● वर्ष १४ ● अंक ३९ ● काठमाडौं, शुक्रबार, फागुन ९, २०६५ ... al Weekly ● Friday, Feb 20, 2009 ● पृष्ठ २४ ● मूल्य रु. ८/-

नेपालबाट सहयोगको आशा छ

विदुर खतिवडा/देहरादुन

कठोर अनुशासनमा बाँधिएको फौजी कपिल थापाले हृदयस्पर्शी गीत सुनाएर मानिसको मन जित्नसक्छ भन्ने राम्रो उदाहरण बनेका छन् । युद्धमैदानमा राइफल बोकेर विरोधीहरूलाई सखाप पार्न तयार रहने कपिल इन्डियन आइडलको चौथो संस्करणको उपाधि चुम्ने तरखरमा छन् । उत्कृष्ट तीनभित्र प्रवेश गर्न सफल कपिलको भोट बैंक बलियो भएकाले पनि प्रशान्त तामाङ पछि दोस्रो नेपालीभाषीका रूपमा उनले इन्डियन आइडलको ताज पहिरिने सम्भावना बढेको हो । सेनाको हातले बन्दुक बोक्न मात्र होइन, गिटार र हार्मोनियम पनि चलाउन सक्छ नि, साप्ताहिकसँगको कुराकानीमा कपिलले भने– 'सानैदेखि रहेको संगीतप्रतिको आकर्षण प्रस्फुटन हुने क्रममा मैले आज यो सफलता हासिल गरेको हुँ ।'

फौजी परिवारमा जन्मिएर उक्त परिवारको चाहनाविपरीत जानुहुँदैन भन्ने मान्यताका कारण संगीतप्रतिको आसक्ति सार्वजनिक गर्न नसकेका कपिलले अन्ततः मनभित्रको त्यो चाहना सधैं लुकाइरहन सकेनन् । हजुरबुबादेखि दाइहरूसम्म ठूलो परिवारका सबै पुरुष सदस्य फौजमा भएकाले पनि मस्तिष्कमा सानैदेखि फौजमा जानुपर्छ भन्ने दबाब थियो, कपिलले भने– 'संगीत र नृत्यमा अत्यधिक रुचि भएकाले लुकिछिपी यस प्रकारका गतिविधिमा सरिक हुन्थें, जसका सम्बन्धमा परिवार पूर्ण रूपमा अनभिज्ञ हुन्थ्यो ।'

लडाइँ हार्दैन गोरखाली

युद्धमैदानमा पुगेको गोरखाली लडाइ नजिती फर्कंदैन, प्रसिद्ध भारतीय दैनिक जागरणले लेखेको छ– 'कपिल पनि तिनै गोरखा जवान हुन्, जो संगीतको महायुद्धमा भिडिरहेका छन् र उनी यो युद्ध जितेरै फर्किनेछन् ।' तोर्षा सरकार र सौरभीसँग उत्कृष्टताका निम्ति भिडिरहेका देहरादूनका गोर्खाली कपिल थापा जस्तोसुकै परिस्थितिको सामना गरेर पनि अवश्य विजय हुने अखबारको विश्लेषण छ । आगामी मार्च १ तारिख उत्कृष्ट तीन प्रतियोगीमध्ये पहिलो, दोस्रो र तेस्रोको नाम सार्वजनिक गरिनेछ । बलिउड पार्श्वगायनमा जम्ने लक्ष्य लिएका कपिलले फौजी पेसालाई पनि निरन्तरता दिने बताएका छन् ।

नेपाली हुनुमा गर्व

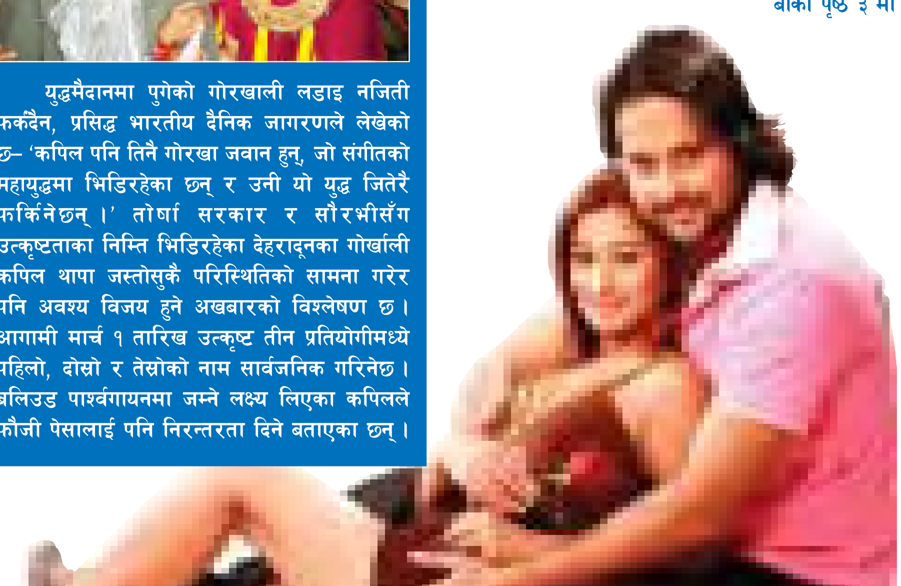
'जसो गर, जे गर जतासुकै लैजाऊ मलाइ, यो मन त मेरो मेरो नेपाली हो,' -यो गीत मलाई असाध्यै मन पर्छ, कुराकानीको पहिलो चरणमै कपिल थापाले भने– 'यो गीत सुन्ने हरेक नेपालीलाई यसको शब्दले टच गर्छ होइन ? त्यसैले म प्रायः यो गीत सुन्छु । विश्वभर छरिएका नेपालीलाई यो गीतले बाँध्न सक्ने उनको तर्क थियो । भूगोलले टाढा बनाए पनि दिलको कनेक्सनका कारण नेपालीहरू नजिक भएको कपिलले बताए । टाढा भए पनि गोर्खालीहरूमा नजिक हुनसक्ने खुबी छ, कपिलले दार्शनिक शैलीमा भने– 'तपाईंहरू त्यति टाढाबाट आउनुले पनि यसलाई पुष्टि गर्छ नि ।'

सानैदेखि गुनगुनाइरहने कपिलले सांगीतिक क्षेत्रमा यति ठूलो उपलब्धि हासिल गरेको देखेर उनको परिवार दंग छ । 'कान्छो छोराले यति ठुलो प्रगति गर्ला भन्ने सोचेकै थिइनँ,' आमा कलावतीले भनिन्– 'छोराका कारण यतिखेर हाम्रो देश-विदेशसम्म पहिचान बन्यो, खुशीको सीमा नै छैन ।'

इन्डियन आइडलको अडिसन राउन्डदेखि उत्कृष्ट तीन छनौटसम्मका सबै श्रृंखला नछुटाई हेरेकी आमा कलावती अब छोरो पक्का इन्डियन आइडल बन्छ भन्ने कुरामा विश्वस्त छिन् । आठ महिनापछि गत सोमबार देहरादूनस्थित रेल्वे स्टेसनमा आइपुगेका छोरालाई भेट्दा छचल्किएका आँसु पुछ्दै उनले भनिन्– 'अब तिमी मेरा लागि मात्र होइन, लाखौं मानिसका प्रिय भएका छौ, त्यसकारण तिम्रा हरेक पाइलाले अब सफलता पाउनेछन् ।' छोरालाई भेट्नेबित्तिकै ढाकाटोपी पहिऱ्याइदिएकी आमा कलावतीले छोराको गालामा म्वाइँसमेत खाइन् ।

उत्कृष्ट तीनभित्र पर्न सफल प्रतिस्पर्धीहरूको गृहनगरमा सांगीतिक कार्यक्रम गर्ने सोनीको पूर्वयोजनाबमोजिम देहरादूनका कपिल थापा यहाँ आइपुगेका थिए । रेल्वे स्टेसनमा कपिललाई देख्नेबित्तिकै उनको जितका निम्ति प्रशंसकहरूले नाराबाजी प्रारम्भ गरेका थिए । भीड बढ्न थालेपछि तत्कालै खुला जिपमा चढाइएका कपिलको पछाडी प्रशंसकहरूको जुलुस निस्किएको थियो । रेल्वे स्टेसनदेखि राजपुर रोडसम्मको

बाँकी पृष्ठ ३ मा



रमित र रेजिना

एउटा अर्को प्रणय जोडी

मध्यपृष्ठमा

साप्ताहिक

● क्यासेट ●

याद

गायक विष्णु सुवेदीका पप गीतहरूको संग्रह 'याद' श्रोतामाझ आएको छ। नौवटा गीत समावेश गरिएको यो संग्रहलाई सम्झना अडियोले बजारमा ल्याएको हो। संग्रहमा गायक सुवेदीका अतिरिक्त कृष्ण लिम्बूको शब्द तथा संगीत छ। संग्रहका गीतमा सपनाश्री, बेनुका राई, मोहित मुनाल तथा अराज केशवको पनि स्वर सुन्न सकिन्छ।

राइड

गायक सुन्दर भिकेटीका पप गीतहरूको संग्रह 'राइड' श्रोतामाझ आएको छ। म्युजिक डटकमले बजारमा ल्याएको यो संग्रहका गीतमा गायक सुन्दरका अतिरिक्त दिनेश श्रेष्ठ, किरण भिकेटी, निजन श्रेष्ठ, पिशान्त श्रेष्ठ, मनोज घिमिरे तथा राजेन्द्र गौतमको शब्द तथा संगीत छ।

मुहार

गायक रामहरि न्यौपानेले गाएका पप तथा आधुनिक गीतहरूको नयाँ संग्रह 'मुहार' श्रोतामाझ आएको छ। रियाज म्युजिकले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा आठवटा गीत सुन्न सकिन्छ। संग्रहका गीतहरू सुरेश अधिकारी, महेश खड्का, शिलाबहादुर मोक्तान तथा गायक न्यौपानले संगीतबद्ध गरेका छन्। बालकृष्ण खनालले संग्रहका सबै गीत रचना गरेका हुन्।

● ग्यालरी ●

▶▶दिनहुँ बढिरहेको लोडसेडिङले हाम्रो भविष्य कतै ढुंगे युगतर्फ फर्कने त होइन ? लोडसेडिङकै विषयवस्तु समेटेर विम्ब नेपालले सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा नाटक 'अधोगति' मञ्चन गर्‍यो। हरिश्चन्द्र के.सी.द्वारा निर्देशित उक्त नाटकमा मुरारी लामिछाने, शिशिर सुवेदी, अनुप खड्का, अमृत पौडेल, टंक चौलागाईं, रविनचन्द्र के.सी, शान्ता थापा, विनिता रेग्मी आदिले अभिनय गरेका थिए।

▶▶कलाकार जया शर्मा ललितकलाको नयाँ आयाम ग्राफिक कला अन्तर्गत डिजिटल कलाको प्रदर्शनी गर्दैछिन्। उनले सिर्जना गरेका एक दर्जन डिजिटल कलाको प्रदर्शनी भोलि शनिबार दिउँसो दुई बजेदेखि एक सातासम्म राजधानीको गणबहालस्थित अपार्टमेन्ट एट स्टुडियोमा हुँदैछ। अमेरिकाबाट ललितकलामा स्नातक गरी फर्किएका कलाकार कपिलमणि दीक्षितद्वारा सञ्चालन गरिएको उक्त आर्ट स्टुडियोको उद्घाटन पनि भोलि कलाकार शर्माको चित्रकला प्रदर्शनीको उद्घाटनसँगै हुनेछ। प्रदर्शनीको शीर्षक 'माइ न्यु वर्क्स' राखिएको छ।

▶▶रामेछापको सदरमुकाम मन्थलीको सौन्दर्य तथा रहनसहनसँग नजिक रहेर तयार पारिएका चित्रहरूको प्रदर्शनी बबरमहलस्थित नेपाल कला परिषद्मा आयोजना गरिएको छ। मन्थलीलाई चित्रमा उतार्ने काम अग्रज कलाकार विजय थापा तथा किरण मानन्धरले गरेका हुन्। गत पुस २३ गते मन्थलीमै बसेर अनुभव गरेको मन्थलीलाई उनीहरूले प्रत्यक्ष क्यानभासमा उतारेका हुन्। रामेछापस्थित जगदीश घिमिरे प्रतिष्ठानको प्रांगणबाट अघाउन्जेल नियालेको सौन्दर्यलाई कलाकार विजय तथा किरणले ब्रस तथा रंगको माध्यमबाट क्यानभासमा प्रस्तुत गरेका छन्, जसले मन्थलीको प्राकृतिक सौन्दर्य, ऐतिहासिक तथा सांस्कृतिक पक्षलाई प्रस्तुत गरेको छ। अमूर्त, अर्धमूर्त तथा वास्तविक शैलीमा कलाकारद्वयले मन्थलीलाई क्यानभासमा सजाएका छन्। रंगसंयोजनमा खप्पिस मानिएका दुवै कलाकारले मन्थलीलाई रंगीन तथा कलात्मक रूपमा १५-१५ वटा क्यानभासमा उतारेका छन्। गत शुक्रबार प्रारम्भ भएको प्रदर्शनी आज शुक्रबारसम्म जारी रहनेछ।

● रंगमञ्च ●

▶▶धरानस्थित युनाइटेड मल्टी आर्ट्सको प्रस्तुतिमा गत साता 'प्रोजेक्ट मुस्कान' शिर्षकको नाटक मञ्चन गरिएको छ। महिलाहरू किन वेश्या बन्छन् ? सडक बालबालिकाको स्थिती कस्तो छ ? मानिस किन गरिव बन्छ ? नाटकमा यीनै प्रश्नलाई कलाकारहरूले अभिनय मार्फत आकर्षक ढंगले चित्रण गरेका थिए। नाटकको अन्त्यमा निर्देशक प्रशान्त तामाङले सबैले एक-एक रुपैयाँ सहयोग गरे सबै पीडितको मुस्कान किन्न सकिने बताए। स्थानीय कलाकारहरूले नै अभिनय गरेको उक्त नाटकमा धरानकै कलाकार हर्षु राई, सपन श्रेष्ठ आदिले गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए।

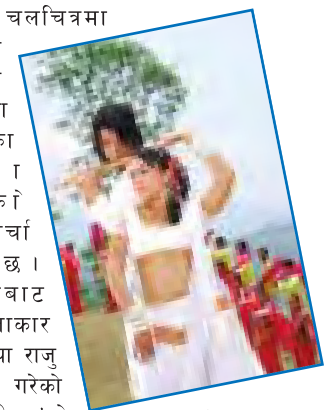
● पुस्तक ●

बीच बाटोमा ब्यूँझेर

कवि नवराज सुब्बाका ७६ वटा फुटकर कविताको संग्रह बीच 'बाटोमा ब्युँझेर' लाई मोर्डन बुक्सले प्रकाशित गरेको हो। कविता-संग्रहमा कवि सुब्बाले पछिल्लो एक दशकमा नेपाली समाजमा विकसित भएका राजनैतिक तथा सामाजिक परिवेशहरूलाई आफ्नो लेखनीको विषय बनाएका छन्। यो कृतिको मूल्य १ सय ५० रुपैयाँ छ।

● चलचित्र ●

सिलसिला



नेपाली चलचित्रमा पहिलो पटक देखिने नायक राज तिमिल्सिना तथा नायिका सोनिया केसीबीचको चुम्बनको चर्चा अहिले निकै छ। हास्यअभिनयबाट चिनिएका कलाकार सिपी पौडेल तथा राजु पाण्डेले निर्माण गरेको चलचित्र 'सिलसिला'को एउटा दृश्यमा राज र सोनियाबीचको अधरपान यसै साता हेर्न पाइनेछ। आज शुक्रबार सार्वजनिक हुने क्रममा रहे पनि गत बुधबार प्रजातन्त्र दिवसका अवसरमा यो चलचित्रको प्रदर्शन बिर्तामोड, दमक, धरान, राजविराज, जनकपुर, हेटौंडा, नारायणघाट, पोखरा, बुटवल, दाङ, सुर्खेतलगायत कुल १७ स्थानका चलचित्र भवनबाट प्रारम्भ भएको छ। बिदाका दिन दर्शक संख्या बढ्छ भन्ने लागेर चलचित्र चाँडै सार्वजनिक गरिएको पौडेलले बताए। राजेन्द्र उप्रेतीको निर्देशनमा 'फाइभ प्वाइन्ट वान सराउन्डिङ साउन्ड सिस्टम' प्रविधिबाट हेर्न पाइने चलचित्र 'सिलसिला' मा प्रेम र मित्रताको कथा उनिएको छ। जसमा विराज भट्ट, रेखा थापा, मिथिला शर्मा, राज तिमिल्सिना, सोनिया केसी, गोविन्द ढुंगाना, मञ्जु श्रेष्ठ, आरपी पन्त, सूरवीर पण्डित, सुशील पोखरेल आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्। नायिका रेखा थापाको दोहोरो भूमिका रहेको यो चलचित्रमा वसन्त थापाको संगीत, दीपक वान्तवाको छायाँङ्कन, हिमाल केसीको द्वन्द्व, वालदीप राईको निर्माण नियन्त्रण तथा शान्ता नेपालीको नृत्य निर्देशन छ।

दिल्ली-६

राकेश ओमप्रकाश मेहराद्वारा निर्देशित बलिउडको नयाँ चलचित्र 'दिल्ली-६' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि प्रारम्भ हुँदैछ। यो चलचित्रमा अभिषेक बच्चन, सोनम कपुर, अतुल कुलकर्णी, दिव्या दत्ता, ओम पुरी, ऋषि कपूर, वहिदा रहमान आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्।

चलचित्रमा भारतीय मूलका अमेरिकन युवक रोशन (अभिषेक) को कथा चित्रण गरिएको छ, जो पहिलो पटक भारत घुम्न आएका हुन्छन्। आफ्नी हजुरआमाले जीवनको अन्तिम दिन आफू जन्मिएकै ठाउँमा बिताउने निर्णय गरेपछि उनी भारत आएका हुन्छन्। पाश्चात्य जीवनशैलीमा अभ्यस्त रोशनलाई भारतको कला, संस्कृति तथा रहनसहनका बारेमा जानकारी हुँदैन। उनी भारतीय खाना पनि पहिलो पटक चाखिरहेका हुन्छन्। भारत आउनुअघि उनले हजुरआमाको अमेरिका छाड्ने निर्णय गलत भएको मानिरहेका थिए, तर भारत आइसकेपछि उनलाई आफू स्वयं गलत रहेको अनुभव हुन्छ। चलचित्रको कथाले त्यसबेला नयाँ मोड लिन्छ, जब उनलाई बिट्टु (सोनम) ले मन पराउन थाल्छिन्। रोशन पनि बिस्तारै बिट्टुप्रति आकर्षित हुन्छन्। चलचित्रको कथामा दिल्लीको एउटा भागको चित्रण गरिएकाले यो चलचित्रको शीर्षक नै दिल्ली-६ राखिएको निर्देशकको कथन छ। चलचित्रमा यो सहरलाई नै एउटा पात्रका रूपमा उतारिएको छ।

फायर्ड अप □

आज शुक्रबारदेखि हलिउडमा सार्वजनिक प्रदर्शनी प्रारम्भ हुने चलचित्र 'फायर्ड अप □' लाई कमेडी तथा टिन श्रेणीमा समावेश गरिएको छ। १ घण्टा ३४ मिनेट लामो यो चलचित्रमा निकोलस डि'अगस्टो, इरिक क्रिस्चियन ओल्सेन, साराहा रोमर, डेनिल ह्यारिस तथा निकोल टुबायलाले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। सोनी पिक्चर्सले विश्वव्यापी रूपमा प्रदर्शन गर्न लागेको यो चलचित्रको निर्देशन विल ग्लुकले गरेका हुन्। अमेरिकाको लस एञ्जलस तथा क्यालिफोर्नियामा छायांकन गरिएको यो चलचित्रमा विद्यालयमा अध्ययनरत टिन एजर्सहरूको कथा समेटिएको छ। समर सिजनमा आयोजना हुने फुटबल प्रतियोगिताका लागि चियर्स लिडर सुन्दरीहरू फुटबल खेलाडीहरूको क्याम्पमा प्रवेश गरेपछि उत्पन्न हुने परिस्थितिलाई चलचित्रमा आकर्षक ढंगले चित्रण गरिएको छ। चियर्स लिडर बनेकी नायिका तथा फुटबल खेलाडीबीचको प्रेमकथाले किशोरावस्थाको प्रेमलाई प्रतिनिधित्व गरेको छ।

तपाईंको यो साता

यो साताको पञ्चाङ्ग

फागुन ९ गते : अन्तर्राष्ट्रिय सामाजिक न्याय दिवस, विजया एकादशी, १० गते : विश्व मातृभाषा दिवस, १२ गते : महाशिवरात्री, राष्ट्रिय सेना दिवस, १४ गते : औंसी, १५ गते : ग्याल्पो ल्होसार।

मेष

काममा सफलता पाउन गाह्रो पर्ला। आलोचना एवं खर्चिलो यात्रा हुनसक्छ। आइतबारदेखि प्रसन्नता बढ्नेछ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। पराक्रमको गति तीव्र हुनुका साथै अध्ययनमा सफलता हात लाग्नेछ। आफन्तहरूबाट सहयोग प्राप्त होला।

मिथुन

रमाइलो यात्रा हुन सक्छ। भेटघाटमा रमाउने अवसर प्राप्त हुनेछ। व्यवसायमा लाभ मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग भए पनि आइतबारदेखि स्वास्थ्य गडबड हुने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्।

सिंह

गलत विचार बढ्न सक्छ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। अध्ययनमा अवरोध आउनेछ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। आइतबारदेखि परिश्रम गर्नुपरे पनि धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। व्यवसायमा सफलता पाउनुहोला। भेटघाटमा रमाउन पाइनेछ। खाँदा तथा बोल्दा विचार पुर्‍याउनुहोला।

तुला

बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा काम पूरा हुनुका साथै नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। व्यवसायमा प्राप्त हुने सफलता यथावत् रहनेछ। घरेलु समस्याले सताउन सक्छ। कुरा काट्नेदेखि सजग रहनुपर्ने बेला छ।

धनु

सुरुमा मान सम्मान मिल्नेछ। मन प्रसन्न रहला। काममा सफलता प्राप्त हुनेछ। व्यवसायबाट लाभ हात लाग्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अरूको मन सजिलै जित्न सकिनेछ। आफन्तहरूबाट सहयोग पाउनुहोला। बोल्दा विचार पुर्‍याउनुपर्ने बेला छ।

कुम्भ

धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। काममा सफलता पाउनुहोला। भाग्यले साथ दिनेछ। आफन्तहरूबाट सहयोग प्राप्त हुनेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। व्यवसायबाट लाभ हात लाग्नेछ। आइतबार र सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ। झूटा आरोप पनि लाग्न सक्छ।

वृष

स्वास्थ्य गडबड रहनाले मनोबल घट्न सक्छ। काममा सफलता पाउन गाह्रो पर्ला। नैराश्यता एवं उदासिनता बढ्नेछ। समयमा निर्णय हुन सक्नेछैन। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। मंगलबारदेखि मानसम्मान मिल्नेछ। व्यवसायमा लाभ एवं यात्रा हुने योग छ। अध्ययनमा सफलता पाउनुहोला। बोली प्रभावशाली हुनेछ।

कर्कट

काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। धन आर्जन हुन सक्छ। यात्रा फलदायी रहला। भेटघाटमा रमाउने अवसर मिले पनि मंगलबारदेखि स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। काम गर्दा संयम अपनाउनुहोला।

कन्या

घरेलु समस्याले सताउनेछ। मन दुविधाग्रस्त हुनसक्छ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। खर्च अलि बढी नै हुने देखिन्छ। मंगलबारदेखि परिश्रम गर्नुपरे पनि काममा सफलता मिल्नुका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला।

वृश्चिक

विवाददेखि परै रहनुहोला। घरेलु समस्याले पनि सताउन सक्छ। मन चञ्चल हुने हुँदा धैर्यता आवश्यक देखिन्छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। आइतबार तथा सोमबार पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने एवं नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता प्राप्त होला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ।

मकर

खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। चिन्ताले सताउन सक्छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। स्वास्थ्य गडबड हुन सक्छ। अरूको काम धेरै गर्नुपर्ला। जस पाउने सम्भावना छैन। आइतबार तथा सोमबार पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने एवं धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। व्यवसायमा सफलता पाउनुहोला। रमाइलो यात्रा हुनेछ।

मीन

मान-सम्मान मिल्नेछ। अरूबाट प्रशंसा पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। मंगलबारदेखि खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ। झूटा अरोप पनि लाग्न सक्छ।

नेपालबाट सहयोग....

पृष्ठ १ बाट जारी

करिब ५ किलोमिटर लामो सडक परिक्रमापछि होटल अजन्तामा पुऱ्याइएका कपिलले होटल परिसरमै परिवारका सबै सदस्य तथा साथीभाइलाई भेटेका थिए। त्यसलगत्तै उनको सडक परिक्रमा प्रारम्भ भएको थियो। दिलाराम चोकबाट सुरु भएको यो यात्रा मुख्यमन्त्री आवास क्षेत्र, गढी केन्ट हुँदै कपिलले अध्ययन गरेको विद्यालय गोरखा मिलिट्री स्कुल पुगेको थियो। गुरुजन तथा साथीहरूसँगको भेटघाटपछि उनलाई सहरका भित्री मार्ग हुँदै डिएभी स्कुलमा पुऱ्याइयो, जहाँ उनले विद्यार्थी सप्ताहको उद्घाटन गरेका थिए। मध्यान्हमा पत्रकार सम्मेलनमा समेत सहभागी भएका कपिलले साँझ ५ बजेपछि 'दुनके नाम एक शाम' शीर्षकमा स्थानिय रंगशाला आईटीबीपीमा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रममा विभिन्न लोकप्रिय गीत सुनाए।

गत वर्ष इन्डियन आइडलमा सहभागी गायिका चारु सेमवालका साथमा उनले नेपाली गीत 'च्याङ्वा ओए च्याङ्बा' गाए भने एकल गायनतर्फ 'सम्झना बिर्सना सलललल, झन्-झन् बढ्यो तिर्सना' गाएपछि उत्तेजित भएका दर्शकहरू वान्समोर भन्दै कराएका थिए। कन्सर्टमा कपिलले 'कुछकुछ होता है' को 'कोही मिल गया' देखि 'सुनो गौर से, हम जो चलने लगे, धुम..' आदि करिब एक दर्जन गीत गाएका थिए। कन्सर्टमा सेनाको एक टुकडीले गीत प्रस्तुत गरेर उनको स्वागत गरेको थियो। आयोजक सोनी इन्टरटेनमेन्ट च्यानलले कपिललाई होटलमा ल्याइपुऱ्याउँदा समेत रंगशालामा दर्शकहरू वान्समोर गरिरहेका थिए। कपिल राति १ बजे नयाँगाउँस्थित आ□नो घर पुगेका थिए।

कठिन मेहनत तथा ईश्वरको आशीर्वादका कारण यो सफलता पाएको बताउने कपिलले भोट गर्ने सबैप्रति जीवनभर आभारी रहने उल्लेख गरे। संगीतको औपचारिक शिक्षा नलिए पनि कडा स्व-अभ्यासका कारण उत्कृष्ट तीनसम्मको यात्रा सम्भव भएको उनले बताए। कपिलले भने– 'संगीत सिकेर आएका अन्य प्रतियोगीसँग प्रतिस्पर्धा गर्न गाह्रो भए पनि निर्णायकहरूको अपेक्षाअनुरूप खरो उत्रिन सफल भएकाले इन्डियन आइडल बन्नेमा विश्वस्त छु।' (हेर्नुहोस वार्ता पृष्ठ ५ मा)

पारिवारिक पृष्ठभूमि

पुर्ख्यौली थलो बैतडी बताए पनि आजसम्म नेपाल पाइला नटेकेका कपिलका पिता किसनसिंह थापा भारतमा बसे पनि आफ्नो पहिचान गोर्खाली भनेर दिन पाउँदा गर्व हुने बताउँछन्। 'हामी प्रवासी नेपाली हौं,' उनले भने– 'नेपाल र नेपालीप्रतिको माया सदैव छ, त्यसकारण भूगोलले छुट्याए पनि हाम्रो मन नेपाली नै छ।' किसनसिंहका हजुरबुबाले सन् १९३३ मा भारतीय गोर्खा फौजबाट अवकाश प्राप्त गरेका थिए। उनका अनुसार हजुरबुबा भारतीय सेनामा कार्यरत भएपछि थापा परिवार देहरादून सरेको हो। सन् १९६० मा भारतिय सेनाबाट अवकाश प्राप्त गरेका किसनसिंहका दुई भाइ छोरा पनि फौजमै भर्ना भए। किसनसिंहले पनि सन् १९९६ मा अवकाश पाए। किसनसिंहका तीन छोरा कुशल, केशव र कपिल क्रमशः सन् १९९८, २०००, २००३ मा भारतीय गोर्खा फौजमा संलग्न भएका थिए। 'हाम्रो त परिवार नै फौजी भएकाले हुनसक्छ, घरको वातावरण पनि फौजको जस्तै छ,' लामो जुगा मुसार्दै किसन सिंहले भने– 'परिवारका सबै सदस्य एक-अर्कालाई साथीभाइजस्तो मित्रवत् व्यवहार गर्छौं। कपिलकी आमा कलावती देहरादूनमै जन्मिएकी नेपालीभाषी भए पनि उनी पनि हालसम्म नेपाल पुगेकी छैनन्। दुई छोरा कुशल र केशवको विवाह गराइसकेका बाबु किसनसिंहले यसपटक कान्छो छोरा आउँदा विवाहको कुरासमेत उप्काइहाले, तर छोरा कपिलले अब मुम्बईबाट आफै बुहारी लिएर आउने जवाफ दिए। यद्यपि सांगीतिक क्यारियरमा भर्खरै उपलब्धि हासिल गर्ने बाटोतर्फ अग्रसर भएकाले तत्काल विवाहको सम्भावना नरहेको कपिलले साप्ताहिकलाई बताए। घरबाहिर निस्किएपछि हिन्दी बोल्नुपर्ने बाध्यता भए पनि यो परिवारले घरभित्र नेपाली भाषा नै प्रयोग गर्ने गरेको छ। बाबु किसनसिंहको पेन्सन र तीन छोराको संयुक्त कमाइका कारण कपिलको परिवारको आर्थिक स्थिति पनि मजबुत देखिन्छ। जीवनमा दुःखका दिन पनि थिए, तर अहिले त्यस्तो छैन, आमा कलावतीले भनिन्– 'भगवान्को कृपाले सबै छोराले फौजमा जागिर पाए, कान्छो छोराले यत्रो चर्चा कमायो, यहाँभन्दा के चाहियो ?'

बाबुलाई कुदाउने रहर

रिटायर भएर घर बसेका बाबुलाई केही समयअघि उनले टेलिफोनमा अब घर बसिरहनुपर्दैन, म तपाईंहरूलाई कुदाउँछु भनेका थिए। नभन्दै यतिखेर छोराको पक्षमा भोट गरिदिन उनका बाबु देहरादून महानगर मात्र होइन, ग्रामीण बस्तीहरूमा समेत (एउटा जम्बो टोली लिएर) कुदिरहेका छन्। दुखिरहेको घुडा देखाउँदै बाबु किसनसिंहले भने– 'यही क्रममा एउटा गम्भीर दुर्घटनामा समेत परेर खुट्टा दुखिरहेका छन्, तर छोरालाई जिताउने उत्साहमा यो पीडा पनि बिर्सिएको छु।' छोराले भनेको कुरा सम्झेर कुदिरहेको बताउने थापा आ□नो छोरो सोनु निगमजस्तै चर्चित भएको हेर्न चाहन्छन्।

भोटिङको लहर

प्रशान्त तामाङको पक्षमा सिक्किम र दार्जीलिङमा जसरी लहर सिर्जना गरिएको थियो, त्यस्तो नभए पनि देहरादूनमा बस्ने ८ लाख नेपालीले उनलाई माया गरिरहेको स्थानिय नेपाली पत्रकार तरुण गुरुङले बताए।

युवतीहरूमा कपिल क्रेज

'तिमीलाई भेट्न मैले आज कलेज बंक गरें नि,' अजन्ता होटलमा कपिललाई भेट्न आइपुगेकी सेफाली प्रधानले भन्नेबित्तिकै कपिलले परैबाट जवाफ फर्काए– 'सेफाली, मेरो तस्बिर अखबवारमा हेऱ्यौ ?' कपिल देहरादून आउँदैछन् भन्ने कुरा सुनेर उत्साहित यहाँका युवतीहरूले उनको सडक परिक्रमामा पनि उत्साहबर्धक सहभागिता जनाए। कपिलसँग हात मिलाउन चाहनेहरूको संख्या उल्लेख्य देखियो, स्थानीय एक पत्रकारले भने– 'युवतीहरूमा ह्यान्डसम कपिलप्रतिको क्रेजको यो राम्रो उदाहरण हो।'

अर्जेन्ट आवश्यकता
NGOबाट विगत ५ वर्षदेखि सञ्चालित विश्वको प्रख्यात बहुराष्ट्रिय कम्पनीसंग आवद्ध संस्थालाई कर्मचारीहरुको आवश्यकता।पार्टटाइम, फुलटाईम जबको व्यवस्था।
तलब– ९०००+गाडीभाडा
संख्या: १० महिला ७ पुरुष
योग्यता: साधरण लेखपढ, Test, SLC +2 Basic internet जानेका
सम्पर्क: २०७२५४५, ९८४१४९३०२६, चाबहिल
नोट: गृहणी, विद्यार्थीले पनि गर्न मिल्ने। शनिबार पनि अफिस खुल्ला रहनेछ।

उद्घोषण के हो ? एक कला ? मर्यादा ? पेशा ? समग्रमा सिक्नै पर्ने विषय ! त्यसैले नेपालको एकमात्र अत्याधुनिक Studio को Audio/Visual उपकरणमा Professional Course RJ/MC का हरेक कक्षा Most Demanded प्रशिक्षक हेम सुवेदी संग VJ/MC का हरेक कक्षा नरेश भट्टराई संग र News Reporting & Reading का हरेक कक्षाहरु विजय पौडेल र श्रीराम पौडेल द्वारा दिइने एकमात्र प्रशिक्षण केन्द्र साथै मिडिया मार्केटिङ र टेक्निसियनका विशिष्ट कक्षाका लागि
कृपया कर्के नभुलिनुहोला
Boom Media
Baghbazar, Ktm., Nepal
01-4260125
Hurry up ! Call Now or Never......

होटल तालिम विशेष छुटमा 2003 मा स्थापित
नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त, पाँचतारेको प्रशिक्षक
Worldwide valid Certificate
UK, Australla, Canada, Europen देशमा Student Visa मा जानेलाई Job Replacement Airport pick up, Part time & Full time job को लागि SPECIAL CLASS चैरहेछ। तु सम्पर्क गर्नुहोस्
COOK (1, 2, 3, 6 month), WAITER (1, 2, 3 month) Barman, Bakery, Tandoori, Salesman, Receptionst, House Keeping, Diploma in Hotel Mgmt., F & B Mgmt., Coffee, Juice maker, Roomboy, Bellboy, House Wiring, Plumber etc.
- FREE WAITER/ ENGLISH LANG.
- Industrial Training Star Hotel मा पठाइने
- FIVE STAR STANDARD RESTAURANT
- Student Visa, Work Permit, PR, DV lottery
Student Visa मा जानेलाई Special Discount
रयाडीसन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर — 4247165, 2200889, 9841-891131
साहारा होटल तालिम सेन्टर — नयाँ बानेश्वर — 2040782, 016200757, 98510-93629
रयाडीसन होटल तालिम सेन्टर — 4464720, 9841-891131, 98510-93629

+2/SLC १ वर्षमै
- १ वर्षमै + २ पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
- Maths/Science नपढी पाँच विषय मात्र पढेर SLC पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
- SLC/ +2 मा ५ वटा विषय पढे पुग्ने।
- जागीरे/ गृहिणीहरुले घरमै बसी पढ्न सक्ने।
- TU/HSEB/KU तथा विश्वभर मान्यताप्राप्त।
- Nepali/English भाषामा परीक्षा दिन सकिने।
Commerce, Arts, Science
पाथ-फाईन्डर ग्लोवल एजुकेशन
पुतलीसडक चोक, काठमाडौ 2005077, 9803003585

सौन्दर्यका सामान
Height बढाउने (Yoko Japanese) - 1250/-
मोटोपन घटाउने (Sauna Belt) - 1999/-
अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit) - 1299/-
स्तन बढाउने वा घटाउने Cream - 1299/-
डण्डीफोर हटाउने (Face Pack) - 1500/-
धुम्रपान जाँड रक्सी छुटाउने - 1500/-
Body Slim Cream मा Sauna Belt फ्रि -3000/-
कपाल नझर्ने वा उमार्ने तेल - 750/-
Free Home Delivery / 100% Guaranteed
Worldwide Shopping Centre
Newbaneshwor
(शंखमुल मार्ग, तयारी पोशाक संघको अगाडी)
Ph. 2290871, Mob. 9841506134

पालो तपाईको ....!
के तपाई SLC पास भएर पढाई छोडी निरास हुनु भएको छ ?
अब पीर नमान्नुहोस
Private I.A. I.Com सजिलै पास गरौं
साथै: Private Test/SLC 2066, १ वर्षे +2, Science, Math नदिई SLC मा पनि नयाँ भर्ना खुल्यो।
SANDRA OPEN SCHOOL
Sorakhutte 4361712, 2160393 | नयाँ बानेश्वर 9841035814

● सम्पादकीय ●

नेकपा एमालेको नयाँ बाटो

नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एकीकृत मार्क्सवादी-लेनिनवादी) को आठौं महाधिवेशन बुटवलमा भैरहेको छ। संविधानसभाको निर्वाचनमा अप्रत्यासित पराजय बेहोरेको नेकपा एमालेका लागि आठौं महाधिवेशन ऊर्जाको नयाँ स्रोत बन्ने कुरा नेताहरूले बताउँदै आएका छन्। भोलि फागुन १० गतेसम्म चल्ने उक्त महाधिवेशनले नेकपा एमालेलाई कति ऊर्जा दिन्छ त्यसको विश्लेषण आगामी दिनमा नेकपा एमालेका गतिविधिहरूले नै गर्नेछ। अहिलेका लागि नेकपा माओवादीसँग सत्ता साझेदारी गर्ने वा नगर्ने भन्ने विषयले नै नेकपा एमालेको भविष्य निर्धारण गर्ने अनुमान गर्न सकिन्छ। एमालेभित्र अहिले स्पष्ट रूपमा दुई धार देखा परेको छ। पहिलो धारले माओवादीसँग सत्ता साझेदारी गरिरहेको छ भने अर्को धार त्यसको विरोधमा उभिएको छ। यी दुई विपरीत धारबीच रहेको अन्तर्द्वन्द्वलाई बुटवल महाधिवेशनले तार्किक निष्कर्षमा पुर्‍याउने अनुमान गर्न सकिन्छ।

नाममा कम्युनिस्ट आवरण ओढेर पनि नेकपा एमाले कतिपय मुद्दामा प्रजातान्त्रिक राजनैतिक दलभन्दा बढी लोकतन्त्रवादी छ। सशस्त्र क्रान्तिद्वारा नै सत्ता कब्जा गर्न सकिन्छ भन्ने उद्घोषका साथ स्थापना भएको नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी दर्जनौं चिरामा विभक्त भएका बेला तत्कालीन मार्क्सवादी र मार्क्सवादी-लेनिनवादी कम्युनिस्ट पार्टीबीच एकीकरण भै अस्तित्वमा आएको नेकपा एमालेले त्यसपछि गरेको राजनैतिक यात्रा कुनै पनि लोकतन्त्रवादी र जनताको मतमा विश्वास गर्ने राजनैतिक दलका लागिसमेत अनुकरणीय छ। मतदानमार्फत जनताबाट अनुमोदित भएर पनि कम्युनिस्टहरू सत्तामा पुग्न सक्छन् भन्ने उदाहरण प्रस्तुत गरिसकेको नेकपा एमाले संविधानसभाको निर्वाचनमा बेहोर्नुपरेको अकल्पनीय पराजयका बाबजुद पनि लोकतन्त्रको पक्षमा अडिग रहनुले नेपालमा लोकतन्त्रको भविष्य उज्ज्वल रहेकोतर्फ संकेत गर्छ।

अहिले बुटवल महाधिवेशनबाट नेकपा एमालेले आफ्ना लागि कुन बाटो रोज्छ, त्यसले समग्र नेपालको राजनैतिक भविष्यलाई प्रभावित गर्नेछ। नेकपा माओवादीसँग सत्ता साझेदारी गरिरहेको नेकपा एमालेका लागि बुटवल महाधिवेशनले निर्धारण गर्ने बाटो यसकारण पनि नेपाली राजनीतिका लागि महत्त्वपूर्ण हुनेछ कि नेपालको भावी संविधान कसरी लेखिनेछ ? तसर्थ नेकपा एमालेका नेता तथा कार्यकर्ता दुवैले बुटवल महाधिवेशनलाई नेपाल र नेपाली जनताको भविष्यसँग गाँसेर हेरेका छन् भने त्यसलाई अतिशयोक्ति भन्न मिल्दैन।

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

● चिठीपत्र ●

हाम्रो नेपालमा

अचम्म छन् नेपाली जनता फोहोरी राजनीति
जाल, प्रपञ्च, स्वार्थपन र षड्यन्त्र नै कति
विश्वास छैन कुनै दलका नेताहरूको यहाँ
भत्ता खाई लठ्ठिएका छन् सिंहदरबारमा
आफ्नै चाल आफ्नै गति राम्रो छैन मति
जनतालाई सधैंभरि कस्तो आपत्ति
अति मीठा कुरा गर्थे निर्वाचनताका
कति चाँडै लोकतान्त्रिक भै रूपान्तरित भाका ?
कसरी जालान् जनताका सामु फेरि नाम-रूप फेरी ?
जनताले नि के जवाफ देलान् यिनका कर्तुत हेरी ?
न सुध्रिए माओवादी, न सुध्रिए भ्रष्ट,
न सुध्रिए संसदवादी, न कोही नै छन् प्रस्ट ?
हट्दैन अब यस्तो चालले आतंक ज्यादती
दोष मात्र थोपरेर बस्छौ अब कति ?
जनतालाई कसैप्रति लाग्नै छाड्यो भर
बेपत्ता छन् कति मान्छे, कोही विस्थापित घर
लोकतन्त्रको नाउँमा अरू विकृति बढ्दैछन्
के बन्ला र संविधान दलहरू डग्दैछन्
जनतालाई शंकैशंका के होला राजनीति ?
कहिले बन्ला संविधान कस्तो होला नीति ?
च्याउ उम्रिएझैं पार्टी जन्मे लोकतन्त्रको नाउँमा
तिनकै माग पूरा गर्न वार्ता ठाउँ-ठाउँमा
जे भए नि अन्त्य भएन, चोर, डकैती घुस्सा
गणतन्त्र नै बन्ने भयो हात्ती आयो, हात्ती आयो– फुस्सा।

– वासुदेव देवकोटा, मुचोक ४, साउने, गोरखा

स्वार्थसिद्धिका लागि

जनता त्यो नाम हो जसलाई आफ्नो स्वार्थसिद्धिका लागि नेताहरूले जहाँ पनि जसरी पनि प्रयोग गर्छन्। यही नाममा बुर्कुसी मारेर यही नामलाई हाँक्दै आफ्नो सम्मोहनको जालमा पार्छन्। तिनको सम्पूर्ण चेतनालाई यसरी वशमा पार्छन् कि आफ्नो खुट्टामा आफैंले बन्चरो हान्न पनि यो जनता नाम तम्तयार हुन्छ। अचम्मको कुरा के छ भने उनीहरू चार आनाको प्रलोभनमा परेर दूरदृष्टि गुमाउँदै बाह्रआना मासिँदै गएको चाल पाएर पनि बत्तीका पुतलीसरह तिनको स्वार्थाग्निमा होमिन तयार हुन्छन्। विवेकहीनताको सिकार हुँदै आफ्नो क्षमतामाथि आफैंले कुठाराघात गर्छन्। यसरी क्षणिक प्राप्तिका लागि पुस्तौंपुस्ताको सपना चकनाचुर बनाइदिन सक्छ यो जनता नाम। मरेपछि डुमै राजा चरितार्थ भएको छ आज तर आफ्नो सपना साकार हुन नसक्दाको पीडा बहन गरिरहेको जनतालाई गरिखान होइन लुटिखान र मारिखान सिकाइँदैछ।

अन्धो लोग्नेको सहारा बन्नुको सट्टा सतिधर्मको नाममा गान्धारीले आँखामा पट्टी बाँध्ने मुर्खता गरेको स्थिति आजको यथार्थ हो। जबकि कोही आफूलाई गान्धारी मान्न तयार छैन। ठूला स्वर र मुड्के बलले सुर्‍याएको भरमा आफूलाई महान् मान्ने यो जनता समूह दिनहुँ बिचरा बन्दै गएको चालै नपाई मपाईंमै रमिरहेको छ । तिनलाई यति पनि हेक्का छैन कि राज्य नभए केको जनता, यस्ता जनतालाई त विना मेहनत सुकेको पातलाई सरह सजिलै नेताहरूले फेरि नभेटिने गरी, नदेखिने गरी हुत्याउने जाल रच्छन्।

आफ्ना सन्तानलाई साँचेर जनताका सन्तानलाई हरतरहले उपयोग गर्ने यी नेताहरूसँग यी जनता किन समान व्यवहारको अपेक्षा राख्दैनन् ? यसको एउटै जवाफ छ कि आजका जनता अन्धा, बहिरा, लाटा र सुधा सबै भैसकेका छन्। एउटा यस्तो राक्षसले दिनदिनै एकोहोराइरहेको छ जो कसैको हुन सक्दैन, जो आफ्नो स्वार्थका लागि तन्मयताका साथ लागेको छ। यदि यसो नभएको भए जुनसुकै वा जस्तोसुकै स्थिति आइपरेपनि पूर्ण क्षमताका साथ प्रलय ल्याउनसक्ने जनता यसरी आफ्नै विध्वंसमा लागिपर्ने थिएनन्। आफ्नो राष्ट्र सङ्कटमा परेको बेला, टुक्राटुक्रामा छियाछिया भएको बेला, आँसुको सट्टामा रगत बग्न लागेको बेला, यो तपोभूमिमा स्वयं पशुपति रोएको बेलामा आफ्नो अस्तित्वको रक्षार्थ यी सबैको रक्षा गर्न पनि हुँकार गुञ्जिएर नकारात्मक प्रवृत्तिलाई थर्कमान गराउनुपर्ने हो, तर त्यसो हुन सकिरहेको छैन। यसको पनि एउटै कारण छ, त्यो हो– जनतासँग भएको सम्पूर्ण सामर्थ्यलाई यिनै नेताहरूले लकवा मारिदिएका छन् अथवा अल्छे बनाइदिएका छन्। अब त पातमाथिको जिन्दगीमा जिउँदैछन् जनता, जसलाई कुन आँधीले कति खेर कहाँ लगेर फ्याँकिदिने हो थाहा छैन।

–गा□ा सुवेदी

● तीतो सत्य ●

कठोर संघर्ष गर्न सक्ने मानिस नै प्रकाशमा आउँछ।

सीधा गोडाले सिंढी चढिँदैन घुँडा खुम्च्याउनैपर्छ।

शालिग्राम पत्थर, धादिङ

उच्च चरित्र भएकी पत्नी कसले पाउन सक्छ ? तिनी मुगा-मोतीभन्दा पनि बढी मूल्यवान् हुन्छिन्।

झगडिया श्रीमती वर्षाको दिनमा एकोहोरो तपतप चुहने झरीजस्तै हुन्।

तुलसी पोखरेल, विराटनगर

जसरी संसारका कुनै पनि मानिसको अनुहार मिल्दैन त्यसरीगरी उनीहरूका इच्छा, आकांक्षा अनि विचार पनि फरक-फरक हुन्छन्।

जो अरूको असफलता अनि बिपत्तिमा रमाउँछन् तिनीहरू पापी हुन्।

संसारमा राम्रो सल्लाह दिने मानिस कम हुन्छन् तर खुट्टा तान्ने मानिस प्रशस्त भेटिन्छन्।

नारायण कुँवर, गुल्मी

भविष्य ज्योतिषीले होइन, आफ्नै वर्तमानले बताउँछ।

सुखले होइन, दुःखले नै साथीको महत्त्व बढाउँछ।

दीपक गोतामे, स्याङ्जा

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

–सम्पादक

● सहर चर्चा ●

फोटो पत्रकारलाई क्रिकेट एवार्ड

क्रिकेटको सर्वोच्च संस्था आईसीसीको एसियन फोटो अफ दि एयर-२००७ बाट सम्मानित फोटो पत्रकार सुदर्शन रञ्जितलाई गत साता पोखरामा उक्त सम्मान प्रदान गरिएको छ। एसीसीका विकास विभागीय अधिकृत बन्दुला वर्नपुरा तथा नेपाल क्रिकेट संघका अध्यक्ष विनयराज पाण्डेले उक्त सम्मान प्रदान गरेका थिए। उत्कृष्ट घोषणा गरेको झन्डै एक वर्षपछि पोखरामै उनले सम्मान पाएका हुन्। उनको तस्बिर ग्लोबल छनौटमा समेत परेको थियो। एसियन स्तरको क्रिकेटमा उत्कृष्ट तस्बिरबापत यस्तो सम्मान प्राप्त गर्ने रञ्जित पहिलो नेपाली हुन्। ४९ वटा देशका १ सय ६२ तस्बिरमध्ये रञ्जितको तस्बिर उत्कृष्ट भएको हो। उनले पोखरा रंगशालामा अन्नपूर्ण हिमश्रृंखलाको फेदीमा ढुङ्गे क्रिकेट मैदानमा अभ्यास गरिहेको तस्बिर खिचेका थिए। रञ्जित पोखरामा रहेर खेलकुद फोटोपत्रकारिता गर्दै आएका छन्। उनी साप्ताहिकका सहयोगी फोटोग्राफर पनि हुन्।

लजिनाको रंग

साथीहरूको लहैलहैमा लजिना गुरुङ मोडलिङको संसारमा पुगिन्। मिस टिन पोखरा-२००८ मा सहभागी भएपछि रामबजार पोखराकी १९ वर्षीया लजिनालाई यो क्षेत्रले लोभ्यायो। उक्त प्रतियोगितामा उनले बेस्ट ड्रेसको टाइटल जितिन्। त्यसपछि उनलाई विभिन्न फेसन सो र एडमा मोडलिङका लागि अफर आउन थाल्यो। ५ फिट ६ इन्च अग्ली लजिनालाई ब्युटी कन्टेस्टहरूमा सहभागी भएर प्रतिभा देखाउन पाउँदा खुसी लाग्छ। साथी बनाउने तथा नयाँ ठाउँको भ्रमण एवं नृत्य मन पराउने लजिना कम बोल्छिन्। उनलाई पुरुषको नरम बोली र आकर्षक व्यक्तित्वले छिट्टै प्रभावित तुल्याउँछ। फुर्सद मिल्यो भने उनी अनलाइन च्याटिङ र विभिन्न सोसल साइटहरूमा घन्टौं बिताउँछन्। धनकुटाको भेडेटार उनलाई सबैभन्दा मनपर्ने ठाउँ हो। स्नातक तहको अध्ययनमा व्यस्त लजिनाले बाँकी रहेको समय मोडलिङलाई दिएकी छिन्। प्रायः जिन्स र पाइन्टमा ठाँटिएर हिंड्न मन पराउने गुरुङ मोडलिङमा ग्ल्यामर आवश्यक मान्छिन्। लजिनाका आकर्षक तस्बिरहरू सारासंसार डटकममा हेर्न सकिन्छ।

● साइबर गर्ल ●

● मुखाले ●

भारतले एक इन्च पनि नेपाली भूमि मिच्न पाउँदैन।

–उपेन्द्र यादव, परराष्ट्रमन्त्री

सुध्रेर आए भने प्रचण्डलाई मेरो पार्टीमा स्वागत छ।

–मातृका यादव

सरकार चलाउन बन्दुक चलाउनुजस्तो सजिलो छैन भन्ने कुरा नेकपा माओवादीले प्रमाणित गर्‍यो।

–सुशील कोइराला

हाम्रो नेतृत्वमा रहेको सरकार गिराउन अवसरवादी कुतत्व लागिपरेका छन्।

–पुष्पकमल दाहाल, प्रधानमन्त्री

माओवादीले धम्की र त्रासको भरमा एकदलीय शासन लाद्ने प्रयास गरिरहेको छ।

–शेरबहादुर देउवा

सरकारमा गएपछि माओवादीप्रति जनताको विश्वास घटेको छ।

–सीपी गजुरेल

कुनै पनि सेना सेनापतिको सनकमा चल्न सक्दैन।

–रुक्माङ्गद कटुवाल

फोर्स गठन गर्न मलाई गाह्रो छैन।

–बुद्धिमान तामाङ, नेता, राप्रपा

शक्तिमा आइसकेपछि माओवादीहरू सेनाबाहेक अरू कुनै कुरा गर्दैनन्, किन ? यो रहस्यको विषय हो।

–प्रा. मोहम्मद हजबुल्ला, सदस्य, सेना समायोजन विशेष समिति

भगवान्ले कोही जुराइदिए। संसारमा प्रेम नै सबैभन्दा ठूलो कुरा हो, बाँकी सबै बेकार।

–मनीषा कोइराला

अब इन्डियन आइडल बन्नेमा ढुक्क छु

' इन्डियन आइडल बन्नेमा म ढुक्क छु, मेरा दुई प्रतिस्पर्धी महिला साथीहरु क्षमतावान भए पनि नम्बर वान मै हुँ जस्तो लाग्छ। मलाई तपाईंहरुको माया चाहिएको छ, नेपालमा बस्ने नेपालीहरुले भोट गरिदिनुभयो भने म सहजै इन्डियन आइडल बन्छु। अर्को कुरा, मलाई भोट गरिरहनुभएकाहरु सबैका लागि पनि अब म इन्डियन आइडल बन्नुपर्छ। '

एकाएक सेलिब्रेटी बन्दा कस्तो अनुभव भैरहेको छ ?

खुसी छ, फौजीका रुपमा चिनिएकोमा अहिले सिंगर फौजी भाइ भएको छु। इन्डियन आइडलमा सहभागी हुनुअघि आमगोर्खाली जस्तै फौजमा काम गर्ने र जीवन बिताउने सोचमा थिएँ, तर अब थुप्रै दायित्व थपिएका छन्। पहिले म बिदामा घर आउँदा रेल्वे स्टेसनमा उत्रिएर झोला काँधमा हालेर सहर घुम्दै घर पुग्थें, अहिले त्यसो गर्न नपाए पनि थोरै मानिसले मात्र चिन्ने कपिल थापालाई अहिले सबैले चिन्दा दंग छु।

इन्डियन आइडल बन्नेमा कत्तिको विश्वस्त हुनुहुन्छ ?

अब इन्डियन आइडल बन्नेमा म ढुक्क छु, मेरा दुई प्रतिस्पर्धी महिला साथीहरू क्षमतावान भए पनि नम्बर वान मै हुँ जस्तो लाग्छ। मलाई तपाईंहरूको माया चाहिएको छ, नेपालमा बस्ने नेपालीहरूले भोट गरिदिनुभयो भने म सहजै इन्डियन आइडल बन्छु। अर्को कुरा, मलाई भोट गरिरहनुभएकाहरू सबैका लागि पनि अब म इन्डियन आइडल बन्नुपर्छ।

यति उपलब्धि प्राप्त होलाजस्तो लागेको थियो ?

थिएन, संगीतमा रुचि भए पनि परिवारले फौजी बनोस् भन्ने चाहना राखेकाले फौजमै गएँ, तर गत वर्ष सिक्किममा सम्पन्न ब्यान्ड प्रतिस्पर्धामा हाम्रो अर्केस्ट्रा ब्यान्ड सर्वोत्कृष्ट भएपछि भने मभित्रको संगीतमोह फेरि जागेर आयो। दुई पटकको ब्यान्ड प्रतियोगितामा मैले नै उत्कृष्ट गायकको पुरस्कार पाएँ। प्रहरीमा कार्यरत नेपाली प्रशान्त तामाङ इन्डियन आइडल बनेपछि उनीबाटै प्रभावित भएर मैले इन्डियन आइडलको अडिसन राउन्डमा सहभागिता जनाएँ। त्यसपछि कडा मेहनतका कारण उपलब्धि हासिल गर्दै गएको छु।

यो वर्ष पनि गोर्खाली नै इन्डियन आइडल बन्दा कस्तो सन्देश जाला त ?

जहाँ रहे पनि नेपालीहरुमा एकताको भावना रहेछ भन्ने प्रस्ट भैसकेको छ। एकताकै कारण गत वर्ष प्रशान्त इन्डियन आइडल बने। यसपटक मलाई पनि सबैले सहयोग गर्नुभएको छ, त्यसकारण गोर्खाली इन्डियन आइडल बन्दा अब कुनै आश्चर्य हुँदैन। जहाँसम्म गायकीको कुरा छ, कार्यक्रमका निर्णायक तथा टेलिभिजन हेर्ने जनताले पनि उत्कृष्ट गायकको कदर गर्छन्। म इन्डियन आइडलको उपाधि डिजर्भ गर्न सक्छु। अब नेपालीहरूको पहिचान उठ्ने क्रममा छ भन्ने सन्देश फैलिएको छ, यो राम्रो कुरा पनि हो।

कस्तो पहिचान ?

नेपाली वा गोर्खाली भन्नेबित्तिकै चौकीदार, बहादुर कान्छा भन्ने पुरानो मान्यतामा परिवर्तन आएको छ, अब हामी आमभारतीयजस्तै विभिन्न क्षेत्रमा माथिल्लो तहमा रहेर आफ्नो प्रतिभा देखाउन सक्छौं भन्ने सबैले थाहा पाउँदै गएका छन्।

सेनाको सपोर्ट कस्तो रह्यो ?

मैले सन् २००७ मा भएको सेनाकै एक कार्यक्रममा सहभागिता जनाएको थिएँ, त्यहाँ कर्नलसा'बहरूले मेरो गायकीको प्रशंसा गर्नुभयो। अहिले सम्पूर्ण भारतीय फौजले मलाई सपोर्ट गरिरहेको छ, त्यसकारण पनि यो उपलब्धिमा फौजको ठूलो भूमिका छ। कर्नलसा'बले मलाई इन्डियन आइडलमा जान प्रोत्साहन पनि गर्नुभएको थियो तर अडिसन राउन्डमा केही समस्या भएको थियो।

कस्तो समस्या ?

म फौजी भएकाले प्रतियोगितामा सामेल गराउने कि नगराउने भन्ने थियो। गाला राउन्डमा आइसकेपछि एकपटक म रेजिमेन्ट फर्कने तयारीमा पुगिसकेको थिएँ, पछि कुरा मिल्यो। खासगरी अनु मलिकले फौजमा रहे पनि तिम्रो गला राम्रो रहेछ, मेहनत गर, सफलता पाउँछौ भनेर त्यसबेला दिएको सल्लाह मेरा निम्ति प्रेरणा बन्यो। मेरो मनमा रहेको संगीतप्रतिको चाहनालाई कसैले अवरोध नगर्नु नै यो यात्राका निम्ति सहायक बनेको छ।

लामो समयपछि देहरादून आउँदा कस्तो अनुभव भयो ?

स्टेसनमा भव्य स्वागत भयो, मलाई त सबै सपनाजस्तो लाग्यो। ढाकाटोपी लगाइदिए, नगरा बजाएर, गाडीमा राखेर फूलमाला लगाइदिँदा म आफैं छक्क परिरहेको थिएँ। अक्सर चुनाव जितेका नेताको विजय जुलुस यस्तो हुन्थ्यो। मेरा अग्रजहरूले गोर्खालीको इज्जत बढाएकोमा तिमीलाई धन्यवाद भन्दा असाध्यै खुसी महसुस गरें।

संगीत नसिकेको व्यक्ति कसरी इन्डियन आइडल डिजर्भ गर्ला त ?

मैले संगीत नसिके पनि मेरो शरीरमा संगीत मात्र छ, विगत छ महिनायता मेरो गायकीमा धेरै सुधार आएको छ। गुरुहरूले धेरै कुरा सिकाउनुभएको छ। मैले पनि एकदमै कडा मेहनत गरेको छु। संगीत सिक्ने चाहना धेरै छ, त्यसकारण अब संगीत सिक्न चाहन्छु तर मेरो गायकी जनतालाई मन परेको छ, निर्णायकहरूलाई मन परेको छ, त्यस आधारमा पनि इन्डियन आइडललाई म डिजर्भ गर्न सक्छु।

निर्णायकहरूमा कसले धेरै माया तथा कसले आलोचना गरेको पाउनुभएको छ ?

अनु मल्लिकले धेरै सपोर्ट गर्नुभएको छ। आर्मीमा संगीत प्रतिभा हुनु गौरवको कुरा हो भनेर उहाँले भनेको सम्झिरहन्छु। अन्य निर्णायकले पनि राम्रै व्यवहार गर्नुभएको छ तर जावेद अख्तरले बेलाबखत कडा आलोचना गर्दा नर्भस हुन्छु। उर्दू शब्दको उच्चारणमा केही कमजोरी हुने भएकाले उहाँ त्यसलाई पक्रिएर कमेन्ट दिनुहुन्छ। यद्यपि यो कमजोरीलाई मैले सुधार्दै लगेको छु।

यति धेरै भोट पाउनुहुन्छ जस्तो लागेको थियो ?

पियानो राउन्डमा म लगभग आउट हुन्छु जस्तो लागिसकेको थियो, मलाई कसैले नचिनेका कारण पनि भोट एकदमै कम थियो तर पछि गाला राउन्डमा पुगेपछि भारतीय फौज, देहरादून, दार्जीलिङ, सिक्किम, आसाम, दिल्लीलगायत भारतका विभिन्न क्षेत्रमा बस्ने नेपालीभाषी तथा नेपालबाट समेत भोट आउन थालेकाले मेरो यात्रा सहज बन्यो।

प्रशान्त तामाङसँग भेट भयो ?

प्रशान्तसग तीन-चार पटक भेट भैसकेको छ। उहाँले कन्फिडेन्स राख्नु, हामीलाई सपोर्ट गर्ने जनता छन् भनेर हौसला बढाउनुभयो। प्रशान्तसँग सुरुमै भेट भएकाले पनि मलाई एकदमै सजिलो भयो। अहिले पनि फोनमा कुराकानी गरिरहन्छौं। मेरो सपोर्टका निम्ति उहाँ पनि भोट माग्न हिंड्नुभएको छ। मेरा निम्ति प्रशान्त प्रेरणाका स्रोत हुनुहुन्छ।

निर्णायकहरू यसपटक महिला इन्डियन आइडल बनेको हेर्न चाहन्छौं भनिरहेका छन् नि ?

निर्णायकले चाहेर हुँदैन, जनताले चाहनुपर्‍यो नि। सोनाली बेन्द्रे त्यस्तो कुरा गरे पनि प्रतिस्पर्धामा त्यस्तो हुँदैन जस्तो लाग्छ। इन्डियन आइडलमा जनताले जसलाई धेरै मन पराउँछन् आइडल पनि उही हुन्छ। कसैको व्यक्तिगत दृष्टिकोणले यसमा फरक पार्दैन।

युवतीहरूले प्रेम प्रस्ताव राखेका छैनन् ?

प्रशंसक धेरै पाएको छु, जसमा युवती पनि छन् तर कसैले अहिलेसम्म त्यस्तो प्रस्ताव गरेका छैनन्। त्यो दिन पनि आउँदै होला तर अहिले मेरो विवाह गर्ने कुनै योजना छैन। केही समय संगीत सिकेर क्यारियर विकास गरेपछि मात्र विवाहका बारेमा सोच्नेछु।

नेपाल जानुभएको छ ?

म सिक्किमस्थित गोरखा रेजिमेन्टमा कार्यरत छु, सिक्किमबाट सिलिगुडी हुँदै आउनुपर्ने भएकाले एकपटक काँकडभिट्टा हुँदै काठमाडौं पुग्ने योजनामा थिए तर फुर्सद मिलेन। अब छिट्टै काठमाडौं आउँछु। त्यहाँ आएर मीठा गीत सुनाएर दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन दिने म वाचा गर्छु।

नेपाली गीत कत्तिको सुन्नुहुन्छ ?

धेरै सुनेको छु, पुराना गायक-गायिकाको तुलनामा नयाँ गायक-गायिकाको गीत धेरै सुनेको छु। मन्त्र ब्यान्ड, सुरेश कुमार, सविन राई, सुगम पोखरेल आदि गायकका मीठा गीतको म फ्यान हुँ। मलाई नेपाली संगीत पनि मन पर्ने भएकाले नेपाली गीत गाउने धोको छ, अब त्यो इच्छा पनि पूरा हुन्छ होला।

प्रशंसकहरूलाई सन्देश ?

सर्वप्रथम मेरो यहाँसम्मको यात्राका लागि भोट गरिदिने सबैलाई धन्यवाद। अब आगामी दिनमा पनि यस्तै सपोर्ट गरिदिनुहोला भन्ने अनुरोध गर्छु।

अर्जेन्ट आवश्यकता
नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त NGO को सहयोगबाट ५ वर्ष देखि निरन्तर सञ्चालित संस्थालाई महिला विद्यार्थी कर्मचारीको तु. आवश्यकता।
तलब : रु. ८,५००।-
संख्या : 10 Ladies / 7Gents
योग्यता : साधारण लेखपढ Test, S.L.C + Above
नोट: गृहिणी, विद्यार्थीलाई उपयुक्त र ग्राह्यता दिइनेछ।
सम्पर्क : २०६३१००, ९८०३४८४०२६, ९८४१७५९१३५ (चावहिल)
(शनिवार पनि कार्यालय खुल्ला रहनेछ।)

Free Apply
Study in JAPAN
Meet: Vice Principal
Mr. DOKYU KENTARO
Shinjuku International Exchange School
Interview : wednesday 25 Feb.8.30 am
New Clasess Starting
कुमारी जापनीज स्कुल
नयाँ बानेश्वर - १०
Ph: 4476500, 9803152536

सौन्दर्यता र स्वास्थ्य
अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit) - 1299/-
हाइट बढाउने (YOKO Japanese) - 1250/-
स्तन बढाउने/घटाउने/टाइट गर्ने (Crem) - 1299/-
डण्डीफोर/चाउरीपना हटाउने (Crem) - 1500/-
कपाल नझर्ने उमार्ने तेल (Harbal-44) - 750/-
मोटापन घटाउने (Sauna Belt) - 1999/-
धुम्रपान/जाँड रक्सी छुटाउने - 1500/-
होम जोगर (घरमै बसेर ब्यायाम गर्ने) - 3999/-
एकमुखी रुद्राक्ष, हनुमान कवच - 1999/-
बडीमसाजर (Dalphin Massager) - 1650/-
फ्रि होमडेलीभरी 100% Guranteed
N.C.N फोन: ०१-२४१०२००, ९८४१०२९८८२

एसएलसी : सफलताको सूत्र

'सफलताका लागि तीन कुरा आवश्यक हुन्छ; आत्मविश्वास, लगनशीलता र निरन्तर अभ्यास ।'

-खप्तड स्वामी

एसएलसी परीक्षा नजिकिँदैछ । करिब ४ लाख विद्यार्थी वर्षभरिको मेहनतलाई सार्थक बनाउन अध्ययनमा जुटिसकेका छन् । परिवर्तित राजनैतिक वातावरण, पाठ्यपुस्तकको अभाव, बन्द-हड्ताल, लोडसेडिङजस्ता अवरोध छिचोल्दै विद्यार्थीहरू सुखद भविष्यतर्फ अग्रसर हुन जोडतोडका साथ पठन-पाठनमा व्यस्त हुन थालेका छन् ।

एसएलसीको नतिजाले नै बाँकी अध्ययनको बाटो निर्धारण गर्ने हुँदा विद्यार्थीहरू यो परीक्षालाई अवसर अनि चुनौती दुवै मान्छन् । एसएलसी परीक्षा उत्तीर्ण गरेपछि मात्र उच्च शिक्षा अध्ययनको ढोका खुल्छ । त्यसैले विद्यालयतहको अन्तिम खुड्किलो पार गर्न सबै प्रयत्नशील हुन्छन् ।

धेरैजसो विद्यार्थी परीक्षापछि कस्तो नतिजा आउला भनेर चिन्तित हुन्छन् । परीक्षाबाट प्राप्त हुने नतिजा भाग्यचिट्ठा होइन । त्यसैले राम्रो नतिजाको अपेक्षा गर्नेले परीक्षाअघि त्यत्तिकै परिश्रम गर्नु आवश्यक हुन्छ । राम्रोसँग अध्ययन गरेर परीक्षा दिन सके नराम्रो नतिजा आउने कुरै हुँदैन । परीक्षाको नतिजा परिश्रम अनि लगनशीलतामा भर पर्छ । परीक्षामा सफलता प्राप्त गर्न विषयगत ज्ञान भएर मात्र पुग्दैन, आफूले आर्जन गरेको ज्ञानलाई अरूले पनि बुझ्न सक्ने गरी प्रस्तुत एवं अभिव्यक्त गर्न सके मात्र सफलता प्राप्त हुन्छ । परीक्षामा विद्यार्थीले प्रश्नको हल गर्न सक्छ कि सक्दैन भन्दा पढाएका कुरालाई उसले कुन रूपमा र कसरी ग्रहण गर्छ भन्ने कुरा महत्त्वपूर्ण हो । विद्यार्थीले पढाएका कुरालाई कसरी बुझेका छन् भन्ने कुरा उसले लेखेको जवाफमा झल्कन्छ । त्यसैले जहिले पनि विद्यार्थीहरूले आफूले बुझेको कुरालाई मौलिक रूपमा प्रस्तुत गर्न सक्नुपर्छ ।

सबै विद्यार्थीको बौद्धिक क्षमता एकै किसिमको हुँदैन । सहरको सुविधासम्पन्न विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थी र दुर्गम गाउँमा पढ्ने विद्यार्थीले उस्तै अवसर पाएका हुँदैनन्, तर परीक्षा सबैका निम्ति उस्तै हुन्छ ।

सफलताका तीन सूत्र

आत्मविश्वास : आत्मविश्वास नभएका मानिसले कुनै पनि क्षेत्रमा सफलता हासिल गर्न सक्दैन । विश्वमा ठूला-ठूला सफलता प्राप्त गरेका मानिसको पछाडि आत्मविश्वासले नै काम गरेको पाइन्छ । मानवीय सोच एवं प्रयासलाई उच्चतम बिन्दुमा पुर्‍याउने आत्मविश्वास नै हो । अतः विद्यार्थीले परीक्षामा सफलता प्राप्त गर्न आत्मविश्वास आवश्यक हुन्छ । परीक्षाहलमा पुगेपछि कतिपय विद्यार्थी आफूले जानेको कुरा पनि बिर्सन्छन् । उनीहरू डरले काम्ने, चिढिने जस्ता प्रवृत्ति देखाउँछन् । एसएलसी परीक्षालाई 'आइरन गेट' को संज्ञा दिनुले पनि उनीहरूको मानसिकतामा यस्तो डर पैदा भएको हुन्छ । विद्यार्थीमा आत्मविश्वास नहुनु नै यसको मूल कारण हो ।

कतिपय विद्यार्थी आफैंले लेखेको जवाफमा विश्वास गर्दैनन् अनि अरूले लेखेको हेरेर सार्ने प्रयत्न गर्छन् अर्थात् आफूलाई कमजोर मानेर उनीहरू परीक्षामा राम्रोसँग लेख्न सक्दैनन् । यो आत्मविश्वासको कमीले हो ।

भिक्टर फ्र्याङ्कले भनेका छन्- 'हरेक मानिसभित्र हिटलरजस्ता क्रूर व्यक्तिलाई पनि पराजित गर्न सक्ने शक्ति हुन्छ ।' उनी लाखौं मानिसलाई यहुदीलाई मार्ने क्रममा हिटलरले राखेको कन्स्ट्रेन्सन क्याम्पबाट सकुशल फुत्कन सफल भएका थिए । त्यसबेला उनको सहयोगी साथी अरू कोही नभएर उनीभित्रकै आत्मविश्वास थियो । आफूले जानेको कुरालाई परीक्षामा कुशलतापूर्वक लेख्न आत्मविश्वास अपरिहार्य हुन्छ । म परीक्षामा सर्वोत्कृष्ट अंक हासिल गर्छु भन्ने दृढ संकल्प हुनुपर्छ । सफलता हासिल गर्न म सक्षम छु भन्ने भावना हुनुपर्छ ।

लगनशीलता : लगनशीलता सफलताको अर्को सिंढी हो । अध्ययनमा लगनशील भएर लाग्ने विद्यार्थीले परीक्षामा पछुताउनु पर्दैन । कुनै पनि विषयका सम्बन्धमा जान्न उत्सुक हुने, जान्नका लागि प्रयास गरिरहने बानीले विद्यार्थीलाई परिपक्व बनाउँछ । मन लागेको बेला पढ्यो अरू बेला वास्तै नगर्ने बानी धेरैमा हुन्छ । यसो गर्दा उनीहरूले जानेका कुरा पनि बिर्सन सक्छन् । त्यसैले आफूले अध्ययन गर्ने विषयमा निरन्तर लाग्नुपर्छ । नजानेको र अप्ठ्यारो विषय आउनासाथ पुस्तक फ्याँक्नु हुँदैन, बरु त्यही अप्ठ्यारो कुरा जान्ने निरन्तर प्रयास गर्नुपर्छ ।

योजनाबद्ध ढंगले अध्ययन गरेको कुरा बुझ्न सजिलो हुन्छ । दिनहू नयाँ-नयाँ कुरा पढ्दै जाँदा अगाडि पढेका कुरालाई पनि बेला-बेला सम्झनुपर्छ र अभ्यास गनुपर्छ । आफूले नजानेका कुरा साथीहरूसँग छलफल गरेर जान्न सकिन्छ । अभिभावक तथा शिक्षकको सहायताले पनि नजानेका विषय जान्न मद्दत मिल्छ । यस्तो लगनशीलताले विद्यार्थीलाई सधैं सफलतातर्फ डोर्‍याउँछ ।

निरन्तर अभ्यास : एउटा भनाइ छ, 'पढेर जानेको भन्दा परेर जानेको काम लाग्छ ।' किताबको कीरो भएर हुँदैन । पढेका कुरालाई व्यावहारिक जीवनमा लागू गर्न सकिएन भने त्यो शिक्षा व्यर्थ हुन्छ । आफ्नै अनुभवबाट प्राप्त गरेका ज्ञान दिगो हुन्छ, घोकेको पाठ क्षणिक मात्र हुन्छ । पाठ्यक्रममा अभ्यासमार्फत अध्ययन गर्नु धेरै उत्तम हुन्छ । आफू कुन विषय अध्ययन गर्दैछु, यसबाट के कुरा जान्ने ? भन्ने मानसिकता अध्ययन गर्नुअघि नै तय गर्नुपर्छ अनि अध्ययन गर्ने विषयलाई बुँदागत रूपमा टिपोट गर्नुपर्छ । यसरी टिपोट गर्दा नबुझिएको कुरा शिक्षकसँग सोधेर वा साथीहरूमार्फत अन्तर्क्रिया गरेर जान्नुपर्छ । अध्ययन गरेको ज्ञानलाई व्यावहारिक रूपमा प्रस्तुत गर्ने प्रयास गर्नुपर्छ । विद्यालयमा अध्ययन गरेका कुरा घरमा आएर अभ्यास गर्नुपर्छ । आफ्नै अभ्यासद्वारा प्राप्त ज्ञान स्मरणमा राख्न एवं परीक्षामा मौलिक रूपमा अभिव्यक्त गर्न सकिन्छ ।

गणितजस्तो प्रयोगात्मक विषयको अभ्यासबाट अध्ययन प्रारम्भ गर्नुपर्छ । अन्य विषय अध्ययन गर्दा साथीहरू बसेर छलफल गर्नु लाभदायक हुन्छ । आफूले अध्ययन गरिसकेपछि अध्ययन गरेको कुराबाट मैले के के जानें भनेर आँखा चिम्लेर मनन गर्नुपर्छ । नजानेको कुरा जान्न पुनः अध्ययन गर्नुपर्छ ।

चिन्ता होइन चिन्तन राम्रो

परीक्षाको घडीमा धेरैजसो विद्यार्थीलाई चिन्ताले सताउँछ । परीक्षा नजिकिँदै जाँदा चिन्ता बढ्दै जान्छ । सबै विद्यार्थीमा परीक्षाको बेला तनाव सिर्जना हुन्छ, तर यसैलाई चिन्ताको रूपमा लिए परीक्षासमेत बिग्रने डर हुन्छ । त्यसैले विद्यार्थीले तनाव कम गर्दै कसरी परीक्षामा राम्रो गर्ने भन्नेतर्फ ध्यान मोड्नुपर्छ । सकारात्मक सोच एवं परिश्रमको फल मीठो हुन्छ भन्ने कुरा पनि बुझ्नुपर्छ ।

परीक्षामा शारीरिक कम्पन महसुस हुन्छ भने त्यसका बारेमा पनि सोच्नुपर्ने हुन्छ । तनाव धेरै बढ्नुको कारण अध्ययनमा कमजोर हुनु नै हो । धेरैजसो विद्यार्थी परीक्षा नजिकिएपछि मात्र पाठ घोक्न थाल्छन् । एकातिर परीक्षाको तनाव अर्कातिर पढाइको भारले उनीहरू मानसिक रूपले थाक्छन् । त्यसैले पढेका कुरा सजिलै ग्रहण गर्न सक्दैनन् । फलतः उनीहरू अतालिन्छन् । परीक्षामा कसरी लेख्ने भन्ने भयले उनीहरूमा गम्भीर चिन्ता उत्पन्न गर्छ । त्यसैले पछि पछुताउनुभन्दा समयमै मेहनत गर्नु बुद्धिमतापूर्ण हुन्छ ।

सुरुदेखि नै पाठयोजना एवं समयतालिका बनाएर अध्ययन गर्ने बानी बसाल्नुपर्छ । नियमित अध्ययन गर्ने विद्यार्थीलाई परीक्षाको समयमा बढी मानसिक भार हुँदैन । अगाडि नै अध्ययन गरेका विषयलाई स्मरण गर्न मात्र किताब एवं नोट हेर्नुपर्ने भएकाले उनीहरू परीक्षामा के लेख्ने भन्ने चिन्तामा हुँदैनन् । यसरी योजनाबद्ध एवं नियमित अध्ययन गर्ने विद्यार्थीले परीक्षा पाठ घोक्ने होइन, विगतमै अध्ययन गरेको पाठका सम्बन्धमा चिन्तन गर्नुपर्छ ।

-शिव मुखिया

कान्तिपुर पब्लिकेशन्सको वार्षिकोत्सव सम्पन्न

कान्तिपुर पब्लिकेशन्सले एक कार्यक्रमका बीच आफ्नो १६ औं वार्षिकोत्सव मनायो । कार्यक्रममा नेपालको निर्माणमा कान्तिपुर पब्लिकेशन्सको सकारात्मक भूमिका रहने जानकारी गराइयो । कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक कैलाश सिरोहियाले एक वर्षभित्र नेपालभरि बिहान बाह्र बजेभित्र पत्रिका पुर्‍याउने संयन्त्र तयार गरिने बताए । यसका लागि निकट भविष्यमा नेपालगन्जबाट कान्तिपुरको सुदूर तथा मध्यपश्चिमाञ्चल संस्करण निस्कने भएको छ । त्यसबाहेक कान्तिपुरले नयाँ प्रविधिको सदुपयोग गर्दै कान्तिपुरलाई नयाँ साजसज्जामा प्रस्तुत गर्ने भएको छ । 'हामी अत्याधुनिक प्रविधिको प्रयोग गर्दै कान्तिपुरलाई कम्प्युटर टु प्रेसको अवधारणामा लानेछौं ।' कार्यक्रममा सिरोहियाले भने, 'त्यसपछि हामीलाई

खटकिएको अभाव पूरा हुनेछ ।'

१६ वर्षअघि थापाथलीको सानो कोठाबाट प्रारम्भ भएको कान्तिपुर र काठमाडौं पोस्ट अहिले नेपाल, नारी, साप्ताहिक, ई-कान्तिपुरसम्म पुगेको स्मरण गर्दै सिरोहियाले कान्तिपुर कतार संस्करणसम्म पुग्दा पनि विश्राम नलिएको बताए । सिरोहियाले कान्तिपुरलाई निकट भविष्यमै विभिन्न खाडी मुलुकबाट प्रकाशन गर्ने जानकारी दिए । 'हामी कान्तिपुरलाई युरोप तथा अमेरिकाबाट पनि निकाल्न प्रयासरत छौं ।' सिरोहियाले भने, 'विश्वभरि छरिएका नेपालीलाई कान्तिपुरले एकै स्थानमा ल्याउनेछ भन्ने हाम्रो विश्वास छ ।'

कार्यक्रममा कान्तिपुर पत्रिकाका हिमेश बज्राचार्य, काठमाडौं पोस्टका आदित्य अधिकारी, नेपाल साप्ताहिकबाट ईश्वरी ज्ञवाली, साप्ताहिकका सुव्रत आचार्यलाई पुरस्कृत गरियो । धनगढीका पत्रकार मोहन बुढा तथा फोटोग्राफीका शालिग्राम तिवारी पनि पुरस्कृत भए । पुरस्कृत हुनेहरूमा कान्तिपुर एफएमबाट रवि श्रेष्ठ तथा प्रतिमा श्रेष्ठ, मार्केटिङबाट जयेश्वर अर्याल, प्रशासनबाट हरिराम सापकोटा तथा वासुदेव श्रेष्ठ, प्रेसबाट अमरनाथ राजथला, सर्कुलेसनबाट पुष्करप्रसाद तथा टीकाप्रसाद बराल थिए । फाइनान्सतर्फ सन्तोष शर्माले पुरस्कार प्राप्त गरे । कार्यक्रममा नगद पुरस्कार पाउनेमा तिलबहादुर बस्नेत, निदेश रेग्मी, कृष्णशरण पौडेल, नन्दलाल अमगाईं, धीरज श्रेष्ठ, पारसप्रकाश नेपाल, प्रेम नेपाली, पोखरा संवाददाता प्रेम नेपाली तथा काठमाडौं पोस्टका विष्णु बुढाथोकी थिए । कार्यक्रममा साप्ताहिक तथा नारीका सम्पादक सुवास ढकालले कान्तिपुर पब्लिकेशन्स नेपाली पत्रकारिताको माइलस्टोन भएको बताउँदै यसलाई थप उचाइमा पुर्‍याउने जिम्मा व्यवस्थापकको मात्रै होइन सबै कर्मचारीको काँधमा आएको बताए । कान्तिपुरका सम्पादक सुधीर शर्माले नयाँ नेपाल निर्माण कान्तिपुरको पनि मिसन भएको बताउँदै संविधान निर्माणमा सक्रिय राजनीतिक दलहरूलाई आफ्नो पनि सकारात्मक सहयोग रहने बताए । नेपालका सम्पादक प्रशान्त अर्यालले कान्तिपुर जनपक्षीय संविधान निर्माणको पक्षमा लागिरहने बताए । कार्यक्रममा काठमाडौं पोस्टका सम्पादक अखिलेश उपाध्याय तथा कान्तिपुर पब्लिकेशन्सका निर्देशक रामेश्वर थापाले पनि कान्तिपुरले लिएको लक्ष्यलाई मिटवर्कका माध्यमले अघि बढाउने बताए ।

एसएलसी : डराउनुपर्ने केही छैन

शिव मुखिया

अध्ययनलाई महत्त्व नदिने विद्यार्थीहरू सधैं परीक्षासँग डराइरहेका हुन्छन्। परीक्षाहलमा पुगेपछि के लेख्ने भन्ने चिन्ता मनमा रहन्छ। यद्यपि जुन विद्यार्थी लगनशील हुन्छ उसले परीक्षामा डराउनुपर्ने केही कारण छैन। नियमित अध्ययन गर्ने, आफ्नो विषयवस्तुका सम्बन्धमा जिज्ञासु तथा आत्मविश्वासी विद्यार्थीका लागि त एसएलसी परीक्षा एउटा राम्रो अवसर हो।

विद्यार्थीहरूले यो अवसरलाई चनाखो भएर सदुपयोग गर्नुपर्छ। एसएलसी परीक्षालाई आफ्नो जीवनकै महत्त्वपूर्ण अवसरका रूपमा ग्रहण गरेर सदुपयोग गर्न सके भविष्यलाई सही दिशा दिन गाह्रो हुँदैन। परीक्षाले मानिसको खुबी जाँच्ने मात्र होइन, भविष्यको मार्गदर्शनसमेत गर्छ। परीक्षामा डराएर होइन, उत्साहित भएर सहभागी हुनुपर्छ। जीवनको हरेक सिँढी उक्लनका लागि हामीले कुनै न कुनै रूपमा परीक्षा दिनैपर्छ। जागिरको खोजीमा तल्लीन युवाहरूका लागि परीक्षाले रोजगारी दिलाउँछ भने रोजगारमूलक संघ-संस्थाहरूले उम्मेदवार छनौट परीक्षा प्रणालीबाटै गर्छन्।

किन हुन्छ डर ?

एसएलसीलाई फलामे ढोकाको संज्ञा दिएकाले पनि धेरै विद्यार्थी मानसिक रूपले यो परीक्षादेखि तर्सन्छन्। यो परीक्षालाई पनि अरू परीक्षासरह सामान्य रूपमा लिए विद्यार्थीमा भय उत्पन्न हुँदैन, यद्यपि सामान्य भनेर परीक्षाको संवेदनशीलतालाई नबुझ्नु भनेको राम्रो कुरा होइन।

एसएलसीको परीक्षामा सबैभन्दा बढी प्रयोग हुने शब्द प्रश्न र परीक्षा हुन्। प्रश्न धेरैले नजान्ने खालको हुन्छ अथवा परीक्षा भनेको डरलाग्दो र संकटपूर्ण अवस्था हो भन्ने धारणा धेरै विद्यार्थीमा पाइन्छ। परीक्षासँग अनावश्यक तर्सने कारणले नै धेरै विद्यार्थी असफल हुन्छन्। प्रश्न र परीक्षाको सम्बन्धमा यथार्थ जानकारी लिनु शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, शिक्षाविद् तथा सरोकारवाला सबैका लागि अपरिहार्य छ।

प्रश्न र परीक्षाको यथार्थ बुझौं

प्रश्न भनेको शब्दहरूको त्यस्तो समूह हो, जसलाई परीक्षार्थीले बुझ्न सक्छन्। जसको जवाफ सोच्नका लागि उसको मस्तिष्कमा खुलदुली पैदा हुन्छ अनि उसको जवाफ प्रश्नकर्ताले बुझ्छ। यसरी निश्चित विषय अथवा निश्चित क्षमताका लागि विद्यार्थीको सिकाइ, उपलब्धि परीक्षण गर्न गरिएको अनुरोध नै प्रश्न हो। कुनै विषयवस्तुमा विद्यार्थीहरूको ज्ञानको स्तर तथा बोध थाहा पाउन प्रश्न सोधिन्छ।

सबै परीक्षार्थीलाई उनीहरूले हासिल गरेको ज्ञान, सीप, बोध तथा प्रयोग आदि देखाउने समान अवसर प्रदान गर्नु परीक्षा सञ्चालनको मुख्य उद्देश्य हो। प्रश्नपत्रमा केही सजिला प्रश्न (७५ प्रतिशतजतिले ठीक उत्तर दिने), केही गाह्रो (२५ प्रतिशतजतिले ठीक उत्तर दिने) तथा अधिकांश बीचका (५० प्रतिशतजतिले उत्तर दिने) प्रश्नहरू समावेश गर्नुपर्छ। प्रश्नहरू पुस्तकबाट जस्ताको तस्तै नदिने हो भने विद्यार्थीहरूको घोक्ने, कण्ठस्त उत्तर दिने प्रवृत्ति निरुत्साहित हुन्छ। परीक्षाको बेलामा मात्र पढ्ने प्रवृत्ति हटाउन अभिभावकहरूले आफ्ना छोराछोरीले दैनिक विद्यालय गए-नगएको तथा गृहकार्य गरे-नगरेको जाँच गर्नुपर्छ। विद्यार्थीलाई पढ् भनेर दवाब दिनु वा आदर्शको कुरा छाँट्नुभन्दा अध्ययनका लागि उचित वातावरण तयार गरिदिनु अभिभावक एवं शिक्षकको दायित्व हो।

परीक्षा लिने कक्षाको वातावरण शारीरिक एवं मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोणबाट स्वस्थ र प्रेरणादायी हुनु आवश्यक छ। परीक्षाको समयमा जाँच गाह्रो छ, राम्रो गर नत्र असफल हुन्छौ, छिटो-छिटो लेख जस्ता हतोत्साहित गर्ने खालका वाक्यहरू प्रयोग गर्नु हुँदैन। यसले विद्यार्थीहरूको मनस्थिति मात्र बिगार्छ। त्यसैले परीक्षाहलको वातावरण स्वस्थ एवं प्रेरणादायी बनाउन परीक्षामा गार्ड बस्नेहरूलाई तालिम दिइनुपर्छ।

परीक्षाप्रति नकारात्मक भावना हटाउन परीक्षाको उद्देश्य स्पष्ट पारिनुपर्छ। जाँचसँग डराउनु पर्दैन, यो आफ्नो खुबी प्रस्तुत गर्ने अवसर हो भन्ने कुरा विद्यार्थीलाई स्पष्ट पारिदिनुपर्छ।

एसएलसी परीक्षाको तयारी

एसएलसी परीक्षा आउन अब धेरै समय बाँकी छैन। परीक्षा आइसक्यो भनेर आत्तिनुभन्दा मनमा कुनै तनाव नलिइ छोटो समयमा योजनाबद्ध तरिकाले अध्ययन गर्नु बुद्धिमानी हुन्छ। सम्भावित प्रश्नहरू आफैंले तयार गरेर त्यसको हल गर्दै परीक्षाको तयारी गर्नुपर्छ। यसबेला मनमा कुनै तनाव हुनुहुँदैन। शान्त वातावरणमा बसेर अध्ययनमा ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ। यो छोटो समयलाई हतोत्साहित होइन, उत्साहित भएर पढाइमा लगानी गर्नु राम्रो हुन्छ।

- योजना बनाएर मात्र अध्ययन अघि बढाउने। आफूले प्राप्त गरेका उपलब्धिहरूबाट पृष्टपोषण लिइरहने बानीको विकास गर्ने।
- सुधारात्मक र सफल सिकाइका लागि शिक्षक तथा अभिभावकसँग समझदारी विकास गर्ने एवं सहयोग लिने।
- स्मरणलाई बलियो बनाउने सूत्रहरू विकास गर्ने। आवश्यक परे शिक्षक एवं अभिभावकको सहयोग लिने।
- अध्ययन समूह/सिकाइ सर्कलहरूमा संलग्न भएर सहभागितामूलक सिकाइका लागि अभ्यास गर्ने।
- पुराना वा नमुना प्रश्नपत्रहरू संग्रह गरेर आफ्नो अध्ययन पुनरावलोकन गर्ने।
- उत्कृष्ट विद्यार्थीको उत्तरपुस्तिका साटासाट गरेर सीप विकास गर्ने।

परीक्षापूर्वको तयारी

- तयार गरिएको टिपोटहरूलाई दोहोर्‍याउने, साथै समूहमा प्रश्नोत्तर गर्ने।
- समयमा सुत्ने र उठ्ने बानी बसाल्ने।
- परीक्षामा जानुभन्दाअघि नै सम्पूर्ण आवश्यक सामग्री जोहो गर्ने र सबै सामग्री एकै स्थानमा राख्ने।
- गेम प्लान गरेजस्तै अंकभार हेरी समय छुट्याउने, साथै समयको वर्गीकरण, सम्पादन र लेखेको उत्तरलाई आफैंले जाँच्ने समय छुट्याउनुपर्छ।
- परीक्षा सुरु हुनुभन्दा केही समयअघि नै परीक्षाकेन्द्रमा पुग्ने।
- परीक्षाअघि परीक्षाकेन्द्र, परीक्षाकोठा र व्यवस्थापनका सम्बन्धमा सामान्य जानकारी हासिल गर्ने।

परीक्षाको समयमा गर्नुपर्ने कामहरू

- प्रश्नपत्र हातमा पर्दा प्रारम्भिक रूपमा गर्नुपर्ने काम सकिएको हुनुपर्छ, मार्जिन छाड्ने, कापीको पहिलो पानामा लेख्ने, रफ गर्ने स्थान छाड्ने जस्ता कार्य प्रारम्भिक कार्य हुन्।
- प्रश्नपत्र लिएपछि प्रश्न नम्बर राम्रोसँग लेखेर मात्र उत्तर लेख्न थाल्ने, एउटा प्रश्नको उत्तर अर्को प्रश्न नम्बरमा नलेख्ने।
- प्रश्नहरूको आशय बुझ्ने, यसका लागि पटक-पटक प्रश्न हेर्ने। आशय बुझेर प्रश्न हल गर्दा आत्मविश्वास पनि बलियो हुन्छ।
- समयको योजना बनाउने। जस्तै, प्रत्येक प्रश्न समान छन् भने प्रश्न हल गर्दै जाने, तर विभिन्न अङ्कभारका प्रश्नको हकमा भने सबैभन्दा पहिले धेरै अङ्कभारका प्रश्न हल गर्ने।
- जानेका प्रश्नहरू सबैभन्दा पहिले हल गर्ने र बाँकी रहेका जटिल प्रश्नहरू क्रमशः हल गर्दै जाने।
- प्रत्येक प्रश्नका मुख्य शब्दहरूलाई अन्डरलाइन गर्ने ताकि प्रश्नले मागेको उत्तरको निश्चिन्तता गर्न सकियोस्, जस्तै- व्याख्या गर, लेखाजोखा गर, तुलना गर, वर्णन गर, फरक देखाऊ इत्यादि।

कसरी बढाउने स्मरणशक्ति

अधिकांश मानिस भन्छन्– किन म जुनसुकै कुरा पनि तुरुन्तै बिर्सन्छु। विशेष गरी विद्यार्थी चाहे विद्यालयका हुन् वा कलेजका, पढ्नेबित्तिकै बिर्सने कुरा बताउँछन्। यस्तो समस्या किन आउँछ भन्नेतर्फ उनीहरूको ध्यानाकर्षण हुनैपर्छ। एउटा विद्यार्थीको पहिचान भनेको उसको स्मरणशक्ति नै हो। त्यसैले स्मरणशक्ति कसरी बढाउने ? सोच्नैपर्ने हुन्छ।

- दिनभरको कामको बोझले थाकेको मानिसले बेलुकी अबेरसम्म अध्ययन गर्नुभन्दा बिहान सखारै गरेको अध्ययन लामो समयसम्म स्मरणमा रहन्छ।
- आफूले पढिसकेपछि पुस्तकका हरेक पाना सरसर्ती हेर्दा पनि बिर्सिएको कुरा पुनः स्मरणमा आउँछ।
- पाठ्यपुस्तक, पुस्तिकामा रहेका चित्र, तथ्यांक, सूत्रलाई विशेष ध्यान दिँदा पाठसँग सम्बन्धित कुरा सम्झन मद्दत मिल्छ।
- आफूले पढिसकेपछि त्यसको बुँदा टिपोट तयार गर्नुका साथै सारांश लेख्नुपर्छ। बुँदा वा सारांश हेर्नेबित्तिकै पूरै पाठ स्मरण गर्न सकिन्छ।
- पढ्नकै लागि पढ्ने हिसाबले छिटो-छिटो पढ्दा ध्यान विकेन्द्रित हुनसक्छ। लामो समयसम्म स्मरणमा आउँदैन। त्यसैले ढिलै भए पनि अर्थपूर्ण ढंगले गहिरिएर अध्ययन गर्नुपर्छ।
- निश्चित समयमा सन्तुलित ढंगले खाना खाने, आराम तथा दैनिक व्यायाम गर्ने। यसले स्मरणशक्ति बढाउन ठूलो मद्दत गर्छ।
- मस्तिष्कको प्रयोग कम हुने समय विशेष गरी यात्रा गर्दा, लुगा धुँदा, नुहाउँदा, गोठालो जाँदा, घाम ताप्दा आफूले अध्ययन गरेका सामग्रीहरूलाई सम्झिएर समयको सदुपयोग गर्नुपर्छ।
- पढ्दा त्यही कुरालाई सिलसिला मिलाएर लेखिहाल्ने बानी बसाल्दा चाँडै सम्झन सकिन्छ।
- विज्ञानमा चित्र, गणितमा फर्मुला लेखेर स्मरणशक्तिलाई बढाउन सकिन्छ भने अन्य विषयलाई आफूले मनमनै गीतजस्तै सिलसिला मिलाएर पढ्नाले पाठ स्मरण गर्न सजिलो हुन्छ।
- आफ्ना समकक्षीहरूसँग भेटघाट हुँदा पाठ्यपुस्तकसँग सम्बन्धित कुरालाई लिएर तर्क-वितर्क गर्नाले पढेको कुरा स्मरणमा ताजै रहन्छ।
- स्मरणशक्ति बढाउन आफैंमा आत्मविश्वास जगाउनुपर्छ र अरू कुशल छात्र-छात्राझैं पढ्न सक्छु भन्ने सोच लिएर नियमित अध्ययनतर्फ लागिरहनुपर्छ। समस्या वा परीक्षासँग डराउनु हुँदैन, किनभने डराउनेको आधा स्मरणशक्ति त्यसै ह्रास हुन्छ। परीक्षासँग तिनै विद्यार्थी डराउँछन् जसले नियमित अध्ययन गर्दैनन्।

Study in AUSTRALIA
New Zealand
Canada
USA
UK
Laptop offer !
Universities, Colleges, Location and Courses of your choices
Member of ECAN
Study in CYPRUS
Christopher Educational Consultancy (P) Ltd.
Tel. 4442674
*Laptop offer only in Australia and Cyprus

"गजब छ है गजब छ"
होटल तालिम
विदेश जानेहरूको लागि लिनै पर्ने तालिमका कक्षाहरू धमाधम सञ्चालन भई रहेको छ।
कुक वेटर बारम्यान हाउसकिपिङ
होटल तालिम गजब छ !!!
कुक तालिममा वेटर फ्रि
EMTC Hotel Training
New Baneshwor, Thapagun
Contact: 4483969

OASIS
Is old name plate for Institute in valley & still in use with us. We have no branches. If there's any this is the childish/shameful try to eat in others plate. O.L.C. family
Learn to Speak English
*Different level & packages (2 & 3 Months)
*Audio & Visual in American & British Tone
*Situational Conversations
*विदेश जाने र जान्ने नजान्नेलाई विशेष कक्षा
Japanese/ Korean/ Chinese/ French/ Spanish/ German/ IELTS/ Visa/ Job Interview Pre
Golkopakha, Thamel & Kalimati Chock
4359170 & 2024700

होटेल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK
Cook, Waiter, Waitress, Bakery, Barman, Captain, Front Office, House keeping (Room Boy), Supervisor, Care Giver, (इजरायल) Domestic Helper तथा सम्पूर्ण Hotel Management सम्बन्धि तालिम दिइन्छ।
www.modernhoteltraining.com.np
Modern Management Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center
महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल, Ktm
Ph:- 4363215, 2315801

मुहार
रूपअमृत - Rs.1650/-
Anti Pimple [Rose Sunscream Free]
केश
Herbal44 Rs. 750/- [Soap Free]
आस्था हेल्थ केयर
Tel.: 4498929, 9841330144
9845062538 Chitwan, इटहरी 025-580944

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

होटल तालिम
Cook, Waiter, Waitress, Room Boy, Front office, Bar man, Housekeeping
Chinees, Indian, Continental, Italian, Cooking Indian Veg. Special, Bakery, Ice-cream, Tamalo, Ketchup, Jam & Squash, Pickles
विशेषताहरू: सिट सिमीत छ
Theory तथा Practical सँगै गरीने छ।
तारे होटलमा Practical गर्न लगिने।
विदेश जानेको लागि विशेष व्यवस्था
५ तारे होटलका दक्षप्रशिक्षकबाट तालिम
अभियान पर्यटन तथा होटल
५५३८०५७, ५५२३०८२, ९८४१२०८७८९

बढ्दो छ मोबाइल मोह

श्रीमती र मोबाइल फोनमा कुन महत्त्वपूर्ण ? भद्र मानिसहरू बसेर मोबाइल आशक्ति विषयको कुराकानी गरिरहँदा यो प्रश्न जन्मियो। प्रश्न लक्षित गरिएका व्यक्तिले उत्तर दिए- 'श्रीमती त कहिलेकाहीं माइत जान्छिन्, त्यसबेला उनी नभए पनि खासै फरक पर्दैन तर मोबाइल एकछिन नहुँदा अर्कै संसारमा पुगें कि क्या हो भन्ने अनुभूति हुन्छ।' अहिलेको व्यस्त समाजमा मानिसहरू आफ्नो जीवनसाथीलाई केही समय बिर्सन सक्छन्, तर मोबाइल फोनलाई बिर्सनु भनेको उनीहरूका निम्ति सबैभन्दा हानिकारक अवस्था हुन्छ भन्ने कुरा माथि उल्लेखित संवादले पुष्टि गर्छ।

पोर्टेबल प्रविधिको यो उपकरण अहिले सबैका निम्ति आकर्षणको केन्द्र बनिसकेको छ। आधा दशकअघिसम्म सहरी क्षेत्रमा केही व्यक्तिले बोक्ने यो प्रविधिलाई आत्मसात् गर्नेहरूको संख्या अहिले ५० लाख नाघिसकेको छ। 'नेपाल टेलिकमका ३० लाखभन्दा बढी ताररहित फोनसेवाका उपभोक्ता छन्,' नेपाल टेलिकमका व्यापार प्रबन्धक प्रमोद परमार भन्छन्- 'चाँडै नै यो संख्या ५० लाख नघाउने लक्ष्य छ।' यता स्पाइस नेपाल प्रा.लि.को मेरो मोबाइलले १७ लाख ५० हजार उपभोक्तालाई मोबाइल फोनको सेवा उपलब्ध गराएको बताएको छ। स्पाइस नेपालका ब्रान्ड म्यानेजर सनत शर्माका अनुसार मेरो मोबाइलले अबका दिनमा तीव्र गतिमा लाइन वितरण गर्दैछ।

मोबाइलप्रति अहिलेको समाजको आशक्तिलाई बुझ्न केही समयअघि नेपाल टेलिकमले विद्यार्थीहरूका लागि भनेर वितरण गरेको सिमकार्ड लिन देखिएको भीडलाई सम्झिए हुन्छ। प्रत्येक दिन हजारौं विद्यार्थी सिमकार्ड लिन लाइनमा खडा थिए। यसबाट के स्पष्ट हुन्छ भने अहिले पनि मोबाइल फोन लिन चाहनेहरूको संख्या अत्यधिक छ। टेलिकमका व्यापार प्रबन्धक परमार भन्छन्- 'मोबाइल मोह काठमाडौंमा मात्र होइन, बाहिरका जिल्लाहरूमा पनि त्यत्तिकै छ।'

'जुनसुकै समय आफू जता गए पनि साथैमा रहने यो उपकरणले संसारको जुनसुकै कुनामा रहेका आफन्तहरूसँग सञ्चार संवाद गराइदिने भएकाले पनि यसको लोकप्रियता बढेको हो,' मोबाइल प्रविधिकै क्षेत्रमा कार्यरत इनोभेटिभ पीपीएलका प्रमुख कार्यकारी सुमन शाक्य भन्छन्- 'प्रसङ्ग तपाईंले भनेजस्तै हो, पर्स बिर्सन सकिन्छ, श्रीमतीको जन्मदिन बिर्सन सकिन्छ तर मोबाइल बिर्सन सकिँदैन, किनकि यसले हरबखत जो-कोहीले खोजेको बखतमा आफूलाई उपलब्ध गराइदिने भएकाले अहिले यो प्रविधि नहुँदाको अवस्था कल्पना पनि गर्न सकिँदैन।'

राजधानीमा अध्ययन गर्न आएकी विराटनगरकी अनामिका भण्डारी मोबाइललाई एउटा पूर्ण मनोरञ्जनको माध्यम मान्छिन्। 'काठमाडौं बस्दा घरको याद आइरहन्छ, कमसेकम घरबाट जुनसुकै बेला आउन सक्ने फोनले मलाई आनन्द दिन्छ नि □' अनामिका भन्छिन्- 'त्यति मात्र होइन, मोबाइलमै गीत सुन्न पाउने भएकाले फुर्सदमा मनोरञ्जन पनि दिन्छ।' आफ्नो लागि मोबाइल नै आइपड पनि भएको अनामिका बताउँछिन्।

व्यापार व्यवसायमा कार्यरतहरूदेखि विद्यार्थीहरूसम्म आफ्नो लक्षित काम सम्पन्न गर्न मोबाइल प्रभावकारी साधन बनेको बताउँछन्। सहरिया समाजमा व्यस्त मानिसहरूको समय बचत गर्न मोबाइलले उत्तिकै भूमिका खेलेको छ, अनि साथी बनाउने चाहना राख्ने र प्रेम गर्न चाहने युवा पुस्ताका निम्ति पनि मोबाइल गतिलो माध्यम भएको छ। मोबाइल सेवा प्रदायक संस्थाहरूले भ्यालु एडेड सर्भिसका रूपमा रिङटोनदेखि कलब्याक रिङटोन, तस्बिर पठाउन एमएमएसजस्ता सेवा पनि थपिदिएकाले युवा पुस्ताले मोबाइलको प्रयोग रुचाएको मेरो मोबाइलका शर्मा बताउँछन्।

उचाइ घट्ने भयो सगरमाथाको

संसारकै अग्लो हिमचुचुरो सगरमाथाको उचाइ ८ हजार ८ सय ४८ मिटर मानिन्छ, तर सगरमाथाको आधिकारिक उचाइ ८८४५ मिटर मान्नुपर्ने दिन आउँदैछ। विगतमा धेरै विदेशीले सगरमाथाको उचाइ कहिले बढेको त कहिले घटेको दाबी गर्दै आएका थिए। सन् १९९९ मा अमेरिकी जियोग्राफी सोसाइटीले सगरमाथाको उचाइ २ मिटर बढेर ८ हजार ८ सय ५० मिटर पुगेको दाबी गरेको थियो। सन् २००७ मा चीन सरकारले ६ महिना लगाएर सगरमाथाको उचाइका सम्बन्धमा अनुसन्धान गरेको थियो। उक्त अनुसन्धानअनुसार सगरमाथाको उचाइ २ मिटर बढेको होइन, ३ मिटर घटेको छ। सगरमाथाको उचाइका विषयमा सर्वप्रथम सन् १८५२ मा अनुसन्धान भएको थियो। त्यसबेला सगरमाथाको उचाइ ८ हजार ८ सय ४० मिटर मानिएको थियो। सन् १८५४ मा ८ हजार ८ सय ४८ मिटर, सन् १८८०-८३ देखि १९०२ सम्म ८ हजार ८ सय ८२ मिटर, सन् १९९९ मा ८ हजार ८ सय ५० मिटर र सन् २००७ मा चीन सरकारको मातहतमा रहेको 'स्टेट ब्यूरो अफ सर्वेयिङ एन्ड म्यापिङ' ले गरेको अध्ययनअनुसार ८ हजार ८ सय ४५ मिटर मानिएको छ। फ्रेन्च लेखकद्वय ए. पोउसबिन र एस् टेसोनले भने आफ्नो पुस्तकमा सगरमाथाको उचाइ ८ हजार ८ सय ४६ मिटर लेखेका छन् भने वेस्टरम्यानद्वारा प्रकाशित विश्वको नक्सामा सगरमाथाको उचाइ ८ हजार ८ सय ४६ मिटर लेखिएको छ। यसरी सगरमाथाको उचाइ ८ हजार ८ सय ४८ मिटरबाट ३ मिटर घटेर ८ हजार ८ सय ४५ मिटर भएको जानकारी दिन र त्यसैलाई मान्यता दिनेसम्बन्धी छलफल गर्न गत जेठ १४, १५, १६ मा 'स्टेट ब्युरो अफ सर्वेयिङ एन्ड म्यापिङ' ले नेपाललाई आमन्त्रण गरेको थियो। उक्त अवसरमा नेपाली नापी टोलीले चिनियाँ टोलीले राखेको सगरमाथाको उचाइ ८ हजार ८ सय ४५ मिटर मान्नुपर्ने प्रस्तावमा तत्कालै सहमति नजनाई पछि छलफल गर्ने गरी थाँती राखेर आएका थिए।

-निनाम कुलुङ

विद्यार्थीको विज्ञान प्रदर्शनी

काठमाडौं– विद्यार्थीहरूले प्राप्त गरेका सैद्धान्तिक ज्ञानलाई प्रयोगात्मक रूपमा प्रदर्शन गर्ने अवसर कमैले पाएका हुन्छन्। गौतम हाईस्कुल र युनिभर्सल कलेजका विद्यार्थीहरूले चाहिँ भिन्नाभिन्नै कार्यक्रममा यस्तो अवसर प्राप्त गरेका छन्। राजधानीको लगनटोलस्थित गौतम हाईस्कुलका विद्यार्थीहरूले तयार पारेको विभिन्न प्रोजेक्ट गत सोमबार विद्यालय हातामै प्रदर्शन गरे। विद्यालयमा हासिल गरेको सैद्धान्तिक ज्ञानलाई उनीहरूले प्रयोगात्मक रूपमा तयार गरी प्रदर्शन गरेका थिए। 'गौतम साइन्स प्रोजेक्ट-२०६५' मा कक्षा ७ देखि ९ सम्म अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले केवुलकार, हाइड्रो इलेक्ट्रिसिटी, फिल्टरेसन आदिका नमुना प्रदर्शन गरेका थिए। चार-चार जनाको समूहमा विभाजित १२ टिमले उक्त नमुना प्रदर्शन गरेका थिए।

यसैगरी युनिभर्सल कलेजमा अध्ययनरत ११ र १२ कक्षाका विद्यार्थीहरूले केवुलकार, ग्रीन हाउस इफेक्ट, रोबोट, भ्वाइस स्टप कार आदिको नमुना प्रदर्शन गरेका थिए। कलेज हाताभित्रै शनिबार र आइतबार सञ्चालित 'युनिभर्सल एक्स्पो-२०६५ तथा साइन्स एक्जिविसन' मार्फत विद्यार्थीहरूले सो प्रदर्शनी गरेका हुन्। साइन्स एक्जिविसनअन्तर्गत विद्यार्थीहरूले विज्ञानको सिद्धान्तलाई आधार मानेर विभिन्न प्रयोग गरेका थिए। प्रतियोगितात्मक रूपमा आयोजना गरिएको उक्त एक्जिविसनमा प्रथम, द्वितिय, तृतीय र चौथो स्थान प्राप्त गर्ने विद्यार्थी समूहलाई पुरस्कृत गरिएको थियो। उक्त प्रदर्शनीमा ३३ हजार अवलोकनकर्ता पुगेको शिक्षक रूपक अधिकारीले बताए।

हराउँदै छ माउस

केही समयअघि पश्चिमी बजारमा एप्पल कम्पनीको आइफोन आयो। यो भारतीय बजारमा पनि आइसकेको छ। त्यसैले नेपाली बजारमा पनि यो अवश्य आइपुग्नेछ। आइफोनमा नयाँ फिचरहरू प्रशस्तै छन्, तर पनि त्यसमा भएको एउटा महत्त्वपूर्ण फिचर टच स्क्रिन प्रविधि हो। आइफोनको प्रयोगमा कुनै बटन अथवा स्टिक राखिएको छैन। यसमा औंलाको चालअनुसार फोनको फिचर्स सञ्चालन गर्न सकिन्छ।

फोन सेटमा त यो प्रविधि भर्खरै भित्रिएको हो। हामीले देख्दै आएका विभिन्न ब्रान्डका ल्यापटपमा पनि यो प्रविधिको प्रयोग भैरहेको छ। औंलाको टुप्पाले नै हामी कर्सरलाई विभिन्न स्थानमा घुमाउन सक्छौं। यसका लागि माउसको आवश्यकता पर्दैन। ल्यापटपमा भएको यो प्रविधि डेस्कटप कम्प्युटरमा पनि भित्रिने भएको छ। माइक्रोसफ्ट यो अभियानमा लागिपरेको छ। माइक्रोसफ्टले नयाँ कम्प्युटर अपरेटिङ सिस्टम विन्डोज-७ मार्फत् यो प्रविधि भित्र्याउन लागेको हो। माइक्रोसफ्ट सन् २०१० मा यो प्रविधि बजारमा ल्याउने तयारीमा छ। यो प्रविधिको प्रवेशपछि डेस्कटप कम्प्युटरमा प्रयोग हुँदै आएका माउस र किबोर्डले पनि औपचारिक रूपमा बिदाइ लिनेछन्।

डेस्कटप कम्प्युटरमा टच स्क्रिनको प्रयोग ल्यापटपमा भन्दा एक कदम अघि हुनेछ। कुनै पनि फाइल वा सफ्टवेयर खोल्न विन्डोजमा भएका आइकनमा औंला राखिदिए पुग्छ। त्यसैगरी फाइल वा तस्बिर सार्न ती फाइल वा तस्बिरमा औंला राखेर ड्र्याग गर्न सकिन्छ। माइक्रोसफ्टले विकास गरेको विन्डोज-७ प्रविधिले कम्प्युटर प्रविधिको विकासलाई पनि संकेत गरेको छ। यसबाट भविष्यमा माउस र किबोर्डविहीन कम्प्युटरले प्रभुत्व जमाउनेछन्। विशेषज्ञहरूका अनुसार आगामी केही दशकमै

माउसको स्थानमा अन्य डिजिटल उपकरणले प्रभुत्व जमाउनेछन्।

टच स्क्रिन मात्र नभएर यो भन्दा एक कदमअघि भएका प्रविधिको प्रयोग पनि बढ्दो क्रममा रहनेछ। अनुहार र शरीरको चालका आधारमा चल्ने कम्प्युटरका साथै अन्य डिजिटल उपकरणहरू पनि निर्माण हुने भविष्यवाणी विशेषज्ञहरू गर्छन्। अहिले पनि यस प्रकारका क्यामेराको विकास भैसकेको छ। आँखा झिम्क्याउँदा अथवा शरीर चलाउँदा तस्बिर खिच्ने क्यामेराहरू बनिसकेका छन्। यसको अर्थ अब कम्प्युटरका माउसहरू केही समयपछि हराउनेछन् तर पनि डेस्कटप कम्प्युटर चलाउनका लागि भने माउस नै सजिलो हुन्छ। त्यसैले मानिसले आफ्नो रुचिअनुसार प्रयोग गर्ने हुनाले यो पनि चल्तीमै रहनेछ।

साप्ताहिक इनफो

समाजसेवी मौसमी

मौसमी मल्लको परिचय चलचित्र नायिकाका रूपमा मात्र सीमित छैन। उनी अब चलचित्र निर्मातृ पनि बनेकी छिन्। मौसमीले निर्माण गरेको चलचित्र 'गिरफ्तार' अहिले राजधानीमा प्रदर्शन भैरहेको छ। लामो समय चलचित्र क्षेत्रबाट टाढिएपछि उनी एकल महिलाकै विषयमा आधारित चलचित्रमार्फत् पुनः अभिनय क्षेत्रमा फर्किएकी थिइन्। यतिबेला उनी एकल महिलामाझ प्रिय पात्र बनेकी छिन्। श्रीमान्सँग सम्बन्धविच्छेद गरेका सामान्य महिला मात्र होइन सेलिब्रेटी नायिकाहरू पनि अहिले मौसमीसँग निकट छन्।

गौरी मल्ल, सौजन्य सुब्बा, प्रिया रिजाल, सुस्मिता कार्की, सञ्चिता लुईंटेल, पूजा चन्द आदि नायिका नेपाली चलचित्र क्षेत्रका एकल महिला हुन्। मौसमी यी नायिकाहरूसँग भावनात्मक रूपले निकट रहेको बताइन्छ। विधवा महिलाले रातो पहिरन लगाउन पाउनुपर्छ भन्ने सन्देश बोकेको चलचित्र निर्माण गरिसकेकी मौसमी पछिल्लो समयमा एकल महिलाहरूका लागि परामर्शदाता पनि बनेकी छिन्। आगामी दिनमा श्रीमान्सँग सम्बन्धविच्छेद गरेका नायिकाहरू मिलेर कुनै संगठन खोली त्यसको नेतृत्व मौसमीलाई दिइयो भने कसैले आश्चर्य मानिरहनुपर्दैन।

हरेक बिहान मन्दिरमा

सञ्चिता लुइँटेलको रुचि के मा होला ? राम्रो लाउने, राम्रो अभिनय गर्ने वा धेरै पढ्ने ? यी पनि उनका रुचि हुन सक्छन् तर उनको एउटा गजबको बानी छ। फुर्सद मिल्नेबित्तिकै मन्दिर धाउने। भगवानप्रति साह्रै विश्वास गर्ने सञ्चिता भन्छिन्- 'म जे भएँ यो सबै भगवानकै कृपाले हो। यसमा मेरो योगदान त दुई प्रतिशत मात्र छ, ९८ प्रतिशत भगवानकै हात हो।' हरेक मंगलबार गणेशका नाममा व्रत बस्ने सञ्चिता फुर्सद मिलेसम्म गणेश मन्दिर पुगिहाल्छिन्। यदि काठमाडौं बाहिर गएको बेला पर्‍यो भने नजिकको गणेश मन्दिर पुग्छिन्।

मन्दिरमा आत्मालाई शान्ति मिल्ने धारणा राख्ने सञ्चिता पशुपतिनाथको मन्दिर पनि नियमितजसो जान्छिन्। काम विषेशले बिहान मन्दिर जान भ्याइनन् भने बेलुका भए पनि जाने उनले बताइन्। मन्दिर जानुको अन्य कारण पनि छ कि ? सञ्चिताले यस विषयमा त केही बताइनन् तर हरेक मानिसका लागि मन्दिरको प्राङ्गण चिन्ता मुक्त हुने ठाउँ हो जस्तो लाग्छ उनलाई।

बलिउडमा सिक्किमकी गीताञ्जली

शिव मुखिया

डेनी डेन्जोङ्पापछि बलिउड चलचित्र उद्योगमा अर्की सिक्किमेली युवती गीताञ्जली थापाले आफ्नो भाग्य चम्काउने अवसर पाएकी छिन्। प्रसिद्ध हिन्दी चलचित्र 'जिस्म' का निर्देशक अमित सक्सेनाको नयाँ चलचित्रमा अनुबन्धित भएर उनले बलिउड चलचित्र उद्योगमा प्रवेश पाएकी हुन्। हाल छायांकनको क्रममा रहेको चलचित्र 'टिनाकी छवि' मा गीताञ्जलीले शीर्ष भूमिका निर्वाह गर्ने अवसर पाएकी छिन्।

चलचित्रमा उनीसँगै बलिउड स्टार रणवीर सुरीको मूख्य भूमिका छ। 'चलचित्रमा मैले टिनाको भूमिका गरेकी छु,' सिक्किमको मोडलिङ क्षेत्रमा राम्रो ख्याति कमाएकी गीताञ्जलीले चलचित्रमा आफ्नो भूमिकाका सम्बन्धमा भनिन्- 'टिना एउटी अर्धचिनियाँ युवती हो, उसको सम्बन्ध रणवीरसँग गाँसिएको हुन्छ।' चलचित्रमा उनले रणवीरलाई कहिले माया गर्ने त कहिले घृणा गर्ने चरित्र निर्वाह गर्ने बताइन्।

गीताञ्जली पश्चिम सिक्किम च्याखुङ निवासी हुन्।

सानैदेखि कलाकारितामा रुचि राख्ने गीताञ्जलीले मिस नर्थ इस्ट-२००७ को मुकुट जितेपछि मोडलिङ क्षेत्रमा आफ्नो क्यारियर सुरु गरेकी थिइन्। गुहाहाटीमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगिता जितेपछि उत्तरी-पूर्वी क्षेत्रमा उनले चर्चा पाएकी थिइन्। उक्त प्रतियोगिताबाट उनी शारीरिक रूपमा मात्र होइन, भित्री मन-मस्तिष्कका दृष्टिले पनि सुन्दर र सबल छिन् भन्ने आमजनसमुदायमा गहिरो छाप छोड्न सफल भइन्। उनले सन् २००६ मा मिस फोटोजेनिक, मिस स्किन तथा मिस युनिर्भसिटी र अन्ततः मिस युनिर्भसिटी मुम्बईको उपाधिसमेत हात पारेकी थिइन्। त्यसो त १५ वर्षको कलिलै उमेरमा उनले 'मिथ' नामक चलचित्रमा अभिनय गर्ने अवसर पाएकी थिइन्। सिक्किममा पहिलो पटक वनेको अंग्रेजी भाषाको छोटो चलचित्र 'मिथ' को निर्देशन प्रशान्त रसाइलीले गरेका थिए।

विद्यालयमा छँदैदेखि विभिन्न नाटकमा अभिनय गरेर कलाकारितामा होमिएकी गीताञ्जलीले बलिउडमा पनि राम्रै छाप छाड्ने आशा गरिएको छ। बलिउडमा गीताञ्जलीको प्रवेशलाई सिक्किमेलीहरूले गौरवका रूपमा लिएका छन्। हाल उनी चलचित्रको छायांकनका क्रममा कोलकाता पुगेकी छिन्। उक्त चलचित्रको छायांकन भैरहेको र हाल गीताञ्जली चलचित्र युनिटसँगै रहेको उनको पारिवारिक स्रोतले बताएको छ।

जन्म दिनको शुभकामना

फागुन ७ गते
दीपक श्रेष्ठ (चलचित्र निर्देशक)
फागुन ९ गते
ऋचा घिमिरे (नायिका) सविन राई (गायक)
फागुन ११ गते
सुदिन पोखरेल (र्‍याप गायक) क्रिस केसी (गायक)

नबिझाउने दाह्री

● **सुव्रत आचार्य**

एञ्जेलिना जोली चलचित्रमा रोमान्स वा यौनउत्तेजक दृश्यको छायांकनमा जाने अघिल्लो रात आफ्नो श्रीमान्सँग यौनको सुखद् आनन्द लिएर सन्तुष्ट हुन्छिन्। त्यसपछि पुरुष कलाकारसँग उत्तेजक दृश्य गर्दा उनी मात्र अभिनय गर्न थाल्छिन् र उनलाई वास्तविक उत्तेजना आउँदैन। हलिउडकी ती नायिकाले कुनै बेला भनेको यो कुरा कलिउडकी नायिका रेखा थापाले कतै पढेकी थिइन्‌रे। विवाहित भएकाले रेखाका लागि यो कुरा सम्भव हुनसक्छ। यद्यपि उनका लागि एञ्जेलिनाको जस्तो पूर्वतयारी आवश्यक छैन। 'यहाँ त्यति खुलस्त रूपमा रोमान्स देखाउन सम्भव छैन। त्यसैले मलाई पुरुष कलाकारसँग रोमान्टिक अभिनय गर्दा सहज महसुस हुन्छ,' -रेखाले भनिन्। रेखाका अनुसार 'राजेश हमाल, दिलीप रायमाझी, विराज भट्टहरूसँग रोमान्सको अभिनय गर्दा दाइहरूसँग जिस्किएको जस्तो लाग्छ। उहाँहरूसँग त्यस्ता दृश्य गर्दा मनभित्रदेखि भाव निकालेर अभिनय गर्छु तर नयाँ पुस्ताका नायकहरूसँग अभिनय गर्दा भाव ल्याउन मेहनत नै गर्नुपर्दैन।' किन त ? उनको जवाफ थियो- 'पहिलो त उनीहरूसँग मेरो उमेर मिल्छ, दोस्रो उनीहरूको दाह्री।'

रेखाले चलचित्र 'हिम्मत' र 'किस्मत'मा अहिलेका चकलेटी तर च्यास्स-चुस्स दाह्री उमारेका नायक आर्यल सिग्देलसँग रोमान्स गरिन्। 'उसको गालामा गाला जोडिँदा र उसको दाह्रीमा हात पुग्दा बेग्लै प्रकारको अनुभूति हुन्थ्यो,' उनले मुस्कुराउँदै भनिन्- 'कता-कता केही बिझाएजस्तो।' राजबल्लभले पहिलो चलचित्रमै दाह्री पाले, जसमा उनकी नायिका थिइन्– युना उप्रेती। प्रेममय चलचित्र भएकाले 'पर्खी बसें'मा उनीहरूबीचको रोमान्टिक दृश्य बढी हुनु स्वाभाविक थियो। युना सम्झन्छिन्– 'उसको दाह्री हल्का भए पनि कडा छ, तर कुनै पनि दृश्यमा उसको दाह्रीले मलाई दरफराएन।' राजलाई दाह्री पालेको र नपालेको दुवै अवस्थामा सुहाउने युनाको धारणा छ।

ऋचा घिमिरे पोखरामा 'छाडी गए पाप लाग्ला'को छायांकनमा छिन्। यो चलचित्रमा उनका नायक छन्– राजबल्लभ कोइराला। उनले पहिलो चलचित्रमा झैं यो चलचित्रमा पनि छ्यासमिसे दाह्री उमारेका छन्। ऋचालाई पुरुषले दाह्री उमारेको राम्रो लाग्छ। दाह्री उमारेका पुरुषहरू 'मेन्ली' देखिने उनको भनाइ छ। चकलेटी अनुहार भएकाले दाह्री काटेर चिल्लो भएको सुहाउँदैन कि ? ऋचाको अनुमान हो। उनले आफ्नो हिरो राजका बारेमा भनिन्- 'उनको अनुहार चकलेटी छ, क्लिन सेभमा उनी अझ चकलेटी देखिन्छन्। उनलाई हल्का दाह्री राखेको सुहाउँछ।' यद्यपि ऋचाले दाह्री भएका नायकहरूसँग रोमान्स गर्दा छालामा 'एलर्जी' हुने पनि बताइन्। रमित ढुंगानासँग कुनै चलचित्रमा रोमान्स गर्दा गर्धन र पाखुरामा 'एलर्जी'का खटिराहरू आएको तीतो अनुभव छ उनीसँग र पनि रमितलाई दाह्री पालेको सुहाएको ऋचाको कथन छ।

रमित ढुंगानाले पहिलो चलचित्र 'माया नमार'मा चिल्लो गाला बनाएर अभिनय गरेका थिए। त्यसमा उनको नायिका थिइन्– सञ्चिता लुइँटेल। त्यसपछि पछिल्लो चलचित्र 'गुरु-दक्षिणा'मा अभिनय गर्दासम्म उनले कुनै पनि चलचित्रमा दाह्री काटेका छैनन्। यो चलचित्रमा पनि उनको जोडी सञ्चिता नै छिन्। 'चिल्ला रमित चकलेटी थिए। दाह्रीवाल रमित ह्यान्डसम् छन्। उनलाई जस्तो रूप धारण गरे पनि सुहाउँछ।' -सञ्चिताले भनिन्- 'आरडी (रमित) मेरो फेभरेट हिरो हो। ऊसँग 'माया नमार'पछि 'मृत्युञ्जय'मा काम गरेँ। 'माया नमार' का चिल्ला रमित मृत्युञ्जयमा चुस्स दाह्री पालेका थिए। 'गुरु-दक्षिणा' सम्म आइपुग्दा उनको दाह्री लामो भैसकेछ।' सञ्चिता भन्छिन्- 'दाह्री पालेको नायकसँग गाला जोड्नुपर्ने दृश्य गर्नुपरेको छैन। वास्तवमा म चलचित्र साइन गर्दा पहिल्यै के कुरा क्लियर गर्छु भने म अति रोमान्टिक दृश्य गर्दिनँ। त्यसैले नायकहरूको गालासम्म पुग्नुपरेको छैन।'

आर्यन सिग्देल दुई वर्षअघि अभिनय गरेको म्युजिक भिडियो 'घाँस काट्ने खुर्केर'मा दाह्री काटेका चिल्ला 'चकलेटी' देखिएका थिए। नायिका रञ्जना शर्मासँग उनले त्यो भिडियोमा रोमान्टिक अभिनय गरेका थिए। पछिल्लो पटक चलचित्र 'मौसम'मा उनी नायिका शर्मासँगै नायक भए। 'दाह्री काट्दा ऊ क्युट मात्रै थियो, अहिले चुस्स दाह्री राख्दा ऊ म्याच्योर, क्युट अझ भनौं सेक्सी देखिएको छ,' -रञ्जनाले आर्यनको दाह्रीको विश्लेषण नै गरिन्। आर्यन गोरो भएकाले उसलाई दाह्री सुहाउँछ। उनको अनुहारअनुसार दाह्री म्याच पनि गरेको कुरा भन्न रञ्जनाले छुटाइनन्। छायांकनका क्रममा आर्यनको दाह्री बिझाएन ? यो प्रश्नमा रञ्जना केही बेर हाँसिन र भनिन्- 'उसको दाह्री हो, झुसेल्कीरा होइन नि। त्यसमाथि चलचित्रमा उसको अँगालोमा बाँधिँदा वा रोमान्स गर्दा मैले त्यस्तो अनुभूति नै गरिनँ।' आर्यनलाई दाह्री पालेको सुहाएको कुरा गर्ने रञ्जनालाई भने आफ्नो श्रीमान् चलचित्र निर्देशक श्याम भट्टराईले दाह्री पालेको पटक्कै मन पर्दैन। रञ्जनाले भनिन्- 'उहाँ क्युट हुनुहुन्छ। त्यसैले उहाँले दाह्री काटेकै सुहाउँछ।'

'तस्बिर'मा नायक रिमेश अधिकारीले दाह्री पालेका छन्। जीवनदेखि दिक्क, बेरोजगार तथा प्रेममा असफल प्रेमीको रूप पर्दामा चित्रण गर्न उनको चुस्स दाह्रीले उनलाई निकै साथ दिएको छ। उक्त चलचित्रमा प्रेरणा शर्माले उनको जोडी भएर अभिनय गरेकी छिन्। प्रेरणाका अनुसार रिमेशलाई चलचित्रको चरित्रअनुसार दाह्री सुहाएको छ। चलचित्रका अति कम रोमान्सका दृश्यमध्येका केही दृश्यमा प्रेरणाले रिमेशलाई अँगालोमा बाँध्नुपर्ने थियो। 'त्यतिबेला उसको दाह्रीले हल्का घोच्थ्यो, तर त्यसलाई सामान्य नै मानें। दाह्रीले घोच्दा मलाई त्यस्तो कुनै बेग्लै अनुभूति भएन,' -प्रेरणाले भनिन्।

सुमनसिंह कहिले दाह्री पाल्ने त कहिले काट्ने काम गर्छन्। विगत केही समययता भने उनी चुस्स दाह्रीमै भेटिन्छन्। उषा पौडेलसँग सुमनले 'राज्य', 'रणसंग्राम' आदि चलचित्रमा रोमान्सका दृश्य गरिसकेका छन्, तर उषालाई सुमनको दाह्री बिझाएको छैन। 'राज्यमा भन्दा रणसंग्राममा उसको र मेरो रोमान्टिक दृश्य बढी थियो। ऊसँग रोमान्स गर्दा मेरो ध्यान दाह्रीतिर गएन। मलाई कुनै पनि बेला उसको दाह्रीले बिझाएको अनुभव भएन,' -उषाले सुनाइन्। विक्रान्त बस्नेत पनि हल्का दाह्री राख्ने नायक हुन्। उषालाई चलचित्र 'पलपलमा' उनको दाह्री बिझाएन। अझ यसो भनौं दाह्री भएका नायकसँग अभिनय गर्दा पनि उषा सहज महसुस गर्छिन्। यद्यपि उषा भन्छिन्- 'दाह्री पालेका लोग्नेमानिस फोहरी देखिन्छन्।'

नेपाली कलाकारलाई तान्यो भोजपुरी चलचित्रले

वीरगन्ज– नेपालका व्यस्त नायक-नायिकादेखि चरित्र अभिनेता र अभिनेत्रीहरू केही समययता भोजपुरी चलचित्रप्रति आकर्षित हुन थालेका छन्। नायक विराज भट्टलाई भोजपुरी चलचित्रमा अभिनय गर्दा खुब रमाइलो लाग्छ। उनले एक वर्षयता तीनवटा भोजपुरी चलचित्रमा अभिनय गर्न भ्याइसकेका छन्।

पहिलो भोजपुरी चलचित्र 'लागल रह ए राजाजी' सुपरहीट भएपछि दर्शकबाट राम्रो रेस्पोन्स पाएका विराजले दोस्रो भोजपुरी चलचित्र 'रक्षक' को छायाङ्कन कार्य सकेका छन् भने हाल उनी वीरगन्जमा तेस्रो भोजपुरी चलचित्र 'हम हैं हीरो हिन्दुस्तानी' को छायाङ्कनमा व्यस्त छन्। विराज भन्छन्- 'एउटा सक्षम कलाकारले सबै भाषालाई उत्तिकै माया गर्न सक्नुपर्छ, भोजपुरी चलचित्रले कलाकारलाई नेपाल र भारतका थुप्रै दर्शकमाझ चिनाउँछ।'

'आफ्नो डाइलग म प्रायः नेपालीमै बोली रहेकी छु,' रेखाले भनिन्। नायिका मिथिला शर्माको भोजपुरी चलचित्र अनुभव पनि सुखद छ। भोजपुरी चलचित्रमा नारी पात्रलाई महत्त्व, सम्मान दिने अनि नारी पात्रकै वरपर कथा घुम्ने भएकाले पनि आफूलाई भोजपुरी चलचित्रमा अभिनय गर्न रमाइलो लाग्ने उनको तर्क छ। 'भोजपुरी कला-संस्कृति अत्यन्त समृद्ध भएकाले भोजपुरी चलचित्रमा अभिनय गर्न पाउँदा हाम्रो कलामा चमक आउँछ,' मिथिलाले बताइन्।

हालसम्म दुई भोजपुरी चलचित्र 'कब होई मिलनवा हमार' र 'त्रिकोण'मा अभिनय गरिसकेकी मिथिलाको 'हम हैं हिरो हिन्दुस्तानी' तेस्रो भोजपुरी चलचित्र हो। भोजपुरी चलचित्रका दर्शकले अत्यन्त रुचाएकाले आफू उत्साहित भएको मिथिला बताउँछिन्। आफ्नो नाम पनि मिथिला भएकाले यहाँका दर्शकले आफूलाई मधेसी मूलकै कलाकारका रूपमा चिन्ने गरेको शर्मा बताउँछिन्। एकपटक भोजपुरी चलचित्रका सुपरस्टार रवि किशनले आफूलाई भोजपुरी चलचित्रमा अभिनय गर्न अत्यन्त सहज हुन्छ होला भनी जिज्ञासा राखेको सम्झँदै उनले भनिन्- 'रवि किशनले मलाई मैथिली नै मानेछन्।'

अर्की नायिका शुभेच्छा थापाको भोजपुरी चलचित्रमा अभिनयको अनुभव रमाइलो छ। चलचित्र 'हम हैं हीरो हिन्दुस्तानी' मा नायक विराज भट्टकी बहिनीको भूमिका निर्वाह गरिरहेकी शुभेच्छा कान्तिपुर टेलिभिजनको चर्चित टेलिश्रृङ्खला 'यहाँको चलन' र नेपाल टेलिभिजनमा प्रसारण भैरहेको 'जीवनचक्र'मा समेत अभिनय गरिरहेकी छिन्।

भविष्यमा भोजपुरी चलचित्रको यात्रालाई निरन्तर राख्ने उनको योजना छ। नायिका रेजिना उप्रेती पनि यो चलचित्रको एउटा गीतमा देखा पर्दैछिन्। निखिल उप्रेतीदेखि लिएर झरना थापा तथा अन्य थुप्रै कलाकारले भोजपुरी चलचित्रमा हात हालेर सफलताको स्वाद चाखिसकेका छन्।

–शंकर आचार्य

लभगुरु

कक्षा १२ मा अध्ययन गर्दादेखि नै म आफ्नी क्लासमेटसँग प्रेम गर्न थालें। प्लसटुको समाप्तिसँगै मैले चार्टर्ड एकाउन्ट पढ्न थालें। हामी एक–अर्कालाई निकै माया गर्छौं। हाल म सीए र बीबीएस दोस्रो वर्षको डबल कोर्स गर्दैछु। उनी पनि बीबीएस दोस्रो वर्षमा अध्ययनरत छिन्। अब एक वर्षमा उनको विवाह हुने निश्चित छ। मलाई सीए वा डिग्री जे गरे पनि अध्ययन सिध्याउन अझै चार वर्ष लाग्छ। उनी आफ्नो खुट्टामा उभिने भएपछि मात्र विवाह गर्ने बताउँछिन् र म पनि त्यही चाहन्छु। हामी दुवै गाउँले परिवेशमा हुर्किएकाले यो कुरालाई गोप्य राख्न चाहन्छौं। किनकि गाउँको धारणा हामीले कल्पना गरेभन्दा निकै फरक छ। त्यहाँ प्रेमलाई इज्जत बिगार्ने माध्यम मानिन्छ। त्यसैले हामी हाम्रो परिवारबाट समेत यो कुरा लुकाइरहेका छौं। योग्य भएपछि सबैको मञ्जुरीमा विवाह गर्ने हाम्रो चाहना छ। म आफ्नो भविष्य बिगार्न सक्दिनँ र उनीबाट अलग पनि हुन सक्दिनँ। यस्तो अवस्थामा सफल व्यक्ति बनेर उनको साथ सम्मानित र सफल जीवन बिताउने मेरो लक्ष्य कसरी पूरा होला ?

–बी.

हाम्रो समाजमा अधिकांश प्रेमको अन्त्य यही कारणले हुने गरेको पाइन्छ। प्रेम हुन्छ र पछि पढाइ वा उच्च अध्ययन गरेर क्यारियर बनाउन युवकले पढाइलाई रोज्छ भने युवतीका अभिभावकहरूले विवाह गरिदिन्छन्। तपाईंहरूको प्रेमको पनि त्यही हविगत नहोला भन्न सकिँदैन। प्रेमले पढाइ बिग्रिएला भन्ने थाहा थियो भने किन प्रेम गर्न थाल्नुभयो ? वास्तवमा प्रेम वा विवाहले पढाइ बिगार्ने होइन, तरिका जान्नुभयो भने अझ सप्रिन्छ। समाजमा विवाहपछि उच्च अध्ययन गरेर लक्ष्य प्राप्त गरेका मानिस धेरै छन्। अहिलेको समाजमा विवाहपछि श्रीमान्-श्रीमती दुवै सुखद वैवाहिक जीवन व्यतीत गर्दै आफ्नो अध्ययनलाई पनि अघि बढाएका अनेकौं उदाहरण पाइन्छन्। त्यसैले मेरो सल्लाह मान्नुहुन्छ भने आ-आफ्ना परिवारका सदस्यलाई यस विषयमा जानकारी दिनुहोस्। उहाँहरू राजी हुनुभयो भने केही समयपछि विवाह गर्दा फरक नपर्ला। यदि राजी हुनुभएन भने पनि तपाईंहरूले निराश भैहाल्ने अवस्था छैन, किनकि मलाई लाग्छ, नेपालको कानुनअनुसार तपाईंहरू बालिग भैसक्नुभयो र विवाहका विषयमा निर्णय गर्ने अधिकार तपाईंहरूलाई छ।

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

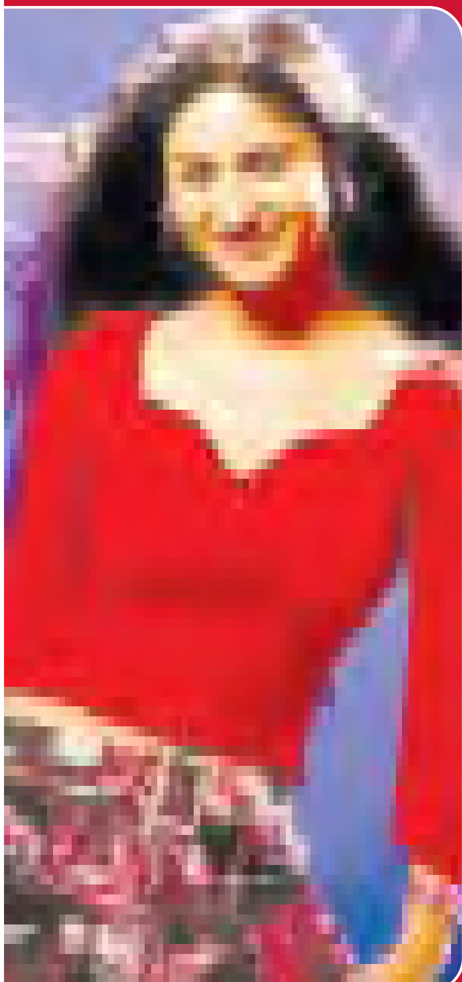
फिल्मी खबर

▶▶ स्वास्थ्यसेवामा कार्यरत संस्था एस्युरेन्स युनिटी लाइफ पब्लिक लिमिटेडले चलचित्र निर्माण गर्ने भएको छ। उक्त संस्थाले वसन्त निरौलाको निर्देशनमा चलचित्र 'विजयपथ'को निर्माण गर्न लागेको हो, जसमा सुशील क्षेत्री, निखिल उप्रेती, सञ्चिता लुइँटेल, दीपक त्रिपाठी आदि कलाकारको मुख्य भूमिका रहनेछ।

▶▶ छिन्ताङको कहाली लाग्दो अवस्था चित्रण गर्दै छिन्ताङ हत्याकाण्डमा आधारित चलचित्र 'कालरात्रि' को निर्माण प्रारम्भ भएको छ। सुर श्रृङ्गार फिल्म्स प्रा.लि. काठमाडौं र जननी जन्मभूमि सांस्कृतिक रंगमञ्च धनकुटाले बनाउन लागेको चलचित्र 'कालरात्रि' रङ्गकर्मी किशोर अनुरागको निर्देशनमा बन्न लागेको हो। यो चलचित्रमा रूपेश उप्रेतीको प्रस्तुति, सभासद हरिराज खेवाको परिकल्पना, कृष्णप्रसाद आचार्यको पटकथा तथा संवाद एवं पुरुषोत्तम शिवाकोटीको निर्माण रहनेछ। यो चलचित्रको गीत गोपाल बराईलीले लेखेका हुन् भने यसको छायांकन खोकु, छिन्ताङ, आँखिसल्ला तथा धनकुटा सदरमुकाम आसपासमा गरिनेछ।

▶▶ कुमाल र माझी जाति कस्ता छन् र उनीहरू कहाँ बस्छन् ? उनीहरूको रहनसहन र अवस्था कस्तो छ ? यस्तै विषयवस्तु समेटेर गुल्मी जिल्लाका कुमाल, माझी र सीमान्तकृत जातिहरूको पहिचान दिन लघुचलचित्र 'गाजली' तयार हुने क्रममा छ। गुल्मी जिल्लाका विभिन्न स्थानमा कष्टकर जीवनयापन गरिरहेका कुमाल, माझी र सीमान्तकृत जातिलाई समेटेर मेरिना सिने मेकर्स प्रा.लि.ले गाजलीको निर्माण गर्न लागेको हो।

तपाईंलाई झाडाबान्ताले कतिको सताएको छ ?



सोच्दैछु.....उफ्...एकछिन है...झाडा र बान्ताले छुट्टाछुट्टै सताएको छ। सम्झिन्छु है, खोइ एकैपटक त सताएको रहेनछ। तर मलाई बेला बेला झाडा तथा बान्ता भैदिए हुन्थ्यो जस्तो लाग्छ, त्यसले पेट ठीक गर्छ नि...जीवनजलले नै ठीक पार्छ, सताउने गरी छैन.....।

सुनिल पोखरेल, नाट्यकर्मी

अहिलेसम्म त याद हुने गरी सताएको छैन, तर कहिलेकाहीं सामान्य पखाला लाग्छ। अहिले त देशलाई नै झाडाबान्ता लागिरहेको अवस्थामा देशको नागरिक भएकाले मलाई पनि त्यसको प्रभाव परिहाल्छ नि होइन ?

दयाराम दाहाल, निर्देशक

सताएको छ, चार-पाँच वर्षअघि झाडा-बान्ताले निकै ग्रस्त बनाएको थियो। त्यसबेला पनि हस्पिटल त जानुपरेन, तर मेडिकलबाट औषधी ल्याएर खानुपर्‍यो।

केवल एक प्रश्न

यो कुरालाई म कहिल्यै बिर्सन सक्दिनँ...त्यो भन्दा अघि र पछि पनि मलाई झाडा-बान्ता भएको छैन।

गरिमा पन्त, नायिका

मलाई कहिल्यै सताउँदैन ......केमा छाप्ने हो यो ? म खानामा एकदमै कन्सस छु, त्यसकारण झाडा-बान्ता लागेको छैन। हाइजेनिक खाना मात्र खान्छु....कहिलेकाही हल्का-फुल्का फुड पोइजनिङले प्रोब्लम गर्ने मात्र हो .....सताएको छैन।

सान्द्रा पुन, हेयरस्टाइलिस्ट

कस्तो अचम्म, मलाई त अहिले पनि झाडा-बान्ताले नै सताइरहेको छ, एउटा कन्सर्ट सकेर फर्केलगत्तैदेखि झाडा-बान्ताले सताएको हो। अनब्यालेन्स खाना र पानी भयो भने झाडा-बान्ताले समाइहाल्छ, मलाई बेला-बेलामा यो समस्याले सताइरहन्छ।

अनिल सिंह, गायक

जम्का भेट

आठ वर्षअघि मिस्टर नेपालको उपाधि जितेपछि मोडलिङबाट अभिनय क्षेत्रतर्फ आकर्षित भएका विराटनगरका जीवन लुइँटेल नेपाली चलचित्र क्षेत्रको लागि नयाँ नाम हो। उनले करिब तीन वर्षअघि नै प्रदर्शन भएको चलचित्र 'तीर्खा' मा अभिनय गर्नुअघि एउटा टेलिश्रृंखलामा पनि अभिनय गरेका थिए। यसै वर्ष प्रदर्शन भएका दुई चलचित्र 'सानो संसार' तथा 'नसिब आफ्नो' बाट मात्र उनलाई दर्शकले 'नयाँ नायक' को रूपमा चिन्न पाए। भर्खरै छायांकन सम्पन्न भएको चलचित्र 'दीपशिखा' मा दीपको शीर्षक भूमिका निर्वाह गरेपछि उत्साहित बनेका लुइँटेल यो चलचित्रको प्रदर्शनपछि आफू चलचित्र क्षेत्रमा स्थापित हुने कुरामा ढुक्क छन्।

दीपशिखामा तपाईंले कस्तो भूमिका निर्वाह गर्नुभएको छ ?

प्रेमकथामा आधारित यो चलचित्रमा मैले दीपका रूपमा मुख्य नायकको भूमिका निर्वाह गरेको छु।

चलचित्रको आफ्नो भूमिकाप्रति कत्तिको सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?

निर्देशक नरेश पौड्यालको ड्रिम प्रोजेक्टका रूपमा निर्माण गरिए पनि चलचित्रको छायांकनपछि यो मेरो पनि ड्रिम प्रोजेक्ट बन्न पुगेको छ अर्थात् यसको प्रदर्शनपछि नेपाली चलचित्रमा स्थापित हुने आशा लिएको छु।

नायिका अरुणीमा लम्सालसँगको जोडी कत्तिको सुहाउँदो छ ?

प्रेमी-प्रेमिकाका रूपमा हाम्रो जोडी सुहाएको अनुभव गरेको छु। निर्देशक तथा अन्य कलाकारहरूले पनि हाम्रो जोडीलाई दर्शकले मन पराउने धारणा व्यक्त गरेका छन्।

छायांकनको अन्तिम दिन दुर्घटनामा पर्नुभएछ, कसरी भयो त्यो घटना ?

वास्तवमा अचम्म लाग्ने गरी म घाइते भएँ। २००८ को अन्तिम दिन साँझ चलचित्रकै अन्तिम दृष्य छायांकन हुँदै थियो। अन्तिम दृष्यका लागि नायिका अरुणीमा र म चोभारको डाँडाबाट हामफाल्नुपर्ने दृष्य थियो। हामफालेपछि सट त ओके भयो तर नायिकाको शरिरसँग ठोक्किएर मेरो हात नै भाँचियो।

अहिले के गर्दै हुनुहुन्छ ?

डाक्टरले एक महिना आराम गर्नु भनेका थिए। माघको अन्तिम सातादेखि चलचित्र 'मेरो एउटा साथी छ' को बाँकी काम सिध्याउँदै छु।

कपिलका बारेमा कसले के भने ?

मुम्बई– कपिल थापा यतिबेला चर्चाको शिखरमा छन्। सांगीतिक रियालिटी सो इन्डियन आइडल-४ को उत्कृष्ट तीनमा छनौट भएपछि कपिल थापा नै अबको इन्डियन आइडल हुनेमा अधिकांश नेपाली ढुक्क छन्। नेपालीभाषी गायक दिन-प्रतिदिन शिखर चढ्दै जाँदा नेपालीले गर्व महसुस गरेका छन्। त्यसैले पनि उनलाई चारैतिरबाट सहयोग र समर्थन जुटिरहेको छ। देश-विदेश र नेपालबाट कपिललाई भोट दिइरहेका लाखौं नेपाली कपिललाई नै इन्डियन आइडल बनाउन खटिरहेका छन्। आगामी मार्च १ सम्म लगातार भोटिङ गरेर कपिललाई जिताउन यतिबेला देहरादून, सिक्किम, दार्जीलिङ, दिल्ली र मुम्बईका नेपालीहरू लागिपरेका छन् भने कपिल कार्यरत आर्मी क्याम्पले समेत कपिलको समर्थनमा भोटिङ गरिरहेको छ। गायक थापालाई मुम्बईमा रहेका गायक-गायिका, संगीतकार, गीतसंगीतप्रेमी एवं शुभचिन्तकहरूले कसरी हेरेका छन् ? साप्ताहिकका लागि मुम्बईमा वीरेन्द्र पौडेलले गरेको कुराकानी :

आर्मीमा लागेको युवा संगीतको क्षेत्रमा लागेर त्यति माथि पुग्नु राम्रो संकेत हो। उनमा केही खुबी छ भन्ने कुरा यसले प्रमाणित गरेको छ। भगवान्ले साथ दिए र सबै नेपालीले भोट गरे भने अवश्य पनि कपिल नै इन्डियन आइडल बन्न सक्छन्। हामी सबैका तर्फबाट उनलाई सफलताको शुभकामना छ।

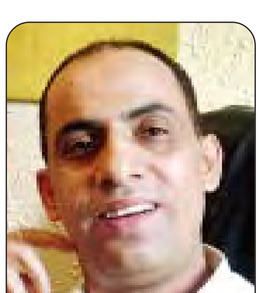
–रञ्जित गजमेर (वरिष्ठ संगीतकार)

६० प्रतिशत नेपाली रहेको देहरादूनबाट कपिलले प्रतिनिधित्व गर्दा अवश्य पनि सबैलाई खुसी लागेको छ। उसलाई सफलताका लागि धेरै-धेरै शुभकामना छ। यो हामी सबैका लागि गर्वको कुरा पनि हो।

–कुमार कान्छा (पार्श्व गायक)

जुन हिसाबले कपिलले इन्डियन आइडलमा गाइरहेका छन, जस्तो उनको प्रस्तुति छ त्यसले टप वानमा आउने निश्चित छ। कपिलको भ्वाइसको क्वालिटी पनि राम्रो छ। अझै सिकेर निरन्तर गायन क्षेत्रमै अघि बढे भने कपिल अवश्य राम्रो गायक बन्न सक्छन्। उनी इन्डियन आइडलको विजेता बन्नेमा म पूर्ण आशावादी छु।

–सौर्यजित बाँस्कोटा (युवा संगीतकार)



एउटा नेपालीभाषी गायक यति ठूलो प्रतिस्पर्धामा उत्रिएर टप थ्रीसम्म आइपुग्नु सबैका लागि खुसीको कुरा हो। प्रशान्तजस्तै यसपालिको इन्डियन आइडलमा पनि कपिल नै विजेता हुन्छन् भन्ने हामी सबैलाई लागेको छ। त्यसका लागि हामीले आ-आफ्नो ठाउँबाट सक्दो सहयोग गर्नुपर्छ।

–रविचन्द्र भट्टराई (पोस्ट प्रोडक्सन इन्चार्ज, बालाजी टेलिफिल्म)

दोस्रो पटक करोडौं दर्शकले हेर्ने रियालिटी शोमा एउटा नेपालीभाषी गायक उत्कृष्ट थ्रीमा पुगेका छन्, यो गर्वको कुरा हो। यदि सबैले सहयोग गर्ने हो भने अवश्य पनि कपिल नै इन्डियन आइडल बन्नेछन्। म सम्पूर्ण नेपालीलाई कपिलका लागि (आफूले गर्ने फजुल खर्च कम गरेर भए पनि) भोट गर्न अपिल गर्दछु।

हामीले मुम्बईमा आफ्नो स्तरबाट सहयोग गरिरहेका छौं र कपिलको समर्थनमा छिट्टै एउटा कार्यक्रम गर्ने पनि सोच बनाएका छौं।

–मास्टर थापा
अध्यक्ष, नेपाली श्रमिक मजदुर युनियन, मुम्बई

कपिलको जित्ने सम्भावना बढी छ। मैले प्रशान्तको जस्तै कपिलका लागि पनि ठाउँ-ठाउँमा भोटका लागि विशेष पहल गरेको छु। दिल्ली, गुहावटी तथा सिलगुढीको सालबारीलगायतका ठाउँमा फ्यान क्लबहरू गठन भएको छ। सबैतिरको वातावरण कपिलमय बनेको छ। सबै गोर्खाली निकै उत्साहित देखिन्छन्। केही स्थानमा सामूहिक भोटिङका लागि बुथसमेत स्थापना गर्ने पहल भैरहेको छ।

–ज्ञानेन्द्र अर्याल (दार्जीलिङका पत्रकार)

मैले सुरुदेखि नै इन्डियन आइडल हेर्दै आएको छु। अहिलेसम्म कपिल नै सरासर अगाडि बढिरहेका छन्। अबको प्रतिस्पर्धामा समेत कपिल खरो रूपमा उत्रने छन्। रहयो भोटको कुरा, उनलाई भारतभरि छरिएर रहेका नेपाली, नेपाल र विदेशमा रहेका नेपालीहरूले मात्र होइन, पूरै भारतीय आर्मीले समेत भोट गरिरहेका छन्। त्यसैले पनि अबको इन्डियन आइडल कपिल नै बन्छन् भन्नेमा म आशावादी छु।

– विश्व पौडेल (शुभचिन्तक, मुम्बई)

कपिल थापाको स्वरमा एउटा छुट्टै जादु छ। उनी लगातार डेन्जर जोनमा नपरी टप थ्रीसम्म पुगेका हुन्। उनले अब अन्तिम प्रतिस्पर्धाका लागि अझ बढी मेहनत गर्नुपर्छ र सबै नेपालीले कपिलको पक्षमा धेरैभन्दा धेरै भोट गर्नुपर्छ। अब कपिल नै इन्डियन आइडल बन्छन् भन्नेमा हामी सबै प्रवासी नेपाली ढुक्क छौं।

–टेकबहादुर सिंह (सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजक)

यसपालि पनि इन्डियन आइडलमा नेपालीभाषी गायक नै विजेता हुने सम्भावना देखिएको छ। करोडौं दर्शकले विश्वव्यापी रूपमा हेर्ने रियालिटी शोमा नेपालीभाषी गायक यति माथि पुग्नु हामी सबैका लागि गर्वको कुरा हो। मुख्य कुरा त भोट हो त्यै कपिललाई कति भोट प्राप्त हुन्छ ?

–जमुना शर्मा (गायिका)

बेलायतमा सांगीतिक प्रतिस्पर्धा

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– गत शनिबार अर्थात् भ्यालेन्टाइन डेको अवसर पारेर बेलायतको राजधानी लन्डनमा नेपाली सांगीतिक समूहहरूबीच प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ ।

आयाम साउन्ड एन्ड भिजनले आयोजना गरेको प्रतियोगिता 'नेप्लिज लाइभ ब्यान्ड कन्टेस्ट' मा १२ वटा स्थानीय नेपाली सांगीतिक समूहले भाग लिएका थिए । प्रतियोगितामा केन्टस्थित पेपरेज ब्यान्डले वर्ष २००९ को सर्वोत्कृष्ट सांगीतिक समूहको पुरस्कार जितेको छ । पेपरेजले उपाधिसँगै १ लाख रुपैयाँ, ट्रफी तथा एउटा गीत रेकर्डिङ एवं म्युजिक भिडियो निर्माणको अवसर प्राप्त गरेको छ ।

दोस्रो पटक आयोजित यो प्रतियोगितामा लन्डनमै व्यस्त सांगीतिक समूह 'डेइन्टी एरर' ले दोस्रो स्थान हासिल गर्दै ट्रफी तथा एउटा गिटार प्राप्त गर्‍यो । प्रतियोगितामा आशा ब्यान्डका समीर आलेले आर्टिस्ट अफ अर्गनाइजर च्वाइस एवार्ड जिते । सर्वोत्कृष्ट गायकको एवार्ट हेडिज ब्यान्डका केवलले जिते भने सर्वोत्कृष्ट लिड गिटारिस्टको उपाधि पेपरेजका शेसन लिम्बूको पोल्टामा पर्‍यो । प्रतियोगिताका अन्य उपाधिमध्ये सर्वोत्कृष्ट बास गिटारिस्ट डेइन्टी एररका दिवस राई, सर्वोत्कृष्ट ड्रमरको उपाधि संगम, सर्वोत्कृष्ट बेस्ट किबोर्ड प्लेयरको उपाधि डेइन्टी एररका अभिदान थापा तथा सर्वोत्कृष्ट अदर इन्स्ट्रुमेन्टको पुरस्कार इनरसियाका विशाल गुरुङले जिते ।

बेलायतमा बस्ने नेपाली युवाको प्रतिभा प्रस्फुटनका लागि उक्त प्रतियोगिता गरिएको थियो । प्रतियोगितामा आयोजक आयाम ब्यान्ड तथा गत वर्षको विजेता यु एन्ड अस (गेस्ट ब्यान्ड) पनि सहभागी थिए । उक्त अवसरमा स्पर्धामा जेपिटी रकर्ज, लास्ट मिनेट, हेडिज, सर्पर्टाइन, इनरसिया, पेपरेज, आशा, फस्ट एटेम्ट, नो कोड, प्रतिविम्ब, राम्रो, गर्ल्स, डेइन्टी एरर तथा सेन्ट लुनाटिकबीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो ।

साप्ताहिक क्विज ९

- साप्ताहिक-कुसुमे रुमाल क्विजको उत्तर आगामी शुक्रबारसम्म आइपुग्ने गरी साप्ताहिकको ठेगानामा पठाउनुहोला ।
- कुपनमा पठाइएको उत्तर मात्र स्वीकार्य हुनेछ ।
- विजेताहरूमध्ये गोलाप्रथाबाट पाँच जनालाई गोपीकृष्ण मुभिजका तर्फबाट निरक पौडेलद्वारा निर्देशित एवं सौर्यजित बास्कोटाद्वारा संगीतबद्ध चलचित्र 'नयाँ कुसुमे रुमाल'का सुमधुर गीतहरू संग्रहित एक-एकवटा अडियो सिडी वा क्यासेट प्रदान गरिनेछ । साथै पाँच जनालाई काठमाडौंको चाबहिलस्थित गोपीकृष्ण मुभिजमा प्रदर्शन भैरहेको चलचित्रको २-२ वटा टिकट प्रदान गरिनेछ ।
- यो 'साप्ताहिक-कुसुमे रुमाल' क्विजका सर्त तथा नियमहरूमा सर्वाधिकार संयुक्त रूपमा कान्तिपुर पब्लिकेसन्स तथा गोपीकृष्ण मुभिजको रहनेछ ।

गोपिकृष्ण मूभिजमा कति वटा सिनेमा हल छन् ?

....

....

नाम : ....
ठेगाना : ....
....
फोन नम्बर : ....

क्विज-६ को उत्तर : निरज बराल

क्विज-६ का टिकट विजेताहरू:

१. वसन्त खत्री, पनौती
२. सुधांशु दाहाल, चितवन
३. कैलाश लामा, नयाँबजार
४. संजय केसी, कोटेश्वर
५. उमेश रिजाल, कौशलटार

क्विज-४ का सीडी विजेताहरू:

१. ज्योतिजंग निरौला, दमक
२. वाशुदेव कुलुङ, सोलुखुम्बू
३. रिकमानसिंह थापा, नवलपरासी
४. भरत चौधरी, चावहिल
५. अनिता आचार्य, जोरपाटी

विजेताहरूले परिचय पत्रसहित गोपीकृष्ण मुभिज, चावहिल फोन नं. ४४७९८९३/४ मा एक महिनाभित्र सम्पर्क राख्नुहोला । उपत्यका बाहिरका विजेताले परिचित व्यक्तिमार्फत परिचय पत्र पठाई पुरस्कार पाउन सक्नुहुनेछ ।

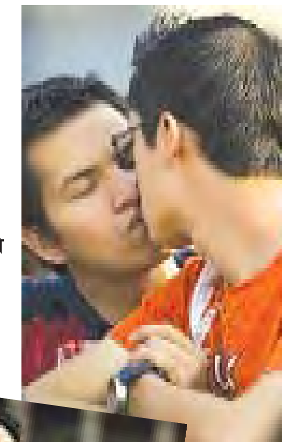
● पहिलो विश्व ●

कन्डमले नै मापन गर्ने

कुनै पुरुषले आफ्नो लिङ्गको लम्बाइ ढाँटेर महिलालाई यौन आनन्द दिन्छु भन्छ भने त्यस्ता पुरुषको लिङ्गको लम्बाइ पत्ता लागाउन सकिने कन्डम अन्तराष्ट्रिय बजारमा आएको छ । सन् २००९ को पूर्वसन्ध्यामा युरोपको बजारमा आएको यो कन्डमले कुनै पनि पुरुषको लिङ्ग कति लामो छ भन्ने कुरा मापन गर्न सक्छ । यो मापनको अन्तिम मापदण्ड ९ दशमलब ८ इन्चसम्म छ । यो कन्डमले पुरुषको लिङ्ग सेन्टिमिटर र इन्चमा मापन गर्न सक्छ । युरोपियन गुणस्तरको मापदण्ड पूरा गरेको यो कन्डमको निर्माण कन्डोमेट्रिक कम्पनीले गरेको हो । कतिपय महिलाले आफ्नो पार्टनरको लिङ्ग मापन गर्न यो कन्डम किन्ने गरेको र कतिपय पुरुषले आफ्नो लिङ्गको आकार महिलाले थाहा पाउने हुनाले यसको प्रयोगप्रति रुचि नराखेको बताएका छन् ।

किस मि ए लट

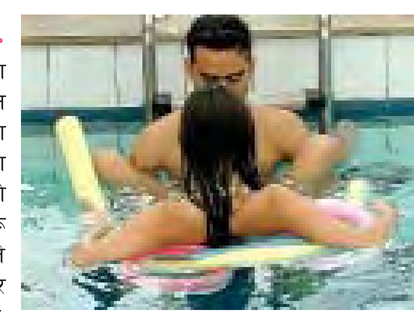
भ्यालेन्टाईन डे को अवसरमा मेक्सिकोमा ४० हजार भन्दा बढी जोडीहरुले एकै स्थानमा भेला भएर एक अर्कालाई च'म्बन गरे । एकै पटक च'म्बन गरेको यो संख्या अहिले सम्मकै सर्वाधिक रहेको आयोजकले बताएका छन् ।



सडकको नामाकरण

अष्ट्रेलियाको डार्बिन ग्रामिण क्षेत्रमा एक दिन सडकको फोहोर सफा गर्ने क्रममा ३० वटा भन्दा बढी 'सेक्स टोय' फेला पर्‍यो । एकै रात एकै स्थानमा यसरी सेक्स टोय फेला परेको यो क्षेत्रमै पहिलो घटना भयो । एकै रातमा यसरी जम्मा भएको सेक्स टोय (डिल्डो) ले उक्त क्षेत्रलाई चर्चित बनायो भने विभिन्न शंका उपशंका पनि उब्जायो । आखिर यत्रो मात्रामा सेक्स टोय कसले फयाक्यो भनेर ? यसरी एकै रातमा सेक्स टोयहरु जम्मा भएपछि ग्रामिण भेगमा ठ□लै चर्चा भयो र मानिसहरुले आ-आफ्नै किसिमले अड्कल काट्न थाले । तर सो क्षेत्रमा पाईएको सेक्स टोयहरु त कतिले त अहिलेसम्म देखेका समेत थिएनन् भने केही अन□भवीहरुले प्रयोग गर्न समेत लगे । अकस्मात रुपमा देखा परेको सेक्स टोयको बारेमा क□नै किसिमको निर्यौल नआएपछि स्थानिय व्यक्तिहरुले उक्त सडकको नामनै डिल्डो बोलेभर्ड नामाकरण गरे ।

अन्त्यमा...



मानिसमा यौनका विभिन्न किसिमका समस्या देखा पर्छन् । यी समस्याहरू रोगका कारणले मात्र नभएर शरीरको बनावट, लिङ्गको आकार वा शरीरको उचाइ आदिले पनि सिर्जना हुन्छ । यस्तै किसिमको समस्या महिलाहरूमा पनि रहन्छ । आ□नो यौनसाथी अग्लो हुनु, लिङ्गको आकार ठूलो हुनु, यौनक्रियामा लामो समय लाग्न नसक्नु आदि-इत्यादि । यौनसम्पर्कमा यस्तै समस्या भएका जोडीहरूले कुन आसनमा सहवास गर्नु उपयुक्त हुन्छ भन्ने कुराको जानकारी www.ivillage.com मा उपलब्ध छ ।

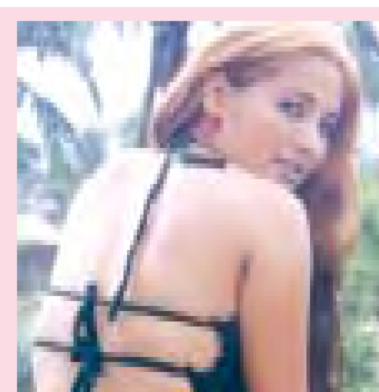
▸▸ हास्यश्रृंखलाहरूमा तराई मूलको चरित्र निर्वाह गर्ने कलाकार शिवशंकर रिजालले नयाँ हास्यश्रृंखला 'खिचडी' को निर्देशन गरेका छन् । राजनैतिक तथा सामाजिक विषयवस्तुमा निर्माण गरिएको यो श्रृंखलाको प्रसारण तराई टेलिभिजनबाट प्रारम्भ भएको छ । फागुन २ गते शुक्रबारदेखि प्रत्येक साता राति ८:३० बजे प्रसारण हुने यो श्रृंखलामा रवि डंगोल, मञ्जु श्रेष्ठ, शेखर खनाल, आरपी भट्टराई, कोपिला कार्की, बिमला संन्यासी, कृष्ण कोइराला आदि कलाकारले प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन् । निर्देशक रिजालका अनुसार श्रृंखलालाई मनोरञ्जक बनाउन हरेक भागमा एक-एकवटा दोहोरी गीत समावेश गरिएको छ ।

▸▸ गायक सुगम पोखरेल तथा अनिल सिंह भिडियो जक्कीका रूपमा प्रस्तुत हुने भएका छन् । इमेज च्यानलबाट चाँडै प्रसारण हुने सांगीतिक प्रतिस्पर्धात्मक कार्यक्रम 'पप आइकन' मार्फत पप संगीतका यी दुई स्थापित गायक कार्यक्रम प्रस्तोताका रूपमा प्रस्तुत हुन लागेका हुन् । कार्यक्रमको स्वरूप पनि यी दुवै गायकले बनाएका हुन् । पप संगीतमा नयाँ प्रतिभाको खोजी गर्ने उद्देश्यले आयोजना गर्न लागिएको कार्यक्रमका अघिल्ला श्रृंखलाहरूमा विभिन्न कलेज गएर सांगीतिक प्रतिभाहरूको खोजी गरिनेछ । कलेजहरूबाट खोजिएका २० जना प्रतिस्पर्धीलाई १०-१० जनाको दुई समूहमा विभाजन गरिनेछ, जसलाई सुगम तथा अनिलको समूहमा राखिनेछ । त्यसपछि मात्र वास्तविक प्रतिस्पर्धा प्रारम्भ हुनेछ । प्रतिस्पर्धाको निर्णायकमा कुन्ती मोक्तान, नवीन के भट्टराई तथा एड्रियन

● सानो पर्दा ●

प्रधान रहनेछन् ।

▸▸ नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको हास्यश्रृंखला 'झ्याइँकुटी झ्याइँ' ले प्रसारणको ७५ औं भाग पूरा भएको उपलक्ष्यमा एउटा विशेष कार्यक्रम आयोजना गर्ने भएको छ । फागुनको अन्तिम साता हुने कार्यक्रममा टेलिश्रृखलामा अभिनय गर्ने कलाकार तथा सहभागी प्राविधिकहरूलाई सम्मान गरिने श्रृंखलाका निर्देशक दमन रूपाखेतीले बताएका छन् ।



▸▸ सगरमाथा टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको चलचित्रसम्बन्धी कार्यक्रम 'मनोरञ्जन एकसाथ' मा मोडल सबी कार्की नयाँ भिडियो जक्कीका रूपमा प्रस्तुत भएकी छिन् । यो कार्यक्रम शनिबार साँझ ६:३० बजे प्रसारण हुन्छ । कार्यक्रममा सरोज केसी कार्यक्रम प्रस्तोताका रूपमा सक्रिय छन् । यो कार्यक्रममा प्रत्येक साता नेपाली चलचित्र तथा सांगीतिक क्षेत्रका सेलिब्रिटीसँग रमाइला खेल खेलाइन्छ ।

● साताको स्वर ●

प्रकाश लामा

तिमी मलाई... कुन शैलीमा आधारित गीत हो ?
यो गीत लोक-पप शैलीमा आधारित छ।

गीतको कुन पक्षमा बढी मेहनत गर्नुभएको छ ?
गायनमा बढी मेहनत गरेको छु, तर क्लासिकल मेलोडीमा आधारित भएकाले गीतको मेलोडी पक्ष कर्णप्रिय छ।

यो गीतले लोकप्रियता हासिल गर्ने कुरामा कत्तिको आशावादी हुनुहुन्छ ?
चितवनका एफ.एम.मा काउन्ट डाउनमा समेत परेकाले यसले श्रोताको मन जित्ने कुरामा ढुक्क छु।

यो गीत कस्ता श्रोताका लागि हो ?
यो गीत मेलोडी मन पराउने सबै उमेरका श्रोताका लागि हो।

म्युजिक भिडियोले गीतलाई थप उचाइमा पुऱ्याउला ?
सुरज श्रेष्ठले निर्माण गर्नुभएको यो गीतको भिडियोबाट राम्रै रेस्पोन्स पाइरहेको छु। भिडियोले गीतलाई लोकप्रिय बनाउने कुरामा ढुक्क छु।

▸▸स्वर्गीय नोना कोइराला अब गीतमा आउने भएकी छिन्। नेपाली कांग्रेसमा नोना आमाका रूपमा परिचित कोइरालाको मृत्युपछि उनको सम्झनामा गीत बनाइएको छ। नोनाको सम्झनामा बनाइएको गीत गत सोमबार रेकर्डिङ हुँदा सुन्नेहरू धुरुधुरु रोए। नोनाको मृत्युपछि कोइराला निवासकी संरक्षक उमालक्ष्मी शर्माले लेखेको गीत सुमित खड्काले स्वर र संगीत दिएर तयार गरेका छन्। कोइराला निवासभित्रै छायाङ्कन गरेर यो गीतको म्युजिक भिडियो पनि तयार गरिनेछ।

▸▸जाडो मौसमले छोड्दै गएको र गर्मी मौसमको आगमनसँगै आइतबार धनकुटा क्याम्पसको प्राङ्गणमा सांस्कृतिक कार्यक्रमले तातेको थियो। उक्त अवसरमा शुद्ध जनवादी गीतले क्याम्पस प्राङ्गण गुञ्जायमान भएको थियो। खचाखच भरिएको क्याम्पसको प्याराफिटलाई लक्षित गर्दै छिन्ताङ सांस्कृतिक समूहका कलाकारहरू तथा कञ्चन सांस्कृतिक समूहको संयुक्त प्रस्तुतिमा कम्प्याट ड्रेसमा स्वागत गीत र नृत्यले कार्यक्रमको ढोका खोलिएको थियो। त्यसपछि कलाकारहरूले आधा दर्जनभन्दा बढी जनवादी नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए।

▸▸द स्काई मुभीको ब्यानरमा निर्माण हुन लागेको चलचित्र यो चलचित्रमा कैलाश खेर, सुखविन्दर, आदित्यनारायण झा, सञ्जीवनी, सुनिधि चौहान आदि गायक-गायिकाले गीत गाउने बताए।

▸▸गत शनिबार राजधानीका अधिकांश होटल तथा रेस्टुराँमा सांगीतिक कार्यक्रमको आयोजना गरेर भ्यालेन्टाइन डे मनाइयो। दरबारमार्गस्थित रिदम प्यालेसमा गायकद्वय यश कुमार तथा बाबु बोगटी

● म्युजिक अपडेट ●

'काठमाडौं' (जे पनि हुन सक्छ यो सहरमा) को गीत रेकर्डिङ यतिबेला मुम्बईमा भैरहेको छ। गीत रेकर्डिङका लागि चलचित्रका निर्माता, निर्देशक तथा नायक आकाश अधिकारी र संगीतकार राहुल प्रधान गत साता मुम्बई पुगेका छन्। चारवटा गीत रेकर्ड गर्न मुम्बई आएका आकाशले

सहभागी भए भने साँग्रिला होटलमा गायिका सिने गुरुङ तथा सांगीतिक समूह तत्त्वले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे। सोल्टी होटलमा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रममा सांगीतिक समूह हार्ट ब्रेकरले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे। पोखराको साँग्रिला भिलेजमा सम्पन्न कार्यक्रममा गायिका प्रीति कौर तथा डिजे पायलले सांगीतिक वातावरण सिर्जना गरे। ठमेलस्थित बोटल्स एन्ड चिम्निमा सांगीतिक समूह आस्थासँगै गायक धर्मेन्द्र सेवानले प्रेम गीत प्रस्तुत गरे। ठमेलकै डेलिमा गार्डेनमा सांगीतिक समूह नेहा ब्यान्डले लाइभ कन्सर्ट प्रस्तुत गऱ्यो। दरबारमार्गस्थित तहबिज रेस्टुराँमा गायक अमर तण्डुकारले गीत-गजल प्रस्तुत गरे।

▸▸अमेरिकामा बसोबास गर्ने नेपाली युवाहरूको समूह द भाइब्जले भ्यालेन्टाइट डेकै अवसर पारेर दोस्रो म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेको छ। पहिलो म्युजिक भिडियो 'थाकिसकें' दर्शकहरूले रुचाएपछि भ्यालेन्टाइनको उपहारका रूपमा गत शनिबारदेखि नै दोस्रो म्युजिक भिडियो 'खै के भो' नेपाली टेलिभिजन च्यानलबाट प्रसारण हुन थालेको हो।

▸▸कलानिधि इन्दिरा संगीत महाविद्यालयले आफ्नो १ सय ४८ औं सांगीतिक श्रृंखलाअन्तर्गत गत शुक्रबार ललितपुरको पुल्चोकस्थित आफ्नै परिसरमा आयोजित कार्यक्रममा तबलावादक मिलेश तन्डुकारको एकल प्रस्तुति सम्पन्न गऱ्यो। उक्त कार्यक्रममा तबलावादक तन्डुकारले एकसाथ तीन तबला बजाई आफैंले तयार पारेको जुगलबन्दी प्रस्तुत गरेका थिए। कार्यक्रममा गायिका प्रियंका अधिकारीले गीत गाएर सांगीतिक वातावरण तयार पारेकी थिइन्।

▸▸संगीतकार आलोकश्रीले नारायणगोपाल युवा संगीत पुरस्कार प्राप्त गरेका छन्। गत शनिबार आयोजित एक कार्यक्रममा अरनिको युवा कला पुरस्कारबाट चित्रकारद्वय धनबहादुर याख्खा तथा भाइराजा महर्जनले पाए। तीनै जनालाई राष्ट्रकवि माधव घिमिरेले शनिबार पुरस्कार हस्तान्तरण गरे। नारायणगोपाल पुरस्कार ३० हजार रुपैयाँको छ। अरनिको पुरस्कार भने जनही २० हजार रुपैयाँको छ।

▸▸मृगौलापीडित संगीतकर्मी पूर्ण गुरुङलाई नेपाल तामाङ कलाकार संघले आर्थिक सहयोग प्रदान गरेको छ। लामो समयदेखि त्रिवि शिक्षण अस्पतालमा उपचार गराइरहेका गुरुङलाई ६ लाख २४ हजार रुपैयाँ संघका अध्यक्ष चन्द्रकुमार दोङले हस्तान्तरण गरेका हुन्। रेडियो नेपालसँग सम्बद्ध गायक गुरुङ गायन, संगीत संयोजन तथा लेखनमा सक्रिय छन्।

▸▸अमेरिकाको वाशिङ्टन डिसीमा गत आइतबार आयोजित सांगीतिक कार्यक्रममा दुई जना राजु लामा 'लाइभ कन्सर्ट' मा सहभागी भए। कार्यक्रममा मंगोलियन हार्ट्सका राजु लामा तथा 'द एन्जल्स' का राजु लामाले गीत संगीत प्रस्तुत गरेर कार्यक्रमलाई संगीतमय बनाए। तामाङ जातिको ल्होसार पर्व मनाउन आयोजित यो कार्यक्रममा स्थानीय नेपाली कलाकारहरूले गायन तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए।

▸▸गत साता कपनस्थित कपन संगीत सरोवरले शास्त्रीय संगीत कार्यक्रमको २७ औं श्रृंखला सञ्चालन गरेको छ। सरोवरले प्रत्येक महिना आयोजना गर्दै आएको सांगीतिक कार्यक्रमको पछिल्लो श्रृंखलामा गायक रामा मण्डल आकर्षणको केन्द्र बनेका थिए। नेपाली तथा हिन्दी भजन गायनमार्फत ख्याति आर्जन गरेका रामाले कार्यक्रममा संगीतमार्फत दर्शकहरूमा आध्यात्मिक भाव जगाएका थिए।

लाइभ शो

• गायक एड्रियन प्रधान पोखरा, बुटवल तथा काठमाडौंमा दर्शकमाझ एकल गायन कार्यक्रममार्फत प्रस्तुत हुने भएका छन्। ताल म्युजिकको प्रस्तुतिमा आयोजना हुने सांगीतिक कार्यक्रम 'साहारा लाइभ जननी विद एड्रियन प्रधान' को पहिलो कार्यक्रम भोलि शनिबार पोखराबाट प्रारम्भ हुँदैछ। आयोजक असलम खानले दिएको जानकारी अनुसार सोही कार्यक्रम पर्सि आइतबार बुटवल तथा फागुन १७ गते राजधानीको जावलखेलमा आयोजना गरिनेछ। तीनवटै स्थानमा गायक प्रधानले एक दर्जनभन्दा बढी गीत-संगीत प्रस्तुत गर्नेछन् भने कार्यक्रमकै क्रममा उनले आफ्नो नयाँ गीतिसंग्रह 'जननी' को लोकार्पण समेत गर्नेछन्। कार्यक्रममा स्थानीय संगीतकर्मीहरूको पनि सहभागिता रहनेछ।

• दार्जीलिङकी नेपालीभाषी गायिका प्रकृति गिरी पर्सि आइतबार काठमाडौंमा आयोजना हुने सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी हुँदैछिन्। नमुना प्रगतिशील महिला समाज, कलंकीले खुलामञ्चमा आयोजना गर्न लागेको उक्त कार्यक्रममा बंगाल आइडल कर्मा शेर्पाका साथै कार्निभल ब्यान्डले लाइभ संगीत प्रस्तुत गर्नेछ।

• कालिकास्थान, काठमाडौंस्थित नेपालयको 'आर'शालामा हरेक अंग्रेजी महिनाको अन्तिम शुक्रबार आयोजना हुने सांगीतिक कार्यक्रम 'पलेंटी' मा यसपटक कविवर माधवप्रसाद घिमिरे सहभागी हुँदैछन्। आगामी शुक्रबार अर्थात् फागुन १६ गते साँझ ६ बजे प्रारम्भ हुने पलेंटीको नयाँ श्रृंखलामा कविवर घिमिरे पहिलो पटक सहभागी हुन लागेको आयोजक नेपालयले जनाएको छ। कार्यक्रममा नेपाली गीत-संगीतका पारखीहरूले मूर्धन्य साधकहरूको सामीप्यमा रहेर स्तरीय गीत-संगीत एवं स्रष्टाका अन्तरंग अनुभवहरू सुन्न पाउँछन्।

•नेपालका गाउँ-गाउँ प्राकृतिक स्रोतले भरिभराउ छन्। ती स्रोतहरूलाई पर्यटकीय स्रोतका रूपमा विकास गर्ने उद्देश्यले नेपाल पर्यटन बोर्डले आगामी वैशाख १८,१९ र २० बृहत् पर्यटन मेलाको आयोजना गर्ने भएको छ। नेपालका कुना-कन्दरामा रहेका ओझेलमा रहेका सम्पदाहरूको पहिचान एवं प्रचार-प्रसार गरी त्यहाँका बासिन्दाहरूको जीवनस्तर उकास्ने अभिप्रायले तेस्रो पटक आयोजना गर्न लागिएको पर्यटन मेलालाई ग्रामीण पर्यटन विशेष बनाइने भएको छ।

● नजिकबाट ●

जन्ममिति	:	साल नभनौं होला, २२ मंसिर
जन्मस्थान	:	कन्फ्युजिङ छ
नामको अर्थ	:	अफ्रिकी पियानोवादक सिने ब्यान्डमबाट प्रभावित भएर
रुचि	:	पकाउने, बुनाइ एवं पुस्तक पढ्ने
अध्ययन	:	बीए
एल्बम	:	यो मन
पहिलो गीत	:	तिम्रो मायामा
राशि	:	मिथुन
मनपर्ने गीत	:	एक्स मन्त्रको तिमीलाई छुने हातहरू
पहिलोपटक बजाएको बाजा	:	हार्मोनियम
नजिकको साथी	:	श्रीमान् (राजेश श्रेष्ठ)
सबैभन्दा बढी माया	:	आमा
मनपर्ने गहना	:	औंठी
सपिङ	:	धेरै भो मज्जाले नगरेको
विवाह	:	४ वर्षअघि
पहिलो डेटिङ	:	गोदावरीमा महँगो चिया खाँदै
मनपर्ने गायक	:	दीप, ओम दाइ
मनपर्ने नायक	:	राजेश हमाल
मनपर्ने नायिका	:	तृप्ति नाडकर, बिपना
गायिका नभएको भए	:	टिचिङमा व्यस्त हुन्थें
रिस उठेको बेला	:	घरमै आएर बर्बराउँछु
मनपर्ने बानी	:	अरूलाई आदर गरेर बोल्ने
मन नपर्ने बानी	:	सेन्टिमेन्टल छु
रमाइलो क्षण	:	इमेज एवार्ड, कालिका एफएमबाट एवार्ड
नरमाइलो क्षण	:	आमा गुमाउँदा

● ब्यान्ड ●

पाँच वर्षअघि स्थापित सांगीतिक समूह 'द टाइम' पृथक् शैलीको संगीत सिर्जना गरेर चर्चामा छ। एउटै परिवारका तीन जना दाजुभाइ तथा अर्का एक संगीतकर्मी सहभागी यो समूह 'प्रोग्रेसिभ' शैलीको संगीत-सिर्जनाका कारण श्रोतामाझ लोकप्रिय भएको हो। समूहमा चार जना संगीतकर्मी छन्। तीन जना दाजुभाइमध्ये समूहमा अजर श्रेष्ठ सितारवादन तथा गिटारिस्टका रूपमा सक्रिय छन्। अर्का भाइ अक्षय श्रेष्ठ पनि गिटारिस्ट र गायक हुन्। अभय श्रेष्ठ पाश्चात्य वाद्ययन्त्र ड्रम तथा पूर्वीय वाद्ययन्त्र तबलावादनमा निपुण छ। राकेश मानन्धर बेस गिटारिस्ट हुन्।

यो समूहले हालसम्म पाँच दर्जनभन्दा बढी सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागिता जनाइसकेको छ। काठमाडौंका महेन्द्र पुलिस क्लब तथा भृकुटीमण्डपमा आयोजना हुने रक शैलीका सांगीतिक कार्यक्रममा यो समूहको उपस्थिति अनिवार्यजस्तै भैसकेको छ। समूहका अजर श्रेष्ठ भन्छन्– 'गीतिसंग्रह तयार पार्नुभन्दा लाइभ कार्यक्रममै दर्शकलाई मनोरञ्जन गराउँदा आनन्द आउँछ।' त्यसैले होला, समूहले हालसम्म एउटा पनि गीतिसंग्रह तयार पारेको छैन। 'आगामी छ महिनाभित्रमा हाम्रो पहिलो गीतिसंग्रह श्रोतामाझ आउनेछ, सितारवादक श्रेष्ठ भन्छन्– 'संग्रहका लागि दुईवटा गीत रेकर्डिङ गरिसक्यौं।'

चारै जना संगीतकर्मीले विगत पाँच वर्षदेखि नियमित रूपले संगीतको प्रशिक्षण पनि लिइरहेका छन्। उनीहरूमध्ये अजर तथा राकेश बीबी क्षेत्रीसँग गिटार तथा विना श्रेष्ठसँग सितारवादनको प्रशिक्षण लिदैछन् भने अभय सिनामंगलस्थित संगीत विद्यालयमा अध्ययनरत छन्। समूहका गायक अक्षयचाहिं रविनदास श्रेष्ठसँग गायनको प्रशिक्षण लिइरहेका छन्।

● तालुमा आलु ●

प्रकाश ओझा

भ्यालेन्टाइन-डेको दिन पारेर दुई वृद्धा दम्पती नयाँशैलीमा हनिमुन मनाउन कुनै होटलमा बसे। दिनभरि घुमे, डुले अनि रात परेपछि बूढो बेडमा बसेर पुलकित हुँदै बाथरुममा रहेकी बूढीलाई भन्यो- प्रिय दाँत ब्रस गऱ्यौ ?

हजुर, मेरो गरिसकें, तपाईंको गर्दैछु- भित्रबाट जवाफ आयो।

०००

यस पटकको भ्यालेन्टाइन-डेमा गर्लफ्रेन्डलाई के दिऊँ, के दिऊँ जस्तो भैरहेको छ यार- एउटाले भन्यो।

मेरो फोन नम्बर दे न..., अर्कोले उत्तर दियो।

०००

जमुनादाइलाई छिमेकीले सोधे- 'तपाईंले गाउँमा भएको घर कतिमा बेच्नुभयो ?'

जमुनादाइ छिमेकीको छेउमा गएर कानेखुसी गर्दै भने- 'कुनै कुरालाई गोप्य राख्न सक्नुहुन्छ दाहालजी ?'

'सक्छु सक्छु' छिमेकी व्यग्र भावमा बोल्यो- 'किन नसक्नु ?'

'हो... म पनि राख्न सक्छु।'

०००

'हाम्रो काका त लास्ट लोभी हुनुहुन्छ।'

'किन ?'

'अस्ति काकाको छोरा राजुले एक रुपैयाँको डलर निलेको थियो। उल्टो पारेर माथिबाट खुट्टा पक्रेर झुन्ड्याएर के-के गरेर पैसा निकालेरै छाड्नुभयो।'

०००

'रातभरि घुरेर हैरान पार्ने मेरा श्रीमान्को घुराइ रोक्ने कुनै उपाय बताउनु त डाक्टरसा'ब।'

'धेरै तरिका छन् बहिनी, जस्तो कि श्रीमान् सुत्नुअघि दुई गिलास मनतातो दूध मह हालेर खुवाइदिनुहोस् वा उहाँसँग प्रेमपूर्वक व्यवहार गर्नुस् वा घोप्टो पारेर सुत्न लगाउनुस् वा तपाईंको दुवै कानमा रुवा खाँदनुस् वा तपाईं श्रीमान्को मुखमा गन्हाउने मोजा खाँदिदिनुस्।'

०००

'हेर्नुस् दाइ,' डाक्टरले बिरामीको निरीक्षण गरिसकेपछि भने- 'तपाईंको उमेरअनुसार त तपाईंको स्वास्थ्य ठीकै छ तर पनि स्वस्थ, तन्दुरुस्त रहन दैनिक चार किलोमिटर पैदल हिँड्नुस्, साँच्चै तपाईं काम चैं के गर्नुहुन्छ ?'

'हजुर, म हुलाकी हुँ चिठी बाँड्छु' उत्तर आयो।

०००

मेरो कुरो

मरेपछि पनि दुनियाँले तपाईंलाई सम्झिरहोस्, त्यसका लागि के गर्नुपर्छ ?

ऋण खाएर मर्नुपर्छ।

● कविता ●

अमर माया

अबदेखि मेरो भर तिमी मात्र पछ्यौं भने
लगाइदिन्छु सिन्दुर अब तिमी सिउँदो भछ्यौं भने
सानो जात ठूलो जात भेदभाव गर्नुहुन्न
माया गर्छु तिमीलाई तिमी माया छछ्यौं भने
कालले छोड्ला तर मैले तिमीलाई छाड्नेछैन
एकै साथ वैतरणी नदी मसँगै तछ्यौं भने
चखेवाको भन्दा पनि हाम्रो जोडी अमर बनोस्
एकै साथ चिहानमा मसँगै मछ्यौं भने।

– प्रकाश शर्मा

छैन मैले धाएको

बिर्स्यौ क्यारे तिमीले तिमीलाई मैले चाहेको
तिम्रो यादमा तड्पे पनि छैन मैले धाएको
वेदना पोखेको हो होइन गीत गाएको
तिम्रो सम्झनामा बाँचेको छु तर छैन मैले धाएको
तिमीलाई भेट्न भनी होइन म त्यहाँ आएको
तिम्रो मन बुझ्नेको हो छैन मैले धाएको
माया मात्र लाएको होइन जीवन नै सुम्पेको
मेरो मुटु त्यही छ छैन मैले तिमीलाई धाएको
नसोच अन्यथा छैन मैले धाएको
कहाँ पुग्दोरहेछ त्यहाँ मानिसले चाहेको।

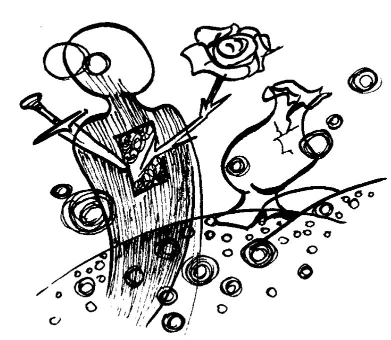
– अनुप भट्टराई

याद आयो

आज फेरि उही एउटा रात याद आयो
तिम्रो मेरो सपनीको बात याद आयो
सम्झिँदा अतीतलाई फर्किएर यहाँ
यी दुई नयनका खुसी याद आयो
रात भुलें, दिन भुलें, भुलें सयौं दिनहरू
भुल्दाभुल्दै सपनीमा तिम्रै याद आयो
नसम्झूँ भो मन कति टुटेफुटे भन्दा
हृदयभित्र भैसकेको घाउ याद आयो
सम्झनाका पानाहरू पल्टाउँदै जाँदा
अदृश्य त्यो मौन घात याद आयो
आज फेरि उही एउटा रात याद आयो
तिम्रो मेरो सपनीको बात याद आयो।

-विष्णुबहादुर रिमाल

आफ्नै ढुकढुकी



फूलजस्तै बनौं भन्थें तर काँडा भइएछ
आफ्नै ढुकढुकीसँग पनि टाढा भइएछ
थुनी राख्न नसकेर भावनाका ज्वारभाटा
बिन्तीपत्र चढाउँदा पनि छाडा भइएछ
सजाउँला भनेको थें वसन्त भै बगैंचा त्यो
तर पहिरोले उजाडेको डाँडा भइएछ
फूलदान बन्ने थियो जिन्दगीको अभिलाषा
तर कवाडीमा मिल्किएको भाँडा भइएछ
क्षितिजको बाटो हुँदै जुन छुने मन थियो
तर आफै छुरा भाँचिएको गाडा भइएछ
जिन्दगीभर साँचो माया गर्छु भन्दा बात लाग्यो
आफैलाई काम नलाग्ने कवाड भइएछ।

-सुरेश के.डी.

समाज

● लघु कथा ●

एकाबिहानै कानाफुसी भयो, गाउँकी माइली घरमा छैन अरे, फेरि अर्को हल्ला सुनियो डल्ले पनि घरमा छैन, क्षणभरमै गाउँमा हल्ला फैलियो– डल्लेले माइलीलाई भगायो अरे □ सारा गाउँ रिसले ताल्यो। सबैको अनुहार क्रोधले बलेको देखियो। सबैको मुखमा एउटै आवाज थियो– अब समाजमा विकृति फैलिन्छ, सबैका छोरीबेटीको बानी बिग्रन्छ, जसरी भए पनि माइली र डल्लेलाई छुटाउनैपर्छ, आदि इत्यादि... । समाज भेला भयो, निष्कर्ष निस्कियो– डल्ले र माइलीलाई जहाँबाट खोजेर भए पनि छोडपत्र गराइदिने। समाजको सक्रियतामा चाँडै त्यो कार्य पनि सफल भयो अर्थात् माइली र डल्लेको छोडपत्र भयो।

केही दिनपछि फेरि गाउँमा कानाफुसी सुरु हुन थाल्यो, छि! त्यस्ती पोइल गएकी पनि कसरी मुख देखाउँदै हिँड्न सकेकी। त्यत्रो दिन भागेर हिँडेकी... भोलि दुई जीउकी भई भने कसले हेर्ने ? यस्तीलाई गाउँमा त्यसै राख्नुहुँदैन, त्यही डल्लेको जिम्मा लाइदिनुपर्छ, आदि इत्यादि। फेरि समाज भेला भयो। भोलि गाउँमा आउन सक्ने विकृतिको समाधान गर्न माइलीलाई डल्लेकी जिम्मा लगाइयो। समाजको निर्णय सुनी डल्ले र माइली एकअर्काको मुखामुख गर्न थाले। उनीहरूको आँखामा एक त खुसी देखिन्थ्यो भने अर्को फेरि भोलि कुनै अर्कै अनिश्चित निर्णय हुन्छ कि भन्ने प्रश्न ?

– डोलबहादुर थापा

पृष्ठ ५ बाट जारी

बुबा किसनसिंह थापा

छोराको प्रगति देखेर कस्तो लागिरहेको छ ?

हामी त एकदमै खुसी छौं। देहरादूनबाट मात्र होइन, विदेशबाट पनि थुप्रै मानिस भेट्न आउनुभएको छ। देश-विदेशमा नाम चलेको छ। कपिलका कारण हामी पनि चिनिन पाएका छौं। यस्तो होला भन्ने कल्पना पनि थिएन। हामी मात्र होइन, यहाँका सबै प्रवासी नेपालीमा खुसी छाएको छ।

कपिलको सांगीतिक सफलतामा तपाईंहरूको योगदान कति छ नि ?

फौजी पृष्ठभूमि भएको हाम्रो परिवारमा फौजबाहेक अरू कुरा हुँदैनथ्यो। उसले विद्यालयमा पनि विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रममा सहभागिता जनाउँदो रहेछ। मैले पहिलो पटक सन् २००७ मा सिमला पल्टनमा उसले गाएको सुनें। छोराले राम्रो गाउँदो रहेछ भन्ने त्यही थाहा पाएको हो। हामीले उसको प्रतिभा नचिने पनि उसको सफलतामा रमाउने र उसलाई सहयोग गर्ने मौका पाएका छौं।

यो सफलताले तपाईंहरूलाई कहाँ पुऱ्याएजस्तो लागेको छ ?

हामीलाई त कल्पनै नगरेको संसारमा छौं जस्तो भएको छ। मेरी बूढी आमादेखि चार वर्षको नातिसम्म सबै कपिलका निम्ति व्यस्त छौं। हामीलाई भेट्ने सबैले बधाई दिनुभएको छ। कपिल नेपाल र नेपालीका मात्र होइन, उत्तराखण्डका सबैको प्यारो छोरो भएको छ। हामी कपिलप्रति गर्व गर्छौं।

छोरो इन्डियन आइडल बन्नेमा कत्तिको विश्वस्त हुनुहुन्छ ?

मलाई त मार्च १ तारिख कहिले आउँछ जस्तो भएको छ, त्यस दिन कपिलको विजय उत्सव मनाउन हामी आतुर छौं। कपिलले जित्ने निश्चित छ। सौरभीसँग कडा टक्कर भए पनि कपिलले सहजै जित्नेछ।

तपाई त ग्रान्ड फिनालेमा जानुहुन्छ होला नि ?

जनवरी २२ मा मुम्बई पुगेर एउटा कार्यक्रम हेरेर फर्किएँ। अब सोनीले बोलायो भने हामी बुबा-आमा नै जान्छौं। छोराको जितमा उसलाई अँगालो हाल्ने रहर छ।

आमा कलावती थापा

कस्तो लागिरहेको छ ?

खुसी छौं, छोराले गरेको प्रगतिबाट सबैभन्दा धेरै आमा-बुबा त खुसी हुने हो नि, तर कपिल अब मेरो छोरा मात्र रहेन, उसको अझै धेरै राम्रो होस् भनेर प्रार्थना गरिरहेकी छु।

छोरो आइडल बन्नेमा ढुक्क हुनुहुन्छ ?

अब त जित्ने उसैले हो जस्तो लाग्छ। उसलाई माया गर्ने थुप्रै छन्। सबै नेपाली दाजुभाइले माया गर्नुभएको छ, नेपालमा बस्ने दाजुभाइ दिदी बहिनीहरूलाई पनि कपिलको पक्षमा भोट हालिदिन अनुरोध गर्छु। पल्टनका दाजुभाइले पनि माया गरिदिनुहोला। अब मेरो छोरा इन्डियन आइडल भएको सुन्न चाहन्छु।

छोरासँग लामो समयपछि भेट्दा कस्तो लाग्यो ?

आठ महिनाअघि देख्दा बलियो देखेको छोरो दुब्लाएको देखेर पीर लाग्यो।

इन्डियन आइडलका सबै कार्यक्रम हेर्नुहुन्छ ?

कपिलको अडिसन राउन्डदेखि अस्ति टप थ्री हुँदासम्मको सबै भाग हेरेकी छु। एलिमिनेसन हुने दिन भने साह्रै ढुकढुक हुन्छ, तर जतिबेला ऊ सुरक्षित भएको घोषणा हुन्छ घरमा सबैभन्दा खुसी म हुन्छु।

नेपाल पुग्नुभएको छ ?

छैन, तर जाने मन धेरै छ, पल्टनमा रहँदा कपिलका पिताका थुप्रै साथी नेपालका हुनुहुन्थ्यो, अहिले त उहाँहरूसँग पनि सम्पर्क छैन। छोराको भोट अपिलका निम्ति नेपाल जाने कुरा पनि चलेको थियो, तर खोइ के भयो, मिलेन। हामी नआए पनि कपिललाई आफ्नै छोरा सम्झेर धेरै भोट हानिदिनुहोला भन्न चाहन्छु।

फजिस पालिप्याट

रियालिटी प्रोड्युसर, सोनी टेलिभिजन

कपिलको इन्डियन आइडल बन्ने सम्भावना कत्तिको देख्नुभएको छ ?

यहाँ आउनुअघिसम्म मलाई कपिलको यति ठूलो भव्य स्वागत हुन्छ होला जस्तो पटक्कै लागेको थिएन, तर उसमा गाउने क्षमता मात्र होइन, उसलाई धेरै मानिसको साथ पनि रहेछ। त्यसकारण ऊ इन्डियन आइडलको बलियो दाबेदार हो। यति धेरै मानिस एकै ठाउँमा बसेर जुलुस लगाएको मैले पहिलो पटक देखें।

इन्डियन आइडल महिलालाई बनाउने केही निर्णायकको चाहनालाई के भन्नुहुन्छ ?

इन्डियन आइडल रियालिटी सो हो, त्यसमा निर्णायकहरूलाई बोल्ने स्वतन्त्रता दिइएको छ, तर हाम्रो कार्यक्रमको फरम्याटअनुसार जसको पक्षमा धेरै भोट आउँछ, इन्डियन आइडल उही बन्छ। त्यसकारण महिलालाई इन्डियन आइडल बनाउने भन्ने प्रश्नै आउँदैन।

कपिल इन्डियन आइडल बन्न सक्षम छन् ?

गाला राउन्डमा छनौट भएका सबै आइडल बन्ने क्षमता राख्छन्, त्यसमा पनि कपिलको गायकी उत्कृष्ट भएकाले उसले अहिलेसम्मको यात्रा तय गरेको हो।

विगतमा प्रशान्त तामाङमाथि त केही आरोप थियो नि ?

त्यस्तो होइन, प्रशान्त पनि ट्यालेन्ट भएकैले आइडल भएका हुन्। उनको जस्तो मेलोडियस आवाज थोरैको मात्र हुन्छ। उनले भविष्यमा धेरै प्रगति गर्ने चर्चित गायक-गायिकाहरू बताउँछन्। त्यस्तै कपिलले पनि यो क्षेत्रलाई निरन्तरता दिए भने उनको पनि सम्भावना बलियो छ।

● सन्देश ●

बी, लाखौंलाख सम्झना। मसँग तिमी रिसाएकी होला। तिमी अहिले अर्कै संसारमा रम्दै छ्यौ। ठीकै छ, तिम्रो दाम्पत्य जीवन सदा-सदा खुसी रहोस्, साथै सफलताको शुभकामना।

गजेन्द्र

पी., दिन सक्ने र दिन मिल्ने भए तिमीलाई संसारको सबै खुसी दिन्थें, जसका लागि मैले जति नै दुःख-कष्ट गर्न किन नपरोस्, तर समयको गतिशीलता अनि बाध्यताले गर्दा चाहँदा-चाहँदै पनि मैले तिमीलाई कुनै भौतिक उपहार दिन सकिनँ, तर पनि तिम्रो प्रगति, सुख, खुसी एवं लक्ष्यको शिखर चुम्न सक भन्दै प्रेमदिवसको मंगलमय शुभकामना।

सन्तोष

काठमाडौंबाट जनकपुर जाँदा आधा दिन बन्दमा पर्दा बसमा चिनाजानी भएकीसँग मित्रता बढाउने रहर छ। त्यो दिन कन्ट्याक्ट नम्बर लिन बिर्सिएछु, यदि मिल्छ भने अब आउने तीन शनिबार म जानकी मन्दिरको मूलढोकामा बिहान आठ बजेदेखि आधा घण्टा पर्खिरहेको हुन्छु। आशा छ, आउनुहुन्छ।

विनोद

सबी, तिमीसँग पोहोर होली खेल्दाको रमाइलो अझै पनि गाढा छ। यो पाला पनि होली खेल्न ठूलो मम्मीको घरमा आउछ्यौ होला, पर्खिरहन्छु।

सरोज

कपिल थापालाई इन्डियन आइडलमा जिताएर फेरि नेपाली मूलका कलाकारलाई विश्वप्रसिद्ध बनाउने काममा सहयोग गर्न सबै नेपालीभाषीलाई आग्रह गर्दछु। भोट फोर कपिल।

अस्मिता शर्मा

जानु, तिमीसँग बिताएका नौ वर्षका हरेक क्षण सुखद रहे। आजीवन तिम्रो माया र सहयोग चाहन्छु। विवाहको वार्षिकोत्सवमा हार्दिक शुभकामना।

जान

डियर सी., तिमीले किन त्यसो गर्‍यौ ? मेरो मायामा के कमी थियो र ? यदि तिमीलाई उसको माया बढी लाग्यो भने मसँग किन माया गाँस्यौ ? उसलाई हाम्रो सम्बन्धका बारेमा बताउन तिमीले बाध्य पारेकी हौ। यदि तिमीले पहिल्यै तिम्रो र उसको सम्बन्धका बारेमा खुलस्त बताएकी भए यो स्थिति आउँदैनथ्यो होला। जे-जसो भए पनि म अझै तिमीलाई स्वीकार गर्न सक्छु। किनकि अब उसले तिमीलाई स्वीकार गर्दैन। एकपटक फोन गर।

जी.

लोडसेडिङका बेलामा जनसंख्या बढ्ने भयो, त्यसैले समस्त नेपालीमा म आग्रह गर्न चाहन्छु– सधैं अस्थायी साधन प्रयोग गरौं। धेरै सन्तान जन्माएर अहिलेको परिस्थितिमा हुर्काउन गाह्रो पर्छ।

दौंतरी

कुपन सन्देश

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव : .... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : .... वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना : ....

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

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

● जीवनको गोरेटोमा ●

कष्टकर यात्रा

एसएलसी परीक्षालाई फलामे ढोका पनि भनिन्छ। एसएलसी पास गर्न मेहनत गर्नुपर्छ। धेरै लामो परिश्रमबाट छुट्कारा पाउँदा जसलाई पनि मनमा शान्ति हुन्छ र मनोरञ्जन गर्ने इच्छा हुन्छ। हामीलाई पनि त्यस्तै भयो। एसएलसी परीक्षा सकिएपछि स्कुल जीवनकै अन्त्य भएको महसुस भयो र साथीहरूसँग अन्तिम पटक मनोरञ्जन गर्ने इच्छा मनमा जाग्यो। सोहीअनुरूप साथीहरू मिलेर फुल्चोकी घुम्न जाने योजना बनाइयो।

योजनाअनुरूप हामी १२ जना साथी बिहान फुल्चोकीको गन्तव्य लिएर प्रस्थान गर्‍यौं। यसभन्दा पहिले हामीले फुल्चोकीका बारेमा सुनेका र पढेका मात्र थियौं। हामी बिहान १० बजे गोदावरी पुग्यौं र अलिअलि खाना खाएर माथि उक्लियौं। हामीलाई बाटोका बारेमा थाहा थिएन। त्यसकारण हामी गाडी जाने कच्ची बाटोबाटै माथि चढिरहयौं। घाम चर्को थियो। हामी करिब ३ घन्टा जति हिँडेर माथि गयौं, बाटोमा हामीले पानीसमेत पाएनौं र अन्य कुनै मानिसलाई पनि भेटेनौं। गर्मी भएकाले होला सबैजना तिर्खाले प्याक-प्याक भएका थियौं, तर कतै पानी थिएन। त्यसैले हामी केहीबेर रूखको छहारीमा बस्यौं र पुनः माथितिर हिँड्यौं। हामी पुनः २ घन्टा ३० मिनेट जति हिँड्यौं। न त पानी पाइयो न त कोही मानिस नै भेटिए। बरु हामीले रूखमा लटरम्मै फुलिरहेका लालीगुराँस भेट्टायौं।

हामी पुनः २ घन्टा माथितिर हिँड्यौं तर गन्तव्यमा पुग्न सकिएन। सबैजना निरास भएर बेहीबेर बसी तलतिरै झर्ने निर्णय गर्‍यौं। ४ बजे हामी गन्तव्यमा पुग्न नसकी घर फर्कने निर्णयका साथ तलतिर झर्‍यौं।

झर्दा बाटोमा हामीले बीचबीचमा सडकबाट जंगलतिर झर्ने स-सानो बाटो देखेपछि छोटो बाटो होला भन्ने सोंचेर त्यही बाटोबाट तलतिर हिँड्यौं। करिब १

घन्टा जति तलतिर झरेपछि हामी हिँडेको बाटो एउटा खोल्सामा गएर टुंगियो। त्यसपछि पो थाहा भयो हामी हिँडेको बाटो मानिसले जंगलबाट दाउरा लिएर घर जाने बाटो रहेछ। हामी भोक र प्यासले छटपटाइरहेका थियौं। बाटो टुंगिएपछि बेलुका ७:३० बजेसम्म बाटो खोज्ने प्रयास गर्‍यौं तर बाटो पाइएन, भोकले साथीहरू थुचुथुचु बस्न थाले।

त्यसपछि सबैको सल्लाहले हामी जंगलको बीचमै रात काट्ने निर्णय गर्‍यौं। त्यसपछि सबैलाई घरको पीर लाग्न थाल्यो। हामी १२ जनामध्ये ७ जना केटी र ५ जना मात्र केटा थियौं। केटीहरू सबै जना रुन थाले।

दुर्भाग्य, लगेका ४ वटा मोबाइलको पनि बाटोमा गीत सुन्दै ब्याट्री सकिएको थियो। घरमा फोन पनि गर्न पाइएन। जसोतसो कुरा गर्दै बस्दा रातको १२ बज्यो। त्यसपछि त घनघोरसँग पानी पर्न थाल्यो। सबैले आधा बाहुले लुगा लगाएका थियौं। जंगलमा हिँड्दा काँडाले हात कोरिएका थिए। पानी परेपछि कोरेको ठाउँमा चह्र्याएर छटपटिँदै रात बितायौं। बिहान ५ बजेपछि बाटो खोज्ने योजना बनाइयो।

योजनाअनुरूप केटीहरू हिँड्न नसक्ने अवस्था भएकाले ७ जना केटी र १ जना केटा साथीलाई त्यहाँ छाडेर हामी ४ जना बाटो खोज्न थाल्यौं। हामीले ६:३० बजे बाटो पायौं र सबै जनालाई बाटोमा ल्याएर तलतिर झर्‍यौं। हामी बिहान ९:३० बजे गोदावरी आएर टन्न पानी पियौं र खाना खायौं। त्यसपछि केही बेर आराम गरेर हामी घर आयौं।

– विवेक

● साथी ●

भक्तपुरमा व्यवस्थित शैक्षिक भ्रमण

भक्तपुर सहर नेपालका प्रमुख शैक्षिक पर्यटकीय गन्तव्यमध्ये एक हो। बाह्रौं शताब्दीदेखि चौधौं शताब्दीसम्म नेपाल उपत्यकाको राजधानी रहेको यस प्राचीन नगरको भ्रमण गर्न हरित समूहले विशेष व्यवस्था मिलाएको छ। पाठ्यक्रममा आधारित भ्रमणको कार्यक्रमले विद्यार्थीहरूलाई आफैंले हेरेर सिक्न प्रोत्साहन गर्छ। विद्यार्थीहरूले परीक्षामा अनिवार्य रूपमा कुनै एउटा भ्रमण कार्यक्रमका बारेमा प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्ने हुन्छ, तर विद्यार्थीहरूलाई स्रोत सामग्री जुटाउन कुनै पनि सरकारी निकायको ध्यान नगएको हुँदा विद्यार्थीलाई लक्षित गरी भ्रमण कार्यक्रमको आयोजना गरिरहेको हरित समूहका सदस्य राजा प्रजापति बताउँछन्।

शाहकाल सुरु हुनुअघि यो नगरमा प्रशस्त मठमन्दिर, देवालय, शिवालय, दरबार, सत्तल, पोखरी, ढुङ्गेधारा थिए। तीमध्ये केही हाल पनि विद्यमान छन्। यी सम्पदाहरूको अध्ययन एवं अवलोकन गर्न बर्सेनि हजारौं विद्यार्थी भक्तपुर आउने गरेका छन्। पचपन्न झ्याले दरबार, पाँचतले मन्दिर,

सुनढोका, सानो पशुपति, सानो कृष्णमन्दिर, ठूलो शिवलिंग, नवदुर्गा, दत्तात्रय आदि यहाँका हेर्न छुटाउन नहुने सम्पदा हुन्।

गत शैक्षिक वर्ष हरित समूहले १० हजार विद्यार्थीलाई भक्तपुर भ्रमण गराएको थियो। विद्यार्थी र विद्यालयले चाहेको विषयमा जानकारी दिन भ्रमण गाइडहरू खटिएका छन्। गाइडहरूले विद्यार्थीलाई सम्पदाहरूका बारेमा विस्तृत जानकारी दिने गरेका छन्। आफूले पाएको जानकारीबाट उत्साहित विद्यार्थीले भ्रमणका बारेमा लेख-रचना, कविता र नियात्रा लेखी पत्रपत्रिकामा पनि प्रकाशित गरेको पाइन्छ। भ्रमण कार्यक्रमको उद्देश्य विद्यार्थीमा सिर्जनशीलता र अनुसन्धान गर्ने क्षमताको विकास गर्नु हो।

भ्रमणमा आएकाहरूले निकै खोज-अनुसन्धान गरेर विभिन्न जानकारी तथा नयाँ कुरा पनि पत्ता लगाउँछन्। सामाजिक शिक्षा विषयअन्तर्गत केन्द्रित भ्रमण कार्यक्रममा विद्यार्थीलाई भक्तपुरका बारेमा ऐतिहासिक जानकारी एवं तथ्यहरूको अवगत गराइन्छ। यी तथ्य र तथ्यांकहरूको वर्तमान स्थिति पत्ता लगाई विद्यार्थीहरूले सुझाव र निष्कर्षसहित अध्ययन-प्रतिवेदन तयार गर्छन्।

भ्रमण विद्यार्थीलाई व्यावहारिक शिक्षा प्रदान गर्ने एक महत्त्वपूर्ण कार्यक्रम भएकाले शिक्षक पनि पूर्वतयारीका साथ भ्रमणका लागि जानुपर्छ। हालका दिनमा समय कटाउने हिसाबमा मात्र भ्रमण कार्यक्रम तय गर्नु मुर्खतापुर्ण हुनुका साथै समय र पैसाको फजुल खर्च हो भन्ने कुरा सम्पूर्ण भ्रमण टोलीका अगुवाले बुझ्नु आवश्यक छ। विद्यार्थीलाई खोज एवं अनुसन्धान गर्न तल्लीन गराउन प्रेरणा दिनु विद्यालय परिवारको दायित्व हो।

भक्तपुर आउने विद्यार्थीका लागि पाँचसूत्रीय नियम लागू गरिएको छ। विद्यार्थीलाई अनुशासित, सभ्य, सार्वजनिक स्थल सफा राख्न सचेत गराउन नियम बनाइएका हुन्। भ्रमणलाई उपलब्धिमूलक बनाउन यी नियम भक्तपुर आइपुग्ने हरेक विद्यालयलाई लिखित रुपमा उपलब्ध गराइन्छ।

–रविन राचलिका

कस्ता युवक राम्रा मानिन्छ, किन ?

मजस्तो मात्रै भए पनि राम्रै मान्नुपर्छ ।

हडिन्द्र कार्की (२५)

घोडाको जस्तो केश पालेर दादागिरी देखाउने युवक होइन, चिटिक्क केश पारेर काटी उत्कृष्ठ र सकारात्मक विचार एवं भावना बोकेका युवक राम्रा मानिन्छन् ।

शमशेर योञ्जन, सिरहा

भविष्यप्रति सचेत, लागूपदार्थ सेवन नगर्ने चकलेटी अनुहार तथा हेन्डसम युवक किनकि म त्यस्तै छु।

प्रवीण ज्ञवाली, करादी

मेहनती, सुशील, कर्तव्यनिष्ठ र आकर्षक शरीरका धनी युवक राम्रा मानिन्छन् । किनकि यस्तै युवक मध्यपान र धूम्रपानबाट पनि टाढा हुन्छन् ।

शम्भुराज सोल्टी, मोरङ

इमान्दार, अध्ययनमा तेज, सहयोगी, हँसिला र फरासिला युवकहरू राम्रा हुन्छन्, तर थोरै मात्र हुन्छन् कुलतबाट बचेका ।

युजल घिमिरे, मोरङ

आकर्षक व्यक्तित्व, शिक्षित, उच्च महात्वाकांक्षी, असल बानी-व्यवहार, खुला दृष्टिकोण र समयअनुसार आफूलाई परिवर्तन गर्न सक्ने युवक राम्रा हुन्छन् ।

kumars987@yahoo.com

आफ्नो देशको संस्कृति अनुसार चल्ने युवक नै मलाई राम्रा लाग्छन् ।

सुजिता पौडेल (१६), **चितवन**

घमण्डदेखि टाढा, इमान्दार तथा स्वच्छ विचार भएका युवक राम्रा हुन्छन् ।

पदमराज महतारा, डोल्पा

हाम्रा सम्पादकजस्ता ।

विनोद खतिवडा

बूढा नेताहरूको बाहुल्यता भएको देशमा जति राम्रा युवक भए पनि के काम ? बरु सम्पादकज्यू, कस्ता 'वृद्ध' राम्रा मानिन्छन्, भन्नुभएको भए...।

देशराज प्रधान (२६), **झापा**

जाँड-रक्सी नखाने, युवतीको हरेक इच्छा पूरा गरिदिने युवक केटीले मन पराउँछन् तर मलाई आफ्नो कतव्य पूरा गर्ने युवक राम्रा लाग्छन् ।

छविनिराश दिलजले (२४)

सकारात्मक सोच राख्ने, स्वच्छ हृदय भएका, विचार, बेहोरा, व्यवहार, आचरणजस्ता कुराहरू असल भएका सहयोगी, दयालु, परिश्रमी, मेहनती, दुःख-सुखमा साथ दिने, सामाजिक सद्भाव राख्ने, कुलत र कुमार्गतर्फ नलागेका युवक राम्रा मानिन्छन् ।

सञ्जीव खत्री (१७), **रामेछाप**

यो प्रश्नको जवाफ केटीले दिनुपर्ने हो तर मैले भन्नुपर्दा सोझो, इमान्दार, हेल्पफुल र समाज सेवा गर्न सक्ने केटा राम्रा मानिन्छन् अनि यस्तै केटा सबैलाई मन पर्छन् ।

तरुणकुमार कर्ण, सिन्धुली

तपाईंजस्ता नि, चाउरी परेका गाला, उँटजस्तो ज्यान, कुखुरा जस्ता दन्त अनि धोक्रो टेप कराएजस्तो बोली कसरी राम्रो हुन्छ त ?

प्रकाश शर्मा (१८)

गम्भिर, हँसिलो, अनुशासित, आदर्शवादी र चरित्रवान् ।

aruna_chhantyal@yahoo.com

कुनै पनि खराब कार्यमा नलाग्ने, केटीको पछि लागेर आफ्नो समय बर्बाद नगर्ने, देश र समाजप्रति जिम्मेवार पुरुष राम्रा मानिन्छन् ।

वैधनाथ कोइराला, भोजपुर

यो प्रश्न गलत ठाउँमा आइपुग्यो । बरु यसलाई युवतीहरूसँग सोधे जवाफ पाउनुहुन्थ्यो कि ?

जयराम कोइराला

मजस्तै युवक राम्रा मानिन्छन् । सबै केटी मेरा पछि लाग्छन् तर म चाहिँ उनको पछि लागिरहेंछु।

भुवनकुमार चौलागाईं (१७), **सर्लाही**

साधारण, राम्रो पर्सालिटी भएको, व्यवहारिक युवक राम्रा मानिन्छन् । म यस्तै प्रकृतिको छु ।

मीनबहादुर परियार , सिरहा

● 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. महिलाहरू बुद्धिमान् हुन्छन् कि पुरुष ?
२. नेपालको राजनैतिक हिरो को हो ? किन ?
३. प्रेमविवाह राम्रो हुन्छ कि परम्परागत विवाह ? किन ?
४. सबैभन्दा ठूलो धर्म के हो ?
५. प्रेमी-प्रेमिकाविहीन जीवन कस्तो हुन्छ ?
६. नसालु आँखाले मोहित हुनुहुन्छ कि तपाईंलाई मुस्कानले भुतुक्कै बनाउँछ ?
७. काली युवती र गोरी युवतीमध्ये को बढी राम्रा हुन्छन् ? किन ?
८. पैसा पाउनु ठूलो कुरा हो कि प्रेम पाउनु ? किन ?
९. तपाईंले जिन्दगीमा कोबाट कस्तो धोका पाउनुभएको छ ?
१०. हामी नेपाली किन र के कारणले पिछडिएका छौं ?

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

डा. राजेन्द्र भद्रा

प्रश्न : म ३० वर्षीया विवाहित महिला हुँ । मेरा दुई सन्तान छन् । मेरो श्रीमान् वैदेशिक रोजगारीको सिलसिलामा कतार जानुभएको छ महिना भैसक्यो । श्रीमान्को अनुपस्थितिमा मैले यौनसन्तुष्टि प्राप्त गर्न सकिरहेकी छैन । कहिलकाहीं कृत्रिम वस्तुबाट सन्तुष्टि लिन्छु भने कहिले औंला खेलाएर सन्तुष्टि लिन्छु, तर पनि पुरुषसँगको संसर्गजस्तो आनन्द चाहिं हुँदो रहेनछ । परपुरुषसँग सम्बन्ध राखौं भने भोलि थाहा पाउने डर । के लाम्चो भान्टाबाट वा औंला खेलाएर सन्तुष्टि लिंदा यौन संक्रमण हुन्छ ? म प्रतिमहिना ७५ हजार रुपैयाँ कमाउने श्रीमान् छोड्न पनि सक्दिनँ र यौनसन्तुष्टि पनि प्राप्त गर्न चाहन्छु । यसका लागि मैले कस्तो विधि अपनाउँदा राम्रो हुन्छ ?

– प्यासी

उत्तर : श्रीमान्-श्रीमती धेरै छुट्टिएर बस्दाको यौनजीवन

यौनजीवन हाम्रो जीवनको एउटा अभिन्न भाग हो । हामीमा भएको चाहना हामी स्वाभाविक रुपमा पूरा गर्ने प्रयास गर्छौं, यो अधिकारको कुरा पनि हो । प्रत्येक समाजले यसलाई महत्त्व दिएको तथा त्यसलाई पूरा गर्न सक्ने बाटो खुला गरिदिएको हुन्छ । विवाह गर्ने परम्परा समाजमा महत्त्वका साथ स्थापित हुनुको पछाडि एउटा महत्त्वपूर्ण कारण यो पनि हो । समाजले तोकेको परिधिभित्र रहँदाको यौन क्रियाकलाप स्वीकार्य हुन्छ, तर समाजमा त्यसले तोकेको मूल्यमान्यताभित्र मात्र बस्दा यौन चाहना आाफूले चाहेअनुसार पूरा गर्न सकिने स्थिति हुँदैन । यस्तो बेलामा तीव्र भएको यौनचाहना शान्त पार्न हामी प्राकृतिक रूपमै वैकल्पिक उपायहरू खोज्न थाल्छौं । अध्ययनहरूले नियमित यौनसम्पर्क गर्ने व्यक्ति आ□नो नियमित साथीसँग छुट्टिएर लामो समयसम्म बस्दा यौनचाहना पूरा गर्ने वैकल्पिक उपायका रूपमा अर्को व्यक्तिसँग यौन सम्पर्क राख्ने गरेको देखाएको छ । यो धेरै किसिमले जोखिमपूर्ण हुनसक्छ । अर्को सजिलो बाटो भनेको हस्तमैथुन नै हो ।

महिला हस्तमैथुन

हाम्रा कतिपय अंग-प्रत्यंग यौन सम्वेदनशील हुन्छन् । हाम्रा केही विशेष अङ्गलाई स्पर्श गर्दा एक विशेष किसिमको सुखानुभूति हुन्छ । महिलाहरूको कुरा गर्ने हो भने भगाङ्कुर, योनि, भगक्षेत्र तथा स्तन विशेष किसिमले यौन संवेदनशील हुन्छन् । आफूले मन पराएको व्यक्तिले यी अङ्गहरू स्पर्श गर्दा आनन्द आउने कुरा एकातिर छ भने आफैंले पनि ती अंग स्पर्श गर्दा, घर्षण गर्दा वा भनौं खेलाउँदा आनन्द प्राप्त हुन्छ । आफैंले आ□ना अंगहरू खेलाएर यौन आनन्द पाउने विधिलाई नै हस्तमैथुन भनिन्छ । हुन त कतिपय व्यक्ति महिलाले हस्तमैथुन गर्दैनन् भन्ने मान्छन् तर कुरा त्यसो होइन ।

महिलाहरूले कसरी हस्तमैथुन गर्छन् ?

व्यक्ति-व्यक्तिअनुसार हस्तमैथुन गर्ने तरिका फरक पर्छ नै । महिलाहरूको हस्तमैथुनमा भगाङ्कुरको घर्षण एक प्रमुख त्रियाकलाप हो । यसमा हात प्रयोग मात्र होइन, जाँघले दबाब दिनु वा अन्य वस्तुमा घर्षण गराउनुजस्ता अनेकौं क्रियाकलाप पर्छन् । योनिभित्रै औंला वा केही कुरा पसाएर हस्तमैथुन गर्ने चलन पनि छ । हस्तमैथुन गर्दा उल्लेख्य संख्यामा महिलाहरूले स्तन खेलाउँछन् । विशेष गरी पश्चिमा मुलुकमा अनेकौं किसिमका यौन प्रसाधन पनि प्रयोग गरिन्छ ।

के संक्रमण होला ?

हस्तमैथुन गर्दा भगक्षेत्र वा योनिमा कुनै चोट नलागोस् भन्ने कुरा महत्त्वपूर्ण छ । घाउ-चोट लागे संक्रमण हुने सम्भावना हुन्छ । सामान्यतया तपाईंले सजग भएर औंला चलाउनुभएको छ भने घाउ हुँदैन वा चोटपटक लाग्दैन । आफ्नो नङ कतिको लामो छ विचार पुऱ्याउनुपर्छ । कतिपय महिलाले तपाईंले जस्तै औंलादेखि बाहेक अन्य केही वस्तु पसाएर यौनआनन्द लिन्छन् । यस्तो कार्य गर्दा योनिबाट पर्याप्त मात्रामा रस आइसकेको हुनुपर्छ र यौन उत्तेजना हुँदा यो स्वाभाविक रूपमा नै हुन्छ । यस्तो नभएको स्थितिमा अन्य कुनै चिप्लो पदार्थको प्रयोग गर्न बिर्सनु हुँदैन । पर्याप्त मात्रामा चिप्लो पदार्थ हुँदा योनिमा चोट पुग्ने सम्भावना सुख्खा अवस्थाको भन्दा निकै कम हुन्छ । यसका साथै हस्तमैथुनमा प्रयोग गरिने वस्तु एकदमै सफा भएको कुरा सुनिश्चित गर्नुपर्ने हुन्छ । यी सबै कुरामा ध्यान दिए संक्रमणको सम्भावना न्यून हुन्छ । त्यसो त तपाईंलाई पनि थाहै होला– लिङ्ग प्रवेश गराएकै कारणले पनि संक्रमण हुनसक्छ ।

कमाउने श्रीमान्लाई कसरी छोड्ने ?

प्रेम र आत्मीयतालाई भौतिक दूरीले कम हुन दिँदैन भन्ने मान्यतामा धेरै व्यक्ति सहमत छन् । त्यसैले यस्ता भौतिक दूरीले मनको दुरीलाई पक्कै पनि कम नगर्नुपर्ने हो, तर यथार्थ के हो भने सबैको मामिलामा त्यस्तो नहुन सक्छ । 'कमाउने' श्रीमान्लाई छोड्न नसक्ने तपाईंको अभिव्यक्तिमा माया र आत्मीयता कम छ, भौतिकता बढी । कामना गरौं, तपाईंहरूको बीचमा पनि सम्बन्धले अझ प्रगाढता पाओस् । त्यसैले यस्ता कुरामा सजग रहनु बुद्धिमानी हुन्छ । तपाईंको विवाह कस्तो प्रकारको थियो थाहा भएन, तर मागी विवाहको केही पछि नै फरक-फरक स्थानमा बस्नुपरेको स्थितिमा भने श्रीमान् र श्रीमतीको बीचमा प्रगाढ सम्बन्ध विकासका लागि चाहिने पर्याप्त समय नहुन सक्छ । लामो भौतिक दूरीमा फरक-फरक परिस्थितिमा बस्नुपर्दा यौन आनन्दका लागि कुनै विकल्प नखोजिएला वा आत्मीयता अर्कै व्यक्तिसँग विकसित नहोला पनि भन्न सकिँदैन । यस्तो परिस्थितिमा एकातिर श्रीमान्-श्रीमतीबीचको निरन्तर सुमधुर सम्बन्ध अनि यौनआनन्द र अर्कातिर आर्थिक सम्पन्नताको अनावश्यक चाहनाको बीचमा सन्तुलन कायम राख्नु महत्त्वपूर्ण विषय भएको छ ।

सम्बन्धमा सुमधुरता कायम राख्न, प्रणय सम्बन्धलाई मलजल गर्न अनि पुरुषसँगकै यौनसम्पर्क राख्न पैसाको लोभमा मात्र नपरी बाहिर नै काम गर्ने भए पनि बीच-बीचमा भेटघाट गर्नु र आत्मीय समय बिताउनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

के तपाईंमा यौन सम्बन्धी समस्या छ ?

पुरुषहरूमा देखिने

शीघ्र पतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, स्वप्न दोष, सरुवा यौनरोगका साथै उमेर अनुसार यौनाङ्ग विकास नहुनु ।

महिलाहरूमा देखिने

सेतो पानी बग्ने, योनी चिलाउने, यौन सन्तुष्टिमा कमी भएको महसुस हुने, स्तन सानो वा ठूलो हुने, तल्लो पेट दुख्ने तथा महिनावारी सम्बन्धी समस्याहरु ।

सुन्दरता अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर, कालोपोतो, अनावश्यक कोठी वा फोकाहरु, दुबी, सेतो दुबी, साथै अन्य चर्मरोगहरु ।

महिला वा पुरुषहरूमा हुने बाँझोपन (नि :सन्तान) को गोपनियताका साथ उपचार

सम्पर्क स्थान: माता मनकामना आरोग्य केन्द्र तथा सेक्सोलोजिष्ट डाक्टर्स क्लिनिक

पुतलीसडक, काठमाडौं (साडी प्यालेस माथि) फोन: ४२४०३८१, ४२२५५३५

शाखा कार्यालय

पोखरा - ०६१-५३११९४ बुटवल - ०७१-५४८८१३
भरतपुर - ०५६-५२०१६८ इटहरी - ०२५-५८४०८८
दाङ - ९८४७८७७११४, ९८०६२०९८००
हेटौंडा - ०५७-५२६०४६ सप्तरी, फत्तेपुर - ०३१-५५०११२

सुखी विवाहित जीवनको लागि

सेवाको १५ वर्ष

विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्न दोष, पिसावसित धातु खस्ने, नपुंसकता, सन्तान नहुने र कमजोरी आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोस् ।

भेट्ने ठेगाना: फोन नं. : ४-४६०७८५

पापुलर आयुर्वेद औषधालय

ज्ञानेश्वर, रातोपुल पारीपट्टी, काठमाडौं

मौका नगुमाउनुहोस्

के तपाई कोरीयन बर संग बैबाहिक जिवन बिताउन चाहानुहुन्छ ?

हामीलाई सम्झनुहोस् ।

Nepal Korea Int'l Marriage Bureau

Samakhusi : 012291457, 9803374844, 9803776754

प्रेममा चोट खाएकाहरू

• प्रेमकृष्ण श्रेष्ठ

हालै मात्र मेरो क्षेत्रमा एक १६ वर्षीया युवतीले विष खाइन्। चाँडोभन्दा चाँडो अस्पताल पुऱ्याइयो र उनी बाँच्न सफल भइन्। पछि सुनियो, उनले प्रेममा धोका पाएपछि आत्महत्याको बाटो रोजेकी थिइन्। प्रेमका कारण आजभोलि यस्ता धेरै घटना दोहोरिरहन्छन्। यस्तो प्रयास गर्नेमा युवकभन्दा युवतीको संख्या बढी पाइन्छ। हाम्रो परिवेशमा पनि प्रेमवियोगका कारण ज्यान फालेका र ज्यान फाल्न खोज्ने कैयन् युवायुवती छन्। आत्महत्या गर्नु पनि एक किसिमको विकृति हो, तर आजभोलिका किशोरकिशोरी वा युवायुवतीले आत्महत्या भनेको गलत कुरा हो भन्ने बुझ्दा-बुझ्दै पनि त्यही पथ अवलम्बन गर्न खोज्नुमा राज्य, समाज, परिवार र स्वयं व्यक्तिकै दोष छ।

जीवनसँग भागेर समस्या समाधान हुने होइन। समस्यासँग पराजित भएर आफ्नो हत्या आफैंले गर्नुभन्दा समस्यासँग लडेर, जुधेर त्यसबाट छुट्कारा पाउने प्रयास गर्नुपर्छ, तर युवायुवतीहरूमा प्रेममा धोका पाउनेबित्तिकै आत्महत्या गर्नुको बाटो रोज्ने प्रवृत्ति बढेको छ। चलचित्रमा देखाइने आत्महत्याको नयाँ-नयाँ शैलीले यस्तो विकृत सोच भएकाहरू हौसिएका छन्। चलचित्र र उपन्यासमा देखाइने र कोरिने प्रेम वास्तविक जीवनमा सम्भव छैन तर कतिपयलाई त्यही आदर्श प्रेमको बाटोमा डोरिन मन लाग्छ। फलस्वरूप उनीहरू आफ्नो आदर्शको हारमा आत्महत्यासम्म गर्न अग्रसर हुन्छन्। बदलिँदो समयसँगै प्रेमको सोचमा पनि परिवर्तन आवश्यक छ। प्रेम भनेको पानी हो, पानीको आकार जसरी गिलासको आकार वा अरू भौतिक चीजको आकारमा ढल्छ, त्यसै गरी प्रेम पनि समय र वस्तुस्थितिअनुसार ढल्नुपर्छ। प्रेममा पूरा विश्वास गरी जीउज्यान नै सुम्पिहाल्नु उचित होइन। प्रेम विविध प्रलोभनले प्रेरित हुनसक्छ, तर त्यसका बारेमा जानकारी पाउन सकिएको हुँदैन। आदर्श प्रेमको चाहना छ भने यस्ता प्रेमीलाई चिनेर बेलैमा उसको हात समाउनुपर्छ।

आजभोलि प्रेमको नाममा हुने असुरक्षित सम्पर्कले पनि यस्तो कृत्यलाई बढावा दिएको हो। चलचित्रको सिको गरी, ती चलचित्रको घटनाक्रमलाई नेपाली परिवेशमा भित्र्याउन खोज्दा पुरानो ढाँचाको समाजसँग पराजित भएका युवायुवतीलाई आफ्नै प्रेम निल्नु न ओकल्नु भएको घामजत्तिकै सत्य हो। हाम्रो समाजमा अझै पनि पुरुष र महिलालाई हेर्ने दृष्टिकोणमा एकरूपता छैन। हाम्रो समाजले नारीको अस्मितालाई अझै पनि काँचका रूपमा परिभाषित गर्छ र नारीको अस्मितामा परेको दागलाई सहन सक्दैन। प्रेममा कुनै युवती असुरक्षित यौनसम्पर्कका कारण गर्भवती भइन् भने समाजले दोषी पुरुषलाई थुक्दैन, बरु युवतीको पेटलाई थुक्छ।

प्रेममा यस्तो बदनामी सहनुपरेपछि युवतीहरूले समाजको आलोचना र उपेक्षालाई सहनुभन्दा आफैंले आफ्नो हत्या गर्नु नै उपयुक्त देख्छन्। यसकारण युवायुवतीहरूको प्रेमवियोगमा जीवनको अवमूल्यन हुँदै गएको छ। यस्ता घटनामा कमी ल्याउन युवतीहरू विशेष चनाखो हुनुपर्छ। युवतीहरूले पनि आफ्नो चरित्रमा लागेको दागलाई आत्महत्याको एक मात्र विकल्प नमानी बरु त्यसलाई शक्तिका रूपमा लिनुपर्छ। आफ्नो मातृत्वका लागि पनि नारीवर्गले प्रेममा धोका पाए पनि बाँच्ने प्रयास गर्नुपर्छ। पुरानो हिन्दी चलचित्र 'जुली'मा जुलीले गरेको संघर्षबाट पनि युवतीहरूले सन्देश ग्रहण गर्न सक्छन्।

प्रेमवियोगका कारण हुने आत्महत्याको मात्रा कम गर्ने हो भने नारीलाई हेर्ने दृष्टिमा परिवर्तन ल्याउनुपर्छ। नारी बदनाम हुनुमा पुरुष पनि त्यति नै दोषी हुन्छ। नारीको मातृत्वलाई थुक्ने परम्परा अन्त्य हुनुपर्छ। अरू विकसित मुलुकमा आत्महत्या हुनुमा प्रेमको भन्दा पनि अरू मानसिक कारणको प्रमुख भूमिका हुन्छ, तर नेपालमा आत्महत्या हुनुमा प्रेम नै मुख्य कारण हुने गरेको छ। नेपालमा प्रेममा सामाजिक चासो वा लाञ्छना पनि यसको दोषी हुने गरेको छ। कुनै युवा-युवतीबीचमा प्रेम छ भने समाजले ती युवा-युवतीका परिवारमा अनेकन् कुरा लगाएर घरमा किचलो फैलाउने काम गर्छ। फलस्वरूप प्रेममा चोट खाएका युवायुवती आफ्नो अन्तिम सहारा परिवारको संरक्षणबाट नै वञ्चित हुन्छन् र त्यस अवस्थामा आत्महत्यालाई नै एक मात्र विकल्प देख्छन्।

घरपरिवारमा पनि किशोरावस्थामा आफ्ना छोराछोरीलाई अभिभावकले असुरक्षित प्रेमसम्बन्धका बारेमा जानकारी दिएर उनीहरूको जीवनप्रतिको उपेक्षालाई बिस्तारै हटाउन सकिन्छ। कुनै युवा-युवतीले जीवनमा निराशाको मात्र कुरा गर्छन् वा भनौं आत्महत्याको कुरा गर्छन् भने उनीहरूप्रति सहानुभूति प्रकट गर्दै जीवनको महत्वका बारेमा प्रकाश पार्न सकिन्छ। जीवनका उज्ज्वल पक्षलाई देखाएर उनीहरूलाई दिशानिर्देश गर्नुपर्छ।

प्रेमवियोगमा चोट खाएकाहरूलाई इतिहास र वर्तमानका प्रेमवियोगका थुप्रै उदाहरणीय कथा सुनाएर नवजीवनको प्रेरणा दिन सकिन्छ। फलस्वरूप विकल्पहरूतिर मन तानिन्छ र जीवनप्रति उनीहरूको मनमा माया पलाउन थाल्छ। प्रेममा प्रेमीले वा प्रेमिकाले कुनै कमजोर पक्षलाई औंल्याएर धोका दिएको छ भने आत्महत्या गर्नु कायरता मात्र हो, बरु त्यो धोकाबाट सिक्दै धोका दिनेलाई बैगुनको साटो गुनको सिद्धान्तले बदला लिन सकिन्छ।

प्रेममा धोका पाएको जीवनलाई सिर्जनात्मक बनाउन सकिन्छ। जस्तो, समाजसेवा, चित्रकला, साहित्य वा अरू कुनै पनि कलाले जीवनलाई रंगाउन सकिन्छ। आत्महत्याका लागि आफ्नै हृदयले प्रेरणा दिए पनि आफ्नै हृदयको विपक्षमा उभिन सक्ने शक्ति युवायुवतीले हासिल गर्नुपर्छ। रात पऱ्यो भन्दैमा बिहानी सधैंका लागि हराएको होइन, रातको गाढापनामै उज्यालो प्रभातको संकेत हुन्छ। नेपाली साहित्यमा पनि पारिजात, हरिभक्त कटुवाल, बासु शशि, सरुभक्त र विजय मल्ल प्रेमवियोगका प्रतीक हुन्। उनीहरूले प्रेमवियोगपछि आत्महत्या गरेनन्, बरु जीवनलाई सिर्जनात्मक बनाएर अरूका लागि पनि आफ्नो जीवन प्रेरणादायी बनाए।

आफ्नो हत्या आफैंले गर्दैमा पुरुषार्थ प्रदर्शन हुने होइन। केही वर्षअघिको घटना हो– एक पागल प्रेमीले आफ्नै प्रेमिकाको कञ्चटमा गोली प्रहार गरी आफूले पनि आत्मदाह गरे। भन्नुस् त, संसारले त्यो घटनाबाट प्रेरणा लियो कि त्यसप्रति घृणा गऱ्यो ? इतिहासले उनको पेस्तोललाई पूजा गऱ्यो कि थुक्यो ? यसकारण प्रेमवियोगलाई आफ्नै हत्याको पेस्तोल होइन, पारिजात र विजय मल्लले जस्तो सिर्जनाको कलम बनाऔं। जीवन त्यति सस्तो छैन। जीवनको मूल्य बुझौं र बुझाऔं। यसरी सिर्जनामा बाँच्ने हो भने प्रेमको घाउ केही दिनमै अवश्य निको हुनेछ।

युवाहरू किन आत्महत्या गर्छन् ?

सुमित्रा अञ्जान

केही साताअघि धरान-१७ का २६ वर्षीय सन्दिप सुवेदीले आत्महत्या गर्न विष सेवन गरे। घर-परिवारले उनलाई विषले छटपटिएको अवस्थामा कोठामा फेला पारेका थिए। केटीले आ□नो प्रेमप्रस्ताव अस्वीकार गरेका कारण आफूले विष सेवन गरेको उनले परिवारलाई बताए। उनी बेहोसीमै केटीको नाम बर्बराइरहेका थिए। परिवारले बेलैमा उपचार गराउन पाएकाले उनी बाँच्न सफल भए।

धरान-१३ स्थित जेनिथ बोर्डिङ स्कुलकी २३ वर्षीया शिक्षिका सुजता राईले ७ असारमा कोठाको सिलिङ पंखामा सलको पासो लगाएर आत्महत्या गरिन्। पारिवारिक स्रोतका अनुसार उनी त्यति नबोल्ने स्वभावकी थिइन्। परिवारलाई उद्धृत गर्दै एक प्रहरीले भने– घटना हुने दिन उनी फोनमा कसैसँग गफ गरिरहेकी थिईन्। उनले मर्नुअघि आ□नो बायाँ हातको नाडीको नशा काटेकी थिईन्। त्यसै गरी धरान-१३ की १८ वर्षीया मन्दिरा सुब्बाले असोज ११ गते पंखामै सलको पासो लगाएर आत्महत्या गरिन्। क्याम्पसमा अध्ययनरत राईको आत्महत्याको रहस्य खुल्न नसकेको जानकारी प्रहरीले दिएको छ।

यी माथिका घटना आत्महत्याका केही उदाहरण मात्र हुन्। इलाका प्रहरी कार्यलय, धरानमा राखिएको चार वर्षको तथ्यांकमा ८० प्रतिशत युवायुवतीले झुन्डिएर आत्महत्या गरेका छन्। आर्थिक वर्ष ०६२/६३ मा २२, ०६३/६४ मा ११, ०६४/६५ मा १४ र गत असोज महिनामा मात्र ३ जनाले आत्महत्या गरेका छन्।

डिप्रेसन, मानसिक रोग, सिजोफेनिया भएका मानिसहरूले बढी आत्महत्या गर्ने बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका मानसिक विभागका प्रमुख डाक्टर प्रमोद स्याङ्वोले बताए। अचानक अप्रत्याशित घटना भए, तनावका उपायहरू नदेखेर, आवेगमा आएर, फ्रस्टेसन भएर, लक्ष्य पूरा गर्न नसक्दा, चाहना पूरा नहुँदा, प्रेममा असफल हुँदा अर्को जन्ममा सफल हुन्छ भन्ने भावनात्मक अन्धविश्वासले गर्दा आत्महत्याका घटनाहरू हुने गरेको स्याङ्बोले जानकारी दिए। आत्महत्या गर्नुको अर्को कारण बताउँदै डा. स्याङ्बो भन्छन्– 'पढाइमा असफल, आर्थिक समस्या, बेरोजगार भएर भित्रभित्रै वितृष्णा हुँदा पनि मानिसहरू आत्महत्या गर्छन्।' युवाहरूमा सोच्ने शक्ति कम हुने र तत्कालै उपलब्धिहरू हात लाग्नुपर्ने सोचाइले पनि आत्महत्या तर्फ आकर्षित हुने गरेको स्याङ्बोको तर्क छ।

यस्तो मानसिक समस्या पनि रोग हो, केही उपाय निकाल्न सकिन्छ भन्ने विषयमा ज्ञान नभएर उपचारमा आउन नचाहेको उनले बताए। मनको भित्रको कुरा, घरायसी समस्या मान्ने र उपचारमा जाँदा समाजले पनि पागल भएछ भन्नेजस्ता शंका गर्ने डरले पनि खुलेर उपचारमा आउन नसकेको कुरा बताउँदै डा. स्याङ्बोले भने– 'जसले गर्दा आत्महत्याको घटना बढ्दो क्रममा छ। उनको परामर्श लिन शिक्षित र सहरिया युवाहरू मात्र आउने गरेका छन्। समस्याको पहिचान गर्न नसकी भित्रभित्रै दबाएर राख्दाको परिणाम आत्महत्या भएको उनको भनाइ छ।

स्वर्गद्वारीमुनि झिम्रुकमा महोत्सव

स्वर्गद्वारी आश्रमभन्दा ४४ किलोमिटर तल रहेको झ्रुम्रक नदीको किनारमा फागुन २ देखि १० गतेसम्म स्वर्गद्वारी महोत्सव हुँदैछ। काठमाडौँबाट ४ सय २५ किलोमिटर टाढा रहेको महोत्सवस्थलमा १ सय ५० वटा प्रदर्शनी कक्ष राखिएका छन्। आयोजकहरूले महोत्सव आयोजनाका लागि आउने मन्त्रीलाई एक पोका मागपत्र पेस गरेर स्वागत गरेका थिए। प्युठान जिल्लाका गाउँ-गाउँमा सडक पुऱ्याउन अनुरोध गर्दै उक्त मागपत्र प्रस्तुत गरिएको हो।

प्रदर्शनीमा प्युठानको मौलिक बाघमुखे चुलेसीको व्यापक प्रचार-प्रचार हुने महोत्सव आयोजक जिविस प्युठानले जानकारी गराएको छ। प्युठानका उद्योगी-व्यवसायीले महोत्सवलाई आफ्नो व्यापार बढाउने अवसरका रूपमा लिएका छन्। महोत्सवका दर्शकहरूले प्युठान धार्मिक र पर्यटकीय स्थलहरूको विस्तृत जानकारी पाउनेछन्। यहाँका हेर्नलायक स्थलहरूमध्ये भित्रीकोट, गौमुखी, ऐरावती र मल्लरानी मुख्य हुन्।

महोत्सवका बेलामा शोभायात्रामा प्युठान जिल्लाको संस्कृति झल्काउने विविध झाँकीसहित ऐतिहासिक सराय नाच प्रदर्शन गरिनेछ। त्यसैगरी मनोज गजुरेल तथा जितु नेपालको प्रस्तुतिबाट दर्शकहरूले हाँस्ने अवसर पाएका छन्।

महोत्सवमा स्वर्गद्वारी आश्रमको प्रतिमूर्ति मन्दिर पनि राखिएको छ। डेढ लाख मानिसले अवलोकन गर्ने महोत्सवमा ४ करोड रुपैयाँ बराबरको कारोबार हुने अनुमान आयाजकहरूको छ।

–रविन राचलिका

टुँडिखेलमा ल्होसार

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौँ– यस पटकको अन्तिम ल्होसार 'ग्याल्बो' को अवसर पारेर आगामी शुक्रबारदेखि राजधानीमा तीनदिने ल्होसार महोत्सव हुँदैछ। राजधानीको मुटु टुँडिखेलमा शुक्रबारदेखि आइतबारसम्म सञ्चालन हुने यो महोत्सवलाई वर्षकै उत्कृष्ट महोत्सवका रूपमा प्रस्तुत गर्न आयोजकहरू लागिपरेका छन्।

टाशी पी. शेर्पाद्वारा आयोजना गर्न लागिएको हिमाली भेगको ल्होसार मनाउने यो कार्यक्रममा सांस्कृतिक कार्यक्रमलाई मुख्य आकर्षणका रूपमा समावेश गरिएको छ। महोत्सवका तीनै दिन दिउँसो ३ बजेदेखि साँझ ७ बजेसम्म सांगीतिक कार्यक्रम तथा डिजे सेसन सञ्चालन गरिनेछ। कार्यक्रममा कुन्ति मोक्तान, रेश्मा सुनुवार, रोज मोक्तान, विजय लामा, रामकृष्ण ढकाल, अञ्जु पन्त, राजेशपायल राई, निशा सुनार, विमल डाँगी, मञ्जु महत, कृष्ण देवकोटा आदि गायक-गायिकाले आधुनिक, पप तथा दोहोरी गीत-संगीत प्रस्तुत गर्नेछन् भने प्रत्येक दिन साँझ ५:३० बजेदेखि एक घण्टा डिजे राजु तथा डिजे तेन्जिङले टुँडिखेललाई डान्स फ्लोरमा परिवर्तन गर्नेछन्।

कार्यक्रमका संयोजक तथा उद्घोषक दिनेश डिसीका अनुसार महोत्सवमा फेस पेन्टिङ, हात्ती चढाइ, धनुकाँड हान्ने प्रतियोगिता आदि सञ्चालन गरिनेछ। यसबाहेक कार्यक्रम अवधिभर विभिन्न जातजातिको प्रतिनिधित्व हुने पहिरनहरूको प्रदर्शनीका साथै १ सयभन्दा बढी खाद्यपदार्थका स्टलहरू सजाइनेछन्। बाल-बालिकाहरूका लागि छुट्टै खेलमैदान निर्माण गरिने जानकारी पनि आयोजकहरूले दिएका छन्। यसबाहेक महोत्सवमा सहभागी हुने दर्शकहरूमध्ये प्रत्येक दिन परम्परागत पहिरनमा सजिएकाहरूमध्येबाट एक जना महिला तथा एक जना पुरुषलाई 'बेस्ट ड्रेस' को एवार्ड प्रदान गरिनेछ।

ल्होसार महोत्सव रमझमपूर्ण

नुवाकोट– जता हेऱ्यो त्यतै तामाङ वेशभूषामा सजिएका युवायुवतीको भीड अनि तामाङ भाषाकै गीत-संगीतको रन्को। नुवाकोटको सदरमुकाम विदुर नजिकैको कोलनीमा आयोजित ल्होसार महोत्सवको रमझम हो यो। तामाङहरूको बाहुल्यता भएको जिल्ला भए पनि पहिलो पटक भएको महोत्सवले ग्रामीण भेगमा लोप हुने अवस्थामा पुगेको परम्परागत नृत्यले दर्शकहरूको मन जितेको थियो। तामाङ जातिको मनोरञ्जनपूर्ण प्रस्तुति अन्य जाति एवं समुदायका युवायुवतीका लागि आकर्षणको केन्द्र बनेको थियो।

क्रिएसन सामाजिक युवा क्लब र नेपाल तामाङ विद्यार्थी घेदुङले महोत्सवको आयोजना गरेका थिए। तामाङ जातिको लोपोन्मुख नृत्य 'तचेमा' (घोडा नाच) को प्रस्तुति मन लोभ्याउने खालको थियो। मेन्दो माया भाका र नुवाकोट तथा रसुवाको तामाङ समुदायमा लोकप्रिय साइकल कुरुरुरु..... भाकामा जीउ मर्काउने तरुना-तन्नेरीको ताती नै लागेको थियो। उक्त अवसरमा देउराली, बडताङ, कल्याणपुर, काहुले आदि तामाङ बस्तीबाट ल्याइएका झाँकीहरू प्रदर्शन गरिएका थिए। महोत्सवमा खेलकुदका विभिन्न प्रतियोगिता पनि सञ्चालन भएका थिए।

नमस्ते ब्यान्डको साङ्गीतिक महाधमाका

नमस्ते ब्यान्ड बीसौँ वर्षमा प्रवेश गरेको उपलक्ष्यमा नयाँ तथा पुराना गीतहरूको भिसिडी कलेक्सनसमेत तयार गरी श्रोतामाझ ल्याउन लागेको जानकारी ब्यान्डप्रमुख तथा गायक ईश्वर गुरुङले दिएका छन्। नमस्ते ब्यान्डको बीसौँ वार्षिक उत्सव पारेर यही फागुन १२ गते भृकुटीमण्डप, काठमाडौँ तथा फागुन १७ गते पोखरामा कन्सर्ट हुने भएको छ।

नयाँ नेपालसँगै नयाँ-नयाँ साङ्गीतिक कोसेलीहरू लिएर नमस्ते ब्यान्डसमेत राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय ख्यातिप्राप्त साङ्गीतिक समूहहरूले महाशिवरात्रीको भव्य महोत्सवमा सहभागिता जनाउने पनि ब्यान्डप्रमुख तथा गायक ईश्वर गुरुङ बताउँछन्। महोत्सवमा जापान, क्यानाडा, अमेरिका, जर्मनी, भारत आदि देशका चर्चित ब्यान्डहरूको संलग्नता रहनेछ भने त्यहाँ स्वदेशी ब्यान्डको उपस्थिति हुनेछ। त्यसैगरी नयाँ पुराना गायक-गायिकाहरूमा ओमविक्रम विष्ट, दीप श्रेष्ठ, खेमराज गुरुङ, सविन राई, राजु लामा, निमा रुम्बा, बाबु बोगटी, सिने गुरुङ, मिग्मा शेर्पा, अभिनाश घिसिङ, यम बराल, उदय-मनिला सोताङ, लक्ष्मी न्यौपाने, नारायण रायमाझी, राजु परियार, मिलन मोक्तान आदि महोत्सवमा सहभागी हुनेछन्। कार्यक्रम नमस्ते ब्यान्ड, नेपाल तथा जापानको संयुक्त आयोजनामा हुन लागेको हो।

साप्ताहिक Classified Advertisement

रोजगार

तुरुन्तै सुटिङ हुन लागेको ठूलो पर्दाको चलचित्रको लागि तुरुन्तै कलाकार चाहियो। नजान्नेलाई चलचित्र निर्देशकद्वारा तालिमको व्यवस्था। ९८४१२७५७१४, २००३७६३

महिला, पुरुष, गृहिणी, विद्यार्थी, कर्मचारीहरू अर्जेन्ट, ४५००-१०,५००, Fixed, घरमै बसी काम गर्ने मिल्ने, ०१-६२२०११९, ९८४१८१२०१०।

शिक्षित अशिक्षित महिला, पुरुष तु. आवश्यकता, ९,०००।-, कौशलटार, ६६०५४०१, ९८०३४२१५२६।

सम्पर्क

राम्रो कमाई गर्नको लागि ९८०३६०४७३७

दररेट

- रू. १० प्रति शब्द (साधारण)
- रू. २० प्रति शब्द (कलर हाईलाइट)

बिज्ञापन दिन र बुझ्नका लागि आफ्नो नजिकैका **कान्तिपुर बर्गीकृत संकलन काउण्टर** तथा सिधा मोबाइल **९८४१-२०५९७७** मा सम्पर्क गर्न अनुरोध गरिन्छ।

पोखरा– पोखराका तन्नेरी जीवन भट्टराईले बिल्कुलै नयाँ डकुमेन्ट्री निर्माण गरेका छन्। कमै मात्रामा शिक्षासम्बन्धी डकुमेन्ट्री बन्ने गरेको परिप्रेक्ष्यमा उनले आफ्नो डकुमेन्ट्रीको शीर्षक नै शिक्षाको खोज राखेका छन्। दुई वर्षको प्रयासपछि यो डकुमेन्ट्री अहिले निर्माण भएर प्रदर्शनको तयारीमा छ। शिक्षा के हो ? शिक्षाको प्रारम्भ कहिले र कसरी भयो ? हाम्रा पुर्खा कसरी पढ्थे ? शिक्षाको उपलब्धि के हो ? हालको शिक्षाप्रणाली कस्तो छ ? जस्ता विषयलाई समेटेर तयार गरिएको वृत्तचित्र *शिक्षाको खोज*को सम्पादन पूरा भै प्रदर्शनका लागि तयारीमा छ।

वृत्तचित्रमा ढुंगेयुग, वैदिककाल, लिच्छविकाल, मल्लकाल, शाहकाल र राणाकालको शैक्षिक अवस्था कस्तो थियो ? र हालको शैक्षिक अवस्था बुझ्न कर्णालीको सेरोफेरोमा भएका हृदयस्पर्शी घटनालाई समेटिएको छ। त्यसो त यो वृत्तचित्रले नेपालमा अंग्रेजी शिक्षाको प्रारम्भ, दरबार स्कुलको इतिहास, संस्कृत शिक्षाको इतिहासको वर्णन गर्दै शिक्षाले प्राप्त हुने ज्ञान, मानव-सभ्यता, विज्ञान विकास र संस्कृतिलगायत नेपाली भाषाको उत्पत्ति एवं विकाससँगै सिञ्जा उपत्यकालाई पनि समेटेको छ। करिब ९० मिनेट लामो यो वृत्तचित्र ८ लाख रुपैयाँमा निर्माण भएको हो।

पोखरामा सानो परी तथा सानो बाबु

पोखरा– शिशु निकेतन स्कुलमा अध्ययनरत सात वर्षीया एनिका राना सानो परी पोखरा भन्ने धुनमा छिन्। त्यसो त एनिका यसअघि नै च्याम्पमा समेत क्याटवाक गरेर अनुभव बटुलिसकेकी छिन्। एनिका भन्छिन्- आफ्नो खुबी देखाउन यो प्रतियोगिताले मलाई सहयोग गर्नेछ।

उनी मात्र होइनन्, उनीजस्तै धेरै बालबालिका पछिल्लो समयमा यहाँ आयोजना हुने बालसौन्दर्य प्रतियोगितामा सहभागी हुन यसरी नै उत्सुकता देखाइरहेका छन्। स्थानीय अभिभावकहरू पनि आफ्ना बालबालिकाको क्षमता अभिवृद्धि गराउन यस्ता प्रतियोगितामा सहभागी गराउन आतुर हुने गरेका छन्। एक अभिभावक भन्छन्- यस्तो प्रतियोगिताले बाबु-नानीलाई जाँगरिलो र फुर्तिलो पनि बनाउँदो रहेछ। बालबालिकामा लुकेको प्रतिभा प्रस्फुटन गर्ने ध्येयले 'जित हाम्रो' ले पोखरामा सानो परी तथा सानो बाबु प्रतियोगिता आयोजना गर्न लागेको छ। प्रतियोगितामा ७ देखि १२ वर्षसम्मका बालबालिका सहभागी छन्।

फागुनको दोस्रो साता हुने प्रतियोगिताका लागि आयोजकहरूले विभिन्न विषयमा उनीहरूलाई तालिम दिन थालेका छन्। प्रतियोगितामा १०-१० जना बाल-बालिकाले प्रतिस्पर्धा गर्नेछन्। कोरियोग्राफर पुष्कर थापा तथा राजेश जोसीले उनीहरूलाई च्याम्पमा हिंड्न सिकाइरहेका छन्। प्रतियोगितामा सहभागी हुन लागेका अधिकांश बालबालिकाले जिल्लाका लागि भन्दा पनि आफ्नो क्षमता अभिवृद्धिका लागि प्रतियोगितामा भाग लिन लागेको बताए।

–शिव शर्मा

राष्ट्रिय महिला बुद्धिचाल

खै त सहभागिता ?

काठमाडौं– प्रथम राष्ट्रिय महिला बुद्धिचालको शीर्ष उपाधि जितेर मोनालिसा खम्बु निकै उत्साहित भइन् तर त्यो उत्साह आयोजकहरूमा देखिएन। बुद्धिचाल खेलमा महिलाहरूलाई पनि बढावा दिने उद्देश्यले आयोजित प्रतियोगितामा खेलाडीको सहभागिता निराशाजनक रह्यो। 'पहिलो पटक भएकाले महिलाहरूको सहभागिता उल्लेख्य रहन सकेन,' आयोजक नेपाल बुद्धिचाल संघका प्रचार प्रमुख दीपकाजी महर्जनले भने- 'हामीले कम्तीमा ५० जना खेलाडी सहभागी हुने अपेक्षा गरेका थियौं।' राजधानीमा फागुन १ गतेदेखि ५ गतेसम्म चलेको प्रतियोगितामा ३६ जना महिला खेलाडीको मात्र सहभागिता रह्यो। राजधानीका विभिन्न विद्यालयमा अध्ययन गरिरहेका खोटाङ, मोरङ, रौतहट, पर्सा, बर्दिया, तनहुँलगायत १४ जिल्लाका खेलाडीले प्रतियोगितामा भाग लिएका थिए। त्यसमध्ये पनि अधिकांश खेलाडी राजधानीकै दीपज्योति उच्च मा.वि.का थिए।

विश्व चेस महासंघले आगामी ओलम्पियाडमा महिला सहभागिता अनिवार्य गर्ने भएपछि नेपाल बुद्धिचाल संघले महिला बुद्धिचालको पहिलो राष्ट्रिय प्रतियोगिता आयोजना गर्ने जाँगर चलाएको हो। यो प्रतियोगिता जितेका खेलाडीलाई रूसमा हुने ३९ औं ओलम्पियाडमा सहभागित गराइनेछ। हुन त प्रतियोगितामा प्रथम स्थान प्राप्त गरेकी मोनालिसाले यसअघि नै कतारमा सम्पन्न १५ औं ओलम्पियाडमा भाग लिइसकेकी छिन्। त्यसबाहेक उनले सन् २००६ मा दिल्लीमा सम्पन्न एसियन जोनल यु-२० चेस च्याम्पियनसिप पनि नेपाली महिला खेलाडीको प्रतिनिधित्व गरेकी थिइन्।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्स्थित स्वीमिङ पुल परिसरमा सञ्चालित प्रतियोगितामा मोनालिसाले ७ दशमलव ५ अंक बटुल्दै उपाधि जितेकी हुन्। टाइम्स कलेजमा अध्ययनरत उनले अन्तिम चरणको खेल खेल्नुअघि नै जित आफ्नो पक्षमा सुरक्षित गरिसकेकी थिइन्। स्वीस लिगअन्तर्गत ८ राउन्डको खेलमा मोनालिसाले आइतबार नै प्रतिद्वन्द्वी ख्वाप्रिङ मा.वि.की मनिता कुसी तथा दीपज्योतिकी तारा घलेलाई उछिन्दै ७ अंक बटुलेकी थिइन्। सो अवस्थासम्म उनको निकटतम प्रतिद्वन्द्वी दीपज्योतिका शान्ता थापा र अस्मिता अधिकारीले ५ दशमलव ५ अंक मात्र जोडेका थिए।

सोमबार सम्पन्न अन्तिम चरणको खेलमा उनी दीपज्योतिकी विशाखा जैसवालसँग भिडेकी थिइन्। प्रतियोगितामा प्रथम तथा द्वितीय स्थान प्राप्त गरेकाले आगामी चैतमा आयोजना हुने पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद महोत्सवमा सहभागिता जनाउने अवसर पाउनेछन्। प्रतियोगितामा दीपज्योतिकी अस्मिता अधिकारी ७ अंक जोड्दै दोस्रो भइन्।

दीपज्योति उच्च मा.वि.की शान्ता थापाले तेस्रो स्थान प्राप्त गरिन्। उनले कुल ७ अंक ल्याएकी थिइन्। प्रोगेसिप अंकका आधारमा अस्मिताले शान्तालाई तेस्रो स्थानमा पारेकी हुन्। ५ दशमलव ५ अंकका साथ दीपज्योतिकी विशाखा जैसवालले चौथो र तारा घलेले पाँचौं स्थान प्राप्त गरे। ५ दशमलव ५ अंक जोडेकी तारा प्रोगेसिप अंकका आधारमा विशाखाभन्दा पछि परेका हुन्। ग्रीनल्यान्डकी समीक्षा गौतमले ५ दशमलव ५ अंक प्राप्त गर्दै छैटौं स्थानमा र विना जैसवालले सातौं स्थान प्राप्त गरे। ५ दशमलव ५ अंक जोडेकी विना प्रोगेसिप अंकका आधारमा समीक्षाभन्दा पछि परेकी हुन्।

खेलाडीको सहभागिता उत्साहजन नरहे पनि आगामी दिनमा प्रतियोगितालाई निरन्तरता दिने आयोजकहरूले बताएका छन्। 'प्रतियोगितालाई नियमित बनाएर लानेछौं,' महर्जनले भने- 'आगामी वर्षहरूमा खेलाडीको संख्या थपिने कुरामा हामी विश्वस्त छौं।'

-शिव मुखिया

राष्ट्रपति रनिङशिल्ड

भैरूम उच्च माविलाई

नुवाकोट– नुवाकोटमा सम्पन्न प्रथम राष्ट्रपति रनिङशिल्ड अन्तरमाध्यमिक विद्यालयस्तरीय प्रतियोगिताको उपाधि भैरुम उच्च माध्यमिक विद्यालय, हात्तीगौंडाले हात पारेको छ। त्रिभुवन त्रिशूली उच्च मा.वि.को खेलमैदानमा सम्पन्न प्रतियोगितामा ३९ अङ्कका साथ भैरुम उच्च मा.वि. विजयी भएको थियो। प्रतियोगितामा दुईवटा विद्यालय दोस्रो भएका छन्। भीमसेन माध्यमिक विद्यालय, बट्टार र त्रिभुवन त्रिशूली उच्च माध्यमिक विद्यालय, त्रिशूलीले बराबरी अंक

ल्याएपछि दुवै विद्यालय दोस्रो भएका हुन्। प्रतियोगितामा सहभागी एथलेटिक्स पुरुषतर्फ त्रिशूली सामुदायिक बोर्डिङ स्कुलका अरुण तामाङ र महिलातर्फ भीमसेन मा.वि.की सुनिता श्रेष्ठ उत्कृष्ट खेलाडी घोषित भएका छन्। भलिबलतर्फको उत्कृष्ट खेलाडी दिव्यरत्न बोर्डिङ स्कुलकी श्रेया प्रधान घोषित भइन्। महिला भलिबलमा भने दिव्यरत्न बोर्डिङ स्कुलले त्रिभुवन त्रिशूलीलाई सीधा सेटमा हराएको थियो। जिल्ला खेलकुद विकास समितिको आयोजनामा भएको खेलकुद प्रतियोगितामा जिल्लाका १४ विद्यालयका खेलाडीहरूले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

-नवदीप अजनवी

पोखरा दौडमा सशस्त्रको वर्चस्व

पोखरा- भूतपूर्व खेलाडी मञ्च, कास्कीले हरेक वर्ष गर्दै आएको पोखरा म्याराथन यस पटक १० किलोमिटर दूरीमा सीमित हुन पुगेको छ– दौडमा सशस्त्र प्रहरीका खेलाडीहरूको वर्चस्व कायम रह्यो। प्रतियोगितामा सशस्त्रका अर्जुन ढकाल पहिलो भए।

उनले निर्धारित १० किलोमिटरको दूरी ३२ मिनेट ४२ सेकेन्डमा पूरा गरे। त्यस्तै काठमाडौंका लक्ष्मण मल्लले ३३ मिनेट ५३ सेकेन्डमा निर्धारित दूरी पार गर्दै द्वितीय स्थान प्राप्त गरे भने सशस्त्रकै अष्टनारायण चौधरीले ३३ मिनेट ५७ सेकेन्डमा निर्धारित दूरी पार गरी तृतीय स्थान हासिल गरे।

महिलातर्फ भएको सोही दूरीको दौडमा सशस्त्रकी सूर्यमाया राई प्रथम भइन्। उनले निर्धारित दूरी ४० मिनेट ३७ सेकेन्डमा पार गरेकी थिइन्। त्यस्तै द्वितीय हुने हरिदेवी सिन्तुमलाले ४१ मिनेट ४४ सेकन्ड र तृतीय हुने सशस्त्रकी विन्दा श्रेष्ठले ४३ मिनेट ६ सेकेन्डमा निर्धारित दूरी पार गरी तृतीय भइन्। प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुनेलाई क्रमशः ७ हजार, ४ हजार र ३ हजारका साथमा प्रमाणपत्र प्रदान गरिएको थियो।

पुरुषतर्फको ३ सय २ र महिलातर्फको ४५ गरी कुल ३ सय ४७ खेलाडको सहभागिता रहेको प्रतियोगितामा खेलप्रेमीहरूको उत्साहजनक उपस्थिति देखिन्थ्यो। प्रतियोगितामा सहभागी हुने ६० वर्षीय जापानी महिला मिचुकोलाई सम्मान गरिएको थियो। उनले निर्धारित दौड पार गरेकी थिइन्। ०५८ सालदेखि नियमित रूपमा हुँदै आएको पोखरा म्याराथनमा देशभरबाट प्रतियोगीहरू सहभागी हुन आउँथे, तर यस पटक भने काठमाडौं, स्थानीय र विभागीय तथा कास्की जिल्लाका सीमित धावकले मात्र प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

२०-२० महिला पुरुष क्रिकेट

वीरगन्ज– वीरगन्जमा सञ्चालित हेमन्त सर्राफ स्मृति २०-२० अन्तर्राष्ट्रिय महिला-पुरुष क्रिकेट प्रतियोगिताअन्तर्गत पुरुषतर्फको उपाधि आयोजक वीरगन्ज क्रिकेट एकेडेमी तथा महिलातर्फको उपाधि इन्डियन गर्ल्सले उपाधि चुमेका छन्।

फाइनल खेलमा आयोजक वीरगन्ज क्रिकेट एकेडेमीले राजस्थान बीलाई ७ विकेटले पराजित गर्‍यो। वीरगन्जको आदर्शनगर रंगशालामा घरेलु दर्शकको ठूलो उपस्थिति तथा समर्थनबाट हौसिएका आयोजक क्लबका खेलाडीले ब्याटिङ र बलिङ दुवैमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेर घरेलु दर्शकलाई सन्तुष्ट पारे। महिला फाइनलतर्फ इन्डियन गर्ल्सले नेपाली गर्ल्सलाई ९ विकेटले मात दिँदै सानदार विजय हासिल गर्‍यो।

इन्डियन गर्ल्सले टस जिती नेपाली गर्ल्सलाई ब्याटिङ गर्न निम्तो दिएपछि नेपाली गर्ल्सले २० ओवरमा ८ विकेट पतनपछि ९८ रनको योगफल तयार पार्‍यो, जसको जवाफमा इन्डियन गर्ल्सले १७ ओवर ३ बलमा १ विकेट मात्र गुमाई विजयी लक्ष्य पूरा गर्‍यो, इन्डियन गर्ल्सकी नीलम वुमन अफ दि म्याच र वुमन अफ दि सिरिजसमेत भइन्।

पुरुषतर्फ आयोजक वीरगज एकेडेमीका पुनित थापा बेस्ट ब्याट्सम्यान र राजीव श्रेष्ठ बेष्ट बलर घोषित भए। भारतीय क्लब दिल्लीका गौरव शर्मा म्यान अफ द सिरीज भए। प्रतियोगितामा नेपाल र भारतका गरी ७ महिला तथा पुरुष क्लब सहभागी थिए।

-शंकर आचार्य

अन्तर्राष्ट्रिय प्याराग्लाइडिङ

पोखरा- सराङकोट तथा पामेको आकाशभरि प्याराग्लाइडिङ उडेको हेर्न मानिसहरूको बाक्लो भीड लाग्छ। प्रायःयस्तो भीड देखिने आकाशमा प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगिता नै आयोजना भएपछि भीड नबढ्ने कुरै भएन। यस वर्ष पनि दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन दिन तथा पर्यटकीय नगरी पोखरामा खेल पर्यटनको विकास गर्ने उद्देश्यले ८ गते गतेदेखि यहाँ दसौं खुला प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगिता सुरु भएको छ।

तीन दिनसम्म चल्ने प्रतियोगितामा विदेशी र स्वदेशी गरी १ सय पाइलट सहभागी हुनेछन्। साहसिक खेलका रूपमा चिनिने प्याराग्लाइडिङका प्रतियोगीहरूले सराङकोटबाट उडान गरी लेकसाइडको खहरेमा अवतरण गर्नेछन्। करिब ४० हजार दर्शकले उडानको अवलोकन गर्ने आयोजक ट्रेकिङ एजेन्ट्स एसोसियसन अफ नेपाल (टान) पश्चिमाञ्चल क्षेत्रीय च्याप्टरका अध्यक्ष वसन्तराज दवाडीले बताए।

बेस्ट एक्रोव्याटिक, बेस्ट स्पोट ल्यान्डिङ र बेस्ट फनतर्फ उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्नेहरूलाई पुरस्कृत गरिनेछ। प्रतियोगीतामा सहभागिताका लागि १ हजार ५ सय रुपैयाँ शुल्क तिनुपर्नेछ। गत वर्ष सम्पन्न नवौं खुला प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगितामा विभिन्न २८ राष्ट्रका पाइलट अनि १८ नेपालीसहित ७५ जनाले भाग लिएका थिए।

ठिटाहरूको आ-आफ्नै रौस

तस्बिर : नवराज बाग्ले

तस्बिर : उज्ज्वल डंगोल

काठमाडौं- यस पटकको फ्रेब्रुअरी १४ अर्थात् भ्यालेन्टाइन डेका दिन पृथु बेग्लै दुविधामा थिए। भ्यालेन्टाइन-डेको बिहान मोबाइल हातमा खेलाइरहेका पृथु कल गरौं कि एसएमएस पठाऊँ भनेर सोचिरहेका थिए। नेपाललाई पहिलो पटक १७ वर्षमुनिको एसिसी क्रिकेटको उपाधि दिलाउने टिमको नेतृत्व सम्हालेका पृथु बाँस्कोटा लामो क्लोज क्याम्पपछि सोही दिन घर जाने मुडमा थिए।

पृथुको भन्दा अलग्गै किसिमको चिन्ता आकाश परियारलाई थियो। मलाई कसैले मन नपराएको हो कि मैले मन पराउने केटी नपाएको हो ? यही कुरा बुझ्न सकेको छैन। मेरो च्वाइस अलि फरक भएकै कारणले पनि मनको कुरा गर्ने गर्लफ्रेन्ड पाउन नसकेको जस्तो लाग्छ। गर्लफ्रेन्डहरू धेरै छन्, आकाश भन्छन्- 'मलाई सोझी र राम्री अनि आफूजस्तै स्वभाव भएकी केटी मन पर्छन्।' फाइनलमा नेपाललाई जित दिलाउन महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्ने सागर पुनको चिन्ता अर्कै छ। लामो समय क्रिकेटको क्लोज क्याम्पमा रहेर नेपाललाई जित दिलाउने क्रममा उनले आफ्नो पढाइलाई नै त्यागे। उनले चैत १२ गतेदेखि हुने एसएलसी परीक्षा दिनुपर्ने छ। मुनलाइट स्कुलको होस्टलमा बसेर पढिरहेका सागरमाथि जतिसक्दो चाँडो भैरहवा गएर छुटेको पढाइ पूरा गर्नुपर्ने चुनौती छ।

नेपाललाई १७ वर्षमुनिको एसीसी क्रिकेटको उपाधि दिलाउन कप्तानको भूमिका निर्वाह गरेका पृथुका केटी साथीहरू नभएका होइनन् तर मैले सबैलाई साथीका रूपमा हेरे पनि कसैलाई प्रपोज गरेको छैन। कस्तो स्वभावकी केटीलाई प्रपोज गरौं जस्तो लाग्छ ? पृथु भन्छन्- 'चुलबुले तर इन्टेलिजेन्ट र डिसेन्ट स्वभाव मन पर्छ।'

टिन एजको मध्यमा रहेका यी खेलाडीले १७ वर्षमुनिको क्रिकेटमा नेपाललाई धेरै पक्षबाट ऐतिहासिक जित दिलाए। उमेर समूहको क्रिकेट प्रतियोगितामा नेपालले १७ वर्ष मुनिको एसीसी उपाधि जित्न नसकेको अवस्थामा यो सफलताले नेपाललाई सबै उमेर समूहमा सफलताको स्वादसमेत चखाएको छ। पृथुले १२ वर्षको उमेरमा १५ वर्षमुनिको नेपाली टिमको कप्तानी सम्हाल्दै सन् २००६ मा मलेसियामा उपाधि हात पारेका थिए। गत वर्ष पनि नेपाललाई सेमिफाइनलमा पुऱ्याउँदा टिमका अधिकांश खेलाडी बढी उमेरको प्रमाणित भएर टिम खारेज भएपछि उनको सपना अधुरो भएको थियो। यसपटक पृथुले गृहमैदानमा नेपाललाई अन्तर्राष्ट्रिय जित दिलाएका छन्। एसीसीले आफ्नो कार्यक्रममा १५ र १७ वर्ष मुनिको क्रिकेट प्रतियोगिता आयोजना नगर्ने घोषणा गरेका कारण नेपाल नै यो प्रतियोगिताको अन्तिम विजेतासमेत भएको छ।

पृथुले दुई कक्षामा पढ्दा पहिलो पटक ईएसपीएनमा क्रिकेट खेल हेरेका थिए। पहिलो पटक क्रिकेटलाई एकटकले हेरेका पृथुलाई यो खेल औधी मनपऱ्यो। उनले आफ्ना आमाबुबालाई भनेर ब्याट र बल किन्न लगाए अनि घरमै क्रिकेट खेल्न थाले। सागर पुनले कक्षा ७ मा पढ्दा स्कुलको नोटिस बोर्डमा क्रिकेटको ट्रेनिङ खुलेको पढेपछि क्रिकेट खेल्न थालेका हुन्। फाइनलका अर्का नायक आकाशसिंह परियारको कथा भने अलग्गै छ। उनी आठ वर्षको हुँदा आफ्नी ठूली आमाकी छोरीको विवाहमा भारत, मुम्बई गएका थिए। मुम्बईमा जो-कोही पनि सचिनको मात्र कुरा गर्थे। बुझ्दै जाँदा सचिन क्रिकेटका चर्चित खेलाडी रहेछन्। आफू पनि त्यस्तै बन्ने सोंचका साथ आकाशले मुम्बईमै अभिभावकलाई क्रिकेट ब्याट र बल किन्न लगाए अनि क्रिकेट खेल्न थाले।

दुई दिदीका एक्लो भाइ पृथु ७ कक्षामै पढ्दा बालुवाटार क्रिकेट क्लबमा भर्ना भैसकेका थिए। त्यसको लगत्तै उनी स्कुल र क्लबस्तरका टुर्नामेन्टहरू खेल्न थाले र सन् २००६ मा सम्पन्न १५ वर्षमुनिको क्रिकेट टिममा पहिलो पटक कप्तानको भूमिकामा प्रस्तुत भए। त्यसपछि उनले आफ्नो उमेर समूहमा नेपाली टिमको नेतृत्व सम्हाल्दै आइरहेका छन्। गोल्डेन गेट कलेजले ११ कक्षामा म्यानेजमेन्ट पढिरहेका पृथुको प्रतिभाको कदर गर्दै ७० प्रतिशत छात्रवृत्ति दिएको छ। पृथु पढेकै कलेजमा आकाशसिंह पनि पढ्छन् तर उनको विषय भने होटल म्यानेजमेन्ट हो। वीरगन्जका बासिन्दा आकाश परिवारका कान्छा छोरा हुन्। उनको पारिवारिक पृष्ठभूमि संगीत हो। बुबा अनिलले उनलाई किबोर्ड र गितार बजाउन सिकाए भने स्थानीय सुदीप मानन्धरले क्रिकेट। आकाश भन्छन्- 'मेरो रगतमा संगीत छ। अहिले मेरो लक्ष्य भनेको राम्रो क्रिकेटर बन्ने हो, यो नसके संगीततिर लाग्नेछु।'

भैरहवाका सागरलाई सफलताको खुसीपछि एसएलसीको चिन्ता भए पनि उनी अहिले फुर्सदमा किस्मत चलचित्रको 'वा खुदा...' वा लगनको 'तुम हो तो...' गीत गुनगुनाइरहेका हुन्छन्। सुगम पोखरेलका गीतहरू मन पराउने सागरलाई अतिफ असलमका हिन्दी गीतले पनि मोहित तुल्याउँछ तर पृथुलाई भने अल्टरनेटिभ रक संगीत बढी मन पर्छ। एक्लै हुँदा पृथु 'सोनी ओ सोनी...' गीत नै बढी गुनगुनाउँछन्। पृथु भन्छन्- आफैंलाई खुसी राख्न उनलाई हिन्दी चलचित्रका रोमान्टिक गीत र नेपाली पप गीतहरूले उत्तिकै सघाउँछन्। म्युजिकको क्षेत्रमा पनि आफ्नो क्यारियर देखेका आकाशलाई अल्टरनेटिभ रक मन परे पनि भक्तराज आचार्यको 'मुटु जलिरहेछ...' औधी मन पर्छ। आफ्नो मुटु नजले पनि यो गीतको माया, भाका र संगीतले आफूलाई छुने उनको भनाइ छ।

पृथु र सागरको चलचित्रमा भने लगभग एकै किसिमको रुचि छ। उनीहरू दुवैलाई कोरियन चलचित्र मन पर्छन्। हलमा नचल्ने भएका कारण डिभीडी ल्याएर उनीहरू घरमै चलचित्र हेर्छन् तर पृथु साथीभाइ मिले भने हलमै पनि जान्छन्। पृथुले पछिल्लो पटक गजिनी हेरे तर सागरलाई हलमा जान मन लाग्दैन। नेपालका नायिकाहरूलाई खासै नचिनेका सागरलाई राजेश हमाल मनपर्छन् भने बलिउडका सलमान खान र साहिद कपुर पनि मन पर्छन् तर नायिकामा को छन् नि ? सागर प्रीति जिन्टा, कंगना र प्रियंका चोपडाको नाम लिन्छन्।

खानपिनको कुरा गर्दा आकाशलाई बर्गर र पिज्जा मनपर्छ भने सागरलाई आइसक्रिम र पृथुलाई मःमः बढी मनमर्छ। यसबाहेक उनी जंक फुडमा अलि बढी क्रेजी छन्। पृथु केही काम नहुँदा स्न्याक्स खाने सोंचमा हुन्छु भन्छन्। खान त थरी-थरीका मनपर्ने रहेछ तर बनाउन चाहिँ के आउँछ ? पृथु हाँस्दै भन्छन्– चिया पकाउन। सागर थप्छन्– चाउचाउ पकाउन र दूध उमाल्न आउँछ। होटल म्यानेजमेन्टका विद्यार्थी आकाश आफूलाई भात पकाउन र अन्डा उसिन्न आउने कुरा बताउँछन्।

आकाशलाई ट्रायल बाइक मनपर्छ। केही समयअघि उनको बाइक दुर्घटनामा परेको थियो जसका कारण सागर यो प्रतियोगितामा अन्तिम समयमा सहभागी भए। पछाडी बस्दा दुर्घटनामा परेका कारण अहिले उनलाई पछाडि बस्न केही डर लाग्छ तर चलाउन भने डर लाग्दैन। सागरलाई फुर्सदमा साथीहरूसँग बसेर गफ गर्न बढी मन लाग्छ, फुर्सद भए आकाश साथीहरूलाई जिस्क्याउन रुचाउँछन्। उनी साथीहरूलाई चलाएर हुन्छ वा के गरेर हुन्छ हैरान पार्छन् अनि रिसायो भने फेरि फकाउन पनि थाल्छन्। आकाश भन्छन्- 'म साथीहरूलाई जिस्क्याएर जति हैरान पार्छु त्यति नै उनीहरूलाई फकाएर खुसी पनि बनाउन सक्छु।'

शान्तिको कामना गर्दै कोलाज-४

विना तामाङ

धरान– गत माघ २९ देखि फागुन ३ गते भ्यालेन्टाइन डेसम्म धरान सभागृहमा युनाइटेड मल्टिआर्ट्स (यूएमए) डान्स सेन्टरद्वारा प्रस्तुत म्युजिकल 'कोलाज' भाग-४ चार दिनसम्म चल्यो। चारै दिन ढिलो पुगेका कतिपय दर्शक गेटमा 'हाउसफुल'को बोर्ड देखेर निराश भै फर्किए। स्थानीय नृत्य सेन्टरले प्रस्तुत गरेको कार्यक्रम यसरी 'हाउसफुल' भएको सम्भवतः यो पहिलो घटना हो।

दर्शकहरू किन यतिसारो झुम्मिए त म्युजिकल कोलाजमा ? दर्शकका रूपमा कार्यक्रम हेरिसकेपछि धरानका गायक शिव लामिछानेले प्रतिक्रिया दिए, 'धरानका स्थानीय कलाकारहरूले यति स्तरीय नृत्य प्रस्तुत गर्न सक्छन् भन्ने मैले कल्पना नै गरेको थिइनँ।'

कार्यक्रम सञ्चालिका पनिता तामाङले दिएको जानकारीअनुसार विगत चार वर्षदेखि निरन्तर आयोजना भैरहेको 'कोलाज'को सुरुदेखि भाग-४ पश्चिमा र पूर्वीय नृत्यहरूको सङ्गम बनेको छ। 'म्युजिकल कोलाज' भाग-४ विगतभन्दा अझ बढी स्तरीय र पश्चिमा नृत्यहरूलाई नेपालीपनको स्वादसहित अझ सुन्दर ढङ्गबाट प्रस्तुत गरिएको थियो।

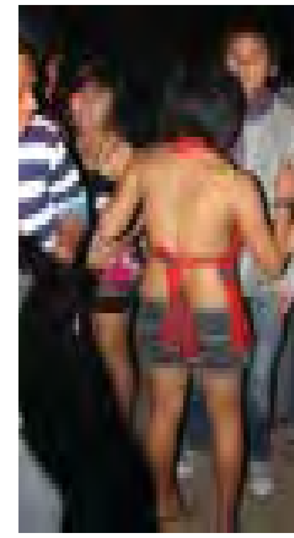
विशेष गरी स्कुलका विद्यार्थीहरूलाई लक्षित गरी तयार गरिएको 'कोलाज' को भाग-४ मा किशोरकिशोरीहरूलाई नृत्यका माध्यमबाट स्वस्थ मनोरञ्जनका साथै जीवनोपयोगी सन्देश पनि दिइएको थियो। 'कोलाज'का प्रत्येक प्रस्तुति सशक्त, प्रयोगशील एवं सन्देशमूलक थिए।

तेस्रो लिंगी र मोडलको मिलीजुली फेशन

धरान– त्यतिखेर दर्शकहरू छक्क परे जब तेस्रो लिङ्गीका प्रोजेक्ट अफिसर सञ्जय शर्माले स्टेजमा आफ्ना तेस्रो लिङ्गी साथीहरूलाई बोलाएर उनीहरूको परिचय गराए। धरानको सभाहलमा सम्पन्न चारदिने म्युजिकल कोलाज-४ को समापन कार्यक्रममा तेस्रो लिङ्गी र स्थानीय मोडलहरूको संयुक्त फेसन शोले दर्शकहरूलाई छुट्टै मनोरञ्जन प्रदान गयो। तेस्रो लिङ्गीहरूसँग पनि सुन्दरता र प्रतिभा हुन्छ भन्ने कुरा त्यतिखेर थाहाँ भयो जतिखेर अरू स्थानीय मोडलहरूसँग उनीहरू सोमा आउँदा कसैले पत्तो पाएनन्। दर्शकलाई को तेस्रो लिङ्गी र को स्थानीय मोडल हुन छुट्याउन गाऱ्हो परेको थियो। तेस्रो लिङ्गी र मोडलहरू उस्तै देखिएका थिए। अल्पसंख्यक रूपमा रहेकाहरूलाई धरान भेलोसिटी कलेज र अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले साथ दिएका थिए। तेस्रो लिङ्गी मोडल सुहानी राजधामी, खुसी राई र कृष्टिना थापा ऱ्याम्पमा उत्रिएका थिए भने अरू सात जना मोडलले उनीहरूलाई साथ दिएका थिए।

भ्यालेन्टाइनमा धरानेको धुम

गत शनिबार आ-आफ्नो प्रेमलाई प्रस्फुटन गरे निर्वाणा कन्ट्री क्लबको खुला चौरमा धराने युवायुवतीहरूले। लोडसेडिङ भएर चुक घोप्टिएझैं भएको थियो धरान तर निर्वाणा कन्ट्री क्लबमा भने संगीतको धुम मच्चिरहेको थियो। जोडीको अँगालोमा आँखा चिम्लिएर लिप्तहुनेहरूको आफ्नै मस्ती थियो। प्रेम जोडीहरू एक-अर्काप्रति भुतुक्क हुँदै नाचे। सर्पझैं लुटुपुटिँदै मायाको सागरमा डुबिरहका थिए अधिकांश युवायुवती।



निर्वाणा कन्ट्री क्लबको खुला चौरमा सञ्चालित भ्यालेन्टाइन रोज पार्टीमा डिजे युवाले वातावरणलाई थप उत्तेजित बनाए, साथमा प्रस्तोता रेनासाको भङ्गिमाले पनि दर्शक एवं पार्टी क्रेजीहरूको ध्यान खिचेको थियो। चौरमा रङ्गीबिरङ्गी लाइटको सम्मिश्रण र चर्को संगीतले उपस्थित जोडीहरूलाई ननाची धरै भएन। रात छिप्पिँदै थियो, भीड पनि बाक्लिँदै थियो तर पनि उनीहरू ननस्टप डान्समा व्यस्त नै थिए।

पोखरा झुम्यो भ्यालेन्टाइनमा

भ्यालेन्टाइन डे मनाउन कतिपय जोडी कुनै एकान्त ठाउँ पुगे त कति त विभिन्न समारोहमा सहभागी भए। युवायुवतीको चाहनाअनुरूप नै यो वर्ष पोखरामा भ्यालेन्टाइनका यस्ता थुप्रै कार्यक्रम आयोजित भए।

यस पटक ठाउँ-ठाउँमा भएका डान्सपार्टीको रौनकले सहर गुलजार देखियो। दिउँसोभन्दा साँझ ढल्कँदै गएपछि डान्सपार्टीमा कम्मर मर्काई-मर्काई नाच्नहरूको संख्या उल्लेख्य रह्यो। मध्यान्ह बाऱ्ह बजेदेखि राति साढे ९ सम्म भ्यालेन्टाइन उत्सवको रौनक छाएको देखियो। भ्यालेन्टाइन डेकै अवसरमा क्लब प्याराडिसो बढी नै जमेको पाइयो। त्यहाँ युवायुवतीहरूको चाहनालाई मध्यनजर राखेर भ्वाइस नेपालले भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रम गरेको थियो।

भ्यालेन्टाइन डेका अवसरमा यहाँका अरू डिस्कोथेकहरूमा पनि भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रम भए। त्यस्तै दोहोरी रेस्टुराँदेखि गजल रेस्टुराँहरूमा भ्यालेन्टाइन डेका कार्यक्रमहरू गरिए। केही समय सुस्ताएको पोखराको रात्रिजीवनले भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रममार्फत पुनर्ताजगी पाएको छ।

–शिव शर्मा

उपाधि घिमिरे र थापालाई

रोट्र्याक क्लब अफ विराटनगरद्वारा गत शनिबार आयोजित जुनियर प्रिन्स एन्ड प्रिन्सेस प्रतियोगिताको उपाधि अर्पण घिमिरे र नेन्सी थापाले हात पारेका छन्। प्रतियोगितामा प्रिन्सेसतर्फ फस्ट रनरअप स्वीकृति प्याकुरेल, सेकेन्ड रनरअप साक्षी ढकाल र प्रिन्सतर्फ फस्ट रनरअप आयुस बास्तोला, सेकेन्ड रनरअप सुलभ क्षेत्री भए। प्रतियोगितामा बेस्ट ड्रेसको उपाधि विशेष शाक्य र आस्मा दाहालले हात पारेका थिए। मिस्टर क्याटवक रिसभ मास्के र मिस क्याटवक रक्षा केसी भइन्। फोटोजेनिकको उपाधि अञ्जल घिमिरे र शिवानी पोखरेलले जिते भने भ्यूअर च्वाइस रक्षा केसी र सुयोग कार्की भएका थिए। यसैगरी ट्यालेन्टमा सुलभ क्षेत्री र कनिस्का मण्डल तथा डिसिप्लेनमा सुयोग कार्की र श्रेया झा छानिए। प्रतियोगितामा ७ देखि १२ वर्ष उमेर समूहका ११ बालक र १४ बालिका सहभागी भएका थिए। प्रतियोगितामा गायकद्वय सुमित खड्का, प्रबलदीप विश्वासले हिमाल, पहाड, तराई गीतले दर्शकलाई लट्ठ पारेका थिए भने पारस थापाले हास्यप्रस्तुतिले सबैलाई मनोरञ्जन प्रदान गरेको थियो।

–सञ्जीव खनाल

नि:शुल्क व्यूटिसियन ट्रेनिङ्गमा भर्ना खुल्यो

वर्षौं वर्षदेखि सञ्चालित नेपाल सरकारद्वारा स्वीकृती प्राप्त वरिष्ठ व्यूटिसियनहरुद्वारा अत्यधुनिक मेसिनहरुशबाट छोटो समयमा Special तालिम व्यवस्था भएको र पार्लर खोल्न सक्ने गरी Complete कोर्ष ग्यारेन्टिका साथ सिकाईन्छ। साथै Basic, Advance, Diploma, Beauticians Teacher Training, Hair Dressing, Skin Therapy, Home Decoration का साथै अन्य Special कोर्षहरुमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो।

New ITC प्रशिक्षण केन्द्र

महाराजगंज, चक्रपथ Ph : 016214076, 9841078376
बुढानिलकण्ठ 016922482, बौद्ध 9841672372
नयाँबानेश्वर (BICC पछाडि) 012140489
नारायणघाट, पर्सा, टाँडी Ph: 056-694274, 9845198628

Computer Hardware & Networking

TOEFL/IELTS (Free Books, CDs, Lab Practics, Weekly Tests)
Language: English, Chinese, French, German, Korean, Hebrew, Japanese, Spanish, Italian & Others
विशेष व्यवस्था: विदेश जाने र जान्दै नजान्नेहरुका लागि
Computer: Basic, Graphics, WebPage, Office Package, Programming, Account (Tally,Fact,Tata Ex.)
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor: Tel: 016217094 | Adwait Marg Old Buspark: Tel: 4232866 | Lagankhel: Tel: 5004018

३ महिनामा ४" उचाइ बढाउने 3100/-
♦ केश झर्न रोकी उमार्ने र बाक्लो बनाउने (Tonic) 850/-
♦ १ महिनामा चाहेजती ब्रेष्ट बढाउने + घटाउने 1700/-
♦ जस्तो सुकै चाउरीपनाको लागि क्रिम 1250/-
♦ डण्डीफोर, चाया, पोतोको लागि क्रिम 1700/-
♦ १ महिनामा ४ देखि ६ किलो मोटोपन घटाउने 3200/-
♦ प्रेशर, सुगर, ढाड दुखाईको लागि (आयुर्वेदिक उपचार) 600/-
♦ ग्याष्ट्रिक, दम, बाथको समस्याको लागि (आयुर्वेदिक उपचार) 400/-
नेचुरल हेल्थ केयर
ललितपुर, लगनखेल पाटन हस्पीटल अगाडी
Tel :01-5550195
Mo:9841556532

के तपाई रोजगारीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?
आश्चर्यजनक सफलता थोरै लगानीमा व्यवसायी बन्न सकिने !
नेपालमा पहिलो उद्यमशीलता तालिम तथा रोजगारी विकास
DIGITAL VIDEO-EDITING & ANIMATION
WORK IN USA फोटोग्राफी भिडियोग्राफी
नेपालको नं. 1 Study Center (WORLDWIDE VALID CERTIFICATE)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७

Worldwide Valid Certificate
होटल तालिम
यो छुट सिमित अवधीको लागि मात्र।
▸ कुक १ ½ महिना रू. २७००/-
▸ कुक ३ महिना रू. ३७००/-
▸ वेटर र बारमेन रू. १३००/-
१. 5 star होटलका सेफद्वारा सञ्चालित।
२. थप तालिमको लागि 4/5 star होटलमा पठाइने।
३. तालिमपछि दुबई, बहराइन, कतार पठाइने।
४. Abroad Study मा जानेलाई job को लागि चाँडै अवसर मिल्ने होटल तालिम लिनुहोस।
माउण्टेन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
चावहिल, गोपीकृष्ण हलको पूर्व गेट संगै
Ph:016212336,9841812055

होटल तालीम
छुट्‍मा (%)
★Cook ★Waiter ★Bakery
★Housekeeping ★Front Office
★Bartender ★Coffee making ★Hotel Mgmt
★F & B Mgmt ★Airlines Ticketing
★Tour & Travel Mgmt ★Care giver
International Air Fares & Ticketing with Abacus, Amadeus, Galileo (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)

ग्लोवलको तालिम 5★ मा
★Hotel Mgmt. Basic/Adv.
★F&B Mgmt. Basic/Adv
★Bartender Mgmt. Basic/adv
★Culinary Arts Mgmt. (Cook) Basic/Adv
★F & B Service Mgmt (Waiter) Basic/Adv
★Bakery Pastery Mgmt. / Ice / veg carving
★Front Office/House Keeping Mgmt.
आउनुहोस, हेर्नुहोस, बुझ्नुहोस अनि मात्र भर्ना लिनुहोस।
For Quality Learning
Contact
Global Institute of Hotel Mgmt & Tourism Technical Center P. Ltd
Min Bhawan, Santinagar Gate (Next to the Petrol Pump)
4484098,2134544

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : कान्तिपुर कम्प्लेक्स, सुविधानगर, पो.ब.नं. ६०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ४४८०१००, फ्याक्स : ९७७-१-४४७०१७८, email:saptahik@kantipur.com.np
दर्ता नं. ९९/०५१/५२, सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.)लि. सँग सुरक्षित। अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक : **कैलाश सिरोहिया**, निर्देशक : **स्वस्तिका सिरोहिया** तथा **रामेश्वर थापा**, सम्पादक : **सुवास ढकाल**।