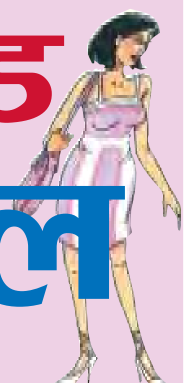
बोल्ड एन्ड ब्युटिफुल



बोल्ड एण्ड ब्युटिफूल विशेष

साप्ताहिकको यो अंक वार्षिक-उत्सव अंकस्वरूप विशेष सामग्रीसहित ३२ पृष्ठ प्रकाशित गरिएको छ, साथै यो अंकदेखि साप्ताहिकको मूल्य रु. १० कायम गरिएको जानकारी गराउँछौं ।

- सम्पादक

खुला र उदार समाजमा मात्र मानिसको नैसर्गिक प्रतिभा स्वाभाविक रूपमा प्रस्फुटन हुन्छ । राज्यले निर्धारण गरेका नीति-नियमको दायरा जति फराकिलो हुन्छ, नागरिकहरूले त्यति नै बढी स्वतन्त्रता अनुभव गर्छन् । पछिल्लो एक दशकयता नेपाली समाज पनि खुला र उदारतातर्फ अग्रसर छ । आ-आफ्नो योग्यता र सोचअनुरूप आफ्ना लागि एउटा बेग्लै आकाश खोज्ने चाहना हरेक मानिसमा हुन्छ । त्यस्तो चाहनालाई राज्य र समाजले पखेटा लगाइदियो भने कुनै पनि मानिसका लागि आकाशको परिधि पनि सानो हुन्छ । यो कुराको उदाहरण खोज्न हामीले अन्यत्र भौंतारिरहनु पर्दैन । पछिल्ला दिनमा आफ्नो ज्ञानको परिधि, योग्यताको सीमा र स्वतन्त्रतामा रमाउने स्वभावलाई उपयोग गर्दै थुप्रै मानिसले सफलताको नयाँ सगरमाथा उक्लिएका छन् । उनीहरू अहिले हाम्रो समाजमा 'आइडल'का रूपमा स्थापितसमेत भएका छन् । यहाँ उठाउन खोजिएको सन्दर्भ नेपाली महिलाहरूको सफलताको हो ।

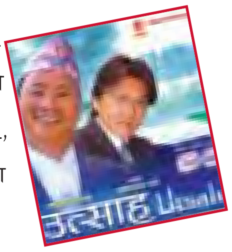
पछिल्लो समयमा नेपाली समाजमा शिक्षा, स्वास्थ्य, लैंगिक समानता र सम्मान, कानुनी व्यवस्था, पारिवारिक स्वतन्त्रता र राजनीति आदि क्षेत्रमा महिलाहरूले हासिल गरेको उपलब्धिको सदुपयोग गर्दै थुप्रै महिलाले आफूलाई समाजमा स्थापित मात्र गराएका छैनन्, अपितु उनीहरू उदाहरणका रूपमा समेत पछ्याइएका छन् । सामाजिक संकुचन र बन्धनकारी संरचनाविरुद्ध संघर्ष गर्दै उनीहरूले आफ्ना लागि जे-जस्ता उपलब्धि हासिल गरेका छन्, त्यसले अरू महिलाहरूका लागि पनि 'आफ्ना लागि आफैंले संघर्ष गर्नुपर्छ' भन्ने उदाहरण प्रस्तुत गरेको छ ।

कुनै बेला घरको चुलोचौकामा सीमित रहनुपर्ने, पतिका लागि सहज यौनसम्बन्ध र परिवारका लागि सन्तान जन्माउनुपर्ने माध्यमका रूपमा आफ्ना रुचि र रहरहरूलाई तिलाञ्जली दिन बाध्य नेपाली महिलाहरू अहिले कुनै पनि क्षेत्रमा सफलता र उपलब्धि प्राप्त गर्न पुरुष निर्भर छैनन् भन्ने कुराको उदाहरण बनेका महिलाहरूको संख्या औंलामा गन्न सकिँदैन । त्यस्ता सफल महिलाहरूको लर्कोबाट साप्ताहिकले केही महिलालाई प्रतिनिधि पात्रका रूपमा मात्र छनौट गरेको हो । साप्ताहिकको यो अंकमा प्रस्तुत गरिएका व्यक्तित्वहरू जुन र जस्तो पृष्ठभूमिबाट आए पनि आफ्नो व्यक्तित्व, रुचि, रहर, स्वतन्त्रता, वैचारिक दृढता र सफलताको उचाइका कारण उनीहरू अहिले नेपाली समाजमा एउटा बेग्लै मापदण्ड स्थापित गर्न सफल भएका छन् ।

साप्ताहिकको १५ औं वर्ष प्रवेशका अवसरमा प्रकाशित यो विशेष अंकमा नेपाली महिलाहरूले बेहोर्दै आएका सबैखाले सफलता/असफलताका समग्र पाटोलाई केलाउने जमर्को गरेको नभै विपरीत परिस्थितिमा पनि सफलताको यात्रा तय गरेका केही प्रतिनिधि पात्रहरूलाई उदाहरणका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । उनीहरूको संघर्ष र सफलता अन्य महिलाहरूका लागि पनि प्रेरणादायी हुने विश्वास साप्ताहिकले लिएको छ ।

● क्यासेट ●

उत्साह



व्याकुल माइलाका गीतहरूको संग्रह 'उत्साह' बजारमा आएको छ। शान्तिराम राईद्वारा संगीतबद्ध संग्रहका गीतहरू रामकृष्ण ढकाल, राजेशपायल राई, लासीमित राई, जगदीश समाल, भीषण मुकारुङ, पार्वती राई, कला राई, भुवन सुप्तिहाङ राई, नवीन राई, रूपकुमार राई, आभा मुकारुङ, कन्काइस्ट राई तथा शान्तिराम राईले गाएका छन्।

क्रिस्टल

गायक नितिन थापाका पपगीतहरूको संग्रह 'क्रिस्टल' बजारमा आएको छ। सम्झना अडियोको यो संग्रहमा आठवटा गीत समावेश छ। संग्रहमा गायक थापाका अतिरिक्त किशोर गुरुङ तथा सबित सुनुवारको शब्द

● रंगमञ्च ●

एड्सविरुद्ध सडक नाटक

एड्सबाट बचौं भन्ने सन्देश दिने उद्देश्यले धनकुटा टेक्निकल इन्स्टिच्युटले जिल्लाका विभिन्न स्थानमा सडक नाटक प्रस्तुत गरेको छ। श्रीकान्त चौधरीको लेखन तथा सन्देश थापाको निर्देशनमा पैसाको नशा शीर्षकको सडक नाटक जिल्लाको कर्मिटार, पाखिबास, हिलेबजार, मूलघाट आदि स्थानमा मञ्चन गरिएको थियो। नाटकमा सुरेन्द्र राई, बादल गजमेर, विष्णु घिमिरे, चित्रप्रकाश खत्री, सृजना श्रेष्ठ, निशा मगर, बलराम खड्का, अञ्जना तिम्सिना आदि कलाकारले अभिनय गरेका थिए।

टुंगियो देशव्यापी नाट्य यात्रा

शिल्पी समूह काठमाडौंले देशव्यापी रूपमा सञ्चालन गर्दै आएको नाट्य अभियानअन्तर्गत पूर्वाञ्चल नाट्य यात्रालाई धनकुटामा पुगेर टुङ्ग्याएको छ। 'संघीयतामा अनेकता हाम्रो एकता' सन्देश बोकेको सडक नाटक पूर्वका विभिन्न जिल्लामा प्रस्तुत गरिएको थियो। नाटकमा राज्य पुनः संरचना गर्दा उपेक्षित र उत्पीडितहरूलाई समान स्थान दिन संघीयता आवश्यक रहेको उल्लेख गर्दै संघीयताका आधारमा एक-आपसमा फुट्न नहुने सन्देश नाटकमा दिइएको थियो। यो नाटकमा जननी राई, विगेष्ट दिवा राई, किराँतेश्वर कस्मिक राई तथा मास्टर च्याङले अभिनय गरेका थिए। यो नाटक विभिन्न २६ जिल्लामा मञ्चन गरिसकिएको र वर्षायाम सकिएपछि पश्चिमी भेगको नाट्ययात्रा थालिने समूहका संयोजक विगेष्ट दिवा राईले बताए।

वेटिङ फर गोदो

गत शुक्रबार साँझ राजधानीको बज्र होटलस्थित नागा थिएटरमा स्टुडियो सेभेनले 'वेटिङ फर गोदो' मञ्चन गरेको छ। गोदो नाम गरेका मान्छेलाई राम्रोसँग नचिनेका दुई युवकले उसको प्रतीक्षामा समय बिताउन गरेका क्रियाकलाप नाटकमा देखाएको छ। दुई भागमा विभाजित यो नाटक गोदो को हो भन्ने कौतूहलताका बीच समाप्त हुन्छ। नाटकको निर्देशक सविन लेहम्यानले गरेकी हुन् भने स्यामुल बेड्केट यसका लेखक हुन्। करिव दुई घण्टा लामो नाटकमा कर्मा, सुवास थापा, अनुप बराल, आसन्त शर्मा तथा दिया मास्केले अभिनय गरेका थिए। नाटक आगामी तीन सातासम्म हरेक शुक्रबार, शनिबार तथा आइतबार मञ्चन गरिनेछ। रंगमञ्चमा क्रान्ति नै ल्याएको यो नाटक पहिलो पटक सन् १९५३ मा थिएटर बेबिलोनमा मञ्चन गरिएको थियो।

● चलचित्र ●

इकु

हास्य टेलिश्रृंखला 'मेरी बास्सै' मा इकु-इकु भन्दै जंगली मान्छेको भूमिका निर्वाह गरेर दर्शकमाझ लोकप्रिय भएका कलाकार हुन् सुलेमान शंकर। मेरी बास्सैमा उनको पात्रले पाएको लोकप्रियता अब चलचित्रको पर्दामा समेत देख्न पाइनेछ। आज शुक्रबार सार्वजनिक हुने चलचित्र 'इकु' मा सुलेमानले नै शीर्षक भूमिका निर्वाह गरेका छन्। टेलिश्रृंखलामा एउटा निश्चित कथा समेटिएका सुलेमानले चलचित्र 'इकु' मार्फत् करिब दुई घन्टासम्म दर्शकलाई रोमाञ्चकता सहितको मनोरञ्जन दिने तयारी गरेका हुन्। चलचित्रलाई मनोरञ्जक बनाउन उनलाई झारपात सहितको जंगली पहिरनमा प्रस्तुत गरिएको छ। चलचित्रभरी नै उनको हातमा धनु-काण देख्न सकिन्छ। जंगलमा मात्र बसोबास गरिरहेको इकु अचानक सहर पस्दाको दृष्यलाई चलचित्रमा रोमाञ्चक ढंगले छायांकन गरिएको छ। चलचित्रलाई ग्ल्यामरस बनाउन नायिका उषा रजक सक्रिय छिन्। सुलेमान शंकर नै निर्माता रहेको यो चलचित्रको निर्देशन सागर लामिछानेले गरेका हुन्। चलचित्रको छायांकनका क्रममा एउटा स्टन्ट दृष्यमा अभिनय गर्ने क्रममा नायिका रजकको दाँत भाँचिएको प्रसंगले यो चलचित्र प्रदर्शन हुनुपूर्व नै चर्चामा आएको थियो।

एन्जल्स एण्ड डेमोन्स

सोनी पिक्सर्चले निर्माण गरेको हलिउडको नयाँ चलचित्र 'एन्जल्स एन्ड डेमोन्स' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबार प्रारम्भ हुँदैछ। रोन होवार्डद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा टम ह्याङ्क्स, इवान म्याकग्रेगर, एयेलेट जुरर, स्टेलन स्कार्सगार्ड, क्रिस्टोफ कोन्राड, निकोलाज कास आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। यो चलचित्रलाई थ्रिलर, धार्मिक तथा सिक्वेलका रूपमा वर्गीकरण गरिएको छ। युरोपमा छायांकन गरिएको यो चलचित्र १३ वर्षभन्दा कम उमेरका दर्शकका लागि वर्जित छ। चलचित्रमा चार सय वर्ष पुरानो प्रसंगलाई प्रमुख विषय बनाइएको छ। चलचित्रका नायक रोबर्ट ल्याङडनले इतिहासको सबैभन्दा खतरनाक भूमिगत संगठनका बारेमा जानकारी पाएपछि त्यसको तहसम्म पुग्ने निर्णय गर्छन्। विगतमा आतंक मच्चाएको उक्त संगठनका बारेमा थप अध्ययन गर्न उनी इटली पुग्छन् जहाँ वैज्ञानिकको रूपमा सक्रिय चलचित्रकी नायिकाले उनलाई सहयोग गर्छिन्। रोमाञ्चक दृष्यहरू समावेश गरिएको यो चलचित्रको अधिकांश समय नायक-नायिकाले भूमिगत संगठनको सञ्जाल पत्ता लगाउन विताएको प्रसंगमा बित्छ। आकर्षक एक्सनका दृष्यहरूले यो चलचित्रलाई मनोरञ्जक बनाएको छ।

● ग्यालरी ●

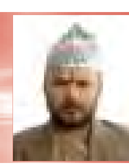
श्रेयाका चित्रकला

बालकलाकार श्रेया धितालको पहिलो एकल चित्रकला प्रदर्शनी हालै सम्पन्न भएको छ। कलाकार धिताल विभिन्न ४२ प्रजातिका फूललाई क्यानभासमा सजाउँदै बबरमहलस्थित नेपाल कला परिषद्मा एकल प्रदर्शनीमा उत्रिएकी थिइन्। पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद महोत्सवको पौडीखेलमा एक स्वर्णसहित नौ पदक जितेकी श्रेयाले करिब डेढ वर्ष लगाएर तयार पारेका चित्रकलालाई प्रदर्शनीमा सजाएकी थिइन्। अनेस्ट डिपिक्स शीर्षकको यो प्रदर्शनी सुन्दर फूलका चित्रहरूले भरिएको छ।

तस्बिरहरूको प्रदर्शनी

राजधानीको सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा आज शुक्रबारदेखि स्कट फइलले खिचेका तस्बिरहरूको प्रदर्शनी प्रारम्भ हुँदैछ। 'फेष्टिबल अफ द काठमाडौं भ्याली' शीर्षकको उक्त प्रदर्शनी जेठ १५ गतेसम्म जारी रहने छ। यो प्रदर्शनीमा काठमाडौं उपत्यकाका विभिन्न कला, संस्कृति तथा उत्सवहरू झल्कने दुई दर्जनभन्दा बढी तस्बिर समावेश गरिएको छ।

तपाईंको यो साता



यो साताको पञ्चाङ्ग

जेठ १ गते : वृष संक्रान्ति, अन्तर्राष्ट्रिय परिवार दिवस, ३ गते : विश्व दूर सञ्चार दिवस, ६ गते : अपरा एकादशी, ७ गते : संवाद र विकासका लागि अन्तर्राष्ट्रिय सांस्कृतिक विविधता दिवस।

मेष

समय राम्रो छ। धन आर्जन गर्न सकिनेछ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला। पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता हात लाग्नेछ। खर्च एवं विवाद बढ्ने हुँदा संयम अपनाउनुहोला। व्यवसायमा अवरोध आउन सक्छ।

वृष

ग्रह-गोचर राम्रा छन्। प्रसन्नता एवं धर्ममा रुचि बढ्नेछ। भाग्यले साथ दिनेछ। मान-सम्मान पनि पाइनेछ। व्यवसायमा प्राप्त हुने सफलता कायमै रहनेछ। रमाइलो यात्रा हुनसक्छ। भेटघाटमा रमाउने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अरूबाट सहयोग पनि पाउनुहोला। महत्त्वपूर्ण कामका लागि साता राम्रो छ।

मिथुन

स्वास्थ्य गडबड हुन सक्छ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। मन चञ्चल रहनेछ। नैराश्यता एवं उदासीनता बढ्नेछ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। मंगलबारदेखि मानसम्मान एवं काममा सफलता मिल्ने तथा धन आर्जन एवं रमाइलो यात्रा हुने योग छ।

कर्कट

व्यवसाय बढ्नेछ भने अधुरा काम पूरा हुनेछन्। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। रमाइलो यात्रा होला। भाग्यले साथ दिनेछ। पहिलो भेटमै अरूलाई आकर्षित गर्न सकिनेछ। आइतबारदेखि स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्।

सिंह

अप्ठ्याराहरूको सामना गर्नुपर्ला। सानो काममा सफलता पाउन पनि बढी प्रयास गर्नुपर्नेछ। रोग एवं शत्रु बढ्नेछन्। हाड-जोर्नीको समस्याले सताउन सक्छ। काममा तगारो लगाउने प्रयास हुनेछ। आइतबार, सोमबार र मंगलबार व्यवसाय बढ्नेछ। यात्रा एवं धन आर्जन हुने तथा मानसम्मान मिल्ने योग छ।

कन्या

प्रशस्त उतारचढावको सामना गर्नुपर्ला। निर्णयको अभावमा काम बिग्रन सक्छ। स्वास्थ्य गडबड हुनेछ। शत्रुले खेदो खन्नेछन्। गलत विचार बढ्न सक्छ। धन आर्जन हुनुका साथै व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। सोच्ने शक्ति प्रबल हुनेछ। आइतबारदेखि काममा सफलता मिल्न थाल्नेछ। रमाइलो यात्रा हुन सक्छ।

तुला

साता मध्यम रहनेछ। आफन्तहरूको सहयोग पाउनुहोला। भाग्यको भरोसा गरे धोका हुनसक्छ। सफलताका लागि आफैंले प्रयास गर्नुहोला। पराक्रम बढ्नेछ। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नु आवश्यक छ। धन आर्जन गर्ने योग कायमै रहनेछ। आर्थिक कारोबारमा विचार पुऱ्याउनुहोला।

वृश्चिक

पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। रमाइलो यात्रा होला। भेटघाटमा रमाउने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। घरेलु समस्या बढ्ने हुँदा सफलताका लागि घरबाहिरै रहनु उचित हुन्छ। गलत विचार बढ्न सक्छ।

धनु

बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। रमाइलो यात्रा हुनसक्छ। बुधबार र बिहीबार घरेलु समस्याले सताउने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। कुरा काट्नेहरूदेखि सजग रहनुहोला।

मकर

मान-सम्मान मिल्नेछ। भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर जुट्नेछ भने बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। अरूबाट सहयोग पाउनुहोला। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययन एवं व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। यात्रा हुन सक्छ। विवादमा अघि नबढ्नु होला।

कुम्भ

खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। झूटा अरोप पनि लाग्नसक्छ। धनमाल हराउन सक्छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। अरूको काम धेरै गर्नुपर्ला, जस पाउने सम्भावना कम छ। आइतबार, सोमबार र मंगलबार मान-सम्मान पाइने, सभा-सम्मेलनमा सहभागी हुने तथा व्यवसाय बढ्ने योग छ।

मीन

धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अरूको मन जित्न सकिनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता हात लाग्नेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ भने ठूला व्यक्तिले तपाईंप्रति विश्वास व्यक्त गर्नेछन्। आइतबार र सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्न सक्छ।

हामी १५औं वर्षमा उक्लियौं

१४ वर्षअघि वि.सं. २०५२ जेठ ५ गतेदेखि नेपाली पाठकहरूका लागि बेग्लै ढंगले समायोजन गरेर 'साप्ताहिक' को प्रकाशन प्रारम्भ भएको थियो। त्यसबेला साप्ताहिकले पाठकहरूसमक्ष परम्परागत रूपमा राजनैतिक विषयवस्तुलाई मात्र समेटेर प्रकाशित हुने अन्य साप्ताहिकको दाँजोमा आममानिसको रुचि र व्यवहारलाई दृष्टिगत गरी बेग्लै ढंगमा प्रकाशित हुने वाचा गरेको थियो। हामीले त्यसबेला भनेका थियौं, हामी पाठकहरूको रुचिअनुरूप पाठकहरूकै लागि प्रकाशित हुनेछौं। विगत १४ वर्षमा आर्थिक, राजनैतिक तथा सामाजिक रूपमा मुलुकले थुप्रै परिवर्तन देखेको छ। यस क्रममा नेपाली समाजका कतिपय स्थापित मान्यताहरू भत्किएका छन् भने कतिपय नयाँ मान्यताहरू स्थापित भएका छन्। निरन्तर उदार र खुलापनतर्फ अग्रसर नेपाली समाजलाई यो अवधिमा कुनै कुराले अवरोध पुऱ्याएको छ भने त्यो राजनैतिक प्रवृत्ति नै हो।

समाजसँगै फड्को मार्ने साप्ताहिकको चाहनासँग यसका पाठकहरू अनभिज्ञ छैनन्। बितेका १४ वर्षका हाम्रा प्रयासहरू साक्षी छन्– हामीले सदैव अग्रगामी र उदार समाजको पक्षमा आवाज उठाउँदै आएका छौं। १५ औं वर्ष प्रवेशको यो घडीमा पनि हामी मुलुकको आर्थिक तथा सामाजिक रूपान्तरणका लागि अग्रगामी र उदार समाजको पक्षमा सक्रिय रहने वाचा गर्दछौं। यसका लागि हाम्रा पाठक, विज्ञापनदाता एवं शुभेच्छुकहरूले विगतमा झैं निरन्तर साथ दिइरहनुहुनेछ भन्ने विश्वास हामीले लिएका छौं।

पाँचौं इन्जिनियरिङ मेला

नेपालमा विकास-निर्माणका धेरै कार्य गर्न नै बाँकी छ। यही कुरालाई मध्यनजर गरी नेपालमा कार्यरत विभिन्न क्षेत्रका इन्जिनियरिङ संस्थाहरूका बारेमा सर्वसाधारणलाई जानकारी दिने उद्देश्यलेले तीनदिने पाचौं इन्जिनियरिङ मेला प्रज्ञा भवन काठमाडौंमा हुन लागेको छ। वैशाख ३० गतेदेखि जेठ १ गतेसम्म तीन दिनसम्म चल्ने मेलामा विकासका कार्यमा रुचि राख्ने शिक्षक, विद्यार्थी, सर्वसाधारण आदिले ज्ञान हासिल गर्न सक्ने अपेक्षा गरिएको छ। मेलामा ३० वटा कक्षको व्यवस्था मिलाइएको छ। त्यहाँ वास्तुकला, जलविद्युत्, यातायात, सिंचाइ, वैकल्पिक ऊर्जा, कृषि इन्जिनियरिङ, सूचना प्रविधि तथा इन्जिनियरिङ कलेजसँग सम्बन्धित स्टलहरू राखिएका छन्।

पूर्वाञ्चल आइडलमा तेह्रथुम र धनकुटाबाट १४ छानिए

साप्ताहिक समाचार

धनकुटा- पहिलो राउन्डदेखि नै निर्णायक र उपस्थित दर्शकहरूको नजरमा राम्रो गीत गाउँदै आएका धनकुटाका नारयण वि.क., दुर्गा वि.क.ले दोस्रो पूर्वाञ्चल आइडलको कोसी अञ्चलस्तरीय प्रतियोगितामा भाग लिने अवसर प्राप्त गरे। धनकुटाबाट दिनेश राई, वीरकुमार राई, सुशील राई, देवचन्द्र लिम्बू, क्षितिज याख्खा र रमेश राई गरी आठ प्रतियोगीले उक्त अवसर पाएका छन्।

यसअघि संखुवासभाबाट सहभागी ६० जनालाई उछिन्दै ७ प्रतियोगीले प्रतियोगितामा सामेल हुने अवसर पाइसकेका छन् भने तेह्रथुमबाट २६ सहभागीलाई उछिन्दै विकास लिम्बू, दुर्गा विक, कल्पना श्रेष्ठ, रितुराज लिम्बू, राजु चेम्जोङ र देउकुमार लिम्बू गरी छ जनाले प्रवेश पाएका छन्।

पूर्वाञ्चलका सबै जिल्लाबाट प्रतियोगीहरू छनौट गरी अञ्चलस्तरीय प्रतियोगिताबाट छानिएका ३० प्रतियोगीले पूर्वाञ्चल आइडलमा अवसर पाउनेछन्।

न्युयोर्कमा नचाए नायकले

न्युयोर्क, अमेरिका– नायक भुवन केसीलाई उद्घोषकले बोलाएपछि दर्शकहरू अलमल्ल परे। नायकलाई किन बोलाइयो ? नाच्न बोलाएको हो कि डाइलग बोल्न ? दर्शकहरूले सोच्दासोच्दै उनी माइक समाएर भन्न थाले– यो मेरो पच्चीस वर्ष पुरानो गीत हो। उनी आफ्नो गीत प्रस्तुत गर्न थाले। दर्शकहरू एकछिन त नतमस्तक भए, भुवन केसीले गीत गाएकोमा, उनी चलचित्रमा जसरी आफ्नो अभिनय प्रस्तुत गर्छन् त्योभन्दा बढी मेहनतका साथ उनले आफ्नो स्वर सुनाएका थिए।

मे ८ का दिन हिमालयन फाउन्डेसनको आयोजनामा भएको उक्त सांस्कृतिक कार्यक्रममा न्युयोर्कमा रहेका तथा नेपालबाट आएका कलाकारहरूले दर्शकहरूलाई पर्याप्त मनोरञ्जन प्रदान गरे। उक्त अवसरमा गायिका कुन्ति मोक्तानले आफ्नो नयाँ एवं पुराना गीतहरू प्रस्तुत गरेकी थिइन्। उनी मञ्चबाट तल दर्शक बसेकै ठाउँमा आएर गीत गाउँदा दर्शकहरू हौसिएका थिए। त्यसैगरी गायिका सपनाश्रीले पनि नयाँ गीतहरू दर्शकबीच प्रस्तुत गरेकी थिइन्।

सोलो गायक सञ्जोक लामा एवं गायक गम्बु शेर्पाले गीत गाउँदा दर्शकहरू नाच्न बाध्य भएका थिए। त्यसैगरी पविता बागचन्दले गीतकार विनोद रोकाको गीत प्रस्तुत गर्दा दर्शकहरू रमाएका थिए। उक्त अवसरमा धर्मवीर लामा, वसन्ती राई, सुमी पौडेल, यशोदा राई, सोनाम लामा, नोर्बु शेर्पा, जेनी तामाङ आदि कलाकारले गीत एवं नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए।

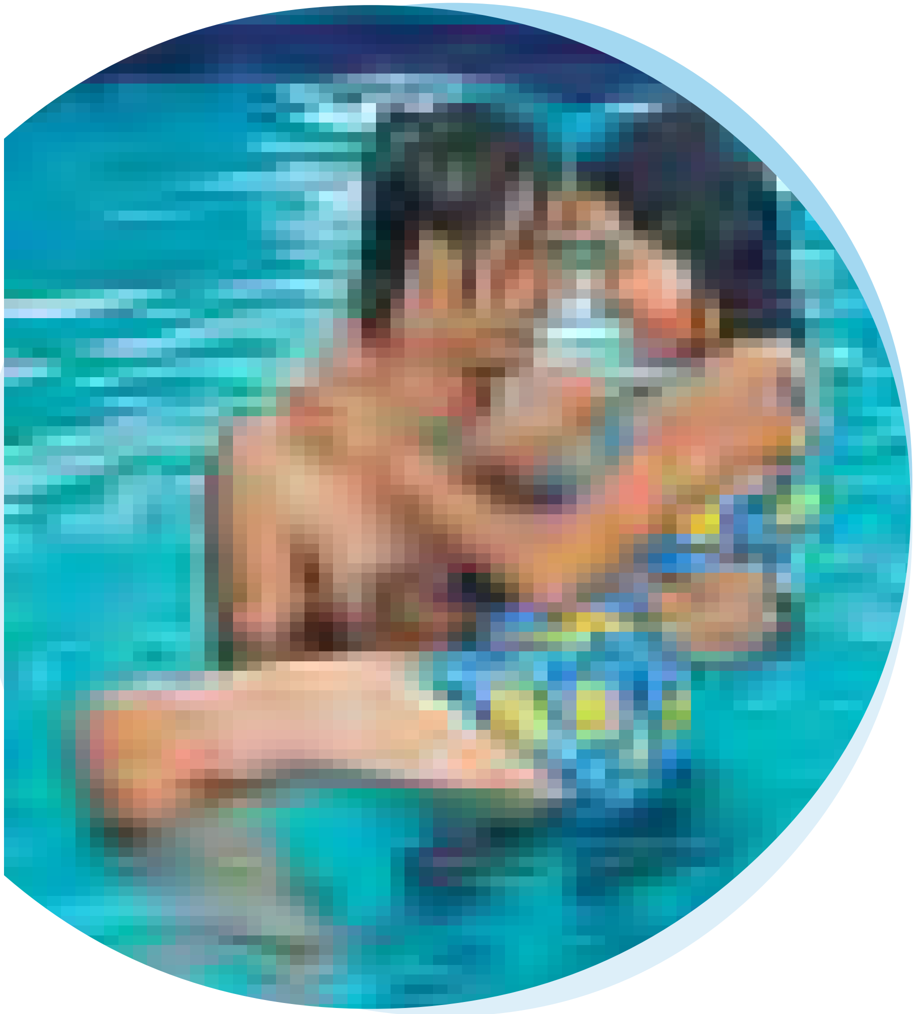
– **विष्णुप्रसाद पौडेल**

साप्ताहिक लाइभ

• संगीतकर्मीहरूको एक समूहले आज शुक्रबार तथा भोलि शनिबार क्रमशः नवलपरासी तथा रूपन्देहीमा आयोजना हुने सांगीतिक कार्यक्रममा गीत-संगीत प्रस्तुत गर्दैछन्। पीएसआई नेपालले परिवार स्वास्थ्य सेवासम्बन्धी जानकारी गराउने उद्देश्यले आयोजना गरेको सांगीतिक कार्यक्रममा नलिना चित्रकार, रिमा गुरुङ, धीरज राई तथा खेमराज गुरुङले गीत-संगीत प्रस्तुत गर्दैछन्। कार्यक्रममा सुरेन्द्र केसी (मुलाको साग) ले हास्य प्रस्तुतमार्फत दर्शकलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्नेछन्। यसअघि यही कार्यक्रम गत बुधबार सुर्खेतमा तथा मंगलबार गुलरियामा प्रस्तुत भएको थियो भने त्यसअघि झापा, पाँचखाल तथा ललितपुरमा यो कार्यक्रम भैसकेको छ।

• ठमेलस्थित जेपी रोडमा भर्खरै सञ्चालनमा आएको ग्रिन ओलाइभ रेस्टुराँ एन्ड सिसा बारमा हरेक मंगलबार तथा शुक्रबार लाइभ संगीतको कार्यक्रम सञ्चालन भैरहेको छ। रेस्टुराँमा मंगलबार साँझ गायक धर्मेन्द्र सेवान तथा शुक्रबार साँझ अनिल शाहीले लाइभ संगीतको कार्यक्रम प्रस्तुत गरिरहेका छन्। कार्यक्रम साँझ सात बजेपछि प्रारम्भ हुन्छ।

• भोली शनिबार साँझ ७ बजे बुटवलस्थित कान्ति उच्च मा.वि. परिसरमा 'ब्ल्याक फोरेस्ट हाइ प्रोफाइल पार्टी' हुँदैछ। पार्टीमा नायिका नन्दिता केसी, संगीतकार सौर्यजित बासकोटा, गायक सनुप पौडेल, सांगीतिक समूह बसन एन्ड द क्रयुले आ-आफ्नो प्रतिभा प्रस्तुत गर्दैछन्। विभिन्न फुडस्टलहरूसहितको उक्त कार्यक्रमको आयोजना स्थानीय ब्ल्याक फोरेस्ट क्याफेले गरेको हो।



स्वीमिङ आउँदैन रेखालाई

आफैं कार चलाएर हिंड्ने अभिनेत्री रेखा थापालाई धेरैले साहसी नायिकाका रूपमा चिन्ने गरेका छन् । चलचित्र उद्योगमा बोल्ड हिरोइनका रूपमा परिचय बनाएकी रेखाले केही गतिला काम गरेर आँटिली छु भन्ने पनि पारेकी छिन् । आफ्ना बारेमा तर्क गर्नेदेखि आफूलाई मन नपरेकाहरूसँग विवाद गर्न पनि पछि पर्दिनन् रेखा । सबैले आँटिली भने पनि यी नायिकालाई पौडी खेल्न भने पटक्कै आउँदैन ।

रेखा कुरा नलुकाई भन्छिन्- 'मलाई त कसैले रिसाएर कुलोमा फ्याँकिदियो भने पनि डराएर मर्छु होला ।' आकर्षक अभिनयका साथै चुस्त नृत्य गर्न सिपालु हिरोइनले स्वीमिङ गर्ने कुरामा किन जाँगर नचलाएकी होलिन् ? कारण खोल्दै भनिन्- 'मलाई त चिसोले एलर्जी हुन्छ त्यसैले पनि स्वीमिङतिर ध्यान दिइनँ ।' चलचित्र उद्योगमा नम्बर वान हिरोइनको उपाधि पाएकी रेखाले आफ्नै चलचित्र 'हिम्मत' मा बन्जी जम्पसमेत गरेकी छिन् । यस्तो साहसिलो काम गर्ने नायिकाले पौडी खेल्न साँच्चै सिक्दिनन् होला त ? उनले मुस्कुराउँदै भनिन्– 'पौडी खेल्ने रहर छैन । सिकौं जस्तो पनि लाग्दैन ।'

अब नेता पनि

निर्देशकको आदेशमा स्क्रिप्टअनुरूप अभिनय गरे पुग्थ्यो अभिनेत्री झरना थापालाई, तर अब त्यतिले मात्र उनको जिम्मेवारी पूरा हुँदैन । अब त कलाकारको हकहितका लागि आवाज उठाउनेदेखि कलाको विकासका लागि हुने कार्यक्रममा समेत सहभागी हुनुपर्ने भएको छ । कलाकार संघकी निर्वाचित सदस्य झरना ख्यालख्यालमै नेता हुन पुगेकी छिन् । अहिले त उनी संघकी उपाध्यक्षसमेत भैसकेकी छिन् । नेता हुन कत्तिको गाह्रौ रै'छ ? झरना भन्छिन्– 'खै, मलाई त नेता भएजस्तो लागेको छैन । त्यसकारण नेता भएको अनुभव गर्नै पाएको छैन ।' संघको कार्यसमितिमा सहभागी हुन पाएपछि रमाइलै मानेकी झरनाले इज्जतका लागि भए पनि केही राम्रा काम गर्ने धारणा राखिन् । संघका लागी राम्रो काम के होला ? त्यस विषयमा भने बुझ्न बाँकी नै छ, तर विगतमा जस्तो झारा टार्ने हिसाबले मात्र काम नगर्ने योजना छ उनको ।

न्यूरोडमा संगीतको मस्ती

शनिबारको मध्याह्न। चर्को गर्मी छल्न कोही स्विमिङ पुलतिर पसे होलान्, कोही शीतलता खोज्दै पार्कभित्र छिरे होलान् तर थुप्रै युवायुवती न्यूरोडमा भेला भएका थिए। छोटो पहिरन र कामुक हाउभाउमा युवतीहरू र हिपहप पहिरनमा युवाहरूको भीडले न्युरोडको वातावरण अरु बेलाभन्दा फरक थियो। न्युरोड परिसर मध्याह्नदेखि नै संगीतमय बनेको थियो। त्यसमा थप रौनक थपेका थिए तन्नेरी युवायुवतीहरूले। यो प्रसंग हो न्यूरोड सडक महोत्सवको। बुद्धजयन्तीका अवसरमा स्थायी शान्तिको कामनासहित यो महोत्सव आयोजना गरिएको हो। 'मुलुकको स्थायी शान्तिका लागि महोत्सव आयोजना गरेका हौं,' आयोजक धर्मपथ युवा क्लबका अध्यक्ष कृष्णप्रसाद साहीले साप्ताहिकसँग भने- 'सांगीतिक कार्यक्रममार्फत पनि शान्तिको सन्देश दिएका छौं।' शान्तिको प्रतीक परेवा उडाएर प्रारम्भ गरिएको महोत्सव त्यसपछि सांगीतिक रमझममा डुबेको थियो। पाँचौं संस्करणको यो महोत्सवलाई रंगीन बनाउन आयोजकले सांगीतिक कार्यक्रमलाई प्रमुखता दिएका थिए। गायक सुगम पोखरेलले 'झिल्केले', 'मेरो एउटा साथी छ', 'मनकी रानी' जस्ता चर्चित गीत गाउँदा स्वरमा स्वर मिलाउँदै उपस्थित युवायुवती झुमिरहेका थिए। कार्यक्रममा निमा रुम्बा, कुन्साङ लामा आदि स्थानिय कलाकारले पनि आ-आफ्नो प्रस्तुतिमार्फत पर्याप्त मनोरञ्जन प्रदान गरे।

तेऱ्हौं शैक्षिक एवं पुस्तक प्रदर्शनी

ग्लोबल एक्सपोजिसन एन्ड म्यानेजमेन्ट सर्भिसेज प्रा.लि. र नेपाल राष्ट्रिय पुस्तक प्रकाशक तथा विक्रेता संघको सहकार्यमा आज जेठ १ देखि ९ गतेसम्म काठमाडौंको भृकुटीमण्डपमा नेपालको सबैभन्दा ठूलो शैक्षिक तथा पुस्तक मेला 'तेऱ्हौं नेपाल शैक्षिक एवं पुस्तक प्रदर्शनी २०६६' हुने भएको छ।

बहुचर्चित, विभिन्न उमेर समूहका लागि स्वदेश तथा विदेशमा तयार पारिएका जानकारीमूलक, मनोरञ्जनात्मक एवं शैक्षिक पुस्तकहरू उक्त मेलामा उपलब्ध हुनेछन्, जसमा इच्छुक वर्गले विज्ञापन, बैकिङ, सामाजिक, ऐतिहासिक, स्वास्थ्य, इन्जिनियरिङ्ग, भवन निर्माण, मार्केटिङ, पर्यटन व्यवसाय, व्यवस्थापन, सञ्चार प्रविधि, वास्तुशास्त्र, कृषि तथा रसायनसम्बन्धी पुस्तकहरू प्राप्त गर्न सक्नेछन्।

नेपाली शैक्षिक क्षेत्रमा द्रुत गतिमा फड्को मारेको परिस्थितिलाई मध्यनजर गरी यस पटक भारत, अमेरिका, बेलायत, सिंगापुर, चीन, बंगलादेश, अस्ट्रेलिया, जापान, आयरल्यान्ड तथा युरोपका कलेज, युनिभर्सिटीहरूले प्रत्यक्ष एवं स्थानीय एजेन्टमार्फत विद्यार्थीलाई आकार्षित गर्नेछन् भने स्थानीय तहका विद्यालय र कलेजहरू आ-आफ्नै शैक्षिक गुणस्तर एवं शैक्षिक वातावरणको व्याख्या गरी आफ्नो उपलब्धि एवं भावी योजनासहित प्रतिस्पर्धात्मक बजारमा विद्यार्थीहरूलाई आफूतिर आकर्षित गर्ने प्रयास गर्नेछन्।

विद्यार्थी तथा अभिभावक-हरूलाई आ-आफ्नो क्षमता एवं योग्यताअनुसारको उच्च शिक्षाका लागि उचित विषय एवं शिक्षण संस्थाको छनौट गराउनुका साथै यस क्षेत्रमा लगानीका सम्भावनाहरू प्रस्टयाउनु यो मेला लक्ष्य हो।

१ लाख ५० हजारभन्दा बढी आगन्तुकले अवलोकन गर्ने अनुमान गरिएको यो प्रदर्शनी, आगन्तुकहरूको सुविधाका लागि दुई भागमा विभाजित गरिएको छ, जसअन्तर्गत हल 'क' मा जेठ १ देखि ४ गतेसम्म शैक्षिक प्रदर्शनी एवं हल 'ख' मा जेठ १ देखि ९ गतेसम्म पुस्तक प्रदर्शनी गरिने छ।

होटल तालिम विशेष छुटमा

Worldwide valid Certificate

Japan, UK, Australia, Canada, European देशमा Working Visa, Student Visa मा जानेलाई Part time & Full time job को लागि SPECIAL CLASS

COOK (1, 2, 3, 6 month), WAITER (1, 2, 3 month) Barman, Bakery, Tandoori, Salesman, Receptionist, House Keeping, Diploma in Hotel Mgmt., F & B Mgmt., Coffee, Juice maker, Roomboy, Bellboy, House Wiring, Plumber etc.

- FREE ENGLISH LANGUAGE
- Industrial Training Star Hotel मा
- FIVE STAR STANDARD RESTAURANT
- Student Visa, Work Permit, PR, DV lottery मा जानेलाई विशेष तालिम

SLC दिनेलाई 25% EXTRA छुट

रयाडिसन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर — 4247165, 2200889, 9841-891131

साहारा होटल तालिम सेन्टर — 2046782, 0152?3757, 98510-83629

रयाडिसन होटल तालिम सेन्टर — 4464728, 9841-891131, 98510-83629

प्राइभेट TEST/SLC - 2066

११ वर्षको गहिरो अनुभवका साथ यस पटक पनि पुन भर्ना खुल्यो
SLC पास गर्ने सुवर्ण अवसर आजै सम्पर्क राख्नुहोस् ।

प्राइभेट TEST/SLC कसका लागि ?

कक्षा ८ वा ९ पास गरी स्कुल जान नपाएका र कक्षा ९, Test वा SLC फेल भै निरास भएकाहरुका लागि ।

सम्झना एकेडेमी नै किन ?

अत्यन्त अनुभवि शिक्षक/शिक्षीकाद्वारा अध्यापन, गरिव जेहेन्दार दलित पिछडिएकाहरुका लागि छात्रबृतिको व्यवस्था, कमजोरका लागि विशेष कक्षा संचालन, होस्टेलको राम्रो व्यवस्था भएको । बिहान, दिउसो र बेलुका कक्षा संचालन हुने, अंग्रेजी/नेपाली छुट्टा छुट्टै कक्षा को व्यवस्था ।

TEST/SLC ग्यारेन्टीका साथ पास हुने गरी पढ्नलाई सम्झनुहोस्

SAMJHANA ACADEMY पुरानो बसपार्क, नेपाल पुलिस क्लब ठिक पछाडि सम्पर्क 014246397

अर्जेन्ट आवश्यकता

NGO बाट सञ्चालित सरकारी मान्यता संस्थालाई कर्मचारीहरूको आवश्यकता पार्टटाइम, फूलटाइम Job को व्यवस्था।
मासिक आम्दानी: ९५००/-+गाडीभाडा
संख्या: १० महिला/पुरुष
योग्यता: साधारण लेखपढ, Test, SLC, +2 Computer जानेका
सम्पर्क: 2064059, 9803781642, 9841988174, चावहिल

SLC+2 दिएका विद्यार्थीलाई अवसर दिइने छ।

शानिबार अफिस खुल्ला हुनेछ।

● सम्पादकीय ●

नागरिक सर्वोच्चताको प्रश्न

अहिले मुलुकमा नागरिक सर्वोच्चताको विषय बहसको विषय भएको छ । नागरिक सर्वोच्चताको यो बहसमा केही राजनैतिक दल उग्र रूपमा र केही राजनैतिक दल नम्र रूपमा प्रस्तुत भएका छन् । प्रधानसेनापतिलाई अवकाश दिने नेकपा माओवादीको निर्णय र त्यसमा राष्ट्रपतिको हस्तक्षेपपछि नेकपा माओवादीद्वारा चर्को रूपमा उठाइएको नागरिक सर्वोच्चताको प्रश्नले यतिखेर मुलुकमा जुन किसिमको बहस र विवाद जन्माएको छ त्यसले मुलुकको राजनीतिलाई नै तरल बनाइदिएको छ । जुनसुकै विचार र पृष्ठभूमिका भए पनि प्रायः सबै राजनैतिक दलले नागरिक सर्वोच्चतालाई आफ्नो राजनैतिक आवरण बनाएका हुन्छन् । कतिपय राजनैतिक दलका लागि यो विषय चहकिलो नारा मात्र हुन पुग्छ भने कतिपय राजनैतिक दल यसैका लागि आफ्नो सम्पूर्ण अस्तित्व खर्च गरिरहेका हुन्छन् । अहिले हाम्रो सन्दर्भमा नागरिक सर्वोच्चतालाई जसरी विवादको विषय बनाइएको छ त्यसले केही प्रश्न जन्माएको छ । पहिलो प्रश्न– नागरिक सर्वोच्चताको चर्को वकालत गर्ने नेकपा माओवादीले भन्न सक्नुपर्छ– नागरिक सर्वोच्चताको पक्षमा उभिएको राजनैतिक दलसँग आफ्नो सेना र हतियार हुन्छ कि हुँदैन ?, दोस्रो प्रश्न– संसद्मा रहेका अन्य राजनैतिक दलको सहयोगमा सरकार बनाएको राजनैतिक दलले आफ्ना सहयोगीहरूको इच्छाविपरीत एकल निर्णयका आधारमा कुनै खास संवैधानिक अंगको प्रमुखलाई बर्खास्त गर्न मिल्छ कि मिल्दैन ? तेस्रो प्रश्न– राष्ट्रपतिले संविधानको मर्मविपरीत संसद्लाई छलेर कुनै व्यक्ति वा संस्थालाई सोझै पत्र लेख्न मिल्छ कि मिल्दैन ?, चौथो प्रश्न– संविधान निर्माण गर्ने गुरुत्तर दायित्व निर्वाह गरिरहेका राजनैतिक दलहरूले सरकार बनाउने र भत्काउने खेलमा सहभागी हुन मिल्छ कि मिल्दैन ? यी प्रश्नहरूको जवाफमा नै नागरिक सर्वोच्चताको मर्म लुकेको छ ।

अहिले मुलुकमा जसले जसरी जुनसुकै नियतमा आफ्नो स्वार्थका लागि नागरिक सर्वोच्चताको प्रश्न उठाउनु भनेको जनताको सार्वभौम अधिकारको उपहास गर्नु हो । हामी सबैले जानेको बुझेको कुरा के हो भने– नागरिक सर्वोच्चता भनेकै विधिको शासन हो । कानुन छल्ने, छल्न खोज्ने, अपराध गरेर पनि उन्मुक्ति पाउने, राजनैतिक दल र तिनका भ्रातृसंगठनको सदस्य भएकै आधारमा कानुनभन्दा माथि रहेको दाबी गर्ने जस्ता दण्डहीनताको अवस्था जारी रहेसम्म नागरिक सर्वोच्चताको प्रश्न जसले जसरी उठाए पनि त्यसलाई गोहीको आँसुसँग तुलना गर्न सकिन्छ । भीडको बलमा, संगठनको बलमा, हतियारको दम्भ देखाएर, धम्क्याएर–तर्साएर, आफ्नो कुरा मनाउन सकिन्छ भन्ने मानसिकताले नागरिक सर्वोच्चताको दुहाइ दिन सकिन्न भन्ने कुरा हाम्रा सबै राजनैतिक दलले बुझ्नु आवश्यक छ ।

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

● चिठीपत्र ●

दोहोरो नीति

प्लस टुमा धेरै विद्यार्थी उत्तीर्ण गराउने र त्रिभुवन विश्वविद्यालयमा कम विद्यार्थी उत्तीर्ण गराउने शिक्षकलाई खोजी-खोजी उत्तर-पुस्तिका परीक्षण गर्न लगाइन्छ भन्ने एक सहकर्मीको भनाइले मलाई चसक्क छोयो । एक्काइसौं शताब्दीको गणतान्त्रिक नेपालको शिक्षाक्षेत्रमा मूल्यांकन प्रणाली यति लापरबाहीपूर्ण छ । सुनिन्छ, प्लस टुमा २५ अंकसम्म ल्याएकालाई उत्तीर्ण गराउनु भन्ने अघोषित उर्दी नै जारी हुन्छ रे । यसको ठीक विपरीत त्रिभुवन विश्वविद्यालयमा भने कसरी कम विद्यार्थी पास गराउन सकिन्छ भनेर चाहिनेभन्दा कडा रूपमा उत्तरपुस्तिका जाँच गरिन्छ । कापी जाँच्न कडा रूपमा प्रस्तुत हुने त्रिभुवन विश्वविद्यालय पढाइका मामिलामा भने अत्यन्तै फितलो छ ।

पढाइका बेलामा कोर्स नसिध्याएर हैरान पार्ने त्रिभुवन विश्वविद्यालयले परीक्षापछि पनि दुःख दिन छाड्दैन । परीक्षा लिएको आठ-दस महिनापछि मात्र नतिजा प्रकाशन गरेर दिएको मानसिक पीडाको कुरा त छुट्टै भयो । यसर्थ अहिले रहेको उत्तरपुस्तिका परीक्षणसम्बन्धी त्रिभुवन विश्वविद्यालय र उच्च माध्यमिक विद्यालय दुवैको नीतिमा परिवर्तनको खाँचो छ । किनभने सबै परीक्षार्थीलाई उनीहरूले हासिल गरेको ज्ञान, सीप, बोध तथा प्रयोग आदि देखाउने समान अवसर प्रदान गर्नु नै परीक्षाको मुख्य उद्देश्य हो ।

परीक्षा सञ्चालन गरिसकेपछि उत्तरपुस्तिका जाँच्ने काम हुन्छ, जुन अत्यन्त गहन जिम्मेवारी हो । यसमा विद्यार्थीको भविष्य निर्भर हुन्छ । विषयगत तथा वस्तुगत परीक्षाको अंकन विधि फरक-फरक हुन्छ । वस्तुगत प्रश्न जाँच्न खासै चुनौती नभए पनि विषयगत प्रश्नको उत्तरपुस्तिका परीक्षण निकै जटिल हुन्छ । खासगरी विषयगत तथा छोटा उत्तर परीक्षण गर्दा अंक तलमाथि हुन सक्ने सम्भावना बढी रहन्छ । यही कारणले गर्दा नै शिक्षाविद्हरूले विषयगत प्रश्नको उत्तरपुस्तिका परीक्षण गर्न प्रत्येक प्रश्नका मुख्य-मुख्य बुँदाहरू छुट्याई परीक्षण कुञ्जिका अपनाउन सल्लाह दिने गरेका छन् ।

केही वर्षयता नेपाल सरकार, परीक्षा नियन्त्रण कार्यालयले मार्किङ स्किम तयार पारी उत्तरपुस्तिका परीक्षण गराउन थालेको छ तर पनि सबै परीक्षकले यो विधिलाई पूर्ण रूपमा अपनाएको पाइँदैन । उत्तरपुस्तिका परीक्षणसम्बन्धी समस्या नेपाली, अंग्रेजीजस्ता भाषा विषयमा मात्र होइन, गणितजस्ता विषयमा समेत पाइन थालेको छ । गणितमा केवल अन्तिमको उत्तर मिले मात्र अंक दिने तर सूत्र, प्रक्रिया अथवा आधा मिले अंक नदिने प्रवृत्ति छ, जुन सरासर गलत त हो नै, साथै विद्यार्थीप्रति धोका पनि हो । जति धेरै कापी जाँच्यो उति धेरै पैसा पाइन्छ भन्ने लोभी मानसिकता पनि यस्ता समस्या थपिन सहायकसिद्ध बनिरहेका छन् ।

विषयगत प्रश्नको उत्तर-पुस्तिका परीक्षण गर्दा परीक्षकले पूर्वाग्रह छाडेर अंक दिनुपर्छ । बढी बाठो भएर अर्कै विधि अपनाएर हिसाब गरेछ वा जवाफ ट्याक्क नमिले पनि अक्षर कति राम्रा हुन् भन्नेजस्ता पूर्वाग्रह राखी अंक दिनु हुँदैन । आफूले सिकाएका कुरा परे गचक्क अंक दिने र फरक शैलीको उत्तर दिएको रहेछ भने विद्यार्थीको ढाड सेक्ने काम गर्नु हुँदैन । कापी जाँच्ने बेलामा यस्ता प्रभाव पर्न नदिन बुँदा तयार पारेर वा आधारहरू बनाएर अंक दिन सकिन्छ । सबै विद्यार्थीको एउटै प्रश्नको उत्तर पढिसकेपछि तुलनात्मक ढंगमा अंक दिन सकिन्छ । जाँच्न केही असजिलो भए पनि यसको विश्वसनीयता बढी हुन्छ । विषयगत परीक्षाको उत्तरपुस्तिका कम्तीमा दुई जना परीक्षकले परीक्षण गर्नु उत्तम हुन्छ ।

वस्तुगत प्रश्न जाँच्न पनि स्कोरिङ कि बनाउनु उत्तम हुन्छ । यसबाट छिटो तथा ठीकसँग उत्तरपुस्तिका जाँच्न सकिन्छ । वस्तुगत प्रश्नमा बढी वा कम अंक दिनु हुँदैन । बहुवैकल्पिक प्रश्नको उत्तरपुस्तिका परीक्षण गर्न उत्तरकुञ्जिकामा उत्तरपुस्तिका अनुरूपको फ्रेम बनाएर ठीक उत्तर भएको स्थानमा प्वाल पारेर प्रयोग गर्न सकिन्छ । वस्तुगत परीक्षामा अन्दाजले मात्र चिन्ह लगाउँदा पनि ठीक उत्तर मिल्ने सम्भावना हुने हुँदा त्यस्तो बानीलाई निरुत्साहित गरी परीक्षालाई बढी विश्वसनीय बनाउन कहिलेकाहीं प्रत्येक प्रश्नको गलत उत्तरमा ठीक उत्तरबाट केही प्रतिशत अंक घटाएर परीक्षार्थीको वास्तविक अंक निकाल्ने चलन पनि छ । यस प्रकारले उत्तरपुस्तिका जाँच्ने हो भने परीक्षार्थीको वास्तविक मूल्यांकन त हुन्छ नै, साथसाथै परीक्षाको उद्देश्यसमेत पूरा हुनेछ ।

–विश्वमणि अधिकारी

● तीतो सत्य ●

जसरी खराब काम मानिसले गर्छ त्यसरी नै असल कर्म पनि मानिसबाटै हुन्छ ।
आकाशचन्द्र न्यौपाने, चितवन

धानलाई चामल बनाउन सकिन्छ तर ढुंगालाई सकिन्न ।
कैलाश लिङदेन लिम्बू, झापा

मानिस होइन मानिसको सिर्जना अमर हुन्छ ।

मानिसको व्यवहार र चालचलनले व्यक्तित्व एवं संस्कृति झल्कन्छ ।

कसैको आत्मामा चोट नपुऱ्याऊ किनकि आत्मीय चोटको औषधी पाउन सकिंदैन ।

कागजमा लेखिएको मेटिएर जान्छ तर मन-मुटुमा लेखिएको मेटिंदैन ।

मिलनपछि नै विछोड हुन्छ ।
कञ्चन 'अञ्जान', तनहुँ

सौन्दर्य दृष्टिकोण हो, त्यसलाई स्पर्श गर्नु आवश्यक छैन ।

देवता र दानव भनेका पनि मानिस नै हुन् ।

शत्रुका लागि पनि आफूले गर्नुपर्ने मानवीय कर्तव्य बिर्सनु हुँदैन ।

केही पाउने इच्छा छ भने निरन्तर लागिरहनुपर्छ, अवश्य पाइन्छ ।
नवीन काफ्ले, स्याङ्जा

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

● सहर चर्चा ●

सञ्जय शर्मा सन् २००४ देखि निरन्तर रूपमा यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यक समुदायको हितमा काम गर्दै आएका छन् । शर्मा ब्लु डाइमन्ड सोसाइटी, पूर्वाञ्चलका क्षेत्रीय कार्यालय, इटहरीका कार्यक्रम संयोजक हुन् । समाजले तेस्रोलिङ्गीलाई हेर्ने दृष्टिकोण साँघुरो छ । बाटोमा हिँड्दा अरूले जिस्क्याउँदा आफूहरूलाई नरमाइलो लाग्ने उनी बताउँछन् । 'हामीहरू यही समाजकै उपज हौं, हामी जन्मजात अथवा हार्मोनका कारणले यस्ता भएका हौं यसमा हाम्रो के दोष ?' आजकाल तेस्रो लिङ्गीहरू निकै खुलेर सम्पर्कमा आइरहेका छन् । अहिले पूर्वाञ्चलमा तेस्रो लिङ्गीको संख्या ६ हजार छ, त्यसमा लेस्बियन १ सय ५० छन् । अन्य महिला र पुरुषजस्तै आफूहरूलाई भिन्नै रूपमा अब बन्ने संविधानमा ग्यारेन्टीका साथ तेस्रो लिङ्गी भनेर छुट्टै पहिचान दिनुपर्ने शर्मा बताउँछन् । शर्मा भन्छन्– 'पहिलेको सरकारले खासै केही गरेनन्, अहिलेको सरकारले समलिङ्गी र तेस्रो लिङ्गी आवास निर्माण भनेर २५ लाख बजेट छुट्याएको छ, तर यतिले मात्र केही हुन सक्दैन । हामीलाई त अधिकार चाहिएको हो ।'

प्रस्तुति : भीषण राई

पोखराबाट सञ्चालित ठिकठाक डटकममा फिचर गरिएका थुप्रै सुन्दर मोडलमध्ये मनिता पुन केही पृथक् छिन् । उनको कोरियन शैलीको अनुहारका कारण पहिलो पटक भेट्नेहरू उनलाई नेपाली भनेर पत्याउँदैनन् । केही समय अघिदेखि मात्र मोडलिङमा प्रवेश गरेकी पोखराकी मनिताको हेयर स्टाइलले पनि उनलाई कोरियनजस्तो देखाउन सहयोग पुऱ्याएको छ । स्नातक तहको अध्ययनमा जुटेकी २० वर्षीया महिमा साथीहरूका कारण मोडलिङमा आएकी हुन् । नृत्यमा पारंगत महिमा फुर्सदमा किनमेल गर्न रुचाउँछिन् । आफ्ना शरीरका अंगमध्ये ओठलाई सेक्सी मान्ने मनितालाई अग्ला कदका पुरुष मन पर्छन् । ५ फिट ३ इन्च अग्ली मनिताका लागि नृत्य, पौडी तथा गीत विशेष रुचिका विषय हुन् ।

● मुखाले ●

मेरो गोठमा अझै भैंसी छन्, बरु भैंसी चराउन जान्छु, तर गरिसकेको निर्णय सच्याउँदिन् । अदालतले नै संविधान मानेन भने छुट्टै कुरा हो ।
–डा. रामवरण यादव, राष्ट्रपति

रुक्माङ्गद कटुवालविरुद्ध कुनै कारबाही गर्नुअगावै मैले भारतीय राजदूत राकेश सुदलाई यस विषयमा भारतीय नेतृत्वसँग गम्भीर छलफल गर्न चाहन्छु भनेको थिए ।
–पुष्पकमल दाहाल, प्रधानमन्त्री

सरकार बन्न नदिएर माओवादीले के गरेका हुन् । मैले बुझ्न सकिरहेको छैन ।
–गिरिजाप्रसाद कोइराला

सत्ता समीकरण भत्काउने वातावरण माओवादीले नै बनाएको हो ।
–झलनाथ खनाल

माओवादीको दोहोरो चरित्रका कारण मुलुक संकटमा परेको हो ।
–सीपी मैनाली

अहिलेको अवस्थामा सरकार बनाउँदा कुनै पनि दलले सर्त राख्नु हुँदैन ।
–चित्रबहादुर केसी

राष्ट्रपतिमाथिको प्रहार गणतन्त्रमाथिको प्रहार हो ।
–विमलेन्द्र निधि

राष्ट्रपति नसच्चिएसम्म एमाले वा कसैले चाहेर मात्र सरकार बन्दैन ।
–जनार्दन शर्मा

मौसम परिवर्तनले निम्त्याउँदै छ संकट

विश्व समुदायले बाढी र खडेरीको मारबाट बच्न आवश्यक उपाय सोच्नुपर्ने सुझाव वैज्ञानिकहरूले दिएका छन्। टर्कीको इस्तान्बुल सहरमा सम्पन्न विश्व पानी मञ्चको सम्मेलनमा उक्त सुझाव दिइएको हो। सम्मेलनमा पानीसँग सम्बन्धित विपत्ति बढ्ने हुनाले यसले थप जनधनको क्षति हुने चेतावनी दिइएको छ। जलवायु परिवर्तनका समस्याबाट हरितगृहमा असर पुगेकाले अतिवर्षा र खडेरी दुवैको खतरा बढेको वैज्ञानिकहरूले बताएका छन्।

विश्वव्यापी रूपमा तातोपनमा वृद्धि भएकाले यी दुवै किसिमका घटना देखा परेका हुन्। विश्व जलवायु संगठन (डब्लुएमओ) का निर्देशक अविनाश त्यागीका अनुसार विगत एक शताब्दीमा विश्वको तापक्रममा ० दशमलव ७४ सेल्सियल्सका दरले वृद्धि भए पनि अब आउँदो ५० वर्षमै उक्त वृद्धिदर दोब्बर हुनेछ। जलवायु परिवर्तनका कारण उत्पन्न समस्याबाट मुक्ति पाउने उपायको खोजीका लागि वैज्ञानिकहरू डटेर लागेको समेत त्यागीले बताए।

हालसम्मको अवस्थालाई हेर्दा एक्काइसौं शताब्दी बाढी र खडेरीको शताब्दी होलाजस्तो देखिन्छ। सम्मेलनका अन्य सहभागीले पनि बाढी र खडेरीको त्रास बढेको बताए। बाढी आउने क्रम निकै बढेको छ। ठूला बाढीका कारण धनजनको क्षति हुने क्रम प्रतिवर्ष ५ प्रतिशतले बढेको छ, राष्ट्रियसंघीय पानी संस्थाका विज्ञ क्रिस जेभेनबर्जेनले बताए। जलवायु परिवर्तनको सबैभन्दा बढी प्रभाव मध्यअमेरिका तथा क्यारेबियन क्षेत्रमा पर्न सक्ने चेतावनीसमेत दिइएको छ। मध्यअमेरिकाको प्रशान्त क्षेत्रमा खडेरी र क्यारेबियन क्षेत्रमा बाढीको आशंका बढ्नेछ। समुद्री सतह वृद्धि हुने आशंका पनि बढ्नेछ। नीति निर्माता तथा विज्ञहरूले सबैभन्दा बढी प्रभावित क्षेत्रमा जलवायु सूचना संयन्त्रको विकास गर्न सुझाव दिएका छन्। बाढीका कारण नदी तथा समुद्री किनारामा रहेका बस्ती र सिंचाइको व्यवस्था नहुँदा बालीनालीमा क्षति पुग्ने भएकाले यस्तो संयन्त्रको आवश्यकता रहेको उनीहरूको ठहर छ।

जमिनको अवस्था हेरि स्थानीय स्तरका योजना र बाढीबाट बच्ने उपाय खोजिनुपर्ने उनीहरूको तर्क छ। बाढीबाट सबैभन्दा बढी गरिब बस्तीलाई असर पार्ने विज्ञहरूको ठहर छ। सम्मेलनमा जापानका प्रतिनिधि तोसियो ओकाजुमीले आफ्नो मुलुकले जलवायुबाट उत्पन्न हुने प्रकोप नियन्त्रणका लागि आवश्यक व्यवस्था मिलाएको बताए। ओकाजुमीका अनुसार सन् १९०१ देखि १९३० सम्म जापानमा वर्षको तीन दिन सालाखाला दुई सय मिलिमिटर वर्षा भएको थियो। त्यसपछि सन् १९७८ देखि वर्षको ५ दशमलव १ दिन सोही दरको वर्षा हुन थाल्यो। अहिले जापानमा वर्षा हुने क्रममा १ सय ५० प्रतिशतले वृद्धि भैरहेको छ। हाल आएर जापानमा वर्षा हुने क्रममा १० देखि ३० प्रतिशतले वृद्धि भएको छ। यसबाट बाढीको जोखिम अझ बढेको छ। सो अवसरमा दक्षिण कोरियाका प्रधानमन्त्री हान सेउङ सुले जलवायु परिवर्तनका कारण उत्पन्न हुने विपत्तिबाट बच्न दक्षिण कोरियाले ६ वटा प्राथमिकता स्थापित गरेको बताए। सन् २००२ पछि दक्षिणकोरियालाई दुईवटा ठूला समुद्री आँधीले सताएको छ।

विश्व पानी परिषद्का अध्यक्ष लोइक पुनसोनले परामर्शका लागि पानीविज्ञहरूको समूह गठन गर्नुपर्ने सुझाव दिएका छन्। वाटर ब्लु ह्याम्लेट नाम दिइएको उक्त विज्ञ समूहले विपत्ति प्रभावित क्षेत्रको भ्रमण गरी संकटकालीन सीप सिकाउने उनले बताए। प्रत्येक तीन-तीन वर्षमा आयोजना हुने विश्व पानी मञ्चमा यस वर्ष विभिन्न क्षेत्रका विज्ञ तथा नीतिनिर्माता, गैरसरकारी संघ-संस्थाका प्रतिनिधि गरी २७ हजारले भाग लिएका थिए।

विश्व जलवायु संगठन (डब्लुएमओ) का निर्देशक अविनाश त्यागीका अनुसार विगत एक शताब्दीमा विश्वको तापक्रममा ० दशमलव ७४ सेल्सियल्सका दरले वृद्धि भए पनि अब आउँदो ५० वर्षमै उक्त वृद्धिदर दोब्बर हुनेछ। जलवायु परिवर्तनका कारण उत्पन्न समस्याबाट मुक्ति पाउने उपायको खोजीका लागि वैज्ञानिकहरू डटेर लागेको समेत त्यागीले बताए।

ओकाजुमीका अनुसार सन् १९०१ देखि १९३० सम्म जापानमा वर्षको तीन दिन सालाखाला दुई सय मिलिमिटर वर्षा भएको थियो। त्यसपछि सन् १९७८ देखि वर्षको ५ दशमलव १ दिन सोही दरको वर्षा हुन थाल्यो। अहिले जापानमा वर्षा हुने क्रममा १ सय ५० प्रतिशतले वृद्धि भैरहेको छ। हाल आएर जापानमा वर्षा हुने क्रममा १० देखि ३० प्रतिशतले वृद्धि भएको छ। यसबाट बाढीको जोखिम अझ बढेको छ।

हावापानी परिवर्तनको असर, मर्न थाले रूखहरू

विश्वमा बढ्दो ऊष्णता र प्रतिकूल वातावरणीय परिवर्तनका कारण अमेरिकाको पश्चिमी भागका जंगलहरूमा रूखहरू मर्न थालेको पाइएको छ। अमेरिकी अनुसन्धानकर्ताहरूले सन् १९५५ यता दोब्बर संख्यामा रूखहरू मरेको जानकारी गराएका छन्। सन् १९५५ मा ११ हजारको संख्यामा रूखहरू मरेका थिए। जबकि अहिले ५९ हजार रूख मरेको प्रतिवेदनमा उल्लेख गरिएको छ। अर्गन स्टेट युनिभर्सिटीका इकोलोजिस्ट प्राध्यापक मार्क हर्मनले कीराहरूको आक्रमण र वायु प्रदूषणका कारण पनि रूखहरू मरेको पाइए पनि सबैभन्दा बढी वातावरणीय ऊष्णता र असन्तुलित वर्षाचक्रका कारण रूखहरू मरेको पाइएको बताए।

तस्बिर : नवराज बाग्ले

मौसम मन्टेश्वरीको

साप्ताहिक समाचार

बालबालिकाले स्वतन्त्र रूपमा आफ्नै अनुभवबाट शिक्षा ग्रहण गर्नुपर्छ भन्ने सिद्धान्तमा आधारित मन्टेश्वरी शिक्षाप्रणालीप्रति नेपाली अभिभावकहरूको आकर्षण बढ्दै गएको छ। पुस्तकको ठेली घोकाएर दिइने शिक्षाभन्दा बालबालिका स्वयंले छोएर, हेरेर र अनुभव गरेर ग्रहण गरेको ज्ञान बढी प्रभावकारी हुने भएकाले मन्टेश्वरी शिक्षाप्रतिको आकर्षण बढ्दै गएको हो।

‘मन्टेश्वरीमा बालबालिकाले आफ्नै अनुभवबाट शिक्षा ग्रहण गर्ने वातावरण मिलाइएको हुन्छ,’ जेभियर इन्टनेसनल मन्टेश्वरी विद्यालयका कार्यकारी प्रमुख लोकबहादुर भण्डारी भन्छन्- ‘यहाँ उनीहरूले स्वतन्त्र ढंगबाट अध्ययन गर्न सक्छन्।’ किताबी एवं घोकन्ते शिक्षाको विकर्षणसँगै वैज्ञानिक र समयसुहाउँदो शिक्षाप्रणालीमा आफ्ना सन्तानलाई अभ्यस्त गराउन अभिभावकहरू पनि लालायित भएको भण्डारी बताउँछन्।

नेपाली समाजमा मन्टेश्वरी शिक्षाप्रतिको बढ्दो आकर्षणका कारण यतिबेला विभिन्न विद्यालयले पूर्वप्राथमिक तहमा यो शिक्षाप्रणालीलाई अपनाउन थालेका छन्। ‘बालबालिकाको मनोविज्ञानअनुसार शिक्षा दिइने भएकाले सचेत अभिभावकहरू यसप्रति आकर्षित भएका हुन्,’ भण्डारी भन्छन्। लौरोले तर्साएर होइन, वैज्ञानिक पद्धतिअनुसार सैद्धान्तिक ज्ञानलाई व्यावहारिक रूपमा आफैंले प्रयोग गरेर अध्ययन गर्ने भएकाले हुनसक्छ, बालबालिकाको विद्यालयप्रतिको नकारात्मक दृष्टिकोण पनि सकारात्मकमा परिवर्तन हुँदै गएको पाइन्छ।

मारिया मन्टेश्वरीले प्रतिपादन गरेको शिक्षण विधि विश्वमै लोकप्रिय बन्दै गएको बेला नेपालमा पनि यसको प्रभावले जरा गाड्दै गएको छ। मन्टेश्वरी शिक्षण विधि सही भएकैले हुनसक्छ पछिल्ला दुई-तीन वर्षयता परम्परागत शिक्षण विधि अँगालेका विद्यालयले पनि मन्टेश्वरी कक्षा सञ्चालन गरेको उल्लेख गर्न थालेका छन्। राजधानीमा हाल १ सयभन्दा बढी मन्टेश्वरी विद्यालय सञ्चालन हुनुले यो शिक्षण विधि लोकप्रिय भएको पुष्टि गर्छ।

सन् १९६९ मा इन्टरनेसनल किन्डरगार्टेन स्कुलले मन्टेश्वरी विधिबाट शिक्षा प्रारम्भ गरेको थियो। त्यसयता पूर्वप्राथमिक तहमा यो विधिलाई केही विद्यालयले अपनाए, तर सामग्रीहरूको मूल्य चर्को भएकाले धेरैले यो प्रणालीलाई निरन्तरता दिन सकेनन्। सन् २००१ मा स्थापना भएको नेपाल मन्टेश्वरी ट्रेनिङ सेन्टरले यसै क्षेत्रमा दक्ष जनशक्ति उत्पादन गर्न थालेपछि नेपालमा मन्टेश्वरी शिक्षण विधि व्यापक बन्दै गएको मन्टेश्वरी ट्रेनिङ सेन्टरकी पवित्र लिम्बू बताउँछिन्।

शिक्षाप्रति सचेत अभिभावकहरू आफ्ना छोराछोरीलाई जगैदेखि वैज्ञानिक शिक्षा दिलाउन चाहन्छन्। मन्टेश्वरी शिक्षा विधिमा खेल र मनोरञ्जनको माध्यम अपनाइने हुँदा बालबालिकाहरू पनि विद्यालयप्रति आकर्षित हुने गरेका छन्। यसरी स्वतन्त्र ढंगले हाँसी-खुसी शिक्षा ग्रहण गर्ने वातावरणले गर्दा बालबालिकाले मानसिक दबाब खेप्नुपर्दैन।

मन्टेश्वरी पद्धतिमा अध्ययन गर्ने बालबालिकाले कक्षामा आएपछि रंगसँग खेल्ने, विभिन्न कला सृजना गर्नेका अतिरिक्त योगा, संगीत, नृत्य, नाटक आदि विधाका बारेमा जानकारी हासिल गर्छन्। बालबालिकाहरू विद्यालय आएपछि उनीहरूलाई कुनै पनि कुरा गर्न बाध्य तुल्याइँदैन। समूहगत रूपमा बसेर अध्ययन गरिरहेका माथिल्ला कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई देखेर उनीहरू आफैं अध्ययन गर्न प्रेरित हुन्छन्।

नेपालमा अढाई वर्षदेखि पाँच वर्ष उमेर समूहसम्मकालाई मन्टेश्वरीमा प्रवेश दिइने गरेको पाइन्छ। सम्बन्धित विषयमा तालिमप्राप्त शिक्षक शिक्षिकाहरूद्वारा बालबालिकाको मनोविज्ञानमा आधरित रहेर सिकाइने मन्टेश्वरी शिक्षाले बालबालिकालाई मानसिक रूपमा स्वस्थ्य राख्न पनि सहयोग पुऱ्याउने विज्ञहरूको भनाइ छ। ‘बालबालिकाको चेतनाको स्तर, ग्रहण गर्न सक्ने क्षमता, रुचि आदिका सम्बन्धमा राम्रोसँग बुझेर सिकाइन्छ,’ नेपाल मन्टेश्वरी ट्रेनिङ सेन्टरकी पवित्र लिम्बू भन्छिन्- ‘जसले गर्दा उनीहरूमा अनावश्यक मानसिक असर पर्दैन।’

बाँकी पृष्ठ ९ मा

प्रि-प्राइमरी शिक्षा

विद्यालय तहको पढाइ सुरु गर्नुपूर्व नै बालबालिकालाई अध्ययन गर्ने, अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागी हुने जस्ता कार्यमा अभ्यस्त बनाउन प्रि-प्राइमरी स्कूलको भूमिका प्रभावकारी बन्दै गएको छ। २ देखि ५ वर्षसम्मका बालबालिकाहरूले प्रि-प्राइमरी स्कूलमा भर्ना हुन सक्छन्। प्रि-प्राइमरी स्कूलमा बालबालिकाहरूको मनोविज्ञान अनुसार खेलकुदको माध्यमबाट पठन-पाठन गर्न प्रेरित गरिन्छ। बालबालिकालाई दबावमूलक रूपमा होइन स्वतन्त्र ढंगले शिक्षा दिइन्छ। विद्यालय तहमा भर्ना हुनुअघि नै बालबालिकालाई अध्ययनमा अभ्यस्त गराउन प्रि-प्राइमरी स्कूलको अवधारणा विकसित भएको हो।

प्रि-प्राइमरीमा बालबालिकाले आफ्नै अनुभवबाट शिक्षा ग्रहण गर्ने वातावरण मिलाइएको हुन्छ। स्कूल हाताभित्र उनीहरूलाई आकर्षित गर्ने किसिमको भौतिक संरचना निर्माण गरिएको हुन्छ। कक्षा कोठामा पनि विभिन्न कार्टुन चित्र, खेलौना आदि सजाइएको हुन्छ जसले गर्दा बालबालिकाहरू स्कुलको वातावरणबाटै शिक्षा ग्रहण गर्छन्। उनीहरूलाई पाठ्यपुस्तक अध्ययन गर्न पनि प्रेरित गरिन्छ।

प्रि-प्राइमरीको शिक्षा प्रणाली धेरै हदसम्म मन्टेश्वरीसँग मिल्दोजुल्दो छ। प्रि-प्राइमरीमा मन्टेश्वरी शिक्षा प्रणालीलाई पनि अनुसरण गरिन्छ। त्यसका साथै रवीन्द्रनाथ टैगोरले प्रतिपादन गरेको शिक्षा प्रणालीलाई प्रि-प्राइमरीमा प्राथमिकता दिने गरिएको छ। बालबालिकालाई खुला वातावरण चाहिन्छ, उनीहरू खेल्दै नयाँ कुरा सिक्न चाहन्छन् भन्ने मान्यतालाई प्रि-प्राइमरी स्कूलले आत्मसात गरेको छ।

विद्यालय तहको अध्ययन थाल्नुअघि नै बालबालिकाहरूमा पढ्ने बानी बसाल्न प्रि-प्राइमरी शिक्षा महत्वपूर्ण छ। प्रि-प्राइमरी स्कूलमा भर्ना भएका बालबालिकाका अभिभावक समेत शिक्षित र सन्तानप्रति जिम्मेवार हुनुपर्छ। उनीहरू बालबालिकाको हरेक क्रियाकलापमा सहभागी हुनुपर्ने हुन्छ। आफ्ना छोराछोरीले कस्तो प्रगति गरिरहेका छन् भन्ने विषयमा उनीहरूले पूरा जानकारी लिइरहेको हुनुपर्छ।

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

होटेल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट अनुभव प्राप्त गरी आउनुभएका प्रशिक्षक द्वारा पनि प्रशिक्षण दिइन्छ
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

थाहै नदिई
जाँड-रक्सी छुटाउन
यौन शक्ति शीघ्र स्खलन रोकी, उत्तेजना बढाउने Imported Japani Oil
• मोटोपना घटाउन/तौल बढाउन १२ Kg सम्म
• अनुहारको चाँया-पोतो, Pimples साथै Wrinkles को ग्यारेण्टी उपचार
Breast Care @ 1275/-
डेलिभरि सुविधा
0% Side Effect, 100 % effective
4442133, 4438630
98511-10326, 9845159169 चितवन:

S.L.C.
दिएर बसेका विद्यार्थीलाई विशेष छुट
Computer:
1 Smart Computer Package.
2 Web Design.
3 Hardware & Networking.
Language:
High Technology English
Princeton Infosys Pvt. Ltd
Jawalakhel, Lalitpur

मौसम मन्टेश्वरीको

पृष्ठ ८ बाट जारी

समय सुहाउँदो शिक्षा प्रदान गर्ने उद्देश्यका साथ अहिले विभिन्न विद्यालयले मन्टेश्वरी शिक्षा अपनाउन थालेको पाइन्छ। मन्टेश्वरी शिक्षा शुल्कका दृष्टिले महँगो मानिए पनि यसका थुप्रै सकारात्मक पक्ष छन्। राम्रो शिक्षा दिलाउने नाममै छोराछोरीलाई सानै उमेरमा विदेश लाने परिवारको हकमा त यो शिक्षाले नेपाली रुपैयाँ बाहिरिनबाट जोगाएको छ।

मन्टेश्वरीको जन्म

विश्वमै लोकप्रिय बनेको मन्टेश्वरी शिक्षालाई इटालीकी मारिया मन्टेश्वरीले प्रतिपादन गरेकी हुन्। आफ्नै जीवनको अनुभवबाट पाठ सिकेर उनले यस शिक्षणविधिको प्रतिपादन गरेकी थिइन्। सन् १८७० मा जन्मिएकी मन्टेश्वरीले प्रारम्भिक शिक्षा घरको संगीतमय वातावरणमा पूरा गरिन्। टिनएज पुगेपछि उनले इन्जिनियरिङ विद्यालयमा शिक्षा लिइन्। त्यसपछि उनले मेडिकल कलेजबाट अध्ययन पूरा गरेर सन् १८९६ मा इटलीको पहिलो महिला डाक्टर बनिन्।

डाक्टर भैसकेपछि मन्टेश्वरीले आफ्नो विगतलाई अध्ययन गरिन्। उनको सफलताको पछाडि घरको उत्तम वातावरण महत्त्वपूर्ण थियो। बालबालिकालाई अझै स्वतन्त्र छोडियो भने उनीहरूले आफ्नो वृत्तिविकासमा खुलेर सहभागी हुन पाउँछन् भन्ने निष्कर्षलाई मन्टेश्वरीले सिकाइ र पढाइमा आधारित सिद्धान्तका रूपमा विकास गरिन्। जुन सिद्धान्त पछि गएर अध्यापन प्रक्रियाका लागि उत्तम मानियो। प्रयोगात्मक रूपमा सफल भएपछि नै मन्टेश्वरीको सिद्धान्तले अहिले आएर विश्वव्यापीकरणको रूप लिएको छ। मन्टेश्वरीले विकास गरेको सिद्धान्तलाई समर्थन गर्दै अन्य थुप्रै विज्ञले यसलाई बृहत बनाए।

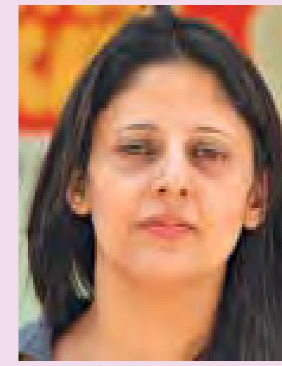
विश्वमै लोकप्रिय यो शिक्षण विधिलाई नेपाली समाजमा पनि बालबालिकाको चाहना र क्षमताअनुसार उनीहरूको विकासका निम्ति निकै उपयोगी मानिएको छ। बालबालिकामा लुकेको सिर्जनात्मक प्रतिभालाई बाहिर ल्याउन यो विधि सफल भएको छ।

पाठ्यक्रम भिन्नाभिन्नै

मन्टेश्वरीले विकास गरेको शैक्षिक सिकाइ विधिलाई अन्य विद्वान्ले अझ परिमार्जित गरे। त्यसकै कारण विकसित राष्ट्रहरू मात्र नभै अल्पविकसित राष्ट्रहरूमा समेत यसको सञ्जाल फैलिइसकेको छ। विद्यालयको नाम मन्टेश्वरी राखेरै पूर्वप्राथमिक तह चलाएकाहरूले अधिकांश पाठ्यक्रम र शैली मन्टेश्वरीकै लागू गर्छन् भने अन्य विद्यालयले आधा मन्टेश्वरी र आधा आफ्नो शैक्षिक पाठ्यक्रम अध्यापन गराउने गरेका छन्। चेल्सी इन्टरनेसनलले मन्टेश्वरीका अतिरिक्त आफ्नै पाठ्यक्रम विकास गरेको छ। यसो गर्दा शिशुलाई खेलेको अनुभवमा पढेको पत्तै हुँदैन। उमेर बढ्दै जाँदा उसले आफ्नो शैक्षिक स्तर पनि उकास्दै जान्छ। यता शुभताराले पनि ब्रिटिस र अमेरिकन पाठ्यक्रममा आधारित रहेर पाठ्यक्रम निर्धारण गरेको छ। समग्रमा विद्यालयपिच्छे शीर्षक फरक राखिने भए पनि त्यसभित्रको विषयवस्तु प्रायःजसो एउटै हुने गरेको पाइन्छ। सरकारको पूर्वप्राथमिक शिक्षा विकास केन्द्र इसीइडीले पनि मन्टेश्वरी पद्धतिलाई व्यावहारिक मानेर पाठ्यक्रम निर्धारण गरेको सम्बन्धित विज्ञहरू बताउँछन्। मन्टेश्वरी प्रणाली ०-६ वर्षसम्मका बालबालिकालाई हेरेर विकास गरिएको भए पनि हाल माध्यमिक तहसम्मै यो पद्धति प्रयोगमा ल्याउन थालिएको छ। नेपालमा प्राथमिक तहसम्म यस्तो प्रयोग भैरहेको छ।

चेल्सीले कक्षा १ देखि ५ सम्म यस्तै प्रकारको विशेष पाठ्यक्रम बनाएको छ। रातो बंगला, जेम्स, शुभतारा, सेन्टमेरिज, सेन्टजेभियर आदि विद्यालयले अहिले मन्टेश्वरी प्रणाली प्रयोग गर्दै आएका छन्।

प्रत्यक्ष अनुभवको माध्यमबाट शिक्षा



शैलजा अधिकारी
प्रिन्सिपल, युरो किड्स प्रि–प्राइमरी स्कुल

के हो प्रि–प्राइमरी ?

बालबालिकाहरूले विद्यालय तहमा पढाइ सुरु गर्नुअघि उनीहरूमा अध्ययन गर्ने बानी बसाल्न प्रि–प्राइमरी स्कुलको थालनी भएको हो। प्रि–प्राइमरीअन्तर्गत मन्टेश्वरी शिक्षा प्रणालीमा झैं बालबालिकालाई खेलकुदको माध्यमबाट शिक्षा दिइन्छ। हामी रवीन्द्रनाथ टैगोरले प्रतिपादन गरेको शिक्षा प्रणालीलाई पनि अनुसरण गर्छौं। जसअनुसार बालबालिकाहरूलाई खुला वातावरण दिइन्छ।

अध्ययन विधिमा के फरक छ ?

हामी डेनमार्कबाट सञ्चालित भएकाले त्यहींको करिकुलममा पढाउँछौं। यहाँ बालबालिकाहरूले आफ्नै अनुभवबाट पढ्ने-सिक्ने वातावरण बनाएका छौं। उनीहरूले खेलको माध्यमबाट पनि शिक्षा लिन्छन्। विभिन्न अवसरहरू सेलिब्रेट गरेर पनि अध्ययन गराइन्छ जस्तै- रातो रंग बारे जानकारी दिन 'रेड डे' भनेर सेलिब्रेट गर्छौं। डाक्टरका सम्बन्धमा जानकारी दिन पेशागत डाक्टरलाई नै बोलाएर उनीहरूलाई साक्षत्कार गराउँछौं। यसरी प्रत्यक्ष अनुभवको माध्यमबाट बालबालिकाहरूलाई शिक्षा दिइन्छ। परीक्षा नियमित रूपमा गर्छौं। विद्यार्थीले पढाइमा कति प्रगति गरिरहेका छन् भनेर जान्न विभिन्न किसिमले परीक्षा सञ्चालन गर्छौं।

कस्ता शिक्षक/शिक्षिकाहरूले पढाउँछन् ?

हामी अन्तर्राष्ट्रिय शिक्षा प्रणालीमा आधारित शिक्षा दिन्छौं। यसका लागि शिक्षक-शिक्षिकाहरूलाई पनि नियमित तालिम प्रदान गर्छौं। हरेक तीन महिनाको अन्तरमा अब कसरी पढाउने भन्ने बारेमा तालिम दिइन्छ। हरेक वर्ष पुस्तक लगायतका कुरा परिवर्तन हुने भएकाले शिक्षक-शिक्षिकालाई सोही अनुसार अभ्यस्त गराइन्छ।

उच्च आर्थिक हैसियत भएका परिवारमा लक्षित हो ?

आर्थिक रूपले सम्पन्नभन्दा पनि शिक्षित पृष्ठभूमिका परिवारले यहाँ पढाउन सक्छन्। किनभने हामीले विद्यालयमा जुन किसिमको वातावरण दिएका हुन्छौं सोहीअनुसारको वातावरण घरमा पनि सिर्जना गरिएको हुनुपर्छ। यदि त्यसो भएन भने हामी बालबालिकालाई भर्ना गर्दैनौं। किनकि हामी हाम्रो गुणस्तरका लागि कुनै पनि परिस्थितिसँग कहिल्यै पनि सम्झौता गर्न तयार छैनौं।

६६ वटा बुद्धमूर्ति

पाल्पाको तानसेनमा ६६ वटा बुद्धसम्बन्धी मूर्ति प्रदर्शन भएको छ। बुद्ध दर्शनसम्बन्धी जानकारी मूर्ति अवलोकन गरेर पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने सोच राखेर धर्मचक्र युवा संघले बुद्धमूर्ति प्रदर्शनी गरेको हो। बुद्धको जन्म, युवा अवस्था, चतुरआर्य, सत्य गृहत्याग, दश्करचर्या, कपिलवस्तु भ्रमण र महापरिनिर्वाणलाई ती मूर्तिमा आकर्षक ढंगले देखाइएको छ। तीन दिनसम्म चलेको प्रदर्शनी १० हजारले अवलोकन गरेको अनुमान आयोजकहरूको छ। ६६ वटा मूर्ति तयार गर्न २ लाख रुपैयाँ लागेको छ। 'युवाहरूले केही गरेर देखाउनुपर्छ भन्ने लाग्यो अनि यसरी नयाँ कामको थालनी गरियो,' अध्यक्ष उत्पल बज्राचार्यले भने, 'त्यसैले पनि मूर्ति बनाउन ऋृण खोजेर काम गरियो।' संस्थामा ७४ जना सदस्य छन्।

–माधव अर्याल

खाँदबारीमा साङ्गीतिक साँझ

संखुवासभा- संखुवासभाका युवा लोकगायक अशोक कुलुङ र डिबी कुलुङको 'मलेसिया-साउदी-कतार' गीतिएल्बमको विमोचन कार्यक्रम तथा ऋचन सरगम संगीतालयको वार्षिक उत्सवका अवसरमा खाँदबारीमा साङ्गीतिक साँझको आयोजना गरिएको थियो।

साहित्यकार ताराबहादुर बुढाथोकी 'पाखीबासे कान्छो' द्वारा शब्द संकलन रहेको एल्बममा अशोक कुलुङ, डिबी कुलुङ, प्रेम सागर, लीला राई र नौलीमाया राईले स्वर दिएका छन्। एल्बममा देशमा अवसर नपाएर बिदेसिएका युवाहरू पीडा समेटिएको शब्दकार बुढाथोकीले जानकारी दिए।

एल्बम विमोचन तथा साङ्गीतिक साँझमा विशेष अतिथि चर्चित पप गायिका प्राश्ना शाक्य थिइन्। उक्त अवसरमा प्राश्ना शाक्यले दिउँसो र साँझ गरी दुई सो साङ्गीतिक प्रस्तुति दिएकी थिइन्। उनलाई स्थानीय गायक भुवन श्रेष्ठले युगल गीतमा साथ दिएका थिए।

साङ्गीतिक साँझमा जिल्लाका कलाकारहरू संयागान्त कुलुङ, नौली राई, अशोक कुलुङ, अमरदल गुल्मका सैनिकहरू रामकृष्ण मगर, सूर्य श्रेष्ठ आदिले पनि आफ्नो कला प्रस्तुत गरेका थिए भने नृत्याङ्गना अस्मिता नेपालीले नृत्य प्रस्तुत गरेकी थिइन्।

–राजधन कुलुङ

कल्चरल ब्राइडल मेकअप

धरान– गत सोमबार धरानको सभागृहमा सम्पन्न कल्चरल ब्राइडल मेकअप प्रतियोगितामा ब्युटिसियन रोमा राई सर्वोकृष्ट घोषित भइन्। उनले लिम्बू वेशभूषामा आफ्नी बेहुलीलाई सजाएर निर्णायकको मन जितेकी थिइन्। राईलाई मोडल अप्सरा तामाङले साथ दिएकी थिइन्। ब्युटिसियन रोजिना नेम्वाङ प्रतियोगितामा दोस्रो भइन्। उनले मोडल जिना राईलाई किस्टियन बेहुलीको वेशभूषामा सजाएकी थिइन्। सभागृहमा सम्पन्न कल्चरल ब्राइडल मेकअप प्रतियोगितामा ब्यूटिसियन जुना लिम्बूले तेस्रो स्थान ओगटिन्।

तस्बिर : विकास राई

उनले आफ्नी मोडल कोहिनूर लिम्बूलाई लिम्बू वेशभूषामा प्रस्तुत गरेकी थिइन। शान्ता नेपालीको कोरियोग्राफीमा पहिलो पटक र्‍याम्पमा उत्रिएका मोडलहरू विभिन्न जातिका बेहुलीको वेशभूषामा प्रस्तुत भएका थिए। विजेता ब्युटिसियनका बेहुली मोडलहरूलाई कार्यक्रममा ताज पहिर्‍याइएको थिए। प्रतियोगिताको बीचबीचमा युनाइटेड मल्टी आर्ट्सका कलाकारहरूले प्रस्तुत गरेको आकर्षक नृत्यले उपस्थित दर्शकहरूको ताली पाएको थियो। कल्चरल ब्राइडल मेकअप प्रतियोगितामा जम्मा १६ जना ब्युटिसियनले आफ्ना मोडलहरूका साथ सहभागिता जनाएका थिए। उक्त कल्चरल ब्राइडल मेकअप प्रतियोगितामा ब्युटिसियनहरूले राई, लिम्बू, मगर, शेर्पा, गुरुङ, धिमाल, नेवार, इन्डियन र क्रिस्टियन बेहुलीको वेशभूषामा सजाएर आफ्ना मोडलहरूलाई बेहुली बनाई प्रस्तुत गरेका थिए।

–भीषण राई

आदिवासीहरूको सांस्कृतिक उत्सव

झापा, चन्द्रगढीकी रेवती राजवंशीले एकै थलोमा यतिका जातजाति यसअघि कहिल्यै देखेकी थिइनन्। आफ्नो जातिको नृत्य देखाउन पाएकोमा त उनी दंग नै परिन्। मेचे जातिको महान् पर्व वैसागु बथरको अवसरमा वैशाख २६ र २७ गते झापाको धुलाबारीमा आयोजित आदिवासी-जनजातिहरूको अन्तर्राष्ट्रिय सांस्कृतिक उत्सवमा रेवतीजस्ता धेरै आदिवासी जनजातिले मातृभाषामा गीत मात्र गाएनन्, छमछमी नाचेर दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन प्रदान गरे।

उक्त अवसरमा नेपाल, भारत, भुटान एवं बंगलादेशका ३२ भन्दा बढी जनजाति एकैठाउँमा भेला भएका थिए। धुलाबारीको पुरानो चिया विकास निगम परिसरमा आयोजित उद्घाटन कार्यक्रममा विभिन्न जातीय समुदायको लोकझाँकी एवं नृत्य २० हजारभन्दा बढी दर्शकले प्रत्यक्ष अवलोकन गरेका थिए।

भारतको आसामबाट आएको बोडो जातिको सांस्कृतिक झाँकी र नेपाली लोकझाँकीहरू कार्यक्रमको प्रमुख आकर्षण थिए। उत्सवमा नेपालका राई, लिम्बू, तामाङ, धिमाल, मेचे, राजवंशी, मुण्डा, सतार, धामी, नेवार, शेर्पा, ह्याल्मो, गुरुङ, थारू आदि दर्जनौं जातजातिको सहभागिता थियो। 'संस्कृतिमा हामी कति सम्पन्न छौं भन्ने सन्देश यो कार्यक्रमले दिएको छ,' कार्यक्रम व्यावस्थापन समितिका देउकुमार थेवेले भने।

शान्तिका लागि शुभकामना साँझ

गोरखा- नवज्योगि सांस्कृतिक कला केन्द्र, गोरखाले देशमा दीर्घकालीन शान्तिको कामना गर्दै गत आइतबार शान्ति शुभकामना साँझ सम्पन्न गरेको छ। कार्यक्रममा स्थानीय कला-संस्कृति जगाउने विभिन्न जातजातिका नृत्य एवं गीत प्रस्तुत गरिएको थियो।

कार्यक्रममा घाटु नृत्य, पश्चिमे झ्याउरे गीत, तामाङ सेलो, चण्डी नृत्य, चुड्का नृत्य, प्यारोडी नृत्य, शेर्पा नृत्य, पाङदुरे आदि गीतमा नृत्य गरिएको थियो। स्थानीय कलाकारहरूबाट गरिएको सांस्कृतिक कार्यक्रममा सयौं दर्शकको उपस्थीति थियो। कार्यक्रममा जिल्लाबाट लोप हुन लागेका चुड्का, झ्याउरे, पाङदुरे, तामाङ सेलो, शेर्पा आदि गीतका साथै नृत्य प्रस्तुत गरिएको थियो। संस्थाका अध्यक्ष ध्वज गुरुङले गाएको 'नमुछे आमा दहिमा टिका नछरे जमरा' गीतले दर्शकहरूलाई मन्त्रमुग्ध बनाएको थियो।

कार्यक्रममा लोकदोहोरी तथा आधुनिक गीतमा नृत्य र एकल गायन पनि पस्तुत गरिएको थियो। १२ वर्षीय बालक सिजन केसीको समूहले गाएको दोहोरी गीतमा नाचेका दर्शकहरूबाट पर्याप्त मनोरञ्जन पाएका थिए। उक्त मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रममा पार्वती गुरुङ, सजिता गुरुङ, इन्द्रा गुरुङ, आशबहादुर गुरुङ, शाहीबहादुर गुरुङ, शुभेच्छा लामा, सुनिता दङ्गुरिया, सरिता श्रेष्ठ, सुपाल गुरुङ, कृति केसी आदि कलाकार सहभागी थिए।

–कृष्ण आचार्य

तु–आवश्यकता

एक American नागरिकको सहयोगमा संचालित प्रतिष्ठित Project को १३ औं शाखाको लागि कर्मचारी आवश्यकता।

संख्या: 12 Gents / Ladies
तलब: 9500+अन्य
योग्यता: SLC ,PCL or above
सम्पर्क: 9841881312, 9849115602
लोकेशन: सानेपा Star Hospital ठिक अगाडि बस Station सँगैको नेपालि ईटाले बनेको रातो घरको 3rd Floor

Admission Open
SWIMMING TRAINING
By Lady Instructor
Only for Female
Kupondole Bus Stop
Opposite Akarshan Boutique
5536057/5523082
9841208749

कक्षा ९ वा TEST/S.L.C. फेल हुनुभयो ?
सिधै कक्षा १० मा भर्ना भई S.L.C. पास गर्नुहोस्।
प्राइभेट SLC मा भर्ना खुल्यो
➢ कक्षा ८ पास गरी पढाइ छाड्नेहरुको लागि समेत
सम्पर्क:
SEA PUBLIC ACADEMY
Galkopakha, Thamel
Ph :- 4351046, 9851093445
जि.शि.का.बाट अनुमति प्राप्त, प्राइभेट जगतमा चिर परिचित नाम

Wanted
L.G Company
लाई कर्मचारी आवश्यकता
SLC दिएर बसेकालाई सुवर्ण अवसर
संख्या: 11 Gents & Ladies
तलब: 8500
योग्यता: Test/SLC Above
Unique Reliance, Koteshawor
9803152873,9849195509
कोटेश्वर SOS को अपोजिट
Unique Solution,Gwarko,Lalitpur
5543056,9841466409
Gwarko,Lalitpur

साडी सबैभन्दा सेक्सी पहिरन हो

सपना प्रधान मल्ल महिला कानुनका क्षेत्रमा रोल मोडल हुन्। उनले जुन विषयमा हात हालिन्, सफलता पाइन्। उनकै अगुवाइमा भएको आन्दोलनका कारण महिलाले सम्पत्तिको अधिकार प्राप्त गरे। अनिच्छुक गर्भपतन गराउन पाउने अधिकार प्राप्तिको संघर्षमा पनि उनको सक्रियता रह्यो। नेपाली सेनामा महिलाहरुले प्रवेश पाउन पनि उनले आन्दोलन गर्नुपर्‍यो। घरेलु हिंसा, प्रजनन अधिकार तथा वैवाहिक बलात्कारजस्ता विवादास्पद मुद्दामा पनि उनी पछि परिनन्। सपना अहिले आफ्नो अधिकारको लडाईंलाई कानुनमा परिणत गर्न सक्ने पदमा पुगेकी छिन्। बोल्ड एन्ड ब्युटिफूल सपना नेकपा (एमाले) का तर्फबाट सभासद् चुनिएकी छिन्। सपना मल्ल प्रधानसँग साप्ताहिकले उनको सफलताको रहस्य जान्न लामो कुराकानी गर्‍यो :

सफलताको मापन कसरी गर्ने ?

त्यो समाजले मूल्यांकन गर्ने हो। यदि कसैले समाज परिवर्तनका लागि योगदान गर्न खोज्छ र त्यसमा व्यक्ति केही हदसम्म सफल हुन्छ भने त्यसलाई सफलता मान्न सकिन्छ।

महिलाले सफलता प्राप्त गर्न कुन क्षेत्र रोज्नुपर्ला ?

महिलाका लागि निश्चित क्षेत्र छुट्टिएका छन् भन्ने म मान्दिनँ। यद्यपि महिलाको शारीरिक बनौट तथा पुरुषप्रधान समाजका कारण केही सीमा पक्कै छन्। यद्यपि सफलता व्यक्तिको इच्छाशक्ति, रुचि, वातावरण एवं क्षमताले निर्धारण गर्छ।

तैपनि सफलता पाउने मन्त्रचाहिँ के हो ?

जुन काम प्रारम्भ गरिएको छ, त्यसमा रुचि, त्यस क्षेत्रका बारेमा गहिरो अध्ययन, सिक्दै जाने जाँगर, दक्षता, कामप्रति इमान्दारिता, अवधारणागत स्पष्टता, चुनौती आदिलाई सामना गर्न सक्ने कन्फिडेन्स।

अनि वातावरण नि ?

यी सबैका लागि वातावरण त चाहिन्छ, तर वातावरण भएको व्यक्तिले पनि माथिका कुरा लागू गर्नुपर्छ। सफलताका लागि बुद्धि चाहिन्छ। बुद्धिलाई पनि पटक-पटक रन्दा लगाएर चिल्लो पार्नुपर्छ।

यी सबै भएर पनि असफल भएका धेरै उदाहरण छन्, यसको कारण के हुन सक्छ ?

म भन्ने अवधारणाले आफ्ना मानिसको साथ छुट्छ। सफलतातर्फ लम्किएका मानिसले म होइन, हामी भन्ने अवधारणाको विकास गर्नुपर्छ।

तपाईंले महिला कानुनका क्षेत्रबाट सफलता प्राप्त गर्नुभयो, तर यसैमा सफलता पाउँछु भन्ने क्लु कसरी पाउनुभयो ?

काम प्रारम्भ गर्दा सफल हुन्छु, नाम, दाम र सामाजिक प्रतिष्ठा प्राप्त गर्छु भन्ने लागेको थिएन। संयोग के भैदियो भने हामीले उठाएका विषय आम महिलाले भोग्दै आएका विषय थिए। ती विषयलाई हामीले जीवन-मरणको प्रश्न बनायौं। अध्ययन, चिन्तत, मनन, सार्वजनिक बहस, कन्भिन्सका लागि यथेष्ठ मेहनत सबै गर्‍यौं। यही नै सफलताको माध्यम बनिदियो।

तपाईंले कर्पोरेट कानुन अध्ययन गर्नुभएको थियो, सफलताको लोभले नै महिला कानुनतर्फ मोडिनुभएको हो ?

होइन, मैले कानुन अध्ययन गरेको थाहा पाएपछि धेरै पीडित महिला सल्लाहका लागि आउन थाल्नुभयो। पीडित महिलाहरू पुरुष अधिवक्ताकहाँ जानुभन्दा महिलाकहाँ सल्लाह लिन सजिलो भएर पनि होला, धेरै महिलालाई भेट्न थाले। त्यसपछि मलाई थाहा भयो, धेरै महिलाले कानुनमा विभेद भएकै कारण अंश पाएका रहेनछन्। अनिच्छुक गर्भधारण रोक्न खोज्दा जेल जानुपरेको रहेछ। महिला भएकै कारण सेनामा लडाकु हुन निषेध गरिएको रहेछ। यस्ता धेरै कुरा थाहा भएपछि ती पीडा हटाउन सक्छु कि भनेर मैले विषय परिवर्तन गरे। त्यसबेला मैले व्यक्तिगत सफलतालाई महत्त्व दिएकी थिइनँ। मेरो चासो विषयको सफलताप्रति थियो।

कतिपय महिला मोडलको विरोध गर्नुभयो, यो चर्चाका लागि थिएन ?

विज्ञापनमा महिलालाई वस्तुकरण गरिएको विषयमा मेरो विरोध थियो। महिला रक्सीको बोतलमा परिवर्तन हुने र पुरुषले त्यसलाई पिउने शैलीको विज्ञापनमा मेरो विरोध थियो। यदि कुनै महिलाले जानी-जानी त्यस्तो विज्ञापन खेल्छिन् भने मेरो भन्नु केही छैन, तर थाहा पाएकी छैनन् भने उनलाई सचेत गराउनु मेरो कर्तव्य हो। मेरो लक्ष्य महिलाले आफ्नो अधिकारका बारेमा पर्याप्त जानकारी पाऊन्, उनीहरू अरूका लागि बलिको बोको नहुन् भन्ने हो।

अहिले समय परिवर्तन भैसक्यो, हरेक व्यक्ति आफ्नो अधिकारका बारेमा जानकार छैनन् र ?

आफ्नो अधिकारका बारेमा सचेत छन् भने ठीक छ, तर यस्ता कतिपय विषय विवादित नै छन्। जस्तो देहव्यापार महिलाको अधिकार हो कि होइन ? कुनै महिलाले आफ्नो शरीरको प्रदर्शन गरेर पैसा कमाउन पाउने कि नपाउने ? यदि मेरो कुरा गर्नुहुन्छ भने महिलाले आफ्नो गर्भका विषयमा निर्णय गर्न पाउनुपर्छ। आफ्नो शरीरलाई कसरी उपयोग गर्ने भन्ने उसको अधिकारभित्र पर्नुपर्छ। यति हो, आफ्नो अधिकार खोज्दा अरूको अधिकार हनन हुनुभएन।

सफलतामा सुन्दरता थपिंदा सुनमा सुगन्ध हुन्छ। तपाईंको सफलतामा सुन्दरताको कति योगदान छ ?

आकर्षण विचार, बुद्धि, सफलता सबै सुन्दरताका उदाहरण हुन्। राम्रो देखिनु सुन्दरताको एउटा पाटो मात्र हो। यी सबैको मिश्रण भयो भने त्यो व्यक्ति सर्वप्रिय हुन्छ। म काली छु, त्यसैले साच्चै सुन्दर छैन। यद्यपि मैले आफ्नो व्यक्तित्व निर्माण गर्दा केही निश्चित कुरामा ध्यान दिने गरेकी छु। जसले मलाई सुन्दर देखिन मद्दत गरेको छ।

ती उपाय के-के हुन् ?

मेरा लागि सुन्दरताको अर्थ मृगजस्ता आँखा वा गुलावजस्ता ओठ होइन। मिलाएर पहिरन लगाउनु, मीठो बोल्नु, स्थानअनुसार भेष धारण गर्नु, स्वस्थ रहने प्रयास गर्नु, समयअनुसार आफूलाई परिवर्तन गर्नु नै आफ्नो व्यक्तित्व निर्माण गर्नु हो। यस्ता व्यक्ति सधैं सुन्दर हुन्छन्। म आफ्नो शरीर स्वस्थ राख्न दैनिक जिम गर्छु। साताामा एकपटक स्वीमिङ जान्छु। स्थानअनुसार पहिरन लगाउँछु। फिट एन्ड फाइन बस्छु। सधैं सकारात्मक विचारमा रहन्छु। यदि कसैले कुनै विषयमा विरोध गर्छ भने त्यसका सकारात्मक पक्ष खोज्छु। यसले अनुहारमा कान्ति छाउँछ। राम्रो काम गर्ने जाँगर दिन्छ।

कतिपयमा कलाकारले मात्रै सुन्दर र फिट रहनुपर्छ, किनभने उनीहरू त्यसैका लागि जन्मिएका हुन् भन्ने धारणा छ नि ?

देश चलाउने नेता, सार्वजनिक पदमा बसेका व्यक्ति तथा विद्वान्हरूले पनि सुन्दर तथा फिट रहने उपाय अपनाउनुपर्छ। किनभने फिट र सुन्दर रहनु भनेको स्वास्थ्यमा ध्यान दिनु हो। जो स्वस्थ छैन, ऊ विद्वान् हुन सक्दैन वा उसले विद्वत्तामार्फत देशलाई योगदान दिन सक्दैन। त्यस्ता व्यक्तिहरू अरूका लागि आदर्श हुन्छन्। आदर्श व्यक्तिले फिटिङ र सौन्दर्यमा ध्यान दिनै पर्छ।

तपाई साडी मात्र लगाउनुहुन्छ किन ?

किनभने साडी सबैभन्दा सेक्सी पहिरन हो। यो सालिन पनि छ। सारीको महत्त्व बुझेरै म धेरैजसो साडी लगाउँछु।

गहनाप्रति किन अरुचि ?

अरुचि होइन, भड्काउ गहनाले दिने सन्देशका कारण यसप्रति सचेत भएकी हुँ। महँगो गहना लगाउने महिलाहरूका कारण पनि देशमा भ्रष्टाचार बढेको छ। गहना लगाउनेले नलगाउनेप्रति मौन शोषण गरिरहेको हुन्छ। यो सबैले बुझ्ने कुरा हुन्। महिला गहनाकै लोभमा कतिपय शोषण सहन बाध्य छन्। गहना नलगाएर मैले केही सन्देश दिन खोजिरहेकी छु।

त्यसो भए गहना लगाउनु गलत हो ?

आफूले किनेर लगाउनु राम्रो। अरूले किनिदिएको गहना लगाएर उसको शोषण सहनु हुँदैन। महिलालाई गहना राम्रो देखिन्छ। यो उसको सौन्दर्य अधिकार पनि हो। मेरो आशय के मात्र हो भने गहना लगाइने निश्चित स्थान हुन्छन्। यस्ता निश्चित स्थानमा लगाउने गहनाले पनि शालिनता, इज्जत र प्रतिष्ठा बढाउनुपर्छ।

मेकअप नि ?

मेकअप, गहना तथा परिहनले महिला सौन्दर्यमा वृद्धि गर्छ। त्यसैले म पनि मेकअप गर्छु। यी सबै काम आफ्नो व्यक्तित्वअनुसार गर्नुपर्छ। सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा व्यक्तित्व नै हो। मेकअप, गहना तथा पहिरन व्यक्तित्व निखार्ने साधन मात्र हुन्।

– अश्विनी कोइराला

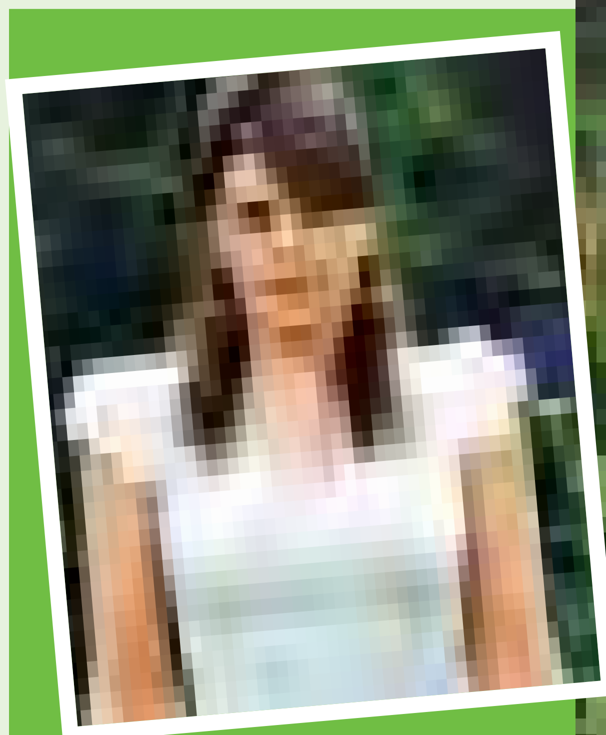
तस्विर : महेश प्रधान

> विज्ञापनमा महिलालाई वस्तुकरण गरिएको विषयमा मेरो विरोध थियो। महिला रक्सीको बोतलमा परिवर्तन हुने र पुरुषले त्यसलाई पिउने शैलीको विज्ञापनमा मेरो विरोध थियो। यदि कुनै महिलाले जानी-जानी त्यस्तो विज्ञापन खेल्छिन् भने मेरो भन्नु केही छैन, तर थाहा पाएकी छैनन् भने उनलाई सचेत गराउनु मेरो कर्तव्य हो। मेरो लक्ष्य महिलाले आफ्नो अधिकारका बारेमा पर्याप्त जानकारी पाऊन्, उनीहरू अरूका लागि बलिको बोको नहुन् भन्ने हो।

जीवनलाई खोलाजस्तै बग्न दिन्छु

यो संसारमा आँखा खोल्दा उनको घर भरिपूर्ण थियो। आकर्षक महल, लेटेस्ट मोडलका गाडी र प्रशस्त सहयोगी। तीन दिदी-बहिनी र एक दाजुकी कान्छी बहिनी संयुक्ता राणाले अभाव कस्तो हुन्छ थाहै पाइनन्। किनभने उनका आफन्त, साथी-भाइ सबै उस्तै थिए, शिक्षित एवं सम्पन्न। उनले भारतका राम्रा स्कुल-कलेजमा पढिन्, संसारका सबैजसो देश घुमिन्। उमेर पुगेपछि आमा-बुबाले पनि सक्षम, आकर्षक एवं सम्पन्न युवकसँग विवाह गरिदिए। घरमा पनि कुनै कमी थिएन। मानौं, जीवन भनेकै चाहेको वस्तु प्राप्त गर्नु हो। उनलाई लाग्यो, मानिसले आफ्नो जीवन जसरी चाह्यो, त्यसरी व्यतीत गर्न सक्छ।

तर होइन रहेछ, जीवन बुझ्दै जाँदा संयुक्ताले थाहा पाइन्, सम्पन्नताभित्र पनि धेरै किसिमका पीडा छन्। कतिपय राणा-शाहहरू पारिवारिक इज्जतका कारण घरको काम आफैं गर्न चाहँदैन, अरू वर्गका मानिससँग हेलमेल रुचाउँदैनन्। महिलाहरू आफूजस्तै सीमित मानिससँग तास खेलेर दिन बिताउँछन्। शरीरभरि महँगा पहिरन अनि गहना लगाउँछन् र पार्टी जान्छन्। लेट नाइट पार्टीबाट ढुनमुनिँदै घर पुग्छन् र मध्य दिउँसो उठ्छन्। उमेरमा साह्रै राम्रा युवतीहरू केही वर्षभित्रै यस्तै अनियन्त्रित जीवनशैलीका कारण भद्दा हुँदै जान्छन्। एक-दुई सन्तान जन्मिएपछि उनीहरू आफूलाई बुढेसकाल लागेको ठान्छन्। छोरा-छोरी काम गर्नेको जिम्मा दिनु र ती सन्तानले गलत बाटो लिनु सामान्य बन्न थाल्छ, अनि बुढेसकालमा तिनै सन्तानले आमा-बुबालाई ठटाएको देख्नुपर्छ।



संयुक्ताले विश्वविद्यालयमा नपाएको यो ज्ञान विवाहपछि पाइन्। त्यसपछि उनले आफ्ना सन्तानको हेरचाह आफैं गर्ने अठोट गरिन्। छोरा-छोरीलाई के मन पर्छ, श्रीमान् के रुचाउँछन् ? घरको डेकोरेसन कस्तो हुनुपर्छ ? श्रीमान्को व्यवसायलाई कसरी सहयोग गर्न सकिन्छ ? आफूले पाएको सुन्दर रूप र यौवनलाई कसरी लामो समयसम्म बचाएर राख्न सकिन्छ ? यी सबैमा ध्यान दिन थालिन्। नभन्दै छोरा-छोरी, घर-परिवार, व्यवसाय, साथीसँगी सबैमा उनी परफेक्ट वुमेन कहलिन थालिन्। फरक हुने चाहनाले अहिले संयुक्ताको मोडलिङ, कलाकारिता, समाजसेवीजस्ता विभिन्न रूपमा देख्न थालिएको छ। 'म चाहन्छु, म पूर्ण रूपमा आफ्नो जीवन बाँचौं।' मनका भित्री तहमा बसेका असन्तुष्टिलाई सार्वजनिक गर्दै संयुक्ताले साप्ताहिकसँग भनिन्, 'मेरो संसार म आफैंले निर्माण गर्नुपर्छ। म आफूलाई भाग्यले दिएको रूप, यौवन, सम्पन्नता, बुद्धि आदिको उपयोग गर्न चाहन्छु। म मेरा साथीजस्तो समय नपुग्दै बूढी हुन चाहन्नँ।'

मुम्बईमा फेसन डिजाइनिङ कोर्स गरेकी संयुक्तालाई किशोर वयमा र्‍याम्प मोडलिङ गर्ने इच्छा थियो, तर इज्जतदार घरानाका छोरी-चेलीले यस्तो काम गर्नु हुँदैन भन्ने उर्दीका कारण उनको इच्छा मरेको थियो। यद्यपि उनले आफ्नो रूप बिग्रन दिइनन्। दैनिक आठ घण्टा सुत्ने, खानेकुरामा कन्ट्रोल गर्ने, ड्रिङ्क नगर्ने, सकारात्मक सोच राख्ने आदि कामलाई उनले निरन्तरता दिइन्। 'संयुक्ता आदर्श पत्नी, आदर्श आमा र पूर्ण जीवन बाँच्ने महिला हुन्।' हेयर ड्रेसर तथा नेल आर्टिस्ट भावनाले साप्ताहिकसँग भनिन्– 'धेरै महिला आफ्नो बुद्धि, विवेकमा खिया लगाएर बसेका छन्, त्यस्तालाई संयुक्ताको सोचले चुनौती दिएको छ।' असल मित्रसमेत रहेकी भावनाका अनुसार संयुक्ता असल अर्गनाइजर हुन्। मनका भावनालाई खुम्च्याएर होइन, सामाजिकीकरण गरेर उनी अघि बढिरहेकी छिन्।

जगजित सिंहको गीतमा राजेश हमालसँग म्युजिक भिडियोमा देखिएकी संयुक्तालाई हिराको हारलगायत विभिन्न विज्ञापनमा देख्न सकिन्छ। अहिले उनी आकाश अधिकारीको चलचित्र 'काठमाडौं' को मुख्य भूमिकामा देखिँदैछिन्। १७ र १४ वर्षीय छोरा-छोरीकी आमा संयुक्तालाई चलचित्रमा मोर्डन युवतीका रूपमा देख्न पाइनेछ। 'मेरो फिटनेस र व्यक्तित्व देखेर सुटिङ युनिट पनि छक्क पर्‍यो।' संयुक्ताले भनिन्– 'म हेल्दी फुड खान्छु, फिटनेस जान्छु। जंग फुडबाट बच्छु भने मेरो फिगर बिग्रने सम्भावना नै हुँदैन।'

छोरा-छोरी अध्ययनका लागि विदेश जाने पक्का भएपछि उनी घरबाहिर निस्किएकी हुन्। धेरै वर्ष घर र छोराछोरीको मायामा डुबेकी संयुक्ता अचानक एक्लो हुने भएपछि मोडलिङ र चलचित्र खेल्ने अफरलाई स्वीकार गर्न थालेकी हुन्। 'मेरो श्रीमान्लाई मप्रति विश्वास छ, त्यसैले उनले पनि मलाई काम गर्न छुट दिएका छन्।' घर-परिवारको अनुमतिका विषयमा कुरा गर्दा संयुक्ताले भनिन्- 'प्रमोद (श्रीमान्) पनि एउटी असल श्रीमतीको व्यक्तिगत जीवन छ भनेर मलाई इन्करेज गर्छन्।' स्तरीय अफर मात्र स्वीकार गर्ने संयुक्ताले कलाकारिताको जीवन चल्न छाडेपछि आफूले अध्ययन गरेको फेसन डिजाइनिङमा नाम कमाउने योजना बनाएकी छिन्। त्यसपछि राजनीतिमा जाने उनको लक्ष्य छ। 'म कहिलै रोकिन्नँ, सधैं काम गर्छु। समयअनुसार मानिसको कर्तव्य फेरिन्छ, तर काम रोकिँदैन।' संयुक्ताले भनिन्– 'किनभने म आफ्नो जीवन पूर्ण रूपमा बाँच्न चाहन्छु, यसलाई त्यसै जम्न दिन्नँ, खोलाजस्तै बग्न दिन्छु।

– अश्विनी कोइराला

तस्विर : महेश प्रधान

विज्ञान विषयमा उच्च शिक्षा हासिल गर्न राजधानी आएकी रिनाशालाई पढाइमा भन्दा नाचगानमै बढी रुची थियो। अभिभावकहरू उनलाई डाक्टर अथवा इन्जिनियर बनाउन चाहन्थे, तर उनको प्रतिभा नृत्यमा मात्र झल्किन्थ्यो। त्यसैले उनले पढाइलाई एकातिर थन्क्याएर हामफालिन् आफूलाई मनपरेको विधामा र बनिन् कोरियोग्राफर □

रिनाशाको कोरियोग्राफी

'नृत्य गर्न मन पराउने, सधैं खुसी रहने, नयाँ-नयाँ प्रयोग गर्न रुचाउने अनि मिलनसार....' २२ वर्षीया कोरियोग्राफर रिनाशा राईले आफूलाई यसैगरी परिभाषित गरिन्। 'धेरैले मलाई 'रेनशा' भने बोलाउँछन्,' *साप्ताहिक*सँगको भेटमा उनले भनिन्– 'मेरो नाम रिनाशा हो अनि नामको अर्थचाहिं पुनर्स्थापना।'

पाँचथरको फिदिममा जन्मिए पनि उनले प्लस टुसम्मको अध्ययन झापाको दमकमा पूरा गरिन्। विज्ञान विषयमा उच्च शिक्षा हासिल गर्न राजधानी आएकी रिनाशालाई पढाइमा भन्दा नाचगानमै बढी रुची थियो। अभिभावकहरू उनलाई डाक्टर अथवा इन्जिनियर बनाउन चाहन्थे, तर उनको प्रतिभा नृत्यमा मात्र झल्किन्थ्यो। त्यसैले उनले पढाइलाई एकातिर थन्क्याएर हामफालिन् आफूलाई मनपरेको विधामा र बनिन् कोरियोग्राफर □

राजधानी आएको केही समयसम्म रिनाशाले इभेन्ट म्यानेजरका रूपमा काम गरिन्। डान्सपार्टी, कन्सर्टजस्ता कार्यक्रममार्फत उनले आफ्नो रहर पूरा गर्न थालिन्। सोही क्रममा २०६३ सालमा उनले र्‍याडिसन होटलमा 'डान्स विद डिभाज' शीर्षकको कार्यक्रम आयोजित गरिन्। सराह गुरुङ, सिसिलिया गुरुङजस्ता चर्चित मोडलहरूलाई उनले डान्सरका रूपमा प्रस्तुत गरेको कार्यक्रममा डिजे सन्तोष दर्शकका रूपमा सहभागी थिए। दिदी-बहिनी मोडललाई करिब १२ मिनेट लामो संगीतमा आकर्षक नृत्य गराउन सफल भएको देखेपछि डिजे सन्तोषले रिनाशालाई उनको नयाँ म्युजिक भिडियो 'वनमा फुल्यो फूल...' को कोरियोग्राफी गर्ने जिम्मा दिए। गायिका आगन्तुक खरेलको स्वरमा रिमिक्स गरिएको उक्त गीतको कोरियोग्राफी गर्ने जिम्मा पाएपछि मात्र रिनाशाको वास्तविक क्यारियर प्रारम्भ भयो। 'मोडलहरूलाई एक साताको नृत्यको प्रशिक्षण दिएपछि गीतको छायांकन भयो, रिनाशा सम्झिन्छिन्– 'उक्त भिडियो दर्शकले मन पराएपछि मैले पछाडि फर्केर हेर्नुपरेको छैन।'

वनमा फुल्यो फूल... को सफलतासँगै रिनाशालाई कोरियोग्राफीका प्रशस्त प्रस्ताव आउन थाले। भूषण दाहालको निर्देशनमा तयार भएको 'मै ठूली भै'छु रे...' मा समेत कोरियोग्राफी गरेपछि रिनाशाको लोकप्रियता ह्वात्तै बढ्यो। अर्को रिमिक्स गीत 'चियाबारीमा...' को कोरियोग्राफीले उनको लोकप्रियतालाई उचाइमा पुऱ्यायो। चलचित्र अभिनेता तथा निर्माता भुवन केसीले चलचित्र 'म तिमीविना मरिहाल्छु' को प्रोमोसनल गीतको भिडियोको कोरियोग्राफी गर्ने जिम्मा दिएपछि उनले आफूमाथि नयाँ जिम्मेवारी थपिएको अनुभव गरिन्। 'चलचित्रको गीतमा कोरियोग्राफी गरेकी थिइनँ, रिनाशा भन्छिन्– 'तर 'म तिमीविना...' को प्रोमोसनल भिडियोको कोरियोग्राफीले मलाई नेपाली चलचित्रमा प्रवेश गर्ने वातावरण बनाइदियो। सोही भिडियोका कारण चलचित्रले थप सफलता हासिल गरेको जानकारी पाएपछि उनलाई अन्य थुप्रै निर्माताले आफ्ना चलचित्रका प्रोमोसनल गीतको म्युजिक भिडियाको कोरियोग्राफी गर्ने प्रस्ताव राखे। उनले कोरियोग्राफी गरेको चलचित्र 'राज्य' को भिडियो अहिले टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको छ। 'प्रोमोसनल म्युजिक भिडियोको निर्माणपछि नेपाली चलचित्र नहेर्ने दर्शकहरू पनि आकर्षित हुन थालेका छन्, रिनाशाले थपिन्– 'प्रोमोशन म्युजिक भिडियोको ट्रेन्ड विश्वव्यापी भएको छ।' वास्तवमा कोरियोग्राफरका रूपमा रिनाशाको आगमनपछि नेपाली म्युजिक भिडियो तथा नेपाली चलचित्रका गीतमा नयाँ ट्रेन्ड भित्रिएको छ ।

यसबीच रिनाशाले सम्पूर्ण चलचित्रमै नृत्य निर्देशन गर्ने जिम्मेवारी पनि भर्खरै पूरा गरेकी छिन्। प्रदर्शनको तयारीमा रहेको चलचित्र 'मेरो एउटा साथी छ' को नृत्य निर्देशन गरेपछि रिनाशाको क्षेत्र फराकिलो बनेको छ। उनी भन्छिन्– 'चलचित्रमा नृत्य निर्देशन गरेपछि ममा थप हौसला जागेको छ।' 'मेरो एउटा साथी छ' का गीतहरू प्रदर्शन भएपछि नेपाली चलचित्रको नृत्य विधाले ठूलो फड्को मार्ने अनुमान रिनाशाको छ। उनले यो चलचित्रका चारवटा गीतमा नम्रता श्रेष्ठ, जीवन लुइँटेल, आर्यन सिग्देल तथा जेनिशा मोक्तानलाई आकर्षक ढंगले नचाएकी छिन्। रिनाशाको नृत्य धीरज राईको 'एक्स गर्लफ्रेन्ड', डिजे युवाको 'पछि लाग्नु पर्दैन' तथा रजनी कायस्थको 'लाज लाग्छ' जस्ता म्युजिक भिडियोमा देख्न सकिन्छ।

२२ वर्षीया रिनाशा रूपले सुन्दर तथा आकर्षक मात्र छैनन्, उनी शारीरिक रूपमा पनि फिट छिन्। फिटनेसको रहस्य के होला ? उनी भन्छिन्– 'नृत्य निर्देशक भएकाले म्युजिक भिडियोको छायांकनअघि मोडलहरूलाई प्रशिक्षण दिनुपर्छ। प्रशिक्षणका क्रममा आफू पनि नाच्नुपर्ने भएकाले फिट रहन सहयोग पुगेको छ।' म्युजिक भिडियोको छायांकन नभएको बेला भने उनी दिनको एक घण्टा व्यायाम गर्ने बताउँछिन्। रिनाशा पहिरनकी सौखिन हुन्। गर्मीमा छोटा स्कर्ट तथा हाफ पाइन्ट उनलाई मन पर्ने पहिरन हुन्। जाडोमा उनी ओभरकोट लगाउन रुचाउँछिन्। मेकअपमा रुचि नभएको बताउने रिनाशालाई मेकअप गर्न पनि आउँदैन। उनी भन्छिन्– 'मेकअपका रूपमा म डे क्रिम तथा सन ब्लक मात्र लगाउँछु।' ५ फिट ३ ईन्च अग्ली रिनाशालाई चलचित्रमा नायिकाको भूमिका निर्वाह गर्ने प्रस्ताव आयो भने के गर्लिन् ? उनी भन्छिन्– 'नाइँ, अभिनयचाहिं गर्दिनँ, कोरियोग्राफी नै ठीक छ।'

– **कृष्ण भट्टराई**

तस्विर : महेश प्रधान

मोडलिङबाट चम्किएकी निशा

पूर्वनिर्धारित समयअनुसार गत आइतबार जब घडीको सुईले दिउँसोको दुई बजेको संकेत गऱ्यो, प्रदर्शनीमार्गस्थित नेपाल पुलिस हेल्थ क्लबको रेस्टुराँमा कालोमा सेतो स्ट्राइप भएको नि-लेन्थमा सजिएकी निशा अधिकारीको आगमन भयो। भनिन्छ, सफलता त्यही व्यक्तिको अधीनमा रहन्छ जसले समयको महत्त्व बुझ्छ र समयसित हिंड्न जान्दछ। समयको मामिलामा प्रोफेसनल देखिएकी निशाको यो कमिट्मेन्टले उनको सफलता चर्चाको एउटा महत्त्वपूर्ण पक्ष रहेको कुरालाई प्रस्ट्याएको देखिन्छ। मादकतापूर्ण मुस्कान, ग्ल्यामरस सौन्दर्य चञ्चल एवं फरासिलो स्वभाव। समय, निरन्तरता र अनुभवसँगै परिपक्व हुँदै गएको उनको व्यवहार र आकर्षक व्यक्तित्वबाट प्रभावित नहुने सायदै कोही होला। बितेका साढे तीन वर्षयता निशाको चर्चा, क्रेज र ख्याति चुलिएको छ। यो सफलतापछाडिको रहस्यका सम्बन्धमा उनले भनिन्- 'सही समयमा, सही ठाउँमा, सही व्यक्तिलाई भेट्नु र सही निर्णय लिंदै लगनशील भै मेहनत गर्नु।'

२२ वर्षअघि पाल्पा, श्रीनगरमा जन्मिएकी भए पनि आफ्नो जन्मथलो चिन्न-बुझ्न नसक्ने उमेरमै काठमाडौं आएकी निशाको परिचय काठमाडौंबाटै प्रारम्भ भयो। अहिले उनको परिचय नेपालमा मात्र सीमित छैन। पब्लिक फिगर बनिसकेकी निशाको अवतरण पहिलो पटक मोडलकै रूपमा भएको थियो। त्यसो त २०६२ साल साउन १४ गते उनी ब्लू स्टार होटलमा सम्पन्न मिस इन्टरनेसनल नेपाल इभेन्टमा उपाधि जित्न सफल भएकी हुन्। यद्यपि उनी त्यसभन्दा अगावै सोही स्थानमा (करिब तीन वर्षअघि अर्थात् २०५९ माघ २६ गते) सम्पन्न मिस्टर एन्ड मिस भ्यालेन्टाइन प्रतियोगिताकी प्रतिस्पर्धीका रूपमा र्‍याम्पमा उत्रिएकी थिइन्। जापानमा सम्पन्न 'मिस इन्टरनेसनल २००५' मा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताको अनुभव सँगालेकी निशाले सन् २००८ को मिस नेपाल प्रतियोगितामा आफूलाई प्रतिस्पर्धीका रूपमा उभ्याइन्।

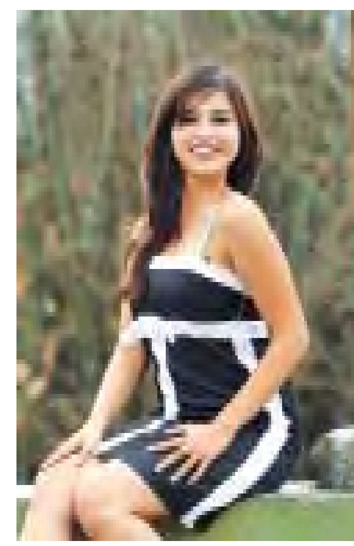
करिब साढे तीन वर्षको क्यारियरमा निशालाई उल्लेखनीय सफलता हात परेको अनुभव हुन्छ। कान्तिपुर टिभीमा कार्यक्रम प्रस्तोताका रूपमा प्रवेशसँगै चुलिएको उनको चर्चा र सफलताले केटीभीको इन्डी मिक्स ब्याग, नाइट टु टेन, काउन्टडाउन कान्तिपुर जस्ता कार्यक्रमको प्रस्तोतासँगै केटीभीकै 'घरबेटी बा', क्याफे कान्तिपुर, संस्कारजस्ता टेलिश्रृंखलाका अतिरिक्त ५२ भागको पाकिस्तानी श्रृंखला 'होटल र ४० मिनेट लामो 'एक थी लड्की नेपाली' प्लेको अभिनय अनुभव उनलाई हासिल भयो। निशाले एक दर्जन विज्ञापन र करिब दुई दर्जन म्युजिक भिडियोमा मोडलिङ गरिसकेकी छिन्। निशाद्वारा अभिनीत पहिलो चलचित्र 'मिसन पैसा' प्रदर्शनोन्मुख छ भने दोस्रो चलचित्र 'नैना रेशम' पोस्ट प्रोडक्सनमा छ। मोडल र नायिकासँगै एनटीभी-२ बाट प्ले इट अन' मार्फत् प्रत्यक्ष रूपमा दर्शकमाझ प्रस्तुत भैरहेकी निशा आफूलाई भिजे मोडल वा नायिका के भनेर चिनाउन रुचाउँछिन् भन्ने प्रश्नमा उनको जवाफ थियो- मिडिया पर्सनालिटी तर यो डिप्लोम्याटिक उत्तर भने होइन उनले थपिन। म्युजिक भिडियोका लागि अफर आउँदा भिडियो बनाउने गीत, भिडियोको कन्सेप्ट, आफ्नो भूमिका, प्रयोग हुने पहिरन, आफ्नो पारिश्रमिक तथा भिडियो निर्देशनका सम्बन्धमा चित्त बुझेपछि अफर स्वीकार गर्ने निशा काम गर्दाको आत्मसन्तुष्टि, ख्याति, समय, लगानी, पारिश्रमिक आदिका आधारमा भने विज्ञापन मोडलिङ सबैभन्दा उपलब्धिमूलक रहेको बताउँछिन्।

पढाइमा आफूलाई एभरेज विद्यार्थी मान्ने निशाले 'ए' लेभलसम्मको अध्ययन पूरा गरिसकेकी छिन्। फुर्सदको समयमा टेलिभिजन, पुस्तक र भ्रमण उनको साथी बन्छ। फेसनका मामिलामा भने समय-परिस्थिति, आराम तथा सुविधालाई बढी प्राथमिकता दिन्छिन् निशा। जिन्स, वन पिस ड्रेस तथा साडी उनको टप थ्री छनौटमा पर्छन्। सपिङका सम्बन्धमा उनको कथन छ- एज अफन एज आई क्यान एन्ड एज अफोर्डेबल एज आई क्यान। मोबाइल, मोटरबाइक र मनीमध्ये केलाई प्राथमिकता दिनुहुन्छ भन्ने प्रश्नमा केही क्षण सोचेर उनले भनिन्– मनी, मनी एन्ड मनी। मनी भएपछि मोटरबाइक र मोबाइलको सुविधा उपयोग गर्न सकिन्छ नि, उनको तर्क थियो। यद्यपि उनले मोबाइलको महत्त्वलाई पनि उत्तिकै स्वीकारिन्। पैसाभन्दा समय महत्त्वपूर्ण छ र मोबाइलले समयको बचत र सदुपयोग दुवै गर्छ, मोबाइलको प्रयोगका सम्बन्धमा उनले अनुभव सुनाइन्।

निशाको चर्चासँगै उनको सुन्दरताले विभिन्न पत्र-पत्रिकाको आवरण र भित्री पृष्ठको शोभा त बढाएको छ नै, साथै वेबसाइटहरूमा पनि उनको तस्विरले विशेष प्राथमिकता पाएको देखिन्छ। आफ्नो सुन्दरता र स्वास्थ्यको हेरचाह र मेन्टेन गर्ने मामिलामा मूलतः आफूले धेरै पानी पिउने गरेको उनले बताइन्। साथै उनको ब्युटि रुटिनमा सन स्क्रिन अनिवार्य छ भने नियमित शारीरिक व्यायाम र समयले भ्याएसम्म योग गर्ने उनी बताउँछिन्। निशा मानसिक रूपले अस्वस्थ बालबालिकाको क्षेत्रमा सक्रिय संस्था अटिज्म केयर सेन्टरका ब्रान्ड एम्बेसडरसमेत छिन्। स्टोरी क्लबसँग पनि आबद्ध निशामा अब महिलाहरूमाथि हुने सामाजिक उत्पीडन तथा घरेलु हिंसाविरुद्धको अभियानमा अग्रसर हुने चाहना छ।

– रोजिन शाक्य

तस्विर : महेश प्रधान



> मादकतापूर्ण मुस्कान, ग्ल्यामरस सौन्दर्य चञ्चल एवं फरासिलो स्वभाव। समय, निरन्तरता र अनुभवसँगै परिपक्व हुँदै गएको उनको व्यवहार र आकर्षक व्यक्तित्वबाट प्रभावित नहुने सायदै कोही होला। बितेका साढे तीन वर्षयता निशाको चर्चा, क्रेज र ख्याति निकै चुलिएको छ।
>
> सही समयमा, सही ठाउँमा, सही व्यक्तिलाई भेट्नु र सही निर्णय लिंदै लगनशील भै मेहनत गर्नु।

साप्ताहिक ब्लोअप बालाहरू

‘अफ कोर्स सोनिया, द्याट वाज हट ब्लोअप’- उदियमान् नायक तथा मोडल हसन खानले साप्ताहिकको मध्यपृष्ठमा गतवर्ष प्रकाशित सुन्दरीहरूमध्ये नायिका सोनिया केसी मन पराए। उनलाई अनु ओझाका तस्बिरहरू पनि मनपरे भने मोडल दिदी-बहिनी बेबी र स्मिता थापाको क्यालेन्डर पनि आकर्षक लागे। ‘म भर्खरको युवा हुँ, स्वाभाविक हो कि मलाई हट पोज दिने साप्ताहिक सुन्दरीहरू मनपर्छन्’- खानले बताए।

चौधौं वर्ष प्रवेशदेखि पन्ध्रौं वर्ष प्रवेशको अघिल्लो अंकसम्ममा साप्ताहिकको मध्यपृष्ठमा ३८ जना सुन्दरीका आकर्षक तस्बिर प्रकाशित गरिए। ग्ल्यामर र सौन्दर्यको दृष्टिबाट खिचाइएका तस्बिरहरूमा धेरैले चर्चा पाए। यो वर्ष साप्ताहिकका प्रायः मध्यपृष्ठ युवा पुस्ताले मनपराएको पाइयो। कोरियोग्राफर तथा मोडल अश्विनी झालाई सुस्मिता ढकालको तस्बिरभन्दा पनि उनको सुन्दरता मनपऱ्यो। ‘उनी वास्तवमै राम्री छिन्’- व्यक्तिगत रूपमा सुस्मितालाई नचिने पनि उनको सौन्दर्यले साप्ताहिकको मध्यपृष्ठको शोभा बढाएको झा बताउँछन्। नेपाली क्रिकेट टिमका क्याप्टेन विनोद दासलाई अनु ओझाको तस्बिर सम्झनामा रहेछ। ‘सुहाउँदो किसिमबाट ग्ल्यामरस देखिनु ठीक हो तर नसुहाउने गरी त्यस्ता तस्बिर खिचाउनुभन्दा सिम्पल देखिनु राम्रो’- सुन्दरीहरूलाई उनी सल्लाह दिन्छन्।

मध्यपृष्ठमा विविधता

साप्ताहिकको मध्यपृष्ठ सुन्दरीहरूका लागि हो- यसलाई धेरैले मानेका छन्। यद्यपि साप्ताहिकका मध्यपृष्ठका समय र अवसर अनुरूपका तस्बिर पनि प्रकाशित हुने गरेका छन्। अन्तर्राष्ट्रिय जगतमा भएका जनरुचिका रमाइला आयोजनाहरूलाई पनि साप्ताहिकले प्रकाशनकालदेखि नै मध्यपृष्ठमा स्थान दिँदै आएको छ। यो वर्ष पनि ब्रह्माण्ड सुन्दरी प्रतिस्पर्धाको अवसरमा ‘मिस युनिभर्स’ का सहभागीहरूको ‘कोलाज’ ले मध्यपृष्ठमा स्थान पाएको थियो भने युरो-२००८, बेइजिङ ओलम्पिकको रौनक, मिस अर्थ, मिस वर्ल्ड र मिस युनिभर्सलाई पनि मध्यपृष्ठमा प्रकाशित गरियो। अनि नेपाली चलचित्रमा उदाएका छजना नवनायकहरूको बारेमा आवरण कथासँगै ‘आए हिरोहरू’ शीर्षकमा मध्यपृष्ठमा उनीहरूका तस्बिर प्रकाशित गरिए। यसैगरी महिलाहरूको चाड हरितालिका तीजमा नायिकात्रय प्रेरणा शर्मा, दिपाश्री निरौला र सौजन्य सुब्बाको तीज स्पेसल तस्बिर मध्यपृष्ठमा अटाइए। विजया दशमीका बेला राष्ट्रिय गान ‘सयौं थुंगा फूलका हामी एउटै माला नेपाली...’ विषयमा दसजना सुन्दरीहरू स्नेहा शर्मा, श्रृष्टि श्रेष्ठ, सुसन केसी, लक्ष्मी ढकाल, विनिता बराल, दर्शी, क्षितिजा शाक्य, सुम्निमा, रोनी खड्गी र सरिनालाई नेपाली विविध वेशभूषामा सजाइएर फोटोग्राफर कमल श्रेष्ठले खिचेका तस्बिरहरू मध्यपृष्ठमा प्रकाशित गरिएको थियो। प्रणय दिवस अर्थात् भ्यालेन्टाइन डेका बेलामा लगातार तीन साता क्रमशः सुमन सिंह र सोनी, राजवल्लभ कोइराला र माल्भिका सुब्बा तथा रमित ढुंगाना र रेजिना उप्रेतीलाई रोमान्टिक जोडीको अवधारणामा राजीव श्रेष्ठले खिचेका तस्बिरहरूले साप्ताहिकका मध्यपृष्ठ रंगिए। होलीका बेलामा पनि महेश प्रधान तथा कवीन्द्रमान शाक्यले खिचेका होली तस्बिर छापिए। अनि नयाँ वर्षका अवसरमा क्यालेन्डरसहित साइबर संसार डट कमबाट खिचाइएका मोडल दिदी-बहिनी बेबी र स्मिता थापाका ग्ल्यामरस तस्बिरले साप्ताहिकको मध्यपृष्ठ ग्ल्यामरस बनाइयो।

सोनिया के.सी.

मनपराइएका १२ सुन्दरीहरू

साप्ताहिकका पाठक तथा विविध क्षेत्रमा कार्यरत व्यक्ति एवं केही सेलिब्रिटीबीच गरिएको सर्वेक्षण अनुरूप साप्ताहिकको १४ औं वार्षिकोत्सव अंकमा प्रकाशित गत वर्षका सर्वोत्कृष्ट १२ ब्लोअप सुन्दरीहरूका तस्बिरहरूपछि वर्ष १४ अंक २ (०६५ जेठ १०) मा प्रकाशित अरुणा पुनको ब्लोअपदेखि वर्ष १४ अंक ५० (०६६ वैशाख २५) मा प्रकाशित हेमा गुरुङको ब्लोअपसम्मका कुल ३८ जना सुन्दरीमध्ये साप्ताहिकको बिक्री र केही सेलिब्रिटीको छनौटमा यी १२ जना यसपटकको सर्वोत्कृष्ट मानिएका छन्।

समिरा गैरेल - साइबर संसार डट कम
सञ्जिता गुरुङ - राजीव श्रेष्ठ/नेटनशा डट कम
सोनिया केसी - साइबर संसार डट कम
सामना बुढाथोकी - ईश्वर श्रेष्ठ
रूपा उपाध्याय - राजीव श्रेष्ठ/नेटनशा डट कम
सुस्मिता ढकाल - कमल श्रेष्ठ
जिया गुरुङ - साइबर संसार डट कम
जस्मिन अधिकारी - राजकुमार
सुषमा कार्की - साइबर संसार डट कम
छुइनी वाङ्मो - साइबर संसार डट कम
हेमा गुरुङ - सुरज श्रेष्ठ/ठीकठाक डट कम
पुनम लामा - गणेश खड्का/लभ्ली पोखरा डट कम

लगावको परिणाम

फेसनमा नयाँ ट्रेन्ड के चलिरहेको छ, त्यसबाट उनी बेखबर छिन्। त्यसैले उनी आफूलाई फेसनेबल भन्न रुचाउँदिनन्। फेसनेबल नभएर के भो ? उनको सुन्दरताले युवामनलाई सजिलै लोभ्याउन सक्छ। सुन्दरताको कुरा छाडौं, सामाजिक क्षेत्रमा समेत उनको फराकिलो पहिचान छ। दन्तचिकित्सक प्रविज्ञा शिवाकोटी, यो नाम धेरैका लागि परिचित छ।

तपाईंको सुन्दरताको रहस्य के हो ? साप्ताहिकको जिज्ञासामा उनी हल्का मुस्कुराइन्। 'म आफूलाई त्यस्तो लाग्दैन,' उनी लजालु मुद्रामा प्रस्तुत भइन्- 'सायद आत्मसन्तुष्टिले होला।' उनका सन्तुष्टिका थुप्रै बाटा छन्। पारिवारिक सहयोग, आफ्नै मेहनत र निरन्तर पाएको सफलता। साप्ताहिकसँगको भेटमा साथै थिए उनका श्रीमान् शिवेन्द्र पात्रवंश। भनिरहन् पर्दैन, उनीहरूको जोडी अन्तर्जातीय हो। आर्किटेक्ट अध्ययनका लागि ढाका पुगेका शिवेन्द्र र प्रविज्ञाको उतै चिनजान भयो। चिनजानपछि मौलाएको मायाप्रीति विवाहमा परिणत भयो।

बंगलादेशको ढाकास्थित पायोनियर डेन्टल कलेजबाट बीडीएस (ब्याचलर इन डेन्टल सर्जरी) गरिसकेपछि उनी आफ्नो कर्मक्षेत्रमा आइन्। 'आफ्नो पेसाका अतिरिक्त सामाजिक क्षेत्रमा पनि केही गर्नुपर्छ भन्ने लाग्यो,' प्रविज्ञाले भनिन्- 'त्यसैले दाँतसम्बन्धी समस्या एवं समाधानको विषयलाई समेटेर डेटिवन डट ओआरजी नामक वेबसाइट सञ्चालन गरें।' यसमा उनलाई श्रीमान्को सहयोग मिल्यो। दुवैजना वेब डिजाइनमा पोख्त भएकाले काम गर्न सजिलो भयो। त्यस्तै जनचेतना जगाउने सोचाइले उनले पत्रपत्रिकामा स्तम्भ पनि चलाइन्। प्रश्नोत्तर शैलीको उक्त स्तम्भबाट पनि उनी जनमानसमा परिचित बन्दै गइन्।

आफ्नै कमाइले उनले कमालादीमा डेन्टल क्लिनिक खोलिन्। 'प्यासेन्टलाई विना पीडा समयमै उपचार दिने सोचाइले क्लिनिक खोलेकी हुँ,' प्रविज्ञा भन्छिन्। उपचार गरिरहँदा उनी कुनै पनि रोगीले पीडा महसुस नगरोस् भन्ने चाहन्छिन्। कसैले दाँतको रोग र त्यसको समधान जान्न चाहे उनी त्यसका लागि पनि तत्पर हुन्छिन्। उनी आफ्नो सफलताको पछाडि श्रीमान्को हात रहेको बताउँछिन्। श्रीमान् पनि उनको सफलताप्रति दंग छन्। शिवेन्द्र भन्छन्- 'जुनसुकै समय पनि उनी आफ्नो कामप्रति लगाव राख्छिन्, पैसाको दृष्टिले होइन सेवाको दृष्टिले काम गर्छिन्।'

२ हजार ५ सय ५० नेपाली महिला डाक्टरमध्येकी एक हुन् प्रविज्ञा। परिवारको सहयोगप्रति सदैव आभारी रहने प्रविज्ञा भन्छिन्- 'मलाई आफ्नो क्षेत्रमा काम गर्न सधैं परिवारको सहयोग मिलेको छ।' उनी शिक्षित पारिवारिक पृष्ठभूमिवाट आएकी हुन्।

> फेसनमा नयाँ ट्रेन्ड के चलिरहेको छ, त्यसबाट उनी बेखबर छिन्। त्यसैले उनी आफूलाई फेसनेबल भन्न रुचाउँदिनन्। फेसनेबल नभएर के भो? उनको सुन्दरताले युवामनलाई सजिलै लोभ्याउन सक्छ। सुन्दरताको कुरा छाडौं, सामाजिक क्षेत्रमा समेत उनको फराकिलो पहिचान छ।

उनको अधिकांश समय चिकित्साक्षेत्रमै बित्छ। यद्यपि पेसाबाहेक अन्य सिर्जनात्मक क्षेत्रमा समेत आफूलाई क्रियाशील राख्न उनी सधैं तत्पर हुन्छिन्। 'अब नो स्मोकिङ शीर्षकको प्रोजेक्टको तयारीमा छु,' प्रविज्ञा भन्छिन्- 'यो कार्यक्रम विद्यालयस्तरमा पुगेर सञ्चालन गर्ने सोच छ।'

–शिव मुखिया

तस्विर : महेश प्रधान

प्रत्येक कुरा सार्वजनिक गर्नुहुँदैन

सेलिब्रेटीहरुका हरेक गतिविधि गोप्य रहँदैनन् भन्ने उनलाई थाहा छ। यद्यपि उनी भन्छिन्- "जीवनका हरेक कुरा सार्वजनिक गर्नुपर्छ जस्तो मलाई लाग्दैन। कुन कुरालाई गोप्य बनाउने र कुन कुरालाई सार्वजनिक गर्ने भन्ने कुरा आफैंले निर्धारण गर्न सक्नुपर्छ।"

'न बिर्सिएँ तिमीलाई न पाएँ तिमीलाई, बिनाअर्थ दिलमा सजाएँ तिमीलाई..'-गायिका अञ्जु पन्तको यो गजलरूपी गीत अहिले चर्चामा छ, सँगसँगै चर्चामा छ टेलिभिजन च्यानलहरूमा बजिरहने उक्त गीतको म्युजिक भिडियो, जसमा झरना बज्राचार्यको अभिनय धेरैले उत्कृष्ट मानेका छन्। वास्तवमा उक्त भिडियो उनलाई सुहाएको छ र राम्री पनि देखिएकी छिन्। आफ्ना मुखाकृति तस्बिरमा राम्रो आउने कुरामा उनी ढुक्क छिन्। 'म फोटोजेनिक छु, तर सुन्दर होइन।' -उनी भन्छिन्। 'मेकअप गरिसकेपछि ऐनामा आफूलाई नियाल्दा राम्रै रहेछु भन्ने अनुभूति हुन्छ, तर अरू बेला म सामान्य देखिन्छु, अरू केटीहरूजस्तै।' -चलचित्र नायिका झरना बज्राचार्य आफ्नो सुन्दरताको मूल्याङ्कन अरूले गर्ने हो, आफैंले होइन भन्न पनि छुटाउँदिनन्। 'म कसरी आफूलाई आफैं सुन्दरी छु भनेर भनूँ ? त्यो त अरूले देखेर भन्ने कुरा हो नि।' -उनले भनिन्। 'बोल्ड'को प्रसंग कोट्याउँदा पनि उनको जवाफ फेरि उस्तै आयो- 'म आफूलाई बोल्ड मान्दिनँ। म मेरो काममा कत्तिको बोल्ड छु, आफैं मुल्याङ्कन गर्दिनँ। काम गर्दै जाने हो, मानिसहरूले देखेर 'बोल्ड र ब्युटिफुल' भन्ने कुरा आफैं छुट्याउँछन्।'

सन् १९९७ मा १६ वर्षको यौवनमा प्रवेश गर्नेबित्तिकै उनले मिस वर्ल्ड नेपालको उपाधि हात पारिन्। त्यो उनको चर्चाको सुरुवात थियो। मिस वर्ल्डमा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने उनी पहिलो नेपाली सुन्दरी हुन् त्यसपछि उनी निर्देशक प्रकाश सायमीको चलचित्र 'हतियार' की नायिका भइन्। चलचित्र सामान्य रूपमा चल्यो, तर झरनाको चर्चा सर्वत्र हुन थाल्यो। नेपाली चलचित्रमा अंग्रेजीमा गफ गर्ने नायिकाको कमी थियो अर्थात् नायिकाहरू पढेका हुँदैनन् भन्ने मान्यता थियो। चलचित्रवृत्तमा झरनाको व्यक्तित्वलाई राजेश हमालसंग दाँज्न थालियो। उनले अभिनय गरेका चलचित्रले सामान्य व्यापार गर्थे, तर उनको चर्चा भने निकै हुन्थ्यो। कतिपयले उनलाई 'अनलकी हिरोइन' भन्न पनि बाँकी राखेनन्। केही समयअघि एउटा भेटमा उनले भनिन्- 'चलचित्र चल्ने विषय र प्रस्तुतिले हो, नायक वा नायिकाको भाग्यले होइन। यहाँ जे कुरामा मेहनत गर्नुपर्ने हो गरिँदैन।' अनावश्यक विषयमा अल्मलिने यहाँको चलन उनलाई पटक्कै मन परेको छैन। उनले कुराकानीकै क्रममा निकट भविष्यमा निर्माण हुन लागेको आलोक नेम्वाङको चलचित्रमा भने अभिनय गर्न लागेको बताइन्।

२७ वटाजति नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्दागर्दै उनी लक्स साबुन, टुपीएम नुडल्स, मुना चिया जस्ता उत्पादनको 'ब्रानड एम्बेसडर' पनि भइन्। अनि म्युजिक भिडियोबाट गीतहरू लोकप्रिय हुने क्रम बढिरहेको बेलामा उनी अनिल सिंहको गीत 'डुब्न देऊ मलाई तिम्रो नयनमा', दीपक खरेलको 'गरूँ कि मीठो भूल, जगदीश समालको 'तपोवन', प्रकाश गुरुङको 'बिन्ती छ है' जस्ता म्युजिक भिडियोमार्फत् सानोपर्दामा छाइरहिन्। गायक दीपक खरेलको गीतको भिडियोमा मोडल एवं कोरियोग्राफर प्रशान्त ताम्राकार तथा झरनाको 'अनस्क्रिन केमिस्ट्रिलाई रुचाउनेहरू पनि उत्तिकै छन्।

तीन वर्षअघि बलिउडका निर्देशक रजत मुखर्जीले नेपालमा छायांकन गरेको चलचित्र 'लभ इन नेपाल'मा झरना सहनायिकाको भूमिकामा देखा परिन्। उक्त चलचित्रमा नायक तथा गायक सोनु निगमसँग एउटा गीत 'कतरा कतरा..'मा उनले गरेको उत्तेजक अभिनयले उनलाई चर्चित अनि विवादित तुल्यायो। त्यसपछि उनी एकाएक हराइन्। केही समयपछि उनको नेपालका एक व्यवसायीसँग विवाह भएको र ऊबाट सन्तान भएको हल्ला चल्यो। त्यो पनि हल्ला निराधार भएको पृष्टि भैसकेको छ अनि उनको एक बेलायती नागरिकसँग गोप्य विवाह भएको हल्ला पनि चल्यो। उक्त हल्लामा केही यथार्थता रहेछ। भारतमा रेलयात्राका दौरान भेटिएका बेलायती नागरिक करार हिलसँग दुई वर्षअघि उनको इन्गेज्मेन्ट भएको रहेछ। 'उसको पढाइ पूरा गर्नु छ। चार वर्षजति पछि विवाह गर्ने निर्णय गरेका छौं।'-उनले भनिन्।

सेलिब्रेटीहरूका हरेक गतिविधि गोप्य रहँदैनन् भन्ने उनलाई थाहा छ। यद्यपि उनी भन्छिन्- 'जीवनका हरेक कुरा सार्वजनिक गर्नुपर्छ जस्तो मलाई लाग्दैन। कुन कुरालाई गोप्य बनाउने र कुन कुरालाई सार्वजनिक गर्ने भन्ने कुरा आफैंले निर्धारण गर्न सक्नुपर्छ।' झरना हाल घरपरिवारकै काममा व्यस्त छिन्। कस्तो काम ? उनले बताउन चाहिनन्। मात्र यति भनिन्- 'यसलाई गोप्य नै रहन दिनुहोस्।' अभिनय एवं कला भन्ने कुरा सिकेर आउँदैन, यो स्वाभाविक जन्मजात जानिएको हुन्छ भन्ने कुरामा विश्वास गर्ने झरना बज्राचार्य रसिदका बुवा नेपाली मुसलमान हुन् भने आमा बज्राचार्य। 'क्रस भएर पनि होला, तपाईं राम्री हुनुभएको ?' यो प्रश्नमा उनी निकै बेर हाँसिन् र भनिन्- 'म वास्तविक राम्री होइन, देखिने राम्री मात्र हुँ।'

– सुव्रत आचार्य

जसको स्वरमा जादु छ

संगीतकार आलोकश्री आफ्नो पछिल्लो गीति संग्रह 'उपमा' का गीतहरू रेकर्डिङ गर्ने चटारोमा थिए। 'लाजको लाली...' पुरुष गायनमा उदितनारायण पक्क भैसकेका थिए। गीत रेकर्डिङ गर्न मुम्बई जानुपर्ने भयो। युगल गायन भएकाले उनले गायिकाका रूपमा साधना सरगमलाई पक्का गरिसकेका थिए। मुम्बई जानुअघि गीतको 'डमी' मा एउटा महिला स्वर राख्नुपर्ने भयो। उनले गायिका मल्लिका कार्कीलाई डमी गीतमा स्वर भर्न आग्रह गरे। उनले सहर्ष स्वीकारिन् र सामान्य तरिकाले गाइदिइन्। आलोकश्री मल्लिकाको डमी स्वरसहित मुम्बई पुगे। साधनालाई गीत गाउन लगाउनुअघि उनले उदितलाई डमी स्वर सुनाए। 'यो कसको स्वर हो ?', उदितले आलोकश्रीसँग डमी गीतमा रहेको महिला स्वरको बारेमा जिज्ञासा राखे। 'एउटी नयाँ गायिकाको स्वर हो, आलोकश्रीको जवाफ सुनेपछि उदितमा उक्त स्वर कुनै नयाँ गायिकाको हो भन्ने कुरा पत्याउनै सकेनन्। 'कुनै प्रोफेसनल प्ले ब्याक सिंगरको जस्तो छ, उदितले मल्लिकाको स्वरको प्रशंसा मात्र गरेनन् साधना सरगमको साटो उक्त गीतमा मल्लिकाकै स्वर राख्न अनुरोध समेत गरे। त्यसपछि आलोकश्रीले उदितको मात्र भर्सन रेकर्ड गराएर काठमाडौं फर्किए। आलोकश्री काठमाडौं फर्किएकै साँझ उक्त गीतका रचनाकार एसपी कोइरालाले मल्लिकालाई फोन गर्दै भने– 'बधाइ छ मल्लिका, लाजको लाली...गीत तिमीले नै गाउनुपर्ने भयो।' 'उदितनारायण झा जस्तो महान् गायकसँग युगल गीत गाउन पाउने खबरले म त्यो रात राम्रोसँग निदाउन पनि सकिनँ।' अनिद्राको कारण खुसी थियो। नभन्दै केही दिनको अभ्यासपछि उनले उक्त गीतमा स्वर भरिन्। सञ्चारमाध्यमबाट गीत प्रसारण हुन थालेको केही हप्तापछि नै मल्लिका सेलिब्रेटी गायिका बनिन्। उनलाई नयाँ-नयाँ गीत गाउन र कन्सर्टमा सहभागी हुन दर्जनौं प्रस्ताव आए।

मल्लिका कार्कीलाई उनको जन्मथलो सिँजुवा, मोरङमा अहिले पनि जानुका कार्कीका रूपमा चिनिन्छ, तर २२ वर्षीया कार्कीलाई उनको कर्मथलो काठमाडौंमा भने यो नामले कसैले चिन्दैनन्। सांगीतिक क्षेत्रमा प्रवेश गरेको केही समयअघि नै जानुकाबाट मल्लिका बनेकी कार्की पछिल्लो समयमा नेपाली संगीत क्षेत्रकी बोल्ड एन्ड ब्युटिफुल युवतीका रूपमा स्थापित भैसकेकी छिन्। बाहिरबाट हेर्दा उनी जति सुन्दर छिन्, उनको स्वरमा त्योभन्दा बढी मीठास छ। मल्लिका भन्छिन्– 'अहिलेको समयमा स्वर मात्र राम्रो भएर नहुने रहेछ।' नाम कसरी परिवर्तन गर्नुभयो त ? जवाफमा उनले भनिन्– 'एफएममा काम गर्ने एकजना दिदीले मेरो व्यक्तित्व अनुसार 'जानुका' नाम सुहाएन, तिम्रो नाम त 'मल्लिका' हुनुपर्छ भन्नुभयो। उहाँको कुरा चित्तबुझ्दो लागेपछि मल्लिकाकै रूपमा चिनिने निर्णय गरें।'

स्कुले विद्यार्थी छँदा मल्लिका राम्रो नृत्यांगनाका रूपमा चर्चित थिइन्। विद्यालयस्तरीय नृत्य प्रतियोगितामा थुप्रैवटा पुरस्कार समेत जितिसकेकी मल्लिकालाई 'नाचेरै खाने भई' भन्नेहरू पनि प्रसस्त थिए तर एसएलसी दिने बेलासम्ममा उनको रुचि नृत्यबाट गायनमा बढिसकेको थियो। प्लस टुको अध्ययन सकेपछि उनी उच्च शिक्षा तथा संगीतको प्रशिक्षण लिन राजधानी आइन्। गन्धर्व तथा हिमालय कला केन्द्रमा शास्त्रीय संगीत सिकिन्। पहिलो नेपाली तारामा भाग लिइन्। 'टप २०' सम्म पुगेर बाहिरिनुपरेको पीडा पनि बेहोरिन्। तिम्रो सुर मेरो गीत, बागिना जस्ता टेलिभिजन रियालिटी सोमा पनि प्रतिस्पर्धा गरिन् र पुरस्कारसमेत जितिन्। उनले पहिलो पटक २०६२ सालमा 'क्रेजी' शीर्षकको गीति संग्रहका लागि गीत रेकर्ड गराइन्। त्यसपछि क्रमशः आलोकश्री, राजु सिंह, सुरेश अधिकारी जस्ता संगीतकारले तयार पारेका सुगम संगीतमा स्वर प्रदान गरिन्। राजेशपायल लगायत अधिकांश गायकसँग युगल गायनमा स्वर भरिसकेकी मल्लिकालाई अब रामकृष्ण ढकालसँग गीत गाउने रहर छ।

उनले चलचित्र 'जवाफ' अनि त्यसपछि 'जीवन मृत्यु', 'पापी मान्छे- २', 'जिन्दगानी दर्पणछायाँ, 'सलाम छ मायालाई', 'आत्मविश्वास' लगायत एक दर्जनभन्दा बढी नेपाली चलचित्रमा स्वर प्रदान गरिसकेकी छिन्। झण्डै पचासवटा जति आधुनिक गीतमा उनको स्वर सुन्न सकिन्छ।

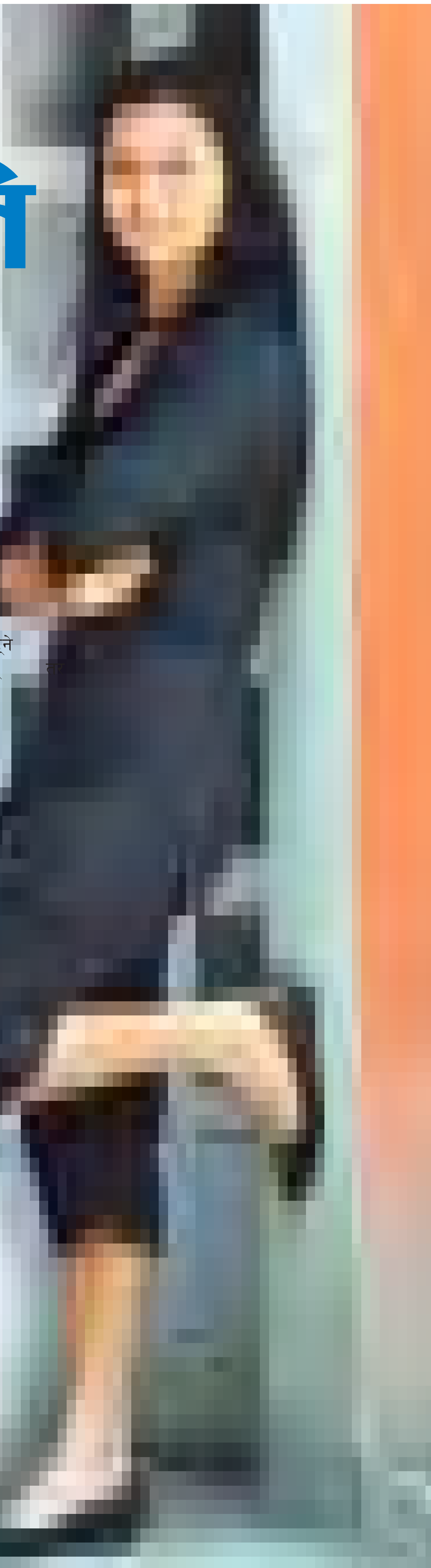
राजधानी लगायत पोखरा तथा सिक्किमसम्म पुगेर सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी भैसकेकी मल्लिकाको स्वर मात्र होइन उनको मुहारबाट प्रभावित हुनेहरू पनि प्रसस्त छन्। 'चलचित्रमा नायिकाको भूमिकाका लागि प्रस्तावहरू आइरहेका छन्, मल्लिका भन्छिन्– 'तर म दुईवटा डुंगामा खुट्टा राख्न तयार भैसकेकी छैन।' चाँडै नै आफ्नो पहिलो एकल गीति संग्रह 'मल्लिका' सार्वजनिक गर्ने तयारीमा जुटेकी गायिका कार्की आफ्नो संग्रहका केही म्युजिक भिडियोमा आफै मोडलिङ समेत गर्दैछिन्।

– कृष्ण भट्टराई

तस्विर : महेश प्रधान

> मल्लिका कार्कीलाई उनको जन्मथलो सिँजुवा, मोरङमा अहिले पनि जानुका कार्कीका रूपमा चिनिन्छ, तर २२ वर्षीया कार्कीलाई उनको कर्मथलो काठमाडौंमा भने यो नामले कसैले चिन्दैनन्। सांगीतिक क्षेत्रमा प्रवेश गरेको केही समयअघि नै जानुकाबाट मल्लिका बनेकी कार्की पछिल्लो समयमा नेपाली संगीत क्षेत्रकी बोल्ड एन्ड ब्युटिफुल युवतीका रूपमा स्थापित भैसकेकी छिन्।

रूपजस्तै मन पनि प्रीति



प्रीति खेलमा मात्र शीर्ष स्थानमा छैनन्, अध्ययनमा पनि शीर्ष स्थानमै छिन्। उनले ११ र १२ कक्षाको परीक्षामा आफ्नो कलेज टप गरिन्। जेभियर इन्टरनेसनलकी छात्रा प्रीति आफ्नो विषयमा ११ कक्षासम्मलाई पढाउन सक्छिन्। अब १२ कक्षाका विद्यार्थीलाई पनि पढाउने सोच छ। उनी होम ट्युसन पनि लिन्छिन् भने सेन्ट जेभियर्सका विद्यार्थीहरूलाई टेनिसको प्रशिक्षण दिन्छिन्।

नेपाली खेलकुदका जानकारहरूको मनमा खड्किने एउटा कुरा नेपाली खेलाडीहरू ग्ल्यामरस छैनन् भन्ने पनि हो। उनीहरूको विचारमा राम्रो अनुहार भएका खेलाडी च्याम्पियन भए भने प्रतियोगिताको रौनक अझ बढ्छ। त्यसपछि दर्शक तान्न पनि सजिलो, प्रायोजक खोज्न पनि सजिलो हुन्छ आदि-इत्यादि।

नेपाली खेलकुदले पछिल्लो पटक केही राम्रा खेलाडी पाउँदै आएको छ अनुहार र खेलकौशल दुवै हिसाबले। भर्खर १८ वर्ष लागेकी प्रीति अहिले नेपाली महिला टेनिसको शीर्षस्थानमा छिन्। दुई वर्षअघि नेपाल इन्भेस्टमेन्ट बैंकले आयोजना गरेको प्रतियोगिता जितेपछि उनी नेपाली महिला टेनिसमा शीर्ष स्थानमा पुगेकी हुन्। उनले हालै सम्पन्न पाँचौं राष्ट्रिय प्रतियोगितामा २ स्वर्ण र १ रजत पदक जितेर आफ्नो शीर्ष स्थान फ्लुक नभएर मेहनत र सीपको फल हो भन्ने कुरा प्रमाणित गरिन्।

प्रीतिको अनुभवमा मेहनतको फल सधैं राम्रो हुन्छ, राम्रो गर्ने सोच राख्नुपर्छ, परिणाम सधैं राम्रो हुन्छ। उनमा यस किसिमको धारणा पारिवारिक वातावरणले दिएको हो। आमा र बुबाको आध्यात्मिक सोचका कारण आफूमा बाल्यकालदेखि नै त्यसको प्रभाव परेको प्रीति बताउँछिन्। उनलाई टेनिसप्रतिको मोह पनि घरकै वातावरणले दियो। बुबा फुर्तिलो हुन टेनिस खेल्ने र बुबाको सिको गर्दै दाइले पनि टेनिस खेल्न थालेपछि उनले पनि र्‍याकेट समाइन्। उनका दाजु उत्सव टेनिसका राम्रा खेलाडी थिए। अहिले उनी अमेरिकामा आफ्नो कलेजको टेनिस टिमका कप्तान छन्। दाइलाई हेम्स टेनिस एकेडेमीका अध्यक्ष हेमबहादुर लामाले 'भाइ-बहिनीहरू छन् भने लिएर आऊ, हामी सिकाउँछौं' भनेपछि आ□नो पनि ढोका खोलिएको प्रीति बताउँछिन्। 'दाइले खेलेको देखेर रहर लाग्यो र खेल्न थालें, उसले सफलता पाएपछि आफूमा पनि त्यस्तै रहर जाग्यो र सफलता पाउँदै गएँ, प्रीति भन्छिन्। सफलताको चाहना र परिवारको सहयोगले उनलाई यो अवस्थासम्म ल्याइपुर्‍याएको छ। उनलाई प्रत्येक सफलतामा छैटौं इन्द्रियले घचघच्याइरहेको हुन्छ। प्रीतिले कुनै प्रतियोगिताबाट नगद पुरस्कार पाइन् भने अनाथ बालबालिकाहरू पढ्ने नवदिप्त स्कुलका बालबालिकाहरूलाई खाना अथवा चकलेट-आइसक्रिम ख्वाउँछिन्। उनको बुझाइमा आज अभावमा रहेका अबोध बालबालिकाहरूलाई माया, प्रेम र सद्भाव प्रदान गर्न सक्यौं भने नै यो संसारमा माया बढ्दै जान्छ।

प्रीति खेलमा मात्र शीर्ष स्थानमा छैनन्, अध्ययनमा पनि शीर्ष स्थानमै छिन्। उनले ११ र १२ कक्षाको परीक्षामा आफ्नो कलेज टप गरिन्। जेभियर इन्टरनेसनलकी छात्रा प्रीति आफ्नो विषयमा ११ कक्षासम्मलाई पढाउन सक्छिन्। अब १२ कक्षाका विद्यार्थीलाई पनि पढाउने सोच छ। उनी होम ट्युसन पनि लिन्छिन् भने सेन्ट जेभियर्सका विद्यार्थीहरूलाई टेनिसको प्रशिक्षण दिन्छिन्। पढेर स्पोर्ट्स साइकोलोजिस्ट हुने सोचमा रहेकी प्रीति कुनै राम्रो कलेज पाए विदेशतर्फ जाने सोचमा छिन्। उतै हराउने त होइन ? प्रीति हाँस्दै भन्छिन्- 'नेपालमा मेरा लागि धेरैले मेहनत गरे, म पनि नेपालमा खेलकुदको विकास होस् भनेरै पढ्न जान लागेको हुँ।' उनलाई हालै नेपाल टेनिस एशोसिएसनले प्रशासनिक क्षेत्र हेर्ने जिम्मेवारी सुम्पिएको छ।

प्रीति समाजका केही मान्यता तोड्ने सोचमा पनि छिन्। उनी शाकाहारी हुन्। खेलाडी भएपछि माछा/मासु खानुपर्छ अनि मात्र खेल्न सकिन्छ भन्ने कुरा सत्य होइन भन्ने बनाउन सकेकोमा उनी खुसी छिन्। यसबाहेक हाम्रो समाजमा खेल्नेहरू पढ्न सक्दैनन् भन्ने कुरालाई आफूले कलेज टप गरेर गलत प्रमाणित गरेको कुरामा पनि मनमनै सन्तोष मान्छिन्। प्रीति भन्छिन्– 'मेरो अनुभवमा खेल्ने मानिस मानसिक रूपमा पनि फूर्तिलो हुन्छ र उसले छोटो समयमै धेरै कुरा टिप्न सक्छ।'

प्रीतिका साथी खासै छैनन्। उनका साथीहरू भनेका कोर्टका खेलाडी मात्र हुन्। उनका हितैषीहरू भनेका दाजुका साथीहरू नै छन्। उनले कुनै प्रतियोगितामा सफलता पाइन् भने आफ्ना टेनिसका साथीहरूसँग चलचित्र हेर्न जान्छिन्। पहिले उनलाई स्पोर्टी पहिरन मन पर्थ्यो तर अहिले उनी क्याजुएल ड्रेस लगाउन मन पराउँछिन्। प्रीति भन्छिन्- सफलताले गर्दा आम मानिसको मप्रतिको धारणा परिवर्तन भएका कारण मैले पनि आफ्नो पहिरनमा परिवर्तन गरेकी हुँ।

– **मुकुन्द बोगटी**

तस्बिर : महेश प्रधान

म यथार्थ बेच्छु उत्पादन होइन

उनी आफूलाई समाचार हेर्नेहरूका बीच मात्र परिचित मान्छिन्, सेलिब्रेटी होइन। सेलिब्रेटी हुनलाई विज्ञापन, चलचित्र आदिमा देखिनुपर्ने उनको धारणा छ। उनलाई पनि विज्ञापनमा मोडलिङको प्रस्ताव नआएका पक्कै होइन, तर उनलाई मन लागेन। किन ? उनको जवाफ थियो- "आइ सेल फ्याक्टस्, नट प्रोडक्टस्।" अर्थात् "म यथार्थ (खबर) बेच्छु, उत्पादन होइन।"

'नमस्कार, कान्तिपुर समाचारमा यहाँलाई स्वागत छ, सुरुमा मुख्य समाचार...'-टेलिभिजनको क्यामेरासामु उनले यसरी समाचार पढ्न थालेको चार वर्ष भयो। सिम्रिका शर्माको पछाडि मरासिनी थपिएको भने दुई वर्ष। 'मेरो नाम लेख्दा सिम्रिका शर्माको पुछारमा ब्राइकेटभित्र मेरो श्रीमान्को थर मरासिनी लेख्न नबिर्सनुहोला।' -इमेलमार्फत आफ्नो व्यक्तिगत विवरण पठाउँदा उनले यो अनुरोध गरेकी थिइन्। सुशान्त मरासिनीलाई चिनेको निकै वर्षपछि दुई वर्षअघि उनले उनैलाई जीवनसाथीका रूपमा रोजिन्। 'मेरो लभम्यारिज भने होइन।'-घरमा विवाहको कुरा आउन थालेपछि उनले बहिनीसँग सुशान्तका बारेमा कुरा गर्न थालिन्। अनि उनीसँगै विवाह गर्ने कुरा अघि बढ्यो। 'बरु मैले विवाहपछि ऊसँग प्रेम गर्न थालें।'-मीठो मुस्कान छर्दै सिम्रिकाले भनिन्।

लाखौं मानिस उनको समाचार भन्ने शैली र सुन्दरताबाट मोहित भएका होलान्। उनको एक झलक पाउन कान्तिपुर टेलिभिजन परिसरमा घण्टौं पर्खनेहरू पनि छन्। दुई वर्षअघि अनायसै उनले विवाह गरेको थाहा पाउने कतिपय प्रशंसकको मन कुँडियो होला। यद्यपि विवाह गर्न हतार गरेको कुरालाई उनी नकार्छिन् र भन्छिन्- 'हो, मैले सुनेको छु कि मलाई हेर्नका लागि मात्र भए पनि कान्तिपुर समाचार हेर्नेहरू पनि छन रे अनि अफिसमा आएर पलेंटी कसेर सिम्रिकालाई भेटेरै जान्छु भन्नेहरू पनि छन्। ती मेरा शुभचिन्तक हुन्। त्यसमा फिदा हुनेहरू पनि छन्। उनीहरूका लागि या त मैले आजीवन विवाह नै गर्नुहुँदैनथ्यो अथवा जो, जसले मन पराउँछ, सबैसँग विवाह गर्नुपर्थ्यो, जुन असम्भव कुरा हो।'

पत्रकारितामा स्नातकोत्तर गरिरहेकी सिम्रिकाको फेसबुक डटकममा कसैले फ्यान क्लब खोलेछ, जसको जानकारी उनलाई पनि रहेनछ। केही महिनाअघि यस विषयमा बताउँदा उनले आफ्नो स्वाभाविक मुस्कान छर्दै भनेकी थिइन्- 'अँ हेर्नु न, कसले पो खोलिदिएछ, तर जे भयो राम्रै भयो।' अहिले फेसबुकमा उनका फ्यानहरू झन्डै ४ सयजति पुगिसके। जबकि कलिउडकी सर्वाधिक चर्चित नायिका रेखा थापाका डेढ सयजति मात्र फेसबुक फ्यान छन्। सिम्रिकाका 'फ्यान'हरूको संख्या त्यतिमा सिमित छैन। 'डाइहार्ट फ्यान'हरू पनि उत्तिकै छन्। अझै पनि हरेक भ्यालेन्टाइनमा उनलाई प्रेमपत्ररूपी भ्यालेन्टाइन कार्ड आउन कम भएको छैन। 'लेटर पनि पठाइरहन्छन्, जसमा आई लभ यूजस्ता शब्द पनि लेखिएका हुन्छन्।'-उनले त्यसलाई सामान्य मानेझैं गरिन्। प्रशंसकहरू कुन उमेर समूहका बढी छन् ? उनले सम्झँदै भनिन्- 'टिनएजरदेखि बूढापाकासम्म अनि महिलाहरू पनि छन्।'

त्यति धेरै मानिसहरूमाझ परिचित भएर पनि सिम्रिका आफूलाई 'सेलिब्रेटी' मान्न तयार छैनन्। उनका अनुसार नेपालमा टेलिभिजनका समाचारवाचिकाको आम्दानी कम छ, जसले सामान्य जीवन जिउन त पुग-नपुग हुन्छ। सेलिब्रेटीको जीवन जिउन आम्दानी राम्रो हुनुपर्छ र अरूलाई प्रभाव पार्ने गरी बाँच्नु आवश्यक छ। उनी आफूलाई समाचार हेर्नेहरूका बीच मात्र परिचित मान्छिन्, सेलिब्रेटी होइन। सेलिब्रेटी हुनलाई विज्ञापन, चलचित्र आदिमा देखिनुपर्ने उनको धारणा छ। उनलाई पनि विज्ञापनमा मोडलिङको प्रस्ताव नआएका पक्कै होइन, तर उनलाई मन लागेन। किन ? उनको जवाफ थियो- 'आइ सेल फ्याक्टस्, नट प्रोडक्टस्।' अर्थात् 'म यथार्थ (खबर) बेच्छु, उत्पादन होइन।'

उनले समाचारवाचनको प्रशिक्षण लिएकी छैनन्। आमसञ्चारको विद्यार्थी भएकाले उनको रुचि यसतर्फ बढेको मात्र हो। उनमा काम गर्न सक्छु भन्ने आत्मविश्वास छ। त्यही आत्मविश्वासले डोऱ्याएर उनी अहिलेकी एक चर्चित समाचारवाचिका भएकी छिन्। एसएलसी उत्तीर्ण हुन्जेलसम्म उनले राजनीतिलाई 'फोहोरी खेल' मान्दै आएकी थिइन्। राजनीतिका समाचारमा उनलाई खासै रुचि थिएन। अहिले समाचार प्रसारणको एउटा माध्यम भएर उनको पेसा चलेको छ। उनलाई वर्तमान राजनीतिको राम्रो ज्ञान भैसकेको छ। 'निजी विद्यालय तथा कलेजमा पढेकीले पनि होला, त्यहाँको वातावरण राजनीतिबाट पर हुन्छ। त्यसैले पनि मलाई राजनीतिमा रुचि हुने कुनै कारण त्यतिबेलासम्म भेटिनँ। अब दिनरात देश र राजनीतिको खबर सुनाउनु पेसा नै भएकाले खबर जान्नु र बुझ्नु आवश्यक छ।'-उनले बताइन्।

– सुव्रत आचार्य

तस्विर : महेश प्रधान

• तालुमा आलु •

प्रकाश ओझा

एउटा जँड्याहा बाटोमा हिँड्दै थियो जसको जिब्रो कालो थियो। साथीले देख्यो र सोध्यो 'तेरो जिब्रो किन कालो ?'

'के भन्नु यार' उसले जवाफ दियो, 'हातमा बोकेको रक्सीको बोतल भुइँमा झरेर फुट्यो, पैसा परेको जिनिस के गर्नु यार... तर पिच रोड भर्खर बनेको नयाँ रहेछ...'

ooo

एउटा चकलेट फ्याक्ट्री थियो, जसको नाम देश-विदेशमा प्रख्यात थियो, प्रख्यात हुने मुख्य कारण यो थियो कि त्यहाँ सबै काम मेसिनको सट्टा हातबाट गरिन्थ्यो। फ्याक्ट्रीका मालिकले सम्पूर्ण कर्मचारीहरूलाई ट्वाइलेट प्रवेशपछि अनिवार्य रूपले साबुनले हात धुने नियम बनाएका थिए।

एक दिन फ्याक्ट्री मालिक ट्वाइलको गल्लीबाट हिँड्ने क्रममा एउटा कर्मचारी ट्वाइलेटबाट निस्किरहेको देख्यो जसले भर्खर पाइन्टको जिप बन्द गर्दै थियो।

'हात किन नधोएको ?' मालिकले रिसाउँदै सोधे।

'किन धुनु सर ?' उसले जवाफ दियो 'अब त एक बजिसक्यो म लन्च गर्न जाँदैछु।'

ooo

'दुई हजार दुई सय दुई भागा बाइस... राजु तिमी यसको जवाफ दिन सक्छौ ?'

'किन नसक्नु, म दसवटा जवाफ दिन सक्छु'- राजुले उत्तर दियो।

ooo

पुलिसमा भर्ती हुन एउटा व्यक्ति डाक्टरकहाँ गयो। 'कपडा खोल अनि टुलमा बस' डाक्टरले आदेश दियो। युवकले डाक्टरको आदेश पालन गऱ्यो। 'तिमी भर्तीका लागि फिट छौ' तुरुन्त डाक्टरले भन्यो। 'कपडा लगाऊ र जाऊ' 'तर डाक्टर सा'ब' युवक-छक्क पर्दै भन्यो- 'तपाईंले मेरो डाक्टरी जाँच त गर्नु भएकै छैन।' 'गरें त भाइ' डाक्टरले भन्यो। 'तिमीले मेरो आदेश सुन्यौ मतलब तिम्रो कान ठीक छ, तिमीले टुल देख्यौ मतलब तिम्रो आँखा ठीक छ, तिमीले कपडा खोल्यौ मतलब तिम्रो हात ठीक छ र मैले दिएको आदेश तिमीले बुझ्यौ मतलब तिम्रो दिमाग ठीक छ अब भाग यहाँबाट अनि अर्को व्यक्तिलाई पठाऊ।'

ooo

हाकिम आफ्नो मातहतको कर्मचारीसँग भन्दै थियो

'यो मेरो विचार हो...। तिमीलाई मेरो विचारप्रति असहमति जनाउने पूर्ण अधिकार छ यदि तिमीले अर्कै ठाउँमा जागिर खोजिसकेको छौ भने।'

ooo

फिसिङको सौकिन एक व्यक्ति दिनभरि नदी किनारमा बल्छी थापेर बस्यो तर दुर्भाग्य एउटा माछा पनि परेन। बेलुकी फर्कँदा घर छेउको माछा पसलमा गएर भन्यो-

'एक किलो खाँटी माछा नाप त' उसले भन्यो- 'अनि म पट्टि फ्याँक'

'किन फ्याँक्नु ?' पसलेले सोध्यो।

'तिमीले फ्याँक्छौ, म पक्रन्छु अनि घरमा श्रीमतीलाई माछा पक्रेर ल्याएको भन्न मिल्छ।'

'ठीक छ मैले बुझें तर म एक किलो मुंग्री तौलेर फ्याँक्छु' पसलेले भन्यो।

'किन ?'

'अघि तपाईंकी श्रीमती यहाँ आउनुभएको थियो, श्रीमान्ले माछा फ्याँक भन्नुभयो भने मुंग्री माछा फ्याँक्नु भन्दै हुनुहुन्थ्यो उहाँलाई मुंग्री माछा खान मन छ रे।'

मेरो कुरो

लोभी व्यक्ति

सैलुनमा गएर कपाल काट्छ तर कपाल बोकेर घर ल्याउँछ अनि भित्ता रंगाउने अथवा दात सफा गर्ने ब्रस बनाउँछ।

ooo

डाक्टरले 'स्टोन' छ, अपरेसन गर्नुपर्छ भन्यो भने पहिले सुनपसलमा गएर 'स्टोन' कतिमा बिक्री हुन्छ भन्ने कुरा सोध्न जान्छ।

• कविता •

मानिसको चोला

जन्मिएपछि मर्नु नै पर्ने कस्तो रै'छ यहाँ चलन
आज भन्दा, भोलि भन्दा एकदिन हुन्छ जलन
सपनाको यो झूटो संसारमा जन्म लिन आयौ
आफ्नो जन्मभूमिलाई नचिन्दा धेरै दुःख पायौ
जिन्दगी हाम्रो ओइलाई जाने बास्ना फूल हो
घृणाको खेल हेर्नु नै हाम्रो ठूलो भूल हो
रोएर अब नबसौं हामी दुःखलाई नसनी
संसार हामीले बुझ्नु नै पर्छ कायर नबनी
खानु र लाउनु जीवन भए, बाँच्नुको के सार
पछिको आशा नभए यहाँ मानिसको के भर □

–शोभा खत्री

कोही चाहिँदैन

तिम्रोजस्तो चोखो माया अन्त कहीँ पाइँदैन
तिमी भए पुग्छ मलाई अरू कोही चाहिँदैन
सबै चोट-व्यथाहरू तिमीले छुँदा निको हुन्छ
मनभित्र निभे दीप तिमी हाँस्दा बलिदिन्छ
तिम्रोजस्तो मीठो बोली अन्त कहीँ पाइँदैन
तिमी भए पुग्छ मलाई अरू कोही चाहिँदैन
आऊ तिमी मेरो नजिक मनभित्र सजाउँछु
हाम्रो पिरतीको कथा संसारलाई सुनाउँछु
तिम्रोजस्तो मधुर मुस्कान अन्त कहीँ पाइँदैन
तिमी भए पुग्छ मलाई अरू कोही चाहिँदैन।

–अनाम

कान्छीले

छम-छम उफ्रँदै नानी कान्छीले
बारुली कम्मर भाँची कान्छीले
जहिले पनि छड्के नजर लाउँछन्
कल्लाई त्यो जोवन साँचिन् कान्छीले
प्रतिस्पर्धाको युगमा बाँचेर यहाँ
दुनियाँसँग आफूलाई दाँजिन् कान्छीले
किटिक्कै खायो रेशमको मन यहाँ
ईर्ष्या लाग्दो जीवन बाँचिन् कान्छीले।

–रेसमकुमार सुनुवार

• लघुकथा •

आधुनिक भगिरथ

मेरो टोलका एक जना प्रख्यात ठेकेदारले आफ्नी आमालाई गंगा स्नान गराउन हरिद्वार लिएर गए। उनीहरू गंगाको छेउको एउटा धर्मशालामा गएर बसे। आमा-छोरा साँझपख गंगाको किनार घुम्न गए।

ठेकेदारले गंगाको किनारमा एक जना दिव्य पुरुष एकनासले गंगालाई हेरिरहेको देखे। ठेकेदार त्यस व्यक्तिको व्यक्तित्वबाट निकै प्रभावित भए। ठेकेदारले ती व्यक्तिको अघि गएर सोधे, 'तपाईंको शुभनाम के होला ?

'मेरो नाम भगिरथ हो।' ती दिव्य पुरुषले जवाफ दिए।

'मेरा चार जना कर्मचारीको नाम भगिरथ छ।' ठेकेदारले भने, 'कृपया पूरै परिचय दिनुभए आभारी हुने थिएँ।'

'म त्यही भगिरथ हुँ जसले हजारौं वर्षपहिले यो गंगालाई यहाँ ल्याएको थिएँ।' दिव्य पुरुषले भने, 'मेरा पुर्खाको उद्धार गर्न मैले यो काम गर्नुपरेको थियो।'

भगिरथको कुरा सुनेर ठेकेदारको अनुहार चम्कियो। 'ओहो, यो त निकै ठूलो प्रोजेक्ट पो रहेछ।' ठेकेदारले भने, 'मैले पनि यस्तो प्रोजेक्ट हात पार्न पाए त पुर्खा मात्र होइन, आगामी सन्ततिलाई पनि तार्न सक्थें।'

–शरद जोशी

+2/SLC १ वर्ष मै
□ १ वर्षमै +२ पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
□ Maths/Science नपढी पाँच विषय मात्र पढेर SLC पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
Commerce, Arts, Science
विगत ९ वर्ष देखि संचालित
□ SLC/+2 मा ५ वटा विषय पढे पुग्ने।
□ जागिरे गृहिणीहरूले घरमै बसी पढ्न सक्ने।
□ TU/HSEB/KU तथा विश्वभर मान्यता प्राप्त।
□ Nepali/English भाषामा परीक्षा दिन सकिने।
पाथ-फाईन्डर ग्लोवल एजुकेशन
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं (रिपोर्टर्स क्लबको सिधा अगाडी) 2005077

एकता, विस्तार र गुणस्तरीयता, शिक्षामा बर्षौदेखिको हाम्रो प्रतिबद्धता।
प्राईभेट TEST/SLC 2066
को लागि कक्षा १० मा
नयाँ भर्ना खुल्यो
कक्षा ९ वा टेष्ट/एस.एल.सी. फेल भएका, कक्षा ८ वा ९ उतीर्ण गरी विविध कारणले विद्यालय जान नसकेका विद्यार्थीहरुका लागि कक्षा १० मा धमाधम भर्ना लिईदैछ।
Shift: Morning/Day
Medium: Nepali/English
जिल्ला शिक्षा कार्यालय काठमाडौंबाट मान्यता प्राप्त
कालीमाटी — Merit Academy Ph: 4285664
चावहिल — Bright Future Ph: 4463073
काटेश्वर — Harvard Int'l Academy Ph: 4601434

+2/SLC १ बर्षमै
SLC दिन चाहनेहरुले १बर्षमै Math/Sci नदिई SLC, SLC पास भई कम्तिमा १बर्ष ग्याप भए एकबर्षेमै +2 गर्न सकिने भारतको सरकारी NIOS Delhi Board मा +2/SLC मा भर्ना खुल्यो
बिहानी/बेलुकी कक्षा
Hurry up! Catch a Special Offer
याद गर्नुहोस् है NIOS मा भर्ना हुदैमा Pass हुदैन त्यसैले
पांच बिषयमात्र दिए पुग्ने SLC मा Math/ Sci नदिए पनी हुने Exam काठमाण्डौमा Indian Embassy मा हुने
नेपालमा TU, KU, HSEB र बिश्वभरी समकक्ष मान्यता प्राप्त
सहि परामर्श लिएर अध्ययन गरे मात्र पास गर्न सजिलो
KANTIPUR INTL OPEN EDUCATION
New Baneshwor KTM, Phone: 2044082, 2042831
Books, Questions, guide, CDs Provided
BICC पानी ट्याकीं पश्चिम

● सन्देश ●

भृकुटीमण्डपस्थित मोबाइल एक्स्पोमा नीलो टिसर्ट र ह्वाइट स्कर्ट लगाएर उभिएकी मैयाँ, तिम्रो यादले असाध्यै सताइरहेको छ। तिम्रो सुन्दरता र सुहाउँदो ड्रेसअपले मलाई भुतुक्कै बनाएको छ। आउने शनिबार १२ बजे म त्यही फनपार्क आउँछु, तिमी पनि आऊ है।

रौनक

प्रिय बी., हरदम तिम्रो यादले सताइरहन्छ, तिमी के गरेर बसेकी छ्यौ भनेर सोचमग्न हुन्छु। बोर लाग्यो भने मलाई कल वा म्यासेज गर्नु है।

सानु

साथीहरू रिंकु, दिव्येश, शिव, सोनु, रिया, बन्सी, रोम, विभोर, कल्लु, मनु, पिंकी, लभ्ली तिमीहरू सबैलाई मिस गरेको छु। डेनमार्क आएदेखि अहिलेसम्मका प्रत्येक दिन मेरा लागि पीडादायी बनेका छन्। जब पाए पनि मलाई कहिले नेपाल फर्किनु भएको छ।

डेब्रो, डेनमार्क

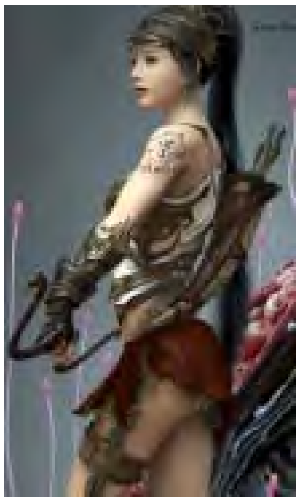
ऋचा, जन्मदिनको धेरै-धेरै शुभकामना छ। तिम्रा हरेक चाहना पूरा हुन्। तिम्रो जन्मदिनको उपहार सुरक्षित छ। हामी आउँदा ल्याइदिन्छौं।

विनि.

राजु, तिमी धरान कहिले आउने हो ? काठमाडौं गएपछि त एकपटक पनि कल गरेनौं। फोन पनि रिसिभ गर्दैनौ। किन ? मबाट केही गल्ती भएको भए भन, नत्र हाम्रो मित्रता धरान बसुन्जेल मात्रै थियो त ?

रश्मि

हे राष्ट्रका नायकहरू □ यति मात्र बुझ, वर्तमान राजनैतिक स्थितिले देशलाई गम्भीर दुर्घटनामा पुऱ्याउने निश्चित छ। यदि यसलाई रोकेनौ र देशले गम्भीर दुर्घटना बेहोर्नुपऱ्यो भने तिमीहरूलाई नेपाली जनताले कहिल्यै साथ र माफ दिनेछैनन्। तिमीहरूलाई वीर सहिदहरूको आँसुले सधैं पिरोल्नेछ।



तिमीहरूको नाम इतिहासको कालो सूचीमा रहनेछ। त्यसैले रोक आ-आ□नो हठ र घमन्डलाई।

युवराज अधिकारी

त्रिपुरेश्वरस्थित डिईसीसी कम्प्लेक्समा अब्रोड स्टडीका लागि परामर्श लिन आउने नम्रता, तिमीसँग फेरि भेट्न मन लागेको थियो। तिमीसँग भेट होला भनेर एजुकेसन कन्सल्टेन्सीमा धेरै पटक धाएँ, तर तिमी आइनौ। मैले कन्सल्टेन्सीमा मेरो नम्बर छोडेको छु, प्लिज एकपटक कन्ट्याक्ट गर ल।

रमेश

नवराज, तपाईंले जे गर्नुभयो, त्यसले सारा परिवारलाई पीडामा पारेको छ। तपाईंले त्यति ठूलो गल्ती गर्नुहुन्छ भन्ने कसैले सोचेको थिएन। तपाईं अहिले कहाँ हुनुहुन्छ ? यदि नेपालमै हुनुहुन्छ भने मलाई फोन गर्नु है।

भाइ, धादिङ

राम, तिमी विदेश आउने कुरा के भयो ? तिमी पनि आउँछौ भनेर साथीहरू कुरा गर्छन्, तर मलाई तिमी आउछौ जस्तो लाग्दैन। तिमी आउने भए हाम्रो कम्पनीमा कुरा गरेर एउटा भिसा पठाइदिन्थें, एक पटक खबर गर है।

सञ्जम, दुबई

कुपन सन्देश

सन्देशका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

● जीवनको गोरेटोमा ●

यो कस्तो कसम?

दीपक राधिकाकी आमालाई सानीआमा भनेर सम्बोधन गर्थ्यो, त्यसै कारणले दीपकलाई राधिकाकहाँ जान त्यति असजिलो महसुस हुँदैनथ्यो। दिनहुँको भेटघाटले दीपकमा राधिकाप्रतिको प्रेम बढ्दै गएको थियो।

एक दिन राधिकाको आवाजले दीपकलाई झस्कायो, उनी भन्दै थिइन्- दाइ, मैले आज डिभिडी लिएर आएकी छु, एक्लै हेर्न मन छैन, तपाईं पनि हिंड्नुस् न। दीपकले कसरी नकार्न सक्थ्यो ? जुरुक्क उठी राधिकासँगै चलचित्र हेर्न बस्यो। अचानक फिल्मी शैलीमा दीपकले प्रेमप्रस्ताव राख्यो। चलचित्र पनि त्यस्तै थियो। चलचित्रमा मस्त राधिका अनायासै यस्तो कुराले झस्किन् र रिसाइन्।

दीपकलाई आफ्नै व्यवहारप्रति आत्मग्लानी भयो। भोलिपल्ट पनि सम्झाउने प्रयास जारी राख्यो तर राधिका बोल्दै नबोली हिंड्न थालिन्। दिन बित्यो, साता बित्यो, महिना बित्यो तर यी दुईबीचको सम्बन्धमा कुनै सुधार आएन। दीपकलाइ पश्चात्तापको रापले जलाउँदै थियो, त्यसैले ऊ त्यो ठाउँ नै छोड्ने निर्णयमा पुग्यो र राधिकासँग माफी मागी आफू त्यो ठाउँ छोडेर अन्तै कतै जाने र उनीसँग टाढा हुने कुरा बतायो। दीपकको भावुकतालाई बुझेर राधिकाले केही समय मागिन्।

केही दिनपछि राधिकाले दीपकको प्रेम आफूलाई स्वीकार्य भएको बताइन्। त्यसपछि यी दुईको प्रेम दिन-प्रतिदिन तामाको मुनाझैं हलक्क बढ्दै गयो।

यो दुई जोडीको प्रेम देखेर भगवानलाई पनि डाहा लागेछ क्यारे, एक दिन थलै पर्ने गरी बिमारी भै दीपक हस्पिटल भर्ना भयो। डाक्टरले छिट्टै उसको मुटुको अपरेसन गर्नुपर्ने सल्लाह दिए। दीपकको मुटुको अपरेशन पनि भयो।

अस्पतालबाट डिस्चार्ज भएपछि दिपकले कतै घुम्न जाने प्रस्ताव राख्यो। राधिकाले सहर्ष स्वीकार गरिन्। कुरै-कुरामा दीपकको मुखबाट निस्कयो- आज म तिमीसँग केही माग्छु, दिन सक्छ्यौ ? म तिम्रो तिमी मेरो भनी कसम खाइसकेर पनि तिमी मप्रति शंकामा छौ र ? राधिकाले उत्तर दिइन्। त्यसपछि दीपकले राधिकाका कोमल हात आफ्नो शिरमा राखी कसम खान आग्रह गऱ्यो, राधिकाले भनेजस्तै गरिन्। राधिका केही गरी म मरिहालें भने तिमीले राम्रो असल केटो खोजी मेरो समाधी नहुँदै विवाह गर्नु ल। म त मुटुको रोगी छु, कुनै भर छैन। यदि यो जन्ममा तिम्रो सिउँदो भर्न पाइन भने पनि आगामी जन्ममा तिम्रो सिउँदो बनेर जन्मनेछु। राधिका केही बोल्न खोजिन् तर दीपकले उसको मुख बन्द गरिदियो, राधिकाले पनि जन्मदिनमा उसको मन दुखाउन चाहिनन्।

भोलिपल्ट अचानक दीपकलाई रोगले च्याप्यो। तुरुन्त उसलाई अस्पतालको आकस्मिक कक्षमा भर्ना गरिन्छ, बिहानीको मिर्मिरेसँगै दीपकको प्राणपखेरु उडिसकेको हुन्छ। दीपकको मृत्युको सन्देशले राधिका छाँगाबाट खसेझैं हुन्छिन, चारैतिर अन्धकार देखिन्छ। ओछ्यानमा घोप्टो परेर रुनुसिवाय केही हुँदैन। उनी सरानीमुनिबाट दीपकको तस्बिर निकालिन्, दीपक हाँसिरहेको छ। दीपकले संसार छोडेको केही महिना बितिसकेको छ। आज राधिका रातो घुम्टीभित्र सजिएकी छिन् उनी बिस्तारै मण्डपतर्फ पाइला बढाउँछिन्, केही क्षणमै राधिकाको सिउँदो पराईको हातबाट रङ्गिन्छ। राधिका तप्प दुई थोपा आँसु चुहाउँछिन्। 'सायद दीपक, मैले विवाह गरेँ नि'- दीपक क्षितिजपारिबाट मुस्कुराइरहेको छ ...।

–सार्थक

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

साप्ताहिक साथीका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव : .... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : .... वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना : ....

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

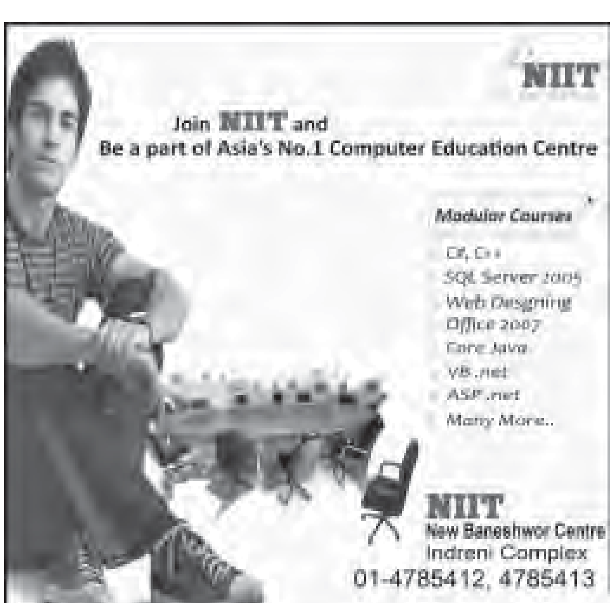
....

आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ।

● साथी ●

प्रकाश 'जलन' फार्वनफागो गहुगोरो वर्णका छन्। कृषि व्यवसायमा संलग्न प्रकाश कक्षा १० मा अध्ययनरत छन्। साहित्यिक सिर्जना गर्ने अभिरुचि राख्ने प्रकाशको उचाइ ५ फिट ५ इन्च छ भने उनी गहुँगोरो वर्णका छन्। दु:खमा साथ दिने, मनोरञ्जनमा बढी नलाग्ने, झट्ट नरिसाउने प्रकाशलाइ साथी बनाउन चाहनेले मावादिन-८, पीपलडाँडा, संखुवासभामा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

२१ वर्षीया करण सिंह सुतार हाल बीएड दोस्रो वर्षमा अध्ययनरत छन्। कम बोल्ने स्वभावका करण अविवाहित छन्। ५ फिट ३ इन्च उचाइका करण धेरै साथी बनाउने अभिरुचि राख्छन्। गहुँगोरो वर्णका करण सादा जीवन उच्च विचार राख्ने, सम्बन्धलाई निरन्तरता दिने साथीको खोजीमा छन्। करणलाइ सुदूर पश्चिमाञ्चल क्याम्पस, धनगढी, कैलालीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।



प्राइभेट
Test / S.L.C
बिगत बर्षहरुमा
100% पास
गराउन सफल।
२०६६ को लागि private Test / S.L.C. भर्ना खुल्यो
कक्षा समय: बिहान र दिउँसो
माध्यम: अंग्रेजी र नेपाली
साथै Computer, Language / Tuition Classes सञ्चालन भइरहेको छ।
Kathmandu Multiple Institute P.Ltd.
Bhotahity, Kathmandu
Ph: 4-232203
www. kmi.edu.np

भर्ना खुल्यो
प्राइभेट
Test/S.L.C.
कक्षा ८ पास ९, १० र SLC पास वा फेल भई स्कूल जान छोडेकाहरुलाई १ वर्षे विशेष कक्षा
ब्राइट फ्यूचर Morning & Day shift
चावहिल, चुच्चेपाटी
(NCC बैंकको ठीक अगाडि)
फोन: ४४६३०७३, ९८५१००२८०४

प्रेमविवाह राम्रो हुन्छ कि परम्परागत विवाह ? किन ?

परम्परागत विवाह राम्रो हुन्छ भनौं भने आफूले प्रेमविवाह गरियो। परम्परागत विवाहको अनुभव भएपछि बताउँला।

युजल घिमिरे, मोरङ

आफूले प्रेमविवाह गरेपछि कसरी परम्परा विवाह राम्रो हुन्छ भनौं ? प्रेममा आफ्नो मान्छेलाई चिन्ने मौका पाइन्छ।

शम्भुराज घिमिरे, मोरङ

के हो सम्पादकज्यू, कान्छी भाउजु ल्याउन खोज्नुभा' हो कि कसो ?

chy_nandu@yahoo.com

प्रेमविवाह नै राम्रो होला। किनभने बल्ल अहिले मेरो लव परेको छ, कसैलाई नसुनाउनु ल, तपाईंलाई मात्र खुसुक्क भनेको।

प्रवीण ज्ञवाली

मेरा लागि त प्रेमविवाह नै राम्रो किनभने प्रेमी-प्रेमिकाले पहिले नै एक-अर्कालाई बुझ्ने मौका पाएका हुन्छन्।

वीरेन्द्र गुरुङ (१६), ओखलढुंगा

मेरो विचारमा प्रेमविवाह राम्रो, किनभने विवाह अगाडि एक-अर्कालाई राम्रोसँग बुझ्न र आफ्नो कमी-कमजोरी सुधार्न सकिन्छ।

kumars987@yahoo.com

मेरो विचारमा प्रेमविवाह राम्रो हुन्छ, किनभने आफ्नो इच्छा र मन मिल्ने खालकी केटी पाइन्छ।

पदमराज महतारा, डोल्पा

प्रेमपछिको मागी विवाह राम्रो। आफूले रोजेको पनि पाइने, परिवार पनि खुसी।

रुद्रप्रसाद दहाल, दोलखा

आफूले मन पराएको मान्छेसँग लभ म्यारिज गर्नुको मज्जै बेग्लै हुन्छ नि।

विजय चौधरी, कदमाहा सप्तरी

क्या हो सम्पादक ज्यू, परम्परागत विवाह गरेर ल्याएकी सोझी श्रीमतीलाई झुक्याएर अब प्रेमविवाह गरेर कान्छी ल्याउने सुर कस्दै हुनुहुन्छ कि क्या हो ?

देवराज प्रधान (२६), काठमाडौं

प्रेमविवाह नै राम्रो हुन्छ। किनभने मन पराएकी युवतीलाई आफूले आफ्नो बनाउन पाइएको हुन्छ।

नारायण कुँवर, काठमाडौं

विवाह गर्ने सोँचमा हुनुहुन्छ भने प्रेमविवाह नै गर्नुस् किनकि नयाँ नेपाल, नयाँ विवाह।

दासुदेव कुलुङ, सल्लेरी

विवाहपूर्व नै एक-अर्काबीच चिनजान हुने भएकाले प्रेमविवाह नै राम्रो।

टीकाराम अर्याल, स्याङ्जा

प्रेमविवाह नै राम्रो हुन्छ किनभने आफूले खोजे जस्तै, रोजेजस्तै जीवनसाथी पाइन्छ।

विनोद खतिवडा, इनरुवा

● 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. सबैभन्दा ठूलो धर्म के हो ?
२. प्रेमी-प्रेमिकाविहीन जीवन कस्तो हुन्छ ?
३. नसालु आँखाले मोहित हुनुहुन्छ कि तपाईंलाई मुस्कानले भुतुक्कै बनाउँछ ?
४. काली युवती र गोरी युवतीमध्ये को बढी राम्रा हुन्छन् ? किन ?
५. पैसा पाउनु ठूलो कुरा हो कि प्रेम पाउनु ? किन ?
६. तपाईंले जिन्दगीमा कोबाट कस्तो धोका पाउनुभएको छ ?
७. हामी नेपाली किन र के कारणले पिछडिएका छौं ?
८. मानिसहरूलाई अर्काका श्रीमान्/श्रीमती किन राम्रा लाग्छन् ?
९. पुरुषहरू महिलाको चरित्र र चालचलनको कुरा किन बढी गर्छन् ?
१०. पढेर जानिन्छ कि परेर ?

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

डा. राजेन्द्र भद्रा

प्रश्न : म २६ वर्षीया अविवाहित युवती हुँ। केही वर्षअघि असुरक्षित यौनसम्पर्कका कारण म गर्भवती भएकी थिएँ। गर्भावस्थाको पाँच महिनामा मैले गर्भपतन गराए। त्यो घटनापछि पनि मैले पुनः यौन क्रियाकलाप (हस्तमैथुन र यौनसम्पर्क) गरिरहें, तर मैले आजसम्म हस्तमैथुन गर्दा लिङ्ग आकारको वस्तु प्रयोग गरेको छैन, केवल घर्षण विधि अपनाएको छु। मैले हस्तमैथुन र यौनसम्पर्क गर्दा धेरै फरक पाए। हस्तमैथुन गर्दा ७५ प्रतिशत सन्तुष्टि पाउँछु भने यौनसम्पर्क गर्दा ५० प्रतिशत सन्तुष्टि पाएकी छु र कुनै बेला पाएको पनि छैन, किन होला ? ममा यौनइच्छा भए पनि यौन उत्तेजना छैन, किन ? हाल मेरो प्रेमी हुनुहुन्छ। उहाँसँग मेरो विवाह पक्का भैसकेको छ। उहाँसँग पनि मैले यौनसम्पर्क राखें। उहाँको लिङ्गको मोटाइ, लम्बाइ पर्याप्त सन्तुष्टि प्राप्त हुने खालको छ, तर पनि मैले सुन्तुष्टि पाइरहेको छैन, किन ? म र मेरो प्रेमीमध्ये कसको कमजोरी हो ? मैले सन्तुष्टि नपाउनुमा मेरो योनि खुकुलो भएर हो ? मेरो प्रेमीको दाँजोमा मैले कमै यौनसन्तुष्टि पाइरहेको छु किन ? यौनसन्तुष्टि र योनिबीच कस्तो सम्बन्ध छ ?

–निराशी

उत्तर : यौनसम्पर्क कि गर्भको रोकथाम ?

यो स्वाभाविक कुरा हो कि यौनसम्पर्क यौनआनन्दका लागि गरिन्छ। यसमा प्रकृतिले नै असीम आनन्दमा जोडिदिएको छ र यो सन्तान प्राप्तिका लागिभन्दा आनन्दका लागि बढी हुने गरेको पाइन्छ। अहिले सामाजिक नियमले विवाहको उमेर पछिल्तिर धकेलिएको स्थितिमा यौनसन्तुष्टि प्राप्तिका लागि अविवाहित नै भए पनि यौनसम्पर्क राख्ने प्रवृत्ति बढ्दो रूपमा छ। नियमित रूपमा यौनसम्पर्कमा नहुँदा कतिपयले गर्भनिरोधको उपाय अपनाउनुपर्छ भन्ने मान्दैनन्। यौनसम्पर्क गरेर यौनआनन्द उठाए पनि गर्भ परिवार नरहोस् भनेर नै परिवार नियोजनका साधनहरू प्रयोग गरिन्छन्।

अहिले नेपाल सरकारले सुरक्षित गर्भपतनलाई मान्यता दिएपछि देशभरि यो सेवाको उपयोग बढेको छ, तर नेपालमा अनिच्छित गर्भपतन गर्ने प्रचलनले कतिपय स्थितिमा गर्भनिरोधको वैकल्पिक उपायका रूपमा विकसित हुने सम्भावना बढेको छ। गर्भपतनलाई वैकल्पिक गर्भनिरोधको एक उपायका रूपमा प्रयोग गरिनुभन्दा गर्भ नै रहन नदिनु बेस हुन्छ। दोहोऱ्याई-तेहेऱ्याई गर्भपतन गराउँदा जटिलताको जोखिम पनि त्यसैअनुसार बढ्दै जान्छ। गर्भको उमेर जति नै बढी हुन्छ त्यति नै जटिलताको जोखिम बढ्दै जान्छ।

लिङ्ग र योनिको नाप कसरी मिलाउने ?

व्यक्तिअनुसार लिङ्ग तथा योनिको नाप तथा आकार फरक-फरक हुन्छ। ऋषी वात्सायनले पनि नापलाई आधार बनाएर लिङ्ग तथा योनिको वर्गीकरण गरेका छन्। उनले लिङ्गको नाप अनुसार खरायो, वृष (साँढे) तथा अश्व (घोडा) र योनिको गहिराइअनुसार मृगी, घोडी र हस्तिनी गरेर तीन-तीन वर्गमा विभाजित गरेका छन्। उनका अनुसार खरायो पुरुषको मृगी, साँढेको घोडी तथा घोडाको हस्तिनी सँगको मिलन समान अर्थात् 'समरत' मानिन्छ। त्यसबाहेकका अन्य यौनसम्पर्कलाई 'विषमरत' भनिन्छ, तर नाप ठ्याक्कै मिलाएर यौनसम्पर्क राख्न व्यावहारिक रूपमा सम्भव छैन।

तपाईंले के आधारमा प्रेमीको लिङ्ग सन्तुष्टि दिने खालको छ भन्नुभयो, थाहा छैन। यदि तपाईंको गर्भ रहँदा यौनसम्पर्क भएको व्यक्ति प्रेमीभन्दा फरक व्यक्ति हुनुहुन्थ्यो कि ? बुझ्नुपर्ने कुरा के भने लामो वा मोटो लिङ्ग वा अति साँघुरो योनि यी आफैंले यौन सन्तुष्टिको ग्यारेन्टी गर्दैनन्। यो त यौन क्रियाकलापलाई निरन्तरता दिएर यौन उत्तेजना बढाउँदै चरमसुखसम्म पुऱ्याउने कुरा हो। यसमा मेहनत र सीप दुवै चाहिन्छ। शारीरिक मात्र होइन, मानसिक रूपमा तयार हुनुपर्छ। लिङ्ग सानो होस् वा योनि ठूलो, यौनसम्पर्क गरिने आसनमा विभिन्नता ल्याएर पर्याप्त घर्षण गराउन सके यौनआनन्द प्राप्त हुन्छ। योनि खुकुलो लागेको स्थितिमा विशेष गरेर जाँघ फैलाइएको स्थितिभन्दा नजिक ल्याइएको स्थिति सहयोगी हुन सक्छ। योनि मांसपेशीले बनेको एकदमै तन्किन सक्ने गुण भएको नली आकारको अङ्ग हो र आवश्यक परे यसको मांसपेशीले लिङ्गलाई अँठ्याउन सक्छ। योनिको मांसपेशीलाई कडा राख्न केगेल कसरत एक राम्रो उपाय हो, जसका बारेमा हामीले पहिलेका अङ्कमा चर्चा गरिसकेका छौं।

के हरेक यौनसम्पर्कमा चरमसुख प्राप्त हुन्छ ?

धेरै व्यक्तिको चाहना हुन्छ कि हरेक यौनसम्पर्कमा यौन चरमसुख प्राप्त होस्, तर यथार्थमा त्यस्तो हुँदैन। मानव यौन प्रतिक्रिया चक्रको कुरा गर्दा उत्तेजनाको स्थितिलाई अझ माथि उठाउन सकिए प्लेटो स्थितिमा पुग्छौं र यसलाई अझै निरन्तरता दिन सकिए मात्र चरमसुखको स्थितिमा पुगिन्छ, तर शारीरिक वा मानसिक कारणले कतिपय स्थितीमा व्यक्ति सो स्थितिसम्म पुग्न सक्दैन। त्यसै कारण अस्वाभाविक रूपमा धेरै अपेक्षा राख्नु हुँदैन। ५० प्रतिशत यौन चरमसुख प्राप्त गर्नुलाई भाग्यमानी मान्नुपर्छ।

पत्रअनुसार तपाईं हस्तमैथुन गर्न अभ्यस्त हुनुहुन्छ। तपाईंले के-कसो गरे आ□नो यौन उत्तेजनालाई चरमसुखसम्म पुऱ्याउने भन्ने कुरा राम्रैसँग सिकिसक्नुभएको बुझिन्छ। यौनसम्पर्कका बेला कुनै व्यक्तिको मस्तिष्कले यौन उत्तेजनाका सन्देशलाई कसरी ग्रहण गर्छ र बुझ्छ भन्ने कुरा महत्वपूर्ण हुन्छ। अर्को व्यक्तिसँग तालमेल मिल्नु सजिलो कुरा होइन र त्यसका लागि केही समय लाग्छ। त्यसैले अनावश्यक रूपमा चिन्ता नलिन अनुरोध गर्दछु।

प्लास्टिक सर्जरी

प्लास्टिक तथा कस्मेटिक सर्जरीको लागि

नेपाल प्लास्टिक सर्जरी अस्पताल
हात्तिवन, हरिसिद्धि, ललितपुर
फोन : ५२५०६६५
Website : www.nepsanepal.com

के तपाईंमा यौन सम्बन्धी समस्या छ ?

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

महिलाहरुमा 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 पुरुषहरुमा हुने बाँझोपन (नि:सन्तान) को मोघनियताका साथ उपचार

सम्पर्क स्थान: माता मनकामना आरोग्य केन्द्र तथा सेक्सोलोजिष्ट डाक्टर्स क्लिनिक
पुतलीसडक, काठमाडौं (साडी प्यालेस माथि) फोन: ४२४०३९१, ४२२५५३५

शाखा कार्यालय
पोखरा - ०६१-५३९१९४ बुटवल - ०७१-५४८८९३
भरतपुर - ०५६-५२०९६८ इटहरी - ०२५-५८४०८८
दाङ - ९८४७८७७११४, ९८०६२०९८००
हेटौंडा - ०५७-५२६०४६ सप्तरी, फत्तेपुर - ०३१-५५०११२

We bring you the smile cos we fulfill your Dream
ANCHORING/उद्घोषण
VJ/RJ/STAGE/NEWS/TECHNICIAN
Public speaking / speech Art
Personality & confidence development
Rs. 1000 discount & job Guarantee
The Media's Collection
Ph No:-4233042
Pokhara-061-531569
Join No.1 Media station for beautiful smile

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

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १५ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, पिसावसित धातु खस्ने, नपुंसकता, सन्तान नहुने र कमजोरी आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोस्।
भेट्ने ठेगाना: फोन नं. : ४-४६०७८५
पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल परिपट्टी, काठमाडौं

उद्घोषण
6 Years Excellence
Since 2060 With the difference RJ/VJ/MC
Public Speaking, Personality Devlopment, FM Technician course
Since 2060
After Exam...Get Heavy Discount N Great Opprotunity offer
RJ/VJ/MC/News Reader Rs.1000/- Dis
Hurry UP........ Nepal's First Anchoring Training Center
Training Center with Own FM station and Digital Practical Studio
AXIS Media & Ent. (Pvt.) Ltd.
Artist Promoters Center
bagbazar, near buddha stupa
Ph:- 2331656

सौन्दर्यका सामानहरू
१. उचाई बढाउने जापानी YOKO Height increaser - रु. १,२५०/-
२. Souna Belt Price - रु. २,४९९/-
३. Breast घटाउने क्रिम - रु. १,३००/-
४. Breast बढाउने क्रिम - रु. १,३००/-
५. चुरोट खान छुटाउने Spray - रु. १,४९९/-
६. Roop Amrit - रु. १,३९९/-
७. अनुहारको चाया पोतो हटाउने - रु. २,५००/-
८. पेट घटाउन Abking pro - रु. ६,९९९/-
९. Home Jogger - रु. ६,९९९/-
१०. कपाल फर्आ रोकी नयाँ कपाल पलाउने Herbal HairOil - रु. ७५०/-
११. Breast बढाउने pump - रु. १,४९९/-
१२. जाड रक्सी छुटाउने औषधी - रु. १,४९९/-
Global TV. Product Shop
पुतलीसडक, (शंकरदेव क्याम्पस अगाडि)
कुमारीबैंकपछाडिफोन: ४२४२०६१, ४२३०८१५

● म्युजिक अपडेट ●

ग्लोबल वार्मिङ र संगीत

विश्वकै लागि चुनौती बनेको 'ग्लोबल वार्मिङ' बारे नेपालमा कमै बहस हुने गरेको छ। यही विषयमाथि केन्द्रित रहेर राजधानीमा एक कार्यक्रम सम्पन्न भयो। 'चिल्डेन फर ग्रीन न्यू नेपाल' ले आयोजना गरेको कार्यक्रममा बालकलाकारसँगै निर्णय द एनएसकेले 'मेचीदेखि महाकाली' गीत सुनाएका थिए। कार्यक्रममा निर्णयले आफ्ना गीत प्रस्तुत गरेर वातावरणलाई संगीतमय बनाएका थिए भने स-साना बालबालिकाहरूले आकर्षक नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए।

दोहोरी गायकको सम्मान

संगीत प्रशिक्षण केन्द्र पोखराले यस वर्षको अर्जुन नेपाली स्मृति संगीत पुरस्कार चर्चित लोकदोहोरी गायक प्रजापति पराजुलीलाई प्रदान गरेको छ। केन्द्रले १० हजार रुपैयाँ राशिसहित दोसल्लाले सम्मान गरेपछि उनलाई सम्मान गर्नेहरूको ओइरो लाग्यो। दोहोरी मात्र होइन, तीजगीत, भजन चुड्का, रत्यौलीलगायत परम्परागत संस्कृतिको संरक्षणमा उनले पुऱ्याएको योगदानको कदर गर्दै सम्मान गरिएको हो।

कन्सर्टमा गायक र ब्यान्ड

गायक दीप श्रेष्ठ तथा सांगीतिक समूह '१९७४ ए डी' दुई फरक धारका गीत गाउने श्रष्टा हुन् तर गत शुक्रबार साँझ पाटनढोकास्थित यलमाया केन्द्रमा आयोजित एउटा सांगीतिक कार्यक्रममा सुगम संगीतका लोकप्रिय गायक श्रेष्ठ तथा रक संगीतको चर्चित ब्यान्ड '१९७४ एडी' एक साथ प्रस्तुत भए। सांगीतिक कार्यक्रम 'म्युजिक बाइ द म्युजियम' को प्रारम्भमा १९७४ एडीका संगीतकर्मीहरूले आफ्ना लोकप्रिय गीत गाएका थिए।

कुटुम्बको कन्सर्ट

गत शनिबार राजधानीमा सांगीतिक समूह 'कुटुम्ब' ले आफ्ना सुमधुर गीत-संगीत प्रस्तुत गऱ्यो। 'कुटुम्बसँग हातेमालो' शीर्षक अन्तर्गत आयोजना गरिएको कार्यक्रममा 'कुटुम्ब' ले आफ्ना डेढ दर्जनभन्दा बढी लोकप्रिय धुन बजाएर दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन गरायो। कार्यक्रममा मिथिला लोकधुनमा कम्पोज गरी तयार पारिएको सांगीतिक संग्रह 'मिथिला' पनि सोही कार्यक्रममा सार्वजनिक गरियो। लोपोन्मुख लोकस्रष्टा बनेपाका नगरावादक गणेशमान दुवाल तथा बाटुलेचौरका खिमबहादुर गन्धर्व, लोकसंगीतप्रति मरिमेट्ने बालबालिकाको समूहलाई पनि कुटुम्बले अवसर प्रदान गरेको थियो।

कन्सर्टमा हास्य कलाकार

मैत्री एफ.एम. को दोस्रो वार्षिकोत्सवको अवसरमा गत शनिबार राजधानीमा आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रममा युवापुस्ता चर्चित गायक-गायिकाले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे। कार्यक्रममा सुजिल कर्माचार्य, पुष्पा पौडेल, मिङ्मा शेर्पा, सनुप पौडेल, आरपी भट्टराई, शिरिष खड्का, कोसिस क्षेत्री, प्राश्ना शाक्य, महेश गुरुङ, रवि बज्राचार्य, पूर्ण राई, शोभा बर्मा, नरेन लिम्बू, सुजाता सिटौला आदि गायक-गायिकाले आफ्ना लोकप्रिय गीत गाएका थिए। कार्यक्रममा रवि डंगोल (बेइमान) तथा मञ्जु श्रेष्ठ (बिजुली) को प्रहसनले दर्शकलाई थप मनोरञ्जन प्रदान गरेको थियो।

संखुवासभाबाट सात

कोसी अञ्चलस्तरीय आइडलका लागि संखुवासभा जिल्लाका सात गायक-गायिकाले प्रतिस्पर्धा गर्ने अवसर पाएका छन्। प्रतियोगिताका लागि संखुवासभा तथा भोजपुरबाट गरी सात प्रतिभा छानिनुपर्ने थियो। खाँदबारीमा आयोजित पहिलो चरणमा संखुवासभाबाट मात्र सातैजना छनोट भएका हुन्। बालाका संयोगान्त राई, दिदिङका नवराज राई, धुपुकी पूजा दियाली, खाँदबारीका सुजाता बयलकोटी, प्रनिसा तामाङ, रोशन थापा मगर र महेन्द्र तामाङले आगामी असार २० देखि धरानमा हुने कोसी अञ्चलस्तरीय आइडलमा प्रतिस्पर्धा गर्न पाउने छन्।

रेश्मा जापानमा

'मैं ठूली भैंछु रे...' गीतका कारण लोकप्रिय बनेकी गायिका रेश्मा सुनुवार विदेशका कार्यक्रममै व्यस्त हुन थालेकी छिन्। स्वदेशी सांगीतिक कार्यक्रमहरूमा पनि सक्रिय रहने गायिका सुनुवार यतिबेला जापानमा छिन्। भर्खरै कोरियामा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी भएर स्वदेश फर्किए लगत्तै उनी यस्तै कार्यक्रममा सहभागी हुन जापान पुगेकी हुन्।

महिलाहरूको लागि सुवर्ण अवसर
यहाँ विभिन्न किसिमको तालिमका साथै पेन्टिङ, ब्याग, फूल, पुतली बनाउन सिकाईन्छ।
१. सिलाई र कटाई २. ब्यूटिसियन ३. फेसन डिजाईन ४. बुनाई ५. प्याचवर्क ६. इम्ब्राइडरी
बिदेस जानेहरूको लागि विशेष तालिम दिइन्छ।
SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरुको लागि २५% छुट दिइन्छ।
त्रिवेणी तालिम केन्द्र
बागबजार, काठमाण्डौं फोन: ४२३१०३० (खुल्ने समय: बिहान ७ बजेदेखि साँझ ५ बजेसम्म।)

प्राइभेट Test / SLC
जिल्ला शिक्षा कार्यालयबाट स्वीकृत प्राप्त
विगत ७ बर्ष देखि निरन्तर Private Test/ S. L. C. मा 100% विद्यार्थी उत्तीर्ण गराउन सफल एक मात्र Institute मा २०६६ सालको लागि नयाँ भर्ना खुल्यो।
हाम्रा विशेषताहरू
अनुभवी तथा दक्ष शिक्षक-शिक्षिकाद्वारा पढाइने।
अंग्रेजी र नेपाली दुबै माध्यमबाट पढाइने।
कमजोर विद्यार्थीहरुका लागि विशेष कक्षाको व्यवस्था गरिने।
Weekly तथा Terminal परीक्षा लिइने।
पुस्तकालय र प्रयोगशालाको व्यवस्था।
Audio तथा Visual को व्यवस्था।
जेहेन्दार तथा गरिब विद्यार्थीहरुका लागि छात्रबृत्तिको व्यवस्था।
शुरुमा भर्ना हुने १५ विद्यार्थीहरुका लागि विशेष छुटको व्यवस्था।
Model Educational Institute
बागबजार (P. K. Campus को गेट अगाडी), Tel: 4-218146

म २० वर्षीया संघर्षरत कलाकार हुँ। केही लोकगीतका भिडियोमा नाच्ने काम गरेर जीवन गुजारा गरिरहेकी छु। मैले एउटा चलचित्रमा तपाईंको पछाडि पनि नाच्ने मौका पाएकी थिएँ। कतै कार्यक्रम भयो भने नाच्न बोलाउँछन्। मेरो घर काठमाडौंमा छैन, दिदी र भिनाजुसँग डिल्लीबजारमा डेरा गरेर बसेकी छु। कमाएको केही पैसा दिदीलाई खर्चका लागि दिने गरेकी छु। बुबा हुनुहुन्न, आमा र दाइ गाउँमै हुनुहुन्छ। फुर्सदमा म डेरामै रहन्छु। भिनाजुको एक जना भाइ डेरामा आइरहन्छ। ऊ मेरै उमेरका भएकाले हाम्रो गफ मिल्छ। उसले मलाई प्रेमप्रस्ताव पनि राखिसक्यो। मैले हुन्छ भनिसकेँ। यो कुरा दिदी-भिनाजुलाई थाहा छैन। उहाँहरूको अगाडि ऊ मलाई बहिनी भनेर बोलाउँछ। नाच्न र अभिनयमा मलाई रुचि भएको उसलाई थाहा छ। यो क्षेत्रमा नाम कमाएर तपाईंजस्तो हिरोइन हुनुपर्छ भनेर भनिरहन्छ। उसले मलाई म्युजिक भिडियोमा खेलाउन एक जना निर्देशकसँग भेट्टायो तर एक दिन उसले एउटा कुरा भन्यो जुन कुराले म छाँगाबाट खसेझैं भएँ। उनीहरू दुई जनासँग रात बिताउने गरी कतै जाने र त्यो निर्देशक भनाउँदोले जे भन्छ त्यसो गर्ने रे, अनि मात्र मलाई म्युजिक भिडियोमा खेलाउँछ रे। मैले सीधै हुँदैन भनें। त्यसपछि उसले मलाई धम्क्याउन थालेको छ। हामीबीच शारिरीक सम्बन्ध छ भनेर दिदी र भिनाजु अनि आफन्तहरूलाई भनिदिन्छु भन्छ। मलाई ऊसँग डर लाग्न थालेको छ। के गरूँ ?

– उ.

तपाईंको समस्या पढेर दुःख लाग्यो। त्यस्ता मानिसहरूकै कारण हाम्रो कलाक्षेत्र बदनाम भएको छ। तपाईंले त्यस्ता मानिसहरूको कर्तुत लुकाएर राख्नुभयो भने यो क्षेत्रलाई उनीहरूले अझ बदनाम गर्छन्। तपाईं अहिलेसम्म शोषणको सिकार हुनुभएको छैन। मानसिक यातना पाइरहनुभएको छ। तपाईं पनि उसलाई मानसिक यातना दिनुहोस्। सबै कुरा दिदी-भिनाजुलाई भन्नुहोस्। सकिन्छ भने त्यस्ता मानिसविरुद्ध प्रहरीमा उजुरी पनि दिन सक्नुहुन्छ। अनि अर्को कुरा यहाँ नायिका वा मोडल बन्ने भनेर गलत मानिसको सम्पर्कमा आएर अनेकौं युवती शोषित भएको मैले सुनेकी छु। त्यसका लागि उपाय छ। पहिले आफ्नो तस्बिर खिचाउनुहोस्। त्यसपछि नाम चलेका निर्देशक वा निर्माताहरूसँग भेटनुहोस्। तपाईं त त्यसै पनि नृत्यकलाकार हुनुहुन्छ। कुनै पनि चलचित्र वा म्युजिक भिडियोको छायांकनका क्रममा निर्देशकहरूलाई सजिलै भेट्न सक्नुहुन्छ। यदि तपाईं दक्ष हुनुहुन्छ भने पक्कै पनि तपाईंले आफ्नो कला देखाउने राम्रो अवसर पाउनुहुनेछ।

● लभगुरु ●

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।

नैना रेसमको खबर

• निर्देशक आरबी शरदको निर्देशनमा निर्माण भैरहेको चलचित्र 'नैना रेशम'को सम्पादनकार्य सम्पन्न भएको छ। निर्माता अजितजंग राणाले निर्माण गरेको यो चलचित्रमा निशा अधिकारी मुख्य भूमिकामा छिन् भने नायकमा विराज भट्ट छन्। प्रेमकथालाई मूल आधार बनाइएको यो चलचित्रका संगीतकार वसन्त सापकोटा हुन्।

फेरि नायक

• निर्माता रोज राणा फेरि एकपटक चलचित्र नायक हुने भएका छन्। छायांकन भैरहेको चलचित्र 'किन दुख्छ मुटु ?' का नायक रोज नै हुन्। ऋषि न्यौपानेको निर्देशनमा बन्ने उक्त चलचित्रमा निखिल उप्रेती पनि छन्। रोजले यसअघि चलचित्र 'महान्'मा अभिनय गरिसकेका छन्। 'महान्'को सम्पादन कार्य भैरहेको छ। आफैं निर्माता भए पनि 'महान्' र 'किन दुख्छ मुटु' चलचित्रका निर्माता भने उनी होइनन्। 'महान्' दिनेश शर्माले निर्माण गरेको चलचित्र हो भने 'किन दुख्छ मुटु'का निर्माता भुवन गोर्खाली हुन्। रोज राणा अब आफ्नो लगानीमा चलचित्र 'ग्याङ्स्टर' बनाउँदैछन्। वसन्त सापकोटाको संगीत रहने यो चलचित्रमा रोजले अभिनय भने गर्नेछैनन्। चलचित्रमा राजेश हमाल, निखिल उप्रेती, सुमन सिंह, अर्जुन कार्की र विशाल विष्ट आदिको भूमिका रहनेछ।

इमान्दारको शुभसाइत

• ओस्कार मुभिजको ब्यानरमा हरि उदासीको लेखन, निर्देशन, गीतरचना तथा संगीतमा चलचित्र 'इमान्दार' को निर्माण प्रारम्भ भएको छ। यो चलचित्रको शुभसाइत हालै सम्पन्न भएको छ।

तस्बिर : नवराज बाग्ले

● फिल्मी खबर ●

केवल एक प्रश्न

पुरूषका बारेमा तपाईंले बुझ्नै नसकेको एउटा मात्र कुरा के हो ?

पुरुषको मस्तिष्कमा के कुरा खेलिरहेको हुन्छ भन्ने कुरा मैले बुझ्न सकेकी छैन ।

बिनिता घिताल (गायिका)

पुरुषहरू सबै कुरा सजिलै बुझ्छन् तर महिलालाई बुझ्नचाहिं साह्रै गाह्रो मान्छन् । पुरुषको यही कुरा मैले बुझ्न सकेकी छैन ।

शीताष्मा चन्द (मिस नेपाल)

खासै केही छैन जस्तो लाग्छ। अर्थात् बाहिरबाट हेर्दा उनीहरू जस्ता देखिन्छन् भित्रबाट पनि त्यस्तै होलान् भन्ने धारणा छ।

माल्भिका सुब्बा (पूर्व मिस नेपाल)

म त पुरुषलाई रत्तिभर बुझ्न सक्दिनँ ।

पल्लवी ढकाल (टेलिभिजनकर्मी)

पुरुषहरूमा बुझ्नैपर्ने खासै केही कुरा हुन्छ जस्तो मलाई लाग्दैन ।

सलोनी राजभण्डारी (भीजे)

'नलेखिएको साइनो', 'खुसी पलभरको', 'माइती' जस्ता सफल टेलिश्रृंखलाका लेखक तथा निर्देशक बाबुराम ढकाल अब ठूलो पर्दाको चलचित्र निर्देशकका रूपमा चिनिनेछन्। हालै शुभमुहूर्त गरिएको चलचित्र 'पर्खिराख हैं' मार्फत उनी चलचित्र लेखक तथा निर्देशकका रूपमा दर्शकमाझ आउने भएका हुन्। यसअघि बलिउडमा समेत सहायक निर्देशन तथा सम्पादनमा पाँच वर्षको अनुभव बटुलिसकेका निर्देशक ढकालले बालाजी टेलिफिल्म्सका केही चर्चित धारावाहिकमा सहायक निर्देशकका रूपमा काम गरिसकेका छन्। आगामी साउनदेखि छायांकन प्रारम्भ हुने चलचित्र 'पर्खिराख हैं' का लागि नयाँ कलाकारको खोजि गरिरहेका निर्देशक ढकालसँग *साप्ताहिक*को जम्काभेट :

जम्का भेट

सानो पर्दाबाट ठूलो पर्दामा जाने तयारी कस्तो छ ?

सम्पूर्ण तयारी पूरा भैसकेको छ। आगामी साउनदेखि छायांकन हुने भएकाले कलाकारको खोजी कार्य जारी छ।

ठूलो पर्दाको चलचित्र निर्देशन गर्दा सानो पर्दाकै झझल्को त आउँदैन ?

दुवै अलग-अलग विधा हुन्। बलिउडमा छँदा 'धुंद द फग' तथा 'देवदास' चलचित्रमा गरेको सह-निर्देशनको अनुभवले मलाई सहयोग पुऱ्याउने विश्वास छ।

'पर्खिराख हैं' कस्तो प्रकारको चलचित्र हो ?

शीर्षकअनुरूप जाने हो भने यो प्रेमकथामा आधारित चलचित्र हो, तर यो चलचित्र एउटा दाजुले वर्षौंदेखि आफ्नी हराइरहेकी बहिनीलाई खोजिरहेको कथामा आधारित छ।

अन्य चलचित्रभन्दा यो कुन कुराले पृथक् हुनेछ ?

चलचित्रको सम्पूर्ण टिम नै नयाँ छ। नयाँ निर्माता, नयाँ निर्देशक। सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा चलचित्रका सम्पूर्ण कलाकार नयाँ हुनेछन्।

दर्शकले कहिलेसम्म यो चलचित्र हेर्न पाउलान् ?

असोजसम्ममा सक्ने योजना छ। पोस्ट प्रोडक्सनको कामपछि माघ महिनासम्ममा यो चलचित्र दर्शकमाझ पुग्नेछ।

तु. आवश्यकता

NGO को सहयोगद्वारा सञ्चालित एक संस्थालाई महिला/पूरुष कर्मचारीहरू चाहियो। गृहणी महिला तथा SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरूलाई विशेष प्राथमिकता। इच्छुक व्यक्तिले ५ दिनभित्र सम्पर्क राख्नुहोला।

आवश्यकता	संख्या	पारिश्रमिक
पूरुष	७	७५००/-
महिला	१५	७५००/-

सुविधा: घरमै बसी काम गर्न सकिने ।
सम्पर्क: ४४९५२८२, गौशालाचोक

Airlines Ticketing Training
"Certificate in International Airlines Ticketing"
• International Air Ticket
• Fare Calculation (Manually & Computerised)
• E-Ticketing
• (Abacus, Amadeus, Galileo)
By teacher who has more than a decade experience in travel industry.
Your Gateway to the Airlines & Travel Industry
Gateway
The Institute of Travel Tourism & Hotel Management
Bagbazar, कृषि बिकाश बैंक सँगै
Tel:4266606,4215450,9851064228

नि:शुल्क ब्युटिसियन तालिम
विदेशबाट तालिम प्राप्त ब्युटिसियनहरूबाट अत्याधुनिक मेशिनबाट Basic, Advance, Diploma, Teachers Trainings Beautician course संचालन हुँदैछ। तालिम पछि पार्लर खोल्न सक्ने।
विदेश जानेहरूका लागि Special Short Course पनि
साथै Hair Straight र Permining Guarantee का साथ गरिन्छ।
Sabina Beauty Care & Training Centre
पकनाजोल चोक (People's Campus नजिक)
९८४१५५४७५७, ४२५१६३५

तु-आवश्यकता
International Project को लागि कर्मचारी आवश्यकता।
योग्यता: SLC or Above
संख्या: 10 Ladies & Gents
सुविधा: 9000 + अन्य

5532447	6637290
9803437476	9841680647
USI	URI
नख्खु दोबाटो	नयाँ ठिमी

● पहिलो विश्व ●

वर्षैभरि जन्मदिनको उपहार

जन्मदिनको अवसरमा सधैं श्रीमान्-श्रीमती वा प्रेमी-प्रेमिकालाई के उपहार दिऊँ भन्ने दुविधा हुन्छ। उपहारले केही दिनलाई माया त बढ्ला, तर वर्षैभरि त्यति नै प्रेम कायम रहला भन्न सकिँदैन। विवाह गरेको आठ वर्षपछि कार्ला मुलरलाई पनि त्यस्तै भयो। श्रीमान् ब्राड मुलरलाई जन्मदिनको उपहार के दिने ? यही सोचमा पर्दा उनको दिमागमा यस्तो नयाँ उपाय आयो कि उनले जन्मदिनको उपहारमा श्रीमान्लाई वर्षभरि यौनसम्पर्क राख्न दिने भइन्। श्रीमतीको यो प्रस्ताव सुनेर ब्राड केही अकमकाए पनि कार्लाले उनलाई यसमा सक्दो सहयोग गर्ने वचन दिइन्। उनले

दिएको उपहारका प्रत्येक रातलाई उनले पुस्तकको रूप दिने योजना पनि बताइन्। अमेरिकाको मुलर दम्पतीले आफ्नो अनुभव हालै सार्वजनिक गरेको छ, जसमा कार्लाले ब्राडले नयाँ वर्षको पूर्वसन्ध्यामा यौनसम्पर्क गर्न मानेन, हामीहरू सेक्स सपमा गएर घुम्यौं र आनन्द लियौं देखि विशेष दिनहरूमा के-के भयो र उनले आफ्नो श्रीमान्लाई यौनसम्पर्क गराउन के-कस्ता उपाय अपनाइन् भन्ने कुरा लेखेकी छिन्। मुलर दम्पतीले जस्तोसुकै अवस्थामा पनि वर्षभरि प्रत्येक रात यौनसम्पर्क राखे पनि अर्को बिहान अझ फुर्तिलो अनुभव गरेको बताए।

कीर्तिमान भंग

हस्तमैथुनलाई कतिपयले राम्रो मान्छन् भने कतिपयले नराम्रो। यौन चिकित्सकहरूले हस्तमैथुनलाई हानिकारक मानेका छैनन् भने अमेरिकाको क्यालिफोर्नियास्थित एक संस्थाले हस्तमैथुनलाई जीवनको अभिन्न अंग बनाउने अभियान नै चलाउँदै वार्षिक रूपमा प्रतियोगितासमेत आयोजित गर्छ। उक्त संस्थाको बुझाइमा हस्तमैथुन गर्नु भनेको सुरक्षित यौन आनन्द लिनु हो र यसले आफ्नो यौनका बारेमा आफैंलाई जानकारी दिन्छ। यस वर्ष आयोजित प्रतियोगितामा विभिन्न देशका प्रतियोगी सहभागी थिए, जसमा पुरुषतर्फ नयाँ विश्वकीर्तिमान कायम भयो। गत वर्षको प्रतियोगितामा ९ घन्टा ३३ मिनेटसम्म लिङ्गलाई उत्तेजित अवस्थामा चलाएर स्खलित भएका जापानका मासानोबु साताले आफ्नो पछिल्लो कीर्तिमान भंग गर्दै ९ घन्टा ५८ मिनेटमा पुऱ्याएका थिए। विजयपछि उनले अर्को वर्ष यो समयलाई १० घन्टाभन्दा बढी पुऱ्याउने बताए। अमेरिकाका फ्लिन्ट ग्रासेउडले वीर्यलाई ५ फिट ४ इन्च टाढा पुऱ्याएर नयाँ अमेरिकी कीर्तिमान कायम गरे भने स्ट्रिप क्लब लुसी लेडी थिएटरबाट आएका महिला सहिभागीहरूले आफूलाई लामो समयसम्म उत्तेजित राखेर टिम इभेन्टमा नयाँ कीर्तिमान कायम गरे। अब हस्तमैथुनको विश्व च्याम्पियनसिप कोपेनहेगनमा हुने कार्यक्रम छ।

तेस्रो लिंगी आकर्षण

तस्बिर : विकास राई

महिला र पुरुषहरूले नाचेको सबैले देखेका छन् तर तेस्रो लिङ्गीहरूको नृत्य कमैले देखेका छन्। गत सोमबार धरान सभागृहमा उनीहरूको नृत्य दर्शकहरूका लागि निकै रोचक बन्यो। दुरुस्तै महिला भेषमा सजिएर तेस्रो लिङ्गी दीपिका राईले महिला हाउभाउमा गायिका अन्जु पन्तको 'नबिर्से तिमीलाई न पाएँ तिमीलाई' मा नाच्दा उपस्थित दर्शकहरू मख्ख परेका थिए। अर्का तेस्रो लिङ्गी श्रेया लिम्बूले अंग्रेजी गीत 'ब्युटिफुल लायर' गीतमा नाच्दा पनि दर्शकहरूको ताली रोकिएको थिएन।

एएफसी प्रेसिडेन्ट्स कप

उपाधितर्फ पुलिसको नजर

राजु घिसिङ

काठमाडौं- एएफसी प्रेसिडेन्ट्स कप फुटबल छनौटको समूह 'ए'को प्रतिस्पर्धा बिहीबारदेखि काठमाडौंमा प्रारम्भ भएको छ। फुटबलमा तेस्रो दर्जाका एसियाली मुलुकका लिग विजेताले खेल्ने प्रतियोगितामा नेपाल पुलिस क्लबले पुरानो उत्कृष्टता दोहोऱ्याउने अपेक्षा गरिएको छ।

एकपल्ट लिग च्याम्पियन भएका आधारमा निरन्तर तेस्रोपल्ट एएफसी प्रेसिडेन्ट्स कप खेल्न पाउनु पुलिस क्लबको सौभाग्य हो। विदेशमा राम्रो नतिजा निकालेको गत वर्ष अन्तिम चारको यात्रा तय गरेको थियो। उपविजेता रहिसकेका आधारमा पुलिसको आँखा उपाधिमा गढेको कुरा लुकाउन सकिँदैन। उपाधिको होडमा टिमलाई कायम राख्न पनि पुलिसले समूह चरणमा सुखद सुरुवात गर्नुपर्नेछ। तीन छनौट समूहका विजेता र एक सर्वोत्कृष्ट उपविजेताले प्रेसिडेन्ट्स कपको फाइनल चरण अर्थात् अन्तिम चारमा प्रवेश पाउनेछन्।

बलियो आत्मविश्वास

यसपटकको प्रतिद्वन्द्वीसँग भाग्यमानी पुलिस पहिलोपल्ट घर (काठमाडौं) मा छनौट चरण खेल्दै प्रतियोगितामा सुखद सुरुवात गर्न आतुर छ। दुईपल्टको विजेता रेगर ताडाज (ताजिकिस्तान), ताइवान पावर कम्पनी (चाइनिज ताइपेई) र वाप्डा (पाकिस्तान)सँगै पुलिस समूह 'ए'मा छ।

ताइवान पावर कम्पनीसँग बिहीबार खेलेको नेपाल पुलिसले वाप्डासँग शनिबार र रेगर ताडाजसँग सोमबार खेल्नेछ। दुई वर्षअघि पाकिस्तानमा फाइनल खेलेको उसले पुलिसले अघिल्लो भेटमा हारेको छैन। गत वर्ष पुलिसले समूह चरणमा वाप्डासँग १-१ र रेगरसँग २-२ को बराबरी खेलेको थियो। दुई वर्षअघि सेमिफाइनलमा रेगरको चुनौती २-१ ले समाप्त पारेर पुलिस फाइनल खेल्ने पहिलो दक्षिण-पूर्वी एसियाली टिम बन्यो। पुलिसबाहेक सबै संस्करणको उपाधि भिडन्त पूर्व सोभियत संघका क्लबबीच मात्र हुँदै आएको छ।

पुलिसका लागि ताइवान पावर कम्पनी नयाँ प्रतिद्वन्द्वी हो। किर्गिस्तानको डोरडोई डायनामोसँग तीनपल्ट हारेको पुलिसले प्रेसिडेन्ट्स कपमा अन्य टिमसँग पराजय बेहोरेको छैन। यसपटकको छनौटमा रेगर ताडाजलाई पुलिसको कठिन प्रतिद्वन्द्वी मानिएको छ। 'ताइवान र वाप्डालाई हराउँदै अन्तिम खेलअघि रेगरलाई दबाब दिनेछौं', पुलिसका प्रशिक्षक विराटकृष्ण श्रेष्ठ भन्छन्, 'रेगर सजिलै गल्ने टिम होइन।'

पुलिसलाई माथ ख्वाउन सक्ने रेगर छनौटमा एक्लो टिम हो। दुईपल्टको च्याम्पियन रेगर ताडाज र पुलिस प्रविधिक रूपमा उस्तै छन्। शारीरिक रूपमा भने तीनवटै प्रतिद्वन्द्वीका खेलाडी पुलिसका भन्दा अग्ला र बलिया छन्। ताइवान पावर र वाप्डालाई पुलिसले सजिलै हराउने अनुमान छ। पहिलोपल्ट घरेलु भूमिमा खेल्न लागेकाले कन्फिडेन्स बढेको कप्तान अनन्त थापाले बताए। दुई संस्करणका ९ खेलमा पुलिससँग ३ जित, ३ बराबरी र ३ हारको अनुभव छ।

चोटको पिरलो

पहिलो रोजाइका ३ खेलाडीको चोट प्रशिक्षक विराटकृष्णका लागि टाउको दुखाइ भएको छ। चोट बोकेका अनुभवी डिफेन्स राकेश श्रेष्ठ, युवा मिडफिल्डर दीपेन श्रेष्ठ र स्ट्राइकर चेतन घिमिरे आइतबारदेखि प्रशिक्षणमा जुटेका छन्। 'राकेश र दीपेनको खेल्ने सम्भावना न्यून छ', सहायक प्रशिक्षक अनिल अधिकारी भन्छन्– 'चेतनले खेल्ने पक्का छ। कठिन परिस्थितिमा मात्र राकेशलाई खेलाइनेछ।'

राष्ट्रिय टिमबाट फालिएपछि डिफेन्डर सुमन सुवेदीको गुमेको फर्म पुलिसका लागि चिन्ताको विषय हो। नयाँ खेलाडी योगेश श्रेष्ठ, जितेन्द्र बस्नेत, पंकज शाहीले चोटग्रस्त स्टारको अभाव खट्कन नदिने अपेक्षा गरिएको छ। प्रधानमन्त्री कप फुटबलमा छातीमा लागेको चोटबाट स्टार स्ट्राइकर जुमनु राईको मुक्तिले टिमलाई राहत मिलेको छ। भर्खरै चोटमुक्त भएका कप्तान अनन्त थापाले प्लेमेकरको भूमिका निर्वाह गर्नेछन्।

अनुभवी र नयाँ खेलाडीको संयोजन

पावर गेममा माहिर स्ट्राइकर रमेश बुढाथोकीको संन्यास पुलिसका लागि यसपालि महँगो सावित हुनसक्छ। प्रेसिडेन्ट्स कपको दुई संस्करणमा रमेशले २ गोल गरेका थिए। उनको स्थानमा चेतन घिमिरे जुमनुका नयाँ पार्टनर बनेका छन्। दबाब झेल्न सक्ने टिमका रूपमा परिचित पुलिसले प्रेसिडेन्ट्स कपमा १६ गोल खेपेर १७ गोल गरेको छ। ती गोल ६ खेलाडीको नाममा छ।

यो प्रतियोगितामा पुलिसका तर्फबाट सर्वाधिक ८ गोल जुमनु राईले गरेका छन्। पञ्जावमा ३ गोल गरेका राईले पोहोर मलेसियामा एक ह्याट्रिकसहित ५ गोल गरे। अनन्त थापाले ४ गोल गरेका छन्। पर्वत पाण्डे, अर्जुन रिजाल र चेतन घिमिरेले १-१ गोल गरेका थिए।

पुलिसमा भर्ना भएका नयाँ खेलाडीका लागि खेल देखाउने यो राम्रो अवसर हो। पुलिसको २५ सदस्यीय टिममा नयाँ खेलाडीको सूची लामै छ। 'नयाँ खेलाडी निक्कै राम्रा छन्', प्रशिक्षक विराटकृष्ण भन्छन्, 'विगतको तुलनामा यसपटक मिडफिल्ड बलियो छ।'

प्रेसिडेन्टस् कपमा नेपाली टिमको प्रदर्शन

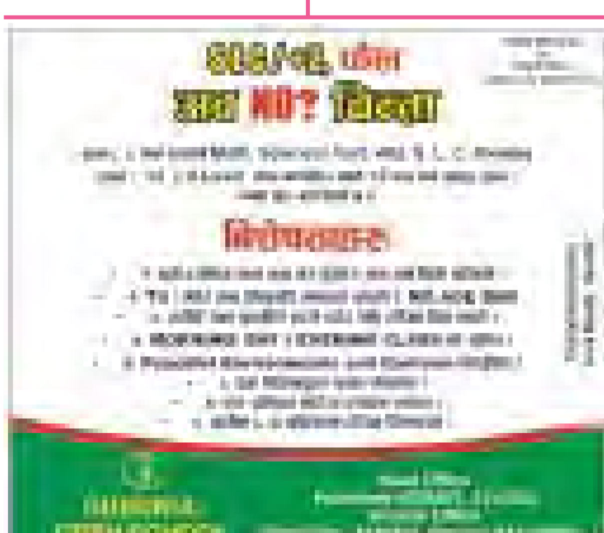
वर्ष	क्लब	खेल	जित	बराबरी	हार	गोल	नतिजा
सन् २००५	थ्रीस्टार	४	१	२	१	३-२	सेमिफाइनल
सन् २००६	मनाङ-मर्स्याङ्दी	३	१	-	२	३-५	लिग चरण
सन् २००७	नेपाल पुलिस	५	२	१	२	९-१०	उपविजेता
सन् २००८	नेपाल पुलिस	४	१	२	१	८-६	सेमिफाइनल

एएफसी प्रेसिडेन्ट्स कप छनोटको समूह विभाजन

समूह 'ए' : रेगर ताडाज (ताजिकिस्तान), नेपाल पुलिस क्लब (नेपाल), ताइवान पावर कम्पनी (चाइनिज ताइपेई) र वाप्डा (पाकिस्तान)

समूह 'बी' : अश्गबात (तुर्कमेनिस्तान), श्रीलङ्का आर्मी (श्रीलङ्का) र अबहनी लिमिटेड (बंगलादेश)

समूह 'सी' : डोरडोई डायनमो (किर्गिस्तान), कान्बावजा (म्यानमार), नोमपेन्ह क्राउन (कम्बोडिया) र येज्दिन एफसी (भुटान)



Classified Advertisement

रोजगार

नयाँ अफिसको लागि कर्मचारी चाहियो ९७४११४६७२१

शिक्षित/अशिक्षित महिला/पुरुष तुरुन्त चाहियो ९०००।-६६३५४०१, ९८०३४२१५२६

सम्पर्क

Computer Laptop, I-pod, Chinese mobile & Branded mobile 100% repair & sales with home service 9841535094, 4785419

Test नदिइ SLC ४३६१७१२, सोह्रखुट्टे

Institute on sale with goodwill situated in the heart of kathmadnu 9803879550

कक्षा ८ पास भई ९ र टेष्टमा फेल हुनेहरुका लागि प्राइभेट Test/SLC मा धमाधम भर्ना लिइदैंछ। सम्पर्क ९८४१७१३७०८, २१२१७१७

S.L.C. Offered Free Computer/Language Training Infoexcellent Gaushala 4474848

उपचार

लिङ्गको लम्बाई, मोटाई, उत्तेजना बढाउन सम्पर्क: ९८४१५०६१३४

स्तन घटाउन, बढाउन तथा गुप्ताङ्ग टाईट गर्न ९८४९०५११६१ (फोन लेडिजको लागि मात्र)

यौन सन्तुष्टि, लिङ्गको लम्वाई, मोटाई बढाउन, चाहे अनुसार शारीरिक तौल घटाउन, बढाउन, ४२७६०६८, ९८०३५०२२५९

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

रिजेन्द्रलाई

मुम्बई मेयर्स कपको अनरेटेड उपाधि

ललितजंग डाँगी

मुम्बई गोरेगाउँ– नेपालका रिजेन्द्र राजभण्डारीले भारतको मुम्बईमा आयोजित दोस्रो मुम्बई मेयर्स कप अन्तर्राष्ट्रिय खुला चेस प्रतियोगिताको अनरेटेडतर्फको उपाधि जितेका छन्। प्रतियोगिताको अन्तिम राउन्डमा शनिबार भारतका १ हजार ८ सय २१ रेटेड रवीन्द्र डाँगेलाई पराजित गर्दै समग्रमा ६ अंक जोडेका राजभण्डारीले अनरेटेडतर्फको उपाधि हात पारेका हुन्। उपाधिसँगै उनले नगद १६ हजार रुपैयाँ प्राप्त गरे।

स्वीस लिग प्रणालीका आधारमा ११ राउन्डमा खेलाइएको प्रतियोगितामा चार वटा राउन्डमा जित र चारवटामा बराबरी खेलेका रिजेन्द्रले तीन राउन्डमा भने पराजय बेहोरेका थिए। यसअघि अनरेटेड रहेका राजभण्डारीले शनिबार सम्पन्न मेयरकप र हालै काठमाडौंमा सम्पन्न पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा गरेको प्रदर्शनका आधारमा २ हजार २५ को हाराहारीमा रेटिङ पाएका छन्। मेयर कपमा मात्र उनले २ हजार ३९ रेटिङ पाए। हालसम्म उनले राष्ट्रिय खेलकुदमा २ हजार १२ रेटिङ पाएका थिए। यद्यपि उनलाई आगामी महिना मात्र समग्र रेटिङ प्रदान गरिनेछ। प्रतियोगितामा सहभागी ४ सय १४ खेलाडीमध्ये उनी १ सय ५२ औं स्थानमा रहे।

उपाधि हात पारेपछि रिजेन्द्रले साप्ताहिकसँग भने- पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा राम्रो प्रदर्शन गर्न सकेकोमा खुसी छु अनरेटेडको उपाधि जित्ने लक्ष्य थियो, त्यो पूरा भयो। उनले नेपाली खेलाडीले प्रशिक्षण अभावमा राम्रो खेल्न नसकेको गुनासो गरे। बिना प्रशिक्षक अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागि भए पनि नेपाली खेलाडीले आफ्नो मेहनतले राम्रो नतिजा निकालेका छन्, ३४ वर्षीय रिजेन्द्र भन्छन्- प्रशिक्षक पाए अझ राम्रो गर्नेछन्। मेयर कपमा पाएको सफलताले आफूलाई हौसला प्रदान गरेको उनको भनाइ छ। प्रतियोगितापछि अल इन्डिया चेस फेडेरेसनका उपाध्यक्ष आर.एम. डोङ्ग्रेले नेपाली खेलाडीको प्रदर्शनले नेपालमा चेस खेलको विकासको झझल्को पाएको प्रतिक्रिया दिए। उनले रिजेन्द्रको सफलताले अरू खेलाडीलाई पनि हौसला मिल्ने बताए।

प्रतियोगितामा सहभागी अन्य ६ जना नेपाली खेलाडीले भने मिश्रित प्रदर्शन गरे। अन्तिम राउन्डमा शनिबार भारतका अब्धनुलुलाई पराजित गर्दै समग्रमा ६ दशमलव ६ अंक जोडेका फिडे मास्टर मनीष हमालले ३९ रेटिङ बढाएका छन्। ११ औं राउन्डमा जित हात पार्ने क्रममा मनीषले मात्र ३९ चाल चलेका थिए। उनले प्रतियोगितामा ९१ औं स्थान हात पारे। मनीषले ११ राउन्डमध्ये ५ वटामा जित तथा ३ वटामा बराबरी र ३ वटामा हार बेहोरेका थिए। प्रतियोगितापछि मनीषले प्रशिक्षण अभावमा नेपाली खेलाडीले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा क्षमता देखाउन नपाएको गुनासो गरे। मनीष भन्छन्- खेलाडीमा भएको प्रतिभालाई प्रशिक्षकले तिखार्ने हो, नेपालमा एउटा पनि प्रशिक्षक छैनन्, कसरी अगाडी बढ्ने ?

प्रतियोगितामा अर्का नेपाली खेलाडी नीरज निरौलाले समग्रमा ६ दशमलव ६ अंक जोडे। अन्तिम राउन्डमा सन्तोषकुमार सिन्हासँग बराबरी खेलेका २ हजार १४ रेटेड उनले आफ्नो पुरानो रेटिङमा मात्र १ अंकले सुधार गरे। पहिलो राउन्ड छुटाएका निरौलाले प्रतियोगितामा ५ जित, ३ बराबरी र २ हार बेहोरे। उनी समग्रमा १ सय ३७ औं स्थानमा रहे। नीरजले अन्तिम राउन्डमा जित हात पारेको भए समूहगत पुरस्कार पाउने सम्भावना थियो, तर उनले सोचेअनुसार खेल्न सकेनन्। उनले चेसको विकासका लागि नेपाल बुद्धिचाल संघ र सरकार अझ सक्रिय हुनुपर्ने बताए।

अन्तिम राउन्डमा पराजित पुरुषोत्तम चौलागाईंको यसघिको रेटिङमा ४१ र अन्तिम राउन्डमा जित हात पारेका दीपक महर्जन र प्रेमकृष्ण महर्जनको समान १५ अंक घटेको छ। ११ औं राउन्डमा पुरुषोत्तम भारतका २ हजार १ सय ९५ रेटेड सन्थरामसँग पराजित भए भने दीपकले भारतका अनरेटेड अभिनव पोद्दार र प्रेमकृष्णले १ हजार ६ सय ९७ रेटेड गणेश जोशीलाई पाखा लगाए। समान ५ दशमलव ५ अंक जोडेका पुरुषोत्तम, दीपक र प्रेमकृष्णले पाँचवटा राउन्डमा जित, ५ वटामा हार र एउटा बराबरी खेले। प्रतियोगितामा प्रेमकृष्ण १ सय ९७ औं, दीपक १ सय ९८ औं र पुरुषोत्तम २ सय १६ औं स्थानमा रहे। आठौं राउन्डपछि खेल छाडेर नेपाल फर्किएका प्रकाश नेपाल भने ३ सय २४ औं स्थानमा रहे। अन्डर १९ राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी हुन आठौं राउन्डपछिका खेल छाडेका प्रकाश काठमाडौं फर्किएका थिए। प्रतियोगिताको उपाधि भने ९ अंक जोडेका युक्रेनका अलेक्जेन्डर आर्सेन्कोले हात पारे। उनले २ लाख ६४ हजार रुपैयाँ प्राप्त गरे। वैशाख १८ गते प्रारम्भ भएको प्रतियोगिता ९ दिन चलेको थियो।

५ प्रश्न

नेपालका उदियमान बुद्धिचाल खेलाडी रिजेन्द्र राजभण्डारीको जन्म ३४ वर्षअघि काठमाडौंको बांगेमुढामा भएको हो। व्यवस्थापन संकायमा बी.कम. सम्मको अध्ययन गरेका रिजेन्द्रले हालै मुम्बईमा सम्पन्न दोस्रो मुम्बई मेयर्स कप अन्तर्राष्ट्रिय बुद्धिचाल प्रतियोगितामा अनरेटेडतर्फको उपाधि जितेका छन्। होटल सञ्चालक रिजेन्द्र अझै अविवाहित छन्।

अहिलेसम्म किन विवाह नगर्नुभएको ? अफेयर नचलेर हो कि ?

व्यस्त भएर होला सोंच नबनाएको, अबचाहिं बनाउनुपर्ला।

बांगेमुढाको रैथानेलाई युवतीहरूले कत्तिको प्रेमप्रस्ताव राख्छन् ?

खै, अहिलेसम्म कुनै युवतीले प्रस्ताव राखेका छैनन्। अब प्रतियोगिता जितेका कारण राख्छन् कि भन्ने आशा राखेको छु।

तपाई त चेसको गोटी चाले जस्तै गरेर युवती चाल्नुहुन्छ भन्छन् नि ?

ह्या, कसले गफ दियो तपाईंलाई ? तपाईंलाई साँच्चै भन्दा मेरो अहिलेसम्म एउटा पनि गर्लफ्रेन्ड छैन।

भगवान्ले वरदान माग्न भने के माग्नुहुन्छ ?

देशमा दिगो शान्ति कायम होस् भनेर माग्छु। देशमा शान्ति आए सबै कुरा राम्रो हुन्छ।

विवाह गर्न पाए कोसँग गर्नुहुन्छ ?

भारतीय चलचित्रकी नायिका कैटरिना कैफसँग। उनी मलाई साह्रै राम्री लाग्छिन्, माने त विवाह पनि गर्ने थिएँ।

– ललितजंग डाँगी

हर्क दाइ उनको अभिनय क्षमताबाट असाध्यै प्रभावित थिए। त्यसैले उनीसँग पहिलो पटक भेट्दा दाइ केही नर्भस भए। टेलिभिजनमा देखिने उनी रिल लाइफभन्दा रियल लाइफमा धेरै भिन्न देखिइन्। टेलिभिजनमा बुहारी, पत्नी र छोरीको भूमिकामा ठ्याम्मै म्याच भए पनि आज उनी चुलबुले केटीका रूपमा प्रस्तुत भएकी थिइन्। सधैं कुनाको टेबुलमा बस्ने हर्क दाइलाई त्यहाँ उनलाई कुरेर बस्दा एक प्रकारको मज्जा आइरहेको थियो।

'दाइ नमस्कार, म सौजन्य सुब्बा' भन्दै उनी छेउमा आएर बसिन्। 'हैन तिमीले आ□नो परिचयमा नाम भन्नुपर्दैन, धेरै नेपालीले तिमीलाई चिन्छन् र म त्यो धेरैभित्रकोमा परें' हर्क दाइले स्वागत गर्दै कुर्सीमा बस्न आग्रह गरे। 'हेर्नुहोस् न, हेल्थ क्लब गएको आउँदा ट्राफिक जामले गर्दा ढिलो भयो, निकै बेर कुर्नुपर्‍यो हगि, सरी है' उनले एकै सासमा भनिन्। त्यसो त ब्युटिज टक प्रोग्रामका लागि पर्खने बानी नै लागिसकेको छ हर्क दाइलाई, तथापि उनको 'सरी' शब्दले पर्खाइको अल्छीपन भगाइदियो। 'के छ हालखबर ?' दाइले कफी अर्डर गरिसकेपछि सोधे। 'सबै ठीक छ दाइ। अजकल टेलिभिजनभन्दा फिल्मतिर बढी व्यस्त छु। भर्खरै पारिजातको 'शिरीषको फूल' को सुटिङ्ग भ्याए। जे होस् राम्रै छ।' उनले आफूसँग भएको ब्याग छेउमा राख्दै बताइन्। 'त्यसमा मैले 'मञ्जरी' को भूमिका निर्वाह गरेकी छु,' उनले हौसिँदै बताइन्। 'ए त्यसैले 'वेट' घटाउन हेल्थ क्लब जान थालेको ?' दाइले हाँस्दै सोधे। 'हैन-हैन, त्यसो त होइन तर 'हेल्थ इज वेल्थ' नि तर क्लबमा मोरा हस्बेन्ड-वाइफहरूले एक-अर्काका लागि 'ट्रेडमिल' मा रुमाल राखी कब्जा गर्ने होडबाजीले वाक्क र हैरान बनाउँछ,' उनले क्लबको अनुभवलाई आफू ढिलो आएको प्रसङ्गसँग नजोडे पनि दाइलाई बुझ्न गाह्रो परेन।

'अनि कफी पछि केहि खाने हो कि ?' दाइले सोधेपछि उनले मेनु हेर्दै जुस र फिस फ्राई अर्डर गरिन्। 'बाबा, आमा र भाइहरू के गर्दैछन् ?' हर्क

विक्रम राई

प्रसंग कतिपय

दाइले भेटघाटलाई पारिवारिक बनाउने उद्देश्यले सोधे। 'सबै राम्रो छ। ठूलो भाइ भर्खरै विदेशबाट आएको छ। अर्को भाइ 'ए' लेभल पढ्ने तरखरमा छ। बाबाको प्रोडक्सन हाउस चलेकै छ। आमाले घर-व्यवहार चलाउनुभएको छ,' उनले बताइन्। 'अनि तिम्रो नि ?' हर्क दाइले उनको निजी जीवनतर्फ लक्षित गर्दै प्रश्न तेर्स्याए। 'हेनुहोस् न दाइ, बिहे भयो। दुई वर्ष सँगै बस्यौं, अहिले डिभोर्स भयो। ऊ र म आ-आ□नो बाटोमा छौं,' उनले बताइन्। दाइलाई बेकारमा उनको निजी जीवनका कुरा सोधेजस्तो भयो। 'सरी है, मिडियामा तिम्रो डिभोर्सका बारेमा पढेको थिएँ, त्यसैले सोधें को ?,' हर्क दाइले सान्त्वना दिँदै भने। 'हैन, केही छैन, मेरो जिन्दगी मेरा प्रशंसकहरूका लागि खुला पुस्तक हो। फेरि भविष्यमा कहिल्यै हाम्रो मिलन हुन सक्दैन भन्ने पनि होइन। वास्तवमा वैवाहिक सम्बन्धको आधार भन्नु नै एक-अर्काप्रति विश्वास र भरोसा हो, सायद त्यसमा हामी दुवै चुक्यौं,' टेलिभिजन सिरियलको पात्रझैं उनले भनिन्।

'जिन्दगी एउटा खोला हो, हामी त्यहाँ बग्ने पानीजस्तै हौं जुन निरन्तर बगिरहन्छ र एक दिन त्यो समुन्द्रमा पुगेर मिसिन्छ।' उनले गम्भीर हुँदै भनिन्। अहिलेसम्म चुलबुले देखिने सौजन्य, फिल्ममा मध्यान्तरपछिको पात्रझैं गम्भीर रूपमा प्रस्तुत भइन्। अर्डर टेबुलमा आइपुगेपछि उनले फिस फ्राइलाई नेपकिनले बेरेर त्यसको चिल्लोपन हटाई खान थाल्दा 'हाई सौजन्य' भन्दै सात-आठ जनाजति अपरिचित व्यक्ति छेउकै टेबुलमा बस्न आइपुगे। उनी पनि 'हाई' भन्दै आ□नो कुर्सी दाइतिर तान्दै नजिक आएर भनिन्– 'हेर्दा भयानक र डरलाग्दा देखिए पनि यिनीहरू सबै यति भलाद्मी र असल छन् कि जसको जति प्रशंसा गरे पनि कम हुन्छ। बरु मलाई समाजमा असल देखिने भलाद्मी भनाउँदाहरूदेखि डर लाग्छ,' उनले हर्क दाइतिर हल्का कड्के नजर फ्याँकिन्। त्यतिखेर एक्कासि दुवै जनाको हाँसोले वातावरण रमाइलो बन्न पुग्यो।

'फेरि हामी कलाकार सबैको हुन्छौं, यो पेसाको मज्जा भनेकै यही हो,' उनले गर्व गर्दै भनिन्। कफी, जुस र फिस फ्राई सिद्धिसकेको थियो, हर्क दाइले थप केही अर्डर गर्न लाग्दा उनी घडी हेर्दै 'हतारमा छु, अर्को कुनै दिन गफ-सफ गरौंला' भन्दै उठिन्। 'फेरि सबै आजे सुनाउनु ? बाँकी अर्को दिनको भेटलाई पनि राख्नुपर्‍यो नि □ होइन ?' भन्दै उनी त्यहाँबाट बिदा भइन्।

prasangakatipaya@hotmail.com

३ महिनामा ४" उचाइ बढाउने
◆केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने
◆१ महिनामा चाहेजति ब्रेष्ट बढाउन र घटाउन
◆जस्तो सुकै उमेर अनुसार चाउरीपन हटाउन
◆तीलकोठी, डण्डीफोर, चायापोतोको लागि
◆१ महिनामा ६ देखि १० किलो मोटोपन घटाउन
◆प्रेशर, सुगर, ढाड दुखाईको लागि (आयुर्वेदिक उपचार)
◆ग्याष्ट्रिक, दम, बाथको समस्याको लागि (आयुर्वेदिक उपचार)
नेचुरल हेल्थ केयर
ललितपुर, लगनखेल पाटन हस्पीटल अगाडी
Tel :01-5550195
Mo:9841556532
शाखा कार्यालय बनेपा 011-660924

होटल तालिम
Cook / Bakery
Waiter / ess / Bar Tender
Front office/House keeping
Care Giver
विदेश जानेहरुको लागि विशेष कोर्षको व्यवस्था गरिएको छ।
Manpower Training Center P. Ltd.
Jamal, Kathmandu
PACIFIC 4232196

होटल तालिम
होटल खुम्जुङ्गमा
छिटो अनि राम्रोसँग Five Star लेबलका Chief हरुद्वारा सिकाइने कुक-वेटर, हाउस किपिङ्ग, फ्रन्ट-अफिस, बार म्यान, बेकरी, तथा नेपाली र अंग्रेजी भाषाका कक्षाहरु पनि सञ्चालन गरिदैछ। भर्ना धमाधम लिईदैछ।
होटल खुम्जुङ्ग ट्रेनिङ सेन्टर
महराजगंज, नारायणगोपाल चोकबाट ३ मिनेट पूर्व, भाटभटेनि सुपर स्टर नजिकै चावहिल जाने रिङ्गरोड
४३७२१९४, ४३७३४११

प्राईभेट Test/SLC
■ भर्खरै 9 तथा Test फेलभएका
■ 8,9,Test पास भएका /जागिरे/उमेर नाघेका र अध्ययन निरन्तर गर्न चाहने सबै विधार्थीहरुलाई समेटने गरी
दश कक्षामा भर्ना खुल्यो
●जि.शि.का. र EIA बाट सम्बर्धन प्राप्त
●पुस्तकालय र होस्टेलको व्यवस्था
●अंग्रेजी र नेपाली दुवै माध्यममा पढाइने
100% Result Since 2004....
सीमित सिटमा फारम वितरण तथा भर्ना प्रकृया धमाधम भइरहेको छ।
सम्पर्क
कोलम्बिया एकेडेमी
नयाँ बानेश्वर, संखमुलझर्ने ओरालोको मुखैमा (कोलम्बस कलेजको ठिक अगाडी)
फोन नं. 4781061,9841387697

के तपाई रोजगारीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?
युवा स्वरोजगारमा आश्चर्यजनक सफलता
नेपालमा पहिलो
उद्यमशीलता तालिम
Digital Video-Editing & Animation
फोटोग्राफी भिडियोग्राफी
परीक्षा दिएर बसेकाहरूलाई विशेष छुट
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७

मोबाईल तालिम
(मोबाईल फोन Chinese मोबाईलको सफ्टवेयर मर्माइन्छ)
○ रेडियो क्यासेट DVD, VCD, TV Guarantee
○ एसी/फ्रिज
○ हाउसवायरिङ्ग
○ मोटरवाइण्डिङ्ग
○ कम्प्युटर हार्डवेयर, सफ्टवेयर
१२ वर्ष पुरानो
३०% छुट
Job को लागि सहयोग
तालिमको लागि सम्पर्क:
राज ईलेक्ट्रोनिक्स
शिव दर्शन हल अगाडी
नयाँ बानेश्वर :४४५५५८१
कालिमाटी :०१-६२२४७९८
नोट: विदेश जानेलाई विशेष कोर्स

होटल तालीम
छुट %
★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 होटलसँगै)
फोन नं: ४४९३८०१, २०८२७३१
(बिहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)

20% off for SLC Student
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: Hardware & Networking
20% Basic, Graphics, WebPage, Office Package, Programming, Account (Tally,Fact,Tata Ex.)
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor: Tel: 014483414
Adwait Marg Old Buspark Tel: 4232866
Lagankhel: Tel: 5004018

होटल तालिम
SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरुका लागि विशेष छुट मा निम्न विषयहरुमा भर्ना लिइदैछ।

	विषय	पुरानो शुल्क	छुट सहितको शुल्क
विशेष छुटमा	Cook	~~8000~~	5000
	Walter	~~3000~~	1500

साथमा
Bakery/Bar Tender/Front office House keeping/Care Giver
विदेश जानेहरुको लागि विशेष कोर्षको व्यवस्था गरिएको छ।
National Employment Training Center Pvt. Ltd.
NETC चुच्चेपाटी, चावहिल ४४९००१६ २०२३३६७

ग्लोबलको 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.
आउनुहोस्, हेर्नुहोस्, बुझ्नुहोस्
Learn & Earn Package
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।