सर्वाधिक बिक्री हुने
साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

SAGARMATHA ENGINEERING ACADEMY (SEA)
Admission Open for
B.E. ENTRANCE PREPARATION
Managed and run by a galaxy of highly experts in the related field.
Contact: SEA Office, Kupondole, Lalitpur ☎ 5531547
(Opposite to Micro Bus Stand)
25% Scholarship to First 100 Enrolment

• वर्ष १२ • अंक ५० • काठमाडौं, शुक्रबार, वैशाख २१, २०६४ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Friday, May 4 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-

क्या ! कुल

पोखरा– आँखामा कालो चस्मा, छोटो स्कर्ट र पातलो टिसर्ट, ओहो कस्तो 'हट' फेसन ? अहिले यही पहिरनमा ओहोरदोहोर गर्छिन्, पोखराकी मोडल कोमल हिराचन । किन यस्तो फेसन ? प्रश्न फुस्कन नपाउँदै उनले उत्तर फर्काइहालिन्– 'गर्मी चढ्यो अनि त फेसन बढ्यो ।' हो त, गर्मीको पारो दिनानुदिन चढ्दै छ । यस्तो मौसममा पहिरनमा पनि ध्यान दिनैपर्‍यो ।

गर्मीकै बहानामा सहर–बजारमा यतिबेला दनदनी फेसनको आगो बलेको छ । अहिले खुला फेसन गरेर हिंड्नेहरूको चमकदमक नै बेग्लै देखिन्छ । छोटो, पातलो र हल्का फेसनेबल पहिरनमा ठाँटिएर हिंडने युवायुवती देखेपछि हरेकले उनीहरूलाई नियाल्दै भनिहाल्छन्– 'गर्मीको फेसन नै ग्ल्यामरस हुन्छ ।' फेसनेवल युवायुवतीहरूलाई जति गर्मी चढ्यो उति नै आनन्द लाग्छ । ग्ल्यामरस देखिन चाहनेहरूका लागि गर्मी मौसम त्यसै पनि उत्तम मानिन्छ । यो मौसममा युवायुवतीहरू आफूलाई फेसनेवल बनाउन उत्तिकै सफल पनि हुन्छन् ।

फेसनेवल युवायुवतीहरू जाडो मौसमलाई फेसनको

बाँकी पृष्ठ १७ मा

हट फेसन गर्मीको

सुरु भयो गर्मीको फेसन

धरान– विगतको तुलनामा यसपटकको जाडोमा निक्कै चिसो थियो । वर्षौंपछि मुलुकका धेरै ठाउँमा हिउँ परेको थियो । त्यसैले विगतका वर्षहरूको तुलनामा यसपटक निकै ढिलो गर्मी सुरु भयो, तर गर्मीको पारोसँगै सहरबजारमा फेसनको लहर पनि सुरु भएको छ ।

नेपालमा फेसनले पहिलो पाइला टेक्ने सहरका रूपमा परिचित धरानमा यसपटक डेढ महिना ढिलो मात्र गर्मीको फेसन सुरु भयो । विगतमा माघ महिनाको अन्त्यतिरै गर्मीको फेसन सुरु भैसकेको हुन्थ्यो । यसपटक जाडो मौसम केही लामो रह्यो भने तराईमा चलेको आन्दोलनको प्रभावले पनि गर्मीको फेसन ढिलो सुरु भएको हो । तराईमा लामो समयदेखि जारी रहेको आन्दोलन र बन्दले गर्मीका पहिरनहरू यहाँका व्यापारीहरूले झिकाउन सकेनन् ।

बाँकी पृष्ठ १७ मा

क्यासेट

साइको

गायक प्रकाश पौडेल नयाँ गीतिसंग्रह 'साइको' लिएर श्रोतामाझ आएका छन्। साइको गीतहरू भएकाले संग्रहको नाम 'साइको' राखेको बताउने पौडेलको उक्त गीतिसंग्रहलाई धौलागिरि क्यासेट सेन्टरले बजारमा ल्याएको हो। यो संग्रहमा गायक पौडेलले अरबी र नेपाली संगीतको मिक्स हबिबी (प्यारी) लाई पनि समावेश गरेका छन्। आठवटा गीत समाविष्ट यो संग्रहका शब्द गायक पौडेल, सुवास श्रेष्ठ र विनु गौतमको छ भने संगीत पौडेलका अतिरिक्त मिलुहाङ सुम्पुन्छ र प्रकाश ओझाको छ।

मेरो बिहानी

गायक गंगा खतिवडाको नयाँ गीतिसंग्रह 'मेरो बिहानी' श्रोतामाझ आएको छ। सुगम संगीत प्रधान यो गीतिसंग्रहमा शब्द भक्त बस्नेत, टेकेन्द्र अधिकारी, डीबी तामाङ, दिलीप संगम, जीपी खतिवडा तथा केशरी महर्जनको छ भने संगीत दिलीप संगमको छ। गीतिसंग्रहमा नौवटा गीत समाविष्ट छन्।

रंगमञ्च

- सर्वनाम नाट्य समूहको 'इतिहासको बाँकी पृष्ठ' नाटकले सहिदको सपना साकार नभैसकेको विषयलाई जीवन्त रूपमा उतारेको छ। नाटकमार्फत खबरदारी गर्दै देशदौडाहमा निस्किएको सर्वनाम नाट्यसमूह सुदूर पश्चिमाञ्चलको धनगढीबाट पोखरा आइपुगेको छ। स्थानीय दीपेन्द्रसभागृहमा प्रदर्शन भएको उक्त नाटकले धेरैलाई भावविह्वल तुल्यायो। सहिदको सपनालाई बिर्सेर देशमा अस्थिरतता फैलाउने हुन् वा सांप्रदायिक दंगा फैलाउनेहरू नै किन नहुन्, त्यसलाई नाटकका पात्रहरूले जस्ताको त्यस्तै प्रस्तुत गरेका थिए। यो नाटक यात्रा मुलुकमा प्रमुख सहरहरूमा मञ्चित हुँदै राजधानीमा पुगेर टुङ्गिनेछ। नाटकलाई कलाकारहरूले पोखराको साहित्यिक घर सृजनाग्राममा बसेर क्यानभासमा उतारेका थिए। ती चित्रहरू पीएसएम आर्ट ग्यालरीमा प्रदर्शनीमा समेत राखिएको थियो।

-आरोहण-गुरुकुलको आयोजनामा पुरानो बानेश्वरस्थित सम नाटकघरमा यतिखेर 'आरोहण राष्ट्रिय नाटक महोत्सव' चलिरहेको छ। गत वैशाख २ गते प्रारम्भ भएको उक्त नाटक महोत्सव वैशाख २८ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ। महोत्सवको क्रममा मुलुकभरका २७ वटा नाटक समूहका २७ नाटक मञ्चन हुनेछन्। वरिष्ठ नाट्यकर्मी सुनिल पोखरेलका अनुसार हिंजो बिहीबारसम्म १८ समूहले नाटक मञ्चन गरिसकेका छन्। दिउँसो १२ बजे र साँझ साढे ५ बजे गरेर प्रत्येक दिन दुई नाटक मञ्चन हुन्छन्।

-नाट्य समूह शिल्पीले गत साता पाटन दरबार स्क्वायरमा सडक नाटक 'नयाँ नेपाल' मञ्चन गऱ्यो। वैशाख ११ लोकतन्त्र दिवसको दिन औपचारिक रूपमा सार्वजनिक भएको नाट्य समूह शिल्पीले यो नाटकलाई देशभरका विभिन्न स्थानमा मञ्चन गर्ने योजना अनुरूप नै पाटनबाट मञ्चन गरिएको शिल्पीका कार्यक्रम संयोजक तथा नाटक लेखक घिमिरे युवराजले बताए। संविधानसभा र लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको पक्षमा जनचेतना बढाउने कथावस्तुमा आधारित नाटक नयाँ नेपाललाई राजन खतिवडाले निर्देशन गरेका छन्।

ग्यालरी

- नेपालभरिको एक महिना लामो यात्रामा जनताको अत्यधिक सहभागिता बटुल्न सफल भएपश्चात् 'लडाइँमा जनता फोटो प्रदर्शनी यात्रा' राजधानी आइपुगेको छ। यात्राअन्तर्गतको एक सप्ताह लामो प्रदर्शनी काठमाडौंमा १६ वैशाखमा प्रारम्भ भएर भोलि २२ गते शनिबार सम्पन्न हुँदैछ। सचित्र पुस्तक 'लडाइँमा जनता' बाट चुनिएका ६० वटा तस्बिर बबरमहलस्थित नेपाल कला परिषद् (नेपाल आर्ट काउन्सिल) मा प्रदर्शित छन्। जिरी, चौतारा, लाहान, इलाम, नारायणगढ, नेपालगन्ज, तानसेन तथा पोखराको यात्रामा हालसम्म ५० हजारभन्दा बढी दर्शकले उक्त प्रदर्शनीको अवलोकन गरिसकेका छन्।

-ललितकला क्याम्पस स्ववियुको आयोजनामा भोटाहिटीस्थित कलेज परिसरमा 'ललितकला महोत्सव' संचालन भैरहेको छ। गत आइतबार प्रारम्भ भएको उक्त महोत्सव भोलि शनिबारसम्म चल्नेछ। महोत्सवमा ललितकलाको क्षेत्रमा योगदान पुऱ्याएबापत वरिष्ठ कलाकार आलोक गुरुङ र गेहेन्द्रमान अमात्यलाई सम्मान गरिएको थियो।

-पुल्चोकस्थित पार्क ग्यालरीमा कलाकार नीरा जोशी प्रधानले फूलका विभिन्न स्वरूपलाई क्यानभासमा उतारेर प्रदर्शन गरिरहेकी छिन्। पानीरंगले बनेका ती फूलचित्रमा पत्रदल मात्र होइन, पात र हाँगासहितका फूललाई उतारिएको छ। वनस्पतिशास्त्रमा स्नातकोत्तर जोशीले वनस्पतिमै कलाको रूप खोजेकी छिन्। नीराका अनुसार जैविक विविधताको सुन्दरतालाई उनले कुचीको प्रयोग गरेर चित्रमा उतारेकी हुन्। तीन वर्षयता तयार गरिएका २५ थान चित्र प्रदर्शनीमा राखिएका छन्। प्रदर्शनी जेठ एक गतेसम्म चल्नेछ।

पुस्तक

एक्लै-एक्लै

गीतकार अरुण तिवारीका ७० वटा गीतको संग्रह 'एक्लै-एक्लै'लाई एएनटीले प्रकाशमा ल्याएको हो। स्थापित गीतकार तिवारीका शब्दहरू पढ्न चाहने पाठकका लागि यो पुस्तक प्रकाशित गरिएको हो। ७०+१४ पृष्ठको यो पुस्तकको मूल्य ७५ रुपैयाँ छ।

मलाई अँध्यारो नै चाहिन्छ

कवि गीता कार्कीले रचना गरेका ३५ वटा लामा-छोटा गद्यकविताहरूको संग्रह 'मलाई अँध्यारो नै चाहिन्छ' लाई वाणी प्रकाशन, विराटनगरले प्रकाशित गरेको हो। कार्कीका कविता पठनीय छन्। पुस्तकको मूल्य संस्थागत १ सय ५० तथा व्यक्तिगत ७५ रुपैयाँ छ।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

मेष

साताको प्रारम्भ प्रतिकूल रहे पनि अन्त्यतिर समय बलियो हुनेछ। स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्न सक्ने हुँदा खानपानमा ध्यान दिनुहोला। दुविधा बढ्नेछ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। आइबारदेखि भाग्य बलियो हुँदै जानेछ भने काममा सुधार आउनेछ। मान-सम्मान पनि प्राप्त हुनेछ। अरूको मन जित्न सकिनेछ। यात्रा हुनसक्छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ।

वृष

साताले मिश्रित फल दिनेछ। सुरुमा व्यवसाय बढ्ने तथा यात्रा हुने योग छ। काममा सफलता मिल्नुका साथै प्रसन्नता बढ्नेछ। भाग्यले पनि साथ दिनेछ। धार्मिक कार्यमा मन जानेछ। मान-सम्मान पनि प्राप्त होला। धन आर्जन हुनसक्छ। आइतबार, सोमबार तथा मंगलबार खर्च एवं विवाद बढ्ने, स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ।

मिथुन

दिन बलिया भए पनि प्रशस्तै समस्या आउनेछन्। शत्रुले खेदो खन्नेछन्। स्वास्थ्यले धोका दिनसक्छ भने चित्त पनि दुख्नसक्छ। काममा अवरोध आउनेछ। बेलामा बुद्धिले काम नगर्न सक्छ। आइतबार तथा सोमबार मान-सम्मान पाइनुका साथै काममा सफलता मिल्नेछ। अध्ययनमा सुधार आउने तथा यात्रा हुने योग छ। व्यवसाय एवं पराक्रम बढ्नेछ।

कर्कट

समयले साथ दिइरहेको छ। सानातिना उल्झन आए पनि काममा राम्रै सफलता हात लाग्नेछ। महत्त्वपूर्ण कार्यमा सफलता मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आम्दानीको नयाँ स्रोत फेला पर्नेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। शत्रु लागे पनि जित तपाईंकै हुनेछ। व्यवसायमा लाभ हुनुका साथै यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ।

सिंह

समष्टिमा साता राम्रो छ। सुरुमा आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। घरेलु कामकाजमा रुचि, पराक्रम एवं सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा तथा काम पाइने योग छ। प्रशस्तै आम्दानी हुनसक्छ। अरूको मन जित्न सकिनेछ। शत्रुसित प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ला। व्यवसायमा उतार-चढाव आउनेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्।

कन्या

सफलताका लागि स्वास्थ्यमा ध्यान दिनुहोला। सुरुमा पराक्रम बढ्नेछ। अधुरा काम पूरा हुनेछन्। नयाँ काम पाइने योग छ। व्यवसायमा लाभ हुनुका साथै यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। मित्रहरूको उचित सहयोग मिल्नेछ। अध्ययनमा सफलता एवं बौद्धिक सम्मान पाइनेछ। अरूले तपाईंको भरोसा गर्नेछन् भने शत्रु पराजित हुनेछन्।

तुला

ग्रहस्थिति अनुकूल छ। सोचेका धेरै कुरा पूरा हुनेछन्। मन प्रसन्न रहला। काममा सफलता मिल्नेछ। अरूबाट प्रशंसा पनि पाउनुहोला। व्यवसाय बढ्ने एवं यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। आफन्तहरूबाट उचित सहयोग प्राप्त हुनेछ। बोलीको प्रभाव एवं धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। घरेलु कार्यमा अवरोध आउन सक्छ।

वृश्चिक

समष्टिमा समय राम्रो छ। काममा सफलता मिल्नेछ। जोस एवं जाँगर बढ्नेछ। सानै प्रयासले पनि लक्ष्य प्राप्त हुनसक्छ। व्यवसायमा सोचेजस्तै सफलता मिल्नेछ। मान-सम्मान पनि पाइनेछ। कुरा काट्नेहरू आफैं पर हुनेछन्। भेटघाटमा रमाउने अवसर जुट्नेछ। शत्रुसित प्रतिस्पर्धा गर्नुपरे पनि जित तपाईंकै हुनेछ। सफलताका लागि घरबाहिरै रहनु उचित हुन्छ।

धनु

साताको सुरुमा विवाद एवं चिन्ता बढ्नेछ। धन नाश हुनाले दुःखी हुनुपर्नेछ। स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्नसक्छ। आफन्तहरूबाट धोका होला। घरेलु समस्याले सताउनेछ। आइतबारदेखि समय अनुकूल बन्दै जानेछ। मान-सम्मान प्राप्त होला। भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर जुट्नेछ। अध्ययनमा सफलता हासिल हुनेछ। व्यवसायबाट सोचेजस्तै लाभ पाइनेछ।

मकर

आर्थिक लाभ होला। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। सोच्ने शक्ति, व्यवसाय एवं पराक्रम बढ्नुका साथै यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। ठूला व्यक्तिको मन जित्न सकिनेछ। आइतबार र सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ। घरेलु समस्याले पनि सताउन सक्छ।

कुम्भ

साता सुधारोन्मुख छ। अप्ठ्याराहरू हट्दै जानेछन्। मनोबल बढ्नेछ। मान-सम्मान पाइनेछ। अरूबाट सहयोग पनि मिल्नेछ। आम्दानीको नयाँ स्रोत फेला पर्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। बुधबार र बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने देखिन्छ।

मीन

समष्टिमा साता राम्रो छ। समयले साथ दिँदै जानेछ। धर्म-कर्ममा मन जानेछ। भाग्यले पनि साथ दिनेछ। व्यवसायका साथै बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नेछ। आम्दानीको नयाँ स्रोत फेला पर्नेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। शरीर स्वस्थ रहनेछ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

वैशाख २४ गते : किराँत समाज सुधार दिवस, २५ गते : विश्व रेडक्रस दिवस, २६ गते : कानुन दिवस

साता संक्षेप

वैशाख १४– नेपालमा रहेका भुटानी शरणार्थीहरूमध्ये इच्छा गर्ने सबैलाई अमेरिका लाने अमेरिकी नीति सार्वजनिक, अस्ट्रेलिया पनि भुटानी शरणार्थी आफ्नो देश लान इच्छुक ।

- मधेसी जनअधिकार फोरमद्वारा दल दर्ता गर्न निर्वाचन आयोगमा निवेदन ।

वैशाख १५– दल दर्ताको अन्तिम म्यादसम्म निर्वाचन आयोगमा ६२ दल दर्ता ।

- प्रसिद्ध उद्योगपति मोहनगोपाल खेतानको ६१ वर्षको उमेरमा निधन ।
- लामो समयदेखि अवरुद्ध आठ दलको बैठक बस्यो, संविधानसभा निर्वाचनसम्म आठ दलको एकता कायम राख्ने नेताहरूको निर्णय ।

वैशाख १६– नेकपा (माओवादी) द्वारा जेठ १ देखि अनिश्चितकालीन आमहड्तालको घोषणा, गणतन्त्र स्थापना नहुन्जेल हड्ताल जारी रहने प्रचण्डको भनाइ ।

वैशाख १७– नेकपा (माओवादी) मार्फत सरकारमा सामेल चार मन्त्रीद्वारा आफ्ना मन्त्रालयका सचिव परिवर्तन गर्ने अडान, स्थानीय विकासमा मदनकुमार श्रेष्ठ तथा भौतिक योजना तथा निर्माण मन्त्रालयमा पूर्णकुमार कडरियालाई प्रस्ताव ।

- दरबारका ५१ कर्मचारीलाई उमेरका कारण अवकाश पुर्जी पठाइयो ।

वैशाख १८– तीन ठूला विश्वविद्यालयमा उपकुलपति नियुक्त, पोखरा वि.वि.मा माओवादीनिकट उपकुलपति आउने सम्भावना ।

- देशभर मदजुर दिवस सम्पन्न ।

नेपाली काङ्ग्रेसको नयाँ नीति सार्वजनिक हुने अपेक्षा

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– छ दशकदेखि नेपालको लोकतान्त्रिक आन्दोलनको नेतृत्व गरिरहेको नेपाली काङ्ग्रेस बामएकताको हल्ला चलेपछि पहिलो पटक झस्किएको छ । सबै वर्ग एवं तहमा राम्रो जनाधार रहेको नेपाली काङ्ग्रेस खुला आर्थिक नीति, लोकतान्त्रिक पद्धतिप्रतिको प्रतिबद्धता एवं सुमधुर अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्धका कारण लगातार नेतृत्वमा रह्यो । उक्त दलले २००७ सालमा निरङ्कुश राणाशासनलाई मात्र तह लगाएन, राजाको तानाशाही प्रवृत्तिको पञ्चायती शासनलाई पनि ढाल्यो ।

शासनमा एकाधिकार कायम राख्नुपर्छ भन्ने सोच राख्ने तत्कालीन नेकपा (माले) लाई जनआन्दोलनमा सामेल गराएर प्रजातान्त्रिक पद्धति अवलम्बन गर्न आफ्नो तर्फबाट सहयोग गर्‍यो । निर्वाचनमार्फत प्रतिनिधिसभामा आएका तत्कालीन नेकपा (एमाले) का सदस्यहरूको असहिष्णु व्यवहार खेप्दै अघि बढेको कांग्रेस २०५२ सालदेखि हिंसात्मक राजनीति अगाडि बढाएको नेकपा (माओवादी) को सबैभन्दा ठूलो तारो बन्यो । २०५९ साल असोजदेखि राजाको प्रत्यक्ष शासनका बेला पनि यही दलबाट प्रधानमन्त्री बनेका शेरबहादुर देउवालगायतका नेतालाई असक्षम बनाउने कसरत गरियो । अन्त्यमा माओवादीसहित आठ दल मिलेर फेरि नेपाली काङ्ग्रेसको नेतृत्वमा दोस्रो जनआन्दोलन गरे ।

एक वर्षयता देश स्थायी शान्ति प्रक्रियामा छ । यसबीच विद्रोही नेकपा (माओवादी) समेत सम्मानजनक रूपमा सरकार तथा सदनमा पसेको छ । स्थायी शान्तिको महत्त्वपूर्ण पाटोका रूपमा संविधानसभाको निर्वाचन गर्न बाँकी रहे पनि प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले महत्त्वपूर्ण राजनैतिक गोरेटो पार गरिसकेका छन् ।

यति हुँदाहुँदै पनि नेपाली काङ्ग्रेसको सहिष्णु राजनैतिक व्यवहारको फाइदा राजावादी एवं बामपन्थी समूहले राम्रैसँग लिने गरेका छन् । नेपाली काङ्ग्रेस टुक्राएर राजाले शासन आफ्नो हातमा लिए भने अहिले आठ दलको एकतामा पनि कतिपय अवस्थामा नेकपा (माओवादी) का कुरालाई महत्त्व दिनुपर्ने बाध्यत्मक स्थिति छ । यद्यपि संविधानसभाको निर्वाचनसम्म पनि नेपाली काङ्ग्रेसको यही नीति रहने हो भने यसले छ दशक लामो संघर्षमय इतिहासमा नराम्रो झड्का खानुपर्ने अवस्था सिर्जना हुने विश्लेषकहरूको अनुमान छ । उनीहरूका अनुसार मधेसको आन्दोलनलाई नेकपा (माओवादी) को आँखाले हेर्नु तथा गृहमन्त्रीको राजीनामाको मागलाई आफ्नो मानमर्दनका हिसाबले व्याख्या गर्नु नेपाली काङ्ग्रेसका सभापतिसमेत रहेका प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाको राजनैतिक कमजोरी हो । नेपाली काङ्ग्रेसको राम्रो पकड रहेको पूर्वी नेपालको आन्दोलनलाई प्रधानमन्त्री तथा गृहमन्त्रीले उचित मूल्याङ्कन गर्न नसक्नु उक्त दलको छवि धमिल्याउने कारण रहेको अनुमान गरिएको छ । त्यसमाथि केही समयदेखि केही चर्चामा रहेको बामएकताको चर्चाले पनि नेपालको लोकतान्त्रिक पद्धतिमा अर्को किसिमको बाधा उत्पन्न हुने आशङ्का गरिएको छ ।

यिनै परिस्थितिको मूल्याङ्कन गर्दै कांग्रेसका सभापति गिरिजाप्रसाद कोइरालाले आजदेखि जिल्ला सभापतिहरूको भेला बोलाएका छन् । उक्त भेलामा सबैजसो जिल्ला सभापति, केन्द्रीय सदस्य, सांसद एवं जनवर्गीय संगठनका प्रमुखहरू उपस्थित भएका छन् । तीन दिन चल्ने उक्त भेलाले नेपाली काङ्ग्रेसको भावी रणनीति तय गर्ने अपेक्षा गरिएको छ । जिल्ला-जिल्लाबाट काठमाडौंमा जम्मा भएका कांग्रेस कार्यकर्ताले नेताहरूद्वारा नेकपा (माओवादी) सँग केन्द्रमा गरिएको मित्रताले गाउँमा कुनै फाइदा नभएको बताउने तयारी गरेका छन् । नेकपा (माओवादी) का कार्यकर्ताको व्यवहारमा कुनै सुधार नभएको, काङ्ग्रेसको कार्यक्रम गाउँसम्म पुऱ्याउन बाधा भैरहेको तथा जनतामाथि उनीहरूको धाकधम्की कायमै रहेको उनीहरूको जिकिर छ । मधेसबाट आएका प्रतिनिधिहरूले नेकपा (माओवादी)को गलत सल्लाहमा लागेर प्रधानमन्त्री तथा गृहमन्त्री बदनाम भएको बताएका छन् । नेपाली काङ्ग्रेसले तुरुन्तै नयाँ निर्णय गरेर जनतासमक्ष जान जिल्ला सभापतिहरूको भेलाले विशेष निर्णय गर्ने पनि उनीहरूले बताए ।

स्रोतका अनुसार पार्टी सभापति गिरिजाप्रसाद कोइरालाले सभापतिहरूको भेलाले गर्ने निर्णयअनुसार संविधानसभा निर्वाचनको मिति तय गर्ने तथा गणतन्त्रका विषयमा स्पष्ट धारणा बनाउने भएको छ । संविधानसभामा जाँदा नेपाली काङ्ग्रेसको कस्तो अवस्था हुन्छ भन्ने अनुमान पनि भेलाले गर्नेछ । अधिकांश कार्यकर्ता पार्टीएकताको पक्षमा भएकाले उक्त भेलाले पार्टीएकतामा भएका अप्ठ्याराहरूको पनि विश्लेषण गर्ने भएको छ । यसबाट उक्त भेलामा पार्टी एकीकरणको विषयले पनि तीव्रता पाउने पक्का छ ।

मुखाले

दलहरू मिले एक मिनेटभित्रै संसदले गणतन्त्रको निर्णय गर्छ ।

सुवास नेम्वाङ, सभामुख

अहिले देशलाई गणतन्त्र घोषणा गर्न मिल्दैन ।

डा. रामशरण महत, अर्थमन्त्री

अन्तरिम संसद् वा जनमत सङ्ग्रहबाट गणतन्त्रको घोषणा गर्ने दबाब दिएर केही दलले संविधानसभाको विषयलाई गौण बनाउने षड्यन्त्र गरिरहेका छन् ।

रामचन्द्र पौडेल
शान्ति तथा पुन:निर्माण मन्त्री

संविधानसभाको निर्वाचन नहुनुको प्रमुख दोषी प्रधानमन्त्री हुन् ।

माधवकुमार नेपाल
महासचिव, नेकपा (एमाले)

प्रधानमन्त्रीलाई संविधानसभाको निर्वाचन गर्न मनै छैन । उनलाई संविधानसभा गर्ने मन भए सात दल एकातिर हुँदा पनि निर्वाचन गराएरै छाड्थे ।

मोहन वैद्य, किरण
नेता, नेकपा (माओवादी)

गणतन्त्र घोषणा नहुन्जेल हामीले संविधानसभाको निर्वाचन हुन दिनु हुँदैन ।

बादल, नेता, नेकपा (माओवादी)

महिलाहरूको लागि सुवर्ण अवसर
यहाँ महिलाहरूको लागि विभिन्न किसिमका तालिम दिईन्छ ।
१.सिलाई र कटाई २. ब्यूटिसियन 3. फेसन डिजाईन ४. पेन्टिङ्ग ५. बुनाई ६. प्याचवर्क ७. इम्ब्राइडरी । छायाँ, डण्डिफोरको उपचार पनि गरिन्छ ।
Beautician Advance Course संचालन भैरहेको छ ।
S.L.C. दिएर बसेका विद्यार्थिहरुकोलागि बिशेष छुटको व्यवस्था गरिएको छ ।
त्रिवेणी तालिम केन्द्र
बागबजार, काठमाण्डौ (भक्तपुर जाने बसपार्क अगाडी) फोन:४२३१०३०
खुल्ने समय: विहान ७ बजेदेखि साँझ ६ बजेसम्म ।

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

25% off कोरियन/ अंग्रेजी
Language: English, Korean, German, French & Nepalese for Foreigners
साथै Computer & All Level Tuition
SLC Student लाई विशेष ग्राह्यता
Scheme ACAdemy
Paknajol, Thamel
Ph: 2170431

भन्न र देखाउनका लागि मात्रै हो त, कम्प्युटर शिक्षा?
Utilize Your Free Time
Expertize Your Knowledge
Lead our Career Through IT
Be Prepared For Digital Generation
Get The World In Touch
FREE* 1 GB PEN-DRIVE
Special Package With Special Offer
FOR SLC APPEARED STUDENTS
Swimming at Godavari Village Resort
Milestone INTERNATIONAL NETWORK
An Ultimate Destination for IT Solution...
Head Office 4229903 Bagbazar, Kathmandu (Near Bhaktapur Buspark)
Branch Office 6610512 Salaghari, Bhaktapur
Branch Office 4247344 Bagbazar, Kathmandu (Opp. to P.K. Campus)
www.mine.com.np

AXIS MEDIA AXIS MEDIA AXIS MEDIA
उद्घोषण
Exam दिएर बसेकाहरुलाई विषेश उद्घोषण तालिममा
धमाधम नयाँ कक्षा संचालन भैरहेको छ ।
प्रमुख प्रशिक्षक RJ/VJ
• कुसुम बज्राचार्य
• नरेश भट्टराई
• महिमा भट्टराई
• शिरोमणि ढवाडी
• विपक समिर
• रिता लिम्बु
• विनोद खड्का
• दिनेश दुलाल
लगायत अन्य थुप्रै चर्चित RJ/VJ हरु ।
थुप्रै R.J./V.J. उत्पादनको विश्वासिलो नाम
आफ्नै F.M को कार्यक्रम चलाउने १००% ग्यारेण्टी
Axis Media & Entertainment
Bagbazar, Kathmandu
Tel.: 2331656
Vist us: www.axismedia.com.np
१०००/- छुट सहित

घर फर्कन देऊ

नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (माओवादी)ले दस वर्षसम्म सशस्त्र विद्रोह गर्ने क्रममा लाखौं नेपाली माओवादी नीतिसँगको असहमतिका कारण आफ्नै मुलुकमा विस्थापित हुन पुगे। उनीहरूको पीडा उनीहरूसँगै रह्यो। उनीहरूका लागि बोलिदिने समेत कोही भएनन्। यो हिजोको पीडा अहिले पनि विद्यमान छ। माओवादीहरू जनआन्दोलन–२ को सफलतापछि मुलुकका प्रमुख राजनैतिक दलहरूसँग शान्ति–सम्झौता गरेर संसद् र सरकारमा सामेल भैसकेका छन्। यसबीचमा उनीहरूले हतियार समेत बिसाइसकेका छन्, तर माओवादीबाटै पीडित हुन पुगेका विस्थापितहरूले अझै पनि आफ्नो घर फर्कने अवसर पाएका छैनन्। शान्ति–सम्झौता गर्दा माओवादी नेता प्रचण्डले विस्थापितहरूलाई घर फर्काउन उनको दलले कुनै बाधा–अवरोध सिर्जना नगर्ने, जनयुद्धका क्रममा कब्जा गरिएका घर–जग्गा फिर्ता गरिने कुरा सार्वजनिक रूपमै व्यक्त गरेका थिए, तर त्यसरी विस्थापितहरूले घर फर्कन सक्ने वातावरण अहिलेसम्म बन्न सकेको छैन। आफ्नै मुलुकमा शरणार्थी हुन बाध्य भएका यस्ता नागरिकहरूका लागि राज्यले पनि खासै चासो देखाउन सकेको छैन। यस्ता विस्थापितहरूका विषयमा अहिले संयुक्त राष्ट्रसंघ तथा संयुक्त राष्ट्रसंघीय मानवअधिकार आयोगले बेग्लाबेग्लै चासो देखाउँदै सरकारको ध्यान आकर्षण गरेका छन्।

संयुक्त राष्ट्रसंघीय मानवअधिकार आयोगले यसरी विस्थापित नागरिकहरूलाई आन्तरिक रूपले विस्थापित व्यक्तिको संज्ञा दिँदै भनेको छ– माओवादीका स्थानीय कार्यकर्ताहरूले विस्थापित सबै व्यक्तिलाई नि:सर्त मर्यादित तथा सुरक्षित रूपमा घर फिर्ता हुन दिनुपर्छ। घर फर्किएकाहरूले निर्वाध रूपमा स्वतन्त्रतापूर्वक राजनैतिक गतिविधिमार्फत आफ्नो राजनैतिक विचारलाई अभिव्यक्त गर्न पाउनुपर्छ। विस्थापितहरूका सबै जग्गा र सम्पत्ति फर्काइनुपर्छ। आयोगले सरकारसमक्ष उपरोक्त कुराहरूलाई प्रस्टसँग राखे पनि ती कुरा पूरा हुन सक्ने वातावरण बन्न सकेको छैन भन्ने कुरा माओवादी नेता तथा कार्यकर्ताहरूको विचार र व्यवहारबाट पुष्टि भैरहेको छ। माओवादीका वरिष्ठ नेता मोहन वैद्य (किरण) ले सार्वजनिक रूपमै विस्थापितहरूको घरजग्गा फिर्ता हुन नसक्ने बताएका छन्। नेतृत्वले सार्वजनिक रूपमै प्रतिबद्धता व्यक्त गरेको विषयलाई सोही दलका अर्का वरिष्ठ नेताले अस्वीकार गर्नुले पनि माओवादी पक्षको भनाइ र गराइ फरक छ भन्ने कुरालाई प्रमाणित गर्छ। एकातिर माओवादी नेताहरू विस्थापितहरूको विषयलाई लिएर मतभेदको स्थितिमा छन् भने अर्कातिर शान्ति–सम्झौतापछि माओवादीले अस्तित्वमा ल्याएको वाइसीएल भनिने यङ्ग कम्युनिस्ट लिगका कतिपय कार्यकर्ता आमजनतालाई त्रसित गर्ने अभियानमा देखिएका छन्। यस्तो स्थितिमा माओवादी नेतृत्वले शान्ति–सम्झौताको पूर्ण पालनामा अझै बढी प्रयास गर्नुपर्ने आवश्यकता देखिन्छ।

माओवादी नेतृत्व मुलुकमा शान्ति स्थापना गर्न तथा राजनैतिक शक्तिका रूपमा स्थापित हुन इच्छुक छ भने उसले आफ्नै देशमा विस्थापित हुन बाध्य बनाएका नागरिकहरूको राजनैतिक निष्ठा र आस्थाको सम्मान गर्दै उनीहरूलाई घर फर्कन दिनुपर्छ। उनीहरू घर फर्कने वातावरण बन्न सक्दैन भने त्यसको जिम्मेवारी पनि माओवादी नेतृत्वले नै लिनुपर्छ। मुलुकको भावी राजनैतिक दिशा तय गर्नका लागि पनि माओवादी नेतृत्वले आफ्ना नेता तथा कार्यकर्ताहरूको वचन तथा व्यवहारमा लगाम लगाउन सक्नुपर्छ। अहिलेकै स्थिति कायम रहने हो भने शान्ति–सम्झौतामा उल्लेख गरिएका अक्षर र शब्दहरूको कुनै औचित्य बाँकी रहनेछैन। यो स्थितिमा मुलुक थप अराजकतातर्फ धकेलिनेछ भन्ने कुरालाई माओवादी नेतृत्वले समयमै बुझ्नुपर्छ। मुलुकमा संविधानसभामार्फत लोकतन्त्रलाई संस्थागत गराउन माओवादी नेतृत्वले आफ्नै घर–जग्गाबाट विस्थापित सबै नागरिकलाई स–सम्मान घर फर्कन सक्ने वातावरण बनाउनुपर्छ। त्यसपछि मात्र उसले सबै राजनैतिक दल एवं आमनागरिकको समेत विश्वास जित्न सक्छ अनि मात्र संविधानसभाको मार्ग पनि प्रशस्त हुनेछ।

अँध्यारोबाट उज्यालोतिर बढ्न, नछुटाऊँ साप्ताहिक पत्रिकाहरू पढ्न ।
सौजन्य : साप्ताहिक–पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जाल

एक चुम्बकीय चुम्बन

This world is like a symphony, and god is the great conductor bringing music out of all things. In all things got has assumed different roles. Swami Kriyanand

त्यति मसिनो ज्ञान छैन मसित : कुन विशेष पलमा, कुन भावाविष्ट मनोदशामा, कुन समर्पण र कलासित गेरे-शिल्पा सेट्टीबीचको चुम्बनको घटना घट्यो। चुम्बन अनादि कालदेखि नै चिन्तनशील मानव र चिन्तनशून्य पशुपक्षीहरूमा निसर्गत: चलिआएको संवेग हो, स्वभाव हो, संस्कृति हो, पारस्परिक भावनात्मक संक्रमणको मिठासपूर्ण सन्देश हो। मानिस र पशुको प्रणय प्रदर्शनमा निश्चय पनि ठूलो भेद छ। शैली भिन्न भए पनि लक्ष्य एउटै हो– शान्तिध्य र समर्पण प्रकट गर्नु। मानिस एक धूर्त प्राणी पनि हो। उसका केही भावनात्मक र गैर-भावनात्मक कर्महरू उसको कुटिलताका लक्षण हुन् भने केही उसको सहृदयता र इमान्दारीका परिचायक पनि हुन्। राजनीति, व्यापार र अरू कतिपय कर्मक्षेत्रहरूमा मात्र बुद्धिमान् मानिसको चातुर्य र पाखण्डता सीमित छैन। त्योभन्दा पर धार्मिकता, आध्यात्मिक चेष्टा, परोपकार साधना आदिमा पनि मानिसको स्वाङ र पाखण्डता दृष्टिगोचर हुन्छ, अनुभूत हुन्छ।

विरोधाभासहरूमा रमाउने– चेतनत:, अचेतनत:– मानिस मात्र एक प्राणी हो। पशुपक्षीहरूको जीवनबचाइमा कुनै एक छद्मता छैन। चुम्बन र मैथुन मानवइतर जगतमा पनि छ, तर त्यहाँ कृत्रिमता पटक्कै छैन, हिपोक्र्यासी एकदमै अनुपस्थित छ, नखराहरूको अभाव छ। मानिस मात्र यस्तो प्राणी हो जो आफूले मन पराएको कृत्यलाई परिस्थितिको चापमा निन्दनीय भन्न पनि लजाउँदैन। गेरे-शिल्पा चुम्बन त्यही श्रृंखलाभित्रको एक नमुना हो। सहजतासित त्यसलाई स्वीकार गर्न सक्नेहरू मानवजीवनको अप्रत्याशित सत्य घटनालाई स्वस्थ स्वीकृति प्रदान गर्नेहरूबीच मूल्यांकित हुनेछन्। बुझ्न नसक्नेहरू बासी परम्पराका उत्तराधिकारीका रूपमा चिनिनेछन्– शिवसेनादेखि लिएर अरू सबै। भारतीय मात्र होइन, केही नेपाली चुम्बनकर्ता पनि भारतीय ढोंगीहरूसित लय मिलाउँदै गेरे-शिल्पा चुम्बनको कठोर भर्त्सना गर्नमा पछाडि पर्नेछैनन्। यो विश्वमा दुई रूपीहरूको विराट् बथान छ। सत्य एउटा, ढोंग अर्को। जबसम्म हामी सत्य र पाखण्डताबीचको दूरीबारे सचेत भएर चिन्तन गर्न सक्दैनौं तबसम्म असत्यमाथि विजय नभए पनि विजय भएजस्तो आभासको बन्दी हामी भै नै रहनेछौं।

सत्रौं शताब्दीमा चार्ल्स पर्सेट (१६२८-१७०३) ले द स्लिपिङ ब्यूटी नामक एक बालकथा लेखे, जहाँ एक अति सुन्दरी राजकुमारी कुनै मोहिनीको प्रभावस्वरूप एक सय वर्षसम्म गहन निद्रामा सुत्न अभिशप्त भइन्। अन्तत: कुनै एक युवक राजकुमारको चुम्बनबाट ती सुन्दरी होसमा आइन्, जागृत भइन्। प्रत्येक पौराणिक वा लोककथाको गहन र सतही सन्देश हुन्छ। प्राचीन पुराण र ऐतिहासिक कथामा

डा. डी.पी. भण्डारीसँग अन्तरंग

केही गहिरो प्रतीक बोकेका म्वाइँ खाएका गल्पहरू छन्, जहाँ अधिकांशत: विषादभन्दा बढी प्रसादको प्रबलता भेटिन्छ। चुम्बन गर्ने वृति र कर्म मोहक र सार्वभौम अभ्यास हुँदाहुँदै पनि अझै कुनै स्थलमा निन्दयनीय हुनबाट मुक्त हुन सकिरहेको छैन। जहाँ कथित धार्मिक मानकहरू अति संकुचित छन् त्यस्ता समाज र समूहहरूमा गोचर चुम्बन गम्भीर कठोरतासित बर्जित छ- विशेषत: कट्टर मुल्ला र कट्टर पण्डित, पुरोहितहरूको वाणी बलियो भएका समाजहरूमा।

प्राचीन कालमा हिन्दू नारीहरू घुम्टो-बन्धनबाट मुक्त थिए भन्छन् केही इतिहासविद्हरू। मुसलमानी शासन भारतमा सुदृढ हुँदै गयो। हिन्दूहरूमाथि अमानवीय बन्धनहरू लादिँदै गए। पारस्परिक अविश्वास र नारीप्रतिको संकीर्ण धारणाका कारण अरू धेरै कथित अनुशासन मर्यादाको बहानामा पर्दा वा घुम्टो व्यवहारमा आएको हो। जति अवगुण छन् त्यति नै बढी आकर्षण। करिब तीस वर्षपहिले मेरा एक मुसलमान मित्र अब्दुल रकिबले भनेको कुरा अहिले याद आइरहेछ– अरे यार भण्डारी □ जितना मजा बुर्कावालीको चुमनेमे आया है उतना मजा खुलीहुइको चुमने मे नही आता।' अब्दुलले कारण दिएन, तर कारण थियो मनोवैज्ञानिक।

तर शिल्पा-गेरे चुम्बनको पृष्ठभूमि र परिवेश बेग्लै छ। चरम आधुनिक चेतनाले समृद्ध एक ख्यातिप्राप्त हलिउड नायक अर्की ख्यातिप्राप्त बलिउड नायिका। दुवै एचआईभी एड्सबारे चेतना जगाउन सम्मिलित हुन्छन् भारतको एक प्रान्तमा। संस्कार र शील दुवैका भिन्न छन्, पेसा एउटै भए पनि, आधुनिकता-चेत एउटै प्रकारको भए पनि। एड्स-चेतना जागृत गर्ने क्रममा रिचार्ड गेरे एकातिर जागृत भैसकेका रहेछन्, शिल्पा सेट्टी अर्कातिर। जुन उष्मा र उत्साहसित गेरे शिल्पालाई अंकमाल गरिरहेका छन्, जुन गर्मी र समर्पणसित शिल्पा आनन्दविभोर देखिन्छिन् ती द्वैत मुद्राहरूको यो एक ईर्ष्यादायक आसन देखिन्छ पहिलो हेराइमा, दोस्रो हेराइमा र तेस्रो निरीक्षणमा। आध्यत्मिक ध्यान, संकीर्तन र पूजाजस्तै प्रेम वा कामुक अलिंगन र चुम्बनका पनि चरणहरू हुन्छन्। एक विशुद्ध कल्याणकारी सामाजिक लक्ष्य एड्सबारे लोकचेतना जगाउन आएका ख्यातिको चरम विन्दुमा पुगेका अमेरिकी अभिनेता र भारतीय अभिनेत्री विचलित हुन पुगे।

मेरो दृष्टिमा परिस्थिति र परिवेशलाई हेर्ने हो भने त्यो उत्तप्त चुम्बन, त्यो काम जागृति, त्यो चुम्बन अवश्य पनि एक अशोभन थियो, तर जुन प्रतिक्रिया, जुन सनसनी, जुन ध्वनि र धूवाँ, त्यो स्व:स्फूर्त प्राकृतिक कृत्यले पैदा गऱ्यो, त्यसका आफ्नै विडम्बनाहरू छन्। निन्दकहरूमध्ये धेरै चाहन्थे– रिचार्ड गेरे हुन, शिल्पा हुन। दूरी लामो भैदियो निन्दक र नाटककारहरूबीच। त्यो घनिष्ठतामा म्वाइँ ख्वाइलाई, चलचित्र वा नाटकको एक दृश्यका रूपमा लिन सकिन्थ्यो, तर त्यस्तो साक्षीभाव अक्सर संकीर्ण संस्कारमा पोषितहरूभित्र सजिलैसित आउन सक्दो रहेनछ।

केही वर्ष बितिसके पद्मिनी कोल्हापुरेले भावावेशमा राजकुमार चार्ल्सका ओठमा कस्सिएर चुम्बन गरेको घटनापछि। केही कम वर्ष बितिसके ख्यातिप्राप्त नायिका सबाना आजमीले नेल्सन मण्डेलाका गालामा उत्साहपूर्व म्वाइँ खाएको, खुसवन्त सिंहले आफ्नो मित्रकी नातिनी पाकिस्तानी राजदूतकी पुत्रीको म्वाइँ खाएको। यी तीनै चुम्बन-काण्डबाट पनि असाधारण तर अल्पकालीन तहल्का मच्चिएको थियो। शिल्पाको तर्क छ– कोल्हापुरेले प्रिन्स चार्ल्सका ओठमा कस्सिएको चुम्बन टाँसेकी थिइन्, मलाई त रिचार्ड गेरेले गालामा म्वाइँ खाएको हो। अग्रसरता गेरेको छ, मेरो छैन, चार्ल्स-पद्मिनी काण्डमा पद्मिनीको अग्रसरता छ।

गेरेले भारतीय भीडको कोलाहलको अर्थ र अभिप्राय बुझिसकेका छन्। त्यसैले रडाको मच्चिन दिनुभन्दा आवश्यक परे क्षमा माग्न तयार छन्। एक क्षणिक आत्मीय चुम्बनले चुम्बनकामी भारतीयहरूमा यति रेक्टर स्केलको भूकम्प ल्याउनेछ भन्ने कल्पना कसैले पनि गर्न सकेको थिएन होला। अरू अविकसित समाजहरूजस्तै भारतीय उपमहाद्विपवासीहरू पनि पाखण्डता र विरोधाभासका अप्रिय नमुनाहरू हुन्– सार्कका सबै सदस्यहरू। भित्रभित्रै आफैंले तीव्रतापूर्वक चाहेको कुराको विरोध गर्छन्। त्यो चुम्बनले देखाइदियो कति आकर्षण फ्याँक्न सक्दो रहेछ दुई नायक-नायिकाको कपोल र ओठको क्षणिक मिलन– कति चुम्बकीय हुँदा रहेछन् कुनै चुम्बनहरू। यो घटना पनि कज्मिक सिम्फोनी, ब्रह्माण्डीय लयात्मकताभित्रको एक लय हो- परमात्माद्वारा सञ्चालित लय।

नीति-नियम

आत्मा नै आफ्नो साक्षी हो र आत्मा नै आफ्नो गति हो त्यसैले मानिसले उत्तम साक्षी आफ्नै आत्मालाई कहिल्यै तिरष्कार गर्नुहुँदैन।

पाप गर्ने व्यक्तिले पाप गर्ने बेलामा के सम्झन्छ भने मैले पाप गरेको कसले देखेको छ र ? तर यो भनाइ ठीक होइन, किनकि उसले गरेको पाप देवताले देखिरहेका हुन्छन्, साथै त्यो कुरा उसको अन्तर्आत्माले पनि देखिरहेको हुन्छ।

जुन धन जसको हातमा छ ऊ त्यसको मालिक हुन सक्तैन जसरी चोरीको धन केही क्षण चोरको हातमा परे पनि अन्त्यमा त्यो धनको सक्कली मालिक चोर हुँदैन।

–शुक्रनीति

अनुवाद : रामहरि बन्जारा

चि ठी प त्र

प्रधानमन्त्रीलाई चिठी

श्रीमान् प्रधानमन्त्रीज्यू,

नेपालमा समस्यामाथि समस्या बढ्दै गएकाले आज यो चिठी सर्वाधिक बिक्री हुने साप्ताहिकमार्फत प्रधामन्त्रीसमक्ष पेश गर्दैछु। म तराईमा देखिइरहेको समस्याको समाधान गर्न प्रधानमन्त्रीज्यूको ध्यानाकर्षण गराउन चाहन्छु। हामी नेपालीहरूले कुनै पनि समस्या समाधान गर्नुपूर्व सम्पूर्ण क्षेत्रको समस्या मध्यनजर गर्नुपर्छ। नेपाल हिन्दूबहुल राष्ट्र भए पनि यहाँ सबै धर्मलाई समान दृष्टिकोणले हेरिन्छ। मानवता यस्तो धर्म हो जसले कुनै पनि धर्ममा भेदभाव गर्दैन। यो एक स्वच्छ नदी वा पवित्र पानीजस्तै स्वच्छ र पवित्र छ। अहिले तराई-पहाडको जुन झगडा भैरहेको छ त्यसको समाधान अविलम्ब हुनुपर्छ।

तराई, पहाड, मधेस, पूर्व-पश्चिम, उत्तर-दक्षिण आदि सम्पूर्ण क्षेत्रको सम्पूर्ण धर्म, जात, भाषा, संस्कृति, रीतिरिवाज आदिको सम्मान गर्दै जानुपर्छ। यसतर्फ चिन्तनमनन गर्दै, सर्वप्रथम तिनीहरू सबै यही देशका बासिन्दा भएकाले उनीहरूका समस्या जस्तै- खाद्यान्न अभाव भए खाद्यान्न परिपूर्ति गर्ने, बिजुलीको विकास, खानेपानीको व्यवस्था, बाटोघाटोको निर्माण, बेरोजगारीको समस्या हटाउन कलकारखानाको स्थापना, टेलिफोनको व्यवस्था, पुलहरूको निर्माण आदि गर्नुपर्ने देखिन्छ। त्यस्तै संविधानसभाको निर्वाचन गराउनुपूर्व देशमा शान्ति सुरक्षा मजबुत गर्नुपर्ने हुन्छ।

नागरिकता वितरण गर्दा नेपालमा जन्म भएकाहरूले मात्र नागरिकता पाउनुपर्छ, अन्यथा नागरिकता दिनुहुँदैन। नागरिकता लिनेहरू यहाँ कम्तीमा २०-३० वर्ष बसेको हुनुपर्छ। नेपाललाई विश्वसामु चिनाउनु हाम्रो एकमात्र लक्ष्य हो भन्दै सम्पूर्ण नेपालीहरू एक हौं। हामीले नै नेपाललाई माया गर्नुपर्छ। नयाँ नेपाल बनाउन अब ढिलाइ गर्नुहुँदैन।

– विनोद (एम) प्रधानांग, डिल्लीबजार

(पुरस्कृत पत्र)

साहित्य कम भयो

जब म २०५८ सालमा काठमाडौं आएँ तबदेखि नै साप्ताहिक नियमित रूपमा पढ्ने गरेको छु। विगत दुई वर्षदेखि वार्षिक ग्राहकसमेत बनेकाले हरेक शुक्रबार बिहानै यो पत्रिका मेरो पसलमा आइपुग्छ। दिउँसो पसलमा बसेर वा घाम ताप्दै साप्ताहिक पढ्नुको मज्जा नै अर्कै हुन्छ। साप्ताहिकले सबैका लागि उपयुक्त खुराक पस्कने गरेको छ, त्यसैले त शुक्रबार अधिकांश व्यक्तिका हातमा साप्ताहिक देखिएकै हुन्छ। साप्ताहिकका सबै सामग्री पठनीय छन् तर साप्ताहिकमा साहित्यलाई अलि कम ठाउँ दिए जस्तो लाग्छ। साप्ताहिकमा कविता, गजल, मुक्तक लघुकथाका अतिरिक्त कथा र धारावाहिक उपन्यास पनि प्रकाशित गर्न सके सुनमा सुगन्ध हुने थियो। अन्तमा साप्ताहिकको उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना।

–यल्जी तमु

सबैका लागि सम्पूर्ण

म साप्ताहिकको विगत १२ वर्षदेखिको नियमित पाठक हुँ। विगतका दिनहरूमा साप्ताहिकले पाठकवर्गमा पर्याप्त ज्ञान र मनोरञ्जन पस्कन सफल भएको थियो। सबैका लागि सम्पूर्ण पत्रिका भनिए पनि हिंजोआज यसको स्तर केही खस्किएको जस्तो लागेको सबैले अनुभव गर्न थालेका छन्। किनभने साप्ताहिकका पाठकहरू घटीमा ११ वर्षदेखि ६२ वर्ष उमेरसम्म भएको केही वर्षअघिको साप्ताहिकको सर्वेक्षणले जनाएको छ। त्यसकारण यी ११ वर्षदेखि ६२ वर्ष उमेर सम्मका सबै पाठकलाई साप्ताहिकले पर्याप्त ज्ञान र मनोरन्जन दिनुपर्छ।

खासै भन्नुपर्दा हिजोआज साप्ताहिक युवा वर्गका लागि मात्र भएको छ। अगामी दिनमा साप्ताहिकले सबैका लागि सम्पूर्ण पत्रिका बनिदिने प्रयास गर्नुपर्छ। जसका लागि बालपृष्ठ हटाइनुहुँदैन। बालबालिकाको सामग्रीलाई यथासक्य स्थान दिनुपर्छ। युवा वर्गका लागि युवा समस्या र परिक्षा सामग्रीलाई निरन्तरता दिनुपर्छ। वृद्ध पाठकहरूका लागि धार्मिक तीर्थस्थलहरूको परिचय महत्त्वका साथ प्रकाशित गरिदिए सबैले साप्ताहिक सम्पूर्ण पत्रिका भएको महसुस गर्नेछन्।

सन्तोष भुजेल, भक्तपुर

तीतो सत्य

-प्रत्येक पाइला संघर्षतर्फ लम्काऊ, किनकि विनासंघर्षले सफल बन्न सकिँदैन।

-रातसँग नडराऊ, किनकि रात सधैं रहनेछैन।

आनन्द खड्का

-घातको जवाफ प्रतिघात होइन, सहनशिलता हो।

-पेटको भोकभन्दा भावनाको चोट निकै गहिरो हुन्छ।

-कसैको मृत्युमा खुसीको उत्सव नमनाउनु, किनकि यो संसारमा कोही पनि अमर छैन।

-दानव शक्तिशाली हुन्छ तर मानव जति विवेकशील हुँदैन।

सावित्री श्रेष्ठ

-म संसार बदल्छु भन्नुभन्दा पहिले आफैं बदलिनु आवश्यक छ।

-बाहिरी लाज कपडाले ढाके पनि भित्री लाज ढाक्ने कुनै वस्त्र छैन।

कौशल देवकोटा, बर्दिबास

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

–सम्पादक

मेरो विचार

मूल कानुन

संविधान भनेको कुनै पनि राष्ट्रलाई सञ्चालन गर्ने मूल कानुनी संयन्त्र हो। राष्ट्रको सार्वभौमसत्ता, प्रजातन्त्र, राज्य सञ्चालन प्रणाली, नागरिक हक अधिकार, दण्ड जस्ता तत्त्वहरूलाई सीमाबद्ध गर्ने विधान नै संविधान हो। संविधानसभामा सदस्य संख्याको कुनै सीमा वा त्यसको कुनै वैज्ञानिक संरचना हुँदैन। राज्यका सबै क्षेत्र एवं तहलाई समेट्ने गरी आवश्यकता अनुसार सदस्य राखिन्छ। संविधानसभाका सदस्यहरूको प्रमुख दायित्व जनता वा राष्ट्रका लागि उपयुक्त हुने संविधानको निर्माण गर्नु हुन्छ। वि.सं. २००७ सालमा प्रजातन्त्रको स्थापना भए पनि संविधानसभाको मागलाई तत्कालीन राज्य सञ्चालकहरूले सत्ता होडबाजी तथा राजावादीहरूको दबाबमा बेवास्ता गरिदिए।

२०६२-०६३ मा नेपाली जनताले जनआन्दोलन भाग-२ लडेर राजतन्त्रको अन्त्य गरी नेपालमा गणतन्त्र र पूर्ण लोकतन्त्र स्थापना गर्नका लागि अन्तरिम संविधान लागू भैसकेको छ। यो अवस्थामा राजावादी तथा विदेशी शक्तिहरू यसका मुख्य बाधक हुन्। यी तत्त्वहरूलाई तह लगाउन नागरिक समाज एवं सरकार पूर्णरूपमा सचेत हुनुपर्छ। जनआन्दोलनका दोषीहरूलाई सजाय हुनुपर्छ।

प्रत्येक तहका जनतालाई सचेत बनाउनु आवश्यक छ र सञ्चार माध्यमहरूलाई पूर्ण स्वतन्त्रता दिनुपर्छ। संविधानसभामा प्रमुख भूमिका निर्वाह गर्ने संयन्त्र भनेको सरकार हो। सरकारले उपयुक्त सुरक्षा सयन्त्र निर्माण गरी निष्पक्ष र भयरहित वातावरण बनाउनुपर्छ। यो कार्यमा बाधा-अडचन उत्पन्न गर्नेहरूलाई कडा कारबाहीको व्यवस्था गर्नुपर्छ।

नागरिक समाजबाट आएका सल्लाहलाई विशेष महत्त्व दिनुपर्छ। संविधानसभाको शक्तिको प्रमुख स्रोत जनता भएकाले हरेक नागरिकले आ-आफ्नो क्षेत्रबाट पूर्णरूपमा सहयोग गर्नुपर्छ।

–यज्ञराज ओझा, दोधारा, कञ्चनपुर

नयाँ नेपाल

सह-अस्तित्व, समानता, स्वतन्त्रता तथा सहिष्णुता जस्ता लोकतान्त्रिक मूल्यहरूको आधारमा सम्पूर्ण जात, जाति, वर्ग, लिङ्ग, क्षेत्र, धर्म, भाषा, वर्ण एवं विचार अन्तर्गत सम्पूर्ण सम्प्रदायलाई आफ्नो पृथक पहिचानका साथ जन संप्रभुता स्थापना गर्न लोकतान्त्रिक विधि र प्रक्रियाका आधारमा मूल कानुन निर्माण गर्न चुनिएको सभालाई संविधानसभा भनिन्छ। संविधानसभाको चरण अत्यन्त जटिल संक्रमणकालीन अवस्था हो। यो चरणमा सम्पूर्ण जात-जाति, वर्ग, लिङ्ग, क्षेत्र, धर्म, भाषा, वर्ण तथा विचार अन्तर्गतका वर्ग, समूह एवं सम्प्रदायको अस्तित्व तथा अहंको सम्बोधन हुनुपर्छ। यस क्रममा परम्परागत चिन्तन हुनेहरू एवं आधुनिकतम चिन्तन हुनेहरूबीच पनि टक्कर हुन्छ। अविश्वासका कारण परिस्थिति जटिल पनि बन्न सक्छ।

दलित, महिला, आदिवासी, जनजाति, मधेसी समूहको समावेसी चाहना दबाबमूलक ढंगबाट प्रस्तुत हुनुले पनि उक्त कुरालाई संकेत गर्छ। भावी संविधानसभाले सबै वर्ग, समूह तथा सम्प्रादयको व्यवस्थापन गर्दा सहअस्तित्व, स्वतन्त्रता, समानता एवं सहिष्णुता जस्ता महत्त्वपूर्ण लोकतान्त्रिक मूल्यहरूको आधारमा नयाँ समाजको निर्माण गर्नुपर्छ। अन्तरविरोधका कारण हुने विद्रोहको अन्त्य गर्न निरन्तर क्रान्तिको अवधारणा सहितको द्वन्द्ववादी संसदीय ढाँचामा जोड दिनुपर्छ। यसो गरियो भने मात्र लोकतान्त्रिक नेपाल बन्न सम्भव छ, जुन सम्पूर्ण नेपाली जनताले रोजेको तथा खोजेको नयाँ नेपाल हो।

–कुलचन्द्र रिजाल, बुटबल

संविधानसभा

जनताबाट आफ्ना लागि उपयुक्त संविधान निर्माण गर्न आफ्नो प्रतिनिधित्व हुने गरी नयाँ विधान मस्यौदा तयार गर्न हुने प्रतिनिधि छनौट नै संविधानसभा हो। यसले राज्यको परिभाषादेखि राज्य सञ्चालन निकायको संरचनाका सम्बन्धमा व्यवस्था गर्ने आधारभूत दस्तावेज निर्माण गर्छ। यसमा सरकारको संरचना, व्यक्तिको आधारभूत आवश्यकता, राज्य सञ्चालनका लागि राजनैतिक प्रणालीको स्वरूप, निर्वाचनप्रणाली, भाषा, धर्म एवं संस्कृतिको स्पष्ट व्यवस्था हुन्छ।

माओवादी हतियार व्यवस्थापन गरी उनीहरूलाई अन्तरिम सरकारमा सामेल गराई उत्पन्न तनावलाई वार्ताद्वारा हल गरेर संविधानसभालाई सफल तुल्याउन सकिन्छ। सरकार र नागरिकको दायित्व देशमा आएका बाधा अड्चनलाई पन्छाएर समयमै संविधानसभा निर्वाचन गराउन सरकार तथा नागरिक सबैले अहं भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ।

–जीवन घर्तीमगर, रोल्पा

भावी संविधानप्रति अपेक्षा

संविधानसभा जनप्रतिनिधिहरूको सामाजिक छलफलबाट जनमतको कदर स्वरूप निर्माण गरिने नयाँ कानुनको आधारशीला हो। संविधानसभाबाट निर्मित नयाँ संविधान सबै जनजाति, दलित, कमैया, मधेसी समुदायको समान अधिकार एवं उत्तरदायित्वमा आश्रित हुनुपर्छ। यसले वर्तमान नेपालका समस्याहरूलाई सम्बोधन गर्न सक्नुपर्छ। निर्वाचन आफैमा समावेसी प्रक्रिया भए पनि संविधानसभाको निर्वाचन निष्पक्ष रूपमा समापन हुनु नितान्त आवश्यक छ। किनकि २०४६ को जनआन्दोलनबाट निर्मित संविधानले जुन गल्ती गऱ्यो त्यो पुनः दोहोरिन दिनुहुँदैन तथा प्रतिगामी तत्त्वहरूको चलखेलबाट पनि त्यो प्रभावित हुनुहुँदैन। सर्वसाधारणले पनि कुनै दबाब अथवा प्रलोभनमा नपरी निर्वाचनमा मत खसाल्ने वातावरण सिर्जना हुनुपर्छ। सरकारले जेठमा संविधानसभाको निर्वाचन गराउने योजनाको खाका तयार गरिरहँदा यसमा प्रत्येक गाउँ-बस्तीबाट सर्वसाधारणको समान सहभागिताको अभियान थाल्नुपर्छ। यसका लागि सरकारले त्यस्ता सर्वसाधारणको पहुँचमा रहेका सञ्चारका साधनहरूको सहयोग लिनु पनि अनिवार्य हुन्छ, अनि संविधानसभाबाट पारित हुने नयाँ संविधान त्रुटिरहित तथा जनमतको मर्म एवं भावना अनुरूप हुनुपर्छ।

–सन्दीप घिमिरे

संविधान सभा जिज्ञासा

पूर्णमान शाक्य
संवैधानिक कानुन विशेषज्ञ

प्रश्न : के संविधानसभाको निर्वाचन हुँदैमा नेपालका सबै राजनैतिक प्रश्नले निकास पाउने सम्भावना छ ?

–कल्पना खरेल, बनेपा

उत्तर : संविधानसभाको निर्वाचन हुँदैमा सबै राजनैतिक प्रश्नले निकास पाउँछन् भन्न सकिँदैन। यद्यपि संविधानले राजनैतिक प्रश्नहरूको निकासका निम्ति कानुनी पूर्वाधार तयार पार्ने हुँदा प्रारम्भ यहीँबाट गर्नुपर्नेहुन्छ। तत्पश्चात् आवश्यक कानुन बनाउने, बजेट निकासा गर्ने एवं नीतिगत कुरामा समेत ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ। संविधानले नै सबै समस्या समाधान गर्छ भन्ने अर्थ लगाउन मिल्दैन। त्यसको कार्यान्वयन पक्ष पनि त्यत्तिकै महत्त्वपूर्ण एवं निर्णायक हुन्छ।

संविधानसभाको अगामी निर्वाचनलाई मध्यनजर गर्दै साप्ताहिकले पाठकहरूको जिज्ञासा समाधान गर्ने व्यवस्था मिलाएको छ। पाठकहरूको जिज्ञासालाई नेपाल ल क्याम्पसका सहप्राध्यापक एवं संवैधानिक कानुनका ज्ञाता पूर्णमान शाक्यले समाधान गर्नुहुनेछ।

संविधानसभा व्यक्ति-अभिव्यक्ति

नेकपा (माओवादी) ले संविधानसभाको नारा दिएर जनयुद्ध प्रारम्भ गरेका होइनन्। उनीहरू दीर्घकालीन जनयुद्धका लागि लडेका थिए। त्यसपछि उनीहरू संविधानसभामा झरे। संविधानसभापछि उनीहरूको कुनै लक्ष्य छैन।

मोहनविक्रम सिंह, कम्युनिस्ट नेता

मैले जुन संविधानसभा बुझेको र पढेको छु, त्यसका आधारमा म के भन्छु भने हतारमा गर्न खोजिएको संविधानसभाको सान्दर्भिकता हुनेछैन। अन्तरिम संविधानले जस्तो नियति भोग्यो, संविधानसभाले पनि त्यस्तै नियति भोग्न सक्छ।

भीमार्जुन आचार्य, संविधानविद्

संविधानसभा निर्वाचनको प्रक्रिया भेदभावपूर्ण हुने भएपछि मैले मधेसी आन्दोलनलाई साथ दिएको हुँ। विभेदपूर्ण संविधानसभाले कसरी मधेसीको हित गर्छ ? म त भन्छु, जनजाति एवं आदिवासीलाई पनि गर्दैन। मधेस आन्दोलनमा गलत तत्त्व घुसे पनि यसले संविधान सभाको लक्ष्यलाई बिगार्दैन।

हृदयेस त्रिपाठी, नेता, नेपाल सद्भावना पार्टी, आनन्ददेवी

हाम्रो दलका नेताले विचार गरेरै जेठमा संविधानसभाको निर्वाचन हुन सक्दैन भन्नुभएको हो। कसैले बोल्न आँट नगरेका बेला देउवाले निर्वाचन सार्ने कुरा गरेर सबैलाई बाटो देखाइदिनुभएको छ। वास्तवमा जेठमा निर्वाचन हुन सक्ने कुरामा शंका उब्जिएपछि कसैले न कसैले यो कुरा भन्नैपर्थ्यो।

रमेश लेखक, श्रम तथा यातायात राज्यमन्त्री

असारमा संविधानसभाको निर्वाचन गर्ने कुरा हुँदैछ तर मधेसमा शान्तिपूर्ण कार्यक्रम गर्न पनि बन्देज लगाइएको छ। संविधानसभामा मधेसलाई समावेश गर्न पनि शान्ति सुरक्षा मजबुत हुनुपर्छ जुन अहिलेसम्म देखिएको छैन।

विजयकान्त लाल कर्ण, मधेसी बुद्धिजीवी

तपाईंको विचारमा संविधानसभा के हो ? यसले के गर्छ ? यसका बाधा-अड्चनहरू के-के हुन् ? तिनलाई हटाउन के गर्नुपर्छ ? संविधानसभाको निर्वाचन कसरी सफल हुनसक्छ ? संविधानसभाका लागि सरकार तथा नागरिकका दायित्व के-के हुन् ? जस्ता प्रश्नमा केन्द्रित रहँदै आफ्ना धारणा हामीलाई लेखिपठाउनुहोस्। प्रत्येक अंकमा एउटा उत्कृष्ट सामग्रीलाई नगद रु. २ सय प्रदान गरिनेछ।

प्राइभेट test/S.L.C

कक्षा ८ वा ९ पास गरी स्कूल जान नसकेका तथा test,S.L.C. फेल भई स्कूल जाने उमेर नाघेका र जागिर गर्दै पढ्न चाहने विद्यार्थीलाई सुर्वण अवसर ....

- अंग्रेजी र नेपाली भाषामा पढाइने
- कक्षा समय: बिहान र दिउँसो
- कक्षा १० को पुस्तक पढे पुग्ने
- कमजोर विद्यार्थीलाई Math,Science, Englsih को Free Tuition
- शुरुका १० जना वा ग्रुपमा आउनेलाई छुटको व्यवस्था

KINGS ACADEMY
कोटेश्वर, रत्न शिक्षा क्याम्पस अगाडि
फोन : ४६००२४५,९८४१२६८२६७, ९८०३१४६१३४

आवश्यकता
NCDB अफिसलाई थप कर्मचारी आवश्यकता
संख्याः 13 Gents/ Ladies
योग्यताः Test/ S.L.C Pass
तलबः ५५००
व्यक्तित्व विकास तथा डाटा कलेक्सन केन्द्र
फोनः 2092356
9841664283

तु- आवश्यकता
कर्मचारी चाहियो
S.L.C दिएकालाई सुवर्ण अवसर
संख्याः ७ ७ Gents /Ladies
तलबः ७५००
सम्पर्कः २१७३२२१, ४२८८५१२, २०७४०८४
रोजगार ग्रुप प्रा. लि.
ग्वार्को र बल्खु
नोटः शनिवार पनि अफिस खुल्ला रहने छ।

तु-आवश्यकता
यस कम्पनीको शाखा कार्यालय बिस्तारको लागी केहि कर्मचारीको आवश्यकता, साथै
SLC दिएर बसेकालाई विशेष अवसर
योग्यताः Test/ SLC or Above
संख्याः 11 Gents/ 11 Ladies
तलबः 8200 + TA(संचयकोष)
सम्पर्कः
सितापाईला 2072021 रिङ्गरोड सितापाईला आर्मी ब्यारेक अगाडी
कोटेश्वर 2220042 कोटेश्वर SOS को आगाडी निखीलेश्वर प्रवेश मार्ग

BRITISH ARMY ! BRITISH ARMY !! BRITISH ARMY !!!
British Army तथा Singapore Police, Preperation Class मा भर्नाखुल्यो

Course
Educational: Mathematic, English, Grammar, Barb Test, Oral Test, Essay Writing, Dictation, Passage
Physical: Puss Up, Set UP, 800 m (running), Drill, B.F.T, Doko Carry

हाम्रा विशेषताहरूः
- न्यूनतम शुल्कमा गुणस्तरिय सेवा प्रदान गरिने।
- विगत पुर्वाञ्चल शत प्रतिसत सफलता प्राप्त।
- Ex- British Army द्वारा शैक्षिक प्रसिक्षण गराईने।
- दक्ष शिक्षकहरूबाट शैक्षिक प्रसिक्षण गराइने।
- हरेक हप्ता Test गराईने।
- उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई छुटको व्यावस्था गरिने।
- कम्पनिको आफ्नै Uniform उपलब्ध गराईने।
- पुरानो प्रश्नपत्र एवं सम्भावित नयाँ मोडेल अनुसार अधिकतम अभ्यास गराईने।

BRITISH GORKHAS EDUCATIONAL & PHYSICAL TRAINING CENTER (P) L.T.D
Shankhapark-4, Dhumbarahi, Ktm, Nepal
Tel: 01-4419046 Mob: 9841344404, 9841235339

क्यान-सफ्टटेकको पहिलो संस्करण प्रारम्भ

विदुर खतिवडा

काठमाडौं– कम्प्युटर एसोसिएसन अफ नेपाल (क्यान) को आयोजनामा त्रिपुरेश्वरस्थित वर्ल्ड ट्रेड सेन्टरमा बुधबारदेखि पहिलो क्यान सफ्टटेक-२००७ प्रारम्भ भएको छ। उक्त सफ्टटेक भोलि शनिबारसम्म चल्नेछ।

स्वदेशी तथा विदेशी सफ्टवेयर विकासकर्ता कम्पनीहरूले सहभागिता जनाएको सफ्टटेक- २००७ मा ५० कम्पनीका ७५ वटा स्टल राखिएका छन्। 'सूचना तथा सञ्चार प्रविधि (आईसीटी) को क्षेत्रमा आफ्नो दक्षता साबित गर्दै सफ्टवेयर विकासमा लागेका युवा तथा सफ्टवेयर प्रयोगकर्ताहरूको चासोलाई पूरा गर्ने उद्देश्यले सफ्टटेकको आयोजना गरिएको हो,' क्यानका अध्यक्ष विप्लवमान सिंह भन्छन्- 'क्यान इन्फोटेकको सफलतापछि सफ्टवेयरसम्बन्धी छुट्टै प्रदर्शनी गर्ने उद्देश्य हाम्रो थियो, त्यसैअनुरूप अब क्यानले निरन्तर सफ्टटेक पनि आयोजना गर्नेछ।' सिंहका अनुसार सफ्टटेकको पहिलो संस्करण भए पनि यसले धेरैको चासो पाएको छ।

सफ्टटेकमा नेपालका अतिरिक्त भारत, श्रीलङ्का, दक्षिण कोरिया, नेदरल्यान्डका कम्पनीहरूले सहभागिता जनाएका छन्। विश्वबजारमा ख्याति कमाएका तथा स्थानीय स्तरमा विकास गरिएका सफ्टवेयर प्रदर्शनीमा छन्। बिजनेश प्रोसेस आउटसोर्सिङ क्षेत्रमा काम गरिरहेका थुप्रै नेपाली कम्पनीका उपलब्धिहरूलाई सफ्टटेकमार्फत सर्वसाधारणले जान्ने मौका पाएको सफ्टटेकका संयोजक अमृतबहादुर थापाले बताए। थापाका अनुसार प्रविधि विकासका क्षेत्रमा नेपाली कम्पनीहरू पनि धेरै अगाडि रहेको प्रदर्शनीमा देखिएका सफ्टवेयरहरूले पुष्टि गरेका छन्।

चार दिने यो प्रदर्शनीका क्रममा न्यूनतम् ३० हजार दर्शकले अवलोकन गर्ने क्यानले बताएको छ। २ सय रुपैयाँ प्रवेश शुल्क तोकिएको सफ्टटेक सम्बन्धित क्षेत्रका मानिसलाई मात्र लक्षित गरिएको संयोजक थापाले बताए। सफ्टवेयरसम्बन्धी प्रदर्शनी भएकाले पनि यो क्षेत्रलाई केही बुझेका मानिसहरू आउन भन्ने हाम्रो चाहना हो, थापा भन्छन्- 'हाम्रो अनुमानमा सफ्टटेकबाट बैंक, वित्तीय संस्था, एयरलाइन्स, स्वास्थ्य, संचार, संघसंस्था र अन्य व्यवसायिक प्रतिष्ठानहरूले फाइदा लिन सक्छन्।'

नेपालमा सफ्टवेयर विकास तथा व्यवसायमा हाल २ सयभन्दा भन्दा बढी कम्पनी सक्रिय छन्। पहिलो पटक आयोजना गरिएको यो प्रदर्शनीमा अपेक्षाभन्दा बढी कम्पनीले सहभागिता जनाएको क्यानले बताएको छ। अध्यक्ष सिंहका अनुसार सफ्टटेकमा सफ्टवेयर विकासकर्ता र व्यवसायीका अतिरिक्त मुलुकका नीति-निर्माता, शिक्षाविद्, विद्यार्थी एवं सर्वसाधारणको उल्लेख्य उपस्थिति छ।

सफ्टटेककै अवसरमा क्यानले आज 'मध्यम स्तरका सूचना तथा सञ्चार प्रविधि कम्पनीहरूको व्यवस्थापन' विषयमा सूचना प्रविधि सम्मेलन आयोजना गर्दैछ। सम्मेलनमा आईसीटीको क्षेत्रमा कार्यरत विभिन्न मुलुक तथा अन्तराष्ट्रिय गैरसरकारी संस्थाका प्रतिनिधिले कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नेछन्। सम्मेलनका संयोजक राजनराज पन्तका अनुसार कम्पनी व्यवस्थापन, नयाँ सूचना तथा सञ्चार प्रविधि, व्यावसायिक अभिवृद्धि, बजार व्यवस्थापनजस्ता गम्भीर विषयमा सम्मेलन केन्द्रित हुनेछ। पन्त भन्छन्- सफ्टटेकमा नेपाली र विदेशी सूचना प्रविधि व्यवसायीबीच हुने अन्तर्क्रियाले नेपालमा संयुक्त लगानीको बाटो खोल्ने सम्भावना देखिएको छ। त्यसैगरी प्रविधि विकासमा अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रबाट आर्थिक तथा प्राविधिक सहायता अभिवृद्धि एवं हस्तान्तरण गर्न यो सम्मेलनको भूमिका महत्त्वपूर्ण साबित हुने अध्यक्ष सिंहले बताए।

दसौं लाख डलरको कारोबार तर गोप्य

सफ्टवेयर विकासको क्षेत्रमा नेपालीहरू पनि बिस्तारै आफ्नो प्रभाव बढाइरहेका छन्। दक्ष जनशक्तिको सङ्ख्या बढ्दै जाँदा नेपाली सफ्टवेयर कारोबारले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा समेत पहिचान कायम गरिसकेको छ। यसले नेपाली आईटी प्रोफेसनलहरू अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमै दक्ष छन् भन्ने पुष्टि हुन्छ। नेपालमा बर्सेनि दसौं लाख डलर बराबरको सफ्टवेयर कारोबार हुने गरेको छ, तर गोप्य रूपमा। नेपालबाट अमेरिका, डेनमार्क, जापान आदि मुलुकमा सफ्टवेयर आउटसोर्सिङ गर्दै आएको एक कम्पनीका कार्यकारी प्रमुखका अनुसार चर्को कर र अस्पष्ट कानुनी आधारका कारण यहाँ कम्पनी दर्तासमेत गरिँदैन। यसरी काम गर्ने संस्थाहरूले आफ्नो सीपकै भरमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको मान्यता प्रमाणपत्र भने लिएका हुन्छन्।

एकातर्फ नेपालभित्रको सफ्टवेयर बजार बढिरहेको र अर्कातर्फ उत्कृष्ट सफ्टवेयर विकासका कारण विकसित अन्तर्राष्ट्रिय मुलुकको विश्वास जितिरहेको अहिलेको यो अवस्थालाई थप प्रोत्साहित गर्न सफ्टटेकको आयोजना गरिएको क्यानका अध्यक्ष विप्लवमान सिंह बताउँछन्। नेपाली आईसीटीको क्षेत्रमा विभिन्न परियोजना सञ्चालन गरिए पनि यो क्षेत्रमा सक्रिय जनशक्तिको स्पष्ट आँकडा पनि हालसम्म सार्वजनिक भएको छैन। अध्यक्ष सिंहका अनुसार कारोबार ठूलो भए पनि राज्यले राजस्व संकलन गर्न सकेको छैन। यो व्यवसायलाई पारदर्शी बनाएर भविष्यमा राजस्व उठाउन र जनशक्तिको तथ्याङ्क पत्ता लगाउन सरकारले निश्चित समय 'ट्याक्स होलिडे' गर्नु आवश्यक छ। भारतको उदाहरण दिँदै अध्यक्ष सिंहले भने– 'भारतले ट्याक्स होलिडेको प्रयोगबाट यो व्यवसायको अवस्था बुझेको हो, यसै वर्षदेखि मात्र त्यहाँ कर असुल्न थालिएको छ।'

अन्तर्राष्ट्रिय आईटी बैठक

कम्प्युटर एसोसिएसन अफ नेपालको आयोजनामा गत मंगलबार र बुधबार एसियन-प्रशान्त कम्प्युटिङ उद्योग संगठन (एसोसिओ) मा आबद्ध २६ राष्ट्रका ४० सूचना तथा सञ्चार प्रविधि विज्ञहरू बैठक सम्पन्न भएको छ। पहिलो पटक नेपालमा बसेको एसोसिओ बैठकमा नेपाली आईसीटी उद्योगको प्रबर्द्धनका विषयमा बृहत् छलफल भएको क्यानका महासचिव राजनराज पन्तले बताए। पन्तका अनुसार बैठकले नेपालमा लगानी भित्र्याउनका लागि मार्ग प्रशस्त गरेको छ। बैठक एसिया-प्रशान्त क्षेत्रमा विदेशी लगानी, सफ्टवेयर निर्यात एवं बजार पहिचानका लागि गरिनुपर्ने अध्ययन आदि विषयमा केन्द्रित थियो।

सफ्टटेकका आकर्षण

भारतका साबिर भाटियाले विकास गरेको हटमेल म्यासेन्जरको लोकप्रियता देखेपछि माइक्रोसफ्ट कर्पोरेसनले ठूलो मूल्य तिरेर भाटियाको उक्त म्यासेन्जरलाई आफ्नो बनायो। ऋण लिएर उक्त म्यासेन्जर विकसित गर्ने भाटियाले त्यसलाई बेचेपछि उनको जीवनशैलीमै परिवर्तन आएको छ। भाटियाको उदाहरणले दक्ष तथा सीप भएका व्यक्तिले पैसाको अभावमा पनि सफलताको कथा रच्न सक्छन् भन्ने पुष्टि गर्छ। नेपाली आईसीटी क्षेत्रमा दक्ष युवाहरूको उपस्थिति बढ्दै जाँदा उनीहरूलाई काम गर्न रकमको अभाव बाधक नबनोस् भनेर नेपाली व्यवसायीहरूको एउटा समूहले 'भेन्चर क्यापिटल' अर्थात् 'लगानी रकम' को व्यवस्था गर्ने भएका छन्। भेन्चर क्यापिटल समूहकै एक सदस्यका अनुसार यसमा लगानीकर्ता र दक्ष व्यक्ति दुवैको सेयर रहनेछ। हाल आयोजना भैरहेको क्यान सफ्टटेकमा यस विषयमा विस्तृत जानकारी उपलब्ध गराइएको छ।

प्रदर्शनीमा स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयरको क्षेत्रमा कार्यरत मदन पुरस्कार पुस्तकालयले नेपाली भाषाको कम्प्युटर सञ्चालन प्रणाली (अपरेटिङ सिस्टम) नेपालीनक्सको तेस्रो संस्करण २.० को प्रारम्भिक स्वरूपका बारेमा अवलोकनकर्ताहरूलाई जानकारी उपलब्ध गराइरहेको छ। पुस्तकालय भाषा सञ्चार परियोजनाका प्राविधिक वसन्त श्रेष्ठका अनुसार पुस्तकालयले काम भैरहेका टेक्स्ट टु स्पिच (टीटीएस), निरक्षरका लागि कम्प्युटर परियोजना 'संवाद' र अनलाइन नेपाली पाठसंग्रहका बारेमा पनि जानकारी गराइरहेको छ।

बैंकिङ क्षेत्रको कारोबारका लागि लोकप्रिय 'पुमोरी' सफ्टवेयर विकास गरेको मर्कन्टाइल सोलुसनले सफ्टटेककै अवसर पारेर पछिल्लो संस्करण 'पुमोरी इन्टरप्राइज' सार्वजनिक गरेको छ। मर्कन्टाइल अफिस सिस्टमका कार्यकारी प्रमुख सुरेन्द्र एस. बज्राचार्यका अनुसार पछिल्लो संस्करणको यो सफ्टवेयरमा एसएमएस बैंकिङ, इन्टरनेट बैंकिङ, एटिएम इन्टरफेसजस्ता थप सुविधा समेटिएका छन्।

माइक्रोसफ्ट कर्पोरेसनअन्तर्गत कम्प्युटर सञ्चालन प्रणाली विकास गरेको अनलिमिटेड नु मेडिया प्रा.लि.ले विन्डोज भिस्टालाई नेपाली प्रणालीमा विकास गर्ने र सफ्टवेयर विकासका आफ्ना विभिन्न परियोजनाका बारेमा समेत अवलोकनकर्तालाई जानकारी दिएको छ। सो अवसरमा अनलिमिटेडले अनलाइन नेपाली भाषा शब्दकोष 'साइबरकोष' पनि सार्वजनिक गरेको छ।

बैंकिङ क्षेत्रका लागि मात्र सफ्टवेयर विकास गर्दै आएको माइक्रो बैंकर नेपाल प्रा.लि.ले बैंक तथा वित्तीय संस्थाहरूलाई आवश्यक सफ्टवेयर विकासको आफ्नो परियोजनाका बारेमा अवलोकनकर्ताहरूलाई जानकारी गराइरहेको छ। प्रा.लि.ले 'एफएओ/जिटिजेड बैंकिङ सिस्टम' लाई प्रदर्शनीमार्फत प्रबर्द्धन गर्ने लक्ष्य राखेको छ।

वर्ल्ड लिङ्क टेक्नोलोजीले सफ्टटेकको अवसर पारेर रोजगारदाता विभिन्न कम्पनीका लागि उपयोगी हुने 'ह्युमन रिसोर्स म्यानेजमेन्ट' सफ्टवेयरको 'डेमो' प्रदर्शन गरिरहेको छ। प्रदर्शनीमा माज्दा इन्टरनेसनल कम्प्युटेकले उत्पादक तथा वितरक कम्पनीहरूलाई लक्षित गरेर विकास गरिएको एकाउन्टिङ प्याकेज 'टिप्लसप्लस' राखेको छ।

इन्फरमेसन टेक्नोलोजी एन्ड टेलिकम इन्टरनेसनल (आईटीएनटीआई) ले प्रदर्शनीकै अवसरमा फर्मास्युटिकल्स इन्डस्ट्रीका लागि उपयोगी सफ्टवेयर ल्याएको छ। भारतस्थित भारती समूहसँग आबद्ध आईटीएनटीआईले छोटो अंकका मोबाइल नम्बर प्रयोग गरेर सेवाका सबै क्षेत्रलाई विद्युतीय माध्यममा लान 'मोबाइल बेस भ्याल्यु एडेड सर्भिस' का बारेमा जानकारी उपलब्ध गराइरहेको छ।

जिओग्राफिक इन्फरमेसन सिस्टम (जीआईएस) मा कार्यरत संस्था जीओ-स्पाटियल सिस्टम प्रा.लि.ले विकसित देशहरूमा आउटसोर्सिङ गरिरहेका 'म्यापिङ' को सफलताका मोडलका आधारमा स्थानीय स्तरमा पनि जीआईएस सिस्टमका बारेमा जानकारी गराइरहेको छ।

प्रदर्शनीका क्रममा सिगेट इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजीले स्वतन्त्र तथा खुला स्रोतमा आधारित 'लर्निङ-एनिमेसन' सफ्टवेयर 'स्क्वेक' का बारेमा जानकारी गराइरहेको छ। त्यसैगरी प्रदर्शनीमा कम्प्युटर बेस्ड फाइनान्सियल इन्जिनियरिङ प्रा.लि.ले 'वित्तीय तथा व्यवस्थापन एकाउन्टिङ' सफ्टवेयर 'फामस' को प्रबर्द्धन गरिरहेको छ।

हारती कम्प्युटर सर्भिसेजले प्रदर्शनीमा विभिन्न बैंक तथा वित्तीय संस्थाजस्ता कार्यालय व्यवस्थापनका निम्ति आवश्यक सफ्टवेयर 'एटिटिटुके' ल्याएको छ। बायोमेट्रिक्स डिभाइसमा आधारित कर्मचारीहरूको कार्यालय प्रवेशदेखि हाजिरीसम्मका सबै तथ्याङ्क अटोमेटिक राख्न सक्ने सफ्टवेयर पनि उक्त सर्भिसेजले प्रदर्शनीमा राखेको छ। त्यसैगरी फाइनान्सियल एकाउन्टिङ प्रा.लि.ले सहकारी संस्थाहरूलाई लक्षित गरेर विकास गरेको 'फिनाक'

बाँकी पृष्ठ ७ मा

उद्घोषण तालिम

नयाँ वर्ष २०६४ सालको उपलक्ष्यमा एस.एल.सी. दिएर बसेका विद्यार्थीहरुलाई विशेष छुट सहित धमाधम उद्घोषण (RJ/VJ) तालिम दिईदै छ।

हाम्रा विशेषताहरू

१. ८०% भन्दा बढिलाई रोजगार दिलाउन सफल।
२. Theory र Practical संगसंगै गराइने।
३. सबैभन्दा पुरानो र विश्वासिलो।
४. तालिमको अन्त्यमा १ घण्टाको कार्यक्रम रेकर्ड गर्न दिइने।

सम्पर्क
पानस मिडिया एण्ड ट्रेनिङ्ग सेन्टर
प्रदर्शनी मार्ग
फोन : २००३०९८

सवारी साधन चलाउदा र बाटो काट्दा नियमहरु पालना गरौं, आफु पनि जोगिउ र अरुलाई पनि जागाऔं।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय
सूचना विभाग

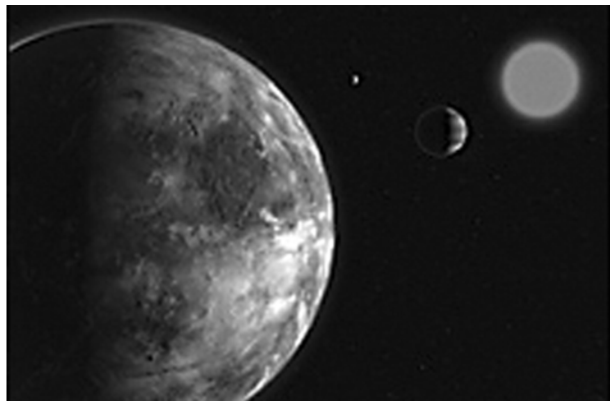
KEI for BE ENTRANCE
Admission open: Preparation Classes
• Managed by Highly experienced teachers and Post graduate Enginneers of IOE Pulchowk Campus.
• Excellent result in IOE Entrance with top 10 students. (BE 96%, ME 98 % and IOE topper)
• Provided Text books, Question banks & Practice Sheets.
Kantipur Educational Institute (KEI)
Kupandol, Tel: 5540917, GPO Box: 8973 NPC115
Web: www.kei.edu.np/email: info@kei.edu.np

प्राइभेट
TEST/SLC/०६४ मा
Test/SLC फेल भई स्कूल जान छाडेका विद्यार्थीहरूका लागि
अन्तिम भर्ना खुल्यो
➡ बिहान, दिउसो/अंग्रेजी, नेपाली दुवै माध्यममा पढाइने।
➡ कक्षा दशको मात्र पाठ्य पुस्तक अध्ययन गरे पुग्ने।
➡ TU/KU तथा विश्वभरि मान्यता प्राप्त।
➡ जागिरे तथा गृहिणीले घरैमा पढेर पनि परीक्षा दिन सक्ने।
➡ दशौं वर्ष अनुभवी शिक्षकद्वारा मनोवैज्ञानिक ढंगले पढाइने।
विगतका वर्षमा ९९ प्रतिशत नतिजा ल्याउन सफल
वासिङ्गटन एकेडेमी
नयाँ बानेश्वर डिपार्टमेन्टल स्टोर अगाडि, फोन : ४७८२१६२

वैज्ञानिकहरूले फेला पारे पृथ्वीजस्तै ग्रह

युरोपेली वैज्ञानिकहरूले पृथ्वीको जस्तै तापक्रम र पानीको सम्भावना भएको नयाँ ग्रह पत्ता लगाएका छन् । ब्रह्माण्डमा जीवनको खोजी गरिहेका ती वैज्ञानिकहरूले उक्त ग्रहलाई ग्लिज ५८१ सी नाम दिएका छन् । ती वैज्ञानिकहरूले चिलीको ला सिलेस्थित युरोपियन साउदर्न अब्जरभेटोरीमा रहेको शक्तिशाली हार्प टेलिस्कोपको सहायताले उक्त ग्रह पत्ता लगाएका हुन् ।

उक्त ग्रह पृथ्वीजस्तै र समुन्द्रले ढाकिएको हुनसक्ने अनुमान ती वैज्ञानिकहरूको छ । पृथ्वीभन्दा करिब ५० प्रतिशत ठूलो उक्त ग्रह पृथ्वीबाट १ सय २० खर्ब माइल टाढा छ । ती वैज्ञानिकहरूका अनुसार पृथ्वीले सूर्यलाई परिक्रमा गरेझैं उक्त ग्रहले रेड ड्वार्फस् ग्लिस ५८१ नामक तारालाई परिक्रमा गर्छ । उक्त ग्रहले रेड ड्वार्फस् ग्लिज ५८१ लाई १३ दिनमै परिक्रमा गर्ने बताइएको छ । ग्लिज ५८१ सीको एक वर्ष हाम्रो १३ दिन बराबरको हुने ती वैज्ञानिकहरूले



बताएका छन् । पृथ्वी र सूर्यको दूरीको तुलनामा उक्त ग्रह तथा त्यसले परिक्रमा गर्ने तारा बीचको दूरी १५ गुणा कम छ ।

उक्त ग्रह र त्यसले परिक्रमा गर्ने ताराबीचको दूरी पृथ्वी र सूर्यको जस्तै सन्तुलनमा रहेकाले त्यहाँ विभिन्न रूपमा पानी पाइने सम्भावना देखिएको हो । 'ब्रहमाण्डमा पृथ्वीजस्तै अर्को ग्रह पत्ता लगाउनु हाम्रो उद्देश्य थियो, यो पहिलो पाइला हो' भन्दै उक्त ग्रह पत्ता लागेपछि स्वीजरल्यान्डस्थित जेनेभा अब्जरभेटोरीका अनुसन्धानप्रमुख स्टेफन उड्री भन्छन्- 'हामी एक कदम अगाडि पुगेका छौं ।'

उक्त ग्रहले परिक्रमा गर्ने ताराको तापक्रम सूर्यको भन्दा ५० गुना कम भएकाले त्यहाँ जीवन रहेको हुनसक्ने सम्भावना देखिएको कुरा अनुसन्धानटोलीका सदस्य जाभियर डेल्फोसेले बताए । डेल्फोसेले उक्त ग्रह भविष्यको अन्तरिक्ष अनुसन्धानको लक्ष्य हुने प्रस्ट पार्दै भने- 'ब्रह्माण्डको नक्सामा हामीले यसलाई असंख्य सम्भावना भएको ग्रहका रूपमा चिनो लगाएका छौं । कम्प्युटर विश्लेषणमा वैज्ञानिकहरूले उक्त ग्रहको सतहको तापक्रम सून्यदेखि ४० डिग्री सेल्सियसबीच हुन सक्ने अनुमान गरेका छन् ।

गतिशीलता विश्लेषणको आधारमा 'वोब्बल' प्रविधिद्वारा उक्त ग्रहको आकार र दूरी निर्धारण गरिएको कुरा अनुसन्धानमा संलग्न वैज्ञानिक स्टेफन उड्रीले बताए । अन्य वैज्ञानिकहरूले पनि उक्त ग्रह पत्ता लाग्नु महत्त्वपूर्ण उपलब्धि भएको टिप्पणी गरेका छन् । 'निश्चय नै यो ठूलो उपलब्धि हो', अमेरिकास्थित हावर्ड स्मिथसोनियन सेन्टर फर एस्ट्रोफिजिक्सका अनुसन्धानकर्ता डेभिड चारबोन्युले बताए । त्यसैगरी अन्तरिक्ष अनुसन्धानमा संलग्न अस्ट्रेलियाको सेटी इन्स्टिच्युटका अनुसन्धानकर्ता सेथ सोस्टक भन्छन्- 'हामीलाई पृथ्वीजस्ता दुई ग्रह मात्र थाहा छ । पहिलो हाम्रो पृथ्वी र दोस्रो नयाँ पत्ता लागेको ग्लिज ५८१ सी, तर यो नयाँ ग्रहका बारेमा धेरै कुरा थाहा पाउन बाँकी नै छ ।

सफ्टटेकका आकर्षण

पृष्ठ ६ बाट जारी

सफ्टवेयरलाई सफ्टटेकमार्फत प्रबर्द्धन गरिरहेको छ ।

प्रदर्शनीमा वर्ल्ड डिस्ट्रिब्युसन नेपाल समूहले विभिन्न सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थामा ढड्ढामा राखिँदै आएका कागजातलाई विद्युतीय माध्यममा लगेर सम्पूर्ण तथ्याङ तथा विवरणलाई खोजेको समयमा तुरुन्तै भेट्न सकियोस् भनेर विकास गरिएको 'डकब्लिट्ज' सफ्टवेयर राखेको छ। रेमिट्यान्स कारोबारका लागि रेमिट्रोन, जिओग्राफिकल इन्फरमेसन सिस्टम जीआइएस सफ्टवेयर आदिका बारेमा अवलोकनकर्तालाई जानकारी उपलब्ध गराइएको छ । प्रदर्शनीको अर्को आकर्षण 'पिजन' सफ्टवेयर हो । एसएमएस पोलिङ २६२६ मोबाइल ब्यालेन्स चेक गर्ने १४१४ सबै पिजन सफ्टवेयरमा आधारित छ ।

प्रदर्शनीलाई लक्षित गरेर नेक्सस नेपाल प्रा.लि.ले अडियो भिडियो म्यासेजिङ सिस्टम भीएमएस (भिडियो म्यासेजिङ सिस्टम) अन्तर्गत जुनसुकै वेबसाइटमार्फत शुल्क तिरेर अनलाइन अडियो भिडियो म्यासेजिङ पठाउन सकिने प्रविधि सार्वजनिक गर्दैछ । प्रदर्शनीमा हाइटेक सोलुसनले स्वस्तिक, फर्मासफ्ट, गुरुकुल, कुरियर, ट्राभलसफ्ट, क्यारिसफ्ट आदिका सफ्टवेयर प्रदर्शन गरेको छ । त्यसैगरी माउन्ट डिजिट टेक्नोलोजीले वेबपेज डेभलपका लागि आवश्यक सबै सुविधामा विशेष छुट राखेको छ भने रेडियन्ट इन्फोटेक नेपालले अभिभावकले घरमै बसेर आफ्ना छोराछोरीको क्रियाकलाप, हाजिरी परिक्षण तथा विद्यालयको बिल हेर्ने अनलाइन स्कुल इन्फरमेसन सिस्टम सार्वजनिक गरेको छ ।

प्रदर्शनीमा भारतको बिजी इन्फोटेक प्रा.लि., इन्फरम्याट्रिक्स इन्टरनेसनल श्रीलङ्का, यालामान्चाली कन्सल्टेन्सी भारतले विकास गरेका विभिन्न सफ्टवेयरका बारेमा अवलोकनकर्तालाई जानकारी गराइरहेका छन्। यसबाहेक आउटसोर्सिङको क्षेत्रमा काम गरिरहेको नेदरयान्डको कम्पनी जाभ्रा सफ्टवेयर नेपाल प्रा.लि. तथा हाइटेक भ्याली आइनेट प्रा.लि.ले विकास गरेका विभिन्न सफ्टवेयरका बारेमा पनि सफ्टटेकमा जानकारी हासिल गर्न सकिन्छ ।

जन्मदिनको शुभकामना

रेश्मा निरौला
२०६० वैशाख २१

रेजिना शंकर
२०५७ वैशाख २१

प्रेरणा पासवान
२०६० वैशाख २२

स्तुति काफ्ले
२०६० वैशाख २३

सक्षम शाक्य
२०६१ वैशाख २३

आयुषा ढकाल
२०५९ वैशाख २३

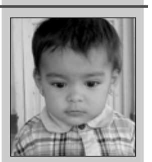
पल्लवी सापकोटा
२०५६ वैशाख २३

अभियान बराल
२०६३ वैशाख २४

निमिशा ठकुरी
२०६१ वैशाख २४

रिया तामाङ
२०६० वैशाख २६

अनुनय मैनाली
२०६१ वैशाख २७



सुयोग फुयाँल
२०६२ वैशाख २३

जन्मदिनको शुभकामना

काट्‌नु

नाम :...

जन्म मिति :...

स्कुल :...

ठेगाना : ....

तस्बिर अनिवार्य

तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ।

विशेष छुट सहित ब्युटिसियन तालिम
नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त, NGO को सहयोगमा सञ्चालित, वरिष्ठ ब्युटिसियनहरूद्वारा प्रशिक्षण दिइने Basic, Advance, Diploma र Special कोर्षहरु सञ्चालन हुँदैछ । SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरूलाई विशेष प्राथमिकता दिइनेछ ।

सम्पर्क :
New CBTC, महाराजगञ्ज, चक्रपथ चोक, पेट्रोल पम्पसगै फोन : ४०८०५५२
मोबाइल : ९८५१०६९९४४

तालिमको लागि
रेडियो, क्यासेट, VCR, VCD, TV
एसी / फ्रिज
मोबाईल फोन
हाउसवायरिङ
मोटरवाईण्डिङ
कम्प्युटर हार्डवेयर, सफ्टवेयर
११ वर्ष पुरानो
५०% छुटमा
Job को लागि सहयोग
तालिमका लागि सम्पर्क
राज इलेक्ट्रोनिक्स
शिव दर्शन हल अगाडी
नयाँ बानेश्वर फोन: 4495581
कालिमाटी 01-6224798
नोट: विदेश जानेलाई विशेष कोर्ष ।

इजरायल
हिब्रु भाषा
इजरायल जानेहरूले सिक्नै पर्ने विशेष कक्षाहरु
हिब्रु भाषा, केयरगिभर, House Keeping, नर्सिङ र अंग्रेजी भाषा
सम्पर्क
कोलम्बिया एकेडेमी
नयाँ बानेश्वर चोक, गणमुलतर्फ (कोलम्बस कलेजको ठीक अगाडि)
फोन : ४७८१०६१ ९८४१३८७६९७
भिषा प्रोसेसिङ पनि गरिन्छ

सुवर्ण अवसर ! सुवर्ण अवसर !
❖ तपाई एस. एल. सी. को परिक्षा दिएर खाली समय बिताई रहनु भएको छ ?
❖ परिक्षा सके पछि के गर्ने भन्ने सोचाईमा भौतारीनु भएको छ ?
❖ खाली समयको सदुपयोग गर्न चाहानु हुन्छ ?
❖ तपाईले आफुलाई दक्ष स्वास्थ्य कर्मीको रुपमा प्रस्तुत हुने चाहाना राख्नु भएको छ ?
❖ तपाईमा विश्वका Canada, Australia, Israel, German, U.K. मा गएर काम गर्ने इच्छा छ ?
❖ तपाईले Nursing तथा H. A. पढ्ने चाहाना राख्नु भएको छ ?
❖ स्वदेशमा रहेका अस्पताल, नर्सिङ्ग होम क्लिनीक, स्वास्थ्य चौकी NGO, INGO हरुमा स्वास्थ्य कर्मी भई काम गर्ने इच्छा छ ?
यि सबै समस्याको समाधानका लागि हामी तपाईलाई पूर्ण सहयोग गर्ने छौं ।
जन स्वास्थ्य विकास केन्द्र
फोन: २०८३१६२ कोटेश्वर, ०१-६२१८९३४, बालाजचोक, काठमाडौं
E-mail:- phdc_org@yahoo.com

प्राइभेट
Test/S.L.C.
विगत वर्षहरूमा
100% पास
गराउन सफल ।
२०६४ को लागि Private/ Test/S.L.C. भर्ना खुल्यो ।
कक्षा समय : बिहान र दिउसो
माध्यम : अंग्रेजी र नेपाली
साथै Computer, Languages/Tuition Classes सञ्चालन भइरहेको छ
Kathmandu Multiple Institute
Bhotahity, Kathmandu
Ph 4232203

SLC/+2 फेल ? No चिन्ता !
५ विषय मात्र पास गरे पुग्ने । Sent-up दिन नपर्ने Maths/Science नपढे पनि हुने । १ वर्षमै +2 पास गर्न चाहनु हुन्छ ? यस इन्स्टिच्यूटद्वारा संचालित NIOS (Delhi Board) का कक्षामा भर्ना भै ढुक्क हुनुहोस् ।
प्राईभेट Test/SLC, Bridge Course
STAFF Nurse Entrace Preparation
भर्ना खुल्यो
आल्फा एजुकेशनल सेन्टर
प्रसूतिमार्ग, थापाथली
४२३१८२७
Sun Bean Institute (SBI)
Kumaripati, Lalitpur
2120662

होटल तालिम
कुक, वेटर, हाउसकिपिङ, लण्ड्रीमेन, वेलब्वाई, सेक्यूरिटी गार्ड, केयर गिभर तालिम आदि
विशेषताहरू:
विदेश जानेलाई विशेष व्यवस्था
Theory / Pratical दुबैको व्यवस्था
कुक सिक्नेलाई Waiter free
उत्कृष्टलाई स्वदेशमै रोजगारी
Language
कोरीयन, जापनिज, हिब्रु र अंग्रेजी भाषा
Tution: SLC, +2, Bachelor (All Level All Subjects)
Private Test / SLC
प्रा. लि २८- ९- ७७ ०६० EIA १२१ ०६३
कक्षा ८ वा ९ पास अथवा Test / SLC फेल भई स्कुल जानबाट वञ्चित, उमेर नाघेका र जागिर गर्दै पढ्न चाहनेको लागी अध्यनको सुवर्ण अवसर
Eng र Nepali दुबै भाषामा विहानी बेलुकी कक्षा
विगतको राम्रो नतिजा रहेको दक्ष तथा अनुभवि द्धारा मनोवैज्ञानीक तरिकाबाट पढाइने ।
कामना इन्ष्टिच्युट कोटेश्वर
4601878, 4600335 (प्रहरी चौकी संगै) टंक प्रसाद शालिक अगाडि

फुर्सदको सदुपयोग

एसएलसी परीक्षाको चटारोले छाडेको छ। फुर्सदको उपयोग अनि उच्च शिक्षामा सहयोगसँगै आत्मविश्वास बढाउन फोटोग्राफी भिडियोग्राफी प्रशिक्षण लिँदैछु,' पुतलीसडकस्थित कान्तिपुर फोटोग्राफी भिडियोग्राफीमा छ महिने एड्भान्स कोर्स गरिरहेका सुवास सुवेदीले साप्ताहिकसँग भने– भविष्यमा सञ्चार क्षेत्रमा लाग्ने इच्छा छ र यो प्रशिक्षण सहायक सिद्ध हुन्छ भन्ने कुरामा विश्वस्त छु। भविष्यमा होटल व्यवस्थापक बन्ने लक्ष्य लिएका दिवाकर केसी प्रयोगात्मक पक्ष धेरै समेटिएकाले प्रशिक्षणले अझ निखार ल्याउने बताउँछन्। सहारा होटल तालिम केन्द्रबाट प्रशिक्षण लिएर वैदेशिक अध्ययनको तयारीमा रहेका दिवाकरले भने– वैदेशिक अध्ययनको आधार र कुन कार्यका लागि के उपयोगी हुन्छ भन्ने कुरा छुटिँदो रहेछ।

सुवास र दिवाकर मात्र होइन, यतिखेर लामो फुर्सदलाई आ–आफ्नै तरिकाले उपयोग गर्न प्रायः सबै विद्यार्थी तल्लीन देखिन्छन्। एसएलसीपछि विज्ञान संकायतर्फ इच्छुक विद्यार्थी ब्रिजकोर्सको अध्ययनमा लागे पनि अन्य संकायमा इच्छुक विद्यार्थी यस्ता प्रशिक्षणतर्फ आकर्षित देखिन्छन्। डेढ दशकअघिको पुस्तामा अहिलेजत्तिको खुलापन थिएन र यस्ता प्रशिक्षण केन्द्रहरू पनि उपलब्ध थिएनन्। यो समय नतिजा कुर्दाकुर्दै बित्थ्यो, तर अहिले एसएलसी परीक्षा दिने क्रममा विभिन्न जानकारी सम्मिलित प्रचार सामग्री एसएलसी सक्ने विद्यार्थीहरूको हातमा थमाइन्छ। त्यसमाथि एसएलसी परीक्षालगत्तै छापा तथा विद्युतीय सञ्चारमाध्यमहरूमा यस्ता प्रशिक्षणसम्बन्धी जानकारीहरू पनि प्रकाशित हुन्छन्।

परीक्षाफलपछि के गर्ने, पढाइलाई अझ सहयोग केले गर्दा हुन्छ ? योग्यतामा निखार केले ल्याउला ? जस्ता प्रश्नले प्रायः सबै विद्यार्थीलाई पिरोलिरहन्छन्। यस्तो अन्यौल हटाउन यस्ता प्रशिक्षणले सहयोग गर्न सक्छ, जसमा सेक्रेटेरियल कोर्स पनि एक हो। एसएलसीमा असफल भएपछि मात्रै सक्रेटेरियल कोर्समा जानुपर्छ भन्ने परिपाटी बदलिँदै, शिक्षित जनशक्ति

प्राविधिक शिक्षामा आउनुपर्छ भन्ने परिपाटी विकसित हुने थालेको विज्ञहरू बताउँछन्। त्यसमा पनि सहरी भेगका विद्यार्थीहरू होटल एवं सौन्दर्य तालिम, पत्रकारिता, एयरहोस्टेज, संगीत, गायनजस्ता विषयमा केन्द्रित देखिन्छन्।

फोटोग्राफी भिडियोग्राफी

कुनै पनि वस्तुको वास्तविक परिचय, ध्वनि र दृश्यसमेतलाई जीवन्त प्रस्तुत गर्ने साधनलाई भिडियोग्राफी भनिन्छ। सिटिइभिटीको सम्बन्धनमा पनि यस्तो तालिम उपलब्ध गराइन्छ। नेपाल सानो भए पनि विविध प्राकृतिक एवं सांस्कृतिक अनुसन्धानका लागि उपयुक्त रहेको शंकरराज अधिकारी बताउँछन्। फोटोग्राफीअन्तर्गत स्टुडियो सञ्चालन, भिडियो न्यूज, फोटो रिपोर्टिङ, डकुमेन्ट्री पर्छन्। जसमा ध्वनि, पृष्ठभूमि, प्रिमियर, आफ्टर इफेक्ट, लाइट इफेक्ट, फिल्टर इफेक्ट क्यामेराका प्रकारजस्ता प्रोग्रामहरू पर्छन्। प्रत्येक दिन दुई घन्टाको तालिममा डिजिटल क्यामेरा, डिभेलपर, प्रिन्ट स्टुडियो ल्याब, ध्वनि नियन्त्रक, लाइट कन्ट्रोल उपलब्ध गराइन्छ। छ महिनाको एडभान्स तालिममा विस्तृत रूपमा डिजिटल प्रविधिद्वारा सम्पादन सिकाइन्छ। यस्तै एड्भान्स फोटोग्राफी भिडियोग्राफीअन्तर्गत क्यामेराको पाटपुर्जा, लाइट ब्यालेन्स, सर्ट साइट, स्टुडियो लाइटिङ, पोर्टफोलियो, फोटोसेसन गर्दै आउट डोरमा ल्यान्डस्केप, आर्किटेक्चरल आदि पर्छन्।

एयर होस्टेज/स्टेवार्ड

थोरै पढाइले धेरै आम्दानी गर्न सकिने ग्ल्यामरस पेसाका रूपमा एयर होस्टेजलाई लिइन्छ। त्यसैले १७ देखि २६ वर्षका युवायुवतीहरू यसप्रति निकै आकर्षित देखिन्छन्। तीन महिनाको कोर्समा सैद्धान्तिक र प्रयोगात्मक रूपमा सर्भिस के हो, ग्राहकसँगको अन्तर्क्रिया, बानीबेहोरा, संवाद, टुइनअटरदेखि बोइङ, एयर बस, हवाईजहाजका उपकरण ह्यान्डल गर्ने विधि प्रमुख रूपमा सिकाइन्छ। यसमा आपत्कालीन अवस्थामा विपत्तिबाट जोगिने उपाय प्राथमिकताका साथ सिकाइन्छ। अन्तर्वार्ताको कसरी सामना गर्ने, तस्बिर कस्तो ठाउँमा खिच्ने, निवेदन एटेज गर्नेजस्ता कोर्स व्यक्तिविकासअन्तर्गत सिकाइन्छ, तर न्युनतम पाँच फिट उचाइ, सन्तुलित शारीरिक सुगठन, स्पष्टवक्ता एवं अविवाहित हुनु यसका क्राइटेरिया हुन्। लामो र छोटो दूरीका उडानमा ब्रेकफास्ट, लन्च, डिनर सर्भ गर्ने कुरामा प्रयोगात्मक कक्षा केन्द्रित हुन्छ। इमर्जेन्सी इक्युपमेन्ट एन्ड प्रोसिडरल ड्युटिज एन्ड रेस्पोनसिबिलिटी, ग्रुमिङ, बोर्डिङ (कार्ड चेक गर्ने), ब्रिफिङजस्ता विषयहरू सैद्धान्तिक रूपमा पढाइन्छ। अभिनय पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्रकी निर्देशक मीना खड्गा अहिलेको समय यो गर्छु त्यो गर्दिनँ भन्न नमिल्ने बताउँछिन्। त्यसैले एसएलसी सकिनेबित्तिकै क्षमता वृद्धि नभए पनि प्रवीणता तहसम्म पुग्दा यो प्रशिक्षणले अझ खारिन सक्ने उनको राय छ।

सौन्दर्य तालिम

सौन्दर्यप्रतिको सजगता सायद कमै मानिसमा नहोला। दैनिकदेखि अन्य कुनै पनि प्रयोजनमा आवश्यक रहेकाले यसमा महिला तथा पुरुषको आकर्षण निकै बढ्दो छ, जसमा बेसिक कोर्सअन्तर्गत थ्रेडिङ, वाक्सिङ, फेसियल, हेयर कटिङ आदि पर्छन्। यसबाहेक छ महिने एडभान्स कोर्समा जाँदा स्वरोजगारी सिर्जना गर्न सकिन्छ। हात बसिसकेको हुने हुँदा यो कोर्स वैदेशिक अध्ययन एवं रोजगारीमा उपलब्धिमूलक देखिन्छ।

होटल तालिम (कुक, वेटर, हाउस किपिङ फ्रन्ट अफिस)

पर्यटन क्षेत्रमा लाग्न चाहने विद्यार्थीहरूका लागि यो तालिम प्रयोगात्मक हिसाबले निकै आकर्षक छ। कुक प्रशिक्षणभित्र पकाउने काम मात्र नभई होटल व्यवस्थापन, होटलका प्रकार, डेकोरेसन, अनुशासन, कार्यशैलीदेखि अन्य क्लिनरी टर्म्स पर्छन्। प्याकेजका रूपमा दसवटा कुकिङ आइटममा मात्र पनि जान सकिन्छ। यसबाहेक फुड एन्ड बेभरेज सर्भिस, फुड प्रोडक्सन, फ्रन्ट अफिस (रिसेप्सनिस्ट), बेल बोटा, हाउस किपिङ पनि सिकाइन्छ। जसमा वेटरअन्तर्गत सिकोएन्स, फुड क्याचिङ, काँटा–चम्चा समात्ने, ककटेल तयार गर्ने विधिसम्म पर्छ। एउटा कुशल वेटर नै भविष्यमा होटलको जीएमसम्म हुन्न सक्छ। यस्तै फोन ह्यान्डिलिङ, डाटा इन्ट्री, फ्रन्ट अफिस र बेड मिलाउने, सरसफाइका कुरा हाउस किपिङभित्र पर्छन्। यस्तो कोर्सको सहायताले व्यक्ति कुन कामका लागि सक्षम छ र एसएलसीपछि वैदेशिक अध्ययन अथवा रोजगारीमा प्रभावकारी हुने–नहुने कुरा छुट्टिने सहारा होटल तालिम केन्द्रका सञ्चालक सहदेव सायमी बताउँछन्।

उद्घोषण तालिम

युवापुस्तामा सञ्चारप्रतिको क्रेज बढ्दो छ। युवायुवतीहरू आरजे, भिजे अथवा न्युज रिडर वा रिपोर्टरका रूपमा सञ्चारक्षेत्रमा प्रवेश गर्न लालयित देखिन्छन्। प्रशिक्षणयुक्त जनशक्तिलाई सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरूले प्राथमिकताका साथ माग गर्छन्। प्रशिक्षणका क्रममा बोल्ने कला विकासका लागि शब्द चयन, फेसियल कन्टेक्ट, क्यामेरा फेस, माइक्रोफोन, ह्यान्डलिङ विषय प्रमुखतामा पर्छन्। यसबाहेक स्टेज प्रोग्राम ह्यान्डलिङसम्बन्धी छुट्टै कोर्स हुन्छ। एडभान्स कोर्सका लागि बिट छुट्याई त्यहीअनुरूप प्रशिक्षण दिइन्छ।

सङ्गीत, गायन तालिम

भनाइ नै छ, 'कला नसिकेको मानिस सिङ्ग न पुच्छरको हुन्छ।' नियममा अनुबन्धित भै कला के हो भन्ने जानेपछि नै दक्ष कलाकार बनिन्छ। त्यसमा पनि गायनअन्तर्गत गिटार, किबोर्ड, तबला, हार्मोनियम, भ्वाइलेन, नृत्यमा क्लासिकल त अनिवार्य भैहाल्यो। गायनअन्तर्गतको आधारभूत कक्षामा फिगरिङ, टाइमिङ, कट, नोटेसन, वाद्यवादनसम्बन्धी ज्ञान, स्वर, लय स्केलसम्म पर्छन्। एडभान्स रूपमा कलाअनुरूपको दुईवर्षे जुनियर डिप्लोमा, चारवर्षे सिनियर डिप्लोमा, छवर्षे विसारद, सातवर्षे विस्युजसम्म गर्न सकिन्छ। जसमा विस्युजलाई स्नातकोत्तरसम्मको मान्यता दिइन्छ। चार वर्षभन्दा माथिको प्रशिक्षणका निम्ति एसएलसीसम्मको शैक्षिक योग्यता अनिवार्य हुन्छ।

डिजे तालिम

युवा पुस्ता फेसनेवल तथा ग्ल्यामरस फिल्डलाई कार्यक्षेत्रका रूपमा लिन चाहन्छ। त्यसमा पनि पेसागत हिसाबले डिजेइङमा आकर्षण बढी छ। नेपालमा यससम्बन्धी तालिम गराउने पहिलो र एक मात्र संस्था बुम इन्टरनेसनल हो। ४५ दिन सञ्चालन हुने तालिममा तीन दिन मात्र सामान फिक्स कसरी गर्ने, काम, साउन्ड सेट मार्केटिङ प्रपोजल सिकाइन्छ। प्रयोगात्मकतर्फ पिच मिक्सिङ बार बाउन्डिग आदिको विशेष प्राथमिकता दिइन्छ। यसबाहेक आफूलाई कसरी प्रस्तुत गर्ने, हाइलाइट गर्ने, नाच्ने मानिसलाई कसरी नियन्त्रण गर्ने, सेल्स बढी कसरी गर्ने भन्ने कुरा सिकाइन्छ। यी सबैका लागि संगीतप्रति रुचि हुनुपर्छ। प्रशिक्षणपछि पार्टीहरूमा इन्टनसिपको व्यवस्था पनि हुन्छ।

–संगीता कटुवाल

एसएलसी सकियो, फुर्सदमा के गर्ने?

वर्षको समाप्तिसँगै २०६३ सालको एसएलसी परीक्षा सकिएको छ। अब के गर्ने योजनामा हुनुहुन्छ ? नतिजा कुर्दै मात्र बस्ने कि त्यस्तो कुनै कोर्स अध्ययन गर्ने जुन फुर्सदको प्रयोग मात्र नभई क्यारियर निर्माणको पूर्वाधारसमेत सावित हुन सकोस्। पहिले विद्यार्थीहरू एसएलसी परीक्षापछिको खाली समयलाई माध्यमिक तहको समाप्तिपछि उच्च शिक्षा अध्ययनपूर्वको विश्रामका रूपमा लिन्थे, तर अहिले आएर बचेको न्यूनतम समयमा पनि विभिन्न खालका प्रभावकारी छोटा ब्रिज कोर्सहरू गरेर आफ्नो सीप विकासमा थप ऊर्जा प्रदान गर्ने तथा भविष्यमा आफूले क्यारियरका रूपमा छनौट गरेको विषयलाई टेवा दिने सहयोगी कोर्सहरू अध्ययन गर्ने चलन छ, जसमध्ये कम्प्युटरका विभिन्न प्रभावकारी कोर्स अध्ययनतर्फ पनि विद्यार्थीहरू बढी आकर्षित भएको पाइन्छ।

सही कोर्स छनौट गर्न सके विद्यार्थीहरूको फुर्सद सदुपयोग त हुन्छ नै, साथै उनीहरूले आफूलाई सूचना–प्रविधिको अनुकूल पाटोमा डोऱ्याउन पनि सक्छन्। भविष्यमा सूचना–प्रविधिसम्बन्धी अध्ययन गर्न चाहनेहरूका लागि त सही कोर्स छान्न सके यो समय अझ महत्त्वपूर्ण हुन्छ। नेपालभित्रै ठूला सहरहरूमा ब्रिज कोर्स अध्ययन गर्नेहरूको संख्या उच्च छ। एसएलसी परीक्षा दिएपछि विद्यार्थीमा के गर्ने भन्ने अन्यौल देखिन्छ।

कुन कोर्स पढ्ने भन्नेहरूमा पनि कम्प्युटर तथा अन्य प्राविधिकजस्ता क्यारियर तथा सीप विकास उपयोगी कोर्सहरू गर्नेको संख्या बढ्दो छ। यो समयमा ब्रिजकोर्सकै लागि ठूला सहरहरू धाउनेहरू पनि भेटिन्छन्। पछिल्लो समयमा पाल्पामै सबै खालका कोर्स प्रदायक संस्था स्थापना भैसकेको पाइन्छ र यही नै कोर्सभित्रको तुलनात्मक गुणस्तर पाइने वातावरण बनिसकेको छ, जसबाट विद्यार्थीहरू बाहिरको चर्को लगानीबाट मुक्त हुन सक्छन्।

रमाइलो र पुरानो मानसिकताले गर्दा पनि विद्यार्थीहरू बाहिर धाउने गरेको बताउँदै कलेज अफ सफ्टवेयर इन्जिनियरिङ, तानसेनका व्यवस्थापक बिजेन्द्र पुन भन्छन्– 'ग्लोबलाइज्ड मापदण्डमा आधारित कोर्सहरू नै सर्वस्वीकृत हुने भएकाले कुनै पनि कोर्स खास गरी प्रविधिसम्बन्धी कोर्स नितान्त आयातीत र निरन्तर

परिमार्जित हुनुपर्छ।'

पाल्पा आई.टी.का लागि राम्रो छ, इन्जिनियरिङ, एच.ए. कक्षा तयारीका लागि पाल्पा काठमाडौंकै दाँजोमा उपयुक्त र गुणस्तरीय रहेको बताउँदै पूजा कम्प्युटर कन्सल्टका सञ्चालक तथा क्यान पाल्पाका अध्यक्ष विष्णुमान बज्राचार्य भन्छन्– 'यसका अतिरिक्त स्टाफ नर्स र अन्य सीप विकासमूलक कोर्सहरू पनि गुणस्तरीय रूपमा पाल्पामै उपलब्ध छन्, जसबाट बर्सेनि दर्जनौं विद्यार्थीले रोजेको विषयमा आफ्नो नाम निकाल्न सफलता पाएका छन्।'

तानसेनमा हरेक किसिमका तालिम दिने उद्देश्यले खोलिएको सिर्जनशील व्यवस्थापन तालिम केन्द्रका प्रबन्धक अरुण रानाभाट पनि एसएलसीलगायत अन्य परीक्षा दिनेलाई पहिले ट्युसन पढाएको र उनीहरूकै लागि हाउस वायरिङ, ब्युटीपार्लर, ब्रिटिस आर्मी तयारी आदि तालिम दिने सोचमा रहेको बताउँछन्। यीबाहेक पाल्पामा एपेक्स, डयाभ, युनिक, नोभेल, सीएमसी आदि संस्थाले वर्षौंदेखि कम्प्युटर शिक्षा प्रदान गर्दै आएका छन्।

कतिपय विद्यार्थी घुम्न पाल्पाबाहिर जाने र उतै ब्रिजकोर्सहरू गर्ने त कति अध्ययनका लागि मात्र ठूला सहर धाउने गरेको पाइन्छ। असनटोलकी मीना बज्राचार्य र उनका साथीहरू भने यहीं कम्प्युटर अध्ययन गर्ने बताउँछन्। वसन्तपुरकी पिंकी रोका र भगवतीटोलकी सञ्जु घले भने कम्प्युटर पढ्न बुटवल वा काठमाडौं जाने योजनामा छन्, तर विशालबजारका सन्तोष नेपाल फुर्सदको यो समयमा मज्जाले डुल्ने बताउँछन्।

फुर्सदको समय कटाउन मात्र नभै अहिले अध्ययन गर्ने कुनै पनि कोर्स आफ्नो सीप विकासमा प्रभावकारी भूमिका निर्वाह गर्ने तथा उच्च शिक्षाका लागि जग साबित हुने खालको हुनुपर्छ। कहाँ के अध्ययन गरे यो समयको सदुपयोग हुन्छ भन्ने कुराको निर्णय लिने क्षमता आफूमा हुनुपर्छ, जसका लागि विभिन्न फ्री काउन्सिलिङ कार्यक्रममा सहभागी बन्न सकिन्छ।

एसएलसी दिएर बसेकाहरूलाई अन्य सीपमूलक तालिम पनि दिइने गरेको पाइन्छ। ती तालिमहरूको प्रभावकारिता के–कस्तो हुन्छ, विद्यार्थी एवं अभिभावक दुवैले विचार पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ। कम्प्युटर, ल्याङ्वेज, हाउस वायरिङ, सिलाइ–कटाइ, नृत्य, ब्रिटिस आर्मीका लागि छनौट कक्षा आदिसहित अहिले टेलिभिजन तथा रेडियोमा बोल्ने तालिमसमेत दिइने गरेको छ।

एसएलसी दिएर बसेकाहरूसँग अबको खाली समय कसरी सदुपयोग गर्ने भनेर सोध्दा बहुसंख्यकले कम्प्युटर सिक्ने बताउँछन्। आखिर, कम्प्युटर नै सिक्ने हो भने के का लागि ? त्यसको प्रयोग के–के मा गर्न सक्नुहुन्छ ? एक महिनापछि त आफ्नो उच्च शिक्षालाई नै अघि बढाउनुपर्ने हुन्छ। ल्याङ्वेज, हाउस वायरिङ, सिलाइ–कटाइ, नृत्यजस्ता तालिमको प्रयोगबाट के हासिल गर्न सकिन्छ ? एकातिर आफ्नो रुचि, उद्देश्य र भविष्य पनि आफूले लिने तालिमसँगै जोडिएको हुन्छ भने खाली समयमा यस्ता तालिम नलिई व्यर्थै समय खेर फाल्नु पनि उचित हुँदैन।

–रवि नेपाल

लुकेको होइन रे

एक वर्षअघि नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठानबाट नाटक मञ्चनका लागि अमेरिका पुगेका निर्देशक कृष्णमुरारी ढुङ्गेल अहिले अमेरिकी ग्रीनकार्ड बोकेर काठमाडौं आइपुगेका छन्। विदेश गएका व्यक्ति नेपाल फर्किंदा सबैले राम्रै मान्छन् तर प्रज्ञा-प्रतिष्ठानको कर्मचारीजस्ता जिम्मेवार व्यक्ति कार्यक्रममा गएर त्यतै लुकिदिंदा आमनेपालीमाथि लागेको दाग भने त्यति सजिलै मेटिंदैन, तर निर्देशक ढुङ्गेल भने यस विषयमा अनभिज्ञजस्तै छन्। उल्टै भन्ने गर्छन्– 'म कहाँ लुकेको हो र ? लुक्यो भनेर मेरा विरोधीहरूले हल्ला गरेका मात्र हुन्।' अहिले केही समयका लागि नेपाल आएका ढुङ्गेलले नेपाली चलचित्रको हक-हितका लागि काम गर्ने योजना रहेको बताए। त्यसो त अमेरिकामै बजार व्यवस्थापन गर्ने उद्देश्यले नेपाली वृत्तचित्र बनाउने निधो उनले गरेका छन्। अमेरिकामा बस्ने नेपालीहरूको लगानीमा सिरियल बनाउने योजना पनि उनको छ, जुन सिरियलको पटकथा लेखनका लागि डा. ध्रुवचन्द्र गौतमलाई चाँडै नै अमेरिका पठाउने सुरमा छन् मुरारी।

लुकेकै भए पनि यदि उनी अमेरिकी बजारमा नेपाली चलचित्रलाई पुर्‍याउने धुनमा लागे भने कुरा काट्नेहरू पनि उनको प्रशंसा गर्न हिचकिचाउनेछैनन्, तर चलचित्र निर्माणको बहानामा अन्य कतिपय कलाकर्मीले गरेजस्तो मानव व्यापारको काम गरे भने उनको थप आलोचना नहोला भन्न सकिन्न। नेपालमा रहँदा 'कालीगण्डकीको सेरोफेरो' र सेल्युलाइड चलचित्र 'नौ डाँडापारि' बनाएका मुरारी राम्रै निर्देशकको कोटिमा गनिन्थे।

एक्टिङ एडिक्सन

प्रवीण खनियाँलाई एक्टिङ एडिक्सन भएको छ। दुई दर्जन म्युजिक भिडियो तथा केही ठूलो पर्दाका चलचित्रमा अभिनय गरेपछि उनलाई एक्टिङ एडिक्सनले सताउन थालेको हो। मोडलिङप्रतिको मोह भंग भएपछि अभिनयको जालमा फसेका खनियाँ हिजोआज संसारलाई देखाउन हुने स्तरको डकुमेन्ट्री बनाउने गृहकार्यमा छन्। बेलायत, फ्रान्स, जर्मनलगायत केही युरोपियन देशको भ्रमण सकेर फर्किएपछि उनीभित्र यस्तो सोच हुर्किएको हो। प्रवीण भन्छन्- 'त्यो मेरो ड्रिम प्रोजेक्ट हो।'खनिया 'वाइन स्पेसलिस्ट' नायकका रूपमा पनि चिनिन्छन्। महाराजगन्जस्थित रोयल ट्रेडर्समार्फत उनी युरोपियन वाइन, अमेरिका तथा स्कल्यान्डको ह्वीस्की सप्लाई गर्छन्। डकुमेन्ट्रीको सिरानी लगाएर बिदेसिने सपना त देखेको होइन। खनियाँ प्रतिवाद गर्छन्- बिदेसिने भए लन्डन पुगेर किन फर्किन्थे ?

आजभोलि टेलिभिजनमा राजु परियारको स्वर रहेको एउटा म्युजिक भिडियो बाक्लै गरी प्रसारण हुन्छ। तिम्रो मेरो मायाको बिरुवा झन्झन् बढ्दैछ, गीतमा खनियाले मोडलिङ गरेका छन्। उनी भन्छन्- सम्भावना राम्रो देखेकाले म्युजिक भिडियो छोडेको छैन। आकर्षक जीउडालका प्रवीणलाई जान्ने साथीभाइहरू भन्छन्- राम्रो ब्रेक पायो भने यसले थर्काउँछ।

केही साताअघि एक रातभर बालाजु ल्याबमा दुई चलचित्रको सुटिङ भयो। सुटिङको शैली र उपकरणलगायत प्राविधिकका कार्यशैली एउटै भए पनि परिवेश भने निकै भिन्न थियो। एउटा समूह परम्परागत सूत्रमा आधारित रंगीचंगी मसला भरेर आफ्नो चलचित्रलाई दमदार बनाउने धुनमा थियो भने अर्काथरी आमचलचित्रभन्दा भिन्दै रूपमा आफूलाई प्रस्तुत गर्ने अभियानमा देखिन्थ्यो। निर्देशक श्याम भट्टराईको मर्यादा द बोर्डर र विमल पौडेलको जनयुद्ध एकै दिन एउटै स्थानमा सुटिङ हुँदै थियो। दुवै चलचित्रको गीतकै सुटिङ हुँदै थियो। गीतको तालअनुसार कलाकारलाई नृत्य गराउने जिम्मा पाएका थिए– वसन्त श्रेष्ठ र राजु शाहले। मर्यादामा अनुबन्धित वसन्त श्रेष्ठ आफ्ना चलचित्रमा अनुबन्धित पात्रलाई सक्दो ग्ल्यामरस बनाउन कम्मर कसेर लागेका देखिन्थे। रातको समय चिसै भए पनि मर्यादामा नृत्यका लागि अनुबन्धित सुन्दरीहरू एकतिहाई वस्त्रमा सजिएर कम्मर मर्काउँदै थिए भने सुटिङ हेर्ने दर्शकको भीड पनि उस्तै थियो, तर जनयुद्धका लागि अनुबन्धित पात्र भने बिल्कुल पृथक् शैलीका देखिन्थे। जंगी ... कलाकारमध्ये अधिकांश त नयाँ नै थिए, तैपनि उनीहरूको उत्साह पेसेवर कलाकारको भन्दा ... नक्कली बन्दुकसहित अभिनयमा प्रवेश गरेका कलाकारहरू अभिनयमा व्यस्त देखिन्थे भने नृत्य ... आफ्नै पारामा उनीहरूलाई सिकाउँदै थिए। नेपाली नृत्यक्षेत्रमा राम्रै ख्याति कमाएका राजु शाह र वसन्त श्रेष्ठ आफ्नै काममा व्यस्त भए पनि हेर्नेहरू आफ्नै संसारमा रमाउँदै थिए। कुराकानीमै अधिकांश समय खेर फाल्ने कलाकर्मीहरू पनि नेपाली चलचित्रमा विविधता आएकोमा मख्ख देखिन्थे।

महिलावादी शैलजा

राजनीतिमा समेत सक्रिय महिला कलाकार हुन्– शैलजा पाण्डे। राजाको शासनकालमा नेपाल समता पार्टीका तर्फबाट उम्मेदवारसमेत बनेकी शैलजाले निर्वाचनमा लज्जास्पद पराजय भोगे पनि राजनैतिक कुरा गर्न भने छाडेकी छैनन्। दुई–चार जना कलाकार भेट भयो र राजनैतिक प्रसंग आयो भने उनी कुरा गर्न तम्सिइहाल्छिन्।

पिकनिक स्थल जाने क्रममा अभिनेत्री शैलजाले आफ्ना सहकर्मीसँग मज्जाले राजनैतिक गफ गरिन्। कुराकानीको विषय कलाकारबाट सुरु भए पनि अन्त्यमा राजनीतिमा पुगेर टुङ्गिएको थियो। हास्यकलाकार कृष्ण शिवाकोटी, राधा लम्साल भावु आदि कलाकर्मीबीचको गफमा अभिनेत्री ऐश्वर्या राय र अभिषेक बच्चनको विवाहले राम्रै स्थान पायो। सबै कलाकारले आ–आफ्नै पारामा बहस गरे, कसैले ऐश्वर्याको पक्ष लिए त कसैले अभिषेकको, तर अभिनेत्री शैलजाले प्रेमिका हुँ भन्दै अभिषेकको घरअगाडि आत्महत्या गर्न तम्सिएकी मोडल जान्हवी कपुरका विषयमा भने जान्हवीको पक्ष लिइन्। 'जे होस्, महिला भए पनि जान्हवी हिम्मतिली रै'छन्। त्यति गर्न सक्ने महिलालाई कम आँक्न मिल्दैन,' उनले भनिन। जान्हवीलाई अर्का अभिनेता सलमान खानले परिचालन गरेको हुनसक्ने अनुमान पनि शैलजाले गरेकी थिइन्।

क्यामेराको सामु उभिएरै दिन कटाउँदै आएका कलाकर्मी अघिल्लो शनिबार नुवाकोटको ककनीमा भेला भएका थिए। न त सुटिङमा जानुपर्ने झन्झट, न कुनै कामका लागि अरूलाई समय दिनुपर्ने, बडो उमंग थियो, आनन्दसँग रमाइरहेका देखिन्थे सबै। अभिनेत्री सुशीला रायमाझीदेखि ऋचा घिमिरेसम्म आ-आफ्नै सुरमा थिए। हाँस्दै, गाउँदै र रमाउँदै उनीहरूले पूरा दिन बिताए।

नेपाल चलचित्र कलाकार संघले आयोजना गरेको उक्त कार्यक्रम पिकनिक भए पनि विचार गोष्ठीसमेत आयोजना गरेर संघले अर्को नयाँ शैली अपनाएको थियो। 'खाएर पिएर रमाइलो मात्रै गर्नुभन्दा विचार गोष्ठी गरेर केही नयाँ कुरा खोज्ने जमर्को हो,' अध्यक्ष रमेश बूढाथोकीले भने। कलाकार आर.पी. पन्तका अनुसार उक्त कार्यक्रम पिकिनिक बढी र विचारगोष्ठी कम थियो। जुनसुकै उद्देश्यले आयोजना गरिएको भए पनि सहभागी सबै मख्ख थिए। 'यस्ता कार्यक्रममा सहभागी हुन पाएपछि

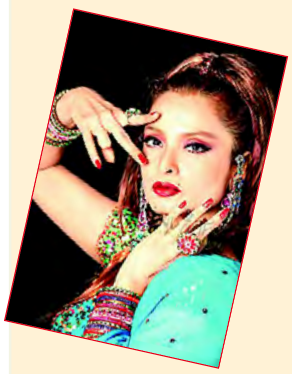
फ्रेस हुने अवसर पाइन्छ,' अभिनेत्री सुशीला रायमाझीले भनिन्। त्यसो त अभिनेता दिलीप रायमाझी पनि मज्जैले जमेका देखिन्थे। लगातारको सुटिङले दिक्क भएका दिलीप बियरको चुस्कीसँगै ककनीचौरमा बसेका थिए।

ब्रेकफास्टलगतै आयोजना गरिएको विचारगोष्ठीमा सहभागी वक्ताहरूले पनि मज्जैले आदर्श छाँटे। अशोक शर्मा, केपी पाठक र उद्धव पौडेल उक्त दिन चर्को भाषण गर्ने वक्ताका रूपमा चिनिए। चर्को भाषण गर्नेहरूले आलोचनामै समय खर्चिएका थिए भने तीर्थ थापा, शैलेश आचार्य, यादव खरेल आदि वक्ताहरू केवल औपचारिकतामै सीमित थिए। यस क्रममा अभिनेत्री ऋचा घिमिरेको उद्घोषण प्रशंसायोग्य थियो।

कसले के गरे ?

बियरको चुस्कीसँगै रमाइरहेका दिलीप रायमाझीले पिकिनकमा समेत क्यामेराको अगाडि नउभिई सुख पाएनन्। विभिन्न टेलिभिजनबाट पिकिनिकको जानकारी लिन पुगेका सञ्चारकर्मीको पहिलो निशाना दिलीप नै हुन्थे। तीनवटा टेलिभिजन च्यानललाई छुट्टाछट्टै अन्तर्वार्ता दिएका थिए दिलीपले, तर बियरको चुस्कीसँगै म्यारिजमा रमाइरहेकी सुशीला रायमाझीलाई कसैसँग बोल्ने फुर्सदसमेत थिएन।

अभिनेत्री राधा लम्साल भावु, विद्या कार्की र कृष्ण शिवाकोटीले भने नाचेरै दिन बिताए। पिकनिक स्पटमा पुग्नेबित्तिकै नाच्न थालेका कलाकारत्रयलाई बेला-बेलामा अरूले पनि साथ दिएका थिए। उनीहरू हिन्दी र नेपाली गीतमा बराबर नाचे पनि बसुन्धरा भुसाल भने हिन्दी गीत बजाएकोमा चित्त दुखाइन्। 'बरु लोकगीत बजाए पनि हुन्छ, तर हिन्दी गीत नबजाउनुस्,' उनले भनिन्। आयोजक संस्थाकै सदस्य आर.पी. पन्त भने खराब स्वास्थ्यका कारण आलु-चिउरामै चित्त बुझाउन बाध्य थिए। डा. ध्रुवचन्द्र गौतम, शैलेश आचार्य, लक्ष्मीनाथ शर्मा आदि पाका चलचित्रकर्मीको अधिकांश समय रसरंगमै बितेको थियो।



'सबैको लागि शिक्षा'

PRIVATE TEST/S.L.C. 2064

कक्षा ८ पास, कक्षा ९ पास/फेल तथा TEST र S.L.C. फेल भएका, जागिर खाएर पढ्न चाहने र विविध कारणले स्कूल छाडेका विद्यार्थीहरुलाई Private Test/S.L.C. मा विशेष छुटका साथ धमाधम भर्ना लिईदैछ ।

कक्षा सुरु: वैशाख ७ गतेबाट

SHIVAPURI OPEN SCHOOL

सामाखुसी, कपुरधाराचोक,

फोन: ४-३६२१२५, ९८४१५३७६८०

नेपाल सरकार दर्ता नं. २२७९५/६००
EIA - Nepal, Regd. No.: 125/063

प्राइभेट

Test/SLC

२०६४ सालको लागि
भर्ना खुल्यो

प्रथम १० जनाको लागि विशेष छुट

कक्षा समय: विहान र दिउँसो
माध्यम :नेपाली र अंग्रेजी

- कक्षा ८ पास गरी स्कूल जान नसकेका
- कक्षा ९ वा १० मा फेल भइ स्कूल छाडेका र जागीर गर्दै पढ्न चाहनेहरुका लागि भर्ना धमाधम लिइदैछ ।

उत्कृष्ट नतीजा ल्याउन सफल

साथै SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरुलाई
51% छुटमा
कम्प्यूटर, ल्याङ्वेज, उद्घोषण

Bridge Co./S. Nurse/H.A.

MERIT

Kalimati Chowk, Katmnandu.

4285664

प्राइभेट

TEST/SLC

विगतका वर्षमा 100% नै विद्यार्थी पास गराउन सफल सम्भवत उपत्यकाकै एक मात्र सर्वोत्कृष्ट यस एकेडेमीमा

नयाँ भर्ना खुल्यो

- नेपाल सरकार र E. I. A. नेपालद्वारा मान्यता प्राप्त ।
- विहान, दिउँसो, बेलुकी अंग्रेजी, नेपाली दुवै माध्यममा पढाइने।
- कक्षा दशको मात्र पाठ्य पुस्तक अध्ययन गरे पुग्ने ।
- बारम्बार फेल भई निरास भएका र पढाई छाडेकाहरूका लागि अनुभवी शिक्षकद्वारा मनोवैज्ञानिक ढंगबाट पढाइने ।

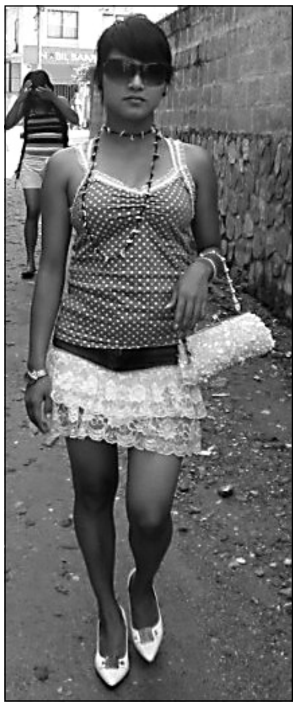
कोलम्बिया एकेडेमी

नयाँ बानेश्वर चोकबाट शंखमूलतर्फ २ सय मिटर अगाडि
(कोलम्बस कलेजको ठीक अगाडि) फोन : ४७८१०६१ ९८४१३८७६९७

क्या □ कूल

हट फेसन गर्मीको

पृष्ठ १ बाट जारी



'अफ सिजन' भन्न पनि पछि पर्दैनन्। जाडोमा भन्दा गर्मीमा नै सहरका गल्ली-चोकहरूमा देखिने युवायुवतीहरूले नै त्यो कुराको पुष्टि गरिदिन्छन्। मिनीस्कर्ट, टप्स, हाफ पाइन्ट तथा पातला टिसर्टमा ओहोर-दोहोर गर्ने युवतीहरूले गर्मी बढेको संकेत दिइहाल्छन्। युवाहरू पनि के कम ? उनीहरू शरीर देखाएर समर फेसनमा आफूलाई रूपान्तरण गर्छन्। यस्तो फेसनको जगजगी यतिबेला सहरबजार जहातहीँ देख्न पाइन्छ। पसलका डमीमा सजाइएका समर फेसन स्टाइलले हरेकलाई आकर्षित गर्छ। सुरुका दिनमा समर फेसन सोमा मात्र लगाइने पहिरन हिजोआज बाहिर हिंड्दा जोसुकैले लगाउन थालेका छन्। छोटो पहिरनमा हिंड्ने तन्नेरीहरू देखेर पृथ्वीचोकका सीताराम अधिकारी भन्दै थिए- गर्मीयाममा त्याम्को फेसन सडकमै देख्न पाइन्छ।

पोखराको तातो फेसनको चर्चा जतातातै हुने गरेको छ। विदेशी बसाइ र रहनसहन तथा अभिभावकहरूको उदार एवं सकारात्मक सोचका कारण पनि पश्चिमा फेसनले कब्जा जमाएको छ। जाडोमा समेत छोटा र पातला परिहन लगाउन नहिचकिचाउने पोखराका तन्नेरी फेसन हिमायतीहरूलाई गर्मी मौसम नै मनपर्छ। फेसन डिजाइनर तथा आईईसी फेसन सेन्टर पोखराकी सञ्चालिका बबिता अधिकारी भन्छिन्- 'गर्मीले तन्नेरीहरूलाई फेसनको निम्तो दिन्छ।' उनले भनेजस्तै गर्मी मौसम फेसन प्रदर्शन गर्ने उपयुक्त अवसर नै भएको छ। युवाहरू हाफ पाइन्ट, छाती देखाउने टिसर्ट तथा युवतीहरू वन पिस ड्रेस, स्कर्ट र टप्सका साथै हाफ कट्टु तथा टिसर्टमा आफूलाई सजाउँछन्। त्यस्तै अनुहारमा घामको किरण नपरोस् भनेर क्याप र स्टाइलिस्ट चस्मा त छँदैछ। बढिरहेको मिनी अनि माइक्रो स्टाइलसँगै पोखराका बग्रेल्ती फेसन हाउसदेखि बुटिकहरू युवायुवतीको चाहना परिपूर्ति गर्न रात-दिन खटिइरहेका छन्। चिप्लेढुङ्गास्थित पोखरा जिन्स फिटिङ एन्ड इम्ब्रोडरीमा गर्मी मौसमका लागि जिन्सको मिनीस्कर्ट, हाफ कट्टु तथा युवाहरूका लागि ग्रन्च गरेको पाइन्टको डिमान्डले भ्याई-नभ्याई छ। यहाँका परिहन हङकङमा बस्ने नेपाली फेसनपारखीहरूले पनि माग गर्छन्, विक्कु नवाङ भन्छन्- 'समर जिन्स स्टाइलले अहिले बजार पिटेको छ।' जाडो होस् वा गर्मी जिन्सको पहिरन सबैको रोजाइ बन्छ।

फेसनको दौडमा तन्नेरी युवायुवती मात्र होइनन्, अधबैंसे महिला तथा पुरुषहरू पनि पछि छैनन्। उनीहरूलाई पनि ग्ल्यामरस लुक्स झल्कने पहिरनमा चिरिच्याँट्ट परेर हिँडेको देख्न पाइन्छ। यो मौसममा महिलाहरू सिफनको साडी, हल्का खालको कुर्ता-सुरुवाल प्रयोग गर्छन्।

छोटा र सेक्सी पहिरन लगाउनेहरूका लागि अहिले गर्मी एउटा बहाना नै बनेको छ। यो मौसमको प्रारम्भसँगै बुटिकदेखि फेसन हाउससम्म मौसमअनुसारको पहिरन माग गर्नेहरूको बाक्लै झुन्ड देख्न पाइन्छ। प्लस टु वा कलेज पढ्ने टिनएजर युवतीहरूको पोसाक पनि यो मौसममा छोटिँदै जान्छ। छोटो स्कर्ट र सर्टमा कलेज हिँडेको देख्दा कतिले त भनिहाल्छन्- हिजोआज स्कुल-कलेजको पहिरन पनि फेसनेवल बन्न थालेछ।'

सुरु भयो गर्मीको फेसन

पृष्ठ १ बाट जारी

भौगोलिक रूपमा भित्री मधेशस्थित फेसनेवल सहर धरानमा गर्मीसँगै शरीरमा लगाउने कपडा पनि घटेको छ। ज्याकेट, स्वेटर र कोटहरू थन्क्याइएका छन्। जाडो सकिएकाले शरीरलाई शीतल हुने खालका पातला, पारदर्शी र छोटा पहिरनको फेसन सुरु भएको फेसन डिजाइनर हेमा राई बताउँछिन्। राई भन्छिन्- 'युवतीहरू छोटा, खुल्ला र पातला पहिरन रोज्छन्।' राईका अनुसार गर्मी कम गर्ने लाइट कलरका कटन र जर्जेटबाट निर्मित पहिरनको माग अहिले बढेको छ। कुर्ता-सलवार र साडी गर्मी मौसमका पार्टीहरूमा मात्र लगाइन्छ।

अहिले पाइन्टसँग टप्स र सर्ट लगाउने चलन बढी छ भने शरीरको पछिल्लो भाग खुल्ला रहने हल्टर स्लिभलेस र वान पिस पहिरनको फेसन चलेको छ। हल्टर स्लिभलेसमा युवतीहरू निकै कामुक देखिन्छन्। युवतीहरू कटन र जिन्सका छोटा हाफ पाइन्ट, छोटा स्कर्ट, कटनको मिडी र चेक सर्टमा ठाँटिएर हिँड्न थालेका छन्। शीतल हुने भएकाले कटन र जर्जेटबाट निर्मित पहिरनको माग बजारमा उच्च छ। युवाहरूमा भने कटनको टि-सर्ट, ट्राउजर, हिपहप र चुजमा हाफ पाइन्ट लगाउने फेसन चलिरहेको क्याजुअल वेयर बिक्रेता मेहर कलेक्सनका सञ्चालक मेहरलाल श्रेष्ठ बताउँछन्।

गर्मी मौसममा युवतीहरू प्रायः खुल्ला पहिरन नै लगाउँछन्। मोडल सेलिना राई भन्छिन्- 'मौसमअनुरूपको पहिरन त लगाउनैपर्‍यो। फेसनप्रतिको रुचि, चेतना र शिक्षाको प्रभावले सडकका पेटीहरूमा युवतीहरूलाई ग्ल्यामरस पहिरनमा कामुक देखिए पनि वास्ता गरिँदैन। हङकङ, सिंगापुर, बेलायतजस्ता विकसित मुलुकहरूसँग सीधा सम्पर्क हुनाले पनि धरानका युवा-युवती तथा टिनएजर्सहरू फेसनेवल भएका हुन्। त्यसैले हङकङ र युरोपमा चलेका कतिपय फेसन राजधानी काठमाडौं प्रवेश गर्नुअघि नै धरानमा प्रचलनमा आइसकेको हुन्छ।

हवाइट स्कर्ट, पाइन्ट, हर्ट पाइन्ट र सर्ट लगाउँदा गर्मीमा शीतल र सहजता महसुस गर्न सकिने मोडल तथा कोरियोग्राफर तारा चाम्लिङ बताउँछिन्। घुडाँसम्मको जिप्सी स्कर्ट उनलाई मनपर्ने पहिरन हो। तारा भन्छिन्- 'हट पाइन्ट र मिनी स्कर्ट पार्टीहरूमा निकै सजिलो हुन्छ।' कतिपय युवती यो मौसममा चेक सर्ट खोजिरहेका भेटिन्छन्। क्वार्टर पाइन्ट लगाउने युवतीहरू पनि प्रशस्तै देखिन्छन् भने दुई दशकअघि चलेको स्ल्याक्स र लामो टि-सर्टको फेसन यसपटक फेरि देखिएको छ। 'डिजाइन फरक भए पनि मौसमी फेसन नयाँ हुँदैन, सधैं दोहोरिन्छ'- फेसन डिजाइनर हेमाले बताइन्।

गर्मीमा जुत्ता लगाएर हिँड्नेहरू कमै देखिन्छन्। कार्यालय धाउनेहरूलाई मात्र जुत्तामा देख्न सकिन्छ। गर्मीमा युवाहरूको खुट्टामा लेदर स्यान्डल र ट्रेकिङ चप्पल देखिन्छ। छाता चोकका युवक श्रीवास श्रेष्ठ भन्छन्- 'गर्मीमा हाफ पाइन्ट, कटनको टि-सर्ट तथा ट्रेकिङ चप्पल नै ठीक हुन्छ।' पार्टीमा पेन्सिल हिल लगाउने भए पनि युवतीहरूको गोडामा यतिबेला फ्ल्याट स्यान्डल नै देखिन्छ। गर्मीमा ग्राहकको रोजाइका सम्बन्धमा वेलकम स्टोरकी ज्ञानशोभा शाक्य भन्छिन्- 'युवतीहरू छोटो स्कर्ट, हल्टर स्लिभलेस, मिडी, चेक सर्ट र वान पिस पहिरन नै रोज्छन्।' गर्मीको फेसन भदौ महिनासम्म कायम रहन्छ।

प्रहसन, नृत्य र संगीतको आकर्षण

राजु घिसिङ

वसन्तपुर (तेह्रथुम)- प्राकृतिक सौन्दर्यले भरिपूर्ण तथा गुराँसको राजधानी मानिने धनकुटा, तेह्रथुम, ताप्लेजुङ र संखुवासभाको संगमस्थल तीनजुरे-मिल्के-जलजले क्षेत्रमा पहिलो पटक लालीगुराँस महोत्सव सम्पन्न भयो। २८ प्रजातिका गुराँस र प्रकृतिक सौन्दर्य मात्र होइन, प्रहसन, नृत्य र संगीत पनि महोत्सवको मुख्य आकर्षण बनेको थियो।

वैशाख ९ देखि १३ गतेसम्म नै कार्यक्रमस्थल वसन्तपुर बजारमा प्रहसन, नृत्य एवं संगीतको मज्जा लुट्न दैनिक घण्टौं पैदल हिंडेर गाउँ-गाउँबाट आएका दुई हजारभन्दा बढी मानिसको घुइँचो लागेको थियो। राजा ज्ञानेन्द्रका रूपमा प्रस्तुत हुँदै महोत्सवको पहिलो दिनबाटै हास्यकलाकार मनोज गजुरेलले पूर्वी पहाडका चार जिल्लाका मानिसलाई हँसाउन सुरु गरेका थिए।

लोकभाकाको गीत 'एकादशी बजारैमा' गाएर लोकप्रिय बनेका संखुवासभाका गायक खेमराज गुरुङले आफ्ना चर्चित गीत गाउँदै स्थानीयवासिन्दाहरूलाई पर्याप्त मनोरञ्जन दिए। त्यस्तै अरुण उपत्यका सांस्कृतिक समूहले प्रस्तुत गरेको पूर्वेली लोकभाकाका गीतहरूले पनि दर्शकहरूको मन जितेको थियो। चौकी, मंगलबारे, पाँचपोखरी, गुफा पोखरीमा पनि स्थानीय मानिसहरूले आ-आफ्ना सांस्कृतिक नृत्य तथा गीतहरू प्रस्तुत गर्दै महोत्सवमा सहभागीहरूलाई मनोरञ्जन दिलाए।

महोत्सवकै अवसरमा वसन्तपुरमा नृत्य एवं लोकदोहोरी प्रतियोगिता पनि सम्पन्न भयो। नृत्यमा आइतबारे युवा क्लबकी बालिका ज्योति गुरुङले प्रथम स्थान हासिल गरिन्। सिंहदेवी युवा क्लब दोस्रो तथा मौसमी गुरुङ तेस्रो स्थानमा रहे भने क्रिस्टिना श्रेष्ठले सान्त्वना पुरस्कार हात पारिन्। यज्ञ कार्की, झमक बस्नेत, होमनाथ पौडेल तथा झुमा भुजेलको समूहले लोकदोहोरी प्रतियोगिता जित्यो। उक्त दोहोरी प्रतियोगितामा पर्मिला कार्की, सन्दीपा राई तथा सन्तमाया नेपालीको समूहले दोस्रो स्थान प्राप्त गर्‍यो भने गीता कार्की, मीनराम थापा र रमेश बस्नेतको समूहले तृतीय स्थान हासिल गर्‍यो।

मास्टर स्टार- २००७

नेप्लिज फेसन होमद्वारा आयोजित मास्टर स्टार– २००७ भोलि वैशाख २२ गते शनिबार नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान, कमलादीमा हुँदैछ। कार्यक्रमको विभिन्न चरणअन्तर्गत वैशाख १५ गते प्रि-जजमेन्ट सम्पन्न भयो। उक्त अवसरमा प्रतियोगीहरूमा रहेको प्रतिभा र खुबीका साथै आत्मबल, बोल्ने शैली तथा प्रश्न पनि सोधिएको थियो। उक्त प्रि-जजमेन्ट कार्यक्रमको प्रमुख निर्णायक साप्ताहिकका सम्पादक सुवास ढकाल, गायकद्वय निर्णय श्रेष्ठ र विजय लामा तथा नायिका शुभेच्छा थापा थिए। गत साता प्रतियोगीहरूले फ्रेन्डसिप एर्वाडका लागि पनि आ-आफ्नो मत दिइसकेका छन्।

शम्भुजितले नचाए न्युयोर्कका नेपालीलाई

विष्णुप्रसाद पौडेल

न्युयोर्क, अमेरिका– सांगीतक क्षेत्रमा धेरै समय आफ्नो वर्चस्व राख्न सफल संगीतकार शम्भुजित बाँस्कोटाले नववर्षसँगै न्युयोर्कमा रहेका नेपालीलाई आफ्ना पुरानादेखि नयाँ संगीतबद्ध गीतहरूमा स्वर दिएर नाच्न बाध्य बनाए। शम्भुजितले आफू सोह्र वर्ष उमेर छँदाताका रचना गरेका गीतदेखि लिएर अल्लारे बैंसमा सांगीतिक क्षेत्रमा रम्दासम्मका अनुभव सुनाए।

ठट्टौली पारामा प्रस्तुत भएका बाँस्कोटाले आफूले स्वर दिएका गीतहरू प्रस्तुत गर्ने क्रममा पसिना बगाउँदै एकतमासमा गाउँदै गए। बेलुका करिब नौ बजे सुरु भएको उक्त कार्यक्रम बिहान दुई बजेसम्म चलेको थियो। कार्यक्रममा बाँस्कोटाका अतिरिक्त अन्य स्थानीय कलाकारहरूले पनि विभिन्न नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए। अमेरिकामा रहेका नेपालीहरूमा नेपाली संगीतगतमा रुचि भएका कारण पनि आफ्नो कार्यक्रम सफल भएको बताउँछन्।

रोजगारीको अवसर
नेपाल सरकार उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालय घरेलु तथा साना उद्योग विभागद्वारा मान्यता प्राप्त तालिम केन्द्रबाट सीप विकास सम्बन्धी तालिम सहित रोजगार प्रदान गरिने भएको हुँदा इच्छुक व्यक्तिले तुरुन्त सम्पर्क राख्नुहोला।
S.L.C. दिई बसेका विद्यार्थीहरूलाई विशेष प्राथमिकता।
सम्पर्क
DTC Training & Production Depart
फोन : २००४४२८

PRIVATE TEST/SLC
२०६४ को लागि भर्ना खुल्यो
कक्षा ८ पास, कक्षा ९ पास/फेल तथा Test/S.L.C. फेल भएर स्कूल जान नसकेका विद्यार्थीहरूका लागि Private Test/SLC तयारी कक्षामा धमाधम भर्ना लिइँदैछ। सिट सीमित छ।
(English and Nepali both medium)
Bright Future Institute
मोबाइल : ९८५१००२८०४, फोन नं : ४४६३०७३, चावहिल, काठमाडौं

ग्यारेन्टी उपचार
यौन
उत्तेजना नहुने, शीघ्र स्खलन तथा शारीरिक यौन शक्ति (महिला-पुरुष)
स्तन
बढाउने, घटाउने तथा ठाडो गराउने
पोतो
अनुहारको चायाँ, कालो पोतो, डण्डीफोरबाट मुक्ति
दम, वाथ, ग्याष्टिकबाट पूर्ण मुक्ति
4672065, 2084130
No Side effect, 100% Guarantee

प्राइभेट
Test/S.L.C.
बिगत वर्षहरूको अपार सफलता पछि २०६४ को लागि पनि Private Test/S.L.C.मा धमाधम भर्ना लिइँदैछ।
कक्षा समयः बिहान र दिउँसो
माध्यमः अंग्रेजी र नेपाली
साथै Computer, Language/ Tuition Classes संचालन भईरहेका छन्।
EVEREST
Educational Centre
Jamal, Kathmandu
Ph.: 4224838

SLC/+2 फेल ? No चिन्ता !
५ विषय मात्र पास गरे पुग्ने। Sent-up दिन नपर्ने
Maths/Science नपढे पनि हुने। १ वर्षमै +2 पास गर्न चाहनु हुन्छ ?
यस इन्स्टिच्यूटद्वारा संचालित NIOS (Delhi Board) का कक्षामा भर्ना भै ढुक्क हुनुहोस्।
प्राइभेट Test/SLC
भर्ना खुल्यो
STAFF Nurse/H.A./I.E. Entrace Preparation
अल्फा एजुकेशनल सेन्टर
प्रसूतिमार्ग, थापाथली, फोन नं. ४२३१८२७

बिशेष सेवा
रसायन वाजिकरण एवं ताजगीकरण
(Sexopsychology , Sexotherapy & Rejuvination):
नपुंसकता, लिङ्ग उत्तेजना सम्बन्धी समस्या, सिघ्र स्खलन, हस्तमैथुन, स्वप्न दोष, धातु वीर्य तथा शुक्रकीटको विकासका समस्या, सरुवा यौन रोग, पुरुष-स्त्री यौनाङ्ग, स्तन एवं शरीरको कमबढी विकास एवं हर्मोनल समस्या तथा महिनावारीमा गडबडी।
(पूर्ण गोप्यताको वातावरणमा अन्तरङ्ग परामर्श)
सम्पर्कः (विशेष सेवा विभाग)
धन्वन्तरी आयुर्वेद हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि.
धुम्बाराही चोक, फोनः ४३७१७७१, ०१६२०४१५६
website ; www.sexologistnepal.com E-mail: info@ayurvednepal.com

भावना, मन्दिरबाट सधैंजसो तिम्रो पसलअघि तिम्रै प्रतीक्षामा रही तिमीसँग फोनमार्फत भेट्छु भन्ने केटाले तिमीलाई चोखो माया गर्छ। तिमी मलाई बुझ्ने प्रयास गर भन्ने आग्रह छ।

k87

सानु, तिम्रो जीवन फुलेको गुलाफ बनोस्। तिमी संसारको जुन कुनामा रहे पनि सुखी रहनु त्यसैमा म आफ्नो खुसी देख्नेछु। यो जुनीमा त यस्तै भयो, अर्को जुनीमा तिम्रै बाटो हेरेर बस्नेछु।

दिवाकर

सजना, तिमी किन मसँग बोल्दिनौ, कृपया मसँग बोल ल।

सुरज

फुच्ची, तिमी कहाँ छौ ? मैले तिमीलाई खोजेको धेरै दिन भयो, तिम्रो फोनको प्रतीक्षामा बसिरहेको छु। प्लिज जहाँ भए पनि एकपटक भेट है।

ozone_ray2006yahoo.com

ज्योति, तिम्रो सुखद दाम्पत्य जीवनका लागि हार्दिक शुभकामना। तिम्रो यादले हरपल सताइरहन्छ। पत्र लेख्न पनि नयाँ ठेगाना थाहा भएन। स्कुलको ठेगानामा पत्र नपठाऊ। सकिन्छ भने फोन गर। के हाम्रो मित्रताको अन्त्य भएकै हो त ? प्लिज एकपटक फोन गर। म तिम्रो फोनको प्रतीक्षामा छु।

नीरज

विकास, म तिमीलाई यति धेरै चाहन्छु कि यो संसारमा तिमीबाहेक मेरो कोही छैन। तिमी भने मसँग बोल्दा पनि बोल्दैनौ, कहिलेकाहीं भेट हुँदा एक मुस्कान दिए पनि म त्यसैलाई तिम्रो माया सम्झेर सधैंभरि हाँसिरहनेछु। तिमीबिना अधुरो हुनेछ यो मेरो जीवन। म तिम्री प्रेमिका त हुन सक्दिन होला तर प्लिज साँचो साथीका रूपबाट भए पनि बोल, म त्यसैलाई तिम्रो माया सम्झनेछु।

सीता

ओहो, तिमी कत्ति निष्ठुरी ? उच्च महत्वाकांक्षा हुनेहरूको कहिल्यै भलो भएको छैन। म अझै भन्छु, स्वदेशमै बसेर राम्ररी गृहस्थ जीवन चलाउन तिम्रो र मेरो कमाइ पर्याप्त हुन्छ। तिमी भने मेरो मायालाई पनि लत्याएर विदेश जाँदैछौ। त्यो पनि पैसा कमाउन ? जानै परे तिमी र म सगै जाऊँ न। तिमी त मेरो कुरा सुन्ने पक्षमै छैनौ। प्लिज एक पटक मलाई फोन गर।

रोशन विहीन

जीवनको गोरेटो

अधुरो प्रेम

मैले सुनेको थिएँ– प्रेममा हाँसो खुसी अनि रमाइला क्षणहरू हुन्छन्। प्रेमले मानिसलाई वास्तविक जीवनको अनुभूति गर्न सिकाउँछ। जीवनलाई कसरी सुखमय बनाउने भन्ने कला सिकाउँछ। मानिसको जीवन र प्रेमको सम्बन्ध नङ र मासुको जस्तै हुन्छ। प्रेमबिना यो संसार अधुरो र अपूरो हुन्छ। प्रेमीहरूको संसार नै बेग्लै हुन्छ। त्यो संसार धेरै रमाइलो, सुखमय र रोमाञ्चक हुन्छ तर मैले सुनेका र भोगेका प्रेम बेग्ला-बेग्लै थिए। मलाई मेरो प्रेमले सुख, आनन्दित पलहरू होइन दुःख एवं पीडा बाहेक केही दिएन। बरु मेरो हराबरा जीवनलाई तहसनहस पारिदियो।

कुरा ८-१० महिनाअघिको हो। म कामविशेषले एउटा गाउँमा गएको थिएँ। त्यो गाउँ सुन्दर र रमाइलो थियो। घुम्दै जाँदा एउटा पसलमा मैले एउटी सुन्दर मुहार भएकी युवतीलाई देखेँ। उनी सायद त्यो पसलमा सामान किन्नका लागि आएकी थिइन्। ती युवतीलाई देख्नासाथ मेरो मुटुको धड्कन एकाएक बढ्न थाल्यो। एक किसिमको बेचैनी भयो। साँझ परिसकेको हुनाले म त्यहाँबाट आफ्नो घर फर्किए पनि भोलिपल्टदेखि म कुनै न कुनै बहाना बनाएर त्यो गाउँ जान थालेँ। म उनलाई हेर्नका लागि नै त्यो गाउँ जान्थेँ। उनलाई देखेपछि म शान्त हुन्थ्यो अनि घर फर्कन्थेँ। राती ओछ्यानमा उनीसँग कसरी बोल्ने, कसरी आफ्नो मनका कुराहरू खोल्ने भनेर सोच्थेँ।

एक दिन अचानक उनी बाटोमा भेट भइन्। हाम्रो परिचय भयो। त्यसपछि हामी नजिकिन थाल्यौँ। एक दिन मैले ख्यालख्यालमै प्रेम प्रस्ताव राखेँ। उनले स्वीकार पनि गरिन्। त्यसपछिका क्षणहरू

रमाइलोसँग बित्न थाले। हाम्रो समय-समयमा भेट अनि फोनमा कुरा भैरहन्थ्यो। हाम्रो प्रेम विस्तारै-विस्तारै यति गाढा हुँदै गयो कि म उनीबिना बाँच्न पनि नसक्ने भएँ।

समय बित्न पनि कति बेर लाग्दोरहेछ र हाम्रो प्रेम सुरु भएको पनि तीन महिना बितिसकेछ। त्यस्तैमा एक दिन उनले मलाई फोन गरेर अबदेखि मलाई फोन नगर्नु म बरु समय-समयमा तपाईंलाई भेट्न आउँछु भनिन्। मैले उनलाई फोन गर्न छाडिदिएँ र उनी भेट्न आउने आशामा बसिरहेँ। एक महिना बित्दासमेत उनी मलाई भेट्न आइनन्। मैले आफ्नो मनलाई थाम्न सकिनँ र उनलाई फोन गरेँ तथा भेट्न आउ भनें, उनले हुन्छ भनिन्। म निर्धारित समयमा उनलाई भेट्न गएँ तर उनी आएकी थिइनन्। एक घन्टा, दुई घन्टा गरेर म त्यहाँ बसेको पनि आठ घन्टा भएछ तर उनी आइनन्। मलाई लाग्यो- मैले टेकेको जमिन नै भाँसिदै छ।

मैले आफूलाई सम्हाल्न खोजेँ तरसकिनँ। म त्यहीं बसेर धेरै बेर रोएँ। मेरो रुवाई सुन्ने कोही भएन अनि थकित पाइलाहरू लिएर म घरतिर लागेँ। आजसम्म पनि मैले उनलाई भेटेको छैन। मेरो मायाको कोपिला फक्रन नपाउँदै ओइलाएर गयो। तिमी नै भन यसमा मेरो के गल्ती थियो र तिमीले मलाई तिरस्कृत गर्‍यौ ? म यो प्रश्नको जवाफ पाउने आशामा छु।

अन्तमा, तिमीलाई सफलता नै सफलता मिलोस्। तिम्रा प्रत्येक पाइलाले सफलता चुमून्।

–प्यासी

साप्ताहिक साथी

भावुक स्वभावका अविवाहित कृष्ण श्रेष्ठ बीबीएस प्रथम वर्षमा अध्ययनरत छन्। २० वर्षीय कृष्ण साथी बनाउन तथा भ्रमण गर्न रुचाउँछन्। गहुँगोरो वर्णका ५ फिट ७ इन्च कृष्णलाई दुःख-सुखमा साथ दिने, अरूको भावना बुझ्न सक्ने साथीको खाँचो छ। कृष्णलाई भीमेश्वर नगरपालिका-१ चरीकोट तथा uniq_krish2002@yahoo.com मा इमेल गर्न सकिन्छ।

बेलायतमा रोजगारीमा संलग्न २२ वर्षीय भेषबहादुर पुनः ५ फिट ५ इन्च अग्ला छन्। प्रवेशिका उत्तीर्ण गरेका पुनः लजालु स्वभावका छन्। खेलकुद, इन्टरनेट ब्राउजिङ तथा संगीतमा रुचि भएका पुनलाई लजालु, मिलनसार, धनी-गरिबबीच भेदभाव नगर्ने साथीको खाँचो छ। उनलाई bbcpun@yahoo.com मा इमेल गर्न सकिन्छ।

कम्प्युटर डिप्लोमा मात्र ४०००/-
नोटः-सबै कोषहरु CTEVTE बाट मान्यता प्राप्त हुनेछन्। कम्प्युटर इन्जिनियरबाट कक्षा सञ्चालन।
☞Computer Operator
☞Graphics/WebPage(Advance)
☞Hardware/Networking(Advance)
☏:-4412386, 9841542795
कम्प्युटर तालिम क्षेत्रमा एकमात्र सफल इन्स्टिच्युट
S&S Computer Institute,Dillibazar,Ktm,(Ukalo)

चाहियो
व्यवसायिक क्षेत्रमा छुट्टै पहिचान बनाउन सफल यस कम्पनीमा थप कर्मचारीहरू चाहियो।

संख्या	योग्यता	तलब
पुरुषः ११ महिलाः ११	Test / SLC वा सो भन्दा माथि	रु.४२०० Fixed + Incentive

सम्पर्कः 2121576, 9841570546
9803326359 (Only for Location)
आफ्नो Documents सहित Office मा Visit गर्नुहोला

इजरायल जाने ?
१. इजरायल जानेलाई नभै नहुने हिब्रुभाषा ६ वर्षको अनुभव प्राप्त 'शलोम' पुस्तक लेखकबाट सरल तरीकाले सिकाईने।
२. अरेविक भाषा बोल्ने महिलाहरुको चाँडै Visa आउने हुँदा तु.सम्पर्क।
३. इजरायली Food, Recipe, Laws, Culture सम्बन्धि जानकारी।
४. लामो अनुभवप्राप्त प्रशिक्षकबाट कोरियन भाषा सिकाइने र विविध जानकारी।
गलत तरिकाले हिब्रु पढाउनेहरु देखि सावधान !
ब्लु मुन ल्याङ्ग्वेज सेन्टर
(इजरायली भाषा केन्द्र, पुतलीसडक)
फोनः २००३६३३,९८४१५१७४४१

नेपाल सरकार तथा (EIA-NEPAL) बाट मान्यता प्राप्त
प्राईभेट TEST/SLC मा भर्ना खुल्यो
(विगत TEST तथा SLC परीक्षामा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउन सफल)
"English तथा Nepali दुवै माध्यममा कक्षा सचालन हुने"
Harvard Int'l Academy
Koteshwor, Kathmandu
Tel : 2050153 (कोटेश्वर प्रहरीबीट बाट ३० मी. भित्र)

रक्सी र यौनमध्ये कुन लत खतरनाक ?

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. तपाईंलाई केले सुखी र सन्तुष्ट बनाउँछ ?
२. के रक्सी वा नशाले दुःख भुल्न सकिन्छ ?
३. नेपालमा खेलकुदको विकासका लागि के गर्नुपर्छ ?
४. महिलाहरूलाई ३३ प्रतिशत आरक्षण कति उचित हो, किन ?
५. तपाईं प्रधानमन्त्री भए के गर्नुहुन्छ ?
६. केटा र केटीका लागि विवाह गर्ने उचित उमेर कुन हो ? किन ?
७. बुद्धि ठूलो कि बल ? किन ?
८. देशभक्ति के हो ?
९. देशबाट हिंसा अन्त्य गर्न के गर्नुपर्छ ?
१०. के स्वर्ग-नर्क भन्ने कुरा हुन्छ ? कस्तो हुन्छ वा किन हुँदैन ?

यौनको नशा खतरनाक हुन्छ । यो नशाले कैयन महापुरुषलाई डुबायो, जति बाढीले डुबाएन भन्ने भनाइ नै छ ।

राजकुमार महर्जन, चाँगु

भोगिसकेर होला दुवैको नशा आगोभन्दा विध्वंसकारी लाग्छ ।

सञ्जीव भँडेल (२६), **भक्तपुर**

दुवैको नशा भूकम्पभन्दा पनि खतरनाक हुँदो रहेछ ।

पुष्कर पौडेल, भक्तपुर

यी दुईको भन्दा पनि पिरतीको नशा अझ खतरनाक हुँदो रहेछ, सुकेर धागोजस्तै भइँदो रहेछ ।

प्रदिम्न पौडेल

दुवैको नशा नराम्रोसँग लाग्यो भने असफलताको पोखरीमा डुबाउँदो रहेछ ।

कपिल पौडेल (२१), **चाँगु**

काम गरेर थाकेका बेला नशा आवश्यक भएकाले यी दुवै नशामध्ये एक आवश्यक छ, अतः म यसलाई खतरनाक मान्दिनँ ।

प्रमोद थापा (२९)

शारीरिक सन्तुलनका लागि रक्सीको तथा मानसिक सन्तुलनका लागि यौनको आवश्यक जहाँ पनि हुँदो रहेछ अतः खासै खतरनाक लाग्दैन ।

किरण पौडेल, भक्तपुर

नशा शरीरका लागि हानिकारक छ, अतः नशाको कुरै नगरौं ।

सुमित

शरीरका लागि रक्सी र मनको सन्तुष्टिका लागि जीवनमा केही हदसम्म यौनको नशा आवश्यक छ, यी दुवै खतरनाक छैनन् ।

सुशीला सिंखडा, सुन्दरीजल

खासै खतरनाक छैन, किसुनजी जस्तालाई त सुरा र सुन्दरीको नशाले केही गर्न सकेन भने हामीलाई त झन् के नै गर्छ सक्छ र ?

सुवेश भँडेल, चाँगु

दुवैलाई खतरनाक मान्नु हुँदैन ।

जीवनमा यी दुईको लत केही हदसम्म आवश्यक छ ।

भाजु श्रेष्ठ, चाँगु

नशाको तिर्खा लाग्दा रक्सी र बैसको तिर्खा लाग्दा यौन आवश्यक भएकाले खासै खतरनाक मान्नु हुँदैन ।

हिमकुमार थापा

तिर्खा लाग्दा मोही र बैसमा पोइ सबैलाई चाहिन्छ, खै ? कुनचाहिंको नशा खतरनाक मान्ने ?

अञ्जु गिरी (२०)

यौनको नशा खतरनाक छ, यसले कति मानिसलाई भष्म पारेको छ ।

श्याम गैंडा

प्यास लाग्दा पानी र बैसमा स्वास्नी सबैलाई चाहिन्छ, त्यसैले म त दुवैको नशा नराम्रो मान्दिन ।

लक्ष्मी भँडेल (२७), **भक्तपुर**

नशा भन्ने कुरा पानीदेखि लिएर बानीसम्म हुन्छ, परन्तु आवश्यक पर्दा लिन जान्नु पर्छ ।

सानु श्रेष्ठ (२७)

यी दुवै चीजमा नशा माने नशै छ, आनन्द माने स्वर्गीय आनन्द छ ।

नर्बु लामा, दार्जीलिङ

संसारका हरेक चीजमा नशा छ, खतरनाक भन्ने कुरा त सेवन गर्नेमा भर पर्छ ।

छैकु तामाङ, भक्तपुर

यौन जिज्ञासा र समाधान

• डा. राजेन्द्र भद्रा

प्रश्न : म १८ वर्षीया महिला हुँ । मेरो विवाह भएको दुई वर्ष भयो, आजसम्म पनि सन्तान हुन सकेन । जब हामी सम्पर्क गर्छौं, म मेरो श्रीमान्को माथि बसेर सम्पर्क गर्दा मात्र सन्तुष्ट हुन्छु, किन होला ? जब हामी सम्पर्क गरिसक्छौं तब मेरो योनिबाट सम्पर्क गरिएको योनिरस बगिरहन्छ । के त्यसमा शुक्रकीट पनि हुन्छन् ? के त्यही कारणले हाम्रो सन्तान नभएको हो ? यदि श्रीमान् बाहिर अरू महिलासँग यौनसम्पर्क गरेर आए भने के त्यस्तो कुरा थाहा पाउन सकिन्छ ? सकिन्छ भने कसरी ? मैले एकपटक गर्भपतन पनि गरेको थिएँ, के त्यही कारणले पनि म आमा बन्न नसकेकी हुँ ?

–एस.

उत्तर : सन्तान जन्माउन किन गाऱ्हो भएको ?

यौनसम्पर्क राख्नासाथ गर्भ रहने होइन । तपाईंलाई थाहै होला, गर्भ बस्न सफल यौनसम्पर्कपछि वीर्यमा भएका शुक्रकीटले डिम्बलाई निषेचित गर्नुपर्छ । महिलाको शरीरमा पनि डिम्ब निष्कासन मात्र हुनु पर्याप्त नभै शुक्रकीटले डिम्ब निषेचन गर्ने समय पनि मिल्नुपर्छ । यसरी निषेचित डिम्ब पाठेघरको भित्री तहमा राम्ररी टाँसिन (डिम्बरोपण हुन) सकेपछि बिस्तारै विकसित हुन सक्नुपर्छ । यी सबै कुरा मिल्न कैयौं कुराको तालमेल आवश्यक छ । गर्भनिरोधको कुनै पनि साधन नअपनाई गर्भधारण गर्ने प्रयास गरेर पनि एक वर्षसम्म गर्भ बस्न नसकेको भए किन गर्भ नबसेको होला भनेर खोजिनिती गर्नु आवश्यक हुन्छ । तपाईंका अनुसार यदि दुई वर्ष भैसकेको भए परीक्षण गर्नु आवश्यक हुन्छ ।

सन्तान जन्माउन नसक्ने स्थिति पुरुष, महिला वा दुवैसँग सम्बन्धित संयुक्त कारणले हुन सक्छ । पहिलो त तपाईंका श्रीमान्को वीर्यमा पर्याप्त मात्रामा स्वस्थ शुक्रकीट छन्-छैनन्, हेर्नुपर्ने हुन्छ । यदि त्यसमा कुनै खराबी छैन भने तपाईंको प्रजनन अंग तथा प्रजनन कार्य प्रणालीमा कुनै बाधा अवरोध छ वा छैन पत्ता लगाउनुपर्छ । यहाँ भनिरहनुपर्दैन– तपाईंहरूको यस समस्याको समाधान सो समस्याको कारणमा नै निर्भर हुन्छ । त्यसैले गर्भ नरहेको सम्बन्धमा स्त्रीरोग विशेषज्ञसँग सम्पर्क राख्नु बेस हुन्छ ।

के महिला माथि बसेर यौनसम्पर्क गर्दा गर्भ बस्दैन ?

कतिपय व्यक्तिलाई महिला तल र पुरुष माथि भए मात्र गर्भ रहन्छ भन्ने गलत धारणा छ । विभिन्न आसन, जस्तै कि महिला माथि वसेर होस् वा उभिएर गरिएको सम्पर्क होस्, गर्भ रहन सक्छ । त्यसकारण तपाईंले श्रीमान्को माथि बसेर सम्पर्क गरेका कारण गर्भ नरहेको भन्न मिल्दैन ।

कतिपयले यौनसम्पर्क गरेपछि महिला उत्तानोदेखि फरक आसनमा बस्दा पनि गर्भ नरहने विश्वास गर्छन्, यो कुरा पनि सही होइन । बुझ्नुपर्ने कुरा के छ भने योनिमा वीर्य स्खलन भैसकेपछि वीर्य नै पाठेघर वा अन्य प्रजनन अंगमा पस्ने होइन । तपाईंलाई थाहै होला, प्रजनन क्षमता भएका पुरुषको वीर्यमा करोडौंको संख्यामा शुक्रकीट हुन्छन् । यसमा पनि प्रायःजसो शुक्रकीट योनिमा मर्छन्, तुलनात्मक रूपमा सानो संख्यामा मात्र शुक्रकीट भित्री प्रजनन अङ्गमा पुग्छन् र त्यसमा पनि एक शुक्रकीटले मात्र डिम्बलाई निषेचित गर्छ । त्यसैले तपाईंको लिङ्गबाट स्खलित वीर्य शुक्रकीट हुने नै भए पनि सम्पर्कपछि योनिबाट बाहिर निस्कियो भन्दैमा पीर मान्नुपर्ने कारण छैन ।

माथि बसेर सम्पर्क गर्दा सन्तुष्टि ?

पुरुष माथि र महिला तल भएको स्थितिमा गरिने सम्पर्क नै सायद सबैभन्दा प्रचलित आसन हो, तर यौनसम्पर्कमा संलग्न जोडीले आफ्नो रुचिअनुसार यी आसनहरू परिवर्तन गर्न सक्छन् र नयाँ किसिमको आसनको खोजी तथा प्रयोग गर्न सक्छन् । पुरुष माथि र महिला तल रहेर गरिने सम्पर्कमा महिलाको सबैभन्दा यौन संवेदनशील अङ्ग भगांकुरमा कुनै घर्षण हुँदैन, त्यसैले यो आसनबाट धेरैजसो महिलाले चरमसुखको स्थिति प्राप्त गर्न सक्दैनन् ।

विशेष गरेर महिला माथि रहेर सम्पर्क गर्दा महिलाले आफ्नो यौन उत्तेजनाको स्थिति हेरेर धक्काको गति र चाललाई नियन्त्रित गर्न सक्छन् ताकि भगांकुरको घर्षण राम्रोसँग होस् र चरमसुखको स्थितिमा सहज रूपमा पुगियोस् । कतिपय व्यक्तिलाई यो केही असामान्य लाग्न सक्छ, तर यी कुरा सामान्य र प्राकृतिक हुन् भन्ने कुरा बुझ्नुपर्छ । चरमसुख प्राप्त गर्न पाउनु महिलाको नैसर्गिक अधिकारको कुरा हो भन्ने बिर्सनु हुँदैन ।

अन्य व्यक्तिसँग सम्पर्क गरेको कसरी थाहा पाउने ?

यो कुरा सजिलो भने छैन । यदि कसैले दोहोरो जीवनयापन गरिरहेको छ वा ढाँटिरहेको छ भने सत्य कुरा थाहा पाउन गाऱ्हो हुन्छ । वैवाहिक सम्बन्ध विश्वासमा अडेको हुन्छ । शंका र चियोचर्चा गर्न थाल्नासाथ यसको जग कमजोर हुने खतरा हुन्छ ।

कतिपयले सोच्ने गरेजस्तो स्पष्ट चिन्हहरू जस्तै अर्की महिलाको लामो कपाल, प्रेमपत्र, लिपिस्टिकको दाग नदेखिन सक्छ । लक्षणहरू घुमाउरा हुनसक्छन् । आनीबानीमा आएको परिवर्तन, सबन्धमा भएको दूरी, ज्यादा समय आफूसँग बिताउन नचाहने, कता र कहाँ गएको भनेर थाहै नहुने, ढाँट्ने, असामान्य रूपमा बढी खर्च हुने तर के कुरामा खर्च गरियो थाहा पाउन नसकिने, श्रीमान्-श्रीमती दुवै मिलेर गरिने काममा कम रुचि, यौनसम्पर्कमा कम रुचि, भावनात्मक सामीप्यताको कमीजस्ता कतिपय कुराले पनि सामान्यभन्दा केही फरक भैरहेको कुरालाई संकेत गर्छ तर यसो हुँदैमा अर्को व्यक्तिसँग यौनसम्पर्क नै छ भन्न सकिने स्थिति हुँदैन । त्यसैले कुनै न कुनै समयमा पक्का प्रमाण जुटाउनु आवश्यक हुन्छ, तर अनावश्यक शंका-उपशंका र चियोचर्चाले भएको सम्बन्ध पनि बिगार्न सक्छ । सायद सबैभन्दा राम्रो उपाय स्पष्टसँग आफ्नो यौनजोडी (श्रीमान् वा श्रीमती) सँग सोध्नु नै हुन्छ । यसमा उसको जवाफ र त्यसबाट आउने नतिजा भने सामना गर्न तयार हुनुपर्छ ।

कतै तपाई गर्भवती त हुनु हुन्नु ?
गर्भधारण जाँच्ने घरेलु सामाग्री
यौन सम्पर्क राखेको २ हप्तामा नै थाहा पाउन सकिने,महिनावारी हने अवस्था सम्म कुरिराख्नु नपर्ने........... अब नयाँ प्रविधिमा

EASY PREGNANCY TEST KIT
Marketing By: Om Surgical Concern Thapathali, Kathmandu Tel.:4260044, 4216431
USA FDA APPROVED PRODUCT,आफ्नै घरमा बसेर आफु गर्भवती भएको वा नभएको सजिलै जाँच्न सकिने घरेलु सामाग्री नजिकैको औषधी पसलहरूमा प्राप्त गर्न सकिने छ।
Please remember us:-Pathology & Surgical Products, Chemical and Scientific & Lab Equipments

S.L.C दिएको हो..? आउनुस्।
Cook Rs. 2,499 / मा
(कन्टिनेन्टल, इटालियन, इन्डिएन, चाइनीज ग्रुपमा)
Waiter Rs. 1,599 /
(RMTTC)
४४६४७२०, ९८५१०९३६२९
(BICC पानी ट्याङ्कीको ठीक अगाडी)
(SMTTC)
२०४०७८२ (शिव दर्शन हल अगाडी)
नयाँ बानेश्वर

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १३ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, 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 पारीपट्टि, काठमाडौं

उद्घोषण
Rs. 1000/- Discount
RJ/VJ/News Reader/MC
Media Technician
Ad Production
Personality Dev.
Media Marketing
Practical on Digital Studio
Be Perfect RJ/VJ Now
प्रशिक्षकहरु
हेम सुवेदी
कला सुब्बा
कुसुम बजाचार्य
नरेश भट्टराई
महिमा भट्टराई
दिपक समिर
Bagbazar(Opp. Petrol Pump)
Tel.: 4233042
Job Guarantee
The Media's Collection

CAREER FOCUSED तालिम
फोटोग्राफी
भिडियोग्राफी
Lab + Practical + Theory
DIGITAL VIDEO EDITING
PHOTO पत्रकारिता
VIDEO पत्रकारिता
Advance को लागि Scholarship पनि
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९

इजरायल / कोरिया
के तपाई इजरायल तथा कोरिया जाँदै हुनुहुन्छ ? यदि जाँदै हुनुहुन्छ भने हिब्रु भाषा/कोरियन भाषा सिकी दक्ष भई जानुहोस् ।
हाम्रा सेवाहरू :
१. हिब्रु (Hebrew) भाषा, कोरियन भाषा, तथा अंग्रेजी भाषा तालिम ।
२. केयर गिभर, House Keeping,Nursing तथा Orientation तालिम ।
३. Cook/Waiter तालिम ।
सम्पर्क:
पाइथागोरस एकेडेमी
प्रदर्शनीमार्ग, पुतलीसडक, काठमाडौं, फोन : ४२६०६३२

के तपाई सजिलै S.L.C./+2 पास गर्न चाहानुहुन्छ ?
■ ८ पास, ९, १०, Test पास वा फेल, S.L.C. फेल, उमेर वा जागिरले गर्दा S.L.C./+2 पास गर्न सक्नु भएको छैन ?
■ Math/Sci, Sent- up नदिई S.L.C. दिन चाहनहुन्छ ?
■ १ वर्षमै S.L.C./+2 पास गर्न चाहनुहुन्छ ? Classes Running
प्राइभेट Test/S.L.C. मा ग्यारेण्टिका साथ निःशुल्क भर्ना खुल्यो
■ के तपाई कक्षा ९,१०, टेष्ट तथा S.L.C. फेल हुनु भएको छ ?
■ के तपाई कक्षा ८ पास गरी School जान सक्नु भएको छैन ?
■ के तपाई उमेरको कारण वा जागिरले गर्दा School गएर पढ्न सक्नु भएको छैन ?
होस्टलको व्यवस्था
२०६२ मा १००% S.L.C. पास र २०६३ मा १८ विद्यार्थी S.L.C. मा समिलीत गराउन सफल सम्भवत: नेपालको एकमात्र Academy
100% Pass
सिमित सिट मात्र
चाहनुहुन्छ भने विगत ७ वर्षदेखी लगातार कार्यरत यस Academy ले सञ्चालन गर्दै आएको NIOS (Delhi Board) X र XII लगायत प्राइभेट Test/S.L.C. का कक्षा हरु अत्यन्तै अनुभवी तथा ख्याती प्राप्त शिक्षकहरू द्वारा अध्यापन गराइरहेको सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।
विशेषताहरु:– भर्ना खुल्यो
■ घर वा अफिस मै पढेर पास गर्न सकिने
■ % ल्याई पास गर्न सजिलो ■ Faculty Change गर्न सकिने
■ किस्तामा जाँच दिन पाइने ■ जाँच Eng र Nep मा दिन पाइने
मात्र ५ विषय पढे पुग्ने
विश्वभरि मान्यता प्राप्त
Paragon Edu. Academy
Putalisadak 4421390
MIT Chabahil 4488993
■ Math,Sci/ Eng Tution Free ■ English Language Free
■ मनोवैज्ञानिक ढङ्गले पढाइने ■ S.L.C. Model अनुसार पढाइने
■ Eng र Nep भाषाबाट माध्यमबाट पढाइन्छ
■ विहान, दिउसो र रात्री कक्षाहरु ■ 100 % पास गराउन सफल
■ Weekly/Monthly, Terminal Exam लिइने।

साताकी गृहिणी

अचेल के गर्दै हुनुहुन्छ ?
चलचित्रमा पहिलो पटक बेइमानको हास्य जोडीका रूपमा 'पालेदाइ' को सुटिङमा र समय-समयमा विभिन्न टेलिचलचित्रमा अभिनय गरिरहेकी छु।
बिजुलीको नामले कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुभएको छ ?
उहाँ एक्लै हिंड्दा मेरो खोजी हुन्छ र म एक्लै हुँदा उहाँको खोजी हुन्छ। मानिसहरूले 'हाम्रो सुकु दाइलाई धेरै नहप्काउनुहोस् है' भनेको सुन्दा रमाइलो लाग्छ।
कला क्षेत्रमा तपाईंको प्रवेश कसरी भयो र यहाँसम्म कसरी आइपुग्नुभयो ?
म गायिका बन्ने धुनमा कला क्षेत्रमा प्रवेश गरें। मेरा गुरु मुकुन्दकिशोर भट्टराईले मलाई घिच्याएर अभिनय गर्न ल्याउँदा म उहाँले चाहे जस्तो प्रस्तुत हुन सकेंछु र त्यसपछि निरन्तरता दिदै म आजसम्म कहीं

मञ्जु श्रेष्ठ दुई दर्जन टेलिचलचित्र र झन्डै आधा दर्जनजति चलचित्रमा सफल अभिनय प्रस्तुत गरिसकेकी एक कुशल कलाकार हुन्। चर्चित हास्यश्रृंखला 'तीतो सत्य' मा बिजुलीको भूमिकाबाट परिचित भएकी श्रेष्ठको जन्म चोभार, कीर्तिपुरमा भएको हो। स्नातकसम्मको अध्ययन गरेकी श्रेष्ठ २०५१ सालमा क्रिएसन आर्टमा सक्रिय रमेशभक्त श्रेष्ठसँग विवाह बन्धनमा बाँधिएकी हुन्। सिक्किमलगायत नेपालका आधा दर्जन स्थानमा आफ्नो क्षमता प्रदर्शन गरिसकेकी श्रेष्ठ हाल कुपन्डोलमा बसोबास गर्छिन्।

भूमिका माग्न नगई अघि बढेकी छु।
यस क्षेत्रमा महिला सहभागितामा तपाईंको अनुभव कस्तो छ ?
धेरे अवसर भएकाले प्रतिस्पर्धीहरू पनि धेरै नै छ, तर पनि यहाँ आफूमा क्षमता हुँदा हुँदै नेपथ्यमा सीमित धेरै छन्। अभिनय के हो भन्नेसम्म नजानी काम चलाउका भरमा आउनेदेखि दुःख लाग्छ।
अहिलेसम्म आफूलाई चित्त बुझ्दो अभिनय केमा प्रस्तुतत गरे जस्तो लाग्छ ?
अझै म आफ्नो अभिनयबाट पूर्ण रूपमा सन्तुष्ट हुन सकेकी छैन, तर पनि टेलिश्रृंखला 'जिन्दगीका रंगहरू' मा नेपाली जनजीवनसँग मिल्दोजुल्दो भूमिका निर्वाह गर्दा निकै खुसी लागेको थियो।
उहाँसँग पहिलो भेट कहाँ भएको थियो ?
हाम्रो भेट पनि गुरुकै माध्यमबाट भएको हो। भेटघाटले निरन्तरता पाउँदै गएपछि हाम्रो सम्बन्ध प्रेममा परिणत भएको हो।
प्रेम विवाह गर्नुभएछ, घरमा मनाउन कत्तिको गाह्रो भयो ?
मेरो परिवारले जिन्दगी बिताउने तिमीले भएकाले आफूलाई चित्त बुझ्छ भने ठीकै छ भन्नुभएकाले त्यति गाह्रो भएन। यो मामिलामा म आफूलाई भाग्यमानी नै मान्छु।
विवाहपछि अभिनयलाई निरन्तरता दिन कसरी सफल हुनुभयो ?
कला क्षेत्रमा हात हालिसकेकाले उहाँले विवाहपछि पनि कुनै रोकटोक नगर्ने वचन दिनुभएको थियो। त्यसैले उहाँबाट पाएको पूर्ण सहयोगले म विवाहपछि अझ सक्रिय हुन पुगें।
श्रीमान्लाई कस्तो पाउनुभएको छ ?
कुनै पनि कुरामा गुनासो गर्नु हुन्न, कहिल्यै रिसाउनुहुन्न। उहाँलाई एकदमै सन्तोषी र सहयोगी पाएकी छु।
तपाईंहरूका सन्तान छैनन् ?
सन्तानको रहर त सबैलाई हुन्छ तर म एउटी मात्र यस्ती नारी होइन जस्तो लाग्छ। बल गरेर पनि नहुने कुरा भएको तथा हामीबीच राम्रो समझदारी भएको हुँदा ठीकै छ।
वास्तविक जीवनमा श्रीमान्सँग कत्तिको झगडा हुन्छ ?
हाम्रो क्षेत्रमा निश्चित समय हुँदैन, त्यसैले उहाँ घरभित्र आउँदा म निस्कने र म घरभित्र आउँदा उहाँ निस्कने हुन्छ। दुई जनामात्र भएकाले पनि होला झगडा हुने स्थिति नै सिर्जना हुँदैन।
साथीभाइ र आफन्तहरूलाई कत्तिको हँसाउनुहुन्छ ?
सबैभन्दा गाह्रो नै हँसाउने विधा भएकाले मलाई पनि गाह्रो नै लाग्छ। पत्याउनुहुन्नहोला, म निर्देशनबिना हँसाउन सक्दिन तर साथीभाइहरू मैले सामान्य कुरा बोल्दा पनि हाँसिदिन्छन्। बरु उहाँले कहिलेकाहीं मैले आशा नै नगर्ने खालका जोक सुनाउनुहुन्छ।
अहिले टेलिश्रृंखलाहरूमा नक्कल धेरै देखिन्छ, के भन्नुहुन्छ ?
म राम्रो कुराको नक्कललाई राम्रै मान्छु। नेपाली परम्परा र शैलीलाई नमारी अघि बढ्न सके अझ राम्रो हुन्थ्यो।
यस क्षेत्रमा निरन्तर रूपमा लाग्न के आवश्यक छ ?
प्रवेश गर्न सजिलो छ तर निरन्तरताचाहिं आफ्नो प्रस्तुतिमा भर पर्छ। साथै अनुशासनमा बसेर निर्देशकले दिएको भूमिकाप्रति न्याय गर्न सके अवश्य सफल भइन्छ।
यस क्षेत्रमा के गुमाए जस्तो लाग्छ ?
इष्टमित्र र साथीभाइसँग भेटघाट नहुँदा टाढा भएको महसुस हुँदोरहेछ। मनबाटै टाढा नभए पनि दूरी बढेको आभासचाहिं हुदोरहेछ।
भोजहरूमा जान मन पराउनुहुन्छ ?
भोज र चाडपर्वहरू भनेकै भेटघाटका लागि हो जस्तो लाग्छ, त्यसैले भ्याएसम्म जानुपर्छ र जान्छु पनि तर मलाई मदिरारहित भोज मात्र मन पर्छ।
नेवारी संस्कारमा आफू कत्तिको भिजे जस्तो लाग्छ ?
सासू, ससुराको छहारी भएको भए वातावरण अझ राम्रो हुन्थ्यो होला तर पनि आफूले सकेसम्म संस्कारलाई मार्ने कामचाहिं गरेकी छैन।
टेलिभिजन कत्तिको हेर्नुहुन्छ ?
सुटिङ नभएका बेला, घरमा हुँदा हेर्छु। त्यसमा पनि म तीतो सत्य, जिरे खुर्सानी, मेरी बास्सै त समय निकालेर पनि अनिवार्य हेर्छु।
कस्तो संगीत मन पराउनुहुन्छ ?
मलाई छेउँ न टुप्पोका यथार्थहीन संगीतभन्दा पनि जीवन्तता बोकेका अर्थपूर्ण आधुनिक संगीत बढी मनपर्छ।
जीवन के हो जस्तो लाग्छ ?
जीवनको अर्थ त भोगाइसँग जोडेर मात्र परिभाषित गर्न सकिन्छ तर पनि जीवन एक सम्झौता नै हो।

–संगीता कटुवाल

पारिवारिक स्वास्थ्य

बदलिंदो मौसम र बढ्दै गएको प्रदूषणका कारण लगातार एलर्जीको समस्या बढ्दै छ। यो अहिले सबैका लागि समस्याका रूपमा देखा परिरहेको छ। एक सर्वेक्षणअनुसार मानिसहरू आजभोलि कुनै न कुनै प्रकारको एलर्जीबाट पीडित छन्। लक्षण र बच्ने उपायको जानकारीको अभावमा मानिसहरूले यसबाट छुट्कारा पाउन सकिरहेका छैनन्।

के हुन्छ एलर्जी हुँदा ?

एलर्जी एउटा त्यस्तो अवस्था हो जसमा शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमताको प्रतिक्रिया एउटा यस्तो पदार्थ वा तत्त्वसँग हुन्छ जुन प्रायः शरीरका लागि हानिकारक हुँदैन। जुन पदार्थले एलर्जीसम्बन्धी समस्या उत्पन्न गराउँछ त्यसलाई एलर्जेन भनिन्छ। अत्यधिक खराब परिस्थितिमा एलर्जी हुँदा प्रतिक्रिया स्वरूप एनाफाइलेक्सिस नामक रोग उत्पन्न हुन सक्छ जुन डरलाग्दो र प्राणघातक हुनसक्छ। एलर्जी हुँदा प्रायःजसो साधारण लक्षण देखिन्छ, जुन असुविधाजनक हुन्छ। यसका मुख्य लक्षण आँखा चिलाउने वा रातो हुने, नाक बन्द हुने वा पानी बग्ने, छाला चिलाउने, छालामा दाना निस्कने वा जलन हुने, स्वासमा कमी वा स्वास लिन असुविधा हुने, उल्टी आउने, टाउको दुख्ने आदि हुन्।

गम्भीर एलर्जी

एलर्जी गम्भीर किसिमको पनि हुनसक्छ। कैयौं मानिसलाई आफू गम्भीर एलर्जीबाट ग्रसित भएको कुरा थाहा नहुन सक्छ। यस्तो किसिमको एलर्जी खासगरी भोजनसँग जोडिएको हुन्छ, जसले गर्दा विभिन्न खतरनाक शृंखला प्रारम्भ हुन्छ। यस क्रममा पीडित व्यक्तिको आँखा, कान, ओठ, जिब्रो सुकेको हुन्छ। पीडित व्यक्तिलाई स्वास लिन अप्ठ्यारो महसुस हुन्छ। खासगरी बासी भोजनले हुने यस्तो प्रतिक्रिया तत्काल नभए पनि यसको असर भोजन गरेको लगभग ४८ देखि ७२ घण्टापछि देखिन सक्छ। यस्तो एलर्जीको कारण पत्ता लगाउन मुस्किल हुन्छ। कुन भोजनका कारण यो समस्या आएको हो भन्ने कुरा पत्ता लगाउन सकिँदैन। अतः जब यस्तो लक्षण देखिन्छ, तत्काल चिकित्सककहाँ पुग्नुपर्छ।

एलर्जीको कारण

चिकित्सकहरू वायु प्रदूषणलाई एलर्जीको एक प्रमुख कारण बताउँछन्। उनीहरूका अनुसार एलर्जीसम्बन्धी समस्या भौगोलिक क्षेत्रका कारण पनि हुनसक्छ। विशेष गरी सहरी क्षेत्रमा हुने वायु प्रदूषण तथा औद्योगिक क्षेत्रमा जहाँ लगातार उद्योग, कलकारखानाका चिम्नीबाट आउने धूवाँ तथा रासायनिक तत्त्वहरूले व्यापक असर पारेको हुन्छ। सहरी क्षेत्रमा बस्ने मानिसहरूमा स्वाससम्बन्धी एलर्जी बढी हुने सम्भावना हुन्छ। विगतको तुलनामा आजको जीवनशैलीमा व्यापक सुधार आएको छ। घरमा सुविधाजनक सामग्री सेन्ट्रल हिटिङ, एयरकन्डिसन तथा कार्पेटहरू बिछ्याइएको हुन्छ तर यिनै सामानमा धूलो जम्मा हुन्छन्। यिनै धूलोले पनि एलर्जी बढाउँछन्।

शोधहरूद्वारा एलर्जीको कारण पत्ता लगाउने प्रयासहरू पनि भएका छन्। पछिल्लो ५० वर्षमा मानव सभ्यताको विकासमा भएको प्रगतिलाई नै यसको मुख्य कारण मानिएको छ। विदेशबाट आयातीत नयाँ प्रजातिका बोटबिरुवा तथा विदेशमा गएर विभिन्न प्रकारका एलर्जेनको सम्पर्कमा आउनु पनि अर्को मुख्य कारण हो। जबदेखि मान्छेले घरपालुवा जनावर पाल्न थाल्यो, तबदेखि एलर्जीको समस्या बढ्दै गएको छ।

अनुवांशिकता

केही विशेषज्ञहरूका अनुसार अनुवांशिक कारणले पनि मान्छेलाई एलर्जी हुनसक्छ। श्रीमान् श्रीमतीमध्ये एकजना एलर्जीबाट पीडित भए छोराछोरी पनि त्यसबाट पीडित हुनसक्ने आशंका ५० प्रतिशतसम्म हुन्छ। यदि श्रीमान्-श्रीमती दुवै एलर्जीबाट पीडित भए छोराछोरी जन्मिएको केही वर्षमा उसलाई पनि एलर्जीको गम्भीर समस्या उत्पन्न हुने सम्भावना हुन्छ। बालबालिकाहरू कीरा-फट्याङ्ग्रा तथा ब्याक्टेरियायुक्त पदार्थहरूसँग सम्पर्कमा आउँदा उनीहरूको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम हुन्छ। फलस्वरूप उनीहरू छिट्टै एलर्जीको सिकार हुन्छन्।

बच्ने उपाय

यो समस्याबाट मुक्ति पाउने अथवा यसलाई कम गर्ने उपायहरू पनि पत्ता लागेका छन्। जस्तै : जन्मदेखि नै आमाले राम्रोसँग दूध खुवाउनुपर्छ। एलर्जी त्यस्ता बालबालिकाहरूलाई हुन्छ जसले आमाको दूध कम खाएका छन्। महिलाहरूले यसबाट बच्न गर्भावस्थामा एन्टिबायोटिक सेवन गर्नुहुँदैन। एलर्जीको लक्षण देखिनासाथ कुन चीजबाट एलर्जी भएको हो, पत्ता लगाई तुरुन्त चिकित्सकलाई देखाउनुपर्छ। धूवाँ, धूलो र फोहोरबाट बच्नु नै श्रेयस्कर हुन्छ।

– अनुपप्रकाश पौडेल

पञ्चतत्वले बनेको शरीर

स्वस्थ र सुन्दर रहन चाहने हो भने पञ्चतत्त्वमा सन्तुलन राख्नु आवश्यक छ। यीमध्ये कुनै पनि तत्त्वलाई बेवास्ता गरे शरीरको बनावट, रूप, रंग, कद एवं आकारमा नकारात्मक असर देखिन्छ।

परिवर्तीत मौसमले पनि हाम्रो सौन्दर्य तथा स्वास्थ्यमा असर पुर्‍याउँछ। मौसमअनुसार वास्तुशास्त्रका पनि केही नियम पालन गरे पञ्चतत्त्वको सन्तुलन कायम रहनुका साथै सुन्दर तथा आकर्षक देखिन सकिन्छ।

• बिहान उत्तर-पूर्वको (इशान कोणमा बनेको) कोठामा बस्ने। बिहानको कमलो घामको किरणबाट प्राप्त हुने भिटामिन डी छालाका लागि फाइदाजनक हुन्छ।

• जसको छाला सुख्खा छ, उसले पूर्व दिशामा बनेका कोठामा बस्नुपर्छ जसले गर्दा छालाको सुख्खापन हटेर जान्छ।

• सुख्खा छाला भएका व्यक्तिले पश्चिमपट्टिको कोठामा धेरै समय बस्नुहुँदैन। प्रायः पश्चिमतिर बहने हावा शुष्क हुन्छ। पश्चिम दिशामा धेरै समय बस्दा त्यसले नरमपन सोस्छ र छाला अझ बढी सुख्खा हुन्छ। जसको छाला तैलीय छ उनीहरूले पश्चिम दिशामा बनेको कोठामा बस्नु लाभदायक हुन्छ।

• वैशाख, जेठ, असार, साउन एवं भदौ महिनामा दक्षिण, दक्षिण-पूर्व वा दक्षिण-पश्चिम दिशामा बनेका कोठाको प्रयोग कम मात्रामा गर्नुपर्छ।

• यदि यसो गर्न असम्भव भए यी कोठाहरूको झ्यालढोकामा पर्दा हालिदिने। जसले गर्दा यी दिशाहरूबाट आउने सूर्यको अल्ट्राभाइलेट किरणले छालालाई कुनै नोक्सान पुर्‍याउन सक्दैन।

• आ□नो सुन्दरता बढाउन

सकिएको छैन तथा वास्तुशास्त्रका नियमहरू पनि पालना गर्न सकिएको छैन भने खानपानमा परिवर्तन गरेर पञ्चतत्त्वलाई सन्तुलित गर्न सकिन्छ।

• शरीरको वायुतत्त्वलाई सन्तुलिन गर्न बिहान खुला ठाउँमा घुमफिर गर्ने।

• गर्मी मौसममा जलतत्त्वको सन्तुलनका लागि दिनभरमा कम्तीमा ८ देखि १० गिलास पानी पिउनुका साथै पर्याप्त फलफूल सेवन गर्ने।

• चिसो मौसममा अग्नितत्त्वको सन्तुलन कायम राख्न रातो रंगका फल एवं तरकारी सेवन गर्नुपर्छ भने बिहानको कमलो घाम ताप्नुपर्छ।

– अरुणा भट्टराई

केही उपयोगी टिप्स

कुनै पनि कुराको समुचित फल लिन त्यसको औचित्य र महत्त्वको ज्ञान आवश्यक छ। त्यसरी नै विवाहित जीवनलाई सुखी र सन्तोषप्रद बनाउन कामशास्त्रको ज्ञान नितान्त आवश्यक हुन्छ। जसको सही उपयोग गरी जीवन आनन्दमय र रसयुक्त बनाउन सकिन्छ। बाह्य तवरबाट हेर्दा केही नदेखिए पनि गहिरिएर विचार गर्ने हो भने के स्पष्ट हुन्छ भने सहवासमा सन्तुष्ट रहने दम्पतीहरू गृहस्थीको गाडीलाई हाँसीखुसी चलाउँछन्, जबकि अतृप्त एवं यौन कुण्ठित दम्पतीहरू सम्पन्न भए पनि कलह र कुण्ठाले भरिएको निरस जीवन बिताउन बाध्य हुन्छन्।

• सम्भोग दिनहुँ नगरेर केही समयको अन्तरालमा गर्नु उचित हुन्छ। यसो गर्नाले यौनको विशेष सुखका साथै मानसिक शान्ति पनि प्राप्त हुन्छ।

• कति अन्तरालमा मैथुनरत हुनु उचित हुन्छ भन्ने कुरामा आफ्नो उमेर, अवस्था र अनुकूलताका आधारमा निर्णय गर्नुपर्छ। सम्भव भएसम्म संयमित, नियमपूर्ण एवं मर्यादित यौनसम्पर्कबाटै चरम यौनसुख प्राप्त गर्नुपर्छ।

• विशेषज्ञहरूका अनुसार युवावस्थामा ३-४ दिनमा एकपटक र ४० वर्ष कटेपछि ७ दिनमा एकपटक तथा ५० वर्षपछि एक महिनामा २-३ पटक सम्भोग गर्नु पर्याप्त हुन्छ।

• छिटो-छिटो तथा एकै समयमा धेरै पटक सहवास गर्नाले हानिकारक प्रभाव पर्छ। कमसेकम दुई संसर्गबीच २४ घण्टा फरक हुनैपर्छ तर नवदम्पती वा कुनै विशेष मधुर अवसरमा वा लामो समयपछिको संयोगमा अति मैथुनको स्थिति आउँछ भने केही दिनसम्म यस्तो संसर्गलाई स्वाभाविक मानिन्छ जसबाट चिन्तित बन्नुपर्दैन।

• धेरै जनासँग संसर्ग गर्ने स्त्री-पुरुषहरू रोगको सिकार हुन्छन्, उनीहरूको अंग शिथिल हुन्छ। यस्ताले छिट्टै मैथुनमा रुचि गुमाउँछन्, तसर्थ सुखी एवं सफल यौनजीवन बिताउन आफ्ना भावनाहरूमा अंकुश लगाउनु आवश्यक छ।

• यौनसम्पर्क गर्नुअघि स्त्री-पुरुष दुवैले मूत्र त्याग गर्नुपर्छ।

• श्रम र थकावटको बोझ लिएर सम्भोग गर्नुहुँदैन।

• भोक-प्यासग्रस्त पुरुषले सम्भोग गर्नुहुँदैन। यो स्वास्थ्यका दृष्टिले राम्रो हुँदैन। त्यसैगरी भरपेट भोजन (अतिभोजन) गरेर पनि सम्भोग गर्नुहुँदैन। रोगीहरूले पनि मैथुन क्रियाबाट टाढै बस्नु बेस हुन्छ।

• ज्यादै गरम वातावरणमा पनि सम्भोग गर्नु उचित मानिँदैन।

• सम्भोगपछि कमसेकम आधा घण्टासम्म पानी पिउनुहुँदैन। तुरुन्त पानी पिउनाले रुघा लाग्ने अथवा स्नायु दुर्बल हुने आशंका हुन्छ।

AUSTRALIA

vodafone

विश्वकप रोचक प्रसंग

ICC Cricket World Cup

नि:शुल्क ब्यूटिसियन ट्रेनिङ्ग

NGO को सहयोगमा विगत ९ वर्षदेखि संचालित नेपाल सरकारद्वारा स्वीकृत प्राप्त विदेशबाट तालिम लिएका वरिष्ठ ब्यूटिसियनहरुद्वारा अत्याधुनिक मेशिनहरुमा छोटो समयमा कोर्ष ग्यारेन्टीका साथ Basic, Diploma, Advance, Beautician Teacher Training, Hair dressing / Special Short कोर्षका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।

SLC दिएकालाई विशेष ग्राह्यता

नारायणगढ ०५६-५३२७५५, पोखरा: ०६१-६२२०९५, ITC प्रशिक्षण केन्द्र बनेपा ०११-६६०३७२, नयाँ बानेश्वर ४०४२६५२, डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, कोटेश्वर चोक २०८१६७०, कलंकी चोक: ४१५०२१८, ठमेल चोक ४१५०८००, गोंगबु चोक २०८११०९, चावहिल चोक ४४९३३६१, लगनखेल बसपार्क २१२२४४८

तालिम

- ❊ फोटोग्राफी
- ❊ भिडियोग्राफी
- ❊ कलरल्याब
- ❊ लेमिनेशन
- ❊ डिजिटल फोटोग्राफी
- ❊ डिजिटल भिडियोग्राफी

सम्पर्क:

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

२१९१०३७, ४२१६२९१

प्राइभेट टेष्ट/एस.एल.सी.

नि:शुल्क भर्ना

२०६४ का लागि

हाम्रा विशेषताहरु:

- विगत वर्षहरुमा उत्कृष्ट नतिजा ।
- विहान, दिउँसो र बेलुका तीनवटै समयमा पढाइ हुने ।
- अंग्रेजी, विज्ञान र गणित विषयलाई विशेष ग्राह्यता दिने ।
- अनुभवी शिक्षकद्धारा अध्यापन गराइने ।
- होस्टलको सुविधा ।

पाइथागोरस एकेडेमी फोन नं.: ४२६०६३२

अंग्रेजि

दुई महिना मै!

*Basic *Intermediate *Advanced

जान्दै नजान्ने हरुको लागी विशेष व्यवस्था

Free:Books, Cassets & Video-CDs

TOEFL, IELTS

Study in:

UK, USA, Australia

Free: Email & Internet

Computer:

Basic to Diploma

Member Of ECAN

Getway ☎ 4241870

Educational Consultancy P. Ltd

Bagbazar, KTM.

होटल तथा पर्यटन तालिम

- ★ Tour & Travel Mgmt
- ★ Tour Operation
- ★ Airlines & Travel (Amadeus, Abacus & Galileo)
- ★ Hotel Management
- ★ F & B Management
- ★ Cook ★ Front Office
- ★ Waiter ★ Bartender
- ★ Bakery ★ Housekeeping

SATS Course मा आधारित तालीम

Compare our quality with the others

सम्पर्क:- सांग्रीला पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्र

स्थापनाको आठौं वर्ष

नयाँ बानेश्वर चोक (अन्तराष्ट्रिय सभा केन्द्रको पानी ट्यांकीको पश्चिम)

✆ ४४७५११३/४४७२५५३

(विहान ७:०० देखि वेलुका ७:०० सम्म)

होटल तालीम

- ★Cook ★Waiter ★Bakery
- ★Housekeeping ★Front Office
- ★Bartender ★Hotel Mgmt
- ★F & B Mgmt ★Airlines Ticketing
- ★Tour & Travel Mgmt ★Care giver

International Air Fares & Ticketing with (International Certificate)

ओरिएण्टल हस्पिटालिटी (होटल) एण्ड टुरिजम ट्रेनिङ्ग सेन्टर प्रा. लि.

नयाँ बानेश्वर (एभरेष्ट होटलसंगै)

फोन नं: ४४९३८०१, २०८२७३१

(बिहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)

(शनिवार बिहान १०:०० देखि दिउसो २:०० सम्म)

होटल तालीम होटल खुम्जुङ्गमा

Cook-Indian, Chinese, Continental Waiter, Bar Man, Room Boy, House Keeping लगायत सम्पूर्ण होटल तालीममा भर्ना धमाधम लिईदैछ ।

हाम्रा विशेषताहरु

1. Cook Training गर्नेका लागि English तथा Waiter Training सित्तैमा
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