सर्वाधिक बिक्री हुने
कान्तिपुर
साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

• वर्ष १२ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Dec.15, 2006 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-

तस्विरहरू : राष्ट्रिय फोटो पत्रकार समूह

जसले जोगाए प्रतिष्ठा देशको

कुनै पनि अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा नेपालले पदकको आशा मार्सल आर्ट खेलसँग सम्बन्धित खेलहरूबाटै राख्ने गरेको छ। दोहा एसियाडमा पनि नेपालले पदकको आशा मार्सल आर्टअन्तर्गतकै बक्सिङ, तेक्वान्डो, जुडो, कराँते तथा उसुबाट राखेको थियो तर आशा विपरीत नेपाल जुडोतर्फ पदकविहीन भैसकेको छ भने नेपाललाई एसियाली खेलकुदमा पहिलो पदक दिलाउने श्रेय बोकेको खेल बक्सिङका हकमा दोहा एसियाड नेपालका लागि नमीठो संस्करण बनेको छ।

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- दोहा एसियाडमा नेपालले एकपछि अर्को गर्दै भोग्नुपरेको असफलताको श्रृंखला प्रतियोगिता आयोजना भएको एक सातापछि मात्र टुंगिएको छ। दोहा एसियाडमा १४ वटा खेलमा आफ्नो सहभागिता जनाएको नेपालले पहिलो सातासम्म सम्पन्न करिव आधा दर्जन खेलमा निराशा भोगेको थियो। त्यसबेलासम्म नेपाल यो एसियाडबाट रित्तो हात फर्कने हो कि भन्ने आशंका व्यक्त हुन थालेको थियो तर प्रतियोगिता सञ्चालन भएको एक सातापछि नेपालको पराजयको क्रमलाई पूर्णविराम लगाउँदै मनिता शाहीले गत बिहीबार तेक्वान्दोमा नेपालका लागि पहिलो काश्य पदक प्राप्त गरिन्। शाहीले काश्य पदक जितेको भोलिपल्ट दीपक विष्टले तेक्वान्डोतर्फ नै अर्को काश्य पदक जितेर नेपाली खेलकुदलाई ठूलो राहत दिए। तेक्वान्दोबाट प्राप्त यो सफलताको श्रृंखलामा आयशा शाक्यले नेपालका लागि अर्को एक काश्य पदक जितिन्। दोहा एसियाडमा नेपालको इज्जत थाम्ने यी तीन खेलाडीमध्ये दीपक बिष्ट र मनिता शाहीले कोलोम्बो सागमा स्वर्ण पदक तथा आयशा शाक्यले रजत पदक जितेका थिए।

कुनै पनि अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा नेपालले पदकको आशा मार्सल आर्ट खेलसँग सम्बन्धित खेलहरूबाटै राख्ने गरेको छ। दोहा एसियाडमा पनि नेपालले पदकको आशा मार्सल आर्टअन्तर्गतकै बक्सिङ, तेक्वान्डो, जुडो, कराँते तथा उसुबाट राखेको थियो तर आशा विपरीत नेपाल जुडोतर्फ पदकविहीन भैसकेको छ भने नेपाललाई एसियाली खेलकुदमा पहिलो पदक दिलाउने श्रेय बोकेको खेल बक्सिङका हकमा दोहा एसियाड नेपालका लागि नमीठो संस्करण बनेको छ। बक्सिङमा सहभागी नेपालका एकमात्र खेलाडी सुशील घिमिरे दोस्रो चरण प्रवेश गर्न असफल भए।

श्रीलंकामा सम्पन्न दसौं दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिता (साग) मा स्वर्ण पदक जितेर सफल खेलाडीका रूपमा प्रस्तुत भएकी मनिता शाहीले दोहा एसियाडमा पनि सफलता पाएर आफ्नो खेल क्षमतालाई एक पटक पुनः प्रमाणित गरेकी छिन्। दोहा एसियाडमा मनिताले पहिलो चरणमा भारतकी वर्षा भिन्डेलाई १-० ले पराजित गरेर क्वाटरफाइनलमा प्रवेश गरेकी थिइन्। क्वाटर फाइनलमा मनिताले भुटानकी साङ्गे वाङ्मोलाई ३-२ ले पराजित गरेलगत्तै आफूलाई एसियाड पदकको दावेदार बनाएकी थिइन्। ६३ किलोग्राम तौल समूहमा सहभागिता गर्ने मनिता सेमिफाइनलमा चाइनिज ताइपेईका वेन सुन लीद्वारा ८-१ को फराकिलो अन्तरले पराजित भइन्। फाइनल तिनै वेन सुन लीले स्वर्ण पदक जितिन्।

काठमाडौं ताहाचलकी स्थानीय बासिन्दा मनिता तेक्वान्दो खेलमा लागेको ६ वर्ष भैसके पनि उनी यो खेलमा ओझेलमा पर्दै आएकी थिइन्। उनको तौल समूहमा त्यो समयमा नेपालकी चर्चित खेलाडी रेणुका थापामगरले सहभागिता गर्ने हुनाले पनि मनिताले आफ्नो प्रतिभालाई डोजोभन्दा

बाहिर पुऱ्याउन सकेकी थिइनन् तर अमेरिकामा तेक्वान्दो खेल्न जाने क्रममा रेणुका उतै पलायन भएपछि मनिताले आफ्नो प्रतिभालाई डोजो बाहिर ल्याउन सफलता प्राप्त गरिन्। २६ वर्षीया मनिताले सन् २००४ मा स्पेनमा सम्पन्न विश्व तेक्वान्दो च्याम्पियनसिप तथा सन् २००५ मा थाइल्यान्डमा सम्पन्न एसियाली तेक्वान्दो च्याम्पियनसिपमा पनि सहभागिता गरेकी थिइन्। ती दुवै प्रतियोगिताबाट उनी रित्तो हात फर्किएकी थिइन् तर उनले ती दुई अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताको अनुभव सहित पहिलो पटक साग खेलकुद प्रतियोगितामा सहभागिता गर्दै नेपालका लागि स्वर्ण पदक जितिन्। अहिले एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा पनि पहिलो पटक

सहभगिता गर्दै मनिताले नेपालका लागि काश्य पदक जितिन्। आफूले काश्य पदक जितेपछि प्रतिक्रिया व्यक्त गर्दै मनिताले भनिन्- मेरो यो पदक देशका लागि हो।

नेपाललाई साग खेलकुद प्रतियोगितामा लगातार स्वर्ण पदक दिलाउँदै आएका दीपक बिष्टले पनि दोहा एसियाडमा नेपाललाई दोस्रो काश्य पदक दिलाए। पुरुषतर्फ ७८ किलोग्राम तौल समूहमा सहभागिता गरेका दीपकले पहिलो चरणमा प्यालेस्टाइनका अहमद मुबारकलाई ३-१ ले पराजित गरेर क्वाटरफाइनलमा प्रवेश गरेका थिए। क्वाटरफाइनलमा कुबेतका बादिर अल हान्जीलाई ३-२ ले पराजित गरेर दीपकले पनि पदक पक्का गरेका थिए तर सेमिफाइनलमा उनी आयोजक कतारका सरन अब्दुल कारेकसँग ८-१ को फराकिलो अन्तरले पराजित भए। सरनले उक्त तौलसमूहमा कतारका लागि स्वर्ण पदक दिलाए तर सरनको स्वर्ण पदक विवादमुक्त भने रहेन। एसियाडमा स्वर्ण पदकको दावेदारका रूपमा प्रस्तुत भएका दीपक आयोजक राष्ट्रका खेलाडीसँग पराजित भएपछि उनले आफूमाथि निर्णायकहरूले धाँधली गरेको आरोप लगाएका छन्। दीपकको यस्तो आरोपको पुष्टि यही स्पर्धामा फाइनलमा सरनसँग पराजित

बाँकी पृष्ठ २२ मा

साप्ताहिक

१४ पृष्ठमा अभिनयमा सुस्मिता

१० पृष्ठमा नजिकबाट प्राश्ना

१० पृष्ठमा केवल एक प्रश्न

१४ पृष्ठमा ऋचासँग जम्काभेट

मध्य पृष्ठमा रीजु

क्यासेट

रिजोल्युसन

गायक तथा संगीतकार उत्तम कुमारले गीतिसंग्रह 'रिजोल्युसन' श्रोतामाझ ल्याएका छन् । आयुशा मिडियाले बजारमा ल्याएको यो गीतिसंग्रहका सबै गीतमा शब्द, संगीत तथा आवाज उत्तम कुमारकै छ ।

बेस्ट अफ रामभक्त जोजिजु

गायक रामभक्त जोजिजुले आफ्ना लोकप्रिय गीतहरू समावेश गरेर नयाँ गीतिसंग्रह 'बेस्ट अफ रामभक्त जोजिजु' श्रोतामाझ ल्याएका छन् । रेसुङ्गा रेकर्डको प्रस्तुतिमा मेलोडी टाइमले बजारमा ल्याएको यो गीतिसंग्रहमा शब्द राजकुमार बगर, रमेश पौडेल, श्रीपुरुष ढकाल, कृष्ण थापा, मिजास तेम्बे, हरिहर खनियाँ, विष्णुहरि अधिकारी, निमेश थापा, इन्द्र शाही, रवीन्द्र माकाजु, जीवराज कुँवर तथा मीन गुरुङको छ भने संगीत बीबी अनुरागी, नारायण माझी, शक्ति बल्लभ, सुन्दर थापा, दीपक भट्टराई, हरिहर खनियाँ, रामभक्त जोजिजु, विक्रम गुरुङ तथा अम्बर गुरुङ 'पोखरेली' को छ । यो गीतिसंग्रहमा १३ वटा गीत तथा २ वटा ट्र्याक समावेश छन् ।

मलाई अल्लारे नसम्झ

गायक रामकुमार अधिकारी तथा संगीतकार दीपचन्द्र मोक्तानको संयुक्त प्रस्तुति 'मलाई अल्लारे नसम्झ' बजारमा आएको छ । यो गीतिसंग्रहमा क्षेत्रप्रताप अधिकारी, कृष्णहरि बराल, बद्री पाण्डे, रामकुमार अधिकारी, वसन्त नलामी तथा रमण घिमिरेको शब्द सुन्न पाइन्छ भने यसमा रिमा गुरुङ होडा तथा माण्डवी त्रिपाठीले पनि स्वरमा साथ दिएका छन् ।

पुस्तक

रामायण

(परम्परा, मान्यता र विश्लेषण)

लेखक देवेन्द्र अर्यालले हिन्दू धर्मग्रन्थ रामायणमाथि लेखिएका आफ्ना टिप्पणीहरूको संगालो रामायण (परम्परा, मान्यता र विश्लेषण) नामक कृति प्रकाशमा ल्याएका छन् । दायित्व वाङ्मय प्रतिष्ठानद्वारा प्रकाशित यो कृतिमा लेखकले २५ वटा लेखमार्फत् रामायणमाथि टिप्पणी गरेका छन् । त्यसबाहेक पुस्तकमा रामायण र रामायणका बारेमा प्रचलित अवधारणाहरूमाथि समेत सम्वाद गर्ने चेष्टा गरिएको छ । ९० पृष्ठको यो पुस्तकको मूल्य व्यक्तिगत १ सय रुपैयाँ तथा संस्थागत २ सय रुपैयाँ छ ।

रंगमञ्च

-अन्तराष्ट्रिय मानवअधिकार दिवसको अवसर पारेर साथसाथ थिएटरले गत आइतबार राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोग हरिहरभवन पुल्चोकको कार्यकक्षमै नाटक 'म मान्छे' मञ्चन गऱ्यो । विश्वव्यापी रूपमै मानवअधिकार दिवस मनाइरहेका बेला नाटक म मान्छेमा सर्वशक्तिमान हुँ भनाउँदाहरूको वर्चस्व अहिले पनि रहेको र त्यसबाट सर्वसाधारण नागरिकहरूले भोग्नुपरिरहेको वियोगान्त कथा समेटिएको थियो । नाट्यकर्मी नवराज बुढाथोकीको लेखन तथा निर्देशन रहेको उक्त नाटकमा अशोक शिवाकोटी, सरोज गोले, अरुण कार्की, सोनाम तामाङ आदिले अभिनय गरेका थिए ।

-आधुनिक रंगमञ्चका पिता हेनरिक इब्सेनको 'द मास्टर बिल्डर' को नेपालीकरण नाटक 'महान् शिल्पी' गत मंगलबारदेखि गुरुकुलमा पुनः मञ्चन हुन थालेको छ । बीचमा अन्य केही कार्यक्रम भएकाले रोकिएको उक्त नाटक अब नियमित रूपमा मञ्चन हुनेछ । रंगनिर्देशक सुनील पोखरेलको निर्देशन रहेको उक्त नाटकमा वरिष्ठ वास्तुविदको पारिवारिक वातावरणलाई उठान गरिएको छ । नाटकको मूल कथा पुरानो पुस्ता र नयाँ पुस्ताबीचको समस्यामा केन्द्रित छ । नाटकमा सुनील पोखरेल, निशा शर्मा, राजकुमार पुडासैनी, महेश शाक्य तथा पशुपति राईले अभिनय गर्नेछन् ।

ग्यालरी

-यथार्थपरक हुँदै हाल अमूर्त कला सृजना गर्ने वरिष्ठ कलाकार किरण चित्रकारको एकल चित्रकला प्रदर्शनी गत आइतबारदेखि नक्सालस्थित नेपाल ललितकला संस्था (नाफा) मा प्रारम्भ भएको छ । एभरेस्ट आर्ट ग्यालरीले आयोजना गरेको यो बृहत् चित्र प्रदर्शनीलाई 'ग्रान्ड आर्ट सो' शीर्षक दिइएको छ । पुस १५ गतेसम्म चल्ने उक्त प्रदर्शनीको उद्घाटन पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री प्रदीप ज्ञवालीले गरेका थिए । प्रदर्शनीमा किरणका जीवनकाल समेट्ने ३ सय १९ कृति समावेश छन्, जसमा पाँच वर्षको उमेरमा किरणले कोरेका 'राधाकृष्ण' देखि जनआन्दोलन भाग २ ताका सडकमा बसेर कोरेका चित्रसम्म छ ।

-हवाईजहाज तथा हेलिकप्टर उडानबाट नेपाली महत्त्वका विभिन्न स्थललाई क्यामेरा कैद गर्न विमान चालक वेद उप्रेतीका तस्बिरहरूको प्रदर्शनी गत साता सम्पन्न भयो । प्रदर्शनीमा १ सय ४६ वटा तस्बिर राखिएका थिए । 'फ्रम दि स्काई' शीर्षकमा पाटनढोकास्थित यलमाया केन्द्रमा प्रदर्शित उक्त तस्बिरहरूमा नेपालमा रहेका विश्वसम्पदा स्थल, नेपालको भौगोलिक बनावट, हिमाल, पहाड, तराई, नदीनाला, मन्दिर, गुम्बा आदि समेटिएका थिए ।

-मानव विद्यागृह मध्यपुर ठिमीका सुस्त मनस्थितिका विद्यार्थीहरूको सहयोगार्थ 'एकहप्ते चित्रकला प्रदर्शनी' गत आइतबार प्रारम्भ भएको छ । ग्ल्याड स्टोन एकेडेमीअर्न्तगतको जिएसए सोसियल क्लबको आयोजनामा नेपाल आर्ट काउन्सिल बबरमहलमा आयोजित उक्त चित्र प्रदर्शनीमा उपत्यकाका विभिन्न विद्यालयका विद्यार्थीले तयार गरेका करिब ७० वटा चित्र समावेश छन् । सुस्त मनस्थितिका विद्यार्थीको शैक्षिक स्तर उकास्न प्रदर्शनीबाट उठेको रकम खर्च गरिने आयोजकहरूले जनाएका छन् ।

-छिमेकी मुलुक भारतका चित्रकार एमएफ हुसेन माधुरी दीक्षितका फ्यान थिए । त्यसैले उनले नायिका माधुरीलाई क्यानभासमा समेत उतारेका थिए । हुसेनले हालै मात्र अर्की नायिका अमृता रावको पनि क्यानभास उतार्ने बताएका छन् । चलचित्र 'विवाह' मा उनको भूमिका हेरेपछि हुसेनले नायिका रावलाई पनि क्यानभासमा उतार्ने योजना बनाएका हुन् ।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

मेष

साताको पूर्वार्द्ध अनुकूल रहे पनि उत्तरार्द्धमा समस्याहरू देखा पर्नेछन् । सुरुमा परिश्रम गर्नुपरे पनि धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ । व्यवसाय बढ्नुका साथै यात्रा पनि हुन सक्छ । धार्मिक कार्यमा समेत रुचि बढ्नेछ । सोमबारदेखि स्वास्थ्यमा समस्या एवं काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ ।

वृष

साता मध्यम रहनेछ । सुरुमा गलत विचार, शत्रु एवं चिन्ता बढ्नुका साथै काममा अवरोध आउन सक्छ । शनिबारदेखि बुधबारसम्म परिश्रम गर्नुपरे पनि काममा सफलता एवं धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ । व्यवसाय बढ्नुका साथै यात्रा पनि हुन सक्छ । पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा कामहरू पूरा हुनेछन् । बिहीबार स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्न सक्छ ।

मिथुन

घरेलु समस्याले सताउनेछ भने गलत विचार बढ्नेछ । आफ्नो निर्णय आफ्नै लागि बाधक बन्नेछ । काममा संयम अपनाउनुहोला । शत्रुले तपाईंको प्रतिष्ठा गिराउने प्रयास गर्नेछन् । मन दुविधाग्रस्त रहनेछ । सोमबारदेखि परिश्रम गर्नुपरे पनि काममा सफलता मिल्नुका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ । यात्रा हुने योग छ ।

कर्कट

पराक्रम एवं सोच्ने शक्ति बढ्नुका साथै काममा सफलता मिल्ने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ । तपाईंको लगनशीलता एवं इमान्दारिताको सबैले प्रशंसा गर्नेछन् । शनिबारदेखि मंगलबारसम्म घरेलु समस्याले सताउनुका साथै गलत विचार बढ्ने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग भएकाले संयमित रहनुहोला ।

सिंह

विवाद बढ्नेछ । काममा अवरोध आउनुका साथै घरेलु समस्याले सताउनेछ । मित्र बनेर धोका दिनेहरू प्रशस्तै हुनेछन् । स्वास्थ्यमा पनि समस्या देखा पर्नेछ । विश्वास दिलाएर धोका दिनेहरू सक्रिय हुनेछन् । शनिबार तथा आइतबार पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ । अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ ।

कन्या

मानसम्मान मिल्ने एवं भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर जुट्नेछ । पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा कामहरू बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ । व्यवसायमा सोचेजस्तै लाभ मिल्नेछ । रमाइलो यात्रा हुनसक्छ । आफन्तहरूको गुनासो बढ्ने हुँदा सजग रहनुहोला । विवादतिर अघि नबढ्नु नै उचित हुन्छ । आम्दानीको नयाँ स्रोत फेला पर्नेछ । शत्रु पराजित हुनेछन् ।

तुला

खर्च एवं विवाद बढ्नेछ । झूटा आरोप लाग्ने सम्भावना छ । कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन् । आलोचना पनि हुनसक्छ भने धनमाल हराउन सक्छ । अरूले गरेको गलत कार्यको दोष तपाईंमाथि आउन सक्छ । शनिबार, आइतबार, बुधबार तथा बिहीबार पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने, नयाँ काम प्राप्त हुने एवं मानसम्मान मिल्ने योग छ । धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ ।

वृश्चिक

सोच्ने शक्ति बढ्नेछ । धन आर्जन गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ । मानसम्मान प्राप्त हुनुका साथै भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर मिल्नेछ । अरूबाट सहयोग पनि जुट्नेछ । व्यवसायमा लाभ देखिन्छ भने रमाइलो यात्रा हुन सक्छ । शनिबार, आइतबार तथा बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ । घरेलु समस्याले सताउन सक्छ ।

धनु

सामान्य सफलता प्राप्त भए पनि अनेक प्रकारका दुख भोग्नुपर्नेछ । सुरुमा मानसम्मान मिल्ने तथा काममा सफलता प्राप्त हुने योग छ । धन आर्जन गर्ने अवसर मिले पनि मनमा बेचैनी बढ्नेछ । झूटा आरोप लाग्ने क्रम यथावत् रहनेछ । आफन्तहरूको गुनासोले चिन्ता बढाउनेछ । मुद्दा वा झूटा आरोप पनि लाग्न सक्छ । व्यवसाय एवं यात्रामा (प्रयास गरे) राम्रै सफलता मिल्नेछ ।

मकर

सुरुमा नैराश्यता एवं उदासीनता बढे पनि शनिबारदेखि बुधबारसम्म मानसम्मानका साथै काममा सफलता मिल्ने तथा धन आर्जन हुने योग छ । अरुबाट सहयोग प्राप्त होला । यात्रा हुन सक्छ । सोच्ने शक्ति बलियो हुनेछ । अरूको मन सजिलै जित्न सकिनेछ । ठूला व्यक्तिले तपाईंको प्रशंसा गर्नेछन् । बिहीबार खर्च एवं विवाद बढ्नेछ ।

कुम्भ

समय अनुकूल भए पनि स्वास्थ्य कमजोर रहनेछ । काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ । कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन् । विश्वासघात पनि हुनसक्छ । सोमबारदेखि प्रसन्नता बढ्ने, काममा सुधार आउने, मानसम्मान मिल्ने तथा धन आर्जन हुने योग छ । सोच्ने शक्ति बढ्नुका साथै अध्ययनमा सुधार आउनेछ ।

मीन

प्रसन्नता बढ्नेछ । यात्रा गर्ने अवसर मिल्नुका साथै व्यवसायमा सफलता प्राप्त होला । धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ । शनिबारदेखि मंगलबारसम्म स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्ने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ । शरीरमा चोटपटक पनि लाग्न सक्छ । बुधबार तथा बिहीबार मानसम्मान एवं काममा सफलता मिल्नुका साथै धन प्राप्त हुने योग छ ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

पुस ५ गते : दर्शश्राद्ध पुषे औंशी

होटल तालिम
यो मौका सिमित अवधिको लागि मात्र
*कुक १ ½ महिना रु. २५००/-
* कुक ३ महिना रु.३५००/-
*वेटर र वारमेन रु.१०००/-
5 star hotel को सेफद्वारा संचालित रोजगारमूलक तालिम भएको । चाँडै सम्पर्क गर्नुहोला ।
माउन्टेन होटल ट्रेनिङ सेन्टर
चावहिल गोपिकृष्ण हलबाट थोरै पूर्व
PH: 016212336

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १३ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्न दोष, पिसावसित धातु खस्ने, नपुंसकता, सन्तान नहुने र कमजोरी आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोस् ।
भेट्ने ठेगाना: फोन नं. : ४-४६०७८५
पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल पारीपट्टी, काठमाडौं

साता संक्षेप

मंसिर २२– माओवादीका ७ मुख्य शिविरमध्ये सुर्खेतस्थित शिविरमा माओवादी जनसेनाको विचल्नी, स्वच्छ खानेपानी तथा खानेकुराको अभावका कारण १ सय ७० जनसेना बिरामी ।

- चालीस हजार स्थायी शिक्षकको प्रतिस्पर्धा हुने, अस्थायी शिक्षकहरूबीच छुट्टै प्रतिस्पर्धा ।
- यातायात मजदुरले मद्यपान गर्न नपाउने कडा प्रावधानमा यातायात मजदुरद्वारा सहमति ।
- दरबारद्वारा १ लाख ३० हजार ९ सय रुपैयाँ भन्सार तिरेर अष्ट्रियाबाट आएको पार्सल छुटाइयो, नेपालको इतिहासमा दरबारले भन्सार तिरेको पहिलो घटनाको स्वागत ।
- जाडोबाट बच्न भुसे चुल्हो बालेर झ्याल-ढोका थुन्दा काठमाडौंको धापासीमा एउटै परिवारका ४ सदस्यको निसास्सिएर मृत्यु ।

मंसिर २३– सरकार तथा माओवादीबीच भएको शान्ति सम्झौतामा राष्ट्रसंघीय विशेष प्रतिनिधि इयान मार्टिनद्वारा हस्ताक्षर ।

- काठमाडौंको खानेपानीको व्यवस्थापन विदेशीलाई दिन लागेकोमा उपभोक्ता संस्थाहरूद्वारा विरोध ।

मंसिर २४– विद्युतीय कारोवार तथा अभिलेख सिर्जनका क्षेत्रमा हुने आपराधिक गतिविधि नियन्त्रण गर्न बनेको साइबर ल प्रतिनिधिसभाबाट पारित ।

- काठमाडौंमा हुने पानीको अभाव रोक्न यो वर्ष थप ५ डिप ट्युबवेल निर्माण गरिने ।
- सिंगापुरको फ्रेञ्च कम्पनीद्वारा माथिल्लो कर्णलीमा जलविद्युत् निर्माण गर्ने प्रस्ताव, नेपाल विद्युत् प्राधिकरणलाई सित्तैमा ३० प्रतिशत सेयर दिइने ।

मंसिर २५– पोखरामा भएको राजावादी भेलामा गणतन्त्रप्रति प्रतिबद्ध विद्यार्थीहरूको हस्तक्षेप, शाही मन्त्रीसहित १२ घाइते ।

- शिक्षित युवती रजनी अधिकारीद्वारा पोलियोबाट अपाङ्ग बनेका धनप्रसाद बजगाईंसँग विवाह, युवतीको साहसको प्रशंसा ।
- मुस्लिमद्वारा महिला तथा जनजाति सरह सरकारसँग आरक्षण माग ।

मंसिर २६– सेनाको कल्याणकारी कोष सार्वजनिक, १० अर्बभन्दा बढी मौज्दात, ३ अर्बभन्दा बढी बेरुजु ।

- शान्ति सम्झौतापछि विस्थापित प्रहरी चौकी पुनःस्थापन गर्न गृहमन्त्रायलयद्वारा सरकारसँग २५ करोड माग ।
- काठमाडौंमा जाडो बढ्यो, यो वर्ष शून्य दसमलवसम्म जाडो हुने मौसम विज्ञान विभागको अनुमान ।
- हरेक नेपालीको टाउकोमा १२ हजार ऋण रहेको महालेखा परीक्षक विभागको विश्लेषण ।
- नेपाल सद्भावना पार्टीका पूर्व-अध्यक्ष तथा पूर्व-मन्त्री बद्री मण्डलसहित सांसद मृगेन्द्र यादवलाई उक्त दलको साधारण सदस्यतासमेतबाट निष्काशित ।

मंसिर २७– संघीय संरचना एवं स्वायत्त राज्य घोषणाको माग गर्दै पूर्वाञ्चल बन्द, एम्बुलेन्ससहित ५ सवारी साधन तोडफोड, दुई घाइते, उपचार नपाएर एकको मृत्यु ।

- दरबारबाट सैनिक सचिव फिर्ता, दरबारमा शाही पार्सवर्ती मात्र बाँकी ।

अन्तरिम संविधानको रूपरेखा

प्रधानमन्त्री देशको सबैभन्दा शक्तिशाली व्यक्ति

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं, एक साताभित्रै जारी गर्न लागिएको नेपालको अन्तरिम संविधान २०६३ ले प्रधानमन्त्रीलाई देशकै सर्वोच्च शक्ति बनाउनेछ । अन्तरिम संविधान जारी भएपछि सबैभन्दा शक्तिशाली व्यक्ति प्रधानमन्त्री हुनेछन् भने दोस्रो शक्तिशाली अन्तरिम संसद हुनेछ । तेस्रो सर्वोच्च शक्ति सभामुखलाई मानिनेछ । राजा ज्ञानेन्द्रमा कुनै शक्ति नरहे पनि उनलाई 'राजा' को पदबाट हटाइएको छैन तर संविधानसभाको निर्वाचनमा साधारण बहुमतबाट राजसंस्थाको छिनोफानो गरिने टुङ्गो लागेको छ । प्रधानमन्त्रीलाई सुरक्षा परिषद्को अध्यक्ष, संवैधानिक निकायका प्रमुख, राज्य प्रमुखलगायत देशको सबै प्रमुख जिम्मेबारी तोकिएको छ । अन्तरिम संविधान बनाउन जुटिरहेका एक सदस्यका अनुसार नेपाली सेनाको सर्वोच्च कमान्डर प्रधानमन्त्री हुने व्यवस्था गरिएको छ भने माओवादीलाई नेपाली सेनामा समाहित गर्ने अन्तिम निर्णय प्रधानमन्त्रीको हातमा रहेकाले अघोषित कमान्डर पनि प्रधानमन्त्रीलाई मान्न सकिने गरी अन्तरिम संविधान जारी हुने सम्भावना छ ।

पूर्वन्याधीश लक्ष्मणप्रसाद अर्याल संयोजक रहेको अन्तरिम मस्यौदा समितिले निर्माण गरेको अन्तरिम संविधानमा पनि प्रधानमन्त्रीलाई सर्वोच्च शक्ति मानेको थियो । यति हुँदाहुँदै पनि अर्यालको संयोजनमा निर्माण भएको अन्तरिम संविधानको मस्यौदालाई सरकार-माओवादी वार्ता टोलीका सदस्यले १३ स्थानमा हेरफेर गरेका छन् । उक्त फेरबदललाई ८ दलका शीर्ष नेताहरूले छलफल गर्ने काम जारी छ । त्यसबाहेक अन्तरिम संविधानमा सरकार तथा माओवादीबीच सम्पन्न बृहत् शान्ति सम्झौता, नागरिकता समस्याको सामाधान तथा माओवादी सेनाका बारेमा पनि बुँदाहरू थप गरिएको छ । अन्तरिम संविधानले सरकार तथा माओवादीबीच भएको सम्झौताअनुसार माओवादीका लडाकुहरूको रेखदेख, समायोजन तथा पुनर्स्थापनाका निम्ति अन्तरिम मन्त्रिपरिषद्ले एउटा विशेष कमिटी बनाउने तथा त्यही कमिटीले माओवादी सेनालाई पुनर्स्थापन गर्ने कुरा उल्लेख छ । यसबाट संविधानसभाको निर्वाचनलगत्तै माओवादी सेनालाई विभिन्न स्थानमा समाहित गर्न सकिने गरी अन्तरिम संविधान जारी गर्न लागेको बताइएको छ ।

अन्तरिम संविधानमा संवैधानिक परिषद्का प्रमुख प्रधानमन्त्री रहने व्यवस्था गरिएको छ । संवैधानिक परिषद्का प्रमुखले मन्त्रीपरिषद्बाट दुई जना सदस्य छान्ने प्रावधान राखिएको छ । जारी हुन लागेको अन्तरिम संविधान राजामा कुनै अधिकार नरहने बताए पनि राष्ट्रप्रमुखको जिम्मेबारी कसलाई दिने तय भैसकेको छैन ।

नेपाली कांग्रेस तथा प्रजातान्त्रिक काङ्ग्रेसले अधिकारविहीन भैसकेका राजालाई नै रबर स्टाम्पका रूपमा राष्ट्रप्रमुखको जिम्मेबारी दिन सकिने मत जाहेर गरेका छन् नेकपा (माओवादी) सहितका कम्युनिष्ट घटकहरूले सभामुखलाई उक्त अधिकार दिनुपर्ने मत जाहेर गरेका छन् । त्यसैगरी दिवङ्गत राजा वीरेन्द्र तथा उनका परिवारका नाममा रहेको सम्पत्ति ट्रष्टमा राख्ने तथा राजा भएकै कारण ज्ञानेन्द्रले उपयोग गर्दै आएको सम्पत्तिलाई राष्ट्रियकरण गर्ने कुरा उल्लेख छ । यो बुँदालाई पनि ८ दलका शीर्ष नेताहरूले छलफलमा स्वीकार गरिसकेको बताइएको छ ।

अन्तरिम संविधानमा सर्वोच्च शक्तिका रूपमा तोकिएका प्रधानमन्त्रीको नियुक्तिका बारेमा पनि अन्तरिम संविधानले स्पष्ट तोकेको बताइएको छ । सूत्रका अनुसार प्रधानमन्त्रीको नियुक्ति ८ दलका शीर्ष नेताको बैठकले टुङ्गो लगाउनेछ । यदि ८ दलले निष्कर्ष निकाल्न नसकेको खण्डमा अन्तिरम संसदको दुई तिहाइ बहुमतले जसलाई प्रधानमन्त्री तोक्छ उही प्रधानमन्त्री हुने प्रावधान राखिने भएको छ ।

अन्तरिम संविधानले नागरिकताको विषयमा पनि टुङ्गो लगाएको थाहा भएको छ । जसअनुसार नागरिकता बनउन चाहनेको आमा वा बाबुको ठेगान छैन भने पनि नेपालमा जन्मिएको प्रमाणका आधारमा नागरिकता दिन सकिने तथा आमाको नाममा पनि नागरिकता दिइने कुरा उल्लेख छ । २०४६ सालयता नेपालमा जन्मिएका सबैले नागरिकता पाउनेछन् भने त्योभन्दा अघि जन्मिएकाहरूलाई सरजिमिनका आधारमा नागरिकता दिने कुरा उल्लेख छ ।

राज्यको ढाँचाका सम्बन्धमा ८ दलका नेताहरूबीच केही विवाद भए पनि 'राज्यको ढाँचा र स्थानीय स्वायत्त शासन' विषयमा सबैजसो सहमत भएको जनाइएको छ । सूत्रहरूका अनुसार अन्तिरिम संविधानले नयाँ स्वायत्त प्रदेशको घोषणा गर्ने भन्दा पनि जिल्ला, अञ्चल तथा नगरहरूलाई स्थानीय स्वायत्त शासनको रूपमा विकास गर्ने कुरा जनाइएको छ ।

अन्तरिम संविधानमा नेपालको परिभाषा गर्ने क्रममा 'नेपाल एक स्वतन्त्र, अविभाज्य, सार्वभौमसत्तासम्पन्न, धर्मनिरपेक्ष र समावेसी राज्य' भएको घोषणा गरिनेछ । नयाँ प्रावधानमा नेपालको झण्डा तथा राष्ट्रिय जनावरलाई २०४७ को संविधानले तोके अनुसार नै राखेको छ भने मौलिक हकमा प्रेस स्वतन्त्रता, मानव अधिकारलगायत सबै विश्वव्यापी मान्यतालाई स्वीकार गरेको छ । अन्तरिम संविधानले देशको विकास गर्न निजी, सहकारी तथा सरकारी गरी मुलुकको अर्थतन्त्र उकास्ने तथा जेष्ठ नागरिक, अशक्त, महिला एवं युवाशक्तिलाई परिचालन गर्ने बताएको छ ।

पोखरामा प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगिता

शिव शर्मा

पोखरा– साहसिक पर्यटनका रूपमा चिनिएको पोखराको प्याराग्लाइडिङले विदेशीहरूलाई आकर्षित गर्दै आएको छ । प्याराग्लाइडिङका लागि पोखरा विश्वकै उत्कृष्ट क्षेत्रमध्ये एक भएको हुँदा यहाँ विदेशी प्याराग्लाइडरहरू ओइरिन्छन् । ट्रेकिङ एजेन्ट्स एशोसिएसन अफ नेपाल (टान) पश्चिमाञ्चल क्षेत्रिय च्याप्टरले यहाँप्रत्येक वर्ष आयोजना गर्दै आएको खुला प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगिताले यस वर्ष पनि निरन्तरता पाएको छ ।

प्राप्त जानकारीअनुसार यस वर्ष माघ ११ देखि १३ सम्मको प्रतियोगिता सञ्चालन हुँदैछ । नेपाल पर्यटन बोर्डको प्रवर्द्धनमा तीन दिनसम्म चल्ने प्रतियोगितामा एक सयभन्दा बढी प्याराग्लाइडरको सहभागिता रहनेछ । यहाँ पहिलो पटक सन् १९९९ मा खुला प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगिता भएको थियो, जसमा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय गरी २० जना पाइलट सहभागी थिए । गत वर्षको प्रतियोगितामा १९ राष्ट्रका ८ जना नेपालीसहित जम्मा ७२ जना प्याराग्लाइडर सहभागी भए ।

'यस पटक मुलुकको सहज परिस्थितिसँगै हामी प्रतियोगिता गर्न हौसिएका छौं,' प्रतियोगिता संयोजक टीकाराम सापकोटाले भने- 'निकट भविष्यमा प्याराग्लाइडिङको प्री-विश्वकप गर्ने अभिप्रायले हामीले प्रतियोगितालाई निरन्तरता दिँदै आएका छौ ।'

प्रतियोगिता हेर्न स्वदेशी तथा विदेशी गरि करिब ३५ हजार दर्शक आउने अपेक्षा राखिएको छ । प्रतियोगितालाई अझ रोचक बनाउन विश्वप्रशिद्ध पाइलटहरूलाई पनि यहाँ ल्याउने प्रयत्न गरिरहेका छौं, -टानका अध्यक्ष सञ्जीव थापाले सुनाए ।

प्रतियोगितामा प्रथम हुनेलाई १५ हजार रुपैयाँ नगदका साथ मेडल, प्रमाणपत्र तथा विभिन्न डोर प्राइज प्रदान गरिनेछ । प्रत्येक प्याराग्लाइडर पाइलटले सराङकोटबाट उडान गरी लेकसाइडको खहरेमा अवतरण गर्नुपर्नेछ । प्रतियोगितालाई थप रोचक बनाउन पञ्चैबाजा, दोहोरीगीतजस्ता मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रम पनि समावेश गरिएको छ ।

मुखाले

पुसअघि राष्ट्रसंघको सुरक्षा परिषद्ले नेपालको शान्ति सम्झौता अनुमोदन गर्न सक्तैन ।

इयान मार्टिन, संयुक्त राष्ट्रसंघका विशेष दूत

शान्ति भाँडिने चिन्ताले हामी केही मुद्दा छाड्न बाध्य भयौं ।

प्रचण्ड, अध्यक्ष, नेकपा (माओवादी)

संविधानसभाको निर्वाचनबाट पनि वास्तविक लोकतन्त्र नआउने भएकाले म भूमिगत नै बस्छु ।

मोहनविक्रम सिंह, महामन्त्री, नेकपा (एकता केन्द्र)

प्रचण्डले भनेजस्तै शान्ति बहालीपछि देशमा विकासको मूल फुट्छ ।

शेरबहादुर देउवा, सभापति, नेका प्रजातान्त्रिक

संयुक्त राष्ट्रसंघले हतियार अनुगमन प्रारम्भ गरेपछि मात्रै अन्तरिम संविधान जारी हुन्छ ।

गिरिजाप्रसाद कोइराला, प्रधानमन्त्री

अन्तरिम संविधान तत्काल जारी नभए देशले अर्को एउटा दुर्घटना बेहोर्नु पर्छ ।

लक्ष्मणप्रसाद अर्याल, संयोजक, अन्तरिम संविधान मस्यौदा समिति

हामीमाथि नियोजित आक्रमण भएको छ, हामीलाई शत्रुको व्यवहार गरिएको छ ।

रवीन्द्रनाथ शर्मा, अध्यक्ष, राप्रपा नेपाल

नेपाली सेनाको सर्वोच्च कमान्डर प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइराला हुन् ।

अनन्तबहादुर थेवे, सैन्य प्रवक्ता

जेठमा संविधानसभाको निर्वाचन भएन भने त्यो माओवादीका कारण नै हुँदैन ।

शेरबहादुर देउवा, सभापति, नेका प्रजातान्त्रिक

केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल
Retail Price: 750/-
मोटोपना घटाउने - 2400/-
स्तन टाइट/घटाउने - 1999/-
स्तन बढाउने क्रिम - 1650/-
रूपअमृत (पोते, चायाँ हटाउने) - 1580/-
पहेलो दाँत चम्काउने दन्तमरी - 1580/-
उचाई बढाउने - 1250/-
कपाल सिधा बनाउने - 1050/-
चाउरीपना हटाउने क्रिम - 999/-
एब किङ-प्रो Special - 6800/-
Natural Treatment 100% Guaranteed
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं गौशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 2110057, Mob.: 9841-330144 9803298159

आवश्यकता
नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त प्रतिष्ठित कम्पनीलाई ५ वर्ष सम्म काम गर्ने शिक्षित अशिक्षित कर्मचारी आवश्यकता नजान्नेलाई निशुल्क तालिम, महिलालाई ग्राह्यता
तलब : ८५०० मात्र
संख्या: १७ महिला, ७ पुरुष
सम्पर्क
२०७३६१६,९८०३०७५९८१ चावहिल
४२७१३७९,९८४१५३८६६५,कलंकी

Learn English
Own course books, audio-visual, self-practice lab
TOEFL/IELTS Preps.
Chinese, Japanese, German, French, Spanish languages
O'seas Language C. Bag Bazar, 4-268945, Jamal 4-244741
Language Books/Cassettes/CDs Sold here. OLC, 4-247897

B.E. ENTRANCE
Admission Open : Preparation Classes
* Highly experienced teachers from I.O.E. Pulchowk Campus and other renouned colleges.
* Free text books, Question bank and practice sheets.
* Managed by a group of reputed senior teacher of I.O.E. pulchowk Campus
* 98% Success in I.O.E. Entrance among our students
KANTIPUR EDUCATIONAL INSTITUTE (KEI)
Kupondol, Tel: 5540917,website:www.kei.edu.np
Email:info@kei.edu.np

होटल तालिम
कुक, बेकरी, वेटर, हाउस किपिङ्ग, केयर गिभर, बारमेन आदि
विदेशी सिस्टमको किचेनमा तालिम दिइने ।
५ तारे होटलका सेफहरुद्वारा तालिम दिइने ।
Theory तथा Practical सँग-सँगै गराइने
होटल तालिम पछि तारे होटलहरुमा पठाउने व्यवस्था
बेस्मेटिक होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
फोन : ५५५३३६६
पुल्चोक दमकल अफिस सँगै

निशुल्क ब्यूटिसियन तालिम
रोजगारीको अवसर
एक प्रतिष्ठित पार्लरको लागि केही जनशक्ति आवश्यक परेको हुँदा ब्युटिसियन सिक्न इच्छुक महिलाहरूलाई तालिम पश्चात रोजगारको ग्यारेन्टी ।
उधमी महिला ब्युटिसियन तालिम केन्द्र
बालाजु चोक (LWBTC PH. 4350762)
डण्डीफोर तथा पोतोको ग्यारेन्टीका साथ उपचार गरिन्छ ।

निशुल्क ब्यूटिसियन ट्रेनिङ्ग
NGO को सहयोगमा नेपाल सरकारबाट मान्यताप्राप्त वरिष्ठ ब्युटिसियनहरुद्वारा अत्याधुनीक मेशिनहरुले छोटो समयमा कोर्षहरु ग्यारेण्टी का साथ Basic Diploma, Advance र Special Course मा सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।
PTC ट्रेनिङ्ग सेन्टर
रुद्र विशालबजार दोस्रो तल्ला, कलंकी
काठमाण्डौ, फोन नं. २०२३४०६

होटल तालिम
कुक, वेटर, हाउस किपिङ्ग, सेक्युरिटी गार्ड, केयर गिभर आदि
80% छुट
५ तारे होटलका सेफहरुद्वारा तालिम दिइने ।
Typical अन्तराष्ट्रिय परिकारहरु सिकाइने ।
५ तारे होटलमा पठाउने व्यवस्था सहित होटल तालिम खुल्यो ।
मयुर होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
फोन : ४४६१७१७
चावहिल, बौद्ध जाने बाटो

जागिर चाहियो ?
कुक/वेटर/वेट्रेस/बारमेन/क्याप्टेन सेक्युरीटी साथै मार्केटिङ्ग तालिम लिनुहोस्
रोजगारी ग्यारेन्टी
होटलमै तालिमका साथै बिदेशको छुट्टै प्याकेज
क्रिष्टल ट्रेनिङ्ग प्लस जब लिङ्क
मो. ९८०३२४३०५९ फो. ४४१७४३८

विद्युतीय माध्यम र कानुन

मानविय उपलब्धिको पछिल्लो अध्याय एवं विद्युतीय सञ्चार माध्यमको नवीनतम स्वरूप इन्टरनेट अहिले मानव जीवनको अभिन्न अंगका रूपमा स्थापित हुने क्रममा छ। इन्टरनेटले विश्वव्यापी रूपमा देखाएको प्रभावले मानव जीवनको कुनै पनि क्षेत्र अछुतो छैन। भौतिक विज्ञान, स्वास्थ्य, शिक्षा, खेलकुददेखि लिएर अहिले इन्टरनेटले व्यावसायिक क्षेत्रलाई समेत आफ्नो प्रभावमा लिएको छ। इन्टरनेटबिना उद्योग तथा व्यापार अहिले कल्पना नै गर्न नसकिने स्थितिमा छ। सूचना प्रविधिको क्षेत्रमा भर्खरै पाइला टेक्न थालेको हाम्रो जस्तो मुलुकमा समेत कतिपय व्यावसायिक गतिविधिहरू इन्टरनेटमार्फत् हुन थालेका छन्। खासगरी सहरी क्षेत्रमा बैंक तथा वित्तीय कारोवारहरू, किनमेल, औद्योगिक उत्पादनलगायत व्यवसायका सबै क्षेत्रमा इ-कमर्स अर्थात् विद्युतीय व्यापारले जरो गाड्दै गएको छ। यस्तो अवस्थामा उपभोक्ताहरूलाइ इ-कमर्सका कतिपय जटिलताहरूबाट राहत दिन र त्यस्तो विद्युतीय कारोवारलाई कानुनी दायरामा ल्याउन अहिले सरकारले विद्युतीय कारोबार ऐन-२०६३ जारी गरेको छ। कानुन भन्ने बित्तिकै दफा-उपदफाका कुराहरू आउँछन्। कुनै पनि ऐनले आफ्ना प्रस्तावनामा आफ्नो कार्यक्षेत्रका बारेमा स्पष्ट व्याख्या गरेको हुन्छ तर पनि त्यस्तो व्याख्यालाई सोही ऐनका दफा-उपदफाहरूले बाभि्कने हदसम्म अन्यौलमा राख्ने गरेको पाइन्छ। अहिलेको विद्युतीय कारोबार ऐन-२०६३ पनि त्यस्तो नियतिबाट मुक्त नहुन सक्छ।

मुलुकको शिक्षित भनिने वर्गकै एउटा ठूलो समूह अझै पनि इन्टरनेटको ज्ञान र पहुँचबाट टाढा छ। यस्तो अवस्थामा विद्युतीय माध्यमबाट कारोबार गर्ने व्यक्ति वा संस्थाले त्यस्ता पहुँच नभएका वा सम्बन्धित विषयमा ज्ञानको अभाव राख्ने वर्गलाई हतोत्साहित गर्ने वा ठगी गर्न सक्ने सम्भावना हुन्छ। यस्तै सम्भावनालाई मध्यनजर गर्दै विद्युतीय कारोबार ऐन-२०६३ ले पीडित पक्षलाई न्याय दिन सकिने गरी यो ऐनको उल्लंघनकर्तालाई एक लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना गर्न सक्ने व्यवस्था गरेको छ। जरिवानाको यो व्यवस्था नेपालका प्रचलित ऐन कानुनहरूमै कैद सजाय बाहेक आर्थिक जरिवानाको हकमा सबैभन्दा धेरै हो। ऐनको यो व्यवस्थाले नेपालका ऐन कानुनहरूमा उल्लेख गरिएका जरिवानाका आर्थिक सीमाहरूलाई समयसापेक्ष रूपमा परिमार्जन गरिनुपर्ने सन्देश पनि दिएको छ। आर्थिक जरिवानाको यही व्यवस्थाले यो ऐनलाई सबल बनाएको छ।

यो ऐन लागू भएपछि नेपालमा इ-मेल, इ-फ्याक्स, इ-बैंकिङ, इ-सपिङ, इ-मेडिसिन, इ-पेमेन्ट जस्ता नयाँ-नयाँ प्रचलनले मान्यता पाउनेछन् भने विद्युतीय कारोबारलाई आधार बनाएर आर्थिक गतिविधि सञ्चालन गर्ने पक्षले डिजिटल सिग्नेचर समेत पाउनेछन्। डिजिटल सिग्नेचरकै आधारमा सम्बन्धित निकायले विद्युतीय कारोबारका अभिलेखहरूलाई प्रमाणिकीकरण समेत गर्नेछ। नेपाल जस्तो ५० प्रतिशतभन्दा कम जनसंख्या साक्षर रहेको मुलुकका लागि निश्चय पनि यो ऐन खासै महत्त्वपूर्ण मानिनेछैन तर विश्वव्यापी मान्यतालाई पछ्याउँदै हिंडेको नेपालका सहरी उपभोक्ताका लागि यो ऐनले राहत प्रदान गर्ने अपेक्षा गर्न सकिन्छ। कुनै पनि कानुन समाजको आवश्यकता अनुसार निर्माण गरिन्छ। नेपालको उद्योग तथा व्यापार सहर केन्द्रित भएका कारणले र सहरी जनसंख्याको एउटा ठूलो हिस्सा शिक्षित वर्गमा गणना हुने र त्यो वर्ग विद्युतीय कारोबारका लागि सक्षम भएकाले यो ऐन जारी भएको हुनुपर्छ। अहिलेका लागि यो ऐनमा रहेका खोटहरू केलाउनुभन्दा ऐनको सापेक्षित महत्त्वमाथि चर्चा चलाएर त्यसलाई आम-उपभोक्ताको जानकारीमा ल्याउन सम्बन्धित सबै पक्षले अभियान चलाउनुपर्छ। त्यसो हुन सकेको अवस्थामा मात्रै यो ऐन प्रभावकारी हुनसक्छ भन्ने हेक्का सरकार तथा उपभोक्ता सबैले राख्नुपर्छ, अन्यथा ऐन बनाएर त्यसलाई कार्यान्वयनको तहमा लान कञ्जुस्याइँ गर्ने हो भने जतिसुकै राम्रो ऐन आए पनि त्यसले कुनै अर्थ राख्दैन।

राम तकता तकदै जिन्दगी गै गै

डुबते जाते हैं तारे, भीगती जाती है रात
दिलकी दुनियाँ मे वही बेचैनियोंका गोश है

– 'सहर' रामपुरी

डा. डी.पी. भण्डारीसँग
अन्तरंग

आ□नो मातृभाषामा शीर्षक चुन्ने मेरो सनक वा लिप्सा पुरानो हो तर अभ्यास धेरै कम गरेको छु। सायद यो तेस्रो पटक होला। म डोटेली भाषामा जन्मेको मानिस तर कहिल्यै पनि पूरा चिठी, लेख पनि नलेखेको। यो शीर्षकको अर्थ हुन्छ : 'रमिता हेर्दाहेर्दै जीवन बितिसक्यो।' यो मेरो हृदयको आवाज हो, बुद्धिमा सीमित ध्वनि होइन। यस्तो मनोदशामा वर्तमानभन्दा अतीत बढी हावी हुन्छ, प्रभावी हुन्छ। आँखा बन्द गरेर अतीततिर दगुर्न थाल्यो भने दृश्यावलीहरूको अथवा अनुभूति स्मृति-श्रृंखलाहरूको वैचित्र्यपूर्ण क्रीडा देखिँदो रहेछ। राम (रमिता) भनेको त्यही अन्तरअवलोकन हो। एक ग्रामीण शीर्षक दिएर आफूभित्रको ग्रामीणताको केही मात्रामा सहरी शिष्टता, सौन्दर्य र सहरी कुरूपतामाथि पृष्टगामी पुनर्निरीक्षण पनि हुन सक्छ।

अरूका बारेमा शब्द चित्रण गर्नु जति सजिलो छ आ□नो बारेमा लेख्नु त्यति नै गाह्रो हुन्छ, यदि लेखक लजालु र अति तीखो संवेदना लिएर जन्मेको छ भने जैविक संरचनाको भूमिका निर्णायक हुँदोरहेछ जीवन बचाइका यात्रामा। स्नायु सञ्जाल बलियो छ भने जीवनयापन गर्न धेरै कठिन छैन। धेरै कमलो छ भने यो लोकमा बाँच्न असम्भव नभए पनि दुरुह अवश्य छ। संसारको साहित्यिक कथाभित्र, दर्शनशास्त्र, चित्रकला र संगीतको गाथाभित्र केही अद्वितीय प्रतिभाहरू पैदा भए जो एक निश्चित समयबिन्दुभन्दा पर जीवन तानिरहने नियतिबाट डराए र आ□नो कलकलाउँदो, अर्थपूर्ण जीवनलाई आफैं समाप्त गर्न आ□नै संवेदनशीलताका कारण विवश भए।

त्यसको विपरीत पाटोमा संवेदनारिक्तहरूको बडेमानको बिरूप बथान छ जो आ□नो निःसर्गदत्त जडता र अर्जित तृष्णाका कारण निर्लज्जतासित हिँडिरहेको छ। बयान गर्न असम्भव प्रायः छ, तर यो घटक पनि जगत्भित्रको एक रंग हो, एक रमिता हो। यस्तो श्यामपटमा निष्ठावान्हरूको सुकिलोपन बढी सुकिलो देखिन्छ। अंशतः भन्नुपर्‍यो भने यति मात्र भन्न सकिन्छ कि तिनीहरूको जीवन अति महत्त्वाकांक्षाको बाक्लो धूवाँ भित्र लपेटिएको हुन्छ। जीवनबचाइको मौलिक उद्देश्य नै तिनीहरूका लागि पद र परिग्रह हो। जति ठूलो पद र परिग्रह त्यही मात्रामा सूक्ष्म-स्थूल परपीडकको आनन्द। अरूप्रति कृपापूर्ण हुने मुद्रा पनि– सूक्ष्म विश्लेषणमा– परपीडक वृत्ति हो।

'राम तकदा तकदै जिन्दगी गै गै'। रामको शाब्दिक अर्थ रमिता भए पनि अभिप्राय केही लामो छ। राम, रमण, रमाउनु, रमिता, रन्जन, रमाइलो आदि शब्दको अभिप्राय एउटै हुन्छ। व्युत्पत्तिबारे म अनभिज्ञ छु। अनुमान गर्छु कि भगवान् रामको आभाबाट निःसृत भएको हुनुपर्छ– जस्तै विपत्तिमा पनि अनुदिग्न। हामीहरूको रमण गर्ने सामर्थ्य अत्यन्त नै सीमित छ। मेरो रामको अर्थ त्यही सीमितताको क्षणिक रमण हो वा भ्रान्ति हो। जगत्को स्वरूप र स्वभाव यति चञ्चल, अस्थिर रहस्यपूर्ण, यति अगम्य छ कि मजस्तो मन्दबुद्धि लाटोले गगनमा गतिमान चीललाई हेरेजस्तै चकित भएर हेरिरहन्छ भूगोलको एक अज्ञात कुनाबाट र कहिलेकाहीँ आत्तिएर उपनिषद्तिर जान्छ, कहिले हतास भएर बुद्धतिर, तर भेउ कतै पनि पाउँदैन।

उपनिषद् दुःखको चर्चा गर्दैनन्। ब्रह्म मात्र छ भनिरहन्छन्। ब्रह्मज्ञान माने परम आनन्द, अनिर्वचनीय अवस्था। बुद्ध भन्छन् मानव अस्तित्वभित्र दुःख छ, दुःखको कारण छ, दुःखको निरोध छ र बुद्ध जति आनन्दित मानिस मानव सृष्टिभित्र धेरै कम छन्। औंलामा गन्न सकिने– वास्तविक, विधायक अस्तित्ववाद त बौद्ध दर्शनमा भेट्टाइन्छ। चरम नैराश्यमा सुरु हुन्छ र चरम आशामा रूपान्तरित हुन्छ। यो स्थितिमा आइन्सटाइनजस्ता महान् चिन्तक-वैज्ञानिक पनि प्रश्नपूर्ण हुन्छन् : 'मानवजीवनको वास्तविक अर्थ के हो, अथवा सम्पूर्ण सृष्टिको अर्थ के हो ? यो प्रश्नको अर्थ खोज्नुको अर्थ हुन्छ– धार्मिक चित्तदशामा उग्रनु।'

यस्तै बौद्धिक, जिज्ञासापूर्ण पलहरूमा म अल्झिन्छु र आफैंसित प्रश्न गर्छु : मेरो जीवन बाँच्ने तरिका, जीवन-प्रवाहमा अनुभूत भएका सत्य र छायाँहरू, स्नेह-सम्बन्धहरू भीडकै बासीपन र यान्त्रिकता लिएर आएका थिए कि वा कुनै अर्थमा भिन्न थिए ? आत्मसंवादका क्रममा उत्तर आएजस्तो हुन्छ– 'बाटो हराएको पथिकजस्तै, तर हरणमा पनि रंगहीन र रंगपूर्ण दृश्यावलीहरूबाट घटनाहरूबाट चाँडै स्पर्शित भैहाल्ने।' म अहिले उचित पदावलीको अभावमा ती उद्दीपनहरूको जमघटलाई राम भनिरहेको छु– राम माने रमिता। 'तकनु' माने हेर्नु। त्यो असंलग्न अवलोकन, ग्रहणशीलताभित्र जीवनमा घटेका सबै छवि र छायाँहरू, प्रकाश-तिमिर, जीवन-मृत्यु, अवनी-अम्बरको क्षेत्रफलभित्र घटित हुने प्रिय-अप्रिय, तिक्त-मधुर सबै समाहित हुन्छन्।

यी सबैको अन्तरक्रीडा हेर्दाहेर्दै जीवन उडिरहेछ। ज्वालाम्बुको विदग्धकारी शान्त वहिर्गमनदेखि लिएर माओवादीहरूको गर्जनकारी गृह आगमनजस्ता परस्परमा संगति नमिलेका घटनाहरू पनि पर्छन्। यी सबै विम्ब-प्रतिविम्ब, घात-प्रतिघातहरूको स्मृतिपुन्ज नै मेरा लागि अहिले राम-स्मृति, रमण-स्मृति र रमित-स्मृतिको स्वरूप लिएर आएको छ। अहिलेको मेरो परिवेशभित्र रामको अभिप्राय सधैंभरि प्रिय हुँदैन। प्रिय-अप्रियको सम्मिश्रण हुन्छ मेरो 'राम'-कथाभित्र। त्यसैले मित्रहरूलाई अनुरोध गर्छु कि मेरो रमिता हेर्ने ढंग सधैंभरि रमाइलो नै थियो भन्ने भ्रम नपाल्नु। 'राम' हेर्ने क्रममा त विपरीतता र विडम्बनाहरूको भीड हुन्छ। एकपक्षीय दृश्यावलीमा रमिता हुँदैन। बुद्ध र गान्धीको आभा-स्मृतिमा रमाउनेहरू धेरै संकीर्ण हुन्छन्। नक्सलवादी हुन् कि साइनिङपाथका पथिक त्यस्ता सबै आतंककारीको आतंक हेरेर अनुभवको हिसाबले केही बढी सम्पन्न हुनु पनि आफैंमा एक 'राम' हो। विक्षिप्तकारी कृत्यहरू जति लोमहर्षक भए पनि सडक-किनारामा उभिएको दर्शक वा अनुभोक्ताको अनभुवमा केही बुद्धि हुन्छ- जति नै तमसयुक्त भए पनि। बाल्यकालमा दसैंको बेलामा केही बाँधिएका र एक छाडिएका उन्मत्त राँगालाई काटेको हेर्दा अनौठो किसिमको रमिताको अनुभव हुन्थ्यो, करुणाको जागृति हुन्थ्यो।

'राम तकदा तकदै जिन्दगी गै गै'। व्यक्तिगत, सामाजिक, वैश्विक र अरू विविध थरीका रमिता हेर्दाहेर्दै जिन्दगी गैसक्यो। अहिले प्रजातन्त्रको पुनरागमनको ऐश्वर्यपूर्ण घडीमा यदि कुनै व्यक्ति वा समूह कसैबाट पनि राजनैतिक वा धार्मिक आस्थाको अभिव्यक्तिप्रति हिंसात्मक प्रतिक्रिया दिइन्छ, गरिन्छ भने त्यो अशोभनीय कर्म हुँदाहुँदै पनि तटस्थ दर्शकका लागि एक नयाँ तर कटु अनुभव हुन सक्छ। अथवा कुनै व्यक्ति सबै शिष्टाचार संवेदनालाई तिलाञ्जली दिएर प्रारम्भमा नै 'त्यो पद मैले पाउनुपर्छ भनेर अड्डी लिन्छ भने त्यहाँ लोक-कल्याणको चिन्ताभन्दा बढी विरूप आत्मप्रक्षेपणको ताण्डव देखिन्छ। यी निषेधात्मक वृत्ति र व्यवहारहरू पनि एक दृष्टिबाट रमिता नै हुन्। विश्व रङ्गमञ्चमा हिटलरको गर्जनले एक किसिमको व्यथा ल्यायो भने स्टालिनको तर्जनले अर्को किसिमको विपत्ति ल्यायो, तर दुवै मानव इतिहासभित्रका सशक्त नायकहरू हुन्, समय-चालकहरू हुन्। ती दुवैको महत्त्वाकांक्षा र तदनुकूलको कर्म इतिहास द्रष्टा र इतिहास लेखकहरूका लागि एक खँदिलो सामग्री र बौद्धिक विलासको बहाना हुन्छ। तुच्छ, लघु, दीर्घ, रसपूर्ण, रसशून्य, कठोर, करुणापूर्ण कालको गति हेर्दाहेर्दै जीवन बितिसक्यो। विस्मित भएर आफैंलाई प्रश्न गर्छु : के मानव इतिहास भनेको यही क्रूर सत्य हो त ?

नीति-नियम

आफ्नी स्त्रीका साथ विहार गर्नु (घुमफिर) उचित हुन्छ, वेश्याहरूसँग घुमफिर गर्नु राम्रो हुँदैन। मानिसहरूसँग हाँसीखुसी भएर कुस्ती खेल्नु उत्तम व्यायाम भएकाले यस्तो व्यायाम नियमित गर्नुपर्छ।

रातको पहिलो र चौथो प्रहर छोडी दोस्रो र तेस्रो प्रहरमा सुत्नु उत्तम मानिन्छ। गरिब, अन्धा, अपांग तथा बहिराहरूलाई कहिल्यै उपहास (हेंला) गर्नु हुँदैन।

कसैप्रति खराब वचन बोल्नु हुँदैन र खराब ढंगले हेर्नु पनि हुँदैन।

खराब काम गर्न आदेश दिने गुरुलाई पनि सम्झाएर भन्नुपर्छ कि तपाईंले लगाउनुभएको काम खराब छ, म गर्न सक्दिन – अनि सत्कार्यको उपदेश दिने सानै व्यक्ति भए पनि उसको वचन काट्नु हुँदैन।

–शुक्रनीति

अनुवाद : रामहरि बन्जारा

चि ठी प त्र

खुसी लाग्यो

साप्ताहिकको २०६३ मंसिर १ गतेको अंकमा प्रकाशित 'हामी लेस्वियन हौं' शीर्षकको रिपोर्ट पढ्दा निकै खुसी लाग्यो। म स्वयं पनि यस्तो सम्बन्धको पक्षमा छु। हाम्रो समाजमा स्थापित गराइएको कथित पुरुषवादी ढाँचाका कारण महिलाको व्यक्तिगत स्वतन्त्रता र चाहना दबाइएका छन्। कतिपय महिला कुनै पुरुषको बाह्यरूपमा श्रीमती र वास्तविक रूपमा दासी भएर आफ्नो जीवननिर्वाह गर्ने पक्षमा हुँदैनन्। हाम्रो समाजमा यस्ता महिलाहरूको आवाज जहिले पनि दबाइएको छ। बितेको एक दशकयता नेपाली समाजमा देखा परेको खुलापन र व्यक्तिको निजत्वको सम्मान हुनुपर्छ भन्ने भावनाको विकासका कारण अहिले कतिपय नेपाली महिला कुनै पुरुषसँग विवाहित भएर, उसका लागि सन्तानहरू जन्माएर, घर गृहस्थी गरेर बस्नुभन्दा आफ्नो स्वेच्छाले जीवन-निर्वाह गर्न चाहन्छन्। उनीहरूका लागि कुनै पनि किसिमको बन्धन स्वीकार्य हुँदैन। मलाई लाग्छ महिलाहरूको यस्तै चाहनालाई साप्ताहिकको उक्त लेखले प्रतिनिधित्व गरेको छ। यस्ता लेखहरू अझ गहिरो अनुसन्धान र अध्ययनका साथ प्रकाशित हुँदै जाऊन्।

–प्रेरणा शर्मा, इलाम

विदेशमा बस्ने नेपाली

विदेशमा बसेर पनि हामीले साप्ताहिक नियमित रूपमा अध्ययन गर्न पाइरहेका छौं। साप्ताहिकले विदेशमा बस्ने नेपालीहरूका गतिविधि तथा कथाव्यथालाई स्थान दिँदै आए पनि म यसका लागि छुट्टै पृष्ठको आवश्यकता देख्छु। नेपालबाहिरका नेपालीका लागि त्यसरी पृष्ठ नै छुट्टयाएर त्यसमा विदेशमा बस्ने नेपालीहरूका गतिविधि, सन्देश, कथा, व्यथा, रचना आदि प्रकाशित गरे सुनमा सुगन्ध हुने थियो। यसैगरी कहिले विदेशको कुनै सहरमा बस्ने त कहिले अर्को सहरमा बस्ने नेपालीहरूको परिचर्चा, अन्तर्वार्ता आदिले पनि स्थान पाओस्। यसबाट साप्ताहिकको लोकप्रियता अझ बढ्ने थियो।

विक्रम लिम्बू, दोहा, कतार

समस्या हुने थिएन

पाँच वर्षपहिले रोजगारीको सिलसिलामा खाडी मुलुक आएका कतिपय नेपाली कम्पनीमा पाँच वर्ष बिताउँदा पनि घर जान नदिएको गुनासो पोख्छन्। करिब आठ-नौ महिनाको तलब पनि कम्पनीले नदिनुका साथै आफूहरूलाई कम्पनीभन्दा बाहिर जान नदिएको धेरै नेपालीको गुनासो छ। विगत ५ वर्षदेखि कम्पनीको काम गरेर जीवन बिताए पनि घर जान्छु भन्दा जान नदिएको वा तलब दिन्छु यो खाली पेपरमा सही गर भनेर खाली कागजमा सहीछाप गर्न लगाएकाहरूको छुट्टै वेदना छ। आफ्नो गुनासो पोख्ने कुनै निकाय नभएकाले कतै नेपालै फर्कन नपाई मरिने त होइन भन्ने त्रास उनीहरूमा छ।

नेपाल सरकारको वैदेशिक रोजगारसम्बन्धी स्पष्ट नीति-नियम नभएको, साथै म्यानपावरहरूको लापर्बाहीले गर्दा सोझा नेपालीहरूले विदेशमा यस्ता प्रकारको समस्या झेल्नुपरेको हो। यस विषयमा प्रवासी नेपालीको साझा नेटवर्क प्रवासी नेपाली डटकमले सम्बन्धित निकायसँग वैदेशिक रोजगारसम्बन्धी नीति-नियम बनाउनुका साथै वैदेशिक रोजगारसम्बन्धी काम गर्ने संघ, संस्था, एनजीओ, आईएनजीओहरूको ध्यानकर्षण गराएको छ।

वैदेशिक रोजगारीको सिलसिलामा विभिन्न माध्यमबाट बिदेसिने महिलाहरूमा अधिकांश महिलाले विभिन्न पीडा भोग्नुपरेको छ। १९९८ मा कुवेतमा घरेलु कामदारका रूपमा पुगेकी कानी शेर्पाको हत्यापश्चात् खाडी मुलुकहरूमा महिलाहरूलाई पठाउन प्रतिबन्ध लगाए पनि कतिपय नेपाली महिला अहिले पनि खाडी मुलुकहरूमा आफ्नो श्रमका साथै अस्मिता लुटाउन बाध्य छन्।

ढोका बन्द गरे पनि झ्याल त खुलै छ भनेझैं सरकारले नेपालको एयरपोर्ट नेपाली महिलाहरूका लागि बन्द गरे पनि भारत तथा अन्य देशको ढोका बन्द गर्न सकेको छैन। महिलासम्बन्धी छुट्टै नीति-नियम नभएकै कारण हाम्रा दिदीबहिनीहरूले विदेशमा अनेकन् समस्या झेलिरहनुपरेको छ। यदि नीति-नियम राम्रो बनाउने अनि श्रम-सम्झौता राम्रो हुने हो भने अवश्य पनि यस्तो समस्या उत्पन्न हुने थिएन।

– प्रवासी नेपाली डटकम

तीतो सत्य

-स्त्रीमाथि हात उठाउनु नै आमाको अपमान गर्नु हो।

भरत रणपहेली

-राम्रो वस्तुमा सबैको आँखा गड्छ।

-बोलेको कुरा व्यवहारमा उतार्न निकै कठिन हुन्छ।

-मित्र हजारौं बनाउन सकिन्छ तर असल मित्र पाउन कठिन छ।

ऐश्वर्य श्रेष्ठ

-हुँदा हाँस्नेले, नहुँदा रुनु हुँदैन।

-मायामा जति ठूलो जोखिम, त्यति नै सफल।

-आफूले सुनेको कुराभन्दा देखेको कुरा सत्य हुन्छ।

सुरज बास्तोला, भक्तपुर

-सम्पत्तिभन्दा समय धेरै महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनभने समयको क्षतिपूर्ति हुन सक्तैन।

-डरलाग्दो झुसिलकीरा सुन्दर पुतली बनी उड्न सक्छ, हामी त मानिस हौं।

अशोक महत

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

–सम्पादक

किन अस्तव्यस्त छ राजधानी

सरकारले अस्थायी शिक्षकहरूलाई स्वतः स्थायी गर्ने ऐन जारी गरेपछि मुलुक नै आन्दोलनमय भयो। यसरी स्वतः स्थायी गर्ने निर्णय आएपछि शिक्षाशास्त्र संकाय अध्ययनरत विद्यार्थीले आफ्नो अध्ययनपश्चात् शिक्षक सेवामा प्रवेश गर्ने बाटो खोसिएको जनाउँदै आन्दोलन गरे। प्रारम्भमा काठमाडौंमा मात्र सीमित यो आन्दोलनले अहिले देशव्यापी रूप लिएको छ। त्यस्तै नागरिकता विधेयक पास भएपछि त्यसमा असन्तुष्टि जनाउँदै आन्दोलन भैरहेको छ। आन्दोलनकै कुरामा, केही समयअघि नगरकोट नरसंहारका पीडित पक्षले राज्यले क्षतिपूर्ति नदिएको भनेर सिंहदरबार क्षेत्रमा घण्टौं सडक जाम भयो। त्यसैगरी विरोधकै क्रममा भूतपूर्व सैनिक संघले सर्वोच्च अदालतमा तालाबन्दीसमेत गर्‍यो।

यी केही उदाहरण मात्र हुन्। जनआन्दोलन भाग २ को सफलतापछि यस्ता दर्जनौं विषयमा राजधानी काठमाडौं क्षणभरमै आन्दोलित हुन्छ। कहाँ कतिखेर विरोध हुन्छ कसैलाई थाहै हुँदैन, त्यतिमात्र होइन, विरोध कसले र केका लागि गरेको हो भन्ने पनि थाहा पाइँदैन। लोकतान्त्रिक मुलुकमा सरकारी काम–कारबाहीप्रति असहमतिका स्वर आउनु स्वाभाविक हो, तर विरोधका लागि विरोध गर्नुपर्छ भन्ने मानसिकताका कारण आमनागरिकलाई समस्या पार्ने गरी विरोध कार्यक्रम तयार गरिन्छन्। बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने यदि कसैले आफ्नो असहमति प्रकट गर्छ भने उसले अन्य नागरिकको अधिकारको पनि ख्याल गर्ने कि नगर्ने ? राजधानीमा दैनिक कामकाज गरेर पेट पाल्ने जनताको संख्या उल्लेख्य छ। यसकारण विरोध कार्यक्रम आयोजना गर्दा कामकाजी मानिसलाई पनि असर पुग्छ कि भन्नेतर्फ पनि ख्याल दिनु आवश्यक छ। राजधानीमा हरेक दिन भैरहेका यसप्रकारका आन्दोलनले दैनिक जनजीवनमा व्यस्त हुनुपर्ने नागरिकहरूलाई पुर्‍याइरहेको असर, आन्दोलनको सान्दर्भिकता, सरकारको भूमिका र मानिसहरूको अनुभव विषयमा साप्ताहिकले विभिन्न व्यक्तित्वसँग गरेको कुराकानीको सार :

शेरबहादुर केसी
उपाध्यक्ष, नेपाल बार एसोसिएसन

जनआन्दोलन सफल भएपछि जनताका चाहना मुखरित हुनु स्वाभाविक हो, तर जुन प्रकारले अहिले नै धेरै आकांक्षा यो सरकारले पूरा गरोस् भन्ने चाहना छ, त्यो अस्वाभाविक हो। माग र आन्दोलन बढ्दै जानुमा पनि सरकार प्रमुख कारक तत्त्व हो। जनआन्दोलनबाट आएको यो सरकारले आफ्नो पहिलो प्राथमिकता के हो भन्ने नबुझी जनताका सबै समस्याको समाधान खोज्ने दुष्प्रयास गरेको छ, जसका कारण केहीको माग पूरा हुन थालेपछि यस्ता माग स्वतः बढ्दै गएका हुन्।

अर्को कुरा, लोकतान्त्रिक भनिएको सरकारले आन्दोलनलाई सम्बोधन गर्ने तरिका पनि यो होइन। गोली, डन्डा समस्याको समाधान होइन भन्ने बुझेका हाम्रा नेताहरूले आफैं निरङ्कुश शैलीमा दमन गरिरहेका छन्। आन्दोलन गरिरहेकाहरूका माग जायज छन् भने त्यसलाई तुरुन्त सम्बोधन गर्ने नभए उनीहरूलाई थप आन्दोलन गर्ने वातावरण सिर्जना हुन नदिने काम सरकारको हो। अहिलेको सरकार स्पष्ट हुनु आवश्यक छ। यतिखेर जनआन्दोलन सफल भयो भनेर ढुक्क भएर बस्ने स्थिति छैन। प्रतिक्रियावादीहरूको चलखेल कायम छ। अहिलेको सरकारको एउटै मात्र

> **लोकतान्त्रिक भनिएको सरकारले आन्दोलनलाई सम्बोधन गर्ने तरिका पनि यो होइन। गोली, डन्डा समस्याको समाधान होइन भन्ने बुझेका हाम्रा नेताहरूले आफैं निरङ्कुश शैलीमा दमन गरिरहेका छन्। आन्दोलन गरिरहेकाहरूका माग जायज छन् भने त्यसलाई तुरुन्त सम्बोधन गर्ने नभए उनीहरूलाई थप आन्दोलन गर्ने वातावरण सृजना हुन नदिने काम सरकारको हो। अहिलेको सरकार स्पष्ट हुनु आवश्यक छ।**

फोकल प्वाइन्ट संविधानसभा हुनुपर्छ। त्यसैले सरकारले स्पष्ट रूपमा भन्नुपर्छ– 'यो सरकारको प्रमुख दायित्व विद्रोही माओवादीलाई समेत सहभागी गराएर संविधानसभाको निर्वाचन सफल गराउनु हो।'

जनताले त अहिलेसम्म पर्खेर बसेका छन् भने थप एक वर्ष कुर्न उनीहरूलाई समस्या छैन। भन्नुपर्‍यो, संविधानसभाको निर्वाचनपछि बन्ने सरकारले जनताका समस्याको समाधान खोज्नेछ। सरकारले अनावश्यक काममा जति ध्यान दिएको छ, त्यति नै आवश्यक कामलाई उपेक्षा पनि गरेको छ। उदाहरण, महिनौं भयो विश्वविद्यालयहरू उपकुलपतिविहीन छन्।

प्राथमिकताहरूलाई अल्पकालीन र दीर्घकालीन रूपमा हेर्न सक्नुपर्छ। अहिले पनि बहुसंख्यक नेपालीले संविधानसभा भनेको के हो ? बुझ्न सकेका छैनन्। त्यसैले अब राज्यले गाउँ-गाउँसम्म संविधानसभाको विषयलाई स्पष्ट पार्नु आवश्यक छ। सरकार अब पूर्णतः संविधानसभामा केन्द्रित नभै सानातिना समस्यामा केन्द्रित भयो भने फेरि पनि मुलुकले दुर्भाग्यका दिनको सामना गर्नुपर्छ। लोकतन्त्रमा विरोध भैरहन्छन्, यसको उचित समायोजन गर्न सक्नु सरकारको प्रमुख दायित्व हो।

कुन्दन अर्याल
महासचिव, अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र

वैशाख ११ गते जुन प्रकारले नागरिक अधिकारहरू बहाली भए, त्यसपछिका दिनमा लोकतान्त्रिक मुलुकका नागरिकले सरकारको समर्थन मात्र होइन, आलोचना गर्ने अधिकार पनि पाएका छन् तर अहिलेको हकमा जसरी एकपछि अर्को आन्दोलन भैरहेको छ, त्यसको प्रकृति हिंस्रक छ। हाम्रो विगत हिंस्रक भएकाले पनि आन्दोलनको शैली त्यही प्रकारको छ, तर अब यस्तो शैलीमा परिवर्तन आवश्यक छ।

यसका लागि आन्दोलनकारी मात्र होइन सरकारमा बसेकाहरूले पनि पुरानो मानसिकतामा परिवर्तन ल्याउनुपर्छ। शान्तिपूर्ण आन्दोलन भन्ने तर शैली हिंस्रक अपनाउने परिपाटी अहिले छ। अधिकारको प्रयोग गरेर अरूलाई खलल नपुग्ने गरी आन्दोलन गर्न जान्नुपर्छ। आन्दोलन गर्नेहरूले आफूले गरिरहेको आन्दोलनले अन्य नागरिकको अधिकारलाई वञ्चित गरेको छ-छैन ? तोडफोड गर्दा हानि-नोक्सानी कसको हुन्छ ? आमजनताको दैनिक सरोकार राख्ने स्थानमा तालाबन्दी गर्दा कस्तो असर पर्ला ? व्यस्त सडकलाई घण्टौं जाम गर्दा दैनिक कामकाजी मानिसलाई कत्तिको अप्ठ्यारो होला ? टायर बाल्ने, आतंकित बनाउने जस्ता काम कत्तिको स्वस्थकर वा शोभनीय छन् ? जस्ता प्रश्नमा पनि ध्यान दिनु आवश्यक छ।

यसैगरी सरकारले पनि हिंस्रक शैलीकै आन्दोलनलाई मात्र सम्बोधन गर्ने जुन शैली अपनाइरहेको छ, त्यो त्याग्नु अत्यन्त आवश्यक छ। महत्त्वपूर्ण कुरा– अहिले नागरिक तहमा नागरिक शिक्षाको आवश्यक छ भने सरकारी तहमा पनि नैतिकताको शिक्षा दिलाउनु आवश्यक छ। लोकतान्त्रिक सरकारले विरोधका लागि निषेधित क्षेत्र तोक्न नमिले पनि नागरिकहरू आफैंले व्यस्त स्थानमा

> **आन्दोलनकारी मात्र होइन सरकारमा बसेकाहरूले पनि पुरानो मानसिकतामा परिवर्तन ल्याउनुपर्छ। शान्तिपूर्ण आन्दोलन भन्ने तर शैली हिंस्रक अपनाउने परिपाटी अहिले छ। अधिकारको प्रयोग गरेर अरूलाई खलल नपुग्ने गरी आन्दोलन गर्न जान्नुपर्छ। आन्दोलन गर्नेहरूले आफूले गरिरहेको आन्दोलनले अन्य नागरिकको अधिकारलाई वञ्चित गरेको छ–छैन ? तोडफोड गर्दा हानि–नोक्सानी कसको हुन्छ ?**

आन्दोलनलाई केन्द्रित गर्नु हुँदैन र सरकारले पनि विरोधको सानो स्वर भनेर त्यसको अपहेलना गर्नुहुँदैन। कुरा सुनाउने र सुन्ने प्रवृत्तिको विकास गर्न सके हामीले शान्तिका कुरालाई वास्तविकतामा परिणत गर्न सक्छौं। धेरै अनुभवले राजनैतिक दलहरूमा आपसी समझदारी विकास भएको छ।

यदि सरकार सानातिना समस्यामा बढी केन्द्रित भयो भने आपसी समझदारीमा पनि विश्वासको संकट बढ्न सक्छ। लोकतान्त्रिक सरकार गठन भएपछि आकांक्षा जसरी बढेका छन् अहिलेका हाम्रा मन्त्रीहरूले तिनलाई राजनैतिक रूपमा सम्बोधन गर्न सक्नुपर्छ। अहिलेको सरकारको प्रमुख दायित्व राजनैतिक समाधान खोज्नु भएकाले यतिखेरै सबैले समस्या तेर्स्याउनु पनि राम्रो होइन।

लेखनाथ न्यौपाने
अध्यक्ष, अनेरास्ववियु (क्रान्तिकारी)

लोकतन्त्रमा धेरैको धेरै थरी आकांक्षा हुन्छ, त्यसलाई पूरा गराउन आन्दोलन हुनु अस्वाभाविक होइन। हामी अहिले संक्रमणकालीन अवस्थामा भएकाले सबै माग पूरा हुनैपर्छ भन्ने भावनाले अघि बढ्यौं भने त्यसमा प्रतिगामीहरूको चलखेल हुने सम्भावना बढी हुन्छ। अन्तरिम संविधान जारी नहुन्जेलसम्म हामी निकै सचेत हुनुपरेको छ भने आन्तरिम संविधान जारी गराउन दबाब दिनुपर्ने बाध्यता पनि छ। अहिले सहरमा बढेको अस्तव्यस्तता एवं विरोधलाई मुख्य पाँच किसिमले विश्लेषण गर्नुपर्ने मैले देखेको छु।

अहिले प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाको अभिव्यक्ति र राजा चाहिन्छ भन्ने वकालत गरिरहेका रवीन्द्रनाथ शर्मा प्रवृत्ति मिल्नु दुर्भाग्य भएको छ। रवीन्द्रनाथहरूले विराटनगरमा राजाको पक्षमा वकालत गरेर पोखरा पुगे। त्यहाँ विद्यार्थीहरूले हस्तक्षेप गर्दा पनि उनीहरू काठमाडौं आएर त्यही कुरा दोहोर्‍याउन डर मानिरहेका छैनन्। यस्तो अवस्थामा गिरिजाप्रसादजस्ता आठ दलका प्रधानमन्त्रीले हतियार व्यवस्थापन नभै माओवादीलाई सरकारमा लानुहुँदैन भनेर रवीन्द्रनाथ प्रवृत्तिलाई हौस्याउनुभएको छ। यसले जनता आन्दोलित हुन बाध्य भएका छन्। लोकतन्त्र प्राप्तिपछि जनआन्दोलन-२ का प्रमुख दलहरूको सहमतिमा प्रधानमन्त्री भएका गिरिजाप्रसाद कोइरालाले गणतान्त्रिक मोर्चा बनाउन अस्वीकार गर्नु र रवीन्द्रनाथ शर्माहरूले प्रजातान्त्रिक मोर्चामा नेपाली काङ्ग्रेस सामेल हुनुपर्ने वकालत गर्नुले गिरिजाप्रसाद कोइराला र राजावादीहरूबीच अघोषित साँठगाँठ भएको त होइन भन्ने डर पैदा भएको छ।

दोस्रो कुरा, दुई दिन आयु भएको संसद्ले धमाधम दुरगामी प्रभाव पर्ने शिक्षा विधेयकजस्ता दर्जनौं विधेयक पास गरेको छ। यस्ता विधेयकका कारण विद्यार्थीहरू आन्दोलित छन्। जब अन्तरिम विधान एवं अन्तरिम विधायक निकट भविष्यमै आउँदैछन् भने यस्ता काम छाडेर किन हतार हतारमा विधेयक पास गरिँदैछ ? यसबाट प्रस्ट छ, यो सरकार माओवादी सरकारमा आउनुअघि नै वा अन्तरिम संविधान जारी गर्नुअघि नै आफ्ना कार्यकर्ता, विदेशी शक्ति एवं आफ्नो लाभको काम गर्न चाहन्छ। यसले विद्यार्थीलगायत सर्वसाधारण आन्दोलित भएका छन्।

तेस्रो कुरा अन्तरिम विधान जारी गर्ने, अन्तरिम सरकार बनाउने संविधानसभाको निर्वाचन गर्ने कामलाई गति दिन छाडेर अनेक बहानामा यस्ता कुरालाई लम्ब्याउने प्रयास गरिँदैछ। राजदूतलगायत संवैधानिक निकायको नियुक्तिमा माओवादीको सल्लाह नलिएर समझदारीको राजनीतिलाई तिलाञ्जली दिइँदैछ। शान्ति-सम्झौतामा हस्ताक्षर गर्नेदेखि लिएर हतियार व्यवस्थापन गर्ने कुरामा ढिलाइ गरिँदैछ। यसले कतै गम्भीर षड्यन्त्र भैरहेको आभास दिन्छ। यसले पनि मानिसलाई आन्दोलित बनाएको छ।

अर्को कुरा आन्दोलनका नाममा प्रतिगामी तत्त्वहरूले विभिन्न बहानामा संविधानसभाको निर्वाचनलाई पर सार्ने षड्यन्त्र गरिरहेका छन्। विभिन्न विषय उठाएर अहिलेको जल्दो कुरालाई

> **प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाको अभिव्यक्ति र राजा चाहिन्छ भन्ने वकालत गरिरहेका रवीन्द्रनाथ शर्मा प्रवृत्ति मिल्नु दुर्भाग्य भएको छ। रवीन्द्रनाथहरूले विराटनगरमा राजाको पक्षमा वकालत गरेर पोखरा पुगे। त्यहाँ विद्यार्थीहरूले हस्तक्षेप गर्दा पनि उनीहरू काठमाडौं आएर त्यही कुरा दोहोर्‍याउन डर मानिरहेका छैनन्।**

विषयान्तर गर्ने प्रवृत्ति बढ्दै गएको छ। त्यसैले आन्दोलन गर्दा गलत तत्त्वहरू पस्ने, तोडफोड गर्ने र त्यसलाई अराजक रूप दिने प्रवृत्तिप्रति सचेत हुनुपर्ने बाध्यता छ। विद्यार्थीले अस्थायी शिक्षकका बारेमा गरेको आन्दोलन ठीक छ। जनमोर्चा नेपालले प्रारम्भ गरेको आन्दोलनले पनि प्रतिगमनकारीलाई उठ्न दिँदैन। यति हुँदाहुँदै पनि यसभित्र गलत तत्त्व पस्ने हुन् कि भन्ने चिन्ता पनि त्यत्तिकै छ।

अन्तिम कुरा के हो भने गत साता शाही सेनाले पत्रकार सम्मेलन गरेर हाम्रो जनसेनाका बारेमा बोलेर गलत गरेको छ। जनसेनाका बारेमा बोल्ने काम सेनाको होइन। सेनाको भ्वाइस रक्षामन्त्री, प्रधानमन्त्री वा रक्षा मन्त्रालयका प्रवक्ताले बोल्नुपर्छ। नेपाली सेना भनिएको शाही सेनाको चरित्र नबदलिउन्जेलसम्म लोकतान्त्रिक पद्धति प्रारम्भ भयो भन्न सकिँदैन। यसले पनि हामीलाई आन्दोलित बनाएको छ।

यति हुँदाहुँदै पनि संक्रमणकालको संवेदनशीलतालाई बुझेर हामीले धैर्यधारण गर्दै धेरै कुराको अपेक्षा राख्नुभन्दा कसरी बेलैमा संविधानसभाको निर्वाचन सम्पन्न गर्ने भन्नेतिर ध्यान दिनुपर्छ। संविधानसभाको निर्वाचन हुन नदिन अहिले विभिन्न बहानामा भैरहेको ढिलाइप्रति भने आन्दोलन गर्नैपर्छ।

किशोर गुरुङ, नेपालका सबैभन्दा पाका रेडियोकर्मी। जन्म सन् १९३७, शिक्षा प्रवीणता प्रमाणपत्र तह एवं ब्रिटिस आर्मीमा मेजर पदबाट सेवा निवृत्त। सन् १९५५ मा ब्रिटिस सेनामा भर्ना भएका गुरुङले सन् १९७० देखि ब्रिटिस सेनाका लागि स्थापना भएको रेडियोमा सक्रिय छन्। इन्टरनेटका माध्यमबाट संसारभर सुनिने उक्त रेडियो बेलायत, अफगानिस्थान, इराक, सिरियालिओन, फोकल्यान्ड आदि स्थानमा प्रसारण हुन्छ। ७० वर्षको उमेरमा पनि बीएफबीएस भनिने नेपाली रेडियोमा उनी तन्नेरी जोसका साथ दैनिक दुई घण्टा नेपाली कार्यक्रमको उत्पादन एवं व्यवस्थापन गर्छन्।

लाहुरे किन हुनुभयो ?
पढ्नका दुःखले।

त्यो बेला पनि पढ्न पाइन्थ्यो र ?
मेरो बुबा सम्पन्न व्यक्तिहरूमध्ये पर्नुहुन्थ्यो। पढ्ने वातावरण थियो तर पढ्नका दुःखले लाहुरे भइयो।

लाहुरे हुँदा सुख हुँदो रै'छ ?
तालिम अवधिभरि त कतिखेर भागौंजस्तो हुन्छ। बुबाको कमाइमा मोज गरेको त्यही नौ महिनामा निस्कियो।

बिर्सनै नसकिने क्षण कुन हो ?
सन् १९७० मा एक चरणको लडाइँ सकियो। त्यसपछि सबै लाहुरेलाई घर फर्काउने कुरा भयो। बेरोजगार हुने पीरले टोलाइरहेको बेला मलाई ब्रिटिस लाहुरेहरूका लागि रेडियोमा कार्यक्रम उत्पादन गर्ने जिम्मा दिइयो। त्यही रेडियोले अहिले म नेपालबाहिरका सबैजसो नेपालीबीच परिचित छु।

कहाँ–कहाँ बसेर रेडियो कार्यक्रम चलाउनुभयो ?
पहिले केही वर्ष सिङ्गापुरबाट कार्यक्रम चलाएँ। त्यसपछि धेरै वर्ष हङकङबाट प्रसारण भयो। हङकङ चीनलाई हस्तान्तरण गरिएपछि सन् १९९७ मा रेडियो स्टेसन बोकेर नेपाल आएँ। ९ वर्षदेखि नेपालबाटै कार्यक्रम सञ्चालन भैरहेको छ।

विदेशबाट नेपाली रेडियो सञ्चालन गर्नु र नेपालबाट सञ्चालन गर्नुमा के भिन्नता पाउनुभयो ?
नेपाली रेडियोका सबैजसो सामग्री नेपाली समाचार, नेपाली गीत तथा नेपाली सेलिब्रेटीका अन्तर्वार्ता आदि नै मुख्य हुन्। यी सबै नेपालमै उपलब्ध छ। विदेशबाट रेडियो सञ्चालन गर्दा सामग्रीहरू नेपालबाट मगाउन धेरै गाह्रो हुन्छ। यहाँ सबै सजिलै उपलब्ध छ। यो नै ठूलो भिन्नता हो।

'परदेशीको सन्देश' कार्यक्रममा तपाईंको उमेर बताउनेलाई पुरस्कारको व्यवस्था गर्नुभएको छ, किन होला ?
मलाई श्रोताहरूले ३२-३५ वर्षको होला भन्ने अनुमान गर्छन्। यसले मलाई रोमाञ्चित तुल्याउँछ। मेरो उमेरका सन्दर्भमा अरू चर्चा चलोस् भनेर पुरस्कारको व्यवस्था गरेको हुँ।

कति जनाले पुरस्कार पाए ?
म ७० वर्षे बूढो भनेर कसैले पत्याउँदैन। त्यही कारण पुरस्कार कसैले पनि पाएनन्।

अरू कति वर्ष रेडियोमा काम गर्ने रहर छ ?
कम्तीमा १० वर्ष त गर्छु होला। म संसारको सबैभन्दा वृद्ध रेडियो सञ्चालक हुने इच्छा राख्छु, पूरा हुने हो कि नहुने हो थाहा छैन।

मानिसहरू त रिटार्यड हुने इच्छा राख्छन्, तपाईं त ठीक उल्टो हुनुहुँदो रहेछ, किन होला ?
मेरा एक जना हाकिम भन्थे, 'तैंले रेडियोसँग पहिलो र श्रीमतीसँग दोस्रो बिहे गरेको रहेछस्।' वास्तवमा ऊ सही थियो। म यो संसारबाट अलग्गिन चाहन्नँ। के गर्ने रिटार्यड भएर ?

परिवारसँग बिताउँदा हुँदैन र ?
कामबाहेक अरू समय त परिवारसँग बिताएकै छु नि।

त्यसो भए रेडियो तपाईंको पहिलो प्रेमिका ?
हो, रेडियो मेरो पहिलो श्रीमती।

दोस्रो नि ?
मेरी श्रीमती।

कति त बाहिर युवती राख्न माहिर हुन्छन् भन्ने सुनिन्छ नि ?
अरूको जिम्मा म लिन्नँ। मैले त रेडियो र एउटी श्रीमतीबाहेक अरूतिर सोच्ने फुर्सदै पाइनँ।

कतिवटीसँग उठबस भयो ?
अरूले उठबस गरे होलान्। 'भान्जीहरू' लाहुरे भनेपछि मरिहत्ते गर्छन् तर मेरो ध्यान त्यता गएन। बुढ्यौली लागेपछि त भन्ने आँट पनि आएन।

जीवनमा पैसा भए पनि भनेजस्तो मोज गर्न पाइएन भन्ने लाग्दैन ?
म प्रत्येक दिन मोज गर्छु। मजस्तो मोज गर्ने को होला र ? म शारीरिकभन्दा मानसिक रमाइलोमा विश्वास गर्छु। युवा अवस्थामा पल्टनभित्रै रमाइलो थियो, अहिले रेडियोभित्र रमाइलो छ।

–अश्विनी

एसएलसी प्रश्नपत्र : विद्यार्थीहरूको आलोचनात्मक समर्थन

प्रवेशिका परीक्षामा सहभागी कुल विद्यार्थीमध्ये ५० प्रतिशतभन्दा बढी अनुत्तीर्ण हुने गरेकाले उक्त प्रतिशत कम गराउने उद्देश्यले सरकारले प्रवेशिका परीक्षाका लागि कक्षा १० को पाठ्यपुस्तक मात्र अध्ययन गर्नुपर्ने व्यवस्था गरेको छ।

६० प्रतिशत अंकभार बोकेको कक्षा ९ को कोर्ससँगै कक्षा १० को कोर्सलाई सँगसँगै अगाडि बढाइरहेको बेलामा एक्कासि सेन्टअप परीक्षाको पूर्वसन्ध्यामा यस्तो निर्णय आएपछि विद्यार्थीहरू अन्यौलमा परेका छन्। एसएलसीको प्रश्नपत्र १० कक्षाको पाठ्यक्रमबाट मात्रै आउने सरकारी निर्णय कस्तो लागेको छ ? भन्ने साप्ताहिकको जिज्ञासामा महेन्द्र आदर्श विद्याश्रम सातदोबाटो कक्षा १० का छात्र अनुप घिमिरे भन्छन्- 'यो निर्णयलाई आविष्कार गर्न मिल्दैन, दुई वर्षको बोझलाई ३ घण्टाको जाँचमा सामेल भएर आ□नो स्किल प्रदर्शन गर्नु वास्तवमै न्यायोचित थिएन।'

निर्णय स्वागतयोग्य भए पनि यसका पछाडि थुप्रै त्रुटि भएको आरोप लगाउँदै अनुप भन्छन्- शैक्षिक सत्रको प्रारम्भसँगै यो निर्णय लागू गर्नुपर्थ्यो, वा अर्को वर्षदेखि लागू गर्दा पनि राम्रै हुन्थ्यो। बीचमा आएर यस्तो निर्णय गर्दा विद्यार्थीहरूमा मनोवैज्ञानिक तनाव उत्पन्न भएको छ। साथै ४० प्रतिशत अंकभार एसएलसीका लागि भनी छुट्याइएको कक्षा १० को पाठ्यक्रमलाई १०० प्रतिशत अंकभार दिइँदा प्रश्न फितलो भई एसएलसीकै प्रतिष्ठामा आँच आउने विद्यार्थीहरूको ठम्याइ छ।

यो निर्णयले 'अवसर र चुनौती' दुवै बोकेको बताउने भीएस निकेतन बानेश्वर कक्षा-१० का छात्र रचित न्यौपाने भन्छन्– 'थोरै पढेर राम्रो अंक प्राप्त गर्ने यो सुवर्ण अवसर नै हो, तर १० को भन्दा ९ को बढ्ता अंकभार रहेको आधारमा बढी मेहनत र समय ९ को पाठ्यक्रममा दिइरहेको बेला एक्कासि यस्तो निर्णय आउँदा विद्यार्थीहरूका लागि ठूलो चुनौती आइलागेको छ।'

आलोचनात्मक समर्थन गर्दै रत्नराज्य मा.वि., नयाँबानेश्वर कक्षा १० की छात्रा सीता तामाङ यो निर्णयले एसएलसीलाई 'फलामे ढोका' को उपमाबाट सदाका लागि टाढा पुऱ्याइदिएको बताउँदै एसएलसी केही कडा नै हुनुपर्ने तर्क गर्छिन्। साक्षरसंख्या वृद्धि गर्नका लागि यो नीति ज्यादै फलदायी हुने भएकाले यस्तो निर्णय लिइएको हुनसक्ने उनको विश्वास छ।

सीताकै सहपाठी राजु कटुवाल हँसिलो मुद्रामा भन्दै थिए- 'निर्णय अत्यन्तै उचित छ। ९ पास गरिसकेपछि नै विद्यार्थी १० मा पुग्ने हो, फेरि किन दोहोऱ्याएर एसएलसीमा पनि ९ कै पाठ्यक्रमबाट जाँच दिने ?' यो समस्याले राम्रो हल पाएको राजु बताउँछन्। मुलुकको राजनैतिक परिवर्तनसँगै आएको यो परिवर्तनले दीर्घकालीय स्थायित्व पाउनुपर्ने विचार व्यक्त गर्दै पद्मोदय मा.वि., प्रदर्शनीमार्ग कक्षा १० का छात्र मिलन पंगेनी भन्छन्– 'निर्णयको सुरुवात राम्रो छैन, न समयावधि मिलेको छ न त पाठ्यक्रमलाई परिमार्जित नै गरिएको छ।' झट्ट हेर्दा सबै काम हचुवाको भरमा गरेजस्तो देखिए पनि समयावधि र पाठ्यक्रम परिमार्जित गरेर अर्को शैक्षिक सत्रबाट लागू गरेको भए यथार्थमा विद्यार्थीको भावनासँगै मेल खाने मिलनको तर्क छ। यो निर्णयले शिक्षाजगत्मा गुणात्मकभन्दा संख्यात्मक उत्पादनलाई बढी जोड दिएको सोच राख्दै नमुना मच्छिन्द्र आवासीय मा.वि., लगनखेल कक्षा १० का छात्र आयुष ढकाल कक्षा १० को पाठ्यक्रमलाई व्यावहारिक बनाइनुपर्नेमा कुरामा जोड दिन्छन्।

आ-आफ्नै तर्क-वितर्क राख्ने क्रममा सेन्ट जेभियर्स गोदावरी कक्षा १० का छात्र विपिन सिलवाल भन्छन्– 'एसएलसी उत्तीर्ण विद्यार्थी समाज वा व्यावहारिक जीवनमा चल्न सक्ने हुनुपर्छ, तर १० कक्षाको पाठ्यक्रम व्यावहारिक नभएको उनको आरोप छ। सिलवाल भन्छन्- 'कक्षा १० को अनिवार्य गणितमा दैनिक जीवनमा लागू हुने ऐकिक नियम, साँवा, ब्याजजस्तो अत्यावश्यक विषय नै छैनन्। एसएलसी उत्तीर्ण विद्यार्थीले यति कुरा पनि नजान्ने हो भने सामान्य जीवनमा लागू हुने गणितीय समस्या कसरी हल गर्ला ?' उनको प्रश्न छ।

निर्णय स्वागतयोग्य भए पनि यसलाई सही समयमा नल्याइएकोमा सम्बन्धित निकायले शिक्षाविद्, अभिभावक तथा विद्यार्थीहरूबाट पनि आलोचना खप्नुपरेको छ। कक्षा १० कै पाठ्यक्रमलाई नै १०० प्रतिशत अंकभार दिइँदा एसएलसीकै प्रतिष्ठामा ठूलो आँच आउन सक्ने विद्यार्थीहरूको टिप्पणी छ। अझै पनि ढिलासुस्ती यथावत् नै छ। सेन्टअप नजिकिसक्दा पनि मोडल प्रश्नपत्र उपलब्ध नगराइएको, अब निस्कने हो भने पनि सुदूर भूभागमा कुन समयमा पुग्ने ? र कसरी परीक्षामा विद्यार्थीहरू समावेश हुने ? यो समस्याकै विषय बनेको शिक्षासँग सम्बद्ध व्यक्तिहरू बताउँछन्। हालसम्म पनि नयाँ ग्रिड सबै जिल्ला सदरमुकामसम्म पुगिनसकेको बताइन्छ।

• काठमाडौंस्थित एक माध्यमिक विद्यालयका लागि एक जना विज्ञान शिक्षक, एक जना सामाजिक अध्ययन शिक्षक र एक जना स्वास्थ्य, जनसंख्या तथा वातावरण शिक्षकको आवश्यकता छ। सम्बन्धित क्षेत्रमा अनुभव प्राप्त व्यक्तिले मोबाइल नम्बर ९८४१३३६२१३ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक गैरसरकारी संस्थाका लागि ११ जना महिला-पुरुष कर्मचारीको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले संस्थाको फोन नम्बर ४४७०६७६ मा सम्पर्क गर्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक कम्पनीका लागि स्नातक तह उत्तीर्ण एक जना सेल्स म्यानेजर, बीबीएस उत्तीर्ण एक जना असिस्टेन्ट एकाउन्टेन्ट, प्रमाणपत्र तह उत्तीर्ण पाँच जना सेल्स अफिसर, प्रमाणपत्र तह उत्तीर्ण एक जना रिसेप्सनिस्ट तथा एसएलसी उत्तीर्ण १० जना जुनियर सेल्स अफिसरको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले कम्पनीको फोन नम्बर ४१५०१५५ मा सम्पर्क गर्नुहोला।

• साउदी अरेबियाको रियाद सहरस्थित एक वैदेशिक रोजगार कम्पनीका लागि २६ जना सेल्सम्यानको आवश्यकता छ। एसएलसी उत्तीर्ण व्यक्तिले कम्पनीको नेपालस्थित प्रतिनिधिलाई फोन नम्बर ४४१४७५४ मा सम्पर्क गर्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक म्यानपावर कम्पनीका लागि दुई जना रिसेप्सनिस्ट/कम्प्युटर अपरेटर र दुई जना सेक्युरिटी गार्डको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले कम्पनीको नेपालस्थित प्रतिनिधिलाई फोन नम्बर २१६०१०३ मा सम्पर्क गर्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक अस्पतालका लागि प्रमाणपत्र तह उत्तीर्ण दुई जना स्टाफ नर्स, प्रमाणपत्र तह उत्तीर्ण एक जना असिस्टेन्ट फिजियोथेरापिस्ट, एसएलसी उत्तीर्ण ओटी हेल्पर तथा टेस्ट उत्तीर्ण ओर्थोसिस एन्ड प्रोस्थेसी वर्कसप हेल्परको आवश्यकता छ। सम्बन्धित क्षेत्रमा अनुभव प्राप्त व्यक्तिले आफ्नो सम्पूर्ण व्यक्तिगत विवरणसहित पोस्ट बक्स नम्बर ६७५७ काठमाडौंमा आवेदन दिनुहोला।

विचारबाट आमूल परिवर्तन

रामहरि बञ्जारा

आ□ना कमी-कमजोरीलाई हटाउनुहोस्, त्रुटीहरूलाई समाप्त पार्नुहोस्, गल्तीलाई सुधार्नुहोस् तथा आ□नो मनलाई सन्तुलित एवं समन्वित गरी विचार र कार्यमा सामञ्जस्य स्थापित गर्नुहोस् जसले तपाईंको पूर्ण सामर्थ्य प्रकट हुन्छ।हामीले आ□नो शरीरको निर्माण त्यस्तै गर्छौं जस्तो विचार हामीमा हुन्छ। यदि हामीहरूको विचारमा सामञ्जस्य, समन्वय, सन्तुलन छैन भने हाम्रो शरीर बढ्न त पक्कै बढ्छ तर अस्वस्थ हुन्छ। थुप्रै मानिसहरूले यस किसिमको पाठ पढेर वर्ष दिनभित्र आ□नो विचार, प्रवृत्ति र चेष्टालाई परिवर्तन गरी छाडेका छन्।

आ□नो विचारलाई बदल्नु आवश्यक छ- त्यसलाई उदार, पवित्र तथा रचनात्मक बनाउनुपर्छ। यदि हामी सधैं विकासशील रहन्छौं भने हाम्रो शक्ति कहिल्यै क्षीण हुँदैन। जसरी घरका कुनाकाप्चा दिनहुँ कुचोले सफा गरिन्छ त्यसैप्रकार मनको प्रत्येक कुनालाई हरेक दिन सफा गर्नुपर्छ। निरन्तर नयाँ विचार, अघि बढ्ने विचार, प्रगतिको विचार, उन्नतिको विचार मनमा राख्नुपर्छ। दूषित विचारले त्यतिबेला आक्रमण गर्छ जब मनमा भय र चिन्ता हुन्छ।

भय तथा चिन्ताग्रस्त मनस्थितिमा कहिल्यै पनि कुनै पनि महत्त्वपूर्ण विषयमा निर्णय गर्नुहुँदैन। जब मन सफा छ, सन्तुलित छ र शान्त छ त्यही समयमा योजना बनाउनुपर्छ र कार्यान्वयन गर्ने प्रयत्न गर्नुपर्छ। भय, क्रोध आदिको आवेगमा मानसिक शक्ति खेर गएको हुन्छ। प्रसन्नता, आशा, आकांक्षा, उत्साहजस्ता भावनाहरू आउनासाथै मनको अन्धकार टाढा भाग्छ। त्यसैले हरेक मानिसले यस्ताखाले रचनात्मक विचारलाई हरेक समय आ□नो मनमा लिइरहनुपर्छ।

सभ्यताको प्रत्येक नयाँ आवश्यकताले मानव मस्तिष्कलाई नयाँ काम गर्ने चुनौती दिएको हुन्छ। मस्तिष्कमा जुन काम गर्नका लागि सोच्ने भार पर्छ त्यसै अनुरूप आफूमा परिवर्तन गर्छ। उसले नयाँ कोषको विकास गर्छ, दुर्बल कोषको मर्मत गर्छ र त्यसको आवश्यकतानुसार मुकाबिला गर्न तयार भएको हुन्छ। त्यसैले हामी बदलिँदैनौँ भन्नु हठवाद ठहर्छ।

प्राध्यापक एल्मर गेट्सले कुकुरमा मस्तिष्क विकाससम्बन्धी केही परीक्षण गरेका थिए। एउटै उमेर तथा वर्गका नस्लका कुकुरहरूलाई लिएर उनले भिन्न-भिन्न प्रकारका मस्तिष्क कोषको वैज्ञानिक प्रक्रियाद्वारा विकास गरे। केही मस्तिष्क कोषलाई पूरा रूपमा विकास गरी पूर्णतया निस्क्रिय रहन दिए जसबाट उसको फेरि विकास नहोस्। चेष्टाको स्थितिले मस्तिष्क कोषमा परिवर्तन ल्याउन सक्छ। उद्देश्यको आवश्यकता अनुरूप चेष्टाको स्थिति निर्धारण हुन सक्छ। जुन मानिस ठूलो सहरको हलचलमा काम गर्छ उसको मस्तिष्क शक्ति विविध रूपबाट विकसित भएको हुन्छ। ऊ चाँडै सोचविचार गर्न सक्छ, तीव्र गतिमा काम गर्न सक्छ।

मस्तिष्क अत्यन्त ग्रहणशील हुन्छ। हरेक किसिमका काम-धन्धाले मस्तिष्कमा भिन्न-भिन्न प्रकारको चुनौतीको उपस्थिति गराएको हुन्छ एवं कामको आवश्यकता अनुसार नै मस्तिष्कले आ□नो योग्यताको विकास गरेको हुन्छ र विशेष किसिमका कामका लागि आ□नो शक्ति बढाएको हुन्छ। विभिन्न पेसा, नोकरी, व्यापार र व्यवसायका लागि विभिन्न प्रकारको विशिष्ट मानसिक तथा शारीरिक चेष्टाको आवश्यकता पर्छ। सभ्यताको विकास सँगै यस्ता आवश्यकताहरूमा पनि तीव्र गतिमा निरन्तर परिवर्तन भैरहेको हुन्छ। त्यसैले जुन मानिसको मस्तिष्क जति बढी ग्रहणशील, संवेदनशील एवं सूक्ष्म हुन्छ त्यति नै तीव्र रूपमा उनीहरू आ□नो भित्री रूपमा परिवर्तन ल्याउन समर्थ हुन्छन् र नयाँ-नयाँ संघर्षमा सफलता एवं विजय प्राप्त गर्छन्।

धन्यवाद दिनुहोस्

तपाईंको इज्जत अझ बढ्छ

'धन्यवाद □' यो शब्द तपाईं दिनमा कतिपटक भन्नुहुन्छ ? दस पटक ? पाँच पटक ? कि एक पटक पनि भन्नुहुन्न ? धन्यवाद हाम्रो चलनचल्तीमा रहेको एउटा सामान्य शब्द हो यद्यपि यसले ठूलो महत्त्व र भूमिका बोकेको छ। कतिपय मानिस आभार प्रकट गर्नुपर्ने अवस्थामा पनि धन्यवाद दिन अर्थात् कृतज्ञता ज्ञापन गर्न कन्जुस्याइँ गर्छन्। जब तपाईंलाई कसैले सेवा वा सहयोग प्रदान गर्छ, त्यतिखेर धन्यवाद दिन पछि नपर्नुहोस् चाहे प्राप्त सहयोग सानोभन्दा सानो किन नहोस्। यसबाट एकातिर आफ्नो व्यक्तित्वमा सकारात्मक प्रभाव थपिन्छ भने अर्कातिर धन्यवाद प्राप्त गर्ने व्यक्तिले पनि अदृश्य उपहार प्राप्त गरेको अनुभव गर्छ।

यदि बजारमा किनमेल गर्दै हुनुहुन्छ भने किनमेल सकिएपछि बिक्रेतालाई धन्यवाद दिन नबिर्सनुहोस्। यसो गरे फेरिफेरि किनमेल गर्न जाँदा बिक्रेताबाट अझ राम्रो व्यवहार र सहयोग पाउनुहुनेछ। त्यस्तै कुनै रेस्टुराँमा खाजा खान जाँदै हुनुहुन्छ भने जब वेटरले सर्भ गर्छन् त्यतिबेला पनि धन्यवाद दिन नचुक्नुहोस्। यसो गर्दा अर्को पटक वा अर्को अर्डरमा पक्कै पनि वेटरले राम्रो व्यवहार प्रस्तुत गर्नेछन्।

वैवाहिक जीवनमा त यसको अझ बढी महत्त्व हुन्छ। कतिपय वैवाहिक जीवन सफल नहुनुका पछि यही कारण हुन्छ कि श्रीमान्-श्रीमती एक-अर्काप्रति कृतज्ञ रहँदैनन्। उनीहरू जति उदारताका साथ एक-अर्काको कमजोरी औँल्याउँछन् त्यही उदारताका साथ एक-अर्काको साथ र सहयोगका लागि कृतज्ञ हुन सक्दैनन्। यो त उसको काम नै हो नि, आ□ना श्रीमान्लाई पनि के धन्यवाद दिइरहनु, आ□नी श्रीमतीलाई पनि के धन्यवाद दिइरहनु जस्तो भावना अधिकांश श्रीमान्-श्रीमतीमा पाइन्छ, जुन सही होइन। जब श्रीमतीको हातबाट एक कप चिया लिइन्छ त्यतिबेला श्रीमान्ले श्रीमतीलाई धन्यवाद दिनुपर्छ। अनि श्रीमान्ले जब आ□नो सानोभन्दा सानो माग पूरा गरिदिन्छन् त्यतिबेला श्रीमतीले पनि श्रीमान्लाई धन्यवाद दिन पछि हट्नुहुन्न। यो क्रमलाई निरन्तरता दिए वैवाहिक जीवनमा नयाँ मिठास आफैं महसुस गर्न सकिन्छ।

अफिसियल काम नै किन नहोस् जुनसुकै ठाउँ र परिस्थितिमा पनि धन्यवाद प्रदान गर्ने र कृतज्ञ रहने व्यक्ति सबैको प्रिय हुन्छ। कतिपय व्यक्ति आ□नो काम सकिहाल्यो किन धन्यवाद दिइरहने भन्ने सोच्छन् तर त्यो ठीक सोचाइ होइन। किनकि अहिले धन्यवाद दिए अर्कोपटक जब काम पर्छ त्यतिबेला अझ बढी सहयोग प्राप्त गर्न सकिन्छ। त्यसैले कसैप्रति कृतज्ञ हुन अनि धन्यवाद दिन नभुलौँ।

– प्रतिभा शर्मा

साप्ताहिक ५८ हप्ता

filmnepal.com

वेबपेजमार्फत् नेपाली चलचित्र उद्योगको जानकारी लिने हो भने धधध।ाफिलभउबी।अयक लगअन गर्नुहोस् । त्यहाँ चलचित्र क्षेत्रका समाचारदेखि कलाकारहरूको अन्तर्वार्तासम्मका सम्पूर्ण जानकारी हासिल गर्न सकिन्छ । फिल्म नेपालभित्र प्रमुख समाचार, कुराकानी, गफसफ, तस्बिर संसार, चलचित्रका क्षेत्रसँग सम्बन्धित फिचर आर्टिकल, कलाकारको कलम, चुरोफुरो, बहस जस्ता स्तम्भमा विभिन्न सामग्री राखिएको छ । यो वेबसाइटको मुख्य विशषता भनेकै प्रदर्शनमा आउने तयारीमा रहेका चलचित्रहरूको प्रोमो हेर्न सक्नु हो । चलचित्रका विभिन्न तस्बिर पनि त्यहाँ उपलब्ध छन् । यसबाहेक नेपाली चलचित्र क्षेत्रका अधिकांश कलाकारको तस्बिरलाई यो वेबसाइटले समेट्ने प्रयास गरेको छ ।

नेपालमा भिटामिन 'ए' भएको धान उत्पादन हुने

नेपालमा आगामी तीन वर्षभित्रमा भिटामिन 'ए' भएको धान उत्पादन गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । कृषि अनुसन्धान परिषद् बायोटेक्नोलोजी शाखाका अनुसार भिटामिन 'ए' युक्त धान उत्पादनका लागि नीति तयार भैसकेको र तीन वर्षभित्रमा यस्तो धान उत्पादन हुनेछ ।

यस्तो धान उत्पादनका लागि प्रक्रिया भने यसै वर्षबाट सुरु हुनेछ । नेपालमा तराईको मन्सुली प्रजातिको लोकप्रिय धानमा क्रस गराएर यस्तो धान उत्पादन गर्ने तयारी गरिएको छ । भिटामिन 'ए' युक्त धान सबैले प्रयोग गर्न सक्ने गरी लोकप्रिय प्रजातिलाई विकल्पमा रोजिएको हो ।

भिटामिन 'ए' युक्त धानको मूल बीउ उपलब्ध गराउने राष्ट्रहरूले सरकारी नीति आवश्यक पर्ने

बताएपछि नेपालमा गत वर्षदेखि अनुवंश परिवर्तनसम्बन्धी नीति बनाउने प्रक्रिया सुरु गरिएको थियो । परिषद्को बायोटेक्नोलोजी शाखाका अनुसार 'बिटा क्यालोटिन' नामक तत्त्वलाई धानको गेडासम्म पुऱ्याएपछि भिटामिन 'ए' युक्त धान बन्छ । विश्वमा 'गोल्डेन राइस' नामबाट चिनिने यस्तो धानको चामलबाट बन्ने भातले शरीरमा चाहिने भिटामिन 'ए' को आवश्यकता पूर्ति गर्ने बताइएको छ । विश्वमा यस्तो धान उत्पादन गरिरहेका राष्ट्रहरूको सञ्जालमा नेपाल समावेश भएपछि यस्तो धानको बीउ ल्याउन पाइने प्रावधान छ । स्वीजरल्यान्डबाट सुरु भएको भिटामिन 'ए' युक्त धान उत्पादन गर्ने क्रम अहिले विश्वका धेरै देशमा सुरु भैसकेको छ । स्वीजरल्यान्डका वैज्ञानिक इन्द्रस पोत्रिकसले सबैभन्दा पहिले यस्तो धान उत्पादन गरेका हुन् ।

ग्रहको नयाँ परिभाषा र सौर्यपरिवारका बाह्र सदस्य

सौर्यपरिवारमा सूर्यबाट सबैभन्दा टाढा रहेको पिण्ड यमलाई ग्रहको दर्जाबाट हटाइएपछि खगोलशास्त्रीहरूले सौर्य परिवारको सदस्यसंख्यालाई ९ बाट १२ पुऱ्याउने प्रस्ताव गरेका छन् । खगोलशास्त्रीहरूले सौर्यप्रणालीमा ९ ग्रह नभै १२ ग्रह रहेको उल्लेख गरी पाठयपुस्तकहरूको पुनर्लेखन हुनुपर्ने प्रस्ताव अघि सारेका छन् । विद्यार्थी जीवनमा सौर्यप्रणालीमा ९ ग्रह मात्र रहेको जानकारी राखेर बसेका पुराना पुस्ताले आफूलाई नयाँ सदस्यसंख्याबाट नवीकरण गर्नुपर्नेछ ।

विवादमा परेको यमसँगै यसको सबैभन्दा ठूलो चन्द्रमा र अन्य दुईवटा बलयलाई पृथ्वीको छिमेकीमा समावेश गर्ने कुरा प्रस्ताव मस्यौदामा स्पष्ट उल्लेख गरिएको छ । यमलाई ग्रहकै दर्जा दिने कार्यसँगै नयाँ सदस्यका रूपमा प्रवेश पाउने तयारीमा रहेका आकाशीय पिण्डहरूमा सौर्यपरिवारमा सबैभन्दा टाढा पर्ने पिण्ड 'जेना' उपनाम पाएको बलय २००३ युवी ३१३, यमको सबैभन्दा ठूलो चन्द्रमा चुरोन र सिरेस हुन् ।

यी सबै पिण्डहरू बरुण ग्रहपछिका रहस्यमय बाटुलाकार क्षेत्र 'कुपियर बेल्ट' मा पर्छन् । यस क्षेत्रभित्र पर्ने असंख्य छुद्र ग्रह तथा पिण्डहरूलाई 'प्लुटोन्स' नाम दिने प्रस्ताव पनि गरिएको छ । यम र नयाँ आउने सम्भावना बोकेका चेरोन र २००३ युवी ३१३ ले प्लुटोन्सको दर्जा पाउनेछन् । खगोलशास्त्रीहरूले पुच्छ्रेतारा, उल्कापिण्ड तथा अन्य आकाशीय स-साना पिण्डहरूलाई प्रयोग गर्दै आएको 'माइनर प्लानेट' को संज्ञा हटाउने आग्रह छन् । यसको सट्टामा ती सबैलाई 'सौर्यप्रणालीका साना अंग' का रूपमा लिन सकिने सुझाव दिएका छन् ।

उक्त प्रस्ताव पारित भएपछि हाम्रा सौर्यप्रणालीमा पर्ने १२ ग्रहहरू बुध, शुक्र, पृथ्वी, मंगल, बृहस्पति, शनि, अरुण, बरुण, यम, सिरेस, चेरोन तथा २००३ युवी ३१३ (जेना) हुनेछन् ।

अझै कम्तीमा एक दर्जन ग्रहका सम्भावित उम्मेदवार पिण्डहरूको आकार र कक्ष निश्चित भएपछि तिनीहरू पनि ग्रहको दर्जामा पर्न सक्नेछन् । सन् १९३० मा 'प्लुटो' नाम पाएको यम ग्रहका विपक्षीहरूले उक्त पिण्डभन्दा पृथ्वीको चन्द्रमा आकारमा ठूलो भएको र जेना पनि त्यो भन्दा ७० माइल्सले फराकिलो भएको तर्क गरिरहेका छन् ।

ग्रहको नयाँ परिभाषाले ग्रहको आकार ८ सय किलोमिटर (५ सय माइल) व्यास भएको, सूर्यको परिक्रमा गरेको र पृथ्वीको १२ हजार एक भाग पिण्ड हुनुपर्ने उल्लेख गरेको छ । कुनै पनि चन्द्रमा र आकाशीय पिण्डमा उक्त विशेषता पूरा हुन्छ भने त्यसलाई ग्रहको दर्जा दिइनेछ । नयाँ सम्भावित सदस्यहरूमध्ये जेनाको व्यास करिब १ हजार ४ सय ९० माइल छ भने यमको १ हजार ४ सय २२ माइल छ ।

जिज्ञासा

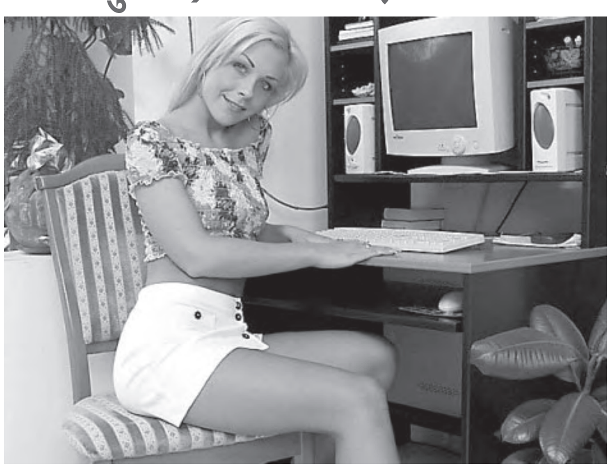
•सुदन झा, कम्प्युटर कन्सल्टेन्ट

प्रश्न : डायल अप कनेक्सनमा इन्टरनेटको स्पिड कसरी कम हुन्छ ?

–श्याम श्रेष्ठ

उत्तर : एकपटक कम्प्युटरलाई इन्टरनेटद्वारा एक्सेस दिइसकेपछि विभिन्न कारणहरूले गर्दा यसका गतिविधिहरूमा कमी देखिन्छ र स्लोडाउन आउन थाल्छ । मुख्यत: भाइरसका कारणले सर्भर तथा इन्टरनेट सेवा प्रदायकहरूले प्रयोग गर्ने सर्भर कन्फिगरेसनका कारणले पनि स्लोडाउन हुने गरेको देखिन्छ तर आजभोलि प्रयोगकर्ताहरूले लिज लाइनको प्रयोग गरेर यस्ता स्लोडाउनलाई नै बिसिएको देखिन्छ । यसको मुख्य कारणमध्ये सर्भरमा प्रयोग हुने तथा भएका सफ्टवेयर एवं हार्डवेयरहरू हुन् । सर्भरमा प्रयोग हुने सफ्टवेयर तथा हार्डवेयरमा कुनै किसिमले गतिरोध नहुने, कुन किसिमले डाटा ट्रान्स्फर गराउने, डाटा सिन्क्रोनाइज कसरी गराउने तथा डाटा ट्रान्सफरको गतिलाई कसरी बढाउने भन्ने कुराहरू पर्छन् । त्यसैले तपाईंले प्रयोग गर्ने कम्प्युटरमात्र नभई त्यससँग सम्बन्धित इन्टरनेट सेवा प्रदायक तथा इन्टरनेट सेवा प्रदायकले प्रयोग गर्ने सर्भर कन्फिगरेसन पनि स्लोडाउनका मुख्य कारण हुन सक्छन् । त्यस्तै धेरै कम ब्यान्डविथमा काम गर्नु पनि स्लोडाउनको कारण हुनसक्छ । यहाँ उल्लेख गर्नैपर्ने कुराचाहिं आइ.पि. एड्रेसिङ सिस्टम हो । अहिले आएर प्राय:जसो व्यक्ति तथा संघ-संस्थाहरूले आफ्नै डोमेन नेम बनाउन थालेका छन् । यसरी आइ.पि. एड्रेस बढ्दै जानुको अर्थ कुनै पनि वेबसाइट वा इन्टरनेटको सामग्री हेर्न, डाउनलोड गर्न तथा अन्य कुनै पनि काम गर्दा गति सुस्त हुनु हो ।

कम्प्युटर प्रयोगकर्ताहरू खतरामा



घरायसी कम्प्युटर प्रयोग-कर्ताहरूलाई ह्याकरहरूले निसाना बनाउन थालेका छन् । उक्त कुराको जानकारी सिमान्टिक एन्टीभाइरस तथा इन्टरनेट सुरक्षा संस्थाको अध्ययन-प्रतिवेदनमा उल्लेख छ ।

यो धन्धामा ह्याकरहरू मात्र नभएर उच्च प्रविधि प्रयोग गरेर पैसा कमाउन पल्किएका संगठित अपराधीहरूको पनि उल्लेख्य संलग्नता छ । अध्ययन-प्रतिवेदनमा ८१ प्रतिशत घरायसी इन्टरनेट तथा कम्प्युटर प्रयोगकर्ताहरू बैंक, शिक्षा, लट्री चिठ्ठा, बसाइँसराइ भिसा, सामानहरूको किनमेल, रोमाञ्च यात्रा तथा यौन अवसरका अफरहरूको झूटा विज्ञापनमा सजिलै लोभिने गरेको गरेको कुरा उल्लेख छ ।

प्रतिवेदनमा जनाइएअनुसार सन् २००६ को प्रथम ६ महिनाभरिमा मात्रै विश्वभरिका घरायसी इन्टरनेट प्रयोगकर्ताहरूले त्यस्ता लोभ्याउने झूटा विज्ञापनका १ अर्ब ५७ लाख म्यासेज प्राप्त गरेका थिए ।

सिमान्टिक एन्टी भाइरस तथा इन्टरनेट सुरक्षा संस्थाले आफ्नो सुझावमा घरायसी कम्प्युटरहरू माथिको आक्रमणबाट बच्न झूटा विज्ञापनमा नलोभिन, कम्प्युटरहरूमा एन्टी भाइरस सफटवेयर तथा इन्टरनेट सुरक्षा प्याचहरू राख्न एवं अनौठो, अपरिचत लाग्ने इन्टरनेट म्यासेजहरू नखोल्न सचेत गराएको छ ।

स्वच्छ ऊर्जा प्रविधि विकासमा सहकार्य

अमेरिका, अस्ट्रेलिया, भारत, चीन, जापान तथा दक्षिण कोरियाले स्वच्छ ऊर्जा प्रविधि विकासमा सहकार्य गर्ने भएका छन् । स्वच्छ ऊर्जा विकाससम्बन्धी यो सहकार्यले जापान र दक्षिण कोरियालाई हावामा हानिकारक धूवाँको मात्रा कम गर्ने विषयमा बाध्य पार्नेछैन, तर यसका लागि अमेरिकी सरकारको स्वीकृति आवश्यक हुनेछ ।

विश्व वातावरणमा देखा परेको वातावरणीय दुष्प्रभाव कम गर्न अमेरिकी राष्ट्रपति जर्ज बुसले अगाडि सारेको यो अवधारणालाई ह्वाइट हाउसका अधिकारीहरूले औद्योगिक प्रदूषण कम गर्ने एवं स्वच्छ ऊर्जा विकास गर्ने प्रमुख पाइलाका रूपमा लिएका छन् । विश्व वातावरणमा देखा परेको परिवर्तन कम गर्ने अमेरिकासहित छ राष्ट्रको यो पहललाई राष्ट्रपति बुसले 'नतिजामुखी सहकार्य' को संज्ञा दिएका छन् । यसले विकासलाई अवरुद्ध नगरी स्वच्छ ऊर्जा र नयाँ प्रविधि विकासमा जोड दिनेछ ।

यो योजनालाई मूर्त रूप दिने काम अमेरिकी विदेशमन्त्री कोन्डालिजा राइस र ऊर्जामन्त्री स्यामुअल बोर्डम्यानले सदस्य राष्ट्रका सहकर्मीहरूसँग मिलेर गर्ने बताइएको छ ।

क्वेटो प्रोटोकलले औद्योगिक राष्ट्रहरूलाई हरितगृहमा प्रभाव पार्ने ग्याँसको मात्रा कम गर्न निर्देशन दिएको छ । राष्ट्रपति बुसले त्यसको विरोध गर्दै आएका थिए । यसअन्तर्गत विश्व हावापानीमा देखा परेको परिवर्तन कम गर्न क्वेटो प्रोटोकलले विकसित देशहरूलाई नयाँ प्रविधि विकास गरी कार्बनजस्ता हानिकारक ग्याँस कम गर्न अभिप्रेरित गरेको छ ।

अमेरिकाले अगाडि सारेको नयाँ अवधारणामा विकसित राष्ट्रहरूबीच प्रविधि हस्तान्तरण र अनुभव आदान-प्रदानलाई जोड दिइएको छ, जसको मुख्य उद्देश्य हरितगृहमा प्रभाव पार्ने ग्याँसको उत्पादन कम गर्नु हो । अमेरिकी अवधारणामा सहमति जनाएका पाँच राष्ट्रले आ□नो ऊर्जा आवश्यकता पूर्तिका लागि स्वच्छ ऊर्जा प्रविधि अपनाउने र विश्व वातावरणलाई स्थिर गर्ने प्रयास गर्ने बताइएको छ ।

मोबाइल सुरक्षित गर्ने भाइरस

दैनिक जीवनको अभिन्न अंग र पारस्परिक सम्पर्कको लोकप्रिय साधन बन्न पुगेको मोबाइल फोन सेट तथा यसको सञ्जाललाई कम्प्युटरकृत भाइरसहरूको आक्रमणबाट बचाउन फिनल्यान्डको एफ सेक्युर नामक संस्थाले प्रतिरोधी भाइरसको विकास गरी भाइरससहितको सफ्टवेयरको बिक्री-वितरण सुरु गरेको छ । एफ सेक्युरका बेलायतस्थित कार्यालय प्रबन्धक रिचार्ड हेल्सले जनाएअनुसार उक्त प्रतिरोधी भाइरसको स्थापनाले एउटा मोबाइल सेटबाट अर्को मोबाइल सेटमा खतरनाक भाइरसको संक्रमणलाई रोक्छ भने यो प्रतिरोधि भाइरस एक मोबाइल सेटबाट अर्को मोबाइल सेटमा विस्तार गर्न पनि सजिलो छ ।

गएको वर्ष मोबाइलमाथि आक्रमण गरेर मोबाइल सेटलाई नै बेकामे बनाइदिने कविर, कमनवारियरजस्ता दर्जनौं भाइरस ब्लुटुथ प्रविधि भएको मोबाइल सेटमा देखा परेको थियो । ती भाइरसहरूले दस प्रतिशत मोबाइल सेटमा आक्रमण गरेर घातक असर देखाएको थियो । उक्त भाइरसमा कविर र कमनवारियर भाइरससँग स्मार्ट फोन र कम्प्युटरको मल्टीमिडिया सन्देश प्रवाह गर्ने प्रणालीमा समेत आक्रमण गरेर मोबाइल फोन, कम्प्युटर तथा इन्टरनेट नेटवर्कको सञ्जाललाई समेत बेकामे बनाउन सक्ने क्षमता छ ।

LANGUAGE TRAINING
छिटो अनि राम्रोसँग American Method मा सिकाइने १ मात्र English, Japanese, Spanish, Chinese, German तथा French Language Training संचालन गरिदैछ ।
3 महिना भित्र राम्रोसँग बोल्न सक्ने बनाउने विश्वास दिलाउँछौ ।
BUD LANGUAGE INSTITUTE
जमल रानी पोखरी, विश्वज्योति हलसँगै
Tel:- 4249576

होटल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट
Cook, Waiter, Bakery, Barman, Captain, Bell Boy, Supervisior, Care Giver, Housekeeping, Domestic Helper मा धमाधम भर्ना लिइँदैछ।
Cook Training लिनेकालागि Waiter, Housekeeping का English Language FREEमा
Modern Management Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center
महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल Ktm
Ph:- 4363215, 2315801

इजरायल!
के तपाई इजरायल जाँदै हुनुहुन्छ ? यदी जाँदै हुनुहुन्छ भने हिब्रु (Hebrew) भाषा तथा तालीम लिई दक्ष भई जानुहोस् ।
हाम्रा सेवाहरू:
१) हिब्रु (Hebrew) तथा अंग्रेजी (English) भाषा ।
२) केयर गिभर, Housekeeping तथा Orientation तालिम ।
३) Hebrew पुस्तक शलोम उपलब्ध छ ।
४) डकुमेन्ट समेत Forward गरीन्छ ।
पाइथागोरस एकेडेमी, 4260632

सौन्दर्यका सामानहरू

1. YOKO Height Increaser	- 1400/-	5. Slim & lift	- 2495/-
2. डण्डीफोर हटाउने (Pimple)	- 2495/-	6. Abking Pro	- 6500/-
3. चायाँपोतो हटाउने (Anti Spot)	- 2497/-	7. Roop Amrit	- 1495/-
4. Sauna Belt	- 2495/-	साथै टि. भि. मा देखाइने अन्य सामानहरू	

सम्पर्क: पुतलीसडक (शंकरदेव क्याम्पस अगाडी / कुमारी बैंकको पछाडी) 4242061 चाबहिल : 2002799, लगनखेल : 9851014602 बुटवल : 545793 नारायणघाट/हेटौडा : 984504292

ज्ञान विज्ञान

विश्वमा सहरीकरण

• सन् १८०० मा विश्वको कुल जनसंख्याको दुई प्रतिशत मात्र सहरमा बस्थे। सन् १९५० मा आएर सहरी जनसंख्याको प्रतिशत ३० पुग्यो भने सन् २००० मा यो ४० दशमलव ७ प्रतिशत पुग्यो। सन् २००८ मा विश्वको आधाभन्दा बढी जनसंख्याको बसोबास सहरी क्षेत्रमा हुने अनुमान गरिएको छ भने यो परिणाम सन् २०३० सम्ममा ६० प्रतिशत पुग्ने अनुमान गरिएको छ।

• सहरी क्षेत्रमा प्रत्येक दिन करिब १ लाख ८० हजार बासिन्दा थपिन्छन्।

• विश्वमा अर्बभन्दा बढी गरिब रहेको अनुमान गरिएको छ भने त्यसमध्ये ७५ करोड गरिब पर्याप्त आवास तथा आधारभूत सुविधाबिना सहरी क्षेत्रमा बसोवास गर्छन्।

• विकासोन्मुख राष्ट्का सहरी क्षेत्रको जनसंख्या सन् २००० मा १ अर्ब ९० करोड थियो भने सन् २०३० मा यो संख्या बढेर ३ करोड ९० लाख पुग्ने अनुमान गरिएको छ। विकसित राष्ट्रहरूका सन्दर्भमा सन् २००० मा सहरी जनसंख्या ९० करोड थियो भने सन् २०३० मा यो संख्या एक अर्ब पुग्ने अनुमान गरिएको छ।

• विश्वको जनसंख्या वृद्धिदर सन् २००० देखि सन् २०३० सम्ममा १ प्रतिशतको दरले मात्र हुनेछ, तर सहरी जनसंख्याको वृद्धिदर भने १ दशमलव ८ प्रतिशतको दरले हुनेछ। यो दरले विश्वको सहरी जनसंख्या वृद्धिदर अझ तीव्र गतिमा अर्थात् औसत २ दशमलव ३ प्रतिशतका दरले हुनेछ र ३० वर्षमा सहरी जनसंख्या दोब्बर हुनेछ।

• विकसित राष्ट्रहरूमा सहरी क्षेत्रमा ७५ प्रतिशत जनसंख्या मात्र रहेर सहरीकरण प्रक्रिया करिब-करिब स्थिर भैसकेको छ। सन् २०३० सम्ममा त्यहाँका सहरी जनसंख्या ८४ प्रतिशत पुग्ने अनुमान गरिएको छ।

• विश्वका ४९ प्रतिशत सहरमा सहरी वातावरण योजना सञ्चालन गरिएका छन्।

भावनात्मक असर

घरायसी झगडाले बालबालिकाको निद्रामा आघात पार्नुका साथै उनीहरूमा भावात्मक दुष्प्रभाव पनि देखिने एक अध्ययनले देखाएको छ। स्वास्थ्यसम्बन्धी इन्टरनेट पोर्टल हेल्थ सेन्टलमा प्रकाशित उक्त अध्ययन-प्रतिवेदनमा बाबुआमाबीचको झगडाले बालबालिकाको निद्रामा असर पर्नुका साथै नकारात्मक भावनामा वृद्धि हुने कुरा उल्लेख गरिएको छ।

रोचेस्टर एन्ड नोट्रेडाम विश्वविद्यालयका प्याट्रिक टी डेभिसको नेतृत्वमा रहेको टोलीले एक वर्षको अवधिमा २ सय २३ बालबालिका एवं उनीहरूको परिवारमा गरेको उक्त अध्ययनले यो नतिजा निकालेको हो।

बाबुआमा हिंसात्मक झगडामा संलग्न भएमा यसले बालबालिकामा जटिल भावनात्मक समस्या ल्याउने अध्ययनमा उल्लेख गरिएको छ। घरायसी झगडाका कारण बालबालिकाले भोग्ने समस्याबाट बाहिर निस्कन उनीहरूलाई लामो समय लाग्ने गरेको पाइएको छ। अध्ययनटोलीले बालबालिकामा परेको प्रभावलाई सूचीकृत गरेका थिए।

वाचन तिमिल्सिना २०६१ मंसिर २९ | प्रतिष्ठा देवकोटा २०६० मंसिर २९ | अनुराग बञ्जारा २०५८ मंसिर २९ | आशिष कर्ण २०६० पुस ३

कृतिका गजुरेल २०६० मंसिर २९ | रोबिया गौचन २०६० मंसिर २९ | सुदेश बानियाँ २०५७ मंसिर २९ | रेगन भण्डारी २०५६ पुस १

अन्तरा घिमिरे २०६२ पुस १ | स्वीकृति पौडेल २०५९ पुस ३ | जेसिका शाही २०५२ पुस ६ | प्रिन्सा अधिकारी २०५९ पुस ४

संजय चौधरी २०५८ पुस १ | प्राञ्जल ओझा २०६१ पुस ४ | मनीष सोडारी २०५४ पुस ४ | सचिन लामा २०५९ पुस २

जन्मदिनको शुभकामना

कुपन

नाम :..

जन्म मिति :..

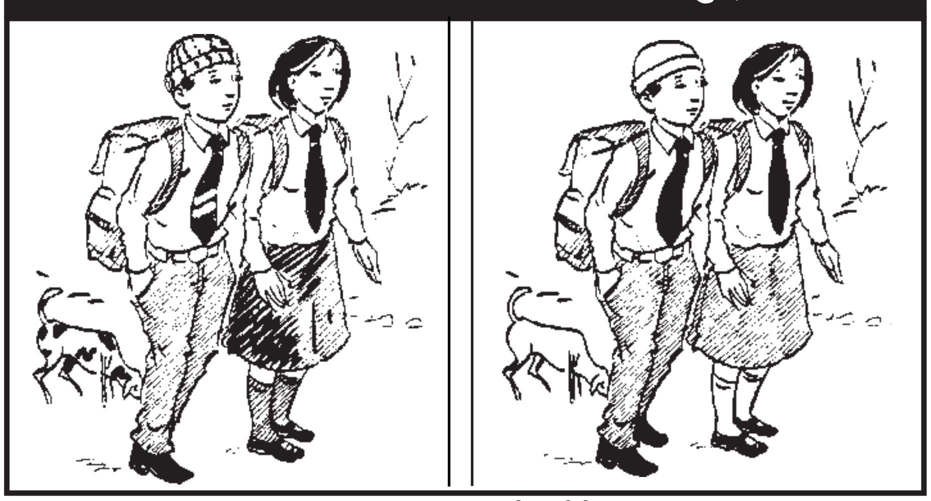
स्कुल :..

ठेगाना : ....

तस्बिर अनिवार्य

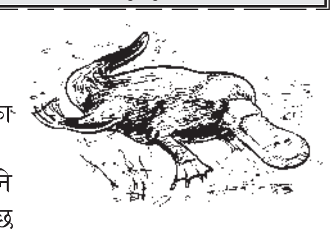
तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ।

तल दिइएको चित्रमा ६ वटा फरक छुट्याऊ



फरक– कुकुर, जुत्ता, टाई, फ्रक, मोजा, टोपि ।

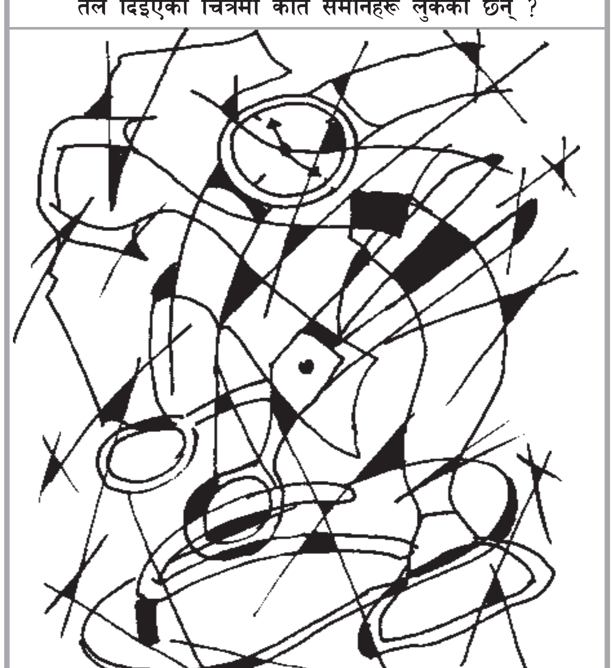
अन्डा पार्ने स्तनधारी



अस्ट्रेलिया र आसपासका क्षेत्रमा टाकिग्लोसस्, ज्याग्लोसस् तथा डकविल नामक स्तनधारीले फुल पारेर बच्चा कोरल्छन्। प्रजननका बेलामा पोथीको जीउमा अस्थायी झोला बन्छ। त्यसभित्र पोथीले एकदेखि तीनवटासम्म अण्डा (कोरल्नका लागि) राख्छे।

ती अण्डाका खोल भने छालाका हुन्छन्। केही दिनपछि बच्चा निस्कन्छन्। अचम्मको कुरा के छ भने ती जीवको भालेले मात्र बच्चालाई दूध चुसाउँछ। तीमध्ये डकविलले नदी वा समुद्र तटमा खोस्रेर फुल पार्छ। ती फुललाई पोथीले दुई सातासम्म हेरचाह गरी राख्छे र दूध चुसाउँछ।

तल दिइएको चित्रमा कति समानहरू लुकेका छन् ?



लुकेका समानहरू : घडी, लुगा, कैंची, चप्पल, टाई ।

साप्ताहिक शब्द जाल

त्रि	भु	व	न	सी	ड	श	क्ति	ब्वा
रे	आ	फ्रे	द	आ	म	छि	न्द्र	इ
श	भो	न्ड्	यु	म	सा	ग	र	ज
ब्रि	कै	स	क	हा	ष्क	नु	ल	यु
गे	को	र	स	वी	ष	टा	म	नि
ड	ति	टी	पा	र	यु	क	शू	य
ब्वा	मे	ह	बु	ब	ग	र	न	न
इ	ए	बौ	द्ध	र	ल	चा	ल	रे
ज	नो	द	री	लु	स	र	स्व	ती

माथि दिइएका अक्षरहरूमा नेपालका आठ फुटबल खेल्ने क्लबका नाम लुकेका छन्। ती नामहरू सायद तिमीले पनि सुनेको हुनुपर्छ। के तिमी ती नामहरू खोज्न सक्छौ ?

लुकेका नामहरू : त्रिभुवन, ब्वाइज युनियन, ब्रिगेड्स ब्वाइज, सरस्वती, फ्रेन्ड्स, मछिन्द्र, महावीर, बौद्ध ।

साप्ताहिक अंकजाल प्रतियोगिता-९३

१. सँगै दिइएको १६ वटा कोठाहरूमा ९२ देखि १०७ सम्मका अंकहरू नदोहोरिने गरी यसरी भर, जसबाट तिनीहरूको योगफल ठाडो, तेर्सो, छड्के जसरी जोड्दा पनि ३९८ होस्।

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

३. विजेतालाई २ सय रुपैयाँ पुरस्कार दिइनेछ।

नाम : ....कक्षा : ......

स्कुल : ....

ठेगाना : ....

अंकजाल ९० मा सहभागीहरूको संख्या : २९५

गोलाप्रथाबाट विजेता :

गरिमा आचार्य, कक्षा १०, विजयपुर उ.मा.वि., धरान

साप्ताहिक झन्को
शुक्रबार, मंसिर २९, २०६३

चियापसलमा एग्रीमेन्ट

नयाँ बानेश्वर अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन केन्द्रको पश्चिम ढोकाको पारि एउटा सानो गल्लीस्थित चियापसलमा केहीदिन अघिसम्म एकथरी चलचित्रकर्मीको भीड लाग्ने गरेको थियो। एक दिन चियापसलबाट नायक विक्रान्त बस्नेत प्रफुल्ल मुद्रामा निस्किए। एकैछिनमा खलनायक उमेश खड्का पनि आफ्नो अजंगको शरीर ढल्काउँदै प्रसन्न मुद्रामा बाहिर आए। नायिका जेनी कुँवरले आफ्ना सहयोगीका साथ द्वन्द्व निर्देशक योगेन्द्र श्रेष्ठतर्फ दुई पाने कागज तेर्स्याइन्।

कागज हेरेपछि श्रेष्ठ पनि दंग परे। उनले हत्त न पत्त उक्त कागजमा हस्ताक्षर गरिदिए। यो कुनै चलचित्रको सुटिङ रिपोर्ट होइन। नायिका जेनी कुँवर चलचित्र बनाउँदै छिन्। उक्त चलचित्र 'घायल'का लागि नायक विक्रान्त बस्नेत, खलनायक उमेश खड्का तथा द्वन्द्व निर्देशक योगेन्द्र श्रेष्ठलाई अनुबन्ध गर्नु थियो। ती तीन जनालाई उनीहरूकै अखडामा गएर आफ्नो चलचित्रका लागि अनुबन्ध गर्न निर्देशक मदन घिमिरेका साथ जेनी सानो चियापसलमा पुगेकी थिइन्।

नेपाल सानो देश, यहाँको चलचित्र पनि सानो, बजेट पनि सानो, अनि अनुबन्ध गर्ने स्थल पनि सानो चियापसल। कस्तो मिलेको ?

धीरज पनि गाडीमा

पप गायनमा राम्रै ख्याति कमाएका गायक धीरज राई पनि बाइक छाडेर कारमा सयर गर्न थालेका छन्। विलासभन्दा पनि आवश्यकता बोध भएर कार किनेको धारणा राख्ने धीरजको कार भने गायकहरू चढ्नेमध्ये सबैभन्दा सस्तो हुनुपर्छ। 'कन्डिसन राम्रै छ। गाडीचाहिँ मारुती हो,' उनले भने।

पपगीतप्रेमी श्रोतामा धीरजले राम्रै प्रभाव पारेका छन्। गायनका अतिरिक्त अंग्रेजी भाषा प्रशिक्षण एवं संगीतसम्बन्धी लेख लेखनमा समेत सक्रिय धीरजले आफू र नेपाली संगीत विषयमा केन्द्रित रहेर दुईवटा त पुस्तक नै निकालिसकेका छन्। नेपाली चलचित्र 'लक्ष्य' मा अभिनय गरेका धीरजमाथि 'इतिहास जित्नेहरूका लागि' नामक वृत्तचित्र पनि निर्माण भएको छ।

लेखन, गायन, भाषा प्रशिक्षणलगायत कन्सर्टमा समेत सक्रिय धीरज विदेशमा हुने नेपाली कार्यक्रममा पनि खोजीका पात्र हुन्। जिम्मेवारी बढ्दै गएपछि जिउने साधनहरू पनि परिमार्जित एवं परिष्कृत गर्दै लानुपर्ने भएकाले बाइक छाडेर गाडीतिर लागेका हुँ –राईले बताए।

अंग्रेजी बोल्नेलाई गाली

एक चलचित्र निर्देशकले नेपाली बोल्न आउँदैन भन्दै अंग्रेजीमा भाषण गर्न थालेपछि चलचित्रकर्मी उपस्थित दर्शकदीर्घा खाली भएको थियो। कुन्ताको अनपढ भनेर परिचित चलचित्रकर्मी आदर्श नारीका बूढा निर्देशक हेम लामाले अंग्रेजीमा भाषण गर्न थालेपछि उठेर हिंडेका थिए। चलचित्र निर्देशक समाजको साधारणसभामा सम्मानित निर्देशकका तर्फबाट लामाले गत शुक्रबार मञ्चमा उभिएर बोल्ने मौका पाएका थिए।

निर्देशक लामाको भाषण सकिएपछि मञ्चमा पुगेका निर्माता अशोक शर्माले गुनासोको शैलीमा गाली गरे, हेम दाइले अंग्रेजीमा बोलिदिंदा मैले भाषण गर्ने बेलामा दर्शक नै भएनन्। उहाँले अंग्रेजी बोल्नु हुने थिएन। बर्मामा हुर्किएका निर्देशक लामाको नेपालीभन्दा अंग्रेजी वक्तृत्व कला नै राम्रो भएका कारण उनले अग्रजी भाषा छानेका थिए तर निर्माता संघका अध्यक्षसमेत रहेका अशोक शर्माले भाषण नबुझ्री कार्यक्रम छाडेर हिंड्ने चलचित्रकर्मीलाई गाली गर्नुको सट्टा अंग्रेजीबाट भाषण गर्ने निर्देशकप्रति गुनासो गर्दा सुन्नेहरूलाई लाज लागेको थियो।

सडकमा बारुद

केही साताअघि राजधानीका सडकमा निकै भीडभाड देखियो। भीडले सडक जाम गर्‍यो। भीड बानेश्वर, बबरमहल हुँदै माइतीघर मण्डलामा गएर एकत्रित भएझैं देखिन्थ्यो। भीड खिचिरहेको देखिन्थ्यो क्यामेराले। भीडको बीचमा एकजना क्ल्याप हानिरहेका हुन्थे। क्ल्यापमा लेखिएको थियो– जयकिशन बस्नेतको बारुद।

चलचित्र 'राजुराजाराम' पछि जयकिशन बारुद बनाउँदैछन् सडक-सडकमा छायांकन गरेर। उनले फेरि दाजु निर्देशक सोभित बस्नेतलाई नै निर्देशनको जिम्मा लगाएका छन्। चलचित्रमा पाँच नायक छन्। सडकमा तीमध्ये केही नायक देखा परे। बारुदका नायक निखिल उप्रेती, रमित ढुंगाना, जयकिशन बस्नेत, विक्रान्त बस्नेत तथा राजेन्द्र खड्गी हुन्। 'यो चलचित्रको सुटिङ अहिले समाप्त भैसकेको छ,' -निर्देशक बस्नेतले साप्ताहिकलाई जानकारी दिए।

तस्विर : कमल श्रेष्ठ

झम्का भेट

नायिका ऋचा घिमिरे गएको साता युरोप घुमेर आइन्। नृत्य निर्देशक राजु शाहको निर्माण तथा निर्देशनमा बनिरहेको चलचित्र 'सपनाको नौलो संसार'को छायाङ्कनमा भाग लिने क्रममा उनी युरोप पुगेकी हुन्। बिहीबार राजधानी फर्किएकी ऋचासँग गत शुक्रबार साप्ताहिकको भेट अनलाइनमा भयो। उनी कमलादीस्थित एउटा साइबर क्याफेमा थिइन्। च्याट गर्ने क्रममा ऋचासँग भएको कुराकानी :

कस्तो भयो टुर ?

-यादगार, आजसम्मको मेरो जीवनका सबैभन्दा रमाइला दिनहरू मैले त्यहाँ बिताएँ। निकै मस्ती गरियो। शुटिङ र सोहरूले गर्दा फुर्सद हुँदैनथ्यो। आधा युरोप घुमियो, दिलीप र जितु नेपालले निकै हँसाए।

कुन–कुन देश घुमियो ?

जर्मनी, फ्रान्स, लक्जम्बर्ग, बेल्जियम र हल्यान्ड घुमें। मलाई सबैभन्दा धेरै पेरिस मन पर्‍यो, त्यसपछि बेल्जियम। सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा के भने त्यहाँ रहेका नेपालीहरूले निकै राम्रो स्वागत गरे। हरेक दिन बेलुकी हामीलाई कुनै न कुनै नेपालीको घरमा डिनर खान आमन्त्रित गरिन्थ्यो।

पैसा पनि निकै कमाइयो होला नि ?

-खोई के भन्ने ? पैसा भनेको त्यस्तै हो, खासै कमाइएन।

पहिले घुमेका कतार र दुबईभन्दा युरोप कुन अर्थमा फरक देखियो ?

-मलाई त्यहाँको सरकारी व्यवस्था अति राम्रो लाग्यो। फ्रिडम छ, मानिसहरु निकै अनुशासित छन्।

यो भ्रमणको सबैभन्दा रमाइलो घटना कुनै छ ?

-सुटिङ हेर्ने त्यहाँका दर्शकहरूले मलाई मोरोक्कोकी केटी भनिठानेका रहेछन्। उनीहरू हाम्रो फोटो खिच्दै युनिटका अरू मानिसलाई मोरोक्कोकी हो भनेर सोध्दा रहेछन्। अचम्मको कुरा के भयो भने हामी जुन-जुन देशमा छायाङ्कन गर्न पुग्यौं, सबै देशमा मलाई मोरोक्कोकी केटी भनियो। त्यस्तो जाडोमा पनि मानिसहरू मैले लगाएका छोटा पहिरन देखेर छक्क पर्थे, अनि जितु नेपालले उनीहरूलाई हँसाउँथे।

कार्यक्रम पनि गरियो होइन र ?

-जर्मनमा दुई र बेल्जियममा तीनवटा गरेर पाँचवटा सो गरियो। मैले दुईवटा गीतमा एक्लै नाचें, अनि दिलीप रायमाझीसँग तीनवटा गीतमा नाचें। जितु नेपालले कार्यक्रम सञ्चालन गरे।

युरोपमा खिचिएको चलचित्र कस्तो हुन्छ होला ?

-म्यानपावरको कमीले चाहेको जस्तो काम हुन सकेन। यद्यपि जति काम भएको छ, राम्रो भएको छ। त्यहाँ ४० प्रतिशत छायाङ्कन सकियो। बाँकी काम यतै हुन्छ।

गफै त हो

दोधारमा लभगुरु

अभिनेत्री रेखा थापा हिम्मतिली छिन्। हिम्मतिली भएरै उनले चलचित्र नचलिरहेको बेला चलचित्र 'हिम्मत' बनाएर त्यसलाई हिट तुल्याइन्। हिम्मतमा उनले बञ्जीजम्प हानेर आफू हिम्मती रहेको थप पुष्टि गरिन्। थोरै लुगा लगाउन मात्र होइन, हिरोले झैं अप्ठेरा काम गरेर देखाउने मामिलामा पनि उनी अगाडि नै देखिन थालेकी छिन्। लभगुरु उनको थप परिचय हो। यति कुरा त रेखाका बारेमा सबैले जानेकै हो। केही समयअघि उनले आफूलाई हिम्मती वक्ताका रूपमा पनि उभ्याइन्। योचाहिँ नयाँ कुरा हो रेखाको, तर त्यही कुराले उनलाई हिजोआज दोधारमा पारेको छ।

निर्देशक नारायण पुरी एक टेलिभिजनमा कार्यक्रम सञ्चालन गर्छन्। कार्यक्रमको ओरिजनल नाम 'कफी विथ करन' हो भने नेपाली नाम 'हस्ती सँगसँगै'। हालै उक्त कार्यक्रममा अतिथि भइन् रेखा। प्रश्न गर्ने क्रममा पुरीले छान्न लगाए मनपर्ने निर्देशक। रेखाले आकाश अधिकारी र दीपक श्रेष्ठमध्ये एक जनालाई छान्नुपर्ने थियो। रेखाको चलचित्र हिम्मतका निर्देशक हुन् दीपक। अहिलेलाई भन्नुपर्दा उनी चल्तीका निर्देशक हुन्। आकाशचाहिँ थोरै मात्र चलचित्र निर्देशन गर्ने अभिनेता, तर रेखाले छानिन् आकाश अधिकारीलाई।

कुरो यत्तिमै सकिएन। त्यसपछि मात्रै रेखालाई नेपाली चलचित्रकर्मीको संकीर्णता सम्झना भयो। उनले हतार-हतार दीपक श्रेष्ठलाई फोन लगाइन्, तर दीपकले पार्किङमा छु भनेर फोन राखिदिए। त्यसपछिको रेखाको फोन दीपकले मरिगए पनि उठाएका छैनन्। यतिबेला दीपकको हातमा आधा दर्जन चलचित्र छन्। त्यसैगरी रेखा पनि नौवटा चलचित्रमा अनुबन्धित छिन्। यति हुँदा पनि रेखालाई दीपकका चलचित्रप्रति लोभ जागेको छ। रेखाका शुभचिन्तकहरू उनलाई गलत बोलिस् भन्दै दीपकसँग माफी माग्ने सल्लाह दिइरहेका छन्। रेखाचाहिँ दोधारमा छिन्। अरूको सल्लाह मानौँ त आफ्नै कुरा काटिने, नमानौँ त राम्रा निर्देशकका चलचित्र उम्कने। अरूलाई सल्लाह दिँदै हिँड्ने गुरु हिजोआज यही कारणले दोधारमा छिन्।

केवल एक प्रश्न

तपाईंलाई आकर्षक लागेका पाँच जना पुरुष को-को हुन् र किन ?

हेर्दा ह्यान्डसम देखिने भएकाले अभिषेक बच्चन र जोन अब्राहम, हिम्यान लुक्स भएकाले सिल्भस्टर स्ट्यालोन, नेपालको भविष्य काँधमा लिएर हिँडेका भएर युवा नेता गगन थापा र तपाई....हा.हा.हा (लामो हाँसो)।

– बिपना थापा (चलचित्र नायिका)

'सोच्दै भन्न पाइन्छ ?.. भूषण दाहाल, उहाँको बोल्ने शैलीको म धेरै पहिलेदेखि फ्यान हुँ। अनि मेरो साथी प्रदीप जो अहिले अमेरिकामा छ, उसको र मेरो बानी निकै मिल्छ। डीए ६९ (सुदिन), उसको स्माइल राम्रो छ र ड्रेसअप गर्ने तरिका पनि। जोनी डिप, ह्यान्डसम छ र एक्टिङ राम्रो गर्छ। अँ..अनि गगन थापा, पहिले रेडियोमा कार्यक्रम चलाउँदादेखि म उहाँको आवाज र शैलीको फ्यान हुँ।

– महिमा भट्टराई (भिजे/आरजे)

(लामो हाँसोपछि) अँ..डेभिड बेकह्याम किनकि ऊ फिजिकल्ली पर्फेक्ट देखिन्छ। ब्राड पिट किनकि ऊ मलाई मन पर्ने एक्ट्रेस जेनिफर एनिस्टनको पूर्वपति हो। सलमान खान, ऊ ह्याण्डसम त छँदैछ, साथै सहयोगी स्वभावको पनि छ। शाहरूख खान किनकि ऊ आफ्नी श्रीमतीप्रति इमान्दार छ। अनि जबिक किनकि म उसको पहिलो गीतबाटै इम्प्रेस भएँ र ऊ इनोसेन्ट पनि छ।

– पूजा लामा (नायिका/गायिका/मोडल)

शाहरूख खान मन पर्छ, किनकि उसको अभिनय जीवन्त छ। जोन अब्राहम पनि मन पर्छ, किनकि उसमा मोडल लुक्स देखिन्छ, उसले त चलचित्रहरूमा हिरोभन्दा पनि भिलेन भएर खेलेको राम्रो लाग्छ। आफ्नो क्षेत्रमा पशुपति पनेरु (ब्याडमिन्टन खेलाडी), उनको इजी तरिकाले खेल्ने शैली राम्रो लाग्छ। अनि ब्राड पिट, किनकि ऊ सेक्सी देखिन्छ। यिनै चार जना हुन्, पाँचौ नम्बरमा कोही छैन।'

–सुमिना श्रेष्ठ (ब्याडमिन्टन खेलाडी)

'खै को भन्नु ? अँ....सरुन ताम्राकार, ऊ सफा देखिन्छ। अर्को राजेश हमाल उसको पर्सनालिटी पर्दामा भन्दा बाहिर राम्रो छ। अनि निर्णय श्रेष्ठ राम्रोसँग चिनेकाले पनि होला, उसको बोली-व्यवहार मनपर्छ। देशका लागि बोल्ड भएर काम गरेकाले गिरिजाप्रसाद कोइराला मन पर्छ। अनि मेरो ब्वाइफ्रेन्ड (नाम लुकाउँदै), उसको त सबै कुरा मन पर्छ।'

– कुन्छङ मोक्तान (मोडल/र्‍याप गायिका)

विदेशकै कमाइ राम्रो

नायिका रेजिना उप्रेतीले दुईवटा नेपाली चलचित्रमा काम गरेबापत पाउने पारिश्रमिक बराबरको रकम हङकङमा आयोजित एउटै कार्यक्रमबाट प्राप्त गरिन्। हङकङलगायत अन्य थुप्रै देशमा सांस्कृतिक कार्यक्रमका लागि गएकी रेजिना अहिले नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्नभन्दा विदेशमा आयोजना हुने कार्यक्रममा सहभागी हुन बढी हौसिन्छिन्। नयाँ-नयाँ ठाउँ घुम्न पनि पाइने, पारिश्रमिक पनि भनेजस्तै। त्यसमाथि नेपाली चलचित्रमा अभिनय गरेजस्तो किस्ताबन्दीमा पारिश्रमिक लिनुपर्ने झन्झट पनि हुँदैन।

रेजिनाजस्तै अरू धेरै नायक-नायिका एवं गायक-गायिकालाई अचेल विदेशमा आयोजना हुने कार्यक्रम आम्दानीको राम्रो स्रोत बनेको छ। एउटा चलचित्रमा एक जना नायिकाले कम्तीमा तीन महिना खर्चिनुपर्छ। सुटिङ, डबिङलगायत अन्य प्राविधिक काम सके पनि अन्तमा प्रचार-प्रसारका लागि पनि नायिकाकै आवश्यकता पर्छ। त्यो सबै गरेबापत पाउने पारिश्रमिकचाहिँ नगन्य नै छ। कुनै पनि चलचित्रमा कामका लागि एकमुस्ट एग्रीमेन्ट गरेपछि बीचमा आइपरेका काम गरेबापत कलाकारलाई छुट्टै रकम दिने चलन नेपाली चलचित्रमा छैन। त्यसैले चलचित्रबाट आएको रकम आफ्ना लागि अपुग हुने धारणा पटक-पटक नायक-नायिकाले व्यक्त गर्दै आएका छन्। त्यसमाथि पनि कति निर्माताले त काम सकेपछि विभिन्न बहाना बनाउँदै बाँकी पैसा दिन आनाकानी गर्ने चलन छ।

नेपालमा काम गरेपछि रकम लिन भोग्नुपर्ने सास्ती र विदेशमा

घन्टाको दरमा पारिश्रमिक पाउने भएकाले पनि नेपाली कलाकारको मन नेपालमा भन्दा पनि विदेशमा रमाउन थालेको छ। एउटा कार्यक्रममा प्रस्तुत भएबापत ३० हजारसम्म लिने नायिकाहरू एकै पटक चार-पाँचवटा कार्यक्रममा सहभागी हुन भ्याउँछन्। चलचित्रको चाप कम भएपछि बुटिक खोलेर बसेकी बिपना थापालाई अहिले पनि विदेशमा कार्यक्रम आयोजना गर्नेहरूले खोजिरहन्छन्। उनले पनि विदेशी कार्यक्रमबाट राम्रै आम्दानी गरेकी छिन्। 'नेपाली चलचित्रबाट आशातीत आम्दानी नभए पनि विदेशमा आयोजना हुने कार्यक्रमबाट राम्रै पारिश्रमिक पाइएको छ,' -बिपनाले भनिन्।

बिपना थापा, रेखा थापा, जल शाह, ऋचा घिमिरे, निरुता सिंहदेखि नवनायिका नन्दिता केसीसमेत विदेशमा आयोजना हुने नेपाली कार्यक्रममा सहभागी भैसकेका छन्। गएको दसैंमा हङकङमा कार्यक्रम प्रस्तुत गर्न गएकी नन्दिताले दस दिनको अवधिमा एउटा नेपाली चलचित्रबाट पाउने बराबर पारिश्रमिक पाएकी थिइन्। कलाकारका अतिरिक्त गायक-गायिकाका लागिसमेत विदेशमा आयोजना हुने कार्यक्रम गरिखाने मेलो बनेको छ। हालसालै नयाँ कार किनेका गायक धीरज राई भन्छन्– 'विदेशकै कमाइले यो गाडी किनेको हुँ, नेपालको कमाइले त भातसम्म खान पुग्छ।' धीरजले एउटा विदेशी कार्यक्रमबाट डेढ लाखसम्म हात पार्ने गरेका छन्।

पप, लोक तथा आधुनिक तीनै विधाका गायक-गायिका अहिले विदेशमा रहेका नेपालीबीच लोकप्रिय छन्। अहिले कार्यक्रमका लागि विदेश नपुग्ने गायक छँदै छैनन् भन्दा पनि हुन्छ। प्रायः गाउँघरमा मात्रै सुनिने लोकगीतले सहरवासीको समेत मन पगालेपछि विदेशमा बस्ने नेपालीले पनि लोक-संगीतलाई महत्त्वपूर्ण मान्न थालेका छन्। भगवान् भण्डारी, बद्री पंगेनी, कोमल वलि, सिन्धु मल्ल आदि नाम चलेका गायक-गायिकाका लागि त नेपालीहरूको बाहुल्य रहेको विदेशी भूमि पानी-पँधेरोजस्तै बन्न थालेको छ।

जुटे नेवा सुन्दरी

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– अठार वर्षभन्दा माथिका कक्षा १२ सम्म अध्ययनरथ ३३ जना सुन्दरी भोलि शनिबार आ-आफ्नो प्रतिभा देखाउँदै छन्। नेप्लिज फेसन होमले गत वर्षदेखि नेवार समुदायका युवतीहरूलाई मात्र सहभागी गराएर आयोजना गर्न थालेको 'मिस नेवा ब्युटी प्याजेन्ट'को दोस्रो संस्करण आउँदो साता अर्थात् पुस १५ गते अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन केन्द्रको सगरमाथा हलमा आयोजना हुँदैछ। उक्त सौन्दर्य प्रतियोगितामा यसपटक सहभागी काठमाडौं, भक्तपुर, ललितपुर, कीर्तिपुर तथा ताप्लेजुङका नेवा सुन्दरीहरूको प्रतिभा प्रदर्शन अर्थात् 'ट्यालेन्ट सो' भोलि आयोजना गरिँदैछ। कोरियोग्राफरद्वय रोजिन शाक्य र राज फैजु हाल प्रतिस्पर्धी सुन्दरीहरूलाई मञ्चमा प्रस्तुत हुने कला सिकाउँदै छन्।

दीपकले गाए, जागिरेहरू नाचे

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- 'फर्केर आउनेछैन, म कुनै ऋतु होइन, मेरो बाटो न हेर, वित्ला है तिम्रो जोवन..' कालो सुटमा सजिएका गायक दीपक बज्राचार्य हातमा माइक्रोफोन लिंदै 'स्पेनी फ्लेवर' मा दर्शकहरूलाई नेपाली गीत सुनाउँदै थिए। दर्शकहरू पनि त्यो दिन विशेष थिए।

सामान्य कन्सर्टमा प्रायः युवापुस्ता दीपकका गीतको तालमा नाच्थे। शुक्रबार साँझ उनको तालमा नाच्ने सबै दर्शक जागिरे थिए। हरेक दिन बिहान नौ बजेबाट साँझ पाँच बजेसम्म आ-आफ्ना कार्यालयको काममा व्यस्त रहने जागिरेहरूका लागि त्यो दिन दीपक आफ्ना गीत सुनाउँदै थिए। होटल हयात रिजेन्सीको रक्सबारमा डिजेभन्दा पनि दीपक नै छाएका थिए।

सिग्नेचर प्रिमियम ह्वीस्कीले जागिरेहरूका लागि त्यो अवसर जुटाइदिएको थियो। 'सिग्नेचर नाइन टु फाइभ' शीर्षक राखिएको उक्त पार्टीमा जागिरेहरू आफ्नो जागिर नै बिर्सेर नाच्दै थिए। दीपक पनि जोस्सिएर आफ्ना चर्चित गीतहरू 'ओ अमिरा', 'काली काली हिस्सी परेकी', 'जीवनको बाटोमा' आदि गीत सुनाउँदै गए। अन्त्यमा पार्टीलाई डिजे तेञ्जिङले राती अबेरसम्म तताए।

पाठकहरूको प्रेम जिज्ञासा एवं समस्या 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।

लभगुरु रेखा

म १७ वर्षीय युवक हुँ। म त्यति आकर्षक छैन सायद त्यसैले मप्रति युवतीहरूले त्यति ध्यान दिंदैनन्। म युवती साथीहरू बनाउन चाहन्छु र तिनैमध्ये कसैलाई प्रेमिका पनि, तर मेरो व्यक्तित्व तथा कम बोल्ने बानीका कारण म त्यसमा सफल हुन सकिरहेको छैन। अब मैले के गर्नुपर्ला ?

सञ्जीव

तपाईंको उमेर पढाइ-लेखखाइमा ध्यान दिएर क्यारियर बनाउने हो। राम्रोसँग पढेर क्यारियर बनाइसकेपछि तपाईंको व्यक्तित्व आफै बन्छ। क्यारियर व्यक्तित्वको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण पाटो हो भन्ने कुरा बिर्सनु हुँदैन। त्यसबाहेक आकर्षक व्यक्तित्वका लागि तपाईंले अरू उपाय पनि अपनाउन सक्नुहुन्छ जुन बाहिरी कुरा मात्र हुन्। भित्री गुणको विकास र क्यारियर बनाउने कुराका साथै तपाईंले आकर्षक व्यक्तित्वका लागि शारीरिक सुगठन, पहिरनको सही छनौट, उपयुक्त हेयर स्टाइल, व्यक्तित्व विकास तालिम आदिको सहारा लिन सक्नुहुन्छ। अलिकति मेहनत, समय र पैसा खर्च गर्ने हो भने आकर्षक व्यक्तित्व प्राप्त गर्न त्यति गाह्रो छैन। हिंजो-आज काठमाडौंमा यस्ता सेवा जताततै उपलब्ध छन् भने पुरुषका सौन्दर्य प्रसाधन पनि त्यत्तिकै उपलब्ध छन्। यसका लागि तपाईंले आफ्नो उमेर, रंग, उचाइ आदिका आधारमा सही छनौट गर्न सक्नुपर्छ जुन सम्बन्धित विशेषज्ञहरूले तपाईंलाई उपलब्ध गराउनेछन्। तपाईंको धक मान्ने वा कम बोल्ने बानी पनि मनोवैज्ञानिक परामर्शबाट हटाउन सकिन्छ। आशा छ तपाईंले आफ्नो प्रश्नको उत्तर पाइसक्नुभयो। राम्रो क्यारियर र आकर्षक व्यक्तित्व बनिसकेपछि तपाईंले युवक वा युवती मित्र बनाउन वा आफ्ना लागि उपयुक्त प्रेमिका खोज्न भौंतारिनु पर्दैन।

फिल्मी

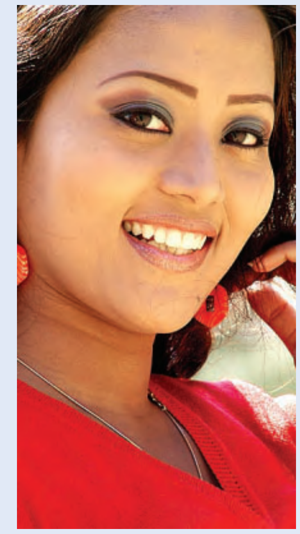
-निर्देशक शिव रेग्मी पहिलो पटक निर्माता चिरञ्जीवी बस्नेतको चलचित्र निर्देशन गर्दैछन्। एकपछि अर्को चलचित्र निर्देशन गर्ने निर्देशक रेग्मी तथा एकैपटक दुई वा दुईभन्दा बढी चलचित्र निर्माण गर्ने निर्माता बस्नेतको गठबन्धनमा निर्माण हुन लागेको चलचित्रको शीर्षक 'युद्ध'मा राजेश हमाल, निखिल उप्रेती, सुशील पोखरेल, विजय देउजा, मिथिला शर्मा, उमेश खड्का आदि कलाकारले अभिनय गर्नेछन्। बस्नेतका दुई चलचित्र 'कृष्ण अर्जुन' राजधानीमा तथा 'भाग्य विधाता' राजधानीबाहिरबाट सार्वजनिक हुने क्रममा छन्।

-लोकतन्त्रपछि अदालती कारबाही तथा भ्रष्टाचार आदि विषयलाई चलचित्रमा उतार्ने कार्य तीव्र भएको छ। चलचित्र 'क्रोध'मा न्यायाधीश बनेका धीरेन शाक्य भ्रष्टाचारको जालमा पर्छन्। उनले एक पूर्वमन्त्रीलाई भ्रष्टाचारको मुद्दामा उचित कानुनी सजाय दिन नसकेको प्रसङ्ग उक्त चलचित्रमा समेटिएको छ। न्यायक्षेत्रमा हुने गरेका दुरुपयोग तथा सजायका विषयमा अर्को एक चलचित्र निर्माण भैरहेको छ। संविधानसभाजस्तो विषय पनि समेटिएको चलचित्र 'कानुन' विगतमा चलचित्र 'लेखान्त'को निर्देशन गरेका निर्देशक उदय सुब्बाको निर्देशनमा निर्माण भैरहेको छ। चलचित्र श्री बूढासुब्बा म्सिको ब्यानरमा निर्माता मदन इङ्नामले निर्माण गरिरहेको उक्त चलचित्रमा राजेश हमाल, दिलीप रायमाझी, अरुणिमा लम्साल, रोही श्रेष्ठ, जेनी कुँवर आदिले मुख्य भूमिका निर्वाह गर्दैछन्। चलचित्रमा गायक राजेशपायल राईले संगीत दिएका छन्।

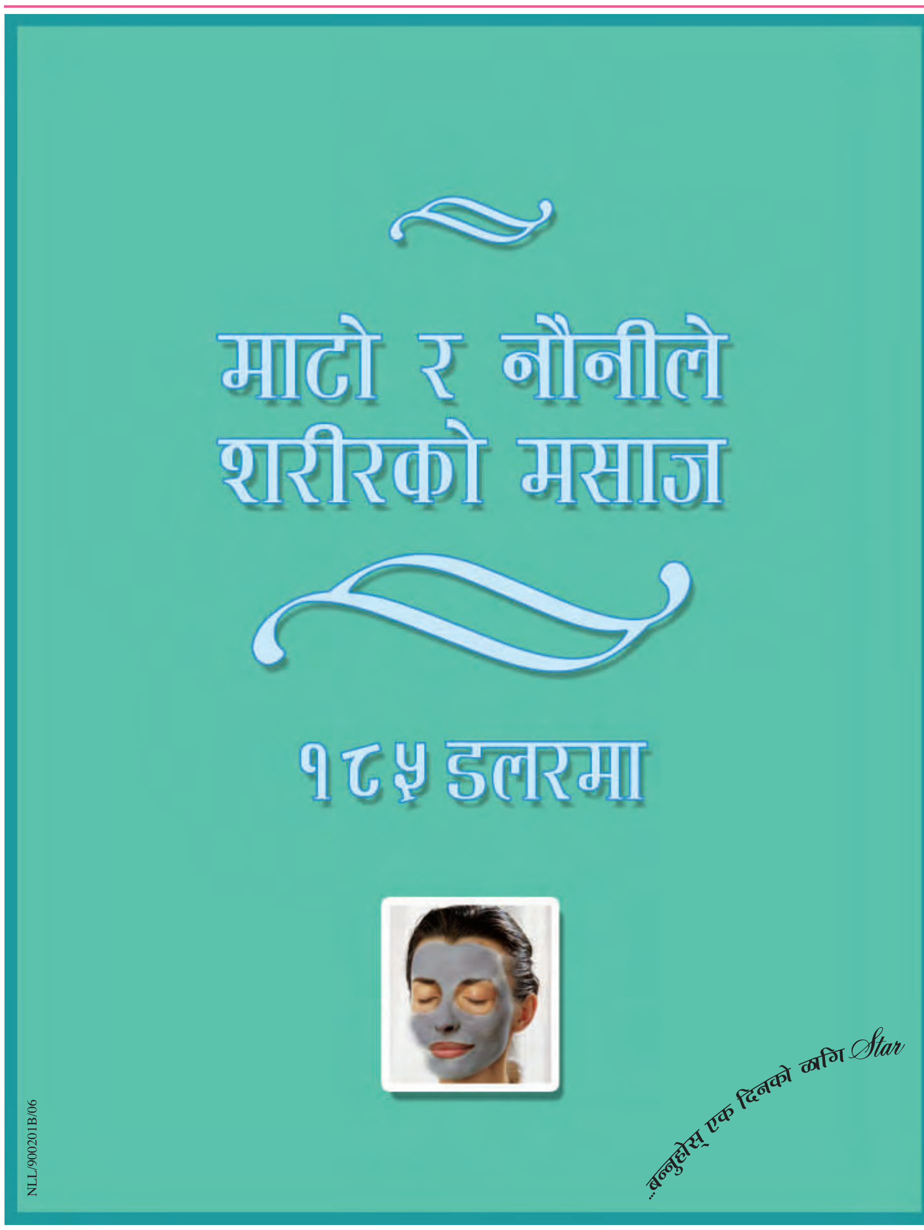
-द्वन्द्व निर्देशक योगेन्द्र श्रेष्ठको चलचित्र 'खेलाडी' व्यावसायिक रूपमा उपत्यकामा सफल मानिएको थियो। श्रेष्ठका अनुसार हाल उक्त चलचित्रलाई उपत्यकाबाहिरका चलचित्र भवनहरूमा प्रदर्शन गर्न थालिएको छ। उपत्यकामा सफल भएको खबरले मार्शल आर्टमा आधारित चलचित्र 'खेलाडी' हेर्ने दर्शक बढेका छन्। पोखरामा प्रदर्शन भैरहेको उक्त चलचित्रमा सुमिना श्रेष्ठ, प्रमोददीप, संघरत्न शाक्य, राजेश ढुंगाना, रमेश अधिकारी, सुनील श्रेष्ठ आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्। अन्तर्राष्ट्रिय खेल प्रतियोगितामा खेलाडी पठाउने प्रक्रियामा हुने भ्रष्टाचारमा आधारित चलचित्र खेलाडीको एक मात्र गीतमा संगीतकार लक्ष्मण शेषले संगीत दिएका छन्।

-बेल्जियम बस्दै आएकी चलचित्र नायिका पार्वती अधिकारी हालै केही समयका लागि स्वदेश आएकी थिइन्। उनले लामो समयदेखि अस्वस्थ द्वन्द्व निर्देशक तथा कला निर्देशक गोपाल भुटानीलाई आर्थिक सहयोग गरेकी छिन्। बेल्जियमवासी नेपालीहरूका तर्फबाट संकलित रकममा आफ्नो तर्फबाट रु. ९ हजार थपेर कुल २५ हजार रुपैयाँ उनले हालै भुटानीलाई सुम्पिएकी हुन्।

-नायक दिलीप रायमाझीले अर्का नायक सुनील दत्त पाण्डेसँगको साझेदारीमा निर्माण गरिरहेको चलचित्र 'हामी साथीभाइ'का गीतको छायाङ्कन मात्र बाँकी छ। अगामी केही सातामा गीतको छायाङ्कन थालिने कुरा रायमाझीले बताए। रवि अर्यालको निर्देशनमा निर्माण भैरहेको उक्त चलचित्र तीन जना घनिष्ठ मित्रको सम्बन्धमा आधारित छ। निर्माता नायकद्वयका अतिरिक्त निखिल उप्रेती पनि नायक रहेको उक्त चलचित्रमा तीन जना नायकका तीन जना जोडी नायिकाको भूमिकामा बिपना थापा, निरुता सिंह तथा अरुणिमा लम्सालले अभिनय गरेका छन्।



-आमाको नाममा पनि नागरिकता पाइने विधेयक ल्याइए पनि विगतमा त्यसो नहुँदा बाबुको अत्तोपत्तो नभएका कतिपय नागरिकले पाएको दुःखका विषयमा पनि एउटा चलचित्र निर्माण भैरहेको छ। नयाँ निर्देशक उद्धव अभिजितको निर्देशनमा निर्माणको अन्तिम चरणमा पुगेको चलचित्र 'इतिहास'मा यही विषय उठाइएको छ। चलचित्रमा अभिनेत्री मिथिला शर्मा आमाको भूमिकामा छिन् भने नायकमा दिलीप रायमाझी र विराज भट्ट तथा नायिकामा रेखा थापाले अभिनय गरेका छन्।



सहर चर्चा
सुस्मिताको अभिनय

सुस्मिता क्षेत्री अभिनयमा आफ्नो क्यारियर बनाउन इच्छुक छिन्। घरमा बोलाउने नाम लुना भए पनि उनी सुस्मिताकै नामबाट परिचित हुन चाहन्छिन्। २० वर्षीया सुस्मिताले धरानमा निर्माण भएको चलचित्र 'क्याबिन गर्ल' बाट अभिनययात्रा थालेकी हुन्। आधा दर्जन म्युजिक भिडियोमा मोडलिङ गरिसकेकी सुस्मिताले विभिन्न टेलिभिजन च्यानलबाट प्रसारण भैरहेका टेलिश्रृंखलाहरूमा पनि अभिनय गरेकी छिन्। सुस्मिताले र्‍याम्प मोडलिङको अनुभव पनि हासिल गरिसकेकी छिन्। पछिल्लो समयमा मोडलसंसार डट कममा आफ्ना तस्बिर प्रकाशित भएपछि चर्चामा आएकी सुस्मिता अभिनयलाई नै आफ्नो क्यारियर बनाउन कम्मर कसेर लागेकी छिन्। अभिनय तथा मोडलिङको चक्करमा उनले अध्ययनलाई भने छाडेकी छैनन्। उनको तर्क छ– 'ग्ल्यामरसँगै म अध्ययनलाई पनि अघि बढाउन चाहन्छु।' ५ फिट २ ईन्च अग्ली सुस्मितालाई मनपर्ने स्थान धरान हो। ३२x२८x३५ शारीरिक बनावटकी सुस्मिताले विभिन्न मोडलिङ प्रतिस्पर्धामा समेत भाग लिइसकेकी छिन्।

रिदम नाइट्‌समा बेग्लै जमघट

टोपराज शर्मा

बुटवल– गत शनिबार बुटवलको नाङ्लो वेस्टमा आयोजित 'सूर्य लाइट्‌स रिदम नाइट्‌स' यसअघि यहाँ आयोजना हुने डान्स पार्टीभन्दा अलिक फरक रह्यो। त्यो दिनको पार्टीमा अरू बेलाजस्तै हिपहप शैलीका युवायुवती मात्रै थिएनन्, बरु युवा जमातलाई नै माथ गर्ने गरी बुटवलका प्रतिष्ठित व्यावसायी, बैंकर्स, कार्यालय प्रमुख तथा सुरक्षा निकायका अधिकृतहरू पनि क्यान बियरको चुस्कीसँगै संगीतको नशामा उत्तिकै मस्त र रमाइरहेका देखिन्थे। संगीत र नशाको तालमा नाच्दै सबैले तिनाउ खोलाको चिसो सिरेटोलाई छल्दै पार्टीलाई तताएका थिए।

त्यति मात्र होइन, कतिपय त सपरिवार नै डान्स पार्टीमा रमाइलो गरिरहेका थिए। उता पार्टीमा झुम्मिने युवतीहरूको छुट्टै समूह र किशोर-किशोरीको जोडीको उपस्थिति पनि उल्लेख्य थियो। सूर्य लाइट्‌स चुरोटको प्रस्तुति तथा पार्टी नेपालको आयोजना एवं सो क्राफ्ट इन्टरनेशनल बुटवलको व्यवस्थापनमा सम्पन्न 'सूर्य लाइट्‌स रिदम नाइट्‌स' मा २००५ को वार अफ डीजेका विजेता डीजे बीम्यान र नेपालकै पहिलो महिला डीजे पायलले चाहनाअनुसारका हिपहप, ट्रान्स, हिन्दी तथा नेपाली रिमिक्स गीत प्रस्तुत गरेर डान्स पारखीहरूलाई लगातार चार घण्टा नचाएका थिए भने उनीहरूसँगै पहिलोपल्ट बुटवल आएकी गायिका प्रीति कौरले 'धेरैपल्ट जीवनमा यस्तो मोड आयो' लगायतका नेपाली, हिन्दी र अंग्रेजी गीत गाएर पार्टीमा उपस्थित सबैलाई थप तताएकी थिइन्।

साँझ साढे पाँच बजेतिर सुरु भएको पार्टीमा आठ नबज्दै हल खचाखच भएपछि टिकट बेच्न बन्द गरिएको थियो, जसले गर्दा कतिपय डान्स पारखीहरू पछुताउँदै फर्किएका थिए। राति नौ बजेसम्म चलेको पार्टीमा अपेक्षा गरेभन्दा बढी सहभागी भएको र यसले पार्टीको स्तरीयतासमेत बढाएको शो क्राफ्टका गणेश रानाले साप्ताहिकलाई बताए।

मेरी केरीविरुद्ध मारिया केरी

बल्लतल्ल कमाएको इज्जत, प्रतिष्ठा एकैछिनमा जाला कि भन्ने चिन्ताले कसलाई पो नसताउला ? अहिले पाश्चात्य संगीतकी राजकुमारी मारिया केरीलाई त्यस्तै आपत् परेको छ। उच्चारण गर्दा उनको नामसँग मेल खाने र थर पनि एउटै भएकी युवती अहिले विभिन्न स्टेज सो एवं कार्यक्रमहरूमा देखा परिरहेकी छिन्। आममानिसहरू उनी आएकी होलिन् भनेर कार्यक्रममा जाँदा मेरी केरीलाई पाउने गरेका छन्, तर उनले स्टेज सोमा देखाउने कामुक हाउभाउ भने मारियाको भन्दा कैयौं गुणा बढी हुन्छ। कुनै समय यौन चलचित्रकी नायिकासमेत रहेकी मेरीलाई स्टेज सो वा कुनै कार्यक्रममा कामुकता प्रदर्शन गर्न कुनै अप्ठ्यारो नहोला तर मारिया भनेर कार्यक्रम हेर्न जानेहरू भने ठगिने गरेका छन्। कामुकता प्रदर्शनको क्षेत्रबाट राजनीतितर्फ अग्रसर हुँदै गएकी मेरी आफूले मारियाको नाम भजाएको नभै आफ्नै नामले ख्याति पाएको बताउँछिन्, तर उनको वास्तविक नाम भने मेरी कुक हो तर उनले रंगीन संसारमा आफूलाई चिनाउन सन् २००२ देखि आफ्नो नाम मेरी केरी राखेकी हुन् तर उनको यो कार्यले टाउको दुखाउन थालेपछि मारियाले प्रतिवाद गर्दै आफ्नो नामको ट्रेडमार्क पनि दर्ता गराइन्। नामकै विषयमा मेरी

केरीको विवाद अर्का चलचित्र अभिनेता तथा राजनीतिमा आएका आर्नोल्ड स्वार्जनेगरसँग पनि पर्‍यो। क्यालिफोर्नियाको गभर्नर पदका लागि मेरी केरीले आर्नोल्ड स्वार्जनेगरसँग प्रतिस्पर्धा गरेकी थिइन्। सँगै प्रकाशित तस्बिरमा दुवै केरीलाई ध्यान दिएर हेर्नुहोस् त, को बढी कामुक देखिन्छिन् ?

चलचित्र

हामी ट्याक्सी ड्राइभर

कामको कुनै जात हुँदैन, पसिनाको मूल्य हुन्छ, रंग हुँदैन भन्ने कथन नै चलचित्र 'हामी ट्याक्सी ड्राइभर' को मूल कथा हो । पढेलेखे पनि बेरोजगार भएकाले घरपरिवारबाट अपहेलित एक युवक रमित ढुंगाना अन्ततः ट्याक्सी ड्राइभर साथी विराज भट्टसँगै लागेर ट्याक्सी चलाउन थाल्छन् । त्यसपछि समस्याका रूपमा देखा परेका खलनायकहरू मुकुन्द थापा तथा उमेश खड्काले उनलाई दुःख दिने प्रयत्न गर्छन् र त्यो समस्याले विराजलाई पनि गाँज्छ । उनीहरूका समस्या समाधान गर्न राजेश हमाल आफ्नी श्रीमती तृप्तिका साथ आइपुग्छन् । निर्देशक ज्ञानेन्द्र देउजाका अनुसार चलचित्र 'हामी ट्याक्सी ड्राइभर' मा राजेश अलिक भिन्न भूमिकामा छन् । आज शुक्रबारदेखि पोखरा, नारायणघाट, दाङ, बिर्तामोड, दमक आदि स्थानबाट सार्वजनिक हुन लागेको यो चलचित्रमा रेखा थापा तथा सुभद्रा अधिकारीको पनि मुख्य भूमिका छ । सुरेश अधिकारीको संगीत सुन्न पाइने यो चलचित्रको निर्माण भानु महर्जन एवं रत्न द्यौलाले संयुक्तरूपमा गरेका हुन् ।

काबुल एक्सप्रेस

यशराज फिल्म्स ब्यानरमा तयार भएको चलचित्र काबुल एक्सप्रेस आज शुक्रबार सार्वजनिक हुँदैछ । आतकंवादीहरूसँगको साहसिक भेटघाटको कथामा आधारित यो चलचित्रमा नायकद्वय जोन अब्राहम र अरशद वारसीले पत्रकारको भूमिकामा अभिनय गरेका छन् । यसैगरी चलचित्रमा सलमान शाहिदीले पाकिस्तानी भएर पनि तालिवानी सैनिकको भूमिकामा अभिनय गरेका छन् भने हनिफ हमघमले देशभक्त अफगानीको भूमिकामा अभिनय गरेका छन् । चलचित्रकी नायिका लिन्डा आर्सेनियोले अमेरिकन फोटोपत्रकारका रूपमा तालिवानीहरूको जीवनशैलीलाई क्यामेरामा कैद गर्ने भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । यसरी अलग-अलग क्षेत्रका व्यक्तिले तालिवान क्षेत्रमा पुग्नलाई गरेका प्रयास र त्यहाँ पुगेपछि भोगेका घटनाक्रमहरूमा यो चलचित्र तयार भएको छ । आदित्य चोपडाको निर्माणमा तयार भएको यो चलचित्रको निर्देशन कबिर खानले गरेका छन् । चलचित्र काबुल एक्सप्रेसको संगीत राघव सचार तथा जुलियस प्याकेमले तयार गरेका हुन् ।

रक्की बालबोआ

हलिउड चलचित्र उद्योगमा यो साता चलचित्र रक्की बालबोआ सार्वजनिक हुने भएको छ । सिलभेस्टर स्टलोनको निर्देशन रहेको चलचित्र रक्की बालबोआमा सिल्भेस्टरले नै मुख्य अभिनेताका रूपमा अभिनय गरेका छन् । द्वन्द्व, साहसिक प्रयास, खेललाई नाटकीय रूप दिइएको यो चलचित्रमा सिलभेस्टरका अतिरिक्त बर्ट योङ, मिलो भेन्टिमिगिलिया, एन्टोनियो टारभर, गेराल्डिन हग्सले पनि अभिनय गरेका छन् । चलचित्रको कथाअनुसार सिल्भेस्टर पूर्वहेभिवेट च्याम्पियनको भूमिकामा छन् । कुनै बेला खेलजीवनमा उत्कृष्टता सावित गरेर चर्चा बटुलेका सिल्भेस्टरको खेल संन्यासपछिको जीवनशैलीलाई पनि चलचित्रमा रोमाञ्चक शैलीमा प्रस्तुत गरिएको छ । रिङ जीवनलाई छाडेको लामो समयपछि पनि सिल्भेस्टरले पछिल्लो अवधिका च्याम्पियनसँग प्रतिस्पर्धा गर्छन् । अमेरिकामा निर्माण भएको यो चलचित्रको छायांकन लस एञ्जल्स, क्यालिफोर्निया, लस भेगास, नेभाडा, फिलाडेल्फिया आदि स्थानमा भएको थियो ।

लाइभ कन्सर्टमा उर्लियो युवापुस्ता

टोपराज शर्मा

बुटवल- मुलुकमा छाएको शान्तिसँगै शनिबार बुटवलको कालिका मा.वि.को प्राङ्गणमा आयोजित 'ग्लाडिएटर १९७४ एडी लाइभ कन्सर्ट' मा पाँच हजारभन्दा बढी युवायुवती सहभागी भै गीतसंगीतको भरपूर आनन्द लिए । लामो समयसम्म खुला मैदानमा यस्ता कन्सर्ट आयोजना नहुँदा पप संगीतको तालमा नाच्न नपाएका संगीतप्रेमीहरूले त्यस दिन राजधानीबाट ल्याइएको ३० हजार वाटको जमिनै थर्काउने साउन्ड सिस्टमको बेग्लै मजा लुट्दै आफूलाई मन पर्ने गीतमा दिल खोलेर धीत मरुन्जेल नाच्ने मौका पाए ।

ड्रिम्ज मल्टिमिडियाको आयोजना, रोट्राक्ट क्लब अफ बुटवलको सह-आयोजना तथा यामाहा ग्लाडिएटरको मुख्य प्रायोजनमा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा १९७४ एडी ब्याण्डका कलाकारहरू एड्रिन प्रधान, फिरोज स्याङ्देन, निराकार याक्थुम्बा, मनोज केसी तथा संजय श्रेष्ठले दुई दर्जनभन्दा बढी गीत-संगीत प्रस्तुत गरेर हजारौंको भीडलाई झन्डै चार घण्टासम्म लगातार नचाएका थिए ।

त्यसो त सहभागीहरूले पनि कलाकारको स्वरमा स्वर मिलाउँदै उनीहरूलाई साथ दिएर उत्साहित बनाएका थिए । 'पिंजडाको सुगा' गीतबाट सुरु भै 'मायालुले..' गीतमा पुगेर टुङ्गिएको कन्सर्टमा विशेष गरी 'गुराँसै फुल्यो..', 'यो मन त मेरो नेपाली हो..', 'सम्बोधन तिमीलाई..', 'पहिलो जुनीमा..', 'छुँदैन तिम्रो मायाले..', 'जंगी निशान हाम्रो..', 'स्वर्गदपि गरीयसी' आदि गीतमा युवायुवतीले वान्स मोर भन्दै हुटिङ गरेका थिए ।

कन्सर्टको अन्तमा १९७४ एडीका गायक एड्रिन प्रधान तथा फिरोज स्याङ्देनले मञ्चबाटै भने- 'बुटवलका दर्शकबाट राम्रो साथ र न्यानो माया त पायौं नै, त्यसभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा नयाँ नेपालका लागि आवश्यक पर्ने अनुशासन र धैर्यताको अनुपम उदाहरण पनि पायौं, यो उदाहरण अब हामी अन्य कार्यक्रममा पनि गर्वका साथ सुनाउनेछौं ।'

स्थानीय स्तरको आयोजनमा देशकै चर्चित र विदेशमा समेत ख्याति कमाइसकेको ब्याण्डलाई पहिलो पटक बुटवलमा उतारेर कन्सर्ट सफलतापूर्वक सम्पन्न हुनुले यस क्षेत्रको सांगीतिक क्षेत्रमा नयाँ आयाम थपिने आयोजक संस्थाका सागर विकले बताए । कन्सर्टमा स्थानीय जङ्क यार्ड ब्याण्डले वार्मअप गराएको थियो ।

चन्द्र भए उत्कृष्ट

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– पर्वत र पर्वतीय जीवनका विविध पक्ष संकलन गरिएका चलचित्र तथा तस्बिरहरूको प्रदर्शनी एवं महोत्सव 'काठमाडौं इन्टरनेसनल माउन्टेन फिल्म फेस्टिभल-२००६' गत सोमबार सम्पन्न भयो । हिमाल एसोसियसनद्वारा आयोजित उक्त प्रदर्शनी एवं महोत्सवमा कुल ७३ वटा चलचित्र सहभागी थिए । ज्ञानेश्वरस्थित रूसी सांस्कृतिक केन्द्र, प्रदर्शनीमार्गस्थित नेपाल पर्यटन बोर्डको हल तथा पुरानो बानेश्वरस्थित गुरुकुलमा प्रदर्शन गरिएका ती चलचित्रमध्येबाट दर्शकमतका आधारमा चलचित्र 'राइजिङ सोल'ले 'अडियन्स एवार्ड' प्राप्त गऱ्यो । त्यसैगरी चार नेपाली वृत्तचित्रमध्येमा केसाङ छेदेनको 'हामी कुनाका मान्छे' सवोत्कृष्ट साबित भयो ।

तस्बिर प्रतिस्पर्धामा बिहानको घाम छिरेको भान्छामा दिदीभाइले खाना पकाइरहेको तस्बिर सर्वोत्कृष्ट साबित भयो । कान्तिपुर पब्लिकेसन्सका फोटोपत्रकार चन्दशेखर कार्कीद्वारा खिचिएको उक्त तस्बिरले सर्वोत्कृष्टको पुरस्कारबापत रु. ३० हजार नगद जितेको छ । प्रदर्शनीमा सहभागी ४३ वटा तस्बिरमध्ये मिन बज्राचार्यको तस्बिर दोस्रो भएको थियो भने राजेन्द्र गुरुङ, किरण पाण्डे तथा टासी आर. घलेद्वारा खिचिएका तस्बिर तेस्रा भए ।

वेभ्स पपमा गोराहरूको नाच

चक्र कार्की

सगरमाथाको प्रवेशद्वार लुक्लामा जाडो जति बढ्दै जान्छ, त्यति नै पप जम्ने गरेको छ । रात छिप्पिँदै जाँदा बढ्ने जाडोसँगै लुक्लाको 'द वेभ्स पप' मा गोरा-गोरीहरूको जमघट सुरु हुन्छ । जाडो बिर्साउन नै होला, उनीहरू पश्चिमी संगीतलाई ठूलो आवाजमा घन्काएर कम्मर मर्काउन थालिसकेका हुन्छन् ।

पर्यटकहरू खुम्बुको पदयात्रा सकेर फर्किएपछि अन्तिम रात 'द वेभ्स पप' मा बिताउने चाहना राख्छन् । पदयात्राभरिका सारा थकाइलाई काठमाडौं उड्नुभन्दा अघिल्लो रात पपको मज्जा लिएर बिर्साउने संस्कारै बसिसकेको छ । पर्यटकहरूलाई भरपूर मनोरञ्जन प्रदान गर्ने यो पप खुलेको करिब पाँच वर्ष भएको छ ।

अचम्म त्यतिखेर हुन्छ, जब संगीत गुन्जिन थाल्छ, त्यहाँ रहेका सबैजना आ-आफ्नो स्थानबाट उठेर पपमा झुम्न थालिहाल्छन् । 'अंग्रेजी हिपहप संगीत र नेपाली चर्चित लोकभाका बज्न थालेपछि मदिराका साथ पर्यटकहरू खुबै जम्छन्,' पपका म्यानेजर दीपक चौलागाई भन्छन्- 'सिजन अन्त हुँदासम्म पर्यटकहरू खचाखच हुन्छन । साँझ ५ बजेदेखि सुरु भएको रमाइलो वातावरण राति १२ बजेसम्म कायम रहन्छ ।'

पपको संसारमा रमाउने पश्चिमाहरूलाई यहाँ आउँदासम्म पश्चिमी संसारकै अनुभूति हुनु स्वाभाविक हो । 'मलाई त्यस्तै अनुभूति भएको छ,' अस्ट्रेलियन पर्यटक जेनी भन्छिन्- 'खुम्बुमा आएर पनि अस्ट्रेलियन स्वाद भेट्टाएँ, मलाई नेपाली पदयात्रा निकै मन पऱ्यो । टन्न बियर खाएर पपमा नाच्ने मौका पाएकी छु ।'

पपमा जम्न पर्यटकहरू अक्टोबरदेखि डिसेम्बर र मार्चदेखि मेसम्म आउँछन् । त्यसो त गोरा/गोरीहरू मात्र नभएर पोर्टर गाइड तथा लिडरहरू पनि यहाँ पपको मज्जा लिन्छन् ।

वृत्तचित्रले दर्शकका आँखा रसाए

टोपराज शर्मा

बुटवल– विश्वलाई नै चकित पार्ने गरी भएको नेपालको ऐतिहासिक जनआन्दोलन-२ का झलक तथा उक्त आन्दोलनमा लोकतन्त्रका निम्ति ज्यानको बलिदान दिने सहिद परिवारको कथा व्यथा नौ महिनापछि वृत्तचित्रका रूपमा पहिलो पटक पर्दामा देख्दा बुटवलका दर्शकका आँखा रसाए । उनीहरूका आँखा मात्र रसाएनन्, प्रवुद्ध दर्शकहरू त मुलुकमा संविधानसभाको चुनाव हुन नदिन अनेक षड्यन्त्र हुन सक्ने र फेरि पनि सहिदको रगतलाई सत्तामा पुग्ने भऱ्याङकै रूपमा नेताहरूले प्रयोग गर्ने हुन् कि भन्ने आशंका गर्दै आन्दोलनको मानसिकताले उद्वेलित समेत भए अनि उनीहरू हलमै चिच्याए- 'नेताहरू हो, होसियार ☐ गद्दारी गर्नेलाई छाड्नेछैनौं ।'

जनआन्दोलन-२ को आन्दोलनका क्रममा देशका विभिन्न स्थानमा नेपाली जनताले देखाएको साहसिक प्रदर्शन, आन्दोलन दबाउन भएको सरकारी दमन, ज्यादती, बर्बरता तथा आन्दोलनमा भएका सहिदको चिनारीसँगै परिवारको अवस्था समेटिएको वृत्तचित्र 'स्वतन्त्रताका लागि वियोग' को प्रदर्शन यही आइतबार बुटवल चलचित्र मन्दिरमा प्रदर्शन गरिएको थियो । १ सय ४ वर्षे राणाशासनको प्रसंगसँगै सुरु भएको करिब १ घण्टाको वृत्तचित्रमा विभिन्न कालखण्डका राजनैतिक उथलपुथल, २०५८ सालको दरबार हत्याकाण्ड हुँदै असोज १८ र माघ १९ का राजा ज्ञानेन्द्रका शाही घोषणा तथा संकटकालका दर्दनाक एवं हृदयविदारक घटनाक्रमहरू झल्काइएको छ ।

सुवास थापा मगर र अन्जना बुढाथोकीको कथा-निर्देशनमा क्याट्स आई नेपालले निर्माण गरेको वृत्तचित्रलाई विकास-निर्माण नेपाल नामक संस्थाले देशभर प्रदर्शन गर्ने बताएको छ । काठमाडौं, चितवन, पोखरा, काभ्रे, दाङ आदि स्थानका दृश्य यो वृत्तचित्रमा समेटिएको छ ।

सानो पर्दा

-नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको टेलिश्रृंखला 'खुसी पलभरको'मा अभिनेत्री मिथिला शर्मालाई पनि सहभागी गराइँदैछ । हाल २६ भाग प्रसारण भैसकेको उक्त श्रृंखलाको अट्ठाइसौं भागमा अभिनेत्री शर्मा एक विशेष चरित्रमा देखिनेछिन् । सिन्क्रो मिडियाले निर्माण गरिरहेको उक्त श्रृंखलामा शान्ति मास्के, सीमा ढकाल, दीपक त्रिपाठी, अमृतजंग बस्नेत, आर्यन, रवि गिरी, प्रज्ञा जोशी, शंकर आचार्य, आरपी पन्त, शैलजा पाण्डे, दिग्विजय केसी, सूरवीर पण्डित, उपेन्द्र तिमिल्सिना आदि कलाकारको भीड देख्न पाइन्छ । भारतीय च्यानलहरूमा टेलिश्रृंखला निर्माण गरेर ख्याति आर्जन गरेकी एकता कपुरको बालाजी फिल्म्समा आबद्ध भै सह-निर्देशकको काम गरेको अनुभव बटुलेका निर्देशक बाबुराम ढकालको निर्देशन रहेको उक्त श्रृंखलामा प्रेमकथालाई पारिवारिक कथासँग जोडेर प्रस्तुत गरिएको छ । निर्देशक ढकालकै लेखन तथा सम्पादन रहेको श्रृंखला 'खुसी पलभरको' नेपाल टेलिभिजनमा हरेक आइतबार बेलुकी ८:४० मा प्रसारण हुने गरेको छ ।

-हास्यकलाकार दमन रूपाखेतीलाई आफैंद्वारा निर्देशित हास्यश्रृंखला 'मेरी बास्सै'को पछिल्ला केही भागमा दर्शकहरूले दाहिने हातको पाखुरादेखि नाडीसम्म प्लास्टर बाँधेको देखे । उक्त श्रृंखलामा घरज्वाइँको भूमिका निर्वाह गरिरहेका दमनले पछिल्ला ती श्रृंखलाहरूमा ससुराले कुटेर हात भाँचेको बताए पनि उनको दाहिने हात वास्तवमै भाँचिएको हो । दमन रूपाखेतीको हात एउटा मोटरसाइकलको विज्ञापनको छायाङ्कनका क्रममा भाँच्चिएको हो । दमनका अनुसार मोटरसाइकलको टेलिभिजन विज्ञापन छायाङ्कनका क्रममा लडेर उनको दाहिने हातको कुहिनाको हाड खुस्किएको छ । चिकित्सकले उनलाई तीन साता प्लास्टर बाँध्ने सल्लाह दिएका छन् ।

-नेपाल टेलिभिजनले 'सार्वजनिक सुनुवाइ'का कार्यक्रम निर्देशक तथा प्रस्तोतामाथि राष्ट्रिय अखण्डता र साम्प्रदायिक सद्भावमा खलल पुऱ्याएको आरोप लाउँदै उक्त कार्यक्रमको प्रसारणमा रोक लगाएको छ । नेपाल टेलिभिजन बोर्डले प्रतिनिधिसभाबाट पारित नागरिकता ऐनलाई लिएर प्रसारित उक्त कार्यक्रमको पछिल्लो श्रृंखलाको सेन्सर गर्ने दायित्व पूरा नगरेकामा कार्यक्रम महाशाखाका प्रमुख लय संग्रौलासहित कार्यक्रम निर्देशक भोला थापा र प्रस्तोता दिनेश सुवेदीसँग स्पष्टीकरण मागेको छ । प्रतिनिधिसभाबाट नागरिकता ऐन पारित भै लालमोहर लगाइएकै भोलिपल्ट अर्थात् गत मंसिर ११ गते प्रसारित उक्त कार्यक्रममा ३५ लाख भारतीयलाई नागरिकता दिन खोजिएको र अब नेपालको राष्ट्रिय अखण्डता समाप्त हुने अभिव्यक्ति प्रसारण भएकाले कार्यक्रम स्थगित गरिएको बोर्डले जनाएको छ । हरेक सोमबार साँझ ७:२५ बजे प्रसारण हुँदै आएको उक्त कार्यक्रमको प्रसारण अकस्मात रोकेकोमा कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दै आएको संस्था पिपुल्स एडभर्टाइजिङले आपत्ति जनाएको छ । कार्यक्रमका निर्देशक थापाका अनुसार संसद्बाट पारित नागरिकता ऐनका राम्रा र नराम्रा पक्षलाई कार्यक्रममा देखाइएको थियो । रोक नै लगाउनुपर्ने कुनै विषय प्रसारण नभएको उनको दाबी छ ।

बेलायती कथावाचकले हँसाइन्

शिव शर्मा

पोखरा- हुप्प गाला र मोटो शरीर तर हाउभाउ र अभिनय फरक । उनको कला देखेर सबै पेट मिची-मिची हाँस्छन् । पहिलो पटक बेलायतबाट नेपाल आएकी क्यासेन्ड्रा वाईले स-साना बालबालिकादेखि पाकासम्मलाई आफ्नो कथा भन्ने शैलीले छक्क पारिन् । सजाइएको मञ्चमा उनले पोखरामा सलगमको कथा सुनाएर सबैलाई मनोरञ्जन दिइन् । पोखरा प्रदर्शनी केन्द्रमा बेलायती कथावाचक वाईले सुनिने कथालाई देखिनेगरी प्रस्तुत गरिन् ।

प्रायः कथाहरू सुनिने नै हुन्छन् तर उनले सुनिने कथालाई देखिने गरी प्रस्तुत गर्दा कार्यक्रममा आएका विद्यार्थीदेखि शिक्षक अभिभावकहरू दंग परे । कार्यक्रमको रमाइलोमा भुलिरहेका एक अभिभावकले भने- 'यसरी कथा भन्ने परिपाटी धेरै राम्रो हो ।' हामीले सधैं पढेका सुनेका कथालाई उनले अति नै नौलो र हाउभाउपूर्ण तरिकाले प्रस्तुत गरिन् ।

बिट्रिस काउन्सिलको मिन्त्रणामाआएकी क्यासेन्ड्रा वाईको कथावाचक कार्यक्रमले बालबालिकालाई अध्ययनका लागि प्रोत्साहित गर्नुका साथै कथाहरूको महत्त्व पनि दर्शाउँछ, ब्रिटिस काउन्सिलकी जनसम्पर्क प्रबन्धक संघ भट्टराईले साप्ताहिकसँग भनिन् ।

कथावाचक वाईले कथा मात्र सुनाइनन् कथा सुन्नका लागि उभिएकाहरूलाई पनि इशारा गर्दै आफू जस्तै हाउभाउ दर्शाउन लगाइन् । कयासेन्ड्रा वाईले यसअघि अष्ट्रेलिया, हङकङ, मलेसिया, सिंगापुर, थाइल्यान्ड, भियतनाम, बार्बाडोस आदि मुलुकमा कथा भन्ने आफ्नो भिन्न शैली प्रस्तुत गरिसकेकी छिन् ।

साताको स्वर

आनन्द कार्की

फेरि आउँछ आउँदैन ....कुन शैलीको गीत हो ?
– यो आधुनिक पप शैलीको गीत हो । यसलाई रोमान्टिक मुडमा गाउन सकिन्छ ।
गीतको आकर्षक पक्ष ?
– यो गीत पप शैलीमा ढल्किएको छ, मैले अहिलेसम्म गाएका गीतमध्ये यो गीत फरक शैलीमा छ ।
गीतका लक्षित वर्ग को हुन् ?
– खास गरी अहिलेको युवा पुस्ता हो, तर सुमधुर संगीत भएकाले सबै वर्गका श्रोता-दर्शकले यसलाई मन पराउन सक्छन् ।
म्युजिक भिडियो कस्तो बनेको छ ?
– एकदमै राम्रो बनेको छ । रोमान्टिक लभ स्टोरीलाई गीतको भावअनुसार जीवन्तता दिइएको छ ।
आधुनिक गायनको क्षेत्रमा आनन्द कार्कीको स्थान ?
- मलाई सदावहार गायकका रूपमा श्रोता-दर्शकले मन पराएका छन् ।

-संगीतकार आनन्द राईको संगीत संयोजनमा तयार भएको साई-भजनसंग्रह ॐ आनन्द बजारमा आएको छ । भगवान् साइबाबाप्रति समर्पित यो भजन-संग्रहमा चर्चित भारतीय साई भजन गायक अजनीशले स्वर भरेका छन्, भने शब्द मनन राज पोखरेलको छ । ॐ म्युजिकले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा ॐ कारम, बाबा गुरु साइ गुरु, हे आनन्दमयी जननी, साई भगवान बाबा आदि भजन संग्रहित छन् ।

-गायक भरत सिटौलाको दोस्रो एकल एल्बम 'म अनि तिमी' ले पनि सफलताको यात्रा गर्ने देखेपछि गायक सिटौला उत्साहित बनेका छन् । यसअघि उनको पहिलो गीतिसंग्रह 'मोड' ले पनि सफलता प्राप्त गरेको थियो । साप्ताहिकसँगको कुराकानीका क्रममा सिटौलाले भने- 'धेरै श्रोताले सञ्चारमाध्यममार्फत दिएको प्रतिक्रियालाई आधार मान्दा मेरो दोस्रो मेहनतले पनि सार्थकता पाउला जस्तो छ ।'

- गीतकार डा. भोला रिजालले मात्र एउटा गीत समावेश भएको एल्बम बजारमा ल्याउने तयारी गरिरहेका छन् । मंसिर महिनाभित्र बजारमा आउन लागेको उक्त एल्बमको एउटा साइडमा पाँच मिनेटको एउटा गीत हुनेछ भने अर्को साइडमा त्यही गीतको ट्र्याक रहनेछ ।

-गायक विधान श्रेष्ठले पनि रिमिक्स गीत गाएका छन् । रेडियो नेपालमा निकै बज्ने सुन्दर श्रेष्ठको गीत 'छक्कालाई छाडी चौका दाउ हानेको' लाई रिमिक्स गरी गायक श्रेष्ठले आफ्नो आठौं एल्बम 'कायम' मा समावेश गरेका छन् । डिजे एलेक्सले रिमिक्स गरेको उक्त गीतमा विधानका भाइ विधेयक श्रेष्ठले ऱ्यापमा साथ दिएका छन् । गायक श्रेष्ठका अनुसार रिमिक्स गर्दा उनले गीतको लय तथा मर्मलाई जस्ताको तस्तै राख्ने प्रयास गरेका छन् । केही साताभित्रै उक्त नयाँ एल्बम बजारमा आइसक्नेछ ।

निमा रुम्बा विदेशमा नेपालीहरूसँगाको जमघटमा ।
तस्बिर : फुर्सद डटकम

-स्वरसम्राट् स्व. नारायण गोपालको १६ औं पुण्यस्मृति दिवसको कार्यक्रम उनको निवासस्थान महाराजगन्ज क्षेत्रमा मात्र केन्द्रित रह्यो । स्वर सम्राट्को निवासस्थलमा केही पुराना संगीतकर्मीहरूको एक भेलाले गायिका तथा संगीतकार शान्तिदेवी ठटाललाई 'स्वरसम्राट् नारायणगोपाल स्मृति सम्मान' प्रदान गऱ्यो । नारायणगोपाल संगीत कोषको आयोजनामा सम्पन्न उक्त सम्मान कार्यक्रममा श्याम नेपालीले सारंगीको धुन सुनाएका थिए भने गायक शैलेश सिंह तथा सुरज थापाले स्वरसम्राट्का गीतहरू गाएका थिए । त्यही अवसर पारेर गत साता नारायणगोपाल चौक, महाराजगन्जमा एक सांगीतक कार्यक्रम पनि सम्पन्न भयो । आस्था कला केन्द्रको संयोजकत्वमा चक्रपथ युवा क्लब, बाँसबारी क्लब, पेन्टा इन्स्टिच्युट, शंखपार्क युवा क्लब, नेपाल सेवा समाज महिला संघ, कान्ति सांस्कृतिक केन्द्र, विशाल मिलन केन्द्र लगायत टोलवासीहरूको सक्रियतामा आयोजित उक्त कार्यक्रममा विभिन्न नयाँ तथा पुराना गायक/गायिकाहरूले उनले गाएका दुई दर्जनभन्दा बढी गीतहरू सुनाए । कार्यक्रममा साहित्यकार तथा चलचित्रकर्मी चेतन कार्की, गीतकार ईश्वर वल्लभ, कालीप्रसाद रिजाल, डा. भोला रिजाल आदिले स्व.नारायणगोपालसँग बिताएका क्षणहरूको सम्झना सुनाएका थिए ।

-हिपहप गायक निर्णय श्रेष्ठ शैक्षिक उत्थानको कार्यक्रममा खटिएका छन् । गत सोमबार, मंगलबार र बिहीबार उनी अन्य केही गायक तथा सेलिब्रेटीहरूका साथ राजधानीका विभिन्न विद्यालयमा पुगेका थिए । 'निर्णय डा. एनएसके एजुकेसनल टुर विथ नवदैलो' शीर्षकको उक्त कार्यक्रमबाट उनले रकम उठाएनन् । बरु उनले नेपालको अनकन्टार स्थानमा रहेर पठनपाठनमा सक्रिय आर्थिक रूपमा कमजोर छात्रछात्राहरूका लागि पाठ्यपुस्तक, स्टेसनरी जस्ता शैक्षिक सामग्री संकलन गरे । सोमबार उनी पूर्व मिस टिन नेपाल प्रियंका कार्की, गायिका प्रीति कौर तथा हिपहप गायक अपार गुरुङका साथ बानेश्वरको इपिएस र महाराजगन्जको काठमाडौं भ्याली स्कुल पुगे । त्यसैगरी मंगलबार उनी मोडल सराहा गुरुङ तथा हिपहप समूह म्याडजोनका साथ नक्सालको महेन्द्र भवन र जावलाखेलको एभिएम स्कुल पुगे भने हिंजो बिहीबार उनले जावलाखेलको सेन्ट जेभियर्स तथा सेन्ट मेरिज स्कुलको प्रांगणमा मिस नेपाल सुगरिका केसीका साथ कार्यक्रम प्रस्तुत गरेर शैक्षिक सामग्री एवं सहयोग संकलन गरे । उक्त कार्यक्रममा गायक श्रेष्ठलाई गायिका प्राश्ना शाक्यले पनि साथ दिएकी थिइन् ।

-चलचित्र तथा आधुनिक गीतका संगीतकार सुरेश अधिकारीलाई आज शुक्रबार 'नारायणगोपाल युवा संगीत पुरस्कार' बाट सम्मानित गरिदैछ । हरेक वर्ष नेपाली संगीतमा योगदान पुऱ्याएबापत दिइने ३० हजार रुपैयाँ नगद तथा प्रमाणपत्रको उक्त पुरस्कार एक हजारभन्दा बढी गीतमा संगीत प्रदान गरेका तथा नेपाली संगीतको जगेर्ना गर्न पुऱ्याएकोमा संगीतकार अधिकारीलाई प्रदान गर्न लागिएको हो । राष्ट्रिय युवा सेवा कोषद्वारा प्रदान गरिने उक्त पुरस्कारबाट सम्मानित भएकोमा संगीतकार अधिकारीले खुसी व्यक्त गरेका छन् ।

-सम्झना इम्पोरियम नामबाट वर्षौंदेखि न्युरोडमा लत्ताकपडाको व्यवसाय सम्हालेका गायक रमणसिंह श्रेष्ठले अमेरिका गएपछि आफ्नो संगीत कम्पनी 'सम्झना अडियो एन्ड भिडियो' को जिम्मेबारी आफ्ना साला सचिन सिंहलाई सुम्पिएका थिए । हाल उक्त कम्पनीका सञ्चालक सचिनले यही बुधबार विवाह गरेका छन् । संयोग नै मान्नुपर्छ कि उनको विवाह सम्झना नाम गरेकी युवतीसँगै भयो । बुधबार थुप्रै गायक तथा संगीतकर्मीहरूको साथमा जन्ती लिएर गई सचिनले काठमाडौं बबरमहलकी सम्झना प्रधानलाई आफ्नी दुलही बनाएका हुन् । गायक रमण सिंहकी श्रीमती तथा सचिनकी दिदी दीपा सिंह श्रेष्ठका अनुसार वर्षौंदेखि सञ्चालित सम्झना इम्पोरियम तथा सम्झना अडियो भिडियोको नामाकरण त्यतिबेला त्यत्तिकै गरिएको थियो ।

-डिजे पनि गायक हुन सक्दा रहेछन् । गत सोमबार नक्सालमा आयोजित एक कार्यक्रममा डिजे एलेक्सद्वारा गाइएका गीतहरूको एउटा संग्रहको विमोचन सम्पन्न भयो । गायकका रूपमा आफ्नो गायन प्रतिभा पनि देखियोस् भन्ने उद्देश्यले आफैंले गाएर एल्बम निकालेको उनले बताए । आफ्नो नामलाई नै शीर्षक राखिएको उक्त एल्बममा उनले तीनवटा रिमिक्स गीतका साथै पाँचवटा नयाँ गीत गाएका छन् । एनआर म्युजिकले आयोजना गरेको उक्त कार्यक्रममा रिमिक्स गरिएको लोकगीत 'बाखरी बाखरी' को म्युजिक भिडियो तथा एल्बम गीतकार डा. भोला रिजालले सार्वजनिक गरेका थिए ।

लाइभ शो

-गायिका प्रीति कौरका सुमधुर गीतका साथै पियानोवादक सञ्जय सोनामको प्रत्यक्ष पियानोको संगीत लाजिम्पाटको होटल ऱ्याडिसननजिकैको रेड ओनियन बारमा गुञ्जन्छ । हरेक बुधबार साँझ आठ बजेपछि उक्त बारको वातावरणलाई गायिका कौर तथा पियानोवादक सोनामले संगीतमय बनाउँछन् ।

नजिकबाट

प्राश्ना शाक्य

जन्ममिति	: २६ अप्रिल १९८१
घरमा बोलाउने नाम	: प्राश्ना
नामको अर्थ	: संस्कृतअनुसार अन्न ग्रहण गर्नु
जन्मस्थान	: चतरा लाईन, धरान
अभिरुचि	: संगीत सुन्ने, कमेडी चलचित्र हेर्ने
पहिलो गीत	: जाऊँ हिड प्रेयसी जाऊँ हिड......
प्रकाशित भएका एल्बमहरू	: हाईहेल्लो, आवाज
सांगीतिक गुरु	: अनुश्री बनर्जी, बालमुकुन्द बनेपाली
पहिलो कन्सर्ट	: छिमेकी साँझ, धरान
पहिलो प्रेम	: संगीत
पहिलो प्रेमी	: कक्षा १० मा पढ्दा थियो एउटा
ब्वाइफ्रेण्ड	: छैन
पहिलो प्रेमपत्र	: धरानकै केटाले ट्युसन पढ्दा दिएको
तपाईंको गोप्य कुरा	: अल्छी छु
पहिलो बाजा	: हार्मोनियम
मनपर्ने बाजा	: पियानो र किबोर्ड
मनपर्ने परिकार	: दालभात, तरकारी, अचार
मनपर्ने रंग	: नीलो, कालो
मनपर्ने पहिरन	: जिन्स, टिसर्ट, कुर्ता इम्ब्रोइडरी गरेको
मनपर्ने परफ्युम	: जेडोर
पहिलो डेटिङ	: सम्झना छैन
पहिलो फोटोसेसन	: २०५४ सालमा राजेश शाक्यसँग
मनपर्ने मौसम	: शरद् ऋतु
पहिलो उपहार	: हजुरबुबाले ल्याइदिएको खेलौना
मनपर्ने खेल	: ब्याडमिन्टन र फुटबल
फुर्सदमा	: साथीहरूसँग गफ गर्ने, घुम्ने, खाने
गायिका नभएको भए	: खेलाडी बन्ने थिए कि ?
मन परेको ठाउँ	: पोखरा, धरान
भविष्यको लक्ष्य	: संगीतमै रहेर नाम कमाउने

पलेंटीमा हिरण्य भोजपुरे

यस वर्षको अन्तिम पलेंटी शृङ्खलामा लेकाली समूहका संगीतकार तथा गायक हिरण्य भोजपुरेले आफ्ना गीत प्रस्तुत गर्ने भएका छन् ।

हिरण्य भोजपुरेको सांगीतिक जीवन 'लेकाली' बाट सुरु भएको हो । 'लेकाली' समूहमा हिरण्य भोजपुरेको परिचय गायक, संगीतकार बाहेक लेखकका रूपमा समेत स्थापित छ । हिरण्यले 'लेकाली' समूहमै रहेर अनेकौं सांगीतिक सिर्जनाहरू गरेका हुन् ।

देशको प्रेमभाव बोकेको छहराको गीत देखि लिएर हर हर महादेव, झाँक्री गीत , बस बस रे जस्ता लोक जीवनसित गाँसिएका रचनाका साथै काव्यात्मक शैलीका गीतमा हिरण्यको सीप झल्किएको छ । उनका अनेकौं कर्णप्रिय गीत निकै चर्चित छन् । भोजपुरेमा रहेको लोकशैलीको मोह एवं प्रयोगात्मकता नै नेपाली संगीतका लागि महत्त्वपूर्ण विषय हो ।

'म लोक गायकका रूपमा चिनिएको कलाकार हुँ । पहिले समूहमा गाइन्थ्यो । अहिले पलेंटीमा एकल गायन गर्ने साहस लिएर अभ्यास गर्दैछु । आधुनिक तथा लोक गीत सराबरी गाउने प्रयत्नमा छु' भोजपुरेले बताए ।

जीतुंचाको hf]S;

jitendra_rajb@hotmail.com

एउटा विवाहको पार्टीमा दुई गफाडीको भेट भएछ र उनीहरू साथीभाइमाझ गफ लडाउन थालेछन् । पहिलो गफाडी : तिमीहरूलाई थाहा छ, मेरो दाइ पढ्न गएको देशमा त यति चिसो हुन्छ कि पकाएको भात पस्किएको केही मिनेटमै चिसोले जमेर ढुङ्गा भैहाल्छ ।

दोस्रो गफाडी : ल तिम्रो दाइ पढ्न गएको देशमा त के चिसो भन्ने ? मेरो मामा काम गर्न गएको देशमा त यति चिसो हुन्छ कि पिसाब फेर्न पनि घन लिएर जानुपर्छ ।

पहिलो गफाडी : पिसाब फेर्न पनि घन रे, घनचाहिँ किन नि ?

दोस्रो गफाडी : ल, त्यो देशमा त यति चिसो हुन्छ कि पिसाब पनि फेर्दाफेर्दै जमेर बरफ हुन्छ । त्यसपछि त पिसाब पनि फुटाउँदै गर्नुपर्छ ।

०००

बिकुरामको श्रीमतीसँग केही दिनयता बोलीचाली बन्द थियो, तर अफिसको काममा अर्को दिन बिहान सातै बजेको प्लेन चढेर विराटनगर जानुपर्ने भएछ । आफू सबेरै उठ्न नसक्ने भएकाले बिकुरामले श्रीमती सुत्ने ठाउँमा एउटा कागजमा देख्ने गरी लेखेछ : मलाई भोलि बिहान ६ बजे उठाइदिनू ।

भोलिपल्ट बिहान बिकुराम उठ्दा त नौ बजिसकेछ । रिसाउँदै आफूले लेखेको कागज श्रीमतीले नदेखेको हो कि भनेर हेर्दा त श्रीमतीले पनि अर्को कागजमा लेखेकी रै'छिन् : ६ बजिसकेको छ, हजुर उठ्नुस् है ।

०००

चलचित्र कलाकार र मोडलहरूको एउटा भव्य पार्टीमा श्रीमान्-श्रीमती पनि सामेल थिए । अबेरसम्म आफ्नी श्रीमती थुप्रै मानिसहरूमाझ मज्जाले गफ गरी बसेको देखेर टाढैबाट सबैले सुन्ने गरी ठूलो स्वरमा श्रीमान्ले बोलाएछ : ए □ चार छोराछोरीकी मम्मी, अबेर भैसक्यो, घर जाने होइन ? यसरी श्रीमान्ले होच्याएर बोलाएको देखेर रिसाउँदै श्रीमतीले पनि टाढैबाट जवाफ फर्काइछन् : एकै छिन है चार छोराछोरीमध्ये दुईका मात्र ड्याडी... ।

०००

किनमेल गरेर घर फर्कन नपाउँदै बिकुराम आफ्नी बूढीसँग : बुझिस् बूढी, अब त कसैमाथि विश्वास गर्न छाडे हुन्छ । मानिसहरू यति ठग, बेइमान भैसके कि कुरै नगर ।

यसरी बजारबाट फर्किएको श्रीमान् फतफताएको देखेर बिकुरामकी बूढी : हैन, किन यसरी मानिसहरूलाई ठग, बेइमान भन्दै गाली गर्न थाल्नुभा'को ?

बिकुराम : आज बिहानै म बजारमा तरकारी किन्न जाँदा मलाई त्यो तरकारी पसलको साउजीले पाँच सयको नक्कली नोट भिडायो नि । पछि पो थाहा पाएँ, त्यो त नक्कली नोट हो भनेर ।

बिकुरामकी बूढी : ओहो □ कस्तो बेइमान साउजी रै'छ । खै-खै नक्कली नोट कस्तो हुँदो रै'छ म पनि हेरौं ?

बिकुराम : अब मसँग पनि त्यो नक्कली नोट कहाँ बाँकी हुनु नि ? त्यही नक्कली नोट दिएर त मैले यो सब सामान किनेर ल्याएको ।

कविता

तिम्रो माया

तिमीविना बित्न थाले दिनका हरेक प्रहरहरू
मनभरि मडारियो तिमीसँग जिउने रहरहरू
तिमी बिना अन्धकार लागे सहरहरू
तिम्रा सामु बहन थाले माया प्रेमका लहरहरू
तिम्रा सामु बहन थाले, प्रेमका लहरहरू
तिमी हाँस्दा चम्किन्छ उजाड ती पाखाहरू
तिमीलाई पर्खिरहन्छन् मेरा यी दुई आँखाहरू
तिम्रो माया भए पुग्छ थरीथरीका जगतहरू
प्रत्येक धड्कनमा तिमी छौ,
बोलिरहेछन् मेरा रगतहरू
तिम्रो मायालाई स्वागत गर्न,
फहराइरहेछन् पातहरू
अँगालोमा बाँध्न तिमीलाई,
सल्बलाइरहेछन् यी हातहरू ।

–पुरुषोत्तम बस्नेत

अर्कैकी भयौ

चोट दिई आज तिमी, मलाई छोडिगयौ
सयौं जुनी तिम्रै भन्थ्यौ, अहिले अर्कैकी भयौ
सुम्पिएको थिएँ यो ज्यान, तिम्रै लागि भनी
पीडा दियौ मलाई तिमीले, आफू हाँसी रह्यौ
मायाको नाटक रच्यौ, स्वार्थ पूर्ति गर्न
म सोझोलाई फसाएर, धोका दिई गयौ
विश्वास थियो मैले जस्तै, माया गर्छ्यौ भन्ने
विश्वासघात गरी तिमी, अर्कैकी भयौ
यो मनलाई जलाएर, घायल पारी गयौ
सयौं जुनी तिम्रै भन्थ्यौ, अहिले अर्कैकी भयौ ।

–राजकुमार आचार्य

साढे सात टऱ्या छैन

आजसम्म कुनै गल्ती गऱ्या छैन प्रिया
तिम्रो हुने चाह मेरो मऱ्या छैन प्रिया
हुन त रावणको उपमा दिइसक्यौ
तर पनि कुनै सीता हऱ्या छैन प्रिया
धोकेवाज र कपटी भन्दै हिंड्छ्यौ अरे
माया सिवाय मनमा केही भऱ्या छैन प्रिय
भ्रममा परी दिनुसम्म दुःख दियौ तर
माया अन्त आजसम्म सऱ्या छैन प्रिया
लिन आउँछु पक्कै एक दिन डोली सजाइकन
अहिले नै साढे सात टऱ्या छैन प्रिय ।

–रविका

तिम्रै यादमा

आँखामा हरपल तिमी आइदिन्छ्यौ
दिलको यो मझेरीमा तिमी छाइदिन्छ्यौ
धड्कनमा छ्यौ केवल तिमी मेरी
मन मन्दिरमा सजाइरखेको छु प्राण प्यारी
जे जति बाधा परे, तिम्रै लागि बाँचेको छु
सबले भनुन् पागल, आफ्नो सम्झे पुग्छ
चाहिँदैन अरू केही केवल माया भए पुग्छ ।

–दीपक कार्की

जिन्दगी

जिन्दगी यो के हो, के हो भत्किएको पर्खाल
तब जिउने कसो गरी एक्लो जीवन संसार
जसलाई आफ्नो सम्झी खुसी सारा दिएँ
बदलामा केवल मैले आँसु मात्र पिएँ
सारा खुसी बिर्सिएर बाँच्नुपर्दो रहेछ
मुटुभरि व्यथा बोकी हाँस्नुपर्दो रहेछ
जिउने साहस जब गर्छु सहारा केही छैन
मात्र आशा सहाराको पूरा कैहिल्यै भएन
टेक्ने ठाउँ कहीं छैन न समाउने हाँगो
जिन्दगी नै अब मलाई अघाएझैं लाग्यो ।

–करुणा श्रेष्ठ

लघुकथा

दसैं वहिष्कार

'दसैं फलाना जातिको चाड हो । दसैं मनाउन हाम्रो जातिलाई बाध्य पारिएको छ । त्यसैले यसको बहिष्कारको घोषणा गर्नुपर्छ ।' गत वर्ष दसैं नजिकै आउँदा लोकतन्त्र ल्याउन राम्रो भूमिका खेलेका ठूल्दाइले ठूलो स्वरमा कराउँदै भने– 'मलाई माथिबाट यस पटकदेखि दसैं बहिष्कारको आदेश आएको छ । म यसपालिदेखि दसैं मनाउँदिनँ ।' गाउँलेहरूले ठूल्दाइको कुरा बुझेनन् । उनीहरूले ठूल्दाइले बहिष्कार गर्ने दसैंको रूप हेर्न खोजिरहेका थिए । दसैं आयो । गाउँमा केटाकेटी, बूढाबूढी रमाउन थाले । ठूल्दाइले श्रीमतीलाई जाँड बनाउन अह्राए । जागिर खाएर गाउँ फर्कनेहरू, धेरै दिन भेट नभएकाहरू ठूल्दाइलाई भेट्न आउन थाले । गाउँका प्रतिष्ठित व्यक्ति भएकाले आएका मानिसलाई निराश तुल्याउनु हुँदैनथ्यो । ठूल्दाइलाई राजनैतिक तहमा चिनाउनेहरूको खातिर नगर्नु पनि भएन । त्यसैले फूलपातीका दिन घरमा एउटा बडेमाको राँगो ढालियो । अष्टमीका दिन एक दर्जन लोकल कुखुरा काटिए । नवमीका दिन दुई वटा जखमले खसी काट्नका लागि पानी तताइयो । त्यस बेलासम्म गाउँमा सबै भेला भैसकेका थिए । ठूल्दाइका घरमा तास खेल्ने तथा जाँड र मासु खानेहरूको धुइरो लाग्यो । जसमा सबै जातिका मानिस थिए । करिब सय किलो मासु, ५९ लिटर रक्सी, सयौं बटुका जाँड रित्याएपछि दसैं पनि सकियो । ५० पैसा पर्ने रङमा एक पसर मुछेको अक्षता नलाइदिए पनि ठुल्दाइले आफूभन्दा सानालाई आशीर्वाद दिए, ठूलाबाट आशीर्वाद लिए । यसरी ठूल्दाइले बहिस्कार गरेको दसैं सकियो ।

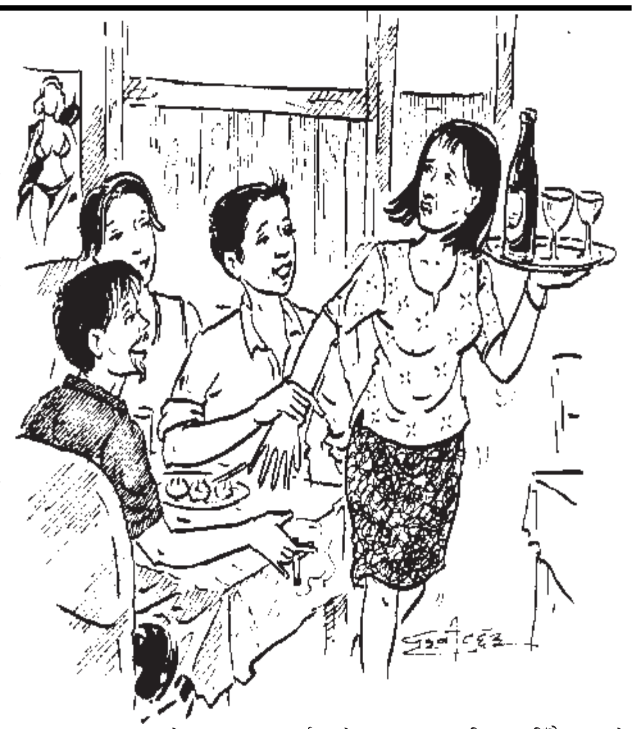
–चित्र कुइँकेल

नाफा कि घाटा ?

प्रभाकर कुनै सरकारी स्कुलमा अध्यापन गर्थे । तीस वर्ष सामाजिक शिक्षा पढाएर आज उनी सेवानिवृत भएका छन् । शारीरिक क्षमताअनुसार प्रभाकरले अझै अरू पाँच-दस वर्ष अध्यापन गर्न सक्थे, तर अन्ठाउन्न वर्षमै, सरकारी नियमअनुसार सेवानिवृत्त भए । प्रभाकरको एउटा धारणा थियो– कुनै वृद्धले आफ्नो सेवा र जिम्मेवारी तन्नेरी पाखुरीलाई सुम्पँदा देश अलिकता भए पनि विकास हुन्छ । हरेक क्षेत्रमा नयाँ पुस्ताले अवसर पाउनुपर्छ । देशमा जे गर्छ, त्यो युवाले गर्छ । घरमा श्रीमती पनि हातपाखुरा बलिया हुँदै सेवानिवृत्त भएकोमा गुनासो गर्छिन्– 'हजुरलाई त्यस्तो के समस्या छ ? अझै तन्दुरुस्त हुनुहुन्छ, न त कुनै रोग नै लागेको हो । उता श्रीधर सर मधुमेह हुँदाहुँदै कसरी पढाउँदै हुनुहुन्छ ? अरू दुई-चार वर्ष पढाएको भए, कान्छी छोरीको विवाहलाई सहयोग त हुन्थ्यो ।' प्रभाकर आफ्नी श्रीमतीको कुरालाई महत्त्व नदिएर त्यहाँबाट जुरुक्क उठी अर्को कोठामा जान्छन् । कोठामा रेडियोले फुकिरहेको हुन्छ– देशमा चौरासी वर्षका वृद्ध प्रधानमन्त्रीबाट चौथो पटक शपथग्रहण ।

–सुदर्शन अधिकारी

क्याबिनमा काम गर्नेहरूको पीडा



काठमाडौं– 'काठमाडौंमा कसरी टिक्ने भन्ने समस्याकै कारण म दोहोरी साँझमा काम गर्न पुगें ।' रक्षा नेपालकी संस्थापक अध्यक्ष मेनुका थापाले यसो भनिरहँदा उनको अनुहारमा कतै हीनताबोध देखिएन । मासिक पैंतीस सय तलबबाट काम थाले पनि पछि पाँच हजारसम्म भयो । हरेक साँझ मञ्चमा दोहोरी गीत गाउँदा मेनुकाले आफ्नो परम्परागत लोकभाकाको गीत बढी गाउनुपर्थ्यो । यसो गर्दा आफूलाई रोजगारी पनि मिलेको र परम्परा, संस्कृति पनि जोगिएको उनी बताउँछिन् । आफूलाई दोहोरी साँझमा काम गर्दा कुनै पछुतो नभएको र यो पेसा आफैंमा नराम्रो नभएको मेनुकाको दाबी छ ।

आमाले दिएको ३० रुपैयाँ बोकेर उनी २०५६ सालमा काभ्रेपलान्चोकको पनौतीबाट काठमाडौंमा आएकी हुन् । काठमाडौं आउँदा उनमा संगीत क्षेत्रमा लागेर चर्चित गायिका बन्ने सपना थियो । दुई वर्षअघि गाउँ आएका बुद्ध एयरका मोहनबहादुर थापाको सहयोगमा नै मेनुकाले काठमाडौंमा पढ्नेसम्मको सुविधा पाइन् । मेनुका भन्छिन्– 'काठमाडौंमा काम खोज्ने क्रममा कति दिन त भोकै पनि बस्नुपऱ्यो ।' मेनुका आमाको गर्भमा हुँदा नै उनका बुबाको मृत्यु भएको थियो । त्यतिबेला सबैले 'बाबु टोक्ने' भन्दा आफूलाई सबैभन्दा बढी पीडा भएको उनी बताउँछिन् ।

आफू यो पेसामा नै रहँदा दोहोरी साँझमा कार्यरत महिला कर्मचारीमाथि ग्राहकहरूले गरेको नराम्रो व्यवहारका कारण मेनुकाले जागिर छाडेकी थिइन् । अहिले कामको सिलसिलामा मसाज सेन्टर र होटलहरूमा गएर महिलाहरूलाई काउन्सिलिङ गर्नु मेनुकाको दैनिकी बनेको छ । मेनुकासँग बसेर पढिरहेकी धादिङकी कुमारी गुरुङ भन्छिन्– 'दिदीले मलाई यहाँ नल्याएको भए म आज पनि त्यहीं हुन्थें ।' हाल उनी पद्मकन्या क्याम्पसमा आई.ए. दोस्रो वर्षमा अध्ययन गर्दैछिन् । मेनुका विगततिर फर्कंदै भन्छिन्– 'संघर्ष गरियो भने सफल भइँदो रहेछ ।' 'क्याबिनमा काम गर्नु मेरो बाध्यता थियो,' मेनुका भन्छिन् तर अहिले उनी रक्षा नेपाल नामक संस्था सञ्चालन गरेर मसाज सेन्टर र दोहोरी साँझमा काम गर्ने महिलालाई सीपमूलक तालिम दिँदै आएकी छिन् । रेस्टुराँमा काम गर्ने महिलाको सीप विकासका लागि आफू उक्त संस्थामा लागेको उनी बताउँछिन् ।

बढीभन्दा बढी महिलाको मानसिक एवं शारीरिक शोषण हुने स्थान पनि होटल-व्यवसाय हो तर यो पेसालाई व्यवस्थित एवं मर्यादित बनाउन सके अवसर पनि प्रशस्त भएको उनको धारणा छ । हाल संगीत विषय लिएर पद्मकन्या क्याम्पसमा अध्ययन गर्ने मेनुकाको संस्थामा झन्डै सय जना महिला आबद्ध छन् । 'मेनुकाजस्तै सिन्धुपाल्चोक चौतारा घर भएकी आशा लामा दुई वर्षअघि माओवादी द्वन्द्वका कारण राजधानी छिरेकी थिइन् । घरको आर्थिक अवस्था कमजोर भएको र गाउँमा रोजगारीको अवसर नभएपछि उनी राजधानी पसेकी हुन् । २२ वर्षीया आशालाई काठमाडौं छिर्दा राम्रो, नराम्रो कामभन्दा पनि कसरी टिक्ने भन्ने चिन्ता बढी थियो । त्यसैकारण उनी क्याबिन रेस्टुराँमा काम गर्न थालिन् ।

नौ कक्षासम्म अध्ययन गरेकी आशा क्याबिन रेस्टुराँमा काम गर्ने महिलालाई नराम्रो नसोच्न आग्रह गर्छिन् । अन्य पेसासरह यस क्षेत्रमा काम गर्ने महिलालाई सम्मान गर्न नसक्नुमा पुरुषप्रधान समाज नै दोषी छ । समान श्रम गरेर जीविकोपार्जन गरिरहेका महिलालाई सम्मानजनक रूपमा नहेरेका कारण उनीहरू यो पेसाप्रति सन्तुष्ट छैनन् । बेरोजगारीका कारण तुरुन्त पाउन सकिने जागिर भनेको होटल वा क्याबिन नै हो । द्वन्द्व चर्किएपछि जिल्ला र गाउँबाट हजारौंको संख्यामा विस्थापित हुनेहरूका लागि कुनै बेला यो भरपर्दो पेसा भएको थियो । देशमा खस्कँदो उद्योग र कलकारखानाका कारण बेरोजगारी समस्या चर्को छ । सुनसरी निवासी इन्द्रकला न्यौपाने (नाम परिवर्तन) ले दुई छोरा र आफ्नो घरव्यवहार यही पेसाबाट धान्दै आएकी छिन् ।

हाल काठमाडौं शंखमूलमा अस्थायी बसोबास गर्दै आएकी इन्द्रकला दुवै छोरालाई बोर्डिङ स्कुलमा पढाउँछिन् । नौ कक्षासम्म अध्ययन गरेकी उनी विगत केही महिनाअघिदेखि मीत नेपाल नामक गैरसरकारी संस्थाबाट दिइने सीप पनि सिक्दै आएकी छिन् । भविष्यमा पेसा परिवर्तन गर्ने सोच राखेकी इन्द्रकला भन्छिन्– 'एक त यो पेसालाई राम्रो नजरले हेरिँदैन, अर्कातर्फ पुरुषको व्यवहार पनि त्यस्तै किसिमको हुन्छ, तर फेरि सबै जनालाई एउटै नजरले हेर्नु पनि त भएन, तर यहाँ त्यस्तो छैन ।'

प्रायःजसो होटल वा क्याबिनमा कार्यरत कर्मचारीहरूलाई तोकेभन्दा ज्यादै कम तलब दिइन्छ । त्यो पनि बेलामा दिइँदैन । अर्कातिर अप्रत्यक्ष रूपमा ग्राहकलाई यौनजन्य क्रियाकलापबाट प्रभावित तुल्याउन ती कामदारहरूको प्रयोग पनि गरिन्छ । एकातिर होटलमालिक, अर्कातिर ग्राहक । दुवैको प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष मारमा पर्छन् उनीहरू । क्याबिन र होटलमा काम गर्ने महिलाको संख्या अन्य पेसामा भन्दा बढी छ । शारीरिक श्रम कम पर्ने र सजिलै काम पाउने हुनाले पनि यो पेसामा महिलाहरू आकर्षित देखिन्छन् ।

हालै मीत नेपालले गरेको एक सर्वेक्षणअनुसार यो व्यवसायमा संलग्नहरूको संख्या काठमाडौं उपत्यकामा मात्रै हजारभन्दा बढी छ । संस्थाले कामदारहरूमध्ये धेरैजसो आर्थिक अभाव, अशिक्षा एवं द्वन्द्वका कारण यस क्षेत्रमा आउन बाध्य भएको बताएको छ । अन्य जातिको तुलनामा जनजाति समुदायको संख्या अत्यधिक भएको कुरा पनि तथ्यांकमा उल्लेख छ ।

महिलाको आर्थिक, सामाजिक एवं शैक्षिक स्तर उकास्न भनेर राज्यले विभिन्न किसिमका कार्यक्रम ल्याए पनि त्यस्ता कार्यक्रम लक्षित महिलासम्म पुग्न सकेका छैनन् । अहिलेसम्म होटल तथा क्याबिनमा कार्यरत कामदारहरूको हकहितका लागि बनेका श्रम ऐन लागू नहुँदा मालिकहरूको लापरबाही एवं मनोबल बढेको पाइन्छ । होटलमालिकको लापरबाही एवं व्यक्तिगत स्वार्थका कारण पनि महिलाहरू हिंसाको सिकार हुन बाध्य भएका छन् । यो व्यवसायलाई मर्यादित र हिंसारहित बनाउन निश्चित नियम-कानुन बनाई तत्काल लागू गर्नु आवश्यक देखिन्छ ।

सुन्धारास्थित एक रेस्टुराँमा कार्यरत तारा शिवाकोटी (नाम परिवर्तन) सात वर्षको अवधिमा एक जना पनि राम्रो सोच भएको पुरुष आफूले नभेटेको बताउँछिन् । तारा भन्छिन्– 'यो पेसालाई मर्यादित बनाउनमा पुरुषहरूको ठूलो हात छ, हाम्रो त बाध्यता हो तर ग्राहकहरूले पनि यहाँ काम गर्नेबितिकै सबै खराब हुन्छन् भन्ने कुरा सोच्नु भएन ।'

२०५२ सालदेखि मीत नेपालले यो व्यवसायमा कार्यरत महिलालाई काउन्सिलिङ तथा विभिन्न रोजगारमूलक प्रशिक्षण दिँदै आएको छ । संस्थाकी अध्यक्ष शशि थापा भन्छिन्– तर यो नै समस्याको अन्तिम समाधान भने होइन । होटल र क्याबिनमा कार्यरत महिलाको हकअधिकारको सुरक्षा गर्दै उनीहरूलाई यो पेसामा टिकाउनेतर्फ सबैको ध्यान केन्द्रित हुनु आवश्यक छ ।

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीकी केन्द्रीय सदस्य रोशन कार्की भन्छिन्– 'जिल्ला र सदरमुकाममा राज्यले काउन्सिलिङ कार्यालय स्थापना गर्नुपर्छ । किनकि यो व्यवसायमा बढीजसो अशिक्षित महिलाहरू नै छन् । उनीहरूको स्वास्थ्योपचारको ग्यारेन्टी पनि राज्यले गर्नुपर्छ ।'

सञ्चारिका लेखमाला/सञ्चारिका समूह

पी., यो हल्लै हल्लाको देश हो, थुप्रै हल्लामध्ये तिम्रो र मेरो सम्बन्ध पनि एउटा हल्ला हो। म अरू कसैको नासो हुँ। यो हल्ला कसले, किन, कहाँबाट उडायो ? यसमा मेरो कुनै भूमिका छैन। यदि तिम्रो छ भने पनि प्याकअप गर।

पुण्य

हर्ष, तिमी त परदेशी भयौ, देशमा बस्नेहरूको पीडा तिमीलाई के थाहा ? न चिठी न फोन एक पटक सम्झनुपर्छ कि बिर्सियौ ? बिर्सिएका छैनौ भने बुझ म तिम्रै प्रतीक्षामा छु। नेपाल आएपछि एकपटक अवश्य भेट ल।

सन्ध्या

प्रीति, पिरती आफै हुँदो रै'छ भन्ने गीत त सुनेकै हौली, त्यो गीत साकार भएको पनि देख्न पाउँदैछौ। साथसाथ बस्दा बस्दै, ख्याल-ठट्ठा गर्दागर्दै के भयो कुन्नी यो मन त हाऱ्यो नि, तिमीबाट पराजित भयो नि।

अमृत

खर्साडका कान्छा, तिमी हराएको धेरै दिन भयो। धरानतिर गयौ कि दार्जीलिङमा छौ ? एक पटक जसरी भए पनि सम्पर्क गर। म पुरानै ठेगानामा उपलब्ध छु।

बिर्तामोडकी कान्छी

हरे शिव, कति दुख दिएकी ? म तिम्रो हुन सक्दिन, एक सक्दिन, दुई सुक्दिन, तीन सक्दिन। जिद्दी नगर, नत्र म रानीपोखरीमा हामफाल्ने स्थितिमा पुग्नेछु।

काले

पारो, हिंजो-आज कहाँ छौ ? महालक्ष्मी थान छोड्यौ कि त्यहीं ? सम्झना आउँछ भने फोन गर। अनि हजुरबुबा र हजुरआमाको हाल के छ ? तिमीसँग मज्जाले गफिन मन छ।

देवदास

प्यारी बहिनी आकृति, जन्मदिनको लाखौंलाख शुभकामना। साथै तिमीले चालेका प्रत्येक पाइला गन्तव्यसम्म पुग्न सफल हुन्। तिमीले सोचेका प्रत्येक कुरा पूरा हुन्, तिम्रो सुस्वास्थ, दीर्घायु तथा सफलताको कामना।

महेश गौतम

प्यारो बाबु सलभको पहिलो जन्मोत्सवको उपलक्ष्यमा सुस्वास्थ्य एवं दीर्घायुको शुभकामना।

आमाबाबा

पवि, शुभकामना तिमीलाई हातको अञ्जुलीभरि, हाँसिराख सधैं तिमी फक्रिएको गुलाफको फुलसरि, प्रत्येक पाइलाहरूमा प्रगति गर्दै जाऊ, यही हृदयको चाहना, तिमीलाई जन्मदिनको धेरै-धेरै शुभकामना।

राजेन्द्र

अनुरोध

साप्ताहिकले यो वर्षदेखि अंग्रेजी क्यालेन्डरको नयाँ वर्ष तथा क्रिसमस डेका अवसरमा पनि पाठकहरूले आफन्तहरूसम्म शुभकामना सन्देश पठाउन सक्ने व्यवस्था मिलाएकोले २५ डिसेम्बरमा मनाइने क्रिसमस डेका अवसरमा शुभकामना पठाउन चाहने पाठकले पुस २ गते आइतबारसम्म तथा नयाँ वर्ष २००७ का लागि पुस ९ गते आइतबारसम्ममा आफ्ना शुभकामना सन्देश उपलब्ध गराइदिनुहुन अनुरोध छ। –

कुपन सन्देश

पाउने :

सन्देश :

पठाउने :

प्रति सन्देश रु. २०/- अनिवार्य – सम्पादक

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव : .... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : ....

वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना : ....

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

gf]6 M तस्विर र नगद रु. ५०/- अनिवार्य छ। आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ।

जीवनको गोरेटो

अन्तरंग छालहरू

म खुलेर भन्न सक्छु– म इच्छाले भरिपूर्ण मानिस हुँ। यो सबैमा मिल्ने कुरा हो। तपाई त कति लक्की हगि। इच्छुक थिइनँ। होइन किन ? प्रश्न तेर्सियो। त्यत्तिकै, नमीठो उत्तर। सन्तुष्ट हुन सकिनँ। भन्नुस् न ? हैन यतिकासँग कुरा गर्न पाउनुभयो। कतिका ? प्रतिप्रश्न। यी यति धेरैसँग नि। फोन राखिदिएँ।

पछाडिबाट एउटा अपरिचित आवाज आयो– दाइ, तपाईंको डायरी खसेको थियो। मनभरि कति धन्यवादका शब्दहरू, पोखिनै सकेन। मनमनै– थ्याङ्क्यु मात्र भने। हराएको भए जात्रा हुन्थ्यो। तपाई कस्तो हुनुहुन्छ ? अग्लो। कालो कि गोरो। गहुँगोरो, किन सोध्नुभयो। त्यसै। कर गर्दै थिएँ अन्ततः आफूलाई मन नपर्ने कुरा गरी म नचाहँदा-नचाहँदै पनि खाल्डोमा फसें, तपाई धेरै धूर्त हुनुहुँदो रहेछ। तपाई धेरै सोच्नुहुन्छ रे हो। के गरूँ त ? त्यो काम छाड्नुस्। किन। पागल हुनुभए। के भो त ? केही हुन्न। भनेरै पनि नसकिने इच्छाहरू पछाडिबाट बुद्धि आयो गाली गर्नुपर्ने, तर अफसोच सकिएन। तपाई किन यसरी बहकाउनुभयो। साहस उकास्दै थियो, जा न भेट गरेर हपार्। नो बाबा नजा। किन ? बित्यासै पर्ला के भो त। मरे मर्। त्यस्तो भन्। कसरी बाँच्छस् त ?

मोबाइलको घण्टी। हलो, हलो। तपाईंको आज एक्जाम हो। हो। बेस्ट अफ लक। थ्याङ्क्यु। तपाईंको नाम। उसैलाई थाहा छ। भो मलाई नै थाहा छ। के भो त। केही हैन। दिनुस् न। ल ल। बेस्ट फ लक। थ्याङ्क्यु मैले रियलाइज गर्न सकिनँ तर मलाई मन लाग्यो। केही परेन तर। तर के सपनाजस्तो लाग्यो। अरू दिन नहोस्। भइहाल्छ नि। मलाई भेट्नुस न। नाइँ सक्दिनँ। किन ? नभेट्दाको रमाइलो अर्कै। तपाईंको बेग्लै इच्छा रहेछ। भन्नुपऱ्यो। चिन्न गाऱ्हो छैन। मलाई टेन्सन नदिनुस्। उसो भए फोन नगर्नुस् न त। त्यसै गरौं त। तपाईंको विचार। भैहाल्यो नि। म ब्याचलर फस्ट इयरमा पढ्छु। कहाँ। पीकेमा। कुन फ्याकिलिटी। कमर्स। एक्जाम कहिले थियो ? २९ गते। ए हो र ☐ कस्तो भयो ? राम्रो भयो। तपाईंको ? राम्रो भयो। बेस्ट अफ लक। थ्याङ्क्यु, ए अनि अर्को एक्जाम कति गते छ ? त्यही हो। फोनमा घण्टी बज्यो। एकै छिन। हुन्छ। हलो। सर हुनुहुन्छ ? हुनुहुन्न। देव सर हो ? हजुर। नमस्कार सर ☐ भन्नुस्। के हो बिजी ? त्यस्तै हो। थकित भैसकें, तर पनि अझै स्थानान्तरणको प्रभाव छुट्न सकेन। तपाई मेरो अर्को साथीसँग कुरा गर्नुहुन्छ। दिनुस् न। तपाई त कति लक्की हगि। फेरि पनि सोही वाक्यांश। किन ? यति धेरै केटीसँग कुरा गर्न पाउनुभयो। फोन राखिदिएँ।

कतिविधि मानिस हूलमूलमा कुदाकुदुदै साऱ्है थकान महसुस अब त यस्तो लाग्न थाल्यो, कुनै दिन पृथकताको परिचय दिनुपर्ला। सम्हाल्ने प्रकृतिहरू धेरै टाढा गैदिए। स्मतिहरू धेरै नै झुटा हुँदा रहेछन। साथीको नाता-सम्बन्धलाई आत्मभोगको संज्ञा दिने मेरा स्मृतिहरूलाई एक पटक माफी दिन मन लाग्यो तर पनि साहसको घडीले कहा सम्हाल्न सक्छ र एक पटक बदला लिने साहस कस्नुपर्ने बाध्यता छ जस्तो लागेको छ। तर जे होस्, मलाई बरबाद भएको हेर्न नचाहनु। तपाईं बरबाद नहुनु ? कुनै उपाय गरौंला।

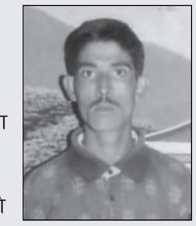
–बी.एस.

टाढाको पत्र

तिमीबाट टाढा भए पनि तिम्रो सम्झनामा दुई शब्द अर्पण गर्छु। जीवनको गोरेटोमा एक्लै भौंतारिंदा कताकता तिम्रो सम्झनाले यो मन छोयो र पत्र लेख्न बाध्य भएँ। हुन त हामी दूरीले जति टाढा हुनुपरेको छ त्यसभन्दा पनि बढी मनबाट टाढा भएजस्तो लाग्यो। हामी भौतिक रूपमा टाढा भए पनि मन भने टाढा नहोला भन्ने सोचेको थिएँ तर... म भने तिमीदेखि टाढा जान सकिनँ। यो पापी मन हरदिन तिम्रै यादले यो खाडी मुलुक कतारको ४५ डिग्रीको घामले भन्दा पनि तिम्रो मायाको यादले बढी तड्पिन्छ। तिमीले त मलाई भुलेर अरू कसैको सम्झना अँगालिसकेकी हौली। जुन दिन तिमीबाट मिलनको मीठो अपेक्षा राखेको थिएँ त्यही पल तिमी मधुर मुस्कानसहित दोधारमा मन राखेर गएकी थियौ। मैले तिम्रो माया, साथ र सहारा पाउन जीवन अर्पण गर्छु भन्दा पनि तिमीले किन त्यस्तो गऱ्यौ मलाई थाहा भएन ? जीवन भन्नु नै यस्तै रहेछ, चाहेको नपाउनु र नसोचेको हुनु। आखिर दोष त मेरै थियो किनकि धनभन्दा माया ठूलो सोचेर म तिम्रो मायामा रुमल्लिएँ। म धनमा गरिब भए पनि मायामा पक्कै गरिब थिइन। तिमी नै भन्यौ- मायामा जात-भात हुँदैन तर आज आएर किन जात मिल्दैन भनेर पन्छिन खोज्छ्यौ। म जस्तो सहारा बिनाको सोझो गाउँलेको जीवनमा किन खेलबाड गऱ्यौ ? म त एउटै पन्छीलाई बास दिने अटल वृक्ष थिएँ तर तिमी त हजारौं वृक्ष डुलेर हिंड्ने स्वतन्त्र पंछी रहेछौ। म त तिम्रो विश्वासको धागोमा अल्झिएर माथि-माथि आकाश छुने कल्पना गरी उडेको चंगा थिएँ तर अचानक तिम्रो विश्वासको धागो बीचैमा चुँडियो। तिमीले नै सिकायौ प्रेममा बाँच्न, अहिले त्यही तिम्रो प्रेमले पागल बनाई सडकमा मायाको भीख मागेर हिंडेको हेर्न चाहन्छ्यौ होइन तिमी ? मलाई लाग्थ्यो यो संसारमा तिम्रो माया र साथ भए अरू केही चाहिँदैन तर आज तिम्रो त्यही स्वार्थी मायाले गर्दा जिउँदो लाससरि भएको छु। तिमीलाई बिर्सने कति प्रयास गरें तर सकिनँ। तिमीलाई कहाँ भेटूँ, कहाँ देखूँ जस्तो लाग्छ तर म पखेटाविहीन पन्छीसमान छु, उड्न मन लाग्छ तर उड्न सक्दिन। धर्तीमा बसेर आकाशको तारा टिप्न कहाँ अँगाल्न सकिन्छ र ? के मलाई धोका दिएर तिम्रो चाहना पूरा भयो ?

–जे.के.टी.

साप्ताहिक साथी



२६ वर्षीय शंकर थापा 'विव्रस' व्यवसायमा संलग्न छन्। नयाँ साथी बनाउने रुचि भएका अविवाहित थापा पवित्र मन भएका साथीको खोजीमा छन्। साधारण शिक्षा हासिल गरेका गहुँगोरो वर्णका थापालाई चाँगुनारायण गाविस वडा नं. २ घर नम्बर- ७२, भक्तपुरमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।●

२२ वर्षीय सन्तोष खड्का अविवाहित छन्। पत्रमित्रता एवं भ्रमणमा रुचि राख्ने सन्तोष धनी-गरिबबीच भेदभाव नराख्ने साथीको खोजीमा छन्। ५ फिट ९ इन्च अग्ला सन्तोषलाई ७५ कञ्चन इन्टरप्राइजेज वीरगन्ज, घन्टाघरमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।●

हालै बिबिएस उत्तीर्ण गरेका ५ फिट १० इन्च अग्ला प्रीतम क्षेत्री आफ्नै व्यवसाय गरेर जीवन बिताइरहेका छन्। २५ वर्षीय प्रीतम नयाँ साथी बनाउन, नयाँ-नयाँ स्थान घुम्न तथा नयाँ कृति अध्ययन गर्न रुचाउँछन्। गोरो वर्णका प्रीतमलाई sathiko81@yahoo.com तथा पोस्ट बक्स नम्बर- ११४५१ मा पत्राचार गर्न सकिन्छ। उनको स्थायी ठेगाना ललितपुर हो।

पर्यटकका लागि प्यारा फुच्चे हात्ती

प्रवीण दत्त

चितवन– चारैतिर जंगलैजंगल। जंगल छिचोल्दै बीचमा पर्ने राप्ती खोलामा डुङ्गा तर्नुपर्ने बाध्यता। तैपनि त्यहाँ पुग्न सबैलाई हतारो। कोही आफ्नो कारमा हुन्छन् भने कोही जंगल ड्राइभ जाने गाडीमा त कोही मोटरसाइकल तथा साइकलमा त्यहाँ पुगेका हुन्छन्। कसैको हातमा बिस्कुट छ भने कसैको हातमा केरा, सुन्तलाजस्ता फलफूल।

त्यहाँ स्वदेशी, विदेशी पर्यटकको ओइरो नै लागेको हुन्छ। यो दृश्य चितवन राष्ट्रिय निकुन्ज सौराहामा रहेको हात्ती प्रजनन तथा तालिम केन्द्रको हो। चारैतिर तारले घेरिएको बीचमा पंक्तिबद्ध रूपमा ठूला हात्तीदेखि लिएर साना छावाहरू (बच्चा हात्ती) लाई हेर्न सकिन्छ।

वनजंगल, वातावरण अवलोकन तथा जंगल ड्राइभका साथै सनसेटको मज्जा त सौराहा आउने पर्यटकहरू त लिन्छन् नै, तर सौराहाभन्दा ३ किलोमिटर उत्तरमा रहेको हात्ती प्रजनन तथा तालिम केन्द्र घुम्ने मौका कसैले गुमाउँदैनन्।

प्रजनन केन्द्रमा आउने पर्यटकहरूले सानादेखि ठूला हात्तीको गतिविधि नियाल्ने र अवलोकन गर्न सक्छन्। यो केन्द्रमा एक दर्जनभन्दा बढी फुच्चे बच्चा हात्ती छन् भने त्यत्ति नै ठूला हात्ती छन्। त्यहाँ रहेका फुच्चे हात्तीहरूलाई आफ्नै हातले छुने, सुमसुम्याउने उनीहरूसँग जिस्कने मौका यहाँ आएका कुनै पनि पर्यटकले गुमाउँदैनन्।

कहिलेकाहीं सानो हात्तीसँग जिस्किँदा उसले लखेटेको दृश्य कम रोचक हुँदैन। त्यहाँ पुग्ने सबैजसोको हातमा, क्यामेरा, भिडियो क्यामेरा हुन्छ। सबैले आ-आफ्नो माध्यमले हात्तीहरूको फोटोग्राफी गरेको दृश्य आफ्नो क्यामेरामा कैद गरिरहेका हुन्छन्। फुच्चे हात्तीहरूलाई पर्यटकले आफ्नै हातले फलफूल, खाद्यपदार्थ ख्वाएको दृश्य निकै रोचक लाग्छ। यी साना हात्ती देख्दा जसलाई पनि माया लाग्छ तर यी साना हात्तीहरूको जिस्किने बानी त यहाँ आउने विदेशी पर्यटकका लागि अविस्मरणीय क्षण बन्छ।

फुच्चे हात्तीकै कारण सौराहा आउने पर्यटकको संख्यामा वृद्धि भएको कुरा प्रमुख दरोगा ईश्वरी चौधरी बताउँछन्। उक्त प्रजनन केन्द्रमै अवस्थित हात्ती संग्रहालय पनि पर्यटकका लागि सूचना प्रवाहको राम्रो माध्यम बनेको छ। संग्रहालयमा हात्तीका लागि प्रयोग गरिने आहार र अन्य सामानको पनि अवलोकन गर्न सकिन्छ। संग्रहालयमै हात्तीको प्रजनन क्रिया, तालिम र अन्य उनीहरूको क्रियाकलाप अवलोकन गर्न सकिन्छ। उक्त केन्द्रमा दैनिक ५०-६० जना पर्यटक आउने गरेका छन्।

बिहान ६ बजेदेखि १० बजे र दिउँसो ३ बजेदेखि साँझ ६ बजेसम्म खुल्ने उक्त संग्रहालयमा यसै समयमा हात्ती अवलोकन पनि गरिन्छ। प्रवेशका लागि स्वदेशीलाई १०, सार्कका लागि २५ र अन्य मुलुकका लागि ५० रुपैयाँ शुल्क निर्धारण गरिएको छ।

जंगलभित्र रहेका जनावरको संरक्षण मात्र होइन, विभिन्न कारणले जंगलबाहिरै विचल्लीमा परेका जनावरलाई उद्धार गरी पुनर्स्थापना गर्ने काम पनि चितवन राष्ट्रिय निकुन्जले गर्दै आएको छ। गैंडा, बाघ, भालु, हरिण, मृग आदि वन्यजन्तु अवलोकनका लागि प्रख्यात मानिने उक्त राष्ट्रिय निकुन्जले बेलाबेलामा विभिन्न घाइते, टुहुरा, जीवजन्तुलाई संरक्षण दिंदै आएको छ। निकुन्जले हालसम्म दर्जनौं जनावरलाई उद्धार गरी प्राकृतिक वासस्थान वा अन्य उपयुक्त स्थानमा पुनर्स्थापना गरिसकेको छ।

विवाहपूर्वको यौनसम्बन्ध कतिको उचित हो ?

ढिलो विवाह गर्नेहरूलाई उचित हो, किनकि उनीहरू मन थाम्न सक्दैनन्।

दुर्गा माझी

कस्तो लाजमर्दो प्रश्न सोध्नुभएको भन्या ? यस्तो कुरा त नगरकोट, गोदावरी, त्रिभुवनपार्क सुन्दरीजलजस्ता एकान्त ठाउँमा हिंड्ने प्रेमजोडीहरूलाई पो थाहा हुन्छ ।

मोहन श्रेष्ठ

अनुचित हो, सबै सम्बन्ध पहिले नै भएपछि विवाहपछि के गर्ने ? त्यस्तो सम्बन्ध त टुक्रिएर जान्छ ।

नवसरु शर्मा, रसुवा

कानमा सुटुक्क भन्छु ल ।

पागल साथी, मलेखु बजार

सुरक्षित तवरले सम्बन्ध राखे उचित हो । किनभने यौनचाहना उमेरसँगै बढ्दै जान्छ ।

लीला लामा (२०) **कटारी, रौतहट**

उचित होइन, विवाहपछि त भैहाल्छ नि, किन हतारिनुपर्‍यो ? सुहागरातमा सुम्पने नै त्यही हो, अतः ठीक होइन ।

ललिता श्रेष्ठ, भक्तपुर

लोग्नेमान्छेको मन रछानमा लगेर पोख्नुजस्तै हुन्छ भन्थे, साँच्चै हो रहेछ। कुनै युवतीसँग परिचय भयो कि त यौनसम्पर्कका बारेमा कल्पना गरी त्यसैअनुसार पो कुरा गर्दा रहेछन् ए ?

शारदा भुजेल

बाबुआमाले ढिलो विवाह गरिदिने भएपछि त उचित नै मान्नुपर्‍यो नि ।

हिमकुमार थापा

पहिलो यौनसम्पर्कले दुनियाँ बिर्साउँछ रे □ आफन्तसँग टाढा बनाउँछ रे । म त गर्दा पनि गर्दिनँ, अरूलाई गर्न सल्लाह पनि दिन्नँ ।

नीलु श्रेष्ठ (२७), **भक्तपुर**

प्रेमपूर्वक र सुरक्षित तवरले गर्ने अनि पछि कसैलाई धोका नदिने हो भने उचित हो ।

कृष्णप्रसाद ब्यान्जू, भक्तपुर

कोही-कोही के-के न अमूल्य सम्पत्ति मानेर सम्हालेर राख्छन् । आखिर प्रयोग भैहाल्छ । दुरुपयोग नहुने गरी गर्दा राम्रै हो ।

राज्यलक्ष्मी दुवाल

उचित छैन, किनभने ज्यान चाँडै सिरकको खोलजस्तो खुकुलो र थोत्रो टिनजस्तो हुन्छ ।

भाजु श्रेष्ठ (२९)

स्त्रीको चरित्र र पुरुषको भाग्य कसैले जान्दैन भन्छन्, म यसै भन्न सक्दिनँ।

कल्पना भुजेल

त्यस्तो त गोठालो जाँदा कति-कति □ अतः नो प्रोब्लम ।

प्रकाश प्रधान (२५), **चाँगु**

लक्ष्मणरेखा जब वक्ररेखामा परिणत हुन्छ, त्यति बेला यौनसम्पर्क नभए के हुन्छ त ? अतः उचित हो ।

विनोद पौडेल

सम्पादकज्यू, तपाईंलाई कतैबाट प्रस्ताव आयो कि क्याहो ? बरु यसो आधा प्रस्ताव हामीतिर पनि पास गर्नुहोस् न ।

दिलीप चौधरी (२१)

तपाईंको त विवाह भैक्या होला । अब तपाईंलाई यस्ता कुराको के खाँचो ?

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. के गरे पैसा कमाइन्छ ?
२. सफल मान्छे हुन के गर्नुपर्छ ?
३. पुरुषको व्यक्तित्व केमा हुन्छ ?
४. रक्सी र युवतीमध्ये के को लत (नसा) खतरनाक ? किन ?
५. तपाईंलाई केले सुखी र सन्तुष्ट बनाउँछ ?
६. के रक्सी वा नशाले दुःख भुल्न सकिन्छ ?
७. नेपालमा खेलकुदको विकासका लागि के गर्नुपर्छ ?
८. महिलाहरूलाई ३३ प्रतिशत आरक्षण कति उचित हो, किन ?
९. तपाईं प्रधानमन्त्री भए के गर्नुहुन्छ ?
१०. केटा र केटीका लागि विवाह गर्ने उचित उमेर कुन हो ? किन ?

आ□नो घरमा अन्न छँदैछ, अब दुनियाँको पेट छामेर साध्य हुन्छ भन्या ?

विक्रम राई (२३), **धरान**

हामीकहाँ त सम्भव नै छैन, अतः हेरेर घुटुघुटु थूक निल्नुसिवाय अर्को विकल्प छैन ।

कृष्णवीर श्रेष्ठ

अहिलेका युवायुवती ढिलो विवाह गर्छन्। त्यसैले उनीहरू आफ्नो मन थाम्न नसकेर विवाहपूर्व नै त्यस्तो सम्बन्ध राख्छन्, कसलाई के भन्ने ?

माझी भाइ (२३)

समझदारीमा गरे उचित हो, किनकि यसले लेट म्यारिजलाई प्रोत्साहन दिन्छ ।

प्रभात कार्की (२२)

सक्षम छ, परिणाम स्वीकार गर्न सकिन्छ भने उचित नै मान्नुपर्ला ।

ईश्वरी भुजेल, काभ्रे

उमेरै नपुगी गर्नु हुन्न् । जस्तो कि जनावरले पनि परिपक्व नभै बच्चा जन्माउँदैनन् ।

शिवराज थापा, छालिङ

उमेर नै त्यस्तै हुन्छ, के र कसो गरूँ जस्तो हुन्छ । अनि त उचित मान्नुपर्‍यो नि ।

लक्ष्मण थापा, भक्तपुर

कीरा फट्याङ्ग्राका त जोडी हुन्छन्, इन्जिनको त ज्याक हुन्छ भने हामी त झन् मानिस ?

शुभचिन्तक थापा

बाहुन बाजे लगन बित्न लाग्यो भनेर कराइहरन्छन्, तर हालसम्म कसैको पनि लगन बितेर विवाह क्यान्सिल भएको खबर थाहा छैन भने हामीलाई त झन् बेकारमा किन हतार ?

शोभा भुजेल (२३), **जोरपाटी**

विवाह हुन्छ एउटासँग अर्कैसँग त्यस्तो सम्बन्ध राखेर के गर्नु ? थाहा पाए भने मारिहाल्छन् नि ।

नानु प्रजापति (२०)

७० वर्षका बूढाले त केटी पाएर विवाह गर्न थाले भने झन् हामीलाई त केको हतार ?

प्रमोद थापा (२८)

प्रश्नः म २२ वर्षीय अविवाहित युवक हुँ। मेरी श्रीमतीको उमेर २० वर्ष छ । तीन वर्षअघि हाम्रो प्रेम विवाह भएको हो । हाम्री एउटी १५ महिनाकी छोरी पनि छिन् । हाल आएर ममा यौन चाहना बढेको छ भने मेरी श्रीमतीमा यौन चाहना नै छैन । मेरी श्रीमतीको यौन चाहना के कारणले गर्दा घटेको होला ? के आमा भएपछि यौन चाहनामा कमी आउँछ ? अहिले (छोरी जन्मिएपछि) श्रीमतीले तीन महिने सुई लगाउँछिन् तर समस्या के छ भने सुई लगाउँदा उनलाई कम्मर दुख्छ । कम्मर दुख्यो भन्दा मैले सुई नलगाउने सल्लाह दिएँ । सुईको सट्टा मैले कण्डम प्रयोग गरें तर कण्डम प्रयोग गर्दा योनि पोल्ने तथा दुख्ने हुन्छ । के कारणले होला ? यौन चाहना बढाउन के गर्नुपर्ला ? मैले यौन सम्पर्क नगर्दा हस्तमैथुन गर्छु । हस्तमैथुनले कुनै असर त गर्दैन ?

–नाम गोप्य

उत्तरः यौन चाहना किन घटेको होला ?

तपाईंले पहिलेको तुलनामा श्रीमतीको यौनसम्बन्धी रुचिमा कमी आएको कुरा बाहेक अन्य पक्षका बारेमा जानकारी दिनुभएको छैन तर पनि सीमित जानकारी मात्र भएको स्थितिमा महिलाहरूमा सामान्य रूपमा यस्तो हुने कारणहरूकै बारेमा चर्चा गरौं। यौन उत्तेजना नै सुरु नहुनु वा यौन सन्तुष्टि गर्न बाधा पार्ने कुनै पनि कुराका शारीरिक, मानसिक वा दुवै कारण हुन सक्छन् । पाठेघर वा वरिपरि संक्रमण हुन गै यौन सम्पर्क नै पीडादायक हुने भएकाले महिलाहरूले यौन सम्पर्क नै गर्न मान्दैनन् । केही दीर्घरोगको पनि यस्तो प्रभाव पर्न सक्छ । यी मुख्य शारीरिक कारणहरू बाहेक प्रायःजसो अवस्थामा सामान्यरूपमा यौन क्रियाकलाप गर्न नसक्नुका पछाडि मानसिक कारण हुन सक्छन् भन्ने कुरा पनि बिर्सनुहुँदैन । यौनप्रतिको गलत मानसिकता पनि यसको प्रमुख कारण हुनसक्छ । कुनै व्यक्ति भयका कारण यौनसम्पर्कमा संलग्न हुँदैन भने त्यसलाई sexual aversion भनिन्छ भने इच्छा नै नभई यौन सम्पर्क नराख्नुलाई Inhibited Sexual Desire भनिन्छ । यो अवस्थामा यौन क्रियाकलापमा संलग्नता पनि कम हुन्छ भने यौन क्रियाकलामा संलग्न हुने इच्छा पनि कम हुन्छ । यसरी इच्छा नै कम हुँदा यौनसपना (स्वप्नदोष), यौन परिकल्पना, यौन उत्तेजक कुराप्रति ध्यान वा आकर्षण, यौन क्रियाकलापप्रतिको चाहनाको सचेतता, आकर्षण, सम्भावित यौन साथी देख्नु, यौन क्रियाकलाप गर्न नपाएकोमा हतास हुने जस्ता कुरा पनि हुँदैनन् वा कम हुन्छन् । यस्तो अवस्थामा रुचि नै कम हुने भएकाले यौन क्रियाकलापको सुरुवात पनि नगर्ने हुन्छन् भने अर्काले सुरु गर्दा पनि त्यसलाई सजिलै स्वीकार गर्दैनन् । यी सबै कुराहरू भए पनि उनीहरू शारिरीक रूपमा यौन सम्पर्क राख्न सक्षम हुन्छन् । यी कुराहरूमा तपाईं नै बढी जानकारी राख्ने स्थितिमा हुनुहुन्छ । त्यस बाहेक दैनिक जीवनमा आइपर्ने तनावहरू जस्तै चिन्ता, निराशा, थकाइ, अन्तरव्यक्ति सम्बन्धको चिसोपन तथा दम्पतीबीचको तनाव आदि यसका कारण हुन सक्छन् । यो तपाईंको पारिवारिक जीवनका अन्य कतिपय कुरासँग पनि सम्बन्धित हुन सक्छ । यदि कुनै यस्ता कारणहरू भए पक्कै नै तपाईंले त्यसलाई हटाउने प्रयास गर्नुहुनेछ ।

सामान्तयता कन्डम लगाउँदैमा पोल्ने, दुख्ने हुँदैन । K-Y Jelly जस्ता चिल्लो प्रयोग गर्दा सहयोग पुग्न सक्छ तर यहाँ पोल्ने, दुख्ने समस्याको मूलकारण थाह पाउनु आवश्यक छ । त्यसैगरेर सुईलाई दोष दिए पनि कम्मर दुःखेको कारण थाह पाउन आवश्यक छ । अर्कातिर तपाईंले आफ्नो यौन चाहना बढेको त उल्लेख गर्नुभएको छ तर त्यसको आधार भने उल्लेख गर्नुभएको छैन । वास्तवमा यस्तो हो भने त्यसलाई पनि विश्लेषण गर्नुपर्ने हुन्छ ।

आमा बनेपछि यौन सम्पर्कमा रुचि

यौन सुख र सन्तान जन्माउनुबीच गहिरो सम्बन्ध हुन्छ र शिशु पाएकै कारणले दीर्घकालीन रूपमा यौनेच्छा हराउने होइन । गर्भावस्था र प्रसवको कुरालाई झेलेपछि पुरानै शारीरिक अवस्थामा फर्कन केही समय त लाग्छ नै । त्यसबेला पक्कै नै यौनभन्दा पनि अन्य कुरामा ध्यान केन्द्रित हुन्छ । सामान्यतया महिलाहरू शिशुलाई जन्म दिएपछि यस्तै छ हप्तामा पुरानै अवस्थामा फर्कन्छन् । नेपाली समाजमा शिशु पाइसकेपछि शिशुको हेरचाह र घरायसी कार्यमा पुरुषलाई संलग्न गराउने चलन एकदम कम छ । यस्तो स्थितिमा महिलाले शिशुको हेरचाहमा पनि प्रशस्त समय तथा शक्ति खर्च गर्नुपर्छ । अन्य सहयोगीहरूको उपस्थिति नभए सुत्केरी महिलाले धेरै नै थकान र तनाव झेल्दै शिशु र घरको स्थिति सम्हाल्दै गर्दा शारीरिक स्वास्थ्यमा पनि असर पर्न सक्छ । पक्कै नै यस्ता कुराको असर यौनसम्बन्धी कुरामा पनि पर्ने नै भयो । १५ महिना भैसक्केको हुनाले त्यस्तो स्थिति सायद छैन होला तर त्यस्तो केही भएको भए तपाईंलाई थाह हुन्थ्यो नै ।

फेरि पहिलो सन्तान हुनुभन्दा पहिलेको समयमा श्रीमतीको सम्पूर्ण ध्यान र समय आफ्ना श्रीमान्मै केन्द्रित हुनुका साथै यौनसम्बन्धी क्रियाकलापमा पनि संलग्न हुने पर्याप्त समय हुन सक्छ तर सन्तान जन्मिएपछि ती कुराहरूमा स्वाभाविक रूपमै परिवर्तन हुन्छ । दिन-रात शिशुको हेरचार गर्नु सजिलो कार्य पनि होइन । यस्ता कुरा राम्ररी थाह नहुँदा श्रीमान् र श्रीमतीको बीचमा अनावश्यक रूपमा असमझदारी उत्पन्न हुनसक्छ । श्रीमान्ले आफूलाई श्रीमतीले वास्ता नै नगरेको अनुभव पनि गर्न सक्छन् । त्यसैगरेर श्रीमतीले आफ्नो परिस्थितिको सहयोगी हुनुको सट्टा यौन इच्छा शान्त पार्ने एक साधनमात्र लिनुपर्‍यो भने समस्या त पर्छ नै, एकपल्ट विचार गर्नुहोला ।

अन्तमा, स्थितिको राम्रो विश्लेषण गरेपछि कुनै कारण भेटिए त्यसलाई हटाई श्रीमतीको चाहना बढाउने कार्य गर्नुहोला । गर्भनिरोधको कुनै उपाय तपाईंलाई उपयुक्त नभएको जस्तो लागे स्वास्थ्य केन्द्रमा गई राम्ररी परामर्श लिई आवश्यक परे अर्को उपयुक्त साधन पनि लिन सक्नुहुन्छ । विवाहभन्दा पहिले होस् वा पछि हस्तमैथुन गर्दैमा कुनै नकारात्मक असर पर्दैन तर वैकल्पिक उपायको पछि लागेर श्रीमतीसँग यौन सम्बन्ध नै राखिएन भने त्यसलाई असर परेको नै मान्नुपर्ने हुन्छ ।

Language & Computer
Own course books, Audio-visual, Trained teachers
English, Chinese, Japanese, German, French
Hebrew, Korean, Spanish
TOEFL/IELTS
& Computer Basic to Diploma
Osish Language Centre
Adwait Marg, Bag bazar, Kathmandu, 4-232866

कान्तिपुर कलेज अफ मेडिकल साइन्सको
B. Sc. Microbiology मा भर्नाका लागि
अन्तिम अवसर
विगत ६ बर्ष देखी प्राविधिक शिक्षाको क्षेत्रमा महत्वपूर्ण योगदान दिएको यस कलेजले यस शैक्षिक सत्रमा B. Sc. Microbiology का लागि केही सिट मात्र बाँकी रहेकाले I. Sc. वा १० + २ उत्तिर्ण गरेका विद्यार्थीहरुले तुरुन्त कलेजमा सम्पर्क राख्नु होला ।
कान्तिपुर कलेज अफ मेडिकल साइन्स
सीतापाइला, काठमाण्डौ, फोन: ४२७९७२३, २१७१२०९

ग्यारेन्टी उपचार
विगत १२५ वर्षको अनुसन्धान तथा अनुभवको शौगात
स्तन टाइट / घटाउने तथा बढाउनको लागी
शिघ्र स्खलन, लिङ्ग उत्तेजना नहुने साथै शारिरीक यौन शक्तिको लागी
अनुहारको चाउरीपन, कालो पोतो, डन्डीफोर साथै चार्यो हटाउनको लागी
No Side effects
100% guarantee
Home delivery
काम नगरे पैसा फिर्ता
2084130 Time: 10-5

तालिमको लागी
मोबाईल फोन
मोटरसाईकल
एसी / फ्रिज
रेडियो, टेलिभिजन
हाउसवायरिङ्ग
मोटरवाईण्डिङ्ग
कम्प्युटर हार्डवेयर
कुक ट्रेनिङ्ग
११ वर्ष पुरानो
२०% छुट
तालिमका लागि सम्पर्क
राज टेक्निकल
नयाँ बानेश्वर, शिव दर्शन हल अगाडी
फोन: 4495581
कालिमाटी 9841492652
नोट: विदेश जानेलाई विशेष कोर्ष ।

AXIS MEDIA
उद्घोषण
जाडो बिदामा बसेकाहरूलाई विशेष उद्घोषण तालिममा
Special Courses (20 days) Rs. 1500/-
Advance Courses (45 days) Rs. 3000/
धमाधम नयाँ कक्षा संचालन भैरहेको छ ।
पहिलो पटक रेडियो मार्केटिङ्को कक्षा संचालन भैरहेको छ रोजगारीको ग्यारेण्टीका साथ
प्रमुख प्रशिक्षक RJ/VJ
• कुसुम बज्राचार्य
• नरेश भट्टराई
• महिमा भट्टराई
• शिरोमणि दवाडी
• दिपक समिर
लगायत अन्य थुप्रै चर्चित RJ/VJ हरु ।
Axis Media & Entertainment
Bagbazar, Kathmandu
Tel.: 217 208
Visit us: www.axismedia.com.np

भारतको पटनामा सन् १९५७ मा जन्मिएकी डा. रञ्जना गुप्ता नेपालबाट एक दर्जनभन्दा बढी परजीवी पहिचान गर्ने एक मात्र महिला हुन्। उनले पटना युनिभर्सिटी साइन्स कलेजबाट आइएस्सी तथा बीएस्सीमा उच्च अङ्क प्राप्त गरी एमएस्सीमा स्कलरसिप प्राप्त गरेकी थिइन्। उनले पीएचडीसम्मको अध्ययन गरेकी छिन्। डा. गुप्ताले त्रि.वि. प्राणीशास्त्र केन्द्रीय विभाग अन्तर्गत सह–प्राध्यापक र प्यारासेइडको संस्थापक अध्यक्ष, साइन्स एन्ड टेक्नोलोजी जर्नलको सम्पादक एकोप्रिन्ट जर्नलको सह–सम्पादक, पर्यावरण म्यागजिनको एड्भाइजर बोर्डको सदस्य, वैश्य समाजको सदस्यका साथै ईश्वरी कन्या छात्रावासको वार्डेन भई कार्यभार पनि सम्हालिसकेकी छिन्। गुप्ताको सन् १९८० मा जनकपुरका डा. हरिनारायण गुप्ता (हाल त्रिभुवन विश्वविद्यालयमा वरिष्ठ मेडिकल अधिकृत) सँग परम्परागत विवाह भएको हो। श्रीमती गुप्ता राष्ट्रिय शिक्षा पुरस्कार, महेन्द्र विद्या भूषण, भारतको प्राणीशास्त्र संस्था तथा हेल्मेन्य सोसाइटीको फेलोसिपबाट पनि सम्मानित छिन्।

प्राणी विज्ञानप्रति किन यति धेरै लगाव ?
पहिले त मेरो परिवारका सबै सदस्य मेडिकल क्षेत्रमा भएकाले आइएस्सीसम्म त म पनि त्यही सोचमा थिएँ तर पछि जीव-जनावरहरूका सम्बन्धमा सानैदेखि जानकारी राख्ने रुचिले गर्दा प्राणी शास्त्र नै रोज्न पुगें।

विद्यार्थीहरूको यसप्रतिको उत्साह र यो विषयको उपयोगिता कत्तिको देख्नुभएको छ ?
म उनीहरूलाई यसतर्फ जिज्ञासा बढाइरहन्छु, जीव विज्ञान भेटेनरी, मानव र कृषिसँग पनि सम्बन्धित भएकाले यसतर्फ उनीहरू निकै उत्साहित छन्। यसैगरी अहिले जति विज्ञान विकसित हुँदै गएको छ त्यति नै चुनौतीहरू पनि थपिंदै आएका छन्। हाम्रो देशमा विभिन्न किसिमका परजीवीहरूबाट पनि धेरै अनुकरणीय कार्य गर्न सकिन्छ।

प्यारासाइड सोसाइटीबाट के गरिरहनुभएको छ ?
हामीले परजीवीसम्बन्धी रिसर्चहरू तथा ट्रेनिङ सञ्चालन गराई समाजमा रहेका रोगहरूका बारेमा जानकारी गराउने, त्यसबाट कसरी बच्ने, बचाउने विषयमा जनचेतना जगाउने कार्य गर्दै आएका छौं।

तपाईंका पुस्तकहरू उपयोगी छन् ?
मैले 'अनुसन्धानको तरिका' मार्फत् अनुसन्धान कुन तरिकाले गर्दा सरल हुन्छ, बुझाउने प्रयास गरेकी छु। नेपालमा परजीवी शास्त्र नामक पुस्तक प्रकाशनको तयारीमा छ।

विद्यार्थीहरूलाई अध्ययन गराउन कत्तिको गाह्रो छ ?
इच्छा लागेको विषय छ र विषयगत ज्ञानमा दख्खल छ भने कुनै गाह्रो छैन। अध्ययन त मेरो दैनिक दिनचर्याको एउटा पाटो भएकाले अध्यापनबाहेक त्यतै समय दिन्छु।

मैथिली समाजका नारीहरूको प्रगतिको बाधक के देख्नुभएको छ ?
सबैभन्दा ठूलो बाधक त अशिक्षा हो, त्यसमाथि पनि उनीहरू भेदभावपूर्ण सामाजिक परिवेशले नराम्रोसँग जेलिएका छन्।

वैश्य समाजले के गर्दै छ ?
वैश्य समुदायका सबैलाई एकीकृत गरी सबै सामाजिक क्रियाकलाप मिलेर गरौं भन्ने प्रयत्नमा लागि परेका छौं।

आफूले कहिल्यै नदेखेको मानिससँग विवाह गर्दा कस्तो लागेको थियो ?
आफू जन्मिएको, हुर्किएको वातावरणभन्दा निकै भिन्दै वातावरणमा आउँदा डर लागेको थियो तर श्रीमान्ले प्रत्येक पाइलामा सहयोग गरेकाले सजिलो भयो।

२६ वर्ष लामो दाम्पत्य जीवनको अनुभव कस्तो रह्यो ?
हाम्रो विचारधारा मिल्छ, त्यसैले यी वर्षहरू बितेको पत्तै भएन।

छोराछोरीहरूलाई मेडिकलतर्फ लगाउने सोच तपाईंहरूकै थियो कि ?
उनीहरू सुरुदेखि नै पारिवारिक वातावरणबाट प्रभावित थिए। हाम्रो इच्छा अनुरूप उनीहरूलाई ढाल्ने प्रयास गरेका थियौं तर अन्तिम निर्णयचाहिं उनीहरूकै हो।

भारतीय संस्कृतिको मानिस नेपाली संस्कृतिमा समायोजन हुन कत्तिको गाह्रो भयो ?
पहिले त खुला रूपमा बसेको मान्छे पर्दा प्रथामा बस्नुपर्दा त अप्ठ्यारो लागेको थियो तर काठमाडौं आएपछि विस्तारै यहाँको वातावरणमा घुलमिल हुँदै गएँ।

श्रीमान्ले घरमा समय दिन नसक्दा कस्तो लाग्छ ?
म पनि प्रायः घर बाहिर नै व्यस्त हुने भएकाले त्यति खल्लो लाग्दैन। त्यसमाथि पनि परिवारसँग बिताउने निश्चित समय त छँदै छ।

तपाईंका सौखहरू के–के छन् ?
सानोमा म पेन्टिङकी सौखिन थिएँ तर अहिले भने घर सजावट र अनुसन्धानात्मक कार्यहरू नै मेरा सौख बनेका छन्।

घरायसी कामप्रति कत्तिको रुचि छ ?
अन्य कार्यभन्दा पनि भान्सामा खाना बनाउन विशेष गरी साउथ इन्डियन तथा चाइनिज परिकार बनाउन रुचि लाग्छ।

विवाहपछि अध्ययनमा बाधा आएन ?
विवाहपछिभन्दा पनि शिशुहरू भएपछि गाह्रो भयो। एकातिर श्रीमान्को पढाइलाई अघि बढाउनु थियो त अर्कातिर पारिवारिक जिम्मेबारी। त्यसैले मैले एमएस्सी गरेको १४ वर्षपछि मात्र पीएचडी गरें।

घुमघाम कत्तिको मन पराउनुहुन्छ ?
हामी एक-अर्काको काम पर्दा प्रायः समय निकालेर वर्षमा एकपटक सँगै नयाँ मुलुकको भ्रमण गर्छौं।

महिलाले दोहोरी भूमिका निर्वाह गर्न कत्तिको गाह्रो छ ?
जति पुरुषहरू खुला रूपले कार्य गर्छन्, महिलाहरूले दोहोरो जिम्मेवारीले गर्दा त्यति सक्दैनन्, त्यसैले कहिलेकाहीं गाह्रो हुन्छ।

आरक्षणले महिलाको क्षमतामा ठूलै वृद्धि होला जस्तो लाग्छ ?
केही हदसम्म त वृद्धि गर्छ र यो ट्रान्जिसनल पिरियडका लागि ठीक भए पनि यसले समस्या पनि ल्याउन सक्ने भएकाले पछि हट्नुपर्छ जस्तो लाग्छ।

५० वर्षको उमेरमा पनि यति सुन्दर देखिनुको कारण ?
त्यस्तो त केही छैन। म बिहान सधैं योग र साधारण व्यायाम गर्छु।

–संगीता कटुवाल

पीडादायक घटनापछि उत्पन्न एक विशेष मानसिक रोगबाट पीडित बिरामी हिजोआज बढ्दै गएका छन्। बिरामीले पहिलेकै घटनाको दृश्य मनमा बारम्बार देखिरहन्छ अनि आत्तिने, मन दिक्क हुने, हातखुट्टा पोल्ने, थाकेको महसुस हुने, निद्रा नपर्ने र मनमा अनेकौं सोचाइ आइरहने हुन्छ। यस्ता बिरामी शरीरका विभिन्न भागमा पीडा महसुस गर्छन्। आफ्नो समस्या समाधान नहुँदा धेरै डाक्टर कहाँ पुग्छन्। पीडादायी घटनाहरू जस्तै प्राकृतिक प्रकोप भूकम्प, सुनामी, बाढीपीडित, रगतको लडाइ (युद्ध), कुनै प्रकारको अप्रिय घटना जस्तै मानिसलाई खुकुरीले हान्दा, गोली लाग्दा वा यातना दिँदा देखिन्छ।

यस्तो पीडा भोग्दै आएका एक व्यक्ति हुन्– छायाँदत्त सुवेदी। एक जना ठगले राति घरमा आई खुकुरीले टाउकोमा हानी उनीसँग भएको ७५ हजार नगद लुटेर लग्यो। सुवेदी चौबीस घन्टासम्म बेहोस भए, टाउकाको चोट निको भयो तर उनमा अनेकौं डर, त्रास र खुकुरीले हानेको दृश्य दिनहुँ देखिन लाग्यो। चिन्ता बढ्ने, शरीर झमझम गर्ने, आत्तिने र निद्रा नलाग्ने समस्या बारम्बार देखिन लाग्यो उनी अहिले उपचारपछि निको भएका छन्। सुवेदीजस्ता बिरामी नेपालमा बढ्दो क्रममा छन्। यस्तो समस्याबाट इराक, अफगानिस्थान, इजरायल तथा प्यालेस्टाइनका जनता पनि पीडित छन्। केही वर्षपहिले भियतनाम यस्तो समस्या भएका बिरामी आउने देश भनेर चिनिन्थ्यो। सुनामीपीडित देशहरूमा पनि यस्तो समस्या पाइएको छ।

कुनै वीभत्स घटनामा परेर बाँचेपछि केही मानिसलाई केही दिन वा सातापछि एउटा यस्तो मानसिक समस्या सुरु हुन सक्छ, जसमा सो घटनाका दृश्यहरू एक्कासि मानसपटलमा आउने उत्तेजना र छटपटी एकदमै बढ्ने Hyper-arousal तथा त्यस्तो स्मृतिलाई हटाउन खोज्दा पूर्ण रूपमा सफल नहुने कारणले यी लक्षण केही मिनेट वा घण्टा रहुन्जेल एकदमै गाह्रो महसुस हुन्छ। वीभत्स घटना घटेको केही दिनपछि घटनाकै स्मृतिसँग सम्बन्धित हुनाले यो मानसिक रोगलाई Post traumatic stress disorder भनिन्छ। यो समस्या प्रायःजसो घटना घटेको ६ महिनाभित्र कुनै पनि दिन सुरु भई केही महिनादेखि केही वर्षसम्म रहन्छ।

सुरुमा यो समस्या युद्धका बीभत्स घटनामा परेका, अन्य दुर्घटनामा परेर जोगिएका, भुइँचालोमा परेका तथा विभिन्न शारीरिक एवं मानसिक यातनाका सिकार भएका व्यक्तिहरूमा पनि भेटियो। नेपालमा पनि शरणार्थी समूहमा, २०४७ को जनआन्दोलन हुँदा जनयुद्धमा यातना पाएका व्यक्तिहरू तथा २०६२ को जनआन्दोलन हुँदा यातनाका सिकार भएका व्यक्तिहरूमा यो समस्या भेटिएको छ।

उत्तिकै कडा तनावबाट गुज्रने सबै यस्तो समस्याबाट पीडित हुँदैनन्। अरू विभिन्न कारणले पनि केही व्यक्तिमा यो समस्या आइपर्न सक्छ। वंशाणुगत कारण अर्थात् बाबु-आमामध्ये कसैलाई वा दुवैलाई यस्तै समस्या परेको भए आफ्नै व्यक्तित्वसम्बन्धी कारण अर्थात् सानो-सानो कुरामा चिन्ता लिने स्वभावको भए घटनामा आफू शारीरिक र मानसिक दुवै किसिमले सम्मिलित भएको भएजस्तै बलात्कार र घटनापश्चात् आफ्नो भावावेग व्यक्त गर्न अवसरहरू प्राप्त नभएको वा आफूलाई साथ दिने व्यक्तिहरू नभएको अवस्थामा यो मानसिक रोगबाट पीडित हुने सम्भावना बढी हुन्छ।

उपचार :

सुरुमै अर्थात् घटना घटेको लगत्तै गरिने केही उपायले यो समस्याको रोकथाममा सहयोग पुऱ्याउँछ। घटनापश्चात् प्रायःजसो अवस्थामा व्यक्ति किंकर्तव्यविमूढ हुने हुँदा उसलाई भावनात्मक साथको खाँचो हुन्छ। उसलाई सहानुभूतिपूर्वक व्यवहार गर्दै बोल्न उत्प्रेरित गर्ने र क्रमिक रूपले उक्त वीभत्स घटनासँग सम्बन्धित भावनाहरू व्यक्त गर्न लगाउँदा पछि यस प्रकारको समस्या समाधान गर्नमा निकै सहायक हुन्छ। घटनापश्चात् तुरुन्तै पीडित व्यक्ति आफैंले सहायता खोज्ने अवस्था हुँदैन, किनकि त्यस्तो अवस्थामा उसको सोच्ने अवस्था पहिलेको जस्तो हुँदैन।

एकपटक यो समस्या सुरु भैसकेपछि नियन्त्रणमा ल्याउन वा ठीक गर्न कठिन हुन्छ। यसमा पनि औषधी-उपचार र मनोवैज्ञानिक पद्धतिको प्रयोग गर्न सकिन्छ। मनोवैज्ञानिक पद्धतिमा चाहिँ सबैभन्दा सफल पद्धति उक्त व्यक्तिलाई आराम गर्न लगाएर सो घटना क्रमिक रूपमा सम्झने प्रयास गर्न प्रेरित गरिन्छ, अनि उत्पन्न भएका असरहरूलाई क्रमिक रूपले कम गर्ने र विचारलाई नियन्त्रण गर्ने प्रकारका पद्धतिहरूको समायोजन गरिन्छ। त्यस्ता व्यक्तिहरूमा सामान्य अवस्थामा जस्तै 'त्यो घटना सम्झिनुहोस् त' भन्दा उसले निकै पीडादायक क्षणको सामना गर्नुपर्ने हुनसक्छ र यस क्रममा ऊ उत्तेजित पनि हुनसक्छ। त्यसैले यसका लागि उपचारकर्ता मनोवैज्ञानिक पद्धतिसँग परिचित तथा अनुभवी हुनु आवश्यक हुन्छ।

कडा समस्याहरूमा मनोवैज्ञानिक उपचारसँगै औषधी पनि आवश्यक हुन्छ। उपचारमा विभिन्न औषधी प्रयोग गरिन्छ। औषधीहरूको नियमित सेवनले दुईतिहाई रोगी या त समस्या मुक्त हुन्छन्, या त समस्या नियन्त्रणमा रहन्छ। बाँकी एकतिहाइमा अझै पनि विभिन्न उपाय अपनाउँदा पनि लक्षण कायम नै रहेको अनुसन्धानहरूले देखाएका छन्।

–डा. सी.पी. सेडाईं
नशा तथा मानसिक रोग विशेषज्ञ
भरतपुर मेडिकल कलेज

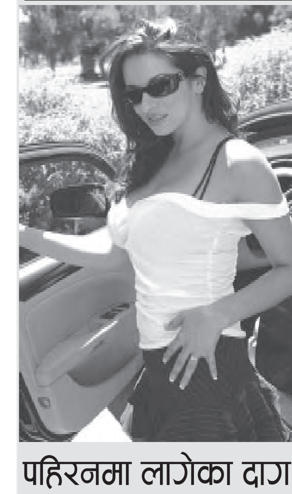
बालबालिकाहरूलाई सामाजिक बनाऔं

बाहिरी मानिससँग अथवा अपरिचित व्यक्तिसँग पनि बालबालिकाहरू चाँडै घुलमिल हुन सक्छन्। उनीहरू अपेक्षाकृत रूपमा चाँडै सिक्छन्। उनीहरूको व्यक्तित्वको विकास पनि राम्रोसँग हुन्छ। सबै बालबालिकको अवस्था एकै प्रकारको हुँदैन। कुनै बालबालिका घरमा आएका पाहुनाका अगाडि अप्ठ्यारो मान्ने तथा रुने खालका हुन्छन्। यस्ता बालबालिकालाई कुनै सामाजिक कार्यक्रममा लान गाह्रो हुन्छ। यस्ता बालबालिका आ□नो उमेरका बालबालिकासँग घुलमिल गर्न सक्दैनन्। उनीहरूमा साथी बनाउने क्षमता पनि हुँदैन। उनीहरू ठूलो भएर अन्तर्मुखी हुन सक्छन्, जसले गर्दा बालबालिकाहरूको प्रतिभा विकसित हुन सक्दैन।

- बेलाबेलामा साना बालबालिकाको पार्टी वा भेला आयोजित गर्नुपर्छ।
- आ□नो शिशुलाई अरू बालबालिका तथा उनीहरूका आमाबुबासँग बोल्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्। आफू पनि उनीहरूसँग घुलमिल हुनुहोस्। आ□नो शिशुलाई आफूसँग मात्रै टाँसेर नराख्नुहोस्। घरका अरू सदस्यसँग पनि घुलमिल गर्ने मौका दिनुहोस्।
- अरू बालबालिका, फूल र घरपालुवा जनावरसँग प्रेम गर्न सिकाउनुहोस्। बालबालिकालाई बेलाबेलामा बाहिर घुमाउन लानुहोस्। पार्टी तथा अरू समारोहमा लगिरहने क्रममा बालबालिकाहरू खुलेर कुराकानी गर्न सक्ने हुन्छन्। मानिसहरू जम्मा हुने ठाउँहरूमध्ये सुपरमार्केट, कफी हाउस आदिमा पनि उनीहरूलाई लानुपर्छ।
- बस, ट्याम्पुजस्ता सार्वजनिक यातायातमा यात्रा गराउँदा पनि बालबालिकाहरू सामाजिक हुन्छन्।
- आ□नो शिशुलाई बगैंचा वा पार्कमा घुमाउन लानुहोस्, जहाँ उसको उमेरअनुसारका बालबालिकाहरू पनि भेटिन्छन्। उसका साथीहरूलाई बोलाएर घर-बगैंचामा खेल्न दिनुहोस्।

– अरुणा भट्टराई

उपयोगी जानकारी



पहिरनमा लागेका दाग

गृहिणीले अधिकांश समय घरमै विभिन्न काम गर्दै बिताउनुपर्ने हुनाले पहिरनमा दाग लाग्नु स्वाभाविक हो। सानोतिनो लापरबाहीले महँगा पहिरनमा समेत दाग लागेर काम नलाग्ने हुन सक्छ।

a];f/sf] bfu M सामान्यतया चिसो पानीले नै तरकारी र बेसारको दाग हट्छ। पुरानो दाग छ भने ब्लिचिङ पाउडरको पातलो झोलमा हाइड्रोक्लोरिनसित हल्का धुनुपर्छ।

kfgsf] bfu M प्याजको रसले पानको दाग हट्छ। त्यस्तै माडको पानीमा भिजाएर तातोपानी र साबुनले धुँदा पनि पानको दाग हट्छ।

lrofsf] bfu M सुतीको कपडामा लागेको चिया अथवा कफीको दाग ताजै छ भने सफा पानीले धुँदा जान्छ तर दाग गाढा छ भने तातोपानीले धुनुपर्छ।

– नर्वदा भट्ट

परिकार

दम आलु

सामग्री : पाँच सय ग्राम मध्यम आकारका आलु, छ चम्चा तेल, दुई चम्चा जीरा, एक कप प्याजका टुक्रा, आधा चम्चा लसुनको लेदो, आधा चम्चा अदुवाको लेदो, एक कप गोलभेंडाका टुक्रा, एक ठूलो चम्चा धनियाँको धूलो, एक चम्चा गरम मसाला, एक चौथाइ चम्चा बेसार, आधा चम्चा रातो खुर्सानीको धूलो, स्वादअनुसार नुन, एक कप तातो पानी, सजाउनका लागि हरियो धनियाँ, फिटिएको क्रिम, भिजाइएको बदाम।

विधि : आलुलाई ताछेर धुने तथा एउटा ठूलो भाँडोमा राख्ने। त्यसपछि आलुमा दुई चम्चा तेल राख्ने तथा माइक्रोवेबमा उच्च तापमा पाँचदेखि सात मिनेटसम्म छोपेर पकाउने। एक पटक पुनः हल्लाएर भाँडोलाई चारैतिर घुमाउने जसले आलु राम्ररी पाक्छ। त्यसपछि आलूलाई माइक्रोवेबबाट निकाल्ने। अब अर्को भाँडोमा बाँकी रहेको तेल, जीरा आदि हालेर तीन मिनेटसम्म पकाउने। त्यसपछि प्याज, अदुवा, लसुन हाल्ने र दस मिनेटसम्म पकाइरहने। बीचमा एक-दुई पटक चलाउने। त्यसपछि पानी तथा सजाउने सामग्रीबाहेक बाँकी सबै सामग्री मिसाई १५ मिनेटसम्म पकाउने। प्रत्येक चार मिनेटमा चलाइरहने। अब माइक्रोवेबबाट निकाली त्यसलाई मिक्सरमा हालेर बाक्लो लेदो बनाउने। त्यसमा आलु मिसाउने र पुनः बिर्को नलगाई पाँच मिनेटसम्म पकाउने। तातो पानी राख्ने र पुनः पाँच मिनेटसम्म पकाउने। अन्त्यमा क्रिम, धनियाँ तथा बदामले सजाएर सर्ब गर्ने।

केशमा लुकेको सुन्दरता

काठमाडौं– लामो अमेरिकी बसाइपछि नेपाल फर्किएपश्चात अभिनेता सुधांशु जोशीको बाहिरी आवरणमै एउटा स्पष्ट फरक देखिन्थ्यो। त्यो थियो उनको केश। अमेरिका जानुअघि लटरम्म केश बोकेर गएका उनी आउँदा टाउकाको अग्रभाग खल्वाट थियो। एउटा विज्ञापन नै छ– 'नो केश-नो फेस'। एक क्षण सोचौं त, केशविनाको शारीरिक बनावट, हो त टाउकोमा केश नै छैन भने मानिसको सौन्दर्यमा कति फरक पर्छ? स्वाभाविक रूपमा त्यो मानिस बूढो देखिन्छ। केशविनाको तालु भएपछि मानिसलाई त्यो कसरी छोप्ने भन्ने चिन्ताले पनि त्यत्तिकै सताउँछ। यही चिन्ता अभिनेता जोशीमा पनि थियो। त्यसैले उनी पुगे 'के-३३ हेयर होटल' कोटेश्वर। त्यहाँ उचित उपचार गरेपछि फेरि पुरानै सुधांशु देखा परे।

सहरिया जमात अझ खासगरी दैनिक जीवनमा धेरै मानिससँगको जमघटमा व्यस्त हुनुपर्ने व्यक्तिहरूको परिचय त्यत्तिकै लोप भएको जस्तो देखिन्छ। त्यसैले पनि अहिले यो जमात आफूलाई तन्नेरी देखाउन केश रोप्ने वा नक्कली केशको प्रयोग गर्ने अवस्थामा पुगेको छ। चलचित्र क्षेत्रका व्यक्तिहरू मात्र होइन, सबै क्षेत्रका व्यक्तित्वहरू यो पंक्तिमा भेटिन्छन्। 'मैले पनि के-३३ मै केश रोपेको हो,' एक उद्योगपतिले नाम उल्लेख नगर्ने शर्तमा भने- 'यसले मेरो पुरानो स्वरूपलाई फर्काएको छ।'

'सौन्दर्य उपचार' कुनै बेला महिलासँग मात्र जोडिन्थ्यो, तर अहिले सौन्दर्य शब्दसँग पुरुषहरू पनि त्यत्तिकै लहसिन थालेका छन्। 'हामीकहाँ उपचार गराउन आउनेहरूमा महिला-पुरुष बराबर नै हुन्छन्,' के-३३ हेयर होटलका किरण श्रेष्ठ भन्छन्- 'तर चासो बढी पुरुषहरूकै छ। केश रोप्ने प्रविधिलाई नेपालमै पहिलो पटक भित्र्याएको के-३३ ले जति भागमा केश झरेको हो त्यति भागमा नक्कली केश प्रतिस्थापन गर्छ। खल्वाट भैसकेको भागमा आर्टिफिसियल मेडिकेटेड स्किन लेयर तयार गरी ग्लु वा टेपको सहायताले टाउकोसँग जोडी नक्कली केश प्रतिस्थापन

गरिन्छ, किरण भन्छन्- 'न्यूनतम एक महिनासम्म निक्लँदैन, त्यसपछि फेरि टाँस्नका लागि सर्भिसिङ गरिरहनुपर्छ। महिलाहरूको हकमा खर्च अलि बढी हुने गरेको छ। के-३३ ले केश झर्दै गरेको समस्या लिएर आउनेहरूका लागि पूर्ण रोकथामको उपचार दिने गरेको छ। यसैगरी के-३३ ले केश पुनः उमार्न अमेरिकामा उत्पादित मिनिक्सिडिल औषधी पनि बिक्री गर्छ। के-३३ बाट राजेश हमाल, निखिल उप्रेती, सज्जा मैनाली, भुवन केसी आदि सेलिब्रेटीले सेवा लिइसकेका छन्।

खल्वाट तालुमा फेरि केश होस् भन्ने चाहनुहुन्छ भने केश उमार्ने हर्वल तेल पनि उपयोगी हुनसक्छ। 'केश उमार्ने तेलको हकमा ५१ प्रतिशत ग्यारेन्टी दिन सक्छौं,' आस्था हेल्थ केयर गौशालाका अर्जुन भुषालका अनुसार हर्वल भएकाले यसले कुनै साइड इफेक्ट गर्दैन। 'हर्वल ४४' नाम दिइएको यो तेल आस्था हेल्थ केयर हेटौंडा र नारायणगढमा पनि पाइन्छ। यसैगरी हेल्थ केयरले पनि केश झर्ने समस्या भएकाहरूको समस्यालाई पूर्णतः समाधान गर्न सक्ने उपचार आफूसँग दाबी जिकिर गरेको छ।

केही समयअघि मात्र थाइल्यान्डमा एकहप्ते कोर्स गर्न गएका सौन्दर्यविद् नील डेभिड एक हप्तामै लामो-लामो केशका साथ काठमाडौं उत्रिए। नजिकबाट चिन्नेहरूलाई समेत नयाँ गेटअपमा मलाई चिन्न गाह्रो भयो भन्दै छोटो केशलाई पनि जोडेर लामो गर्न सक्ने हेयर स्टाइल एक्सटेन्सन कोर्स गरेका नीलले भने- 'मैले पनि केश एक्सटेन्सन गरेर लामो बनाएकाले चिन्न गाह्रो भएको हो।' स्थापना भएको छोटो समयमै ख्याति कमाएको नील डेभिड सेलुनले हेयर कट, स्ट्रेट, हाइलाइटिङ, पर्म, कलर तथा एक्सटेन्सनमा ग्राहकको मन जितिरहेको छ। केश सौन्दर्य एवं व्यक्तित्वको प्रमुख तत्त्व भएकाले मानिसहरू जति पैसा पनि खर्चिन तयार भएको पाए भन्दै नील भन्छन्- 'त्यसैले हामीले पनि ग्राहकको सन्तुष्टिलाई ध्यानमा राखेका छौं।'

३० वर्षयता निरन्तर सौन्दर्य उपचारमा संलग्न सयाम इन्स्टिच्युट अफ हेयर डिजाइन एन्ड ब्युटी केयरकी प्रबन्ध निर्देशक कमला श्रेष्ठका अनुसार अहिले धेरै मानिस केशको समस्या लिएर पार्लर आउने गरेका छन्। 'अहिले केशको उपचार गर्ने नाममा रसायनको धेरै प्रयोग हुने गरेको छ।' सौन्दर्यविद् श्रेष्ठ भन्छिन्- 'सौन्दर्य प्रसाधनको जथाभावी प्रयोगकै कारण पनि कतिले आफ्नो स्वाभाविक सौन्दर्य पनि गुमाउनुपरेको छ। सयामले हेयर कट, पर्म, स्ट्रेट, कलरलगायतका सुविधा उपलब्ध गराउँदै आएको छ। पुरुषलाई पनि सेवा प्रदान गर्ने उक्त सेलुनमा प्रारम्भका दिनमा केश र दाह्री काट्न आउने पुरुषहरू सौन्दर्य चेतना दिलाएपछि महिलाभन्दा बढी सचेत भएको श्रेष्ठको अनुभव छ। 'ड्राई, ड्यामेज, केश झर्ने, केश फुल्ने, हाँगा फाटिने र केशको स्वरूप राम्रो नभएकाहरूलाई सेलुनले सेवा दिने गरेको छ।' श्रेष्ठ भन्छिन्- केशको प्रकृतिअनुसार तेल, लोसन, क्रिम र हेयर प्याकमार्फत उपचार गरिन्छ। सयामले पनि विभिन्न स्थानमा शाखा खोलेर सेवा प्रदान गर्दै आएको छ।

रपुञ्जेल पार्लर पनि सौन्दर्य उपचारमा सुपरिचित नाम हो। राम्रो सेवा दिएकै कारण हुनसक्छ,' रपुञ्जेलकी प्रबन्ध निर्देशक रमा सिंह भन्छिन्- 'एक पटक आउने ग्राहक नियमित आउँछन्।' सिंहका अनुसार अनुहार सुहाउँदो गरी केश काट्ने, छाला सुहाउँदो गरी केशलाई कलरिङ गर्ने, हेयर स्ट्रेटिङ तथा पर्मिङ आदि सुविधा रपुञ्जेलले प्रदान गर्दै आएको छ। ड्राई, ड्यामेज हेयर ग्राहकका मुख्य समस्या हुन् भन्दै सिंह भन्छिन्– 'केश हेरेर उपयुक्त उपचारमा ध्यान दिन्छौं।' सिंहका अनुसार केश बढिरहने भएकाले एकैपटक मात्र उपचार गरेर सम्भव हुँदैन, एकपटकको उपचार महिना दिनसम्मका लागि मात्र हुन्छ। विभिन्न स्थानमा शाखा खोल्ने तयारीमा रहेको रपुञ्जेलले केश झर्ने समस्यालाई पूर्णत समाधान गर्न सक्ने दाबी गरेको छ।

पुरुषहरूलाई पनि सौन्दर्य उपचारमा लाग्न सचेत गराउने काममा हबिबको भूमिका महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। त्यसो त हबिबमा पुरुष र महिला दुवै उत्तिकै संख्यामा सौन्दर्य उपचार गराउन आउने गरेका छन्। हबिबका ललितपुर कुमारीपाटी शाखाका सन्तोष सिलका अनुसार हबिब भन्नेबित्तिकै व्यक्तित्वअनुसारको 'स्टाइलिस गेट अप' को परिकल्पना गरिन्छ। आधा कर्ली/आधा स्ट्रेट, सर्ट हेयर केट, नेचुरल कर्ल, स्पाइकीजस्ता विभिन्न शैलीमा हेयरकटिङ गर्ने, वेस्ट कलरमा त्यसकै लाइट कलरको प्रयोग गरेर हाईलाइटिङ गर्ने शैली हबिबको लोकप्रियताको आधार मानिन्छ। नेपाली चलचित्र कलाकारदेखि व्यवसायीहरूसम्म हबिबकहाँ सेवा लिन जाने गरेका छन्। हबिबले पनि केश झर्ने, चायाँ हटाउने, केश हेरेर परामर्शसमेत दिने गरेको छ। हामी ग्राहकलाई कुन स्टाइलले केश काट्ने भनेर कहिल्यै पनि सोध्दैनौं भन्दै सिलले भने- 'कैंची चलाएको देखेर नै ग्राहकले हबिबको पृथकतालाई अनुभव गर्न सक्छन्।

सिर्जनात्मक शैलीको खोजी

नाम सुन्दा नील डेभिड विदेशी नागरिक हुन् कि जस्तो लाग्छ। झापामा ३२ वर्षअघि जन्मिएका नील डेभिडको नेपाली नाम भने निलेन्द्र कटुवाल हो। करिब एक दशकअघि राजधानी काठमाडौं छिरेका नील क्यारियरको खोजीमा काठमाडौंमा भौंतारिरहेका थिए। त्यसै बेला आफ्ना कागजात हराएर समस्यामा परेका बेलायती नागरिक डेभिड भाइनाललाई उनले सहयोग गरे। निलेन्द्रको सहयोगले खुसी भएका भाइनालले नै उनलाई अहिलेको नील डेभिड बनाउन सहयोग गरेका हुन्। 'भाइनाल मेरा गडफादर हुन्,' निलले भने- 'उनले मेरा सबै अफरलाई स्वीकार गरेर मेरो चाहना पूरा गरिदिए। नीलले हबिब्स दिल्ली, पिबोट प्वाइन्ट दिल्ली अस्ट्रेलियन ब्रान्च, कसमो हेयर ड्रेसिङ स्कुल थाइल्यान्डबाट केशका विविध पक्षमा डिप्लोमा गरेका छन्। त्यसपछि उनले दिल्लीका फेसन सोहरूमा काम गरे। विदेशमा राम्रो आम्दानी हुँदाहुँदै स्वदेशमै व्यवसाय गर्न आइपुगेका नीलसँग साप्ताहिकले गरेको कुराकानी :

किन स्वदेश फर्किनुभएको ?

पैसा राम्रै कमाए पनि विदेशमा माया, इज्जत पाउन नसक्ने देखेपछि नेपाल फर्किएको हुँ। मलाई हबिबले अफर गरेको भए पनि काम गरिनँ। विदेशीहरूले नाम बेचेकै भरमा पैसा असुलिरहेको अवस्थामा स्थानीय नेपाली युवालाई सीप सिकाउन तथा रोजगार दिलाउने उद्देश्यले म स्वदेश फर्किएँ।

यहाँ तपाईंको व्यवसायले राम्रो स्थान पाउँछ भन्ने पुर्वानुमान थियो ?

एक पटक आफ्नै देश गएर प्रयास गरूँजस्तो लाग्यो। यहाँ आएपछि काठमाडौं मलमा पार्लर खोलें, छोटो समयमै यसले लोकप्रियता पायो। अहिले नयाँ बानेश्वरमा पनि शाखा खोलेको छु। यसबाहेक पोखरामा पनि शाखा खोल्दैछु।

कस्तो अनुभव भैरहेको छ त ?

आत्मसन्तुष्टि मिलेको छ। एक दर्जनभन्दा बढीलाई रोजगारी दिएको छु। साथै दुई जना बहिरा संघ र दुई जना माइती नेपालबाट कार्यरत छन्। पोखराको शाखामा मेरो प्रत्यक्ष तालिममा बसेका आर्थिक अवस्था कमजोर भएका तथा परिवार विहीनहरूलाई लाँदैछु।

नील डेभिडबाट ग्राहक सन्तुष्ट छन् त ?

ग्राहकहरूलाई राम्रो सेवा पुऱ्याइरहेका छौं। विभिन्न सरुवा रोगलाई नजर गरेर हाम्रो सैलुनमा हाइजेनिक पद्धतिमा सेवा उपलब्ध छ। यहाँ ग्राहकहरूले पूर्णत पारिवारिक वातावरण पाउँछन्।

तपाईं केशका लागि लागि दक्ष हुनुहुन्छ ?

अन्य सेलुनमा केश काटे पनि सिर्जनात्मक शैली छैन। अनुहार सुहाउँदो केश काट्ने दक्ष व्यक्ति छैनन्, तर मकहाँ केश काट्ने सिर्जनात्मक शैली मात्र होइन, केशसम्बन्धी सबै समस्याको हल खोजिन्छ।

तपाईंको केश पनि एक्कासि लामो भएछ नि ?

भर्खरै मैले थाइल्यान्डबाट छोटो केशलाई पनि जोडेर लामो गर्न सक्ने हेयर स्टाइल एक्सटेन्सन कोर्स गरेर आएको छु। त्यहीं मैले पनि थाई डिजाइनरबाट एक्सटेन्सन गराएँ। त्यसले मेरो लुक्स नै चेन्ज भएको छ।

नील डेभिड सेलुनका विशेशताहरू के–के हुन् ?

हेयर कट, हेयर स्ट्रेट, हाईलाइटिङ, पर्म, कलर, हेयर एक्सटेन्सन, स्कीनसम्बन्धी समस्या समाधान, पार्टीमेक अप, ब्राइडल मेकअपलगायतका सुविधाहरू।

यति धेरै पार्लर हुँदाहुँदै पनि किन नील डेभिड ?

म अन्तर्राष्ट्रिय डिप्लोमा स्तरको शिक्षा हासिल गरेको व्यक्ति हुँ। मैले सेलुन चलाएर पैसा कमाएको छैन, मेरो कलाले ग्राहकहरूलाई सन्तुष्ट पारेको छु।

शाखाहरू बढ्दै जाँदा तपाईंले सबै ठाउँमा सुविधा दिन सक्नुहुन्छ ?

हाल मेरा २ वटा शाखा छन्। नयाँ बानेश्वरमा तालिम पनि दिन्छु। त्यसैले १० बजेदेखि एक बजेसम्म बानेश्वर र २ बजेपछि काठमाडौं मलमा हुन्छु। पोखरामा शाखा खोलेपछि सातामा चार दिन काठमाडौं र तीन दिन पोखरालाई छुट्याउने योजना बनाएको छु।

!!! महिलाहरूको लागि सुवर्ण अवसर !!!
नि:शुल्क ब्युटीसियन तालिम
N.G.O. को सहयोगमा नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त साथै वरिष्ठ प्रशिक्षकद्वारा नि:शुल्क ब्युटीसियन कोर्ष Basic, Advance Diploma र Special Course हरूमा धमाधम भर्ना लिईदैछ।
नेपाल ब्यूटीसियन टेनिङ इन्स्टिच्यूट
पुरानो बानेश्वर ४१००५६३, ९८४१३९९१३३

जसले राखे प्रतिष्ठा देशको

पृष्ठ १ बाट जारी

भएका इरानका खेलाडीले पदक लगाएको लगत्तै तयसलाई फुकालेर विरोध जनाएका थिए ।

दीपकले स्वर्ण पदक विजेतासँग ८-१ को फराकिलो अन्तरमा हार्नुको कारण निर्णायकहरूको आयोजक राष्ट्रका खेलाडीप्रति रहेको सहानुभूतिलाई बताए । दीपकले आफूले स्वर्ण पदक विजेता खेलाडीलाई सेमिफाइनलमा पराजित गरेको कुरा उक्त प्रतियोगिताको भिडियो रेकर्डिङ हेर्ने जो-कोहीले पनि अनुमान गर्न सक्ने बताएका छन् ।

विद्यालयमा भलिबल खेल्न रुचाउने दीपक १० वर्षअघि मात्र तेक्वान्दो खेलमा प्रवेश गरेका हुन् । तेक्वान्दोमा लागेको छोटो समयमै दीपकले आफूलाई नेपालको मात्र नभएर दक्षिण एसियाली क्षेत्रकै उत्कृष्ट खेलाडी प्रमाणित गरेका थिए । आठौं सागदेखि लगातार स्वर्ण पदक जित्दै आएका ३० वर्षीय दीपक दोहा एसियाडका लागि भनेर अमेरिकामा प्रशिक्षण लिन पुगेका थिए । आठौं सागमा वैकुण्ठ मानन्धरपछि लगातार तेस्रो स्वर्ण पदक जित्ने दोस्रो खेलाडी बनेका दीपक एसियाडमा नेपालका लागि लगातार दुई पदक जित्ने पहिलो खेलाडीसमेत बनेका छन् ।

नेपालका लागि तेक्वान्दोमा तेस्रो पदक जित्ने आयशा शाक्यले पहिलो चरणमा आफ्नो प्रतिस्पर्धामा कुनै प्रतियोगी नभएपछि सोझै क्वाटरफाइनलमा प्रवेश पाएकी थिइन् । क्वाटरफाइनलमा उनी चीनकी डोङ फेडमिनलाई १-० ले पराजित गरेर सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेकी थिइन् तर शाक्य सेमिफाइनलमा शाक्य भियतनामकी नुएन थि होईसँग २-१ को अन्तरले पराजित भइन् । १५ औं एसियाडमा

तेक्वान्दो खेलमा नेपालका तर्फबाट सहभागी ५ पुरुष तथा ४ महिला खेलाडीहरूमध्ये २ महिला एवं १ पुरुष खेलाडीले मात्र नेपालका लागि पदक जितेका छन् ।

निराशाजनक प्रदर्शन जारी

प्रतियोगिताको सातौं दिन नेपालले ब्याडमिन्टन खेलमा मात्र आफ्नो सहभागिता जनायो । दोहा एसियाडमा नेपालका तर्फबाट ब्याडमिन्टन खेलमा सुमिना श्रेष्ठले मात्र सहभागिता जनाएकी थिइन् । दुई महिनाको प्रशिक्षणपश्चात् दोहा एसियाडमा उपस्थित भएकी श्रेष्ठ महिला एकल स्पर्धामा पहिलो चरणमै सिंगापुरकी जिङ एइयिङसँग २१-१ र २१-६ को सोझो सेटमा फराकिलो अन्तरले पराजित भइन् ।

दोहा एसियाडमा नेपालले पदकको आशा राखेको खेल तेक्वान्दो प्रतियोगिताको आठौं दिनदेखि सञ्चालनमा आयो । सन् १९८६ को सियोल एसियाडदेखि एसियाडमा सामेल तेक्वान्दो खेलमा नेपालले अहिलेसम्म लगातार सफलता पाएको छ । एसियाडमा तेक्वान्दोतर्फ नेपालले सबैभन्दा ठूलो सफलता बैंकक एसियाडमा पाएको थियो । उक्त एसियाडमा नेपालले सविता राजभण्डारीमार्फत रजत पदक प्राप्त गरेको थियो । दोहा एसियाडमा तेक्वान्दोतर्फ छुट्याइएको १६ स्पर्धामध्ये नेपालले ९ वटा स्पर्धामा सहभागिता जनाएको थियो, जसमा ५ पुरुष र ४ महिला खेलाडीले सहभागिता जनाएका थिए । ४ देखि ६ वटासम्म पदकको आशा राखिएको यो खेलको पहिलो दिनमै नेपालका ४ प्रतियोगीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए, जसमध्ये तीन खेलाडी पदकको होडबाट बाहिरिए । पहिलो दिनको खेलमा नेपाली तेक्वान्दो खेलाडी कुमार मानन्धर असफल भए । १० औं सागमा तेक्वान्दोमा रजत पदक जितेका कुमारले यो एसियाडमा पदक जित्ने आशा गरिएको थियो । पहिलो चरणमा भुटानका खेलाडीलाई पराजित गरेर दोस्रो चरणमा प्रवेश गरेका कुमार थाइल्यान्डका खेलाडीबाट ५-१ ले पराजित भए । सोही दिन सम्पन्न अर्को खेलमा रमेशकुमार श्रेष्ठ र यानकुमारी चौलागाईंले पनि आशाअनुरूप प्रदर्शन गर्न सकेनन् । रमेश पहिलो चरणमै ताजिकिस्तानका खेलाडीद्वारा ४-० ले र यानकुमारी जोर्डनकी खेलाडीद्वारा ७-० को फराकिलो अन्तरले पराजित भए । पहिलो दिन नेपालका तीन खेलाडीले असफलता भोगे पनि मनिता शाही क्वार्टरफाइनलमा पुगिन् ।

नवौं दिनको खेलमा दीपक विष्टले कांस्य पदकमा चित्त बुझाए पनि अन्य खेलाडी रित्तो हात घर फर्किए । उक्त दिन यामबहादुर पुन पाकिस्तानका खेलाडीद्वारा पहिलो चरणमै ३-१ ले पराजित भए भने पहिलो चरणमा बाई पाएर क्वाटरफाइनलमा प्रवेश गरेकी पद्मा गुरुङ थाइल्यान्डकी खेलाडीद्वारा ६-२ ले पराजित भइन् ।

नेपालले एथलेटिक्समा दुई जना खेलाडीलाई सहभागि गराएको थियो, जसमध्ये महिलातर्फ कान्छीमाया कोजुले १० हजार मिटर र ५ हजार मिटरको दौडमा सहभागिता गरेकी थिइन् । ७ जना प्रतियोगीले सहभागिता गरेको १० हजार मिटर दौडमा कान्छीमाया कोजू ३७ मिनेट ५९ दशमलव ७६ सेकेन्डमा दौड पूरा गरेर सातौं स्थानमा रहिन् । कोलोम्बो सागमा रजत पदक जितेकी कोजुले कोलोम्बोमा ३५ मिनेट ३ दशमलव ४३ सेकेन्डमा उक्त दौड पूरा गरेकी थिइन् । आठौं दिन एसियाली खेलमा पहिलो पटक सामेल शारीरिक सुगठनका प्रतियोगिताहरू भए । शारीरिक सुगठनतर्फ नेपालका सञ्चित प्रधान ६० किलोग्राम तौल समूहमा प्रिजजिङ राउन्डबाटै बाहिरिए ।

प्रतियोगिताको नवौं दिन तेक्वान्दोको अन्तिम खेलमा नेपालका सञ्जीव प्रधानले पहिलो चरणमा बाई पाएर दोस्रो चरणमा प्रवेश गरेका थिए, तर उनी दोस्रो चरणको खेलमा कुवेतका खेलाडीद्वारा १-० ले पराजित भए । एथलेटिक्सको म्याराथनतर्फ सहभागी अर्जुनकुमार बस्नेतले २ घन्टा २३ मिनेट ५५ सेकेन्डमा दौड पूरा गर्दै ११ औं स्थान हासिल गरे । २२ जना धावकले सहभागिता गरेको म्याराथनमा दुई धावकले दौड पूरा गर्न सकेनन् । यसअघि बुसानमा सम्पन्न १४ औं एसियाडमा बस्नेतले सातौं स्थान प्राप्त गरेका थिए ।

प्रतियोगिताको ११ औं दिन नेपालले पदकको आशा गरेको अर्को खेल उसुका प्रतिस्पर्धाहरू सञ्चालन गरिए । उसुतर्फ पनि नेपालले आशातीत सफलता पाउन सकेन । कोलोम्बो सागमा स्वर्ण पदक जितेका राजकुमार रसाइली ५२ किलोग्राम तौल समूहको सान्सुतर्फ मकाउका खेलाडीद्वारा पराजित भए । त्यसैगरी भुवन श्रेष्ठले महिला स्पेयरसमा ११ औं स्थान प्राप्त गरिन् । सोही दिन सम्पन्न अर्को खेलमा गौतम डंगोल नानहवान स्पर्धामा १८ औं तथा विकास गुरुङ छानहवान स्पर्धामा १८ औं स्थानमा देखिए ।

नेपालले दोहा एसियाडमा गल्फबाट पनि पदकको आशा राखेको थियो, तर नेपाली गल्फरहरूले टिम इभेन्ट्समा १७ टिममध्ये १५ औं स्थान प्राप्त गरे भने व्यक्तिगत स्पर्धामा नेपालका शिवराम श्रेष्ठले ४५ औं, यलम्बर अधिकारीले ४९ औं, सीबी भण्डारीले ६४ औं तथा टासी घलेले ६६ औं स्थान प्राप्त गरे ।

तेक्वान्दोमा जस्तै सफलता पाउने आशाका साथ गत मंगलबारदेखि प्रतिस्पर्धामा उत्रिएका नेपाली कराँते खेलाडीहरूले पहिलो दिन नै असफलता बेहोर्नुपर्‍यो । कोलोम्बो सागमा कातातर्फ स्वर्ण पदक जितेकी सुलोचना सिजख्वाको पहिलो दिनको प्रदर्शन निराशाजनक थियो । महिला एकल काताको तीन खेल जितेर सेमिफाइनल पुगेकी सुलोचना लगातार दुई खेलमा पराजित भइन् । पहिलो चरणमा अफगानिस्तान, दोस्रो चरणमा युएई र क्वाटरफाइनलमा श्रीलंकाकी खेलाडीलाई पराजित गरेर सेमिफाइनलमा पुगेकी सुलोचना सेमिफाइनलमा भियतनामकी खेलाडीद्वारा ५-० ले पराजित भइन् । भियतनामकी खेलाडीले फाइनल जितेपछि कांस्य पदकका लागि भिड्ने अवसर पाएकी सुलोचना मकाउकी खेलाडीद्वारा ५-० ले पराजित भइन् ।

यसैगरी दीपक श्रेष्ठ मलेसियाका खेलाडीद्वारा पहिलो चरणमै ५-४ ले पराजित भए । मलेसियाका खेलाडीले फाइनलमा स्थान पाएपछि कांस्य पदकका लागि पाएको मौका प्रतिस्पर्धामा दीपक पुनः चाइनिज ताइपेईका खेलाडीद्वारा पराजित भए । कोलोम्बो सागमा रजत पदक जितेकी अमृता शाक्य पहिलो चरणमा जापानी खेलाडीसँग पराजित भए पनि कांस्य पदकका लागि पाएको अवसरमा सिरियाकी खेलाडीद्वारा ८-० ले पराजित भइन् भने कृष्णकला केसी मकाउकी खेलाडीद्वारा पहिलो चरणमै ६-३ ले पराजित भइन् । त्यसैगरी रामबहादुर लिम्बू ताजिकिस्तानका खेलाडीद्वारा ७-५ ले पराजित भए ।

दोहा एसियाडमा नेपालले पदकको आशा राखेको उसुका प्रतिस्पर्धाहरू मंगलबार समाप्त भए । उसुको अन्तिम दिनको खेलमा उत्रिएका नेपाली खेलाडीहरूले कुनै पनि सफलता पाउन सकेनन् । मचारत्न महर्जनले पुरुष ताइ जु च्वानमा १५ औं तथा विकास गुरुङले १६ औं स्थानमा चित्त बुझाए । यसैगरी सनसोउतर्फ नेपालका सत्यमान लामा उज्बेकिस्तान तथा धनवीर महर्जन चीनका खेलाडीद्वारा पराजित भए ।

लिगको अर्थशास्त्र

काठमाडौं– पुरस्कार राशिमा भएको झन्डै दोब्बर वृद्धिसँगै सहिद स्मारक 'ए' डिभिजन लिगमा क्लबहरूले ठूलो रकम खर्च गर्न थालेका छन् । उक्त प्रतियोगिताअन्तर्गत खेलाडीहरूले खेलेरै साढे दुई लाख रुपैयाँसम्म पारिश्रमिक हात पार्न सक्ने छन् । व्यस्त फुटबलले खेलाडीहरूको आम्दानी र क्लबहरूको खर्च ह्वात्तै बढाएको छ ।

नेपालका कुनै पनि फुटबल क्लब आत्मनिर्भर छैनन् । एक-दुईबाहेक बाँकी सबै क्लब व्यक्तिगत सहयोग र चन्दा संकलनबाट सञ्चालन भैरहेका छन्, तर पनि एउटै क्लबले वर्षमा आधा करोड रुपैयाँसम्म खर्च गर्न सक्ने भएका छन् । ठूला क्लबहरूले चन्दाकै भरोसामा लाखौं रुपैयाँ खर्च गरेर स्तरीय खेलाडीहरू अनुबन्ध गरेका छन् । लिगमा पुरस्कार रकमबाहेक ६५ लाख रुपैयाँ खर्च हुने अनुमान अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा) ले गरेको छ ।

यो वर्ष सहिद स्मारक 'ए' डिभिजन लिगका ११ वटा क्लबले २ करोड ८० लाख रुपैयाँको बजेट बनाएका छन् । लिगका १४ वटा क्लबले ४२ लाख ५० हजार नगदसहित ८० लाख रुपैयाँ बराबरीको पुरस्कारका निम्ति प्रतिस्पर्धा गर्दैछन् । विजेताले २० लाख पाउनेछन् । गत वर्ष २७ लाख नगदसहित ६० लाख रुपैयाँ बराबरको पुरस्कार दिइएको थियो । कुल बजेटको ७० प्रतिशत रकम खेलाडीलाई पारिश्रमिक दिँदै ठिक्क हुने क्लब व्यवस्थापकहरू बताउँछन् । तीन महिना लामो लिग अवधिभर खेलाडीलाई खाने र बस्ने व्यवस्था पनि गर्नैपर्छ ।

यो वर्ष नबिल थ्रीस्टारले ५० लाख, मनाङ-मर्स्याङ्दीले २७ लाख, रानीपोखरी कर्नर टिम (आरसीटी) ले २६ लाख, न्यूरोड टिम (एनआरटी) ले २८ लाख, ब्वाइज युनियनले २७ लाख, मच्छिन्द्रले २३ लाख, फ्रेन्ड्सले १८ लाख रुपैयाँ बराबरको बजेट बनाएका छन् । सरस्वती युथ क्लबले २० लाख रुपैयाँ खर्च गर्ने बताएको छ । जावलाखेल युथ र संकटा क्लबले २५-२५ लाख रुपैयाँ विनियोजन गरेका छन् । ब्रिगेड ब्वाइज क्लबले सबैभन्दा कम १० लाख रुपैयाँ बजेट छुट्याएको छ ।

ठूलो बजेटका सम्बन्धमा थ्रीस्टार अध्यक्ष ललितकृष्ण श्रेष्ठ भन्छन्– 'खेलाडी पाल्नैपर्छ । चन्दा उठाएर भए पनि तलब दिनैपर्‍यो ।' थ्रीस्टारले खेलाडीलाई मासिक कम्तीमा १५ हजार रुपैयाँसम्म पारिश्रमिक दिएको छ । लिगको साविक विजेता मनाङ-मर्स्याङ्दीका खेलाडीद्वय सागर थापा र टासी छिरिङ यो वर्षका सबैभन्दा महँगा खेलाडी हुन् । उनीहरू मासिक २० हजार रुपैयाँमा अनुबन्धित छन् । थप आधा दर्जन खेलाडीमाथि पनि मनाङ-मस्याङ्दीले वार्षिक दुई लाख रुपैयाँसम्म खर्च गरेको छ । सफलता हासिल नगरे उनीहरूको लगानी खेर जाने निश्चित छ ।

व्यापारिक भवनको घरभाडाबाट आरसीटीले २४ लाख रुपैयाँ प्राप्त गर्छ । सचिव राजु शाहीका अनुसार थप दुई लाख चन्दा माग्नुपर्छ । व्यापारिक भवनबाट एनआरटीले पनि १५ लाख आम्दानी गर्छ । अपुग रकम चन्दा उठाएर संकलन गरिने एनआरटी सचिव विनय प्रधान बताउँछन् । हिमालयन बैंकबाट एनआरटीले पाँच वर्षका लागि गत वर्ष २५ लाख रुपैयाँ ऋण लिएको छ । चार वर्षपछि एनआरटी नेपालकै सबैभन्दा धनी र पहिलो आत्मनिर्भर क्लब बन्ने सचिव प्रधानको दाबी छ । २० वर्षका निम्ति लिजमा दिइएको भवन ४ वर्षपछि एनआरटीको पूर्ण स्वामित्वमा हुनेछ ।

सरस्वती क्लबले होर्डिङ बोर्डबाट, जावलाखेलले मैदानबाट वार्षिक १० लाख रुपैयाँ आम्दानी गरिरहेका छन् । फ्रेन्ड्स र संकटा क्लबसँग थोरै रकम भए पनि नियमित आम्दानीको स्रोत छ । कोष वृद्धि गर्न धेरै क्लबहरूले चिठ्ठामार्फत रकम संकलन गर्दै आएका छन् । सफलता हासिल गर्ने क्लबहरूप्रति प्रायोजक आकर्षित हुनु स्वाभाविक हो । सबैभन्दा ठूलो प्रायोजन रकम दुईपल्टको लिग विजेता नबिल थ्रीस्टारले प्राप्त गर्छ । उसलाई नबिल बैंक, मायोज चाउचाउ र एडिडास कम्पनीले करिब १६ लाख रुपैयाँ दिन्छन् । मनाङ-मर्स्याङ्दीलाई कार्ल्सबर्ग बियरले गत वर्षसम्म उपलब्ध गराउँदै आएको रकममा यो वर्ष तेब्बर वृद्धि गरेको छ । कार्ल्सबर्गले मनाङ-मस्याङ्दीलाई गत वर्ष २ लाख ५० हजार रुपैयाँ दिएको थियो ।

सफलता प्राप्त गर्ने ठूला क्लबहरूप्रति मात्र प्रायोजक आकर्षित हुन्छन् । उनीहरू साना क्लबलाई प्रायोजन गर्न हिचकिचाउँछन् । संकटालाई काठमाडौं मलले ५ लाख रुपैयाँ नगद तथा खेल सामग्री उपलब्ध गराएको छ । फ्रेन्ड्स क्लबले इन्भेस्टमेन्ट बैंकसँग ६ लाख रुपैयाँको सम्झौता गरेको छ । मच्छिन्द्र क्लबले इनरजायर ब्याट्रीबाट ५ लाख नगद तथा इङलिस प्रिमियर लिग क्लब एस्टन भिल्लाबाट खेल सामग्री प्राप्त गरेको छ । सेनाको त्रिभुवन आर्मीलाई एलजी कम्पनीले तथा सशस्त्र प्रहरीको एपीएफलाई फिटराइट कम्पनीले ५ लाख रुपैयाँ बराबरको खेल सामग्री उपलब्ध गराएका छन् ।

तीव्र प्रतिस्पर्धासँगै क्लबहरूले सफलता प्राप्त गर्ने उद्देश्यले मोटो रकममा अब्बल दर्जाका खेलाडी अनुबन्ध गरिरहेका छन् । ब्रिगेड ब्वाइज क्लबले खेलाडीहरूलाई अधिकतम वार्षिक ६० हजार रुपैयाँ पारिश्रमिक दिइरहेको छ । गत वर्ष उसले अफ्रिकी मूलका खेलाडी ओबाग बेमिरो जुनियरका लागि ८ लाख खर्च गरेको थियो । जावलाखेल युथ र फ्रेन्ड्स क्लबले वार्षिक १ लाख २० हजार, एनआरटीले १ लाख ८ हजार रुपैयाँसम्म तलब दिएको छ । ब्वाइज युनियन र आरसीटीले १ लाख ४४ हजार, मच्छिन्द्रले १ लाख ५६ हजार, सरस्वती युथ क्लबले १ लाख रुपैयाँसम्म तलब उपलब्ध गराएको छ । संकटाले १७ वर्षमुनिको राष्ट्रिय टिमका ११ जना खेलाडीका निम्ति १० लाख रुपैयाँ खर्च गरेको छ ।

–राजु घिसिङ

५ प्रश्न

टेबलटेनिस खेलाडी गीता थापा, वर्ष ३० । धरानकी गीता सन् १९९५ देखि नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै निरन्तर अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी भैरहेकी छिन् । अन्तर्राष्ट्रिय क्यारियरको ११ वर्षमा आठ प्रतियोगिता खेल्ने क्रममा उनले दक्षिण एसियाली खेलकुद (साग) मा ५ वटा कांस्य पदक जितेकी छिन् । थापाले आठौं र नवौं सागमा दुई-दुई तथा दसौं सागमा एक कांस्य पदक प्राप्त गरेकी थिइन् ।

अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको टेबलटेनिस प्रतियोगितामा नेपालको प्रदर्शन कमजोर हुँदै गएको छ, किन ?

नेपालको स्तर पहिलेभन्दा घटेको छ । त्यसैले प्रतियोगितामा कमजोर प्रदर्शन भैरहेको छ । बजेट छैन भनेर घरेलु प्रतियोगिताहरू सञ्चालन गरिएका छैनन् । अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताहरूमा पनि नियमित सहभागिता छैन । त्यसैले पर्याप्त खेल खेल्न नपाउँदा खेलाडीको स्तरमा वृद्धि हुन सकेको छैन ।

सिनियर लेबलमा वार्षिक कतिवटा प्रतियोगिता सञ्चालन भैरहेका छन् ?

राष्ट्रिय प्रतियोगिता पनि नियमित हुन सकेको छैन । निजी संस्थाहरूले राजधानीमा वर्षमा दुई-तीनवटा प्रतियोगिता आयोजना गरिरहेका छन् । मोफसलको गतिविधि शून्य छ । नयाँ खेलाडी उत्पादन तथा खेलाडीको स्तर वृद्धि गर्नका निम्ति कम्तीमा सिनियर लेबलमा वार्षिक १० वटाभन्दा बढी प्रतियोगिता सञ्चालन हुनुपर्छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय खेलबाट के पाउनुभयो ?

दाम कमाउन नसके पनि नाम, इज्जत कमाएँ । धेरैले मलाई खेलाडी भनेर चिन्छन् । नेपाली टेबलटेनिस व्यावसायिकताको मार्गमा नभएकाले पैसा कमाउन सकिनँ ।

भविष्यमा के गर्ने योजनामा हुनुहुन्छ ?

सक्रिय खेलजीवनबाट संन्यास लिएपछि प्रशिक्षक बनेर राम्रा खेलाडी उत्पादन गर्ने इच्छा छ तर समय र परिस्थितिले पनि साथ दिनुपर्छ ।

मोफसलबाट टेबलटेनिस खेलाडीहरू धेरै संख्यामा उत्पादन हुन नसक्नुको कारण के हो ?

मोफसलमा प्रशिक्षक थोरै छन्, सुविधा छैन । प्रतियोगिता पनि छैनन् । त्यसैले खेलाडी उत्पादन हुन सकिरहेका छैनन् । राजधानीमा आयोजना हुने प्रतियोगितामा सहभागी हुन पनि आफैं खर्च गर्नुपर्ने अवस्था छ ।

– राजु घिसिङ

मैदान बाहिर

अपरिवर्तनीय सोयब

शक्तिवर्धक औषधी सेवन गरेको आरोप लागेर विवादमा आउँदा पनि सोयब अख्तरको जीवनमा कुनै परिवर्तन आएन । पीसीबीको नजरमा सोयब अख्तर क्रिकेटमा जति चर्चित र लोकप्रिय छन् वास्तविक जीवनमा पनि उनी त्यत्तिकै फास्ट छन् । पाकिस्तानी टेस्ट क्रिकेटका पूर्वकप्तान एवं हाल पीसीबीको लागू औषध इकाइका सदस्य इन्तिखाव आलमले सोयब दोषी प्रमाणित भएपछि भनेका थिए- उनीमाथि लगाइएको प्रतिबन्धले उनको फास्ट लाइफस्टाइलमा कुनै परिवर्तन ल्याउनेछैन । भयो पनि त्यस्तै, अहिले प्रतिबन्ध फुकुवा भएपछि मानिसहरूले थाहा पाए कि सोयब बिन्दास भएर रक्सी पिउँछन्, उनको यौनजीवन सक्रिय छ साथै उनी शक्तिवर्धक औषधी सेवनविरुद्ध जनचेतना जगाउने काम पनि गर्छन् ।

एकै नजरमा माया

माया-पिरती कसरी गाँसिन्छ ? यसै भन्न सकिँदैन । अझ पश्चिमी मुलुकमा त विवाह गरेको लामो समयसम्म पनि माया-पिरती भएन भनेर पारपाचुके गर्ने चलन छ । त्यस्तो समाजमा एकैचोटि माया-पिरती बस्छ भन्ने कुरा नौलो मानिन्छ, तर पोर्चुगलका स्ट्राइकर क्रिस्टियानो रोनाल्डो एकै नजरको मायामा कैद भएका छन् । खेलको कलाले मात्र नभएर उनको शारीरिक वनावट एवं आकर्षक मुहारका कारण लाखौं युवती उनका लागि मरिहत्ते गर्छन् तर युवतीहरूको भीडलाई छिचोल्दै उनले बाटोमा अचानक आँखा जुधेकी एक युवतीसँग माया-पिरती गाँसेका छन् । ती युवतीलाई हल्यान्डमा अचानक देख्दा रोनाल्डो जीवनसाथीका रूपमा खोजेकी युवती भन्ने निर्णयमा पुगे । हल्यान्डबाट म्यानचेस्टर जाने क्रममा उक्त युवती सोही विमानमा पुनः देखा परिन् भने भोलिपल्ट बिहान उक्त युवती रोनाल्डोलाई भेट्न उनी बसेको घरमा बिहानै ६ बजे आइन्, तर रोनाल्डोले अन्य कुनै युवती आएको भनेर उनलाई फर्काइदिए तर पनि को रहेछ भनेर झ्यालबाट पर्दा खोलेर हेर्दा त ती उनै युवती थिइन् ।

त्यति बेला ती युवतीले रोनाल्डोका भाइ नुनोसँग कुराकानी गर्न भ्याइन् । उनले रोनाल्डोलाई हल्यान्डमा पहिलो पटक देखेको र भेट्न आएको बताइन् । त्यसबेला उनी दुई महिनाको छुट्टीमा घर आएको र पुनः हल्यान्ड फर्किनुपर्ने बताइरहेकी थिइन् । ती युवती हल्यान्ड फर्किएपछि रोनाल्डो भन्दै थिए- उनीसँग कुनै किसिमको भेटघाट भएको छैन । म उनको प्रतीक्षामा छु । मलाई आशा छ, उनी कुनै पनि बेला मलाई भेट्न आउन सक्छिन् ।

कान्तिपुर गाथा

किशोर नेपाल

निनु घर आइपुग्दा बिहानको दस बजिसकेको थियो। उसलाई आफ्नो शरीर फूलजस्तै हलुंगो लागिरहेको थियो, तर मन भने शरीरजस्तो हलुंगो थिएन। कता-कता के-के गिल्टजस्तो फिल भैरहेको थियो उसलाई। त्यो बिहान उसको ड्यूटी थिएन। पैंतीस मिनेटको एउटा फ्लाइट थियो, एकैचोटि तीन बजे। निनु ओछ्यानमा पल्टिई र हातमा मोबाइल खेलाउन थाली। उसले मेनुबाट एसएमएस थिची र अजेलाई दुई शब्द मात्र लेखी– थ्यांक यू। भोलि अजेसँग दोस्रो भेट हुनेछ उसको। मान्छे इन्टरेस्टिङ मात्र होइन, इन्टिलिजेन्ट पनि छ।

चार वर्षअघि सिन्धुलीबाट कान्तिपुर आउँदा निनु निकै सोझी थिई। कान्तिपुरबाट विमान पूर्वतिर लाग्दा माथिबाट सिन्धुलीको आफ्नो गाउँ देखिँदा ऊ भावुक हुन्छे। कान्तिपुर नआएकी भए यतिखेरसम्म उसको विहे भैसकेको हुन्थ्यो होला र ऊ एक बथान छोराछोरीकी आमा पनि भैसकेकी हुन्थी होला, तर ऊ एसएलसी पास गरेपछि कान्तिपुर आई र भाउजूको मामाघरमा बस्न थाली। भाउजूका मामाहरूले उसलाई क्याम्पस भर्ना गरिदिए। क्याम्पसको जीवनसँगै उसको जीवनमा ठूलो परिवर्तन आउन थाल्यो। ऊ तीन महिनामा नै पहाडीवालाबाट सहरिया युवती भई।

अर्को तीन महिनामा ऊ एक नम्बरकी मोडल भई। साप्ताहिकमा उसका आकर्षक तस्बिरहरू छापिन थाले। यसबीच भाउजूका मामाले उसलाई गरुडा एयरलाइन्समा काममा लगाइदिए। ऊ टिकट काउन्टरमा बस्न थाली। एक दिन काउन्टर निरीक्षणमा आएको एयरलाइन्सको एमडीसँग उसको आँखा जुध्यो। त्यसको एक सातापछि नै निनु एयरहोस्टेज भई।

त्यसपछि निनु एक्लै बस्न थाली। भाउजूको मामाघरमा आफ्नो फ्रिडम खुम्चिएको जस्तो लाग्यो उसलाई। कान्तिपुर आएको डेढ वर्षपछि उसकी आमा बितिन्। त्यसपछि सिन्धुलीसँगको उसको सम्बन्ध पनि पातलिन थाल्यो।

निनु दिनहुँ कलकलाउन थाली। सुरुमा ऊ दिनहुँ क्याम्पस जान्थी, तर एयरहोस्टेज भएपछि ऊ साताको एक दिनमात्र जान थाली। अब के गर्छे? त्यो त उसैलाई पनि थाहा छैन। ओछ्यानमा पल्टिएर तरंगिदै थिई निनु। ऊ सोच्दै थिई– कतै ऊ बरबाद हुने त होइन? उसले फेरि सोची– किन हुनु र? डेटिङ र पार्किङ त कहिलेकाहीं मात्रै न हो। नयाँ थपिएको ब्वाइफ्रेन्ड अजेबाहेक कति नै छन् र उसका साथीहरू □

पल्टिँदा-पल्टिँदै अजेको फोन आयो।

फुर्सद हुन्छ? -अजेले सोध्यो।

फ्लाइट छ। पाँच बजे फ्री हुन्छु।

म पर्खिन्छु, है त?

ओके।

साँझ पाँच बजे अजेसँग भेट भयो निनुको। त्यति नै बेला अजेको मोबाइलमा मेसेज आयो। तिम्रै हो, अजेले भन्यो, थ्यांक्स त तिमीलाई पो त। कस्तो रमाइलो छ नेपाल टेलिकमको मोबाइल। बिहान एघार बजे पठाएको मेसेज आइपुग्छ साँझ पाँच बजे।

निनु खुसी भई।

एक घण्टापछि उनीहरू छुट्टिए। भोलिपल्ट बिहानै ऊ पोखराका लागि उडी। ऊभन्दा अघि पोखरा विमानस्थलमा माउन्टेन उत्रिइसकेको थियो। निनुले देखी– अजे माउन्टेनकी मिमीसँग हातेमालो गर्दै गाडीमा बस्दैछ। एकैछिनका लागि शक भई निनु। त्यसपछि बिस्तारै सामान्य भई। उसका ओठहरू यन्त्रवत् चल्न थाले– 'यात्रु महानुभावहरू, पोखरादेखि कान्तिपुरसम्मको यात्रा हामी पैंतीस मिनेटमा पूरा गर्नेछौं...'

धरानमा सविनको एकल कन्सर्ट

राजु घिसिङ

धरान- युवा पुस्तामाझ लोकप्रिय पप गायक सविन राईको एकल कन्सर्ट धरानमा शनिबार सम्पन्न भयो। सविनका साथीहरूको समूह युनाइटेड ब्रदर्सले आयोजना गरेको कन्सर्टमा उनले घरेलु दर्शकहरूलाई आफ्ना १३ वटा चर्चित गीत गाउँदै मनोरञ्जन प्रदान गरे।

कालो-कालो रात गाउँदै धराने दर्शकहरूलाई उफार्न सुरु गरेका सविनले पब्लिक हाइस्कुलको खुला मैदानमा आयोजित डेढ घन्टासम्म कन्सर्टलाई तताएका थिए। डेढ घन्टा लामो कन्सर्टमा उनले कृपया, नमुना, तिम्रो साथ, गुराँसको फेदमुनि, धेरै वर्षपछि, किन किन म मायाँ गर्छु सम्झनाहरूलाई, कोमल त्यो तिम्रो लगायत लोकप्रिय गीतहरू प्रस्तुत गरेका थिए।

तीनवटा एल्बम सार्वजनिक गरिसकेका सविनले कन्सर्टको अन्तिममा मायाजालैमा गाएका थिए। चार वर्षअघि दोस्रो एल्बम 'सतह' बजारमा आएपछि एकाएक चर्चामा आएकासविनले ह्वात्तै बढेको मौसमी चिसो बिर्साउँदै दर्शकहरूलाई ज्याकेट खोल्दै नाच्न बाध्य पारेका थिए। युवा-युवतीहरूको बराबर उपस्थिति रहेको कन्सर्टमा आफूलाई पेट दुख्ने रोगले सताए पनि सविनले त्यसको प्रवाह गरेनन्।

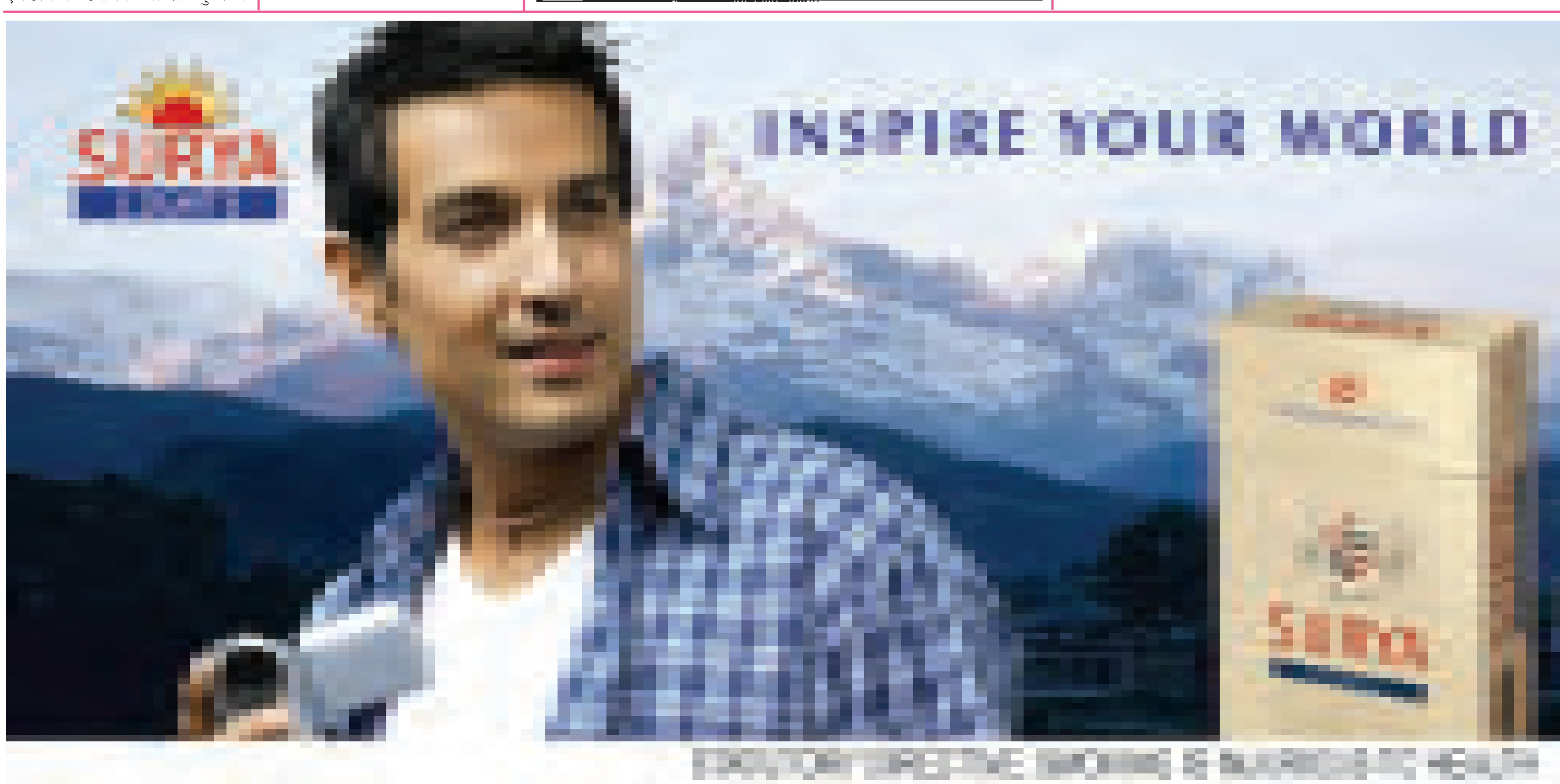
सविनलाई एकल कन्सर्टमा वाद्यवादनतर्फ राजधानीको प्रिजम ब्यान्डले सहयोग गरेको थियो। स्थानीय गायक नवरन राई, बालक पाल्देन तामाङ तथा प्रिजमका दीपक थापा, ध्रुव लामा, माणिक मानसि, दीपेनमान सिंह र जिग्मे लेप्चाले पनि उनलाई साथ दिएका थिए।

होटल तथा पर्यटन तालिम
★ Tour & Travel Mgmt
★ Tour Operation
★ Airlines & Travel (Manual, Amadeus & Abacus)
★ Hotel Management
★ F & B Management
★ Cook ★ Front Office
★ Waiter ★ Barman
★ Bakery ★ Housekeeping
SATS Course मा आधारित तालिम
Compare our quality with the others
सम्पर्क:–सांग्रीला पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्र
नयाँ बानेश्वर चोक (अन्तराष्ट्रिय सभा केन्द्रको पानी ट्यांकीको पश्चिम)
४४७५११३/४४७२५५३
(बिहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)

तालिम
❊ फोटोग्राफी
❊ भिडियोग्राफी
❊ कलरल्याब
❊ लेमिनेशन
❊ डिजिटल फोटोग्राफी
सम्पर्क: ❊ डिजिटल भिडियोग्राफी
अरुण दत्त पन्त द्वारा
वि.सं. २०५३ देखि निरन्तर.........
मान्यता प्राप्त पहिलो फोटो भिडियो इन्स्टिच्यूट
नेपाल फोटोग्राफी ट्रेनिङ इन्स्टिच्यूट
भोटाहिटी, साझा भण्डार माथिल्लो तल्ला, काठमाण्डौं
२११९1036, ४२१६२९१

होटल तालीम होटल खुम्जुङमा
Cook-Indian, Chinese, Continental Waiter, Bar Man, Room Boy, House Keeping लगायत सम्पूर्ण होटल तालीममा भर्ना धमाधम लिईदैछ।
हाम्रा विशेषताहरू
1. Cook Training गर्नेका लागि English तथा Waiter Training सितैमा
2. आफ्नै होटलमा सम्पूर्ण तालीम दिईने।
HOTEL KHUMJUNG Training Centre
चक्रपथ, महाराजगंज, नारायण गोपाल चोकबाट ३ मिनेट पूर्व
Ph: 4-373411, 4-372194
City Office:- रानीपोखरी, जमल विश्वज्योती हलसंगै, Ph:- 4249576

Photography/Videography तालिम
Photography Course गर्नेलाई
Digital Photo Editing सित्तैमा
Videography course गर्नेलाई
D. Video Editing सित्तैमा
■ आफ्नै कोर्षबुक र Media भएको। ■ Worldwide valid certificate
■ एकपटक सिकेपछि दोहोर्याएर सिक्न नपर्ने।
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा मान्यताप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, फोन ४४४३२१९



हेमराज ज्ञवालीद्वारा कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. का लागि प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : कान्तिपुर कम्प्लेक्स, सुविधानगर, पो.ब.नं. ८०१९, 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