओइरिएको उनको बुझाइ छ।

अमेरिकाको वासिंगटनमा नर्सिङ अध्ययन गरिरहेकी योस्मा पोखेल (सरधा) अभिनय र मोडलिङमा रूचि राख्छिन् । बच्चामा सिनेमा हेर्ने, संगीत सुन्ने बानीका कारण आफूमा यो रूचि जागेको हुनुपर्ने उनी बताउँछिन् । यद्यपि, सिनेमा तथा मोडलिङमा रूचि राख्नुमा कुनै व्यक्ति विशेषको प्रभाव भने नपरेको उनी स्पष्ट पार्छिन् । बच्चैदेखिको चञ्चले स्वभाव अहिले समेत कायम रहे पनि साथीहरूबीच मित्रतापूर्ण व्यवहार गर्न र आफूभन्दा ठूलालाई सम्मान गर्ने कुरामा कुनै कमी हुन नदिने उनको धारणा छ ।

भविष्यमा कहाँ बसोवास गर्ने र कुन व्यवसाय अपनाउने भन्ने ठोस योजना उनले बनाइसकेकी छैनन् । उनी यसै वर्ष बिदा मिलाएर नेपाल आउँदै छिन् । त्यतिबेला समयले साथ दिएमा यहाँ अभिनय तथा मोडलिङमा लाग्ने योजना उनले बनाएकी छिन् । नेपालमा कलाकारिता तथा मोडलिङ गरेर जीवन निर्वाह गर्न गाह्रो हुने विषयमा अनभिज्ञ छैनन् तर उनको विचारमा मानिसको सन्तुष्टि भनेको सापेक्षिक हुन्छ । कोही धेरै पैसा कमाएर पनि सन्तुष्ट हुन सक्दैन भने कोही थोरैमा पनि रमाइरहेका हुन्छन् । त्यसैले आफ्नो रूचिको क्षेत्रमा लाग्न पाए पैसा कम–बेसीले ठूलो अर्थ नलाग्ने उनको धारणा छ ।

यसपालि नेपालमा गएको शक्तिशाली भूकम्पबाट उनको चेतनास्तर फराकिलो भएको छ । उनलाई लागेको छ– यो संसार एउटै घर रहेछ । अलग–अलग देश, समुदाय भनेको त निकै साँघुरो घेरा मात्रै रहेछ । यो संसार एउटै घर भएकै कारण संसारभरबाट नेपालमा सहयोग गर्न मानिस ओइरिएको उनको बुझाइ छ । त्यसैले आफू भविष्यमा जहाँ बसे पनि मानवीयता र सामाजिक चेतना भएसम्म त्यसले कुनै फरक नपार्ने उनी बताउँछिन् ।

हट नेपालको फेसबुक पेजमा आयोजना गरिने प्रतिभा प्रतियोगितामा अहिलेसम्म सबैभन्दा बढी लाइक पाउने योस्मा हुन् । यस किसिमको प्रतियोगितामा पहिलो पटक भाग लिएर विजेता बन्न पाएकोमा उनी खुसी छिन् । यस किसिमको प्रतियोगिताले नयाँ प्रतिभाले फुल्ने र फक्रिने अवसर पाउने उनको धारणा छ । हट नेपालको फेसबुक पेजमा फोटो र विवरण प्रकाशित भएपछि आफूलाई मोडलिङको कैयौं प्रस्ताव आएको जानकारी पनि उनले दिइन् । हट नेपाल पत्रिका र यसको फेसबुक पेज नयाँ प्रतिभाका लागि एउटा उपयोगी माध्यम भएकोले यसको जतिसक्दो सदुपयोग गर्न उनले सुझाव दिइन् ।

Bagaicha
Restro & Bar
Jawalakhel, Lalitpur, Nepal, Tel: 01-5548148
Email: newsbagaicha@yahoo.com

हट नेपाल मासिकले कला क्षेत्र (अभिनय, मोडलिङ, संगीत)मा आउन चाहनेहरूका लागि सहजकर्ताको काम गर्नेछ । हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/hotnepalmagazine को इनबक्सभित्र आफ्नो फोटो र विवरण पठाउनुहोस् । त्यसलाई हामी फेसबुक पेजमा पोष्ट गरिदिन्छौं । एक महिनाको अवधिमा बढी लाइक पाउने एक जनाको अन्तरवार्ता हट नेपालमा प्रकाशित गरिनेछ । विजेताले जावलाखेलस्थित बगैंचा रेष्ट्रो एन्ड बारमा दुई जनाका लागि लञ्च वा डिनरको सुविधा प्राप्त गर्नेछन् । त्यसैले आफ्नो विवरण, फोटो र इमेल तथा सम्पर्क ठेगाना पठाउनुहोस् । तपाईंको रूचिलाई हामी सार्थक बनाइदिने छौं । – सम्पादक

SiBN

REDEFINING NEPALI MEDIA

Sarangi International Broadcasting Network

RADIO SARANGI
101.3 MHZ ...पूर्वको उज्यालो

RADIO SARANGI
93.8 MHz राष्ट्रको धुन...

Radio Sarangi 101.3 MHz
Biratchowk, Morang
+977 021 546063, 546073

Radio Sarangi 93.8 MHz
Mahendrapul, Pokhara
+977 061 541882, 541883

www.radiosarangi.com

तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

गोकुल सुवेदी, म्यानेजर

मानवीय रोजाइ तथा रूचिको विषयमा खाना महत्वपूर्ण मानिन्छ । खानाकै कारण मानिस स्वस्थ र अस्वस्थ हुने भएकोले खानामा स्वच्छता तथा शुद्धीकरणमा जोड दिन थालिएको छ । मांसाहारी खानाले विभिन्न रोगको वृद्धि गर्ने भएकोले पछिल्लो समय धेरैको रोजाइ शाकाहारी खाना हुन थालेको छ ।

शुद्ध शाकाहारी खानाको रेष्टुरेन्ट पहिला पाउन कठिन थियो भने हाल आएर विशुद्ध शाकाहारी रेष्टुरेन्ट संचालनमा आउन थालेका छन् । काठमाडौंको दरबारमार्गस्थित प्रसिद्ध मोती महल रेष्टुरेन्ट विगत एक वर्षयता पूर्णतया शाकाहारी रेष्टुरेन्टमा परिणत भएको छ । २०७१ सालको जेठ महिनाबाट नयाँ व्यवस्थापन आएपछि पुरानो मोती महल रेष्टुरेन्ट परिवर्तन भएको जानकारी उक्त रेष्टुरेन्टका म्यानेजर गोकुल सुवेदीले दिएका छन् ।

नयाँ टिमले व्यवस्थापन सम्हालेको दुई महिनासम्म पूर्ववत् रूपमा रेष्टुरेन्ट संचालन गरे पनि २०७१ साल साउन महिनाबाट पूर्णतया शाकाहारी रेष्टुरेन्टको रूपमा विकास गरिएको मेनेजर सुवेदी बताउँछन् । मोती महल डिलक्स भेज इण्डियन क्युजन नाम दिएर संचालनमा आएको यस रेष्टुरेन्टको क्षमता १ सय २० जनाको रहेको छ ।

स्पेशल क्याविनको पनि व्यवस्था गरिएको मोती महल भारतीय घरानादेखि नेपाली घरानाहरूको समेत रोजाइको रेष्टुरेन्ट बनेको छ । बच्चाहरूलाई खेल्नको लागि विशेष कम्प्युटरराइज खेलको व्यवस्था समेत गरिएको छ । यो रेष्टुरेन्टमा बच्चा लिएर आउने जोडीहरूका लागि यस सुविधाले पारिवारिक रेष्टुरेन्ट बन्न पुगेको छ ।

शाकाहारी खाना मांसाहारी खानाभन्दा कम नहुने र मांसाहारी खानाकै प्रकारमा सबै शाकाहारी खाना मोती महलमा पाइने र त्यही प्रकारका स्वाद हुने भएबाट एकपल्ट आउनेहरु प्रायः दोहोर्‍याएर आउने गरेको दाबी म्यानेजर सुवेदी गर्छन् । म्यानेजर सुवेदी बिदाको

मोती महलको शाकाहारी स्वाद

दिन र शुक्रबार तथा शनिबार अत्यन्त भीड हुने गरेको तथ्यबाट पनि शुद्ध शाकाहारी खानाप्रति धेरैको रूचि बढेको बताउँछन् ।

मोती महलको शाकाहारी खानामा तेलको प्रयोग हुने गरेको छैन । डीडीसीको शुद्ध घ्यूको प्रयोग हुने भएबाट खानाको स्वाद अन्तको तुलनामा बेग्लै हुने गरेको छ । भारतीय मुग्ला शाकाहारी खानाको उत्कृष्ट परिकार मोती महलमा पाइएको छ ।

यहाँ मक्टेल, बियर, ह्विस्की, ककटेल, वाइनलगायतका हार्डड्रीक्सलाई पनि ग्राहकको चाहना बमोजिम सर्भ गर्ने गरिएको छ । खानाको परिकार अनुसारको दररेट भए पनि त्यति महंगो मानिंदैन । प्रत्येक दिन बिहान १० बजेबाट राति १० बजेसम्म मात्र रेष्टुरेन्टको सेवा रहने गरेको छ ।

सम्पर्क

मोती महल डिलक्स
भेज इण्डियन फ्युजन

दरबारमार्ग, काठमाडौं
फोन नम्बर : ४२२२१७९ र ४२२२१८९

■ दीपक लोहनी

८० को दशकमा म कविता र कथाहरु लेख्न रौसिएको थिएँ । यसै रौसले मलाई नेपाली समकालीन युवाकवि र कथाकारको परिचय पनि दियो । कवितामा विम्ब र कथामा प्लटहरु खोज्न म गाउँवस्तीहरु घुम्न थालें । यही खोजीको क्रममा मलाई प्रकृतिको सुन्दर र अनुपम सिर्जनाले लोभ्यायो । वास्तवमा प्रकृति जस्तो अतुलनीय कवि, कलाकार कोही बन्नै सक्दैन रहेछन् ।

मलाई प्रकृतिमा अनौठो चाह बढ्यो । प्रकृतिसँगै खेल्न, जीउन र जीविकोपार्जन गर्न इच्छा जाग्यो । आफ्नो योजना केही आफन्त र नजिकका साथीभाइहरूलाई सुनाएँ । सबैबाट प्रकृतिसँग खेल्न र जीउन आनन्द महसुस गरे पनि जीविकोपार्जन हुनै नसक्नेमा जोड दिए । त्यसपछि म निस्किएँ आफ्नो दृढ संकल्पसहित प्रकृतिको सामिप्यमा । जहाँ मैले खेल्न, जीउन र जीविकोपार्जन गर्न चाहेको थिएँ ।

पन्ध्र-बीस वर्षअघि युवाहरु व्यावसायिक कृषिमा हिजोआज जसरी आइसकेका थिएनन् । तसर्थ मैले थुप्रै चुनौतीहरु भोग्नु पर्‍यो । यही चुनौतीको बीचमा मैले रोजें कुरिलो खेती र यसको अध्ययन र अनुसन्धान । गाह्रो थियो काम । अधिकांश मानिसहरु कुरिलोप्रति अनभिज्ञ थिए । कृषकहरु कोदो र मकै खेतीमा नै अड्किबसेका थिए । कुनै बनिबनाउ सजिलो सञ्जाल कतै थिएन । एक एक पाइला सोच-विचार गरी टेक्नु पर्ने थियो । किसान भेट्न र गाउँ पस्न अत्यन्तै कठिन थियो । जताजतै दूबोझैं एम्बुसहरु फिंजिएका थिए ।

केही वर्षदेखि राज्यले कृषिलाई उच्च प्राथमिकतामा राखेको छ। विश्व बैंक र एसियाली विकास बैंकले सक्दो सहयोग गरिरहेका छन् । हरेक उमेरका व्यक्तिहरु कृषिमा होमिएको अवस्था छ। फरक पेसाका व्यक्तिहरु पनि कृषिप्रति लालायित छन् । हरेक मिडियाले कृषिका सकारात्मक सन्देश प्रवाह गरिरहेका छन् ।

भाइरल कृषि

माओवादीको सशस्त्र युद्ध देशभरि जो फैलिएको थियो । संयुक्त सुरक्षा फोर्सका आर्मी-पुलिसहरूले प्रत्येक नाकाहरूमा रोकी केरकार गर्थे । पहाडी थुप्रै गौंडाहरूमा सकेट बमहरु देखिन्थे । खोल्साहरूमा कहीं कतै शवका अवशेष र पातहरूमा रगतका टाटाहरु देखिन्थे । तर म केवल जिउँदो र नयाँ सोच भएका किसानहरूलाई खोजी हिड्थें । बोटबिरूवाका पातहरूमा पोखिएको फरक फरक हरियो रंगहरूको फोटो खिचिहिंड्थें । माटोको खुकुलोपन र पहाडको उचाई नापी हिड्थें ।

यात्राको यही क्रममा मैले अनेक किसानहरु भेटिहिडें । कोही कुरिलो खेती नगर्ने भेटिन्थे । कोही अरूले गरेपछि मात्र गर्छु भन्थे । र कोही आफै नै नमूना कृषक बन्न लालायित हुन्थे । साठी सालसम्म काठमाडौंमा पाँच किलो कुरिलो एकै जनाले एकै ठाउँमा किन्न पाइने अवस्था नै थिएन । अहिले प्रत्येक चोक चोकमा पचासौं किलो कुरिलो बिकिरहेको छ । यो सब त्यही नमुना बन्न लालायित हुने किसानहरूको आँटिलो स्वभावको कारण हो ।

कृषिकै यात्रामा भेटेको हुँ मैले बेलायती महिला लेन्सी फ्रेड्म्यान, अष्ट्रेलियन कृषिविज्ञ कट बाडर, जापानी कृषिगुरूहरु कोरेमाचु र साकामोतो, चिनियाँ प्रोफेसर ली र जिन्दान, सिक्किमेली कृषि अफिसर साथीहरु राजेन्द्र, भीम र छिरिङ । नेपालका साथीहरु केशवराज पाठक, वसन्तबाबु गौतम, थापा शंकर लेकाली, सीताराम लामिछाने र वासुदेव न्यौपाने । उनीहरु सबैको संगतले पनि हो प्रकृति र कृषिलाई हेर्ने र खोज्ने मेरो दृष्टिशक्तिलाई चहकिलो बनाइदिएको ।

हाल म कुरिलोमा मात्र केन्द्रित नभएर समग्र कृषिलाई अर्गानिक बनाउने अभियानमा अर्गानिक लाइफसँग जोडिएको छु । अर्गानिक हुँदैमा उत्पादन घट्ने र मूल्य बढ्ने भन्ने हाम्रो गतल धारणा छ । तर मेरो राष्ट्रिय-अन्तर्राष्ट्रिय कृषि अवलोकन, तालिम र अभ्यासले अर्गानिक खेती अत्यन्त सजिलो र दिगो खेती हो भन्नेमा म विश्वस्त छु ।

हाल केही वर्षदेखि राज्यले नै कृषिलाई उच्च प्राथमिकतामा राखेको छ । विश्व बैंक र एसियाली विकास बैंकले सक्दो सहयोग गरिरहेका छन् । हरेक उमेरका व्यक्तिहरु कृषिमा होमिएको अवस्था छ । फरक पेसाका व्यक्तिहरु पनि कृषिप्रति लालायित छन् । हरेक मिडियाले कृषिका सकारात्मक सन्देशहरु प्रवाह गरिरहेका छन् ।

आजको दिनसम्म आइपुग्दा म आफूलाई एक्लो महसुस गर्दिनँ । प्रकृतिसँगै खेल्ने, जिउने र जीविकोपार्जन गर्ने मेरो दृढ संकल्पमा मजस्तै थुप्रै युवाहरूको दृढ संकल्पहरु देशभरि भाइरल भइरहेको देखिरहेछु । यस्ता सकारात्मक भाइरलहरूले मलाई सधैं खुसी तुल्याउँदै आइरहेको छ ।

सिंगापुरको व्यस्त जीवन अनि चर्को गर्मीमा काम गर्न सजिलो छैन । त्यसमाथि इन्जिनियरिङ कम्पनीमा मेनेजर पदमा कार्यरत भएर लेबरदेखि इन्जिनियरसम्मको व्यवस्थापन गर्ने जस्तो नियमित ड्युटीमा खटिनु चुनौतीपूर्ण छ । यस्तै कठिन र चुनौतीपूर्ण कार्यमा नायिका पल्लवी भट्टलाई त्यहाँ देख्न पाइन्छ । स्वदेशको रजतपटको रंगीन संसार छाडेर विदेश पलायन हुनु उनको रहर होइन बाध्यता हो । छोटै अवधिमा चलचित्र क्षेत्रमा नाम कमाइसकेकी उनी यस क्षेत्रमा देखिएको गलत प्रवृत्तिमा आफूलाई समाहित गर्न नसकेपछि विदेश पलायन भएकी थिइन् । स्वदेशमै भएकी भए उनको अहिले ठूलो नाम हुने थियो र सेलिब्रिटीका रूपमा उनलाई सबैले चिन्ने थिए तर सिंगापुरका स्थानीय तथा त्यहाँ कार्यरत नेपालीहरूलाई समेत पल्लवी भट्ट नेपाली चलचित्रकी नायिका हुन् भन्ने थाहा छैन ।

नायिकाको ग्ल्यामरस लाइफलाई लुकाएर आजभन्दा १० वर्षअगाडि सन् २००५ मा अष्ट्रेलिया हुँदै पल्लवी सिंगापुर पुगेकी थिइन् । उनको सिंगापुरमा काम

पल्लवी पलायनको रहस्य

गर्ने खासै सोच थिएन । अष्ट्रेलियामा स्टुडेन्ट भिसामा मेनेजमेन्ट पढ्न गएकी थिइन् । त्यहाँ पढ्दै गर्दा अनलाइनमा सिंगापुरमा राम्रो जब भेकेन्सीको सूचना पाइन् र अनलाइनबाट आवेदन दिइन् । उनको योग्यता र अनुभवको आधारमा पल्लवीलाई सिंगापुरबाट बोलावट आयो ।

नयाँ चुनौती र जिन्दगीको नयाँ रंगलाई आत्मसात गर्दै अष्ट्रेलियाबाट सिंगापुर पुगेकी उनको लागि सिंगापुर जीवनकै टर्निङ प्वाइन्ट बन्यो । सिंगापुरको उक्त इन्जिनियरिङ कम्पनीमा कार्यरत नेपाली सुनील श्रेष्ठको सहयोगबाट उनले प्रारम्भमा नै राम्रो स्थानमा नियुक्ति पाइन् । बिहान ५ बजे नै उठेर फिल्डमा जाने ट्रक ड्राइभर, लेबरदेखि इन्जिनियरसम्मको टाइम कार्ड बनाउने, उनीहरूलाई फिल्डमा गर्ने कार्यको बारेमा सेड्युयल दिनेजस्ता नियमित कार्य गर्नु उनको ड्युटी थियो ।

कम्पनीमा एक मेनेजरले गर्नुपर्ने सबै कार्य गर्नुपर्दथ्यो । कहिलेकाहीं ड्युटी आवर १८ घण्टा पनि पुग्थ्यो । बढी समय काम गर्दा उनले कहिल्यै तनाव महसुस गरिनन् । जीवनको गन्तव्यमा लाग्नु उनको प्रमुख उद्देश्य थियो । केही बन्छु भन्ने

तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य, काठमाडौं क्रेज डटकम
मेकअप : गंगा श्रेष्ठ, रिफ्रेस ब्युटिपार्लर

कठोर प्रतिज्ञा बोकेर अष्ट्रेलिया हुँदै त्यहाँ पुगेकी उनमा ठूलो इख थियो । फिल्मलाइनले दिएको चर्को पीडाले उनलाई आफू फिल्मी नायिका भनेर परिचय दिन नै त्यहाँ पीडा बनेको थियो । त्यही कठोर पीडाले सिंगापुरको रातदिनको कार्यमा इमान्दारिता साथ कार्य गरेको केही वर्षपश्चात नै त्यहाँ स्थायी रूपमा बसोबास गर्न पीआर समेत पाएकी उनी यसलाई आफ्नो जीवनकै ठूलो उपलब्धिको रूपमा लिन्छिन् ।

२०५२ सालमा पश्चिम नेपालको धनगढीबाट कक्षा नौ पढ्दा पढ्दै फिल्म खेल्ने चाहनामा काठमाडौं आएकी उनले सोचेजस्तो फिल्मी वातावरण पाइनन् । उनलाई यस क्षेत्रमा राम्रो अवसर पाउन गाह्रो भयो । फिल्म खेल्ने चाहनालाई थाँती राखेर काठमाडौंमा नै पढाइलाई नियमित अगाडि बढाएकी उनले काठमाडौंबाट नै एसएलसी पास गरेकी थिइन् । आइए लेभलको पढाइ सुरू गर्दागर्दै धनगढीबाटै केही थारू भाषा तथा भोजपुरी भाषाका चलचित्रमा नायिका बनेर अभिनय गर्ने मौका उनलाई मिलिसकेको थियो । नेपाली चलचित्रको नायिका बन्ने चाहना पल्लवीको मनभरि थियो । तर, त्यो चाहना पूरा गर्नका लागि चुनौती निकै थियो ।

उनले चलचित्रको पाइलैपिच्छे चलचित्र नामको खोलमा यौनका भोका ब्वाँसाहरु देख्न थालिन् । ठूलो पर्दाको चलचित्र खेलाउने बहानामा यौनप्यास मेट्न खोज्नेहरूले हाकाहाकी प्रस्ताव राख्ने गरेको तीतो यथार्थ उनी सुनाउँछिन् । 'निखिल दाइ नामक चलचित्रका निर्माता कृष्ण चापागाईले म तिम्रो लागि ८४ लाखमा चलचित्र बनाउन गैरहेको छु, त्यसको बदलामा तिमी मलाई के दिन्छौ भनेर ठाडै सवाल गरे । त्यतिले नपुगेर उनको सहयोगी मार्फत प्रपन्च मिलाएर पुरानोवानेश्वर पुऱ्याएर बलात्कार गर्ने प्रयास गरेका थिए', उनी विगत सम्भिन्छिन् ।

चलचित्र 'निखिल दाइ'को कुरा गर्ने भनेर भुक्याएर पुरानो बानेश्वर पुऱ्याएर बाहिरबाट चुकुल लगाउन लगाएर बलात्कार गर्न खोज्ने चापागाईंविरूद्ध एक्लै संघर्ष गरेर बेस्सरी कराएपछि घरधनीले उद्धार गरेको त्यो पललाई पल्लवीले जीवनकै कालोदिन मानेकी छन् । त्यो प्रतिनिधि घटना भए पनि नेपाली चलचित्रमा चलचित्र बनाउने नाममा यौनको खेल खेल्न चाहने यौन खेलाडीहरूको भोकले चलचित्र क्षेत्र दुर्गन्धित भएको र चलचित्र क्षेत्र मर्यादित हुन नसकेको पल्लवीको बुझाइ छ । यस्ता धेरै घटना–परिघटनाबाट वाक्क दिक्क बनेर नेपाली चलचित्र क्षेत्रबाट सदाको लागि टाढा हुन नै विदेश पलायन भएको डरलाग्दो यथार्थ सुनाइरहँदा उनका आँखा रसाएका थिए ।

नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारित लामो भागको सिरियल 'गहना'मा नयाँ कीर्तिको नामबाट लोभलाग्दो अभिनय गरेर पल्लवीले चर्चा पाएकी थिइन् । त्यसै गरेर लामा भागका उद्घाटन, हस्पिटल, मोड, सञ्जीवनी लगायतका सिरियलबाट नाम कमाएकी उनले धेरै गीतका भिडियोबाट दाम पनि कमाएकी थिइन् । चलचित्र 'पालेदाइ'मा नायक राजेश हमालकी पत्नीको विशेष भूमिका पनि उनले निर्वाह गरेकी थिइन् । आधा दर्जन नेपाली चलचित्रको अलावा भोजपुरी तथा थारू भाषाका चलचित्रकी सफल नायिका पल्लवीमा अभिनयको मोह घटेको छैन । अवसर मिलेमा बहुराष्ट्रिय चलचित्र बनाउने सोचमा उनी रहेकी छन् ।

मुलुक विनाशकारी भूकम्पको चपेटामा परेको बेला काठमाडौंको फुटुंग गाविस तथा सिन्धुपाल्चोकको सिंगटी र दोलखाको बुलुङ गाविसको भीरगाउँमा राहत सामग्री पुऱ्याउनुको अलावा घर बनादिने कार्यमा उनी जेठ महिनाभर खटिइन् ।

■ **श्याम स्मृत**

हेयर स्टाइल बनाउँदै मेकअप आर्टिष्ट जमुना श्रेष्ठ

जाग्दै छ नेपाली सैलुन

वैशाख १२ को महाभूकम्प र त्यसपछि वैशाख २९ को शक्तिशाली भूकम्प पश्चात काठमाडौंमा पुरूषको कपाल काट्ने सैलुनको अभाव चर्को महसुस भयो । काठमाडौंमा सैलुनको व्यवसाय गरेर बस्ने प्रायः भारतीय तथा भारतीयमूलका भएकाले उनीहरु सबै भूकम्पको डरले एकपछि अर्को गरेर काठमाडौंको सैलुन पसल बन्द गरी भारत फर्केपछि त्यसप्रकारको समस्या आएको हो । कुनैबेला नेपालीहरूले मात्र धानिरहेको हेयर सैलुन व्यवसायमा २०४६ सालयता भारतीयहरूले एक छत्र राज गर्न थालेपछि नेपालीहरु लगभग विस्थापित बनेका छन् । नेपाल नाई संघका रवीन्द्र ठाकुरका अनुसार नेपालको तराई बेल्ट र भारतको बिहारदेखि बेतियासम्मबाट आएर नेपालमा नाई काम गरेर बसेका व्यवसायी धेरै छन् । उनीहरु महाभूकम्प र परकम्पबाट त्रसित भएर घर फर्केको अवस्थाबाट यस पेसामा समस्या आएको ठाकुर बताउँछन् ।

पुर्ख्यौली परम्परागत पेसालाई नेपालमा आएर यसलाई व्यवसाय बनाउनेहरूको हालिमुहालीले गर्दा नेपालका परम्परागत नापित वर्गले यस पेसालाई छाडेर अन्यत्र लागेकाले यसो भएको राष्ट्रिय केस कर्तनालयका वरिष्ठ हेयर स्टाइलिष्ट नारायण नापितको गुनासो छ । नेपाली नाइहरूले यस पेसालाई पहिला जस्तो अँगाल्ने हो भने हालको जस्तो समस्या नै नआउने हेयर स्टाइलिष्ट नापितको दाबी छ ।

शारदा श्रेष्ठ
सचिव, राष्ट्रिय सौन्दर्यकर्मी संघ

हेयर स्टाइलिस राजु नापितको व्यस्तता

भूकम्पयता खोलिएका केही सैलुनहरूमा कपाल काट्ने तथा दाह्री बनाउनेहरूको भीड नै लागेको थियो । टेकुको सैलुनमा कपाल काट्न गएका हार्डवेयर व्यवसायी विजय श्रेष्ठले घण्टौं समय कुर्नुपर्‍यो । त्यसरी कुर्दा पनि पालो नआउने जस्तो देख्दा दिक्क लागेको उनले बताए । बालुवाटारका लोकध्वज थापा पनि कपाल काट्ने पसल बन्द भएबाट लामो कपाल काट्न नपाएर बैरागी जस्तो देखिएका थिए । ठाउँठाउँमा हुने गरेका हेयर सैलुन बन्द भएबाट कतिपय पुरुष महिलाहरूको मात्र कपाल काट्ने ब्युटीपार्लरहरूमा गएर कपाल काटिदिन अनुरोध गर्न थालेका थिए ।

त्यसरी अनुरोध आएका ब्युटीपार्लरहरूमा आफ्ना नातागोता तथा चिनजानहरूको मात्र कपाल काट्ने गरिएको थियो । नचिनेका पुरुषको कपाल काट्न ब्युटीपार्लर व्यवसायीहरु आनाकानी नै गर्छन् । यसो हुनुमा कपाल काट्नेको नाममा पुरुष नियत नराम्रो हुने भएबाट चाहेर पनि ब्युटीसियनहरु पछि हच्किने गरेको यथार्थ राष्ट्रिय सौन्दर्य व्यवसायी संघका सचिव शारदा श्रेष्ठले खुलासा गरेकी छन् । सचिव श्रेष्ठ आजभन्दा बीस वर्षअगाडि बागबजारमा नै शान्तिकुमारी कार्कीले महिला तथा पुरुष दुवैको लागि सैलुन खोलेको आफ्नो जानकारीमा रहेको बताउँछिन् ।

कार्की पुरूषहरूको कपाल तथा दाह्री काटेको देख्नेहरु पनि तीनछक्क पर्ने गरेको त्यो समयमा कडा संघर्ष गरेर महिलामाझ उदाहरणीय बन्ने प्रयास भएको इतिहास सुनाउँछिन् । त्यसो हुँदाहुँदै पनि हाल उनले यो व्यवसाय नै छाडेर विदेश पलायन भएको यथार्थ सबैको सामुन्ने छ । महिलाले पुरुषको कपाल तथा दाह्री काट्ने कार्यलाई अझै पनि नेपालमा राम्रो मान्ने गरेको पाइँदैन । यसले गर्दा ब्युटीपार्लर व्यवसायी ब्युटीसियनहरु पुरुषको कपाल काट्न तयार नभएको जानकारी सचिव श्रेष्ठले दिएकी छन् ।

यता शोभाभगवती चमती एरियामा रिफ्रेस ब्युटीपार्लर एण्ड ट्रेनिङ् सेन्टर संचालन गर्दैआएका जुम्ल्याहा दिदीबहिनी गंगा-जमुना पनि आफ्नो पार्लरमा कपाल काट्न सरासर पस्ने कतिपयलाई केवल लेडिजको लागि मात्र भनेर फर्काउन बाध्य बनेको स्वीकार्छन् । नातागोताका आफन्त दाजुभाइ तथा चिनजानकाको भने कपाल काटिदिने गरेको दुवैले बताए । कपालको स्टाइल दिनेदेखि कलरिङ्ग गर्ने सबै कार्य गरे पनि दाह्री काट्ने कार्य आफूहरूले नगरेको उनीहरु बताउँछन् ।

महाभूकम्पयता पुरुषहरूको कपाल काट्ने समस्याबाट अवगत बनेका उद्योगमन्त्री महेश बस्नेतले नेपाली महिलाहरु ब्युटीपार्लर व्यवसायमा आत्मनिर्भर भएजस्तै पुरूषहरूलाई पनि हेयर सैलुन व्यवसायमा आत्मनिर्भर बनाउन तालिम दिने कार्यक्रम ल्याउन लागेको बताएका छन् । घरेलु तथा साना उद्योग विभाग मार्फत त्यसप्रकारको तालिम संचालन गरेर सैलुन व्यवसायमा उद्यमी तयार गराउने अन्तिम तयारीमा रहेको मन्त्री बस्नेतले जानकारी दिएका छन् ।

आजभन्दा ३७ वर्षअगाडि पनि श्रम मन्त्रालयले पुरुषहरूलाई हेयर सैलुनको तालिम संचालन गरेको थियो । त्यस तालिमबाट धेरै नेपाली पुरुष सैलुन उद्यमी बनेको ३७ वर्षदेखि यस कार्यमा निरन्तर लागिरहेका काठमाडौं ज्ञानेश्वरस्थित रोज ब्युटी सैलुनका हेयर स्टाइलिष्ट राजु नापित बताउँछन् । नापित वर्ग तथा समुदायले यो पेसालाई अगाडि बढाइरहेको त्यो अवस्थामा विभिन्न विचलनले भारतीयहरूले यस व्यवसायमा पकड जमाएको भनाइ स्टाइलिष्ट नापितको छ ।

हेयर स्टाइलिष्ट नापित कार्यरत रहेको रोज ब्युटी सैलुनमा पुरुषको अलावा महिलाहरूको हेयर स्टाइल बनाउने कार्य हुन्छ । कतिपय टाढा-टाढादेखि हेयर स्टाइलिष्ट नापितकोमा आएर हेयर स्टाइल बनाउन आउने उच्चघरानिया महिलादेखि घरानिया पुरूषसम्म पाइएका छन् । त्यो उनीप्रतिको विश्वास पनि हो । त्यो विश्वासलाई कायम गर्न यो संकटको बेलामा आफूजस्ता हेयर स्टाइलिष्ट जन्माउन उनी तयार रहेका छन् । यस पेसालाई अँगाल्न चाहने नेपाली पुरुषहरूले आफूसँग तालिम लिन चाहेमा दिन तयार रहेको पनि नापित बताउँछन् ।

नापित समुदायका प्रायःको पेसा यही भएको र यसबाट धेरैले घरबार जोडेको तथा छोराछोरी पढाएको अनि उनीहरूको सबै व्यवहार गर्ने गरेको तथ्यलाई हेयर स्टाइलिष्ट नापितले उजागर गरेका छन् । नेपाली पुरुषहरूले यस पेसालाई बेवास्ता गरेकामा उनी चिन्तित पनि देखिएका छन् । सैलुन व्यवसायमा लागेका नापितहरूको नेपालभरको संख्या करिब ३ सय मात्र रहेको नेपाल नापित समाजको तथ्यांक छ ।

तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

युवतीहरू दिनमा ४८ मिनेटभन्दा बढी समय सेल्फी खिचेर बिताउने गरेको तथ्यांक छ। यसमध्ये १२ मिनेट उनीहरुले मेकअपमा बिताउने गर्छन्। १६ देखि २५ वर्षका दुई हजार युवतीमाझ गरिएको एक अनुसन्धानमा युवतीहरूको सेल्फी क्रेजबारे धेरै तथ्य फेला परेको छ। अनुसन्धानमा धेरै युवतीहरुले बाथरुममा सेल्फी खिच्ने गरेको पाइएको छ। बाथरुम गएको बेला विभिन्न पोजमा सेल्फी खिच्ने गरेको उनीहरुले बताएका छन् ।

युवतीलाई प्यारो सेल्फी

हाल बजारमा आएका नयाँ प्रविधिका प्रायः मोबाइल सेटहरूमा सेल्फी फोटो खिच्ने सुविधा हुने गरेको छ । सेल्फी फोटो खिच्ने सुविधा ती विभिन्न मोबाइलमा पाएबाट विशेष गरेर युवतीहरूको लागि निक्कै नै लाभदायक बनेको छ । पटक-पटक ड्रेस चेन्ज गर्नुपर्ने तथा मेकअप परिवर्तन गरेर हिंड्ने युवतीहरूले सेल्फी फोटो खिचेर पटक पटक हेर्ने गरेका छन् ।

कतिको मिलेको छ या कतिको राम्री देखिएको छ भन्ने कुरा आफैले दाँजेर मात्र आफूलाई स्मार्ट बनाउने कार्यमा प्रायः घरानियाँ युवतीदेखि मध्यमवर्गीय युवतीहरु पनि लागेको पाइएको छ । नायिका झरना थापा त सेल्फी फोटो खिच्ने सुविधाले जीवनमा धेरै सहजता आएको र ऐनाको आवश्यकता नै नभएको बताउँछिन् । 'मेरो ऐना नै सेल्फी फोटो हो' -नायिका थापा भन्छिन् ।

सदाबहार सुन्दरी नायिका करिश्मा मानन्धरलाई पनि सेल्फी मनपर्ने प्रविधि हो । विशेष गरेर यात्राको बेला तथा हतारको समयमा सेल्फी खिचेर आफूलाई हेर्ने गर्छिन् । कतै मेकअप लतपतिएको छ या कुनै ड्रेसमा गडबढी छ भन्ने कुरा यसैमा सबै हेर्न मिल्ने भएकोले मोबाइलको यो प्रविधि मन परेको नायिका मानन्धर बताउँछिन् ।

विशेष गरेर युवतीहरूले सेल्फी खिच्न दिनमा कति समय बिताउने गर्दछ भन्ने खुल्दुली पनि सुरू भएको छ । धेरैले १० मिनेट, २० मिनेट वा ३० मिनेट भन्ने अनुमान गरे पनि एक अनुसन्धानमा युवतीहरूले हप्तामा पाँच घन्टासम्म सेल्फी खिचेर बिताउने गरेको तथ्य खुलेको छ । बेलायती पत्रिका मिररका अनुसार युवतीहरु दिनमा ४८ मिनेटभन्दा बढी समय सेल्फी खिचेर बिताउँछन् । ४८ मिनेटमा १२ मिनेट मेकअप र ३६ मिनेट सेल्फी खिचेर बिताउने गरेको मिररले उल्लेख गरेको छ । १६ देखि २५ वर्षका दुई हजार युवतीमाझ गरिएको सो अनुसन्धानमा युवतीहरूको सेल्फी क्रेजबारे धेरै तथ्य फेला परेको छ । अनुसन्धानमा धेरै युवतीहरूले बाथरूममा सेल्फी खिच्ने गरेको पाइएको छ । बाथरूम गएको बेला विभिन्न पोजिसनमा सेल्फी खिच्ने गरेको उनीहरूले बताएका छन् ।

यात्रा गर्दा कार र काम गर्दा अफिसमै समेत सेल्फी लिने गरेको अनुसन्धानमा उल्लेख छ । १० मध्ये एक युवतीले यस्ता सेल्फी खिच्ने र ती तस्वीरहरु आफ्नो स्मार्टफोन र कम्प्युटरमा सजाएर राख्ने गरेको पाइएको छ । २८ प्रतिशत युवतीले भने हप्तामा कम्तिमा एकपटक सेल्फी लिने गरेको बताएका छन् । अनुसन्धानमा सहभागी ५० प्रतिशतभन्दा धेरै युवतीले राम्रो सेल्फीले मन प्रसन्न हुने बताएका छन् । त्यसबेला खराब मुड एकाएक राम्रो हुने गरेको अनुसन्धानमा उल्लेख छ । करिब २२ प्रतिशत युवतीले समाजिक सञ्जालमा अपलोड गरिएको सेल्फी तस्वीरले धेरै 'लाइक' पाउँदा उत्साह बढेको र सेल्फी खिच्न आकर्षित गरेको बताएका छन् ।

टोयोटा गाडीको नेपाली विक्रेता युनाइटेड ट्रेडर्स सिण्डिकेटले इटिओस कारको डिजेल भर्सन बजारमा ल्याएको छ । कम्पनीले यसअघि नै पेट्रोल इञ्जिन इटिओस क्रस बजारमा ल्याइसकेको छ । इटिओस क्रसले नेपाली उपभोक्ताको मन जित्न सफल भएको कम्पनीको दाबी छ । नेपालको सडकमा पनि इटिओस क्रस ठूलो संख्यामा गुड्न थालेको छ ।

नेपाली बजारमा डिजेल इञ्जिन कारको माग उच्च रहेको छ । माग बमोजिम इटिओस क्रस डिजेल भर्सनमा भित्र्याएको कम्पनीले जनाएको छ । पेट्रोल इञ्जिनको तुलनामा डिजेल इञ्जिनको माइलेज बढी भएको हुँदा नयाँ भर्सनले उपभोक्ताको मन जित्ने विश्वासमा कम्पनी छ । डिजेल भर्सनको इटिओस क्रस १३६४ सीसी इञ्जिन क्षमताको कार हो । यसमा रेल डिजेल इन्जेक्सन सिष्टम रहेको छ । ५ स्पीड म्यानुअल गियरबक्स रहेको यो कारले राजमार्गमा २३.५९ किलोमिटर माइलेज दिने कम्पनीको दाबी छ ।

यसमा ठूलो क्याबिन रहेको छ । जसमा पियोनो परिस्करणमा उच्च गुणस्तरीय सामग्रीहरु प्रयोग गरिएको बताइएको छ । कारमा ५ जनाले आरामसँग यात्रा गर्न सक्छन् । उच्च ग्राउन्ड क्लियरेन्स तथा १५ इञ्चको ट्युबलेस टायर भएको यो गाडी लामो दूरीको यात्राका लागि उपयुक्त भएको कम्पनीको भनाइ छ ।

कारमा ४५ लिटरको इन्धन ट्यांकी छ । २ सय ५१ लिटर क्षमताको डिक्की रहेको कारमा मल्टिफंसन इलेक्ट्रोनिक पावर स्टेयरिङ, पावर विन्डो विथ ड्राइभर साइड अटो डाउन, कूल्ड ग्लोब्स बक्स यूनिट, फ्रन्ट पावर आउटलेट्स लगायतका सुविधाहरु रहेका छन् । टाकोमिटर, डिजिटल ट्रिप मिटर, एयर कन्डिस्नर विथ हिटर एण्ड क्लिन एयर फिल्टर तथा अन्य परिस्कृत सुविधाहरु पनि कारमा रहेको छ ।

कारको अगाडिको भागमा क्याकर्फसन स्ट्रट सस्पेन्सन एण्ड टर्सन बीम सस्पेन्सन एट रियर प्रोमिसिङ सिष्टम रहेको हुँदा आरामदायी यात्राको अनुभव दिने छ । सुरक्षाका लागि इन्जिन इमोबिलाइजर, एयरब्याग्स, इम्प्याक्ट एब्जोर्बिङ बडी, रियर डिफोगर, सेन्ट्रल लकिङ सिष्टम, एडभान्स एन्टि लक ब्रेकिङ सिष्टम एकोम्प्यानिड विथ इलेक्ट्रोनिक ब्रेक फोर्स डिस्ट्रिब्यूसन रहेका छन् ।

डिजेल इञ्जिनमा टोयोटा इटिओस क्रस

चलचित्रको राजनीतिमा राईको जित

नेपाल चलचित्र विकास वोर्डमा विगत पाँच महिनादेखि रिक्त अध्यक्ष पदमा नयाँ नियुक्ति भएको छ । नेपाली काँग्रेसका पक्षधर चलचित्र निर्माता राजकुमार राई उक्त पदमा नियुक्त भएका छन् । नेपाल चलचित्र निर्माता संघको बहालवाला अध्यक्ष समेत रहेका राईको नियुक्तिलाई नेपाली चलचित्र उद्योगका चलचित्रकर्मीहरूले राम्रो कदम भनेर स्वागत गरेको पाइएको छ ।

सरकारी निकायहरूमा विशेष गरेर राजनीतिक नियुक्ति हुने भएकोले यो नियुक्तिलाई पनि स्वच्छ नियुक्ति भने मानिएको छैन । नेपाली कांग्रेसमा अप्रत्यक्ष रूपमा प्रभाव जमाउँदै आएका पुराना एक्सन नायक शिव श्रेष्ठको पनि चलचित्र विकास बोर्डमा दाबी रहँदै आएको थियो । पछि विभिन्न कारण देखाएर नायक श्रेष्ठले चलचित्र निर्माता राईको लागि उक्त पद छाडिदिएपछि मार्ग सहज बनेको हो ।

मधेसी जनाधिकार फोरम पार्टीको कोटाबाट अध्यक्ष बनेका धर्मेन्द मरवेताको कार्यकाल सकिएपछि नेपाली कांग्रेसबाट सूचना तथा संचार मन्त्री बनेका डा. मिनेन्द्र रिजाललाई विकास बोर्डमा श्रेष्ठ या राई कसलाई लाने भनेर निक्कै दोधार भए पनि पाँच महिनाको कसरतपछि राईको पल्ला भारी भएपछि निकास पाएको हो । डेढ दशकदेखि नेपाली चलचित्र उद्योगमा चलचित्र निर्माताको रूपमा क्रियाशील इटहरीका राई नेपाली चलचित्रको समसामयिक राजनीतिमा माहिर खेलाडीको रूपमा मानिन्छन् । नेपाली कांग्रेसको शक्तिपुन्जमा सहजै पहुँच भएका राईको तुलनामा नायक श्रेष्ठ राम्रो पहुँच भएर पनि अस्थिरताको कारण राम्रो स्थानमा पुग्न सफल भएको पाइँदैनन् ।

विराटनगरकै भएकोले नेपाली कांग्रेसको राजनीतिको शिखर परिवार कोइराला परिवारसँगको निकटता तथा लौह पुरूष गणेशमान सिंह परिवारसँगको निकटता पनि नायक श्रेष्ठको उत्तिकै रहेको छ । कोइराला तथा सिंह दुवै परिवारसँग निकटता भए पनि राजनीतिक रूपमा खासै फाइदा लिन नसकेका व्यक्तित्वको रूपमा नायक श्रेष्ठलाई लिइने गरेको छ । नायक श्रेष्ठ यसलाई स्वाभाविक भन्न रूचाउँछन् । त्यति धेरै ठूलो लोभ नभएको र निष्ठाको राजनीतिमा नै विश्वास भएको उनी बताउँछन् ।

यता चलचित्र विकास वोर्डको अध्यक्ष पदमा नवनियुक्त राई भने राजनीति समस्त नेपाली चलचित्रकर्मीहरूको हक, हित र अधिकारकै लागि कटिबद्ध भएर गर्ने बताउँछन् । यद्यपि, चलचित्र विकास वोर्डको अध्यक्ष पदमा नियुक्तिलाई राजनीतिक नियुक्ति भन्न उनी रूचाउँदैनन् । आफू विशुद्ध चलचित्र निर्माता भएको र आफूबाहेक विकल्पमा कोही नभएर पनि आफू नियुक्त भएको राई दाबी गर्छन् ।

नेपाली चलचित्र उद्योगको विकासका लागि भनेर डेढ दशकअगाडि सरकारी निकायको रूपमा स्थापना भएको चलचित्र विकास बोर्डमा यादव खरेल, नीर शाह, शंभुजित बाँस्कोटा, अमर गिरी, धर्मेन्द्र मरवेतासम्म अध्यक्ष बनिसकेका छन् । सबैले समग्र नेपाली चलचित्र उद्योगको हक, हित र अधिकारकै लागि काम गर्ने भनेर शपथ खाए पनि खासै नेपाली चलचित्र उद्योगको विकासको लागि काम भएको देखिदैन । सूचना तथा संचार मन्त्रालयको एक विभागको रूपमा मात्र बोर्डले कार्य गरेको पाइन्छ । चलचित्र निर्माण तथा वितरण इजाजत दिने कार्य र चलचित्र महोत्सव जस्ता केही सीमित कार्यबाहेक केही गर्न नसकेको चलचित्रकर्मीहरूको गुनासो छ । नयाँ नियुक्त अध्यक्ष राईले यसैलाई निरन्तरता दिने हुन् या नयाँ पहलकदमी गरेर अग्रता लिने हुन्, यो चासोको विषय भएको छ ।

नेपाली कांग्रेसको नेतृत्वको सुशील कोइरालाको सरकार धरमरको वर्तमान अवस्थामा नयाँ सरकार बनेमा सूचना तथा संचार मन्त्रालयमा अरू कुनै पार्टीका नेता मन्त्री बनेमा राईलाई बोर्डमा काम गर्न सहज हुने स्थिति हुनेछैन । बाध्य भएर राजिनामा दिनुपर्ने बाहेकको बिकल्प हुने छैन् । राजनीतिक नियुक्तिमा हुने यो विडम्वना नै मानिन्छ ।

नेपाली चलचित्र उद्योगको बास्तविक विकास गर्ने लक्ष्य नेपाल सरकारको हुने हो भने बोर्डलाई स्वायत्तता प्रदान गर्नु आवश्यक छ । राजनीतिक नियुक्ति तथा दौडधुपको व्यवस्थालाई पर राखेर प्रतिस्पर्धात्मक नियुक्ति दिएर लामो समय कार्य गर्ने अवसर प्रदान गरिनु पर्छ । नियुक्तिको नाममा पार्टीका मान्छेहरूलाई जागिर खुवाउने भाँडोको रूपमा प्रयोग गरिनु हुँदैन भन्ने आवाज निष्ठाको कलाकारिता गर्ने कलाकारहरूले उठाउने गरेका छन् ।

विनाशकारी महाभूकम्प पश्चात चलचित्र हलमा गएर चलचित्र हेर्न जाने आँट तथा साहस अझै पनि नेपाली चलचित्रका दर्शकले जुटाउन नसकेको अवस्था छ । काठमाडौं र काठमाडौ बाहिरका मल्टीकम्पलेक्स हल तथा साधारण हलहरूमा दर्शक नपाउनुको पीडाले बिजुली खर्च पनि उठाउन नसकिरहेको अवस्था छ । चर्केका तथा भत्किएका हलहरूको पुनर्निर्माणमा सरकारी निकाय विकास बोर्डको पहुँच पुग्ने हो या होइन तथा अधिकार क्षेत्रभित्र पर्ने हो या होइन ? त्यो पनि नवनियुक्त अध्यक्ष राईलाई केही समय अध्ययनकै विषय बन्ने देखिएको छ । प्रत्येक वर्ष करोडौंको लगानी खरानी भइरहेको नेपाली चलचित्र उद्योगको घाटाको व्यापारलाई उकास्ने दिगो सोचको कमी रहेको छ । यसलाई परिपूर्ति गर्नु पनि राईसामु चुनौती छ ।

तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य
काठमाडौं क्रेज डटकम

करिश्मा र गौरीको
अभिनयको तीस वर्ष

नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्ने नायिकाहरूको अभिनय आयु खासै हुँदैन । भएमा बढीमा दश वर्ष या बढीमा पन्ध्र वर्ष भनिरहेको अवस्थामा दुई नायिका गौरी मल्ल र करिश्मा मानन्धरको अभिनय यात्राले यो वर्षबाट तीस वर्ष पूरा गरेको छ ।

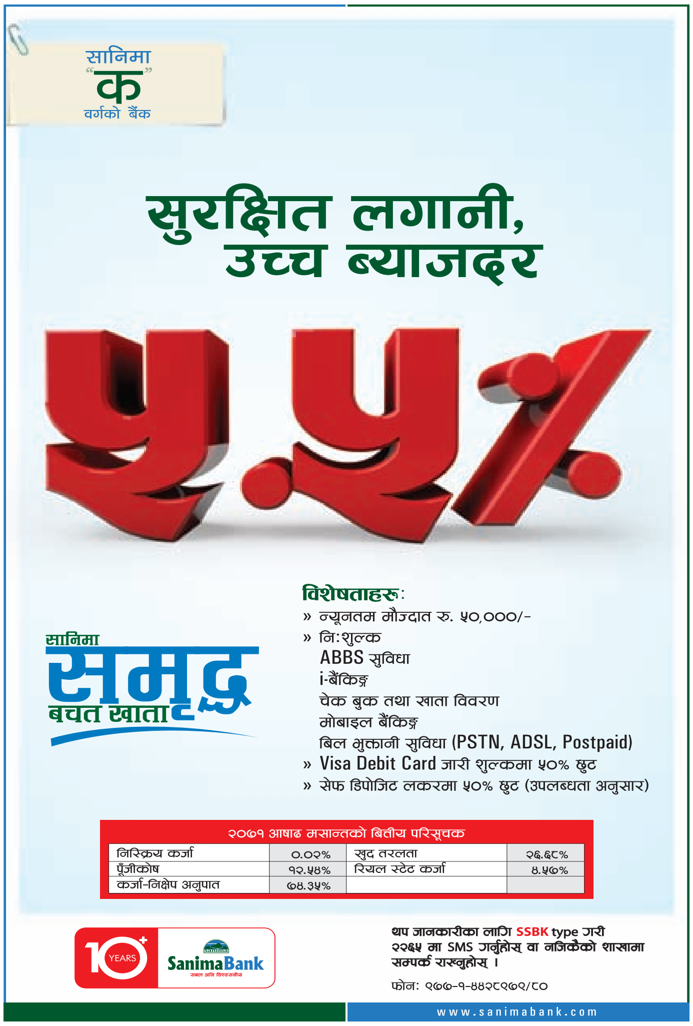
२०४२ सालमा निर्माण भएको व्यावसायिका चलचित्र 'सन्तान'बाट नेपाली रजतपटमा एकसाथ आएका गौरी र करिश्मा यतिखेर करिश्माले निर्माण गरेको चलचित्र 'फागु'मा एकसाथ देखा परेका छन् । दुवैको नेपाली चलचित्रमा बेग्लै गरिमा र महत्व देखिएको छ । गौरीलाई अभिनयको रानी तथा करिश्मालाई ग्ल्यामरको खानीको रूपमा इंगित गर्ने गरेको पाइन्छ । गौरीको अभिनय पहिलो चलचित्र सन्तानबाटै कलात्मकता देखिएको थियो भने करिश्माको अत्यन्त ल्यामर तथा हट शैली । यी भिन्न शैली तथा स्टाइलमा अग्रपंक्तिमा देखा पर्दै विभिन्न कालखण्ड पार गर्दै तीस वर्षको यात्रामा दुवै एक साथ देखिनु र पाइनुलाई दुवैले गौरवको महसुस गरेका छन् ।

हुन त उमेरको ग्ल्यामर पैंतीस प्लस भएपछि देखिन्छ भन्ने आम मान्यता रहेको छ । त्यस मान्यतामा यी दुवै नायिका देखिएका छन् । नयाँ पुस्ताका नायिकाहरूको आमा नायिकाको रूपमा प्रस्तुत हुँदा पनि अझै नायिका बन्न नपुगेका नायिका जस्ता देखिनुलाई नेपाली चलचित्रको अभिनय यात्रामा गरेको यी दुई नायिकाको मेहनत, निरन्तरता र लगनशीलतालाई तारिफ गर्न लायककै छ ।

दुवैले प्रेम विवाह गरेका भए पनि आफू सरहको राजन भण्डारीसँगको प्रेम विवाह गौरीको सफल हुन सकेन । आफूभन्दा पाको उमेरका विनोद मानन्धरसँग प्रेम विवाह गरेका करिश्माको सम्बन्ध भने दरिलो बनेको छ । तीस वर्षको यात्रामा केही वर्ष दुवैको अमेरिका बास भयो भने त्यसपछि दुवै नेपाल फर्किए ।

नेपाल फर्केपछि करिश्मा आफ्नै बलबुताले चलचित्रको निर्माता समेत बनेकी छन् । उनले निर्माणाधीन चलचित्र 'फागु'समेत तीन चलचित्र निर्माण गरिसकेकी छन् । गौरीको हकमा चलचित्र निर्माताभन्दा निर्देशक बन्ने सोच भए पनि पूर्ण निर्देशक भएर अगाडि देखा परेकी छैनन् । कुनैबेला गौरीको अगाडि करिश्मा राम्री भन्नेहरु उमेरको उकालोमा आएर करिश्मा अगाडि गौरी पनि गजबकै देखिएकी छन् भन्नेहरूको पनि कमी देखिंदैन । लामो दौडका घोडाजस्ता देखिएका गौरी र करिश्माको कथाबाट नेपाली चलचित्रका मौजुदा तथा नव प्रवेशी नायिकाहरूले धेरै सिक्नुपर्ने आवश्यकता देखिन्छ ।

Radisson
Spa
Lazimpat
Keki Karki Director
9860347482, 9803629952
Email:radisson.spanepal@gmail.com, Facebook:radisson.spanepal@gmail.com


सानिमा
"क"
वर्गको बैंक
सुरक्षित लगानी,
उच्च ब्याजदर
५.५%
सानिमा
समृद्ध
बचत खाता
विशेषताहरू:
» न्यूनतम मौज्दात रु. ५०,०००/-
» नि:शुल्क
ABBS सुविधा
i-बैंकिङ्ग
चेक बुक तथा खाता विवरण
मोबाइल बैंकिङ्ग
बिल भुक्तानी सुविधा (PSTN, ADSL, Postpaid)
» Visa Debit Card जारी शुल्कमा ५०% छुट
» सेफ डिपोजिट लकरमा ५०% छुट (उपलब्धता अनुसार)
२०७१ आषाढ मसान्तको बितीय परिसूचक
निस्क्रिय कर्जा ०.०२%
खुद तरलता २६.६८%
पूँजीकोष १२.५४%
रियल स्टेट कर्जा ४.५७%
कर्जा-निक्षेप अनुपात ७४.३५%
10+ YEARS
SanimaBank
सबल अनि विश्वसनीय
थप जानकारीका लागि SSBK type गरी ३२६५ मा SMS गर्नुहोस् वा नजिकैको शाखामा सम्पर्क राख्नुहोस् ।
फोन: ९७७-१-४४२८९७९/८०
www.sanimabank.com

QUALITY
PRINTING
True Colors
Ramesh Kishor Shrestha
Active
Printing Press Pvt. Ltd.
Galkopakha-29, Thamel
P.O. Box 4665, Kathmandu, Nepal
Tel: 014022672, 4022656, 016223388
Fax: 977-1-4022656
Mobile: 9851036354
Email: activepress2010@gmail.com
HEIDELBERG

ज्याकी च्यानको नेपाल भ्रमण

विश्वप्रसिद्ध हलिउडका सुपरस्टार चिनियाँ कलाकार ज्याकी च्यान सबैलाई आश्चर्यचकित पार्दै जेठ २६ गते नेपाल आएर सोही दिन भूकम्प पीडित अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई राहत प्रदान गरेर फर्केका छन् । नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको पहलमा नेपालमा राहत बाँड्न आएका ज्याकी च्यान दिनको ठीक २ बजे भूकम्प पीडित अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु रहेको जावलाखेलको शिविरमा गएर राहत वितरण गरेका थिए । एकाएक हलिउड स्टार त्यहाँ पुग्दा अपाङ्गता भएका भूकम्प पीडितहरु प्रारम्भमा तीनछक्क परेका थिए । हलिउडका चलचित्रमा खतरनाक दृश्य दिएर सबैको मन जित्न सफल सुपरस्टार त्यहाँ पुग्दा निक्कै भीड जम्मा भयो र त्यसलाई व्यवस्थित बनाउन असहज अवस्था नै पैदा भएको थियो । यद्यपि, नेपाल प्रहरीको कडा सुरक्षाले सहज बनाएको थियो ।

स्वावलम्वन जीवन पद्धति केन्द्र काठमाडौंले भूकम्पमा परेर घरबार गुमाएका ६६ जना अपाङ्गहरूको लागि स्थापित जावलाखेलको शिविरमा अपाङ्ग अधिकारकर्मी भोजराज श्रेष्ठ, पद्धति केन्द्रका महासचिव कृष्ण गौतम र शिविर व्यवस्थापन संयोजक उदय लिम्बूले ज्याकी च्यानलाई स्वागत गरेका थिए । ज्याकी च्यानले आफूहरूसँग २५ मिनेट कुराकानी गरेको अपाङ्ग अधिकारकर्मी भोजराज श्रेष्ठले हट नेपाललाई बताएका छन् ।

ज्याकी च्यानले अपाङ्गहरूलाई दर्शाएको सहयोग र साथ अनुकरणीय रहेको अर्का अपाङ्ग अधिकारकर्मी कृष्ण गौतमले बताए । ज्याकी च्यानले वितरण गरेका राहत सामग्रीको बक्समा अपाङ्गहरूको बिहान उठेदेखि राति सुत्नेबेलासम्म चाहिने सबै सामग्री राखिएको थियो । निकै कम समय लिएर नेपालमा अपाङ्गहरूलाई नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको अगुवाइमा राहत बाँड्न आएका ज्याकी च्यानका लागि नेपालको यो छोटो भ्रमण पहिलो नै हो । नेपाललाई विपत् परेको बेलामा आइपुगेकोले आफूलाई मन परेको ठाउँमा गएर घुम्न समय नमिलेको र पछि मिलाएर आउने उनले बताएका छन् ।

छोटो अवधिको नेपाल भ्रमण भए पनि नेपालमा आफूले पाएको सम्मान र इज्जतबाट निक्कै नै खुसी लागेको अभिनेता ज्याकी च्यानले बताए । नेपाल र नेपालीले विपत्को बेलामा पनि दिएको उक्त सम्मान र इज्जतबाट आफू प्रभावित समेत भएको उनले बताए । नेपाल र नेपालीबाट यति धेरै प्रभावित ज्याकी च्यानको चिनियाँ नाम छङ्ग लोङ्ग हो । ज्याकी च्यानको जन्म सन् १९५४ को अप्रिल ७ तारिखका दिन हङकङमा भएको हो । अझ उनलाई अभिनेताभन्दा चिनियाँ प्रसिद्ध कुङ्ग फु सुपरस्टारको रूपमा चिन्ने जमात पनि ठूलो छ ।

अभिनेता ज्याकीले सन् १९६० देखि चिनियाँ नाटक प्रतिष्ठानमा परम्परागत नाटक सिकेका थिए । त्यसपछि उनले कुङ्ग फु प्रशिक्षकको हैसियतले चलचित्र मञ्चमा प्रवेश गरेका थिए । सन् १९७८ मा हङकङका प्रसिद्ध चलचित्र निर्देशक ऊ स युआनले निर्देशन गरेको दुईवटा चलचित्रमा अभिनय गरेपछि ज्याकीले संसारभर नाम कमाउन थालेका हुन् ।

'होङ्ग फान छ्यु' नामक चिनियाँ चलचित्र अमेरिकामा प्रदर्शित गरिएपछि अभिनेता च्यान समस्त अमेरिकामा लोकप्रिय बनेका थिए । यही लोकप्रियताको सिंढीले उनलाई हलिउडमा प्रवेश गर्न सजिलो भएको थियो । अभिनेता च्यानले आफ्नो चलचित्रमा उच्चस्तरीय कुङ्ग फु देखाउनुका साथै आफ्नो विशेषतायुक्त हास्यशैली मार्फत् पर्दामा बेग्लै अभिनय शैली प्रदर्शन गर्छन् । अभिनेता च्यानले आफ्नो व्यक्तिगत ढाँचामार्फत देशी र विदेशी दर्शकलाई ज्यादै गहिरो छाप पार्दैआएका छन् । चढ्दो उमेरसँगै अभिनेता च्यानले विगतमा जस्तै हलिउडका चलचित्रमा योगदान दिने कार्य गर्दै आएका छन् ।

पूर्वका लोभलाग्दा गन्तव्यस्थल

विश्वमै उचाइको हिमाल सगरमाथा र शान्तिका अग्रदूत गौतम बुद्ध भनेर नेपाललाइ चिनिन्छ। हामी यसैमा गर्व गर्छौ तर हाम्रो वरपर गर्व गर्न लायकको थुप्रै प्राकृतिक सौन्दर्यले भरिएको पर्यटकीय गन्तव्यहरू अरु पनि छन्। विश्वलाई नै लोभ्याइदिने थुप्रै गन्तव्यहरुले भरिएको छ हाम्रो नेपाल। नेपालका हरेक क्षेत्र प्रकृति र संस्कृतिका क्षेत्रमा छुट्टै विशेषताले भरिएका छन्। त्यसमा पनि पूर्वी क्षेत्र झनै समृद्ध रहेको छ।

विश्वमै चर्चित नाम्जे गाउँ

नेपालको पूर्वी भूभागमा पर्ने एउटा सानो गाउँ अर्थात् धनकुटा जिल्लामा पर्ने भेडेटार-७ स्थित नाम्जे गाउँ अमेरिकी समाचार संस्था सिएनएनको २०११ को सर्वेक्षणले विश्वको १२औं गन्तव्य गाउँमध्येको आठौं उत्कृष्ट गन्तव्यको सूचीमा घुम्नै पर्ने गाउँ देखाएको छ । यस गाउँको सरसफाइ, संस्कृति, रहनसहन अनुपम छ। नाम्जे गाउँमा खान र बस्नका लागि होमस्टेको व्यवस्था छ । यही व्यवस्थाका साथै गाउँको लोभलाग्दो संस्कृति, गाउँको मनोरम दृश्य आदिका कारणले यस गन्तव्यलाई विश्वमा आठौं उत्कृष्ट मानिएको छ । मगर जातिको बस्ती बसेको यस गाउँबाट उत्तरमा मकालु, कन्चनजंघा, कुम्भकर्णजस्ता विश्वको अग्ला हिमालहरुको लोभलाग्दो दृश्यसँगै दक्षिणमा मनोरम तराईका शहरहरु धरान, इटहरी, विराटनगर र सप्तकोसी नदीका साथै सूर्यास्तको दृश्य हेर्न सकिन्छ। अर्को अचम्मको 'आत्मा बस्ने घर' पनि पूर्वको भेडेटारस्थित नाम्जे गाउँमै पर्छ । प्रख्यात अमेरिकी आर्किटेक्चर टिमले १२ दिन लगाएर बनाएको यो घर विश्वको १७औं अचम्मको घरमध्येमा पर्छ । मगर जातिको पुर्खाहरुको लास गाडिएको २ सय १३ वटा चिहानमा भएको ढुंगैढुङ्गाबाट यो घर निर्माण गरिएको छ । भेडेटारस्थित नाम्जे-थुम्कीमा पर्यटक ह्वात्तै बढिरहेको होमस्टे व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष अनिल राना मगर बताउँछन् । उनी भन्छन्- 'भेडेटार बजारबाट चार किलोमिटर पूर्वमा अवस्थित नाम्जे-थुम्की क्षेत्रमा १९ घरमा होमस्टेको व्यवस्था छ। बाह्रै महिना चिसो रहिरहने यहाँ आउने पर्यटकलाई भटमास, भुटेको मकै र गुन्द्रुकको अचारले स्वागत गरिन्छ। त्यसै गरी मकैको पिठोबाट बनेको ढिंडो, अर्गानिक तरकारी, लोकल कुखुरा, बंगुरको मासुको स्वादिला परिकार चाख्न पाइछ। उता होटल एशोसिएसन भेडेटारका सचिव जितेन्द्र रूम्दाली भेडेटारमा अहिले ८ देखि ९ वटा होटल थपिदै गएको बताउँछन् ।

लाहुरेको शहर धरान

धरानलाई लाहुरेहरुको शहर भनेर चिनिन्छ। बसोबासका हिसाबले धरान उपयुक्त थलो हो। यहाँ धेरै गर्मी पनि नहुने जाडो मौसममा धेरै चिसो पनि नहुने हुँदा धेरै मानिसको रोजाइ धरान बन्ने गरेको छ। भौगोलिक, पर्यावरणीय, सामाजिक र सांस्कृतिक रुपमा अरू शहरभन्दा निकै आगाडि रहेको धरान पर्यटनका लागि आकर्षक गन्तव्यस्थल हो। धरानको मुटु भानुचोकमा आकर्षक केन्द्र घण्टाघर रहेको छ। घण्टाघरको माथिल्लो तलाबाट धरानको अवलोकन गर्न सकिन्छ । धरानस्थित निर्वाण कन्ट्री क्लबमा गल्फ कोर्षले इतिहास बोकेको छ। १९ होल रहेको गल्फ मैदानमा हरेक वर्ष राष्ट्रियस्तरका प्रतियोगिता हुनेगरेको छ । धरानका युवाहरु पर्यटनप्रति निकै आकर्षित छन् । उनीहरुको धरानमा समूह रोयल इन्फिल्डमै चढेर हरेक वर्ष पूर्वपश्चिमका भिविन्न जिल्ला र भारतका दार्जिलिङ, सिक्किम पुगेर धरान घुम्न जाउँ भनेर निमन्त्रणा बाँड्छन् । त्यस्तै गरी धनकुटाको मूलघाट तमोरदेखि सुरू हुने र्‍याफ्टिङ चतराको कोसीमा गएर टुंगिन्छ। धरानको पर्यटनमा टेवा पुऱ्याउँदै आएको माउन्टेन बाइकिङमा पूर्वमा धरान मात्रै एक शहर हो, जहाँ छोटो समयाअवधिमा ४ वटा शोरूम खुलेका छन्। राइडर्स एण्ड एमटिबी

जोन, ग्रिन ह्विल्स इष्ट्रन ट्रेल र टक्स माउण्टेन बाइक शो रूम बिक्रीमा मात्र सीमित छैनन्, धरान आउने पर्यटकलाई पनि जंगल सफरी, सिटी राइड र एग्रो ट्रेलमा गाउँघर घुमाउन लग्ने गरेका छन् । यहाँ अहिले क्रस कन्ट्री र डाउन हिल च्यापियनसिप आयोजना हुन थालेपछि स्वदेशी तथा विदेशी साइक्लिष्टको आकर्षक गन्तव्यस्थल बन्न थालेको छ । धरानको पर्यटनलाई अझ प्रर्वद्धन र विकास गर्न यहाँ प्याराग्लाइडिङ क्लबको पहलमा आकाशमा उड्ने सहासिक खेल पनि हेर्न सकिन्छ । धरान-१४ स्थित विजयपुर डाँडा अवस्थित छ । नेपालमै नाम चलेका प्रख्यात मन्दिरहरु बुढासुब्बा, दन्तकाली, पिण्डेश्वर र पञ्चकन्या यहीं छन् ।

भेडेटार

समुन्द्र सतहबाट १४२० मिटर उचाईमा रहेको भेडेटार एउटा सुन्दर गन्तव्यस्थल हो । यो बजार धनकुटा जिल्लामा पर्दछ । बजारबाट हेर्दा मनमोहक नागबेली आकारको बाटो देखिन्छ । यस स्थान प्राकृतिक सौन्दर्यका साथै बाह्रै महिना चिसो हुनाले गर्मी महिनामा शीतलताको अनुभूति प्राप्त गर्न सकिन्छ भने रमाइलोका लागि पिकनिक स्पट पनि रहेका छन् । बजारको पश्चिमतिर थुम्कोलाई शैलुङ डाँडा अर्थात् चार्ल्स पोइन्ट भनिन्छ । २०३८ सालमा बेलायतका युवराज चार्ल्सले सो डाँडा चढेको र बस्ने स्थान निर्माण गरेकाले यस स्थानलाई भ्यु टावर पनि भन्ने गर्दछन् । यहाँबाट धरान, इटहरी विराटनगर सप्तकोसीलगायत विभिन्न दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ । भेडेटार वरिपरि रहेका नमस्ते झरना, ध्वजेडाँडा, पाथीभरा मन्दिर, सागुरी गढी, राजारानी ताल, तमोरस्थित विश्रान्ति मन्दिर पनि घुम्नैपर्ने स्थान हुन् ।

इलाम

सुदूरपूर्वमा रहेको १७ सय वर्ग किमि मात्रै ओगटेको सुन्दर पहाडी जिल्ला हो इलाम । सुन्दर इलाम जैविक विविधताका दृष्टिले समेत धेरै धनी छ । पूर्वका महत्वपूर्ण पर्यटकीय गन्तव्यहरुमध्येमा पर्ने यहाँको मुख्य पर्यटकीय आकर्षण भनेको प्रकृति र संस्कृति हो । एकै थलोबाट तीन देशका हिमाल देखिने ठाउँ विश्वमै एक मात्र गन्तव्य सन्दकपुर इलाममै पर्दछ । इलामको मुख्य आकर्षण भनेको चियाबगान हो । प्रशस्त मात्रामा जडिबुटी, विभिन्न प्रजातिका लालीगुराँस, सुनाखरी, दुर्लभ मानिएको रेडपाण्डा, पक्षी काडेम्याकुर आदि पाइने भएकोले इलामको माबु गाविस जान पर्यटकहरु लालायित हुन्छन् । घुम्नका लागि इलाममा छिन्ताप, मिकलाचोङ, अन्तु, माङ्मालुङ, सिद्धिथुम्का आदि प्रसिद्ध छन् । इलाममा धार्मिक स्थलहरुमा माइपोखरी, गजुरमुखी, पाथीभरा रहेका छन् ।

कोसी टप्पु

चराचुरुङ्गी, जनवारहरुको वासस्थान भनेर कोसी टप्पुलाई चिनिन्छ । कोसी अञ्चलमा पर्ने यो स्थान धरानदेखि ५४ किमिमा पर्छ । यहाँ आन्तरिक र बाह्य पर्यटकहरु दैनिकरूपमा आउने गरेका छन् । विशेष गरी जाडो महिनामा मात्र पर्यटक आउने गरेको पाइन्छ । बाह्रै महिना यस स्थानमा चराचुरुङ्गी, अर्ना, हरिण, चित्तल आदि जनवारहरु देख्न सकिन्छ ।

ताप्लेजुङ

पूर्वको पर्यटकीय गन्तव्यस्थल ताप्लेजुङमा ताप्ले नाम गरेका राजा र जोङ्(कल्ला)बाट ताप्लेजुङ नाम रहन गएको भनाइ छ । यस ठाउँमा रहेको फुङलिङ बजार यो जिल्लाको सदरमुकाम हो । विश्वको तेस्रो, नेपालको दोस्रो अग्लो हिमाल कञ्चनजंघा (८५८६ मिटर) र अन्य ७००० मिटर सम्मका हिमालहरु रहेको जिल्ला हो यो । यो जिल्ला समुद्री सतहदेखि ७७७ देखि ८५८६ मिटर उचाइसम्म भएकाले यहाँ विविध किसिमका जनावरहरु पाइन्छ । यस स्थानमा विश्वको दुर्लभ हिउँचितुवा, हिमाली भालु, रेडपाण्डा, कस्तुरी मृग, चितुवा आदि पाइन्छ । चराचुरुङ्गीमा डाँफे, मुनाल, मयुर, कालिज आदि पाइन्छ । नेपालमा सबैभन्दा पहिला सुर्योदय हुने प्राकृतिक सुन्दरताले भरिएको जिल्ला ताप्लेजुङ हो ।

सेछाको पर्यटनमा लगाव

पूर्वको पर्यटकीय गन्तव्यस्थलबारे यथार्थ जानकारी नहुँदा कतिपय पर्यटकहरु पूर्व आउन सकेका छैनन् । केही वर्षदेखि पर्यटनसम्बन्धी काम गर्दै आएका सेछा ट्राभलिङ एण्ड टुरले पूर्वमा पर्यटकहरुलाई विभिन्न गन्तव्यस्थलको जानकारी गराउनुका साथै विभिन्न ठाउँको प्याकेज बनाएर केही सहुलियतमा घुमाउँदै आएको छ । विभिन्न गन्तव्यस्थलको प्याकेज बनाएर आन्तरिक र बाह्य पर्यटकलाई घुमाउँदै आएको सेछा ट्राभलिङ एण्ड टुरका पूर्वाञ्चल प्रबन्ध निर्देशक एलिना मगर बताउँछिन् ।

■ सोहन श्रेष्ठ

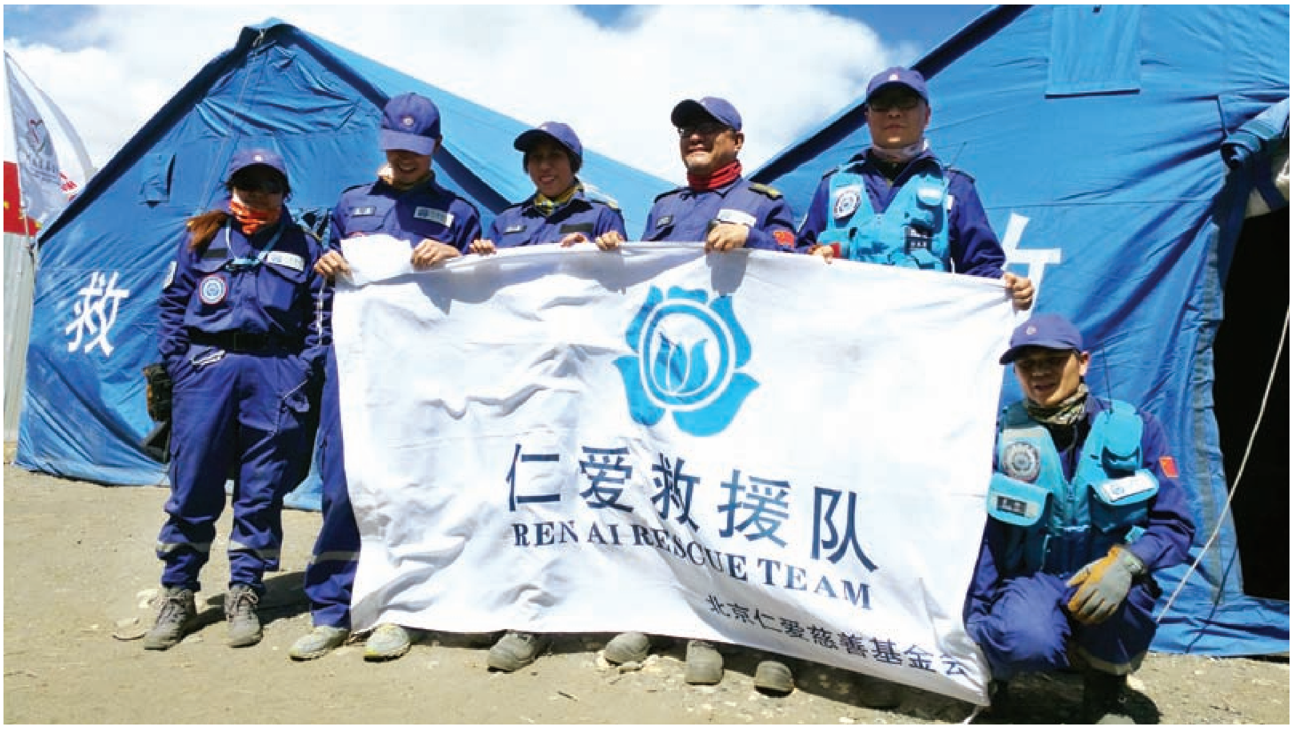
गत अप्रिल २५ तारिख नेपालमा ठूलो भूकम्प गएको थियो । त्यसपछि चीनको बौद्ध धर्म संघका अध्यक्ष भिक्षु स्येछङले विभिन्न तरिका मार्फत भूकम्पबाट प्रभावित नेपाल तथा तिब्बतमा उद्धार र पुनः निर्माण गर्न सहयोगका लागि बौद्ध धर्म क्षेत्रसमक्ष आह्वान गरे । निर्देशक भिक्षु स्येछङको निर्देशनमा पैचिङ रनआई परोपकारी कोषले भूकम्प गएको भोलिपल्ट उद्धार सामग्री संकलन गर्न पैचिङ, छङतु, ल्हासालगायत विभिन्न क्षेत्रका स्वयंसेवकलाई आह्वान गरेको थियो । त्यसपछि २९ तारिख आठ सदस्यीय रनआई उद्धार टोली पैचिङबाट स्वायत्त प्रदेश तिब्बतको ल्हासातर्फ प्रस्थान गरेको थियो ।

रनआई उद्धार टोलीले ल्हासा पुगेर स्थानीय रनआई स्वयंसेवकसँग मिलेर उद्धार कार्य गर्न थालेको थियो । त्यतिखेर उद्धार सामग्रीको स्टोर र परिवहन, प्रकोप अवस्थाको जानकारी सबभन्दा महत्वपूर्ण थियो । पहिलाको कुनै पनि उद्धार कार्यभन्दा यस पटकको उद्धार कार्य फरक थियो । तिब्बती प्रकोप क्षेत्र अत्यन्तै चिसो तथा न्युन अक्सिजन, जटिल भौगोलिक अवस्था, अवरूद्ध सडकमार्ग, असामान्य मौसम, बारम्बार आउने परकम्प जस्ता कारणले उद्धार कार्य र उद्धारकर्ताको सुरक्षामा तिब्बत स्वायत्त प्रदेश सरकारले प्रकोप क्षेत्र प्रवेश गर्ने मानिस तथा गाडीमाथि कडा व्यवस्थापन गरेको थियो । प्रकोपग्रस्त क्षेत्रमा प्रवेश गर्ने मानिस तथा गाडीहरूले अनुमतिपत्र लिनै पर्ने व्यवस्था गरिएको छ । पहिला रनआई उद्धार टोली सन् २००८ वनछ्वान विनाशकारी भूकम्प र सन् २०१० युशु, सन् २०११ युननान र सन् २०१३ याआन आदि भूकम्पको उद्धार कार्यमा संलग्न भएकाले छिटै अनुमतिपत्र पाएको थियो ।

उद्धार सामग्रीलाई प्रकोप क्षेत्रको अस्थायी बसोबास क्षेत्रसम्म पुऱ्याउनका लागि रनआई उद्धार टोलीले एउटा लामो परिवहन गाडी भाडामा लिएको थियो । उनीहरूले लेक लाग्ने समस्याको सामना गर्दै पाल, लुगा, खानेपिउने कुरा, औषधिलगायत सामग्री लिएर गन्तव्यतर्फ प्रस्थान गरेका थिए ।

मे १ तारिख बेलुका अरू स्वयंसेवकबाट पाएको खबरअनुसार प्रभावित चिलुङ टाउन्सिपतिर जाने मार्गका केही ठाउँमा पहिरो

उद्धार टोलीको उल्लेखनीय काम



गएर अवरूद्ध भएको थियो । त्यसअघि पुगेका अरू उद्धार संस्थाले धेरै उद्धार सामग्री त्यहीँ राखेका थिए । तर शिखाचे र चिलुङ टाउन्सिपबीच राखिएको लाजी जिल्ला अस्थायी बसोबास क्षेत्रमा धेरै उद्धार सामग्री आवश्यक थियो । त्यो खबर पाएपछि रनआई कोषले अरू सार्वजनिक संस्थासँग मिलेर अघि नै चिलुङ टाउन्सिपमा जाने कार्यक्रम छोडेर लाजी जिल्लातर्फ प्रस्थान गरेको थियो ।

अगाडि बढ्दाबढ्दै उचाइ पनि बढिरहेको थियो । सबभन्दा अग्लो ठाउँ पाँच हजार एक सय मिटर भएको याखौमा सबैका लागि ठूलो परीक्षा थियो तर सौभाग्यको कुरा कसैलाई पनि लेक लागेन । लाजी जिल्लामा पुगेको उद्धार संस्थामध्ये रनआई उद्धार टोली पहिलो थियो । त्यहाँका आठ सयभन्दा बढी पीडितहरूले कठिनाइको जीवन बिताइरहेका थिए र जीवनयापनका लागि अत्यावश्यक सामग्री आवश्यकता थियो । स्थानीय नागरिक मामिला विभागसँग कुराकानी गरेपछि रनआई उद्धार टोलीले सबै उद्धार सामग्री त्यहाँ राख्ने निर्णय गरेको थियो ।

मालसामान उतार्ने प्रकोप पीडित धेरै स्थानीय मानिसले सहायता गरेका थिए । तर आकस्मिक रूपमा ठूलो हावाहुरी चलेकाले एकअर्कासँग भेट्न पनि गाह्रो थियो । तापनि स्थानीयहरूले सामान उतार्ने कामलाई निरन्तरता दिइरहे । रनआई उद्धार टोलीका प्रमुख ली युन फोङका अनुसार, नेपालले शरणार्थीलाई शरण दिन चीनसँग आवेदन गरिसकेको थियो । अनि लाजी जिल्लाको अस्थायी बसोबास क्षेत्रमा नेपाली शरणार्थी बसाउने सम्भावना रहेको सम्बन्धित जिम्मा लिने व्यक्तिको भनाइ छ ।

यसका साथै तिब्बती रनआई छिमिङ कलेज र दामान गाउँको निर्माणाधीन छिमिङ कलेजका स्वयंसेवकले पनि उद्धार कार्यमा सक्रिय भाग लिएका छन् । शिकाचे पीडित मानिसको अस्थायी बसोबास क्षेत्रका पाँच हजारवटा त्रिपालमा अस्थायी विद्युत् उत्पादन मेसिन आवश्यक थियो । रनआई छिमिङ कलेजका स्वयंसेवकले व्यवसायीहरूबाट चार लाख चिनियाँ युआन संकलन गरेका थिए । ल्हासामा दश वटा बिजुली उत्पादन मेसिन (जेनेरेटर) किनेर स्थानीय बिजुली अभावको समस्याको समाधान गरिएको थियो ।

मे ७ तारिख रनआई उद्धार टोलीले फेरि तीस वटा त्रिपाल, तीस सेट पाल टाँग्ने फलामका पोलहरू, एक सय वटा अस्थायी सुत्ने खाट, दुई सय वटा बाक्लो लुगा, तीन सय कम्बल, पाँच वटा जेनेरेटर, तीन बाल्टिन तेल, पाँच सयवटा टर्च लाइटलगायत मालसामान लिएर सीमा क्षेत्रमा पर्ने न्येलामु प्रकोप क्षेत्रमा पुऱ्याएको थियो ।

यसबाहेक उद्धार टोलीले अरू दुई हजार पाँच सय केजी चामल, एक सयवटा प्रेसरकुकर, तीन सय पच्चीस केजी आलु, तीन सय पचास केजी नौनी घीउ, दुई सय कार्टुन मिनिरल वाटर, दुई सय कार्टुन तयारी चाउचाउ, दुई सय कार्टुन मैदा, दुई सय कार्टुन सातु, दुई सय बाल्टिन खाने तेल, केही औषधिलगायत कैयौँ लाख चिनियाँ युआनको मालसामान संकलन गरेर विस्तारै ठूलो प्रभावित क्षेत्रसम्म पुऱ्याएको छ ।

गत अप्रिल २७ तारिख चीनको बौद्ध धर्म संघले नेपाल, तिब्बत प्रकोप क्षेत्रलाई प्रार्थना गर्ने एउटा कार्यक्रमको आयोजना गरेको थियो । सो अवसरमा भिक्षु स्येछङले आफ्नो खुसियालीको लागि होइन तर सबैलाई दुःखबाट बचाउने व्यापक बौद्ध धर्मावलम्बीको दृढ विश्वास रहेको बताए । ठूलो प्रकोप पर्दा पैचिङ रनआई परोपकारी कोषले सरकारलाई सहायता गरी सार्वजनिक संस्थाको रूपमा धेरै उद्धार गरेको छ ।

चीनको बौद्ध धर्म संघको वेबसाइटका अनुसार चीनको बौद्ध धर्म क्षेत्रले नेपाली र चीनको तिब्बती प्रकोप क्षेत्रलाई दान गरेको एक करोड चिनियाँ युआनभन्दा बढी पुगिसकेको छ, साथै अनुदान कार्यक्रम जारी रहेको छ । देश तथा विश्वको समक्ष प्रकोप पर्दा चीनको बौद्ध धर्म क्षेत्रले धेरै उद्धार र पीडितलाई सहयोग पुऱ्याइरहेको छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

सफलताको शिखरमा नायिका फाङ

फाङ पिङ पिङको जन्म सन् १९९१ को सेप्टेम्बर १६ तारिख चीनको शाङतौं प्रान्तको छिङताउ शहरमा भएको हो । उनकी आमा नर्तकी थिइन् भने बुबा गायक थिए । पारिवारिक वातावरणले उनले सानै उमेरमा मुरली र पियानो बजाउन सिकिन् । उनले बाल्यकालदेखि नै संगीतमा चासो राख्न थालिन् ।

सन् १९९६ मा उनले शाङहाइ सामान्य विश्वविद्यालयअन्तर्गत स्ये चिङ चलचित्र कला संस्थानमा प्रवेश गरिन् । सोही वर्ष उनले 'शक्तिशाली नारी' टेलिभिजन शृंखलामा भाग पनि लिइन् ।

सन् १९९७ देखि १९९८ सम्म 'पहिलो प्रिन्सेस पर्ल सिजन' र 'दोस्रो प्रिन्सेस पर्ल सिजन'मा उनले भाग लिएर महत्वपूर्ण सफलता प्राप्त गरिन् । सो टेलिभिजन शृंखला चीनमा धेरै लोकप्रिय बन्यो र पिङ पिङ पनि चीनमा लोकप्रिय स्टार बन्न सफल भइन् ।

सन् १९९९ देखि २००२ सम्म उनले १७ वटा टेलिभिजन शृंखला र तीन वटा चलचित्रमा अभिनय गरिन् । तर ती सबै टेलिभिजन शृंखला र चलचित्रको प्रभाव त्यति बलियो रहेन । सन् २००३ मा चीनका ख्यातिप्राप्त निर्देशक फङ स्याउ काङले निर्देशन गरेको चलचित्र 'मोबाइल फोन'मा पिङ पिङले मुख्य अभिनेत्रीको भूमिका निर्वाह गरिन् । सो चलचित्रबाट उनले सन् २०१४ को चीनको 'हन्ड्रेड फ्लावर्स अवार्ड' प्राप्त गर्दै चीनकी उत्कृष्ट अभिनेत्री पुरस्कार पनि प्राप्त गरिन् । सन् २०१४ मै उनले अरू पाँचवटा टेलिभिजन शृंखला र दुईवटा चलचित्रमा अभिनय गरिन् ।

सन् २००५ मा उनले आफ्नो पहिलो सांगीतिक शृंखला 'सुरू' सार्वजनिक गरिन् । यस सांगीतिक शृंखलामा विभिन्न किसिमका संगीतहरु समिश्रण रहेको छ । यही वर्ष उनले निर्देशक चाङ च ल्याङको फिल्म 'ब्याटल अफ विट्स'मा पनि मुख्य अभिनेत्रीको भूमिका निर्वाह गरेकी छन् ।

सन् २००६ मा उनले चीनकी महिला निर्देशक ली युद्वारा निर्देशित

चलचित्र 'स्याउ'मा मुख्य अभिनेत्रीको भूमिका निर्वाह गरिन् । सोही वर्ष उनले अन्य पाँचवटा चलचित्रमा पनि मुख्य भूमिकामा अभिनय गरिन् ।

सन् २००७ मा फिल्म 'स्याउ' ५७औँ बर्लिन अन्तर्राष्ट्रिय फिल्म फेस्टिभलमा सहभागी थियो । बर्लिन अन्तर्राष्ट्रिय फिल्म फेस्टिभलमा कुनै पुरस्कार नपाए पनि चौथो युरोप-एशिया अन्तर्राष्ट्रिय फिल्म महोत्सवमा पिङ पिङले अभिनय गरेको 'स्याउ' चलचित्र उत्कृष्ट भयो र सबैभन्दा राम्री अभिनेत्री पुरस्कार पाउन उनी सफल भइन् । सन् २००७ पिङ पिङका लागि धेरै महत्वपूर्ण वर्ष रह्यो । यही वर्षको जुन महिनामा उनले आफ्नो कम्पनी स्थापना गरिन् । आफ्नो कम्पनीले लगानी गरेको टेलिभिजन शृंखला 'येन च स्ये'मा उनले मुख्य अभिनेत्रीको भूमिका निर्वाह गरिन् । ताइवानको 'गोल्डेल हर्स अवार्ड' चलचित्र 'द म्याट्रिमोनी' अर्थात् 'विवाह बन्धन'मा उत्कृष्ट अभिनय गरेबाट उनी सर्वोत्कृष्ट सहायक अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन् ।

सन् २००९ मा उनको कम्पनीले लगानी गरेको दोस्रो टेलिभिजन शृंखलामा उनले मुख्य अभिनेत्रीको भूमिका गरिन् । सोही वर्षको अक्टोवरमा उनले महिला निर्देशक ली युसँग पुनः संयुक्त रूपमा चलचित्र 'बुद्ध माउन्टेन'मा अभिनय गरिन् । सन् २०१० मा टोकियो अन्तर्राष्ट्रिय फिल्म महोत्सवमा सो चलचित्रले सर्वश्रेष्ठ कलात्मक योगदान पुरस्कार प्राप्त गर्न सफल भयो र पिङ पिङ सर्वोत्कृष्ट अभिनेत्री घोषित भइन् ।

सन् २०१२ को मे ३ तारिखमा फोर्ब्स पत्रिकाले 'चिनियाँ सेलिब्रिटीको सूची' सार्वजनिक गरेको थियो । सो पत्रिकाले फाङ पिङ पिङलाई महिला सेलिब्रिटी सूचीमा पहिलो स्थानमा राखेको थियो ।

सन् २०१३ को 'चिनियाँ सेलिब्रिटी सूची'मा पिङ पिङ पहिलो स्थानमा परिन् । सोही वर्षको मेमा 'द हलिउड रिपोर्टर'ले क्यानेजमा 'वार्षिक अन्तर्राष्ट्रिय उत्कृष्ट कलाकार' सम्बन्धी प्रतियोगिता आयोजना गऱ्यो । त्यहाँ पनि पिङ पिङले उत्कृष्ट अभिनेत्रीको पुरस्कार पाइन् ।

सन् २०१४ को 'चिनियाँ सेलिब्रिटी सूची'मा पिङ पिङ फेरि पहिलो स्थानमा परिन् । मे महिनामा निर्देशक ब्यान सिङ्गरद्वारा निर्देशित चलचित्र 'एक्कस मेन : डेज अफ फ्युचर पास्ट'मा पिङ पिङले महत्वपूर्ण अभिनय गरेकी छन् । यो चलचित्रबाट उनले अन्तर्राष्ट्रिय फिल्ममा लोकप्रियता कमाइन् । अहिले उनको चर्चा संसारभर हुन थालेको छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

चिनियाँ साहित्यकार
च्या भिङ्ग वा

सन् १९५२ मा पल्लो सान सि प्रान्तको दी व्हा जिल्लामा जन्मेका च्या भिङ्ग वाको परिचय केवल साहित्यकारका रूपमा मात्र सीमित नभएर अनेकौं संघसंस्थामा क्रियाशील समाजसेवीका रूपमा पनि फैलिएको छ । उनी अचेलका प्रसिद्ध साहित्यकार मात्र नभई चिनियाँ साहित्यकार समितिको अध्यक्ष दलका सदस्य, पल्लो सान सि साहित्य समितिका अध्यक्ष, सी आन सँस्कृति संघका अध्यक्ष, सि आन वास्तुकला तथा विज्ञान विश्वविद्यालयअन्तर्गत साहित्य विभागका प्रमुख आदि धेरै हैसियतमा रहेका छन् ।

सबैभन्दा प्रसिद्ध चिनियाँ साहित्यकारमध्ये एक प्रतिनिधिको रूपमा च्याले आफ्नो साहित्य पुस्तकमा विद्रोही र नवीन भावना राखी शक्तिशाली

तथा व्यापक प्रभाव शक्ति सिर्जना गरेका छन् । चीनको साहित्यशास्त्रले उनलाई 'गोस्ट प्रतिभा' अर्थात् विलक्षण प्रतिभाका आत्मा भन्ने सम्मान दिएको छ । चिनियाँ भाषामा यो गोस्ट प्रतिभा भनेको सामान्य मान्छेभन्दा फरक भई विशाल सिर्जना शक्ति बोक्ने प्रतिभाशाली व्यक्ति भन्ने रहेको छ ।

सी पै विश्वविद्यालयबाट स्नातक भई केही वर्षको साहित्य सम्पादकको अनुभव पार गरी च्याले सन् १९७४ मा औपचारिक रूपमा साहित्यिक जीवन अँगालेका थिए । नयाँ चीन स्थापनाको प्रारम्भिक अवधिमा चिनियाँ साहित्य चौतारोमा सामान्य रूपमा 'बालबालिकाका लागि सहायता उपलब्ध गराउनु' भन्ने आव्हान देखिन्थे । दुःखलाई हटाउँदै पापको निन्दा गर्ने सामान्य भावनासित विपरीत भई च्याले आफ्नो 'फल बनजङ्गल' नाउँको पुस्तकमा एक युवकले आफ्नो आँखाले संसारको माया र सुन्दर दृश्य खोजेको कथा रचना गरेका थिए ।

सन् १९८२ मा सी आन सँस्कृति संघका एक पेसागत साहित्यकारको हैसियतले च्याले आफ्नो मुख्य शक्ति र नजरलाई साहित्य रचना गर्नेमा राखेका छन् । सन् १९८५ मा च्याले प्रचूर साहित्य सिर्जना गरे । सुधार तथा खुलापन भएको असल वातावरणमा आधारित भई चीनको साहित्य चौतारोमा संस्कृति र कलाको अनुसन्धानमा पनि उनी सक्रिय बने । यो वर्ष पश्चिमबाट आएको सँस्कृति र कला धारणाले यस चौतारोमा अनेकन नवीन भावना भित्र्याएको थियो । विविध प्रकृति विज्ञानशास्त्र र सँस्कृतिको मिलनबाट अनुसन्धान तथा विचारको नयाँ शैली जन्मेको थियो ।

गत शताब्दीको ९० को दशकमा च्याले आफ्नो उपन्यास रचना गर्ने विषयलाई समाज, राजनीति, इतिहास र सँस्कृति जस्तै क्षेत्रबाट जीवनको अनुसन्धानसम्म परिवर्तन गरेका थिए । सन् २०१३ मा आयोजित चीन-जर्मनी साहित्यकार मञ्चमा च्याले सर्वसाधारणसमक्ष आफ्नो साहित्य जीवन र अनुभव सुनाउँदै साहित्य रचना गर्दा पढ्नेहरूको विचारमा ध्यान नदिई आफ्नो विचारशैलीले सिर्जना गर्ने धारणा व्यक्त गरेका थिए ।

नवीन भावना कायम राखे पनि च्याले आफ्नो साहित्य सिर्जनाको विषयवस्तुमा सधैं किसानलाई जोड दिँदै आएका छन् । 'सुख' नाउँको उपन्यास किसानको जीवन व्याख्या भएको उनको एक प्रतिनिधि रचना हो । यस उपन्यासमा मुख्य गरी ग्रामीण क्षेत्रबाट आएका किसान ल्यु क्वाउ सिङ्ले शहरमा बाँच्न र सुखद जीवन खोज्नका लागि गरेको प्रयासबारे विषयवस्तु बनाइएको छ । शहरमा बाँच्ने सर्वसाधारणमध्ये सबैभन्दा तल्लो तहका मान्छेहरूले विविध कठिनाइको सामना गर्दा आफ्नो उद्देश्य र माया खोज्ने वास्तविक जीवन यस उपन्यासमा अभिव्यक्त भएको छ ।

च्याको अर्को 'सेतो रात' नामक उपन्यास वास्तविकतासँग घनिष्ट सम्बन्ध रहेको छ । यस पुस्तकमा गत शताब्दीको ९० को दशकको सी आन शहरको वास्तविक अवस्था उल्लेखित छ भने उच्च तहका राजनीतिज्ञ, पदाधिकारी, वाणिज्य क्षेत्रमा प्रयास गरिरहेका बासिन्दा, ग्रामीण क्षेत्रबाट आएका किसान, प्रहरी, अभिनेत्री आदि विविध मान्छेको जीवन परिस्थिति समेटिएको छ । जीवन परिस्थितिको प्रत्यक्ष वर्णन गरिएकोले पाठकको मनमा जीवनप्रतिको विविध विचार र भावना जगाउँछ ।

समाजले च्या भिङ्ग वालाई चीनको समकालीन साहित्य मञ्चमा सबैभन्दा उत्कृष्ट साहित्यकारहरूमध्येको एक भनेर मूल्यांकन गरेको छ । वर्तमान जटिल समाजमा जीवनको अर्थ, जीवनको मूल्य-मान्यता, भावनाको खोजी के कस्तो छ त ? च्याको साहित्यमा भेट्न सकिन्छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

पोखरामा पर्यटन संगीत

वैशाख १२ र २९ गतेको महाभूकम्पपछि शिथिल बनेको नेपालको पर्यटन व्यवसायलाई गति दिन पोखरा पर्यटन व्यवसायीले राष्ट्रिय र स्थानीय कलाकारको सहयोगमा पोखरा लेकसाइडमा सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न गरेका छन् ।

'पुनर्जागरणका लागि संगीत' भन्दै राष्ट्रिय भाव झल्किने गीत-संगीत प्रस्तुत गरिरहँदा वर्षामा भिज्दै पोखरेलीहरू रमाइलो गर्न पछि परेनन् । सांगीतिक कार्यक्रम भीषण वर्षाका कारण एक दिन पछि सारिएको पोखरा पर्यटन पुनर्जागरण समिति (पीटीआरसी)का संयोजक गणेशबहादुर भट्टराईले बताए । दिउँसो २ बजे सुरू भएको कन्सर्ट बेलुकीसम्म चलेको थियो ।

नायक राजेश हमालले पोखराबासीलाई अभिवादन गर्दै 'भूकम्प आउनु थियो, आयो अब डराएर बस्ने मात्र होइन नियमित काममा पनि फर्किनुपर्छ' भन्ने सन्देश दिएर कार्यक्रम सुरू गरेका थिए । भूकम्प आउँदा आफू फ्रान्समा रहेको बताउँदै उनले मानवीय गल्तीकै कारण केही क्षति भोग्नुपरेको बताए । 'भूकम्पले मान्छे मारेको होइन, हाम्रै संरचनाले क्षति भएको हो', नायक हमालले भने- 'त्यही भएर सचेत हुने बेला आएको छ ।'

गायक रामकृष्ण ढकालले हातमा राष्ट्रिय झण्डा लिएर 'बिहान

उठ्नेबित्तिकै हिमाल देख्न पाइयोस्' बोलको गीत गाउँदा पोखरेली दर्शक आनन्द मान्दै झुमेका थिए । त्यस्तै पोखरेली गायक धर्मेन्द्र सेवानले राष्ट्रिय भाव झल्किने गीत गाउँदा दर्शकहरू स्तब्ध भएका थिए ।

कार्यक्रममा गायिका आस्था राउत, प्राश्ना शाक्य, अभया एण्ड द स्टिम इन्जन्स, अनुप्रास्था ब्यान्डले आआफ्नो प्रस्तुति दिएका थिए । त्यस्तै प्राज्ञ हरिदेवी कोइराला, नायक भुवन केसी, लोकगीततर्फ पुरूषोत्तम न्यौपाने, प्रजापती पराजुलीलगायत अन्य स्थानीय कलाकारलाई भीषण वर्षाका बाबजुद दर्शकहरूले पनि साथ दिएका थिए ।

अधिकांश गायकगायिकाले राष्ट्रिय भाव झल्कने गीतसंगीतलाई प्राथमिकताका साथ गाएका थिए । मनोरञ्जनात्मकभन्दा पनि राष्ट्रिय भावले ओतप्रोत सांगीतिक कार्यक्रम गरेर पोखरालाई सक्रिय बनाउन खोजेको पीटीआरसीका इभेन्ट संयोजक गोपी भट्टराईले हट नेपाललाई जानकारी दिए । भूकम्पको कम्पन र त्रासका कारण सिंगो मुलुक आहत भएका बेला राष्ट्रियता झल्कने गतिविधिमार्फत पोखराको पर्यटन क्षेत्र उकास्न फिल्मकर्मीदेखि राष्ट्रिय तथा स्थानीय कलाकारको जमघट गराएको संयोजक भट्टराईले बताए ।

नेपालको झण्डा र पुनर्जागरणका लागि संगीत लोगोअंकित टीसर्ट लगाएर युवायुवतीहरूले कार्यक्रममा सहभागिता जनाएका थिए । पोखराका पर्यटन व्यवसायी सम्मिलित पीटीआरसीले भूकम्पपछि पुनरूत्थानका विभिन्न कार्यक्रम गर्दै आएका छन् । यसअघि योगशिविर र क्षमापूजा गरेका पोखरेली पर्यटन व्यवसायीले सांगीतिक कार्यक्रमपछि अन्य प्रवर्द्धनात्मक गतिविधि चलाउने बताएका छन् । पर्यटकीय नगरी पोखरामा यतिबेला पर्यटकहरूको आवागमन कम भएको अवस्थामा डर, त्रास कम गर्न र पोखरा क्षेत्रको समग्र पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न यस्ता सांगीतिक कार्यक्रमले थप टेवा पुऱ्याउने पर्यटन व्यवसायीहरू बताउँछन् ।

■ सचिन रानाभाट

ROSH

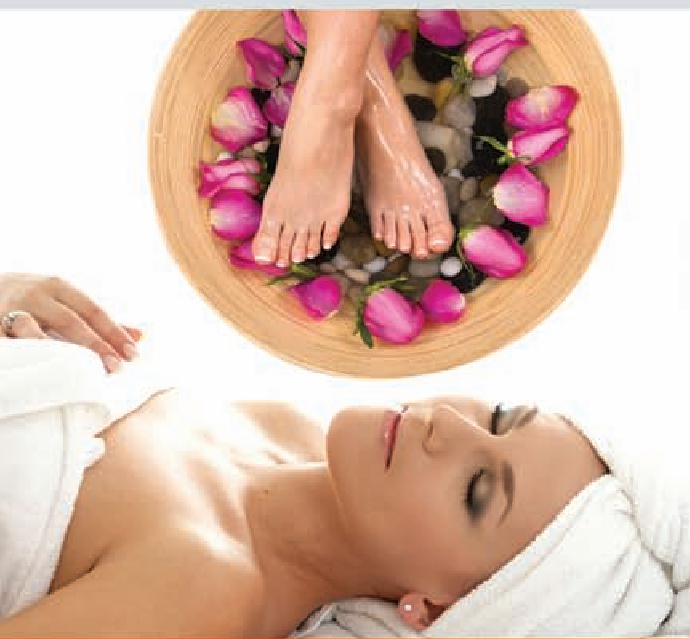
Beauty Saloon

Relax . Renew . Revive

For Men and Women

Gyaneshwor-33 , Kathmandu

Beauty treatments | Hair Cut, Treatment & Styling
Nail Art & Mehandi | Spa & Sona
Cosmetic Instruction & Sell | Skin Care
Facials | Manicures | Pedicures
All beauty Services & Training

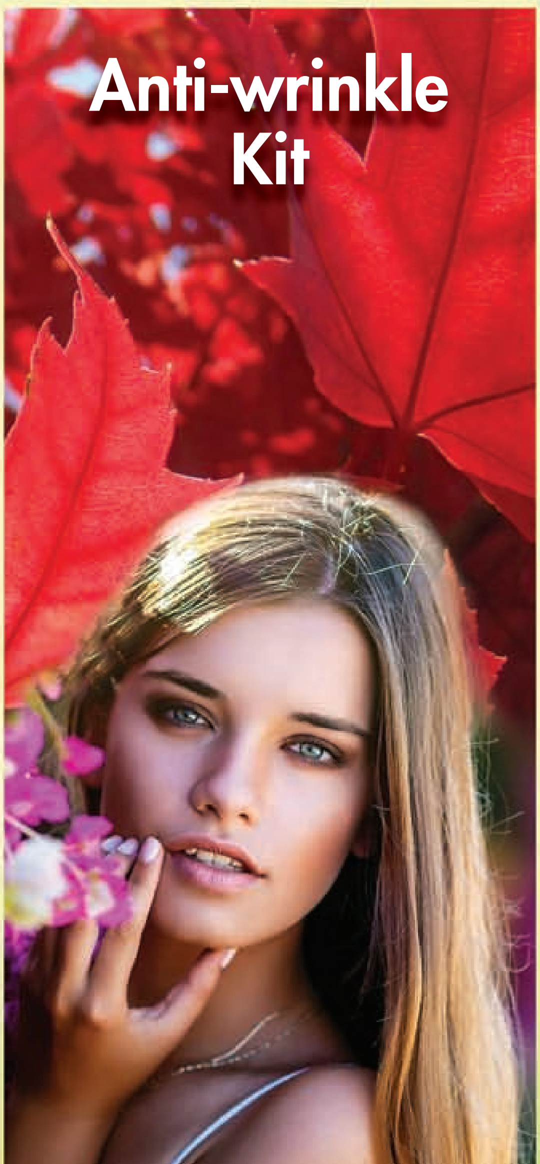


Website: roshbeautysaloon.com | Tel: +977-1-14410280 /+977-9851157553

Chase Business Group

House N. 63/19, Gangahity Madhyamarga, Chabahil

Ph: 4497292, Mobile: 9841-814820



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