● वर्ष १५ ● अंक ५ ● काठमाडौं, शुक्रबार, जेठ २९, २०६६ ● SAPTAHIK ● Nepali National Weekly ● Friday, June 12, 2009 ● पृष्ठ २४ + ८ = ३२ ● मूल्य रु. १०/-

साप्ताहिक

मध्यपृष्ठमा

अर्पणा सिंह

आवरण कथा पृष्ठ १२

इट्स नथिङ

२१

आयो पुरुष ब्रा

मालामाल हुन थाले नेपाली कलाकार	–	१२
चक्का जाममा प्राश्नाको विवाह	–	१४
भारतको म्यानहन्टमा नेपाली युवा	–	२२
सम्बन्धलाई रिचार्ज गर्ने तरिका	–	२७
बाग्मती संरक्षणमा मिस कलेज	–	२८
आयो डन्डीबियो	–	३१

A लेभलको क्रेज

७-१०

5-dummy Colour-1.pmd

● रंगमञ्च ●

सडक नाटक सुकेनास

अनाम धरानले गत शनिबार धरानको भानुचोकमा क्षयरोगसम्बन्धी जनचेतनामूलक नाटक सुकेनासको सडक प्रदर्शन गरेको छ। नाटकमा गरिब जनताले क्षयरोगसम्बन्धी जानकारी नपाउँदा बिरामी पात्र गोपाले जस्तै बिरामी हुने जानकारी दिइएको थियो। नाटकमा अल्पना कर्माचार्य, सुलभ गजमेर, सौगात रिजाल, विमला श्रेष्ठ, गोपाल दाहाल तथा सन्तोष काफ्लेले अभिनय गरेका थिए। उक्त सडक नाटकको निर्देशन विगत २२ वर्षदेखि निरन्तर रंगकर्ममा सक्रिय अल्पना कर्माचार्यले गरेकी थिइन्।

कचहरी नाटक

अपाङ्ग व्यक्तिले आफ्नै समस्यामा तयार पारेको कचहरी नाटक देशव्यापी अभियानका क्रममा गत साता झापाको दमकमा मञ्चन भएको छ। अपाङ्ग मानवअधिकार केन्द्र काठमाडौंले फिनल्यान्ड दूतावास तथा यूएनडीपीको सहयोगमा यो नाट्य अभियान अघि बढाएको हो। अब बन्ने संविधानमा अपाङ्गहरूको अधिकार सुनिश्चित गर्न सन्देशमूलक अभियान अघि बढाइएको नाटक निर्देशक सुरेश चन्दले बताएका छन्। अपाङ्गको सरकारी भत्ता पनि अर्कैले खाइदिएको, सरकारले अपाङ्गताको परिचयपत्र नदिएको, अपाङ्गलाई समाजले हेला गरेको पीडा यो नाटकमा प्रस्तुत गरिएको छ। गत माघ महिनामा प्रारम्भ भएको यो अभियान डडेलधुरा, सुर्खेत, बाँके, तनहुँ, सिन्धुपाल्चोक हुँदै झापाको दमक, झिलझिले, बिर्तामोडबाट धनकुटा पुगेको छ। नाटकमा विष्णु उपाध्याय, प्रभात घिमिरे, दामोदर रेग्मी, बालकुमारी कार्की, कुर्ता श्रेष्ठ, विमला विक, मीनाकुमारी पुन तथा वासुदेव सेढाईंले अभिनय गरेका छन्।

● ग्यालरी ●

नेपाली चित्रकारको प्रदर्शनी मुम्बईमा

नेपालका चर्चित चित्रकारले सिर्जना गरेका चित्रहरूको प्रदर्शनी मुम्बईमा हुने भएको छ। मुम्बईको चर्चगेटस्थित जहाँगिर आर्ट ग्यालरीमा हुने उक्त प्रदर्शनीमा नेपालका वरिष्ठ चित्रकार किरण मानन्धर, उमाशंकर शाह, सिमा शर्मा तथा मनीषलाल श्रेष्ठका चित्रहरू राखिनेछन्। आगामी जून १८ देखि २४ सम्म उक्त ग्यालरीमा कलाकारहरूका समसामयिक पेन्टिङ प्रदर्शन गरिनेछ। यसअघि चार पटक मुम्बईमा चित्रकला प्रदर्शनी गरिसकेका चित्रकार किरण मानन्धर यो प्रदर्शनीले नेपाल र नेपाली चित्रकलालाई अझ राम्रोसँग चिनाउन मद्दत पुऱ्याउने कुरा बताउँछन्।

ललितकला सबैलाई

'ललितकला सबैलाई' भन्ने नाराका साथ कला क्रान्ति अभियानले हरेक शुक्रबार र शनिबार निःशुल्क चित्रकला प्रशिक्षण सञ्चालन गरेको छ। चित्रकला सम्बन्धी आधारभूत ज्ञान प्रदान गर्ने उद्देश्यले कुनै पनि क्षेत्रका व्यक्तिलाई निःशुल्क चित्रकला सिकाइने आयोजक सदस्य नगेनसिंह 'प्रभात'ले बताए। प्रशिक्षण कार्यक्रममा चित्रकलामा पोख्त विभिन्न कलाकारलाई उपस्थित गराइन्छ। प्रशिक्षण कार्यक्रममा छ वर्षे बालकदेखि पौढ उमेरकाले समेत भाग लिने गरेका छन्।

ज्ञानुको प्रदर्शनी

कलाकार ज्ञानु गुरुङले तयार पारेका चित्रहरूको प्रदर्शनी 'इन प्रेज अफ द प्याटर्नस' गत मंगलबार राजधानीमा प्रारम्भ भएको छ। बबरमहलस्थित नेपाल आर्ट ग्यालरीमा कलाकार संगीता थापाद्वारा उद्घाटित यो प्रदर्शनी पर्सि आइतबारसम्म चल्नेछ।

पाँच कलाकारको प्रदर्शनी

राजधानीमा धार्मिक, सांस्कृतिक तथा ऐतिहासिक विम्बलाई चित्रमा उतारेर नेपालको पहिचान गराउने चित्रहरूको प्रदर्शनी सञ्चालनमा छ। बबरमहलस्थित कला परिषद्मा एक साताका लागि आयोजित प्रदर्शनी 'द अनफर्टेबल इमेज' मा अग्रज पाँच जना कलाकारद्वारा सिर्जित दुई दर्जनभन्दा बढी चित्र राखिएका छन्।

चित्रकलामा सडक बालबालिका

सडकलाई अफ्नो घर बनाएका अपहेलित बालबालिकालाई क्यानभासमा उतारिएका चित्रहरूको प्रदर्शनी राजधानीमा सञ्चालन भैरहेको छ। कलाकार सञ्जीव महर्जनले तयार पारेका ती चित्रको प्रदर्शनी बबरमहलस्थित सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा आगामी आइतबारसम्म चल्नेछ। प्रदर्शनीमा ६० सडक बालबालिकाका मुहारलाई क्यानभासमा सजाइएको छ। चित्रमा असहाय बालबालिकाको वेदना पोखिएको छ। 'पोट्रेट्स फ्रम द स्याडो' शीर्षकको उक्त प्रदर्शनीमा राखिएका चित्रको मूल्य ५ देखि २५ हजार रुपैयाँसम्म छ।

● पुस्तक ●

मुटुभित्रका हरफहरू

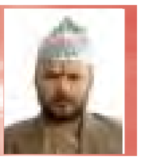
गीतकार रमेश अधिकारीका ५४ वटा गीत संग्रह गरिएको मुटुभित्रका हरफहरू गीत, गजलका पाठकहरूप्रति लक्षित छ। मूल्य उल्लेख नगरिएको यो संग्रहमा गीतकारले आफ्नो मनका खुलदुलीहरू व्यक्त गरेका छन्।

खुला आकाश

राजनप्रसाद निरौलाद्वारा रचना गरिएको उपन्यास खुला आकाश साझा प्रकाशनको पछिल्लो कृति हो। एउटी महिलाले बाँच्नका लागि गर्नुपरेको संघर्षमा आधारित यो उपन्यासमा मानिसले गर्ने संघर्ष र विद्रोहको पाटोलाई समेत केलाउने जमर्को गरिएको छ। १ सय ५ रुपैयाँको यो उपन्यासले पाठकहरूलाई निराश नगर्ने दाबी प्रकाशकको छ।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी



मेष

समय राम्रो छ। मान-सम्मान मिल्नेछ भने सोंच्ने शक्ति एवं पराक्रम बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता पाउनुहोला। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। बोली प्रभावशाली हुनेछ। मंगलबार र बुधबार खर्च, विवाद एवं चिन्ताले सताउन सक्छ।

मिथुन

स्वास्थ्य कमजोर रहला। मनमा दुविधाले डेरा जमाउनेछ। घरेलु समस्याले पनि सताउन सक्छ। शरीरमा चोटपटक लाग्ने देखिन्छ। नैराश्यता एवं उदासीनता पनि बढ्नेछ। आइतबारदेखि भने भाग्यले साथ दिन थाल्नेछ। मान-सम्मान प्राप्त हुनुका साथै धन आर्जन हुने योग छ।

सिंह

शत्रुबाट सजग रहनुहोला। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्ने बेला छ। गोपनियतामा जोड दिनुहोला। आलस्यता बढ्नेछ भने मनमा दुविधाले डेरा जमाउनेछ। शनिबार, सोमबार र मंगलबार मान-सम्मान एवं व्यवसायिक सफलता मिल्ने तथा यात्रा हुने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ।

तुला

आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। नयाँ मित्रको आगमनले मनोबल बढ्नेछ। अध्ययन एवं व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। यात्रा हुन सक्छ। परिश्रम गर्दा काममा सफलता पाइनेछ। धन आर्जन हुने देखिन्छ। अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। स्वास्थ्य गडबड रहने हुँदा खानपानमा विचार पुऱ्याउनुहोला।

धनु

बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। धन आर्जन हुनसक्छ। घरेलु समस्याले सताउने हुँदा कामका लागि घरबाहिरै रहनु उचित हुन्छ। व्यवसायमा भने अवरोध आउनेछ।

कुम्भ

खर्च एवं विवादका साथै कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन्। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। शनिबार, आइतबार, सोमबार तथा बिहीबार भोज-भतेर एवं सभा-सम्मेलनमा सहभागी हुन पाइनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुनेछन्। नयाँ काम पनि हात लाग्न सक्छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ।

वृष

भाग्यले साथ दिनेछ। व्यवसायमा सफलता पाउन केही कसरत गर्नुपर्ला। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूले सहयोग गर्नेछन्। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ भने प्रशंसा पनि पाउनुहोला। विवादतिर अघि नबढ्नु नै उचित हुन्छ।

कर्कट

रमाइलो यात्रा हुनसक्छ। मान-सम्मान पनि मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको सहयोग प्राप्त हुनेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। सफलताका लागि स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला। सवारी चढ्दा-चलाउँदा सावधानी अपनाउनुपर्ने बेला छ।

कन्या

सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। शत्रुबाट सजग रहनुहोला। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्ने बेला छ। काममा अवरोध खडा गर्नेहरू प्रशस्तै होलान्। विवाद पनि बढ्न सक्छ। मंगलबार एवं बुधबार प्रसन्नता बढ्ने तथा यात्रा हुने योग छ। भेटघाटमा रमाउने अवसर जुट्नेछ। सवारी चढ्दा-चलाउँदा सजग रहनुहोला।

वृश्चिक

पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। व्यवसायमा सफलता पाउन प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ला। आफन्तहरूको सहयोग प्राप्त हुनेछ। धन आर्जन अवसर जुट्नेछ। मंगलबार एवं बुधबार गलत विचार र चिन्ता बढ्ने तथा अध्ययनमा अवरोध आउने देखिन्छ।

मकर

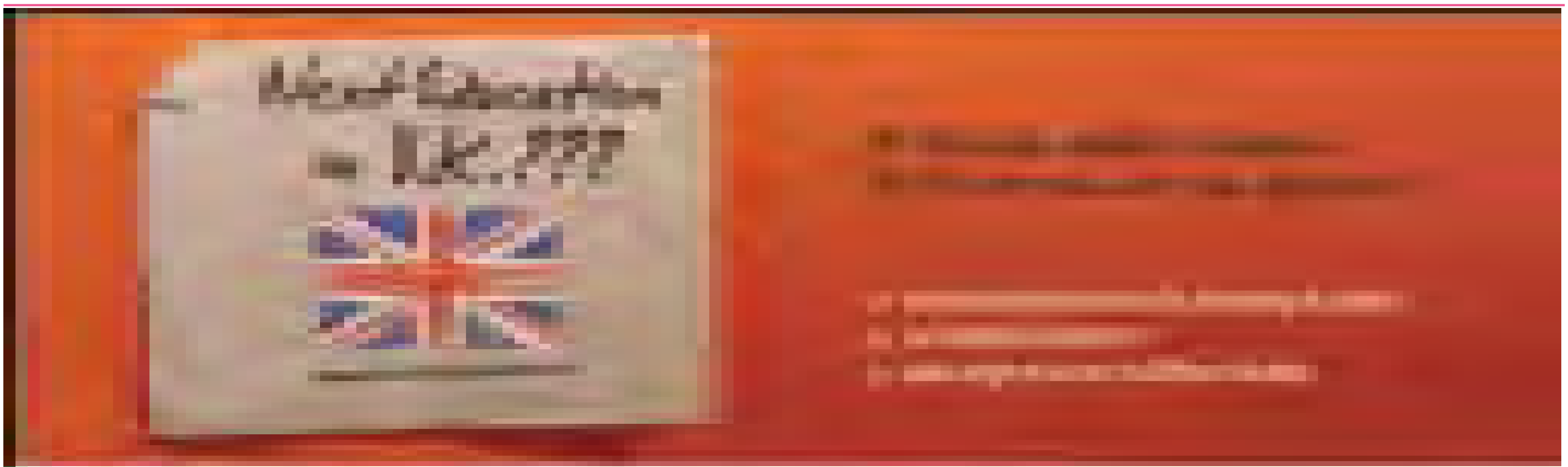
मान-सम्मान मिल्नेछ भने भोज-भतेर एवं सभा-सम्मेलनमा सहभागी हुने अवसर जुट्नेछ। बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। मन प्रसन्न रहनेछ भने यात्रा पनि हुनसक्छ। आफन्तहरूको सहयोग पाइनेछ। धन आर्जन पनि हुन सक्छ।

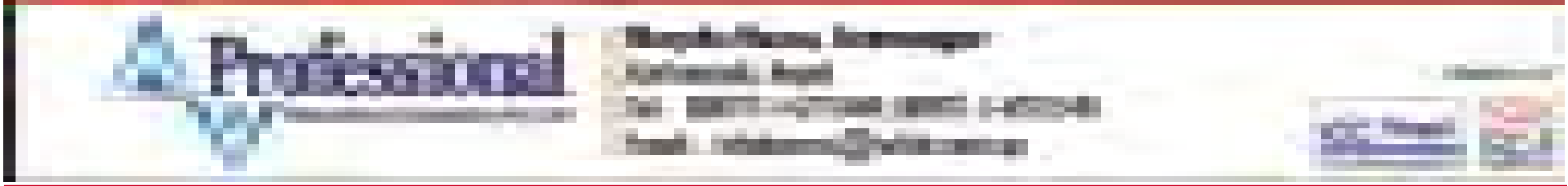
मीन

धन आर्जन हुनसक्छ। मान-सम्मान पाइने योग छ। भोज-भतेरमा सहभागी हुने अवसर जुट्नेछ। व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। यात्रा हुन सक्छ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आइतबार र सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने देखिन्छ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

जेठ २९ गते : बाल मजदुरविरुद्ध विश्व दिवस, ३१ गते : असार १ गते : असार संक्रान्ति, २ गते : देवपतन त्रिशूल जात्रा, भलभल अष्टमी, विश्व रक्तदाता दिवस, ३ गते : विश्व असैनिकीकरण दिवस, ४ गते : अन्तर्राष्ट्रिय पिकनिक दिवस।





• क्यासेट •

कनेक्ट

गायक विकास श्रेष्ठका पप्गीतहरूको संग्रह 'कनेक्ट' श्रोतामाझ आएको छ। धौलागिरि क्यासेट सेन्टरको यो संग्रहमा सातवटा गीत तथा दुईवटा ट्र्याक सुन्न सकिन्छ। संग्रहका गीतमा बिजु बज्र, किरण घिमिरे माइकल, राजु श्रेष्ठ तथा गायक श्रेष्ठको संगीत एवं राजकुमार बगर, भूपेन्द्र खड्का, कालीप्रसाद बास्कोटा, घमराज लुइँटेल र निरभिम विष्टका शब्दहरू समेटिएका छन्।

बेस्ट अफ अरुण तिवारी

गीतकार अरुण तिवारीले रचना गरेका लोकप्रिय गीतहरूको संग्रह 'बेस्ट अफ अरुण' बजारमा आएको छ। संग्रहमा दार्शनिक तथा आध्यात्मिक शैलीका गीतहरू समावेश छन्। म मरेको छैन, बाँच्नुको अर्थ, माया सबैलाई, गाउँबेसीजस्ता गीतहरू संग्रहमा समावेश गरिएका छन्। उदय सोताङ, वीरेन्द्र अग्रहरी, सुरेश कुमार, ओमविक्रम विष्ट, रजिना रिमाल, कर्णदास, रामकृष्ण ढकाल, सपनाश्री तथा स्वरुपराज आचार्यको स्वरका गीतहरू संग्रहमा समावेश गरिएका छन्।

द फिलिङ्स

गायक दीपक चालिसेका आधुनिक गीतहरूको संग्रह 'द फिलिङ्स' बजारमा आएको छ। संग्रहका सातवटा गीत विनोद गुरुङ, अर्जुन पोखरेल, जुगल डंगोल, राम सिटौला तथा शंकर अधिकारी घायलले संगीतबद्ध गरेका छन्। अनिता कटुवाल तथा विद्या बाड्देल राईको समेत स्वर समेटिएको संग्रहका गीतहरू शंकर अधिकारी घायलले रचना गरेका हुन्।

त्यो दिन

गायक हिमाल सागरका आधुनिक तथा पप शैलीका गीतहरूको नयाँ संग्रह 'त्यो दिन' बजारमा आएको छ। धौलागिरी क्यासेट सेन्टरले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा सात वटा गीत समावेश गरिएका छन्। गायक सागरद्वारा नै संगीतबद्ध संग्रहका गीतहरू डा.भोला रिजाल, दीपक कार्की, मानस केसी, श्याम पराजुली तथा गायक हिमाल सागरले रचना गरेका छन्।

कमाउन जाँदा सास्ती

रूपा गहतराज

बर्दिया गुलरियाकी सुकमती सुनारलाई आफ्नो गाउँ छाडेर विदेशिने रहर थिएन तर गरिबीबाट मुक्ति र सुखी जीवन बिताउने उनको चाहना थियो। विदेश पठाउने दलालले सजिलैसँग महिनाको १० हजार आम्दानी हुन्छ भन्दै प्रलोभन देखाएपछि उनले कुबेत जाने निधो गरिन्।

कुबेत पुग्दा उनका सबै सपना चकनाचुर भए। न भनेजति आम्दानी हुने काम पाइन् न त कल्पना गरेझैं गरिबीबाट मुक्ति, बरु थप दुःख र कष्ट भोगेर घर फर्कनुपर्‍यो। कुबेतमा कमाउन जाँदा सरसापट खोजेर गएकी सुकमतीले त्यहाँ शारीरिक एवं मानसिक यातना भोग्नुपर्‍यो। सजिलो काम गरेर धेरै पैसा कमाइन्छ भनेर गइयो, २८ वर्षीया सुकमती भन्छिन्, 'काम गरेको पैसा माग्दा मालिकले उल्टै पिट्यो।

आफू र आफ्ना परिवारको सुखद् भविष्यका लागि दलालमार्फत् कुबेत पुगेका उनी जस्ता धेरै महिलाले यस्तै पीडा भोग्नुपरेको छ। ठूलो परिवारको घरमा दैनिक १७ देखि २० घन्टासम्म काम गर्नु परेको बताउँदै सुनार भन्छिन्, '१७ महिनासम्म नारकीय जीवन बिताई फर्कनुपर्‍यो।'

पैसा कमाउने सपना बोकेर भारत पुग्ने महिलाहरूको संख्या पनि धेरै छ। उनीहरूले भोग्नुपरेको नियति पनि यो भन्दा फरक छैन। नारायण नगरपालिका दैलेखकी पवित्रा अधिकारी दलालमार्फत् मुम्बई पुगेकी थिइन् तर उनी श्रम शोषणका साथै शारीरिक शोषणको सिकार हुनबाट मुस्किलले जोगिएर फर्किएको बताउँछिन्। अधिकारी भन्छिन्, 'राम्रो काममा लगाइदिन्छु भन्ने बहानामा दलालले मुम्बई पुर्‍याएर अलपत्र पारेर छाड्यो।

दलालले हरेक महिना डेरा सारेझैं काम सार्‍यो। उसले भनेझैं काम नगरी प्रतिवाद वा कतै हिंड्ने प्रयत्न गरे मार्नेसम्मको धम्की दिने गरेको उनले बताइन्। 'काम गरेबापत पैसा नदिएपछि धेरै पटक भाग्ने प्रयास गरें अधिकारी भन्छिन्, 'धेरै दुःखका साथ डेढ वर्षपछि मात्र भाग्न सफल भएँ। उनी गाउँमा आएको अपरिचित व्यक्तिको भनाइमा लागेर विदेश पसेकी हुन्। मुम्बई लाने दलालले उनलाई शारीरिक यातना मात्र होइन, यौनशोषण गर्ने प्रयाससमेत गरेको अधिकारीले बताइन्।

गरिब भएकै कारणले समाजमा अपहेलित महिला परदेशबाट फर्किएपछि थप अपमानित अवस्थामा छन्। शारीरिक र चारित्रिक लाञ्छना लगाएर समाजले उपेक्षा गर्दाको पीडा विपन्नताभन्दा चर्को छ। घरको आर्थिक अवस्था सुधार्ने जिम्मेबारी बोकेर पैसा कमाउन विदेश पुगेकी बर्दिया शीतलबजारकी आस्था नेपाल फर्किए पनि सम्मानित जीवन बाँच्न नपाएको गुनासो गर्छिन्। 'विदेशमा काम गर्न जति दुःख थियो फर्किएपछि गाउँमा बस्नु उत्ति नै कठिन छ–' आस्थाले बताइन्।

अविवाहित हुँदै विदेश गएर फर्किएपछि वैवाहिक सम्बन्ध गाँसेकी आस्थालाई घरमा सासूले सकारात्मक रूपले हेर्दिनन्। त्यसले परिवारभित्रै ठूलो मानसिक पीडा सहनु परेको उनको अनुभव छ। आस्था भन्छिन्- 'सासूले कुरैपिच्छे दोष लगाउँदै विदेशिएर अरूसँग सुतेर फर्किएकी भन्दै दुर्व्यवहार गर्छिन्। कुबेतमा डेढ वर्ष बसेर दुई वर्षअघि फर्किएकी आस्थाले लोग्नेको चित्त बुझाउन सके पनि अरूका आँखाको कसिङ्गर बन्नुपरेको छ।

लोग्नेले समेत घरको रेखदेख नगरेपछि रोजगारी खोज्दै अरब पुगेकी थिइन्, कण्ठपुरकी नैनसरा सुनार। 'राम्रो काम गर्न पढेकी थिइन्। नराम्रो काममा दलालले विदेश पुर्‍यायो। गाउँकै दलालमार्फत् अरब पुगेकी नैनसराले भनिन्, 'त्यहाँ लगेर दलालले पैसा समेत खाइदिए, विचल्लीमा परेपछि रित्तै फर्कनुपर्‍यो।

वैदेशिक रोजगारीमा युवालाई मात्र होइन, वृद्धलाई समेत दलालले ठगेका छन्। गुलरियाकी ६५ वर्षीया देविसरा गिरीले कुबेत पुगेर राम्रो आम्दानी होइन शारीरिक एवं मानसिक यातना भोग्नुपर्‍यो। महिला दलालमार्फत् कुबेत पुगेकी यी वृद्धा मालिकको कुटाइले अझै पनि जिउ दुख्ने समस्याबाट ग्रसित छिन्। झण्डै दुई वर्ष परदेशमा बिताएर तीन महिनाअघि नेपाल फर्किएकी गिरीले भनिन्,- 'सबैले बूढी मान्छे नजा भन्दा-भन्दै गएँ, अहिले रोगी भएर बस्नु परेको छ।

यस्ता दलालमाथि कारबाही नहुँदा गाउँघरका सोझा महिला बारम्बार ठगिँदै आएका छन्। महिलालाई खाडी क्षेत्रमा काम गर्न प्रतिबन्ध लगाए पनि दलालको विश्वासमा विदेशिने र शोषणमा पर्नेहरूको संख्या घटेको छैन। सरकारले वैदेशिक रोजगारीलाई व्यवस्थित र सुरक्षित गर्न नसकेको महिला विकास अधिकृत शोभा शाह बताउँछिन्। शाह भन्छिन्, 'दलालहरूलाई खोजी-खोजी कारबाही गर्नुपर्छ।

• मलाई मन पर्दैन •

-हाकिम भएर साना कर्मचारीलाई हेपेको।
-समयमा कार्यालयमा पुग्न नसक्ने मानिसको बानी।
-पान खाएर बाटोमा, भित्तामा थुकेको म हेर्न सक्दिनँ।
-धूम्रपान निषेधित क्षेत्रमा धूम्रपान गरेको मलाई मन पर्दैन।
-सार्वजनिक सरोकारको कार्यालयमा आफ्नो मान्छे छ भन्दैमा पालो मिचेर काम गराएको।
-सार्वजनिक सवारी साधनमा झुन्डिएर यात्रा गरेको।
-पैदलयात्रीलाई बाटो काट्न प्राथमिकता नदिने सवारी चालकहरूको व्यवहार।
-चलचित्र हलको अँध्यारोको फाइदा उठाउने प्रेमी-प्रेमिका र कथित भद्रभलाद्मीहरूको व्यवहार।
-सवारी साधनमा महिला तथा अशक्त वर्गका लागि आरक्षित सिटमा बसेका पुरुष भलाद्मीहरूको मौनता।
-सडकमा दुर्घटना भएपछि रमिते बनेर भीड बढाउने मानिसहरूको व्यवहार।

श्यामनन्दन चौधरी, सप्तरी

यो अंकदेखि 'मलाई मन पर्दैन' स्तम्भअन्तर्गत पाठकहरूद्वारा प्रेषित सार्वजनिक स्थानहरूमा मानिसहरूबाट गरिने व्यवहार प्रकाशित गरिनेछ। यो स्तम्भका लागि आफूले देखेका, भोगेका वा आफूबाट समेत गरिएका त्यस्ता व्यवहारहरूका बारेमा हामीलाई लेखी पठाउन पाठकवर्गलाई अनुरोध गरिन्छ।

सम्पादक

● सम्पादकीय ●

राजनैतिक आवरणमा अपराध

नेपाल प्रहरीको एक अनुसन्धानले नेपालमा १ सय ९ वटा भूमिगत संगठन अस्तित्वमा रहेको देखाएको छ। ती मध्ये १७ वटा सशस्त्र युद्धमा संलग्न छन् भने १० वटा अतिवादी हिन्दु समूह छन्। त्यसबाहेक अन्य संगठनले राजनैतिक नाराको आवरणमा आपराधिक क्रियाकलाप गर्ने, आपराधिक क्रियाकलापको जिम्मेवारी लिने, चन्दा असुल्ने, धम्की दिने जस्ता काम गर्दै आएको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। अहिले नेपालमा दण्डहीनताको संस्कृति मौलाउँदै गएको छ। यस्तो संस्कृति मौलाउनुका पछाडि राजनैतिक दलहरूले गर्ने आ–आफ्नो स्वार्थ अनुकूलको परिभाषा र प्रयोग बढी जिम्मेबार छ। राजनैतिक दलहरूले आफ्नो स्वार्थ अनुरूप प्रयोग गर्ने र गराइने संस्कारका कारण त्यस्ता आपराधिक संगठनहरूले मलजल पाएका हुन्। यस्तो अवस्था रहेसम्म नेपालमा विद्यमान दण्डहीनताको संस्कार थप मौलाउँदै जानेछ। राजनैतिक दलहरूले सुरक्षा आवरण उपलब्ध गराएपछि त्यस्ता आपराधिक पृष्ठभूमिका संगठनहरूले आम नागरिकलाई अपराधको घेरामा पार्नु र उनीहरूको आँसुमा अट्टहास लगाउनु सामान्यजस्तै भैसकेको छ।

कुनै पनि राजनैतिक दलको उद्देश्य मुलुकमा अमनचैन कायम गरी आर्थिक विकासलाई गतिशील बनाई जनताका लागि चौतर्फी अवसरहरू सिर्जना गर्नु हो। यसका लागि उनीहरूले आ–आफ्नो वैचारिक संगठन, नागरिक समर्थन र राजनैतिक सिद्धान्तलाई आधार बनाएका हुन्छन्। यो कुराको विपरीत नेपालमा कतिपय राजनैतिक दलले आपराधिक समूहलाई उपलब्ध गराएको सुरक्षात्मक आवरणका कारण मुलुकमा अपराधले जरो गाड्ने अवसर पाएको छ। त्यस्ता समूहले राजनैतिक नाराको आवरणमा जुन किसिमको आपराधिक क्रियाकलाप गरिरहेका छन्, त्यसलाई कानुनको दायरामा ल्याउन नसक्ने हो भने जसले जस्तोसुकै राजनैतिक स्वार्थका लागि जस्तो किसिमको नारा उचाले पनि त्यसले जनताको हित गर्न सक्दैन। अपराधी अपराधी नै हुन्छ, उसले अपराध अनुरूप सजाय भोग्नैपर्छ, उसलाई कानुनको दायरामा ल्याउन प्रहरी र प्रशासन दक्ष हुनुपर्छ। प्रहरी र प्रशासनलाई दक्ष बनाउन सत्तामा भए पनि नभए पनि राजनैतिक दलहरूले आ–आफ्नो जिम्मेवारी कुशलतापूर्वक निर्वाह गर्नुपर्छ। हाम्रो सन्दर्भमा यस्तै जिम्मेवारीबाट हाम्रा राजनैतिक दलहरू चुकेका छन्।

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

● चिठीपत्र ●

लोकतन्त्र र नेताहरू

सुनें यसपालिको लोकतन्त्र दिवसमा पनि धेरै ठाउँ बोल्यौ रे, सहिदलाई सलाम गर्‍यौ रे, फेरि सहिदका सपना पूरा गर्ने कसम खायौ रे। तिमी भावुक भयौ रे तर उल्टो तिमी मलाई पागल भन्दैछौ ?

भन, यहाँ लोकतन्त्र छ। मेरो रगत, तिम्रो शक्ति। मेरो भर्‍याङ, तिम्रो आरोहण। मेरो लचकता, तिम्रो उफ्राइ। अझ भनूँ, मेरो नाम तिम्रो नारा, मलाई सुख दिन्छु भन्ने नारा, मलाई मेरो आदर्शको आशा देखाउने नारा।

आन्दोलनमा मेरो छोरो मरेपछि तिमीले मलाई थुमथुम्याएका थियौ, तेरो छोरा सहिद भयो भनेका थियौ, सहिदका सपना पूरा गर्छौं भनेका थियौ, तर मेरो आँसुसँग तिमीले सत्ता साट्यौ, सत्तामा तिमीले भत्ता चाट्यौ, भोज गर्‍यौ, टपरीभरि थुपार्‍यौ, लाजै नमानी खपाखप खायौ, मोटायौ। आज म भन्दैछु, तिमीले मलाई धोका दियौ।

उल्टै तिमी मेरो न्वारन गर्दैछौ– तँ पागल।

जरुर साथी म पागल
यस्तै छ मेरो हाल।

मैले मेरो भाग काटेर तिमीलाई गाँस दिएको थिएँ, थोत्रो भित्ताभित्र पनि तिमीलाई बास दिएको थिएँ, तर तिमीले मलाई आशामै झुलायौ। मेरो सहिद छोराको धज्जी उडायौ, मेरो संवेदना लुटेर तिमीले फेरि थोत्रो इतिहास दोहोर्‍यायौ।

कति हेर्नु म भोका भित्ताहरू ? कति सुन्नु मैले आमा भोक लाग्यो भन्दै चिच्याएका भोकका गानाहरू ? कति काट्नु मैले बिजुलीको पोलमुनि अँध्यारा रातहरू ?

चिसो ओदानमा मेरो सहिद छोराले कैयौं सपनाका भड्डुहरू बसालेको थियो, सबैलाई मानिसका अधिकार देऊ भनेर चिच्याएको थियो। ऊ देश र जनताका लागि मर्‍यो, लोकतन्त्रका लागि मर्‍यो, त्यसैले मैले अरूका हजार सन्तानका लागि आफ्नो एउटा छोराको बलि चढाएँ। उसको मृत्युले तिमीलाई सत्ता दियो, त्यसैले साथी मैले तिमीलाई हप्काउने पूरापूर अधिकार छ। तर तिमी अझै मेरो न्वारान गर्दैछौ– तँ पागल।

मेरो सपनामा कैयौंचोटि बलात् आक्रमण भयो। नेपाली धेरै पटक धेरै ठाउँमा लुटिए। १ सय ४ वर्षसम्म जङ्गेका सन्तानले कहालिलाग्दो अँध्यारो कोठाभित्र नेपाली जनतालाई थुने। कैयौं दाजुभाइलाई गोली हाने, झुन्ड्याए। ०७ सालमा आँधी आयो, जङ्गेको मक्किएको शासन भताभुङ्ग भयो। ०१७ सालमा नेपालीको सपना थुनेर फरि अर्को ताल्चा ठोकियो। त्यसपछि नेपालीलाई थिचियो, मिचियो, किचियो। ०४६ सालमा नेपाली जनता बौरिएको अनुभूति भयो, उनीहरू केही खुसी भए। सपनाको प्रजातन्त्र आयो भनेर मख्ख परे, तर जनताको समस्या ज्यूँका त्यूँ रहे। टाठाबाठाले टपरी पाए, भोज खाए। लाटासोझा ट्वाँ पर्दै हेरिरहे। फेरि १० वर्ष युद्ध भयो, विद्रोही र सरकार दुवैतिर सर्वसाधारण मरे। जनता जागे, १९ दिन देश तात्यो। नारायणहिटी ढल्यो, शक्ति तिमीले पायौ।

तर, फेरि तिमी सत्ताको फोहोर खेलमा पस्यौ। रोल्पाको भोक तिमीसँग अन्न माग्दैछ, तिमी काठमाडौंमा ढ्याउ काढ्दैछौ। गाउँको शोक तिमीसँग सान्त्वना माग्दैछ, तिमी निद्रामा मग्न छौ। हिजो र आजको तिमीबीच आकाशपातालको फरक छ। हिजोको तिम्रो हितैषी म, आज तिमीले मलाई बिर्सियौ। गफले देश बन्दैन साथी। म चिच्याउँदै छु– 'इतिहास र जनता कहिल्यै नभुल।'

सुन्यौ जनताको आवाज– 'तिनेरु पिलेनमा उड्छन् के देख्ये भुइँको दुःख ?'

साँच्चै साथी, तिमी पिलेनमा उड्न थालेदेखिन् भुइँ भुलेछौ। म चिच्याउँदैछु– 'भुइँमा पनि हेर।'

तिमी उल्टै मलाई कड्केर गाली गर्दैछौ– 'तँ पागल।'

तर साथी, समय बदलियो, हिजो बोल्न नसक्नेहरू आज बोल्न थालेका छन्, हिजोका लासहरू आज लुरुलुरु हिंड्न थालेका छन्। पुरानै तालमा हिंड्न थाल्यौ भने तिमी नारायणहिटीझैं भत्किनेछौ, नागार्जुनको जङ्गलमा भासिनेछौ, भोलि कुरूप इतिहास बन्नेछौ। 'पागल', अझै मलाई पागल भन्दैछौ ?

नभुल साथी मलाई, मेरो सचेततालाई पागलपन ठान्यौ भने भोलि तिमी अवश्य बढारिनेछौ।

बरु कुरा छाड, काम गर्न हात चलाऊ। अब पुङमाडे भाषण गरेर सहिदको अपमान गर्ने दुष्प्रयास नगर। अब जिब्रो होइन, हात चलाऊ, फोहोर पखाल्न प्रगतिको आँधी चलाऊ।

–विजयमणि पौडेल, कटारी, उदयपुर

● तीतो सत्य ●

रिस मानिसको शत्रु हो।

पैसा भन्ने चीज अक्करमा हुँदो रहेछ, मानिसले ठक्कर खानुपर्ने।

–धनु गाहामगर

जो कालो कोठरीबाट गुज्रेर पनि सफा निस्कन्छ त्यो मानिस मुक्त पुरुष हो।

मानिस शिक्षाबाट साक्षर बन्छ तर सक्षम बन्न सक्छ भन्न सकिंदैन।

सत्य पोतिएको जिब्रो र हिंसाबाट दूषित नभएको शरीर पवित्र मन्दिर हो।

–मीनराज श्रेष्ठ, क्षेत्रपाटी

बाहिरी आँखाको आवरणले होइन भित्री आँखाले हेर।

जति संघर्ष गरे पनि मानिसको अन्तिम गन्तव्य मृत्यु हो।

नियतिले ठगेको मानिसलाई सबैले हेला गर्छन्।

कर्म गर्दै जाऊँ अवश्य लक्ष्यमा पुगिन्छ।

कुनै पनि काम सानो हुँदैन ठूलो र सानो त विचार हो।

–वीरेन्द्रराज ढकाल, स्याङ्जा

संसारको सबैभन्दा वीर त्यही हो जसले क्षमा लिन र दिन सक्छ।

कौशल देवकोटा

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

–सम्पादक

● सहर चर्चा ●

डाँफेका योजनाकार

पहिलो पटक नेपालमा विमान बनाउने वैज्ञानिक विकास पराजुलीले 'विश्व हवाई खेल' मा भाग लिने अवसर प्राप्त गरेका छन्। यो प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउने उनी पहिलो नेपाली हुन्। यस पटकको प्रतियोगितामा दक्षिण एसियाबाट विकास मात्र छानिएपछि उनको चर्चा देशभित्र मात्र होइन, विदेशमा पनि छ। जेठ २० गते प्रतियोगितामा भाग लिन इटाली उडेका विकासले ९० देशका करिब २ सय जना वैज्ञानिकसँग छलफल गर्ने अवसर पाएका थिए। प्रतियोगितामा डाँफे विमान 'एक्सपेरिमेन्टल इभेन्ट' समूहमा परेको थियो। विकासका लागि लाग्ने १५ लाख रुपैयाँ प्रतियोगिताका आयोजक फेडरेसन एरोनोटिक्स इन्टरनेसनलले बेहोरेको छ। उक्त संस्थाले प्रतियोगितामा भाग लिन आउने व्यक्तिको खर्च पहिलो पटक बेहोरेको बताइन्छ। 'कानुनी तथा आर्थिक सहयोग जुट्ने हो भने नेपालमै विमान बनाउन सकिन्छ।' नर्वे जाँदा-जाँदै विकासले साप्ताहिकसँग भने– 'सम्भवतः हाम्रो टिमको क्षमता बुझेरै मलाई निमन्त्रणा आएको हुनसक्छ।'

● मोडल वाच ●

दिनेशको अभिनय रहर

दिनेश शाहीले मिस्टर राजधानीको उपाधि जितेको पाँच वर्ष भयो। त्यसपछि शाहीलाई उनको वलिष्ठ शरीरले मिस्टर नेपाल प्रतियोगितामा मिस्टर फिजिक्सको उपाधि जितायो। उनले धर्मश्री शारीरिक सुगठन प्रतियोगितामा पनि मिस्टर फिजिक्सकै उपाधि जिते। मोडलिङ प्रतिस्पर्धामा विजयी बनेपछि उनलाई म्युजिक भिडियोमा अभिनय गर्ने प्रस्ताव आउन थाले। उनले आधा दर्जनभन्दा बढी म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेका छन्। उनले कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने टेलिश्रृंखला 'कलेज' मा अभिनय गर्ने अवसर पाए। 'अब चलचित्रमा पनि अभिनय गर्ने रहर छ, ६ फिट अग्ला शाही नेपालको मोडलिङप्रति निराशा पनि व्यक्त गर्छन्। पछिल्लो समयमा भने उनी शारीरिक सुगठनका प्रशिक्षक तथा मिस्टर एन्ड मिस राजधानीको इभेन्ट म्यानेजरका रूपमा व्यस्त छन्।

● मुखाले ●

कांग्रेसका लागि विवाद सामान्य कुरा हो।

–विमलेन्द्र निधि

नेपालका अधिकांश दल अन्तर्राष्ट्रिय जगतमा ख्याति कमाएको नेपाली सेना र विद्रोही लडाकु एक हुन नसक्ने मान्यतामा छन्।

विद्या भण्डारी

हामीले ठीक ठाउँमा प्रहार गर्न खोजेका थियौं तर हाम्रो तागत पुगेन।

–डा. बाबुराम भट्टराई

अब पनि सुध्रिएन भने कांग्रेस समाप्त हुन्छ।

–नरहरि आचार्य

प्रहरीलाई राजनीतिज्ञले बिगारे कि राजनीतिज्ञलाई प्रहरीले, यो खोज्नैपर्ने भएको छ।

–सनतकुमार बस्नेत
महानीरिक्षक, सशस्त्र प्रहरी

नेताहरूले आफूले चाहेका कुरालाई जनताको आवाज भनेर जनतालाई नै भ्रमित पार्ने काम गरिरहेका छन्।

–डा. भोला रिजाल

सैन्य तालिमलाई अनिवार्य बनाउनु हुँदैन।

–डा. इन्द्रजित राई

सबैले बलेको आगो मात्र ताप्छन्।

–डा. विश्वविक्रम शाह
पूर्व सचिव, राजदरबार

रंगीन यात्रामा यस्ता कुराहरू नर्मल हुन्छन्।

–जेनी कुँवर, चलचित्र कलाकार

म एउटै गीतले चर्चित भएकी होइन

न बिर्से तिमिलाई न पाएँ तिमीलाई
विना अर्थ दिलमा सजाएँ तिमीलाई

केही महिनायता यो गीत चर्चाको शिखरमा छ । नेपाल टेलिकमको मोबाइल प्रयोगकर्ताले यो गीतलाई वैशाख १ गते यता ८५ हजारपल्ट डाउनलोड गरेर १ करोड ८ लाख रुपैयाँ बुझाइसकेका छन् । यसका रचनाकार विपिन किरण तथा संगीतकार महेश खड्काले त्यति चर्चा नपाए पनि गायिका अञ्जु पन्तको ख्याति चुलिँदो छ ।

एउटै गीतका कारण यति माथि पुगेकोमा कस्तो लाग्छ ?

मैले अहिलेसम्म ७ सयवटा गीत गाइसकें । नेपाली चलचित्रका २ सयजति गीतमा स्वर दिइसकेकी छु । भजन, पप, र्‍याप सबै किसिमका प्रयोग गरिसकें । त्यसैले यही एउटा गीतले मेरो भाग्य परिवर्तन भयो भन्ने कुरा म मान्दिनँ । यसअघि पनि मेरा धेरै गीत चर्चामा थिए ।

यसअघि अञ्जु पन्तको नाम कण्ठ गर्ने आममानिस त देखिएका थिएनन् नि ?

यो गीत आउनुअघि मैले 'कम्पन' शीर्षकको रिमेक एल्बममा स्वर दिएकी थिए । त्यसमा आठवटा पुराना चर्चित गीतले पुराना सबै रिमेक एल्बमको रेकर्ड तोडेको थियो ।

चलचित्रका गीत हिट हुनु गायिका हिट हुनु हो र ?

सपूत चलचित्रको घुन-घुन बोली भमराको र सलल बग्ने सलान्दु खोलाजस्ता गीत मैले गाएकी हुँ । गायिकामा मेरै नाम आउँछ । गायिकाको जस मैले पाएकै छु । आमजनताले थाहा नपाएको भए त्यो मिडियाको दोष हो ।

यो गीत यति चर्चित होला भन्ने लागेको थियो ?

थिएन, यसका रचनाकार विपिन किरण चर्चित गीतकार थिएनन् । संगीतकारले पनि १५ मिनेटमै यसको धुन तयार पारेको बताउनुभएको थियो । त्यसैले यो गीत मेरा सामान्य गीतहरूमध्ये एउटा हुन्छ भन्ने लागेको थियो । रेकर्डिङ गर्दा मलाई निकै भोक लागेको थियो । स्वर नै पुगिरहेको थिएन । मलाई चित्तै बुझेन । भोलिपल्ट एक स्केल हाई गरेर फेरि रेकर्ड गराएपछि भने हाम्रो टिमलाई लाग्यो, यो गीत चर्चित हुन्छ । यद्यपि यति माथि जाला भन्ने हामीले कल्पना गरेका थिएनौं ।

एउटा कलाकारका नाताले कुन बेला बढी खुसी लाग्दो रहेछ, गीत हिट हुँदा कि पहिलोपल्ट गीत रेकर्डिङ हुँदा ?

मेरो हकमा सबैभन्दा बढी खुसी २०५४ सालमा भएको अधिराज्यव्यापी आधुनिक प्रतियोगितामा प्रथम हुँदा लागेको थियो । त्यस बेलादेखि लगातार रियाज एवं संगीतप्रति संवेदनशील नभएकी भए आजको सफलता हात लाग्ने थिएन ।

एउटा संगीतकर्मीलाई प्रतिभाले माथि पुऱ्याउँछ कि वातावरणले ?

आफूसँग प्रतिभा छ भन्ने कुरा वातावरणले थाहा दिन्छ । यदि मलाई आमाले फुपूसँग बस्न नपठाएको भए, मेरी फुपूले यसको स्वर राम्रो छ भनेर स्वर्गीय कृष्णमान डंगोल (रेडियो नेपालका वरिष्ठ संगीतकार) सँग संगीत सिक्न नपठाएको भए म पनि धेरै नेपाली महिलाजस्तै आफ्नो प्रतिभा खुम्च्याएर कतै घाँस-पात गर्दै हुन्थें हुँला । हरेक व्यक्तिसँग कुनै न कुनै प्रतिभा हुन्छ, ऊ कुनै न कुनै बेला माथि आउन सक्छ, तर त्यसका लागि वातावरण चाहिँदो रहेछ ।

तपाईंको प्रतिभा निखार्न कुन कुराले सहयोग गऱ्यो ?

वातावरणले, मैले कृष्णमानजस्ता गुरु पाएँ । त्यति बेला म १४ वर्षकी थिएँ । उहाँ मर्निङ वाक गर्दै गौशाला, भगवतिबहालबाट मेरो फुपूको घर नक्साल आउनुहुन्थ्यो । मलाई निद्राबाट ब्यूझाएर, डोऱ्याउँदै आफ्नो घर ल्याउनुहुन्थ्यो । गुरुआमाले खाजा ख्वाएर मलाई फ्रेस बनाउनुहुन्थ्यो । त्यसपछि म मन लागुन्जेल साधना गर्थें । मानिसहरू मेरो भजन सुन्न आउँथे । त्यसले मलाई हौसला दिन्थ्यो । मैले विवाह नहुन्जेलसम्म जुन वातावरण पाएँ, त्यसले नै मेरो प्रतिभा निखारियो ।

विवाहपछि वातावरण बिग्रियो ?

मेरो विवाह त्यही व्यक्तिसँग भयो, जो मेरो भजन सुन्न लुकी-लुकी प्रत्येक दिन कृष्णमानको घरमा आउँथे । मेरो श्रीमान् मनोजराज पन्त आफैंमा राम्रो स्वर भएका गायक एवं प्रतिभाशाली संगीतकार हुन् । हामी दुवैले विवाहपछि 'गाथा' शीर्षकको एल्बम निकालेर आफ्नो प्रेमको कथा सार्वजनिक गरेका थियौं । त्यसैले विवाहपछि मलाई संगीतमै क्यारियर बनाउन थप मद्दत मिलेको छ । यदि मेरा श्रीमान् संगीतकर्मी नभएको भए मलाई यहाँसम्म आउन धेरै गाऱ्हो हुने थियो ।

कहिलेकाहीं संगीतमा लागेर सम्पन्न जीवन व्यतित गर्न पाइएन भन्ने लाग्दैन ?

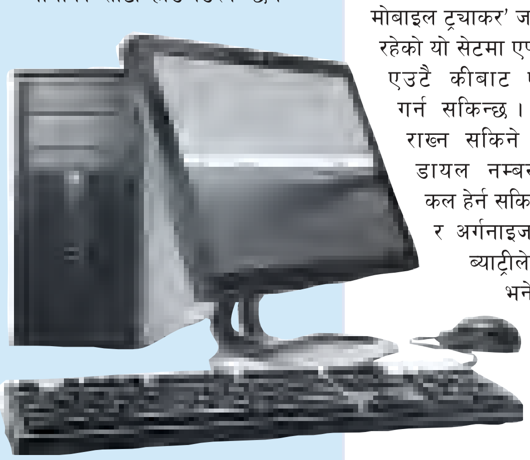
केही अपवादबाहेक संगीतमै लागेर सम्पन्न जीवन बाँच्नेहरूको संख्या नेपालमा निकै कम छ । यद्यपि जसले संगीत साधना गर्छ, उसमा गलत लत लाग्दैन । ऊ आफैंमा मग्न हुन्छ । बाहिरी दुनियाँसँग उति धेरै चासो पनि हुँदैन । तपस्यारत जोगीजस्तो सबै कुरा संगीतमै पाइने हुँदा धेरै धन कमाउने, हाईफाई जीवन बाँच्ने चाहना पनि हुँदैन । उहाँले संगीत सिकाएर र मैले गाएर जति आम्दानी हुन्छ, हामी त्यसमै खुसी छौं ।

कहिलेकाहीं उच्च शिक्षा नलिएकोमा पछुतो लाग्दैन ?

म नन्दी रात्रि माध्यमिक विद्यालयमा पढ्दा स्कुल फस्ट थिएँ, तर संगीत साधनामा यति धेरै डुबेछु कि क्याम्पस पढ्ने चाहना नै मऱ्यो । विवाहपछि पनि मैले पढाइलाई भन्दा संगीतलाई नै ध्यान दिएँ । अहिले श्रीमान्ले क्याम्पस पढ्ने सल्लाह दिनुहुन्छ । विदेश जाँदा अंग्रेजी भाषाको समस्याले पनि बेलैमा राम्रो शिक्षा आर्जन गरेको भए हुन्थ्यो भन्ने लाग्छ ।

ब्रान्डेड डेस्कटप

सूचना-प्रविधिको नेपाली बजारमा आमउपभोक्ताले ल्यापटपको तुलनामा कमै ब्रान्डेड डेस्कटप चलाउने गरेका छन्। बजारमा एसेम्बल गरिएका डेस्कटप ल्यापटप नै बढी पाइने भएकाले आमप्रयोगकर्ताले गुणस्तरीय प्रविधि कमै पाउने गरेका छन्। आमउपभोक्ताको ब्रान्डेड डेस्कटप कम्प्युटर चलाउने चाहना पूरा गर्न हेलिप्याकर (एचपी) को डीएक्स ७४०० एमटी डेस्कटप कम्प्युटर नेपाली बजारमा भित्रिएको छ। यो डेस्कटपमा २ दशमलव ६६ गिगाहर्जको कोर्ट टु डीओ प्रोसेसर छ। यो डेस्कटपमा १ जीबीको र्‍याम रहे पनि ४ जीबीसम्मको र्‍याम थप्न सक्ने सुविधा छ। यसमा २ सय ५० जीबीको साटा हार्ड डिस्क छ। डिभिडी रिडर र राइडर सुविधाले युक्त यो डेस्कटप कम्प्युटरमा युएसबी पोर्टमार्फत किबोर्ड र माउस चलाउन सकिन्छ। यसमा १७ इन्चको एलसिडी मनिटर छ, जसले स्पष्ट तस्बिर देखाउँछ। नियोर्टिकले नेपाली बजारमा ल्याएको यो डेस्कटप कम्प्युटरमा एक वर्षको वारेन्टी छ। यसको बजार मूल्य ५२ हजार रुपैयाँ छ।



हराए डर छैन

मोबाइलका प्रयोगकर्ताहरू जुन रूपमा बढिरहेका छन् सोही अनुपातमा मोबाइल हराउने र चोरी हुने घटना पनि बढिरहेका छन्। मोबाइल हराउने र चोरी हुने घटनाबाट आजित ग्राहकको समस्या बुझेर दक्षिण कोरियाको एलजी कम्पनीले केजी २८८ मोडलको मोबाइल फोन बजारमा उतारेको छ। यो फोनमा हराएको मोबाइल पत्ता लगाउने प्रविधि 'एन्टी थिप मोबाइल ट्र्याकर' जडान गरिएको छ। कलर मनिटर रहेको यो सेटमा एफएम रेडियोसमेत छ। यसको एउटै कीबाट एफएम रेडियो सञ्चालन गर्न सकिन्छ। ३ सय वटा फोन नम्बर राख्न सकिने यो सेटमा पछिल्ला १० डायल नम्बर, रिसिभ नम्बर र मिस कल हेर्न सकिने सुविधा छ। क्यालकुलेटर र अर्गनाइजरसमेत रहेको यो सेटको ब्याट्रीले ४ घन्टा कुरा गर्न मिल्छ भने स्ट्यान्डबाई मोडमा ४ सय घन्टासम्म काम गर्छ। ६५ ग्राम तौलको यो सेट नेपाली बजारमा ३ हजार ५ सय ९० रुपैयाँमा पाईन्छ।

गर्मीमा कुल गर्ने फ्रिज

गर्मी लगातार बढिरहेका कारण चिसो खानेकुराको खोजी गर्ने उपभोक्ताहरू बढिरहेका छन्। आममानिसलाई कुल गर्न अन्तर्राष्ट्रिय ब्रान्ड एलजीका विभिन्न मोडलका रेफ्रिजेरेटर नेपाली बजारमा भित्रिएका छन्। ५० लिटरदेखि ६ सय १३ लिटर क्षमता भएका यी फ्रिजमा सिंगल डोर, डबल डोर र साइड बाई साइड डोर सिस्टमका ढोका छन्। यो ब्रान्डका फ्रिजमध्ये ग्रीन इयोन डोर कुलिङमा केही फरक विशेषता छन्। २ सय ३० लिटरदेखि ४ सय ९१ लिटर क्षमतामा पाइने यो फ्रिजले कुनै पनि खानेकुरालाई ताजा राख्छ। सामान्यतः फ्रिजले पैदा गर्ने चिसोपनले हरिया खानेकुरालगायत फलफूलको रसलाई जमाउने कामसमेत गर्छ, तर यसको भ्यान्टिलेटरले तरकारी र फलफूललाई ताजा राख्छ। यो ब्रान्डका फ्रिजले पाँच तारा पाएका छन्। जति बढी तारा हुन्छ फ्रिजले उत्तिकै कम विद्युत् खपत गर्छ। अहिले बजारमा आएका फ्रिजहरूले पाँच ताराभन्दा बढी पाएका छैनन्। यो ब्रान्डका अधिकांश मोडललाई स्टेबलाइजर चाहिँदैन। फ्रिजमै रहेको भोल्ट गार्डले बिजुली नियन्त्रण गर्छ। यो कम्पनीले हाल बजारमा ल्याएका फ्रिजहरूले पछिल्ला मोडलको तुलनामा २० प्रतिशत चाँडो आइस क्यूब बनाउन सक्छ। यसका लागि फ्रिजमा आइस क्यूब ट्रे राख्ने अलग्गै स्थान बनाइएको छ। अधिकांश फ्रिजमा चिसोका कारण विभिन्न समस्या आउने गरेका छन्, तर यसमा चिसोबाट खानेकुराका साथै फ्रिजमा आउने समस्याहरू हटाउने सिस्टम छ। यो ब्रान्डका फ्रिज क्षमताअनुसार ११ हजार ९ सयदेखि २ लाख ७९ हजार रुपैयाँसम्मका छन्।

किरा धपाउने

गर्मी र वर्षा महिनामा कीरा-फट्याङ्ग्राहरूले बढी नै दुःख दिन्छन्। हुन त कीराबाट जोगिने विभिन्न उपाय छन्। अहिले कीरा-फट्याङ्ग्राबाट जोगिन झुल, म्याट र स्प्रेजस्ता विभिन्न उपाय उपलब्ध छन्। म्याट र स्प्रेमा विषालु पदार्थ प्रयोग गरिने हुनाले त्यसले मानवशरीरमा असर गरिरहेको हुन्छ भने झुल केवल ओच्छ्यानमा मात्र उपयोगी हुन्छ। यस्तै समस्या झेलिरहेकाहरूलाई सुविस्ता होस् भनेर बेलायतले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पेस्ट रिपिलर उपलब्ध गराएको छ। कम्प्युटरको माउस आकारको यो रिपिलर बिजुलीमा जडान गरेपछि अल्ट्रासोनिक वेभ र इलेक्ट्रो म्याग्नेटिक वेभ निस्कन्छ। मानिसले सुन्न र थाहा पाउन नसक्ने यो वेभलाई स-साना जीवजन्तु जस्तै मुसा, लोखर्केलगायत साङ्लो, छेपारो, माउसुली, कमिला, लामखुट्टे आदिले थाहा पाउन सक्छन्। रिपिलरबाट निस्किएको वेभले करिब २ सय ५० वर्गमिटरमा एउटा घेरा बनाउँछ र स-साना जीवजन्तुहरूलाई त्यो घेराभन्दा भित्र छिर्न दिँदैन। यसले घरमा पालेको कुकुर र बिरालोलाई भने कुनै असर गर्दैन। मानवशरीरलाई कुनै हानि नगर्ने यो उपकरणको अन्तर्राष्ट्रिय बजार मूल्य १ हजार ४ सय रुपैयाँ छ।

युवालाई नयाँ बाइक

भारतको यामाहा कम्पनीले पछिल्लो पटक निर्माण गरेको यामाहा आर १५ र यामाहा एफजेड १६ बाइकले नेपाली युवाहरूबीच निकै लोकप्रियता पायो। स्टाइलिस बाइकको चाहनालाई विशेष ध्यान दिन थालेको यो कम्पनीले आफ्नो एफजेड १६ मोडललाई परिमार्जन गरेर एफजेड एस मोडल निर्माण गरेको छ। नेपाली बजारमा आउने तरखरमा रहेको यो बाइक एफजेड १६ भन्दा डिजाइन र स्टाइलमा केही फरक छ। निर्माण कम्पनीले एफजेड एस बाइकलाई युरोपियन बजारमा रहेका बाइकको स्टाइलमा निर्माण गरिएको दाबा गरेको छ। यो बाइकलाई अझ स्टाइलिस्ट बनाउन यसको इन्जिनको आकारमा पनि परिवर्तन गरिएको छ। यो बाइकमा डिजिटल स्पिडोमिटर छ भने हेडलाइटलाई पनि अझ परिष्कृत गरिएको छ। एफजेड एस दुई रंगमा उपलब्ध हुने कम्पनीले जनाएको छ, जसमध्ये एउटा कालोमा पहेलो रंगको छ भने अर्को कालोमा रातो रंगको छ। फोर स्ट्रोक इन्जिन रहेको यो बाइकमा इन्जिन एयर कुल पनि छ। यसले इन्जिनलाई चाँडै तात्नबाट रोक्छ। १४ बीएचपी क्षमताको यो बाइक १ सय ५० सीसीको छ भने यसमा ५ गियर र ट्युबलेस टायर जडान गरिएको छ। यसको मुल्य १ लाख ८९ हजार ९ सय रहेको छ।

तु-आवश्यकता

निर्यात उद्योगकोलागि काँटी, क्रुसले बुन्न जान्ने तथा JUKI मेशीनले ऊनी ज्याकेट, टोपी सिलाउन जान्ने व्यक्तिहरुको आवश्यकता

रेणु श्रेष्ठ.:
4260073,4269701
फोन:१०-५शनिबार बन्द

तु - आवश्यकता

NGO को सहयोगबाट विगत ५ वर्ष देखि संचालित नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त संस्थालाई महिला विद्यार्थी कर्मचारीको तु. आवश्यकता।

तलब : रु. ८,५००।-
संख्या : 10 Ladies / 7Gents
योग्यता : साधारण लेखपढ Test, S.L.C + Above

नोट: SLC/+2 दिएका विद्यार्थीलाई विशेष ग्राह्यता।

सम्पर्क : २०६३१००, ९८०३४८४०२६, ९८४१७५९१३५ (चावहिल)
(शनिवार पनि कार्यालय खुल्ला रहनेछ।)

होटेल तालिम मोडर्नमा

Switzerland & UK बाट

Cook, Waiter, Waitress, Bakery, Barman, Captain, Front Office, House keeping (Room Boy), Supervisor, Care Giver, Domestic Helper तथा सम्पूर्ण Hotel Management सम्बन्धि तालिम दिइन्छ।

www.modernhoteltraining.com.np
Modern Management Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center
महाराजगञ्ज वसुन्धरा पुल Ktm
Ph:- 4363215, 2315801

प्लाष्टिक सर्जरी

प्लाष्टिक तथा कस्मेटिक सर्जरीको लागि

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

प्राईभेट TEST/SLC 2066
Computer Courses
English Language
TIME INSTITUTE
Technical Information for Multiple Education
Bagbazar Kathmandu, Nepal
Tel: 01-4239156 (Right Side to P.K. Campus)
मा धमाधम कक्षा संञ्चालन भइराखेको छ, चाडै सम्पर्क गर्नुहोला।

एकता, विस्तार र गुणस्तरीयता, शिक्षामा वर्षौदेखिको हाम्रो प्रतिबद्धता।

प्राईभेट TEST/SLC 2066

को लागि कक्षा १० मा

कक्षा ९ वा टेष्ट/एस.एल.सी. फेल भएका, कक्षा ८ वा ९ उत्तीर्ण गरी विविध कारणले विद्यालय जान नसकेका विद्यार्थीहरुका लागि कक्षा १० मा धमाधम भर्ना लिईदैछ।

नयाँ भर्ना खुल्यो

Shift: Morning/Day
Medium: Nepali/English

जिल्ला शिक्षा कार्यालय काठमाडौंबाट मान्यता प्राप्त

कालीमाटी
Merit Academy
Ph: 4285664

चावहिल
Bright Future
Ph: 4463073

कोटेश्वर
Harvard Int'l Academy
Ph: 4601434

ए लेभल नै किन ?

विदुर खतिवडा

एसएलसी सकिएको तेस्रो साता नबित्दै सुशान्त गौतम ए लेभलमा भर्ना भए। ए लेभल अध्ययन गर्ने पूर्वयोजनाबमोजिम ए लेभल कत्तिको उपयोगी छ ? भन्ने बुझिसकेको हुनाले पनि सुशान्तलाई यो निर्णय लिन गाह्रो भएन। अब सुशान्त असारको दोस्रो साताको पर्खाइमा छन्, किनभने असारको दोस्रो सातादेखि उनको ए लेभल शैक्षिक यात्रा प्रारम्भ हुँदैछ।

सहरी वातावरणमा राम्रो शैक्षिक आधार बनाएका थुप्रै विद्यार्थीहरू सुशान्तजस्तै यतिखेर ए लेभलको बाटोमा अग्रसर छन्। ए लेभल नै किन ? सुशान्तले भने- 'पहिलो स्वदेशमै अन्तराष्ट्रिय स्तरको पाठ्यक्रम, दोस्रो विश्वव्यापी प्रतिस्पर्धा र तेस्रो चलेको फेसन।' सुशान्तको यो भनाइले एकातिर ए लेभलको शैक्षिक पाठ्यक्रम पनि बलियो भएको देखाउँछ भने अर्कातिर यो पाठ्यक्रमप्रति विद्यार्थीको लहडलाई पनि प्रस्ट पार्छ।

नेपालमा ए लेभल अध्यापन प्रारम्भ भएको करिब २५ वर्ष हुन लागेको छ, तर आधा दशकयता ए लेभलप्रतिको आकर्षण ह्वात्तै बढेको छ। ए लेभल अध्ययन गरेका नेपाली विद्यार्थीले विश्वव्यापी प्रतिस्पर्धामा पाएको उच्च सफलता, १ सय ७० राष्ट्रमा अध्यापन हुने अपग्रेडेट एउटै पाठ्यक्रम र रोजाइको विषयमा उच्च शिक्षा हासिल गर्न पाउने सुविधाका कारण विद्यार्थीहरू ए लेभलप्रति आकर्षित बन्दै गएको शिक्षाविद्हरू बताउँछन्।

'केही वर्षअघिसम्म महँगो शुल्कलाई आधार बनाउँदै अभिभावकहरू यो शिक्षाप्रणालीप्रति विश्वास गर्न नहुने तर्क राख्थे' ओरियन्ट कलेजका सुशील दाहालले भन्छन्- 'तर अहिले छोराछोरीको क्यारियरप्रति सचेत अभिभावकहरू ए लेभललाई पहिलो रोजाइमा राख्न थालेका छन्।' एउटा उदाहरण, केही समय अघि जेभियर इन्टरनेसनल कलेजले आयोजना गरेको ए लेभलसम्बन्धी सेमिनारमा १ हजार ५ सयभन्दा बढी विद्यार्थीले ए लेभलमा छात्रवृत्ति प्राप्त गर्न आवेदन फर्म भरेका थिए। सो सेमिनारमा ए लेभलसम्बन्धी जिज्ञासा लिएर आएका अभिभावक र विद्यार्थीको संख्या २ हजारभन्दा बढी थियो।

जेभियर र ओरियन्टका अतिरिक्त किङ्गस कलेज, साइपाल एकेडेमी, माल्पी इन्स्टिच्युट, काठमाडौं एकेडेमी, रातो बंगला स्कुल, बूढानीलकण्ठ स्कुल, ब्रिटिस स्कुल, थेम्स कलेज, चेल्सी इन्टरनेसनल एकेडेमी, लुम्बिनी इन्टरनेसनल कलेज, ए.जे. वाइल्ड इन्टिच्युट, नोबल एकेडेमी पोखरा, कसमस इन्टरनेसनल कलेज, पोखरा, क्यास्पियन स्कुल, माइक्रोविट लिटिल स्टेप इन्टरनेसनल कलेज, पोखरा, काठमाडौं इन्टरनेसनल स्टडी सेन्टर, एस इन्स्टिच्युट, जेम्स उच्च माध्यमिक विद्यालय र नेसनल क्याम्पसलगायत करिब दुई दर्जन कलेजले ए लेभल अध्यापन गराउँदै आएका छन्।

उच्च शिक्षा हासिल गर्न विदेश जाने विद्यार्थीलाई लक्षित गरेर अध्यापन प्रारम्भ गरिएको ए लेभल अध्ययनका लागि यी कलेजहरूले एसएलसी दिएलगत्तै टेस्ट परीक्षाको प्राप्ताङ्क र प्रवेश परीक्षाको माध्यमबाट विद्यार्थी भर्ना प्रक्रिया थालिसकेका हुन्छन्। 'ए लेभलमा भर्ना लिन एसएलसीको परिणाम नकुर्ने ट्रेन्ड नै बसिसक्यो।' जेभियर इन्टरनेसनल कलेजका प्रमुख कार्यकारी लोकबहादुर भण्डारी भन्छन्- 'ए लेभलमा जानुभन्दा अघि

बाँकी पृष्ठ ८ मा

ए लेभलसम्बन्धी केही तथ्य

- ए लेभल पाठ्यक्रम, संरचना र सञ्चालन कुनै एक देशको विशेषता र स्वरूपमा आधारित नभै विश्वका युवाहरू र कलेजहरूको आवश्यकतालाई ध्यानमा राखी निर्माण गरिएको हो। यसले कुनै भाषा, राजनीति, संस्कृति विशेषप्रति कुनै पूर्वाग्रह राख्दैन।
- यसको मूल्याङ्कन पद्धतिले गुणस्तरविरुद्ध कुनै सम्झौता गर्दैन। विश्वसनीयता, एकरूपता, व्यावहारिकता र समय सान्दर्भिकता यसका मूल आधार हुन्। यो भोलिको विश्व आवश्यकताअनुसार अध्ययन र रोजगारीका लागि सक्षम युवा निर्माण गर्ने मिसनअनुसार सञ्चालित छ।
- साइन्स, म्याथ, इन्फर्मेसन टेक्नोलोजी, बिजनेस स्टडिजजस्ता प्राविधिक विषयदेखि व्यवसायमूलकसम्मका ७० विषयमध्येबाट छनौट गर्ने अवसर यसले दिएको छ।
- यसको विषय छनौट तथा परीक्षा प्रणाली विद्यार्थीको आवश्यकताअनुसार अत्यन्त लचिलो छ। विद्यार्थीले वर्षमा दुई पटक (जुन र नोभेम्बर) मा सञ्चालन हुने परीक्षामा आफ्नो तयारीअनुसार छ महिना, १ वर्ष, वा २ वर्ष कुनै समयमा परीक्षा दिन सक्छन्। एक पटकमा आफ्नो तयारी अनुसार जति विषयको पनि परीक्षा दिन सक्छन्।
- परीक्षाको नतिजा विषयगत रूपमा २ महिनाभित्र प्रकाशित गरिन्छ।
- अधिकतम पाठ्यसामग्री इन्टरनेटमार्फत अध्ययन गर्न सकिन्छ भने विश्वभरका प्राध्यापक एवं विश्वविद्यालयहरूसँग सामग्री आदान-प्रदान र छलफल गर्न सकिन्छ।
- विश्वका १ सय ६० देशका झन्डै ६ हजार स्कुल-कलेजमा सञ्चालन भैरहेको र प्रतिवर्ष ९० हजारभन्दा बढी इन्ट्री गरिने।
- झन्डै ६० लाख प्रश्नपत्र उत्पादन गरिन्छ।
- प्रतिवर्ष करिब ६ हजार ५ सय शिक्षकलाई १६ हजार कार्यदिनको शिक्षण सीपसम्बन्धी तालिम सञ्चालन गरिन्छ।
- जेनरल सर्टिफिकेट अफ एजुकेसन (जि.शि.ई.) का परीक्षा अधिकृत आफैं परीक्षाका सर्टिफिकेट परिक्षा लिइएको ठाउसम्म पुऱ्याउने काम गर्छन्।

सुशील दाहाल, ओरियन्ट कलेज

बालकृष्ण वैद्य

थेम्स कलेज

पटक-पटक परीक्षा दिइरहन पाउने हुँदा ए लेभलले विद्यार्थीको समय बर्बाद गरिदिन्छ भनिन्छ नि ?

ए लेभलको परीक्षामा आफूलाई चित्तबुझ्दो नतिजा प्राप्त नभए पुन: परीक्षा दिन पाउने व्यवस्था छ। यसरी पुन: परीक्षा दिने क्रममा उसको समय नष्ट भएको मान्नु गलत बुझाइ हो। किनभने यदि विद्यार्थी अब्बल छन् भने उसले दुई वर्षमा पूरा गर्ने कोर्सलाई समयअघि नै सिध्याएर परीक्षा दिन सक्ने पनि व्यवस्था छ। दुईवर्षे कोर्स एकै वर्षमा गर्छु भन्ने विद्यार्थीले सोहीअनुसार गर्न सक्छन्।

तुलनात्मक रूपमा नेपाली शिक्षा पद्धतिसँग ए लेभललाई दाँजेर हेर्न सकिन्छ ?

ए लेभल बेलायतको क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयअन्तर्गत सञ्चालित भएकाले यसको गुणस्तर निकै उच्च छ। यो अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डको शिक्षा हो। यसको तुलनामा नेपाली शिक्षा परम्परागत छ। हाम्रो शिक्षा बढी घोकन्ते किसिमको छ।

नेपाली शिक्षा विधिमा चित्त नबुझाएर नै ए लेभलप्रतिको आकर्षण बढेको हो ?

विशेषत: अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको शिक्षा हासिल गर्ने उद्देश्यले ए लेभलको आकर्षण बढेको हो। हाम्रो शिक्षा प्रणाली सैद्धान्तिक र घोकन्तेमा बढी जोड दिइएको छ तर ए लेभलमा त्यस्तो छैन। ए लेभलले विद्यार्थीको सिर्जनशीलता, मौलिकता र व्यावहारिकताको परीक्षा गर्छ। यसको पाठ्यक्रम पनि समयसापेक्ष परिवर्तन भैरहने हुँदा विश्वबजारमा माग भएको जनशक्ति उत्पादन गर्नमा सहयोग पुऱ्याउने शिक्षा विधि हो ए लेभल। सायद त्यसैले हुनसक्छ ए लेभलप्रति आकर्षण बढेको।

ए लेभललाई विदेश पढ्नका लागि गेटपासका रूपमा बुझ्ने गरिएको छ नि ?

हो, यस्तो कुरा मैले पनि सुनेको छु। विद्यार्थीले 'तपाईंको कलेजमा आए भने अमेरिकाको भिसा दिनुहुन्छ ?' भनेर सोधेको सम्म उदाहरण छ। यो गलत बुझाइ हो। खासमा विद्यार्थी र अभिभावकले ए लेभल भनेको के हो राम्रोसँग बुझ्नु आवश्यक छ।

ए लेभल नै किन ?

पृष्ठ ७ बाट जारी

विद्यार्थीले यो पाठ्यक्रमका सम्बन्धमा राम्रोसँग बुझ्नुपर्ने भएकाले पनि परामर्श लिनु सकारात्मक पक्ष हो।'

ए लेभल पाठ्यक्रममा राम्रो परिणाम ल्याउने विद्यार्थीले विदेशी विश्वविद्यालयमा सहजै छात्रवृत्ति पाउने भएकाले पनि आकर्षण बढेको हो। 'पछिल्ला वर्षहरूमा विदेशी शिक्षाकै लागि विशेष रूपले चासो राख्ने विद्यार्थीहरूका लागि ए लेभल पहिलो रोजाइ बनेको छ,' साप्ताहिकसँग कुराकानी गर्दै चेल्सी इन्टरनेसनल एकेडेमीका सुधीर कुमार झा भन्छन्- 'विगतमा सीमित वर्गको चासोमा रहेको ए लेभलको अध्ययनपछि अवसरका बाटा धेरै हुने भएकाले यो पाठ्यक्रमप्रति मध्यमवर्गीय परिवारको समेत आकर्षण बढ्दै गएको छ।'

सामान्यतः एसएलसी उत्तीर्ण गरेपछि उच्च शिक्षाका क्रममा धेरै विद्यार्थीमा कुन विषय पढ्ने भन्ने चिन्ता हुन्छ। अभिभावकको चाहना एउटा र विद्यार्थीको चाहना अर्को, सन्तानलाई राम्रो विषय अध्ययन गराउने चाहनाले अभिभावकले उनीहरूको इच्छा विपरीतको विषय अध्ययन गर्न दबाब दिन्छन्, तर इच्छाविपरीत लादिएको शिक्षाले उनीहरूको भविष्यलाई अनिश्चित बनाउँछ। ए लेभल यस्तो पाठ्यक्रम हो जहाँ विद्यार्थीले आफूले अध्ययन गर्न खोजेको बाटो आफैं पहिल्याउन सक्छन्। १ सय ५० भन्दा बढी विषयमा विद्यार्थीले छनौट गरेर अध्ययन गर्न भएकाले पनि उनीहरूले राम्रो नतिजा ल्याउन सक्छन्।

के हो ए लेभल ?

शिक्षाविद् दाहालका अनुसार १६ देखि २० वर्षसम्मका विद्यार्थीलाई विश्वविद्यालय प्रवेश गराउनुपूर्वको शैक्षिक योग्यतालाई 'ए लेभल' भनिन्छ। एडभान्स लेभल अर्थात् ए लेभल बेलायतको क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयअन्तर्गत क्याम्ब्रिज इन्टरनेशनल एक्जामिनेसन्स बोर्ड (सीआईई) द्वारा सञ्चालित जनरल सर्टिफिकेट अफ एजुकेसन (जीसीई) को एउटा शैक्षिक कार्यक्रम हो, जुन कार्यक्रमले विश्वव्यापी स्वरूप लिएको छ। नेपालमा एसएलसीजस्तै बेलायतमा ओ लेभल अध्यापन हुन्छ, तर नेपालमा ओ लेभल नभएको हुँदा एसएलसीमा राम्रो अंक ल्याएका र अंग्रेजी भाषाको स्तर राम्रो भएका विद्यार्थीले ए लेभल अध्ययन गर्न सक्छन्।

यो शैक्षिक पाठ्यक्रमलाई नेपाल सरकारले प्रवीणता प्रमाणपत्रसरह मान्यता दिएको छ। ए लेभलको पाठ्यक्रम बनाउनेदेखि लिएर परीक्षा सञ्चालनसम्म सीआईईअन्तर्गत नै हुन्छ। नेपालमा परीक्षा सञ्चालनको जिम्मेवारी ब्रिटिस काउन्सिलले लिएको छ।

ए लेभल अध्ययनका सकारात्मक पक्ष पनि छन्। कोर्स दुई वर्षको भनेर निर्धारण गरिएको भए पनि राम्रो तयारी गरेका विद्यार्थीले निर्धारित समयभन्दा अगावै पनि कोर्स पूरा गर्न सक्छन्। यसबाहेक कुनै विषयमा राम्रो ग्रेड नआए त्यो विषयमा दोहोर्‍याएर परीक्षा दिइरहन पाइन्छ। बूढानीलकण्ठ उच्च मा.वि.का प्रिन्सिपल नारायणप्रसाद शर्माका अनुसार प्रत्येक वर्षमा पाठ्यक्रम परिमार्जित हुनु ए लेभलको अर्को विशेषता हो। परीक्षा प्रणाली पनि छिटो-छरितो र व्यावहारिक छ। ए लेभलमा बढी विषय छनौट गर्ने अवसर रहन्छ। पहिलो वर्षको कोर्स एड्भान्स सब्सिडरी लेभल र दोस्रो वर्ष ए टु गरी दुई भागमा पाठ्यक्रम विभाजन गरिएको हुन्छ। ए लेभलमा चारवटा विषय अध्ययन गर्नुपर्नेमा जनरल पेपरका रूपमा अंग्रेजी विषयबाहेक अन्य विद्यार्थी आफैंले मन परेको विषय छनौट गर्न पाउँछन्। निश्चित पाठ्यक्रममा विद्यार्थीले कति पढ्यो भन्नेभन्दा पनि उसले कति बुझ्यो भन्ने कुरामा केन्द्रित रहेर परीक्षा सञ्चालन हुने भएकाले विद्यार्थीले गहन अध्ययन गर्नु आवश्यक छ। शिक्षाविद् बबिता लाभ भन्छिन्- 'विद्यार्थीले उच्च शिक्षाका क्रममा विदेश गएर पढ्न सक्ने सामर्थ्य राख्नुपर्ने भएकाले यो तहमा भर्ना गर्नुअघि उसको क्षमता पनि हेरिनुपर्छ।'

बाँकी पृष्ठ ९ मा

पाठ्यक्रम र मूल्यांकन

ए लेभलमा विज्ञान, व्यवस्थापन तथा मानविकी संकायका विषयहरू नै हुन्छन्, तर विद्यार्थीको रुचि छ भने विज्ञानमा पनि व्यवस्थापनको कुनै विषय राखेर अध्ययन गर्न सकिन्छ। ए लेभलमा ग्रेडिङ प्रणालीबाट मूल्याङ्कन हुन्छ, विद्यार्थीले कुनै पेपरमा सामान्य राम्रो र कुनैमा अत्यन्त राम्रो गरेको छ भने एभरेजका आधारमा उसलाई ग्रेडिङ दिइन्छ। ग्रेडिङमा क्रमशः ए, बी, सी, डी, ई सम्मको र्‍याङ्किङ हुन्छ, हरेक विषयमा ए ग्रेड ल्याउन सक्नु विद्यार्थीको उच्च सफलता हो भने ई ग्रेड तल्लो तह हो। यू ग्रेडलाई असफल मानिन्छ, तर चित्तबुझ्दो ग्रेडिङ नआए विद्यार्थीले पुनः परीक्षा दिन सक्छन्। प्रश्नपत्र ४० प्रतिशत वस्तुगत तथा अन्य छोटो र लामो उत्तर लेख्ने खालका हुन्छन्। परीक्षा वर्षको दुई पटक मे-जून र अक्टोबर-नोभेम्बरमा हुन्छ। त्यसकारण विद्यार्थीले राम्रोसँग तयारी गरे अध्ययन थालेको ६ महिनामै सबै विषयको परीक्षा दिन सक्छन्।

करिब ३ सय ६० घन्टा (२ वर्ष) को निर्देशित अध्ययनमा पूरा गर्न सकिने यो कार्यक्रममा करिब ७० वटा विषयमध्येबाट छनौट गरी पढाइन्छ। ए लेभलमा साधारणतया विद्यार्थीले विज्ञानमा फिजिक्स, बायोलोजी, केमेस्ट्री, गणित, कम्प्युटर साइन्स, इनभाइरोमेन्ट साइन्सजस्ता विषय अध्ययन गर्छन् भने व्यवस्थापनमा अर्थशास्त्र, कम्प्युटिङ म्यानेजमेन्ट, अफिस म्यानेजमेन्ट, एकाउन्टेन्सी, फाइनान्स आदि विषयमा जान सक्छन्। यस्तै लिभरल आर्टस, सोसियोलोजी, साइकोलोजी, इन्भाइरोमन्ट स्टडिज, जर्नालिज्म, कम्प्युटर, फिलोसोफी आदि विषय मानविकि संकायअन्तर्गत पर्छन्। विद्यार्थीले कुनै विषयमा स्वअध्ययन गरेर पनि परीक्षा दिन सक्छ।

पाठ्यक्रम, शिक्षण प्रणाली, परीक्षा प्रणाली आदि सबै पक्ष क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयले निर्धारण गरेअनुसार नै हुन्छ। कुनै चारवटा विषयमा परीक्षा उत्तीर्ण गरेपछि ए लेभल पूरा गरेको मानिन्छ, तर विद्यार्थीले चाहे थप विषयमा परीक्षा दिन सक्छन्। कक्षा क्रियाकलापहरू मूलतः सेमिनार, छलफल, प्रयोगशाला विधि, समस्या सामाधान, समुह क्रियाकलाप, प्रोजेक्ट कार्य, खोजबिन, प्रस्तुतीकरण, समसामयिक अध्ययन आदिमा आधारित हुन्छ। सैद्धान्तिकभन्दा व्यावहारिक र समस्या समाधान केन्द्रित शिक्षणमा विद्यार्थीहरूले इन्टरनेटमार्फत विश्वव्यापी सम्पर्क स्थापित गरी विषयगत अध्ययनको गहिराइमा पुग्नु आवश्यक हुन्छ।

ए लेभलको परीक्षामा कुनै विषयमा राम्रो गर्ने विद्यार्थी नेपाल टप वा वर्ल्ड टपसमेत बन्न सक्छ। प्रत्येक विषयमा प्रत्येक सेसनमा नेपाल टप र वर्ल्ड टप गर्ने विद्यार्थीलाई क्याम्ब्रिजले विशेष समारोह गरी सम्मान एवं प्रमाणपत्र प्रदान गर्छ। राम्रो ग्रेडमा उत्तीर्ण गर्ने विद्यार्थीहरूले विश्वका राम्रा विश्वविद्यालयहरूमा छात्रवृत्तिमा अध्ययन गर्ने अवसरसमेत पाउँछन्। विदेशका प्रायः विश्वद्यिालयले जनरल पेपरमा (अंग्रेजी)मा राम्रो नतिजा ल्याएको खण्डमा त्यसलाई टोफल, आयल्ससरह मान्यता दिने गरेको पाइन्छ।

जीसीईको ए लेभल शैक्षिक कार्यक्रममा सन् २००८ मा विश्वका ६ सय १५ कलेजका १५ लाख विद्यार्थीले परीक्षा दिएका थिए भने नेपालबाट परीक्षा दिने विद्यार्थीको संख्या १ हजार ५ सय थियो।

बिजी भट्टचार्य

जेम्स इन्स्टिच्युट अफ हाइयर एजुकेसन

ए लेभलप्रति विद्यार्थीहरू किन आकर्षित भैरहेका छन् ?

यसका तीन कारण छन्। यो अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डको शिक्षा हो। नेपालमै बसेर विश्वस्तरका विद्यार्थीसँग प्रतिस्पर्धा गर्ने अवसर पाइन्छ। दुईवर्षे ए लेभल कोर्सपछि विश्वमै अध्ययनका लागि बाटो खुल्छ।

ए लेभल खर्चालु हुन्छ भनिन्छ नि ?

हो, यसलाई प्लस टु सरहको मन्यता दिए पनि प्लस टु गर्न भन्दा अलि बढी खर्चालु छ।

किन ?

यसैमा विद्यार्थी र अभिभावकले गलत बुझिरहेका छन्। यसका तार्किक कारणहरू छन्। एक त यो युकेको कोर्स हो। यो कोर्सका लागि रजिस्ट्रेशन फि पाउन्डमा तिर्नुपर्छ। पाउन्डलाई नेपाली रुपैयाँमा रूपान्तरण गर्दा महँगो देखिएको हो। त्यस्तै हरेक पटक हुने परीक्षाका लागि पनि पाउन्डमै रकम तिर्नुपर्छ। अर्को कारण के हो भने, नेपालमा ए लेबल पढाउने शिक्षकहरू पाउन गाह्रो छ। ब्रिटिस काउन्सिलबाट तालिमप्राप्त शिक्षकहरू महँगा हुन्छन्। यिनै विविध कारणले ए लेभल प्लस टुको तुलनामा खर्चालु देखिन्छ।

कस्ता विद्यार्थी ए लेभलमा भर्ना हुन सक्छन् ?

युकेको भाषामा भन्ने हो भने १० कक्षा उत्तीर्ण गरेपछि यो कोर्स गर्न पाइन्छ, तर नेपालमा १० कक्षा पढेको विद्यार्थीसँग त्यस्तो क्षमता नहुन सक्छ। त्यसैले एसएलसी उत्तीर्ण विद्यार्थीले ए लेभलमा भर्ना पाउँछन्।

लोकराज गिरी

साइपल एकेडेमी

नेपाली शिक्षा स्तरहीन भएकाले ए लेभलको आकर्षण बढेको हो ?

ठ्याक्कै त्यही भन्न त मिल्दैन। यद्यपि नेपाली शिक्षा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पुगेको छैन। नेपालमै अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको शिक्षा दिऊँ भन्ने लागेर ए लेभल कक्षा सञ्चाल भएको हो।

ए लेभल कस्तो शिक्षा विधि हो ?

ए लेभलले विद्यार्थीलाई फरक ढंगले अध्ययन गर्न अभ्यस्त गराउँछ। यो पढाइ शिक्षकमुखी हुँदैन। शिक्षकले विद्यार्थीलाई गाइडलाइन्स मात्र दिने हो। अरू सबै विद्यार्थी आफैंले बुझ्ने हो। यसमा विद्यार्थीको मौलिक क्षमता प्रस्फुटन हुन्छ।

नेपाली विद्यार्थी विश्वस्तरका विद्यार्थीसँग प्रतिस्पर्धा गर्न सक्षम छन् ?

विगतका नतिजालाई आधार मान्ने हो भने नेपाली विद्यार्थीहरू पनि अवसर पाए विश्वस्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्छन्। विगतमा नेपाली विद्यार्थीहरूले वर्ल्ड टप गरेका छन्।

ए लेभलपछि विदेश जानैपर्छ ?

बिलकुल होइन, ए लेभलपछि नेपालमै पढ्न सकिन्छ। ए लेभललाई सरकारले प्लस टुको मान्यता दिएको छ। ए लेभलपछि नेपालमै पनि सोहीअनुसारको राम्रो विषय अध्ययन गर्न सकिन्छ। ए लेभल विदेश जाने गेटपास होइन। यसले त विद्यार्थीको पढ्ने शैली र क्षमतालाई मात्र निखार्ने हो।

स्टार होटलमै तालिम
जापानको लागि
स्पेशल Cooking
कोर्ष साथै Language
नेपालको लागि Job Guarentee
Cook-Indian/Chinese/
Italian/Continental,
साथै Waiter/ Barman
Crystal Training
Tel: 2403011 Mob: 9841611373
ट्रेनिङ्ग गर्ने होटल जमलमा

केश
झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल
Before After
Herbal44 Rs. 750/- → [Soap Free]
बेदाग गोरो मुहारको लागि
रूपअमृत - Rs.1650/-
Anti Pimple
[Rose Sunscream Free]
मुहारको दाग चायाँपोतो हटाउने Dr. Japan - Rs.350/-
मुहारको चाउरीपना हटाउने Cream - Rs.1250/-
स्तन बढाउने/घटाउने Cream - Rs. 1650/-
ग्याष्ट्रिक, सुगर, ब्लडप्रेशर, दम समाधान
शरीरको तौल + उचाई बढाउने
सफल आयुर्वेदिक/प्राकृतिक उपचार
शरीरको weight घटाउने Easyway
No Side effect 100% Guaranteed
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, गौशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 2110057
9841330144 Cell 9845062538 Chitwan

Learn to Speak
English
★ 2 & 3 Months Packages
★ 1 Month Special & Speaking Course
★ Audio & Visual in American & British Tone
★ Situational Conversations
★ विदेश जाने र जान्दै नजान्नेलाई विशेष कक्षा
Japanese/ Hebrew/ Korean/ Chinese/ French/ Spanish/ German
IELTS/ Visa / Job Interview Pre.
OASIS
Language Centre
Golkopakha, Thamel & Kalimati Chock
4359170 & 2024700

ए लेभल नै किन ?

हरि उपाध्याय
ओरिएन्ट कलेज

पृष्ठ ८ बाट जारी

खर्च

उच्च वर्गका विद्यार्थीका निम्ति ए लेभल उपयुक्त हुने भनिए पनि अहिले मध्यमवर्गीय विद्यार्थी पनि यसको उज्ज्वल भविष्य देखेर हुनसक्छ, यसतर्फ तानिएको छ। निश्चित रूपमा एसएलसीपछिका अन्य शिक्षाभन्दा ए लेभल महँगो नै छ। विदेशी विश्वविद्यालयको शिक्षा भएकाले उच्च शिक्षाका लागि बिदेसिन चाहनेहरूका लागि भनेर यो कोर्स सुरु भएको पनि शिक्षाविद्हरू बताउँछन्। अहिले प्रवेशिकामा राम्रो परिणाम ल्याउने विद्यार्थीलाई कलेजहरूले नै विभिन्न छात्रवृत्तिको व्यवस्था गरेका छन्। ए लेभलको कोर्स सञ्चालनका लागि बढी रकम असुल्ने कलेजहरू पनि छन्। ए लेभल अध्ययनका लागि कलेजहरूले भर्ना शुल्क १० हजारदेखि ६० हजार रुपैयाँसम्म र मासिक शुल्क ४ हजार देखि ११ हजार रुपैयाँ लिने गरेका छन्। यसबाहेक परीक्षा शुल्क २५ हजार रुपैयाँसम्म हुन्छ। दुई वर्षको ए लेभल पूरा गर्दासम्म विद्यार्थीले दुई लाखदेखि २ लाख ५० हजारसम्म बुझाउनुपर्छ। ए लेभल अध्ययन गर्दा महँगो अनुभूति गर्ने अर्को पक्ष हो, पाठ्यपुस्तक। पाठ्यपुस्तक महँगो हुने भएकाले अहिले पनि अधिकांश विद्यार्थी फोटोकपीको सहारा लिन्छन्।

ए लेभलको मुख्य उद्देश्य विदेश

उच्च शिक्षाका क्रममा बिदेसिरहेकाहरूलाई स्वदेशमै सो शिक्षा उपलब्ध गराउन यो कोर्स प्रारम्भ गरिएको शिक्षाविदहरू बताउँछन्, तर अहिले ए लेभलको प्रवेश परीक्षा दिलाउने संस्थाहरूदेखि कलेजसम्म सबैले विदेश जाने राम्रो अवसरका रूपमा यो कोर्सलाई परिभाषित गर्ने गरेका छन्। जुन केही हदसम्म सत्य हो, तर आर्थिक वा अन्य कुनै कारणले बिदेसिन नसकेको अवस्थामा के त्यो विद्यार्थीको क्यारियर डावाँडोल हुन्छ ? शिक्षाविद् तीर्थ खनियाँ भन्छन्- 'यसलाई विदेश जान पाउने शिक्षाका रूपमा परिभाषित गरिनु ठीक होइन्। ए लेभल अध्ययन गर्नु भनेको हाम्रो जनशक्तिलाई विदेश जान प्रेरित गर्नु नै हो।' ए लेभल उत्तीर्ण विद्यार्थीले विदेशमा मात्र होइन, स्वदेशमा पनि क्यारिअर विकास गर्न सक्छ। शिक्षाविद् बबिता लाभका अनुसार विदेश जानका निम्ति अध्ययन गर्ने भन्ने सोचाइ खतरनाक हो, यसकारण ए लेभललाई यो सोचबाट अलग राख्दै व्यावहारिक शिक्षापद्धतिको एउटा नमुनाका रूपमा परिभाषित गरिनुपर्छ।

बुझ्नु आवश्यक हुन्छ

धेरै विद्यार्थी नबुझिकनै ए लेभलप्रति आकर्षित हुने ट्रेन्ड बढेको छ। ए लेभल पढेपछि धेरै अवसर सिर्जना हुने उनीहरूको ठम्याइ हुन्छ। ए लेभल कोर्स किन आवश्यक छ ? कस्तो छ ? यसको अध्ययनपश्चात् के गर्ने जस्ता विषयमा विद्यार्थीले भर्ना हुनुअगावै राम्रोसँग बुझ्नु आवश्यक हुन्छ। शिक्षाविद्हरूका अनुसार ए लेभलको विषयगत पाठ्यक्रम र आफ्नो रुचिको विषयका बारेमा विद्यार्थीले शैक्षिक संस्थाका प्रतिनिधिसँग बसेर गहिरो छलफल गर्नुपर्छ। यस्तो छलफलले विद्यार्थीका निम्ति यो पाठ्यक्रमको आवश्यकता छ-छैन प्रस्ट हुनेछ। विद्यार्थीले भर्ना हुनुअगावै आफूले अध्ययन गर्ने शिक्षण संस्थाको आधारभूत संरचनादेखि अध्यापन शैली पनि बुझ्नु आवश्यक हुन्छ।

बाँकी पृष्ठ १० मा

नेपालमा ए लेभलको प्रारम्भ

नेपालमा सन् १९८५ मा पहिलो पटक क्याम्ब्रिजकै 'ओ' लेभल अर्थात् एसएलसी बराबरको पाठ्यक्रमको अध्यापन सुरु भएको थियो। 'त्यसको दुई वर्षपछि हामीले नै ए लेभल पनि सुरु गऱ्यौं' बूढानीलकण्ठका प्रिन्सिपल शर्माले बताए। तर अहिले ओ लेभल हटाइएको छ, एसएलसी स्तरसम्मको शिक्षा नेपालकै हुनुपर्ने मान्यता अनुसार ओ लेभल खारेज भएको हो।

अहिले ए लेभलका लागि आवश्यक पूर्वाधार तयार गरेर ब्रिटिस काउन्सिलमा निवेदन दिनुपर्ने व्यवस्था छ, जसका आधारमा ब्रिटिस काउन्सिल र सीआईका पर्यवेक्षकहरूले निरीक्षण गरेर क्याम्ब्रिजको पिन कोड प्रदान गर्छन्, तर पिन कोड प्राप्त गर्ने कलेजले नेपाल सरकारले ०५९ मा लागू गरेको उच्च शिक्षा सञ्चालन निर्देशिका बमोजिम शिक्षा मन्त्रालय उच्च तथा प्राविधिक शिक्षा शाखाबाट अनिवार्य रूपमा अनुमति लिनुपर्ने प्रावधान छ। 'निर्देशिकाले निर्धारण गरेको मापदण्डअनुरूप अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको पूर्वाधार छ-छैन मन्त्रालयले पनि अनुगमन गर्छ,' मन्त्रालय स्रोत भन्छ, 'मन्त्रालयअन्तर्गत शिक्षामन्त्रीको अध्यक्षतामा रहेको उच्च स्तरीय मूल्याङ्कन तथा अनुगमन समितिले निरीक्षण गरेर मन्त्रालयबाट सिफारिस निर्णय भएपछि मात्र कलेजले बैधानिक रूपमा सम्बन्धन पाएको ठहर्छ।' स्रोतका अनुसार पर्याप्त पुर्वाधार देखिएन भने मन्त्रालयले सञ्चालन भैरहेका कलेजलाई पनि खारेज गर्न सक्छ। ब्रिटिस काउन्सिलले शिक्षण सिकाई पद्धतिमा गुणस्तर राख्न 'टिचर्स सपोर्ट साइट र ब्रोड ब्यान्ड कनेक्सन' तालिम उपलब्ध गराउँदै आएको छ।

ए लेभल कस्तो शिक्षा हो ?

खासगरी अहिले ग्लोबलाइजेसनको कुरा उठिरहेको छ। यस्तो अवस्थामा अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डअनुरूपको ए लेभल शिक्षा निकै उपयोगी मानिन्छ। प्रयोगात्मक शिक्षण विधिमा आधारित ए लेभलले विश्वबजारमा माग भएको जनशक्ति उत्पादन गर्ने हुँदा यसप्रति नेपाली विद्यार्थीहरू आकर्षित भैरहेका छन्। ए लेभलमा विद्यार्थीले आफ्नो वास्तविक जीवनमा समेत उपयोग गर्न सक्ने शिक्षा आर्जन गर्छन्।

ए लेभलको आकर्षक पक्ष के हुन् ?

नेपालको सन्दर्भमा मध्यमवर्गका विद्यार्थीले पढ्न सक्छन्। अन्तर्राष्ट्रिय कोर्स नेपालमै गर्न पाउने अवसर र विश्वस्तरका विद्यार्थीहरूसँग प्रतिस्पर्धा गर्न पाइने यसका आकर्षक पक्ष हुन्।

ए लेभलपछि धेरै विद्यार्थी विदेश जाने गरेका छन्, नेपालमा त्यो स्तरको पढाइ नभएर हो ?

प्रतिस्पर्धामा नेपाली शिक्षा धेरै पछाडि छ। ए लेभलजस्तो अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको शिक्षा हासिल गरिसकेपछि सोहीअनुसारको शिक्षा लिन धेरैजसो बिदेसिने गरेका छन्, तर नेपालमा पनि हाल त्रिवि र केयुअन्तर्गतका क्याम्पसहरू ए लेभलपछि डिप्लोमा कोर्स गर्न पाइन्छ। हाल यी युनिभर्सिटीमा पनि आकर्षक कोर्सहरू समावेश गरिएको छ।

ए लेभलपछि किन विद्यार्थीहरू बिदेसिएका हुन् ?

ए लेभलपछि विश्वस्तरको मान्यता पाइने हुँदा विश्वको जुनसुकै युनिभर्सिटी कलेजमा प्रवेश पाउन सजिलो हुन्छ। ए लेभलपछि विदेश जान सहज भएकाले विद्यार्थीहरू बाहिरिएका हुन्।

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 हलसँगै

Tel :- 4249576

होटल तालिम विशेष छुटमा 2003 मा स्थापित

नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त, पाँचतारेको प्रशिक्षक

Worldwide valid Certificate

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

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

- ३ महिने कुकमा FREE ENGLISH LANGUAGE
- थप Industrial Training लाई Star Hotel मा पठाइने
- आफ्नै FIVE STAR STANDARD RESTAURANT भएको
- जागिरको व्यवस्था स्वदेश र विदेशमा सहयोग गरिने ।
- Student Visa, Work Permit, PR, DV lottery मा जानेलाई विशेष तालिम

Vissa Processing for Aboard Study U.K. Australia

र्‍याडीसन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
4247165, 2200889, 9841-891131

साहारा होटल तालिम सेन्टर
(Sahara School of Hospitality Mangement and Toursim Nepal)
नयाँ बानेश्वर, शिवदर्शन हल अगाडि, ओखरबोट मार्ग
2040782, 016200757, 98510-93629

र्‍याडीसन होटल तालिम सेन्टर
नयाँ बानेश्वर, BICC को पानी ट्यांकी अगाडी
4464720, 9841-891131, 98510-93629

CA

Coaching Class @ Shaping Minds

Sarojina Scholarship Fund

* 100 % Scholarship from an NGO Shaping Minds group Social welfare

Shaping Minds Group
Education Department
Putalisadak-2222605, 4233478

VISIT us once before U decide Ur STUDY PLAN

उद्‌घोषण तालिम

RJ/ VJ/ MC

नयाँ कक्षा धमाधम संचालन भइरहेको छ ।

BIKALPA, THE OPTION

फोन नं. ०१-४४९०१६८

विकल्प एफ.एम TIME मा कार्यक्रम चलाउने 100% ग्यारेण्टी

होटल तालिम होटल खुम्जुङमा

छिटो अनि राम्रोसँग Five Star लेबलका Chef हरुद्वारा सिकाइने कुक-वेटर/हाउस किपिङ्ग/बेकरी/फ्रन्ट अफिस/बार म्यान/तथा अंग्रेजी, नेपाली र जापनीज भाषाका कक्षाहरु का साथै हाउस वाइफ र पढ्दै नपढेको हरुका लागि विशेष कक्षाको व्यवस्था गरिदैं छ। भर्ना धमाधम लिइदैछ।

Hotel Khumjung Training Center

महाराजगञ्ज, चक्रपथ, नारायण गोपाल चोकबाट ३ मिनेट पूर्व

Tel: 4373411, 4372194

ए लेभल नै किन ?

लोकबहादुर भण्डारी

जेभियर इन्टरनेसनल

नेपालको परिपेक्ष्यमा ए लेभल कति उपयोगी छ ?

ए लेभल शिक्षालाई नेपालको परिपेक्ष्यमा दाँजेर हेर्नु उपयुक्त हुँदैन । किनभने यसले विद्यार्थीलाई विश्वव्यापी प्रतिस्पर्धामा उतारिरहेको छ । हाम्रा विद्यार्थी पनि विश्वस्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्छन् भन्ने देखाउन ए लेभल राम्रो माध्यम बनेको छ ।

के नेपाली विद्यार्थी विश्वस्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्षम छन् ?

हाम्रा विद्यार्थी पनि कमका छैनन् । उनीहरूले कतिपय विषयमा विश्व टप गरेका छन् । प्रतिभाशाली विद्यार्थीहरूले ए लेभलमार्फत विश्वस्तरमा नेपाली विद्यार्थीको क्षमता प्रस्तुत गर्ने मौका पाएका छन् ।

ए लेभलको लक्ष्य वैदेशिक अध्ययन नै हो ?

यो गलत बुझाइ हो । ए लेभलपछि बिदेसिनै पर्छ भन्ने छैन । ए लेभललाई नेपाल सरकारले प्लस टुसरहको मान्यता दिएको छ । ए लेभल सकेर नेपालमै पनि पढ्न सकिन्छ ।

ए लेभल पढाइको आधार के हो ?

यो अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डको शिक्षण विधि हो । अनुसन्धानमा आधारित शिक्षा भएकाले यसले विद्यार्थीको आन्तरिक क्षमता प्रस्फुटन गराउन सहयोग गर्छ । कुनै पनि प्रश्न नदोरिनु, शैक्षिक सामग्री इन्टरनेटमै उपलब्ध हुनुले नै ए लेभललाई फराकिलो बनाएको छ ।

हेमप्रसाद भट्ट

किङ्स कलेज

विगतमा नेपाली विद्यार्थीले ए लेभलमा कस्तो नतिजा निकालेका छन् ?

विगतको नतिजामा प्रशस्तै चित्त बुझाउने ठाउँ छ । नेपाली विद्यार्थीले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा प्रतिस्पर्धा गरेर प्रथम स्थानसमेत हासिल गरिसकेका छन् । यसले नेपाली विद्यार्थीहरूको बौद्धिक क्षमता विश्वस्तरमा दाँज्न सकिन्छ भन्ने पुष्टि गरेको छ ।

के नेपालमा ए लेभलको विकल्प नभएको हो ?

ए लेभललाई त्यसरी बुझ्नुभन्दा पनि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको शिक्षाका रूपमा बुझ्नु राम्रो हुन्छ । क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयबाट नियन्त्रित हुने हुँदा यसको गुणस्तरमा शंका गर्ने ठाउँ छैन । नेपालमा ए लेभललाई प्लस टुसरहको मान्यता दिइएको छ ।

ए लेभलपछि विदेश ताक्ने प्रवृत्ति कस्तो लाग्छ ?

गहन अध्ययन नगर्नेहरूका लागि यस्तो लाग्न सक्छ । ए लेभललाई राम्रोसँग बुझ्ने हो भने यसले वैदेशिक शिक्षालाई प्रेरित गरेको छैन । ए लेभलपछि डिप्लोमा लेभलमा यहीं अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

शिक्षण विधि त अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डको हुन्छ तर त्यस अनुरूपका शिक्षक उपलब्ध छन् त ?

ए लेभलका लागि दक्ष शिक्षकहरू छन् । क्याम्ब्रिज, बिट्रिस काउन्सिल आदिबाट तालिमप्राप्त शिक्षकहरूले नै ए लेभल अध्यपन गराइरहेका छन् ।

षडानन्द यादव

ए.जे. वाइल्ड इन्स्टिच्युट अफ एड्भान्स स्टडिज

नेपालको परिप्रेक्ष्यमा ए लेभल कोर्स कति उपयोगी छ ?

यो अन्तर्राष्ट्रिय प्रणालीमा आधारित कोर्स हो । नेपालमै अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डको शिक्षा हासिल गर्न ए लेभल राम्रो माध्यम हो । साथै विदेशमा उच्च शिक्षा हासिल गर्न चाहने विद्यार्थीका लागि ए लेभल उपयोगी हुन्छ ।

नेपाली विद्यार्थीहरू अहिले ए लेभलप्रति निकै आकर्षित छन् नि ?

हो, ए लेभलले धेरै विद्यार्थीको ध्यान तानेको छ । यसका पछाडि धेरै कारण छन् । खासगरी धेरै विषयमध्येबाट आफ्नो रोजाइको विषय छानेर अध्ययन गर्न पाउने स्वातन्त्रता यसमा छ । स्कलरसिपका लागि पनि यसमा उत्तिकै सम्भावना हुन्छ । विदेश जानेका लागि पनि यो आकर्षक माध्यम बनेको छ ।

ए लेभल अध्ययन निकै खर्चालु हुन्छ भनिन्छ नि ?

हामीकहाँ प्लस टु गर्न सामन्यतः एक-डेढ लाख लाग्छ । सोही अवधिको ए लेभल कोर्स गर्न ३ लाखसम्म खर्च हुन्छ । यसरी हेर्दा ए लेबल बढी खर्चालु देखिए पनि गुणस्तरका आधारमा यसलाई खर्चालु भन्न मिल्दैन ।

नेपालको शिक्षण विधिसँग तुलना गर्दा ए लेभल कस्तो शिक्षा हो ?

शिक्षण विधि, परीक्षण प्रणाली निकै फरक छ । यो घोकन्ते विद्या होइन । विद्यार्थीको सिर्जनशीलतालाई मर्न नदिई थप प्रतिभाशाली बनाउने शिक्षा हो ए लेभल ।

पृष्ठ ९ बाट जारी

विषय छनौट गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा

क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयअन्तर्गत नेपालमा करिब ७० वटा विषय अध्यापन हुन्छ । विश्वभरिका विभिन्न भाषा, धर्म र मान्यतालाई आधार मानेर ती विषय तयार पारिएको देखिन्छ । ए लेभल उत्तीर्ण गर्न विद्यार्थीले कुनै चार विषय उत्तिर्ण गरे पुग्छ, तर क्यम्ब्रिजले थुप्रै विषय छनौट गर्ने अवसर विद्यार्थिलाई दिएको छ । विद्यार्थी अन्यौलमा पर्ने भएकाले परामर्श लिएर मात्र विषय छनौट गर्नुपर्छ ।

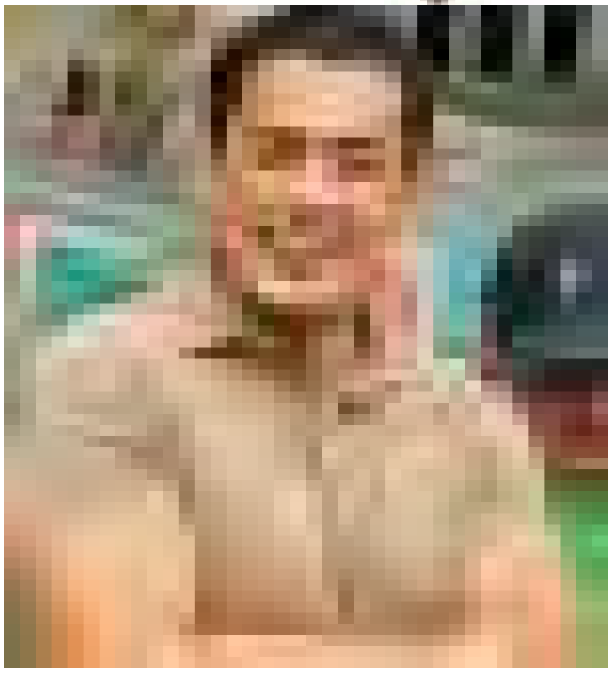
विषय छनौट गर्ने आधारहरू धेरै छन् । विद्यार्थीले आफ्नो उद्देश्य किटान गरी ए लेभलपश्चात् कुन विश्वविद्यालयमा जाने हो र उक्त विद्यालयको माग कस्तो छ त्यसैअनुरुप विषय छनौट गर्नुपर्छ । राम्रो नतिजा ल्याएर ए लेभल उत्तीर्ण हुँदैमा विश्वका सबै विश्वविद्यालयमा छात्रवृत्ति पाइन्छ भन्ने छैन । छात्रवृत्ति पाउन विद्यार्थीले कुन विषय अध्ययन गरेको हो भन्ने कुराले पनि भूमिका खेल्छ । कुनै कुनै विश्वविद्यालयले विज्ञान र वाणिज्य संकायमा भर्ना लिदा म्याथम्याटिक्स पढेकालाई प्राथमिकता दिएको पाइन्छ । बीबीसी विश्वसेवाको एक प्रतिवेदनअनुसार म्याथम्याटिक्स, फिजिक्स, केमेस्ट्री, इकोनोमिक्स, सोसियोलोजीजस्ता विषयलाई पहिलो दर्जामा राखिएको छ भने एकाउन्टेन्सी, बिजनेस स्टडिज, साइकोलोजी, इन्भाइरोमेन्टल स्टडिजजस्ता विषयलाई दोस्रो दर्जामा राखिएको पाइन्छ ।

साप्ताहिक इनफो

लौन के भयो ?

आलोक नेम्वाङ कुकुरप्रेमी हुन् । उनी आफ्ना पाल्तू कुकुरको जति स्याहार गर्छन्, सायद त्यति आफ्नो पनि स्याहार गर्दैनन् । भाटभटेनीस्थित अपार्टमेन्टमा उनले चारवटा कुकुर पालेका छन् । तीमध्ये

एउटी छिन्- स्पाइसी । स्पाइसीको विवाह गरिदिने सोच आलोकले नायिका ऋचा घिमिरेलाई सुनाए । ऋचा पनि कुकुर पाल्न मन पराउँछिन् । बौद्धस्थित उनको घरमा पनि चारवटा कुकुर छन् । तीमध्ये एउटा छ- विकी । ऋचा र आलोकले विकी र स्पाइसीको विवाह गरेर सम्धी-सम्धिनीको नाता गाँस्ने निर्णय गरे । नुहाएर चिटिक्क परेको विकी ऋचासँग ट्याक्सी चढेर पुग्यो भाटभटेनी । जहाँ आलोककी प्राणप्रिय स्पाइसी लजाएर बसेकी थिइन् । उनीहरूको विवाह गरिदिएपछि आलोक र ऋचा भोज खान थाले भने नवजोडी दिउँसै सुहागरात मनाउन थाले । नाति-नातीना जन्मिने र स्याहार गर्ने सुरमा रहेका आलोक केही दिन त दंग परे । उनको सपना त्यतिबेला चकनाचुर भयो, जब ऋचाले उनलाई भनिन्- 'विकीको त भ्यासेक्टोमी अप्रेसन गरेको छ ।' लौ न यो के भयो ?



फुर्ती नै बढी

सुटिङ स्पटमा काम नभएका बेला के गर्छन् होला कलाकार ? राजेश हमालले पत्रिका पढेर बिताउने र दिलीप रायमाझीले रमाइला कुरा सुनाउने गरेको त धेरैलाई थाहा छ तर धीरेन शाक्य गम्किने गरेको सबैलाई थाहा छैन । हो, धीरेन शाक्य सुटिङमा काम भएन भने प्रायः कसैसँग बोल्दैनन्, बस्दा पनि भीडबाट टाढै हुन्छन् । धीरेन अरू कलाकार बसेकै ठाउँमा बसेर अरूका कुरा सुन्न र आफ्ना कुरा व्यक्त गर्न रुचाउँदैनन् । मोबाइल अन गरेर गेम खेल्न थाल्छन् तर उनको मोबाइल गेम एक चरणमा १५ मिनेटभन्दा बढी जाँदैन । दस-पन्ध्र मिनेट गेम खेलेपछि वर-पर रहेका मेकअपम्यान वा ड्रेसम्यानलाई बोलाइहाल्छन्- 'यता आऊ ।' नायकले बोलाएपछि चुर्रिएर पुगे पनि कुरो खासै हुँदैन । फेरि सोध्छन्- 'के छ यार तिम्रो खबर ।' एकजना मेकअपम्यानले नाम उल्लेख नगर्ने सर्तमा भने धीरेन दाइको बानी यस्तै हो, सुटिङमा यस्तै गर्छन् । फुर्ती देखाउने उनको बानी अझै उस्तै छ ।

सन्तानको माया

सरिता लामिछाने नेपाली टेलिश्रृंखलाका दर्शकका लागि बिर्सनै नसक्ने नाम हो । राम्रो अभिनय गर्ने नायिकाका रूपमा स्थापित सरिता टेलिभिजन कार्यक्रम प्रस्तोताका रूपमा पनि सक्रिय थिइन् । चलचित्र 'सन्तानको माया' मा समेत अभिनय गरेकी सरिता यतिबेला नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको 'माइती' शीर्षकको टेलिश्रृंखलामा पनि अभिनय गरिरहेकी छिन्, तर वास्तविक जीवनमा भने उनी आफ्नो पहिलो सन्तानलाई नै माया गरेर बसिरहेकी छिन् । टेलिश्रृंखलामा धेरै पटक आमा बनिसकेकी सरिता गत वर्षको वैशाख महिनामा वास्तविक जीवनमै आमा बनेपछि भिन्न रूपमा व्यस्त बनेकी छिन् । सरिताको विगत एक वर्ष छोरीको स्याहारमै बितेको छ । 'दिनभरि छोरीसँगै खेल्छु,' सरिताको वर्तमान दैनिकी नै छोरीबाट प्रारम्भ हुन्छ । सरिता भन्छिन्– 'अहिले म जिम्मेवार आमाको भूमिकामा दिन बिताइरहेकी छु ।'

इट्स नथिङ

त्रिभुवन पौडेल

पोखरा- परिवारका सदस्य सँगै बसेका बेला टेलिभिजनमा कन्डमको विज्ञापन आए रातो-नीलो हुने समाज जिउँदैछ। मै ठूली भै छु रे...गीत आयो भने च्यानल फेर्ने मानिस कति छन् कति, तर यिनीहरूकै बीचमा नयाँ नेपाली पुस्तामा 'सेक्स' लाई सामान्य मान्ने जमात पनि छ। नेपालमा विद्यालयदेखि प्लस टुसम्मको नयाँ पुस्तामा यस्तो धारणाले जरा गाड्दै गएको छ। केही समय पहिले पोखरामा डान्स रेस्टुराँ बन्द गर्ने अभियानका क्रममा चलेको छलफलमा एमाले कास्की जिल्ला कमिटी सदस्य देवका पहरीले भनिन्- 'विद्यालयको ड्रेसमै आउने केटा-केटीहरूले लेकसाइडका होटल दिउँसै भरिन्छन्। त्यसलाई कसले नियन्त्रण गर्ने ?'

मोडलिङ तस्बिर : राम गुरुङ

लेकसाइडको वडा प्रहरी कार्यालय बैदाममा प्रमुख भएर काम गरिसकेका प्रहरी निरीक्षक सुजन जोशी स्वीकार्छन्- युवाहरू 'सेक्स' मा बढी उदार हुँदै गएका छन्। 'होटलमा अनैतिक काम भएको छ भनेर छापा मार्न जान्थ्यौं'- जोशी बैदाम बस्दाको अनुभव सम्झन्छन्- '१० कक्षा पढ्नेहरू कोठामा नाङ्गै भेटिन्थे।' पक्राउ गरेर ल्याउँदा, उनीहरूले आफू गर्लफ्रेन्ड-ब्वाइफ्रेन्ड भएको बताउने गरेको जोशीले बताए।

अझ रोचक कुरा अर्कै छ। प्रहरीले त्यस्ता युवा-युवतीहरू पक्राउ परेपछि, चौकीमा ल्याएर अभिभावकहरूको जिम्मा लगाउँदा कतिपय अभिभावकले छोराछोरीलाई सम्झाउनु त डाँडापारिको कुरा, उल्टै प्रहरीलाई किन दुःख दिएकोसम्म भन्न भ्याउँथे।

लेकसाइडको एक होटलबाट वडाप्रहरी कार्यालय बैदामकै फन्दामा परेकी ११ कक्षाकी छात्रा स्मिता गुरुङ (नाम परिवर्तन) ले भनिन्- 'आफ्नो ब्वाइफ्रेन्डसँग पनि बस्न नपाउने ? मानिसहरू कहाँ पुगिसके ? 'सेक्स इज नथिङ क्या !' स्मितासँगै पक्राउ परेका १० कक्षामा पढ्ने आशिष गुरुङले इन्गेजमेन्ट भएकी गर्लफ्रेन्डसँग 'नाइट स्टे' गरेको बयान प्रहरीलाई दिए।

पश्चिमा संस्कृति तथा पोर्नोसाइटहरूले युवायुवतीहरूलाई सेक्सलाई सामान्य मान्न प्रेरित गरिरहेका छन्। पोखराको सिर्जनाचोकमा साइबर सञ्चालन गर्दै आएका ऋषि बराल भन्छन्- 'साइबरमा युवायुवतीहरू घन्टौं यौनजन्य वेबसाइट हेरेर बस्छन्।' बरालका अनुसार क्याबिन हुने साइबर आजभोलि उनीहरूको नयाँ 'डेटिङ स्पट' हुन थालेका छन्। कसैले त साइबरमा अरूले हेर्नै नसक्ने हर्कत पनि गर्छन्। 'होचो बार भएकाले अरूले पनि देख्छन्,' पोखराको बगरमा साइबर सञ्चालन गर्दै आएका वीरेन्द्र कार्कीले भने- 'आवाज निकाल्न थालेपछि, कम्प्युटरमा गीत लगाएर भोल्युम बढाउनुपर्छ।'

प्लस टु अध्ययनरत कतिपय युवायुवती 'कलेज बंक' गरेर तथा स्कुलमै पढ्नेहरू पनि 'डेटिङ' मा भेटिनु अब असामान्य रहेन। 'माइक्रो मिनिस्कर्ट' लगाएर 'मोडिफाइ' बाइकमा बसी लज पुग्छन् उनीहरू। यसअघि पोखरा आसपासमा रहेका पोखरा भ्यू प्वाइन्ट, पामे जाने बाटोको डाँडा, पोखरा-बाग्लुङ राजमार्गका छेउछाउ उनीहरूका सुरक्षित गन्तव्य हुन्थे। पछिल्लो समयमा माओवादीको भ्रातृ संगठन वाईसीएलले त्यसमा कडाइ गरेपछि उनीहरूले पोखराका होटलहरू उपयोग गर्न थालेका छन्। वाईसीएल कास्कीका अध्यक्ष सुमन देवकोटा आफ्नो संगठनले नयाँ पुस्तामा देखिएको विकृति रोक्न पहल गरेको बताए। उनले भने- 'डाँडाकाँडातिर भेटिने युवायुवतीहरूलाई सम्झाएर पठाउने गरेका छौं। अहिले कम भएको छ।'

उदारताको कारण

अभिभावकको कम निगरानी र सञ्चारको सहज पहुँचले नयाँ पुस्तालाई सेक्सप्रति उदार बनाएको छ। स्कुले जीवन सकेर कलेज गएको दुई दिन नबित्दै, गर्लफ्रेन्ड-ब्वाइफ्रेन्ड बनाउने थुप्रै छन्। पोखराको गैरापाटनको एक उच्च मा.वि.को स्नातक तहमा अध्ययनरत एक विद्यार्थीका अनुसार चिनजान भएपछि केटीहरूसमेत सेक्सको कुरा गर्न लाज मान्दैनन्।

'कलेज सकेर घर गएपछि राति घन्टौंसम्म कुरा हुन्छ। बिस्तारै सेक्सका बारेमा कुरा भएपछि भेट्दा त्यस्तो काम गर्न सजिलो हुन्छ।' आफ्नी प्रेमिकाले सुरुमा नमाने जस्तो गरे पनि पहिलो पटक सम्बन्ध राख्न खासै गाह्रो नभएको अनुभव उनले सुनाए। अगाडि परेर कुरा गर्नु नपर्ने भएकाले सुरुमा फोनमार्फत 'कन्भिन्स' गर्दा सजिलो हुने उच्च मा.वि.का छात्र विवेकले बताए।

अनुभव लिन सजिलो

पोखरामा लगभग खुला जस्तै रहने यौन व्यवसायले पनि स्कुलदेखि प्लस टुसम्मका युवाहरूलाई गाँजेको छ। केही समयपहिले पोखराको बाग्लुङ बसपार्क वरपर पैसा तिरेपछि, यौन सम्पर्कका लागि तयार युवती राख्ने होटल बग्रेल्ती थिए।

प्रहरीको कडाइले त्यसलाई केही हदसम्म कम गरे पनि पोखराका विभिन्न ठाउँमा यौन व्यवसाय छ्याप्छ्याप्ती छ। लेकसाइडका होटलमा ग्राहकलाई युवती मिलाइदिने व्यवस्था पनि छ। पूरै रातको दुई हजार तथा एक पटकको न्यूनतम पाँच सयसम्म व्यवसायीले लिने गरेको जानकारहरू बताउँछन्। यसै कारण ५ सय रुपैयाँ हुनेबित्तिकै त्यस्तो ठाउँमा जाने युवाहरू थुप्रै भेटिन्छन्। त्यसमा लत बसेपछि युवाहरू आफ्नी गर्लफ्रेन्डसँग जतिसक्दो चाँडो 'सेक्सको प्रपोज' राख्छन्।

हालै नर्सिङको अध्ययन सकेकी प्रमिला केसी (नाम परिवर्तन) का अनुसार एक पटक अनुभव लिएका युवतीहरूसमेत नयाँ 'पार्टनर' खोज्न हौसिन्छन्। प्रमिलाले भनिन्- धेरै केटाहरू ओपन हुन्छन्। त्यसकारण केटीहरू सकभर 'सेक्रेट' साथी खोज्छन्। आफ्नै कलेजमा पढ्ने साथी र उनको ब्वाइफ्रेन्डबीच किस मात्र भएर 'ब्रेक-अप' (प्रेम छुटेको) भएपछि ब्वाइफ्रेन्डले उसलाई सेक्स गरिसकें भनेर हल्ला चलाउँदा कलेज नै छाड्नुपरेको उनले सुनाइन्। प्रमिला भन्छिन्- 'सबै केटी ठीक हुन्छन् भन्ने छैन तर केटाहरू आफ्नी प्रेमिकालाई छुनेबित्तिकै सेक्स गरिसकेंसम्म भन्न भ्याउँछन्। यसले गर्दा केटीहरू बढी असुरक्षित महसुस गर्छन्।'

व्यापारमा को ?

प्रहरीको कडाइका बाबजुद यौन व्यापार घटेको छैन। पहिले खुल्लमखुला व्यवसाय गर्नेहरू अहिले फ्ल्याट नै लिएर धन्दालाई निरन्तरता दिइरहेका छन्। पछिल्लो समयमा देहव्यापारमा संलग्न युवतीहरू कम उमेरका हुने गरेको अनुभवीहरू बताउँछन्। विक्रम लामिछाने (नाम परिवर्तन) ले भने- कोही त चौध-पन्ध्र वर्षका पनि हुन्छन्। विशेष गरी कास्कीकै दुर्गम गाउँ र गण्डकी तथा धौलागिरी क्षेत्रका गरिब पृष्ठभूमिका कतिपय युवती यौन व्यवसायमा लागेका छन्। चितवन, धादिङ र धरानसम्मका केही युवती पोखराको यौन व्यवसायमा संलग्न छन्। कोही त कलेज पढ्दापढ्दै पनि यस्तो धन्दामा लाग्छन्।

नाइट स्टे

विशेष गरी टिनएजरहरूमा मौलाउँदै गएको छ 'नाइट स्टे' कल्चर। घर छाडेर रात बिताउने कामलाई उनीहरू 'नाइट स्टे' भन्छन्। पोखरा बसेर पढ्ने, घरमा खुला वातावरण भएका, होस्टलमा बस्ने र बाबुआमा विदेशमा भएकाहरू नाइट स्टेमा बढी सक्रिय देखिन्छन्। सिमलचौरका सविन 'नाइट स्टे' नबसे पनि दिउँसो होटलमा गएर आफ्नी गर्लफ्रेन्डसँग बसेको स्वीकार गर्छन्। सविन भन्छन्- 'राति बस्न मान्दिनन्, दिउँसो एक-दुई पटक गइयो।' डिस्कोमा अबेरसम्म मस्ती गर्दा पनि घरमा रोकटोक नहुनेहरू बढी रात बिताउँछन्। लेकसाइडका होटल व्यवसायी गोपाल भुसाल नौ-दस कक्षा पढ्नेदेखि टिनएज र त्यसभन्दा माथिल्लो उमेरका व्यक्तिहरू पनि दिउँसै वा रात बिताउन आउने बताउँछन्। कोही त कलेजकै ड्रेसमा आउँछन्, भुसालले भने- 'डिस्कोमा मादक पदर्थ सेवन गरी आउने वा दिउँसै आउनेहरू पनि हुन्छन्।' एक पटक आउनेहरू फेरि पनि दोहोर्‍याएर आउने गरेको बताउँदै भुसालले केही युवा हरेक पल्ट नयाँ युवतीसँग आउने गरेको समेत सुनाए।

फोन सेक्स

मोबाइल फोनको सरलतापछि 'फोन सेक्स' पनि बढ्दै गएको छ। यसमा ब्लफ कल कम हुने भुक्तभोगीहरू बताउँछन्। 'आफ्नै गर्लफ्रेन्डसँग हो, नचिनेका सँग त कहाँ मिल्छ र ?' पोखराको पी.एन. क्याम्पसमा स्नात्तोकत्तर तहमा अध्ययनरत एक युवकले भने- चिनजान भएर नजिकिँदै गएपछि त्यस्तो कुरा गर्न हिचकिचाउनु पर्दैन। उनका अनुसार नचिनेका सँग पनि त्यस्तो कुरा हुन्छ तर ब्लफ कल होइन। कहिलेकाहीं झुक्किएर कसैले फोन गर्‍यो भने पनि त्यहीसँग कुराकानी हुँदै जान्छ। कुरा हुँदाहुँदै फोनमा सबै कुरा हुन्छ, तर भेटघाट नहुन सक्छ।

लेकसाइडमा व्यापार गर्दै आएका कृष्ण पाण्डे भन्छन्- फोनमा कुरा हुन थालेको एक वर्ष भयो। फोनमार्फत नै कुरा गरेर मज्जा लिइन्छ, तर एक पटक पनि भेट भएको छैन। पोस्टपेड मोबाइलमा फोन गर्नुपर्नेमा झुक्किएर प्रि-पेड मा गएको पाण्डेसँग एक वर्षदेखि कुरा गर्दै आएकी युवतीले बताउँदै आएकी छन्। यसरी झुक्किएर, मात्र नभै श्रीमान् विदेशमा भएका केही महिला पनि पुरुषलाई फोन गरेर अश्लील कुराकानी गर्छन्।

मानसिक रोग विशेषज्ञ डाक्टर निर्मल लामिछाने युवा पुस्तामा यौनका विषयमा बढी खुल्दुली हुनु मनोवैज्ञानिकभन्दा पनि सांस्कृतिक असर भएको बताउँछन्। पश्चिमा संस्कृति र सञ्चारका साधनहरूको सरलताले पनि युवापुस्तामा यौन खुला र सामान्य विषय हुँदै गएको छ। डाक्टर लामिछानेले भने- त्यसैले मनोवैज्ञानिक रूपमा युवाहरू यौनका विषयमा बढी खुल्दुली राख्ने र खुला भएका हुन्। पश्चिमा देशमा सामान्य मानेर चासो नदिने कुरा सिकेको नयाँ पुस्ताले यहाँ पनि त्यस्तै व्यवहार देखाइरहेको उनको ठम्याइ छ। डाक्टर लामिछाने थप्छन्- यो क्रम अझ बढ्न सक्छ।

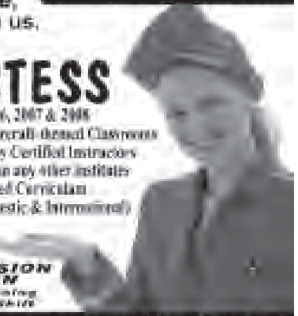
तु: आवश्यकता
Emami कम्पनी (UK) को सहयोगमा संचालित यस Organization लाई कर्मचारी अवश्यकता।
S.L.C दिएर बसेकाले पनि काम गर्न मिल्ने
योग्यता - Test, SLC, +2 Above
सङ्ख्या - 7 Gents & Ladies
तलब - 9500+ गाडिभाडा+ संचयकोष
(होस्टेलको व्यवस्था भएको !)
Unique Relation
9803143940, 6637290, 9841680647, 9841574773
लोकेशन: नयाँबाटो ठिमी शंखधर चोक भक्तपुर।

ब्युटिसियन तालिम नि:शुल्क भर्ना
- नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त
- रोजगारीको अवसर
- उत्कृष्ट एवं व्यवसायिक कोर्ष
- बेलायत तथा अमेरिकाबाट आएका
- अनुभवी एवं दक्ष प्रशिक्षकद्वारा तालिम दिइने
- विदेश जानेहरूको लागि Speical course
कोर्ष: बेसिक, एड्भान्स, स्पेशल आदि
ब्युटि एण्ट कस्मेटोलोजी ट्रेनिङ्ग सेन्टर
पुतलीसडक, कमलादी रोड
फोन: ४२२०७१८, ९८४१२७३६४९, ९८०३९५८५४१

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

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 विद्यार्थीहरूका लागि विशेष कक्षाको व्यवस्था गरिने।
Weekly तथा Terminal परीक्षा लिइने।
पुस्तकालय र प्रयोगशालाको व्यवस्था।
Audio तथा Visual को व्यवस्था।
जेहेन्दार तथा गरिब विद्यार्थीहरूका लागि छात्रबृत्तिको व्यवस्था।
शुरुमा भर्ना हुने १५ विद्यार्थीहरूका लागि विशेष छुटको व्यवस्था।
Model Educational Institute
बागबजार (P. K. Campus को गेट अगाडी), Tel: 4-218146

NEPAL's NUMBER 1 INSTITUTE
If flying is your first love, then jetset your career with us.
Join us as an INTERNATIONAL AIRHOSTESS
BEST PLACEMENT RECORD 2006, 2007 & 2008
FLY TECH® INTERNATIONAL
ADMISSION OPEN
Putalisadak, Kath.-2004582, 2004583 www.flytech.com.np



योगेन्द्र अध्यक्ष

चलचित्रका द्वन्द्व कलाकारहरूको संगठन नेपाल चलचित्र द्वन्द्व कलाकार संघको दोस्रो साधारण सभाले द्वन्द्व निर्देशक योगेन्द्र श्रेष्ठलाई अध्यक्ष पदका लागि निर्विरोध निर्वाचित गरेको छ। संघको निर्विरोध चुनिएका १३ सदस्यीय कार्यसमितिमा कुमार श्रेष्ठ उपाध्यक्ष, सूर्य थोकर लामा महासचिव, नानीकाजी डंगोल (नागे) कोषाध्यक्ष एवं श्रवण आचार्य, बाबु बलामी, हिमाल केसी, रोशन श्रेष्ठ, जनक गुरुङ, भरत क्षेत्री, शंकर महर्जन, देवकुमार महर्जन तथा उमेश नेवा छन्।

सम्पादनमा नैना-रेशम

नायिका निशा अधिकारी नैना र नायक विराज भट्ट रेशमको भूमिकामा देखिने चलचित्र 'नैना-रेशम' सम्पादनको अन्तिम चरणमा पुगेको छ। निर्देशक आर.बी.के.शरदको निर्देशनमा निर्माण भैरहेको यो चलचित्रमा विराज र निशाका अतिरिक्त दिनेश डिसी, गणेश उप्रेती, बसुन्धरा भुषाल,

• फिल्मी खबर •

मदनदास श्रेष्ठ आदि कलाकारले पनि अभिनय गरेका छन्। प्रेम र द्वन्द्वमा आधारित यो चलचित्रका निर्माता अजितजङ्ग राणा हुन्। चलचित्रमा वसन्त सापकोटाको संगीत सुन्न पाइनेछ।

चलचित्र पत्रकारिता पुरस्कार

चलचित्र पत्रकारिता दिवस (जेठ ७ गते) का अवसरमा घोषणा हुँदै आएको चलचित्र पत्रकारिता सम्मान तथा पुरस्कार घोषणा भएको छ। यसअन्तर्गत पत्रकारद्वय अनन्त वाग्ले र सुरेशदर्पण पोखरेललाई चलचित्र पत्रकारिता पुरस्कार, राजेश खनाल र सविन शाक्यलाई चलचित्र पत्रकारिता सम्मान तथा विष्णु सुवेदीलाई मोफसल चलचित्र पत्रकारिता प्रोत्साहन पुरस्कार प्रदान गर्ने घोषणा गरिएको छ।

मार्शल आर्टको गोर्खा रक्षक

मार्शल आर्टमार्फत विदेशमा समेत चर्चा कमाएका खेलाडी तथा प्रशिक्षक सन्नी बी केसीले अभिनय गरेको चलचित्र 'गोर्खा रक्षक' अमेरिकाका विभिन्न सहरमा प्रदर्शन भैसकेपछि अब नेपालमा प्रदर्शन हुने भएको छ। आकाश अधिकारीले निर्देशन गरेको उक्त चलचित्रमा शिव श्रेष्ठ, रेखा थापा र युवराज लामा पनि छन्। मार्शल आर्टको नमुनाका लागि पनि यो चलचित्र हेर्नुपर्ने नायक सन्नीको धारणा छ।

म सामान्य परिवारमा हुर्किएको २१ वर्षीय विद्यार्थी हुँ। केही महिनाअघिसम्म मेरो प्रेम छिमेककी मेरै उमेरकी युवतीसँग थियो। दुई वर्षसम्म चलेको हाम्रो प्रेमका बारेमा कसैले थाहा पाएनन्। कोही नभएको मौका पारेर उनी मलाई आफ्नो घरमा बोलाउँथिन् र हामी गफ गरेर बस्थ्यौं। किस गरिए पनि हामी त्योभन्दा अघि बढेका थिएनौं। उनले एक–दुई पटक नगरकोट घुम्न जाने र रात बिताउने कुरा पनि गरिन्, तर मसँग त्यसका लागि पैसा थिएन, घरमा माग्न पनि मिल्दैनथ्यो। उनी भने मलाई डरछेरुवा भन्थिन्। केही महिनाअघि उनी कुनै कम्पनीमा जागिर खान थालिन्। त्यसपछि उनले बिस्तारै मलाई वास्ता गर्न छाडेको जस्तो लाग्यो। बिदाका बेलामा पनि उनी काम छ भनेर घरबाट निस्कन्थिन्। एक महिनाजति अघि उनले मलाई खुसुक्क बोलाइन् र कसैलाई नभन्नु भन्दै अफिसकै एक जना मानिससँग उनको प्रेम चलिरहेको बताइन्। म छाँगाबाट खसेझैं भएँ। त्यो मानिससँग उनले शारीरिक सम्बन्ध पनि बनाएको बताइन्। बिदाका बेला अफिस जाने भनेर उनी त्यही मानिससँग घुम्न जान्थिन्। हामीले कहिल्यै एक–अर्कालाई प्रेमप्रस्ताव राखेनौं। उनी मलाई ब्वाइफ्रेन्ड र म उनलाई गर्लफ्रेन्ड भन्थ्यौं। उनले आफ्नो प्रेमका बारेमा बताएपछि म डिप्रेसनको सिकार भएको छु। पैसाको कमीका कारण उनी मेरी नभएजस्तो लागिरहेको छ। यसले मेरो पढाइ पनि बिग्रने स्थितिमा छ। म के गरूँ ?

आर. एस.

म यो सम्बन्धलाई प्रेम मान्न तयार छैन। प्रेम भनेको पैसा वा शारीरिक सम्बन्धका लागि गरिँदैन। यो त मनबाट गरिने स्वच्छ कार्य हो। तपाईंको प्रेमलाई अंग्रेजीमा 'इन्फ्याचुएसन' भनिन्छ। यस्तो प्रेम विशेष गरी टिनएज युवायुवतीले गरेको पाइन्छ। शारीरिक परिवर्तनपछि मानिस आफूमै कौतूहल हुन्छ। यौनचाहना पनि बढ्न सक्छ। कतिपयले यसमा नियन्त्रण गर्न सक्छन् भने कतिपयले सक्दैनन्। अनि उनीहरू यौन आकर्षणलाई नै प्रेम भन्न थाल्छन्। विपरीत लिङ्गीसँगको प्रेम यौनका लागि हुने कथन सुनिए पनि प्रेमको स्थान यौनभन्दा धेरै माथि छ। तपाईंकी पूर्वप्रेमिका तपाईंभन्दा पनि बढी 'इन्फ्याचुएसन'को सिकार भएको पत्रबाट स्पष्ट हुन्छ। जब उनले तपाईंबाट चाहेको कुरा पाइनन्, अनि अर्कै पुरुषप्रति आकर्षित भइन्। सम्भवतः उनले तपाईंसँग प्रेम गरेकी नै छैनन्। त्यसैले यसलाई मनमा लिएर कुण्ठित हुनु घातक हुनसक्छ। जहाँसम्म पैसाको कुरा छ, तपाईं अहिले पढ्दै हुनुहुन्छ, तसर्थ पढाइ सक्नेतर्फ ध्यान दिनुहोस्। पढाइ सकेपछि तपाईं पनि काम गरेर पैसा कमाउन थाल्नुहुन्छ। त्यसपछि सायद तपाईंको जीवनमा साँचो प्रेम गर्ने कोही आउलिन्। भविष्यको सुन्दर परिकल्पना गर्नुहोस् र पूर्वप्रेमिकासँगको सम्बन्धलाई दुःस्वप्न मानेर बिर्सनुहोस्। त्यसमै तपाईंको कल्याण छ।

• 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।

● सानो पर्दा ●

ओझाको नयाँ टेलिश्रृंखला

हास्यकलाकार प्रकाश ओझा लामो समयपछि दर्शकमाझ आउने भएका छन्। आफ्नै निर्देशनमा तयार भएको उनको नयाँ टेलिश्रृंखला चाँडै दर्शकमाझ पुग्ने भएको छ। उक्त टेलिश्रृंखलामार्फत सामाजिक विसंगतिलाई हास्य अभिनयमार्फत प्रस्तुत गर्न खोजिएको ओझाले बताएका छन्। उक्त टेलिश्रृंखलाका निर्माता भवीन्द्र कार्की हुन्। शैलेन्द्र सिम्खडाको पटकथा-संवाद रहेको उक्त टेलिश्रृंखलामा प्रकाश ओझा, प्रकाश पौडेल, सुरज चापागाईं (बान्द्रे), पल्पसा डंगोल, किरण थापा, रेशम फिरिरी, अभिषेक तिमल्सिना, भवीन्द्र कार्की, सिर्जना थापा तथा राष्ट्रिय स्तरका फुटबल खेलाडी सुरेन्द्र तामाङले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्।

माइतीको लोकप्रियता

नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको पारिवारिक टेलिश्रृंखला 'माइती' दर्शकमाझ लोकप्रिय हुन थालेको छ। प्रत्येक बुधबार साँझ ७:२५ बजे प्रसारण हुने यो श्रृंखलाको निर्देशन बाबुराम ढकालले गरेका हुन्। श्रृखलामा सरिता लामिछाने, दीपक त्रिपाठी, लक्ष्मी गिरी, आरपी पन्त, मेनुका, दीपेश प्रसाईं आदि कलाकारले प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन्। ५२ भाग लामो यो श्रृंखलाको दुई दर्जन भाग प्रसारण भैसकेको छ।

पूजाको स्थानमा सलोनी

नेपाल टेलिभिजन-२ बाट प्रत्येक दिन प्रसारण भैरहेको सांगीतिक कार्यक्रम 'प्ले इट अन' मा सलोनी राजभण्डारी नयाँ भिडियो जक्कीका रूपमा प्रवेश गरेकी छिन्। यसअघि उक्त कार्यक्रममा आबद्ध गायिका तथा नायिका पूजा लामा भने उक्त कार्यक्रमबाट अलग भएकी छिन्। यो कार्यक्रम प्रत्येक साँझ ५ बजेदेखि ६ बजेसम्म प्रसारण हुन्छ। कार्यक्रममा निशा अधिकारी, विनय श्रेष्ठ तथा सुमित सिग्देल पनि भिडियो जक्कीका रूपमा कार्यरत छन्।

● चलचित्र ●

राज्य

रमित ढुंगाना, सुमन सिंह, नवीन श्रेष्ठ, विक्रान्त बस्नेत, द्रोण शर्मा, झरना थापा, उषा पौडेल तथा ममता प्रधानद्वारा अभिनीत नेपाली चलचित्र 'राज्य' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबार प्रारम्भ हुँदैछ। उपत्यकाबाहिरबाट प्रदर्शन हुन लागेको यो चलचित्रको निर्देशन रामजी लामिछानेले गरेका हुन्।

आइकोर फिल्म्सको यो चलचित्र एक्सनप्रधान मानिएको छ। चलचित्रको प्रारम्भमा रमित, सुमन, नवीन तथा विक्रान्तलाई नकारात्मक भूमिकामा प्रस्तुत गरिएको छ। चलचित्रमा उनीहरूले अपराधीहरूको एउटा राज्य नै निर्माण गरेका हुन्छन्। चलचित्रमा एउटा बैंक लुट्ने घटनाक्रमलाई आकर्षक ढंगले चित्रण गरिएको छ। यसबीच चलचित्रको कथाले नयाँ

मोड लिन्छ र समूहका एक सदस्य सुमन सकारात्मक बाटोतर्फ लम्कन्छन्। उनी गण्डागर्दी गर्ने राज्यका विरुद्ध खडा हुन्छन्। अनि प्रारम्भ हुन्छ द्वन्द्वको रमाइलो श्रृंखला। चलचित्रलाई आकर्षक बनाउन नायिकाहरूलाई पनि द्वन्द्वका दृष्यमा समावेश गरिएको छ। दिनेश न्यौपानेको कथामा प्रभुशमशेर जबराद्वारा निर्माण गरिएको यो चलचित्रमा लक्ष्मण शेषले संगीत दिएका छन्। कोरियोग्राफर रिनाशा राईले चलचित्रको एउटा प्रोमोसन म्युजिक भिडियो तयार पारेपछि युवा दर्शकमाझ यो चलचित्रको क्रेज बढेको निर्माता जबरा बताउँछन्।

चलचित्रमा चारवटा गीत छन्। चेतन सापकोटा, दा क्रोनिक्ज, रजनी कायस्थ, जगदीश समाल तथा प्रतिमा सुनामले चलचित्रका गीतमा स्वर दिएका छन्। भीम राना तथा रामशंकर प्रधानको छायांकन रहेको छ। नृत्यहरू प्रदीप श्रेष्ठ, शिव विक तथा रामजी लामिछानेले निर्देशन गरेका छन् भने राजेन्द्र खड्गीको द्वन्द्व निर्देशन छ।

जोर लगाके... हैया !

बलिउडमा आज शुक्रबार तीनवटा नयाँ चलचित्र सार्वजनिक हुँदैछन्। तीमध्ये 'जोर लगाके...हैया !' दर्शकको रोजाइमा पर्ने सम्भावना छ। 'कल किसने देखा' तथा 'कर्मा' पनि आजैदेखि प्रदर्शन हुँदैछन्। चलचित्र 'जोर लगाके...हैया !' मा बाल कलाकारहरूको मुख्य भूमिका छ। चलचित्र बालबालिकाहरूको एउटा समुहले कसरी एउटा घरबारविहीन व्यक्तिको सहयोगमा एउटा रूखलाई काटिनबाट जोगाउँछन् भन्ने कथामा आधारित छ। पैसाका लागि जस्तो पनि काम गर्न पछि नपर्ने एकजना बिल्डरले बालबालिकाको प्रिय रूख काट्न रचेको प्रपञ्चलाई बालबालिकाले विफल बनाएको प्रसंग चलचित्रमा समेटिएको छ। बालबालिकाले रूख काटेर ठूला महल बनाउनु हुँदैन भन्ने अभियानमा समाजका वातावरणविद्हरूले पनि समर्थन गर्छन्। रोमाञ्चक द्वन्द्व, आकर्षक कमेडी तथा एड्भेन्चरस दृष्यले चलचित्रलाई दर्शनीय बनाएको छ।

जेमिनी पिक्चर्सका लागि कार्तिकेय तलरेजाले निर्माण गरेको यो चलचित्रको निर्देशन गिरीष गिरिजा जोशीले गरेका हुन्। चलचित्रमा मिथुन चक्रवर्ती, महेश माँजरेकर, सीमा विश्वास, रिया सेन, सचिन खेडेकर, राज जुत्सी, मास्टर अश्विन चाताले, गुल्सन ग्रोवर, हार्दिक ठक्कर आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। चलचित्रको कथा तथा पटकथा पनि निर्देशक जोशीले नै तयार पारेका हुन्।

इम्याजिन द्याट

आज शुक्रबारदेखि विश्वव्यापी रूपमा प्रदर्शन हुने चलचित्र 'इम्याजिन द्याट' हास्य चलचित्रका पारखीहरूका लागि तयार पारिएको हो। यो चलचित्र १ घन्टा ४७ मिनेट लामो छ। पारामाउन्ट पिक्चर्सका लागि रिक किड्नीद्वारा निर्माण गरिएको यो चलचित्रमा निर्देशक केरी किर्कप्याट्रिक हुन्। यो चलचित्रमा इडि मर्फी, थोमस हाडेन चर्च,

निकोल अरि पार्कर, रोन्नी कोक्स, मार्टिन सिन आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्।

इडि मर्फीले यो चलचित्रमा एउटा सफल फाइनान्सियल एक्ज्युकेटिभको भूमिका निर्वाह गरेका छन्। उनी एउटी सात वर्षीया बालिकाको बुबाको भूमिकामा पनि छन्। कार्यव्यस्तताका कारण उनले आफ्नी एक्ली छोरीलाई समय दिन सकेका हुँदैनन्। चलचित्रको कथा अघि बढ्दै जाँदा मर्फी आर्थिक संकटमा पर्छन्। उनको व्यवसाय धराशायी हुन्छ। आत्मविश्वासको समेत अभाव भएर क्यारियरमा समेत बाधा परेपछि मात्र उनलाई आफ्नी छोरीको सम्झना आउँछ। जीवनकै नराम्रो क्षणबाट गुज्रिरहेका मर्फीलाई उनकै छोरीले उद्धार गर्छिन्। छोरीले निर्माण गरेको काल्पनिक संसारमा प्रवेश गरेपछि मर्फीका सबै समस्या समाधान हुन्छन्। बालबालिका तथा उनीहरूका अविभावकहरूका लागि पनि यो चलचित्र प्रेरणादायी बनेको छ।

अडिसनमा भ्वाइस अफ टिन

काठमाडौं– गायिका देविका बन्दना, गायक रामकृष्ण ढकाल तथा संगीतकार राजु सिंह यतिबेला कुनै गीत रेकर्डिङमा व्यस्त छैनन्। एउटा विशेष उद्देश्य लिएर उनीहरू अहिले नेपाल दौडाहामा निस्किएका छन्। उनीहरूको यो दौडाहा १३ देखि १९ वर्षसम्मका टिनएजर गायन प्रतिभाहरूको छनौटका लागि हो। निकट भविष्यमा सुपर एवान मिडियाले नेपाल टेलिभिजनमार्फत प्रसारण गर्न लागेको किशोर-किशोरीहरूको गायन प्रतिस्पर्धात्मक कार्यक्रम 'भीओटी-भ्वाइस अफ टिन' मा भाग लिन यसैसाता आइतबार उनीहरू दाङ पुगेका थिए। दाङमा पञ्चैबाजासहित आएका सहभागीहरूको अडिसनपछि हिजो बिहीबार उनीहरू बुटवलमा देखा परे। त्यहाँ पनि अडिसन दिनेहरूको लाम लागेको आयोजक अभ्युदय खनालले साप्ताहिकलाई जानकारी दिए। अब उनीहरू असार १ गते पोखराको स्काउट भवन, असार ६ गते हेटौंडाको सिद्धार्थ मा.वि., असार १० गते बिर्तामोडको होटल न्यू हेवन, असार १४ गते धरानको स्काउट भवन, असार १७ गते विराटनगरको अर्किड पब्लिक स्कुलबाट टिनएजर गायन प्रतिभाको छनौट गरेपछि उनीहरू काठमाडौंको अडिसनमा सहभागी हुनेछन्।

The pioneer Air Hostess Training Institute in Nepal
Be an Air Hostess
Be a Flight Steward
My Dream
My AHTI
Thank You!
Admission OPEN
After successful training we provide Job Placement Assistant in Domestic & International Airlines
FREE Facilities
Swimming
Airport Familiarization
Stationery
Uniform & Scarf
Highly experienced instructors
Licence holder from CAAN
Air Hostess Training Institute (P) Ltd.
NECO Complex (Opp. BICC hall, Main Gate) New Baneshwor KTM.
Ph# 4783564, 2042030 E-mail: ahti@wlink.com.np

सौन्दर्यका सामान
Free Home Delivery / 100% Guaranteed
Height बढाउने (Yoko Japanese) - 1050/-
मोटोपन घटाउने (Sauna Belt)
अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit)
स्तन बढाउने, घटाउने साथै टाईट गर्ने (Cream)
डण्डीफोर, चाया पोतो हटाउने (Cream)
धुम्रपान, जाँड रक्सी छुटाउने, चाउरीपना हटाउने
कपाल नझर्ने वा उमार्ने तेल (Herbal-44)
एकमुखे रुद्राक्ष साथै हनुमान कवज
Worldwide Shopping Centre
Newbaneshwor
(शखमुल मार्ग, तयारी पोशाक सघको अगाडी)
Ph. 2290871, Mob. 9841506134

तु-आवश्यकता
२०५८ साल देखि नेपालमा कार्य विस्तार गर्दै आएको एक अन्तराष्ट्रिय Project लाई कर्मचारी आवश्यकता
संख्या: 15 Ladies & Gents
योग्यता: SLC,Inter Above
तलब: 8000
Contact
UNIQUE INT.
9841949724,9803321649
मित्रपार्क चोक, चावहिल
SLC दिएर बसेकालाई पनि अबसर

केवल एक प्रश्न

तपाईंलाई कुन कुराले लट्ठ बनाउँछ ?

म ज्यादै रमाइलो गर्नुपर्ने स्वभावकी भएकाले मलाई लट्ठ बनाउने कुरा पनि परिवर्तन भैरहन्छन्, तर पनि एउटा मात्र भन्नुपर्दा मलाई सपिङले लटठै बनाउँछ। सपिङ गरेरै थाक्दिनँ।

– सलोनी राजभण्डारी (टेलिभिजनकर्मी)

चलचित्र, चलचित्र र मात्र चलचित्रले। म जीवनमा दुई कुरामा मात्र लट्ठ हुन्छु, एउटा चलचित्र हेर्दा अनि अर्कोचाहिं चलचित्रको छायांकनमा व्यस्त हुँदा। त्यसपछि मलाई यात्राले पनि लट्ठ बनाउँछ।

ऋचा घिमिरे (नायिका)

ओहो, रमाइलो प्रश्न सोध्नुभयो। जीवनमा लट्ठ बनाउने कुरा धेरै छन्। मलाई आफ्नो क्यारियर तथा सपनाहरूले लट्ठ बनाउँछन्। अब म के सपना देख्छु भन्ने कुराचाहिं नसोध्नु है !

रिनाशा राई (नृत्य निर्देशक)

मलाई मेरो कामले नै लट्ठ बनाउँछ अर्थात् आफ्नै पेसाको काम गर्दा नै म लट्ठ हुन्छु।

सोफिया महर्जन (कोरियोग्राफर)

कस्तो गाह्रो प्रश्न, जवाफ दिनै आएन ! पहिलो कुरा त म संगीतको विद्यार्थी भएकाले संगीतले नै लट्ठ बनाउने भैहाल्यो, किनभने संगीत प्राकृतिक सुन्दरतासँग नजिक हुन्छ। यसबाहेक मलाई प्रकृतिका सबै राम्रा कुराले लट्ठयाउँछ।

– मदन गोपाल (गायक)

जम्का भेट

केही वर्षअघि आदित्यनारायण झालाई चिनाउनुपर्दा गायक उदितनारायण झा र गायिका दीपा झाको छोरा भन्नुपर्थ्यो तर अहिले उनको आफ्नै परिचय छ। परिवारमै सांगीतिक वातावरण भएकाले पनि आदित्यलाई गीत-संगीतको क्षेत्रमा अघि बढ्न विशेष मद्दत पुग्यो तर पनि जी टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने रियालिटी सो सारेगमप कार्यक्रमको कुशल सञ्चालनपछि उनको लोकप्रियता दिन-प्रतिदिन चुलिंदै गयो। यतिबेला उनी विशेष प्रोडक्सनको ब्यानरमा निर्माण भैरहेको विक्रम भट्टद्वारा निर्देशित हिन्दी चलचित्र श्रापितको सुटिङमा व्यस्त छन्। गोरेगाउँस्थित फ्युचर स्टुडियोमा श्रापितको सुटिङका क्रममा आदित्यसँग साप्ताहिकका मुम्बई प्रतिनिधि वीरेन्द्र पौडेलको जम्काभेट :

श्रापित कस्तो चलचित्र हो ?

श्रापित एउटा फरक कथा बोकेको चलचित्र हो। यसलाई हरर वर्गको चलचित्रका रूपमा पनि लिन सकिन्छ। यसमा रहस्यपूर्ण लभस्टोरी र फरक संगीत छ। चलचित्रमा म सहित श्वेता अग्रवाल, शुभ जोशी आदि कलाकार छन्।

चलचित्रमा कसरी छनौट हुनुभयो ?

रियालिटी सो सारेगमपमा काम गर्दागर्दै थुप्रै चलचित्रबाट अफर आइरहेको थियो। मैले दर्जनौं चलचित्रका स्क्रिप्ट हेरे पनि समय दिन सकिनँ। यसबीच श्रापितका लागि निर्देशक विक्रम भट्टले मलाई फोन गरे। एउटा चलचित्रमा काम गर्नुपर्छ भनेपछि मैले स्क्रिप्ट पढें। मलाई आफ्नो उमेर अनुसार चरित्र सुट हुन्छ जस्तो लाग्यो र स्क्रिप्ट पनि मन पर्‍यो।

कुसुमे रुमाल–२ मा पनि गीत गाउनुभएको छ, कस्तो आशा गर्नुभएको छ ?

कुसुमे रुमालका गीतहरू निकै चर्चामा रहेको मैले सुनेको छु। यसका गीतले नेपालमा राम्रो मार्केट लिइरहेको छ। चलचित्रका निर्देशक निरक पौडेल निकै ट्यालेन्टेड हुनाले पनि उनको कामलाई युवाहरूले रुचाउनेछन् भन्ने विश्वास लिएको छु।

तपाईं गायन, रियालिटी सो र चलचित्रमा पनि काम गर्दै हुनुहुन्छ ? समय कसरी म्यानेज गर्नुहुन्छ ?

मैले दुईवटा काम एकैपटक गरेको छैन। कुनै पनि काम सुरु गरेपछि पूरा समय त्यसैलाई दिन्छु। मलाई कहिलेकाहीं कसैले आरामसँग काम गरेकोमा आलोचना पनि गर्छन् तर तिनीहरूलाई म भन्छु- तिमीहरू २१-२२ वर्षको उमेरमा कलेज जाने, ऐस-आराम गर्ने, घुम्ने र अन्य कुराहरूमा समय बिताउने गर्थ्यौं भने मैले किन अहिलेदेखि नै व्यस्त हुनुपर्‍यो ? मैले जति गरेको छु त्यसमा सन्तुष्ट छु। धेरै चलचित्रमा अभिनय गर्ने र धेरै गीत गाएर व्यस्त हुनुभन्दा दर्शकलाई थोरै तर स्तरीय दिनुपर्छ।

नेपाली चलचित्रमा पनि अभिनय गर्ने सोंच छ कि ?

हालै निर्माण भएको नयाँ कुसुमे रुमालमा पनि मलाई अभिनय गर्न भनिएको थियो तर मैले श्रापितलाई समय दिइसकेको र व्यस्त रहेकाले त्यसमा अभिनय गर्न मिलेन। अभिनय गर्न नपाए पनि त्यसमा गाउनुपर्छ भनेर गीत गाएको हुँ। म एउटा कलाकार भएकाले नेपाली मात्र होइन, सबै प्रकारका चलचित्रमा अभिनय गर्न सक्छु र गीत पनि गाउनेछु। त्यसैले नेपाली चलचित्रमा काम नगर्ने त कुरै आउँदैन गरिहाल्छु नि ? तर विषय राम्रो हुनुपर्‍यो, स्क्रिप्ट मन पर्नुपर्‍यो।

● साताको स्वर ●

हिमाल सागर

मेरो मनमा... कुन शैलीमा आधारित गीत हो ?
यो मेलोडियस सेन्टिमेन्टल गीत हो।

गीतको कुन पक्ष राम्रो छ ?
शब्द र मेलोडी नै राम्रो पक्ष हो । डा. भोला रिजालको शब्दमा यथार्थता झल्किएको छ ।

संगीत कसरी कम्पोज गर्नुभयो ?
गीतको शब्द पाउना साथ सरर संगीत भरें तर आफैलाई चित्त बुझेन । पछि अझ मेहनत गरेर संगीत तयार पारेपछि साथीहरूलाई सुनाएँ । सबैले राम्रो मानेपछि मात्र रेकर्ड गराएँ ।

गीतको भिडियो बारम्बार बजिरहन्छ नि ?
आलोक नेम्बाङले गीतका शब्द अनुसारकै भिडियो तयार गरेकाले होला दर्शकको अनुरोधमा यो भिडियो दिनमा धेरै पटक बज्छ ।

मोडल पनि आफै बन्नुभएछ ?
म्युजिक भिडियो निर्देशकले नायिका नन्दिता केसीसँग मेरै जोडी सुहाउँछ भनेपछि मात्र म मोडल बन्न तयार भएको हुँ ।

लाक्पाको सहयोग

'झस्केर दुख्छ यो मुटु मेरो उसैको यादमा...' गीतबाट डेढ दशकअघि नै नेपाली श्रोताको मन जित्ने गायक लाक्पा शेर्पा लामो अन्तरालपछि पुन: श्रोतामाझ आएका छन् । यसपटक उनी गीतिसंग्रह 'मुड्स अफ लाक्पा' मार्फत श्रोतामाझ आएका हुन् । उनले आफ्नो नयाँ संग्रहको सम्पूर्ण आम्दानी मृगौला रोगी सूर्य कुमालको उपचारको सहयोगार्थ प्रदान गर्ने घोषणा गरेका छन् । २०२० सालमा जन्मिएका गायक लाक्पाको मृगौला रोगीलाई सहयोग गर्ने अभियानको कदर गर्दै कविवर माधवप्रसाद घिमिरेले उनको मानवीय सेवा अतुलनीय रहेको बताएका छन् । सूर्य कुमाललाई उनकी श्रीमती भावना कुमालले मृगौला दिने भएकी छिन् । १ सय रुपैयाँ मूल्य राखिएको 'मुड्स अफ लाक्पा' खरिद गरेर गायक शेर्पाको अभियानमा साथ दिनेहरूको संख्या बढ्दै गएको छ ।

शेर्पाको "मेहनत" विमोचित

गायक दीप श्रेष्ठले गायक एपी शेर्पाले गाएका गीतहरूको दोस्रो संग्रह 'मेहनत' को विमोचन गरेका छन् । विमोचन समारोहमा आयोजक हिमालय शेर्पा सांस्कृतिक केन्द्रका अध्यक्ष पेमाछिरी शेर्पा, गायक खेमराज गुरुङ, गीतकार शिलाबहादुर मोक्तान, बुलु मुकारुङ आदि वक्ताले गायक शेर्पाको सांगीतिक प्रतिभाको प्रशंसा गरेका थिए । विमोचन समारोहमा संग्रहको 'सम्झना नै आज भोलि' गीतको म्युजिक भिडियोको प्रिमियर गरिएको थियो । सुरजसिंह ठकुरीले निर्देशन गरेको उक्त भिडियोमा बिनिता बराल तथा विमलेश अधिकारीले अभिनय गरेका छन् ।

कादम्बिनीको विमोचन

'अलि कति नजर तिम्रो...' गीतबाट लोकप्रिय भएका गायक शिव परियारको नयाँ गीतिसंग्रह 'कादम्बिनी'को विमोचन सम्पन्न भएको छ । म्युजिक नेपालले नेपाल म्युजिक सेन्टरमा आयोजना गरेको विमोचन समारोहमा सांगीतिक कार्यक्रम पनि प्रस्तुत गरिएको थियो । गीतकार शीतल कादम्बिनीले रचना गरेका गीतहरूको उक्त संग्रहको विमोचन समारोहमा एउटा म्युजिक भिडियो पनि सार्वजनिक गरियो ।

परदेशबाट उधारो

राष्ट्रिय गीतका रचनाकार

प्यारुको संग्रह विमोचन

गायिका प्यारू शाहले गाएका आधुनिक गीतहरूको संग्रह 'पिरतीको वाचा बन्धन' गत शनिबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहबीच विमोचन गरिएको छ । गीतकार कालीप्रसाद रिजाल तथा रत्नशमशेर थापाले संयुक्त रूपमा उक्त संग्रह विमोचन गरेका थिए । कार्यक्रममा गायिका प्यारुले लामो समयको मेहनत पश्चात् पहिलो गीतिसंग्रह तयार पारिएको बताइन् ।

शान्तिनगरमा साकेला नाच

गत शनिबार गायक राजेशपायल राई दिनभरि नै व्यस्त

● अफबिट ●

गायकसँग निर्देशक : गायकद्वय सत्यराज-स्वरुपराज आचार्यसँग सल्लाह गर्दैछन् निर्देशक भूषण दाहाल ।

● म्युजिक अपडेट ●

व्याकुल माइलाले बेलायती लाहुरे हेमकुमार राईले रचना गरेका गीतहरूको संग्रह 'उधारो' विमोचन गरेका छन् । समारोहमा गायक जगदीश समाल तथा गायिका रजिना रिमालले विमोचित संग्रहको एउटा युगल गीत गाएका थिए । सांगीतिक क्षेत्रका चर्चित अनुहारहरूको उपस्थिति रहेको उक्त कार्यक्रममा संग्रहको एउटा गीतको म्युजिक भिडियो तथा प्रोमोहरू पनि सार्वजनिक गरिएको थियो ।

रहे । गायक राई आफ्नो निवासछेउ शान्तिनगर, काठमाडौंमा खोटाङ युवा क्लबले आयोजना गरेको साकेल तथा उभौली कार्यक्रममा व्यस्त भएका हुन् । कार्यक्रममा गायक राईले सांगीतिक क्षेत्रका केही चर्चित अनुहारलाई आफैंसँग नचाएको दृश्य रमाइलो थियो ।

मन्दिर धाउँदै हेमन्त

गायक हेमन्त शर्माले आफ्ना चारवटा गीतिसंग्रहको विमोचन आफैंले गरे । यसपटक पाँचौं गीतिसंग्रह 'मन्दिर' को विमोचनमा पनि उनले आफैंलाई मात्र सहभागी गराए । यसअघिका गीतिसंग्रह विमोचन गर्न उनी काठमाडौंका केही मन्दिरमा पुगेर आफ्नो संग्रह चढाउँथे । यसपटक संग्रहको शीर्षक नै 'मन्दिर' राखिएकाले उनी बूढानीलकण्ठ, कमलादी गणेश, पशुपति तथा बगलामुखीसम्म पुगेर आफ्नो संग्रह भगवान्लाई अर्पण गरे । 'मन्दिर' मा यसपटक उनले एउटा प्रयोग पनि गरेका छन्, गीतकारलाई नै संगीतकार बनाएर ।

पार्श्व गायनमा नयाँ स्वर

'नेपाली तारा' को फाइनल चरणसम्म पुगेकी गायिका दुर्गा खरेल पार्श्व गायिकाका रूपमा उदाएकी छिन् । उनले भर्खरै छायांकन सम्पन्न भएको चलचित्र 'तिमी मात्र तिमी' को शीर्षक गीत तथा बाबु बोगटी र यशकुमारले निर्माण गर्न लागेको चलचित्र 'बाटोमुनिको फूल' मा स्वर दिएकी छिन् । यसबीच दुर्गाले आफ्ना एकल गीतहरूको नयाँ संग्रह 'दिल' पनि केही साता भित्रै श्रोतामाझ ल्याउने तयारी पूरा गरेकी छिन् । संग्रहमा आधुनिक, पप तथा आइटम गीतहरू समावेश गरिनेछन् ।

अमेरिकामा रमझम

अमेरिकाको क्यालिफोर्नियास्थित ओकल्यान्डमा आयोजित नेपाली सांस्कृतिक कार्यक्रम 'रमझम हिमाली साँझ' मा चर्चित कलाकारहरूले गीत, संगीत तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका छन् । कार्यक्रममा गायिका सपनाश्रीको प्रत्यक्ष गायनले दर्शकहरूलाई लट्ठ पारेको थियो ।

बेलायतमा नेपाली कार्यक्रम

सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गर्न बेलायत पुगेको गायकद्वय जगदीश समाल र सुमन बूढामगर तथा गायिका रीता थापाको समूहले बेलायतका विभिन्न सहरमा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरिरहेको छ । उनीहरू गत शुक्रबार त्यसतर्फ प्रस्थान गरेका हुन् । उनीहरू बेल्जियममा पनि कार्यक्रम प्रस्तुत गरी दुई महिनापछिं फर्कनेछन् ।

साप्ताहिक लाइभ

• भोलि शनिबार कोरियामा आयोजना हुने अन्तर्राष्ट्रिय संगीत महोत्सवमा सांगीतिक समूह मंगोलियन हार्टका गायक राजु लामा सहभागी हुने भएका छन् । जापानको कार्यक्रममा सहभागी भएर दुई साताअघि उनी काठमाडौं फर्केका थिए । यसबीच उनले आफ्नो नयाँ गीतिसंग्रह 'मंगोलियन हार्ट भाग ५' को विमोचन असारको दोस्रो साता गर्ने भएका छन् । गायक लामाले गत बुधबार एक कार्यक्रमको आयोजना गर्दै उक्त एल्बममा समावेश गरिएको 'हल्ला चलेछ...' को म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेका थिए ।

● नजिकबाट ● भुवन सुप्तिहाङ राई

जन्ममिति	:	साउन २५
घरमा बोलाउने नाम	:	पूर्ण
परिचय	:	गायक
जन्मस्थान	:	सावालीटोल, बसाहा–७, उदयपुर
रुचि	:	संगीत, गायन तथा फुटबल खेल्ने
प्रकाशित एल्बम	:	तिम्रो माया (२०६०), सजेसन (२०६५)
सांगीतिक गुरु	:	गुरुदेव कामत
नजिकका साथी	:	पीराहाङ राई, आशिष राई
मन पर्ने परिकार	:	लोकल कुखुराको मासु
मनपर्ने रंग	:	कालो र सेतो
मनपर्ने पहिरन	:	सुट
मनपर्ने खेल	:	फुटबल र मार्सल आर्ट
फुर्सदमा	:	टेलिभिजन हेर्छु साथीहरूसँग गफ गर्छु
मन पर्ने गीत :		म मरे पनि मलाई...
रिस उठेको बेला	:	एक्लै बरबराउँछु
मन पर्ने आफ्नै बानी	:	सहयोगी छु
पहिलो गीत	:	मैचाङ तिमी त रै□छौ
पहिलो एल्बम	:	तिम्रो माया
सबैभन्दा बढी माया	:	आमाको
पहिलो बाजा	:	हार्मोनियम
पहिलो प्रेम	:	छैन
नराम्रो बानी	:	छिट्टै विश्वास गर्छु
गोप्य कुरा	:	जाँड, रक्सी, चुरोट खान्नँ
अन्य प्रतिभा	:	मार्सल आर्टको खेलाडी हुँ ।

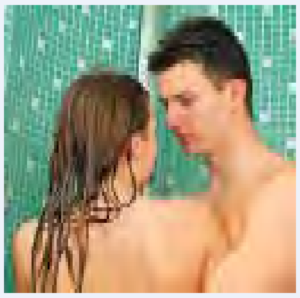
● ब्यान्ड ●

क्वेवर ब्यान्ड

'नशाको जञ्जालमा बाँच्न चाहन्छु' गीत अचेल झापाका एफ.एम.हरूमा प्रशस्त सुनिन्छ । यो मर्मस्पर्शी गीत स्थानीय क्वेवर ब्यान्डको सिर्जना हो । **एक दशकअघि गाउँ–घरमा देउसी–भैलो खेल्दाखेल्दै क्वेवर ब्यान्ड जन्मिएको दाबी गर्छन् ब्यान्डका भोकलिस्ट नीमा बाङ्गेल तामाङ । जन्मिन त जन्मियो तर कसरी हुर्काएर अघि बढाउने भन्ने चिन्ताले ब्यान्डका सदस्यहरूलाई निरन्तर गाँजिरह्यो, तर १२ वर्षमा उन्यू पनि फुल्छ भनेझैं उनीहरूको लामो र निरन्तर प्रयासले पनि होला, क्वेवर ब्यान्ड अहिले झापाकै चर्चित एवं अब्बल ब्यान्डका रूपमा स्थापित भैसकेको छ ।**

आठ जनाको समूहबाट सुरु भएको ब्यान्डमा अहिले पाँच जना सदस्य छन् । ब्यान्डका मेन भोकलिस्टमा नीमा बाङ्गेल तामाङ, लिड गितारमा जोनी योञ्जन, ड्रममा सुभाष श्रेष्ठ, बेस गितारमा सन्तोष श्रेष्ठ र रिदममा विक्रम तामाङ (एफ्टी) छन् । क्वेवरले अहिलेसम्म देशभर दुई दर्जनभन्दा बढी कन्सर्टमा सहभागिता जनाइसकेको छ । २०५८ सालमा झापा जिल्लास्तरीय बिट कन्टेस्ट र २०६१ सालमा राजधानीमा सम्पन्न अन्तरक्याम्पस प्रतियोगितामा दोस्रो भएको क्वेवर गत वर्ष कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रसारित स्प्राइट ब्यान्ड च्यालेन्ज प्रतियोगितामा चौथो भएको थियो ।

● पहिलो विश्व ●

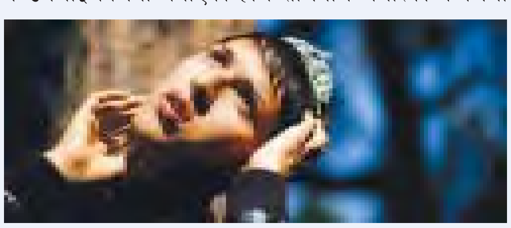


मन्दीमा चम्कियो व्यापार

केही महिनाअघिदेखि विश्वव्यापि रूपमा देखा परेको आर्थिक मन्दीको असर अझै कायम छ। व्यापारका अधिकांश क्षेत्रमा परेको आर्थिक मन्दीको असर यौन क्षेत्रसँग सम्बन्धित व्यापारमा कमै परेको यसका व्यापारीहरूले बताएका छन्। विश्वव्यापि आर्थिक मन्दी प्रारम्भ भएपछि यौनकार्यमा प्रयोग हुने चिल्लो पदार्थको कारोबार ३२ प्रतिशतले वृद्धि भएर ४ करोड १२ लाख अमेरिकी डलर पुगेको छ। जोनसोन एन्ड जोनसोनले गर्ने के-वाई ब्रान्डको लुब्रिकेन्ट उत्पादन गरेको तीन महिनामा यसको व्यापार ७४ प्रतिशतले वृद्धि भएको छ। जोनसोन एन्ड जोनसोनका प्रवक्ता भन्छन्- जब अर्थतन्त्र बिग्रन्छ तब यौन गतिविधि बढ्छ, किनभने मानिसमा नयाँ सामग्री किन्ने उमंग हुँदैन, बरु घरमै बसेर यौन क्रियाकलापमा संलग्न हुने जोस हुन्छ।

छात्राको पदमा समलिंगी

लस एन्जलसको फारयफक्स हाईस्कुलको निर्वाचनमा एक जना समलिंगी नेताको पदमा निर्वाचित भएका छन्। कलेजको नेतृत्व गर्न वार्षिक रूपमा हुने छात्र र छात्राको अलग-अलग निर्वाचनमा सोही विद्यालयका १८ वर्षीय छात्र सर्जियो गार्सियाले 'प्रम क्विन' को उपाधि जितेका हुन्। उनले कलेजले गर्ने वार्षिक किंग र क्विनको निर्वाचनमा आफ्नो उम्मेदवारीको आधार प्रस्तुत गर्ने कार्यक्रममा दिएको प्रवचनले नै उनलाई विजयी बनाएको हो। सर्जियोले अमेरिकी कलेजमा



हुने यो निर्वाचनमा केवल छात्र र छात्राको सौन्दर्य मात्र चयनको आधार परम्परालाई तोड्नुपर्ने बताएका थिए। अब मानिसको सौन्दर्य मुहारमा होइन, उसको मनमा हेर्नुपर्ने बेला आएको बताएपछि उनलाई छात्राहरूले समर्थन गरेका थिए। सर्जियोले भने- 'यो पदमा कुनै राम्री छात्रा आउने परम्परा छ, तर म तपाईंको नजरमा पुरानोजस्तो क्विन हुन सक्दिनँ, किनभने म सधैं पुरुषको ड्रेसमा आउनेछु। मेरो अभियान भनेको समलिंगीहरूले पनि अरूको जस्तै अधिकार पाउनुपर्छ भन्ने हो। गार्सियाको निर्वाचनले अमेरिकी कलेजमा समलिंगी अवधारणा बढ्दै गएको संकेत गरेको छ।

अन्त्यमा...

न्युजिल्याण्डको काउन्सिल अफ एजुकेसन रिसर्चले देशव्यापी रूपमा गरेको सर्वेक्षणमा पाएको नतिजाले अहिले सरकारलाई समेत आश्चर्यमा पारेको छ। सरकारको मातहतमा रहेको परिवार नियोजन संघको सहयोगमा विभिन्न स्थानका ५ सय युवतीमा गरिएको सर्वेक्षणअनुसार अहिले प्रत्येक तीन जना युवतीमा एक जनाले १६ वर्षको उमेर पुग्दा-नपुग्दै यौनसम्पर्क राख्ने गरेका छन्। सर्वेक्षणमा सहभागी भएकाहरूमध्ये आधाको पुरुषसँग गहिरो प्रेम रहेको पाइयो। उक्त नतिजाको विश्लेषण गर्दै परिवार नियोजन संघले विद्यालयस्तरमा यौनशिक्षाको अभावका कारण उनीहरू यौनप्रति कलिलै उमेरमा जिज्ञासु भएको बताएको छ। न्युजिल्यान्डले विद्यालय स्तरमा यौनशिक्षा अनिवार्य भए पनि यसलाई अनिवार्य रूपमा लागू गर्न नसक्दा उनीहरूको यौन आचरणमा परिवर्तन आएको ठहर गरेको छ।

बदलियो महिलाको यौनशैली

अस्ट्रेलियाको चर्चित डेटिङ साइटले आफ्ना १५ लाख पाठकमाझ गरेको सर्वेक्षणमा ४० प्रतिशत महिलाले सामूहिक यौन क्रियाकलापमा आफ्नो चाहना बढ्दै गएको बताएका छन्। विगतका वर्षहरूमा गरिने सर्वेक्षणमा महिलाहरूबाट यस्तो किसिमको धारणा आउँदैनथ्यो। सर्वेक्षणका क्रममा अनलाइनमार्फत करिब ९ हजार पाठकले आफ्नो धारणा जाहेर गरेका थिए। सामूहिक यौन क्रियाकलाप रुचाउनेहरूमा एक्लै बस्नेहरूभन्दा पनि जोडी बढी थिए। उनीहरूले सामूहिक यौन क्रियाकलापमा आफूलाई अग्रसर गराउनुको कारणमा अलग्गै किसिमको उत्तेजना हुने र आफ्नो चाहना पूर्ति हुनुका साथै प्रेमीहरूसँग गहिरो प्रेम सम्बन्ध कायम हुने कुरा बताएका थिए। यस्ता महिलाहरूमा ४० प्रतिशतले एकपटक सामूहिक यौनकार्यमा सरिक भएको बताएका थिए भने १० प्रतिशतले साप्ताहिक वा मासिक रूपमा त्यस्तो काममा सहभागी हुने गरेको बताए।

सचित्र

नाच्न आउँछ नि ! नायक राजेश हमाललाई नाच्न आउँदैन भन्नेहरू थुप्रै छन् तर मौका परे राजेश पनि पछि पर्दैनन् ।

हङकङमा 'म तिमीविना मरिहाल्छु' को विशेष प्रदर्शनका अवसरमा नाचगान गर्दै भुवन र सुस्मिता केसी । **तस्बिर : निर्मल श्रेष्ठ**

लौ न के गऱ्या हो ? : नायक सुमन तथा नायिका सोनिया फोटोग्राफर राजीव श्रेष्ठसँग सेसनका क्रममा ।

म नेपाली ठिटो : गायक राजु लामा अमेरिकाको लामो बसाइपछि नेपालका कार्यक्रमहरूमा यस्तै पहिरनमा देखा परे ।

तस्बिर : नवराज वाग्ले

नायिकाको नयाँ काम : बौद्ध, टुसालस्थित शीयर ब्युटिपार्लरको उद्घाटन गर्दै नायिका अरुणिमा लम्साल ।

कुरा निर्माता हिरोको

निखिल उप्रेतीलाई अरूले बनाएको सेड्युल अनुसार काम गरे पुग्थ्यो । दुई-तीनवटै चलचित्रको सुटिङ एकसाथ पर्दा पनि खासै अप्ठ्यारो हुँदैनथ्यो । जे जस्तो भए पनि अरूका लागि अरूले मिलाएको समय अनुसार काम गर्दा ठीकै थियो । उनले अभिनय बाहेकका काममा ध्यान दिनु पर्दैनथ्यो तर अहिले स्थिति अर्कै छ । अरूको चलचित्रमा काम गरेर मात्र पुग्दैन उनलाई अहिले आफूले बनाएको चलचित्र प्रदर्शनको तारतम्य मिलाउन पनि समय निकाल्नैपर्ने बाध्यता छ ।

नेपाली चलचित्र व्यावसायिक हुन नसके जस्तै वितरण प्रणाली पनि व्यवस्थित हुन नसकेकाले निर्माताले ढुक्कसँग बस्न पाउने अवस्था छैन । नयाँ चलचित्र बनाएका निखिल चलचित्र प्रदर्शनका लागि क्रमशः व्यस्त हुँदै गएका छन् । उनी वितरकसँग भेट्ने र प्रदर्शनका लागि तिथि-मिति मिलाउने काममा जुटिसकेका छन् ।

अर्का नायक भुवन केसीको दैनिकी पनि निखिलको भन्दा फरक छैन । केसी भन्छन्- 'विभिन्न पार्टीसँग मिटिङ गर्दागर्दै एक महिना बितेको थियो ।' नेपालमा चलचित्र चलाउन पाँचवटाभन्दा बढी सञ्जाल छ । पूर्व-पश्चिम छुट्टाछुट्टै च्यानल छन् भने काठमाडौंमै तीनभन्दा बढी वितरण समूह छन् । एउटासँग कुरा हुनेबित्तिकै अर्को पार्टी रिसाउने परिपाटीले पनि निर्मातालाई गाह्रो हुने गरेको छ । भुवन भन्छन्- 'चलचित्र बनाउन भन्दा पनि चलाउन गाह्रो छ ।'

काठमाडौं बाहिर चलचित्र चलाउने सहमति भए पनि काठमाडौंको विषयमा टुङ्गो लगाउन धैरै समय लाग्छ । वितरणका लागी विभिन्न च्यानलमा संलग्न वितरकलाई खुसी पार्नु त छ नै, च्याउसरी खुलेका संघ-संस्थासँग पनि सहकार्य गर्नुपर्ने बाध्यता छ । निखिल र भुवन कसरी राम्रो अभिनय गर्ने भन्दा पनि कसरी आफ्नो चलचित्रलाई सजिलोसँग प्रदर्शन गर्ने भन्ने धयाउन्नमा हुन्छन् ।

नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठको चटारो पनि कम छैन । पहिलो पटक 'कहाँ भेटिएला' चलचित्र बनाएका श्रीकृष्णलाई अभिनय मात्र गर्दा निर्माणकार्य सजिलै होला जस्तो लाग्थ्यो । 'पछि पो थाह पाएँ यो त गाह्रो काम रहेछ'- उनले बताए ।

सुटिङका लागि सेड्युल मिलाउनेदखि सारा काम आफैले गर्नुपर्दा साह्रै दिक्क बनायो तर पनि हरेश खाएका छैनन् । श्रीकृष्ण भन्छन्- 'आफ्नै टिमका साथीहरूसँग मिलेर काम गरेकाले त्यति धैरै अप्ठ्यारो भएन ।' त्यसमा पनि आफ्नो चलचित्रमा काम गर्ने बाहेकका कलाकारले समेत उनको चलचित्रलाई राम्रो भनिदिएकाले श्रेष्ठ आशावादी छन् । उनलाई परिश्रम जति नै भए पनि चलचित्र राम्रो भयो भने पुग्छ जस्तो लागेको छ ।

लगानी गर्ने नायकको सूचीमा यति मात्र छैनन्, दिलीप रायमाझी, सुनिलदत्त पाण्डे, हरिवंश आचार्य आदि कलाकारले आफैले लगानी गरेर निर्माता हुनुको अनुभव हासिल गरिसकेका छन् । हरिवंशले चलचित्र निर्माण गरेर राम्रै जस पाए पनि पछिल्ला स्टार निखिल र दिलीपले सोचे अनुरूपको सफलता हात पार्न सकेनन् । निखिलको सावधानले मोफसल र उपत्यका दुवै क्षेत्रमा राम्रो व्यापार गर्न सकेन भने दिलीपको 'हामी साथी भाइ' ले पनि उपत्यकामा घाटाको व्यापार गर्नुपरेको थियो ।

अब पालो पुरुष ब्राको !

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– म्यानेजियर अर्थात् पुरुषले लगाउने ब्राले अब चाँडै नै संसारभरिका युवालाई आकर्षित गऱ्यो भने कसैले आश्चर्य मान्नु पर्दैन । महिलाहरूको भित्री पहिरनको चर्चा चल्नेबित्तिकै हामी ब्रेसियर अथवा ब्राको नाम लिन्छौं । भनिन्छ, महिलाहरूको यो भित्री पहिरन महिलाहरूको सेक्स सिम्बोल पनि हो, तर अब यो पहिरन महिलाहरूमा मात्र सीमित रहनेछैन । महिलाहरूले अहिलेसम्म आफ्नो मात्र अधिकार रहने दाबी गर्दै आएको यो पहिरनमा चाँडै नै पुरुषहरूले पनि दाबी गर्न थाल्नेछन् ।

महिलाहरूको यो विशिष्ट क्षेत्र अर्थात् कम्प्युटरको भाषामा 'डोमेन' मा पुरुषहरूले पनि प्रवेश गर्ने क्रम प्रारम्भ भैसकेको छ । यो कुनै ठट्टा होइन, सतप्रतिशत यथार्थ हो । बजारमा अब पुरुषहरूको ब्रा पनि उपलब्ध हुन थालिसकेको छ, तर अहिले यो केवल जापानमा मात्र पाइन्छ ।

महिलाहरूको बिकिनीले ६३ वर्ष पूरा गर्न लाग्दा पुरुषहरूका लागि बजारमा आएको ब्रालाई अहिले नवजात शिशु नै मान्न सकिन्छ । फेसनको संसारमा यसलाई रिकोरनेसनका रूपमा हेर्न थालिएको छ । यसबीच फेसनको यो नवजात शिशुले टोकियोको लाइफस्टाइल मलस्थित 'विशरुम' मा आफ्नो पहिलो कदम राखेको छ ।

सबैभन्दा पहिले यसलाई त्यही विशरुममा उतारिएको हो । त्यसपछि अनलाइनमार्फत पनि यसको किनबेच प्रारम्भ भएको छ। अन्तर्राष्ट्रिय समाचार संस्थाहरूका अनुसार दुई हप्तामा ३ सयभन्दा बढी पुरुष ब्राको बिक्री भैसकेको छ । संसारभरिका युवाहरूबीच यसको राम्रो क्रेज देखिएको छ । जापानमा यसको मूल्य २ हजार ८ सय यान अर्थात् ३० डलर राखिएको छ । पुरुषका लागि ब्रा तयार गर्ने कम्पनीले पनि कम समयमा यसले राम्रो बजार लिन्छ भन्ने अनुमानसमेत गरेको थिएन । भनिन्छ, ठूलो संख्यामै पुरुष तथा युवाहरू पुरुष ब्राको खोजीमा बजार डुल्न थालेका छन् ।

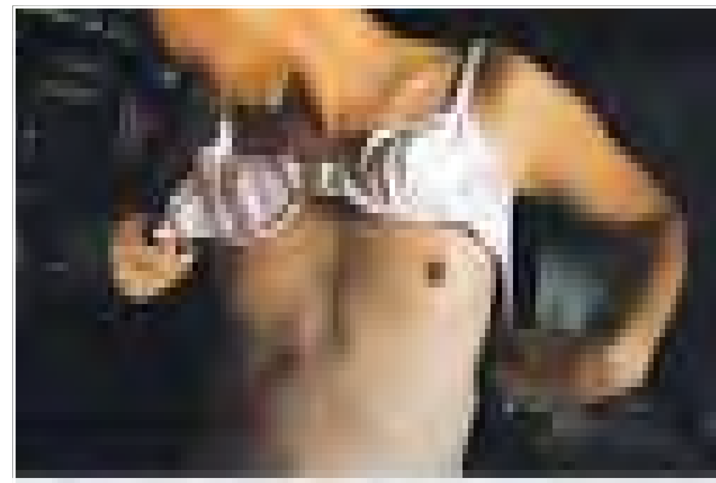
सुखद अनुभव गराउने पुरुष ब्रा

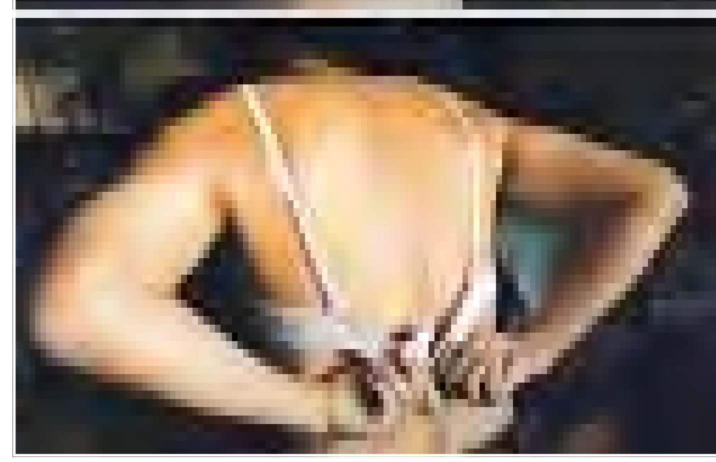
ग्राहकहरूका तर्फबाट आइरहेको फिडब्याक पनि कम आश्चर्यजनक छैन । खासगरी पुरुषहरूलाई एउटा विशेष प्रकारको 'टाइट फिटिङ' ब्राले लोभ्याइरहेको छ । पुरुष ब्राका लागि मोडलिङ गर्ने मोडल मासायुकी सुचियाले पहिलो पटक यो ब्रा लगाएपछि प्रतिक्रिया दिंदै भने– 'ब्रा लगाएपछि यसको टाइट फिटिङ हुने शैली मलाई साह्रै मन पऱ्यो । यो लगाएपछि मैले निकै सहज अनुभव गरिरहेको छु । यसले मेरो आत्मविश्वास नै बढाएको महसुस भैरहेको छ ।'

यो 'आइटम' बजारमा लन्च भएपछि युवाहरूमा होडबाजी नै चलेको छ । फेसनेबल तथा मेट्रो सेक्सुअल सोच राख्ने युवाहरूका अनुसार उनीहरू लामो समयदेखि यस्तै प्रकारको 'आइटम' को खोजीमा थिए ।

समग्रमा बजारबाट पुरुष ब्राले सकारात्मक रेस्पोन्स पाइरहेको छ । कम्पनीलाई संसारभरिका लाइफस्टाइल मलहरूबाट अर्डर पनि प्राप्त भैरहेको छ । युवाहरूको आकर्षणका कारण काठमाडौंको बजारमा पनि यो ब्रा चाँडै उपलब्ध हुने कुरामा आशावादी हुन सकिन्छ । भारतीय बजारमा त यसको तयारी पनि प्रारम्भ भैसकेको छ । त्यहाँका लाइफस्टाइल मलहरूमा युवाहरू यसको जानकारी लिन आइरहेका छन् । काठमाडौंमा भने यो केही समयपछि मात्र उपलब्ध हुन सक्छ ।

वास्तवमा पुरुष ब्रा महिलाहरूको ब्राभन्दा खासै भिन्न छैन, तर यसलाई 'म्यानेजियर' भनिएको छ । यसको कपलाई विशेष स्वरूप प्रदान गरिएको छ, जसबाट यो पुरुषको स्तन अर्थात् छातीमा सजिलै फिट हुन्छ । तत्काल यो थुप्रै साइजमा भने उपलब्ध छैन । यसलाई अहिले केवल दुई साइजमा मात्र बजारमा उतारिएको छ । ए ८५ तथा ए ९० अर्थात् ३३ देखि ३५ इन्च छाती भएका पुरुषका लागि फिट हुने ब्रा मात्र अहिले बजारमा उपलब्ध छ । यद्यपि बजारबाट आएको मागलाई ध्यान दिंदै कम्पनीले चाँडै नै यसलाई विभिन्न साइजमा पनि उपलब्ध गराउने बताइएको छ । अहिले यो पुरुष ब्रा तीनवटा रंगमा उपलब्ध छ– सेतो, कालो र गुलाबी ।





पुरुष ब्रा जापानको बजारमा उपलब्ध हुनासाथ केही समयभित्रै बिक्री पनि भैसकेको थियो । पहिलो पटक जापानको बजारमा देखा परेपछि एक प्रकारको सनसनी नै फैलिएको बताइन्छ । विभिन्न वेबसाइटमा महिलाहरूले मात्र लगाउने यो भित्री पहिरनका बारेमा विभिन्न बहस पनि भयो, जसमा महिलाहरूले पुरुष ब्राप्रति आपत्ति जनाए । महिलाहरूले खुलेरै यसप्रति असहमति जनाइसकेका छन् । जापानकै महिलाहरूले पनि पुरुष ब्राप्रति आपत्ति जनाएको समाचार संस्थाहरूले जनाएका छन् ।

जापानको सोसियल नेटवर्क वेबसाइट मिक्सीमा त यही विषयमा एक प्रकारको बहस नै प्रारम्भ भएको छ । सामाजिक स्तरमा यसलाई सम्पूर्ण रूपले स्वागत भने गरिएको छैन । यसप्रति रुचि नराख्ने व्यक्तिहरूको भनाइ छ– 'पुरुषहरूले युवतीहरूको नक्कल गर्दै उनीहरूको भित्री पहिरन लगाउनु शोभनिय हुँदैन ।' साथै उनीहरूले पुरुषले ब्रा प्रयोग गर्नुपर्ने कारण पुष्टि गर्न पनि चुनौती दिएका छन् । फेसनका लागि मात्र पुरुषहरूले ब्रा प्रयोग गर्नु उचित नहुने उनीहरूको तर्क छ ।

अर्कातिर बजारमा उपलब्ध हुनेबित्तिकै महँगो मूल्यमा पुरुष ब्रा किन्ने युवाहरूको तर्क बेग्लै छ । उनीहरू भन्छन्– 'ठूलो छाती भएका, भद्दा स्तन भएका पुरुषहरूले ब्रा लगाएर घुमफिर गर्दा, भऱ्याङमा चढ्दा-उत्रँदा अथवा खेलकुदमा भाग लिँदा सजिलो हुन्छ ।'

नेपालमा यसलाई तुरुन्तै अपनाइनेछ भन्ने कुरामा द्विविधा नै छ । काठमाडौं, पोखरा, धरानजस्ता सहरमा अझै पनि यसको चर्चा प्रारम्भ भएको छैन । यसबाट के भन्न सकिन्छ भने पुरुषहरूको ब्राले नेपाली बजारमा तत्काल आफ्नो प्रभुत्व जमाउन गाह्रो छ । राजधानीका सपिङ कम्प्लेक्सहरूमा विदेशी पहिरनहरू सजिलै उपलब्ध भए पनि पुरुष ब्रा अर्थात् म्यानेजियरले प्रवेश पाउन केही समय कुर्नैपर्ने हुनसक्छ ।

ग्ल्याडऱ्याग्स

म्यानहन्टबाट कनिज

सुब्रत आचार्य

'नमस्कार, मै कनिज कोइराला, नेपालसे आया हुं। मै सच्चा और साधारण इन्सान हुँ...- कालो सुटमा काठमाडौं लेखिएको स्यासमा सजिएका काठमाडौं, नयाँ बानेश्वर सिडियो टोलका २८ वर्षीय कनिज कोइरालाले आफ्नो परिचयका क्रममा एउटा उर्दू सायरी पनि सुनाए- 'ना सहरको देखो, ना विसवानको देखो, खुदाका लौता नामोनिसान देखो, बस आप उठाओ और इस कनिजका देखो'। उनको फरक शैलीको परिचयबाट निर्णायक दीर्घामा रहेका बलिउडका निर्माता तथा निर्देशक सुभास घई, नायकद्वय सोहेल खान र रितेश देशमुख, नायिकात्रय मिनिषा लाम्बा, जेनिलिया डिसुजा र मुग्दा गोड्से तथा धुमका निर्देशक संजय गाढवी प्रभावित भएर ताली बजाए, दर्शकदीर्घामा पनि तालीले गुन्जियो।

गत सोमबार राजधानीमा भेटिएका कनिज मार्च २८ तारिखको साँझ मुम्बईमा सम्पन्न मोडलहरूको बृहत् प्रतिस्पर्धा 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट-२००९'का प्रतिस्पर्धी हुन्। उच्च अध्ययनका लागि विगत आठ वर्षदेखि भारतको राजधानी दिल्लीमा रहेका कनिजमा साथीहरूको संगतकै कारण मोडलिङमा रहर जाग्यो, फलस्वरूप सन् २००३ मा उनले मिस्टर दिल्लीका लागि प्रतिस्पर्धा गरे, जसमा उनी उत्कृष्ट पाँचसम्म पुगे। त्यसपछि उनको लक्ष्य 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'मा भिड्नु थियो। चिनेजानेकाहरूले नेपाली नागरिक भएकाले 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'मा उनले प्रतिस्पर्धा गर्न नपाउने बताएपछि उनी निराश पनि भए।

'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट-२००९'का लागि अडिसन खुल्नेबित्तिकै उनी मुम्बई हानिए र लाइनमा बसे। बैंगलोर, कलकत्ता, दिल्ली र मुम्बईबाट कुल १५ हजार युवक अडिसनमा सहभागी थिए। 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'की आयोजक तथा ग्ल्याडऱ्याग पत्रिकाकी प्रकाशक मोरिन वाडिया आफैं म्यानहन्टका लागि प्रतिस्पर्धी छनौट गरिरहेकी थिइन्। बिहान सात बजेदेखि लाम लागेका कनिजको पालो साँझ पाँच बजे मात्र आयो। अडिसन रुममा प्रवेश गरेपछि वाडियाले उनलाई हिडेर देखाउन भनिन् र नेपालका बारेमा सोधिन्, अनि भनिन्- 'तिमी कुनै पनि एङ्गलबाट नेपाली देखिँदैनौ।' हुन पनि नेपालीहरू मंगोलियन अनुहार र होचा कदका मात्र हुन्छन् भन्ने भ्रम कतिपय भारतीयहरूमा छ। 'म यो क्षेत्रमा नेम एन्ड फेमका लागि आउन खोजेको हुँ' भन्ने कनिजको ६ फिट १ इन्च अग्लो सुगठित शरीर र आत्मविश्वासबाट वाडिया प्रभावित भइन्, त्यसपछि उनले कोइराला फाइनलका लागि छनौट भएको घोषणा गरिन्।

कम्प्युटरमा 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'को भिज्युअल देखाउँदै कनिज भन्दै थिए- 'कुल २२ जना सहभागीमध्ये केही मभन्दा अग्ला थिए।' फाइनलमा इन्ट्रोडक्सन, स्विमसुट, डान्स आदि राउन्डमा आफ्नो प्रतिभा प्रस्तुत गर्दै कनिज उत्कृष्ट १५ मा आफ्नो स्थान सुरक्षित गर्न सफल भए। अन्त्यमा उनी 'मिस्टर कन्जिनियालिटी'को विधामा पुरस्कृत गरिए। १५ हजारबाट उत्कृष्ट २२ मा छानिएर फेरि सर्वोत्कृष्ट १५ मा पुग्नु कुनै नेपाली मोडलका लागि चानचुने कुरा थिएन, तर पनि कनिज चुकचुकाउँदै भनिरहेका छन्- 'मैले आफूलाई सर्वोत्कृष्ट तीनमा देखिरहेको थिएँ।' 'ग्ल्याडऱ्याग पत्रिकासँग तीन वर्षको अनुबन्ध उनका लागि उपलब्धिको कुरा मात्र नभएर नेपाली ग्ल्यामरको क्षेत्रका लागि पनि खुसीको कुरा हो, तर कनिजको दुःखेसो छ– आफ्नै देशमा उनको उपलब्धिको खासै चर्चा भएन। 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट' टेलिभिजन रियालिटी सो भएको भए सम्भवतः उनको सफलतामा नेपालीहरूको साथ र हने थियो।

त्यसो त उनी अनलाइन भोटका आधारमा 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'को यसपटकका विजेता विनित त्यागीभन्दा तीन स्थानले मात्र पछाडि छन्। उनीभन्दा अघि (तेस्रो स्थानमा) रहेका प्रतिक हिंगोरानीले ७ हजार ४ सय ९५ मत पाएका छन् भने कनिजले ६ हजार ६ सय ५ मत पाए। www.gladrags.in मा उक्त डाटा उपलब्ध छ। कनिज आफूलाई 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'को उत्कृष्ट १५मा परेको मोडल भनेर चिनाउँदा कतिपयले बेवास्ता गरेको बताउँछन्। बुझ्नेहरूले भने उनको सफलताको मुक्तकण्ठले प्रशंसा पनि गरे। जोन अब्राहम, डिनो मारियो, चेतन हंसराजजस्ता बलिउडका सेलिब्रेटीहरूले पनि कुनै बेला कनिजले जस्तै 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'मा प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। उनीहरू उक्त प्रतिस्पर्धाका विजेता हुन्। 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'का सहभागी मोडलहरूको भारतीय मोडलिङ जगत्मा ठूलो इज्जत-प्रतिष्ठा छ। हालै पनि दिल्लीको कुनै सार्वजनिक स्थानमा बसिरहेका बेला स्थानीय केटाकेटीहरूको एक जमातले आफूलाई चिनेर अटोग्राफ लिएर तस्बिर खिचाएपछि आफ्नो चर्चा बढ्न थालेको अनुभूति भएको कोइराला बताउँछन्।

कनिजको अबको लक्ष्य बलिउड हो। ग्ल्याडऱ्यागसँगको तीन वर्षको अनुबन्धमा उनले चलचित्र, ऱ्याम्प मोडलिङ, विज्ञापन आदिमा काम गर्न पाउँछन्। दुई महिनाका लागि घर फर्किएका कनिज आगामी महिना सपनाको नगरी मुम्बई फर्कंदैछन्। 'ग्ल्याडऱ्याग्स म्यानहन्ट'का कार्यक्रम सञ्चालक तथा निर्देशक एवं अभिनेता साजिद खानले उनको व्यक्तित्वबाट प्रभावित भएर आफ्नो आगामी चलचित्रमा उनलाई खलनायक बनाउने वचन दिएका छन्। 'पर्दामा हिरो त सबै हुन्छन्, भिलेन नभै हिरोको अस्तित्व कहाँ हुन्छ र ? फेरि मेरो अनुहार हिरो बन्न होइन, भिलेन बन्न लायक छ। त्यसैले म बलिउडमा खलनायक भएर आउँछु।' -उनले आत्मविश्वासका साथ भने। उनको अर्को लक्ष्य भारतीय टेलिभिजनको रियालिटी सो 'बिग बोस'मा सहभागी हुनु पनि हो। काभ्रेस्थित दीपेन्द्र प्रहरी स्कुलबाट प्लस टुसम्म गरेर दिल्लीमा हवाई व्यवस्थापनको अध्ययन गर्न पुगेका कनिजले अन्ततः विज्ञान विषयमा स्नातकसम्मको अध्ययन पूरा गरे। पाइलट हुने रहर भए पनि अब उनको लक्ष्य मोडलिङ र अभिनयबाट नाम कमाउने छ, त्यो पनि बलिउडमा।

● तालुमा आलु ●

प्रकाश ओझा

राजु रसवरीको भाँडाबाट रसवरी झिक्दै खाँदै थियो ।

'ओई कति खाएको ? धेरै नखा, अहिले बम पड्किएस्तै पड्किएलास्'- दिदीले भनी ।

'भाँडा यता ले अनि तँचाहिँ पर गएर बस् ।' राजुले भन्यो ।

ooo

शिक्षक विद्यार्थीहरूसँग भन्दै थिए-

'मेरो छोरा हरेक बिहान ब्रेकफास्टभन्दा अघि तीनपटक पौडिएर नदी पार गर्छ ।'

विद्यार्थीहरू हाँस्न थाले ।

'किन हाँसेको ? तिमीहरूलाई के लाग्छ, पौडी खेल्ने मानिसले यसो गर्न सक्दैन ?'

'त्यो कुरा होइन सर' एउटा विद्यार्थीले भन्यो- 'खास कुरा के भने उसले तीनपटकको सट्टा चारपटक पौडिने हो भने त्यहाँ ऊ पुग्ने थियो जहाँ उसले पौडिनका लागि कपडा खोलेको थियो ।'

ooo

एक अधबैंसे अभिनेत्रीले आफूभन्दा धेरै कम उमेरको युवक, जो उसको सक्रेटरी थियो, सँग विवाह गर्ने इच्छा गरी अनि यस विषयमा डाइरेक्टरसँग सल्लाह गरी– मेरो त्यति धेरै उमेर पनि त भएको छैन नि । अभिनेत्रीले भनी– विवाह गर्ने उमेर अझै छ ।

त्यसो भए विवाह गर– डाइरेक्टरले भन्यो ।

तर मानिसहरूले कुरा काट्छन्, आफूभन्दा आधा उमेरको केटोसँग विवाह गर्ने भनेर ।

त्यसो भए विवाह नगर ।

तर त्यो केटो मेरो बिजनेसमा राम्रो साथी बन्न सक्छ ।

त्यसो भए विवाह गर ।

तर मलाई थाहा छ, मेरो बढ्दो उमेर देखेर पछि उसले मलाई घृणा गर्नेछ ।

त्यसो भए विवाह नगर

तर मलाई पछि कसै न कसैको सहारा त अवश्य चाहिन्छ, घृणा नै गरे पनि के फरक पर्छ ?

त्यसो भए विवाह गर ।

तर मलाई यो थाहा छ, मसँग भएको पैसाको फाइदा उठाएर तरुनी केटीहरूको चक्करमा पर्न थाल्छ ।

त्यसो भए विवाह नगर ।

तर तरुनी केटीको चक्करमा त जो पनि पर्छन् ।

त्यसो भए विवाह गर

तर..., नगर...., तर...., गर....।

मेरो कुरो

नेपाली चलचित्र उद्योगमा छिटो अघि बढ्ने अचुक उपाय– आफूभन्दा माथि चढेकाहरूको पैताला चाट्दै जानुहोस्, आफूभन्दा तलकाहरूको टाउकोमा लात्तले हान्दै जानुहोस् ।

● कविता ●

जिन्दगीको

घाम छँदै किन ढल्छ रात जिन्दगीको
किन झर्छ बिना हुरी पात जिन्दगीको
दुःखिरा'छ सबको घाउ कोही खुसी छैनन्
जहाँ गए पनि सुन्छु बात जिन्दगीको
भोगाइ फरक-फरक छन्, बाटो पनि भिन्दै
कसले भन्छ एउटै हुन्छ जात जिन्दगीको
मनका सारा इच्छाहरू दबाएर बाँचिरा'छु
जता छाम्यो उतै दुख्छ घात जिन्दगीको
रुँदा रुँदा पीडा पोख्ने आँसु नहुँदा नि
जानीजानी हिँड्नै पर्ने साथ जिन्दगीको ।

– गणेश भट्ट

म ढल्दै थिएँ

तिमी निभ्दै थियौ, म बल्दै थिएँ
तिमी हाँस्दै थियौ, म जल्दै थिएँ
सजाएर दिलमा कोही अरू नै
तिमी रम्दै थियौ म ढल्दै थिएँ
अँगालोभरि बेरिँदै कसैको
तिमी लुटिँदै थियौ म गल्दै थिएँ
लुकेर हेर्ने चाह भयो तिम्रो
तिमी हेर्दै थियौ म छल्दै थिएँ
कस्तो साइनो गाँस्यौ भन्दैथे कोही
म घाउमा मल्हम दल्दै थिएँ ।

–जितेन्द्र श्रेष्ठ

कसैसँग नमिलेको

कसैसँग नमिलेको तिमीसँग मिल्यो मन
दिवास्वप्न देखेँ आज आनन्दित भयो मन
को आउला यो जीवनमा धेरै सोचेँ मैले
मेरो भाग्यमा के लेख्या छ, धेरै गुनें मैले
प्रतीक्षाको घडी सकियो तिमीसँग मिल्यो मन
कसैसँग नमिलेको तिमीसँग मिल्यो तन
घरमा कोही आई कुरा गर्न उत्सुक हुन्थेँ
कान पनि ठाडठाडै बोली पिच्छे दुवै हुन्थेँ
कुराइको समय सिद्धियो तिमीसँग मिल्यो मन
कसैसँग नमिलेको तिमीसँग मिल्यो तन ।

– निमेष नेवाः

पागल हुन्छु कहिलेकाहीँ

तिम्रो सम्झनामा पागल हुन्छु म कहिलेकाहीँ
विछोडले तड्पिएर रुन्छु म कहिलेकाहीँ
मेरो चोखो मायालाई छुरा धसी गए पनि
मलाई जिउँदै जलाई पराईको भए पनि
सम्झनामा तिम्रो तस्बिर हुन्छु म कहिलेकाहीँ
जिन्दगीमा धोका दिई पराई तिम्ले रोजे पनि
सपनीमा तिमीलाई चुम्छु म कहिलेकाहीँ
जब तिम्रो यादले तड्पाउँछ घरीघरी
आँसु झारी मुटुलाई धुन्छु म कहिलेकाहीँ
तिमीलाई पराईसँग देखी पागल हुँदा
बेवारिसे जिन्दगीलाई थुन्छु म कहिलेकाहीँ
सुनसान रातबीच तिम्रै आवाजमा कतै
विवश भनी बोलाएको सुन्छु म कहिलेकाहीँ ।

– रामकुमार बिष्ट

आममानिस

● लघुकथा ●

डुंगा एउटै थियो तर मानिस धेरै थिए । डुंगा भरिभराउ भयो । यसबीच माझीले भन्यो, 'पौडन जान्ने मानिस तुरुन्तै कोसीमा हाम फाल्नुपर्‍यो । नत्र सबै डुबिने सम्भावना छ ।'

डुंगामा सबै खालका मानिस थिए । डाक्टर, सरकारी हाकिम, वकिल, व्यापारी, उद्योगपति, पुजारी एक जना सर्वसाधारण अनि म अर्थात् पत्रकार । हामी सबै सर्वसाधारण मानिस डुंगाबाट तुरुन्तै हाम फालोस् भन्ने चाहन्थ्यौं ।

उद्योगपतिले सर्वसाधारणलाई भन्यो, 'तिमी हामफाल, तिमी मेरो कारखानामा काम गर्ने भएका कारण मालिकलाई बचाउनु तिम्रो कर्तव्य पनि हो । म डुब्न लागें भने तपाईंहरूमध्ये कोही पनि मलाई बचाउन आउनुहुनेछैन ।' उसले भन्यो, 'मैले तपाईंहरूले भनेको किन मान्ने ?'

समस्या हेरेर बसिरहेको नेतालाई हामीले केही बोल्न आग्रह गर्‍यौं । नेताले नेपाल राष्ट्रको गौरवमय परम्परा र जनताको बलिदानको कुरा सुनायो । उसले भावुक भएर भन्यो, 'यो कठिन अवस्थामा कसैले त बलिदान गर्नैपर्छ । जसले बलिदान गर्छ, ऊ नै राष्ट्रको सहिद हुन्छ ।' त्यसपछि ऊ यति भावुक भयो कि तुरुन्तै उसले नदीमा हाम फाल्यो ।

–शंकर पाण्डे

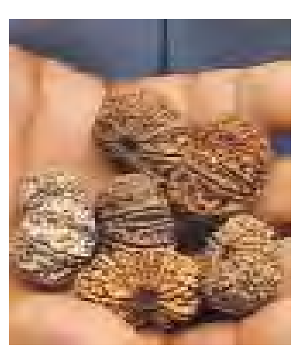
रकम भित्रिने माध्यम बन्यो रुद्राक्ष

सुरेन्द्र सुवेदी

संखुवासभा– सदरमुकाम खाँदबारीमा भदौदेखि मंसिरसम्म सातामा ५० लाख रुपैयाँभन्दा बढीको रुद्राक्षको व्यापार भएको थियो । यो समयमा बढी भए पनि अन्य ८ महिनामा पनि रुद्राक्षको व्यापार चलिरहन्छ । भोजपुरको दिङ्लामा षडानन्द गुरुले भारतबाट रुद्राक्षको बिरुवा ल्याएर रोपेपछि यसले संखुवासभासम्म फैलने अवसर पाएको हो । अहिले भोजपुरभन्दा संखुवासभामा रुद्राक्षको उत्पादन बढी हुन्छ र व्यापारको केन्द्र पनि खाँदबारीलाई नै मानिन्छ ।

भोजपुरमा गत वर्ष फेला परेको २७ मुखे रुद्राक्ष ३० लाख रुपैयाँमा बिक्री भएको थियो । भोजपुर मूलपानीका गोविन्द कटुवालका अनुसार यहाँ उत्पादित रुद्राक्ष भारतको बनारससम्म पुर्‍याइन्छ । यहाँ गत वर्ष ५० करोड रुपैयाँको रुद्राक्षको व्यापार भएको व्यापारीहरू बताउँछन् । रुद्राक्ष विश्वभर चर्चित छ । मुख र साइजले यसको मूल्य निर्धारण गर्छ भने सौखिनहरूले यसलाई मालाका रूपमा प्रयोग गर्छन् । भोजपुर र संखुवासभामा प्रायः सबैका गलामा रुद्राक्षको माला देख्न पाइन्छ ।

भगवान् शिवको आँसुबाट उत्पन्न भएको रूख नै रुद्राक्ष हो भन्ने मान्यता छ । भगवान्को आँसुबाट बनेको र ऋषिमुनिहरूले यसको माला लगाउने गरेपछि क्रमशः चर्चित बन्दै गएको विश्वास गरिन्छ । सफलता प्राप्त गर्नसमेत मानिसहरू रुद्राक्षको माला लगाउँछन् । आध्यात्मिक एवं ज्योतिषशास्त्रका अनुसार पेसागत व्यक्तिहरूले रुद्राक्ष प्रयोग गर्ने चलन छ ।



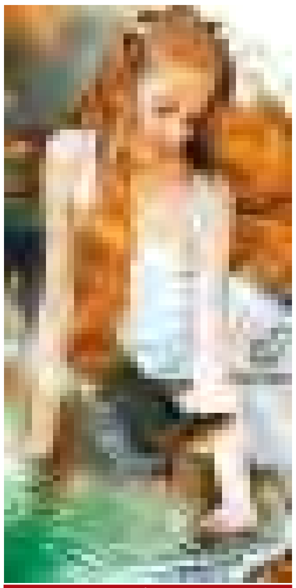
रुद्राक्ष पेसागत रूपमा पनि लगाइन्छ । प्रशासनिक क्षेत्रका व्यक्तिले १ वा १३, संघसंस्थाका पदाधिकारीले ८ वा १२, न्यायाधीशले २ वा १४, सुरक्षाकर्मीले ४ वा ९, बैङ्किङ सेवाकाले ४ वा ११, वैद्यले ९ वा ११, नर्स, केमिस्ट र कम्पाउन्डर वर्गले ३ वा ४, वकिलले ४ वा १३, नेता, मन्त्री, सांसदले १ वा १४, धर्मप्रचारक, अध्यापकले ६ वा १४ मुखे रुद्राक्ष लगाउनुपर्ने रुद्राक्ष महिमामा उल्लेख छ । यस्तै मेकानिकल इन्जिनियर, पाइलटवर्गले १० वा ११, कम्प्युटर इन्जिनियरले १४, ठेकदारले ११, १३ वा १४, व्यवसायीले १३ वा १४, उद्योगपतिले १२ वा १४, कवि-संगीतकारले ९ वा १३, डाक्टर, सर्जनले ४ वा १४, डाक्टर फिजिसियनले १० वा ११ र होटल व्यवसायीले १३ वा १४ मुखे रुद्राक्ष लगाउनुपर्ने बताइन्छ ।

रोगअनुसार पनि रुद्राक्षको माला लगाइन्छ । हृदयरोग १, मानसिक तनाव ३, चर्मरोग २, रक्तचाप ४, सुस्त मस्तिष्क ५, नामर्दी रोग ७, मधुमेह १०, शारीरिक कमजोरी ११ र डिप्रेसनका रोगीले १२ मुखे रुद्राक्षको माला लगाउनुपर्ने विश्वास छ ।

यीबाहेक सबै रुद्राक्ष दुर्घटनानाशक मानिन्छन् । यस्तै राशिअनुसार पनि यसको प्रयोग गरिन्छ । राशिभन्दा पेसा र रोगलाई आधार मानेर प्रयोग गर्नेहरूको संख्या बढी पाइन्छ ।

५ मुखे रुद्राक्षलाई २७, ५४ र १०८ को संख्यामा माला बनाएर र बाँकीलाई एक-एकवटा नै लगाइन्छ । यसलाई सुन, चाँदी र कालो धागोमा माला बनाएर लगाउँदा अझ शक्तिशाली हुने विश्वास गरिन्छ । रुद्राक्ष ४ रंग कालो, सेतो, पहेलो र संयुक्त रंगमा पाइन्छन् । धर्मशास्त्रका अनुसार रुद्राक्ष १४ मुखेसम्म हुन्छन्, तर यहाँ २७ मुखे रुद्राक्षसम्म किनबेच भैरहेको छ । रुद्राक्ष बिग्रिएपछि धेरै मुख हुने गरेको हो । प्रायः ४ देखि ६ मुखे रुद्राक्ष फल्छन् ।

भोजपुर र संखुवासभामा फलेका रुद्राक्ष यहीँबाट किनबेच हुन्छ । यसमा काठमाडौंदेखिका व्यापारीले लगानी गरेका हुन्छन् । असोज नलाग्दै रुद्राक्ष किन्न काठमाडौंका व्यापारीले ५-७ करोड रुपैयाँ पठाउँछन् । केही वर्षअघिसम्म यसको व्यापार थिएन । भोजपुरका गोविन्द बस्नेतले यसलाई भारत निकासी गर्न थालेपछि यसको व्यापार एक्कासि चम्किएको हो । व्यापार हुन थालेपछि मानिसहरूले रुद्राक्षका बिरुवा पनि रोज्न थालेका छन् । यहाँ बर्सेनि २-४ वटा रुद्राक्षका बिरुवा रोप्नेहरू प्रशस्त भेटिन्छन् ।



• सन्देश •

लक्ष्मी, तिमी स्वार्थी रहेछौ। तिमीलाई अर्काको जीवनसँग खेल्न रमाइलो लाग्दो रहेछ। तिमीले दुई वर्ष लामो प्रेममा विश्वासघात गर्‍यौ तर जानुभन्दा पहिले मलाई न खबर गर्‍यौ, न फोन नै गर्‍यौ। यदि धोका दिनु थियो त पहिले किन दिइनौ ? जीवनभरि साथ दिउँला भनेर अहिले इन्डिया गएर बस्यौ। जहाँ बसे पनि प्लिज एक कल फोन गर।

अच्युतराज

जिना, म अचेत अवस्थामा छु, किनकि गएका दिनहरूमा दुःख पर्दा सहयोग माग्ने तिमी अहिले आएर अरूको आडमा पहिलेका सबै कुरा बिर्सी ममाथि जुन आरोप लगाउँछौ म मानसिक तनावमा छु, यदि तिमीलाई मेरो माया लाग्छ भने आउने शनिबार भेटेर कुरा गरौं।

आरसी

सुमी, मीठो सम्झना अनि मिस यु। खै, किन मलाई तिम्रो मायाले बढी सताउन थालेको छ। मलाई थाहा छैन, तिम्रो मनमा कति हलचल पैदा भएको छ, हरपल तिमी नै सम्झिन मन लाग्छ। अनि तिम्रै कल्पनामा रम्न मन लागिरहन्छ। आशा छ मलाई लामो यात्रामा साथ दिनेछ्यौ, एसएमएस गर ल।

रिलेजन

बहराइनमा बस्ने दीपेनमा मीठो प्यार, साथै भाइहरू शरण, मणि अनि कुमार दादा तथा साउदीका जफत दादा तथा मलेसियाका ठूलो दादामा अविरल सम्झना। साथै विदेशमा कार्यरत सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइहरूमा नेपाली चेलीको नाताले सुस्वास्थ्य एवं सफलताको कामना व्यक्त गर्दछु।

सुष्मा

रूपा, तीन वर्षदेखिको पत्रमित्रताको हाम्रो नाता आज असफल मित्रतामा बदलिसकेको छ। मलाई थाहा छ तिमी कसैलाई माया गर्छ्यौ अनि म पनि कसैलाई माया गर्छु। तिमी कसलाई माया गर्छ्यौ त्यो मलाई थाहा छैन तर मैले भने मात्र तिमीलाई माया गरेको छु।

देवेन्द्र

संगीता, भन्न त भन्थ्यौ नि धन सम्पत्ति केही होइन, माया नै सबै थोक हो। मेरो काख अनि अँगालोमै जीवन बिताउने प्रण गर्थ्यौं। आज किन तिमी आफ्नै वचन कुल्चिँदैछ्यौ ? मैले तिमीसँग मन साटें तर मुटु साटिनँ। म प्रेमको महासागर हुँ त्यसैले तिम्रो समय बिताउने स्वार्थी प्रेमसँग केही मतलव राख्दैन, अनि प्रेम गर्नेले शान्ति चाहन्छ, माया गर्नेले प्रतीक्षा गर्छ।

हार

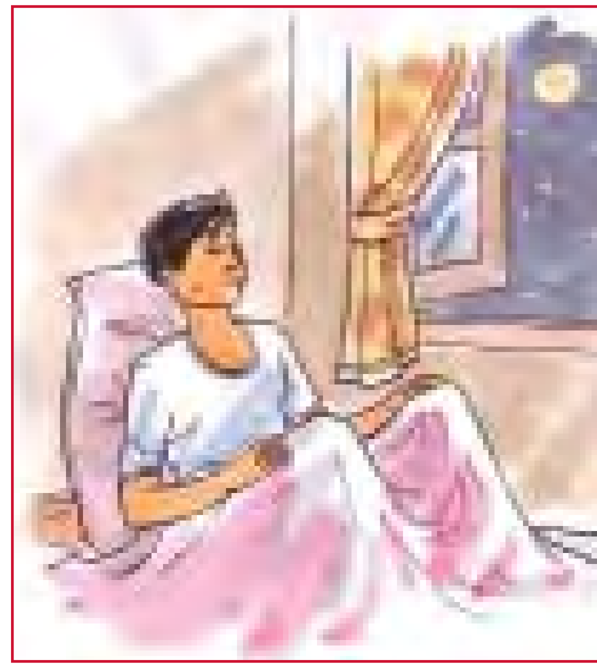
• जीवनको गोरेटोमा •

मेरो मुटुमा चोट लागेको छ

यो कृष्णाष्टमीको रातले मेरो मुटुमा चोटमाथि चोट थपेको छ। आज कृष्णाष्टमी अर्थात् कृष्ण जन्मिएको रात। आजको रातले यसभन्दा अघिको कृष्णाष्टमीको रातको सम्झना दिलाउँछ मलाई। यस दिन विशेषगरी नवयुवती र अन्य महिलाहरू कृष्ण भगवान्लाई सम्झेर व्रत बस्छन् र आफ्नो इच्छाअनुसारको वर माग्न् अनि पूजाको समापनपछि नाचगान एवं भजन-कीर्तन गर्छन्।

त्यस दिन मेरो घर नजिकै (गाउँमा) पनि रमाइलो थियो र म पनि त्यहाँ सामेल भएँ। त्यहाँ व्रतालुहरू नाच्ने, गाउने आ-आफ्नै धुनमा थिए। यसै क्रममा रातको करिब साढे दस बजिसकेको थियो। एक्कासि गाउँकै एउटी साथीसँग मेरा आँखा जुधे। यो क्रम केही बेरसम्म चलिरह्यो। त्यसपछि मेरो मनले अनेक तर्क गर्न थाल्यो। उनको हेराइ बिल्कुलै फरक किसिमको थियो। मलाई थाहा थिएन प्रेम कसरी गर्ने ? मलाई प्रेम भनेकै थाहा थिएन। यसभन्दा अघि मैले कसैसँग प्रेम गरेको थिइनँ।

मैले सुनेको थिएँ– प्रेम हुनुभन्दा अघि आँखा जुध्छ रे। यसै क्रममा म उनी भएको ठाउँमा गएँ। उनले बस्ने ठाउँ मिलाइन्। उनी र म सँगै बस्यौं। त्यहाँ कसैको परवाह नगरी हामी रमाइला-रमाइला गफ गर्न थाल्यौं। यस क्रममा समय बितेको पत्तै भएन। रातको करिब दुई बजिसकेको थियो। सबैजना आ-आफ्नो घरतिर लाग्न थाले, त्यसपछि हामी पनि आ-आफ्नो घरतर्फ लाग्यौं। त्यो रात मलाई निद्रा परेन। मलाई त खाली त्यही केही क्षणअघिको घटनाले सताउन थाल्यो।



म अनेक कल्पना गर्न थालेंछु। सायद उनको व्रतको प्रभावले होला कृष्ण भगवान् पनि प्रसन्न हुनुभएछ अर्थात् उनले कृष्ण भगवान्सँग यही वर मागेकी थिइन् कि ? साँच्चै हाम्रो जोडी भगवान्ले नै रोजेर मिलाइदिनुभएको छ, हो हामी कति भाग्यमानी छौं ? यस्तै-यस्तै कल्पना गर्दागर्दै अँध्यारोको बिदाई अनि उज्यालोको आगमन हुन्छ। त्यसपछिका क्षणहरू त झन् कति खुसी, कति आनन्द अनि कति रमाइलो साथ व्यतीत भए पत्तै भएन। यो क्रम करिब नौ-दस महिना जति मात्रै चल्यो। विडम्बना एक्कासि हामी एक-अर्काबाट टाढिन पुग्यौं। यो कस्तो क्षण, केही क्षण रमाइलो बनेर आयो र त्यही क्षण एउटा जीवनभर नबिर्सिने अथवा बिर्सनै नसक्ने क्षण बनेर गयो। छुट्टिनु र भेटिनु त भगवान्कै खेल रहेछ। यो कृष्णाष्टमीको रातले खाटा बसेको मेरो घाउ कोट्याउन थालेको छ। सायद यो घाउ जिन्दगीभर निको हुँदैन। साँच्चै मेरो मुटुमा चोट लागेको छ।

–राजन

• साथी •

१६ वर्षीय दीपेन्द्र बूढामगर ५ फिट २ इन्च अग्ला छन्। ओभरसियर अध्ययनरत दीपेन्द्र रोमान्टिक स्वभावका छन्। गोरो वर्णका दीपेन्द्रले हालसम्म विवाह गरेका छैनन्। पत्रमित्रता एवं अध्ययनमा रुचि राख्ने दीपेन्द्र आधुनिकतामा रमाउने तर मौलिकतालाई नबिर्सने सुन्दर युवती साथीको खोजीमा छन्। दीपेन्द्रलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले एसियन इन्जिनियरिङ कलेज, शंखमूल, काठमाडौंमा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ।

विनाश सुब्बा 'घायल' ३३ वर्षका भए। ५ फिट ६ इन्च अग्ला विनाश ड्राइभिङ पेसामा छन्। आईएसम्मको औपचारिक अध्ययन पूरा गरेका विनाश मिलनसार स्वभावका छन्। गहुँगोरो वर्णका विनाश अहिलेसम्म अविवाहित नै छन्। साहित्यानुरागी सुब्बा असल, सहयोगी, साथीको भावना बुझ्न सक्ने, घमन्ड नगर्ने तथा झूटको खेती नगर्ने साथीको खोजीमा छन्। उनलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले b.sughayal@yahoo.com मा इमेल गर्न सक्नुहुनेछ।

कुपन सन्देश

सन्देशका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

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।

प्रचार नपाएको पर्यटकीय स्थल छिन्नमस्ता देवी

मन्दिरको छेउबाट निरन्तर कलकल पानी बग्ने खोला छ, जसलाई छिनमस्ता खोला भनिन्छ। छिनामस्ता देवीको उत्पत्तिका बारेमा एउटा रोचक कथा छ। पहिले-पहिले स्थानीय मानिसहरू घाँस-दाउरा गर्न सो स्थानमा गएका बेला कामेका थिए रे र पछि त्यहाँ गएर हेर्दा छिनामस्ता देवीको मूर्ति फेला परेको थियो रे। घाँस काट्ने ठाउँमुनि टाउको नभएको छिन्नमस्ता देवीको मूर्ति फेला परेकै दिनदेखि देवीको पूजा सुरु गरेपछि भने मानिसहरू काम्न छाडेका थिए रे।

त्यसपछि निरन्तर छिन्नमस्ता देवीको पूजाआजा हुँदै आएको मन्दिरका पुजारी कृष्णप्रसाद दहाल बताउँछन्। सुनसरी जिल्लाको चतराको औलिया मठदेखि करिब ५ सय मिटर उत्तर पट्टिको घना जंगलमा छिन्नमस्ता देवीको मन्दिर छ तर मन्दिर भने जीर्ण अवस्थामा छ। यो मन्दिरको अपेक्षाकृत प्रचार-प्रसार हुन सकेको छैन। छिन्नमस्ता देवीको दर्शन गर्न सुनसरी, भोजपुर र धनकुटा आदि ठाउँका भक्तजन आउने गरेका छन्। छिनामस्ता देवीको दर्शन गरे मनोकामना पूरा हुने धार्मिक विश्वास रहिआएको छ।

प्रचारप्रसारको कमीले गर्दा यहाँ देवीको मन्दिर छ भनेर धेरैलाई थाहा छैन। घना जंगलको छेउमा अवस्थित यो मन्दिर नजिकैबाट छिन्नमस्ता खोला बग्छ। २०३५ सालतिर देउसी खेलेर मन्दिरको घेराबार गरी पूजाआजा सुरु गरेको मन्दिरका पुजारी कृष्णप्रसाद दहाल बताउँछन्। यहाँ दसैंका बेला सप्तमी, अष्ठमी र नवमीमा विशेष पूजा हुन्छ। अरू बेला भने कोही पनि पूजा गर्न गएको देखिंदैन। मन्दिर ज्यादै जीर्ण अवस्थामा रहेकाले स्थानीय ठेकेदारले मन्दिर वरिपरि पर्खाल निर्माण गरिदिएका छन भने पछि एक जना दानीले मन्दिरको छाना लगाइदिएको स्थानीय रतन राई बताउँछन्। मन्दिरसम्म जान बाटोको सुविधा छैन, मन्दिरको पनि खासै सुरक्षा देखिंदैन। खोला नजिक मन्दिर भएकाले बाढीले बगाउन सक्ने सम्भावना छ। सम्बन्धित गाविसले यतातिर ध्यान दिएर यसको संरक्षण र विकास गर्नुपर्ने स्थानीय देवराज राई बताउँछन्। बाहिरबाट आउने भक्तजनहरूको सुविधाका लागि धर्मशाला, शौचालय, पाटिपौवा, खानेपानी, बिजुली, बाटो आदिको सुविधा तत्काल पुर्‍याउन सके छिन्नमस्ता देवीको गरिमा अझ बढ्न सक्ने सम्भावना छ।

–भीषण राई

सबैभन्दा ठूलो धर्म के हो

मायाा, ममता र स्नेह नै सबैभन्दा ठूलो धर्म हो।

टीकाराम अर्याल, स्याङजा

यो धर्म, कर्म, रीतिरिवाजसम्बन्धी प्रश्नको उत्तर मलाई चाहिँ आएन है।

विनोद खतिवडा, इनरुवा

मै खाऊँ, मै लाऊँ सुख सयल वा मोज मै गरूँ अरू सबै मरून् दुर्जनहरू। आफूले सुख पाएपछि अरूको के वास्ता गर्ने ? यही त होला नि सम्पादकज्यू, ठूलो धर्म।

नारायण कुँवर, पुर्कोट, गुल्मी

यो ठूलो धर्म, त्यो ठूलो धर्म भन्दा पनि दीनदुःखीको सेवा गरे राहत पुग्ने चेतना फैलाउनुस् न।

कमल जी.सी. (२५), खोटाङ

हाम्रो जस्तो धर्म निरपेक्ष राज्यमा पनि कुन धर्म सानो, कुन धर्म ठूलो भनेर प्रश्न गर्ने हो ? सबै धर्म समान छन्।

मीनबहादुर परियार, जम्दह, सिरहा

जसले गल्ती गरेर बाटो बिराएको छ उसलाई सही बाटोमा ल्याउन सके त्यही नै सबैभन्दा ठूलो धर्म हुन्छ।

तीर्थमान श्रेष्ठ (२६) **छबीसे, तनहुँ**

सबैभन्दा ठूलो धर्म त आफू माथि उक्सिनु हो नि, होइन र ?

अनिल वि.क., जम्दह, सिरहा

सबैभन्दा ठूलो धर्म हामी हिन्दूहरूका विभिन्न रीतिरिवाज, रहनसहन, चालचलनहरूलाई नै मान्नुपर्छ।

देवराज दाहाल, इनरुवा-९

अर्काको दया-माया तथा आदर गर्नु र दुःखमा परेकाको रक्षा गर्नु नै ठूलो धर्म हो।

bhai-bibekpearl@yahoo.com

सबैभन्दा ठूलो धर्म त गरिब निमुखा जनताबाट असुल गरेको पैसामा भ्रष्टाचार गर्नु नै त होला नि।

बद्रीनाथ पाण्डे (२३)

दुःखी र दरिद्रको सेवा तथा दान।

रुद्रप्रसाद दाहाल (२२), **दोलखा**

अरूको भलो गर्नु नै सबैभन्दा ठूलो धर्म हो भन्नुहुन्थ्यो हाम्रा हजुरबाले।

भुवनकुमार चौलागाईं (१७), **सर्लाही**

साकाहार र अहिंसा नै ठूलो धर्म हो।

प्रदीप चौलागाईं, देवघाट

मानवता नै सबैभन्दा ठूलो धर्म हो।

वैधनाथ कोइराला, धादिङ

मानवता।

पेम्बा शेर्पा (१६), **ओखलढुंगा**

सबैभन्दा ठूलो धर्म त अरूलाई थाङ्नामा सुताई आफूले मोजमस्ती गर्नु नै हो जस्तो लाग्छ।

नारायण कुँवर (२०), **तम्घास, गुल्मी**

मेरो विचारमा 'गन्जागोल धर्म' सबैभन्दा ठूलो धर्म हो। किनकि यो धर्मले बन्द, हडताल, अपहरण, हत्या, भ्रष्टाचार आदि गर्न सिकाउँछ।

जयराम कोइराला, संखुवासभा

गरिबको रगत चुस्नु, दादागिरी देखाउनु, शान देखाउनु, ठूलो हुनु र जनताको पसिना खोस्नु ठूलो धर्म हो, अहिलेका नेता जस्तो।

प्रकाश शर्मा (१८), **बाग्लुङ**

एउटा धर्म लिए जागिर-सागिरको पनि व्यवस्था रै'छ।

मीनु हिताङ, स्याङ्जा

● अब हाम्रो पालो ●

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

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

चितुवाको बच्चालाई दूध

शिव शर्मा

पोखरा- इलाका वन कार्यालयकी झल्काकुमारी विकको अर्को काम पनि थपिएको छ। त्यो हो शिशुलाई दूध ख्वाउनु। सधैं कार्यालयको काममा व्यस्त हुने उनी अहिले भने आमा बनेर टुहुरा बच्चा स्याहारसुसार गरिरहेकी छिन्। ती बच्चा चितुवाका हुन्। 'ल्याएदेखि छिनछिनमा रुने-कराउने गर्छन्, यिनलाई बचाउनै गाह्रो छ,' उनले भनिन्- 'राति दुई बजे पनि उठेर दूध ख्वाउनुपर्छ, राम्रोसँग सुत्नै पाइएको छैन।' ति बच्चालाई उनले काखमा राखेर दूधदानीबाट घण्टा-घण्टामा चुसाउँछिन्। आँखा नखुलेका बच्चाले दैनिक दुई लिटरभन्दा बढी दूध चुस्ने गरेको उनले बताइन। अर्का कर्मचारी रोमबहादुर कुँवर बच्चाको रेखदेख गर्छन् भने झल्काकुमारीले स्याहारसुसार।

लेखनाथ-१२ स्थित शिवप्रसाद पौडेलको परालको टौवाभित्र एक साताअघि चितुवाका चार बच्चा फेला परेका हुन्। फेला परेकामध्ये दुई बच्चा त्यहींबाट हराए। बाँकी दुईलाई भने इलाका वन कार्यालय कुँडहरले तीन दिनअघि पोखरा ल्याएको हो। ती बच्चालाई झल्काकुमारीले आमाको माया दिइरहेकी छिन्। 'आँखा नउघ्रिएकै कारण हिंडडुल गर्न सक्दैनन्,' उनले भनिन्- 'स्याहार गर्न झन्झट छ।'

वन कार्यालयका कर्मचारीले आपसमा रकम उठाएर बच्चालाई दुध ख्वाएका छन्। 'बच्चाको संरक्षण राष्ट्रिय निकुञ्जले गर्नुपर्ने हो, तर उनिहरूले जु छैन भनेर लगेका छैनन्,' कार्यालयका सहायक अधिकृत विकासकुमार श्रेष्ठले भने- 'दूध ख्वाउने र यसलाई पाल्ने छुट्टै बजेट छैन, तर संरक्षणमा लागिपरेका छौं।' बच्चालाई राख्ने सुरक्षित स्थान पनि नभएको उनले जानकारी गराए। बच्चा जन्मिएको १५ दिनभन्दा बढी नभएको श्रेष्ठको अनुमान छ।

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

डा. राजेन्द्र भद्रा

प्रश्न: मेरे लिंगको वरिपरि बिबिरा छन्। मैले होस सम्हालेदेखि नै यस्तै देखिरहेको छु। एउटा नर्सिङ होममा यौनरोग विशेषज्ञसँग चार वर्षअघि चेक गराएको थिएँ। डाक्टरले यो कुनै यौन रोग होइन, निश्चिन्त हुनुहोस् भन्नुभयो। मैले आजसम्म यौनसम्बन्धी कुनै औषधी पनि लिएको छैन। मैले त्यो बेलासम्म यौनसम्पर्क पनि गरेको थिइनँ र त्यस्तो कुनै समस्या पनि थिएन र छैन पनि। आजकाल आएर यो चिन्ताको कारण बनेको छ। म अविवाहित हुँ। मेरी एउटी यौन साथी पनि छिन्। म पनि योनिलाई मुखले चलाउँछु र उनी पनि मेरो लिंगलाई, तर केही समययता मेरी यौनसाथी लिंगमा भएको बिबिराले गर्दा मुखमैथुन गर्न हिचकिचाउँछिन्। म उनीसँग विगत तीन वर्षदेखि सम्पर्क गरिरहेको छु। उनी पूर्ण सन्तुष्ट छिन्। यसमा केही समस्या पनि छैन, तर पनि उपर्युक्त कारणले मलाई मेरो लिंग देखाउन अप्ठ्यारो महसुस हुनुका साथै लिंगलाई मुखले नचलाएसम्म के-के नपुगेजस्तो हुन्छ। यसले मेरो यौन जीवनमा नकारात्मक असर पर्न सक्छ। के यसलाई हटाउने उपाय छैन ?

—ना. ख.

उत्तर : लि□को वरिपरि भएका बिबिरा के होलान् ?

पर्याप्त जानकारी अनि परीक्षणको अभावमा तपाईंका यी स-साना बिबिरा के होलान्, यसै भन्न सकिने स्थिति भएन तर घेराको वरिपरि हुने मसिना दाना सामान्य हुन्।

लिङ्गमुण्डको घेराको पछाडि स-साना sebacious glands (छालामा भएका तैलीय पदार्थ निकाल्ने स-साना ग्रन्थि) हुन्छन्, जसलाई Tyson's glands भनिन्छ। यी धेरै संख्यामा हुन्छन्। यिनै ग्रन्थिबाट निस्कने तैलीय रस तथा छालाबाट झरेका कोषहरू जम्मा हुन गए त्यसैमा जीवाणुहरूको वृद्धि हुन्छ र सेतो पदार्थ बन्छ। यही सेतो पनिरजस्तो एक प्रकारको गन्ध आउने पदार्थलाई अंग्रेजीमा smegma भनिन्छ। केही धार्मिक सम्प्रदायमा जस्तै हिन्दू सम्प्रदायमा लिङ्गको अग्रचर्म काट्ने चलन छैन, त्यसैले smegma चाँडो-चाँडो जम्मा हुन्छ। यो सेतो पदार्थ पुरुषमा मात्र होइन, महिलामा पनि पाइन्छ। महिलाहरूमा भने यो सानो भगोष्ठको मुनि तथा भगांकुरको मुण्ड वरिपरि पाइन्छ।

पहिलो कुरा त यो सेतो पदार्थ स्वाभाविक रूपमा निस्कने कुरा हो र यसरी सेतो निस्कँदैमा कुनै हानि हुँदैन, तर यसलाई सफा नगरी धेरै जम्मा भए समस्या देखा पर्न सक्छ। सफा नगरिए यसको गन्ध तीव्र हुन्छ र त्यसले केही असजिलोपन ल्याउन सक्छ। अचेल बजारमा पाइने सुगन्ध छर्कने चलन चलेको बेला कतिपय प्राकृतिक गन्धलाई पनि नितान्त दुर्गन्धका रूपमा लिइन्छ। सायद गन्धका कारणले यौनअंगलाई फोहर अंग मान्न सहयोग गरेको छ।

लिङ्गको अग्रचर्म काट्ने चलन नभएका समुदायमा यो बढी जम्मा भएको पाइन्छ। यसैलाई दोष दिन नमिले पनि अग्रचर्म काटिने गरिएको समुदायमा लिङ्गको संक्रमण तथा क्यान्सर कम हुने देखिएका तथ्याङ्कहरू छन्। यो धेरै समय जम्मा भएर कहिलेकाँही कडा बन्छ, जसलाई smegmolith (स्मेग्माको ढुङ्गा) भनिन्छ।

सरसफाइको कमी हुँदा लिङ्गमुण्ड र त्यस वरिपरिको भागको संक्रमणको सम्भावना बढ्छ। त्यसैले सरसफाइमा केही ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ। मेरो विचारमा यस विषयमा अनावश्यक चिन्ता लिनु आवश्यक छैन।

योनि र लि□लाई मुखले चलाउनु के हो ?

एक व्यक्तिको यौन अङ्ग अर्को व्यक्तिको मुखको सम्पर्कमा ल्याई गरिने यौन क्रियाकलापलाई मुखमैथुन भनिन्छ। तपाईंहरूको यो कार्य पनि मुखमैथुन हो। कतिपयका लागि यो निकै सुखदायी तथा आकर्षक हुन्छ भने कतिका लागि विकर्षक। परापूर्वकालमा वात्स्यायनले पनि मुखमैथुनका बारेमा वर्णन गरेको पाइन्छ। उनले मुखमैथुनलाई विभिन्न आठ नाम दिई वर्गीकृत गरेका छन्। वास्तवमा मुख मैथुन भन्दा १. लिंग-मुख मैथुन, २. योनि-मुख मैथुन, ३. गुद्द्वार-मुख मैथुन सबै मुखमैथुनको प्रकारलाई बुझ्नुपर्छ।

नेपालमा राम्रोसँग अध्ययन हुन बाँकी रहे पनि मुखमैथुनबाट यौनआनन्द पाउन रुचाउने व्यक्ति वा जोडीहरू यथेष्ट मात्रामा भएका उदाहरण हाम्रो सम्पर्कमा आउँछन्।

के यसले हानि गर्छ ?

मुखमैथुनजस्ता यौन क्रियाकलाप स्वस्थकर हुन् कि होइनन् भन्ने धेरैलाई शंका रहेको पाइन्छ। स्वस्थ व्यक्तिका माझ मुखमैथुन गर्नु सुरक्षित छ। यसले स्वास्थ्यमा कुनै किसिमको हानि गर्दैन। यदि यौनरोगहरू छन् भने सर्न सक्छ, जुन कुरा लिंग-योनि वा अन्य किसिमको यौनसम्पर्कका लागि पनि लागू हुन्छ। यदि यौनरोग छ भने राम्रोसँग उपचार गराएपछि वा भनौं निको भएपछि मात्र यस्तो क्रियाकलापमा सरिक हुनु बेस हुन्छ।

कतिपयलाई मुखमैथुन असजिलो लाग्न सक्छ, तर तपाईंहरूको हकमा त्यस्तो भएजस्तो देखिँदैन। तपाईंकी यौनसाथीलाई सन्तुष्टि छ भने यस विषयमा चिन्ता लिनु पर्दैन। ती बिबिरा सामान्य भएकाले अनावश्यक पीर लिनु हुँदैन। तपाईंलाई किन आफ्नी यौनसाथीलाई हिचकिचाहट भएको होला जस्तो लागेको हो स्पष्ट भएन। कुनै शंका छ भने उनीसँग यस विषयमा खुलेर कुराकानी गर्नुहोस्। आफैंले समाधान गर्न केही गाह्रो जस्तो लागे हामीलाई पत्र लेख्न सक्नुहुन्छ।

के तपाईंमा यौन सम्बन्धी समस्या छ ?
पुरुषहरूमा देखिने
शीघ्र पतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, स्वप्न दोष, सरुवा यौनरोगका साथै उमेर अनुसार यौनाङ्ग विकास नहुनु।
महिलाहरूमा देखिने
सेतो पानी बग्ने, योनी चिलाउने, यौन सन्तुष्टिमा कमी भएको महसुस हुने, स्तन सानो वा ठूलो हुने, तल्लो पेट दुख्ने तथा महिनावारी सम्बन्धी समस्याहरु।

अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर, कालोपोतो, अनावश्यक कोठी वा फोकाहरु, दुवी, सेतो दुवी, साथै अन्य चर्मरोगहरु।
महिला वा पुरुषहरुमा हुने बाँझोपन (नि :सन्तान) को गोपनियताका साथ उपचार
सम्पर्क स्थान: माता मनकामना आरोग्य केन्द्र तथा सेक्सोलोजिष्ट डाक्टर्स क्लिनिक
पुतलीसडक, काठमाडौं (साडी प्यालेस माथि) फोन: ४२४०३८१, ४२२५५३५
शाखा कार्यालय
पोखरा - ०६१-५३९१९४ बुटवल - ०७१-५४८८९३
भरतपुर - ०५६-५२०९६८ इटहरी - ०२५-५८४०८८
दाङ - ९८४७८७७११४, ९८०६२०९८००
हेटौंडा - ०५७-५२६०४६ सप्तरी, फत्तेपुर - ०३१-५५०११२

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

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:

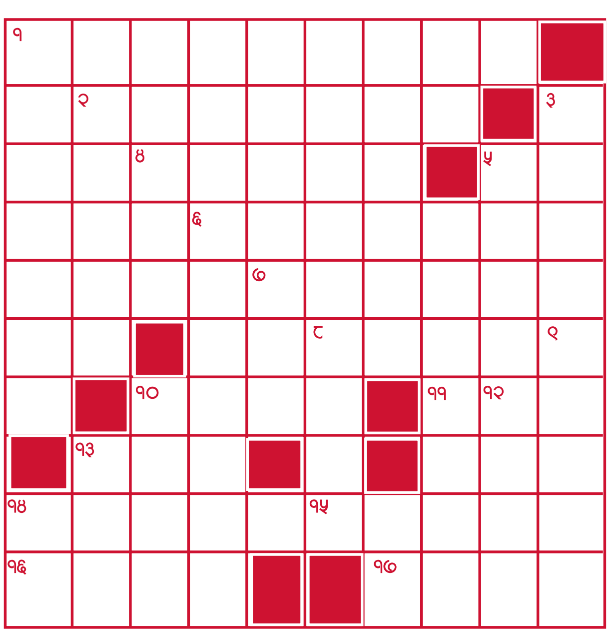
We bring you the smile coz we fulfill your Dream ...
ANCHORING/उद्घोषण
V.J/R.J/STAGE/NEWS/TECHNICIAN
Public speaking / speech Art
Personality & confidence development
समय, पैसा र मेहेनत मूल्यवान छन् सही ठाउँमा लगानी गरौं
With :- Mahima (Image TV), Bhuwan (Image TV), Kala (Hits FM), Kusum (Rajdhani), Raj (Star FM), Nirajan (Star FM), Dipak Samir (Mero FM) Krishna (Kantipur FM), Gyanendra (Star FM), Sabina(ATV), Shyam (Image FM), Puskar(NNTV), Hira (VOY FM), Bikash (NTV) & many more...
Rs. 1000 discount & job Guarantee
The Media's Collection
Bagbazar (opp to petrol pump)
Ph No:-4233042
Pokhara:-061-530569
Also in Banepa & Ithari
Join No.1 Media station for beautiful smile

बाटो पत्ता लगाउनुहोस्

भन्न सक्नुहुन्छ ?

एउटा ठूलो बगैंचा थियो । त्यो बगैंचामा लटरम्म फलेका थुप्रै आँपका रूखहरू थिए । त्यो बगैंचामा जान आठवटा ढोका पार गर्नुपर्थ्यो । हरेक ढोकामा एउटा पाले थियो । एउटा बालकलाई आँप खान मनलाग्यो । उक्त बालकले हरेक पालेलाई जतिवटा आँप टिप्छु त्यसको आधा तिमीलाई दिन्छु तर ती आधाबाट एउटा आँप मलाई फर्काउनुपर्छ ? भन्ने सर्त राख्यो । पालेहरूले सर्त स्वीकार गरे । बगैंचाबाट निस्कँदा बालकको हातमा २ वटा आँप शेष रहे । अब भन्नुस् बालकले कतिवटा आँप टिपेको थियो ?

साप्ताहिक कोठेपद- ४



दायाँ

१. युएसए अर्थात् अमेरिका (९)
२. एक मित्रराष्ट्रका प्रधानमन्त्री (७)
४. नेपालको एक जिल्ला (५)
६. बाघे खटिरो पनि भनिन्छ (५)
७. काठमाडौं उपत्यकामा रहेको चार विनायकमध्ये एक (६)
८. कानले सुनिएको (५)
१०. वर्षाको पानी खाने चरा (४)
१३. पानी राखिएको पवित्र भाँडो (३)
१४. शिक्षा मन्त्रालय रहेको दरबार (६)
१५. अनैतिक गुप्त सम्बन्ध (४)
१६. काठमाडौं विभाजन गर्ने राजा (४)
१७. सुनभागा (४)

तल

१. एक विश्वसंस्था (७)
२. सबैभन्दा ठूलो महाकाव्य (५)
३. बिनासित्ति (४)
४. सानो ओखल (४)
५. तरिका (३)
६. काठमाडौंको अन्तिम राजा (७)
७. पञ्च इन्द्रियमध्ये एक (२)
८. पानीको आवाज (४)
९. एक प्रकारको मिठाइ (५)
१०. समय (२)
११. कुराकानी (३)
१२. मनसँग सम्बन्ध राख्ने (३)

पत्याउनु हुन्छ ?

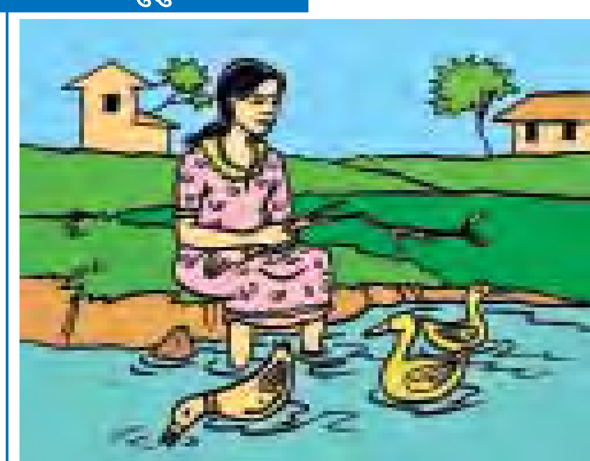
साङ्लोको शरीरबाट टाउकोलाई अलग गरे पनि ९ दिनसम्म बाँच्न सक्छ ।

प्वाइजन एरो जातको एउटा भ्यागुतामा पाइने विष २ हजार २ सय मानिसलाई मार्न पर्याप्त हुन्छ ।

छेपारोको जिब्रो उसको शरीरको तुलनामा दोब्बर हुन्छ ।

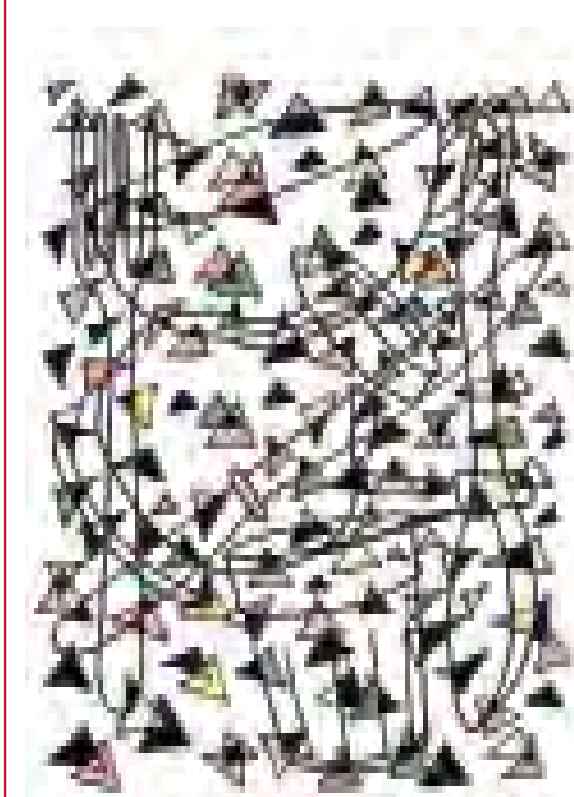
मोल्स नामक जनावरले एक दिनमा ३ सय मिटर लामो प्वाल पार्न सक्छ ।

१० वटा फरक खोज्न सक्नुहुन्छ ?



त्रिभुज चिन्नुहोस्

तल दिइएको चित्रमा लुकेका सामग्रीहरू पत्ता लगाउनुहोस्



आपसी सम्बन्धमा

रिचार्ज आवश्यक

परिवारलाई समुचित रूपमा चलाउने जिम्मेबारी श्रीमान्-श्रीमती दुवैको हुन्छ। परिवारप्रति दुवैको समान कर्तव्य र उत्तरदायित्व हुन्छ। तिनका अधिकार पनि समान हुन्छन्। यदि तीनवटा कुरामध्ये कुनै पनि कुरामा कमी आए घर अस्तव्यस्त हुन पुग्छ, किनकि परस्पर सहयोगबाट नै परिवार अघि बढ्छ। यदि दम्पतीमध्ये कुनै एकले मात्र सहयोग नगरे त्यसको असर पूरा परिवारमा पर्छ। त्यसैले दम्पतीबीचको प्रेम जहिले पनि रिचार्ज हुनुपर्छ, जसले गर्दा पारिवारिक खुसी कायम रहन्छ।

प्रेम ती दुई व्यक्तिका बीच कायम रहन्छ जो मनबाट भावना एवं संवेदना बाँड्न तत्पर रहन्छन्। प्रेमका लागि लिनेभन्दा दिने कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ, तब मात्र दाम्पत्य सुख कायम रहन्छ। प्रेमलाई सजिलै नष्ट गर्न सकिँदैन, त्यसैले सबै दम्पतीले आफ्नो सम्बन्धमा मधुरताको घटबढ महसुस गर्छन्। सम्बन्धमा मधुरता कायम रहोस् भन्ने कुरा चाहने हो भने आफ्नो प्रेमलाई अभिव्यक्त पनि गर्नुपर्छ, किनभने परिपक्व प्रेमले लेनदेनमा सन्तुलनको माग गर्छ।

केही व्यक्ति आफ्नो जीवनसाथीलाई सुधार्ने प्रक्रियामा त्यस्तो गुणलाई पनि छायाँमा पार्छन्, जसले व्यक्तिलाई 'हामी' मा परिवर्तित गर्ने क्रियामा लगेको थियो, उसले आफूले पनि एक-अर्काको भावनाको आदर गर्नुका साथै एक-अर्काको अस्तित्व एक-अर्काबिना सम्भव छैन भन्ने बुझ्नुपर्छ।

हरेक व्यक्तिमा कमी-कमजोरी हुन्छन्। सही अर्थमा सुखी दाम्पत्यको रहस्य आफ्नो साथीको गुण, दोष, सबल र कमजोर पक्षलाई सहर्ष स्वीकार गर्नुमै छ। आफ्ना लागि दोस्रो पक्षलाई परिवर्तनका लागि बाध्य गर्नुभन्दा आफैं परिवर्तन हुन सक्नु राम्रो हुन्छ। धेरैजसो मानिस के सोच्छन् भने जीवनसाथीले मनको कुरा बिना कुनै अभिव्यक्ति सजिलै बुझ्न सक्छ। व्यक्ति कसैको मनको कुरा बुझ्ने ईश्वर त होइन अतः प्रत्येकले आफ्नो इच्छा, चाहना आदिका सम्बन्धमा आफ्नो जीवनलाई स्पष्ट रूपमा बताउनु उचित हुन्छ। जसबाट उसले जीवनसाथीको चाहनाको सम्मान गर्न सकोस्।

अविश्वास प्रेमका लागि विष हो। यसबाट सम्बन्ध विच्छेद नभए पनि प्रेमरूपी सम्बन्धमा भने चिसोपन सिर्जना गर्छ। प्रत्येक सम्बन्ध विश्वासमै निर्भर हुन्छ। त्यसैले राम्रो एवं सुखी सम्बन्धका लागि एक-अर्काप्रति विश्वास कायम राख्नु आवश्यक छ। एक-अर्कालाई दोषारोपण गर्नुहुँदैन। एक-अर्काको कमीकमजोरीको समाधान उचित ढंगबाट गर्नुपर्छ तथा एक-अर्काप्रति सकारात्मक व्यवहार देखाउनुपर्छ। व्यक्तिले आफ्नो जीवनलाई जति धेरै गुणबर्द्धक र उत्तरदायित्वपूर्ण बनाउँछ उसको दाम्पत्य जीवन त्यति नै सुखी हुन्छ।

एक-अर्काप्रति त्यस्तो व्यवहार अवलम्बन गर्नुपर्छ जसबाट दम्पती दुवैको महत्त्व र गौरव वृद्धि होस्। प्रत्येक व्यक्तिबाट गल्ती हुन्छ, त्यसैले दम्पतीले एक-अर्काप्रति क्षमशील हुनुपर्छ तथा क्रोधमाथि पनि नियन्त्रण राख्नुपर्छ।

यदि आफूलाई लाग्छ कि अज्ञानतावश आफ्नो जीवनसाथीले जीवनलाई दुःखदायी बनाइरहेको छ भने मनमनै कुण्ठित हुनु वा दोषारोपण गर्नुभन्दा खुलेर यस विषयमा कुराकानी गर्नु बुद्धिमानी हुन्छ। कैयन् अवस्थामा दुःख दिने व्यक्तिलाई उसले वा उसका कारण कसैलाई चोट पुगेको छ भन्ने कुरा थाहा हुँदैन, अतः यस विषयमा पीडित पक्षले खुलेर तर संयमतापूर्वक कुरा गर्नुपर्छ।

यदि इज्जतको आशा राखिन्छ भने आफ्ना साथीलाई पनि इज्जत दिन जान्नुपर्छ। आदर दिनुको अर्थ स्वीकृति होइन भन्ने पनि बुझ्नु आवश्यक छ। त्यतिबेला पनि आफ्नो विचारलाई व्यक्त गरिन्छ, जसले गर्दा आफ्ना विचारलाई आदरभावका साथ मञ्जुरी पनि प्राप्त होस्।

डा. ग्रे न्यूमेनको पुस्तक 'इमोसनल इन्फेडिलिटी हाउ टु अफेयर प्रुफ योर म्यारिज एन्ड टेन अदर सिक्रेट्स टु ए ग्रेट रिलेसनसिप' का अनुसार श्रीमान्-श्रीमतीबीच कुराकानी कम हुँदा पनि इमोसनल इन्फेडिलिटी हुन सक्छ। यदि आफ्ना श्रीमान् वा श्रीमतीलाई पर्याप्त समय दिन सकिँदैन भने त्यो असफल दाम्पत्य जीवनको संकेत हो। यदि असल जीवनसाथी खोज्नु छ भने वैवाहिक जीवनमा भावनात्मक सम्बन्ध आवश्यक छ।

घर एवं आफ्नो जीवनसाथीप्रति जिम्मेबारी निर्वाह गर्नुपर्छ। जब कसैबाट अपेक्षा राखिन्छ भने स्वाभाविक रूपमा कसैले पनि आफूबाट अपेक्षा राख्छ नै। अतः जीवनसाथीलाई सहयोग गर्ने बानी बसाल्नु आवश्यक छ। स-साना सहकार्यले पनि निकटता र सामीप्यता बढाउन मद्दत गर्छ। मुड जतिसुकै बिग्रिएको होस् वा रीस नै उठेको किन नहोस् सकेसम्म साथीलाई चोट पुग्ने वा आफैलाई पछुताउ हुने कटु शब्दलाई मुखमा नल्याउनु राम्रो हुन्छ। सम्बन्ध जस्तोसुकै किन नहोस्, त्यसको धरातल विश्वासमै आश्रित हुन्छ। विश्वास भए सन्देहको सम्भावना रहँदैन। एक-अर्काको इच्छापूर्ति गर्न यथासम्भव अग्रसर हुनुपर्छ। आफ्ना लागि दोस्रो पक्षको इच्छामा सम्झौता गर्नुहुँदैन।

धेरैजसो दम्पती एक-अर्काबाट चाहिनेभन्दा बढी अपेक्षा राख्छन् र त्यही अपेक्षा पूर्ति नभए मनमुटाव सिर्जना हुन पुग्छ। अतः एक-अर्काबाट सकेसम्म कम अपेक्षा राख्नुपर्छ। मार्गरेट टेलबोट 'द न्यू रिपब्लिक' मा लेख्छिन्– 'जीवनसाथीबाट जति धेरै अपेक्षा राखिन्छ, वैवाहिक सम्बन्ध टुट्ने सम्भावना पनि उति नै बढ्छ। अपेक्षाकै कारण आपसी सम्बन्धमा आत्मीयताको न्यानोपन कायम रहँदैन।' आपसी तालमेल कायम राख्न दम्पतीबीच समर्पणको भावना आवश्यक छ, किनकि जब यो भावना रहँदैन, सम्बन्धमा 'हामी' को स्थान 'म' ले लिन्छ। त्यसैले एक-अर्काको खुसीको ख्याल राख्नु आवश्यक छ। ठूलो खुसीका लागि स-साना सम्झौता गर्नु परे पनि पछि हट्नु हुँदैन।

धेरैजसो दम्पती एक-अर्काको अन्तर्आत्मालाई ओझेलमा पार्छन्, जुन गलत हो, किनकि जति आवश्यक जीवनसाथीको नजिक रहनुमा हुन्छ त्यति नै आवश्यक ऊ र आफूबीच एक निश्चित दूरी राख्नुमा पनि हुन्छ। समझदार दम्पतीले एक-अर्कालाई स्वतन्त्र छोड्छन् र त्यसैबाट प्रेम बढ्छ। गल्तीमा भए तिललाई पहाड बनाउनुभन्दा स-साना गल्तीलाई बिर्सनु बुद्धिमानी हुन्छ। एक-अर्काको गल्ती सुधार्ने प्रयत्न जारी राख्नुपर्छ।

आपसी सम्बन्धमा जब अहंले प्रवेश पाउँछ तब सम्बन्ध मजबुत बन्नुभन्दा कमजोर हुन थाल्छ, किनभने प्रेममा अहंको उपस्थिति हुनु खतराको सूचक हो। त्यसैले यस्तो खतराबाट टाढा रहेर आपसी सम्बन्धलाई सुमधुर बनाउनु बुद्धिमानी हुन्छ। आजको जीवनशैलीमा श्रीमान्-श्रीमतीबीचको यौनसम्बन्ध खतरामा पर्दै गएको अनुभव हुन्छ जसबाट उनीहरूबीचको सम्बन्ध पनि प्रभावित भएको देखिन्छ। यसबाट बच्न दाम्पत्य जीवनमा यौनको महत्त्व बुझ्नु आवश्यक छ। यौनको महत्त्व दाम्पत्य जीवनको स्थायित्व र मधुरताका लागि आवश्यक भएकाले यसको अपहेलना गर्नु हुँदैन, किनकि यौन त्यो शक्ति हो जसले व्यक्तिलाई मानसिक एवं शारीरिक रूपमा सुख, शान्ति तथा आराम प्रदान गर्छ। यसको माध्यमबाट दाम्पत्य सम्बन्ध अझ प्रगाढ, मजबुत एवं सुमधुर बन्छ। आपसी निकटता बढ्छ, आत्मीयताले ऊर्जा पाउँछ र सम्बन्धले सही दिशा पाउँछ।

– **रोजिन शाक्य**

रमाइलो रेड डोको

तस्बिर : नवराज वाग्ले

गएको शनिबार गैरीधारास्थित इन्द्रेणी क्याटरिङ सेन्टरको वातावरण रोमाञ्चक देखिन्थ्यो । पार्टी हलभित्र संगीत घन्किएको थियो । कोही संगीतको तालमा रमारहेका थिए भने कोही अरू रमाएको हेरेरै आनन्द लिइरहेको थिए । पार्टी हलबाहिरको वातावरण पनि कम थिएन । कोही आफ्नो ड्रेस मिलाउन व्यस्त थिए त कोही श्रृङ्गारमा । कतिपय त फोटोसेसनमा जस्तै पोज दिँदै थिए ।

यो सम्पूर्ण गतिविधिबीच पनि एउटा समानता थियो । त्यो थियो, रातो पहिरन । त्यस दिन त्यहाँ उपस्थित सबैले रातो पहिरन लगाएका थिए । कोही कुर्ता-सलवारमा त कोही इभिनिङ गाउनमा, कोही सन् ड्रेसमा त कोही वन पिस ड्रेसमा, कतिपयले साडी छनौट गरेका थिए भने कतिले लङ स्कर्ट लगाएका थिए । पुरुषहरू पनि रातै रंगको पहिरनमा उपस्थित थिए । आईईसी फेसन डिजाइनिङ इन्स्टिच्युट र आईईसी कलेज अफ आर्ट एन्ड फेसनमा अध्ययनरत विद्यार्थी डिजाइनरहरू, रेड डे मनाउन त्यहाँ रातै पहिरनमा उपस्थित भएका थिए ।

सहभागी डिजाइनरहरू आफैंले तयार पारेका पहिरनमा सजिएका थिए । जसमध्ये कसको डिजाइन उत्कृष्ट थियो भन्ने मूल्यांकन गर्ने समय नजिकिएसँगै सहभागी डिजाइनर आफ्नो प्रतिस्पर्धी नम्बरअनुसार लामबद्ध भए पनि एक-एक गरी निर्णायकसामु देखा परे । उनीहरूले मञ्चमा उत्रेर आफ्नो ड्रेसलाई विभिन्न पोजमा डिस्प्ले गरे ।

सबैको सिर्जना र प्रस्तुतिमा आ-आफ्नो विशेषता थियो, तथापि निर्णायकका नजरमा अनुमिका पाण्डेको सिर्जना उत्कृष्ट ठहरियो र उनी विजेता छनौटका भइन् ।

साटन र नेट कपडाको संयोजनमा गाउन शैलीको वन पिस ड्रेसमा अनुमिकाले वस्ट लाइनमा फ्लावरी इफेक्ट दिएकी थिइन् । सुषमा डंगोल र दीपा मगरको सिर्जना भने क्रमशः फस्ट तथा सेकेन्ड रनरअपका रूपमा पुरस्कृत भयो । रेड डेकै मेसोमा आईईसीमा इन्टेरियर डिजाइन अध्ययनरत विद्यार्थीहरूबीच रातो रंगको थिममा अर्को प्रतिस्पर्धा भएको थियो, जसअन्तर्गत नौ समूहमा विभाजित प्रतिस्पर्धीहरूले रातो रंगलाई समेटेर आ-आफ्नो सिर्जनालाई आन्तरिक सज्जामा ढालेका थिए, जसमध्ये द सेलिब्रेसन अफ बर्थ डे पार्टी थिमअन्तर्गत मोनिका शाही, लिना सिलवाल, वसुन्धारा भुसाल र सुजन गुरुको फ्यान्टास्टिक फ्याबुलस समूहले नगद पुरस्कार ५ हजारसहित विजेताको एवार्ड जिते ।

बाग्मती बचाउन मिस कलेज

साप्ताहिक समाचार

बाग्मती नदीको सहायक नदी हनुमन्ते खोला प्रदूषित भएका कारण नर्सिङकी छात्रा न्हुजला निकै चिन्तित छिन् । उनी खोलाको सुन्दरता बचाउने उपाय खोजिरहन्छिन् । यसै क्रममा उनले बाग्मती नदी बचाउने उद्देश्य बोकेको मिस कलेज प्रतियोगितामा अडिसन दिने भएकी छिन् । अडिसन असार १३ गते प्रज्ञाभवनमा हुनेछ ।

काठमाडौंको परिचयका रूपमा रहेको बाग्मती नदी किनारमा वृक्षारोपण गरी नदीको संरक्षण गर्न तथा नदीको सरसफाइमा समेत टेवा पुऱ्याउने उद्देश्यले 'मिस कलेज २००९' कार्यक्रमबाट संकलित रकमको सदुपयोग गर्ने उद्देश्य मिस कलेजका आयोजकहरूको छ । अडिसनबाट छानिएका प्रतियोगीहरूबाट सबैभन्दा पहिले बाग्मती नदीको किनारामा वृक्षारोपण गराइनेछ ।

'मिस कलेज २००९' कार्यक्रम विभिन्न चरणमा सम्पन्न हुनेछ । कार्यक्रममा विभिन्न जिल्लाबाट उच्च शिक्षा अध्ययनरत छात्रहरूबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ । प्रतिस्पर्धीहरू १६ देखि २४ वर्षसम्मका हुनेछन् । प्रतियोगी हुन चाहनेहरू उ.मा.वि. तहदेखि मास्टरतहसम्मका छात्रा विद्यार्थी हुनुपर्नेछ । अडिसनबाट जम्मा ३० जना प्रतिस्पर्धी छानिनेछन् । छानिएका प्रतिस्पर्धीलाई समाजका प्रतिष्ठित एवं ख्यातिप्राप्त व्यक्तित्वहरूबाट विभिन्न विधामा व्यक्तित्व विकाससम्बन्धी तालिम प्रदान गरिनेछ । कार्यक्रमको फाइनल 'नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान', कमलादीमा सम्पन्न हुनेछ । 'मिस कलेज २००९' का विजेतालाई रु. १ लाख बराबरको पुरस्कार तथा ताज प्रदान गरिने छ । फस्ट रनरअप र सेकेन्ड रनरअपलाई क्रमशः रु. ५० हजार र रु. २५ हजार बराबरको पुरस्कारका साथै ताज प्रदान गरिनेछ । यसका अतिरिक्त प्रतियोगीहरूलाई अन्य नौ विधामा विभिन्न एवार्ड प्रदान गरिनेछ ।

किङ, क्विन र मिस्टर राजधानी

काठमाडौं– द एरो मोडलिङ एजेन्सीले मोडलिङ प्रतियोगितामा नौलो प्रयोग गर्ने तयारी गरेको छ । भोलि शनिबार जेठ ३० गते भक्तपुरमा आयोजना हुने प्रतियोगितामा यसपटक बालबालिका तथा वयष्क मोडलहरूले एउटै ऱ्याम्पमा क्याटवाक गर्दैछन् ।

प्रतियोगितामा एकातिर 'लिटिल क्विन एन्ड मास्टर किङ २००९' को छनौट गरिनेछ भने 'मिस्टर एन्ड मिस राजधानी २००९' का लागि प्रतिस्पर्धा हुनेछन् । बालबालिकाको प्रतियोगितातर्फ २५ जना बालिका तथा १५ जना बालक प्रतिस्पर्धा गर्दैछन् भने मिस्टर एन्ड मिस राजधानीमा १२-१२ जना महिला तथा पुरुष मोडलहरू ऱ्याम्पमा प्रस्तुत हुँदैछन् ।

भक्तपुरका साइनिङ स्टुडेन्ट एकेडेमी, कालिका स्कुल तथा विद्या विकास स्कुलका बालिकाहरू विगत एक महिनादेखि सिद्धि मेमोरियल अस्पतालमा प्रशिक्षण लिइरहेका छन् भने मिस्टर एन्ड मिस राजधानीका प्रतिस्पर्धीहरू कुपन्डोलमा प्रशिक्षण लिइरहेका छन् । बालबालिकाहरूको प्रतिस्पर्धाको कोरियोग्राफीको जिम्मा सिद्धान्त घिमिरेले लिएका छन् भने मिस्टर एन्ड मिस राजधानीमा सहभागी हुने युवा-युवतीलाई पूर्व मिस्टर राजधानी दिनेश शाही तथा महेश ढकालले विभिन्न विधामा पारंगत तुल्याएका छन् । गायक मिङ्मा शेर्पाको सांगीतिक प्रस्तुतिका साथै 'मेरी बास्सै' टेलिश्रृंखलाका लोकप्रिय कलाकारले प्रहसन प्रस्तुत गर्नेछन् ।

खुमलटारमा खानपिन मेला

साप्ताहिक समाचार

भोलि जेठ ३० गते शनिबार देश-विदेशमा ख्याति पाएका परिकारहरूको मेला कृषि अनुसन्धान परिषद् खुमलटारमा लाग्ने भएको छ । मेला नेपाल रेस्टुराँ तथा बार एसोसियनले गर्न लागेको हो ।

विशेष परिकारका लागि ख्याति कमाएका उपत्यकाभित्रका रेस्टुराँहरूले मेलामा स्टल राख्ने तयारी गरेका छन् । नेवार किसान समुदायमा रोपाइँ सुरु गर्नुअघि सिनाँज्या पर्व मनाइन्छ । रोपाइँको बेला शक्ति प्राप्त गर्न मनाइने यो पर्वमा चटामरी र बारा खाने परम्परा छ । रोपाइँ सुरु गरिने असार महिनाको पूर्वसन्ध्यामा, यही कुरा मेलाका दर्शकहरूलाई जानकारी गराउन चटामरीलाई मेलाको आकर्षणका रूपमा राखिएको नेपाल रेस्टुराँ तथा बार एसोसियनका अध्यक्ष तेजेन्द्रनाथ श्रेष्ठले जानकारी गराए ।

चटामरीका लागि नाम कहलिएको रेस्टुराँ भ्वया छेंले आगन्तुकहरूलाई मेलामा भेज र ननभेज चटामारी पस्कनेछ । नेपालमा भित्रिएको पहिलो विदेशी परिकार चाउमिनलाई मानिन्छ । चिनियाँ परिकारका रूपमा मेलामा द बेकरी क्याफेका सेफहरू भेज र ननभेज चाउमिन बनाउन तम्तयार छन् ।

इडेन रेस्टुराँले भने भारतमा लोकप्रिय भेज र ननभेज बिरयानीको स्वाद पस्कनेछ ।

मेक्सिकन परिकार क्विसिडिल्ला बनाउन माइक ब्रेकफास्टका कुकहरू आउने भएका छन् । यो परिकारमा रोटीमाथि चिकेन र सलाद हालिएको हुन्छ । मेलामा राखिने अन्य परिकारमा भिल्ला एभरेस्टको किम्बाब, थाई परिकार सोमटाङ, मंगोलिया ग्रिल, आइसक्रिम चिकेन बर्गर छन् । मेलामा हल्का पेयपदार्थ र बियर पनि उपलब्ध हुनेछ ।

मेलामा आगन्तुक तथा दर्शकको मनोरञ्जनका लागि लाइभ कन्सर्ट पनि गरिनेछ, जसमा निमा रुम्बा, नलिना चित्रकार, अभया सुब्बा, धीरज राई, मनोज गजुरेल, प्रीति कौर र मिङ्गा शेर्पाहरूले दर्शकलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्नेछन् ।

किराँतहरूले हर्षोल्लासका साथ बिदाइ गरे उभौली चाड

शिव मुखिया

नेपालका आदिवासी किराँतीहरूको प्रमुख चाड उभौली अर्थात् भूमि पूजा हर्षोल्लासका साथ सम्पन्न भएको छ। प्रत्येक वर्ष वैशाख पूर्णिमादेखि किराँत राई, लिम्बु, याख्खा र सुनुवारले यो चाड मनाउँदै आएका छन्। यस वर्ष विभिन्न जिल्लामा छरिएर रहेका किराँतहरूले आ-आफ्नै मुन्धुमअनुसार विशेष तामझामका साथ वर्षको पहिलो चाडलाई बिदाइ दिएका छन्। जातीय पहिरनमा सजिएर, परम्परागत नृत्य गर्दै किराँतीहरूले यो चाडलाई विगतकै जस्तो स्मरणीय बनाए।

नेपालका आदिवासी जनजातिमध्ये किराँत लिम्बू, सुनुवार, राई र याक्खाले वर्षमा दुई पटक उधौली र उभौली चाड मनाउँछन्। वैशाख पूर्णिमामा उभौली र मंसिर पूर्णिमामा उधौली मनाइन्छ। प्रकृतिपूजक किराँतहरूले बाली भित्र्याउने र बाली लगाउने समयमा भूमि एवं प्रकृतिको पूजा गर्दै यो चाड मनाउने गरेका छन्। आरु फुल्ने समयमा उभौली सुरु हुन्छ। यस बेला गर्मी बढेर चराचुरुङ्गीहरू शीतलताको खोजी गर्दै लेकतिर लाग्छन्। यही याममा नयाँ बीउ-बिजन रोपिन्छ। आफूले लगाउने अन्नबाली सप्रियोस्, प्राकृतिक प्रकोपबाट धनजनको नोक्सान नहोस् र अन्नबालीको उत्पादनमा वृद्धि होस् भन्ने कामनासहित किराँतहरूले उभौली मनाएका हुन्।

उभौली चाडलाई किराँतहरूले एकै स्थानमा भेला भएर मनाए पनि यसमा आ-आफ्नै विधि अपनाइन्छ। किराँतहरूले विशेषतः उभौली र उधौली गरी दुई भागमा यो चाडलाई विभाजन गरेका छन्। उभौली वैशाख पूर्णिमामा र उधौली मंसिर पूर्णिमामा पर्छ। उभौलीको अर्थ उँभो जाने याम हो भने उधौलीको अर्थ उँधो जाने याम हो। किराँतहरू उभौलीमा गर्मीयाम सुरु भै सम्पूर्ण चराचुरुङ्गी, पशुपन्छी, माछा र कीरा-फट्याङ्ग्रा उँभो लेकतिर जाने विश्वास गर्छन्।

लिम्बू

लिम्बूहरूले परापूर्वकालदेखि कुनै उच्च डाँडामा भेला भै विशेष पूजाआजा गर्दै आएका छन्। यसरी गरिने अनुष्ठानमा भूमि, हावा, पानी, आगो, जीव तथा वनस्पतीको पूजा गरिन्छ। यो अनुष्ठान गर्दा लिम्बूहरूको पेर्दामा (देवारी) ले सृष्टिको वर्ण मानवजातिले खेतीपाती गर्न सुरु गरेको मुन्धुम वाचन गरिन्छ। यस अवसरमा लिम्बूहरूले धान खेतीसँग सम्बद्ध नृत्य धाननाच र घर निर्माणसँग सम्बद्ध च्याब्रुङ नाच नाच्छन्। त्यस्तै खडेरी र वर्षासँग सम्बद्ध खेल छेलो पनि हानिन्छ।

राई

किराँत राईहरूले साकेला उभौली मनाउँदा आफू बसोबास गरेको ठाउँअनुसार परम्परागत भेषमा चुला पुजेर मुन्धुमअनुसार पूजाअर्चना गर्छन्। राईहरू वैशाख पूर्णिमादेखि ढोल, झ्याम्टा आदि लिई एकसाथ वृत्ताकारमा गीत गाउँदै नाच्छन्। किराँत राईहरूले सुम्निमा र पारुहाङलाई आफ्ना आराध्य आदिपूर्खा तथा धरती र आकाशको प्रतीकका रूपमा पनि पुज्छन्। त्यसैले साकेला थानमा स्थापना गरिएका एक जोडी शिला (सेतो र कालो) लाई सुम्निमा र पारुहाङको प्रतिरूप मानिन्छ। यो चाडमा विशेषतः पुर्खाले खोरिया फाँडेको, खनजोत गरेको, बीउबिजन छरपोख गरेको तथा प्रकृति र पुर्खालाई मानसम्मान गरेका सङ्केतहरू अनुकरण गरिएको पाइन्छ।

याख्खा

किराँत याख्खाहरू यो चाडलाई तेर्तामा भन्छन्। तेर्तामा पूजा सम्पूर्ण गाउँवासी मिली एकसाथ सम्पन्न गरिन्छ। यो पूजालाई भूमिपूजा पनि भन्ने चलन छ। यसमा विशेषतः आफ्नो पुर्खाले पहिलोपल्ट टेकेको भूमि र उनीहरूले पहिलोपल्ट पिएको पानीको मूल (मूलपानी) को पूजा गरिन्छ। याख्खाले पनि मौलिक बाजा च्याब्रुङ र झ्याम्टासाथ आफ्नै पोसाकमा सजिएर धान नाच नाच्छन्

सुनुवार

किराँत सुनुवारहरूले उभौली पूजालाई मुली स्याँदर वा सालिवा मान्छन्। सुनुवार जातिको सबैभन्दा ठूलो चाड नै उभौली मूली स्यादर हो। सुनुवार संस्कृतिअनुसार जन्ममूली, रत्नमूली, दुमामूली (सृष्टिकर्ता, पालनकर्ता, संहारकर्ता) देखि लिएर जून, घाम, तारा, आकाश, पाताल, हावा, पानीजस्ता प्रकृति पूजादेखि संसारका सबै देवीदेवताको पूजा गरिन्छ। यो पूजा मूलतः कृषि बालीनाली सप्रियोस् र पशुपन्छीको पालन राम्रो होस भनेर गरिन्छ। अन्नबाली सप्रियोस् भनेर 'सुरोम' पानी समयमै परोस् भनेर 'सिमेभूमे' रोगव्याधिबाट बच्न 'संसारी माई' पशुपालन सप्रियोस् भनेर 'सिदाबाजे' र शान्तिका लागि 'गोसाडे' को पूजा गरिन्छ। यही अवसरमा सुनुवारहरूले पनि आफ्नो मौलिक पोसाक र बाजागाजासाथ रोचक नृत्य गर्ने गर्छन्।

विश्वकै अग्लो स्थानमा सांगीतिक उत्सव

साप्ताहिक समाचार

खुम्जुङ– समुद्र सतहबाट करिब ३ हजार ८ सय मिटरको उचाइमा रहेको खुम्जुङमा पहिलो पटक सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। गत सोमबार आयोजित कार्यक्रम 'म्युजिकल एभरेस्ट डे' विश्वकै सबैभन्दा अग्लो स्थानमा आयोजित कार्यक्रम भएको आयोजक इफो इन्टरटेन्मेन्टले जनाएको छ। कार्यक्रममा राजधानीबाट गएका गायक-गायिका, हास्यकलाकार तथा संगीतकर्मीहरू सम्मिलित २८ जनाको समूहले करिब छ घण्टा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरेर स्थानीयबासीलाई मनोरञ्जन गराएको थियो।

अल नेपाल म्युजिकल टुर विथ डिजे तेन्जिङअन्तर्गतको यो कार्यक्रममा गायिका दिदी-बहिनी शीतल मोक्तान तथा शिवानी मोक्तानले एक दर्जनभन्दा बढी गीत गाएर दर्शकहरूलाई आफूसँगै नचाएका थिए। कार्यक्रममा गायक मिङ्मा शेर्पाले लोकभाकाका गीतहरू गाउँदा हिमाली क्षेत्रका दर्शकहरू नाच्न बाध्य भएका थिए। खुम्जुङ युवा क्लबको सहभागिता रहेको उक्त कार्यक्रममा गायक रोज मोक्तानले लोकभाकामार्फत दर्शकको मन जितेका थिए। हिमाली क्षेत्रमा लोकप्रिय गीत गाएर चर्चामा आएका गायक अभिनाश घिसिङले खुम्जुङमा पनि यस्तै भाकाका गीत गाए। डिजे तेन्जिङ तथा डिजे बीम्यानले लाइभ संगीतमार्फत दर्शकलाई नचाउनुअघि सांगीतिक समूह 'स्ट्रेङ्गल' ले पनि लाइभ संगीतमार्फत दर्शकलाई आफ्ना गीत-संगीत सुनाएको थियो।

कार्यक्रममा हास्यकलाकार नारद खतिवडाले विभिन्न प्रहसन प्रस्तुत गरेर दर्शकलाई हँसाए भने उनले उद्घोषकको भूमिका पनि निर्वाह गरेका थिए। यसअघि यही कार्यक्रम एभरेस्ट डेको दिन नाम्चेबजारमा र त्यसपछि लुक्लामा प्रस्तुत गरिएको थियो। विश्वभरिका ५ हजारभन्दा बढी पर्यटकको सहभागितामा आयोजित एभरेस्ट म्याराथुनले सांगीतिक कार्यक्रमको रौनक बढाएको थियो।

मिस्टर हङकङमा भिड्दै सानु गुरुङ

राष्ट्रिय स्तरका शारीरिक सुगठन प्रतियोगितामा तीन पटकसम्म उपाधि हात पारेका सानु गुरुङ पर्सि आइतबार मिस्टर हङकङमा भिड्दै छन्। हङकङ चाइना बडी बिल्डिङ एसोसियसनले बर्सेनि आयोजना गर्ने प्रतियोगिता यहाँका प्रतिष्ठित प्रतियोगिताहरूमध्ये एक हो। झन्डै १ सय प्रतिस्पर्धीबीच भिडन्त हुने यो प्रतियोगितामा सानु हेभीवेट समूहमा प्रतिस्पर्धा गर्दैछन्। सन् २००२ मा मिस्टर हङकङमा सहभागी भैसकेका सानु आफ्नो तौल समूहमा छैटौं भएका थिए। प्रतिस्पर्धा निकै कडा हुने बताउँदै सानुले अनुभवका कारण आफूले उपाधि जित्ने विश्वास व्यक्त गरे।

'दुई महिनादेखि साँझ-बिहान कडा प्रशिक्षणमा छु,' हालै जोर्डनस्थित पावर जिममा प्रशिक्षण तयारीका क्रममा भेटिएका गुरुङले भने– 'उत्कृष्ट तीन उपाधिमध्ये एक जित्छु भन्ने कुरामा विश्वस्त छु।' फिट रहन दुई महिनाभित्र ३० किलो वजन कम गरेको समेत उनले बताए।

वानचाईस्थित क्विन एलिजावेथ स्टेडियममा हुने प्रतियोगितामा सानु हङकङ नेपाल बडी बिल्डिङ एसोसियसनको प्रतिनिधित्व गर्दै सहभागी हुनेछन्। ३४ वर्षीय गुरुङ हङकङका स्थायी परिचयपत्र-वाहक हुन्। उनले नेपालको प्रतिष्ठित शारीरिक सुगठन प्रतियोगिता धर्मश्री लगातार दुई पटक हात पारेका छन्।

–निर्मल श्रेष्ठ, हङकङ

देशभरका कलाकार पोखरामा

शिव शर्मा

पोखरा- यसपालि फेवा नगरीमा कलाकर्मीको जमघटले बेग्लै उत्साह देखियो। नेपाल सांस्कृतिक संघको राष्ट्रिय महाधिवेशनका क्रममा पोखरामा यस्तो वातावरण देखिएको हो। दुईदिने महाधिवेशमा देशभरका जातजातिहरूको मौलिक संस्कृति पनि प्रस्तुत गरिएको थियो।

उक्त अवसरमा नेवारी, भोजपुरी, मैथली, थारु, गुरुङ, मगर, राई, लिम्बू लगायत नेपालमा बस्ने सबै जनजातिले आ-आफ्नो मौलिक संस्कृति प्रस्तुत गरेका थिए। पोखरा सभागृहमा मूल कार्यक्रम भए पनि कलाकारहरूले सडकमा समेत आफ्नो संस्कृति देखाए।

नेपाली चलचित्रका चर्चित हस्तीहरू पनि त्यही वातावरणमा भेटिए। अभिनेता सुनिल थापा, अभिनेत्री सुशीला रायमाझी, प्रज्ञा जोशी दर्शकको नजरमा परे। कलाकर्मीहरूको यो जमघटले नेपाली जनताको एकता उजगार गरेको आशय व्यक्त गर्न पनि उनीहरू पछि परेनन्।

यता नायक विक्रान्त बस्नेत, विशाल विष्ट पनि दर्शकलाई मनोरञ्जन दिन तम्सिए। टेलिसिरियलका नायिकाहरू पनि कार्यक्रममा जमेका थिए। त्यसभन्दा बढी जमेका थिए मुन्द्रे अर्थात् जितु नेपाल। उनले वर्तमान नेपालको राजनीतिलाई व्यङ्ग्यमार्फत नाङ्गेझार पार्न कुनै कसर बाँकी राखेनन्। कार्यक्रमको मुख्य आकर्षण नै मुन्द्रे बनेका थिए।

त्यस्तै कार्यक्रममा अर्का चर्चित जोडी शिवहरि वैरागी र देवीराम पराजुलीले पनि दर्शकहरूलाई त्यत्तिकै मनोरञ्जन दिए। चराहरूको आवाज दुरुस्तै निकाल्ने गौतम सापकोटा कार्यक्रममा आकर्षणको केन्द्र बने। उक्त अवसरमा पूर्वेली गायक तथा संगीतकार सुमित खड्काले 'हिमाल पहाड तराई कोही छैन पराई' गीतबाट राष्ट्रिय एकतालाई उजगार गरे।

नेपालमा पनि
टी-२० को रौनक

राजु घिसिङ

काठमाडौं- छोटो समय, तीव्र प्रतिस्पर्धा तथा आश्चर्यजनक नतिजाले क्रिकेटको कान्छो संस्करण 'ट्वान्टी-२० क्रिकेट' ले तीव्र गतिमा लोकप्रियता हासिल गरिरहेको छ। करोडौं डलरको लगानीमा इन्डियन प्रिमियर लिगको व्यावसायिक सफलताले पनि क्रिकेटको यो शैलीलाई पछ्याउने दर्शक ह्वात्तै बढाएको छ।

सुरु भएको ६ वर्ष पूरा नहुँदै २० ओभरको यो क्रिकेट प्रतिस्पर्धाले विश्व खेलजगत्मा क्रान्तिकारी परिवर्तन ल्याएको छ। कुनै बेला मूर्खहरूले खेल्ने र महामूर्खले हेर्ने खेलको उपमा पाएको क्रिकेटको छवि ट्वान्टी-२० ले परिवर्तन गरेको छ। यसको रोमाञ्चकतामा दसौं करोड मानिस लुट्पुटिएका छन्। टेस्ट र एक दिवसीयपछि आएको क्रिकेटको यो कान्छो संस्करणबाट नेपाल पनि अछूतो छैन।

पहिलोपल्ट नेपालमा पनि ट्वान्टी-२० संरचनामा पुरुषको राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगिता जेठ १९ गते सुरु भएको छ। दुई महिनाअघि पाचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा महिलातर्फको क्रिकेट ट्वान्टी-२० को संरचनामा खेलाइएको थियो। त्यसमा बैतडीले बाजी मार्‍यो। कमजोर व्यवस्थापनका बाबजुद कीर्तिपुरमा जारी पुरुष ट्वान्टी-२० मा केही रोमाञ्चकता पाउन सकिन्छ।

'नाम मात्रको ट्वान्टी-२० पो रहेछ', राष्ट्रिय प्रतियोगिताको पहिलो दिन खेल हेर्न कीर्तिपुरको अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट मैदान पुगेका चाबहिलका किशोर विकास लुइँटेलले बताए। इन्डियन प्रिमियर लिगका दुवै संस्करण नछुटाई हेरेका लुइँटेलले रङ्गीन ड्रेस, सेतो बल, चौका र छक्काको वर्षा अनि तीव्र प्रतिस्पर्धाको झलक नेपाली ट्वान्टी-२० मा पनि हेर्न पाइने आशा गरेका रहेछन्। 'तल्लो स्तरको एकदिवसीय क्रिकेटभन्दा फरक थिएन', खेल हेर्न कलेज बंक गरेका लुइँटेलले भने, 'लामो घाँसे मैदानमा बल नै गुडिरहेको थिएन। सुरुमै खल्लो लाग्यो।'

इङ्ल्यान्डमा भैरहेको दोस्रो ट्वान्टी-२० विश्वकप अबेर रातिसम्म जाग्राम बसेर टेलिभिजनमा हेर्ने हजारौं क्रिकेट क्रेजी नेपालीलाई पिंढीकै मैदानमा डोर्‍याउन नसक्नु नेपाली क्रिकेटको दुर्भाग्य हो। 'थोरै दर्शकको उपस्थितिमा खेल्न मज्जा आउँदैन', राष्ट्रिय टिमका उपकप्तान पारस खड्काले भने, 'राम्रोसँग मार्केटिङ गरे घरेलु क्रिकेटमा दर्शकको ताँती लाग्न सक्छ।'

'टुँडिखेलमा ट्वान्टी-२० कलेज क्रिकेट रङ्गीन ड्रेस र सेतो बलमा खेल्छन्', स्टार अलराउन्डर खड्काले भने, 'हामी भने राष्ट्रिय प्रतियोगिता पनि अन्तराष्ट्रिय प्रचलनविपरीत सेतो ड्रेस र रातो बलमा खेलिरहेका छौं।' यस्तो व्यवस्थापनमा अन्तर्राष्ट्रिय सफलताको आशा गर्न सकिँदैन। 'घाँस काट्न ढिलाइ भयो', नेपाल क्रिकेट संघ (क्यान) का महासचिव टंक पनेरुले भने, 'बजेटको अभाव छ। प्रायोजकले रकम उपलब्ध नगाराएपछि रंगीन ड्रेस दिन सकेनौं। रंगीन ड्रेस नभएपछि रातो बल खेलाउन बाध्य छौं।'

यसपालिदेखि सुरु भएको पुरुष तथा महिलाको ट्वान्टी-२० राष्ट्रिय प्रतियोगितालाई क्यानले निरन्तरता दिने उनले बताए। अन्तर्राष्ट्रिय सफलता नपाएकाले घरेलु दर्शक विदेशी ट्वान्टी-२० तर्फ मोहित भएको उनको ठहर छ। एक मात्र अन्तर्राष्ट्रिय ट्वान्टी-२० को रूपमा नेपालले २ वर्षअघि कुवेतमा एसीसी ट्रफी खेलेको थियो। त्यसमा राम्रो नतिजा आएन। 'विदेशमा सफल भए घरेलु ट्वान्टी-२० ले क्रिकेट क्रेजीको ध्यान खिच्नेछ', महासचिव पनेरूले भने, 'नोभम्बरमा हुने दोस्रो एसीसी ट्रफीमा राम्रो नतिजाका लागि लामो समय बन्द प्रशिक्षण सञ्चालन गर्नेछौं।'

चुनौतीसँगै फाइदा पनि

एकदिवसीय क्रिकेट खेलिरहेका खेलाडीका लागि ट्वान्टी-२० क्रिकेट चुनौतीपूर्ण छ। तीन घन्टाभित्र खेलको छिनोफानो भैसक्ने भएकाले ट्वान्टी-२० मा तुरुन्तै निर्णय गर्नुपर्छ। ब्याट्सम्यानका सामु थोरै बलमा धेरै रन बनाउनुपर्ने चुनौती हुन्छ, त्यस्तै बलरमाथि कम रन दिने र छिटो-छिटो विकेट लिने। 'सशक्त ब्याटिङ र चुस्त फिल्डिङका लागि उपयुक्त खेल हो', पारसले भने, 'दबाबमा बलिङ गर्न ट्वान्टी-२० को अनुभवले परिपक्व बनाउँछ।'

ढिलो गतिमा खेल्नेहरूका लागि ट्वान्टी-२० उपयुक्त खेल होइन। 'मेरा लागि फाइदाको खेल हो', दस वर्षयता राष्ट्रिय टिममा रहेका अलराउन्डर महबुब आलमले भने, 'मलाई तीव्र गतिको क्रिकेट मनपर्छ।' अचेल फर्ममा नरहेका आलम विस्फोटक ब्याटिङमा अब्बल छन्। ट्वान्टी-२० मा अलराउन्डरलाई बढी अवसर हुन्छ। खेलका दौरान चियरगर्लहरूको उत्तेजक नृत्यका कारण ट्वान्टी-२० लाई 'ग्ल्यामरस क्रिकेट' पनि भनिन्छ।

ट्वान्टी-२० ले चार वर्षअघि चितवनबाट नेपालमा प्रवेश पाएको हो। राष्ट्रिय प्रतियोगिताको छनौट त्यसबेला चितवनमा ट्वान्टी-२० का आधारमा गरिएको थियो। नतिजाका लागि लामो समय कुर्नु नपर्ने भएकाले अधिकांश स्थानीय प्रतियोगिता २० ओभरमा सञ्चालन हुन थालेका छन्। उपत्यकाका टुँडिखेल, ल्याब, भक्तपुर, कीर्तिपुर र पुल्चोकका मैदान अचेल ट्वान्टी-२० क्रिकेट प्रतियोगितामा व्यस्त देखिन्छन्।

• मैदान बाहिर •

प्रेमिकासँग मस्त

इङ्ल्यान्डका मिडफिल्डर जो कोल आफ्नी प्रेमिका र उनका साथीहरूसँग लसभेगासको नेभाडा समुन्द्री तटमा बसेर घाम तापिरहेका छन्। चेल्सी क्लबसँग व्यावसायिक अनुबन्धमा रहेका कोलको कर्ली जुकरसँग प्रेम भएको खबर स्थानीय सञ्चार-माध्यमहरूले प्रकाशित गरेका थिए। स्थानीय सञ्चार-माध्यमबाट टाढा रहेर आनन्द लिन कोल, कर्ली र उनका साथीहरू नेभाडा तट गएका थिए, तर सञ्चार-माध्यमहरूले उनीहरू त्यहाँ बसेको थाहा पाइहाले। २५ वर्षीया कर्लीले फूलबुट्टे बिकिनी लगाएर घाम तापेको पत्रकारहरूले बताए। त्यहाँबाट निस्कने बेलामा कर्लीले नीलो रंगको पहिरन लगाएकी थिइन्। देखादेख भएको सात वर्ष भए पनि कोल र कर्लीबीच घनिष्ठता बढेको दुई वर्ष मात्र भएको छ। सम्भवत: आगामी गर्मी महिनामा विवाह गर्ने सोचमा रहेका यी जोडीले अझै पनि आफ्नो विवाहको घोषणा गरेका छैनन्।

आर्मस्ट्रङ पिता भए

सात पटक टुर डि फ्रान्स साइकल रेस जितेका लान्स आर्मस्ट्रङ पिता भएका छन्। कुनै समय क्यान्सर रोगबाट पीडित लान्सले छोरो जन्मिएको खबर ट्विटरमार्फत सार्वजनिक गरेका थिए। उनले ट्विटरमा आफ्नो छोराको भाकामा– 'वाट्सअप वर्ल्ड- मेरो नाम म्याक्स आर्मस्ट्रङ हो, म भर्खरै यो धर्तीमा आएको हुँ। मेरी आमा स्वस्थ हुनुहुन्छ र म पनि स्वस्थ छु' भनेर तस्बिर प्रकाशित गरेका थिए। गत वर्ष लान्सले आफू र हन्सेन माता-पिता बन्न लागेको समाचार सार्वजनिक गरेका थिए। यसअघि क्रिस्टिनसँग विवाह गरेका लान्सले तीन सन्तान पनि जन्माएका थिए। क्रिस्टिनसँग पारपाचुके गरेपछि लान्सले हन्सेनसँग विवाह गरेका थिए। ७ पाउन्ड पाँच औंस तौलको बालक जन्माएकी हन्सेन र आफ्ना बारेमा आममानिसको प्रतिक्रिया लिन लान्स नियमित रूपमा ट्विटरको प्रयोग गर्छन्।

सस्तैमा घर बिक्री

विश्वमा बढिरहेको आर्थिक मन्दीको सिकार टेनिस खेलाडी लियोटन हेविट पनि भएका छन्। टेनिसबाट कमाएको सम्पत्तिबाट उनले सन् २००३ मा ब्रिसवनमा ३२ लाख डलर (२५ करोड ६० लाख रुपैयाँ) मा आलिसान घर किनेका थिए। केही समय उक्त घरमा बसेपछि उनले हालै त्यो घर बिक्री गर्ने योजना बनाए। योजनाअनुसार उनले विज्ञापन प्रकाशित गरे र एक जना एजेन्टले उनको किन्ने मनसाय पनि मनसाय व्यक्त गरे। उक्त एजेन्टले लियोटनको घरको मूल्य २९ लाख ५० हजार डलर दिर्ने निर्णय गरे। आफूले किनेको भन्दा निकै कम मूल्य आउने देखेर लियोटन अहिले दोधारमा छन्।

साप्ताहिक Classified Advertisement

रोजगार

नया अफिसकोलागि कर्मचारी चाहियो, ९७४११४६७२१

राम्रो कमाई गर्न ९८०३६०४७३७, ९७४१०३५०११

महिला कर्मचारीहरु चाहियो घरमै बसी काम गर्न सकिने ७०००।- गौशाला ४४९५२८२

नयाँ अफिसको लागि कर्मचारी चाहियो। ९७४११४६७२१

सम्पर्क

Test नदिइ SLC ४३६१७१२, सोह्रखुट्टे

घरमै बसेर व्यायाम गर्ने होमजोगर सम्पर्क: २४१०२२००

उपचार

शिघ्र स्खलन रोक्न लिङ्गको विकास गर्न जापानीज तेल ९८४१२९८८२

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

आयो डन्डीबियो

शिव मुखिया

धादिङ, छत्रे-देउरालीका मिथुन तामाङ खासमा वादोरियो कराँते डो रेनमेइका खेलाडी हुन्, तर यसपालि उनी डन्डीबियोका खेलाडी बनेर मैदानमा उत्रिए। 'खुब मज्जा भयो,' खेलपछि उनले आफ्नो रोमाञ्चक अनुभव सुनाए- 'गाउँघरमा टाइम पास गर्न खेलेको खेल यहाँ व्यवस्थित ढंगले खेल्न पाउँदा रमाइलो लाग्यो।' त्रिपुरेश्वरस्थित राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप) परिसरमा भएको डन्डीबियो प्रतियोगितामा उनी पूर्वतयारी एवं प्रशिक्षणविना नै मैदानमा प्रवेश गरेका थिए। किशोरवयमा गाउँघरतिर खेलेको अनुभव बोकेर मैदानमा उत्रिएका तामाङलाई परिवर्तित नियममा बाँधिएर खेल्न हम्मे-हम्मे पर्‍यो।

परम्परागत डन्डीबियो अहिले नयाँ नियमसहित परिवर्तित रूपमा आएको छ। खेल्नेलाई मात्र होइन, हेर्नेलाई पनि मनोरञ्जन प्रदान गर्न यसलाई वैज्ञानिक ढंगले परिमार्जन गरिएको हो। 'नेपालका ७५ जिल्लामा खेलाइने विभिन्न किसिमका नियमलाई आधार बनाएर परिमार्जन गरिएको हो', तीन वर्षअघि स्थापना भएको नेपाल डन्डीबियो संघका अध्यक्ष विजय पौडेलले साप्ताहिकसँग भने- 'खेललाई समयसपेक्ष एवं वैज्ञानिक रूपमा परिवर्तन गरेर जनमानसमा स्थापित गर्न लागिपरेका छौं।'

यसबीच परिवर्तित एवं परिमार्जित नियममा रहेर पहिलो पटक डन्डीबियोको राष्ट्रिय प्रतियोगिता सम्पन्न हुने क्रममा छ। डन्डीबियो संघको आयोजनामा सञ्चालित 'प्रथम प्यान्थर राष्ट्रिय अन्तरसंघ डन्डीबियो प्रतियोगिता-२०६६' मा ३२ संघका करिब २ सय खेलाडी सहभागी भए। विभिन्न खेलकुद संघबाट सहभागिता जनाएका खेलाडीहरूले डन्डीबियोको परिवर्तित नियममा आफूलाई अभ्यस्त बनाउन प्रयास गरेका थिए। 'क्रिकेट खेले जस्तो लाग्यो,' हलचोक स्वयम्भूका राहुल नगरकोटीले टिप्पणी गरे- 'कतिपय नियम क्रिकेटसँग मिल्दो छ।' यता संघका पदाधिकारीहरूचाहिँ यसलाई क्रिकेटसँग दाँज्न चाहँदैनन्। उनीहरू भन्छन्- 'यो हाम्रो भूगोलमा विकास भएको खेल हो, यसले नेपाली पहिचान बोकेको छ।'

संखमूलस्थित एआईए स्कुलकी छात्रा सरस्वती पन्थी डन्डीबियोको नयाँ नियमसँग अभ्यस्त छिन्। दुई वर्षअघिदेखि नै उनले डन्डी र बियोबीच तालमेल मिलाउने सिकेकी हुन्। 'नियम बुझेर खेल्दा एकदमै रमाइलो हुन्छ,' सरस्वती भन्छिन्। उनीसँग शोभा पन्थी, अनिशा क्षेत्री, सुरेन्द्र अधिकारी, स्वस्तिक पाण्डे लगायत एक दर्जन छात्र-छात्रा डन्डीबियो खेलमा अभ्यस्त भैसकेका छन्। उनीहरूले विद्यालयस्तरबाटै नयाँ नियममा बाँधिएर डन्डीबियो खेल्न सिकेका हुन्।

सरस्वतीजस्तै खेलमा अभ्यस्त र कहिल्यै डन्डीबियो नसमातेका खेलाडीहरू यसपालि प्रतियोगितामा सामेल छन्। खेलकुद सम्बद्ध २३ संघका खेलाडीहरू नयाँ नियममा बाँधिएर डन्डीबियो खेलिरहँदा रोमाञ्चक अनुभव गरिरहेका थिए। 'सानो छँदा गाउँघरमा खेलेको सम्झना आइरहेको छ,' एक खेलाडीले विगत सम्झिए- 'प्रतिस्पर्धाभन्दा पनि बढी मनोरन्जन गरियो।'

यो प्रतियोगितामा प्रत्येक समूहबाट ७ जना खेलाडी समावेश छन्। मैदानमा ५ खेलाडीले प्रवेश पाउँछन् भने २ जना रिजर्भ बस्छन्। डन्डी समूहले अंक प्राप्त गर्ने अवसर पाउँछन्। डन्डीले बियोलाई हुत्याएपछि उसले ठ्याक लाउने मौका पाउँछ। ठ्याक लगाएका आधारमा अंक प्राप्त हुन्छ, तर बियो हुत्याउँदा विपक्षी खेलाडीले बियोलाई भुइँमा झर्न नदिई समात्न सक्यो भने हुत्याउने खेलाडी आउट हुन्छ।

आज शुक्रबार सम्पन्न हुने प्रतियोगितामा प्रथमलाई २० हजार, दोस्रोलाई १५ हजार र तेस्रोलाई १० हजार पुरस्कारको व्यवस्था छ। त्यस्तै म्यान अफ द म्याच र म्यान अफ द सिरिजको उपाधिसमेत प्रदान गरिने संघका महासचिव लेखनाथ घिमिरेले बताए। यसअघि संघले विभिन्न जिल्लामा प्रदर्शनी खेल गराइसकेको छ, साथै परीक्षण खेलका रूपमा अन्तरविद्यालय प्रतियोगिता र कर्मचारीमाझ पनि प्रतियोगिता भैसकेको छ। 'विगतका प्रतियोगितामा भएका कमी-कमजोरी सच्याउँदै नयाँ रूपमा खेललाई परिमार्जन गरिएको छ,' महासचिव घिमिरे दाबी गर्छन्-'नयाँ नियमले खेलाडीहरूलाई सजिलै आकर्षित गर्छ।'

गाईवस्तु चराउने क्रममा खर्कबाट विकसित भएको डन्डीबियो अब सहरिया युवापुस्तामाझ लोकप्रिय बन्ने क्रममा छ। त्यसो त कतिपय विद्यालयमा समेत विद्यार्थीहरूलाई डन्डीबियो खेलमा प्रोत्साहन गर्न थालिएको छ। लठ्ठीले लठ्ठीलाई हिर्काएर खेलिने यो खेल सुरुमा समय कटाउन मात्र खेलिन्थ्यो। जमघटहरूमा साथीहरूमाझ डन्डीबियो खेलेर मनोरञ्जन लिइन्थ्यो, तर अब यो खेल समय कटाउने र मनोरञ्जन गर्ने माध्यमका रूपमा मात्र सीमित रहनेछैन। संघ पदाधिकारीहरू यसलाई व्यावसायिक रूप दिने ध्याउन्नमा छन्।

त्यसैगरी नेपालमा परम्परागत रूपमा खेलिँदै आएको डन्डीबियोलाई नै राष्ट्रिय खेलको मान्यता दिइनुपर्ने अडान संघले लिएको छ। 'हाम्रो मौलिक पहिचन बोकेको र हामीले नियमबद्ध गरेको हुदाँ यसलाई राष्ट्रिय खेलको मान्यता दिइनुपर्छ,' संघकी सचिव सुजु गुरुङ भन्छिन्।

संघले खेललाई थप व्यवस्थित, समयानुकूल र वैज्ञानिक रूपमा विकास गर्न ७५ जिल्लामा अध्ययन टोली खटाएको थियो। उच्च हिमाली क्षेत्रदेखि तराईका घाँसे मैदानमा समेत खेलिने यो खेलको नियममा एकरूपता नपाइएपछि, अध्ययनका आधारमा यसलाई परिमार्जित गरिएको हो। हाल संघले परिमार्जित नियमसहितको पुस्तिका पनि प्रकाशित गरेको छ। यसैगरी दुई दर्जन खेलाडीलाई परिमार्जित नियमअनुसार अभ्यास गराइँदैछ। 'नयाँ नियममा अभ्यस्त जुनियर र सिनियर खेलाडी उत्पादन गरेका छौं,' संघका उपाध्यक्ष एसपी त्रिपाठी भन्छन्- 'त्यसैगरी ३० जना एम्पायर पनि तयार गरेका छौं।'

५ प्रश्न

विजय पौडेल
अध्यक्ष, नेपाल डन्डीबियो संघ

परिमार्जित डन्डीबियो कति वैज्ञानिक छ ?

नियम वैज्ञानिक ढंगले परिमार्जित गरिएको छ। हामीले परम्परागत नियमलाई आधार बनाएर वैज्ञानिक रूपले नियमबद्ध गरेका हौं। आवश्यकता हेरी नियमलाई अझै परिमार्जन गर्न सकिन्छ।

खेलको नियम परिमार्जन गर्दा यसको मौलिक पहिचान हराउने डर हुँदैन र ?

हामीले खास बचाउन खोजेकै यसको मौलिक पहिचान हो, तर परम्परागत नियम अवैज्ञानिक, असुरक्षित र अनाकर्षक भएकाले नियम परिमार्जन गरेका हौं। परिमार्जित नियमले डन्डीबियोको मौलिक पहिचान समाप्त गरेको छैन, बरु त्यसलाई वैज्ञानिक स्वरूप दिएको छ।

यो खेलले खेलाडी एवं दर्शक आकर्षित गर्न सक्ला ?

हाम्रो प्रयास छ– डन्डीबियोप्रति खेलाडी अनि दर्शकहरू आकर्षित हुन्। विगतमा टाइम पासका लागि मात्र यो खेल खेलिन्थ्यो। खेल्नेले मनोरञ्जन लिए पनि हेर्नेका लागि खासै रोमाञ्चक हुँदैनथ्यो, तर हालको नियमअनुसार यो खेलले खेल्नेलाई मात्र होइन, हेर्नेलाई पनि मनोरञ्जन प्रदान गर्छ।

यो खेल विस्तारित हुने सम्भावना कत्तिको छ ?

आयातित खेलहरूको तुलनामा यो खेलप्रति कमैको ध्यान गएको छ। नेपाली भूगोलमै विकसित भएको खेल भए पनि धेरैले यसलाई मन पराइरहेका छैनन्। यस्तो अवस्थामा यो खेलको विस्तार निकै चुनौतीपूर्ण छ। यद्यपि हामीलाई आशा छ, राष्ट्रिय खेलको मान्यता पायो भने कम्तीमा पनि नेपालभरि यसले बेग्लै ख्याति कमाउनेछ।

उच्च शिक्षा मेला

नेपालमै पनि विश्वमा आकर्षक मानिएका धेरै विषयको अध्ययन-अध्यापन हुने गरेको छ। कतिपय विद्यार्थी यहाँ पढाइ हुने विषयका बारेमा थाहा नपाएर, सो विषय अध्ययन गर्न विदेसिएको पाइन्छ। स्वदेशमै उच्च शिक्षाका अवसरहरूको जानकारी आमविद्यार्थी तथा अभिभावकमा पुऱ्याउन जेठ २९, ३० र ३१ गते त्रिपुरेश्वर, काठमाडौंमा सातौं उच्च शिक्षा मेला हुँदैछ।

मेलामा प्लस टु पढ्न चाहनेहरूका लागि विभिन्न कलेजले जानकारी उपलब्ध गराउनेछन्। प्लस टु दिएर बसेकाहरूले पनि आफूले स्नातक तहमा पढ्न खोजेको विषयमा जानकारी लिन सक्नेछन्। मेलामा २० रुपैयाँको टिकटसँगै २५ रुपैयाँ पर्ने नेपाल साप्ताहिक निःशुल्क उपलब्ध गराइनेछ।

चार्टर्ड एकाउन्टेन्ट बन्न चाहनेहरूले भने चार्टर्ड कलेज अफ म्यानेज्मेन्ट, इन्स्टिच्युट अफ चार्टर्ड एकाउन्टेन्ट र प्राइम चार्टर्ड एकेडेमीका प्रतिनिधिहरूबाट यो विषयका बारेमा विस्तृत रूपमा जानकारी हासिल गर्न सक्छन्। ग्राफिक डिजाइनिङ तथा कम्प्युटरमा दक्षता हासिल गर्न चाहेकाहरूलाई लक्षित गर्दै माया एनिमेसन र इन्फोम्याटिक्सले पनि स्टल राखेका छन्।

इन्जिनियरिङ पढ्न चाहनेहरूका लागि काठमाडौं इन्जिनियरिङ कलेज, नेसनल कलेज र एभरेस्ट कलेजले स्टल राखेका छन्। इन्जिनियर बन्न चाहनेहरूले भने खोप इन्जिनियरिङ कलेजको स्टलमा बसेका कलेजका प्रतिनिधिसँग भेटघाट गर्न सक्नेछन्।

खाद्य प्रविधि पढाउने कलेज अफ एप्लाइड फुड एण्ड डेरी टेक्नोलोजी, बायोमेडिकल पढाउने कलेज अफ बायोमेडिकल इन्जिनियरिङ, पाइलट पढाउने फ्लाइटेक इन्टरनेसनल, नर्सिङ पढाउने ओम हेल्थ क्याम्पसको पनि मेलामा सहभागिता छ। कान्तिपुर होटल म्यानेजमेन्ट कलेज, नमुना कलेज अफ फेसन टेक्नोलोजी र कान्तिपुर डेन्टल कलेजले क्रमशः होटल व्यवस्थापन, फेसन र दन्तचिकित्सासम्बन्धी कोर्सका बारेमा जानकारी गराउन मेलामा स्टल राखेका छन्।

भृकुटीमण्डपमा घरसजावट मेला

आफ्ना घरका कोठाहरू सजाउन विभिन्न विशेषज्ञलाई भेट्न चाहने मानिसहरूको सजिलोका लागि भृकुटीमण्डपमा घर सजावट मेलाको आयोजना गरिएको छ। जेठ २९, ३० र ३१ गते घर सजावटसम्बन्धी क्षेत्रमा कार्यरत ५० भन्दा बढी संस्थाले आफ्ना सेवा एवं वस्तु प्रदर्शन गर्दैछन्।

घर सजाउन सबैभन्दा बढी प्रयोग हुने वस्तु रंग पशुपति पेन्ट्सको प्रदर्शन कक्षमा उपलब्ध हुनेछ। फर्निचरका सामग्रीहरू भने दर्जनौं संस्थाले बिक्री गर्न राखेका छन्। यसरी फर्निचरहरूमा कृष्ण इन्टरनेसनल, प्रसिद्ध इन्टरनेसनल, अपूर्व इन्टरनेसनल, एभरेस्ट इन्टरनेसनल, जया इन्टरनेसनल, वाटरमार्क इन्टरनेसनल आदि छन्।

आरामदायी सोफा, कुर्सी-टेबल, पलङको प्रदर्शन तथा बिक्रीसमेत गर्ने मेलाको उद्देश्य छ। ब्लुम फर्निचरका सुन्दरीहरू भने विविध प्रकारका पलङ देखाउन तम्तयार भएर बसेका छन्। बाँसबाट बनेका सजावटका सामानहरू हिमालयन ब्याम्बु र अनुषा ब्याम्बुको स्टलमा राखिएका छन्। सोलार सिस्टम जोड्न चाहनेहरू भने सोलार सोलुसनको स्टलमा जान सक्छन्। सिसाका सामग्रीहरूको प्रदर्शन माछापुच्छ्रे ग्लास र अमात्य ग्लासको कक्षमा गरिँदैछ।

थरी-थरीका तयार अवस्थाका भान्छा देखाउन भिजन अफ किचेन र मोडुलर किचेनले स्टल राखेका छन्। आल्मुनियमका सामानहरू आल्मुनियम वर्ल्ड र अल्टरनेटिभ प्रोफाइलले राखेका छन्। न्यू होराइजन कार्पेट र तिती कार्पेटले गलैंचाजन्य वस्तुहरू प्रदर्शन गर्ने बताइएको छ। त्यसै गरी लाइट बुटिक जोनले पर्दा, रोयल डोर्सले आकर्षक ढोकाहरू, उड क्र्याफ्टले काष्ठकला, सेक्युर अलार्मले घरसुरक्षाका लागि प्रयोग हुने प्रविधिहरू प्रदर्शन गर्ने आयोजकहरूले जानकारी गराएका छन्।

-रविन राचलिका

फेरि बेहुली श्रृंगार प्रतिस्पर्धा

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- सौन्दर्य प्रसाधन सामग्रीहरूको उत्पादनमा अग्रणी ल्याक्मेले यस पटक पनि 'ब्राइडल' अर्थात् बेहुलीहरूको श्रृंगार प्रतिस्पर्धा गर्दैछ। आगामी असार १९ गते हुने उक्त प्रतिस्पर्धाका लागि प्रारम्भिक छनौट प्रारम्भ भैसकेको छ। विराटनगर, भैरहवा, पोखरा र काठमाडौंबाट श्रृंगारकर्मी अर्थात् मेकअप आर्टिस्टहरूको छनौटपछि २० जना अन्तिम प्रतिस्पर्धाका लागि छानिनेछन्। चलचित्रमा धेरै वर्षदेखि श्रृंगारकर्मीका रूपमा कार्यरत सन्तु तामाङ हाल मेकअप आर्टिस्टहरूको छनौटमा व्यस्त छन्। अन्तिम प्रतिस्पर्धामा विजयी हुनेलाई नगद ५० हजारलगायत अन्तराष्ट्रिय स्तरको ल्याक्मे सैलुन एस्पिरियन्स, टेलिभिजनमा आफ्नो कला प्रस्तुत गर्ने तथा नारी मासिकको आवरण पृष्ठको मोडलका मेकअप गर्न पाउने अवसर प्रदान गरिनेछ।

Learn Computer
51% Discount
Basic Windows
Graphic Designing
Web Page Designing
Accounting
Access Programing
Hardware & Networking
Free English Language
Getway Educational Consultancy (P) Ltd.
Bagbazar, Kathmandu
Ph: 4259719, 4261676

के तपाईं रोजगारीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?
युवा स्वरोजगारमा आश्चर्यजनक सफलता
नेपालमा पहिलो उद्यमशीलता तालिम
महिला तथा विद्यार्थीहरूकालाई ५०% छुट
DIGITAL VIDEO-EDITING & ANIMATION
फोटोग्राफी भिडियोग्राफी
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७

20% off 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 नजान्नेहरूका 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

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

३ महिनामा ४" उचाइ बढाउने
◆ केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने
◆ १ महिनामा चाहेजती 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 :01-5004046
01-5550195
शाखा कार्यालय बनेपा Mo:9841556532

होटल तालीम
छुटमा (%)
★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)

होटल तालिम
SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरूका लागि विशेष छुट मा निम्न विषयहरूमा भर्ना लिइदैछ ।

विशेष छुटमा	विषय	पुरानो शुल्क	छुट सहितको शुल्क
	Cook	8000	5000
	Waiter	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, चाबहिल
४४९००१६
२०२३३६७

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
PACIFIC Jamal, Kathmandu 4232196

Worldwide Valid Certificate
होटल तालिम
यो छुट जेठ मसान्त सम्म मात्र ।
▶ कुक १½ महिना रू. २७००/-
▶ कुक ३ महिना रू. ३७००/-
▶ वेटर र बारमेन रू. १३००/-
१. 5 star लेभलको आफ्नै रेष्टुरेन्ट भएको ।
२. थप तालिमको लागि 5 star होटलमा तथा आफ्नै रेष्टुरेन्टमा पनि गराइने व्यवस्था छ ।
३. स्ट्यान्डर्ड, क्वालिटीको लागि एकपटक आएर बुझ्नहोला । अनिमात्र भर्ना गर्नुहोला ।
माउण्टेन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
चाबहिल गोपीकृष्ण हलको पूर्व गेट संगै
Ph:016212336,9841812055

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** ।