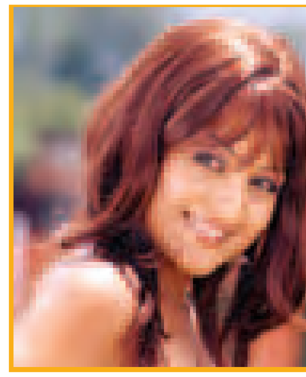
सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

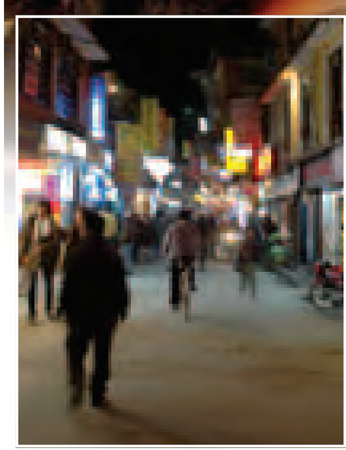
कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.



लभगुरू **रेखा थापा** पाठकहरूको समस्या समाधान गर्दैछिन्

पृष्ठ ११ मा

• वर्ष १२ • अंक १६ • काठमाडौं, शुक्रबार, भदौ १६, २०६३ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Friday, Sep. 1, 2006 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-



ब्यूँतियो रात्रिजीवन

● सुव्रत आचार्य

काठमाडौं– घण्टाघरले साँझको साढे सात बजाइसकेको थियो । विश्वज्योति चलचित्र भवनबाट दरबारमार्ग मोडिने पहिलो मोडमा केही ट्याक्सी रोकिएका थिए । दुई-चारवटा ट्याक्सीमा चालकका अतिरिक्त केही युवतीहरू निर्धक्क बसेका थिए । यो पङ्क्तिकारलाई काठमाडौंको रात्रिजीवन देखाउन मोटरसाइकलमा हिंडेका एक जना भाइले टाढैबाट ती ट्याक्सीहरू देखाउँदै भने- 'पार्किङ गरेर राखिएका ट्याक्सीभित्र सवारमध्ये कतिपय देहव्यापारी हुन् ।' उनले 'एकछिन हेर्नुहोस् है त ?' भन्दै मोटरसाइकल ट्याक्सीनजिक लगे र सीधै ट्याक्सीमा बसिरहेकी युवतीसँग निर्लज्ज हुँदै प्रश्न गरे- 'ओइ, कतिमा जाने ?' युवतीले पङ्क्तिकारलाई तलदेखि माथिसम्म नियालेर हेरेपछि प्रतिप्रश्न गरिन्- 'एक्लै कि दुई जना ?'

'दुई जना ।'

'दुई जनासँग त जान्नँ'- युवतीले ठाडै अस्वीकार गरिन् । ट्याक्सीचालक पनि बोल्यो- 'कति आउँछ दाइ ?'

'पाँच सय'- युवकले जवाफ दियो ।

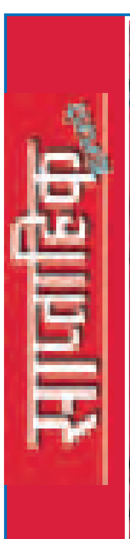
त्यतिन्जेल पङ्क्तिकार मोलतोल हेरेर अचम्म पर्दै थियो । युवतीले झर्किएझैं गरी भनिन्- 'जाबो पाँच सय, जिस्क्याउन आएको ?'

भोलिपल्ट दरबारमार्गस्थित वडाप्रहरी कार्यालयका इन्चार्ज प्रहरी निरीक्षक आभूषण तिमल्सिना उक्त क्षेत्रमा खुलेआम भैरहेको देहव्यापारका बारेमा बताउँदै थिए- 'गएको तीन महिनामा मात्रै ट्याक्सीबाट देहव्यापार गर्ने तथा गराउने चालकसहित ७० जनालाई पक्रेर मुद्दा चलाइएको छ । केही त अहिले पनि थुनामा छन् ।' उनले पक्राउ परेका ट्याक्सीको नम्बर, चालकको नाम र देहव्यापार गर्ने महिलाको नामसहितको रेकर्ड देखाउँदै भने– 'आठ जना चालक र २७ जना देहव्यापार गर्ने महिला छुटेका छन् भने अझै पनि तीन जना चालक र आठ जना महिला अनुसन्धानका क्रममा थुनामै छन् ।' श्रीमतीलाई ट्याक्सीमा पर्खाएर आइसक्रिम खरिद गरेर दरबारमार्गको क्याफेबाट निस्किएका श्रीमान्को पारो त्यतिबेला तात्न सक्छ जब कुनै मानिसले ट्याक्सीको झ्यालबाट उनकी श्रीमतीसँग 'रेट' सोधिरहेको होस् । 'त्यस्ता घटनाहरू पनि घटेका छन्'- ट्याक्सी देहव्यापारको दुष्प्रभावको एउटा उदाहरण बनेको उनले सुनाए ।

संसद् पुनःस्थापनापछि सुस्ताएको काठमाडौं फेरि जागेको छ । ६ महिनाअघिसम्म सम्साँझै बन्द हुने राजधानीका विभिन्न पसल तथा डिपार्टमेन्टल स्टोर रातको दस-एघार बजेसम्म पनि खुला भेटिन्छन् । रातको आठ बजेसम्म पनि न्यूरोडका जिन्सी सपहरूमा नयाँ डिजाइनका पहिरन खरिद गर्ने युवाहरूको भीड टन्नै देखिन्छ । रञ्जना चलचित्र भवनको गल्लीमा भाउजूसँग आफ्ना लागि फेसनेबल टिसर्ट छानिरहेकी एक युवतीले साप्ताहिकसँग भनिन्– 'पाँच बजे कार्यालय समयले गर्दा ट्राफिक जाम हुन्छ । त्यसैले आजभोलि हामी सपिङ गर्न ६ बजेपछि मात्र घरबाहिर निस्कन्छौं ।'

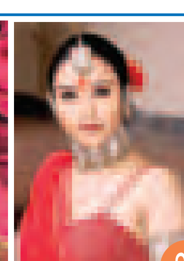
नयाँ बानेश्वरबाट पुरानो बानेश्वर गैरहेका एक कार चालक जाममा परेका थिए । उनी दिक्क मान्दै भन्दै थिए- 'राती आठ बजे पनि तरकारी किन्नेहरूको यत्रो भीड ?' गोपीकृष्ण मुभिजका प्रबन्ध निर्देशक नवीन आचार्यका अनुसार रात्रिसोमा पनि दिउँसोझैं प्याक हुन थालेको छ, आचार्य भन्छन्– 'नयाँ चलचित्र शुक्रबार लाग्दा रात्रिसोका प्रायः टिकट सकिन्छ ।'

बाँकी पृष्ठ २० मा



सृष्टि श्रेष्ठ

मध्यपृष्ठमा



निरुताको अफर

१० पृष्ठमा

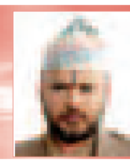
गायिकाको मोडलिङ

१४ पृष्ठमा

जहाँ दाम त्यहाँ काम

९ पृष्ठमा

तपाईंको यो साता



ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

मेष

अस्वस्थता एवं आलस्यता बढ्नेछ। काममा अवरोध आउनुका साथै घरेलु समस्याले सताउनेछ। मित्र तथा परिवारजनबाट धोका हुनसक्छ। शनिबारदेखि धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। भाग्य बलियो हुनुका साथै अध्ययनमा सफलता प्राप्त हुनेछ। मान-सम्मान पनि मिल्नसक्छ। धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नुका साथै व्यवसाय तथा यात्रामा लाभ हुने देखिन्छ।

वृष

मान-सम्मानका साथै यात्रा गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ। भेटघाटमा रमाउने बेला छ। सोच्ने शक्ति एवं आम्दानीका साथै धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। अरूको विश्वास जित्नुका साथै आफन्तहरूको सहयोगमा घर-जग्गा तथा सवारी साधन जोड्ने अवसर मिल्नेछ। शनिबार, आइतबार तथा सोमबार स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्ने, काममा अवरोध आउने एवं चिन्ता बढ्ने योग छ।

मिथुन

परिश्रम गर्नुपरे पनि काममा सफलता मिल्नेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नुका साथै व्यवसाय पनि बढ्न सक्छ। रमाइलो यात्रा गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ। पहिलो भेटमै प्रभावित हुनेहरूले सहयोगको हात अघि बढाउनेछन्। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा कामहरू पूरा हुनेछन्। नयाँ काम पनि मिल्न सक्छ। शनिबार तथा आइतबार स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्ने, काममा अवरोध आउने, घरेलु समस्याले सताउने एवं चिन्ता बढ्ने योग छ।

कर्कट

समय त्यति बलियो देखिँदैन। सुरुमा रोग, शत्रु तथा चिन्ता बढ्नेछ। गलत विचारका कारण हात परेको काम पनि फुत्कन सक्छ। अरूबाट आलोचना पनि हुनेछ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन् भने तथा धनमाल पनि हराउन सक्छ। बिनाकारण बढ्ने विवादले दुःखी हुनुपर्ला। सोमबार, मंगलबार तथा बुधबार मन प्रसन्न रहने, काममा सुधार आउने एवं यात्रा हुने योग छ।

सिंह

प्रारम्भमा घरेलु समस्याले सताउने तथा काममा अवरोध आउनेछ। विवाद बढ्नुका साथै धनमाल हराउन सक्छ। शरीरमा चोटपटक लाग्ने एवं शत्रु बढ्ने योग छ। झूटा आरोप पनि लाग्न सक्छ। व्यावसाय तथा वैदेशिक कार्यमा अवरोध खडा हुनेछ। शनिबार, आइतबार, बुधबार तथा बिहीबार सोच्ने शक्ति बढ्ने, अध्ययनमा सफलता मिल्ने, व्यावसाय बढ्ने एवं यात्रा हुने योग छ।

कन्या

खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। अधुरा काम बन्नुका साथै नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। बोलीको प्रभाव, पराक्रम तथा घरेलु कामकाजमा रुचि बढ्नेछ। आफन्तहरूको उचित सहयोग मिल्नेछ। घर-जग्गाको खोजीमा हुनुहुन्छ भने सफलता हासिल हुनसक्छ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अध्ययनमा सोचेजस्तै सफलता प्राप्त हुनेछ।

तुला

दिन बलियो छ। जोस एवं जाँगर बढ्नेछ। सानै प्रयासले पनि ठूलो काममा सफलता मिल्नेछ। बौद्धिक सम्मानका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। प्रसन्नता तथा बोलीको प्रभावका साथै धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। पति-पत्नीबीच विवाद बढ्ने तथा आफन्तहरूले धोका दिने हुँदा सफलताका लागि घर बाहिरै रहनुहोला।

वृश्चिक

मान-सम्मानका साथै भोज-भतेरमा सामेल हुने अवसर मिल्नेछ। भेटघाटमा सुख-दुःखका कुरा हुनेछन्। बोलीको प्रभावका साथै पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। कुरा काट्नेहरू बढे पनि प्रशंसा गर्नेहरू पनि प्रशस्तै हुनेछन्। यात्रा तथा व्यवसायमा लाभ हुने देखिन्छ। अरूको विश्वास जित्न सजिलै सकिनेछ।

धनु

प्रारम्भमा खर्च तथा विवाद बढ्नेछ। कामकाजमा अवरोध आउनुका साथै गलत विचारले सताउन सक्छ। स्वास्थ्यले पनि धोका दिनसक्छ। शनिबारपछि मान-सम्मान प्राप्त हुनेछ। काममा सुधार आउने, धार्मिक कार्यमा रुचि तथा पराक्रम बढ्ने एवं अधुरा काम बन्ने योग छ। आफन्तहरूको सहयोगमा धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। सजिलै अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। ठूला व्यक्तिबाट सहयोग प्राप्त हुनसक्छ।

मकर

धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नुका साथै पराक्रम एवं सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। यात्रा हुनसक्छ। अरूले पनि तपाईंको विश्वास गर्नेछन्। घरेलु समस्या क्रमशः घट्दै जानेछ। आम्दानीको मार्ग खुलेको छ। स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्ने हुँदा खानपानमा विचार पुऱ्याउनुहोला।

कुम्भ

मान-सम्मान प्राप्त हुनेछ। अरूको मन सजिलै जित्न सकिनेछ। आम्दानी पनि हुनसक्छ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। आफन्तहरूको राम्रै सहयोग प्राप्त होला। व्यापार बढ्नुका साथै यात्रा गर्ने अवसर पनि मिल्नेछ। भेटघाटले प्रसन्नता बढाउनेछ भने धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नुका साथै भोज-भतेरमा सामेल हुने अवसर मिले पनि मंगलबार खर्च, विवाद तथा चिन्ता बढ्ने योग छ।

मीन

धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। यात्रा पनि हुनसक्छ। मान-सम्मानका साथै काम-काजमा सफलता प्राप्त हुनेछ। सोच्ने शक्ति बढ्नुका साथै धन आर्जन हुने योग छ। उतार चढावको समना गर्नुपरे पनि सफलता प्राप्त हुनेछ। बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। स्वास्थ्यमा ध्यान दिनु आवश्यक छ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

भदौ १९ गते : हरिपरिवर्तिनी एकादशी, वामन जयन्ती, २० गते : इन्द्रध्वजोत्थान, २१ गते : इन्द्रजात्रा, २२ गते : चन्द्र ग्रहण

आगामी कार्यक्रम

– अन्नपूर्ण उच्च मा.वि., कान्तिपथले आज शुक्रबारदेखि विद्यालयस्तरीय अन्नपूर्ण मैत्री खुला बुद्धिचाल प्रतियोगिता आयोजित गर्दैछ। विद्यालयले जनाएअनुसार प्रतियोगिताको उद्घाटन तथा प्रारम्भिक खेलहरू आजैदेखि विद्यालयको हलमा नै सञ्चालन हुँदैछ। उपत्यकाका विभिन्न विद्यालयबाट सहभागिता जनाइएको उक्त प्रतियोगितामा छात्रका दुई तथा छात्राका एक गरी जम्मा तीन समूहको बेग्लाबेग्लै प्रतियोगिता पनि हुँदैछन्। प्रतियोगिता भदौ १९ गतेसम्म चल्नेछ।

– आज शुक्रबार साँझ याक एन्ड यती होटलको एट्रियममा 'सिनर्स इन हेवेन' शीर्षकको डान्स पार्टी आयोजित हुँदैछ। भारतको दिल्लीबाट आएका डिजे ज्याजी जोइले छनौट गरेका रिमिक्स गीतहरू बज्ने यो पार्टी राती नौ बजे प्रारम्भ हुनेछ।

– पुरानो बानेश्वरस्थित गुरुकुलमा भोलि शनिबारदेखि पुरानो नाटक 'डल्स हाउस' मञ्चन गरिनेछ। यो नाटकका निर्देशक सुनिल पोखरेल हुन्।

– आगामी भदौ २४ तथा २६ गते हङकङका दुई भिन्दा-भिन्दै स्थानमा नेपाली साँस्कृतिक कार्यक्रम 'रिमझिम साँझ-२' आयोजित हुँदैछ। एचके नेपाल डट कमले जनाएअनुसार कार्यक्रममा नेपालबाट गायक-गायिकाहरू सुदीप गिरी, निर्णय श्रेष्ठ, युवराज ढुंगेल, माण्डवी त्रिपाठी, नवनि कार्की तथा हास्यकलाकारहरू दीपकराज गिरी, दीपाश्री निरौला तथा जितु नेपाल सहभागी हुँदैछन्। सुनिता हिताङले आकर्षक नृत्य प्रदर्शन गर्ने उक्त कार्यक्रमको आयोजना यु एन्ड सीले गर्न लागेको हो। स्थानीय समयअनुसार राती साढे सात बजे २४ गते येनलङ थिएटर तथा २६ गते कुइसिङ टाउन हलमा कार्यक्रम प्रारम्भ हुनेछ।

– विश्वव्यापी रूपमा मनाइने 'सफ्टवेयर फ्रिडम डे' नेपालमा भदौ ३१ गते तेस्रो पटक मनाइने भएको छ। ओपन अपरेटिङ सिस्टमलाई आत्मसात् गर्दै आएका प्रयोगकर्ताहरूको सक्रियतामा यो दिवस मनाउने गरिएको छ। प्रोपाइटरी सफ्टवेयरको विकल्पमा निःशुल्क सफ्टवेयरको उपयोग गर्न पाउनुपर्छ भन्ने उद्देश्यका साथ विश्वभरका ओपन सोर्स कम्युनिटीहरूले यो दिवस मनाउँदै आएका छन्। कार्यक्रममा विभिन्न आईटी कलेज, इन्स्टिच्युट तथा औद्योगिक संस्थाहरूले सहभागिता जनाउनेछन्। ६० भन्दा बढी राष्ट्रका २ सयभन्दा बढी समूहको सहभागिता हुने उक्त कार्यक्रममा ओपन सोर्स सफ्टवेयरका बारेमा विभिन्न जानकारी प्रदान गरिनेछ।

– ब्लु डाइमन्ड सोसाइटीको आयोजनामा भदौ २२ गते बिहीबारका दिन मिस क्विन २००६ प्रतियोगिताको आयोजना हुने भएको छ। अल्पसंख्यक यौनव्यवहार समूहभित्र समलिङ्गी जीवनशैलीलाई आत्मसात् गरेकाहरूले यो प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउनेछन्। सामाजिक दुर्व्यव्यवहारका कारण सार्वजनिक जीवनमा आउन नसकेकाहरू पनि यस्ता प्रतियोगितामार्फत सार्वजनिक हुने सोसाइटीका अध्यक्ष पन्त बताउँछन्।

- ढोरपाटन ब्लु स्काई कप भलिबल प्रतियोगिता भदौ १४ गतेदेखि काठमाडौंको गोंगबुस्थित भलिबल कोर्टमा प्रारम्भ भएको छ। लिगका आधारमा सञ्चालन गरिने उक्त प्रतियोगितामा २४ वटा टिमले सहभागिता गरिरहेका छन्।

-घरायसी प्रयोजनका लागि उपयुक्त विभिन्न विद्युतीय उपकरण तथा अत्याधुनिक मोबाइल फान सेटहरूको प्रदर्शनी 'चाइना ट्रेड फेयर २००६' भदौ २२ गतेदेखि २५ गतेसम्म चल्नेछ। प्रदर्शनी आयोजक संस्था नेपाल-चीन कार्यकारी परिषद्ले जनाएअनुसार दैनिक उपभोग्य वस्तुहरू, अटोमोबाइल, मोटरसाइकल, फर्निचर आदि सामग्री प्रदर्शनीमा राखिनेछन्।

– सँयकला फिल्म्सले भदौ २४, ३० तथा ३१ गते राजधानीस्थित ह्यात होटलमा 'सँयकला सुपर मोडल कन्टेस्ट २००६' आयोजित गर्दैछ। तीन दिने यो प्रतियोगितामा १८ देखि २६ वर्षसम्मका महिला तथा पुरुष मोडलबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ।

-इगनाइड मार्केटिङ इन्टरप्राइज प्रोडक्सनले यही भदौ २४ गते शनिबार स्थानीय फेवा प्रिन्स होटलमा समर इन्ड मेघा ग्रान्ड एन्ड लाइभ कन्सर्ट–२००६ आयोजित गर्दैछ। दिउँसो १२ देखि साँझसम्म चल्ने उक्त कार्यक्रममा दिव्य सुब्बाका साथ स्थानीय कलाकार प्रतीक्षा विश्वास, अनुज रेड आदिको लाइभ प्रस्तुति रहने आयोजक संस्थाका अध्यक्ष सन्तोष योञ्जनले साप्ताहिकलाई जानकारी दिए।

– अमेरिकामा बसोबास गर्ने नेपालीहरूको संस्था नेप्लिज एसोसिएसन अफ मिचिगनले भदौ २४ गते शनिबार (सेप्टेम्बर ९) का दिन 'मिचिगन सहरको सेन्ट पिटर एन्ड पउल चर्चमा 'नेपाली लाइभ इन कन्सर्ट' शीर्षकको सांगीतिक कार्यक्रम आयोजना गर्दैछ। कन्सर्टमा नेपालबाट गएका गायक हरिस माथेमा र दुई सांगीतिक समूह ओकिली तथा द एन्जल्स ब्यान्डका कलाकारहरूले गीत-संगीत प्रस्ततु गर्नेछन्।

– ए एन्ड एच बिजनेस हाउसको आयोजनामा भदौ ३१ गते शनिबार राजधानीको नयाँ बानेश्वरस्थित अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन केन्द्रमा 'मिस टिन गुरुङ २००६' सम्पन्न हुँदैछ। नेप्लिज फेसन होमको व्यवस्थापनमा सम्पन्न हुने उक्त प्रतियोगिताको अन्तिम चरणमा सहभागि हुनका लागि २६ जना सुन्दरीहरु छनौट गरिएको गत आइतवार जोरपाटीमा आयोजित फोटोसेसन समारोहमा जानकारी गराइएको छ।

SLC फेल No चिन्ता
प्राइभेट
SLC तयारी कक्षा
अन्तिम भर्ना खुल्यो
★ online education तथा CD को माध्यमबाट पढाइने,
★ Science/Math/Health को Practical कक्षाहरु तथा Project workको व्यवस्था,
★ प्रत्येक वर्ष १००% पास गराउन सफल
www.himalayan.edu.np
हिमालयन ओपन स्कूल
पुरानो बानेश्वर
Phone : 4470444, 2313251

साता संक्षेप

भदौ ९– मोबाइलमा लाग्दै आएको पिक आवर शुल्कमा ८० प्रतिशत कटौती ।
– गैरआवासीय नागरिकसम्बन्धी विधेयक प्रतिनिधिसभामा पेस ।
– नेपाली काङ्ग्रेसका संस्थापक नेता कृष्णप्रसाद भट्टराईलाई सरकारी आश्रम ।
– स्थायी शान्ति-प्रक्रियाका लागि राष्ट्रसंघीय टोली प्रमुखका रूपमा इयान मार्टिनको नियुक्ति ।

भदौ १०– अन्तर्देशीय टेलिफोन शुल्कमा ८० प्रतिशत कटौती ।
– भारतद्वारा नेपाललाई बृहत् आर्थिक सम्झौताको प्रस्ताव, नेपाली आर्थिक वार्ताटोली उत्साहित ।
– अमेरिकी सांसदहरूको टोली नेपालमा, सरकारी वार्ता टोलीसँग माओवादीका मागका सम्बन्धमा छलफल ।

भदौ ११– बैतडीको टाक गाउँमा पहिरोमा परी एकै परिवारका १० जनाको मृत्यु ।
– वृद्ध लोकतन्त्रवादी छायाँदेवीको ८८ वर्षको उमेरमा निधन ।
– संविधानको मस्यौदाका सम्बन्धमा आठै दलबीच विवाद, एउटै निर्णयमा पुग्न महिना दिन लाग्न सक्ने ।

भदौ १२– पश्चिम तराईमा भीषण बाढी, कम्तीमा ८ को मृत्यु, पहिरोले ९० घर पुरिए, कैयौं गाउँ जलमग्न ।
– १७ उद्योगमा राजाको लगानी भएको प्रारम्भिक जानकारी, अर्बौं सम्पत्ति रहेको खुलासा ।
– झन्डै एक महिनादेखि बन्द चिया उद्योगहरू सुचारु ।
– घरेलु तथा साना उद्योग विकास बैंकको अनियमिततामा संलग्न १६ उद्योगी-व्यवसायीलाई पक्रने आदेशपत्र प्रहरीद्वारा गायब ।

भदौ १३– पश्चिम नेपालमा गएको बाढी र पहिरोमा परी थप १६ जनाको मृत्यु, बाँके तथा बर्दियामा ७० बेपत्ता ।
– सिटिइभिटीका विद्यार्थीहरूले स्नातक तह अध्ययन गर्न पाउने मन्त्रिपरिषद्को निर्णय ।
– काभ्रेको कामीडाँडामा माओवादी बैठक, अन्तरिम मस्यौदा समितिका विषयमा बहस ।
– कपिलवस्तु कारागारको सुरुङ खनेर भागेका ६ कैदीमध्ये ५ पक्राउ ।
– अमेरिकाद्वारा साढे २ अर्ब सहयोग ।

भदौ १४– मुस्ताङमा गएको पहिरोमा परी ९ सडक मजदुरको मृत्यु ।
– बाढी-पहिरोका कारण नेपालगन्ज-पश्चिमका करिब १ लाख बासिन्दालाई खाद्यान्नको अभाव ।
– जनआन्दोलन-२ मा सहिद हुनेहरूको संख्या २५ ।
– देशको कुल बेरुजू झन्डै २९ अर्ब, उठाउन सकिने स्थितिको अन्त्य ।

आचारसहिंताको बढ्दो उलघंन

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं, जनआन्दोलन-२ को प्रमुख दुई जनादेश राजाको सक्रिय शासनको अन्त्य तथा मूल राजनीतिमा माओवादीको शान्तिपूर्ण अवतरण हुन् । यी दुवै जनादेशलाई व्यवस्थित गर्न संविधानसभाको चुनावलाई मुख्य आधार मानिएको छ । संविधानसभाको चुनाव निष्पक्ष तथा भयरहित वातावरणमा सम्पन्न गर्न युद्धरत पक्षहरूले युद्धविराम तथा युद्धविराम आचारसंहिताको पालना गर्नुपर्ने सर्वस्वीकृत मान्यता अनुसार सरकार तथा नेकपा (माओवादी) बीच गत जेठ १२ गते गोकर्ण रिसोर्टमा २५ बुँदे युद्धविराम आचारसहिंतामा हस्ताक्षर भयो । हस्ताक्षरपछि उक्त आचारसंहिताको देशभित्र मात्र होइन, विदेशमा समेत स्वागत भयो । सरकार तथा नेकपा (माओवादी) का जिम्मेवार नेता एवं वार्ता टोलीका सदस्यहरूले हस्ताक्षर गरेपछि युद्धबिराम भनिए पनि युद्धकै अनुभव गरिरेहका नेपाली जनताले स्थायी शान्तिको आशा गरे ।

चर्चित २५ बुँदे आचारसंहिता जारी गरिएको पर्सी सोमबार सय दिन पुग्दैछ । आचारसंहिताको अनुगमन गर्न सरकार तथा नेकपा (माओवादी) का तर्फबाट युद्धविराम आचारसंहिता अनुगमन समिति पनि गठन गरिएको छ । सरकार आफैले प्रतिनिधिसभाका सभामुखको अध्यक्षतामा प्रतिनिधिसभा सदस्यहरू सम्मिलित छुट्टै युद्धविराम अनुगमन समिति पनि क्रियाशील छ । यी दुवै संस्थाले आ-आफ्नो स्थानबाट सरकार तथा माओवादीलाई सचेत गराइरहेका छन् । युद्धविराम उलंघनका विषयमा सभा-सम्मेलन, पत्रपत्रिका तथा सरोकारवाला संस्थाहरूले प्रत्येक दिनजसो केही न केही आपत्ति जनाइरहेका छन्, जसमा सरकार तथा नेकपा (माओवादी) को संलग्नता देखिन्छ । यति हुँदाहुँदै पनि सरकार तथा माओवादीका पक्षबाट युद्धविराम उलंघनका घटनाहरूमा कुनै कमी आएको छैन ।

'हाम्रो कार्यालयको नाम युद्धविराम आचरसंहिता राष्ट्रिय अनुगमन समिति होइन, युद्धविराम भङ्ग अनुगमन समिति राख्नुपर्ने भएको छ ।' शान्तिवार्तामा सहयोगी भूमिका पाएको युद्धविराम आचारसंहिता राष्ट्रिय अनुगमन समितिका एक सदस्य भन्छन्, 'कहाँ युद्धविराम विपरीत कार्य भयो भन्दा पनि अब कहाँ युद्धविराम अनुरूपको कार्य भयो भनेर हेर्नुपर्ने भएको छ ।' ती सदस्यका अनुसार युद्धविरामको डरलाग्दो तरिकाले दुरुपयोग भैरहेको छ । देशको सबैभन्दा शक्तिशाली व्यक्तिका रूपमा रहेका प्रधानमन्त्रीदेखि माओवादीका जनमिलिसियासम्मले आचारसंहिताको बिना कुनै संकोच दुरुपयोग गरिरहेका छन् । अर्का एक सदस्य भन्छन्, 'काठमाडौं उपत्यकाबाहिर पुग्दा हामी युद्धकै अवस्थामा छौं कि भन्ने अनुभूति हुन्छ ।'

जेठ १२ गते जारी २५ बुँदे समझदारीको पहिलो बुँदामै 'एक-अर्कालाई उत्तेजित गर्ने गरी कुनै सार्वजनिक व्यक्तव्य दिने वा त्यस प्रकारका अन्य कुनै काम नगर्ने' कुरा उल्लेख छ तर यो बुँदाका विपरीत प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले हतियार बोकेका माओवादीलाई आठौं दलको मान्यता नदिने कुरा बताएर दुरुपयोग गरेको माओवादी तथा आचारसंहिता अनुगमन समितिका ती सदस्यको आरोप छ । त्यस्तै माओवादीका केन्द्रीय सदस्यसमेत रहिसकेका 'अथक' ले बाँके, बर्दियामा युद्धविराम भङ्ग गर्ने चेतावनीलाई पनि सरकार तथा आचारसंहिता अनुगमन समितिले पहिलो बुँदाको उलघंन भएको बताएको छ ।

'हामीकहाँ थाम्नै नसकिने उजुरी आइरहेका छन् ।' बबरमहलस्थित आचारसंहिता राष्ट्रिय अनुगमन समितिका एक जना कर्मचारी भन्छन्, 'माओवादी पक्षका बारेमा बढी उजुरी आएका छन् । सरकारका बारेमा व्यक्तिगत उजुरीभन्दा पनि पत्रपत्रिकामा आएका टिप्पणीहरू बढी छन् ।'

युद्धविराम आचारसंहिताको मान्यताअनुसार शान्ति प्रक्रियामा बाधा उत्पन्न गराउने सम्पूर्ण कुरा आचारसंहिताको उलंघनभित्र पर्छ । बृहत् कोणबाट गरिएको यो परिभाषाले सरकार तथा माओवादी उपस्थित भएका हरेक क्षेत्रमा धेरै-थोरैरूपमा युद्धविराम आचारसंहिता उलंघन भैरहेको देखाउँछ ।

गत महिना बर्दियाका काङ्ग्रेस कार्यकर्ता सुशील ज्ञवालीको हत्यालाई अनुगमन समितिले माओवादीद्वारा गरिएको अहिलेसम्मकै सबैभन्दा ठूलो अपराध मानेको छ । यसलाई सच्याउने आग्रहलाई बेवास्ता गर्दै माओवादीका स्थानीय नेता 'अथक' ले युद्धविराम नै भङ्ग गर्ने चेतावनीले माओवादीहरू आफूले हस्ताक्षर गरेको आचारसंहिताप्रति सचेत नभएको देखाउँछ । 'यति मात्र होइन, आचारसंहिता उलंघनका घटनामध्ये ८० प्रतिशत माओवादीका तर्फबाट भैरहेको छ ।' युद्धविराम अनुगमन समितिका एक जना सदस्य भन्छन्, '२० प्रतिशत सरकारका तर्फबाट भएको देखिन्छ ।'

आचारसंहिताको दोस्रो बुँदामा दुवै पक्षले सशस्त्र सेनाको परिचालन, प्रदर्शन एवं प्रयोग नगर्ने उल्लेख भए पनि पूर्वी तराईका सिराहा र सप्तरी जिल्लामा माओवादीले तराई जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चाका विरुद्ध छेडेको युद्धका कारण सशस्त्र माओवादीहरू परिचालित छन् । माओवादीले यसलाई सरकारविरुद्ध बन्दुक नबोकेको बताएर टार्न खोजेको छ । त्यसैगरी सरकारले पनि बेला-बेलामा सेनालाई ब्यारेक बाहिर गस्तीमा पठाउने गरेको जनाउँदै माओवादीले यस्ता गतिविधि रोक्न सरकारसँग आग्रह गरेको छ ।

आचारसंहिताको छैठौं बुँदामा सार्वजनिक भेला, सभा, सम्मेलन, समारोह वा राजनैतिक क्रियाकलाप गर्दा दुवै पक्ष कम्ब्याट ड्रेस वा हातहतियारसहित उपस्थित नहुने कुरा उल्लेख छ । यो बुँदालाई पनि माओवादीले नेपालका दुर्गम जिल्लाहरूमा दुरुपयोग गरिरहेको अनुगमन समितिले जनाएको छ । यसलाई रोक्न स्थानीय पहल जारी भए पनि माओवादीले यसलाई आफ्नो पहिचान भन्दै कम्ब्याट ड्रेस तथा हतियारको प्रदर्शन गरिरहेको छ । त्यस्तै १५ औं बुँदामा कसैको इच्छा विपरीत चन्दा वा आर्थिक सहयोग लिन नपाउने कुरा उल्लेख गरिए पनि माओवादीले जनसेनाको भरणपोषणका नाममा दैनिक चन्दा सङ्कलन गरिरहेको उजुरी पर्ने गरेको छ । १९ औं बुँदामा युद्धका बेला नेकपा (माओवादी) द्वारा कब्जा गरिएका राजनैतिक दलका नेता, कार्यकर्ता तथा सर्वसाधारणको सम्पत्ति फिर्ता गर्ने कुरा पनि पालना भएको छैन ।

'हामी अप्ठ्यारो स्थितिमा छौं' युद्धविराम आचरसंहिता उलघंनका घटनाको अध्ययन गरिरहेका एक सदस्य भन्छन्, 'देशमा दुई सेनाका बीच युद्ध त रोकिएको छ तर शान्ति आएको छैन ।'

मुखाले

संयुक्त राष्ट्रसंघले निर्देशनात्मक भूमिका निभाउन खोजे वार्ता विफल हुन सक्छ ।

बादल, माओवादी नेता

अन्तरिम संविधान खाली बोतलजस्तै छ ।

डा. बाबुराम भट्टराई
नेता, नेकपा (माओवादी)

कम्युनिस्टभित्र बाबुराम र प्रचण्डजस्ता अवसरवादीहरू पनि छन् ।

मोहनविक्रम सिंह
नेता, नेकपा (एकता केन्द्र)

जनसेना प्रचण्डका निजी सैनिक हुन् । उनीहरू नेपाली सैनिक हुन सक्दैनन् ।

माधवकुमार नेपाल
महासचिव, नेकपा (एमाले)

राष्ट्रसंघको कार्यदललाई निःशस्त्रीकरणको अधिकार हुनुपर्छ ।

जिम कोल्भी, अमेरिकी सिनेटर

भारतले बाँध बाँधेका कारण नेपाली जनता डुबिरहेका छन् । त्यस्ता बाँध भत्काउनुपर्छ ।

बामदेव गौतम, नेता, नेकपा (एमाले)

दसैंअघि नै अन्तरिम सरकार बन्छ ।

अमिक शेरचन, उपप्रधानमन्त्री

म मरेर बाँच्न चाहन्नँ, जीवन्त भएर मर्न चाहन्छु ।

माधव घिमिरे, राष्ट्रकवि

आवश्यकता

होटल तालिम
कुक - 4500
बेटर - 1500

विशेष ५०% छुटमा होटल तालिम शुरु

दशै आयो ! मिठो खाने होइन ?
विदेश पठाईने व्यवस्था
गोंगबु चोक 016214510 4442957 BMTC
लगनखेल 5532984 MMTC

प्राइभेट एक्जाम्टेड Test/SLC
अन्तिम भर्ना
लगनखेल 2120693, 9841-338476 9841-306634 Small Heaven Academy
गोंगबु चोक 016214510, 4442957 9841-207258 BMTC Academy

होटल तालिम
प्राइभेट/एक्जाम्टेड SLC - 2063
अन्तिम भर्ना
4601874, 2120697, 9841264405, 9841396095

बाढी र पहिरोको सन्त्रास

मनसुनी वर्षाले राम्रो साथ नदिएर समग्र कृषिक्षेत्र प्रभावित भैरहेको बेला गत साता मध्यपश्चिम क्षेत्रमा वर्षाले आफ्नो ताण्डव देखायो । नेपालगञ्ज क्षेत्रमा २४ घण्टाभित्र ३ सय ३७ मिलिलिटर वर्षा भयो । पानी नपरेर खेतका धाँजा फाटिरहेको भैरहवा, वीरेन्द्रनगर, दाङ क्षेत्रमा पनि वर्षाको गति अत्याउने खालको थियो । अविरल पानीले बढेको खोलाले बर्दिया, नवलपरासी तथा सुर्खेतमा उर्लिएको खोलाले १० जनाभन्दा बढीको ज्यान लियो भने हराएका केही व्यक्तिको अझै पत्तो लागेको छैन । धनगढीमा दुई दिन लगातार परेको पानीले कमजोर भएको पहाडमा पहिरो जाँदा खप्तड गाविसका दुईवटा गाविसका ९० घर पुरिए । ती गाउँमा पहिरोले पुरिएका गाउँलेको संख्या अझै यकिन छैन । यही वर्षाले अछाम जिल्लाको बाल्ला गाविसमा १ करोड २५ लाखको लागतमा बनेको जलविद्युत् आयोजना पुरियो । जिल्लाको सबैभन्दा उर्वर भूमि सिद्धेश्वर तथा घुघटकोट गाविसका ३ हजार रोपनीमा लगाइएको बाली नष्ट भयो । यसरी एक साताभित्रै हराभरा पश्चिम नेपालका १० जिल्लामा वर्षा ऋतुको अन्त्यतिर आएको बाढी र पहिरोले ताण्डव मच्चायो, हजारौं विस्थापित भए । एक साता बित्न लाग्दा पनि क्षतिको विवरण यकिन हुन सकेको छैन ।

नेपालजस्तो मुलुकमा अगाडि नै सचेत हुनुबाहेक प्राकृतिक प्रकोपलाई टार्न सकिने स्थिति छैन । यसमा आफ्नो भू–बनोट तथा प्राकृतिक संरचनालाई दोष दिनुबाहेक हाललाई कुनै विकल्प पनि देखिँदैन । यति हुँदाहुँदै पनि प्रत्येक वर्ष वर्षायाममा जाने पहिरो र उर्लने बाढीले मच्चाउन सक्ने उद्दण्डताका सम्बन्धमा सतर्कता अपनाउनु सरकारको दायित्व हो । वर्षायाम लाग्नेबित्तिकै देशका ७५ वटै जिल्लाका धेरै ठाउँका बासिन्दाहरूले त्रासपूर्ण रात काट्ने गरेका घटना पुरानै हुन् । सरकारलाई बाढी आउने र पहिरो जाने धेरै सम्भावित स्थानका समबन्धमा जानकारी नभएको पनि होइन । यही विपत्तिका बेला काम गर्न प्रधानमन्त्रीको प्रत्यक्ष निगरानीमा प्राकृतिक प्रकोप उद्धार समिति पनि क्रियाशील छ । यसको खातामा पर्याप्त नभए पनि बजेट छ । उद्धारलाई परिचालन गर्न सेना, प्रहरीको ठूलो संरचना पनि देशभर कार्यरत छ । यति हुँदाहुँदै पनि यस पटकको बाढीमा तीन दिनसम्म कैयौं गाउँमा उद्धार पुग्न सकेन । कैयौं गाउँ सम्पर्कबाहिर रहे । धनजन क्षतिको यकिन विवरणका लागि आधिकारिक माध्यम नहुँदा फरक–फरक विवरण आए । कतिपय क्षेत्रमा बाढीपीडितहरूले खाने–पिउने कुराको अभाव झेल्नुपर्‍यो । धनगढीमा पहिरोले पुरिएको गाउँमा उद्धार गर्न सेना र प्रहरीको टोली पुग्न ढिला भयो । कतिपय व्यक्तिको खोजीकार्यमा अझै पनि ढिलाइ भएको गुनासो आइरहेको छ । यो घटनाले देशमा दन्हो रूपमा काम–कारबाही अगाडि बढाउने संयन्त्रको अभाव भएको देखियो । यसबाट शोकमा डुबेका जनतालाई बेलैमा राहत पुर्‍याउने कार्यमा सरकार नराम्रोसँग चुकेको देखिन्छ । जनताले बनाएको सरकार जनतालाई अप्ठ्यारो पर्दा बेलैमा सचेत र चिन्तित नहुनु आममानिसका लागि दुःखको कुरा हो ।

भौगोलिक कठिनाइका कारण बेलैमा राहत पुग्न कठिनाइ भएको कुरा गृहमन्त्रालयले बताएको छ । गृहमन्त्रालयको यो स्पस्टोक्ति आधारहीन पनि छैन । यति हुँदाहुँदै पनि सरकार सचेत भएको भए प्राकृतिक उद्धार टोलीले बेलैमा काम सुरु गर्न सक्थ्यो । प्रत्येक वर्ष हुने यस्ता जनधनको क्षतिबाट पाठ लिएर निश्चित स्थानहरूमा आधारभूत व्यवस्था नगर्नु सरकारको दूरदृष्टिको अभाव हो । जिम्मेवार सरकारले कुनै पनि भौगोलिक अवस्थालाई कारण देखाएर प्रत्येक वर्ष हुने प्राकृतिक घटनाको दोषबाट उम्कन मिल्दैन ।

यो घटनाबाट सरकारले पाठ सिक्नैपर्छ । अबका दिनमा यस किसिमका घटना घट्दा कसरी बेलैमा उद्धार र सहयोग गर्ने भन्ने नीति बनाउनुपर्छ । देशका सबै जनताको जीउ–धनलाई एउटै आँखाले नहेर्ने तथा त्यससम्बन्धी नीति नबनाउने पुरानो नीति अब परिवर्तन हुनैपर्छ ।

मिश्रित चिन्तनहरू

डा. डी. पी. भण्डारीसँग

शीर्षक अलिक अनौठो, अलिक बाउँठो– त्यसैले न्यायोचित हुन सक्छु कि हुन्न भन्ने प्रारम्भिक झिनो चिन्ताको भाव । तीनवटै घटना एक साताको सीमाभित्र घटेका हुनाले म खिचिएको हुँ तीनवटैको संयुक्त स्मृतितिर । तीज पुरानो पात्रोअनुसार मैले हिसाब गर्न नसक्ने कालदेखि चलिआएको चाड– महिला महत्त्व बोक्दै आएको पर्व । कठोर उपवास र नृत्यगानबाट संकलित कुण्ठा विरेचित गर्ने सुन्दर, सरल अवसर । नृत्यगानको उत्कर्ष विन्दुमा अधिकांश युवती, अधबैंसे एवं वृद्धाहरू आचारसंहिताको बासी, बोफिल सीमा अस्थायी रूपले निलम्बित गर्छन् भने त्यसलाई मर्यादा–भजन मान्नु सामान्य मनोविज्ञानप्रति निर्बोधता देखाउनु हो । शिव–पार्वतीको पौराणिक बिम्ब बहुआयामिक अर्थवत्ता लिएर आएको छ हाम्रो रेसियल मेमोरी, जातीय स्मृतिभित्र । एकातिर उन्मत्त भैरवको रहस्यात्मक दर्शन र छाप, अर्कातिर शान्त, शीतल महादेवको दैविक आभा । भगवान् शंकर जति बहुआयामिक भगवान् र पार्वती जति बहुअर्थी भाव एवं भंगिमाले गुम्फित भगवती देवी विश्वपुराणमा कतै छन् जस्तो मलाई लाग्दैन । चरम अलौकिक शक्ति र शान्ति छ त्यहाँ, साथै चरम यौन–केलीका प्रतीकात्मक मेनिफेस्टेसन, रूपहरू, बिम्बहरू छन् । भक्त–भक्तिनीहरू गहिराइमा डुबुल्की लाउनुभन्दा बढी श्रेयस्कर र सुविधाजनक सतहमा रमाइरहनु नै मान्छन् । शिवरात्री तथा तीजको पावन घडीमा सतहमा रमाउँदै, रोमाञ्चित हुँदाहुँदै आफ्नै दैनिक यथार्थ, डेली सेल्फतिर फर्कन्छौं । विश्वासीहरूका लागि यो वर्तुल चलिरहन्छ, जीवनका अन्तिम दिनहरूसम्म, अविश्वासीहरू स्वानिर्मित, स्वविचारित नास्तिकताको, अर्धनास्तिकताको संकीर्ण सीमाभित्र जीवन व्यतीत गर्दै बिदा हुन्छन् यो भूलोकबाट– कोही चारवाकलाई भेट्न जान्छन्, कोही कार्लमार्क्सलाई, कोही स्टालिन र माउत्से तुङलाई । आफ्ना रोगग्रस्त जीवनका अन्तिम दिनहरूमा माओले घोषणा गरे– 'अब चाँडै मार्क्सलाई भेट्न जाँदैछु ।' हामी आफ्नो जीवनमा एउटै सत्य बोल्नका लागि थरीथरीका अलंकार प्रयोग गर्छौं ।

एक महिलाले यो वर्षको हरितालिका तीजको उत्सर्गतिर एक नयाँ किसिमको क्रान्तिकारी गीत गाइछन् । गीतको बोल थियो : 'पोइल जान पाऊँ शिव, पोइल जान पाऊँ.....' प्रत्युत्तरमा एक युवकले राग मिलाएछ– 'दुई बीस पुगेकीलाई मैले ल्याउन पाऊँ शिव, मैले ल्याउन पाऊँ....।' जन्मदा एक ढंगको अलंकारको प्रयोग हुन्छ, प्रेम गर्ने बेलामा अर्को किसिमको, मृत्यु घडीमा अरू बढी अर्कै किसिमको, तर सबैमा तृष्णा मिलनकै हुन्छ । जन्मदा शिशुको भाषा शब्द–संयोजन हुँदैन, रोदन हुन्छ, क्रन्दन हुन्छ– 'गर्भको अनिर्वचनीय आनन्दबाट– हे प्रभु, मलाई किन यो बुझ्न नसकिने, कष्टपूर्ण जगतमा खसाल्यौ.....' भन्ने शिशु क्रन्दनको अभिप्राय हुन्छ । यो पृथ्वीमा अवतरण लिनुको अर्थ हुन्छ– जटिल जञ्जालमा उत्तरोत्तर फस्दै जानु । चुनिएका केही व्यक्ति मात्र मुक्ति पाउँछन् त्यो जञ्जालबाट । विराट् भीड फसेकै देखिन्छ : कहिले वैवाहिक झन्झटमा, कहिले प्रणय व्यथामा, कहिले राजनैतिक द्वन्द्वमा : परम्परागत तानाशाहीदेखि लिएर सर्वहाराको अधिनायकवादसम्म । हत्या, चोरी, भ्रष्टाचार आदिको चक्र त चलेकै छ । इन्द्रधनुषी मायाजालमा फसेकै हुन्छ मान्छे विभिन्न रूपमा, विभिन्न मुद्रामा । त्यसैले भन्छु– शिशुको प्रथम क्रन्दन मानव अस्तित्वको मौलिक स्वभावको पूर्वसंकेत हो । पर्व–उत्सवहरू केही कालका लागि हाम्रो जीवनको व्यथा, वाकवाकी र वेदना बिर्सनका लागि आविष्कार गरिएका हुन् कि भन्ने मेरो अनुमान छ, अनुभव छ । असहय रक्तआन्दोलनको चापमा गाएको हुनुपर्छ ती महिलाले त्यो गीत र त्यस्तै जैविक कोषहरूको आन्दोलन प्रत्युत्तर दिने पुरुषभित्र चलेको हुनुपर्छ । आनन्दका होइनन्, मूलतः उत्तजेजनामिश्रित पीडाका गायनहरू हुन् यस्ता क्रान्तिकारी शिव–प्रार्थनाहरू । देखेको भरमा होइन, लोकश्रुतिका आधारमा म टिप्पणी गरिरहेको छु । तीजका सम्बन्धमा बितिसकेका वर्षहरूमा धेरै लेखिसकेको हुनाले आजलाई यति मात्र ।

यो भयो तीजोत्सवको सम्झना– एक जीवन्त उत्सव । अब मृत्युत्सवतिर जाऊँ एकछिनका लागि । जान्नेहरू मृत्युलाई पनि उत्सव बनाइदिन्छन् । मृत्यु यथार्थतः एक मुक्ति हो । हामी निपट अज्ञानी हुनाले मत्युत्सव बुझ्दैनौं । उल्टो आश्चर्य व्यक्त गर्छौं मृत्यु कसरी मुक्ति हुन सक्छ भनेर । यही हप्ताभित्र भारतका दुई ख्यातिप्राप्त कलाकारको– एक सहनाईवादक, अर्को चलचित्र निर्माता एवं निर्देशकको– देहावसान भयो । बिस्मिल्ला खाँलाई मैले प्रत्यक्ष देखेको छु, सुनेको छु । ऋषिकेश मुकर्जीलाई देखेको छु– भारतमा अध्ययनकालमा । बिस्मिला नौ दशकमा गए यो संसारबाट, ऋषिकेश मुकर्जी चौरासी वर्षमा बिदा भए । दुवै धेरै उल्लेखनीय पनि होइनन्, अउल्लेखनीय पनि होइनन्, तर बिस्मिल्ला खाँको सहनाईको धुन मेरो स्मृतिपटलमा गहिरिएर बसेको रहेछ ।

ऋषिकेश निर्मित तीन फिल्म मैले भारतमा छँदा नै हेरेको थिएँ : आशीर्वाद, आनन्द र चुपके चुपके । चलचित्रको सम्झनाले ऋषिकेश मुकर्जीको याद दिलायो । पुराना दिनहरूको याद लिरिकल चार्म, काव्यात्मक माधुर्य लिएर आउँदो रहेछ । ती तीन फिल्महरू, फिल्मनिर्माता ऋषिकेश मुकर्जी तथा बिस्मिल्ला खाँलाई मैले सन् पचास र साठीको दशकको कालखण्डमा देहरादून, बनारस, जवलपुरमा देखेको थिएँ । ऋषिकेश विमल रायको प्रशिक्षण पाएका हुनाले पनि होला त्यति कुशल निर्देशक भएका । धेरै भारतीय साधक आफूले अभ्यास गर्ने कलालाई लगभग आध्यात्मिक एकनिष्ठताका साथ प्रस्तुत गर्न चाहन्छन् । ऋषिकेश मुकर्जी धेरै सफल साधकहरूबीचका एक साधक थिए ।

बिस्मिल्ला खाँको सहनाईवादन कला लगभग मिथकीय उचाइमा पुगेको साधना भैसकेछ । वाद्य संगीतका सम्बन्धमा एकदमै अनाडी श्रोता पनि उनले बजाएको सहनाईको धुनबाट मुग्ध भएको देखिन्छ, उस बेला देखिथ्यो । सितारवादनमा जुन ख्याति रविशंकरले पाए, सहनाईवादनमा बिस्मिल्ला खाँले पाएका थिए । 'भारतरत्न'को सम्मान पाउँदा रविशंकरको केही विरोध भएको थियो तर बिस्मिल्ला खाँले त्यही सम्मान पाउँदा कतैबाट पनि विरोधको स्वर सुनिएन । कलाकारहरू, असली साधकहरूको स्मरण आफैंमा एक पुनीत कर्म भएकाले मैले दिवंगत भएका यी कलाकारहरूको सम्झना गर्ने यत्न गरेको हुँ । तिनीहरूको निधनलाई असामयिक भन्न मिल्दैन । पूरा सिर्जनात्मक जीवन बाँचेर उचित समयमा यो व्याधिग्रस्त धरालाई छोडेर गए उनीहरू । कम्प्लिट लाइफ, पूर्ण जीवन भनेको त्यस्तै साधहरूको जीवन हो ।

राजनैतिक कोलाहल तथा अनिश्चितताको कथा हाम्रो सानो देशभित्र प्रीतिकर रूपले गैरहेको छैन । हरितालिका तीजकालमा गाइने कुनै गीतको भाका अर्धराजनैतिक रंग लिएर आएको थियो । राजनैतिक चेतनाबाट ती महिलाहरूको त कुरै भएन, एक सामान्य मजदुर पनि वञ्चित छैन । यो संक्रामक घडीमा तीजगायिकाहरू मात्र होइन, सबै तप्काका नरनारीहरू आफ्नो अशिक्षाका बावजुद राजनैतिक चर्चामा संलग्न हुन बढी रमाउँछन् । ८८ वर्षीया छ्याँदेवी पनि पूरा अस्था एवं उत्साहका साथ आन्दोलनमा संलग्न भइन् अनि सन्तुष्टिमै बिदा भइन् जगत्‌बाट ।

पोस्ट बक्स नम्बर : २९७४

नीति-नियम

ग्रीष्म ऋतुको सूर्यको तातो राप छेक्न रुखको छहारी नभएको मरुभूमि झैं उदण्ड स्वभावका दुर्जन व्यक्तिहरूको संगत परित्याग गर्नुपर्छ ।

सास फेर्दा मुखबाट विष निकाल्ने सर्प साथ राख्नु बरु केही हितकर होला तर दुर्जनलाई साथ लिनु राम्रो हुँदैन ।

आफ्नो हित चिताउने व्यक्तिले सज्जनका लागिभन्दा दुर्जनका लागि बढी हात जोड्नु उचित हुन्छ । जसबाट उसलाई बढी सम्मान गरेको देखियोस् ।

बुद्धिमान मानिसले आफ्नो पीडा अरूलाई सुनाउनु हुँदैन ।

सज्जन अथवा दुर्जन जोसुकै होस् सबैसँग मीठो वचन बोल्नुपर्छ किनभने जो मयूरको झैं प्रिय वचन बोल्छन् उनीहरू नै जनप्रिय हुन्छन् ।

–शुक्रनीति

अनुवाद : रामहरि बन्जारा

चिठीपत्र

तीनथानामा खानेपानीको अभाव

काठमाडौंको टौखेल ख्वाङल्याङबाट खानेपानीको सुविधा लिँदै आएको तीनथाना गाउँ विकास समितिले विगत चार महिनादेखि खानेपानी प्राप्त गर्न सकेको छैन ।

खानेपानी उपभोग गर्न नपाएको चार महिना बितिसक्दा पनि सम्बन्धित गाविस तथा खानेपानी संस्थानले कुनै चासो नदेखाएको तीनथानाका स्थानीयवासीको गुनासो छ । पानी लिन नजिकैको गाउँमा जानुपर्ने भएपछि स्थानीय महिला उत्थान समाजको नेतृत्वमा गाउँका महिलाहरूले पानीका लागि जुलुससमेत निकालेका थिए । यसै क्रममा उनीहरू गाविस कार्यालय गएका थिए तर गाविस सचिव नआएका कारण उनीहरू त्यहाँबाट पानीको मुहान भएको ठाउँ टौखेल ख्वाङल्याङ पुगेका थिए । 'मुहानबाट पानी हामीले छाडेका छौं, पानी किन तीनथानासम्म पुगेन हामीलाई थाहा छैन' स्थानीय बासिन्दाले बताए । गाउँको पाइपमा खराबी छ कि भनेर हेर्दा पाइपमा खिया लागेको देखियो तर पानी भने आएको पाइएन । स्थानीय एक वृद्धका अनुसार वि.सं. २०१७ सालदेखि कीर्तिपुरको खानेपानीबाट पानी ल्याई खाई आइरहेकोमा राजनीतिज्ञहरूले त्यसलाई छोडी ख्वाङल्याङ मुहानबाट पानी ल्याई तीनथानाका बासिन्दालाई उपभोग गराएका थिए, तर हाल पानी बन्द हुँदा तिनै राजनीतिज्ञहरूले कुनै चासो देखाएका छैनन् ।

सोही क्रममा महिलाहरूले गाविस सचिवलाई बोलाएर पानीको समस्या किन समाधान नगरेको भनी प्रश्न गरे । सचिवले 'हामी पानी ल्याउने प्रयासमा छौं' भने । सोही जुलुसका केही महिलाले भने गाविसको बजेट पानीमा नभई अन्यत्र गएको पनि बताए ।

गाविस सचिवले पानी ल्याउने भने पनि गाउँमा हालसम्म पानी उपलब्ध छैन । गाउँका महिलाहरू नजिकैको कीर्तिपुर नगरपालिका तथा सतुंगलमा पानी लिन जान्छन् । गाउँका धनाढ्य व्यक्तिहरू भने पानी किनेर खान्छन् । गाउँमा पानी आउन सक्ने सम्भावना हुँदा पनि स्थानीय बासिन्दाले पानी किनेर वा टाढाबाट बोकी ल्याएर पिउन बाध्य छन् । यस्तो समस्या यहाँमात्र नभएर कीर्तिपुरको सल्यानस्थान तथा ढाक्समा पनि विद्यमान छ ।

–उपेन्द्र महत, तीनथाना, काठमाडौं

प्लस टुको मनोमानी ?

साप्ताहिकमा एसएलसीपछिको उच्च शिक्षाका बारेमा प्रकाशित विभिन्न समाचार तथा लेखहरू हामीले पढ्दै आएका छौं । शैक्षिक क्षेत्रमा विभिन्न बाटाहरू देखाउने साप्ताहिकको यो कामका लागि हामीले धन्यवाद दिनैपर्छ, तर एसएलसीपछि प्लस टु शिक्षा नै अनिवार्य हो भन्ने सोचाइ साप्ताहिकले राखेको पाइयो । सस्तो शुल्कको प्रवीणता प्रमाणपत्र तहको तुलनामा महँगो शुल्कको प्लस टुलाई किन बढी महत्त्व दिइएको हो ? प्लस टु शिक्षामा यति धेरै मनोमानी बढेको छ कि गरिबका सन्तानले प्लस टु अध्ययन गर्न नसकेर अध्ययनलाई नै स्थगित गर्नुपर्ने स्थिति छ । यस कारण प्रवीणता प्रमाणपत्र तहलाई पनि सुधार गर्ने विषयमा साप्ताहिकले आवाज उठाउनुपर्छ ।

प्लस टुको मनोमानी यति मात्र छैन, न्यूनतम यति प्रतिशत ल्याएको विद्यार्थीलाई मात्र यो कलेजमा भर्ना मिल्छ भन्दै कलेजहरूले औसत प्रतिशतमा उत्तीर्ण विद्यार्थीलाई उपेक्षित गरेको पाइएको छ । यस्तो किन ? के मेरो कलेजमा प्रथम श्रेणीमा आएका विद्यार्थीलाई मात्र अध्ययन गराउँछु भन्न पाइन्छ ? राम्रो विद्यार्थी भर्ना गरेर प्लस टुमा धेरै विद्यार्थी उत्तीर्ण गराउन सफल भएको भनेर जस लिन खोज्ने यी कलेजहरूको दायित्व कमजोर विद्यार्थीलाई राम्रो बनाउने हो कि होइन ? प्लस टु शिक्षाको स्वीकृति प्रदान गर्ने उच्च माध्यमिक शिक्षा परिषद्ले यस्ता विषयमा केही गर्न सक्दैन ? मेरो विचारमा परिषद्ले यस्तो मनोमानीलाई नियन्त्रण गर्न पहल गर्नुपर्छ, नत्र प्लस टुमा विकृति घट्ने होइन, बढिरहनेछ ।

–विशाल भण्डारी, भाटभटेनी

तीतो सत्य

- समाजले जे भने पनि आत्मविश्वासका साथ सही बाटोमा हिँड्नु नै राम्रो हुन्छ ।

- ठूलो मान्छे बन्न नखोज असल, इमान्दार र सहयोगी बन ।

कल्पना गुरुङ

- धेरैको हित हुन्छ भने एउटाको हित हुने उसको गोप्य कुरालाई खोलिदिनु ठूलो धर्म हो ।

- आफ्नो स्वार्थभन्दा बाहिर कुनै पनि मानिसले अरूको सेवा गर्दैन । धर्मात्माहरूले पनि आफू मरेपछि स्वर्ग जान पाइने स्वार्थका लागि दुःखीहरूको सेवा गर्छन् ।

- अनावश्यक काममा समय खेर फाल्ने तथा परिश्रम नगर्ने व्यक्तिले सफलतालाई कहिल्यै चुम्न सक्दैन ।

राजकुमार श्रेष्ठ

- सकिन्छ भने वास्तविकता भनिदिनुहोस्, सकिँदैन भने भ्रममा नराख्नुहोस् ।

राजकुमार विश्वकर्मा

तीतो सत्य स्तम्भका लागि आफूले देखेका, भोगेका कटु सत्य पठाउन पाठकहरूसँग हार्दिक अनुरोध छ ।

–सम्पादक

संयुक्त राष्ट्रसंघबाट हाम्रो अपेक्षा

देश शान्ति-प्रक्रियामा प्रवेश गरिसकेको भए पनि हतियारको व्यवस्थापनबिनाको शान्तिवार्ताको अर्थ छैन । हतियार व्यवस्थापनको अनुगमन गर्न यसै साता संयुक्त राष्ट्रसंघको प्राविधिक टोली नेपाल आउँदैछ । सरकार, सात दल तथा माओवादीले हतियार व्यवस्थापनको परिभाषा आ-आफ्नै किसिमले गरिरहेका छन् । यस अर्थमा संयुक्त राष्ट्रसंघको भूमिकालाई पनि विवादमा तानिने प्रयास हुनेछ । शान्तिवार्तालाई फलदायी बनाउन संयुक्त राष्ट्रसंघले के गर्नुपर्ला ?

भरतराज पीडित

अध्यक्ष, न्यू मिडिया क्लब नेपाल

एक दशक लामो समयदेखि चलेको सशस्त्र द्वन्द्वका सन्दर्भमा संयुक्त राष्ट्रसंघ नेपालमा आउनु दिगो शान्ति स्थापना हुन सक्ने आशाजनक कुरा हो । यसको सबैतिरबाट स्वागत, समर्थन एवं सहयोग गरिनुपर्छ । नेपालको भू-राजनैतिक विशिष्टताका कारणले पनि यसको महत्त्व ज्यादा छ । जहाँसम्म संयुक्त राष्ट्रसंघले आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्न के गर्नुपर्ला भन्ने जिज्ञासा छ त्यस विषयमा नेपाल सरकार र माओवादीको मानसिक सोच नै पहिले स्पष्ट हुनुपर्छ । उच्चताबोध वा हीनताबोधबाट मुक्त भएर नेपाल सरकार तथा माओवादीका प्रतिनिधिहरूले आ-आफूलाई दिगो शान्ति स्थापनामा समर्पित गर्नुपर्छ ।

दोस्रो कुरा, नेकपा (माओवादी) ले शान्तिपूर्ण राजनैतिक प्रतिस्पर्धामा आफूलाई उभ्याउने सार्वजनिक प्रतिबद्धताको अग्निपरीक्षामा उत्तीर्ण हुने बेला पनि हो यो । तेस्रो कुरा, नेकपा (माओवादी) मा निःशस्त्रीकरणपछिको राजनैतिक भविष्यका सम्बन्धमा रहेको जुन आशंका छ त्यसलाई संयुक्त राष्ट्रसंघले सुरुमै मेट्न सक्नुपर्छ । यहाँको सरकार तथा माओवादी विद्रोहीका मनोविज्ञानको गहिरो अध्ययन गरेपछि मात्र हतियार व्यवस्थापनको मूल प्रश्नतर्फ केन्द्रित हुनुपर्छ, किनकि हामीकहाँ हरेक कुरालाई आशंकाका दृष्टिकोणले हेर्ने प्रचलन आम बनिसकेको छ । शान्तिवार्तालाई फलदायी बनाउन जन्मन सक्ने निहुँहरू, जन्माइन सक्ने निहुँहरू तथा हतियारमा विश्वास राख्ने मोहको अन्त्य गर्न संयुक्त राष्ट्रसंघले रणनीतिक उपायहरू अपनाउनुपर्छ ।

भुवन न्यौपाने

प्राध्यापक, त्रिचन्द्र क्याम्पस, स्नातकोत्तर

पहिलो कुरा देशकै राजनैतिक शक्तिहरूका बीचमा मेलमिलाप हुनुपर्छ । जबसम्म देशका राजनैतिक शक्तिहरूका बीचमा अन्तरविरोध, आशङ्का र असमझदारी पैदा हुन्छ तबसम्म कुनै निश्चित राजनैतिक टुङ्गोमा पुग्न सकिँदैन । नेकपा (माओवादी) तथा सरकार पक्षका बीचमा एउटा समझदारी भएर ठोस मार्गचित्र प्रस्ट नभएसम्म संयुक्त राष्ट्रसंघले कुनै निष्कर्ष दिन सक्दैन । अन्तर्राष्ट्रिय शक्तिहरूले मिलाउनेभन्दा पनि मिलेको कुरालाई व्यवस्थित गर्दै लाने हो । यसमा नेकपा (माओवादी) ले आफ्नो हतियार व्यवस्थापन कसरी गर्ने तथा सरकारले माओवादीलाई मूल राजनैतिक धारमा कसरी ल्याउने भन्ने कुरा अझैसम्म प्रस्ट हुन सकेको छैन । राजनैतिक विचारले हतियारलाई चलाउने कि हतियारले राजनीतिलाई चलाउने भन्ने कुरा माओवादी शक्तिले समयमै बुझ्नुपर्छ । शान्ति-प्रक्रियाको बाटोमा अघि बढिसकेको स्थितिमा उनीहरूका तर्फबाट आशंका पैदा हुने वा अन्तर्राष्ट्रिय समुदायलाई विश्वास दिलाउने कुरामा बाधा पुग्नु हुँदैन ।

राष्ट्रसंघ यसभन्दा अघि पनि समस्या सामाधान गर्ने उद्देश्यले एक वर्षभित्रमा दुई पटक आइसकेको हो । अब यस पटक कार्य प्रारम्भ गर्नका लागि नियोजित रूपमा आउने स्थिति हो तर कार्य प्रारम्भ नै गर्नका लागि भने राष्ट्रसंघले समय, पद्धति आदि तय गर्छ । राष्ट्रसंघको त्यो कार्यपद्धितिका आधारबाट बजेट पनि आवश्यक हुन्छ । त्यो बजेट दिने अन्तर्राष्ट्रिय शक्तिको चाहनाअनुसार राष्ट्रसंघले काम गर्ने र नेपालका माओवादीहरूलाई स्वीकार्य नहुने हो भने एउटा व्यवस्थित राजनैतिक निकासमा पुग्ने कार्यमा बाधा आउने हो कि भन्ने आशङ्का अर्कातर्फबाट पैदा हुनसक्छ ।

नेपालको शान्ति-प्रक्रियालाई सघाउनका निम्ति आउने भन्ने कुरा निश्चित भैसकेको सन्दर्भमा राष्ट्रसंघलाई नेपाल सरकार तथा नेकपा (माओवादी) तर्फबाट पूर्ण सहयोग र समझदारी नदिएसम्म उसले कसरी काम अघि बढाउन सक्छ ? फेरि राष्ट्रसंघले आफ्नो कार्यमा विलम्ब गर्दै गयो भने त्यसले नेपालका राजनैतिक दलहरूलाई मात्र नभएर नेपाली जनतालाई नै प्रतिकूल असर पर्छ ।

रामबाबु यादब

पूर्व स्ववियू सभापति, सिराहा क्याम्पस

नेकपा (माओवादी) तथा सरकारबीच जसरी १२ बुँदे र ८ बुँदे समझदारी भएको थियो, त्यसैअनुरूप हतियार व्यवस्थापनको समझदारी पनि हुनुपर्छ । १२ बुँदे र ८ बुँदे समझदारी हुँदा जसरी शीर्ष नेताहरूका बीच समझदारी भएको थियो, त्यसैगरी हतियारको पनि व्यवस्थापन हुनुपर्छ, अनि मात्र नेपाली जनतामा शान्तिको सन्देश जान्छ । संयुक्त राष्ट्रसंघ आउनुअघि नै हामी आफैंले हतियारको टुङ्गो लगाउन सक्यौं भने विश्वमा पनि हाम्रो पौरख र सचेतताको राम्रो सन्देश पुग्न सक्छ । जसरी जनआन्दोलन-२ ले विश्वमा राम्रो छाप छोड्यो त्यसैगरी हामी आफैंले हतियार व्यवस्थापनको टुङ्गो लगाउन सक्यौं भने जटिल काम पनि हामी आफैं समाधान गर्न सक्छौं भन्ने सन्देश जान्छ ।

माओवादीको हतियार व्यवस्थापन गर्दा तराईमा जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चासँग भएको हतियार पनि व्यस्थापन गरिनुपर्छ । यहाँ माओवादीलाई मात्र होइन, जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चालाई पनि सँगै शान्तिवार्तामा ल्याउनुपर्छ । किनभने जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चाका बारेमा सरकारले बेलैमा सोचेन भने भोलि यसले पनि माओवादीले जस्तै शान्तिमा खलल पुऱ्याउन सक्छ । किनभने आतंककारी क्रियाकलापका बाबजुद मधेसीका बारेमा मोर्चाले उठाएका कतिपय कुरा सकारात्मक छन् । जसरी माओवादी अहिलेसम्म नउठाएका कुरा गरेर आज यो स्थितिमा पुगे भोलि त्यसैगरी जनतान्त्रिक मुक्तिले पनि देशमा आएको लोकतन्त्रलाई अप्ठ्यारोमा पार्न सक्छ । यदि शान्ति व्यवस्थापनका लागि संयुक्त राष्ट्रसंघ आएको छ भने नेपालमा भएका सम्पूर्ण द्वन्द्वको समाधान एकसाथ गरिनुपर्छ, किनभने अमेरिका, बेलायत तथा भारत एक्काइसौं सताब्दीमा पुग्दा पनि हामी १७ औं शताब्दीमै छौं । संयुक्त राष्ट्रसंघले यो कुरा बुझेर कार्य थाल्नु राम्रो हुन्छ ।

बद्री खनाल

व्यवस्थापक, सर्वनाम नाट्यसमूह

संयुक्त राष्ट्र आउनु स्थायी शान्तिका लागि आवश्यक सामान्य प्रक्रिया मात्रै हो । मुख्य कुरा सरकार, नेपाली जनता तथा माओवादीहरूले आफूले के गर्ने भन्ने कुरा क्लियर हुनुपर्छ । विशेष गरी माओवादी पक्षले जनताप्रति उत्तरदायी भएर काम गर्नुपर्छ ।

नेपाली जनताले फ्रान्सेली राज्यक्रान्तिभन्दा ठूलो आन्दोलन गरेर देखाए । दैनिक ६० लाख सडकमा उत्रनुको अर्थ माओवादीले पनि बुझ्नुपर्छ, नेपाली जनता अब सबै काममा लागि सक्षम छन् । पब्लिकको काम वाच डगको भूमिका निर्वाह गर्नु हो । जसरी सरकारले मूल्यवृद्धि गर्दा नेपाली जनता सडकमा उत्रिए, त्यसैगरी स्थायी शान्तिविरोधी काम कसैले गर्छ भने नेपाली जनता सडकमा उत्रनुपर्छ ।

जहाँसम्म संयुक्त राष्ट्रसंघले निर्वाह गर्ने भूमिकाको प्रश्न छ, त्यो बोस्निया, हर्जगोबिना, बुरुन्डीमा जस्तो सरल हुनुपर्छ । त्यहाँ लाखौं मानिस मरिसकेपछि भएको शान्ति-प्रक्रियामा हतियारको कुराभन्दा पनि विद्रोहीका मागलाई बढी ध्यान दिइएको छ । संयुक्त राष्ट्रसंघले नेपालमा पनि विदेशका यस्ता अनुभवका आधारमा काम गर्नुपर्छ । माओवादीलगायत केही नेताले शान्ति-प्रक्रियामा अमेरिकी हस्तक्षेप हुने सङ्केत गरिरहेका छन् । मेरो विचारमा नेपालीको चाहनाविरुद्ध अमेरिका पनि जान सक्दैन, जानु हुँदैन । शान्ति-प्रक्रियामा अमेरिकाको आफ्नै खालको इन्ट्रेस्ट हुनसक्छ, तर अमेरिका पनि नेपाली जनताको चाहनाविरुद्ध जान सक्दैन । यसो भन्दैमा माओवादीले जे भन्यो त्यही मान्नुपर्छ भन्ने पनि होइन । आज माओवादीका मीठा कुरा सुनेर उसको सबै कुरा राम्रो देख्नुअघि पहिले उसले गरेका कतिपय क्रियाकलापलाई पनि सम्झनुपर्छ । कुरा राम्रो होइन, काम राम्रो हुनुपर्छ ।

महिलाहरूको लागि सुवर्ण अवसर

होटल तालिम
कुक
वेटर ४५९९/-
SMTTC 2040782
RMDTTC 484720

बाथ र दमको अचूक उपचार
विजय आयुर्वेद औषधालय

प्राईभेट test/SLC
घरैमा बसेर पनि पढ्न चाहनेहरु
अंग्रेजी र नेपाली दुवै भाषामा पढाईने ।
अन्तिम भर्ना
लगनखेल
Third Vision Academy
2121717, 9841268267
मच्छिन्द्र मीनी मार्केटको अगाडि

पासाङ ल्हामु मेमोरियल कलेज
गोंगबुचोक, काठमाडौं
फोन : ४३६३०००, ४३८२६१७
TU Affiliate
BA र BBS मा भर्ना खुल्यो
BA तर्फ प्रमुख विषयहरु : Journalism : M. English : Sociology : Population : M. Nepali etc.
S.L.C. मौका परीक्षार्थीको लागि कक्षा ११ मा सीमित सीटहरु सुरक्षित राखिएको छ ।

Admission OPEN
BBS
We ensure for your professional development in Banking, Insurance, Corporate Houses and Financial Institution.
Brookfield College (Morning Shift)
First 30 students 50% free in admission
Scholarships upto 100%
Sinamangal, Kathmandu | Ph: 4470646/4492597
Email: info@brookfield.edu.np | URL: www.brookfield.edu.np

Advance Hardware Networking Training
Duration : 3 Months
Fee Rs. 4000/- 50% Scholarship for first 10 students|
Shift Morning Day Evening
Gateway
Ph: 4241870

Basic, Diploma, Advance Beautician Teacher Training & Special Short
ITC

महत्व इन्जिनियरिङको

इन्जिनियरिङमा स्नातक अध्ययन गर्न ओभरसियर (आई.ई) तथा विज्ञान विषय लिएर प्रवीणता प्रमाणपत्रतह (आईएस्सीमा भौतिक विज्ञान वा जीव विज्ञानमा अतिरिक्त गणित विषय लिई) मा न्यूनतम ४५ प्रतिशत ल्याएर उत्तीर्ण गरेको हुनुपर्छ। केही समयअघिसम्म इन्जिनियर बन्न चाहनेहरूले प्रवेश परीक्षामा खरो प्रतिस्पर्धामा उत्रिएर नाम निकाल्नुपर्थ्यो भने अहिले निजी क्षेत्रबाट पनि कलेजहरू खुलेकाले प्रवेश परीक्षा उत्तीर्ण विद्यार्थीले सजिलै इन्जिनियरिङमा स्नातक गर्न अवसर पाउँछन्।

त्रिभुवन विश्वविद्यालय-अन्तर्गतको इन्जिनियरिङ अध्ययन संस्थानबाट स्नातक गर्न चाहने विद्यार्थीले असारको अन्तिमदेखि साउनको पहिलो साताभित्र आवेदन दिनुपर्छ। प्रवेश परीक्षामा गणित, अंग्रेजी, भौतिक शास्त्र, रसायनशास्त्र, बेसिक कन्सेप्ट अफ ड्रइङको परीक्षा दिनुपर्छ। प्रवेश परीक्षाको परिणाम साउनको अन्तिम सातातिर तीन चरणमा प्रकाशन गरिन्छ। प्रवेश परीक्षामा उत्कृष्ट अंक ल्याउनेहरूको नाम अगाडि निस्कन्छ भने अन्यको क्रमशः पछाडि। प्रवेश परीक्षामा राम्रो अंक ल्याएर छनौट भएकाहरू क्याम्पसले निर्धारण गरेको नियमअनुसार भर्ना हुन सक्छन्। त्रिभुवन विश्वविद्यालयअन्तर्गत सरकारी क्याम्पसहरू पुल्चोक क्याम्पस ललितपुर, पश्चिमाञ्चल क्याम्पस पोखरा, पूर्वाञ्चल क्याम्पस धरान तथा थापाथली क्याम्पस थापाथलीमा स्नातक तहमा भर्ना लिइन्छ। यसैगरी त्रिभुवन विश्वविद्यालयअन्तर्गत सम्बन्धन दिएका निजी कलेजहरूमा कान्तिपुर इन्जिनियरिङ कलेज, काठमाडौं इन्जिनियरिङ कलेज, हिमालय इन्जिनियरिङ कलेज, एडभान्स्ड कलेज अफ इन्जिनियरिङ एन्ड म्यानेजमेन्ट, नेसनल कलेज अफ इन्जिनियरिङ, काठफोर्ड इन्जिनियरिङ कलेज छन्।

पुल्चोक क्याम्पसमा ओभरसियर र इन्जिनियर दुवै तहको अध्यापन हुँदै आएकोमा वि.सं. २०५५ देखि ओभरसियर अध्यापन बन्द गरिएको छ। पुल्चोक क्याम्पसमा वि.सं. २०५१ देखि इलेक्ट्रिकल, इलेक्ट्रोनिक्स, वि.सं. २०५२ देखि मेकानिकल र आर्किटेक्चर र वि.सं. २०५५ सालदेखि कम्प्युटर इन्जिनियरिङमा स्नातक तहको अध्यापन प्रारम्भ भएको थियो। पुल्चोक क्याम्पसले स्नातकोत्तर कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने उद्देश्यअनुरूप २० आर्किटेक्चर विभागअन्तर्गत नगर-योजना र सिभिल विभागअन्तर्गत संरचना (स्ट्रक्चरल) इन्जिनियरिङ, वि.सं. २०५४ देखि वातावरण इन्जिनियरिङ, वि.सं. २०५६ देखि वाटर रिसोर्सेज इन्जिनियरिङ, वि.सं. २०५८ देखि रिन्युएबल इनर्जी इन्जिनियरिङ, इनफरमेसन एन्ड कम्युनिकेसन इन्जिनियरिङ, पावर सिस्टम इन्जिनियरिङ २०५९ सालदेखि जिओ-टेक्निकल इन्जिनियरिङको अध्यापन प्रारम्भ गरेको थियो। यसैगरी वि.सं. २०५४ सालदेखि विद्यावारिधि कक्षा पनि सञ्चालन गरिएको छ।

त्रिभुवन विश्वविद्यालयअन्तर्गतका क्याम्पसहरूमा स्नातक तहमा अध्ययन गर्ने दुईवटा प्रक्रिया छन्। पहिलो कम शुल्कको नियमित र दोस्रो अतिरिक्त शुल्कसहितको पूर्णशुल्कीय कार्यक्रम। जसअनुसार प्रवेश परीक्षामा उत्कृष्ट स्थान ल्याउनेहरू नियमितमा छनौट हुन्छन्। त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतका कलेजहरूमा विभिन्न कोटामा विद्यार्थीलाई अध्ययन गर्ने अवसर मिलाइएको छ। जसअन्तर्गत कुल भर्ना संख्याको १० प्रतिशत सिट महिलालाई छुट्याइएको छ।

त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतका क्याम्पसमा भर्ना भएका नियमिततर्फका विद्यार्थीले सुरुमा ६ हजार ६ सय ६ रुपैयाँ, पूर्णशुल्कीयमा सिभिल, आर्किटेक्चर, एग्रिकल्चर, मेकानिकल तथा इलेक्ट्रिकलमा ७१ हजार ५ सय ९० रुपैयाँ र इलेक्ट्रोनिक्स एन्ड कम्युनिकेसन्स, कम्प्युटर र इन्डस्ट्रियलमा ७५ हजार ३ सय ४० रुपैयाँ बुझाउनुपर्छ। यसमा पहिलो ६ महिना (सेमेस्टर) को शुल्क समेत समावेश छ। यसबाहेक विदेशी विद्यार्थीकोटामा भर्ना भएका विद्यार्थीले सुरुमा १ लाख ६० हजारभन्दा बढी बुझाउनुपर्छ। नियमिततर्फ प्रतिसेमेस्टर १ हजार ७ सय ६ रुपैयाँ शुल्क तिनुपर्छ भने पूर्णशुल्कीयमा सिभिल, आर्किटेक्चर, एग्रिकल्चर, मेकानिकल र इलेक्ट्रिकलमा प्रतिसेमेस्टर २९ हजार ७ सय ९० र इलेक्ट्रोनिक्स एन्ड कम्युनिकेसन्स, कम्प्युटर र इन्डष्ट्रियलमा ३३ हजार ५ सय ४० रुपैयाँ तिर्नुपर्छ। यसबाहेक विद्यार्थीले बस्ने, खाने र अध्ययन सामग्रीलगायतका अन्य खर्च आफैं बेहोर्नुपर्ने छ। नियमिततर्फका विद्यार्थीलाई इन्जिनियरिङमा स्नातक गर्न २ लाखदेखि ३ लाखसम्म खर्च लाग्छ भने पूर्णशुल्कीयतर्फ विद्यार्थीलाई ६ लाखभन्दा बढी खर्च लाग्ने क्याम्पस स्रोतले बताएको छ।

यसैगरी काठमाडौं विश्व-विद्यालयअन्तर्गत स्कुल अफ इन्जिनियरिङले इलेक्ट्रिकल, इलेक्ट्रोनिक्स र मेकानिकल इन्जिनियरिङ विषयका ४ वर्षे स्नातक तहका कक्षाहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ। विश्वविद्यालयले इन्फर्मेसन टेक्नोलोजी, कम्युनिकेसन र मेकानिकल इन्जिनियरिङमा स्नातकोत्तर कक्षाहरू पनि सञ्चालन गर्छ। यसबाहेक डिप्लोमा तहका छोटो समयका व्यावसायिक विषयहरू पनि अध्यापन गरिने विश्वविद्यालयले बताएको छ।

पोखरा विश्वविद्यालयले सिभिल, इलेक्ट्रोनिक्स एन्ड कम्युनिकेसन, कम्प्युटर, इन्फर्मेसन टेक्नोलोजी, सफ्टवेयर इन्जिनियरिङ, इलेक्ट्रिकल र इलेक्ट्रोनिक्स, एग्रिकल्चर, बायोमेडिकलमा स्नातक अध्यापन गराउँदै आएको छ। विश्वविद्यालयले इन्जिनियरिङमा स्नातक कक्षा सञ्चालन गर्न एक दर्जनभन्दा बढी कलेजलाई सम्बन्धन दिएको छ।

पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, विराटनगरले पनि इन्जिनियरिङ कक्षा सञ्चालन गर्नका लागि थुप्रै कलेजलाई सम्बन्धन दिएको छ। जसअनुसार कलेजहरूले कम्प्युटर, सिभिल, इन्फर्मेसन टेक्नोलोजी, इलेक्ट्रोनिक्स एन्ड कम्युनिकेसन, आर्किटेक्चर, बायो मेडिकल, जिओमेट्रिकमा स्नातक तहमा अध्यापन गराउँदै आएका छन्।

खाद्य प्रविधिको अध्ययन

राजु घिसिङ

नेपाल विश्व व्यापार संगठन (डब्ल्युटीओ) को सदस्य बन्ने अभियानमा छ। गुणस्तरीय सामग्री मात्र बजारमा पुऱ्याउन, आयात-निर्यात गर्न पाउने डब्ल्युटीओको कडा नीति सदस्यराष्ट्रले अनिवार्य अवलम्बन गर्नुपर्ने हुन्छ। नेपालले डब्ल्युटीओको सदस्यता लिने तयारी सुरु गरेकाले खाद्य प्राविधिकको माग ह्वात्तै बढेको छ। हालसम्म धरानस्थित केन्द्रीय प्रविधि क्याम्पस हात्तीसारले मुलुकका निम्ति खाद्य प्राविधिक उत्पादन गर्दै आएको छ।

नेपालमा खाद्य प्राविधिकको अध्यापन वि.सं. २०३० देखि धरानमा प्रयोगशाला प्रविधिसँगै संयुक्त विषयका रूपमा प्रमाणपत्र तहमा सुरु भएको थियो। ५ ब्याच प्राविधिक उत्पादन गरिसकेपछि दुईवर्षे उक्त कोर्ष बन्द गरी क्याम्पसले स्नातक तहमा खाद्य प्रविधिको अध्यापन प्रारम्भ गरेको थियो। २० जनाबाट प्रारम्भ भएको चारवर्षे बीटेकमा तीन वर्षयता प्रत्येक शैक्षिक सत्रमा २४ जना विद्यार्थी भर्ना लिइन्छ। आईएस्सीमा गणित अध्ययन गरेका विद्यार्थी बीटेकको भर्ना प्रक्रियामा सामेल हुन सक्ने व्यवस्था रहेको अध्यापक ऋषिराज गौतमले बताए।

त्रिभुवन विश्वविद्यालयबाट सम्बन्धन प्राप्त उक्त केन्द्रीय प्रविधि क्याम्पसबाट २०४१ सालदेखि २० ब्याचमा ३ सय २५ जना बीटेक उत्तीर्ण खाद्य प्राविधिक उत्पादन भैसकेका छन्। अध्यापक गौतमका अनुसार उनीहरू स्वदेशी तथा विदेशी नुडल्स, बियर, वनस्पति घ्यू, बिस्कुटलगायत खाद्य उद्योग, खाद्य प्राविधि तथा गुणस्तर विभाग, खाद्य संस्थानमा कार्यरत छन्। स्वदेशमै खाद्य प्राविधिकको उत्पादन सुरु भएयता विदेशी प्राविधिकका निम्ति बर्सेनि करोडौं रुपैयाँ बिदेसिन छाडेको छ। सुरु-सुरुमा नेपाली खाद्य उद्योगका लागि तेस्रो मुलुकबाट कच्चा पदार्थ ल्याइन्थ्यो। अध्यापक गौतम भन्छन्– नेपाली प्राविधिकको उत्पादनपछि यहाँका उद्योगहरूमा स्थानीय कच्चा पदार्थको प्रयोग बढेको छ। स्थानीय सामग्रीको प्रयोग, बढी तथा पोषणयुक्त सामग्री उत्पादनका निम्ति उद्योगमा खाद्य प्राविधिकको भूमिका प्रभावकारी हुन्छ।

गत वर्षदेखि त्रिभुवन विश्वविद्यालयको सम्बन्धनप्राप्त जावलाखेलस्थित ललितपुर भ्याली कलेजमा पनि बीटेकको अध्यापन प्रारम्भ भएको छ। उक्त कलेजमा २४ जना विद्यार्थी भर्ना लिइन्छ। पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालयले पनि बीटेकको अध्यापन प्रारम्भ गरेको छ। धरानमा स्नातकोत्तर तहमा खाद्य प्रविधिको अध्यापन २०५७ सालदेखि सञ्चालन भैरहेको छ। बर्सेनि १० जनाको कोटा भए पनि ३ ब्याचमा १३ जनाले मात्र एमटेक उत्तीर्ण गरेका छन्। नेपालमा एमटेक उत्तीर्णको संख्या १८ पुगेको छ। एमटेक अध्ययनका निम्ति प्रतिविद्यार्थी १ लाख ५० हजार रुपैयाँ शुल्क लाग्छ। बीटेकका निम्ति भने विद्यार्थीले ठूलो रकम खर्च गर्नु पर्दैन। बीटेकमा सरकारले प्रतिविद्यार्थी ३५ हजारदेखि ४० हजार रुपैयाँ लगानी गर्दै आएको छ।

खाद्य प्रविधिमा १० जना नेपाली नागरिकले विद्यावारिधिको उपाधि हासिल गरेका छन्। खाद्य प्रविधिमा पहिलोपल्ट विद्यावारिधि गर्ने नेपाली देवभक्त शाक्य (बेलायतबाट) हुन्। गंगा खरेल, मेघराज भण्डारी, टीकाबहादुर कार्की र धनपति न्यौपानेले जापान, देश सुब्बाले बेलायत, दिलीप सुब्बाले जर्मनी, जनक उपाध्यायले फिलिपिन्स तथा वेणु अधिकारी र अशोक श्रेष्ठले अस्ट्रेलियाबाट विद्यावारिधि गरेका हुन्।

अवसर

– हङकङस्थित एक कम्पनीका लागि १५ जना सेक्युरिटी गार्डको आवश्यकता छ। सम्बन्धित कार्यमा दक्ष व्यक्तिले कम्पनीको नेपाल प्रतिनिधिको फोन नं. ५५३०९०० मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– काठमाडौंस्थित एक विद्यालयका लागि प्राथमिक तहमा अध्यापन गराउने अंग्रेजी तथा सामाजिक शिक्षा विषयका शिक्षकहरूको आवश्यकता छ। योग्य शिक्षकले फोन नं. ४३३४१२३ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– सुविधानगर, काठमाडौंस्थित एक कम्पनीका लागि ७० जना बजार प्रतिनिधि, एक जना महिला रिसेप्सनिस्ट तथा बीबीएस उत्तीर्ण चार जना सुपरभाइजरको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले फोन नं. ४४८४००४ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– काठमाडौंस्थित एक स्वास्थ्य केन्द्रका लागि एक जना रिसेप्सनिस्ट, एक जना रेडियोग्राफर तथा एक जना ल्याब असिस्टेन्टको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले फोन नं. ९८४१३८३६४७ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– काठमाडौंस्थित एक संस्थाका लागि डिजाइनरको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले फोन नं. ४४७४०२४ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– काठमाडौंस्थित एक कलेजका लागि स्नातकोत्तर तह उत्तीर्ण बीबीएस, बीए (अंग्रेजी, अर्थशास्त्र तथा पत्रकारिता) तथा बीएड तहका विभिन्न विषयका लागि लेक्चररको आवश्यकता छ, साथै सोही कलेजका लागि महिला रिसेप्सनिस्ट, अफिस असिस्टेन्ट तथा महिला एकाउन्टेन्टको पनि आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले पो.ब.नं. ८९७५ ईपीसी २४८४ मा आवेदन दिनुहोला।

– सुर्खेत, वीरेन्द्रनगरस्थित एक उच्च मा.वि.का लागि भौतिक शास्त्र, रसायन शास्त्र, वनस्पति शास्त्र, प्राणी शास्त्र तथा गणितका शिक्षकहरूको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले फोन नं. ०८३-५२०३१६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– साउदी अरबको अल खोबारस्थित एक तन्दुरी हाउस रेस्टुराँका लागि एक-एक जना चाइनिज कुक, कुक, क्लिनर, क्लिनर हस्पिटल/होटल, डग मेकर, वेटर, जुस मेकर, ग्रील कुक तथा तन्दुरी रोटी मेकरको आवश्यकता छ। साथै साउदी अरबकै रियादस्थित एक मेडिकल उद्योगका लागि सात जना जेनेरल क्लिनर्सको आवश्यकता छ। सम्बन्धित कार्यमा दक्ष व्यक्तिले कम्पनीको नेपाल प्रतिनिधिको फोन नं. ४७२०५०१ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– साउदी अरबको रियादस्थित एक इन्जिनियरिङ कम्पनीका लागि ५० जना स्टेभेडोरिङ वर्करको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले कम्पनीको नेपाल प्रतिनिधिको फोन नं. ४३७५२९४ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– तानसेन, पाल्पास्थित एक नर्सिङ स्कुलका लागि नर्सिङमा स्नातकोत्तर तह उत्तीर्ण एक जना भाइस प्रिन्सिपल तथा नर्सिङमा स्नातक तह उत्तीर्ण दुई जना असिस्टेन्ट लेक्चररको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले नर्सिङ स्कुलको फोन नं. ०७१-५२०१६६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

– ललितपुरस्थित एक अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्थाका लागि प्रोग्राम म्यानेजरको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले फोन नं. ५५५१९७९ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

के तपाई SLC मा असफल हुनु भयो?
कक्षा ८ पास गरेर तपाईको पढाई रोकियो?
SLC Exampted
Private Test/SLC
SEA PUBLIC OPEN SCHOOL
Thamel Ktm Ph - 4420537 / 4434960
Email - seapubl c@enet.com.np

५०% छुटमा
LANGUAGE TRAINING
Tel - 4249576

कुकिङ तालिम

उद्घोषण

जिज्ञासा

•सुदन झा, कम्प्युटर कन्सल्टेन्ट

वेबसाइटको एफटीपी पासवर्ड बिर्सिए पासवर्ड पत्ता लगाउने तरिका के हो ? कम्प्युटरमा सेभ गरिएको चलचित्रमा कसरी पासवर्डमा राख्ने ?

–योगेश न्यौपाने

उत्तर : यसका लागि तपाईंले आफ्नो वेबसाइटको डोमेन नेम कुन इन्टरनेट सुविधा प्रदायकबाट रजिस्ट्रेसन गर्नुभएको हो, पत्ता लगाउनु आवश्यक हुन्छ। उक्त कुरा थाहा भए त्यहाँ इमेलमार्फत सम्पर्क गरेर आफ्नो वेबसाइटको पासवर्ड थाहा पाउन सकिन्छ अथवा केही जानकारी लिनका लागि डोमेन नेम गर्नुभएको इन्टरनेट सुविधा प्रदायककहाँ नै जानुपर्ने पनि हुन सक्छ। यसरी रजिस्ट्रेसन पासवर्ड थाहा पाइसकेपछि पासवर्ड परिवर्तन गर्न केही गाह्रो हुँदैन। कम्प्युटरमा सेभ गरी राखेको चलचित्रलाई साधारणतया पासवर्डबाट प्रोटेक्टेड गर्न सकिँदैन। यसका लागि छुट्टै पासवर्डबाट प्रोटेक्टेड सफ्टवेयरहरू राख्नुपर्छ। यसका लागि Password Protection सफ्टवेयरहरू इन्स्टल गर्नुपर्छ। यसका लागि HiDownload, Net Transport, Qmream Down, OEP-OEE, ASFRecorder, GetASFQmream, SDP Receiver, WM Recorder जस्ता सफ्टवेयर आवश्यक हुन्छन्।

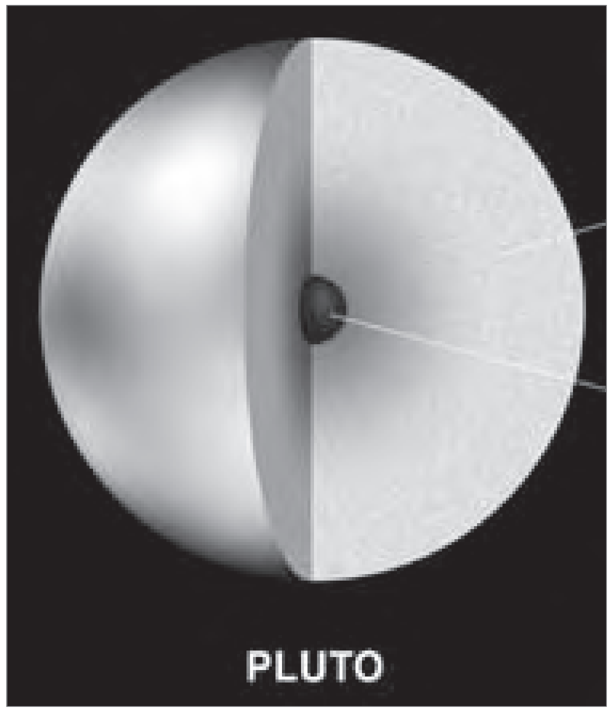
लचकदार अत्यन्तै सानो ब्याट्री

जापानी प्राविधिज्ञहरूले एक मिलिमिटरभन्दा पनि पातलो र एकदमै हलुका तथा लचकदार जेल ब्याट्रीको विकास गरेको दावी गरेका छन्। आश्चर्य त के छ भने यसलाई आधा मिनेटमै रिचार्ज गर्न सकिन्छ। वैज्ञानिकहरूले यो ब्याट्रीलाई अर्गानिक र्‍याडिकल ब्याट्री ओआरबी नाम दिएका छन्। एक किसिमको जेललाई सानो प्लास्टिकको खोलभित्र राखी यो ब्याट्री तयार गरिएको छ। यस्तो खालका ब्याट्री स्मार्टकार्डजस्ता साना उपकरणहरू चलाउन ठूलो सघाउ पुग्ने विश्वास गरिएको छ।

प्लुटो अब ग्रह रहेन

एकराज सुवेदी

सौर्यमण्डलमा अब ग्रहको संख्या घटेर आठ भएको छ। अहिलेसम्म ग्रहको मान्यता पाइरहेको प्लुटोलाई ग्रहको परिभाषाबाट हटाइएको छ। अन्तर्राष्ट्रिय खगोलविज्ञान संघको हालै बसेको बैठकले उक्त निर्णय गरेको हो। यो निर्णयपश्चात् संसारभरिकै विद्यालयका पाठ्यक्रम तथा सामान्य ज्ञानमा समेत ग्रहको संख्या आठ मात्र लेखिनेछ।



प्लुटोलाई ग्रह मान्ने विषयमा केही वर्षअघिदेखि नै विवाद देखिएको थियो। यो अरू ग्रहको तुलनामा सूर्यबाट धेरै टाढा छ। यसको आकार पनि अन्य ग्रहभन्दा धेरै सानो छ र यसले सूर्यलाई परिक्रमा गर्ने पथ पनि अन्य ग्रहको पथजस्तो गोलाकार नभै अन्डाकार छ। त्यसैगरी कुनै समयमा यसको पथ वरुणको पथसँग खप्टिएको छ। खास गरी लगभग तीन वर्षअघि २००३ युवी ३१३ नामक आकाशीय पिण्ड पत्ता लागेपछि त्यस्तो विचार राख्ने वैज्ञानिकहरू अझ बलियो हुन थाले। यो आकाशीय पिण्डको व्यास लगभग ३ हजार किलोमिटर छ। जब कि प्लुटोको व्यास २ हजार ३ सय ६० किलोमिटर मात्र छ। यो अवस्थामा अन्य आकाशीय पिण्डहरूलाई पनि निश्चित दायरामा परिभाषित गरेर ग्रहका रूपमा मान्यता दिनुपर्ने आवश्यकता देखियो। यसो भएमा ग्रहको संख्या नै धेरै पुग्ने सम्भावना पनि देखियो। यो अवस्थामा पहिलेदेखि नै विवादित प्लुटोलाई ग्रहको मान्यताबाट हटाउँदा सबै समस्या समाधान हुने भयो। अब पत्ता लाग्ने कुनै पनि आकाशीय पिण्ड जुन परिभाषाको सीमाभित्र पर्छन्, त्यही समूहमा पर्नेछन्।

खगोलवैज्ञानिकहरूको सम्मेलनले ग्रहका रूपमा मान्यताका लागि नयाँ परिभाषा पनि अघि सारेको छ। अबको परिभाषाअनुसार कुनै पनि आकाशीय पिण्ड ग्रह हुनका लागि मुख्यतः तीनवटा मान्यता पुरा गरेको हुनुपर्नेछ। पहिलो यो सूर्य वरिपरिको गोलाकार कक्षमा घुमेको हुनुपर्छ। दोस्रो यसको पिण्ड अन्य ठोस पिण्डको बलबाट स्वतन्त्र रहन सक्ने आफ्नै गुरुत्वाकर्षण बल भएको तथा सामान्यतया गोलाकार हुनुपर्छ। तेस्रो यसले अन्य पिण्डको कक्षलाई नछोई छुट्टै कक्षमा सूर्यलाई परिक्रमा गरेको हुनुपर्छ। यो सम्मेलनले ग्रहबाहेक अन्य आकाशीय पिण्डको पनि परिभाषित गरेको छ। जसअनुसार प्लुटोलगायत यसको उपग्रह चेरन र २००३ युवी ३१३ समेत गरी ३ वटा पिण्ड फुच्चे ग्रहका रूपमा चिनिनेछन्। यस्ता फुच्चे ग्रहले माथि उल्लेखित ग्रहका सुरुका दुईवटा मान्यता पूरा गरे पनि तेस्रो मान्यता पूरा गर्न सक्दैनन्। यिनीहरू पूर्ण रूपमा आफ्नो कक्षमा परिक्रमा नगरी कुनै न कुनै स्थानमा अर्को ग्रहको कक्षसमेत प्रयोग गर्छन् अथवा छोएका हुन्छन्। यसरी अबको मान्यताअनुसार ८ वटा ग्रह र ३ वटा फुच्चे ग्रह भएका छन्। ती ८ वटा ग्रह बुध, शुक्र, पृथ्वी, मंगल, बृहस्पति, शनि, अरुण तथा वरुण हुन्। २००३ युवी ३१३ को नाम हाल आएर जेना राखिएको छ। त्यसकारण प्लुटो, चेरन र जेना ३ वटा ग्रह फुच्चे भएका छन्।

अन्तर्राष्ट्रिय खगोल विज्ञान संघको बैठकको प्रारम्भमा यी फुच्चे ग्रहले समेत ग्रहको मान्यता प्राप्त गर्ने सम्भावना देखिएको थियो। यद्यपि बैठकको अन्तमा प्लुटोले समेत ग्रहको मान्यता प्राप्त गर्न सकेन। बरु त्यसले ग्रहको मान्यताबाट हात धोएर चेरन र जेनाको समकक्ष पुग्यो। प्लुटोलाई सन् १९३० फेब्रुअरी १८ मा क्लाइड टमबागले पत्ता लगाएका थिए। यो सूर्यबाट नजिक रहेका अन्य ग्रहजस्तो ठोस पनि छैन र टाढा रहेका अन्य ग्रहजस्तो ग्याँसमय पनि छैन। प्लुटोको धेरै भाग हिउँले बनेको छ। यसले सूर्यलाई परिक्रमा गर्ने कक्ष अति लामो छ, जसलाई सूर्यको एक चक्कर पूरा गर्न २ सय ४७ वर्ष लाग्छ। यो पृथ्वीको उपग्रह चन्द्रमाभन्दा पनि सानो छ। चेरन प्लुटोकै उपग्रह हो। यो सहित प्लुटोका ३ वटा उपग्रह छन् तर अब तिनले पनि उपग्रहको मान्यता पाउनेछैनन्। प्लुटोको व्यास १२ सय ७ किलोमिटर छ। यसको क्षेत्रफल ४५ लाख ८० हजार किलोमिटर छ। २००३ युवी ३१३ को नाम नै अहिले जेना राखिएको हो। एउटा प्रसिद्ध टेलिभिजन सिरियलमा लडाकू राजकुमारीको नाम जेना छ। त्यसै आधारमा नै यो पिण्डको नाम पनि जेना राखिएको हो।

अन्तर्राष्ट्रिय खगोल विज्ञान संघमा लगभग ९ हजार सदस्य छन्। यो संघले नै कुनै पनि आकाशीय पिण्डका बारेमा आधिकारिक निर्णय गर्छ। गत अगस्ट १४ देखि २५ सम्म यसको साधारण सभा चेक रिपब्लिकको प्रागमा सम्पन्न भयो। यो सभाले नै यस्तो महत्त्वपूर्ण निर्णय गरेको हो।

अमेरिकी अन्तरिक्ष एजेन्सी (नासा) ले प्लुटोको अध्ययन गर्न गत जनवरी १९ मा न्यू होराइजन्स नामक यान त्यसतर्फ पठाएको छ। उक्त यान सन् २०१५ मा त्यहाँ पुग्नेछ। सबैभन्दा टाढा रहेको ग्रहको अध्ययन गर्न गएको नाताले यो घटनाको निकै चर्चा भएको थियो। यो यानले जतिसुकै महत्त्वपूर्ण खोज गरे पनि प्लुटो ग्रहको रूपमा नरहेपछि यो खोज पनि सोचेजस्तो लोकप्रिय हुनेछैन। सायद यसकारण पनि हुन सक्छ, नासाको उक्त मिसनका प्रमुख डा. एलान स्टर्नले यो निर्णयको विरोध गरेका छन्। उनको भनाइ छ– ग्रह र फुच्चे ग्रहका रूपमा विभेदकारी रेखा कोर्नु ठीक छैन र संघले तोकेको परिभाषा पनि अस्पष्ट छ। त्यति धेरै सदस्य भएको संघको अन्तिम दिनको छलफलमा लगभग ४ सय वैज्ञानिक मात्र सहभागी थिए। यस कारण पनि उक्त निर्णयको वैधानिकताका सम्बन्धमा विवाद देखिएको छ, तर जे भए पनि अब निर्णय भएको छ र सौर्यमण्डलमा ग्रहको संख्या ८ मा सीमित भएको छ।

साप्ताहिक डट कम

giganepal.com

वेब डिजाइन, वेब होस्टिङ, कम्प्युटर ट्रेनिङ, नेटवर्किङ तथा मेन्टिनेन्स, सफ्टवेयर डेभलपमेन्ट, सेल्स प्रयोजनका लागि www. giganepal.com सहयोगी साबित हुनसक्छ। सूचना प्रविधि सम्बद्ध सामग्री प्रयोग गर्ने उपभोक्ताका लागि एकै स्थानमा सबै सुविधा उपलब्ध गराउने उद्देश्यले यो वेबसाइटको विकास गरिएको हो। गिगा इन्फरमेसन सिस्टमले सञ्चालन गरेको यो वेबसाइटमा माथि उल्लेख गरिएका शीर्षकहरूको सुविधासम्बन्धी जानकारी पनि राखिएको छ।

सिस्टमले भर्खरै मात्र काठमाडौं महानगरपालिका वडा नं १ अन्तर्गत व्यवसायहरूको अनलाइन डाइरेक्ट्री तयार गर्ने जिम्मा पाएको छ। उक्त अनलाइन डाइरेक्ट्री वेबसाइटमा पनि हेर्न सकिनेछ। सिस्टमअन्तर्गत माइक्रोसफ्ट सर्टिफाइड प्रोफेसनल शिक्षकहरूले विभिन्न प्रोफेसनल ट्रेनिङ उपलब्ध गराउँछन् भने दक्ष प्राविधिकहरूकै सहयोगमा वेब डिजाइनको कामसमेत गरिन्छ।

यौन विज्ञान

एड्स रोक्ने नयाँ रसायनको विकास

वैज्ञानिकहरूले एड्स रोक्ने नयाँ रासायनिक तत्त्व पत्ता लगाएका छन्। 'सीएसए-५४' नामक उक्त रासायनिक तत्त्व अमेरिकाको बिरगहाम विश्वविद्यालयको रसायन शास्त्र विभागका अनुसन्धानकर्ताहरूले पत्ता लगाएका हुन्। यो रसायनको प्रयोगले एड्सग्रस्त सेलहरूबाट अरू सेलमा एड्स सर्न दिँदैन। बेलायती विशेषज्ञहरूले यो अनुसन्धानलाई चाखलाग्दो भएको बताए पनि यसमा अझ विस्तृत अनुसन्धान हुन बाँकी रहेको बताएका छन्। यो रसायनको उत्पादन तथा थप विस्तृत अनुसन्धान गर्न-गराउन अमेरिकाकै सेराजेनिक्स फरमास्युटिकलसले लाइसेन्स प्राप्त गरेको छ।

मस्तिष्कको रहस्य सुल्झिँदैछ

वैज्ञानिकहरूले मस्तिष्कसम्बन्धी नयाँ तथ्य सार्वजनिक गरेका छन्। नर्थ वेस्टर्न युनिभर्सिटीका स्नायु विशेषज्ञ दाँते चिभाल्को भन्छन्–'मानिस गर्भमा छँदा मस्तिष्कमा जति पनि न्युरोनहरू हुन्छन्, त्यति नै मानिस वृद्ध भएदेखि नमरेसम्म यथावत् रहन्छ।' यसअनुसार न्युरोन मानिसको मस्तिष्कमा कहिल्यै पनि विभाजन हुँदैन, साथै नयाँ न्युरोनको सृष्टि पनि हुँदैन।

मानिसमा नयाँ न्युरोन निर्माण हुँदैन भन्ने अवधारणा धेरै पहिलेदेखि भए पनि सन् १९६० को दशकतिर वैज्ञानिकहरूले मुसाको मस्तिष्कमा परीक्षण गरेका थिए। वैज्ञानिकहरूले मुसाको मस्तिष्कको सोच्ने, नयाँ कुराको भण्डार गर्ने तथा सुम्ने शक्ति निर्माण गर्ने हिपोकेम्पसमा स्नायु कोषको प्रजनन न्युरोन फेला पारेका थिए। बेलायतका न्युरोन विशेषज्ञ डा. रेम्पसले बाँदरको मस्तिष्कमा भने न्युरोन विभाजित हुन्छ भन्ने कुरा पत्ता लगाएका थिए। सन् २००० मा बेलायतका अर्का न्युरोन विशेषज्ञ एलेक्स ग्रेडले मानव-मस्तिष्कमा न्युरोनसम्बन्धी परीक्षण गर्दा नयाँ न्युरोन प्रजननका कोष भएको पत्ता लगाए।

डा. एलेक्स ग्रेड भन्छन्–'मस्तिष्कमा कोषहरूले पनि पुनर्जन्म प्राप्त गर्छन्। शरीरको कुनै ठाउँमा घाउ र चोटपटक लागेको खण्डमा त्यहाँ नयाँ कोषको निर्माण हुन्छ, तर मस्तिष्कमा गहिरो घाउ लागेको खण्डमा भने नयाँ न्युरोनको सिर्जना हुन सक्दैन।' मानव-मस्तिष्कको महत्त्वपूर्ण भाग हो–कर्टेक्स। यसले नयाँ कुराको भण्डार गर्ने, शरीरलाई निर्देशन दिने काम गर्छ। गत वर्ष अमेरिकी वैज्ञानिकहरूले शिशुहरूको मस्तिष्क अध्ययन गरेका थिए। उनीहरूले यो कुरा पत्ता लगाए कि नयाँ न्युरोनको सिर्जना भएपछि भने मस्तिष्कको वृद्धि हुन्छ। न्युरोन विशेषज्ञ डेभिड मेकफिल्ड भन्छन्–'मानव मस्तिष्कको न्युरोन 'ग्यिल' कोषबाट निर्माण भएको हुन्छ।' ग्यिल कोष स्नायु कोषसँगै हुन्छ, तर यसको आधिकारिक प्रमाण भेटिएको छैन।

हिल भएको जुत्ताको असर

फेसनका कारण बजारमा हिल भएको जुत्ताको माग अत्यधिक छ। तर हालै गरिएको एक अनुसन्धानले अग्लो हिल भएको जुत्ता स्वास्थ्यका लागि एकदमै हानिकारक भएको देखाएको छ। हिल भएको जुत्ताले ढाड, तिघ्रा, टाउको तथा कुर्कुचा दुख्ने, कुर्कुचामा घाउजस्ता समस्या निम्त्याउन सक्छ। बेलायतको वेल्सस्थित युनिभर्सिटी अस्पतालका चिकित्सकहरूले गरेको अनुसन्धानमा महिलाले चार सेन्टिमिटर (१ दशमलव ५) इन्च भन्दा अग्लो हिल भएको जुत्ता लगाउनाले यस्ता समस्या देखिने कुरा उल्लेख छ। डाक्टर रुपर्ट इभानको नेतृत्वमा भएको उक्त अनुसन्धानमा अग्लो हिल भएको जुत्ता लगाएर हिँडने महिलालाई कुर्कुचा, घुँडा, कम्मर तथा टाउको दुख्ने समस्या दीर्घकालीन रूपमा रहने कुरा उल्लेख छ।

प्राईभेट टेष्ट SLC - २०६३

१००% ग्यारेन्टीका साथ अन्तिम भर्ना

SLC, Test वा कक्षा ९ फेल भै निराश भएका र कक्षा ८ वा ९ पास गरी स्कूल जान नसकेका साथै स्कूल जाने उमेर नाघेका र जागिर गर्दै पढ्न चाहनेहरुका लागि

सुवर्ण अवसर

माध्यम : नेपाली, अंग्रेजी दुवै
समय : बिहान, दिउसो र बेलुका

साथै होस्टेलको पनि राम्रो व्यवस्था छ।

- कक्षा ९ र १० को दुई वर्षको Course एकै वर्षमा Complete गराईने।
- अत्यन्त योग्य र अनुभवि शिक्षक, शिक्षिकाद्वारा अध्यापन गराईने।
- विगतका वर्षहरुमा उत्कृष्ट Result ल्याउन सफल।
- विद्यार्थीको बुझ्ने क्षमताको आधारमा पढाईने।

SAMJHANA ACADEMY

अद्वैत मार्ग, महेन्द्रपुलिस क्लव ठिक पछाडी

फोन: ४२४६३९७

ज्ञान विज्ञान

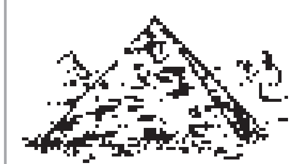
हरियो कछुवा

पातपतिंगर तथा जीवसम्बन्धी अनुसन्धान गर्दै आएको एक संस्थाले गुजरातको तटीय क्षेत्रमा पाइने समुद्रमुनि बस्ने हरियो जातिको कछुवा विश्वबाटै लोप हुने चेतावनी दिएको छ । समुद्र छेउछाउका माझीहरूले उक्त दुर्लभ कछुवा समातेर मार्ने, अन्डा झिक्ने गरेकाले यसको संख्या दिनहुँ घट्दै गएको, तटीय क्षेत्रमा कछुवाको गुँड बिग्रेको तथा औद्योगिक क्षेत्रमा विकासका गतिविधि बढेकाले पनि यो जातका कछुवाको संख्या कम हुँदै गएको बताइन्छ । उक्त प्रजातिको कछुवा बचाउन अहिले वन विभाग तथा जीईईआर प्रतिष्ठानले भारतको केन्द्रीय वातावरण र वन मन्त्रालयलाई कछुवा संरक्षणमा कदम चाल्न एक प्रस्ताव पठाएको छ । विश्वबाटै लोप हुने खतराको सूचीमा पुगेको यो कछुवाको एक मात्र वासस्थान गुजरातको तटीय क्षेत्र हो ।

डोडोको अवशेष

जर्मन चरा विशेषज्ञहरूको समूहले मरिससमा पाइने उड्न नसक्ने चरा डोडोको अवशेष फेला पारेका छन् । उनीहरूले जर्मनीको लाइडेनस्थित प्राकृतिक संग्रहालयमा डोडोको आधा शरीरको अवशेष प्राप्त भएको जानकारी दिएका थिए । जर्मन वैज्ञानिकहरूले पाँच सय वर्षअघि भारतिय उपमहाद्वीपमा पाइने डोडोको बासस्थानका बारेमा अनुसन्धान गरेका थिए । उनीहरूले डोडो चराको पछाडीको अंग, चारवटा हाड तथा त्यससँग जोडिएको एउटा खुट्टा प्राप्त गरेका थिए । उनीहरूले चुच्चो, पखेटा र करङको हड्डी पनि फेला पारेको बताएका छन् । मरिससमा पहिलो पटक सन् १५६९ मा बेलायतीहरूले उक्त चरा देखेका थिए । सन् १६८१ पछि उक्त चरा पूर्ण रूपमा लोप भएको थियो ।

पिरामिडको रहस्य



इजिप्टको पिरामिडको रहस्य सुल्झाउन वैज्ञानिक तथा पुरातत्त्वविद्हरू असमर्थ छन् । वैज्ञानिकहरूका अनुसार पिरामिडका निर्माणकर्तालाई पृथ्वीको आकारका बारेमा पूर्ण ज्ञान थियो । ग्रह, उपग्रह तथा तिनीहरूको परिक्रमा आदिका बारेमा अध्ययन गरी पिरामिड निर्माण गरिएको थियो । पिरामिड इजिप्टका साथै पृथ्वीको समेत मध्यभागमा पर्छ ।

पिरामिडभित्र रहस्य खोतल्न नसकिएका थुप्रै रहस्यमध्ये एउटा हो– शवभित्र लगाइने युरेनियम पत्र । युरेनियम एउटा यस्तो घातक तत्त्व हो, जुन छालाभित्र प्रवेश गर्‍यो भने केही दिनभित्रै मानिसको मृत्यु हुन्छ तर शवमाथि युरेनियमको तह बनाउने कालीगढ कति कुशल थिए भने उनीहरू युरेनियम राखेर पनि बच्न सफल भए । यस विषयमा वैज्ञानिकहरूले थुप्रै अनुसन्धान गरे पनि सही निष्कर्ष निस्कन सकेको छैन । वैज्ञानिक जोन टेलरका अनुसार मानव इतिहासका सबै प्रमुख संकेत पिरामिडको भित्री मापन, लम्बाइ, चौडाइ, संरचनागत रेखामा लुकेका छन्, जुन प्रारम्भिक भविष्यवाणी हुन् । यसमा पृथ्वीको उत्पत्ति, मानवको भौतिक उत्थान, पतन, विश्वयुद्ध आदिको संकेत पाइन्छ ।

जन्मदिनको शुभकामना

विजय हन्जू २०५४ भदौ १७ | श्रद्धा ज्ञवाली २०५८ भदौ १८ | तारा गुरुङ २०५५ भदौ १९ | इच्छिङ थोक्लेन २०६१ भदौ २०

रियाज प्रधानांग २०५७ भदौ २० | साबु गुरुङ २०५९ भदौ २० | स्वर्णिम आचार्य २०६० भदौ २२ | अनन्त भारद्वाज २०५८ भदौ १८

दीक्षा गुरुङ २०५९ भदौ २२ | आयुष प्रधान २०६१ भदौ २० | विनायक सुवेदी २०५६ भदौ २३ | सिनिज चापागाईं २०५७ भदौ २३

फारम

जन्मदिनको शुभकामना

नाम :...

जन्म मिति :...

स्कुल :...

ठेगाना : ....

तस्बिर अनिवार्य

तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ ।

पूर्वी एसियाको मौसम

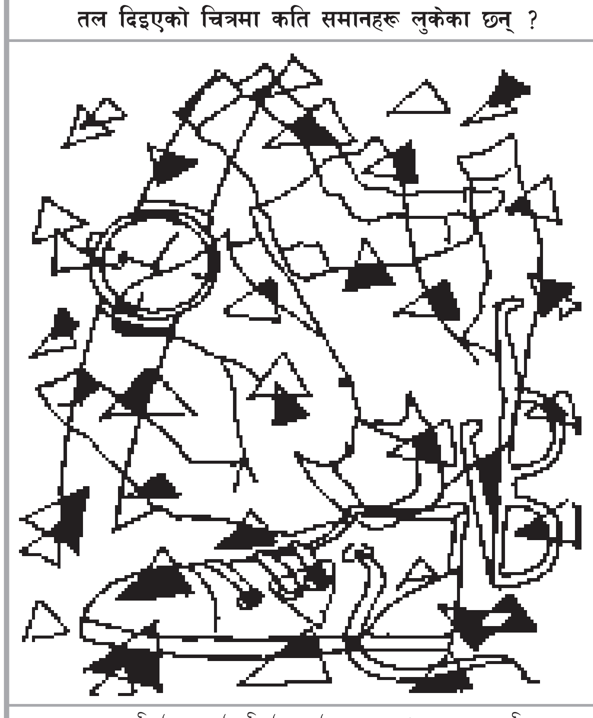
विश्वका विभिन्न देशको तुलनामा पूर्वी एसियाली राष्ट्र विश्वव्यापी मौसम परिवर्तनबाट कम प्रभावित हुने वैज्ञानिकहरूले बताएका छन् । १ हजार २ सय वर्षअघि पूर्वी एसियाले मौसम परिवर्तनसँग लड्ने क्षमता प्रदर्शन गरेका कारण हालसम्म उक्त अवस्था जारी रहेको बताइन्छ । न्युक्यासल विश्वविद्यालयले गरेको उक्त अध्ययनको नेतृत्व जापानी मूलका वैज्ञानिक ताकेसी नाकागावाले गरेका थिए । नाकागावाले १६ हजारदेखि १० हजार वर्षअघिदेखि यस क्षेत्रको मौसममा आएको परिवर्तनको ढाँचासम्बन्धी अध्ययन गरेका थिए ।

हाल जारी मौसम परिवर्तनको ढाँचा तथा त्यस बेलाको ढाँचामा खासै फरक नदेखिएको अनुसन्धानकर्ता नाकागावाको दावी छ । अध्ययन अनुसार १२ हजार वर्षअघि विश्वमा शीतलहर चलेको थियो । १ हजार वर्षसम्म चलेको उक्त शीतलहरलाई यंगर डेज नामकरण गरिएको छ । ध्रुवीय क्षेत्रको हिउँ पग्लँदा उक्त समस्या देखिएको थियो । कतिपय वैज्ञानिकले विश्वव्यापी तातोपन बढ्नाले ध्रुवीयक्षेत्रको हिउँ पग्लेर पृथ्वीमा पुनः चिसोपन बढ्न सक्ने त्रास प्रकट गरेका छन् तर अर्का थरी वैज्ञानिकले उक्त चिसोपन विश्वभर नभै केही क्षेत्रमा मात्र फैलने बताएका छन् । जापानलगायत पूर्वी एसियाली राष्ट्रहरूमा मनसुनी वर्षाका कारण मौसम परिवर्तनमा त्यति प्रभाव नपर्ने कुरा अध्ययनमा संलग्न वैज्ञानिकहरूले बताएका छन् ।

तल दिइएको चित्रमा ६ वटा फरक छुट्याऊ

फरक - जुत्ता, टोपी, औंला, लुगा, पछाडीको मान्छे, लाखेको कपाल ।

तल दिइएको चित्रमा कति समानहरू लुकेका छन् ?



लुकेका समानहरू : मोजा, घडी, जुत्ता, चश्मा, लुगा ।

शब्दहरू खोज

रा	म	ये	श	र	सु	न	को	भ
धि	आ	म	द	वृ	ट	रा	न	र
खो	भो	न	श	ह	चि	म	तृ	त
ला	टे	पा	र	रा	व	ण	न	न्टे
री	को	ह	थ	टं	मे	ना	र	का
कु	म्भ	क	र्ण	क	वि	त्रि	शू	ली
ल	गु	म	स्र्या	ङ्	भी	हे	न	ग
क्ष्म	ए	न	सू	ख	ष	र	दी	ण्ड
ण	ले	खा	नी	लु	ण	श	त्रु	घ्न

माथि दिइएका अक्षरहरूमा रामायणका आठ पात्रका नाम लुकेका छन् । ती नामहरू सायद तिमीले पनि सुनेको हुनुपर्छ । के तिमी ती नामहरू खोज्न सक्छौ ?

लुकेका नामहरू : राम, भरत, लक्ष्मण, शत्रुघ्न, दशरथ, रावण, विभीषण, कुम्भकर्ण ।

साप्ताहिक अंकजाल प्रतियोगिता -८१

१. सँगै दिइएको १६ वटा कोठाहरूमा ८० देखि ९५ सम्मका अंकहरू नदोहोरिने गरी यसरी भर, जसबाट तिनीहरुको योगफल ठाडो, तेर्सो, छड्के जसरी जोड्दा पनि ३५० होस् ।

२. अंकजाल साप्ताहिकको कार्यालयमा प्रकाशित भएको मितिले दुई साताभित्र पठाइसक्नुपर्नेछ ।

३. विजेतालाई २ सय रुपैयाँ पुरस्कार दिइनेछ ।

नाम : ....कक्षा : .....

स्कुल : ....

ठेगाना : ....

अंकजाल ७८ मा सहभागीहरूको संख्या : २६०

गोलाप्रथाबाट विजेता :

सुमित के.सी., कक्षा–९, श्री कुशादेवी उ.मा.वि., कुशादेवी, पनौती

साप्ताहिक झन्को

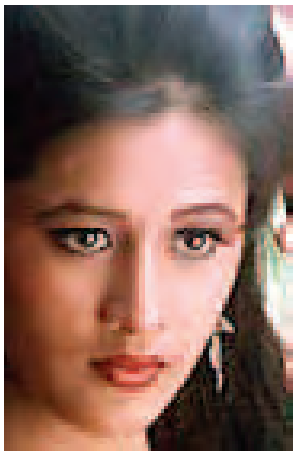
शुक्रबार, भदौ १६, २०६३

कलिउड चर्चा

दुवैको खण्डन

नायिका मेलिना मानन्धर तथा निर्देशक महेन्द्र बूढाथोकीको अन्तरंग सम्बन्धका बारेमा मिडियाले निकै हल्ला मच्चाएपछि ती दुवैले त्यस्तो सम्बन्धको खण्डन गरेका छन् । केही अखबारले उनीहरू विवाह गर्न तयार भएकोसम्म उल्लेख गरेका थिए । सञ्चारमाध्यममा आफूहरूबीचको सम्बन्धको चर्चा चलेपछि दुवैले मुख खोले । महेन्द्रका अनुसार उनको मेलिनासँगको सम्बन्ध व्यावसायिक मात्र हो । 'म उहाँको श्रृंखलाको निर्देशक मात्र हुँ, महेन्द्र भन्छन्– 'जहाँसम्म हामीबीचको सम्बन्धको कुरा छ, त्यो बिल्कुलै गलत हो । यथार्थ त के हो भने म चाँडै नै विवाह गर्दैछु तर कुनै नायिकासँग होइन, मोरङतिरकै एउटी युवतीसँग ।' मेलिनाले त सुरुदेखि नै महेन्द्रसँगको सम्बन्धको खण्डन गर्दै आएकी छिन् । दुवैको यस्तो खण्डन आएपछि हावा नचली पात हल्लिँदैन भन्ने उखान गलत मात्र सावित भएको छैन, चलचित्र उद्योगमा हावा नचली पात मात्र होइन, रूख समेत हल्लाइन्छ भन्ने कुरा पनि साबित भएको छ ।

क्याबिन रेस्टुराँमा चलचित्र निर्देशक ?



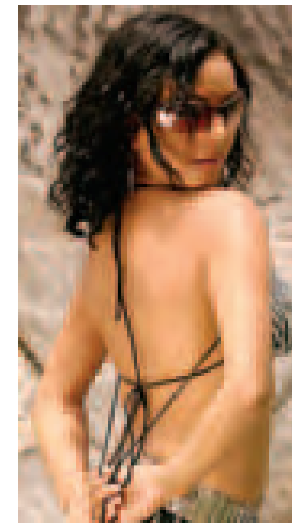
निर्देशक प्रदीप श्रेष्ठ राजधानीको रातोपुलमा बसोबास गरिरहेका संगीतकार चेतन सापकोटाको घरमा चलचित्र लेखक तथा निर्माता मौनता श्रेष्ठको आगामी चलचित्र 'च्याम्पियन'को 'म्युजिकल सिटिङ' मा सहभागी हुन पुगेका थिए । दिनभरि व्यस्त प्रदीपलाई चेतनको घर नछिर्दै निकै भोक लागेछ । मौनता र चेतनलाई पनि भोक लागेको थियो । त्यसैले उनीहरूले सल्लाह गरे- मःम खाएर पेट भर्ने । चेतन र मौनता नजिकै एउटा मःम पसलमा छिरेर 'ननभेज मःम' खाए । साउन महिनाभरि मासु नखाने व्रत बसेका प्रदीप भने छेउछाउतिर 'भेज मःम' खोज्न थाले । एकसुरमा 'भेज मःम' खोज्दाखोज्दै उनी एउटा रेस्टुराँमा छिरे । एकैछिनमा एउटी युवती मस्किँदै आइन् र सोधिन्- 'दाइ, के ल्याऊँ ?' केही कुरा सोचिरहेका प्रदीप झसंग हुँदै दायाँबायाँ हेरे । छेउछाउमा क्याबिनभित्र केही जोडी रमाइलो गफ गर्दै थिए । उनी त क्याबिन रेस्टुराँमा पो पुगेका रहेछन् । युवतीले फेरि सोधिन्- 'बियर-सियर के ल्याऊँ ?' भोकको सुरमा उनले अनकनाउँदै भने- 'भेज मम पाइन्छ ?' बाहिर मौनता र चेतन प्रदीपलाई खोज्दै थिए । मोबाइलबाट सम्पर्क गरेपछि मात्र प्रदीपलाई त्यहाँबाट उद्धार गर्न उनीहरू सफल भए ।

सुरज बने नायक

नेपाली चलचित्रमा एक नयाँ नायकको उदय भएको छ । प्रदर्शनको तयारीमा रहेको चलचित्र 'बिन्ती पत्र' मार्फत सुरज आरडी नेपाली चलचित्रमा नायकका रूपमा प्रवेश गरेका छन् । 'बिन्ती पत्र' उनले नै लगानी गरेको चलचित्र हो । ५ फिट ११ इन्च अग्ला यी नायकले थुप्रै नाटक तथा केही टेलिश्रृंखलामा अभिनय गरिसकेकाले पनि उनलाई नेपाली चलचित्रमा प्रवेश गर्न सजिलो भएको छ । सुरजलाई पहिलो चलचित्रमा अभिनय गराउने निर्देशक प्रमोद भण्डारी भन्छन्– 'मैले उनमा राम्रो सम्भावना देखेको छु ।'

जहाँ दाम, त्यहीँ काम

नायिका पूजा प्रधान नाम परिवर्तन गरेर पुजाना भएपछि व्यस्त भएकी छिन् । उनलाई कामको 'अफर' आउने क्रम बढेको छ । नायकद्वय दिलीप रायमाझी र सुनील दत्तले निर्माण गरिरहेको चलचित्र 'हामी साथीभाइ'मा रहेका तीन नायिकामध्ये उनी एक थिइन्, तर अब उनको स्थानमा अरुणिमा लम्साललाई लिइएको छ । गायक जोहेब मानन्धर र निर्देशक नारायण पुरीको संयोजकत्वमा दुबईमा आयोजना हुने एक कार्यक्रममा उनलाई नाच्ने 'अफर' आयो, तर आपत् के पऱ्यो भने कार्यक्रम हुने मिति र चलचित्रको छायाङ्कन हुने मिति एउटै भयो । सम्भवत निर्माताद्वयले दिने पारिश्रमिकभन्दा दुबईमा पाइने पारिश्रमिक दऱ्हो थियो । अन्ततः पुजानाले एउटा निर्णय गरिन्, जहाँ दाम, त्यहीँ काम । बरु एउटा कुरा बुझिएन । उक्त



चलचित्रकी अर्की नायिका बिपना पनि त त्यही कार्यक्रममा गएकी छिन् । उनलाई त चलचित्रबाट हटाइएन, किन होला ?

घुमिफिरी होम प्रोडक्सन

निर्माता तथा श्रीमान् सुनीलकुमार थापाकै कारण चलचित्रमा नायिका बन्न सफल झरना थापा होम प्रोडक्सनका चलचित्रमा निर्भर छिन् । त्यसो त उनले घरबाहिरका केही चलचित्रमा अभिनय नगरेकी भने होइनन् । आफ्नै श्रीमान्ले निर्माण गरेका 'धर्मसंकट', 'गोर्खाली', 'ए मेरो हजुर' जस्ता चलचित्रकी यी नायिकाले घरबाहिरको चलचित्र 'मुग्लान' बाट राम्रो प्रशंसा पनि पाएकी थिइन् । यसबीच घुम्दै-फिर्दै रुम्जाटार भनेझैं झरना यतिबेला आफ्नै श्रीमान्को नयाँ चलचित्र 'तकदीर' मा अभिनय गरेकी छिन् । उनको होम प्रोडक्सन एसके थापा प्रोडक्सनबाट निर्माण गरिएको उक्त चलचित्रमा उनी मुख्य भूमिकामा छिन् । त्रिकोणात्मक प्रेमकथा समेटिएको चलचित्रमा उनी मात्र नायिका छिन् भने नायक दुईजना छन्- दिलिप रायमाझी र विराज भट्ट । हाल कार्यक्रमको सिलसिलामा लण्डन पुगेकी यी नायिकाको तकदीर को फैसला दिपक श्रेष्ठद्वारा निर्देशित यसै चलचित्रबाट हुनसक्छ ।

पोखरामा मनाए सिनेकलाकारले तीज

शिव शर्मा

पोखरा- पोखराको पाँचतारे होटल फूलबारी। बेलुकाको चार बजिरहेको थियो। रंगचंगी पहिरनमा महिलाहरू भेला हुन थाले। भर्खरका अल्लारे युवतीदेखि अधबैंसे महिलाहरू गत बिहीबार निकै फुर्तीफार्तीका साथ भेला भएका थिए। हरेकको मनभरि उमंग अनि हर्ष थियो।

सेन्ट म्यारिज स्कुलका भूपू विद्यार्थीहरूको संस्था आशमान पोखराले तीजको अवसर पारेर एउटा भिन्नै कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो। कार्यक्रम थियो लेडिज लेआउट तथा डान्सपार्टी। कार्यक्रमको मुख्य आकर्षण भने नेपाली चलचित्रका चर्चित नायक-नायिकाहरू नै बने। चलचित्र 'हामी साथी' को सुटिङका क्रममा पोखरामै रहेका निरुता सिंह, अरुणिमा लम्साल, दिलीप रायमाझी, निखिल उप्रेती, सुशील पोखरेल, आर.पी. पन्त आदिको जमघटका कारण पनि कार्यक्रमले भिन्दै रौनक पाएको थियो।

गायिका सिन्धु मल्लको 'चिटिक्क भा'छु रे' गीतमा निरुता र अरुणिमाले धक फुकाएर नाचेपछि उनीहरू तालमा ताल मिलाउँदै अरू महिलाहरू पनि नाचे। दिलीप र निखिल पनि हँलमा मिसिएर कम्मर मर्काउँदै नाचे। सुटिङका क्रममा पोखरा रहेका दुई नायिका निरुता र अरुणिमा तीज गीतमा मात्र नाचेनन्, तीज पनि पोखरामै मनाए र दर पनि खाए। 'पोखरामै तीज मनाउन पाउनु मेरा लागि ठूलो सरप्राइज नै भयो,' नायिका अरुणिमा लम्सालले साप्ताहिकसँग भनिन्- 'आफ्नै घरमा बसेजस्तै भयो।'

चलचित्रका कलाकारहरूले करिब एक घण्टा लेडिज लेआउट र डान्सपार्टीलाई रन्काए। सिमसिमे परेको झरीको समेत पर्वाह नगरी रुझ्दै भए पनि कार्यक्रममा नाच्न कोही पछि परेनन्। सुरुमा तीजगीतमा रन्किएको कार्यक्रम रात ढल्कँदै गएपछि अङ्ग्रेजी, हिन्दी तथा नेपाली रिमिक्स गीतको चर्को संगीतसँगै डान्सपार्टीमा परिणत भयो।

किड क्विनको सुन्दरता

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– तीजको दिन भएकाले गत शनिबार राजधानीको वातावरण रमणिय हुने नै भयो। चारैतिर रातो सारी तथा तीज गीतको चर्चा ! तर कमलादीस्थित प्रज्ञा-प्रतिष्ठानमा तीजको रमझम त थियो नै, साथै चार दर्जन सुन्दर बालिका उस्तै रंगको गाउनमा सजिएर आफूलाई अरूभन्दा राम्री तथा बुद्धिमान साबित गर्न दिउँसोदेखि नै तयारी गरिरहेका थिए। प्रज्ञाभवनको प्रांगणमा भेला भएका ती बालिकाका आमाहरू मात्र होइन, अन्य महिला दर्शकहरूले भने रातो पहिरन लगाएर तीजको झझल्को दिइरहेका थिए। नौ वर्षदेखि तेह्र वर्ष उमेरसम्मका ती बालिकाहरू एउटै उपाधि 'किड क्विन नेपाल २००६' का लागि करिब चार घण्टासम्म प्रतिस्पर्धा

गरिरहेका थिए। नेप्लिज फेसन होमले विगत चार वर्षदेखि आयोजना गर्दै आएको बालिका केन्द्रित यो प्रतियोगितामा यस वर्ष अपेक्षा गरेभन्दा बढी सहभागी भए।

बालसौन्दर्य प्रतियोगिताहरू प्रायः परिचयात्मक चरणबाट प्रारम्भ हुन्थे, तर किड क्विनलाई अन्य प्रतिस्पर्धाभन्दा पृथक् बनाउन आयोजकले प्रारम्भमै बालिकाहरूमार्फत आकर्षक नृत्य प्रस्तुत गराए। बालिकाहरूले राष्ट्रिय गीतको तालमा आफ्नो कम्मर मर्काए भने दोस्रो चरणमा आ-आफ्नो परिचय दिए। त्यसपछि उनीहरूले आफ्नो रोजाइका आकर्षक पहिरन प्रदर्शन गरे। यो सिक्वेन्सबाट नीलिमा प्रधानले बेस्ट ड्रेसको उपाधि जितिन्। यी दुई चरणपछि ४७ जना प्रतियोगीबाट उत्कृष्ट १५ प्रतियोगिको छनौट गरियो। निर्णायकले सोधेका विभिन्न प्रश्नका आधारमा उत्कृष्ट १५ बाट अन्तिम चरणका लागि 'टप सेभेन' प्रतिस्पर्धीको घोषणा भयो। कार्यक्रमको अन्त्यमा उनीहरूलाई मुख्य निर्णायकले एउटा प्रश्न सोधिन्- 'तपाईंहरू आफ्ना आमाबुबालाई किन सम्मान गर्नुहुन्छ ?' 'उहाँहरूले जन्माएर हुर्काउनु मात्र भएन, सही बाटो पनि देखाउनुभयो। उहाँहरू नै हाम्रो आँखा हो। त्यसैले आमाबुबालाई सम्मान गर्छौं' भन्ने जवाफ दिएर परिसा राजभण्डारीले 'किड क्विन २००६' को उपाधि जितिन्। किड क्विनको ताज पहिरिएपछि परिसाले साप्ताहिकसँग कुराकानी गर्दै भनिन्– 'अहिले म साह्रै खुसी छु। यो उपाधिले मलाई सकारात्मक रूपले अघि बढ्न सहयोग पुऱ्याउनेछ। आगामी दिनमा म थप सक्रिय हुनेछु। प्रतियोगितामा मनीषा केसीले फस्ट रनर-अप तथा छिरिङ डोल्माले सेकेन्ड रनरअपको उपाधि जितिन्।

अनिला श्रेष्ठ, रोहिया महर्जन तथा इषा श्रेष्ठको संयुक्त रूपमा कोरियोग्राफीमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा करुना व्यञ्जनकारले मिस पञ्चुलआलिटी, कसु लिम्बुले बेस्ट स्माइल, रेबिका महर्जनले फोटोजेनिक आदि उपाधि जितेका थिए। कार्यक्रममा अशोक प्यासी राई, निहारिका श्रेष्ठ, गरिमा राणाले गीतसंगीत प्रस्तुत गरेका थिए।

गफै त हो

अधबैंसेलाई निरुताको अफर !

निरुता सिंह ठ्याक्कै कति वर्ष पुगिन् होली ? त्यो त कि उनलाई थाहा छ, कि उनका बुबा-आमालाई ! तर उनले आफ्नो उमेर ढल्किसकेको कुरा भने सार्वजनिक रूपमै स्वीकार गरिसकेकी छिन्। १५ वर्षअघि चलचित्र चलचित्र 'दक्षिणा' मा अभिनय गर्दा निरुता १६-१७ वर्षकी टिनएजर थिइन् भने पनि अहिले उनको उमेरले ३१-३२ पूरा गरिसक्नुपर्ने हो। सामान्यतयाः साढे तीन दशक पूरा गरेका अधिकांश महिला दुई-तीन सन्तानका आमा बनिसक्छन् तर कुनै बेलाकी नम्बर वन नायिका निरुता सिंहलाई भने विवाह गर्ने हतार छैन।

निरुताकै उमेरका धेरै युवतीहरू अझै पनि विवाह नगरी बसेका छन्। 'विवाह गर्ने उमेर ढल्किसकेन र ?' चलचित्र 'दुनियाँ' को छायांकनका क्रममा पोखरा पुगेकी यी नायिकासँग यस्तो जिज्ञासा राख्दा उनी रिसाइनन्। रिसाउनु पनि कसरी ? किनभने सत्य कसैबाट लुक्दैन। बरु उल्टो उनले विवाह मात्र होइन, आफ्नो उमेर नै ढल्कँदै गएको स्वीकार गरिन्। 'अनि उमेर ढल्किएपछि विवाह गर्दा रमाइलो होला त ?' निरुतासँग पत्रकारको अर्को जिज्ञासा थियो। उनले बडो गजबको जवाफ दिँदै भनिन्– 'म अब उमेर ढल्किसकेपछि विवाह गर्दा कस्तो अनुभव हुने रहेछ हेर्न चाहन्छु।'

उनको जवाफमा उमेर ढल्किएपछि पुनः अर्को अनुभव साट्ने आसय प्रकट भएको अनुमान गर्नेहरू पनि छन्। यद्यपि निरुताले अधबैंसे व्यक्तिहरूलाई भने सुवर्ण अवसर प्रदान गरेकी छिन्। उमेर ढल्किएकी निरुताले पक्कै पनि लक्का जवान श्रीमान् त पाउँदिनन्। त्यसैले अब यी सुन्दर नायिकासँग वैवाहिक सम्बन्ध गाँस्न अधबैंसे पुरुषहरू लाइन लाग्ने हो कि ? अधबैंसे पुरुषहरूका लागि निरुताको यो अफर सुवर्ण अवसर नै हो।

केवल एक प्रश्न

तपाईं कुन कम्पनीको भित्री पहिरन (अन्डर गार्मेन्ट्स) प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

ओहो ! कस्तो प्रश्न सोध्नुभयो यो त ? मलाई यही नै ब्रान्ड अथवा कम्पनीको चाहिन्छ भन्ने त छैन तर भर्सेस ब्रान्डका अन्डरवेयरहरू मन पर्छन्। म प्रायः त्यही ब्रान्ड प्रयोग गर्छु।

– कमलमान सिंह (पप गायक)

भित्री पहिरन, (लामो हाँसो) अँ...सम्झिनैपर्छ। म प्रायः आफूलाई सजिलो हुने पहिरन लगाउन रुचाउँछु। एडिडास, नाइक, जकर तथा क्रोकोडायल ब्रान्डका भित्री पहिरनहरू परिवर्तन गरी-गरी लगाउँछु। ब्रान्ड जे भए पनि लगाउँदा सजिलो हुनुपर्छ।

– यम बराल (गायक)

कस्तो जवाफ दिनै गाह्रो पर्ने प्रश्न सोध्नुभयो नि ? (हाँसो) पढ्नेहरू पनि लजाउँछन् जस्तो छ। प्रश्न सोधेपछि जवाफ त दिनैपऱ्यो, म प्रायः नाइक ब्रान्डका भित्री पहिरन प्रयोग गर्छु। लगाउँदा सजिलो तथा आरामदायी हुने भएकाले यो ब्रान्ड मेरो रोजाइमा परेको हो।

– गौतम सुवेदी (पूर्व मिस्टर नेपाल)

लौ न, जवाफ दिनैपर्ने ? म प्रायः अमुलका भित्री पहिरन प्रयोग गर्छु। खासगरी यसका पहिरन लगाउँदा सजिलो हुने मैले अनुभव गरेको छु।

– त्रिलोक राना (गायक)

मलाई ब्रान्ड जुनसुकै भए पनि हुन्छ तर लगाउँदा सजिलो हुनुपऱ्यो। झट्ट हेर्दा जुन राम्रो देखिन्छ अनि लगाउँदा जुन सजिलो हुन्छ त्यही लगाउँछु।

– प्रकाश सुब्बा (हास्यकलाकार)

यस्तो रह्यो मिस इन्डिजिनियस

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– अघिल्लो शनिबारकै लागि तय गरिएको भए पनि आदिवासी युवतीहरूको सौन्दर्य प्रतियोगिता 'मिस इन्डिजिनियस २००६' गत शुक्रबार मात्र सम्पन्न भयो। विभिन्न समुदायका जम्मा १५ जना युवतीले प्रतिस्पर्धा गरेको यो प्रतियोगितामा अपेक्षा लिम्बुले 'मिस इन्डिजिनियस' को उपाधि जितिन्।

ड्रिम एराले आयोजना गरेको यो प्रतियोगिताको निर्णायक चरणमा सफल महिलाको परिभाषासहित आफूमा भएका गुणहरू उल्लेख गर्नुपर्ने थियो। शीर्षक उपाधि जित्ने लिम्बूले यो प्रश्नको जवाफमा 'सङ्घर्ष गरेर भए पनि सबै पक्षलाई मिलाई सफलतापूर्वक जीवनयापन गर्न सक्ने महिला नै सफल हुन् तथा आफूमा उक्त क्षमता भएको' बताएकी थिइन्। प्रतियोगितामा शर्मिला गुरुङ तथा रेमा महर्जनले क्रमशः फस्ट तथा सेकेन्ड रनर-अपको उपाधि जिते। प्रतियोगितामा सहभागी युवतीहरूको उमेर १५ देखि २० वर्षबीच थियो।

परिचयात्मक चरणबाट प्रारम्भ भएको यो प्रतियोगिताले ट्यालेन्ट शोमा आएपछि गति लिएको थियो। यस प्रकारका सौन्दर्य प्रतियोगितामा निर्णायक प्रतियोगिता आयोजित हुनुभन्दा एक साताअघि नै ट्यालेन्ट शो सम्पन्न हुन्छ। ट्यालेन्ट शोमा टिनएजरहरूले गीत, नृत्य, मन्तव्य, फूल बनाउने कला, चित्रकला, किबोर्ड वादन आदि प्रदर्शन गरेका थिए। यो चरणबाट रेमा महर्जनले मस्ट ट्यालेन्टेडको उपाधि जितेकी थिइन्। दुई चरणपछि तेस्रो चरणमा निर्णायकले टप टेन सुन्दरीको घोषणा गरे। निर्णायकले सोधेका विभिन्न प्रश्नको जवाफ दिएपछि उत्कृष्ट जवाफ दिने पाँच जना युवती अन्तिम चरणका लागि छनौट भए। निर्णायक चरणपछि विजेताहरूको घोषणा गरिएको थियो, जसमा दसवटा शीर्षक उपाधि पनि थिए। कार्यक्रममा आभा मुकारुङ, बेनुकार राई तथा नेप्सिड्याजजस्ता गायिका तथा सांगीतिक समूहले प्रस्तुत गरेको सांगीतिक कार्यक्रम मात्र होइन, साधना कला केन्द्रका कलाकारले प्रदर्शन गरेको नृत्यले पनि दर्शकहरूको मन जितेको थियो।

लभगुरू रेखा

मेरो घर पुल्चोकमा छ । म अहिले बीबीएस अध्ययनरत छु । म मेरै टोलमा बस्ने एउटी युवतीसँग प्रेम गर्छु । उनी पनि मलाई निकै माया गर्छिन् । मेरो समस्या के भने म उनीसँग विवाह गर्न चाहन्छु । किनकि मलाई डर छ– कतै मैले उनलाई गुमाउने त होइन ? समयको हुरीले कतै उनलाई मसँग अलग त बनाउँदैन ? त्यसैले प्रेमको अन्तिम स्वरूप विवाह गरेर म सदाका लागि उनलाई आफ्नी बनाएर जीवनभर माया गरिरहन चाहन्छु । उनी मभन्दा एक वर्ष मात्र कान्छी छिन् । उनी पनि मेरै कलेजमा मसँगै पढ्छिन् । उनी भने अहिले विवाह नगर्ने कुरा गर्छिन् । उनी डिग्री सकिएपछि मात्र विवाह गर्ने र त्यतिन्जेल कसैलाई नभनी प्रेम गरिरहने कुरा गर्छिन् । उनले मलाई भनिन्– पढाइ सकेर दुवैजना आफ्नो खुट्टामा उभिन सक्ने हुनुपर्छ । परिवार चलाउन दुई–चार पैसा कमाउने नभै हतारमा विवाह गरेर फुर्सदमा पछुताउन नचाहेको कुरा उनी गर्छिन् । जब कि मेरो भनाइमा प्रेमका अगाडि पैसा ठूलो कुरा होइन । आखिर विवाहपछि पनि पढाइ पूरा गर्न सकिन्छ । म यो समस्यामा तपाईंको सल्लाह चाहन्छु ।

धीरज (२०)

पत्रअनुसार तपाईं नै गलत हुनुहुन्छ । प्रेमिका गुम्ने डरले हुर्कंदो उमेरमा विवाह गरेर पछि पछुताउनुसिवाय अरू कुनै विकल्प बाँकी रहँदैन । तपाईंकी प्रेमिकाको कुरा सही छ । प्रेममा विश्वास हुनुपर्छ । जङ्गलको बाघले खाओस् नखाओस् तपाईंलाई मनको बाघले खाइरहेको छ । अर्थात् तपाईं प्रेमिका गुम्ने त्रासमा हुनुहुन्छ । तपाईंका अनुसार उनी तपाईंलाई निकै माया गर्छिन् । उनी सुखद् भविष्य निर्माण गर्न चाहन्छिन् । त्यसो त तपाईंहरूको उमेर पनि त खासै भएको छैन । ध्यान लगाएर, मेहनत गरेर पाँच वर्ष जति पढ्नुभयो भने तपाईंहरूले डिग्री पनि सक्नुहुन्छ । त्यतिबेला तपाईं २५ र उनी २४ वर्षकी हुन्छिन् । पढाइ सकेर कुनै काम थालेपछि विवाह गर्नु राम्रो हुन्छ । अर्को कुरा तपाईंले विवाहलाई प्रेमको अन्तिम रूप भन्नुभएको छ । वास्तवमा विवाह प्रेमको अन्त्य होइन, नयाँ चरणको प्रारम्भ मात्र हो ।

पाठकहरूको प्रेम जिज्ञासा समाधान गर्ने उद्देश्यले हामीले यो स्तम्भ सुरु गरेका हौं । आफ्ना प्रेमसम्बन्धी विभिन्न समस्या हामीलाई लेखिपठाउनुहोस् । ती समस्याको समाधान विभिन्न विशेषज्ञको राय–सल्लाहअनुरूप नायिका रेखा थापाले खोज्ने प्रयास गर्नुहुनेछ । यो स्तम्भका लागि कुनै शुल्क लाग्नेछैन । आफ्नो समस्या साप्ताहिकको ठेगानामा पठाउनुहोला ।

फिल्मी खबर

-छायाँकार राजु मानन्धरले नेवारी भाषाको चलचित्र 'लव म्यारिज'को निर्माण पूरा गरेका छन् । नेवारी समाजमा आधारित उक्त चलचित्रमा रञ्जिता बज्राचार्य, शोभा बज्राचार्य, कृष्णचन्द्र महर्जन, राजेन्द्र महर्जन, पल्पसा डंगोल आदिले अभिनय गरेका छन् ।

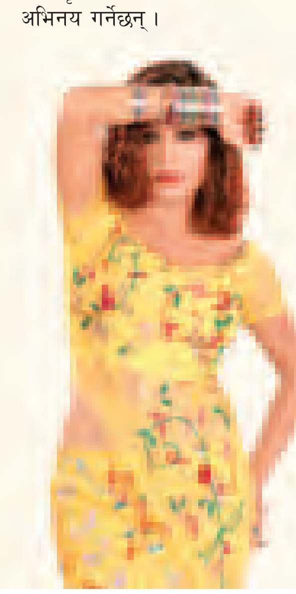
– निर्देशक सोभित बस्नेतले आफ्नो नयाँ चलचित्रको नाम 'चोर-सिपाही' राखेका छन् । चलचित्रमा रेजिना उप्रेतीले नायिकाको भूमिका निर्वाह गर्ने पक्का भएको छ । बाँकी कलाकारको छनौट जारी छ ।

– नेपाली चलचित्रका स्थापित द्वन्द्व निर्देशक तथा कलाकार राजेन्द्र खड्गीलाई दर्शकले अब म्युजिक भिडियोमा समेत देख्न पाउनेछन् । भर्खरै मात्र उनले एउटा दोहोरी गीतको म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरेका छन् । 'घर पश्चिम' शीर्षकको भिसिडी संग्रहका लागि निर्देशक खड्गीले नायिका पूजनासँगै अभिनय गरेका छन् ।

– निर्देशक ऋषि न्यौपानेले निर्देशन गर्ने नयाँ चलचित्रको शीर्षक परिवर्तन गरिएको छ । यसअघि उनले चलचित्रको नाम 'जोस' राखे पनि अहिले यसको शीर्षक परिवर्तन गरेर 'पाप' राखिएको छ । चलचित्रमा राजेश हमाल, रमित ढुंगाना, विक्रान्त बस्नेत, अरुणिमा लम्साल, नन्दिता केसी, अनिल बमजम आदि कलाकारले अभिनय गर्नेछन् ।

– दुईवटा चलचित्र 'बज्रपात' तथा 'अभिमन्यू' मा आइटम डान्स गर्ने जेनी कुँवरले आगामी दिनमा पनि आफू यस्तै नृत्यमा दोहोरिन सक्ने बताएकी छिन् । जेनी भन्छिन्– 'मेरो नृत्य दर्शकहरूले मन पराएको प्रतिक्रिया पाएकी छु । कलाकार भएपछि दर्शकको मन त राख्नै पर्‍यो नि ।'

– निर्माणाधीन चलचित्र 'आँसु' मार्फत नयाँ नायक विराज दानी चलचित्र क्षेत्रमा प्रवेश गर्ने भएका छन् । निर्देशक यादव सिलवालले दानीलाई मौका प्रदान गरेका हुन् । दुईवटा म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेका दानीले यो चलचित्रपछि 'जंगल' तथा 'शुभविवाह' शीर्षकका दुई चलचित्र तथा टेलिश्रृंखला 'तिरस्कार' मा समेत अभिनय गर्नेछन् ।



डे डिस्कोको रमझम

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– 'अरू दिन कलेज जानुपर्छ । शनिबार भए पनि राति आमाबुबाले बाहिर जान दिनुहुन्न । ह्याङ आउट गर्न हामीलाई पनि त मन लाग्छ । थ्याङ्क्स रक्स, डे पार्टीको अर्गनाइज गरिदिएकोमा'- राजधानीको एक कलेजमा प्लस टुमा अध्ययनरत एक युवतीले आफ्नो नाम त बताइनन्, तर हयात होटलको रक्सबारमा साथीहरूसँग दिउँसै नाच्न आउनुको कारण भने बताइन् । शनिबार गौशाला, पशुपति क्षेत्र तीजको रमझममा रातामे भएको थियो । त्यहाँबाट झन्डै दुई किलोमिटर उता रक्सबारमा एक बजेपछि प्लस टु कलेज तथा स्कुलका किशोर-किशोरीहरूको भीड बढ्दै थियो । दुई बजेपछि डिजे तेन्जिङले हिन्दी चलचित्रको रिमिक्स बजाउन थाले- '..एकबार आजा आजा आजा...'

अंग्रेजी हिपहप र हिन्दी रिमिक्सले रक्सबारको वातावरण घन्कियो । डिजे राजु भन्दै थिए– 'स्कुले ठिटाठिटीहरूकै लागि रक्समा हरेक साता शनिबार डे पार्टी आयोजित हुने गरेको छ ।' डीजे राजुका अनुसार डे पार्टी पहिले पनि हुन्थ्यो, तर एक वर्षयता राजधानीका विभिन्न कलेजले नै आफ्नो कलेजका लागि डे पार्टी बुकिङ गर्ने गरेका छन् । राजु भन्दै थिए– 'रातिको पार्टीमा भन्दा डे पार्टीमा बढी क्राउड हुने गरेको मैले पाएको छु ।' डे पार्टी र नाइट पार्टीमा एउटा भिन्नता भने छ । नाइट पार्टीमा अल्कोहल बढी खपत हुन्छ तर रक्स बारको डे पार्टीमा भने अल्कोहल बेचिँदैन । 'डे पार्टीमा पनि अल्कोहल खपत हुन्थ्यो होला, एक त दिउँसै अर्को धेरैजसो स्कुले ठिटाठिटी आउने भएकाले रक्सबारमा मोकटेल, जुस र कोल्ड ड्रिंक्स मात्र सर्व गरिन्छ,' -डीजे राजुले बताए ।

सहर चर्चा

गायिकाको मोडलिङ मोह

अनिता अहिले तीनवटा क्षेत्रमा क्यारियर बनाउन तल्लीन छिन्। सुरिलो स्वरकी धनि अनिता शास्त्रीय संगीतकी विद्यार्थी हुन्। यसबाहेक उनी ब्युटिसियनका रूपमा पनि कार्यरत छिन्। पछिल्लो समयमा भने उनी मोडलिङप्रति पनि आकर्षित देखिन्छिन्। नेपाली वेबसाइटहरूमा स्वदेशी मोडलहरूलाई फिचर गर्ने क्रममा महुँनेपाल डटकमले शास्त्रीय संगीतमा स्नातक गरिरहेकी अनितालाई मोडलका रूपमा प्रस्तुत गरेको छ। २४ वर्षीया अनिता गायनमा क्यारियर बनाउने क्रममा मोडलिङतर्फ आकर्षित भएकी हुन्। ३२×२६×३६ शारीरिक बनावटकी अनिता ५ फिट ५ इन्च अग्ली छिन्। अनिता फुर्सदको समयमा नृत्य गरेर आफ्नो सौख पूरा गर्छिन्। आफ्नो शरीरलाई आकर्षक बनाउन नियमित योगाभ्यास गर्ने अनिता एउटा राम्रो मोडलमा आकर्षक व्यक्तित्व एवं राम्रो शारीरिक उचाइ हुनुपर्ने कुरा बताउँछिन्। जिन्स पाइन्ट तथा सर्ट स्पष्टवक्ता अनितालाई मन पर्ने पहिरन हुन्।

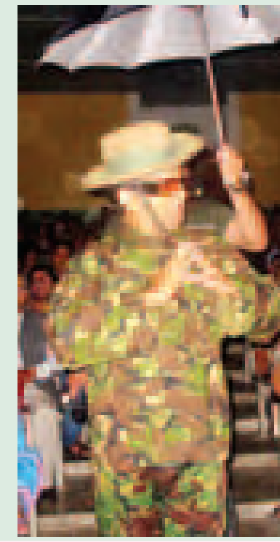
मनोजको तहल्का

शिव शर्मा

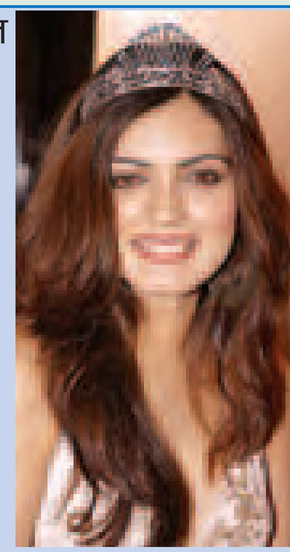
'अब हामी औपचारिक कार्यक्रमलाई अनौपचारिकतर्फ लाँदैछौं। हामीमाझ एक यस्तो ठूलो राजनैतिक व्यक्तित्व आउँदै हुनुहुन्छ।' गाईजात्रे प्रहसनका बीचमा कार्यक्रमको मञ्चबाट कसैले उद्घोष गर्दा दर्शक अलमल्ल परे। दर्शक दीर्घाको ठीक पछाडिबाट दुरुस्तै माओवादी अध्यक्ष प्रचण्ड र सुरक्षागार्डसहित डटेर अगाडि बढ्दा कति त अक्कमक्क परे। केटाकेटी र बूढाबूढी त प्रचण्ड नै हुन् कि भनेर झुक्किए।

तीते-जीरे गाईजात्रे महोत्सवकै बेला एकाएक अनौपचारिक कार्यक्रममा 'तपाईंमाझ अतिथिलाई आसनग्रहण गर्न निमन्त्रणा गर्दैछौं' भन्दा अलमल्ल पर्नु स्वाभाविक पनि थियो। यसरी प्रचण्डको भेष धारण गरी उनकै हाउभाउ र बोलीचाली दर्शकमाझ प्रस्तुत गर्ने हास्यकलाकार मनोज गजुरेल नै थिए। उनलाई देखेर सभागृहमा हाँसोको लहर छुट्यो।

गुरुङ युथ फोरम, पोखराले यही भदौ ७ देखि ११ गतेसम्म पोखरामा आयोजना गरेको पाँचदिने तीते-जीरे गाईजात्रे महोत्सवमा उनी पोखरेली दर्शकको नजरमा चढे। उनले प्रचण्डको मात्र होइन, राजा ज्ञानेन्द्रको पनि दुरुस्तै पहिरन र हाउभाउमा काटीकुटी क्यारिकेचर गरे। राजाको भेषमा दर्शकमाझ हात जोड्दै निस्किएका मनोज गजुरेलाई दर्शकदीर्घामा वसेका दर्शकले नमस्कार गरे। 'हैन, राजा नै हुन् कि क्याहो,' दर्शकदीर्घाबाट एक वृद्ध महिला फुसफुसाइन्। यसो भन्दा सभागृह हो-हल्लाले गुन्जयमान भयो। गाईजात्रे कार्यक्रममा गजुरेलले गरेको प्रचण्ड र राजाको प्रहसन सबैको रोजाइ बन्न पुग्यो।



निहारिकाको आगमन



शनिबार राजधानीको होटल र्‍याडिसनमा देखापरेकी भारतीय सुन्दरी साताभरि चर्चाको विषय बनिन्। मिस अर्थमा सहभागी भएकी निहारिका वास्तवमै सुन्दर देखिन्छिन्। उनले नेपालको प्राकृतिक सुन्दरताको प्रशंसा गर्दै भनिन्- 'सुन्दर सहर काठमाडौंमा पहिलो पटक आएकी हुँ।' भारतका विभिन्न सहरमा १ सय ८० वटा शाखा खोलिसकेको फेसन कलेज 'इन्टरनेसनल इन्स्टिच्युट अफ फेसन डिजाइनिङ' को नेपाल शाखा उद्घाटनका लागि निहारिका नेपाल आएकी थिइन्। होटलमा मन्द मुस्कान छर्दै सञ्चार माध्यमसामु उपस्थित निहारिकाले विगतमा काठमाडौं आएका बलिउड सुन्दरीहरू मल्लिका शेरावतले कम्प्युटर तथा उर्मिला मातोंडकरले क्यासिनोको उद्घाटन गरेझैं फेसन कलेजको उद्घाटन गरिन् र मुम्बई फर्किन्।

चलचित्र

निखिल दाइ

आफ्नो मान्छे आफ्नै हुन्छ भन्ने अवधारणामा निकै चलचित्र निर्माण भैसकेका छन् । यो साता सार्वजनिक भएको चलचित्र 'निखिलदाइ'मा पनि यस्तै कथा छ । चलचित्र दाजु निखिल उप्रेती तथा बहिनी रेखा थापाबीचको सम्बन्धमा आधारित छ, यसका साथै चलचित्रमा रेखाको प्रेमीका रूपमा दिलीप रायमाझी तथा निखिलकी श्रीमतीको भूमिकामा गरिमा पन्तले अभिनय गरेका छन् । थुप्रै टेलिचलचित्रमा अभिनय गरिसकेकी गरिमाको यो दोस्रो चलचित्र हो । हुनत यसअघि उनले नारद खतिवडाले निर्माण गरेको एलसिडी चलचित्र 'ध्रुवे'मा अभिनय गरिसकेकी छिन् । नायक निखिल उप्रेतीको व्यस्तता तथा मागलाई ध्यानमा राखेर निर्माता सुनील मानन्धरले निर्माण गरेको यो चलचित्रका निर्देशक कृष्ण चापागाईं हुन् । दमौली, नारायणघाट, दमक, बुटवल आदि स्थानबाट प्रदर्शन आरम्भ भएको चलचित्र 'निखिलदाइ'मा चेतन सापकोटाको संगीत, सुरज सुब्बा 'नाल्बो' को कथा एवं मौनता श्रेष्ठको पटकथा तथा संवाद सुन्न पाइन्छ ।

लगे रहो मुन्नाभाइ

मुरलीप्रसाद शर्मा अर्थात् मुन्नाभाइ फेरि फर्किएका छन् । 'मुन्नाभाइ एमबीबीएस'मार्फत दर्शकहरूको मन जितेपछि यो साता उनी आफ्ना नौला एवं रमाइला क्रियाकलापका साथ दर्शकमाझ पुग्दैछन् । यसपटक मुन्नाभाइको प्रेम डाक्टरसँग नभएर रेडियो जक्की जानवीसँग हुन्छ । जानवीले हरेक बिहान सञ्चालन गर्ने रेडियो कार्यक्रम 'गुडमर्निङ मुम्बई' सुनेपछि मुन्ना उनलाई प्रेम गर्न पुग्छन् । आफ्नो 'दादागिरी' व्यवसायलाई एकातिर पन्छाएर उनी जानवीको पछि लाग्छन् । मुन्ना उनका सामु आफूलाई इतिहासको प्रोफेसरका रूपमा प्रस्तुत गर्छन् । सोझी जानवीले पत्याउँछिन् र मुन्नालाई आफ्नो घरमा लग्छिन् । त्यहाँ उनलाई इतिहासका बारेमा केही बताउन आग्रह गरिन्छ । मुन्नालाई आपत् पर्छ, तर समस्याको समाधानका रूपमा उनको हितैषी मित्र सर्किट आइपुग्छ । दुई वर्षअघि मुन्नाभाइले एमबीबीएस डाक्टर बन्ने होडमा केही व्यंग्य र केही रमाइला स्थिति सिर्जना गरेका थिए भने यसपटक उनले इतिहासको प्रोफेसरको नक्कल गरेर के गर्ने हुन् ? हेर्नैपर्छ । सञ्जय दत्त तथा अरसद वारसीका साथ विद्या वालन, बोमन इरानी, जिम्मी सेरगील, दिया मिर्जा आदिले अभिनय गरेको यो चलचित्रलाई पहिले 'मुन्नाभाइ मिट्स महात्मा गान्धी' शीर्षक दिइएको थियो । विधुविनोद चोपडाद्वारा निर्देशित मुन्नाभाइको यो दोस्रो भागले पनि सफलता पाउने आशा गरिएको छ ।

बियर फिस्ट

अमेरिकामा बसोबास गरिरहेका दुई दाजुभाइ टोड र जान जर्मनी घुम्न आउँछन् । जर्मनीमा हरेक अक्टोबर महिनामा मनाइने चाड 'अक्टोबर फिस्ट'मा सहभागी हुन उनीहरूलाई उनका हजुरबुबाले निम्तो गरेका हुन्छन् । बियर र मासु खाएर रमाइलो गरिने उक्त चाडमा टन्न बियर पिउने र मज्जा गर्ने मुडमा रहेका ती दाजुभाइ म्युनिखमा अक्टोबर फिस्टका अवसरमा आयोजित बियर पिउने प्रतिस्पर्धामा भाग लिन पुग्छन् । खान र पिउनका सौखिन ती दाजुभाइमा पिउन सक्ने क्षमता प्रशस्तै हुन्छ । पहिलेदेखि नै विजेता हुँदै आएका स्थानीय प्रतिस्पर्धीहरू ती दाजुभाइलाई सकेसम्म उक्त प्रतिस्पर्धाबाट बाहिर हटाउन चाहन्छन् । हास्य कथा र जर्मनीको परम्परागत चाडमा आधारित यो चलचित्र यसै साता सार्वजनिक हुँदैछ । एक घण्टा पचास मिनेट लामो यो चलचित्रलाई वार्नर ब्रदर्शले सार्वजनिक गर्न लागेको हो । अप्रवासी भारतीय निर्देशक जय चन्द्रशेखरद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा पाउल सोटर, एरिक स्टोलह्यान्स्के, स्टिभ लेम्मे, केभिन हेफरनेन् तथा निर्देशक चन्द्रशेखर स्वयंले अभिनय गरेका छन् ।

रंगमञ्च

-निजगढमा निराहार तपस्या गरेर बसेका तपस्वी रामबहादुर बमजनसँग सम्बन्धित नाटक 'देउताकी आमा' मैतीदेवी, सेतोपुलस्थित गुरुकुलमा मञ्चन भैरहेको छ । आशा मगरातीको निर्देशनमा तयार भएको उक्त नाटकमा बमजनले तपस्या थालेपछि नयाँ बुद्धको जन्म भएको हल्ला, मानिसहरूको ओइरो, त्यसको आडमा चलेको व्यापार तथा उनी बेपत्ता भएका घटनाहरूलाई समेटिएको छ । छोरा तपस्वी भएर बेपत्ता भएपछि उनकी आमालाई परेको वेदना नाटकको मूलकथा हो । गत भदौ ११ गतेदेखि आज शुक्रबारसम्म मञ्चन हुने यो नाटकमा दयाहाङ राई, मधुकर दाहाल, राधा श्रेष्ठ, बृहस्पति अधिकारी आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् ।

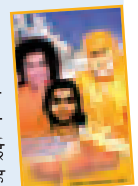
-देशका २६ जिल्लाका १ सय ७५ स्थानमा मञ्चन गर्ने उद्देश्यले नवलपरासी, पञ्चनगरस्थित सुसेली कला समूह देश भ्रमणमा निस्किएको छ । समूहले बद्रीप्रसाद सुवेदीको लेखन तथा बिन्दुसिंह क्षेत्रीको निर्देशनमा सडक नाटक 'सुनौलो बिहानीको खोजी' मा संविधानसभाको औचित्य, भ्रष्टाचार र जातीय भेदभावको अन्त्य, समावेशीकरण आदि विषयलाई उठाएको छ । नाटकमा भीमबहादुर जिसी, हिस्की मगर, नरिश्वर शर्मा, अशोक पौडेल, सीता रेग्मी, दुर्गा गुरुङ, गोपाल अधिकारी, दीर्घनाथ गौतम, हेमा चौधरी, सागर भण्डारी आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् ।

क्यासेट

हाँसिदेऊ लौ न सानी

गायिका सिन्धु मल्ल तथा गायक अनिल खड्काले गाएका लोक तथा दोहोरी गीतहरूको नयाँ संग्रह 'हाँसिदेऊ लौ न सानी' बजारमा आएको छ । म्युजिक नेपालले बजारमा ल्याएको यो गीतिएल्बममा 'हाँसिदेऊ लौ न सानी' तथा 'पहाड मधेस' भाकाका दुईवटा दोहोरी गीत संकलित छ । संग्रहका दोहोरी गीतको संयोजन शिलाबहादुर मोक्तानले गरेका हुन् ।

साई महिमा



सत्य साईबाबाको ८० औं शुभजन्मोत्सवका उपलक्ष्यमा तीजको भाकामा आधारित साई भजनहरूको संग्रह 'साई महिमा' बजारमा आएको छ । सत्य साई पुस्तक तथा प्रकाशन समिति नेपालबाट स्वीकृति लिएर बजारमा ल्याइएको यो संग्रहमा आठवटा भजन सुन्न सकिन्छ । सुधाकर पन्त, विधान आचार्य, बिन्दिया कार्की, ज्ञानदीप तथा मुना अर्यालले रचना गरेका साई भजनहरू बिन्दिया कार्कीको लय, संकलन एवं स्वरमा तयार पारिएका हुन् ।

बस्ला है माया

लोकगायक महेश बुढाथोकी नयाँ गीतिसंग्रह 'बस्ला है माया' मार्फत श्रोतामाझ आएका छन् । 'राम साइँली' तथा 'लान्छु मोरीलाई' शीर्षकका थप दुई दोहोरी गीतसमेत सुन्न सकिने यो संग्रहका गीतहरूमा सिन्धु मल्ल, सत्यकला राई, माण्डवी त्रिपाठी आदि गायिकाले पनि स्वर दिएका छन् । महेश बुढाथोकीले नै भाका तयार पारेको यो संग्रहका शब्दहरू राम भट्टराई, ईश्वर आँसु तथा गायक बुढाथोकीले तयार पारेका हुन् ।

पुस्तक

स्वतन्त्रता मन्तव्य यात्रा

मानवअधिकारवादी नेता कृष्ण पहाडीद्वारा लिखित पुस्तक 'स्वतन्त्रता मन्तव्य यात्रा' बजारमा आएको छ । मानवअधिकार तथा शान्ति समाजले प्रकाशन गरेको यो पुस्तकमा लेखक पहाडीले विश्वका विभिन्न मुलुकमा गरेको यात्रा-संस्मरणलाई उल्लेख गरेका छन् । १ सय ८२ पृष्ठ लामो यो पुस्तकमा लेखकले गरेको यात्राको पृष्ठभूमिदेखि आयरल्यान्डको यात्रा हुँदै लोकतान्त्रिक गणतन्त्रतर्फको यात्रासम्म पुगेको प्रसंगलाई समेटिएको छ । १ सय ७५ रुपैयाँ मूल्य राखिएको यो पुस्तकलाई लेखक पहाडीले मानवअधिकारका लागि जीवन समर्पण गरेका तथा वर्तमानमा संघर्षरत संसारभरिका मानवअधिकार रक्षकहरूप्रति समर्पित गरेका छन् ।

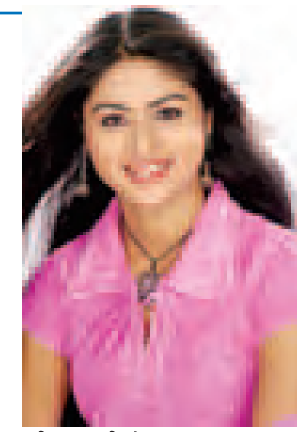
ग्यालरी

-नक्सालस्थित नाफा आर्ट ग्यालरीमा रेनेसा आर्ट इन्स्टिच्युटका १२ जना प्रशिक्षार्थी कलाकारको चित्रकला प्रदर्शनी सञ्चालनमा छ । तैल, पानी, एक्रेलिक आदि विभिन्न रंगको प्रयोगबाट कलाकारहरूले सिर्जना गरेका चित्रमार्फत प्रदर्शनीले फरक-फरक सन्देश दिन खोजेको छ । 'आशाको सौन्दर्य' शीर्षकको उक्त प्रदर्शनीमा कलाकार दीपेन्द्र राईले एक वर्ष लगाएर डटपेनबाट सिर्जना गरेको मोनालिसाको चित्र आकर्षणको केन्द्रविन्दु भएको छ ।

सानो पर्दा

-क्यानेभिजन क्यानाडाले नयाँ विद्युतीय प्रविधिमार्फत् क्यानाडाबाट अनलाइन टेलिभिजनको प्रसारण सुरु गरेको छ । क्यानाडाबाट प्रसारण हुने यो अनलाइन टेलिभिजन साप्ताहिक रूपमा विभिन्न कार्यक्रमसहित विश्वव्यापी हेर्न सकिनेछ जसले देश-विदेशमा रहेका नेपालीहरूलाई छुट्टै मनोरञ्जन दिने विश्वास गरिएको छ । कान्तिपुर टेलिभिजनका कार्यक्रम सम्पादक तथा प्रसिद्ध लोकगायक बुद्धिसागर बस्यालको सञ्चालकत्वमा सञ्चालित टेलिभिजन व्यवस्थापन समितिको महासचिवमा कमलमणि थपलिया, व्यवस्थापन निर्देशक यशस्वी शिवाकोटी (निर्देशक अनलाइन नेटवक तथा सम्पादक), तुलसा थपलिया (निर्देशक, उत्पादन), गोविन्दसिंह राउत, ईश्वर थापा, प्रकाश थापा, चेतनाथ रिमाल, डा. नरहरि खतिवडा, मधु कार्की, रवि सापकोटा, प्रमोद लामिछाने, रमेश खतिवडा तथा सुरेन उप्रेती सामेल छन् ।

-ठूलो पर्दाका खलनायकद्वय हेमन्त बूढाथोकी तथा विजय देउजाको संयुक्त निर्माणका रूपमा नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको टेलिश्रृंखला 'अपराजिता' लाई पाकिस्तानी टेलिश्रृंखलाहरूसँग दाँज्न थालिएको छ । हिन्दी टेलिश्रृंखलाजस्ता अन्य नेपाली श्रृंखलाभन्दा उक्त श्रृंखलाको कथा एवं प्रस्तुतिलाई पाकिस्तानी श्रृंखलाहरूजस्तो रोचक मानिन थालिएको छ । विगतमा 'भीडदेखि भीडसम्म' जस्तो सफल टेलिश्रृंखलाको निर्देशन गरिसकेका उमेशनाथ अर्यालको लेखन तथा निर्देशनमा हरेक शनिबार राति ९:१० बजे प्रसारण हुने गरेको उक्त श्रृंखलामा गरिमा पन्त, गीता शाही, सारु खड्का, अमृतजंग बस्नेत, रवि बस्नेत, विजया गिरी, सुशील पोखरेलका साथै निर्माताद्वयले पनि अभिनय गरिरहेका छन् ।



-हराएका मानिसहरूको खोजी गर्ने नेपाल वान च्यानलको कार्यक्रम 'खोजतलास'ले प्रसारणको दुई सय भाग पूरा गर्न लागेको छ । समाचारवाचक राजेन्द्र खनालले सञ्चालन गर्ने उक्त कार्यक्रमको निर्माण तथा अनुसन्धान सुलोचना थिंगले गर्छिन् । कार्यक्रम 'खोजतलास' हरेक सोमबार राति आठ बजे प्रसारण हुने गरेको छ ।

– कान्तिपुर टेलिभिजनले नेपाली पप गीतको काउन्टडाउन कार्यक्रम केटिभी टप टेनको प्रसारण शुक्रबार राति १०:३० बजे गरिरहेको छ । नेपाली पप गीतका साताभरिका उत्कृष्ट दस गीत प्रसारण हुने यो कार्यक्रमको सञ्चालन भिडियो जक्की निशा अधिकारीले गर्छिन् ।

– कान्तिपुर टेलिभिजनको चर्चित कार्यक्रम 'द पवनकली शो' की सञ्चालिका परिवर्तन भएकी छिन् । अध्ययनका क्रममा भारत जानुपर्ने भएकाले लुनिभा तुलाधरले यो कार्यक्रमबाट बिदा लिएपछि सोही कार्यक्रमकी निर्मातृ तारा कँडेलले पवनकलीको स्थान लिएकी छिन् । भदौको पहिलो सातादेखि तारा निर्मातृबाट कार्यक्रम सञ्चालिकासमेत भएकी हुन् । यो कार्यक्रम शनिबार राति साढे सात बजे प्रसारण हुन्छ ।

माओवादीको जनसंगीत अभियान

कमल रिमाल

विराटनगर– माओवादीको सामना जनसंगीत अभियानले विराटनगरमा गएको बिहीबारदेखि शनिबारसम्म तीनदिने सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ । शान्ति र लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका लागि भन्ने नाराका साथ सामना जनसंगीत अभियानअन्तर्गतको उक्त कार्यक्रममा जनमुक्ति सेनाको पहिरनमा कलाकारहरू बन्दुक बोकेर नाचेका थिए । उनीहरूले पाश्चात्य संगीतले विकृति फैल्याएको बताउँदै नेपाली लोकगीत तथा नृत्यहरू प्रस्तुत गरे ।

कार्यक्रममा सामनाका कलाकारहरूले जनवादी गीत र नृत्यहरूका साथै वर्तमान राजनीतिप्रति व्यङ्ग्यसहितको प्रहसन पनि प्रस्तुत गरे । माओवादीका पोलिटब्युरो सदस्य रामबहादुर थापा (बादल) को उपस्थितिमा कार्यक्रममा प्रस्तुत गरिएका कतिपय गीतमा माओवादीका कलाकारहरू हतियारसँगै उपस्थित भएर नाचे । ५० देखि १ लाख रुपैयाँसम्मका टिकट बेचेर गरिएको उक्त कार्यक्रममा वीरेन्द्र सभागृहको हलका आधा कुर्सी खाली थिए । प्रचार-प्रसारको तुलनामा दर्शक भने न्यून उपस्थित भएको उक्त कार्यक्रमको टिकट चन्दाको विकल्पका रूपमा जबरजस्ती बेचिएको थियो । चित्त नबुझ्नेलाई टिकटको रकम फिर्ता गरिने माओवादी मोरङका संयोजक दिनेश शर्मा (सागर) ले बताएका थिए ।

अभियानका कमान्डर माइला लामाले राजनैतिक, सांगठनिक तथा आर्थिक सम्बन्ध सुदृढ गर्नुका साथै समाज रूपान्तरणका लागि यो सांगीतिक अभियान थालिएको जानकारी दिए । पाश्चात्य छाडा संगीतको हस्तक्षेपविरुद्ध माओवादी कलाकार लागेको बताउँदै उनले भने– 'पाश्चात्य संगीतको प्रभावले युवाहरूलाई लागूऔषधतर्फ धकेलिरहेको छ ।'

बालसौन्दर्य प्रतियोगिताको चहलपहल

साप्ताहिक समाचार

पोखरा–शिशु निकेतन स्कुलमा अध्ययनरत १० वर्षीया एलिसा गुरुङ सानो परी पोखरा बन्ने धुनमा छिन् । यति बेला उनी ऱ्याम्पमा हिंड्न सिकिरहेकी छिन् । गुरुङ भन्छिन्– 'आफ्नो खुबी देखाउन यो प्रतियोगिताले मलाई सहयोग गर्नेछ ।'

एलिस मात्र हैन, उनीजस्तै धेरै बालबालिका पछिल्लो समयमा यहाँ आयोजना हुने बालसौन्दर्य प्रतियोगितामा सहभागी हुन उत्सुकता देखाइरहेका छन् । फेरि उनीहरूलाई लक्षित गरी यस्ता प्रतियोगिताहरू यहाँ धमाधम आयोजना हुन थालेको छ । गएको महिना पोखरामा बालबालिकासँग सम्बन्धित लिटिल क्विन एन्ड मास्ट किङ प्रतियोगिता सम्पन्न भएको थियो ।

फेरि स्थानिय अभिभावकहरू पनि आफ्ना बालबालिकाको क्षमता अभिवृद्धि गराउन यस्ता प्रतियोगितामा सहभागी गराउन आतुर हुने गरेका छन् । एक अभिभावक भन्छन्- 'यस्तो प्रतियोगिताले बाबु-नानीहरूलाई जाँगरिलो र फुर्तिलो पनि बनाउँदो रहेछ ।' बालबालिकाहरूमा अन्तर्निहित प्रतिभा प्रस्फुटन गर्ने ध्येयले जित हाम्रो (सुलक्ष्य) ले पोखरामा सानो परी तथा सानो बाबु प्रतियोगिता आयोजना गर्न लागेको छ । प्रतियोगितामा ७ देखि १२ वर्षसम्मका बालबालिका सहभागी छन् ।

असोज ७ गते हुने प्रतियोगिताका लागि बाल-बालिकाहरूलाई विभिन्न विषयमा उनीहरूलाई तालिम दिन थालिएको छ । प्रतियोगितामा १५ जना बालिका तथा १० जना वालकले प्रतिस्पर्धा गर्नेछन् । कोरियोग्राफर सुशील दाहाल र रवीन्द बज्राचार्यले उनीहरूलाई ऱ्याम्पमा हिंड्न सिकाइरहेका छन् । 'म आफ्नो आत्मविश्वास जोगाउन यो कार्यक्रममा सहभागि हुँदैछु,' ११ वर्षीय प्रसन्न गुरुङले साप्ताहिकसँग भने । सहभागी अधिकांश बालबालिकाले उपाधि जित्नका लागिभन्दा पनि आफ्नो क्षमता अभिवृद्धिका लागि प्रतियोगितामा भाग लिन लागेको बताए ।

गत वर्ष यहाँ बालबालिकाको बढ्दो सहभागिताले हामीलाई कार्यक्रम गर्न हौसाएको हो, आयोजक संस्थाका अध्यक्ष राजेश जोशीले भने– 'राजधानीपछि पोखराका बालबालिकाले यस्तो प्रतियोगितामा बढी उत्सुकता देखाएका छन् ।' गत वर्षको सानो परी र सानो बाबुको उपाधि जेनी गुरुङ र विराज बाँस्तोलाले जितेका थिए । शीर्ष उपाधिसँगै सानो बाबु र सानो परीतर्फ १४-१४ वटा टाइटल छन् । सेभी बुटिककी सविता शेरचनले प्रतियोगिताको ड्रेस डिजाइन गर्दैछिन् ।

SHIKHAR MUSIC
शिखर म्युजिक अपडेट
SHIKHAR
Safalta ko life
STATUTORY DIRECTIVE: SMOKING IS INJURIOUS TO HEALTH

साताको स्वर

अमृत क्षेत्री

'त्यो दिन आएन जोगी' कस्तो प्रकारको गीत हो ?

-यसलाई सेमी क्लासिकलमा फ्युजन गर्दै सुफी टाइपमा गाइएको गीत भन्न सकिन्छ ।

जोगी शब्दको प्रयोग किन गर्नुभयो ?

-रचनाकार राज पन्तले लेख्नुभएको गीतमा उहाँले थेगो जस्तो गरेर जोगी शब्द प्रयोग गर्नुभएको रहेछ । त्यसलाई सुरेश अधिकारीले संगीत गर्नुभएको हो ।

गीत कत्तिको चर्चामा आएको छ ?

-चर्चामै छ । तयार गर्दा भने चर्चामा आउँछ वा मलाई र मेरो एल्बम 'एराइभल'लाई यसैले चर्चामा ल्याउँछ भन्ने कुरा सोचिएको थिएन ।

-के कारणले यो गीत चल्यो त ?

चलिरहेका गीतहरूभन्दा फरक शैलीमा बनेकाले पो हो कि ?

म्युजिक भिडियो गीतको भावअनुसार छ ?

आलोक नेम्वाङले भाव बुझेरै भिडियो बनाउनुभएको छ, जसमा म आफैंले अभिनय गरेको छु । हेर्नेजति सबैले मन पराउनुभएको छ ।

-'जीवन हाम्रो सङ्लो पानी हो, सलल दाजै खोलाझैं बगौं सलल..' गीतका ४६ वर्षीय गायक विनोद गुरुङ ब्रेन ह्यामरेजको सिकार भएका छन् । हाल सिनामंगलस्थित काठमाडौं मेडिकल कलेजमा उपचारार्थ भर्ना भएका गायक गुरुङलाई थप उपचारका लागि आर्थिक सहयोग चाहिएको उनको पारिवारिक सूत्रले साप्ताहिकलाई बताएको छ ।

– गायिका हरिदेवी कोइरालालाई वि.सं.२०६२ सालको कोइलीदेवी संगीत सम्मान प्रदान गरिएको छ । गत सोमबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहमा १० हजार रुपैयाँ नगदसहित ताम्रपत्रले गायिका कोइरालालाई सम्मानित गरिएको हो । गायन तथा गीत रचनाका माध्यमबाट नेपाली सांगीतिक क्षेत्र तथा नेपाली भाषाको श्रीवृद्धिमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएकोमा कोइरालालाई उक्त सम्मान प्रदान गरिएको हो । कोइलीदेवीको ७७ औं जन्मोत्सवका अवसरमा कोइलीदेवी संगीत कोषले उक्त कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो । यसबीच कोइरालाद्वारा रचित तीज गीतहरूको सँगालो 'माइतै रमाइलो' को विमोचन साहित्यकार सरुभक्तले गरेका छन् । उक्त अवसरमा सरुभक्तले हरिदेवीका गीतमा नेपाली महिलाका पीर-व्यथा, आँसु तथा माइतीका संवेदनाहरू पाइने धारणा व्यक्त गरे । पुस्तकका रूपमा प्रकाशित उक्त संग्रहमा ९८ वटा गीत संग्रहित छन् ।

– अनाथ बालबालिकाको सहयोगार्थ रोजिना निर्भाना कला केन्द्र तथा सात मुहाने देउराली तमु सांस्कृतिक परिषद्ले गत सोमबार राजधानीमा एउटा सांस्कृतिक कार्यक्रम सम्पन्न गऱ्यो । दीपा राई तथा राजु गुरुङले दोहोरी गीत गाएपछि प्रारम्भ भएको उक्त कार्यक्रममा राजु परियार, भगवान् भण्डारी, घमेश दुलाल, भगवान् भुजेल, आभा मुकारुङ, इन्दिरा गुरुङ, चन्द्रा गुरुङ, निशा सुनुवार, दीपेन्द्र सिटौला, लक्ष्मण गुरुङ, बुद्ध एन श्रेष्ठ, शोभा गुरुङ, अनिता थापा आदि गायक-गायिकाले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे । प्रमुख अतिथिका रूपमा उपस्थित गायिका कोमल वलीले समेत दुईवटा गीत प्रस्तुत गरेको उक्त कार्यक्रममा विभिन्न कलाकारले मञ्जुश्री, रोइला, नेवारी, तामाङ सेलो, सेब्रु, घाटु आदि नृत्य प्रदर्शन गरेका थिए ।

बाबु हुनुको खुसी : गायक रामकृष्ण ढकाल आफ्नी नवजात शिशु रानीसँग

– गायक प्रकाश ओझाले पर्सि आइतबार आफ्नो नयाँ गीतिसंग्रह '४७७' सार्वजनिक गर्ने भएका छन् । साप्ताहिकसँग कुरा गर्दै गायक ओझाले उक्त संग्रहको एउटा म्युजिक भिडियो पनि सोही दिन विभिन्न टेलिभिजन च्यानलमार्फत प्रसारण प्रारम्भ गर्ने बताए । ओझाका अनुसार यसअघिका भिडियोभन्दा पृथक् यो भिडियोमा उनले आकर्षक नृत्य गरेका छन् । भिडियोका निर्देशक गायक ओझा स्वयं हुन् ।

–गत शुक्रबार लन्डनमा प्रारम्भ भएको हिमालयन कल्चर इभमा नेपाली कलाकारसमेत सहभागी छन् । संगीतकर्मी युक्त गुरुङको नेतृत्वमा लन्डन पुगेको नेपाली कलाकारको समूहमा संगीतकार मिलन मोक्तान, तीर्थ गन्धर्व, सानुमैयाँ जेम तथा नायिका रेजिना उप्रेती सामेल भए । नेपाली कलाकारहरूको उक्त समूहले त्यहाँ मौलिक तथा परम्परागत नेपाली गीत-संगीत तथा नृत्य प्रस्तुत गऱ्यो । कार्यक्रममा नायिका उप्रेतीले घाटु, झिझियाजस्ता मौलिक तथा परम्परागत नृत्य प्रस्तुत गरिन् ।

– नवनियुक्त मुख्यसचिव डा. भोजराज घिमिरे कवि तथा गजलकारका रूपमा सार्वजनिक भएका छन् । गत साता उनले रचना गरेका गजलहरूको श्रव्यसंग्रह तथा पुस्तक 'आहत'को विमोचन एकसाथ सम्पन्न भयो । गजल संग्रहमा शक्ति बल्लभको संगीत तथा आनन्द कार्की, जगदीश समाल र सपनाश्रीको स्वर समावेश छ ।

– नेपाली संगीतमा खासगरी गीत रचनामा समर्पित गीतकारहरूलाई समेटेर साहित्यकार राममणि रिसालले 'नेपाली गीतिस्रष्टा : अनेक घटक' शीर्षकको कृति प्रकाशित गरेका छन् । मास्टर रत्नदास प्रकाश, कालीप्रसाद रिजाल, यादव खरेल, दिनेश अधिकारी हुँदै रमण घिमिरेसम्मका अभिव्यक्ति तथा अनुभूतिहरू यो कृतिमा समेटिएको छ ।

– हास्यकलाकारद्वय मदनकृष्ण श्रेष्ठ तथा हरिवंश आचार्यले जीवनलाल मास्केको नेपाल भाषाका गीतहरूको नयाँ संग्रह 'मतिनाया परिभाषा' (मायाको परिभाषा) को विमोचन गरेका छन् । संग्रहमा रोमान्टिक शैलीका गीतहरू समावेश छन् ।

– तीजको अवसर पारेर राजधानीलगायत देशका विभिन्न स्थानमा तीज गीत प्रतियोगिता तथा सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न भए । मोरङको झोराहाट, टंकिसिनुवारीमा मात्र होइन सुर्खेत, धादिङ, चितवन आदि स्थानमा पनि तीज गीतको प्रतिस्पर्धा आयोजित गरिए । राजधानीको सिफल चौरमा आयोजित तीज गीत महोत्सव भने सहभागिताको दृष्टिकोणले आकर्षक रह्यो । गुल्मेली समाजले आयोजना गरेको उक्त कार्यक्रमका कारण सिफल चौर भरिएको थियो । तीजकै अवसर पारेर सनातन धर्म सेवा समितिले पशुपतिनाथ मन्दिर परिसरमा पूजाआर्चनाका साथै भक्ति संगीत कार्यक्रम सम्पन्न भयो । तीजकै अवसर पारेर नेपाल स्वतन्त्र कार्पेट मजदुर युनियनमा आबद्ध कार्पेट मजदुर महिलाले पाँचौं महिला लोकगीत प्रतियोगिता सम्पन्न गरे ।

– हरेक अंग्रेजी महिनाको अन्तिम शुक्रबार नेपालयले आयोजित गर्ने सांगीतिक कार्यक्रम 'पलेंटी' मा यस पटक गीत-संगीत प्रस्तुत गर्ने पालो थियो– गायक तथा संगीतकार गणेश रसिकको । शुक्रबार तथा शनिबार गरी दुई दिन चलेको उक्त सांगीतिक कार्यक्रममा गायक रसिकले '३० को दशकमै चर्चित रहेका 'मसँग एउटा', 'धेरै सम्झे धेरै हुन्छ', 'हुस्सुले छोपेको सहर', 'ओ याङ्जी नाना' जस्ता गीत सुनाए । रसिकले दर्शकको ताली तथा वाहवाही त्यसबेला पाए जब उनले 'घरबेटी नानी आँगनीमा देऊन मलाई बास', 'रातो भाले क्वाँया-क्वायाँ' सुनाए । एक दिनले मात्रै सबै संगीतपारखीको धीत मार्न नसकेको अनुभव गर्दै आयोजकहरूले कार्यक्रमलाई दुईदिने बनाएका थिए । ती दुई दिन नै प्रेक्षालयमा प्रशस्त दर्शक देखिन्थे ।

– गायक निमा रुम्बाले नयाँ एकल गीतिसंग्रह 'प्राइड' तयार पारेका छन् । यसै साता उनले यो संग्रह सार्वजनिक गर्ने तयारी पूरा गरेका छन् । सान्तना रेकर्ड्सले बजारमा ल्याउन लागेको उक्त संग्रहमा निमाका भिन्नै शैलीका गीत समावेश छन् । पूर्व मिस नेपाल माल्भिका सुब्बा अभिनीत म्युजिक भिडियोका कारण पनि गायक रुम्बा उत्साहित छन् । उक्त भिडियोमा निमाले मोटरसाइकलमा स्टन्ट प्रस्तुत गरेका छन् ।

– 'नौ जाले मायाले...' गाएर थप चर्चामा आएका गायक राजेशपायल राईले लामो समयको अन्तरालपछि एकल गीतिसंग्रह तयार पारेका छन् । गायक राईले आफ्नो नयाँ संग्रहको नाम 'कामना' राखेका छन् । यसबीच गायक रामकृष्ण ढकालले संगीतबद्ध गरेको एउटा गीतमा स्वर प्रदान गरेपछि राजेश थप उत्साहित बनेका छन् । रामकृष्णले आफ्नी नवजात छोरी 'रानी' का लागि तयार पारेको 'माया रानीलाई...' गीतमा राजेशपायलले स्वर प्रदान गरेका हुन् । यो ढकालद्वारा संगीतबद्ध दोस्रो गीत हो । रामकृष्णले गत आइतबार छोरीको न्वारन गर्नुअघि नै उनको नाम रानी राखेका हुन् । रामकृष्णले आफ्नो तथा श्रीमती नीलमको नामबाट छोरीको नाम जुराएका हुन् ।

– म्युजिक भिडियो निर्देशक आलोक नेम्वाङ १२ जना प्राविधिकको समूहका साथ जोमसोमतर्फ लागेका छन् । तेस्रो पटक जोमसोम पुगेका निर्देशक नेम्वाङले यस पटक आधा दर्जन गीतका म्युजिक भिडियो तयार पार्नेछन् । यस क्रममा आलोकले रोज मोक्तानको हेलम्बुको बजार, राजु गौचनको 'कहाँ छिन् होली', मिङ्मा शेर्पाको 'आँसु' जस्ता गीतका भिडियोहरू तयार पार्नेछन् । आलोकसँगै मेलिना मानन्धर, अमृतजंग बस्नेत आदि नायक-नायिका पनि जोमसोम पुगेका छन् ।

– हङकङमा गत आइतबार सम्पन्न 'इन्द्रेणी साँझ' शीर्षकको कार्यक्रममा नेपालबाट दुई जना लोकप्रिय गायक निमा रुम्बा तथा सुगम पोखरेल सहभागी भए । कार्यक्रममा सहभागी हुन उनीहरू गत शनिबार नै त्यसतर्फ प्रस्थान गरेका थिए । कार्यक्रमको आयोजना पूर्व मिस नेपाल-हङकङ पूर्णिमा गुरुङले गरेकी हुन् ।

– मोजार्ट इयर- २००६ को उपलक्ष्यमा काठमाडौं विश्वविद्यालयको संगीत विभागले 'भ्याइलिन रेसिटल' शीर्षकको सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न गऱ्यो । गत शनिबार आयोजित उक्त कार्यक्रममा रूपककुमार शाहीसमुदा तथा जर्ट माट्हियास भेग्नरले क्रमशः भ्वाइलिन तथा पियानोवादनमार्फत सांगीतिक धुन प्रस्तुत गरेका थिए ।

– सांगीतिक समूह अनुप्रस्थ तथा आइटी वेभ डेभलपरको सहकार्यमा बालाजुस्थित स्वीमिङ पुलमा समर ब्लाष्ट शीर्षकको सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रममा मिङ्मा शेर्पा, एक्स मन्त्र, नेप्साइडेज, जुना प्रसाईं, प्राश्ना शाक्य, सिनी गुरुङ आदि गायक-गायिका तथा सांगीतिक समूहहरूको सहभागिता थियो ।

लाइभ शो

– बत्तीसपुतली, काठमाडौंस्थित द्वारिकाज होटलको फ्युजन बारमा प्रत्येक शुक्रबार राति सांगीतिक कार्यक्रम आयोजित हुन्छ । चर्चित पप गायिका सिनी गुरुङले आफ्नो सांगीतिक समूहको सहयोगमा साताको एक पटक सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गर्छिन् । 'सिनी एन्ड पारिजात' शीर्षक राखिएको गायिका गुरुङको यो समूहले राति सात बजेदेखि दस बजेसम्म गीत-संगीत प्रस्तुत गर्छ ।

नजिकबाट — दीपेशकिशोर भट्टराई

जन्ममिति :	मार्च २३
घरमा बोलाउने नाम :	दीपेश
जन्मस्थान :	लाजिम्पाट, काठमाडौं
रुचि :	घुम्ने, टेलिभिजन हेर्ने
पहिलो गीत :	हे मलाई माया गर्ने मायालु
प्रकाशित एल्बमहरू :	होस हराए पनि, शुभकामना, मौसम, फरएभर, फर्च्युन र भोकल ।
सांगीतिक गुरु :	शिलाबहादुर मोक्तान, पीताम्बर पाण्डे
पहिलो कन्सर्ट :	काठमाडौंमा, १० वर्षअघि
पहिलो प्रेम :	आफ्नै श्रीमतीसँग
पहिलो पटक बजाएको इन्स्ट्रुमेन्ट :	हार्मोनियम
मनपर्ने परिकार :	चाउचाउ
मनपर्ने गायक :	थुप्रै हुनुहुन्छ
मनपर्ने रंग :	कालो
मनपर्ने पहिरन :	क्याजुअल
मनपर्ने नायक :	ब्राड पिट
मनपर्ने नायिका :	एञ्जोलिना जोली
मनपर्ने आफ्नै गीत :	शुभकामना
मनपर्ने आफ्नै म्युजिक भिडियो :	के म तिम्रो साथी बन्न सक्छु .
पहिलो फोटोसेसन :	आठ वर्षअघि भरत देउरालीसंग
मनपर्ने मौसम :	झरी परेको बेला
मनपर्ने खेल :	फुटबल
फुर्सदमा :	घुम्न जान्छु
मनपर्ने संगीत :	मेलोडियस
मनपर्ने गीत :	प्रियसीका यादहरू
रिस उठेको बेला :	रिसाउँछु
मनपर्ने आफ्नै बानी :	ठट्टा गर्ने
आफ्नो बानी :	मनमा कुरा खेलाइरहने
सबैभन्दा बढी माया :	छोरालाई

एक जना सरदारजी नाइट सो फिल्म हेरेर घर फर्कंदै थिए एक्कासि हातमा चक्कु लिएर एक जना लुटेराले पैसा लुट्ने प्रयास गरेछ । त्यसपछि लुटेरा र सरदारजीबीच निकै लामो समय मक्कामुक्की चलेछ र बल्ल-बल्ल लुटेराले सरदारजीको दुवै हात-खुट्टा डोरीले बाँध्न सफल भएछ अनि सरदारजीको खल्तीबाट पर्स खोल्दा जम्मा पाँच रुपैयाँ मात्र भेटेछ । यो देखेर लुटेरा दिक्क हुँदै : जाबो पाँच रुपैयाँ हुनेले आफ्नो ज्यानकै बाजी थापेर मसँग झगडा गर्नुपर्छ त ? मसँग पैसा छैन भनेको भए त म छाडिदिन्थें नि ।

सरदारजी (हस्याङ-फस्याङ गर्दै) : मलाई के थाहा, तपाईंले मेरो पर्सको पाँच रुपैयाँ मात्र लुट्न खोज्या भनेर । म त मैले मोजामा लुकाएको दस हजार पनि लुट्न लाग्या होला भनेर पो यसरी थाक्ने गरी झगडा गरेको त ।

०००

रातको १२ बजिसकेको थियो, एक जना जँड्याहाले सिंहदरबारअगाडिको बाटोछेउमा उभिएर नजिक ड्यूटीमा रहेकी महिला ट्राफिक प्रहरीलाई बोलाएर सोधेछ : ट्राफिक दिदी, यो बाटोबाट लगनखेल जाने बस गैसक्यो ?

महिला ट्राफिक प्रहरी : गैसक्यो त ।

जँड्याहा : अनि पाटनढोका जाने बस पनि गैसक्यो ?

महिला ट्राफिक प्रहरी : रातको १२ बजे पाटनढोका जाने बस के पाउनु, अघि नै गैसक्यो नि ।

एकछिन सोच्दै जँड्याहाले फेरि प्रश्न गरेछ : थापाथली जाने बस नि ?

महिला ट्राफिक दिक्क मान्दै : गैसक्यो, गैसक्यो, सबै बस गैसक्यो ।

जँड्याहा अलि भद्र हुँदै : भनेपछि यो बाटो भएर धुलिखेल, भक्तपुर, कोटेश्वर, नयाँ बानेश्वर जाने सबै बस गैसके, होइन त ?

महिला ट्राफिक प्रहरी (रिसाउँदै) : तपाईंहरूलाई लगेर थुन्नुपर्‍यो कि क्या हो ? यति राति मदिरा सेवन गरेर डिउटीमा रहेकी महिला ट्राफिक प्रहरीलाई जिस्क्याउने ? महिला ट्राफिक प्रहरी रिसाएको देखेर प्रश्न गर्ने जँड्याहाले बाटैमा बसेको अर्को जड्याँलाई भनेछ : ओई साथी, ल बाटो काटौं, अब कुनै बसले हामीलाई किच्दैन ।

०००

पुतलीसडकको गजल रेस्टुराँबाट निस्केर एक जना जँड्याहाले ट्याम्पुचालकलाई सोधेछ : भाइ, ट्याम्पु खाली हो ?

ट्याम्पुचालक : हो दाइ, कहाँसम्म जानुपर्ने हो ?

जँड्याहा : पुतलीसडक ।

ट्याम्पुचालक (हाँस्दै) : आज दाइले निकै चढाउनु'भा जस्तो छ । अब पुतलीसडकबाटै ट्याम्पु चढेर पुतलीसडकमै कसरी लान मिल्छ ?

जँड्याहा झोक्किँदै : ल तँ बढी नबोल, भनेको ठाउँमा खुरुक्क लाने ।

ट्याम्पुचालक (जँड्याहाको यस्तो ताल देखेर ठग्ने विचार गर्दै) : ल ल बस्नु ।

जँड्याहा चढ्नेबित्तिकै ट्याम्पुचालकले केही बेर ठूलो आवाज आउने गरी एक्सिलेटर मात्र दाबेछ र बन्द गर्दै : ल दाइ, पुतलीसडक आइपुग्यो ।

जँड्याहा ट्याम्पुबाट ओर्लंदै : कति पैसा भयो भाइ ?

चालक (मनमनै दंग पर्दै) : सय रुपैयाँ दिनु न ।

पैसा दिएर अलि पर पुगेपछि जँड्याहा एक्कासि चिच्याएर (ट्याम्पुतिर आउँदै) : ए ट्याम्पु भाइ, पख्-पख् । (ट्याम्पुनजिक आएर) आइन्दादेखि त्यस्तो स्पिडमा ट्याम्पु नचला मोरा, दुर्घटनामा पर्लास् नि ।

०००

समस्या अनेक !!!
उपचार केन्द्र एक !
हर्वल पद्धतिबाट सबै प्रकारको रोग निदान

यौन: सबै किसिमका शारीरिक, मानसिक, यौन दुर्वलता, धातुरोग, गुप्तरोग र पुरूष-स्त्री दुवैका कारणबाट हुने निःसन्तानपन, यौनाङ्गको विकास, महिनावारीमा गडबडी आदि (पूर्ण गोप्यताका साथ)

सुन्दरता: अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर, चायाँ अनावश्यक कोठी वा फोकाहरू, अनुहारको चाउरिपन, दुवी, सेतो दुवी, मोटोपन दुब्लोपन, शारिरिक बनौट तथा उचाई (निश्चित उमेरमा) ।

कुलत: जाँड-रक्सी, लागुपदार्थको सेवन तथा इन्जेक्सन कुलतहरू छुटाउन

मानसिक : निराशा, उदासिनता, मानसिक डर, भय, दिमागको बोधोपन ।

बिना अपरेशन : सबै किसिमका पत्थरीहरू, हाइड्रोसिल, हर्निया, अल्काई आदि ।

दीर्घरोग: डायविटिज, बाथ, दम, जण्डिस, कपाल झर्ने, कपालको चायाँ तथा ग्याष्ट्रिक र अल्सरको सजिलो उपचारको लागि (ग्यारेण्टीका साथ) ।

ल्याव, एक्स-रे, अल्ट्रासाउण्ड तथा इन्डोस्कोपको पनि सुविधा छ ।

पोखरा:
नयाँ बजार, पुरानो कर कार्यालय नजिकै, न्यू बिवेक पेट्रोल पम्प माथिल्लो तल्ला
सम्पर्क: ०६१-५३९१९४
मोवाइल : ९८४६०-४११३१

नारायणघाट:
भरतपुर चितवन
पुजा मेडिकल, अस्पताल रोड
सम्पर्क: ०५६-५३१२३६,
मोवाइल: ९८४५०-२३३३५

बुटवल:
चौराहामार्ग, ओम मिष्ठान्न भण्डारको माथिल्लो तल्ला।
सम्पर्क:०७१-५४८४९७,
मोबाइल : ९८४१-४९११८५

इटहरी :
ओम साई मनकामना आरोग्य सेन्टर इटहरी - १
सम्पर्क:०२५-५८४०८८

फत्तेपुर :
ओम साई मनकामना आरोग्य सेन्टर उपचार क्लिनिक
सम्पर्क:०३१-५५०११२

मातामनकामना आरोग्य केन्द्र
पुतलीसडक, काठमाण्डौं (साडी प्यालेस माथि)
फोन : ४२४०३८१, ४२२५५३५

कविता

माया पाउनुहुन्थ्यो

प्रेमको सुवास छर्दै धाउनुहुन्थ्यो हजुर,
अरूको भन्दा भिन्न माया लाउनुहुन्थ्यो हजुर ।
बहानाबाजी गर्दै नबोली ठुस्किँदै म,
हात जोडी मीठो गीत गाउनुहुन्थ्यो हजुर ।
विछोडको सम्झनाले एकाएक सीमा नाघ्दा,
विम्ब बनी आँखाभरि छाउनुहुन्थ्यो हजुर ।
विपनीमा मायाहरू सँगालेर राखे पनि,
कोल्टो फेर्दा सपनीको आउनुहुन्थ्यो हजुर ।
चाँडै डोली लिई आफ्नो बनाई हेर्नू,
यो खानीको जम्मै माया पाउनुहुन्थ्यो हजुर ।

–विजय उत्सव

मेरो पुजारी

जे म महसुस गर्छु तिमी त्यो गर्न सक्दैनौ
कुरा गरौं मायाको भने तिमी यसबाट टाढा छौ
सक्दिनँ दिन कसम तिमीलाई,
सधैं तिमीमा रम्न सक्दिनँ
मन त चञ्चल, कोमल अनि पागल
भोलि अन्तै जान सक्छ यो तन
नठान्नु त्यस बेला- दिएको छु धोका
तिमीलाई पनि दिनेछु प्रेम गर्ने मौका ।
खै, के भनौं ! चाहन्छु तिमीलाई
अरूमा पनि चाहना छ,
तर लाग्छ यस्तो किन ?
तिमीबिना सक्दिनँ बाँच्न
सक्दिनँ मर्न तिमीबिना
तिमी मेरो चन्द्र हौ कि
मात्र हुँ म तिम्रो चाँदनी
तिमी मेरो प्रेम हौ कि ?
तिम्रो म एक्लो पुजारी !

–अञ्जली प्रधान व्यञ्जनकार

पागल हृदय

तिमीलाई भेटेदेखि
निदाउन मैले भुलिदिएँ
परिचित यो संसारमा
अपरिचित म भइदिएँ
तिमीसँग बोलेदेखि
मुस्कुराउन मैले थालिदिएँ
मुस्कुराउँदा मुस्कुराउँदै
पागलप्रेमी म भइदिएँ
तिमीसँग हिंडेदेखि
एक्लै हिंड्न छाडिदिएँ
जिन्दगीको गोरेटोमा
आफन्तलाई नै भुलिदिएँ

–रञ्जु महर्जन

विवशता

धुन त दियौं तिम्ले
गीत बन्न सकिनँ
माया त दियौ तिम्ले
प्रीत बन्न सकिनँ
छहारी त भयौ तिमी
म शीत बन्न सकिनँ
धुन त दियौ तिम्ले
मैले ताल मिलाउन सकिनँ
भमरा त थियौ तिमी
म फूल बन्न सकिनँ
तिम्ले त अपनायौ मलाई
मैले स्वीकार गर्न सकिन
धुन त दियौ तिम्ले
मैले गुनगुनाउन सकिनँ ।

–रूपा लुइँटेल

किन ?

जतिजति वर आउँछु
उति पर जान्छ्यौ किन ?
मेरो सच्चा प्रेमलाई
तिरस्कारमा साट्छ्यौ किन ?
देख्दा तिमीलाई आफ्नो सामु
प्रभात खुल्छ हृदयमा
नखुल्दैमा स्वर्णिम दिवस
अस्त हुन्छ्यौ किन ?
मनको कुरा खोल्न तिम्रो सँघार आउँदा
निष्ठुर बनी गजबार लगाउँछ्यौ किन ?
आखिर मनको कुरा खोली पत्र पठाउँदा
नपढ्रै पत्र अग्निदीपमा जलाउँछ्यौ किन ?
सच्चा प्रेम ईश्वर मानी पुजिन्छ सबको सामु
त्यही ईश्वरलाई लत्याउँछ्यौ किन ?

–विकासचन्द्र पोखरेल

सम्झँदा

झस्कँदा तिम्रै कल्पना हुन्छु
सम्झँदा गुनगुनाउँदै म रुन्छु
किन छाँगा छर्छराउँछ
किन सावन गड्गडाउँछ
किन फेरि बतासले
हाँगा निचोर्न मन पराउँछ
गम्दै एक्लै टोलाइरहन्छु
झस्कँदा तिम्रै कल्पना हुन्छु
सम्झँदा गुनगुनाउँदै म रुन्छु
घाम हाँस्दै लड्बडाई जान्छ
झरी रुँदै-रुँदै
किन फेरि बादलले
चट्याङलाई कुरिरहन्छ
टक्-टक् काम्दै भुइँमा ढल्छु
झस्कँदा तिम्रै कल्पना हुन्छु
सम्झँदा गुनगुनाउँदै म रुन्छु ।

– उदासी अनु

मृगतृष्णा

मृगतृष्णा बनिरह्यो तिम्रो माया आज
नभेटिने व्यथा दियौ यो मुटुको माझ
जिउनु न मर्नु पार्‍यौ तिमीले मलाई
न्यानो भो होला सायद यो मन जलाई
बेहोसीमै बित्छन् मेरा हरेक साँझ
मृगतृष्णा बनिरह्यो तिम्रो माया आज
जसोतसो बित्छ दिन-रात गाह्रो हुन्छ
निष्ठुरीको सम्झनामा मन धेरै रुन्छ
बदनाम गर्‍यौ, भएन तिमीलाई लाज
मृगतृष्णा बनिरह्यो तिम्रो माया आज ।

– सुमन सायर

रात हो कि ?

जिन्दगानी झरी जाने पात हो कि
घाम अस्ताई आइदिने रात हो कि
हेर्दाहेर्दै मुहारको त्यो रंग फेरिने
तस्बिर हो कि सजाउन हेरिरहने
जिन्दगानी छुटी जाने साथ हो कि
घाम अस्ताई आइदिने रात हो कि
बिहानीको शीतजस्तै झरी जाने जीवन
भरोसा के छ र मरी जाने जीवन
उल्टो मात्रै बुझ्ने नशाको मात हो कि
घाम अस्ताई आइदिने रात हो कि ?

– रेशम सुनुवार

मनका कुरा

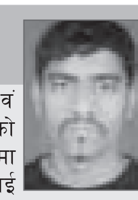
फूलै फूलको संसारमा आज मैले काँडा देखें
जीवन हिंड्ने गोरेटोमा ठूलै एउटा डाँडा देखें
धिपधिपाउने बत्तीजस्तो अधुरो यात्रासँगै
उकालीमा ठेल्नुपर्ने थोत्रो बयलगाडा देखें
भगवान्‌को भरमा पीर थोरै-थोरै आशा गर्दै
प्यास मेट्न दौडिएको त्यहाँ रित्तो भाँडा देखें
ताजमहल बनाउने कल्पनामा रम्दै गर्दा
उनीसँग हिंडिरहेको सुन बनाउने बाँडा देखें
मनका कुरा सबै भनी गल्ती मैले गरेछु कि
किन-किन उनी आज मबाट नै टाढा देखें ।

– नवराज श्रेष्ठ

साप्ताहिक साथी

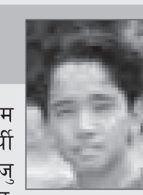
-१९ वर्षीय सन्तोष प्रसाद अधिकारी आई.कम.का विद्यार्थी हुन् । अध्ययनलाई आफ्नो पेसा मान्ने ५ फिट ४ इन्च अग्ला सन्तोष सहयोगी स्वभावका छन् । पत्रमित्रता गर्ने र पत्रपत्रिका पढ्ने रुचि भएका गहुँगोरो वर्णका अविवाहित सन्तोष मिलनसार तथा सहयोगी स्वभावका साथीको खोजीमा छन् । उनलाई santosh_prasd2001@yahoo.com अथवा धादिङ जिल्ला बैरेनी-८ गल्छी बजारमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

-२० वर्षीय आशिक अधिकारी ५ फिट ६ इन्च अग्ला छन् । बी.ए. दोस्रो वर्षमा अध्ययनरत गहुँगोरो वर्णका आशिक इमान्दार, नम्र तथा हँसिलो स्वभावका छन् । पत्रमित्रता, नौलो स्थानको भ्रमण एवं अध्ययन गर्न मन पराउने आशिक रगतको नाताभन्दा भावनाको नातालाई नजिक मान्ने तथा उच्च विचार र निःस्वार्थ भावना भएका साथीहरूको खोजीमा छन् । उनलाई घट्टेकुलो-३२, पो.ब.नं.१२३७६, काठमाडौंमा पत्राचार गरी साथी बनाउन सकिन्छ ।



-२१ वर्षीय अशोकराज वन पेसाले कुक हुन् । मिलनसार स्वभावका ५ फिट ८ इन्च अग्ला एसएलसी अनुत्तीर्ण गहुँगोरो वर्णका अशोक संगीत सुन्न, नयाँ साथी बनाउन तथा भ्रमण गर्न मन पराउँछन् । धनको घमन्ड नगर्ने, मिलनसार एवं शान्त स्वभावको साथीको खोजीमा रहेका अशोकलाई ashokrajban @yahoo.com अथवा झागाझोली रातामाटा-३, सिन्धुलीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

-प्लस टुमा अध्ययन गरिरहेका १९ वर्षीय लक्ष्मण शर्मा ५ फिट चार इन्च अग्ला छन् । चञ्चल स्वभाव एवं गहुँगोरो वर्णका लक्ष्मण अध्ययन तथा पत्रमित्रतामा रुचि राख्छन् । दुःख-सुखमा साथ दिने, घमन्ड नगर्ने, पत्रमित्रता गर्न थालेपछि बीचैमा नछाड्ने साथीको खोजीमा रहेका लक्ष्मणलाई laxman_sharma 55@yahoo.com अथवा देउराली-८, जीतेबजार, पाल्पामा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।



-बीबीएस प्रथम वर्षका विद्यार्थी १९ वर्षीय राजु सुब्बा मिलनसार, सामाजिक, मित्रताको नाता बीचैमा नटुटाउने, मेहनती तथा असल स्वभावको साथीको खोजीमा छन् । गहुँगोरो वर्णका राजु भ्रमण गर्न तथा साथी बनाउन मन पराउँछन् । उनलाई raj_subba2002@yahoo.com अथवा बालुवाडी-९, झापामा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

लघुकथा

गिर वा जागिर

शेरबहादुरको शैक्षिक योग्यता मनग्य थियो । घरको आर्थिक अवस्था अलि कमजोर भएकाले बाबुआमाले भनसुन नगरेका पनि होइनन् । प्राइभेट कम्पनीमा नधाएको पनि होइन । शेरबहादुर मान्छे लाउनमा र कम्पनी धाउनमा हैरान भैसकेको छ । यसैपाली उसको विवाहको कुरो पनि चलेको छ । हुनेवाला ससुराले सरकारी जागिर छ भनेर सोद्धा रातो मुख लगाउनुपर्‍यो । त्यसैले विवाह गर्न भनेर नै ऊ जसोतसो खरदार बनेको छ । खरदारको आम्दानीले आधा मास पनि धान्न मुस्किल परेको देख्दा आफू जागिरे भएको हो कि गिरेको हो, अलमलमा छ ।

–दर्शन दिनेश

शान्तिपूर्ण धर्ना

बर्की ओढेका पृथ्वीका सामुन्ने आजङ्गका तीन थान साँढे अचानक उभिए । ती उभिनु के थियो, सिंहदरबार अगाडिको सारा सडक जाम भयो । चार पाङ्ग्रे र दुई पाङ्ग्रेले अत्यासलाग्दोसँग हर्न बजाउन थाले तर ती साँढे डेग चलेनन्, बरु बीच सडकमै मलमूत्र त्याग्न थाले । केही समयपछि प्रहरी आइपुग्यो र साँढे धपाउन लाग्यो तर पशु अधिकारवादीहरू चर्कोसँग प्रतिवाद गर्न थाले- खबरदार शान्तिपूर्ण धर्नामा यसरी दमन गर्न पाइदैन, नत्र फौजदारी अदालतमा उभ्याउनेछौं ।' तब लाचार प्रहरीले माथि जाहेर गर्‍यो । 'साप' धपाउन मिलेन, शान्तिपूर्ण धर्नामा बसको रे । पशु अधिकारवादीहरू, टेलिभिजन क्यामेरा र पत्रकारहरू अनुगमन र रिपोर्टिङ सकेर आफ्नो बाटो लागिसकेका थिए तर दुई पाङ्ग्रेहरू 'साँढेहरूको शान्तिपर्ण धर्ना कहिले सकिएला र घर जाउँला' भन्दै साँझसम्म कुरिरहेका थिए ।

–मिलन बगाले

सन्देश

विप्लव, जन्मदिनको उपलक्ष्यमा लाखौंलाख शुभकामना, सपना सबै साकार हुन् यही मेरो चाहना ।

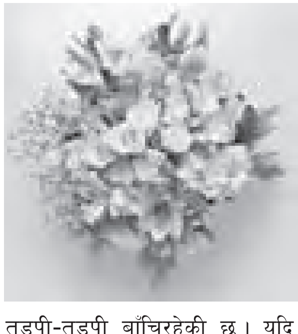
मामु

राधिका, क्याम्पस एवं आन्तरिक परीक्षामा अनुपस्थित भएकाले एउटा आत्मीय मित्रलाई लाग्ने चिन्ता मलाई पनि लागेको छ । सुनेको थिएँ- बिरामी छौ, तिम्रो स्वास्थ्यलाभको कामनासहित अन्तिम परीक्षामा भेट्ने आशा एवं विश्वास व्यक्त गर्दछु ।

एच.बी.

आत्मीय साथी सिर्जनाको जन्मदिनका अवसरमा धेरै-धेरै शुभकामनाका साथै उत्तरोत्तर प्रगति एवं दीर्घायुको शुभकामना ।

समर



तड्पी-तड्पी बाँचिरहेकी छु । यदि कुनै दिन मेरो माया लागे मेरो ढोका खुला नै रहनेछ ।

लामा

आत्मीय मित्रहरू चन्द्रा, दुर्गा, रमला, रूपा, दीपा, लक्ष्मी द्वय, अञ्जु,

> साप्ताहिक सन्देशको सूचना
> विजयादशमीको शुभकामना यही भदौ मसान्तसम्ममा उपलब्ध गराइदिनु हुन अनुरोध छ ।

मसँगै स्वयंसेवा गरेकी, बेलाबेलामा मीठो मुस्कान दिंदै म नजिक आउने फेरि एकै छिनमा हराउने, मैले अब त हामी पनि भित्र जाऊँ है भन्दा एकछिनमा जाउँला नि भन्ने तर पछि मलाई थाहै नदिई एक्लै सुटुक्क भित्र छिरेकी, सूर्यविनायक घर बताउने अञ्जान निष्ठुरीलाई तुरुन्त सम्पर्क गर्न अनुरोध छ ।

१,१९,८,१५,११

मैले हेर्दा मुसुमुसु हाँस्ने, बोल्न खोज्ने, पनौतीको गाडीमा आउने, ड्राइभरको सिटभन्दा पछाडिको सिटमा बस्ने वीर हस्पिटलमा ओर्लने अञ्जान मायालुलाई मित्रताको हात अघि बढाउँदै शनिबार बिहान ठीक आठ बजे उही ड्रेसमा रत्नपार्क फूलबारी गेट्मा भेटन चाहन्छु ।

हाफ सर्ट, कालो पाइन्ट लगाउने केटा

दीपक, तिमीले मेरो मायालाई लत्याइसकेका छौ । तिमी त धेरै खुसी छौ होला होइन ? अब त हाम्रो माया नदीको दुई किनारा भैसकेको छ । तिमीजस्तो पुरुषलाई चिन्न नसक्नु मेरो भूल हो । आज म तिमीबिना

विनु, मीना, चन्द्रा, सरिता, रोसनी, रमला, विना, सुशीला, शिक्षा, दुर्गा, रामकला, हेमकला, ज्योति, मलु, विमला, रेखा, वद्री तथा सिर्जनालाई धेरै-धेरै सम्झना ।

विनु सुब्बा

एसएलसी उत्तीर्ण साथीहरूलाई बधाई, साथै ब्राइटर फ्युचर उ.मा.वि. कक्षा ११ र १२ का विद्यार्थीहरूलाई २०६३ सालको परीक्षाको सफलताका लागि शुभकामना, सम्झना एवं माया ।

cezannerupak@yaoo.com

भान्जी आकृति, जन्मदिनको अवसरमा सुस्वास्थ्य, दीर्घायु, सुख शान्ति एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको मंगलमय शुभकामना ।

मामा

मंगलबार २ बजे धुलिखेलबाट बसको ढोकानिरको सिटमा बसेर शहिदगेट उत्रने, घरिघरि मलाई हेर्ने साथीलाई मित्रताका लागि फोन गर्न अनुरोध छ ।

विपरीत सिटमा बसेको, क्याप लगाएको साथी

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव :.............................. वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : ....

वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना :..

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

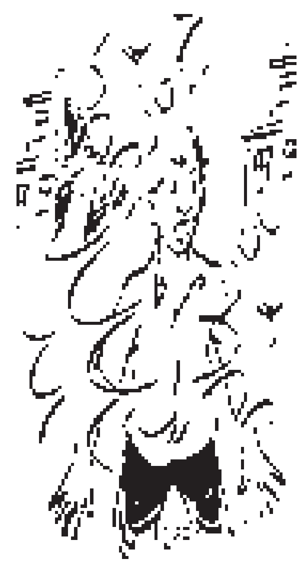
....

नोट : तस्बिर र नगद रु. ५०।- अनिवार्य छ । आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ ।

जीवनको गोरेटो

अविस्मरणीय दिन

बिहानै उठेर हातमुख धोई नास्ता खाएर पढ्न बसें । बिहानको १० बजेतिर परिवारसँगै खाना खाएँ अनि टेलिभिजन हेर्न थालें । टेलिभिजन हेर्दाहेर्दै दिउँसोको १२ बजिसकेको रहेछ । देशभरि नै ०६२ चैत्र २४ देखि चलिरहेको जनआन्दोलन, नाराबाजी, ब्ल्याकआउट, जुलुस देखेर ममा पनि जुजुसमा सहभागी भए कस्तो होला भन्ने उत्सुकता थियो । एकछिनपछि मेरै टोलका मानिसहरू जुलुसमा नारा लगाउँदै मेरै घरछेउबाट हिंड्न थाले । हल्लाखल्ला सुनेपछि हामी रमाइलो हेर्न कौसीमाथि गयौं । त्यो जुलुस देखेर म र दाइ (सन्तोष, कुवेर) ले



जुलुसमा जान पाए हुन्थ्यो जस्तो गर्‍यौं । आमाबाट केटाकेटीहरू धेरै छन् जाऊ तर टाढा नजाऊ, छिटै फर्केर आऊ भनेपछि खुसीले गदगद हुँदै के-के न पाइने जस्तो गरी हामी जुलुसमा सहभागी हुन गयौं ।

छिमेकी घरको साथी विभोर र उसको दाइ प्रकाशसहित हामी पाँच जना जुलुसतिर लम्क्यौं । जुलुसमा रमाइलो गर्दागर्दै नयाँ बानेश्वर बिजुलीबजार (स्थान पछि थाहा भएको) पुगेको पत्तै भएन । त्यहाँ पुगुन्जेल जुलुस ठूलो भैसकेको थियो । हामीलाई यत्ति पनि थाहा भएन कि कहाँ पुग्यौं, दाइहरू सबै गाउँबाट आएका नयाँ मान्छे, मलाई झन् के थाहा ? हामी सिनामंगलको मान्छे, बिजुलीबजारभित्रको गल्ली ? त्यहाँ रमाइलो थियो, पुत्ला जलाउँदै रहेछन् । एकपटक त मलाई डर पनि लाग्यो– ओहो ! जिउँदै मान्छे जलाइरहेछन् । अनि सुनें त्यो राजाको पुत्ला हो, एकछिनपछि त चारैतिर पुलिस-आर्मीले घेरे र सबैको भागाभाग चल्यो, भैंसी कुटेझैं दुई हातले लाठी बजारियो, कसैको जुत्ता छैन, कसैको लुगा च्यातिएको..., मलाई कुवेर दाइले हात समातेर तानेर दौड्यो, अर्को हात अर्कै मान्छेले पछाडिबाट तानिदिएपछि कुवेरको हातबाट म छुटें, त्यो मान्छे मलाई पछाडि धकेलेर आफू अगाडि भाग्यो । कुवेरलाई आर्मी पुलिसले घेरेर लखेट्दै कुट्न थाले ।

कुवेर मेरो नजरबाट टाढा भयो, अरू साथीहरू कता भागे कसैलाई देखिनँ, सबै नयाँ-नयाँ अनुहार, आर्मी-पुलिस राक्षसजस्ता– मुखमा मास्क लगाएका छन् । आखाँ अश्रुग्याँसले पोलिरहेको छ, म रोइरहेको छु । मलाई पनि राक्षसहरूले घेरेका छन्, मैले सोचें, म अब जिउँदो रहन्नँ, घर पुग्न सक्दिनँ, मेरी आमा, बुबा, दाजुलाई हेर्न पाउँदिनँ, म खत्तम भएँ, यी राक्षसहरूले मलाई पनि खाने भए, मेरो दिन यत्ति नै रहेछ, सोच्दासोच्दै म त्यहीं ढलेछु । अलिअलि होसजस्तो पनि छ, दुई हातमा टाउको टेकेर घोप्टो परेछु । केही क्षणपछि त्यहाँको स्थिति अलि साम्य भएपछि म जोरजोरले बेस्सरी कराएछु, पागलसरह आफूसँगका साथीहरूलाई डाक्दै ।

यत्तिकैमा मलाई अरू नै प्रदर्शनकारी दाइले 'उठ बाबु, तिमी नरोऊ, हेर मेरो हातमा त गोली पनि लागेको छ, म त रोएको छैन, म तिमीलाई जसरी भए पनि घर पुर्‍याइदिन्छु' भनेर आश्वासन दिएपछि अलि आशा जाग्यो ... ।

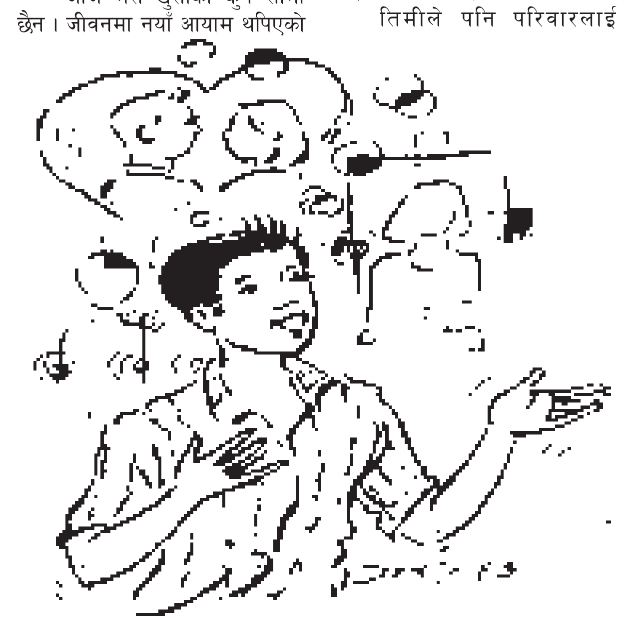
एकछिनमा प्रकाशसँग भेट भयो अनि कुवेरसँग पनि । कुवेरको हातभरि रगतैरगत थियो । उसलाई थाहै थिएन आफ्नो हातमा घाउ लागेको, उसको हातमा लाठीले काटिएर घाउ, टाउकोमा हानेको लाठी हातले छेक्दा हात काटिएको रहेछ । प्रकाश र कुवेरलाई मज्जाले कुटेछन्, खुट्टामा चप्पल पनि थिएन । रेडक्रसका दाइहरूले त्यहीं मलम-पट्टी गरिदिए । अस्पताल पनि लान खोजेका थिए, तर ऊ डरले गएन । यता मलाई जतिसक्दो घर पुग्न आतुरी थियो । अब फेरि अर्को फसाद, असिना र पानीले हामीलाई चुट्न थाल्यो । साथीहरू हामीबाट छुट्टिएकाले उनीहरूलाई नभेट्टाई घर जान पनि डरै भयो । कतै ओत लाग्न पनि कुनै घर, पसल खुला छैन, एकातिर असिनाको चुटाइ त अर्कातिर फेरि पुलिसको फेला परिएला भन्ने डरले म काँपिरहेको छु । एक त कर्फ्युको बेला छ (सो दिन दिउँसो १२ बजेदेखि राति ८ बजेसम्म कर्फ्युको घोषणा थियो) । हामी ३ जना र अर्को हाम्रै टोलको केटालाई पनि लिएर दुई जना दाइले त्यहाँबाट कात्यायनी मार्ग हुँदै भीमसेनगोलासम्म पुर्‍याइदिए र भीमसेनगोलाको पुल पुग्दापुग्दै हामीलाई फेरि प्रहरीको भ्यानले पछ्यायो । अगाडिबाट मेरी आमा हामीलाई खोज्दै आइरहनुभएको रहेछ । प्रहरी भ्यान देखेर हामी भागेर पुलको छेउबाट तल ओर्लने बाटोतिर कुद्यौं, त्यहींनेर आमासँग भेट भयो । म काँप्दै गरेको देखेर आमाले आफूले ओढेको सल दिनुभयो । त्यसैले न्यानो पार्दै घर आयौं । आमालाई देख्दा मलाई कति हर्ष लाग्यो, त्यसको म वर्णन गर्न सक्दिनँ ।

आमाबाटै थाहा भयो कि मेरो साथी विभोर भाग्न सफल भै कसैको घरभित्र पसेछ र त्यहाँबाट घरमा फोन आएको रहेछ । घरमा पुगेपछि बुबाको गाली पनि खाइयो । सन्तोष दाइ भने बेपत्ता भएको आशंका हामीलाई लाग्यो । ऊ मोटो पनि भएकाले पुलिसबाट भाग्न सकेन होला, बेस्सरी पिटाइ खाए होला तथा घाइते भएर अस्पताल पो लगियो कि... ? प्रहरीले नै लगे कि ... ? अस्पतालबाहेक खोज्ने ठाउँ पनि थिएन..., मोबाइल पनि छैन । अनेक किसिमका शंका-उपशंका उब्जिए । एकछिनको हल्लाखल्लापछि सन्तोष दाइ एक्लै सरासर घरमा आइपुग्यो । विचरा भर्खर गाउँबाट आएको बाटो पनि थाहा थिएन, सोधी-सोधी आएछ । हूलमूलमा अनामनगरको सुकुम्बासी टोलतिर छिरेछ र बाँचेछ । उसले पाखुरा र खुट्टामा लाठी खाएछ ... । यो सम्पूर्ण घटना मेरो जीवनको कहिल्यै नबिर्सने घटना भएको छ ।

बालक

मेरी उनी

आज मेरो खुसीको कुनै सीमा छैन । जीवनमा नयाँ आयाम थपिएको



छ । गन्तव्यले सुखद मोड लिएको छ । जे सोचें, कल्पना गरें सम्पूर्ण प्राप्त भएको छ । प्रतीक्षाको फल मीठो हुने रहेछ । आज उनी मेरो पवित्र प्रेमको प्रस्तावलाई स्वीकार गरी मेरा सहयात्रामा साथ दिन तयार भइन् ।

उनलाई मैले आफ्नो हृदयको कुनामा बसाई मन-मन्दिरमा सजाएको थिएँ । पूर्णिमाझैं धपक्क बलेको मुहार, मृगनयनी आँखा, देवीको जस्तो उनका रूपमा कोइलीको जस्तो सुमधुर स्वर, उनको जादुमय माधुर्य बोलीले म लट्ठ हुन्थें हरपल, हरसमय । उनको सुन्दर रूपको जादुमा म दिन-प्रतिदिन मोहित हुँदै गएँ । यथार्थताको धरातलमा आज उनलाई पाउनु आफैंलाई भाग्यशाली मान्दछु । उनको सामीप्यतामा हराउनु स्वर्गको भन्दा उच्चतम सुख ।

प्रिय, प्रेम नै बाँच्नुको सार हो भन्ने मान्यतालाई हृदयंगम गरी जीवनको सहयात्रामा तिमीलाई डोर्‍याउने मेरो सपना आज साकार भएको छ । तिमीबिनाको संसार वास्तवमै अन्धकार लाग्छ । साँच्चै तिमीबिना बाँच्न सक्दिनँ म । त्यसैले हाम्रो प्रेममा कुनै प्रकारको स्वार्थ नलुकोस् । सँगै बाँच्ने, सँगै मर्ने, सुःखदुःखमा साथ दिने वाचासहित एक-अर्कामा विश्वासको वातावरण सिर्जना हुनुपर्छ । मेरो माया र चाहनालाई बुझिदेऊ । तिमीलाई नभेटेको र नदेखेको समय नै शून्य र उजाड लाग्छ । मेरा आँखाले सदा तिम्रो बाटो कुरिरहेको हुन्छ । तिम्रो त्यो माधुर्य स्वर सुन्न आतुर हुन्छन् यी दुई कान ।

प्रेम भन्ने वस्तु कति सुन्दर र महान् छ ? साँचो प्रेममा कुनै स्वार्थ हुँदैन । हामीमा एक-अर्काप्रति अटल विश्वास, सद्भाव र बलियो आस्था छ । यसको डोरीमा बाँधिरहँदा जीवनमा नयाँ वसन्त र सही मार्गको प्राप्तिमा थप हौसला र आँट बढ्छ । जति एक्लो हुँदा स्वतन्त्र भइन्छ । त्यति गलत बाटोतर्फ उन्मुख भई नराम्रो कामतर्फ धकेलिन सक्छ । एक-अर्काप्रति चोखो माया र सद्भाव छ भने भने उसप्रतिको समर्पणले नराम्रो काम र गलत बाटोबाट बचाउँछ ।

तिम्रो आफ्नै स्वाभिमान छ । परिवार र समाजमा जुन छवि बनाएकी छ्यौ त्यसलाई कायम राख्नुपर्छ । तिम्रो त परिवारप्रति त्यत्तिकै दायित्व छ । बुबा-आमाप्रति कर्तव्य छ । विवाहअघि मात्र नभै विवाहपछि पनि । अहिले मात्र नभै भविष्यमा पनि परिवारको सहारा तिमी नै हौ जस्तो मलाई लाग्छ । तसर्थ आफ्नो कर्तव्यप्रति कर्तव्यनिष्ठ भै आफ्नो लक्ष्य अनि गन्तव्यतर्फ पाइला चाल्नुपर्छ । त्यसमा पनि अब तिमी एक्लो छैनौ, तिम्रो पाइला-पाइलामा म छु र मेरो पाइलामा तिमी छौ ।

तिमीले पनि परिवारलाई सम्झाउनुपर्छ, बुझाउनुपर्छ । जुन परिवार र आफन्तले तिमीलाई विश्वास गरेका छन्, तिमीप्रति आस्था र भरोसा राख्छन् । त्यही परिवारसामु तिमीले कुनै निर्णय भनौं स्वविवेकले केही कार्य गर्छौ भने तिम्रो परिवारले अवश्य नै तिम्रो पहलमा साथ दिनेछन् । उनीहरूलाई विश्वास छ कि निश्चय नै तिमीले गलत कदम चालेकी होइनौ र नराम्रो मार्गमा फस्नेछैनौ । छोरीको खुसी नै सबैको खुसी हो । जीवन बिताउने तिमीले हो । आफ्नो जिन्दगीको निर्णय लिने अधिकार त तिमीमा छ नि ।

एक-अर्काप्रति विश्वास, आस्था र श्रद्धा हुनाले विवाह-बन्धनमा बाँधिनुअघि सक्षम र योग्य भइन्छ । आपसमा सहयोग र सद्भाव हुन्छ । यसमा अर्को पनि कुरा आउँछ जसरी छोराछोरीको उज्ज्वल भविष्यका लागि बाबुआमाले दुःख, मेहनत, परिश्रम गर्छन्, छोराछोरीले पनि आमाबाबुको सपना साकार पार्नमा हरसम्भव प्रयत्नशील रहन्छन् । हो त्यही भएको छ मलाई । म जे गर्छु त्यो सब तिम्रै लागि हो । कसरी हुन्छ हरक्षेत्रमा तिमीलाई अगाडि ल्याउन चाहन्छु । समाजको नानाथरी कुरालाई वास्ता नगरी आफूभन्दा तिमी खुसी र सुखी भएको हेर्ने मेरो धोको छ । आफूले समाजमा केही गर्न वा आफ्नो लक्ष्य पूरा गर्न एक्लोले कदापि सम्भव छैन, सहयात्री चाहिन्छ । त्यसमा पनि असल सहयात्री पाइएमा अघि बढ्न सहज र सरल हुन्छ । एउटै संकल्प छ तिमीलाई एक सफल नारी बनाई समाज र राष्ट्रमा नै चिनाउने । त्यसैले आऊ, एकैसाथ प्रण गरौं दुःख-सुःख बाँड्ने, सँगै बाँच्ने सँगै मर्ने ।

–दीप

कुपन सन्देश

पाउने :

सन्देश :

पठाउने :

प्रति सन्देश रु. २०/- अनिवार्य

तपाईंलाई सधैं दुःख दिइरहने एउटा कुरा के हो ?

अब हाम्रो पालो

यो स्तम्भमा हामीले राखेका प्रश्नको ३० शब्दमा नबढाई उत्तर पठाउनुपर्नेछ । प्रत्येक उत्तरका साथमा आफ्नो पूरा नाम, ठेगाना र उमेर लेख्न नबिर्सिनुहोला । प्रश्न नम्बर एक सधैं आगामी प्रश्नका रूपमा रहनेछ । एउटा पानामा एउटा उत्तर मात्र स्वीकार गरिनेछ ।

१. प्रेम गर्दा सबैभन्दा ठूलो डर कुन कुराको हुन्छ ? किन ?
२. नेपालको राजनैतिक समस्या के गरे समाधान होला ?
३. विवाहपूर्वको यौनसम्बन्ध कत्तिको उचित हो ? किन ?
४. के गरे पैसा कमाइन्छ ?
५. सफल मान्छे हुन के गर्नुपर्छ ?
६. पुरुषको व्यक्तित्व केमा हुन्छ ?
७. रक्सी र युवतीमध्ये के को लत (नसा) खतरनाक ? किन ?
८. तपाईंलाई केले सुखी र सन्तुष्ट बनाउँछ ?
९. के रक्सी वा नशाले दुःख भुल्न सकिन्छ ?
१०. नेपालमा खेलकुदको विकासका लागि के गर्नुपर्छ ?

मलाई सधैं दुःख दिइरहने एउटा समस्या हाम्रो देशको बिग्रँदो स्थिति हो, किनभने यसले देशलाई खोक्रो बनाउँदैछ ।

अनिल कार्की, केरौन, मोरङ

पैसा हो, जता गए पनि पैसा चाहिन्छ, जसले पनि पैसा नै माग्छ, के गर्नु यो पैसाले त मलाई धुरुक्कै रुवाइसक्यो ।

कैलाश लामा (२२), **हरिहरपुर, धनुषा**

अरूलाई चाँडै विश्वास गर्नु ।

दीपक पोखरेल, सानोठिमी

पेट, यसले मलाई सधैं सताइरहन्छ । नखाऊँ भने भोक लाग्छ खाऊँ भने दिसा र पिसाब गर्न जानुपर्छ । दिसा, पिसाप गरिसकेपछि केही समयमा फेरि खानु परिहाल्छ, पेट नभइदिए हाइसञ्चो हुन्थ्यो ।

कुवेर विवश राई, खोटाङ

उनले अर्कैसँग प्रेम गर भन्छिन् तर म उनलाई साह्रै माया गर्छु ।

सरोज अधिकारी (२०) **बर्दिबास**

बेलाबेलामा साथीभाइले मस्तिष्क चाटेर हैरान पार्दा मलाई दुःख लाग्छ ।

दीपक सिलवाल (२२), **हेटौंडा**

असफलता, जतिसुकै मिहिनेत गर्दा तथा सामूहिक भलाइको कार्य गर्न अगाडि हिंड्दा समेत असहयोग गर्ने, हेप्ने अनि खुट्टा काट्ने प्रवृत्तिले गर्दा मलाई असफलता प्राप्त हुन्छ ।

सन्तोष भुजेल (२४), **बारा**

पढाइ नै हो, किनभने मेरो पढाइ अझै सकिएको छैन, सधैं फेलका फेल के गर्ने ?

वसन्त शर्मा (१८)

मेरो एउटा अधुरो सपना जुन कहिल्यै पूरा हुन सक्दैन ।

सम्पूर्ण प्रजापति (२०), **ठिमी**

प्रेम, किनकि यसले मलाई विश्वासघात गरेको छ ।

साङ्केन राई (१८), **सुनसरी**

उर्लंदो बैंस, कहाँ लगेर विश्राम दिऊँ, टेन्सन भन्या ।

युवराज न्यौपाने (२०), **बलाम**

माया प्रेम, माया प्रेमबिना कोही बाँच्न सक्दैनन् तर प्रेमले सधैं दुःख दिइरहन्छ ।

दुर्गाबहादुर माझी

प्राण, यदि प्राण हुँदैनथ्यो भने अप्सराको संगतले कमसेकम अलिकति राम्रो त भइन्थ्यो ।

निरज अर्याल (१६), **बुटवल**

मलाई सधैं दुःख दिइरहने कुरा एउटी युवतीको नाम हो । म त्यो नाम प्रायः सम्झिरहन्छु । त्यसले मेरो मनमा चोट महसुस गराउँछ ।

जीवन (१९)

धन कमाउन सकिएको छैन । सायद असक्षम भएकाले होला ।

रवीन्द्र भण्डारी, धुम्बाराही

म झुल टाँग्न साह्रै अल्छी गर्ने मान्छे, सधैं लामखुट्टेले दुःख दिइरहन्छ भन्या ।

ईश्वर ओझा

एउटा भए पो भन्नु र, कति छन कति के भन्नु खै ?

दिभा ओझा (१४), **विराटनगर**

उनको सम्झना, किनकि मलाई उनको सम्झना आएपछि भित्रभित्रै कस्तो-कस्तो हुन्छ ।

आर.पी. (२१), **काठमाडौं**

मलाई सधैं दुःख दिइरहने कुरा म आफू पुरुष भएर जन्मिएकोमा छ । यदि महिला भएर जन्मिएको भए बेग्लै अस्तित्व हुने थियो ।

पेशल दाहाल (१९), **धनकुटा**

यो प्रश्नले त झन् अर्को दुःख थप्यो, किनकि लेखूँ भने अरूले थाहा पाउलान् भन्ने डर नलेखूँ भने दुःख बल्झिएला भन्ने डर, के गरूँ, के नगरूँ भयो सम्पादकज्यू, बरु यसको जवाफ तपाईंले नै दिनु बेस होला ।

रविन कुँवर

के हुनु सम्पादकज्यू ? विछोडको पीडा, अतितका याद, टुक्रिएको मुटु भनेर भन्न मिलेन क्यारे ।

अभि भण्डारी (२१), **त्रिशूली**

टेलिफोन, त्यसले गर्दा कुनै पनि काम आनन्दले गर्न सकिंदैन । पटक-पटक टिरिङ- टिरिङ आवाज आइरहन्छ । बरु तपाईं भन्दिनुहोस्, यसबाट के गरी मुक्ति पाइन्छ ?

अर्जुनकुमार सुवेदी (२०)

सम्पादक ज्यु, तपाईंलाई जुन कुराले दुःख दिइरहन्छ मलाई पनि त्यही न हो नि ।

जितनारायण माझी

सम्पादकज्यू, खाली नचाहिने नचाहिने प्रश्न सोधिरहनुहुन्छ, दुःख लाग्दैन त ?

योगराज थापा (१८)

मलाई सधैं दुःख दिइरहने चीज पैसा हो । किनकि कहिले थोरै हुन्छ कहिले हुँदै हुँदैन ।

राजकुमार सिंखडा

जीवन संघर्ष हो, यहाँ दुःख दिने तत्त्वहरू नङ्ग्रा फैलाएर उभिएका छन्, म तपाईंलाई के उत्तर दिऊँ ? तर पनि भन्न चाहन्छु पैसा किनकि प्रायः सबै कुरा पैसाबाटै सुल्झिन्छ ।

अकबर राई (२३)

त्यही मोरी त हो नि, घरीघरी फोन गरेर दुःख दिइरहन्छे भन्या, टेन्सन ।

हरिन्द्र कार्की (२२), **धनकुटा**

पैसा, त्यो पैसा भन्ने जन्तुले बेलाबेलामा दुःख दिइरहन्छ ।

शान्ता गौतम (२३)

सम्पादकज्यू, मलाई त मेरो बिर्सने बानीले धुरुक्कै रुवाइसक्यो भन्या । अस्ति नै, भन्न त नहुने हो...तर हेर्नुहोस् न आफ्नो प्रेमिका पनि बिर्सेर अर्काकी प्रेमिकालाई ...क्या बोर भो ।

निरज श्रेष्ठ (२०), **रामेछाप**

मेरो पेट जसका लागि म दैनिक १२ घन्टा व्यस्त रहन्छु ।

शेरबहादुर भुजेल

प्रश्न : के कन्डमको प्रयोगबाट एचआईभी/एड्सजस्ता यौन प्रसारित रोगहरूबाट शतप्रतिशत बच्न सकिन्छ ? यो (कन्डम) कहिलेकाहीं च्यातिने तथा फुट्ने डर हुन्छ । के-कस्ता कारणले गर्दा कन्डम फूट्ने डर अथवा सम्भावना बढी हुन्छ ? मानौं, एक एड्सग्रसित युवतीसँग यौनसम्पर्क गरिरहेको बेला बीचैमा कन्डम फुटचो भने त्यो यौनसम्पर्क गर्ने पुरुषलाई एचआईभी/एड्स सर्छ कि सर्दैन ? कन्डम फुट्दा कुन भागतिर (टुप्पोतिर वा बीच तिर) फुट्ने सम्भावना बढी हुन्छ ? के रतिक्रिया गरिहेका बखत कन्डम फुटचो भने उत्तिखेरै पुरुषले कन्डम फुटेको कुरा थाहा पाउन सक्छ ? एड्सग्रसित महिलासँग सम्पर्क गरिरहेको बखत कन्डम फुटेको कुरा थाहा भएर तत्कालै लिंग बाहिर निकालियो भने एड्स सर्ने सम्भावना कति हुन्छ ? के उसलाई एचआईभी/एड्स सर्छ ?

–जे.के.

उत्तर : कन्डमको प्रभावकारिता

जोखिमको कुरा त हाम्रा प्रत्येक दैनिक क्रियाकलापमा हुन्छ नै । पानी नै पिउनुहोस्, पखाला लाग्ने जोखिम, उमालेर पिउनुहोस् निकै कम जोखिम । सडकमा हिंड्नुहोस्, दुर्घटनामा पर्ने जोखिम, सावधानीपूर्वक ट्राफिक नियम पालना गरेर हिंड्नुहोस् कम जोखिम । यस्तो बेलामा हामी शतप्रतिशत पक्का हुनुपर्छ अनि मात्रै पानी पिउँछु वा सडकमा हिँड्छु भनेर कहिल्यै भन्दैनौं । अभ्यस्त भैसकेकाले हामीलाई त्यसमा जोखिम भएजस्तो पनि लाग्दैन । यहाँसम्म कि कैयौंपल्ट यौनसम्पर्क गरिसक्दा पनि कुनै यौनरोग नलागेको वा एड्स नसरेको कुरा गर्दै आफूलाई रोग सर्ने जोखिम नभएको कुरा गर्ने व्यक्ति पनि छन् । कतिपयलाई भने तपाईंलाई जस्तै शतप्रतिशतको चिन्ता आवश्यकताभन्दा बढी हुन्छ । मुख्य कुरा के भने कन्डम एचआईभी तथा अन्य यौनरोगको संक्रमण रोक्ने एउटा प्रभावकारी उपाय हो । नियमित तथा सही तरिकाले कन्डमको प्रयोग गरेका कतिपय जोडीले आफू तथा आफ्ना यौनजोडीलाई रोग सर्नबाट बचाएका छन् । दुई वर्ष लामो समयसम्म गरिएको एक अध्ययन-प्रतिवेदनअनुसार कन्डम सही र नियमित प्रयोग गर्नेमध्ये कसैलाई पनि एचआईभी नसरेको पाइयो । यहाँ मुख्य प्रश्न कसरी कन्डम नियमित रूपमा सही तरिकाले प्रयोग गर्ने भन्ने हो ताकि कन्डम नफुटोस् तथा नफुस्कियोस् ।

कस्तो अवस्थामा कन्डम फुट्ने खतरा हुन्छ ?

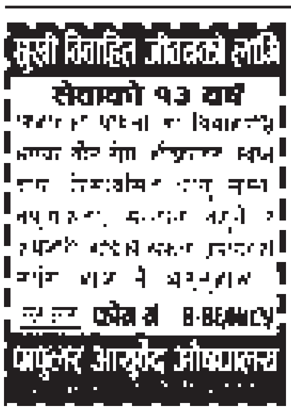
सही तरिकाले यसको प्रयोग नगरिनु नै कन्डम फुट्ने जोखिम बढाउनु हो । कन्डम खोल्दा तथा प्रयोग गर्दा तीखो वा धारिलो वस्तु वा भनौं नङले समेत क्षति नपुऱ्याओस् भन्ने कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ । कन्डममा राखिएको चिप्लो पदार्थ पानीमा घुल्ने किसिमको हुन्छ । थप चिप्लो पदार्थको आवश्यकता पऱ्यो भनेर भ्यासेलिन वा अन्य त्यस्तै चिप्लो पदार्थ प्रयोग गरे कन्डम फुट्न सक्छ । कन्डम पाँच वर्षभन्दा पुरानो (म्याद नाघेको) भए फुट्ने खतरा बढी हुन्छ । चर्को घाम, तातो अथवा धेरै ओसिलो ठाउँमा राख्दा कन्डम बिग्रन गै फुट्न सक्छ, त्यसैले यसलाई सुरक्षित राख्नुपर्छ । त्यसैगरी कन्डम नराम्रो अवस्थाको (जस्तै : च्यातिएको, प्वाल परेको, सुख्खा, रंग बिग्रेको) भए प्रयोग गर्नु हुँदैन त्यसैले प्रयोग गर्नुपूर्व नै यो कुरा हेर्नुपर्छ, तर यसो भन्दैमा कन्डमलाई लिङ्गमा लगाउनुभन्दा पहिले नै पूरै फुकालेर हेर्ने काम भने गर्नु हुँदैन । यसो गर्दा लगाउन गाऱ्हो हुने मात्र होइन, कन्डम पनि कमजोर हुन्छ ।

यौन सम्पर्क गर्दा कन्डमको कुन भाग फुट्छ भन्ने विषयमा भरपर्दो तथ्याङ्क उपलब्ध छैन, तर गुणस्तरीय कन्डम बनाउन परीक्षण गर्ने क्रममा हावा भरेर परीक्षण गर्दा भने बीचको भाग (shank) पहिले फुट्ने र पछि अन्य भागमा फैलने देखिएको छ, तर विद्युतीय परीक्षणजस्ता विभिन्न कडा परीक्षणपछि मात्र गुणस्तरीय कन्डम बजारमा ल्याइन्छन् । मुख्य कुरा त कन्डम जहाँ फुटे पनि त्यसको प्रभावकारीता समाप्त हुन्छ, अर्थात् एचआईभी भएका वा यौनरोग भएका व्यक्तिसँग यौनसम्पर्क गर्दा कन्डम फुटचो भने एड्स सर्न सक्ने भयो । यौनसुख प्राप्त गर्ने क्रममा कन्डम च्यातिएको कुरा कहिलेकाहीँ सजिलैसँग थाहा नपाइएला, तर यसप्रति चनाखो भए पक्कै थाहा पाउन सकिन्छ । प्रयोग गर्ने क्रममा यदि कन्डम फुटिहाल्यो त्यसलाई जतिसक्दो चाँडो निकाल्न भ्याउनुभएको छ र योनिरस वा लिङ्गबाट निस्किएको रसको लसपस हुन दिनुभएको छैन भने रोग सर्नेसम्भावना त्यति नै कम हुन्छ ।

कन्डमको सही प्रयोग कसरी गर्ने ?

यसको सही प्रयोगका सम्बन्धमा लाज नमानी कुराकानी गर्नु र जानकारी लिनु एकदमै महत्त्वपूर्ण कुरा हो । पुरुषले लगाउने कन्डम प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा तथा प्रयोग विधि यस प्रकार छ–

- योनिलाई लिङ्गले स्पर्श गर्नुभन्दा पहिले नै उत्थित लिङ्गमा कन्डम लगाउनुहोस् ।
- कन्डमको प्याकेटको एक छेउमा समातेर खुडे भएको ठाउँतिरबाट नङको प्रयोग नगरी बिस्तारै प्याकेट च्यात्नुहोस् । कन्डम सुल्टो भए-नभएको जाँच गर्नुहोस् ।
- अग्रचर्म (लिङ्गको अगाडिको छाला) नकाटिएको भए त्यसलाई पछाडितिर तान्नुहोस् ।
- लिङ्गको टुप्पोमा नफुकाइएको कन्डम राख्नुहोस् । यसो गर्दा कन्डमको टुप्पोमा दुई औंलाले च्याप्प समातेर हावा निकाल्नुहोस् । कन्डम बिस्तारै फुकाउँदै लिङ्गको फेदसम्म पुऱ्याउनुहोस् । यदि कन्डम सुल्टो भएमा खोल्न अप्ठचारो हुँदैन । यसरी कन्डम लगाइसकेपछि यौनसम्पर्कमा संलग्न हुन सकिन्छ ।
- कन्डममा चिप्लो पदार्थ राखिने हुँदा थप चिल्लोको आवश्यकता पर्दैन । यदि कुनै थप चिप्लो पदार्थ चाहिन्छ भने पानीमा घुल्ने किसिमको चिप्लो पदार्थ मात्र प्रयोग गर्नुहोस् ।
- वीर्य स्खलन भएपछि लिङ्ग शिथिल नहुँदै कन्डम नफुस्किने गरी राम्रोसँग समातेर योनिबाट बाहिर निकाल्नुहोस् ।
- वीर्य नपोखिने गरी, त्यो पनि विशेष गरेर योनिक्षेत्रमा, बिस्तारै कन्डमलाई लिङ्गबाट फुकाल्नुहोस् अनि कन्डमको फेदमा गाँठो बनाउनुहोस् ।
- प्रयोग गरिसकेको कन्डमलाई राम्रोसँग उचित स्थानमा फाल्नुहोस् ।



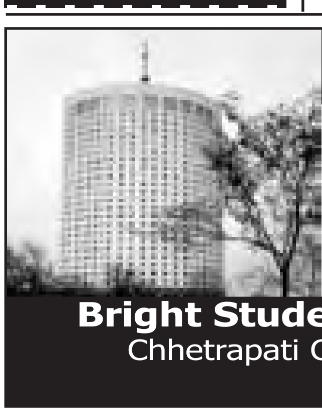
केश झर्न नरोकिए पैसा फिर्ता

Silken Hair Tonic (Herbal): एक दिन बिराएर केशको जराहरूमा लगाउनाले जराहरू बलियो भई केश झर्न रोकिनुका साथै कालो, लामो, चम्किलो एवं मुलायम हुने हुन्छ । निरन्तर प्रयोगले नयाँ केश समेत पलाउँदछ । एक वर्षमा महिलाको ४ देखि ८ इन्च केश बढेको पाईएको छ । **मूल्य रू १००।- मात्र ।**

Silken Shampoo (Herbal): यो सेम्पुको प्रयोगले केशको जराहरू बलियो भई केश झर्न रोक्छ । एक वर्षसम्मको प्रयोगले फुस्रो र कैलो केशलाई नयाँ जीवन दिई कालो, नरम र चम्किलो बनाउछ । केश झर्ने समस्या नहुनेले पनि नियमित प्रयोग गरेमा भविष्यमा केश झर्ने, चायाँ पर्ने र केश फुल्ने समस्याबाट बच्न सकिन्छ । **मूल्य रू. १३०।- मात्र ।**

पाइने स्थानहरू: ☎ **पाटन** : **लगनखेल** ५३३५७५ **तिखेदेवल** ५३४२६१ **भक्तपुर** ६१७१२१ **ठिमी** ६३३०२६ **काठमाडौं टेकु** २६११४० **महाराजगंज चक्रपथ** ३७३९९७ **चावहिल** ४७०५४९ **पुरानो बसपार्क** २३१६९८ **अनामनगर** २२३५०१ **गोंगबु** ३५७१०४ **मैतिदेवी** ४३९२५७ **किर्तिपुर** ३३१७९९ (**इटहरी** ८१५५४, ८३३७८, **जनकपुर** २३७८८ **पोखरा** ३५०६८, ३०८७०, २०६२४, २१११४ **धरान** २४८५८, २३०७५ **झापा** ४२७४० **बुटवल** ४५१०९, ४१०९३ **हेटौंडा** २३५५६ **नारायणगढ** २२५८९, २४७०४ **टाँडी** ६००४२ **बर्दिबास** २९६१३ **हरिवन** २९४२० **फिदिम** २०१३४ **दाङ्ग** ६१४६४, ६०४६२ **गुलरिया** २०६८९ **राजविराज** २०५०२ **दमौली** ६०१२६ **नेपालगञ्ज** २४२०१ **ओखलढुंगा** २०२१२ **दमक** ८३०२७, **भैरहवा** २०६३९ **लहान** ६११२२ **वाग्लुङ्ग** २०१८२) **उत्पादक: नेचुरल प्रोडक्टस्**

Regd. No.12885/685/044 थोक तथा खुद्रा बिक्रीको लागि भोटाहिटी साझा भवन दोश्रो तल्ला फोन: ४-२५३५३८



MBBS / MD in China

- WEST CHINA MEDICAL UNIVERSITY (Sichuan University)
- HENAN MEDICAL UNIVERSITY (Zhengzhou University)
- TIANJIN MEDICAL UNIVERSITY

Bright Students Education Point (BSEP)
Chhetrapati Chowk, next to Saraswati Temple
Tel: 4255990

JOB ORIENTED TRAINING

H.S.N. को सहयोगमा ४०% छुटमा Computer र Language का कक्षाहरु संचालन हुँदैछन् ।

Course	Full Amt.	Now Only
Tally	Rs. 2,000	Rs. 1,200
FACT	Rs. 2,500	Rs. 1,500
Graphic Designing	Rs. 3,600	Rs. 2,100
Webpage Designing	Rs. 3,500	Rs. 2,100
Diploma in Comuter App.	Rs. 8,800	Rs. 5,280
Basic Computer Course	Rs. 1,800	Rs. 1,080
English Language	Rs. 1,800	Rs. 1,080

सिट सिमित छन्, तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोस् ।

South Asian Computer Academy
Lekhnathmarg, Thamel, Kathmandu
Hello 4-443477

राजधानीमा सपिङ डेटिङको नयाँ गन्तव्य

संगीता कटुवाल

भर्खरै बजारमा आएको पेय पदार्थ 'जोली' को विज्ञापन छायांकन गर्न साँझ ६ बजाउनुपरेको थियो। राजधानीको न्यूरोडसँगै सञ्चालन भएको नाइट मार्केटको वातावरणलाई विज्ञापनमा प्रस्तुत गर्नुपर्ने भएकाले निर्माताले साँझकै समय कुर्नुपरेको हो। २०५७ सालदेखि सञ्चालनमा आएको नाइट मार्केट अहिले राजधानीका युवा-युवतीका लागि सपिङ डेटिङ स्पटका रूपमा विकसित भैरहेको छ।

साँझ पाँच बज्न पाएको हुँदैन, न्यूरोड, जुद्ध सालिक अगाडिको क्षेत्र विस्तारै सजिन थाल्छ। हेर्दाहेर्दै साठी-सत्तरीवटा स्टल विभिन्न सामानहरूले सजिएर एकै छिनमा तयार हुन्छन्। जब अँध्यारो हुँदै जान्छ तब त्यहाँ चहलपहल बढ्दै जान्छ। यो स्थान विगत केही वर्षदेखि विशेषगरी युवा-युवतीहरूका लागि वसन्तपुर नाइट मार्केटका रूपमा परिचित हुँदै आएको छ। विशेषगरी न्यूरोडमा सपिङ गर्न आउने जो-कोही पनि छुट्टै वातावरणको अनुभवका लागि पनि यहाँ आउने गरेका छन्। केही महिनायता यो स्थान विशेषगरी मोडलहरूको किनमेल गर्ने, सेलिब्रेटीहरूले घुमघाम गर्ने स्थानमात्र नभई युवायुवतीहरूको राम्रो डेटिङ स्टेसनका साथै अफिस सकिएपछि केही लिएर फर्कौं भन्नेहरूका लागि नौलो गन्तव्य बनेको छ। डिपार्टमेन्ट स्टोर, सुपरमार्केट तथा विजनेस कम्प्लेक्स जस्ता स्थिर मूल्यका सपिङ सेन्टरमा किनमेल गर्नु उपत्यकावासीका लागि कुनै नौलो अनुभव होइन। विशेषगरी गृहिणीहरूले यस्ता सपिङ सेन्टरमा गएर चाहिने आधारभूत वस्तु ल्याउने चलन नयाँ पनि होइन तर जो आफूले चाहेजस्तो सौन्दर्य प्रसाधनदेखि युवा पुस्ताले मात्रै रोजेका सामानहरू छानीछानी आफूले चाहे जस्तो मूल्यमा लिन चाहन्छन्, त्यस्तो बजार खै त ? यस्तै बजारको अभाव महसुस भैरहेका बेला नेपालकै पहिलो खुला बजारको अवधारणाका रूपमा वसन्तपुर नाइट मार्केटको स्थापना हुन पुग्यो।

न्यरोड जुद्ध सालिकदेखि वसन्तपुर प्लाजासम्म एक सय बीस मिटर क्षेत्रफलमा फैलिएको यो नाइट मार्केट काठमाडौं महानगरपालिकाबाट दस वर्षका लागि लिजमा लिइएको हो जुन मासिक २२ हजार रुपैयाँ तिर्ने सहमतिमा सञ्चालनमा आएको थियो। यहाँ करिब ७ वर्गफिटको स्टललाई २ हजार ५ सय रुपैयाँ तथा करिब १३ वर्गफिटको स्टललाई ३ हजार रुपैयाँ मासिक रूपमा नाइटमार्केट व्यवस्थापनलाई बुझाउनुपर्छ। नाइट मार्केट साँझ ५ बजेदेखि राति १२ बजेसम्म खोलिने भए पनि केही महिनाअघिसम्म यो बजार ५ बजेदेखि राती साढे ७ बजेसम्ममै सीमित भएको थियो तर अहिलेको सुदृढ राजनैतिक वातावरणले गर्दा यो बजारमा राती ९ बजेसम्म विशेष चहलपहल देख्न पाइन्छ। यो बजारमा सनग्लासका सातवटा स्टलका साथै फेन्सी सामानका करिब ६५ वटा स्टल छन्।

नाइट मार्केट एउटा यस्तो बजार हो जहाँ प्रेमी-प्रेमिकालाई लक्षित गरी सामानहरू राखिएका छन्। युवाले युवतीलाई अनि युवतीले युवालाई आफूले मन परेको उपहार दिइरहेको दृश्य यो बजारको स्टललैपिच्छे देख्न सकिन्छ। आफूलाई चाहिएका सामान रोजी-रोजी किनिरहेकी नारायणस्थानकी दीपा केसीका लागि उनको सबैभन्दा उत्कृष्ट सपिङ सेन्टर नै नाइट मार्केट भएको छ। दीपा भन्छिन्- नाइट मार्केटले अझ विस्तृत रूप पाउनुपर्छ, अनिमात्र हामीजस्ता वर्गलाई सपिङ गर्न सजिलो हुन्छ। यो बजारका ५० प्रतिशत ग्राहक नै युवा-युवतीहरू रहेको अधिकांश व्यापारीहरू बताउँछन्।

विशेष गरी मध्य एवं निम्नवर्गीय मानिसलाई एउटै थलोमा रोजी-रोजी सेवा प्रदान गर्न नाइट मार्केटको स्थापना भएको यसका संस्थापक टेकबहादुर गुरुङ बताउँछन्। विदेशमा नाइट मार्केटको अवधारणा पुरानो हुन थाले पनि नेपालका लागि यो नौलो रहेको बताउँदै गुरुङ भन्छन्- नाइट मार्केटले पहिले धेरै दबाब सहनुपरे पनि त्यो अहिले कम भएको छ। दसैंअघि यसलाई ठमेलमा पनि विस्तार गर्ने योजना रहेको गुरुङ बताउँछन्।

नाइट मार्केटमा युवतीहरूलाई चाहिने सौन्दर्य प्रसाधन नै बढी भएकाले ठूलो मात्रामा यहाँ युवतीहरू नै देखिन्छन्। यहाँ आउने अधिकांश ग्राहकको एउटै गुनासो छ– यहाँ खानाको व्यवस्था भएका स्टलहरू भएनन्। नाइट मार्केटका सञ्चालक गुरुङ भन्छन्– पहिले नभएका होइनन् तर धेरै फोहोर भएकाले हटाइएको हो, भविष्यमा व्यवस्थित तरिकाले सञ्चालन गर्ने उद्देश्य छ। यहाँ चारै दिशामा सुरक्षार्मीले सुरक्षा दिइरहेको पनि उनले बताए। नाइट मार्केटमा सनग्लासको स्टल सञ्चालन गर्दै आएका कुमारप्रसाद उपाध्याय आफूले थाइल्याड, चीन जस्ता देशबाट आयातित सनग्लास बिक्री गर्दै आएको तथा आफूकहाँ एक सयदेखि हजार रुपैयाँसम्मका सनग्लास रहेको बताउँछन्। आफ्नो स्टलको प्रमुख ग्राहक भनेका टिनएजर्स तथा परिवार रहेको उनको धारणा छ।

नाइट मार्केटमा ब्यागको स्टल सञ्चालन गर्दै आएका बाफलका वसन्त गुजराती यहाँ मुख्य व्यापार हुने मौसम दीपावली भएको तथा आफूकहाँ २ सयदेखि २ सय ५० सम्मका ब्याग रहेको बताउँछन्। त्यस्तै श्रीमान् अष्ट्रेलियामा बसोबास गर्ने भए पनि आफू आर्थिक रूपमा सक्षम हुन नयाँ बजारकी कर्मा घले घरको काम भ्याएर नाइट मार्केटमा टिसर्टको स्टल सञ्चालन गर्छिन्। खुला वातावरण भएकाले युवायुवतीहरू नै बढी आउने घले बताउँछिन्। यहाँ स्टल सञ्चालन गर्नेहरू यसलाई पार्ट टाइम जबका रूपमा लिन्छन्। बत्ती जाँदा वैकल्पिक व्यवस्था नहुनु यो बजारको नकारात्मक पक्ष हो भने यसमा थोरै मात्र सुधार ल्याउन सके नेपालकै खुला बजार अवधारणामा नाइट मार्केट नमुनाका रूपमा विकसित हुने कुरामा दुईमत नहुने सम्बन्धित सबैको धारणा छ।

ब्यूँतियो रात्रिजीवन

पृष्ठ १ बाट जारी

रात्रिजीवनमा चहलपहल बढेको छ। सँगसँगै देहव्यापार, लुटपाट र मारपिट गर्नेहरूलाई पनि लोकतन्त्र लागेको छ। अब त जे गरे पनि हुन्छ भनेर लोकतन्त्रको गलत व्याख्या गर्नेहरूले रात्रिजीवनको मज्जालाई खतरामा परिणत गरिरहेका छन्। आजभोलि राती ठाउँ-ठाउँमा वाहन रोकेर सोधपुछ गर्ने सुरक्षाकर्मीहरू कतै देखिँदैनन्। रात्रिजीवनको मज्जा लुट्न ठमेल तथा दरबारमार्ग पुग्नेहरू जुनसुकै बेला लुटिन पनि सक्छन्। प्रहरी निरीक्षक तिमिल्सिनाका अनुसार पार्किङ गरिराखेको मोटरसाइकल पार्किङ कर्मचारीकै मिलोमतोमा चोरी भएका चार-पाँचवटा मुद्दा पनि आएका छन्। एक दिनमै तीनदेखि चारवटा मोटरसाइकल चोरी भएका घटना पनि छन्। 'चोरी रोक्न हामीले सिभिलमा प्रहरी खटाएका छौं'- उनले बताए।

राजधानीको नयाँ बानेश्वर, पुरानो बानेश्वर, पुतलीसडक, न्यूरोड आदि व्यस्त स्थानभन्दा पनि दरबारमार्ग तथा ठमेल क्षेत्र रात्रिजीवनका लागि गतिलो गन्तव्य बन्दै आएका छन्। राजाको प्रत्यक्ष शासन तथा माओवादी हिंसाका कारण बीचमा एक-डेढ वर्ष रात्रिजीवनमा खडेरी लाग्यो। अहिले फेरि मौलाएको रात्रिजीवनबाट पब, रेस्टुराँ, क्लब, बार, डिस्को सञ्चालकहरूमा केही आशा पलाएको छ। सुन्धारास्थित एक्स बारका सञ्चालक स्टालिन शेरचनका अनुसार राती १२ बजेसम्म सञ्चालन हुने उनको बारमा तुलनात्मक रूपमा आवत-जावत बढेको छ। दरबारमार्गस्थित फ्युजन बारका सञ्चालक समीर गुरुङ भन्छन्– 'अन्य दिनभन्दा शुक्रबार र शनिबार बढी मानिस आउँछन्। यो पहिलेको तुलनामा राम्रै हो।' शेरचन र गुरुङ दुवै जना कतिपय बारमा नग्ननृत्य देखाइने गरेको कुरा स्वीकार गर्छन्। 'अहिले आएर त्यस्ता नृत्यहरू बन्द गरिएका छन्'- एक्सबारका स्टालिनले बताए। उनका अनुसार राजधानीका डान्सबारका सञ्चालकहरू एकजुट भएर समीर गुरुङको अध्यक्षतामा एउटा समितिको गठन गरेका छन्। नागरिक समाज तथा प्रहरी प्रशासनको पहलमा उक्त समितिका सदस्यहरूले आफ्ना डान्स बारमा नग्ननृत्य नदेखाउने सहमति गरेका छन्। समितिका उपाध्यक्ष स्टालिन भन्छन्- 'समितिले चार सूत्रीय आचारसंहिता बनाएको छ। जसको पहिलो बुँदामै नग्ननाच देखाउन नपाइने कुरा उल्लेख छ। यदि कसैले आचारसंहिता पालना गर्दैन भने प्रहरी प्रशासनले उक्त बारमा छापा मारेर बार सिल गरिदिन सक्छ।'

ठमेलको सञ्चयकोष भवनपारिको सडकपेटीमा साँझ ढल्दै गएपछि समलिंगीहरूको तमासा देख्न सकिन्छ। श्रृंगार गरी चिरिच्याँट्ट परेर पुरुष बटुवाहरूलाई आफ्ना हाउभाउबाट आफूतर्फ आकर्षित गर्ने प्रयत्न गरिरहने ती समलिंगीहरूलाई ठमेलका पर्यटन व्यवसायीहरू 'ठमेलको अनुहारमा लागेको कालो दाग' भन्छन्। प्रहरी निरीक्षक तिमल्सिना पनि त्यसलाई समस्या नै मान्छन्। आफ्ना लागि ग्राहक खोज्न गरिएको समलिंगीहरूको उक्त तमासाका कारण सामान्य बटुवाहरूलाई अप्ठेरो पर्ने तथा बाटो जाम हुने गरेको उनले बताए। प्रहरी प्रशासन वा अरू कसैले जे भने पनि समलिंगीहरू भने त्यसलाई आफ्नो बाध्यता मान्छन्।

दिनभरि काम गरेर राति 'रिल्याक्स' गर्न चाहनेहरू नै रात्रि क्लब, डिस्को, पब तथा रेस्टुराँका ग्राहक हुन्। विदेशी पर्यटकहरू पनि रात्रिजीवनको मज्जा लुट्न खोज्छन्। ठमेलस्थित फायर क्लबका डिजे शिशिरको अनुभवमा राति साढे नौ बजेपछि सञ्चालन हुने उनको क्लबमा नजिकैको टम एन्ड जेरी पबबाट पेयपदार्थको मज्जा लुटेर नाच्न आउने पर्यटक पनि धेरै हुन्छन्। ठमेलका फन्की बुद्ध, मरुन लञ्चजस्ता क्लबहरूमा रातभरि डान्स पार्टी हुने गरेको छ, जहाँ स्वदेशी तथा विदेशी ग्राहकहरूको घुइँचो देखिन्छ। डिजे शिशिरको अनुभवमा जनआन्दोलन भाग- २ पछि आएको शान्तिका कारण रातमा रमाइलो गर्नेहरू बढेका छन्। उता हयात रिजेन्सीस्थित रक्सबारका डिजे राजु भने जनआन्दोलनपछि ग्राहकहरू खासै नबढेको बताउँछन्। 'जनआन्दोलनपछि विश्वकप फुटबलले पार्टीहरू कम भए, अब फेरि वर्षातले गर्दा ग्राहकहरू आइरहेका छैनन्। तैपनि चाडबाडको मौसम आरम्भ भएकाले अबचाहिँ थुप्रै पार्टी हुँदैछन्। अब भने, तपाईंले भनेजस्तो रात्रिजीवनमा चहल-पहल बढ्न सक्छ।' -डिजे राजु बताउँछन्।

रातिको समयमा डान्सपार्टीमा कत्तिको खतरा हुन्छ ? डिजेहरूसँग एकपटक पङ्क्तिकारले प्रश्न राखेको थियो। त्यतिबेला सबै डिजेले भनेका थिए- 'खतरा कुन काममा हुँदैन र ?' राति रक्सीको मादमा मस्ती गरिरहेकाहरूमध्ये कतिपय डिजेसँगै निहुँ खोज्न आउने, नाचिरहेका महिलालाई जिस्क्याउने आदि काम गर्छन्। उनीहरूलाई बाउन्सर लगाएर पार्टीबाट बाहिर निकालिन्छ। त्यति बेला एक जना डिजेले अहिलेका केही विशेष हतियारका बारेमा बताए। सानो खाले अश्रुग्याँस, मरीचको धूलोले पोलेको झैं सास फेर्नै अप्ठेरो हुने स्प्रेजस्ता हतियार बोकेर केही युवाले सामान्य मानिसलाई दुःख दिने गरेको पनि पाइन्छ। डिजेहरूका अनुसार मानिसहरूलाई लुट्न पनि लुटेरा समूहले प्रहरीहरूको आँखा छलेर त्यस्ता हतियार प्रयोग गर्छन्।

रात्रिजीवन प्रायः आठ बजेपछि सुरु हुन्छ। बिहानको चार बजेसम्म पनि सञ्चालन हुने रातिको रमाइलोमा जम्नेहरू शुक्रबार तथा शनिबार बढी देखिन्छन्। पुतलीसडक, नयाँ बानेश्वर, रातोपुल, बालाजु आदि क्षेत्रका डान्स तथा दोहोरी रेस्टुराँहरू धेरैजसो १२ बजेसम्म सञ्चालन हुने भए पनि ठमेल क्षेत्रमा भने राति एकदेखि दुई बजेसम्म पनि त्यस्ता रेस्टुराँ चल्ने गरेको पाइन्छ। प्रहरी सूत्रका अनुसार अहिले सामान्य तरिकाबाट कुनै नराम्रो काम नगरी कसैले रातिसम्म रेस्टुराँ चलाउँछ भने त्यसमा हत्तपत्त 'रेड' हानिँदैन, तर एउटा मात्र नराम्रो घटना घट्यो भने सञ्चालकदेखि सबै कारबाहीमा पर्न सक्छन् र परेका पनि छन्।

राजधानीको रात्रिजीवनलाई दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ। एउटा साँझ ६ बजेपछि दस बजेसम्म अर्को दस बजेपछि रातभरि। साँझ ६ बजेपछि परिवार वा साथीभाइसहित नयाँ सडकको 'चाट स्ट्रिट'मा चाट, पानीपुरी, चटपटा, ममः आदि खान जाने, न्युरोडको दमकल अगाडिको 'नाइट मार्केट'मा जिन्सी तथा श्रृंगारका सामान खरिद गर्ने, कुनै चलचित्र भवनमा चलचित्र हेरेर कुनै रेस्टुराँमा साथीभाइसहित बियरको चुस्की लिँदै बस्ने वा ठमेलको जाभामा पुगेर कोल्ड कफी पिउने, कार वा मोटरसाइकलमा बालबच्चासहित दरबारमार्गका आइसक्रिम पार्लरहरूमा आइसक्रिम वा पिज्जा खान जानेहरूको संख्या धेरै हुन्छ। शुक्रबार र शनिबारको रात त त्यही कारणले राजधानीका कतिपय स्थानमा ट्राफिक जामसमेत हुने गरेको छ। १० बजेपछि भने डिस्को, पब, क्लब आदिमा रक्सीको चुस्की लिँदै अनि चुरोटको धूवाँको बादलमा रात बिताउने 'रातका चरा अनि चरीहरू' को भीड देखिन्छ। प्रहरी निरीक्षक आभूषण तिमल्सिना भन्छन्- 'राति हिंडडुल गर्नुलाई हाम्रा अग्रजहरूले पनि खतरा बताउँथे। त्यसमाथि लुटपाट र चोरीजस्ता अपराध बढिरहेको बेलामा जोकोही जोखिम पनि पर्न सक्छन्।'

साताकी गृहिणी

४३ वर्षअघि धनुषाको चक्कर गाविसमा जन्मिएकी शान्ति महतो अहिले शान्तिनगर, काठमाडौंमा समाजसेवीका रूपमा परिचित छिन् । राष्ट्रिय समाचार समितिका महाप्रबन्धक जयशंकर महतोकी जीवनसंगिनी शान्तिका एक छोरा तथा एक छोरी छन् । विवाह गरेपछि प्रमाणपत्र तह उत्तीर्ण गरेको बताउने शान्ति समाजसेवाबाट आत्मसन्तुष्टि प्राप्त हुने धारणा व्यक्त गर्छिन् । उनी शान्तिनगरस्थित सामुदायिक बचत कोष, मैथली महिला समाज, महिला सिर्जना समूह, शान्तिनगर लियो क्लब, सुडी समाज जस्ता आधा दर्जनभन्दा बढी संघ–संस्थासँग आबद्ध छिन् ।

काठमाडौं आउनुभएको कति भयो ?
झण्डै २० वर्ष भैसक्यो । विवाह गरेको केही वर्षपछि नै हामी काठमाडौं आएका हौं ।

तपाईंको प्रेम विवाह कि मागी विवाह ?
मागी विवाह हो । विवाह भएपछि मात्र मैले उहाँलाई देखेकी थिएँ ।

कहिल्यै नदेखेको व्यक्तिसँग विवाह गर्न डर लागेन ?
त्यसबेलाको चलन नै त्यस्तै थियो । तराईमा त अझै पनि यो संस्कृति विद्यमान छ । विवाहअघि श्रीमान्को अनुहार हेर्नु राम्रो मानिंदैनथ्यो ।

तैपनि, कस्तो व्यक्ति पर्ने हो भन्ने डर त थियो होला नि ?
अलि अलि डर त भैहाल्छ नि तर आमा-बुबाले गरेको फैसला राम्रै होला भनेर ढुक्क पनि थिएँ ।

तपाईंको बाल्यकाल कहाँ तथा कसरी बित्यो ?
म धनुषामा जन्मिए पनि मेरो बाल्यकाल सिन्धुलीमा बित्यो । बुबा स्कुलको हेडमास्टरका साथै समाजसेवी पनि भएकाले मैले सानै उमेरदेखि रक्तदान जस्ता समाजसेवी कार्यमा सहभागी हुने अवसर पाएँ । समाजसेवाका लागि बुबाले पनि प्रेरणा दिनुभयो ।

काठमाडौंमा आएर समाजसेवामा लाग्नुभयो ?
– बीस वर्षअघि काठमाडौं आएर हामी शान्तिनगरमा बस्न थाल्यौं । त्यहाँ एउटा घरको व्यक्तिले अर्को घरको व्यक्तिलाई नचिन्ने अवस्था थियो । तराईको खुला वातावरणबाट आएकाले मलाई त्यस्तो वातावरण सहज लागेन । त्यसैले यही क्षेत्रमा केही गर्नुपर्छ भन्ने सोचेर २०४६ सालमा सामुदायिक वचत कोष स्थापना गर्न पहल गरें । अहिले पनि म यो संस्थामा सचिवका रूपमा कार्यरत छु ।

यो बचत कोषले के काम गर्छ ?
यसमा आबद्ध सदस्य तथा तिनका परिवारलाई आवश्यक परेको बेला सहयोग गर्छ । यो क्षेत्रका बासिन्दालाई आर्थिक रूपले सहयोग गर्नु यो कोषको प्रमुख उद्देश्य हो । यसमा अहिले हाम्रो क्षेत्रका एक सयभन्दा बढी सदस्य छौं ।

तपाईं उपाध्यक्ष हुनुभएको मैथिली महिला समाजले चाहिँ के काम गर्छ ?
यसले तराई क्षेत्रमा विद्यमान घुंघट प्रथा, अन्धविश्वास जस्ता कुरीतिबाट महिलाहरूलाई बाहिर निकाल्ने कार्य गरिरहेको छ ।

समाजसेवासँगै, घरको काम कसरी भ्याउनुहुन्छ ?
श्रीमान्को सहयोगले नै म घरभित्र तथा बाहिरका काम भ्याइरहेकी छु । घर-व्यवहार चलाउन श्रीमान्ले सहयोग नगर्नुभएको भए म समाजसेवी बन्न सक्दिनथें ।

श्रीमान्ले कस्ता काममा सहयोग गर्नुहुन्छ ?
अधिकांश घरायसी काम त म आफै गर्छु तर उहाँको भावनात्मक सहयोग नभएको भए घरबाट बाहिर निस्केर समाजसेवा गर्ने वातावरण बन्ने थिएन । उहाँले समाजसेवाका लागि मलाई उत्साहित गरिरहनुहुन्छ ।

विवाह गर्दा कति वर्षकी हुनुहुन्थ्यो ?
सानै थिएँ, त्यस्तै १६ वर्षकी । जम्मा सात कक्षामा त पढ्थें । श्रीमान्कै कारण मैले विवाहपछि पनि अध्ययनलाई निरन्तरता दिन सकें । फलस्वरूप म प्रमाणपत्र तह उत्तीर्ण गर्न सफल भएँ ।

अहिले सोच्दा कम उमेरमै विवाह भएजस्तो लाग्दैन ?
लाग्दैन तर कम उमेरमा विवाह नभएको भए कुनै राम्रो पदमा रहेर काम गरिरहेकी हुन्थें जस्तो लाग्छ । अहिलेको अवस्थामा पनि म असाध्यै खुसी छु । किनभने समाजसेवा गरेरै मैले धेरै मानिसको मन जितेकी छु ।

समाजसेवाबाट व्यक्तिले के फाइदा पाउँछ ?
यो त्यस्तो सेवा हो जहाँ फाइदा-बेफाइदा हेरिंदैन । यसबाट केवल आत्मसन्तुष्टि पाइन्छ साथै आफ्नो पहिचान बनाउन सकिन्छ ।

महिला सिर्जना समूह पनि सञ्चालन गर्नुभएको रहेछ । यसबाट के काम गरिरहनुभएको छ ?
यो शान्तिनगर क्षेत्रका महिलाहरूका लागि निकै प्यारो संस्था बनेको छ । यो समूहले महिलाहरूलाई निःशुल्क सिलाइ-कटाइ प्रशिक्षण दिन्छ । यो संस्थाबाट पाँच सयभन्दा बढी महिला सिलाइकटाइको प्रशिक्षण लिएर आफ्नै खुट्टामा उभिन सक्ने भएका छन् ।

पिछडिएका महिलाहरूलाई अगाडि ल्याउन के गर्नुपर्ला ?
तराई, पहाड जहाँका महिला पनि शिक्षाको अभावमा पिछडिएका छन् । त्यसैले दाजुभाइले दिदीबहिनीलाई, आमा-बुबाले छोरीलाई तथा सासू-ससुराले बुहारीलाई उचित शिक्षा दिनुपर्छ । जसले गर्दा महिला पनि पुरुष सरह काँधमा काँध मिलाएर अघि बढ्न सक्छन् ।

छोरा-छोरीलाई कत्तिको पढाउनुभएको छ ?
हामीले छोरीलाई डाक्टर तथा छोरालाई इन्जिनियर बनाउने योजना बनाएका थियौं तर ठ्याक्कै उल्टो, छोरी इन्जिनियर बनिन्, छोरा डाक्टर !

फुर्सदमा के गर्नुहुन्छ ?
प्रायः फुर्सद नै हुँदैन । भैहाल्यो भने हामी महिलाहरू मिलेर भजन गाउँछौं । घरमा बसेका बेला टेलिभिजनमा समाचार हेर्न रुचाउँछु ।

असल गृहिणीमा कस्तो गुण हुनुपर्छ ?
– परिवारको इच्छा अनुसार चल्न तथा केही पाउन केही गुमाउन सक्ने हुनुपर्छ । आपसी समझदारीलाई पनि असल गृहिणीको पर्यायका रूपमा लिइन्छ ।

– अरुणा भट्टराई

पारिवारिक स्वास्थ्य

हरेक वर्षायाममा जन्डिसको प्रकोप बढ्छ । जन्डिस वर्षायाममा किन, कसरी र केबाट फैलिन्छ, र यसबाट बच्ने उपयहरू के-के हुन सक्छन् ? भन्ने प्रश्नको उत्तर जानिराख्नु सान्दर्भिक हुनेछ ।

हाम्रो शरीरको रगतमा आवश्यकताभन्दा बढी विलिरुविन भन्ने तत्त्व भएमा शरीरको छाला, आँखा, नङमा पहेंलोपन देखा पर्छ र यसैलाई कमलपित्त वा जन्डिस भनिन्छ । रोग लाग्ने कारणका आधारमा विभाजन गर्दा यसलाई संक्रामक कमलपित्त, अवरोधक कमलपित्त तथा हेमोलाइटिक कमलपित्त गरेर तीन वर्गमा बाँड्न सकिन्छ । अन्य प्रकारका कमलपित्तभन्दा संक्रामक कमलपित्त व्यापक र धेरैलाई प्रभाव पार्ने प्रकृतिको हुन्छ । यो मूलतः भाइरस, ब्याक्टेरिया तथा विकारका कारण उत्पन्न हुन्छ । यो सजिलैसँग एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्छ । भाइरल प्रवृत्तिको जन्डिस बढी जटिल तथा व्यापक हुन्छ ।

यस्तो भाइरल संक्रामक कमलपित्त (जसलाई भाइरल हेपाटाइटिस पनि भनिन्छ) छ प्रकारका भाइरसबाट हुन्छ, जसलाई ए, बी, सी, डी, ई र जी भाइरस भनिन्छ । यी सबै भाइरस नै भए पनि यिनीहरूको सर्ने प्रक्रिया भने फरक-फरक हुन्छ । हेपाटाइटिसबाट बी, सी, डी, र जी प्रकारका भाइरसहरूबाट संक्रमित मानिसको रगत स्वस्थ मानिसलाई दिइएमा वा बिरामीसँग लसपस भएको अवस्थामा यो रोग सर्न सक्छ । हेपाटाइटिस ई र एका भाइरसहरू मुखबाट खाइने खानाको बाटो भएर शरीरमा प्रवेश गर्छ । हेपाटाइटिस ई र ए आदि फैलनमा सुरक्षित खानेपानीको सार्वजनिक वितरण व्यवस्थित नहुनु, ढल निकास तथा खानेपानीको संसर्ग हुनु, वातावरणीय सरसफाइ नहुनु वा व्यक्तिगत सफाइको आमचेतना नहुनुसँग पनि सम्बन्धित हुन्छ ।

काठमाडौं उपत्यकामा वर्षायाममा खास गरेर वातावरण, पानी र खाना यी तीनै कुराको स्तरीयता तथा शुद्धतामा कमी आउने हुनाले हेपाटाइटिस ई र एको संक्रमणमा वृद्धि भएको देखिन्छ । सन् १९९७ मा उपत्यकाको एक निश्चित जनसंख्या समूहमा गरिएको एक अध्ययनअनुसार हेपाटाइटिसका कुल बिरामीमध्ये करिब ५६ प्रतिशत हेपाटाइटिस ए र ईका बिरामी नै थिए भने हेपाटाइटिस बी र सीका तीन प्रतिशत मात्र थिए । वर्षायाममा महामारीका रूपमा फैलने यो रोग जुनसुकै उमेर समूहका मानिसलाई लाग्ने भए पनि खास गरेर १५ वर्षमुनिका केटाकेटीलाई बढी लाग्ने गरेको देखिन्छ । यो रोग सर्ने अवधि १५ देखि ४५ दिनसम्म हुन्छ । यसका भाइरसहरू जमिनमा बाहिर करिब एक महिनासम्म बाँच्न सक्ने भएकाले सजिलै सागपात र अन्य सम्पूर्ण खाद्यस्रोतमा मिसिन्छन् । यो रोगका भाइरस जन्डिस देखिनुभन्दा दुई साताअघिदेखि नै सक्रिय हुन्छन् ।

रोगका लक्षणहरू :

प्राथमिक चरणमा यो रोग लागेको पत्ता नलाग्ने धेरै सम्भावना हुन्छ, तर पनि बिरामीलाई ज्वरो आउने, जाडो हुने, टाउको दुख्ने, थकाइ लाग्ने, वाकवाक लाग्ने, खानामा रुचि नहुने तथा अम्मलीहरूलाई नियमित अम्मल सेवन गर्न मन नलाग्ने हुन्छ । यस्ता लक्षण देखिएको करिब एक सातापछि बिरामीको पिसाब पहेंलो हुने, आँखा, छाला र नङ पहेंलो देखिने, पेटको दाहिनेतर्फको माथिल्लो भागमा छाम्दा बिरामीलाई दुख्ने आदि हुन्छ । यस्तो अवस्था साधारणतया आठ-दस दिनसम्म रहन सक्छ । रोग लागेको तीन-चार सातादेखि छ साताबीचमा बिरामी बिस्तारै आराम हुँदै आएर आफ्नो दैनिक कार्य गर्न सक्ने हुन्छ । यदि यो पहेंलोपन तीन साताभन्दा बढी कायम रहे चिकित्सकको सल्लाह लिनुपर्छ ।

रोकथाम तथा उपचार :

-विरामीको हेरविचार गर्ने व्यक्तिले बिरामीको सम्पर्कमा आएपछि हरेक पटक साबुन-पानीले राम्रोसँग हात धुनुपर्छ । बिरामीका कपडा, भाँडावर्तन तथा अन्य सरसामान राम्रोसँग सफा गर्नुपर्छ ।

-दूषित पानी, दूध, खाना आदि खानु हुँदैन । पानी कम्तीमा पनि पाँच मिनेट उमालेर मात्र पिउनुपर्छ र खाना, पानी आदि छोपेर राख्नुपर्छ । खानामा झिंगा बस्न दिनु हुँदैन । हरियो सागसब्जी आदि राम्रोसँग पकाएर मात्र खानुपर्छ । व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिनुपर्छ । हात सफासँग धुनुपर्छ, नङ सफा र छोटो राख्नुपर्छ आदि ।

-सुरक्षित चर्पीको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

-पानीको स्रोतलाई सुरक्षित राख्नुपर्छ तथा ढलको उचित व्यवस्था हुनुपर्छ ।

-विद्यालयमा पनि बालबालिकाका लागि सुरक्षित चर्पी र शुद्ध खानेपानीको व्यवस्था हुनुपर्छ । विद्यालयहरूमा समय-समयमा स्वास्थ्य अनुगमन, जाँच, रेखदेख एवं नियन्त्रणको व्यवस्था सम्बन्धित निकायले मिलाउनुपर्छ ।

-सार्वजनिक स्थलहरू, जस्तै– रेस्टुराँ, होटल इत्यादिमा पनि उपरोक्त कुराको उचित व्यवस्था सम्बन्धित अधिकार प्राप्त निकायले गराउनुपर्छ ।

-सामुदायिक स्वास्थ्य शिक्षाको कार्यक्रम सञ्चालन गरिनुपर्छ । सार्वजनिक खानेपानीको शुद्धता एवं स्तरीयताका लागि पर्याप्त उपायहरू अवलम्बन गरिनुपर्छ ।

उपचारका उपायहरू :

- बिरामीले पर्याप्त आराम गर्नुपर्छ ।

- बिरामीलाई बढी क्यालोरी भएको खाना, जस्तो– आलु, भात, ग्लुकोज, चिनी, उखुको रस, मेवा, फलफूलको रस आदि खान दिनुपर्छ । प्रोटिन भएको तथा चिल्लोयुक्त खाना कमै मात्रामा खान दिनुपर्छ । खाना शुद्ध, स्वस्थकर एवं रसिलो हुनुपर्छ । प्रशस्त पानी पिउनु उत्तम हुन्छ ।

- बिरामीले अलिअलि गरेर पटक-पटक खाइरहनुपर्छ ।

- औषधी नभएकाले जे पायो त्यही सेवन गरे रोगीको कमजोर स्वास्थ्यमा प्रतिकूल प्रभाव पर्न सक्छ । चिकित्सकको सिफारिसबाहेक अन्य कतिपय औषधीले बिरामीको कलेजोमा नराम्रो असर गर्न सक्छ ।

-बिरामीले लामो समयसम्म खानपान तथा रहनसहनमा पूर्णरूपमा परहेज गर्नुपर्छ । पाचन प्रणालीलाई प्रत्यक्ष हानि पुग्ने प्रकारका भोजन गर्नु हुँदैन भने नशा सेवन गर्नै हुँदैन ।

- बिरामीका साथै बिरामीको नजिक रहने व्यक्तिले पनि माथि भनिएका व्यक्तिगत स्वास्थ्य एवं सरसफाइमा ध्यान दिनुपर्छ ।

–दुर्गा सुवेदी

(लेखिका महाराजगन्ज नर्सिङ क्याम्पसमा उपप्राध्यापक हुनुहुन्छ ।)

कामकाजी महिलाको सौन्दर्य स्याहार

अहिले महिलाले पनि घरबाहिर काम गर्नुपर्ने बाध्यता छ । कामकाजी महिलाले घरको काम पनि नगरी नहुने स्थिति छ । कामकाजी महिलाका लागि सौन्दर्य स्याहार गर्न ब्युटिपार्लर गैरहने समय पनि हुँदैन ।

-मनतातो पानीमा एक बिर्को हाइड्रोजन मिसाउने । हाइड्रोजन नभएको खण्डमा आधा कागती मनतातो पानीमा मिसाउने । त्यसमा एक चम्चा नुन हाल्ने । यसरी मिसाएको पानीमा ५-७ मिनेट हातखुट्टा डुबाउने । त्यसमा मेनिकेयर स्याम्पु २ बिर्को हालेर हलुका मसाज गर्ने । निपर, पुसर तथा क्लिनरको सहायताले नङको कुनाकाप्चा सफा गर्ने । फाइलरले नङलाई सेप दिने । यसो गर्नाले

हातखुट्टाको नङमा निखार आउँछ ।

–जौ, मकै तथा चनाको पीठो खस्रो गरी पिसेर एकसाथ मिसाएर राख्ने । ३ चम्चा यो चोकर, एक चम्चा बेसार तथा आधा गिलास दूध मिसाएर पेस्ट बनाउने । त्यसमा एक चम्चा मह पनि मिसाउने र हातखुट्टामा उक्त प्याक लगाएर १५-२० मिनेट मसाज गर्ने । अन्त्यमा गर्मी मौसममा चिसो पानी र जाडो मौसममा मनतातो पानीले पखाल्ने । यसले पनि हातखुट्टालाई फुट्नबाट जोगाउँछ र हातखुट्टा चम्किलो देखिन्छ ।

–हप्ताको एकपटक फेस प्याक लगाउँदा हातखुट्टामा पनि प्याक लगाउन सकिन्छ ।

–यदि खुट्टा धेरै फुट्छ भने रोज वाटर, ग्लिसिरिङ, कागतीको रस दुई चम्चा मिसाएर एउटा बट्टामा राख्ने । राति सुत्नुअघि हातखुट्टा सफासँग धोएर पाँच मिनेटजति मसाज गरेर सुत्ने ।

–सीता पाठक

(लेखिएका महिला व्यावसायिक प्रशिक्षण संस्थामा प्रशिक्षक हुनुहुन्छ)

ल्याउनुहोस् बहार गमलाबाट

जब हरियोपनको कुरा हुन्छ तब धेरैजसो व्यक्तिको आँखा अगाडि हरियो जंगल, लहलहाउँदो खेतको दृश्य घुम्छ । प्रायः मानिसहरू आफ्नो घरेलु हरियोपनलाई बिर्सन्छन् । घरेलु हरियोपनको अर्थ सानोसानो बगैंचा, सानो ठूलो सबै प्रकारको गमला आदि हुन् ।

त्यसो त गमला सबै घरमा पाइन्छन् तर धेरैजसो घरमा गमला उपेक्षित नै हुन्छ । यदि कुनै व्यक्तिले आफ्नो स्मरणशक्तिको प्रयोग गर्‍यो भने गमलामा गरिएको सानो सजावट नै घरको सबैभन्दा ठूलो सजावट बन्न पुग्छ ।

यो सब गर्नुभन्दा पहिले गमलालाई माटोको एउटा आकृति मात्र मान्नुहुँदैन । घरमा कतिवटा गमला छन् र तीमध्ये कति पुराना छन् ? सबै पुराना गमला जम्मा गर्नुहोस् र त्यसमा भएको माटो आदि सफा गर्नुहोस् । यसपछि यसमा पारम्परिक गेरुवा रङ वा आफूलाई मनपर्ने कुनै रङ पोत्नुहोस् । अब निश्चित गर्नुहोस् कि कहाँ-कहाँ गमला

राख्न सकिन्छ ?

बालकोनी वा बरन्डाको छतमा अलिअलि फरकमा फलामको रिङ लगाएर ती रिङमा सानो तथा अलग-अलग प्रकारका गमला राख्नुहोस् । झुन्ड्याइएको गमलाबाट तलतिर आएका लहराहरू सुन्दर देखिन्छन् ।

ड्रइङ रुममा ठूलो आकारको गमला राख्नुहोस् र त्यसमा पाम ट्री लगाउनुहोस् । कोठाको अर्को कुनामा अलिकति आर्टिस्टिक स्टाइलमा राखिएको मनिप्लान्ट वा सजावटी लहराको विरुवाले घरमा हरियोपनको अनुभव गराउनेछ ।

यदि बरन्डा ठूलो छ भने आफूलाई मनपरेको डिजाइनमा एउटा प्लान्टर बनाउनुहोस् । यसले सानो ठाउँमा पनि धेरै गमला एडजस्ट हुनेछन् र प्लान्टरमा भएको गमलामा फुलेको रंगीबिरंगी फूलले आन्तुकहरूको मन छुनेछ । यदि जान्नुहुन्छ भने आफ्नो चित्रकलाको प्रदर्शन सादा गमलामा गर्नुहोस्, किनभने गमला माटोको आकृति मात्र होइन ।

–संजय

परिकार

मसरुम मम

सामग्री : एक कप मैदा, ठूलो एक चम्चा तेल, नुन स्वादअनुसार ।

ममभित्र पर्ने सामग्री : ठूलो दुई चम्चा तेल, एउटा प्याज, काटेका छवटा मसरुम, ठूलो एक चम्चा पिनेको अदुवा, लसुनको पेस्ट, काटेको हरियो खुर्सानी, काटेको एउटा ठूलो गाजर, एउटा सानो बन्दागोभी, नुन स्वादअनुसार, ठूलो एक चम्चा मरीच । **ससको सामग्री** : एक ठूलो चम्चा चिनी, स्वादअनुसार जिरा, तेल, सोया सस र धनिया । ठूलो तीन चम्चा सिरका, चार-पाँचवटा सिंगो राता खुर्सानी, छ-सात कल्ली लसुन ।

विधि : नुन र मैदा मिसाएर छानी तेल तथा पानीमा हालेर मुछ्नुपर्छ । राम्ररी मुछेको पीठो र त्यसभित्र हाल्ने सामग्री तयार गर्ने । तेल तातेपछि काटेको प्याज हालेर भुट्ने । मसरुम हालेर दुई मिनेटसम्म पकाउने । गाजर, हरियो खुर्सानी, अदुवा, लसुनको पेस्ट, बन्दागोभी त्यसैमा हालेर मिसाउने । कडा आँचमा चलाउँदै तीन मिनेटसम्म भुट्ने । नुन र मरीच हाली आगोबाट झिकेर बेग्लै राख्ने । पीठोलाई स-साना डल्ला बनाउने । जसमा एक चम्चा तयारी सामग्री हालेर किनाराबाट हातले हल्का मोड्दै बीचमा मिलाएर चाहेअनुसारको आकारको मम बनाउने । ममलाई चिल्लो लागेको स्टिमर (मम पकाउने भाँडो) मा राखेर प्रेसरकुकर वा डेक्चीमा दुई कप पानी हाल्ने । प्रेसरलाई सिटी नलगाई पकाउने र तीन-चार मिनेटपछि प्लेटमा निकाली पंखा तल राखेर सुकाउने । यस्तो मम स्टिम्ड पनि हुन सक्छ अथवा दुई सय डिग्री सेन्टिग्रेडको ताप भएको ओभनमा ममको किराना सुनौलो रंगमा आउने समयसम्म पाँच मिनेटका लागि बेक गर्नुपर्छ । त्यसपछि स्वादिष्ट मसरुम मम तयार हुन्छ ।

–नारायण ज्ञवाली

उसुमा कम सफलता

दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा पहिलो पटक समावेश गरिएको उसु खेलमा नेपालले २ स्वर्ण, ३ रजत तथा ६ कांस्यसहित कुल ११ पदक जितेको छ।

पहिलो पटक समावेश भएका कारण नेपालले यस पटक उसुमा न्यूनतम ६ स्वर्णको आशा राखेको थियो, तर निर्णायक समितिले खेलाडीहरूप्रति पक्षपातपूर्ण रवैया देखाएका कारण नेपालले २ स्वर्णमै चित्त बुझाउनुपरेको नेपाली प्रतिनिधिहरूले बताएका छन्। नेपाललाई यसपटक उसुमा पहिलो स्वर्ण पदक वीना खड्काले थाउलु स्पर्धामा भारतकी खेलाडीलाई पराजित गर्दै दिलाएकी थिइन्। यसैगरी उसुको सान्सौतर्फ नेपालका राजकुमार रसाइलीले पनि नेपाललाई एक स्वर्ण पदक दिलाएका थिए। भुवन श्रेष्ठले महिला छान्छ्वानमा, धनवीर महर्जनले ७० किलोग्राम मेन्स सान्सौमा तथा मचाकाजी महर्जनले ताइचीमा१-१ रजत पदक दिलाएका थिए।

१० औं सागमा स्वर्ण पदकको आशा गरिएका पञ्चमान् महर्जन, रुक्मणि थापा मगर, गौतम श्रेष्ठ, बेगबहादुर पाण्डे, श्याम विष्ट तथा भूषण बज्राचार्यले रजत र कांस्य पदकमै चित्त बुझाउनुपरेको थियो।

अधुरो रह्यो आशा

बक्सिङ कुनै समय अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा देशको गौरव बढाउने खेलका रूपमा चिनिन्थ्यो, तर हालका वर्षमा बक्सिङले अन्तर्राष्ट्रिय वा दक्षिण एसियाली क्षेत्रमा पनि सोचेअनुसारको सफलता पाउन सकेको छैन।

कोलम्बोमा सम्पन्न १० औं साग खेलकुद प्रतियोगितामा नेपाली बक्सिङले १ रजत तथा ४ कांस्य पदकमै चित्त बुझाउनुपर्‍यो। नेपालले यस पटक बक्सिङ खेलमा सुशील घिमिरेमार्फत एक रजत पदक तथा अनिल गुरुङ, महेश रिजाल, पूर्णबहादुर लामा तथा विष्णु रिजालमार्फत १/१ कांस्य पदक हात पार्‍यो।

नेपालले यस पटक बक्सिङतर्फ २ स्वर्ण पदकको आशा राखेको थियो तर नेपालका तर्फबाट सुशील घिमिरे मात्र फाइनलमा पुग्न सफल भए। पाकिस्तानका खेलाडी फैजल करिमविरुद्ध ६४ किलोग्रामका लागि भएको खेलमा तेस्रो राउन्डमा आरएससीका आधारमा पराजित भएका थिए। नेपालका तर्फबाट स्वर्ण पदकको आशा राखिएका अनिल गुरुङ भुटानका खेलाडीलाई पराजित गरेर सेमिफाइनलमा प्रवेश गरे पनि आँखामुनिको भागमा रगत जमेका कारण सेमिफाइनलबाट बाहिरिएर कास्य पदकमै चित्त बुझाउन बाध्य भए।

तेक्वान्दोमा त्यो सफलता र गौरव रहेन

नेपाली तेक्वान्दोको सफलताको रेखा दक्षिण एसिया पार गरेर एसियाली क्षेत्रसम्म पुगेको थियो। दक्षिण एसियाली क्षेत्रमा एकछत्र राज गर्न सक्ने क्षमता राख्ने नेपालका तेक्वान्दो खेलाडीहरूको वर्तमान स्तरलाई हेर्ने हो भने दक्षिण एसियाली क्षेत्रमा नेपाल अझै पनि अब्बल दर्जामै छ, तर १० औं साग नेपाली तेक्वान्दोका लागि सबैभन्दा खराब रह्यो।

न्यूनतम पनि ८ स्वर्ण पदकको आशा राखेर कोलम्बो पुगेको नेपाली तेक्वान्दो टिमको हातमा मनिता शाही र दीपक विष्टमार्फत १/१ स्वर्ण पदक मात्र हात लाग्यो। पदकको आशा राखिएका धेरै खेलाडीबाट निराशा मात्र भोग्नुपरेन, पदकको मुख्य दावेदारी गर्ने खेलाडीहरू स्वयंले पदक ल्याउन नसक्दा आफैं निराशसमेत भए। नेपालले यसपटक तेक्वांदोमा २ स्वर्ण पदकका अतिरिक्त ३ रजत र १ कांस्य पदकमा चित्त बुझाउनुपरेको छ।

१० औं सागमा नेपाली तेक्वान्दो खेलाडीहरूका तर्फबाट सर्वोत्कृष्ट सफलता दीपक विष्टले हात पारे। आठौं साग खेलकुद प्रतियोगितादेखि नै स्वर्ण पदक जित्दै आएका दीपकले १० औं साग खेलकुद प्रतियोगितामा पनि स्वर्ण पदक जितेर तेक्वान्दो खेलमा ह्याट्रिक गर्ने सोचाइ बनाएका थिए। उनको यो योजना नेपालका म्याराथन धावक वैकुण्ठ मानन्धरबाट प्रेरित भएको भए पनि तेक्वान्दोका लागि यो क्षण ऐतिहासिक नै थियो। १० औं सागमा धाँधलीपूर्ण निर्णयका कारण ह्याट्रिक गोल्ड मेडलको आशा राखेकी संगिना वैद्य तथा कराँतेका दीपक श्रेष्ठ यसअघि नै पराजित भैसकेका कारण विष्ट पनि स्वयं सोचेजस्तो नतिजा आउने कुराप्रति सशंकित थिए, तर उनले आफू उत्कृष्ट खेलाडी भएको कुरा प्रमाणित गर्दै भारतका इब्राहिम खानलाई पराजित गरे।

कुनै समय नेपाली तेक्वान्दोमा पुरुषको मात्र नभएर महिला खेलाडीहरूको पनि दबदबा थियो, तर यो क्षणलाई पुर्ने काम महिला खेलाडीका तर्फबाट मनिता शाहीले मात्र गर्न सकिन्। २०५४ सालदेखि तेक्वान्दोमा लागेकी मनिताले जीवनकै सर्वोत्कृष्ट नतिजा हात पारेको बताइन्।

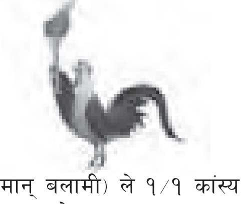
तेक्वान्दोमा मनिताले भन्दा बढी पदकको आशा गरिएकी संगिना वैद्यले भने कांस्य पदकमै चित्त बुझाउनुपर्‍यो। पत्थरीको शल्यक्रियावाट फर्किएकी संगिना यसपटक शारीरिक रूपमा त्यति सबल थिइनन्, तर उनले आफ्नो क्षमताअनुसारको प्रदर्शन गर्दा पनि पराजय भोग्नुपरेको बताइन्।

तेक्वान्दोमा नेपालले स्वर्ण पदकको आशा राखेका नारायण मानन्धर तथा पद्मा गुरुङले पनि कांस्य पदकमै चित्त बुझाए।

कराँतेले गौरव बढाउन सकेन

दक्षिण एसियाली क्षेत्रमा नेपालका कराँते खेलाडीहरूलाई सर्वोत्कृष्ट खेलाडी मानिन्थ्यो। आठौं सागमा कराँते खेललाई पहिलो पटक समावेश गरिएपछि नेपाली खेलाडीहरूले क्लिन स्विप गरेर नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय छवि पनि उकासिएको थियो, तर नेपालले दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामार्फत बढाएको यो साखलाई अर्को संस्करणको प्रतियोगितामा कायम गर्न सकेन भने यस पटकको प्रतियोगितामा नेपाली कराँते खेलाडीको पोल्टामा २ स्वर्ण, ३ रजत तथा ५ कांस्य मात्र हात पर्‍यो।

नेपालले यसपटक करिब ८ स्वर्ण पदकको आशा राखेको थियो तर सुलोचना सिजाःख्वा र कुशल श्रेष्ठले स्वर्ण पदक जिते भने महिला कातामा टिम इभेन्ट्समा (सुभद्रा श्रेष्ठ, रोजी नगरकोटी, सुम्द्रा श्रेष्ठ र संगीता डंगोल) र अमृता शाक्यले रजत पदक तथा विनोद शाक्य एवं पुरुष टिम कातामा (निरबहादुर मोक्तान, केदारबहादुर सिंखडा, गणेशबहादुर थिङ र पूर्णमान् बलामी) ले १/१ कांस्य पदक हात पारे।



कराँतेमा नेपालका तर्फबाट एक मात्र स्वर्ण पदकको खुसी भक्तपुरकी सुलोचना सिजाःख्वाले दिन सकिन्। श्रीलंकाकी खेलाडी आरपिएस लकमानीलाई ४-१ को फराकिलो अन्तरले पराजित गर्न उनी सफल भइन्। यसैगरी पुरुष कुमुतेतर्फ कुशल श्रेष्ठले ६५ किलोग्राम तौल समूहमा श्रीलंकाका खेलाडीलाई पराजित गरेर नेपाललाई पुरुषतर्फको कराँतेमा पहिलो स्वर्ण पदक दिलाएका थिए। नवौं सागमा उनले रजत पदकमै चित्त बुझाएका थिए। धनकुटाको बालमन्दिरमा हुर्किएका कुशलले आफू कराँते सिक्न थालेदेखि यसमा स्वर्ण पदक जित्ने आशा राखेको र त्यसलाई १० औं सागमार्फत पूरा गर्न पाएको बताए।

कराँतेमा दीपक श्रेष्ठ तथा गंगाराम महर्जनबाट पनि स्वर्ण पदकको आशा राखिएको थियो। आठौं र नवौं सागमा स्वर्ण पदक जितेका दीपक श्रेष्ठ १० औं साग खेलकुद प्रतियोगितामा स्वर्ण पदक जितेर ह्याट्रिक गर्ने सोचमा थिए। कातातर्फ नेपालकै उत्कृष्ट खेलाडी गंगाराम महर्जनको हकमा आठौं सागले मात्र न्याय गर्‍यो। नवौं सागमा पनि पहिलो चरणबाटै बाहिरिएका गंगाराम यसपटक पनि पदकविहीन भएर घर फर्किए। साग खेलकुदमार्फत स्वर्ण पदक जितेर संन्यासको घोषणा गर्ने सोचाइमा रहेका गंगाराम यसपटक अफगानिस्तानका असीम हैदरसँग पराजित भए। उनले साग खेलकुदमा भोगेको लगातारको पराजयको यो नियतिका कारण साग खेलकुद प्रतियोगितामा कहिल्यै सहभागिता नगर्ने प्रणसमेत गरे।

चर्चित खेलाडीको पराजय श्रृंखला

मनोज घिमिरे, कोलम्बो

दसौं दक्षिण एसियाली खेलकुदमा नेपालले राम्रो प्रदर्शनको आशा गरेका थुप्रै खेलाडीबाट निराश हुनुपर्‍यो। ६ स्वर्ण पदक जित्ने लक्ष्यसहित कोलम्बो पुगेको नेपाली उसु टिम दुईवटा मात्र स्वर्ण पदकमा सीमित भएपछि सुरु भएको नेपालको खराब प्रदर्शनको क्रम कराँते, तेक्वान्दो हुँदै जुडोसम्म पुग्यो। यसबीच उसुका पञ्चमान महर्जन, मचारत्न महर्जन, कराँतेका गंगाराम महर्जन, दीपक श्रेष्ठ तथा तेक्वान्दोकी संगीना वैद्यजस्ता पदकका आशा राखिएका सबै खेलाडी असफल भए।

कोलम्बो सागमा नेपालको असफलताको सबैभन्दा बढी चर्चा संगिना वैद्यले पाइन्। सन् १९९७ मा सिड्नीमा भएको एसियाली तेक्वान्दो च्याम्पियनसिपमा स्वर्ण पदक जित्दै अन्तर्राष्ट्रिय चर्चा पाएकी वैद्यले आठौं सागदेखि नै स्वर्ण पदक जित्दै आएकी थिइन्। १० औं सागलाई आफ्नो खेलजीवनको लगभग अन्तिम प्रतियोगिताका रूपमा व्याख्या गर्दै आएकी वैद्यले १० औं सागमा स्वर्ण पदक जितेर नेपालको खेलकुदको इतिहासमा लगातार ३ स्वर्ण जित्ने पहिलो महिला बन्ने इच्छा राखेकी थिइन्, तर उनले देशको गौरव बढाउन राखेको आशा सेमिफाइनलमा अफगानिस्तानकी नीलासँग पराजित भएपछि समाप्त भयो।

निर्णायकहरूको एकतर्फी निर्णयका कारण नेपालीहरू मुख्य रूपमा मार्शल आर्टका विधाहरूमा पराजित भएको गुनासो सार्वजनिक भैरहेका बेला संगिनाको पराजयले सबैलाई बढी स्तब्ध पारेको थियो। देशको आशा भत्किएपछि संगिनाले श्रीलंकामै अन्तर्राष्ट्रिय खेलबाट संन्यासको घोषणा गरिन्।

संगिनाले जस्तै कराँते खेलबाट लगातार तेस्रो पटक स्वर्ण पदक जित्ने आशा अर्का चर्चित खेलाडी दीपक श्रेष्ठले पनि राखेका थिए, तर दीपक पनि पहिलो चरणमै श्रीलंकाका पीएमएसपी मुदालिगेद्वारा ६० किलोग्राम तौल समूहमा पराजित भएर प्रतियोगिताबाट बाहिरिए। उनले निर्णायकहरूले गलत निर्णय गरेकोमा खुला प्रतिवाद नै गरे। दीपकले प्रतियोगिता चलिरहेको समयमै निर्णायकहरूको विरोध गर्दै खेल त्याग गरेका थिए। आफूले जति अंक ल्याए पनि निर्णायकहरूले नदेख्ने तर आयोजक श्रीलंकाका खेलाडीले अंक नल्याउँदा पनि दिने परिपाटी जापानी निर्णायकहरूमा रहेको उनले बताए। निर्णायकहरूको विरोध गरेबापत उनलाई एसियाली कराँते महासंघले सबै प्रकारका अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा दुई वर्षका लागि प्रतिबन्ध लगाएको छ।

कोलम्बो सागमा नेपालले भोगेको अर्को अपत्यारिलो पराजय कराँतेकै कातामा पनि रह्यो। कातामा नेपालकै उत्कृष्ट खेलाडीको रूपमा रहेका गंगाराम महर्जन यस पटक पनि पदकविहीन भएर घर फर्किनुपर्‍यो। आठौं सागमा स्वर्ण पदक जितेर उत्कृष्ट खेलाडीको छाप छोडेका गंगाराम नवौं सागमा पहिलो चरणबाटै बाहिरिए। महर्जनले यसपटक स्वर्ण पदक जितेर अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताबाट विश्राम लिने योजना बनाएका थिए, उनको सपना पहिलो चरणमा अफगानिस्तानका असिम हैदरसँग पराजित भएपछि टुङ्गियो। उनले साग खेलकुदमा लगातार पराजय भोगेका कारण साग खेलकुदमा कहिल्यै सहभागिता नगर्ने प्रणसमेत गरे।

उसुका पञ्चमान महर्जनको पीडा त बताइ नसक्नुकै रह्यो। २० वर्ष उसु खेलेका ३५ वर्षीय पञ्चमान थाउलोतर्फ पक्षपातपूर्ण निर्णयको सिकार भएपछि आफू उसु खेलाडी भएकोमा नै पछुतो मान्ने अवस्थामा पुगे। '२० वर्ष एउटै खेलमा लागेको कारण मलाई अहिले पछुतो भैरहेको छ,' महर्जनले भने। मचारत्न महर्जन पनि अप्रत्याशित रूपमा रजत पदकमा सीमित भए। उनलाई पनि पूर्वाग्रही ढंगले हराइएको प्रशिक्षक प्रणीलध्वज कार्की बताउँछन्।

व्यक्तिगत रूपमा केही चर्चित खेलाडीले सफलता पाउन नसके पनि नेपालले यस पटक पदकको बढी आशा राखेको मार्शल आर्ट खेलका उसु, कराँते, तेक्वान्दो तथा जुडोबाट तुलनात्मक रूपमा निकै कम पदक जितेको थियो। नेपालको पराजयको मुख्य कारणमा निर्णायकहरूको गलत निर्णय हाबी भए पनि नेपाली पक्षको पनि केही कमजोरी छ। लबीका आधारमा मार्शल आर्ट विधाको पदक वितरण गरिएको आरोप नेपाली खेलाडीहरूले लगाउन थालेपछि कोलम्बो गएका नेपाली खेल पदाधिकारीहरूले त्यसको दह्रो प्रतिवाद किन गर्न सकेनन् ? यो प्रश्नको उत्तर राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले दिनुपर्नेछ।

उसु, तेक्वान्दो, जुडो तथा कराँतेमा नेपालको असफलता रेफ्रीको पूर्वाग्रह मात्र भने होइन, पछिल्लो समयमा मार्सल आर्टमा अन्य राष्ट्रले गरेको उन्नति पनि प्रमुख कारण हो। 'अरू सबै देशले मार्सल आर्टमा तीव्रतर विकास गरेका छन्,' कराँते प्रशिक्षक हीरासिंह डंगोल बताउँछन्। उनको तर्कमा सत्यता पनि छ। नवौं सागमा भन्दा यो प्रतियोगितामा नेपाली टिमको पराजयमा फरकपन पनि छ। नवौं सागमा नेपाली खेलाडीहरू पाकिस्तानी खेलाडीहरूसँग मात्र पराजित भएका थिए, तर कोलम्बो सागमा नेपाली खेलाडीहरू श्रीलंकन, पाकिस्तानी, अफगानी तथा भारतीयहरूसँग पराजित भएका छन्। यसको अर्थ रेफ्री लबिङ मात्र नेपालको पराजयको कारण होइन।

सागमा सप्रन नसकेको स्थिति

दक्षिण एसियालीहरूको दुई हप्ते खेलकुद रमझम सकिएको छ। सधैंझैं भारत १ सय १८ स्वर्ण जितेर अविचलित प्रथम स्थानमा रह्यो भने अन्य राष्ट्रबीच पहिलेका साफझैं दोस्रो स्थानका लागि तीव्र प्रतिस्पर्धा भयो। खेलको अन्तिम प्रतिस्पर्धा सकिँदा पाकिस्तानले विश्लेषण गरिएभन्दा बढी ४१ स्वर्ण ल्याएर आयोजक राष्ट्र श्रीलङ्कालाई उछिन्यो। दोस्रो स्थानमा पुग्न ठूलो मेहनत गरेको श्रीलङ्काले ३६ स्वर्ण ल्याएर तेस्रो बन्नुपर्‍यो भने नेपाल ९ स्वर्णका साथ चौथो स्थानमा रह्यो। अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा अनुभवको कमी भएको मानिने अफगानिस्तानले यसपटक नेपाललाई पछ्याउँदै ६ स्वर्ण हात पार्‍यो। बंगलादेशले ३ स्वर्णमा चित्त बुझायो भने भुटानले कुनै स्वर्ण जित्न नसके पनि ३ रजत र १० कांस्य प्राप्त गर्‍यो। समग्रमा यस पटकको सागमा नेपाल र बंगलादेश सोचेभन्दा पछाडि परे। मार्सल आर्टको केन्द्र मानिएको नेपालले कराँते, तेक्वान्दो तथा उसुमा सोचेजस्तो सफलता हासिल गर्न नसकेपछि अन्तर्राष्ट्रिय रूपमै यी खेलमा भएका नेपालको कमजोरीका सम्बन्धमा चर्चा चलेको छ। अन्य खेलमा असफलता हात लाग्नुलाई देशको परिस्थिति, अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिस्पर्धाको अनुभवको कमी तथा लामो तालिममा बस्न नपाउनुलाई लिइए पनि मार्सलआर्टका तीन खेलमा अपेक्षित सफलता हात लाग्न नसकेको विषयमा पर्याप्त टीका-टिप्पणी भएका छन्।

राम्रो तयारी गर्न नसके पनि भदौ २ गतेदेखि कोलम्बोमा सुरु भएको दक्षिण एसियाली खेलकुद (साग) मा नेपाली खेलाडीहरू निराश हुँदैनन् भन्ने विश्वास आम नेपालीमा थियो। मार्सल आर्टमा नेपाल दक्षिण एसियाली राष्ट्रहरूको गुरु मानिएकाले पनि यस्तो विश्वास राखिएको हो। नेपालले नै उसु खेल्न दक्षिण एसियाली राष्ट्रलाई उक्साएको मात्र होइन, सामग्री पनि प्रदान गरेको थियो। कराँते एवं तेक्वान्दो नेपालको प्रमुख खेल भएको तथा आठौं सागमा नेपालले कराँतेकै सहयोगले ३१ स्वर्ण हात पारेर दोस्रो स्थान ल्याएकाले पनि यस्तो अपेक्षा गर्नु अनौठो थिएन। त्यसबाहेक नेपालले तेक्वान्दोमा संगीना वैद्य तथा दीपक विष्ट, कराँतेमा दीपक श्रेष्ठ तथा उसुमा राजकुमार रसाइलीजस्ता स्वर्णकै लागि जन्मिएका जस्ता लाग्ने खेलाडी विरासतमा पाएको थियो। यति हुँदाहुँदै पनि नेपालले मार्सल आर्टमै सोचेजस्तो पदक प्राप्त गर्न सकेन। कराँतेमा मात्रै ८ वटा स्वर्ण ल्याउने लक्ष्यका साथ कोलम्बो पुगेका खेलाडीहरूले जम्मा दुईवटा स्वर्णमा चित्त बुझाउनुपर्‍यो भने अन्तिम अवसरमा यसका चर्चित खेलाडी दीपक श्रेष्ठले स्वर्ण पदकबाट वञ्चित हुनुपर्‍यो। त्यति मात्रै होइन थप ७ स्वर्णको लक्ष्यका साथ कोलम्बो पुगेको तेक्वान्दोले जम्मा दुईवटा स्वर्ण हात पार्‍यो भने संगीना वैद्यजस्तो एसियाकै सफल खेलाडीले पराजयको सामना गर्नुपर्‍यो। पहिलो पटक सागमा समावेश गरिएको उसुमा नेपालले ठूलो आशा गरेको थियो, तर नेपालले उसुमा पनि नराम्रो धक्का खानुपर्‍यो। मार्सल आर्टमा पाएको यो पराजयका कारण नेपालको परम्परागत छवि गुम्न थालेको छ। यो चिन्ताको विषय भएको छ।

अन्य खेलमा भने नेपालले अपेक्षा गरेअनुरूप नै सफलता पाएको छ। भलिबलमा कांस्य पदक तथा एथलेटिक्समा पाएको स्वर्ण यसका उदाहरण हुन्। फुटबल खेलमा स्वर्णपदकको यात्रा खेलाडीको प्रदर्शनका कारणले भन्दा पनि भाग्यका कारणले समाप्त भएकाले फुटबलप्रति नेपालीहरू निराश छैनन्, यद्यपि १८ खेलमा सहभागी भएको नेपालले सीमित खेलमा मात्र पदक प्राप्त गर्नुलाई निराशाजनक नै मान्नुपर्ने हुन्छ।

झन्डै ५ करोड रुपैयाँ खर्चेर प्राप्त भएको ९ स्वर्णलाई उपलब्धिहीन नै भने मान्न सकिँदैन। यद्यपि खेलाडीहरूले यो वर्षदेखि प्राप्त गरेको थप भत्ता र जनआन्दोलनपछिको सरकारले खेललाई दिएको महत्वका अगाडि भने यो सफलता कम नै हो। दक्षिण एसियाली खेलकुदमा आफ्नो उपस्थितिलाई बलियो बनाउन नेपालले अझ बढी लगानी र परिश्रम गनुपर्छ भन्ने कुरा हाले सम्पन्न सागले देखाएको छ। साग खेलकुदको बंगलादेशमा हुने एघारौं संस्करणमा अहिलेको स्थिति दोहोरिन नदिन बेलैदेखि सजग हुनुपर्नेछ, सरकार, खेदकुद परिषद् तथा खेलाडी तीनै पक्षले।

राजेन्द्रको सफलतामा बढेको नेपालको गौरव

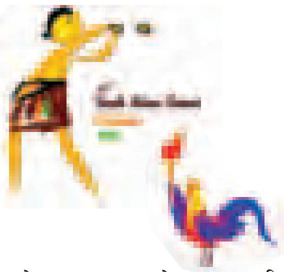
मनोज घिमिरे

कोलम्बो- दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिताको इतिहासमा नेपाली धावक राजेन्द्र भण्डारी एउटै प्रतियोगितामा दोहोरो स्वर्ण पदक जित्ने पहिलो खेलाडी भएका छन् । श्रीलंकाको राजधानी कोलम्बोमा सम्पन्न १० औं साग खेलकुद प्रतियोगितामा नेपाल सेनाका खेलाडी राजेन्द्रले ५ हजार मिटर दौड तथा ३ हजार मिटर स्टेपल चेसमा स्वर्ण पदक जितेका थिए ।

दुई वर्षअघि पाकिस्तानको इस्लामाबादमा सम्पन्न नवौं सागमा ३ हजार मिटर स्टेपल चेस तथा ५ हजार मिटर दौडमा दोहोरो रजत पदक जितेर दक्षिण एसियाली खेलकुदको आकाशमा उदाएका भण्डारीले यसपटक आयोजित १० औं सागमा सोही स्पर्धामा स्वर्ण पदक जिते । यसपटक उनले स्वर्ण पदकको पहिलो खाता ५ हजार मिटर दौड १४ मिनेट १ दशमलव १९ सेकेन्डमा पूरा गरेर पाएका थिए भने त्यसको भोलिपल्ट ३ हजार मिटर स्टेपल चेस ८ मिनेट ५१ दशमलव ७६ सेकेन्डमा पूरा गरेर पुनः स्वर्ण पदक जितेका थिए ।

नवौं सागमा पाएको रजत पदकलाई अझ परिष्कृत गर्दै भण्डारीले सुगाथादास रंगशालामा ५ हजार मिटर दौडमा सन् १९९५ मा भारतका बहादुरप्रसादले राखेको १४ मिनेट ५ दशमलव ३७ सेकेन्डको कीर्तिमानलाई भङ्ग गर्दै १४ मिनेट १ दशमलव १९ सेकेन्डको नयाँ दक्षिण एसियाली कीर्तिमानसमेत कायम गरे । यो स्पर्धामा राष्ट्रिय कीर्तिमानसहित दक्षिण एसियाकै कीर्तिमान कायम गर्न सफल भण्डारीले ५ हजार मिटरमा स्वर्ण पदक जितेपछि नेपाली पत्रकारहरूसँग भने– ५ हजार मिटरमा स्वर्ण पदक जित्छु जस्तो लागेको थियो, तर दक्षिण एसियाकै कीर्तिमान पनि कायम गरें, अब मेरो मेरो लक्ष्य ३ हजार मिटरको स्टेपल चेसमा पनि स्वर्ण पदक जित्नु हो ।

नभन्दै भोलिपल्ट आयोजित ३ हजार मिटर स्टेपल चेसमा पनि राजेन्द्र भण्डारीले ८ मिनेट ५१ दशमलव ७६ सेकेन्डमा निर्धारित दौड पूरा गर्दै स्वर्ण पदक जिते । राजेन्द्रले



यो सफलता पाउने क्रममा राष्ट्रिय कीर्तिमान पनि भङ्ग गरे । यो स्पर्धामा भारतीय खेलाडी ओमप्रकाशले ९ मिनेट शून्य दशमलव ९९ सेकेन्डमा दौड पूरा गरी दोस्रो स्थान हासिल गरेका थिए भने भारतकै रामबहादुर सुब्बाले ९ मिनेट दुई दशमलव १५ सेकेन्डमा दौड पूरा गरी तेस्रो स्थान हासिल गरे ।

नवौं सागको आयोजनापछि राजेन्द्रले सन् २००४ मा सिंगापुरमा सम्पन्न अलस्टार च्याम्पियनसिपमा १४ मिनेट १४ सेकेन्डमा दौड पूरा गरेर पहिलो स्थान हासिल गरेका थिए । प्रत्येक प्रतियोगितामा आफ्नो समयलाई सुधार गर्दै आएका २९ वर्षीय राजेन्द्रले दसौं दक्षिण एसियाली खेलकुदमा नेपालको असफलतालाई ढपक्कै ढाकेका थिए । उनले दक्षिण एसियाली खेलकुदमा पाएको ऐतिहासिक सफलताले नेपाली टिमलाई राहतसमेत दिएको छ ।

पछिल्लो समयमा जर्मन प्रशिक्षकको निगरानीमा आधुनिक तथा वैज्ञानिक प्रशिक्षण लिँदै आएका भण्डारीले नेपाली खेलाडीहरूले स्तरीय एवं वैज्ञानिक प्रशिक्षण पाउने हो भने अन्तराष्ट्रिय क्षेत्रमा समेत सफलता पाउन सक्छन् भन्ने कुरालाई प्रमाणित गरेका छन् । 'यो सफलताको श्रेय म आफ्नो प्रशिक्षकलाई दिन चाहन्छु । त्यसपछि म यो जित सम्पूर्ण नेपालीहरूप्रति समर्पित गर्दछु,' खुसीले विभोर हुँदै भण्डारीले बताए ।

जस भगवान्लाई

'म यो जितका लागि भगवान्लाई धन्यवाद दिन चाहन्छु ।' तेक्वान्दोको बेन्टम वेट समूहमा स्वर्ण पदक जितेपछि दीपक विष्टले भने । स्वर्ण पदक जित्ने पूरा विश्वास लिएर कोलम्बो पुगेका विष्ट रेफ्रीको पूर्वाग्रही निर्णयका कारण एकपछि अर्को गर्दै पराजित भएपछि स्वर्ण पदक जित्ने कुरामा आफैं शंका गर्न थालिसकेका थिए । आठौंदेखि दसौं सागसम्म लगातार तीन पटक स्वर्ण पदक जित्दै म्याराथुन धावक वैकुण्ठ मानन्धरको समकक्षमा पुगेका विष्ट अन्तिम पटक जितेको स्वर्णलाई नै बढी महत्त्व दिन्छन् । कारण प्रस्ट छ– यो पदक जित्न त्यति सजिलो थिएन । विष्टकै अनुसार धाँधलीपूर्ण निर्णय भैरहेको समयमा जितेका कारण पनि यो पदकको महत्त्व बढेको हो ।

कन्चनपुरमा जन्मिएर कैलालीमा बसोबास गर्दै आएका ३० वर्षीय विष्टले २०५२ सालदेखि तेक्वान्दो खेल्न थालेका हुन् । काठमाडौंको आठौं साफमा स्वर्ण पदक जितेका विष्ट चार वर्षअघि बुसान एसियाडमा कांस्य पदक जितेपछि नेपालका उत्कृष्ट खेलाडीको कोटीमा दरिन पुगे ।

उनले यस पटक स्वर्ण पदक जित्नका लागि रेफ्रीको गलत निर्णयको मात्र यति धेरै दबाबको सामना गर्नुपरेन, आफ्नै स्वास्थ्यसँग पनि लामो समय संघर्ष गर्नुपर्‍यो । नवौं साफका दौरान लागेको गोडाको चोट बोकेका विष्ट गत वर्ष अमेरिकामा पुगेर फिजियोथेरापी गराएपछि मात्र ठीक भएका थिए । प्रशिक्षणका दौरान दीपकको हातमा पनि चोट लागेको थियो । बायाँ हात र बायाँ गोडा चोटग्रस्त भएका विष्टलाई साग चलिरहेको समयमा टाइफाइडले पनि समायो । उनी खेलको एक दिनअघिसम्म पनि टाइफाइडको उपचार गराइरहेका थिए ।

भोलिपल्टै उनले स्वर्ण पदक जिते । दक्षिण एसियाली खेलकुदमा दीपक विष्टले स्वर्ण जित्नु त्यति असामान्य कुरा होइन, तर जुन असहज र असामान्य परिस्थितिमा दृढ संकल्प एवं परिश्रमका साथ स्वर्ण पदक जित्दै उनले कीर्तिमान कायम गरे त्यो नै प्रशंसनीय छ ।

कान्तिपुर गाथा

किशोर नेपाल

देशमा लोकतन्त्र आएको दिनदेखि नै रूपेश मख्ख परेको छ। क्या छरितो भएको छ समय। बिहान घाम लाग्ने गर्छ, साँझ घाम अस्ताउने गर्छ। लोकतन्त्रमा अरू सबै कुरा राम्रो भए पनि हेल्मेटको कुरा रूपेशलाई चित्त बुझेको छैन। लोकतन्त्र आउनासाथ बाइकको पछि बस्नेले हेल्मेट लाउनु नपर्ने नियम आएपछि लोकतन्त्रले शोकतन्त्रको लहर ल्याउने सम्भावना बढेको छ। कान्तिपुर शहरमा बाइक एक भए पनि सवार अनेक हुनु अस्वाभाविक होइन। उस्तै पर्दा एउटा बाइकले पाँच जनासम्म यात्रुलाई थेग्छ। कान्तिपुरका सबै सडक एक्सीडेन्ट प्रोन भएकाले दिनहुँ खतरनाक खालका सवारी दुर्घटनाहरू हुने गरेका छन्। यस्तोमा चालकले मात्र हेल्मेट लगाउँदा सवारहरूको टाउको फुटने सम्भावना प्रचुर हुन्छ।

तर, रूपेशलाई भने दुर्घटनाको कारणले नियममा चित्त नबुझेको होइन। हेल्मेटको नियम बदलिँदा बाइकको पछाडि टाँसिएर बसेकी संगिनीको परिचय खुल्छ। हुनत चालकले हेल्मेट लगाएपछि संगिनी कोसँग शयर गर्दैछे भन्ने कुराको पहिचान कसैले गर्न सक्दैन, तर त्यसरी परपुरुषसँग टाँसिएर बसेको देखेपछि संगिनीलाई बाइफाले भएको आरोप आउन सक्छ। चढ्ने र चलाउने दुवैले हेल्मेट लगाउँदा कसैको चासो हुँदैनथ्यो। अब बाइक सवारहरूमा सबैको चासो बढेको छ।

लोकतन्त्रमा नियमहरू धेरै दिन टिक्दैनन्। त्यसो त नेपालमा नियम टिक्ने परम्परा पनि छैन। केही समयपहिले गाडी हाँक्दा मोबाइलमा कुरा गर्नु अपराध सावित हुन्थ्यो, तर अहिले यस्तो अपराध नगर्नेहरूको संख्या किटान गर्न अप्ठेरो छ। एकताका मोटर गाडीका सिसा कालो प्लास्टिकले छोप्न नपाइने नियम बनेको थियो, तर त्यो नियम सेना र प्रहरी दुवैतर्फका जर्साब, कर्साब, आइसाब र उइसाबलाई लागेन। उहाँहरू अहिले पनि समाजका अन्य सदस्यहरूसँग मुख लुकाएर गुड्नुहुन्छ। जनता जनार्दनले मुख देखे भने वित्यास पर्ने भावनाले आहत हुनुहुन्छ उहाँहरू।

लोकतन्त्र आएपछि ठोकतन्त्रको खाँडो जागेको छ। चोरहरू बिहानै, दिउँसै, राताराता चोर्न स्वतन्त्र भएका छन्। कान्तिपुर सहरको सबै चोक, गल्ली, टोल र बस्तीमा हरेक दिन चोरी हुन थालेको छ। इतिहासमा स्वर्णाक्षरले लेखिएको कान्तिपुर सहरको नाम मेटिइसकेको अवस्थामा अब लोहाक्षरले लेख्ने समय आएको छ। गृहमन्त्री वार्तामा व्यस्त भएपछि चोरहरू मस्त नभए अरू के हुन सक्छन् ?

लोकतन्त्रसँगै रोगतन्त्र पनि आएकाले रूपेश नढी खुसी छ। उसको औषधी पसलमा बिक्री हजार प्रतिशतले बढेको छ। जीवनजल, निलोकन र कामसँत्रको बिक्री त अझ ह्वात्तै बढेको छ। कुनै बेला सिंहदरबार वैद्यखानाको भोग सुन्दरी बजारमा खुब बिक्ने गर्थ्यो, अहिले रोग सुन्दरीको बिगबिगी छ।

फ्लोरमा क्याटवाक

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- कोरियोग्राफर प्रवीण श्रेष्ठ निकै एक्साइटेट थिए। होटल याक एन्ड यतीको रिगल रुममा कुनै र्‍याम्प बनाइएको थिएन। नौलो किसिमबाट फेसन सो गर्ने भनेर हलको फ्लोरमा केही बेरमै उनले प्रशिक्षण दिएका मोडलहरू क्याटवाक गर्ने तरखर गर्दै थिए। घडीले रातको पौने आठ बजायो। पृष्ठभूमिमा र्‍याम्प म्युजिक बज्न थाल्यो। दर्शकहरूको आँखा मोडलहरू आउने द्वारमा अडियो। तीजको पहिरनमा एकपछि अर्को गर्दै महिला मोडलहरू देखिए। सिक्वेन्सका बारेमा जानकारी दिंदै प्रवीण भन्दै थिए- 'आज तीजको दिन परेकाले तीज वा पर्वविशेषमा महिलाहरूले लगाउने रातो रंगका साडीको सिक्वेन्स तयार पारेका हौं।' दस मिनेटजतिको उक्त सिक्वेन्स सकिनेबित्तिकै कुर्ता-सलवारको अर्को सिक्वेन्स प्रारम्भ भयो। त्यसपछि लगातार एक घन्टा क्याजुअल, रिबोकको स्पोर्ट्स वेयर तथा नेपाली घरेलु कपडाहरूको सिक्वेन्स 'मेड इन नेपाल' मा सहभागी ८ जना पुरुष, १४ जना महिलाका साथै १२ वर्षीय एक बालमोडलले विभिन्न पहिरन प्रदर्शन गरे।

विगत केही समयदेखि एप्को भिजनमा मोडलिङको प्रशिक्षण लिइरहेका मोडलहरूलाई अवसर दिने उद्देश्यले उक्त संस्थाले सूर्यकला फिल्म्ससँगको सहकार्यमा फेसन बियोन्ड इम्याजिनेसनको आयोजना गरेको हो। फेसन सोपछि डान्सपार्टीमा परिणत भएको उक्त कार्यक्रममा डिजे बीम्यानले मध्यरातसम्म विभिन्न डान्सिङ नम्बरहरू बजाएर उपस्थित सबैलाई नचाएका थिए।

सुपरमोडलका लागि पाँच जना

कमल रिमाल

विराटनगर– लक्स सुपरमोडल हन्टमा पूर्वाञ्चलबाट पाँच जना मोडल छनौट भएका छन्। काठमाडौंमा हुने ग्रान्ड फिनालेका लागि प्रतिभा छनौट गर्न शनिबार विराटनगरमा आयोजित सुपरमोडल हन्टमा झापा, मोरङ तथा सुनसरीबाट ४७ जना युवती सहभागी भएका थिए। मोडलिङ रुचाउनुको कारण बताउँदै आत्मविश्वासका साथ क्याटवाक प्रस्तुत गरेर उनीहरू टेलिभिजन हेरेको भरमा क्याटवाकसहित आकर्षक व्यक्तित्व प्रस्तुत गरेर छनौट हुनेहरूमा विराटनगरको मेरिल्यान्ड कलेज कक्षा १२ की रिङ्कु अधिकारी, देवकोटा कलेज कक्षा ११ की चाँदनी शर्मा तथा कोवास कलेजबाट भर्खरै कक्षा १२ को अध्ययन सकेकी एलिना पौडेल छन्। १८ देखि २४ वर्षभित्रका अविवाहित युवतीहरूलाई प्रतियोगितामा सामेल गराइएको थियो।

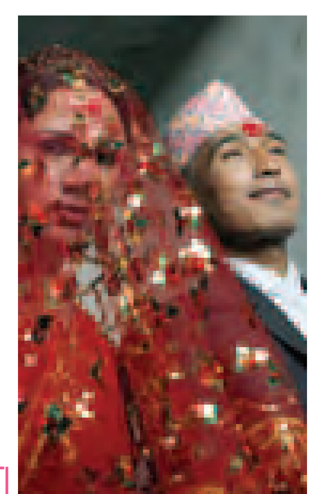
पूर्वाञ्चलपछि पश्चिमाञ्चलको छनौट पोखरामा भोलि भदौ १७ गते

छनौटमा परेका हुन्।

युनिलिभर नेपाल लिमिटेडले प्रस्तुत गरेको सुपरमोडल हन्टबाट छनौटमा पर्नेहरूमा केही वर्षदेखि फेसन शोमा भाग लिँदै आएकी मोरङ क्याम्पसमा बीबीएस तेस्रो वर्षमा अध्ययनरत विराटनगरकी संयुक्ता लामिछाने मात्रै अनुभवी मोडल हुन्। बिर्तामोडस्थित कोएड क्याम्पसमा कक्षा १२ मा अध्ययनरत झापाको धूलाबारी निवासी एन्जिला बोहराले क्याटवाकको प्रशिक्षण लिएकी थिइन्। बाँकी तीन जना उक्त छनौटमै पहिलो पटक क्याटवाक गर्नेहरू छन्।

यसै गरी गरिनेछ। विराटनगर र पोखराबाट छानिएका पाँच/पाँच जना तथा भदौ २४ गते काठमाडौंबाट छानिएका दस जना गरी जम्मा २० जनालाई काठमाडौंमा हुने ग्राण्ड फिनालेमा सहभागी गराइनेछ। ग्राण्ड फिनालेमा प्रथम हुनेलाई ५० हजार, द्वितीय हुनेलाई २५ हजार तथा तृतीय हुनेलाई १५ हजार नगद पुरस्कार प्रदान गरिनेछ। उनीहरूलाई आगामी असोज १ देखि ६ गतेसम्म सोल्टी क्राउन प्लाजामा विज्ञहरूबाट सौन्दर्य एवं व्यक्तित्व विकासको तालिम पनि दिइनेछ।

तीजकै दिन बिहे ?



साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– राजधानीको लाजिम्पाटस्थित एउटा घरमा तीजको दिन भिन्नै दृश्य देख्न पाइयो। त्यहाँ रातो सारीमा सजिएका युवतीहरू तीजका गीतमा रमाइलो गरिरहेका थिए, तर सँगै उनीहरूकै एक जोडी साथीको विवाह पनि भैरहेको थियो। सामान्यतया नेपालमा भदौ महिनामा विवाह गरिंदैन, तर प्रेमविवाह गर्नेलाई कुनै पनि महिनाले रोक्न सक्दैन भनेझैं उक्त विवाहका लागि पनि विवाहको साइत जुराइएको थिएन।

तीजकै दिनलाई पवित्र मानी एउटा जोडीले वैवाहिक जीवन प्रारम्भ गर्ने निर्णय गरेको थियो। त्यसो त सबै विवाह समाचार पनि बन्दैनन्, तर तीजको दिनको उक्त विवाहलाई आइतबार प्रकाशित अधिकांश पत्रिकाले प्रमुख स्थान दिए। कुनै सेलिब्रिटीको विवाहलाई मात्र समाचारको विषय बनाउने सञ्चारमाध्यमले उक्त विवाहलाई स्थान दिने प्रमुख कारण थियो– विवाहका दुलाहा तथा दुलही दुवै पुरुष थिए।

रातो सारीमा सजिएर घुम्टो ओढेकी २१ वर्षीय दिया कश्यपको नाम महिलाको जस्तो भए पनि उनी पुरुष हुन्। उनको सिउँदो रंगाएर जीवनसंगिनी बनाउने हिम्मत गर्ने पुरुष थिए– २५ वर्षीय अनिल महजू। उनीहरू दुवै राजधानीस्थित ब्लु डायमण्ड सोसाइटीका सदस्य हुन्। समलिंगी अधिकारका लागि सक्रिय उक्त संस्थाले मुलुकमै पहिलो दाबी गर्दै उक्त वैवाहिक समारोहको आयोजना गरेको थियो।

विवाह भएको घोषणा हुनासाथ दिया तथा अनिलले लामो समयसम्म 'टङ किस' गरेर उपस्थित सबैलाई तीनछक पारे। 'हामी एक-अर्कालाई असाध्यै माया गर्छौं,' बेहुली दियाले भनिन्– 'त्यसैले हामीले विवाह गरेका हौं।' नेपाली कानुनले समलिंगी विवाहलाई मान्यता नदिए पनि दुलाहा अनिलले आफ्नो कदम देशका हजारौं समलिंगीका लागि उदाहरणीय हुने आशा व्यक्त गरे। ब्लु डायमण्ड सोसाइटीका अध्यक्ष सुनिलबाबु पन्तका अनुसार नेपालमा २० हजारभन्दा बढी समलिंगी अथवा परलैंगिक छन्।

ROOP-अमृत

रोजगारमूलक तालिम
PHOTOGRAPHY Photo Editing
VIDEOGRAPHY Video Editing
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE

HOTEL RAJKUMAR Training Centre

Admission Open
BHM 3 years Bachelor in Hotel Management
BID 3 years Bachelor in Interior Design
BHCM 4 years Bachelor in Hospitality & Catering Management
Associate with IIDA
Facilities:
> Internationally Accredited & Recognized Degree
> Credit Transfer Arrangement in U.K. & other countries
> Paid Internship In Dubai
> 2 Semester Industrial Training & Specialization Training in 4 and 5 Star Hotel in Nepal, India and Singapore.
> Catering Management Training.
> 5 Scholarship for Remote area students.
(Affiliated to Purbanchal University)
Kantipur Hotel Management & Interior Design College
New Baneshwor, Buddhanagar, Kathmandu
Tel: 4780564, 4783904, Email: khmc@wlink.com.np
Supporting Organization: INTERNATIONAL CHRIE The Hospitality & Tourism Educators Richmond, Virginia, USA
We sincerely thank to the Hotels (Hyatt, Everest, Radission, Le Meridian, Soaltee, Annapurna, Shangrila, Fullbari Resort, Grand, Dwarika, Himalayan, Vaishsali) for providing Hotel training to our students. Also thank & gratitude to our supporters HAN & NTB for encouraging our college.

तथा पर्यटन तालिम
SATS Course

हेमराज ज्ञवालीद्वारा कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. का लागि प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : कान्तिपुर कम्प्लेक्स, सुबिधानगर, पो.ब.नं. ६०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ४४८०१००, फ्याक्स : ९७७-१-४४७०१७८, email:saptahik@kantipur.com.np दर्ता नं ९९/०५१/५२, सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.लि. सँग सुरक्षित प्रबन्ध निर्देशक : **कैलाश सिरोहिया**, निर्देशक : **विनोदराज ज्ञवाली/स्वस्तिका सिरोहिया**, सम्पादक : **सुवास ढकाल**