सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष १६ ● अंक १ ● काठमाडौं, शुक्रबार, जेठ ७ २०६७ ● SAPTAHIK ● Nepali National Weekly ● Friday, May 21, 2010 ● पृष्ठ २४ + १६ = ४० ● मूल्य रु. १२/-

करिश्माको नजरमा पुरुष 3 पृष्ठमा

राजेश हमालको हट
एन्ड ह्यान्डसम लुक्स 30 पृष्ठमा

कसरी देखिन्छन् पुरुषहरु आकर्षक ?
नील डेभिड कटवाल तथा
सान्द्रा पुनको सल्लाह

मध्यपृष्ठमा
नेहा

भित्री पृष्ठमा

वर्षका सर्वश्रेष्ठ ब्लोअपहरु	पृष्ठ : १८
सर्वाधिक आकर्षक पुरुषहरु	पृष्ठ : १६
स्टाइल मन्त्र पुरुषका लागि	पृष्ठ : २०
के हो मेट्रोसेक्सुअल मेल ?	पृष्ठ : २२
युवतीहरुले मन नपराउने पुरुष प्रवृत्ति	पृष्ठ : २४
घरेलु हिंसा र पुरुष	पृष्ठ : २५
पुरुषलाई मन नपर्ने महिलाका कुरा	पृष्ठ : २६
आकर्षण बौद्धिक पुरुषको	पृष्ठ : २७
एक्स फ्याक्टरको खोजीमा पुरुष	पृष्ठ : २८
राशिअनुरूप पुरुष प्रवृत्ति	पृष्ठ : ३३
पुरुषले सुन्न रुचाउने कम्प्लिमेन्ट्स	पृष्ठ : ३४

सूचना

बदलिँदो परिस्थिति तथा अन्य अपरिहार्य कारणले साप्ताहिकको मूल्य यही अंकदेखि लागू हुने गरी रु. १२/- कायम गरिएको छ । यो परिप्रेक्षमा साप्ताहिकले सहृदयी पाठक तथा वितरकहरूबाट सदाझैं स्नेह पाइरहने छ भन्ने आशा गर्दछौं।

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि.

टेलि एवार्डका रोचकप्रसंग

● कृष्ण भट्टराई

मिति : जेठ ६ गते सोमबार
समय : तीन बजेपछि
स्थान : सोल्टिहोटल, ताहाचल
समारोह : टाफन मिडिया हब टेलिएवार्ड २०६७

प्रसंग एक : नेपाली मनोरञ्जनको इतिहासमा एउटै कार्यक्रम सातवटा टेलिभिजन च्यानलले प्रत्यक्ष प्रसारण गर्ने भएकाले टेलिएवार्डका निम्तालुहरू निर्धारित समयभन्दा अघि नै प्रेक्षालयमा प्रवेश गरिसकेका थिए। दिउँसो तीन बजेपछि कान्तिपुर टेलिभिजन, इमेज च्यानल, एभेन्युज टेलिभिजन, नेपाल टेलिभिजन, नेटिभी-२, एबीसी तथा सगरमाथाबाट एकसाथ प्रत्यक्ष प्रसारण भएकाले होला सोल्टिहोटलस्थित एवार्ड वितरण हल खचाखच भरिएको थियो।

प्रसंग दुई : नेपाली टेलिभिजन च्यानलको संख्या बढ्दै गएको अवस्थामा पहिलो पटक सानो पर्दाका टेलिभिजनकर्मी, कलाकार तथा प्राविधिकलाई सम्मानित गर्न आयोजित टेलिएवार्डमा अधिकांश टेलिभिजनकर्मी उपस्थित हुनुपर्ने हो। यद्यपि कार्यक्रममा टेलिभिजनकर्मीको तुलनामा चलचित्रकर्मीहरूको संख्या बढी देखिन्थ्यो।

प्रसंग तीन : एवार्ड वितरण गर्ने क्रममा अधिकांश एवार्ड विजेता कार्यक्रमस्थलमा अनुपस्थित देखिन्थे। लोकप्रिय अभिनेत्रीको एवार्ड विजेता कुञ्जना घिमिरे सुन्तलीसहित तीनवटा एवार्ड विजेता कलाकार सूरवीर पण्डित पनि कार्यक्रममा उपस्थित थिएनन्। सामाजिक चेतनामूलक टेलिश्रृंखलातर्फको सर्वोत्कृष्ट अभिनेताको एवार्ड विजेता रमेश बुढाथोकी कार्यक्रमको उत्तरार्धमा पुगेका थिए। उनको एवार्ड उनकै भाइ महेन्द्र बुढाथोकीले ग्रहण गरिरहँदा उद्घोषकद्वयले उनको नाम घोषणा नगरिदिंदा अधिकांश दर्शकले 'रमेश बुढाथोकी जवान भएछन्' भन्ने टिप्पणी गरेका थिए।

प्रसंग चार : २०५१ सालदेखि २०६० सालसम्मको प्रतिनिधित्व गर्दै कालजयी टेलिश्रृंखलाका रूपमा सम्मानित भएको 'देवी' का निर्देशक सम्मान ग्रहण गर्ने क्रममा केही रुष्ट देखिएका थिए। उद्घोषकले 'देवी' श्रृंखलाका कोही प्रतिनिधि कार्यक्रममा उपस्थित हुनुहुन्छ भने सम्मान ग्रहण गर्न आइदिनुहोला' भनेपछि लय संग्रौला रुष्ट भएका थिए। सम्मान ग्रहण गरेपछि संग्रौला भन्दै थिए, दर्शकले अत्यन्त मन पराएको देवी श्रृंखलाको निर्देशक म लय संग्रौला कार्यक्रममा उपस्थित हुँदाहुँदै यो सम्मानलाई बेवारिसे बनाउन खोजिएकोमा मेरो आपत्ति छ।' कार्यक्रम सम्पन्न भैसकेपछि आयोजित रात्रिभोजमा सहभागी हुने क्रमसम्म पनि संग्रौलाको रिस मरेको थिएन।

प्रसंग पाँच : कुनै पनि एवार्ड वितरण समारोहमा लाइफ टाइम एचिभ्मेन्ट एवार्डको विशेष महत्व हुन्छ। यो एवार्ड ग्रहण गर्न आयोजकले पुराना कलाकार रुद्रराज पाण्डेलाई निम्त्याइएका थिए। विडम्बना के देखियो भने आयोजकले कलाकार पाण्डेलाई बस्ने व्यवस्थासमेत गर्न भ्याएनन्। एवार्ड घोषणा हुने बेलासम्म वृद्ध कलाकार पाण्डे बस्ने कुर्सी खोजिरहेका थिए।

प्रसंग छ : हास्यश्रृंखला मेरी बास्सैको युनिटले भविष्यवाणी गरेजस्तै टेलि एवार्ड समारोहमा 'तीतो सत्य' हावी रह्यो। वितरण विज्ञापन प्रसारण गरिएको थियो। घरमा बसेर टेलिभिजनमा कार्यक्रम हेरिरहेका दर्शकलाई विज्ञापन हेर्न करै लाग्छ। विडम्बना के रह्यो भने बारम्बार प्रसारण भैरहने विज्ञापनहरू कार्यक्रमस्थलमा भेला भएका दर्शकले पनि हेर्नैपर्‍यो। लामो समयसम्म उस्तै विज्ञापन बारम्बार हेरिरहनुपर्दा दर्शकले भने दिक्क मानेको देखिन्थ्यो।

प्रसंग आठ : 'तीतो सत्य' तथा 'जीरे खुर्सानी' लोकप्रिय टेलिश्रृंखला

तस्विरहरु : नवराज बाले

गरिएकामध्ये झन्डै ५० प्रतिशत एवार्ड तीतो सत्यले नै जित्यो। तीतो सत्यका निर्देशक तथा नायक दीपकराज गिरी तथा नायिका दीपाश्री निरौला सबैको नजरमा परिरहे। एवार्ड विजेताका रूपमा एक-अर्काको नाम घोषणा हुनासाथ स्टेजको दाहिनेतर्फ भेला भएका तीतो-सत्य युनिटका कलाकार तथा प्राविधिकहरू ताली बजाउँथे भने दीपक र दीपा एक-अर्कालाई अँगालेर गालामा म्वाइँ खान्थे।

प्रसंग सात : एकैपटक धेरै च्यानलबाट प्रत्यक्ष प्रसारण भएकाले नै हुनुपर्छ कार्यक्रममा धेरै पटक हुन्। यी दुई श्रृंखला कतिसम्म लोकप्रिय छन् भन्ने कुरा एवार्ड वितरण समारोहमा प्रमाणित भएको थियो। दुई श्रृंखलाका कलाकार तथा प्राविधिकले एवार्ड पाएको घोषणा हुनासाथ कार्यक्रमस्थलमा बढी नै ताली बजेको सुनिन्थ्यो।

प्रसंग नौ : 'जीरे खुर्सानी' का निर्देशक तथा मुन्द्रेको उपनामले लोकप्रिय जितु नेपालले एवार्ड वितरण समारोहप्रति गुनासो गरेको प्रसंग पनि रोचक रह्यो। कार्यक्रममा 'सेमी नन भेज' व्यंग्य प्रस्तुत गरेका जितुको गुनासो थियो, जसलाई एवार्ड चाहिएको थियो, उनीहरूले पाएका छन्। हास्य टेलिश्रृंखलाको उत्कृष्टता जाँच्न यही क्षेत्रको एउटै कलाकार निर्णायकमा नहुनु विडम्बना हो। निर्णायकमा रहेका सदस्यका बारेमा अग्रिम जानकारी पाएको भए हामीले 'जीरे खुर्सानी' लाई प्रतिस्पर्धाका लागि पठाउने नै थिएनौं।' निर्णायक मण्डलमा छायांकार श्याममोहन श्रेष्ठ, संगीतकार नारायण रायमाझी, चलचित्र लेखक ब्रजेश खनाल, टेलिभिजनकर्मी दिनेश डिसी तथा पत्रकार प्रदीप भट्टराई थिए।

प्रसंग दस : एवार्ड वितरण समारोहमा हास्यकलाकारहरूको नृत्य दर्शकले मन पराए। तराईवासीको भूमिका निर्वाह गर्ने शिवशंकर रिजालदेखि तीन जना मोटा कलाकार निर्मल शर्मा, आरपी भट्टराई तथा रवि शर्माको नृत्यले दर्शकको मन जित्यो। कार्यक्रमको अन्त्यमा दीपकराज तथा दीपाले प्रस्तुत गरेको नृत्य सबैभन्दा आकर्षक रह्यो। अधिकांश कलाकारले पुराना नेपाली चलचित्रका गीतमा नृत्य प्रदर्शन गरेका थिए।

प्रसंग एघार : म्युजिक भिडियोतर्फको सर्वोत्कृष्ट निर्देशकको एवार्ड संगीता श्रेष्ठले जितिन्। रामभक्त जोजिजू तथा इतु जोजिजूले गाएको 'जहाँ झामर छ...' गीतले आधुनिक/पप विधाअन्तर्गतका चारवटै एवार्ड जित्न सफल हुँदा उक्त युनिटलाई बधाई दिनेहरूको घुइँचो नै लाग्यो। उक्त गीतको भिडियोले सर्वोत्कृष्ट म्युजिक भिडियो, निर्देशन तथा मोडल (विनय श्रेष्ठ र एलिजा गिरी) को एवार्ड जितेको थियो।

प्रसंग बाह्र : आफूले अभिनय गरेको पहिलो चलचित्र 'गोरखा पल्टन' को गीतिसंग्रह सार्वजनिक गर्न मुम्बईबाट काठमाडौं आएका तेस्रो इन्डियन आइडल प्रशान्त तामाङ एवार्ड वितरण समारोहको समापन समारोहलाई आफ्नो पक्षमा पार्न सफल रहे। कार्यक्रमका आयोजक तथा व्यवस्थापकहरू प्रशान्तलाई सम्मान गर्न पाउँदा खुसी देखिए। त्यसपछि प्रशान्तले अन्जु पन्तसँग मिलेर गाएको युगल गीत पनि दर्शकले मन पराए। त्यसो त कार्यक्रममा अञ्जु पन्त, शिव परियार, बाबु बोगटीले पनि गीत-संगीत प्रस्तुत गरे भने दिलीप रायमाझी, अरुणिमा लम्साल, शंकर बिसी, शुभेच्छा थापा आदि कलाकारले नृत्य प्रदर्शन गरे।

प्रसंग तेन्ह : पुरानो हास्यश्रृंखला '१५ गते' का लागि मदनकृष्ण श्रेष्ठ तथा हरिवंश आचार्य, 'देवी' का लागि लय संग्रौला तथा 'हिजोआजका कुरा' का लागि सन्तोष पन्तलाई सम्मानित गर्दा समारोहमा उपस्थित सबै जना आ-आफ्नो कुर्सीबाट उठेर ताली बजाएका थिए। तर, एसएमएस भोटिङबाट छनोट गरिएको लोकप्रिय कलाकारको एवार्ड पनि विवादमुक्त रहन सकेन। इटहरीबाट कार्यक्रममा सहभागी हुन आएका कलाकार प्रकाश सुब्बाले एसएमएस भोटिङ संख्या घोषणा नगरिएकोमा आपत्ति जनाए। उक्त विधामा रामकेशर बोगटी तथा कुञ्जना घिमिरे विजयी भएका थिए। मह जोडी पनि यो विधाको मनोनयन परेका थिए।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

मेष

पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। तपाईंको लगनशीलता एवं इमान्दारिताको सम्मान गर्नेहरू प्रसस्तै हुनेछन्। धन आर्जन गर्ने अवसर पनि जुट्ने छ। आइतबार, सोमबार तथा बिहीबार ग्रह प्रतिकूल हुनेछन्। मन अशान्त रहन सक्छ भने अरूबाट आलोचना पनि हुनेछ।

मिथुन

पराक्रम बढ्नेछ। आफ्नो वर्चस्व कायम राख्न सकिनेछ। अधुरा धेरै काम पूरा हुनेछन्। अध्ययनमा सोचेजस्तै सफलता हात लाग्नेछ। सन्तानहरूको प्रगतिले मन आनन्दित हुनेछ। भाग्यले साथ दिनेछ। बिहीबार रोग एवं शत्रु बढ्ने योग भएकाले खाँदा तथा बोल्दा विचार पुर्‍याउनुहोला।

सिंह

स्वास्थ्यको ख्याल साताभरि नै गर्नुपर्नेछ। मानसम्मान, काममा सफलता एवं धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्ने छ। बेलीको प्रभाव बढ्नेछ। पहिलो भेटमै अरूको मन जित्न सफल हुनुहोला। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर पनि जुट्नेछ।

तुला

धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्ने छ। पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ। सानै प्रयासले पनि ठूलो काममा सफलता पाउनुहोला। नयाँ काम आरम्भ हुनसक्छ। रिसको वेग बढ्नेछ भने धन नाश हुनुका साथै मनमा अशान्ति बढ्नेछ। घरेलु समस्याले पनि सताउनेछ। लेनदेनमा विवादको सामना गर्नुपर्ला।

धनु

भाग्यले साथ दिनेछ भने मन उत्साहित रहनेछ। पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ। आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। पहिलो भेटमै अरूको मन जितेर महत्त्वपूर्ण काम हात पार्न सकिनेछ। प्रेम गर्ने अवसर जुट्न सक्छ। स्वास्थ्य गडबड हुन सक्छ भने काममा अवरोध आउन सक्छ।

कुम्भ

काममा सफलता मिल्नेछ। यात्रा लाभदायी हुनेछ भने बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नेछ। अधुरा काम आफ्नै प्रयासमा पूरा गर्न सकिनेछ। वैदेशिक कार्यमा सफलता पाउनुहोला। भाग्यले साथ दिनेछ। आइतबार र सोमबार स्वास्थ्य गडबड हुने, काममा बाधा आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ।

वृष

आफन्तहरूको सहयोग पाउनुहोला। बोलीको प्रभाव एवं सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। पहिलो भेटमै अरूको मन जित्न सकिनेछ। भाग्यले साथ दिनेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। रोग एवं शत्रु बढ्ने हुँदा खाँदा तथा बोल्दा विचार पुर्‍याउनु होला। सन्तानको सफलताले मन प्रसन्न हुनेछ।

कर्कट

तपाईंका शब्दले अरूलाई आकर्षित गर्नेछ। मन पराउनेहरू पनि प्रशस्तै हुनेछन्। पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ।सानै प्रयासले पनि ठूलो काममा सफलता पाउनुहोला। नयाँ कामको प्रस्ताव पनि आउन सक्छ। भाग्य बलियो छ। धन आर्जन भए पनि खर्च बढ्ने भएकाले धन सञ्चित गर्न गाह्रो पर्ला।

कन्या

खर्चको गति तीव्र हुनेछ। काम अलमलमा पर्नेछ। आलस्यता बढ्नेछ। स्वास्थ्यमा समस्या देखापर्न सक्छ। काममा सफलता पाउन विशेष प्रयास गर्नुपर्ला। आइतबारदेखि समय अनुकूल बन्दै जानेछ भने भाग्य बलियो हुँदै जानेछ। सानै प्रयासले पनि ठूलो काम हात पार्न सकिनेछ। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। कर्म बलियो छ।

वृश्चिक

पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम हात पर्ने देखिन्छ। आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। भाग्यले साथ दिनेछ। तपाईंको बौद्धिकताको प्रशंसा गर्ने प्रशस्तै हुनेछन्। मंगलबार र बुधबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्न सक्छ। स्वास्थ्यको ख्याल साताभरिनै गर्नुपर्ला। पतिपत्नीबीच विवाद बढ्न सक्छ।

मकर

मन अशान्त रहनेछ। स्वास्थ्य पनि गडबड हुनसक्छ। गलत विचारले गर्दा हात परेको काम पनि फुत्कनेछ। काममा तगारो लगाउनेहरू सक्रिय हुनेछन्। आइतबारदेखि भाग्यले साथ दिनेछ भने काममा सुधार आउनेछ। मान-सम्मान पनि पाइनेछ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ भने धेरैले सहयोग गर्ने तत्परता धेरैले देखाउनेछन्।

मीन

काममा सफलता मिल्नुका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्ने छ। सानै प्रयासले ठूलो सफलता हात पार्न सकिनेछ। पहिलो भेटमै अरूको मन जित्न सकिनेछ। मित्र तथा परिवारिक सहयोग पाउनुहोला। मंगलबार र बुधबार स्वास्थ्य गडबड हुने, चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोघ आउने योग छ। खानपानमा विचार पुर्‍याउनुहोला।

यो साताको पञ्चाङ्ग

जेठ ७ गते : लुभु महालक्ष्मी जात्रा, सांस्कृतिक विविधता दिवस, ८ गते : सीता जयन्ती, जैविक विविधता दिवस, १० गते : एकादशी, ११ गते : कोका कौशिकी संगम, मत्स्यदर्शन, १२ गते : नर्सिंह जयन्ती, १३ गते : बुद्धजयन्ती, उभौली पर्व, बन्दिकापुरे चण्डेश्वरी रथयात्रा, कुर्म जयन्ती।

पुरुषबिना करिश्माको कुनै अर्थ छैन

तस्बिरहरू : महेश प्रधान

मानिसलाई पैसाले आकर्षित गर्छ, प्राकृतिक वस्तुले आकर्षित गर्छ, ठूलो पद र प्रतिष्ठाले आकर्षित गर्छ। यौनले आकर्षित गर्छ। यद्यपि मलाई पैसाले कहिल्यै आकर्षित गरेन। कलाकारिताबाहेक कुनै पदले पनि आकर्षित गरेन। म घुम्न मन पराउँछु, तर त्यसले सधैं आकर्षित गरेन। त्यसो भए मलाई के कुराले आकर्षित गर्छ.... लामो समय गुनेपछि मैले बुझें थाहा पाएँ, मलाई पुरुषको व्यक्तित्व एवं व्यवहारले आकर्षित गर्छ।

म पुरुषका लागि सौन्दर्य प्रसाधन प्रयोग गर्छु। म पुरुषका अघि राम्री देखिन चाहन्छु। मलाई सम्झना हुन्छ– जब मेरो नजिक कुनै पुरुष पत्रकारले अन्तरवार्ता लिइरहेको हुन्छ, म आफ्नो सौन्दर्यप्रति सचेत हुन्छु। म त्यही कुरा बोल्छु, जुन कुरा पुरुषहरू मन पराउँछन्। फोटोपत्रकारले मेरो तस्बिर लिइरहँदा मलाई लाग्छ, म सम्पूर्ण पुरुषमा आफ्नो सौन्दर्य छरिरहेको छु। म पुरुषसँग रहँदा करिश्मा भएको बोध गरिरहेकी हुन्छु। पुरुषबिना करिश्मा मानन्धरको कुनै अर्थ छैन, उसको सौन्दर्यको पनि कुनै मूल्य छैन। करिश्माले जीवनमा जे-जस्तो सफलता हासिल गरेकी छे, त्यो सफलताका पछि पुरुषको आँखा, पुरुषको मन एवं पुरुषको सम्मान नै हो।

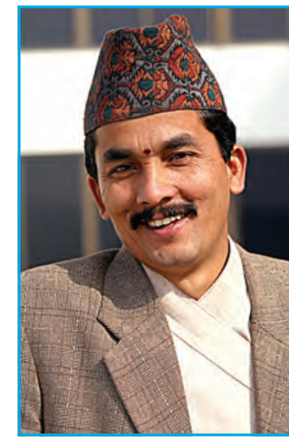
ooo

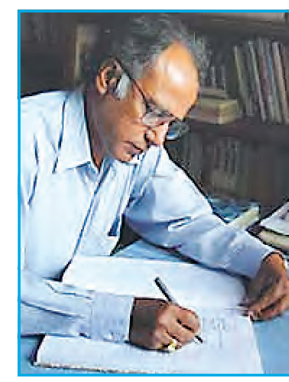
सर्वप्रथम मैले पुरुषलाई परैबाट चिनें। मलाई पुरुष भन्नेबित्तिकै आफूलाई स्कुलमा पढाउने शिक्षक हो भन्ने लाग्थ्यो। चलचित्रमा सानो उमेरमा प्रवेश गरें, त्यसैले पुरुष भन्नेबित्तिकै केश फुलेको निर्देशक हो भन्ने लाग्थ्यो। सानैदेखि बुबाको मायाबाट वञ्चित भएका कारण मलाई पुरुष प्रेमी कम अभिभावक बढी हो भन्ने लाग्थ्यो। त्यसैले मलाई चकलेटी, आकर्षक वा बडी बिल्डर पुरुषले आकर्षित गर्दैनन्। पुरुष मेरा लागि हाम्रो समाजले अंगीकार गरेजस्तै कम बोल्ने तर महत्त्वपूर्ण कुरा बोल्ने हुनुपर्छ। उसमा पीताको जस्तो अभिभावकत्व एवं गुरुको जस्तो ज्ञान हुनुपर्छ। मेरो आदर्श पुरुष त्यही हो, जो बाहिर हेर्दा साधारण, भित्र असाधारण व्यक्तित्वको धनी होस्। पहिलो भेटमा कुन पुरुष कति आकर्षक रूपमा मेरा अघि देखा पऱ्यो, त्यो मेरा लागि महत्त्वपूर्ण हुँदैन। बरु समय बित्दै जाँदा उसले मलाई कति बढी प्रभावित बनाउँदै लग्यो, त्यो मेरा लागि महत्त्वपूर्ण हुन्छ। त्यस्ता पुरुषलाई मात्र मैले आदर्श मानें, जसले मलाई भित्रैदेखि प्रभावित तुल्याउन सके। एकपटक मैले जुन पुरुषलाई सम्मान दिएँ, त्यसलाई सधैं मनमा राखें।

बाँकी पृष्ठ १३ मा

विविध आँखामा साप्ताहिक

सबैको रुचि, हेराइ र बुझाइ एउटै हुँदैन। कुनै एउटै वस्तुप्रति पनि मानिसको हेराइ र बुझाइमा विविधता हुन्छ। 'साप्ताहिक' लाई हेर्ने दृष्टिकोणमा पनि यस्तै विविधता पाइन्छ। साप्ताहिकले प्रस्तुत गर्ने विषय कतिपयका लागि अश्लील लाग्छन् भने कतिका लागि अपरिहार्य जानकारी। कसैको मन शिक्षा, प्रविधि आदि विषयले छोएको पाइयो भने कसैले मनोरञ्जक जानकारीहरू मात्र रुचाउँछन्।





हाम्रो कुरा

यो अंकदेखि साप्ताहिक १५ वर्ष पूरा गरेर १६ औं वर्षमा प्रवेश गरेको छ । बितेको १५ वर्षमा साप्ताहिक नेपाली समाजको मात्र नभै राजनैतिक एवं आर्थिक गतिविधिहरूको समेत साक्षीका रूपमा रह्यो । नेपाली युवाहरूका लागि आवश्यक पठनीय सामग्री प्रस्तुत गर्ने अठोटका साथ प्रकाशन प्रारम्भ भएको साप्ताहिकले यो अवधिमा विकासका थुप्रै चरणलाई आत्मसात् गरेको छ । प्रारम्भमा ४ पृष्ठ रंगीनसहित १६ पृष्ठमा प्रकाशित साप्ताहिक अहिले ३२ रंगीन पृष्ठमा प्रकाशित हुन थाल्नु यसको विकास प्रक्रियाको परिचायक हो । प्रकाशन प्रारम्भ गर्दा साप्ताहिकसाग नेपाली युवाहरूका लागि सीमित विषय थिए भने बितेका १५ वर्षमा युवाहरूको आवश्यकतालाई बोध गर्दै साप्ताहिकले थुप्रै विषय समेट्दै लगेको तथ्य सबैका सामु छर्लङ्ग छ । बितेका १५ वर्षमा मुलुकको राजनैतिक घटनाक्रमको आरोह–अवरोहसागै साप्ताहिकले थुप्रै किसिमका संकट सामना नगर्नुपरेको होइन । त्यस्ता संकटलाई सफलताका साथ निराकरण गर्दै अघि बढेको साप्ताहिक आजका मितिमा मुलुकको नम्बर एक साप्ताहिक हुन सकेको छ भने त्यसको श्रेयको धेरै ठूलो अंश यसका पाठकहरूलाई जान्छ । मनोरञ्जन, फेसन, शिक्षा, रोजगार, घर–परिवार, व्यक्तिगत अनुभवहरू एवं खेलकुद साप्ताहिकको प्राथमिकतामा भए पनि मुलुक र समाजको आवश्यकताअनुसार राजनैतिक विषयमा समेत आफ्नो प्रस्तुतिमार्फत पाठकहरूलाई सु–सूचित गर्दै आएको साप्ताहिकले आगामी दिनमा पनि आफ्नो यस्तो परम्परागत विशेषतालाई यथावत् नै राख्ने विश्वास हामी हाम्रा समस्त पाठक, विज्ञापनदाता एवं शुभ चिन्तकहरूलाई दिलाउन चाहन्छौं ।

१६ औं वर्षको यो प्रवेशांकलाई हामीले 'पुरुष विशेषांक'का रूपमा प्रस्तुत गरेका छौं । नेपाली छापा माध्यममा पुरुषका विषयमा यस्तो विशेषांक आफैंमा एउटा उपलब्धि हुनेछ भने हाम्रो विश्वास छ । यो अंकमा हामीले पुरुषहरूका बारेमा पौराणिकदेखि आधुनिक कालसम्मका तथ्यलाई सम्बन्धित विशेषज्ञहरूमार्फत प्रस्तुत गरेका छौं । यो अंकमा पुरुषहरूको व्यवहार, रुचि, बानी–बेहोरालगायत उनीहरूबाट विपरीत लिंगी र शेष समाजले गर्ने अपेक्षाहरूका बारेमा समेत जानकारी दिने प्रयास गरिएको छ । हाम्रो यो प्रयास आफैंमा सम्पूर्ण होइन, तर यसले पुरुषलाई हेर्ने परम्परागत सामाजिक अवधारणामा केही परिवर्तन ल्याउनेछ भन्ने विश्वास हामीले गरेका छौं ।

अन्तमा १६ औं वर्षप्रवेशको यो अवसरमा हामी आफ्ना समस्त पाठक, विज्ञापनदाता, वितरक एवं शुभ–चिन्तकहरूबाट आगामी दिनमा पनि उत्तिकै सहयोग र सद्भावनाको अपेक्षा गर्दछौं ।

मैले विगतदेखि नै नियमित रूपमा साप्ताहिक पढ्दै आएको छु। एसएलसीदेखि प्लस टु जेनेरेसनमा यो पत्रिकाको राम्रो प्रभाव छ। समाजले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू यसमा समेटिएका छन्। सामग्रीमा विविधता छ। यति हुँदाहुँदै पनि सम्पादकीय टिमलाई म के भन्न चाहन्छु भने साप्ताहिकमा सामग्रीहरू प्रकाशन गर्दा हाम्रो समाज, संस्कृति, संस्कारको पनि ख्याल राख्नुपर्छ। साप्ताहिकले प्रस्तुत गर्ने कतिपय सामग्रीहरू हाम्रो समाजले पचाउन नसक्ने खालका पनि हुन्छन्।

गोपाल बुढाथोकी
सम्पादक, साँघु साप्ताहिक

मैले नियमित त पढ्न पाएको छैन तर साप्ताहिकमा प्रकाशित कतिपय लेख-रचनाको चर्चा हुँदा खोजीखोजी पढ्ने गरेको छु। मलाई साप्ताहिकमा प्रकाशित रचना चोटिला र राम्रा लाग्छन्। साप्ताहिकले मलाई गुन पनि लगाएको छ। मैले भन्न खोजेको तर भन्न नसकेको कुरा साप्ताहिकले भनिदिएको छ। अहिले त्यसको विवरणचाहिँ नखुलाऊँ।

मञ्जुल
कवि/लेखक

मनोरञ्जनलगायतका क्षेत्रमा के भैरहेको छ भनेर समाचार दिने हुनाले साप्ताहिक पढ्न मन लाग्छ। यसमा युवाहरूले रुचाउने विभिन्न भेराइटी हुन्छ। समग्रमा पत्रिका राम्रो र रुचिकर छ तर ब्लोअपमा कहिलेकाहीं नग्न एवं भड्किलो तस्विर प्रकाशन हुँदाचाहिँ राम्रो लाग्दैन। त्यसको साटो सालिन एवं सुन्दर तस्विर भए पत्रिकाको महत्त्व अझ बढ्ने थियो।

अनुप बराल
नाट्यकर्मी

साप्ताहिक नपढी सुखै छैन। धेरै पेज, धेरै विषयवस्तु समेटिएकाले रमाइलो लाग्छ। साप्ताहिक राम्रो पत्रिका हो तर तरुनीका तस्विर बढी आउँछन्। ब्लोअपमा प्रकाशन हुने तस्विरको साइज घटाएर त्यो ठाउँमा गरिब-दुःखीहरूको पीडा-व्यथा समेट्न सके निकै राम्रो हुने थियो। उनीहरूका बारेमा साप्ताहिकजस्तो लोकप्रिय पत्रिकाले खुराक दिन सक्नुपर्छ।

केदार घिमिरे 'माग्नेबूढा'
हास्यकलाकार

साताभरिका खेलकुद गतिविधि प्रकाशन हुने भएकाले म साप्ताहिक पत्रिका पढ्न छुटाउँदिनँ। खेलकुद गतिविधिदेखि खेलाडीहरूका बारेमा धेरै कुरा छ साप्ताहिकमा। नेपालको कुनाकाप्चामा भएका खेलकुददेखि विश्वमा भैरहेका खेलकुदका कुरा पनि पढ्न पाइन्छ। साप्ताहिकले खेलकुदलाई थप पेज दिन सके अझ राम्रो हुने थियो।

कमल अधिकारी
राष्ट्रिय खेलाडी, भारोत्तोलन

साप्ताहिकमा मनोरजञ्जनात्मक, ज्ञानवर्द्धकलगायत अत्यन्तै धेरै सूचना समेटिएको छ। यसमा जिज्ञासामूलक खुराक पनि छ। थोरै पैसामा धेरै सामग्री पढ्न पाइनु नै साप्ताहिकको राम्रो पक्ष हो। यो पत्रिका युवापुस्तामाझ अत्यन्तै लोकप्रिय छ। अझ मनोवैज्ञानिक सन्दर्भका खुराक प्रकाशन गर्न सके युवाहरूले राम्रो विषयवस्तु पढ्न पाउने थिए।

कृष्ण धरावासी
साहित्यकार

साप्ताहिक बाहिरबाट हेर्दा ग्लामरस एवं योङ्स्टरहरूको मात्र जस्तो देखिन्छ तर भित्री रूपमा यो अत्यन्तै जानकारीमूलक पत्रिका हो। यसमा प्रविधि, खेलकुद, मनोरञ्जनदेखि सम्पूर्ण खुराक पाउन सकिन्छ। साप्ताहिकमा प्रस्तुत हुने संघर्ष र सफलतासम्बन्धी व्यक्ति फिचर एकदमै उपयोगी एवं प्रेरणादायी छ। यो पत्रिकाले स्वास्थ्यक्षेत्रलाई पनि समेट्न सके अझ राम्रो हुने थियो।

सुदर्शन बस्नेत
अध्यक्ष, वेलनेस अस्पताल

मनोरञ्जन, खेलकुदजस्ता सबै क्षेत्र समेटेकाले राम्रो लाग्छ। नजिकबाट स्तम्भमा श्रोताले रुचाएका गायकहरूको बायोग्राफी दिनु राम्रो हुन्छ। नयाँ गायकहरूलाई पनि प्रोत्साहित गर्नुपर्छ। नांगिएकै भरमा कसैको ब्लोअप प्रकाशन गर्नुचाहिँ राम्रो होइन। ब्लोअपमा युवतीहरूको पृष्ठभूमि पनि हेरियोस्।

स्वरूपराज आचार्य
गायक

योङ जेनेरेसनलाई जानकारी दिने समाचार, लेख-रचनाहरू समावेश भएकाले साप्ताहिक राम्रो लाग्छ। सूचना प्रविधिमूलक जानकारीहरू सम्प्रेषण गरेर युवावर्गको मन जित्न सकेको छ साप्ताहिकले, तर तस्विरहरू बढी एक्स्पोज भएका हुन्छन्। कहिलेकाहीं नभन्नुपर्ने कुरालाई पनि बढी नै महत्त्व दिएजस्तो लाग्छ।

सुरेश कर्ण
अध्यक्ष, कम्प्युटर एसोसिएसन अफ नेपाल (क्यान)

चलचित्र, गीत संगीत एवं मनोरञ्जनसँग सम्बन्धित पत्रिका भएकाले मेरो पहिलो रोजाइ बन्ने गरेको छ, म पनि यही क्षेत्रमा भएकाले होला। यद्यपि साप्ताहिक पूर्णतः मनोरञ्जनात्मक हुन सकेको छैन। साप्ताहिकमा शिक्षा, प्रविधि, खेलकुदजस्ता लेख-समाचार नराख्नु नै राम्रो हुन्छ।

सिमोश सुनुवार
चलचित्र निर्देशक

युवापुस्तालाई लक्षित गरिएको धेरै राम्रो पत्रिका लाग्छ मलाई। युवाहरूको चासो र जिज्ञासाका विषयहरू यसमा समावेश छन्। साप्ताहिक समग्रमा पठनीय छ। यसमा विचार र राजनीतिका कुरा पनि प्रकाशन गरे अझ राम्रो हुन्छ।

रामकुमारी झाँक्री
अध्यक्ष अनेरास्ववियु

सुरुमा साप्ताहिक नियमित हेरिन्थ्यो। आजभोलि व्यस्तताले गर्दा सरर हेर्छु। यसमा मनोरञ्जनात्मक सामग्री पर्याप्त छ। युवावर्ग सुहाउँदो पत्रिका हो यो। साप्ताहिकले पर्यटनलाई कम महत्व दिएजस्तो लाग्छ। यसलाई बढावा दिए राम्रो हुन्थ्यो। त्यस्तै साइकोलोजीजस्ता विषयमा पनि लेख प्रकाशन हुनुपर्‍यो।

सुनिलबाबु पन्त
तेस्रो लिंगी सभासद

म साप्ताहिकको नियमित पाठक हुँ। साप्ताहिक बेग्लै इमेज भएको पत्रिका हो। यो पत्रिकाले हरेक क्षेत्र समेटेकाले सबै वर्ग र क्षेत्रमा लोकप्रिय छ, तर कहिलेकाहीं सामान्य विषयलाई पनि ठूलो इस्यु बनाएको मन पर्दैन, अर्थात् अनावश्यक कुरालाई महत्त्व दिइएको पाइन्छ।

युवराज न्यौपाने
सञ्चालक, द कन्डम हाउस

साप्ताहिक युवा जेनेरेसनप्रति लक्षित लोकप्रिय पत्रिका हो। मैले नियमित हेर्ने गरेकी छैन, तर यसमा समावेश सामग्रीहरू युवावर्गका विविध पक्षसँग सम्बन्धित हुन्छन् भन्ने लाग्छ।

पवित्रा लिम्बू
प्रिन्सिपल, मन्टेश्वरी किन्डर वर्ल्ड

हरेक शुक्रबार साप्ताहिक पढ्न पाउने उत्साह सबैमा हुन्छ। म पनि साप्ताहिक पढ्न पाउने भएकाले उत्साहित हुन्छु। आफू मनोरञ्जन क्षेत्रमा भएकाले र साप्ताहिकले पनि मनोरञ्जक कुरा प्रकाशन गर्ने भएकाले मलाई यो पत्रिका ज्यादै मन पर्छ।

जल शाह
नायिका

युवाहरूलाई सकारात्मक ऊर्जा दिने खालका लेख सामग्रीहरू प्रकाशित भएकाले साप्ताहिक निकै लोकप्रिय छ। यसका सामग्रीहरू प्रेरणादायी पनि हुन्छन्। यसमा प्रकाशन हुने विभिन्न रोल मोडलहरूको प्रस्तुतिबाट युवापुस्ताले आफ्नो जीवनमा ऊर्जा प्राप्त गर्न सक्छन्।

दीपक थापा
इभेन्ट म्यानेजर, डाइरेक्सन नेपाल

शिक्षा र करियरसम्बन्धी विषयलाई समेटेको साप्ताहिक युवावर्गको लोकप्रिय पत्रिका हो। अरूले ग्ल्यामरस भने पनि यसका पाठकहरूले साप्ताहिकवाट थुप्रै जानकारी र ज्ञान हासिल गरेका छन्। यौन स्वस्थ्य, यौन प्रजननका विषयहरू यसमा समावेश हुनु राम्रो पक्ष हो। नेपालका अधिकांश पत्रिका राजनीतिकेन्द्रित छन्। राजनीतिप्रति रुचि नभएकाहरूको पहिलो रोजाइ नै साप्ताहिक बन्ने गरेको छ। यसमा स्वास्थ्यसम्बन्धी सामग्री पनि समेट्नुपर्छ।

ऋषि तिवारी
प्रिन्सिपल, पिनाकल कलेज

अहिलेका युवाहरूले सर्वाधिक रुचाएको पत्रिका हो– साप्ताहिक। यो पत्रिकामार्फत युवाहरूले आफ्नो मनमा लागेको खुल्दुली मेट्न पाउँछन्। साप्ताहिकको व्लोअपले पनि धेरैलाई आकर्षित गरेको छ।

अलाइभ ग्लाइडर
सिटीभि मोबाइल

म साप्ताहिक नियमित हेर्छु। आमपाठकका रूपमा तटस्थ रहेर भन्नुपर्दा साप्ताहिकमा नग्न तस्विरहरू कम गर्नुपर्‍यो। राष्ट्रिय उत्पादनको प्रचार-प्रसारलाई बढावा दिनुपर्‍यो। राजनीतिक विश्लेषण पनि समेट्नुपर्‍यो।

वासुदेवकृष्ण शास्त्री
ज्योतिष

म साप्ताहिकको नियमित ग्राहक हुँ। सम्पूर्ण फेमेलीकै लागि उपयोगी पत्रिका हो यो। यौन समस्या, आर्टिकल, जोक्स आदि पढ्न पाइने भएकाले राम्रो लाग्छ। इभेन्टहरूको जानकारी एवं सानो पर्दा पनि मन पर्छ।

अमृत मरहठ्ठा
मेकअप म्यान, तराई टेलिभिजन

सबै वर्ग र क्षेत्रलाई समेटेकाले साप्ताहिक मलाई मन पर्छ। रमाइला विषयवस्तुहरू समावेश गरेको छ साप्ताहिकले।

रुवी राणा,
पूर्व मिसनेपाल

दायाँ-बायाँ नढाँटी भन्नुपर्दा यो टिनएजर्समाझ लोकप्रिय पत्रिका हो। यसमा ग्लामर मात्र छैन, बौद्धिक खुराक पनि प्रशस्तै छ। त्यसमध्ये पनि कलाकारहरूले कहाँ के गरिरहेका छन् भनेर अपडेट हुन पनि यो पत्रिका नियमित हेर्ने गरेको छु।

शिव परियार
गायक

युवायुवतीले अत्यधिक मन पराउने पत्रिका हो– साप्ताहिक। खेलकुददेखि लिएर यौनस्वास्थ्यसम्मका कुरा पढ्न पाइने भएकाले राम्रो लाग्छ। मनोरञ्जनका कुरा पनि राम्रो छ, तर अलि बढी भएजस्तो लाग्छ। शिक्षा एवं रोजगारीसम्बन्धी लेखहरूले थुप्रै युवायुवतीलाई आकर्षित गरेको छ। साप्ताहिकले गहन सामाजिक विषय पनि प्रस्तुत गर्न सक्नुपर्छ।

संगीता श्रेष्ठ
विद्यार्थी, ह्वाइटहाउस कलेज

प्रस्तुति : शिव मुखिया

नेपाली पुरुष महिलाभन्दा सुन्दर छन्

एक दशकअघि मानिसको बाह्य सौन्दर्यका सम्बन्धमा सान्द्राका जे जस्ता जिज्ञासा थिए, अहिले ती क्रमशः शान्त हुन थालेका छन्। यद्यपि मानिसको आन्तरिक सौन्दर्य बाह्य सौन्दर्यको तुलनामा बढी जटिल र व्यापक भएको उनको अनुभव छ। कोरियाका विभिन्न इन्टिच्युटहरूमा तीन वर्ष अध्ययन गरेपछि सान्द्रा सौन्दर्य व्यवसायमा होमिएकी हुन्। सात वर्षयता आफूले सिकेका कुरा प्राक्टिस गरिरहँदा उनलाई मानिसको आन्तरिक सौन्दर्यले बढी आकर्षित गर्न थालेको छ। त्यही भएर उनी मानिसको आन्तरिक स्वभावअनुसार बाह्य व्यक्तित्व सिंगार्नुपर्छ भन्ने मान्यता राख्न थालेकी छिन्। साप्ताहिकले पुरुष अंक विशेषका लागि सान्द्रासँग पुरुषको आन्तरिक एवं बाह्य सौन्दर्यका विषयमा लामो कुराकानी

तस्विरहरू : नवराज बाँस्ले

सान्द्रा पुन, सौन्दर्य विशेषज्ञ

सामान्यता : नेपाली पुरुष महिलाजस्तो सिंगारिन रुचाउँदैनन्, यसको कारण के हुन सक्छ ?

यसका दुई कारण छन्, पहिलो पुरुषमा भएको सुपेरियर फिलिङ। यो यस्तो भाव हो, जसले म जस्तो छु, ठीक छु, मैले थप किन सिंगारिनु पर्‍यो ? भन्ने सोच्छ। दोस्रो कुनै पुरुष सिंगारिँदा पनि राम्रो देखिन्छ र ? भन्ने अविश्वास।

तपाईंको विचारचाहिँ के छ ?

म महिला हुँ, त्यसैले सौन्दर्यप्रति जन्मैदेखि सचेत छु। सौन्दर्यशास्त्र अध्ययन गर्न थाले यता मलाई के थाहा हुन थालेको छ भने पुरुषका यी दुवै धारणा गलत छन्। पुरुष महिलाजस्तै सौन्दर्यप्रति सचेत प्राणी हो। उ आफ्नो व्यक्तित्वअनुरूप सिंगारिन चाहन्छ र उ आकर्षक पनि देखिन्छ। दोस्रो अहिलेको जमानामा पुरुष हुँदैमा कोही विशेष हुँदैन, मानिस काम र व्यवहारले विशेष हुन्छ।

आजभोलि पुरुषले पनि सुन्दर हुन चाहेको, त्यसअनुसार क्रियाकलाप गर्न थालेको पाइन्छ, यसको कारण के हुन सक्छ ?

जो सुन्दर देखिन चाहन्छन्, उनीहरूलाई थाहा हुन थालेको छ, पुरुष पहिरन, हेयर स्टायल एवं छालाको स्याहारले परिवर्तन हुन सक्छ। यस्ता पुरुष आफू कुन स्थानमा छु र के गर्दैछु भन्ने बुझ्न थालेका छन्। यो शिक्षाको देन हो। पढेलेखेका पुरुषले नै आफूमा परिवर्तनको आवश्यकता महसुस गर्छन्।

कतिपयले के भन्छन् भने पुरुषको जीवन घरपरिवारका लागि कमाउँदैमा बित्छ, अरू कुरा सोच्न नपाएकै कारण उसले सौन्दर्यप्रति ध्यान दिन पाउँदैन ?

जो शिक्षित छ, जसले आधुनिक युगको माग बुझेको छ, त्यसले आफूलाई परिवर्तन गर्छ। चाहे जस्तोसुकै समस्यामा किन नहोस् ? तर श्रीमती वा छोराछोरी घरमा बस्ने र एक्लो व्यक्तिले सम्पूर्ण परिवार धान्नु परेको अवस्थामा आर्थिक भारका कारण उसमा सौन्दर्य चेतना कम हुनु स्वाभाविक हो। मैले पनि जसकी श्रीमती बाहिर कमाउँछिन्, उनका श्रीमान् सौन्दर्यप्रति सचेत भएको पाएकी छु। अर्को कुरा आफूचाहिँ चिटिक्क परेर हिँड्ने तर पुरुषको सौन्दर्यप्रति ध्यान नदिने श्रीमती वा गर्लफ्रेन्डका कारण पनि पुरुषहरू सिंगारिन पाउँदैनन्। यदि उनीहरूले पुरुषलाई प्रेमपूर्वक राम्रो बन्न आग्रह गरे पुरुषहरू त्यसप्रति आकर्षित हुन्छ। त्यस्ता धेरै पुरुष मैले भेटेकी छु, जो गर्लफ्रेन्ड वा श्रीमतीकै कारण आफ्नो सौन्दर्यमा ध्यान दिन्छन्।

पुरुष आकर्षक देखिने मुख्य बिन्दु कुन–कुन हुन् ?

पुरुष चार कारणले आकर्षक हुन सक्छ। पहिलो शरीर र समयअनुरूपको पहिरन, दोस्रो अनुहार अनुरूपको हेयर स्टाइल, तेस्रो छालाअनुरूपको क्रिम एवं आफ्नो पेसा वा आन्तरिक व्यक्तित्वअनुरूपको वाह्य पर्सनालिटी।

नेपालमा यी चार बिन्दुलाई समातेर आकर्षक बन्ने पुरुषको संख्या कति होला ?

टोटल नेपालको कुरा त म भन्न सक्दिन्। यदि सहरी युवाको कुरा गर्ने हो भने करिब २० प्रतिशत युवामा यस्तो चेतना आउन थालेको छ। नेपाल जस्तो मुलुकका लागि यो ठूलो परिवर्तन हो। त्यो भन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा युवाहरूमा कसरी परिवर्तन हुन सक्छु भन्ने चिन्तन बढ्दै गएको छ।

यसको आधार के हो ?

युवाको पहिरनमा ठूलो परिवर्तन आएको छ। उनीहरू जुत्तामा विशेष ध्यान दिन थालेका छन्। पुरुषमा राम्रा पुस्तक पढ्ने, राम्रा सिनेमा हेर्ने, विश्व प्रशिद्ध व्यक्तिहरूलाई फलो गर्ने चलन बढेको छ। यो परिवर्तन हुने चिन्तन हो। हेयर स्टालिस्ट बनाउने एवं स्किन केयर गर्ने चलन बढेको छ। पुरुष सौन्दर्य प्रसाधनको बिक्री बढ्दै जानुले यसको पुष्टि गर्छ। महत्त्वपूर्ण कुराचाहिँ के भने पुरुषहरू आफ्नो

बाँकी पृष्ठ ११ मा

SIPRADI TRADING PVT. LTD., Teku, Kathmandu, 01-4250610, 4250612, Rubina 9841927844, Kailash 9841700153, **Birgunj/Hetauda/Janakpur:** Deepak 9855023427, **Pokhara:** Sudhir 9846269044, **Narayanghat:** Bikash 9855059574, **Biratnagar:** Birendra 9842024490

Authorised Dealers

Dharan: Global Auto Traders, Bargachhi, 025-533343, 9852045851, 9852045340
Biratnagar: Narvada Trade Concern, Dharan Road 021-521605, 9852021241
Birgunj: Samar Auto and Trading P. Ltd., Ghantaghar, 051-530006, 529580, 9845309417
Butwal: Sapana Automobiles Traders, Milan Chowk, 071-545382, 9847037397
Nepalgunj: Yagyalaxmi Auto Distributors, Surkhet Road, 081-551500, 9858021721
Dhangadi: Kisan Trading Concern, Main Road, Chauraha, 091-521242, 9759000192
Jhapa: Sayapatri Auto P Ltd., Bhadrapur Road, Birtamode, 023-542965, 9852672700
Jhapa: Birat Auto Trading P. Ltd., 023-541345, 9852021241

Sipradi Service Centres

Soalteemod: 4672588, 4672587
Birgunj: 9855021966
Pokhara: 061-538499, 534950
Itahari: 025-581076, 584982
Nepalgunj: 081-551058, 551069

Authorised Service Centres

Delta Auto Service Centre, Sankamul: 4785357
Gandaki Auto Trading, Butwal: 071-540516, 541305
Durga Auto, Narayanghat: 081-551058, 551069
Mausam Trading & Supplier, Dang: 082-520042
Everest Continental Traders, Birtamod: 023-541345
Kewal Auto Works, Dharan: 9852045851
R.K. Auto Traders, Hetauda: 057-525800
Girija Automobiles, Janakpur: 041-527998, 522035

रोल आइकन बन्न चाहने पुरुष

● विदुर खतिवडा

जन्मदै अरबपति, तर त्यसको छनक उनमा देखिँदैन । चौधरी ग्रुपका निर्वाणलाई परिवारले दिएको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा भनेकै नैतिक शिक्षा हो । जसको प्रभावका कारण हुनसक्छ, निर्वाण सरल व्यक्तित्वको परिचयमा बाँच्न चाहन्छन् । 'तिमी पहिले सरल भएर बाँच त्यसपछि अरूलाई पनि त्यही मार्गमा हिँड्न प्रेरित गर्न सक्छौं ।' जीवन सफल बनाउन लुनकरणदास चौधरीदेखि विनोद चौधरी, वसन्त चौधरी र अरुण चौधरीसम्मको जीवनशैलीबाट प्रभावित भएको बताउने निर्वाण भन्छन्, 'म उहाँहरूका थुप्रै राम्रा गुणलाई अनुशरण गर्दै कम्पनीको रोल आइकन बन्ने बाटोमा अग्रसर छु ।'

२८ वर्षीय यी युवा १० वर्षअघि नै आफू गम्भीर बनिसकेको तर्क गर्छन् । 'सायद परिवारको जेठो छोरो भएकाले पनि होला, मैले निश्चित ट्र्याकमा हिँड्नुपर्छ भन्ने बोध गरेको थिएँ,' निर्वाणले साप्ताहिकलाई भनें, 'मैले पुर्ख्यौली व्यावसायिक यात्रामा १० वर्ष लामो अनुभव हासिल गरिसक्दा अझ परिपक्व भएको महसुस गरेको छु ।'

तस्बिर : नवराज बाग्ले

निर्वाण चौधरीको जीवनका रोचक पक्ष थुप्रै छन्, उनी नेपाली राष्ट्रिय स्क्वास खेलमा द्वितीय स्थान हासिल गर्न सफल खेलाडी हुन् । चौधरी गल्फका पनि राम्रा खेलाडी हुन्, त्योभन्दा मुख्य कुरा उनी रेडियो प्रस्तोता पनि हुन् भन्ने कुरा धेरै कमलाई थाहा छ । उनी शुक्रबार साँझ ७ बजेदेखि ८ बजेसम्म इमेज एफएममा ट्रान्सपोटर कार्यक्रम सञ्चालन गर्छन् । निर्वाण डिजे पनि हुन्, लो पिच देखि हाइ पिच सम्मका सबै म्युजिकमा उनी उत्तिकै रमाउँछन् । 'बेलुका साढे ६ बजे मेरो कार्यकक्षमा आइपुग्नुभयो भनें डान्स पार्टीमा पुगेको फिल हुन्छ' निर्वाण भन्छन्, 'म्युजिकले जीवनमा ताजापन ल्याउँछ भन्ने मेरो मान्यता छ ।' निर्वाण भन्छन्, 'म्युजिकले एउटा कालखण्डलाई व्याख्या गरिरहेको हुन्छ । त्यसैले म सधैं संगीतमा हराउँछु । '

निर्वाण बिहान सवा ६ बजे उठ्छन् । लिखुरे ज्यानका निर्वाण खेलको नियमित अभ्यासकै कारण शारीरिक व्यक्तित्व बनाउन पनि सफल भए । चौधरी ग्रुपमा सानो तहदेखि नै काम गरेका निर्वाणले सामान्य जीवनशैलीदेखि घरानियाँ जीवनशैली दुवैलाई राम्रोसँग बुझेका छन् ।

बिहान उठेर खेलमा रमाइसकेपछि उनी ठमेलस्थित आफ्नो पुरानो घरमा पुग्छन् । जहाँ उनी परिवारका सदस्यसँग १ घण्टा बिताउँछन् । 'अग्रजसँगको सामीप्यताले अघि बढ्न प्रेरणा मिल्छ ।' केही दिनअघि मात्र चौधरी ग्रुपको महत्त्वाकांक्षी पोजिसन प्रबन्ध निर्देशकमा उक्लिएका निर्वाणले भनें, 'त्यतिमात्र होइन्, म हाम्रो पुस्ताले अग्रजलाई सम्मान दिनुपर्छ भन्ने आदर्श निर्माण गर्नुपर्छ भन्ने पक्षमा छु ।'

निर्वाणले राम्रा शिक्षण संस्थामा अध्ययन गर्दै आएका छन् । सम्पन्न परिवारको सदस्य हुनुको नाताले दक्षिण एसियाकै उत्कृष्ट शैक्षिक संस्था तथा बेलायतस्थित बहुचर्चित ह्यारो स्कुलमा अध्ययन गरेका निर्वाणले कक्षा १२ को अध्ययन पछि अमेरिका, बेलायत गएर पढ्ने इच्छा देखाएनन्, त्यसको कारण थियो एसियाको वातावरण अनुरुप आफूलाई ढाल्न पर्छ भन्ने मान्यता । त्यसपछि उनले सिंगापुरमा अध्ययन गरे । सिंगापुरमा रहँदै १८ वर्षको उमेरमा उनले एउटा व्यवसायमा गरेको लगानी तेस्रो दिनमै ब्रेक इभेनमा पुगेको थियो ।

जतिबेला निर्वाण सिंगापुरमा अध्ययनरत थिए, त्यसबेला चौधरी ग्रुपले यहाँ इन्स्युरेन्समा हात हालेको थियो, इन्स्युरेन्समा प्रवेश गर्नुपूर्व उनलाई सानो लगानीमा एउटा काम गरेर देखाउन भनियो, जसमा उनी खरोमा उत्रिए । उनी अध्ययनको मामलामा भनें असफल बन्न पुगे । 'म पाठ्यक्रममा असफल तर प्रयोगात्मक विधिमा भनें सफल विद्यार्थी थिए,' उनले भनें, 'जबकि १८ वर्षको उमेरमा मैले आफू अध्ययन गर्ने शैक्षिक संस्थामै ५० वर्षे बुढा प्रोफेसर राखेर प्रयोगात्मक विजनेसको कक्षा लिएको थिए ।'

निर्वाण पर्सनल ग्रुमिङका लागि आफैं सचेत थिए । त्यसकारण उनले जतिबेला आफूलाई राम्रोसँग बुझे, त्यसबेला देखि नै सुटमा सजिएर हिँड्नथाले । 'मैले लगाउने पहिरनमध्ये ९० प्रतिशत सुट हुन्छ ।' निर्वाणले भनें, 'सुटमा एकप्रकारको व्यक्तित्व झल्कन्छ ।' सुटका कुरा चल्दै जाँदा उनले विश्वप्रसिद्ध 'जिग्ना' ब्रान्डलाई सम्झिए । १८ वर्षे उमेरमा सुट लगाएर हिँड्दा आफ्ना साथीहरू हाफपाइन्ट र टिसर्टमा हिडेको पनि उनी सम्झन्छन् । जुत्तामा टर्च, घडीमा हबलट, सवारी साधनमा रेन्जरोभर आफ्नो ब्रान्ड भएको निर्वाणले बताए । उनी भन्छन्-'वर्ल्डका टप ब्रान्डको प्रयोगले आफैंमा एक प्रकारको व्यक्तित्व झल्काउँछ ।'

तर शनिबारको फुर्सदिलो दिन निर्वाण टिसर्ट र हाफपाइन्टमा पनि देखिन्छन् । सुट मोह किन ? निर्वाण भन्छन्, 'यसको एउटा कारण चलचित्रको प्रभाव पनि हो, चलचित्रमा भिलेनले लेदरको पुरानो ज्याकेट, ग्रन्ज पाइन्ट, त्यस्तै हेयर स्टाइलमा हिड्ने भएकाले मलाई त्यसको विपरित सुटले सालिन व्यक्तित्व प्रतिविम्बित गर्छ जस्तो लाग्थ्यो ।' निर्वाणको हेयर स्टाइल झन्डै-झन्डै ब्रुस कट हो । छोटो केशमा शालिन देखिने उनी बताउँछन् । क्लिन सेभ, टलक्क टल्किने जुत्तामा सफा व्यक्तित्वका साथ सजिन मनपराउने पुरुष हुन् उनी ।

'म नियमित रुटिन अनुसार नै चल्छु' उनले भनें, 'रुटिनमा यताउता भयो भनें गडबडी भैहाल्छ ।' बिहान उठेपछि एक दिन बिराएर उनी नियमित दाह्री काट्छन् । दाह्री नकाट्ने दिन पनि सेल्फ इम्प्रुभको कुनै काममै समय खर्चिने उनले बताए । ब्रान्डेड हेयर क्रिम तथा लोसनको उचित प्रयोग गर्छन् । बिहान फ्रेस भएर कार्यालय निस्कनका निम्ती नियमित जसो सबै प्रकारका सौन्दर्य साधन प्रयोगमा हुन्छन् उनी ।

सिंगापुरबाट फर्किएर सन् २००२ देखि २००५ सम्म काठमाडौं विश्वविद्यालयमा अध्ययन गरेका चौधरीले त्यसपछि पुरा समय कम्पनीलाई दिए । 'सन् २००५ देखि सन् २००८ सम्मको पिरियड चौधरी ग्रुपकै लागि क्रुसियल थियो' निर्वाण सम्झन्छन्, 'एकातर्फ घरायसी सामग्रीहरूको व्यापार बढाउने चुनौती थियो भनें अर्कातर्फ वाइवाइ चाउचाउका कडा प्रतिस्पर्धी बजारमा आएका थिए ।' कम्पनीले धेरै नयाँ प्रोजेक्टमा हात हालिसकेको थियो । ति सबैलाई उच्चतम नाफामा लाने चुनौती थियो । निर्वाणका अनुसार यो क्रुसियल पिरियर्डमा चौधरी ग्रुप अझ सफल भएर अघि बढेपछि रियलस्टेट, होटल आदि क्षेत्रमा पनि सफल यात्रा तय गऱ्यो । उनले भारतको असम, सिक्किम तथा

पृष्ठ ७ मा जारी

स्टाफ नर्स
प्रवेश तयारी कक्षा
जन स्वास्थ्य विकास केन्द्र
कोटेश्वर, काठमाडौं
(प्रहरी चौकी देखि करिब १०० मि. भित्र)
फोन: ०१६२१८९३४, ९८५१०६८३५४
E-mail: phdc_org@yahoo.com

Private रेगुलर Test/SLC
टेष्ट ग्यारेन्टी पास
कक्षा समय बिहान दिउँसो
◆ ९, १० र SLC फेल भई निराश भएकाहरुलाई सजिलै SLC पास गर्ने मौका
◆ ६ महिनामै कक्षा ८ पास, ९ नपढी सोझै SLC दिन पाउने
◆ SLC मार्कसिटमा प्राइभेट नभई रेगुलर भएर आउने
माध्यम अंग्रेजी नेपाली
श्री शिवपुरी नमुना मा.वि. सामाखुशी, कपुरधारा
(चिल्ड्रेन पार्कको ठीक अगाडी) Ph. 014362125

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 Pvt. Ltd.
PACIFIC Jamal, Kathmandu 4232196

आवश्यकता

निर्यात उद्योगको लागी काँटी, क्रुस र डल् (Doll) बुन्न जान्नेहरू तथा JUKI सिलाइ मेशीन चलाउन जान्नेहरूले तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।
सम्पर्क: रेणुजी, फोन ४२६००७३, ४२६९७०१
फोन गर्ने समय : १०-५ बजे (शनिबार बन्द)

खुल्यो ! खुल्यो !! खुल्यो !!!
नि:शुल्क ब्युटिसियन ट्रेनिङ्ग सेन्टर खुल्यो ल्इ को सहयोगमानेपाल सरकारबाट मान्यताप्राप्त विदेशबाट तालिम लिका वरिष्ट ब्यूटिसियनद्वारा अत्याधुनिक मेसिनहरुबाट छोटो समयमा कोर्षहरु ग्यारेन्टीका

साथ Basic, diploma, Advance, Teaching/ Special Beautician Course मा सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।
कोरियन लोसनद्वारा ग्यारेन्टीकासाथ हेयर स्ट्रेट गरिन्छ ।
तुः सम्पर्क गर्नुहोला
New ITC ट्रेनिङ्ग सेन्टर
गोगंबु, गणेशथान रोड, काठमाडौं
फोन: ०१-२०२३६१८, ९८४१३३०८५०, ९८४१०४५९१९

जिल्ला शिक्षा कार्यालयबाट मान्यता प्राप्त
प्राइभेट
TEST / S.L.C.
■ 8, 9 तथा Test पास गरी पढाई छाडेका
■ 9 तथा Test फेल भएका सबैलाई समेटने गरी
10 कक्षामा
अन्तीम भर्ना !!!

विस्तृत जानकारीका लागी
सिभिल नेशनल एकेडेमी
नयाँ बानेश्वर चोकमै, ४७८०२२८, ९८४१३८१४१६

प्राईभेट
TEST/ SLC
☛ भर्खरै ९ तथा Test फेल भएका
☛ कक्षा ८,९ र १० पास गरी पढाई रोकिएका
☛ बिविध कारणले बिद्यालय जान नससकेका बिद्यार्थीहरुका लागि अध्ययन गर्ने अवसर
कक्षा १० मा भर्ना खुल्यो !
समय:- बिहान/दिउँसो
माध्यम:-नेपाली/अंग्रेजी
कक्षा सञ्चालन: २०६७ बैशाख १५
D.E.O.- काठमाण्डौं र EIA नेपाल बाट स्वीकृती प्राप्त
बिस्तृत जानकारीको लागि
कोसेट
ओपन स्कुल
४१६०७३६, ९८४१२६४५१४
लाजिम्पाट, (प्रहरी बिट सँगै)

जि.शि.का. तथा EIA नेपालबाट मान्यताप्राप्त
प्राईभेट टेष्ट/SLC 2067
को लागि कक्षा १० मा नयाँ भर्ना खुल्यो
भर्खरै कक्षा ९, १० वा टेष्ट SLC फेल भएका, कक्षा ८ वा ९ उतीर्ण गरी विविध कारणले विद्यालय जान नसक्का विद्यार्थीहरुका लागि धमाधम भर्ना लिइदैछ।
◆ ६/६ महिनामै +2 र SLC
◆ Math/Science र Test नदिइकन SLC (NIOS)
◆ ५ विषय मात्र पढे पुग्ने
◆ TU/KU/HSEB साथै विश्वभरी मान्यता प्राप्त
चावहिल Bright Future Ph: 4463073, 9851002804
कालीमाटी Merit Academy 4285664, 9841372440

तालिम
ब्यूटिसियन, सिलाई र कटाई, फेसन डिजाईन, बुनाई, प्याचवर्क, इम्ब्रइदरी तथा बिभिन्न तालिम दिइन्छ ।

ब्युटिसियन एड्भान्सड कोर्ष संचालन भइरहेको छ।
त्रिवेणी तालिम केन्द्र
बागबजार, काठमाडौं : ४२३ १०३०
(खुल्ने समय: बिहान ७ बजेदेखि साँझ ५ बजेसम्म)
शुक्रबार महिलाहरूलाई नि:शुल्क कपाल काटिन्छ ।

पुरुष सौन्दर्य प्रसाधन

पुरुषलाई लक्षित गरेर विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय कम्पनीले पुरुष सौन्दर्य प्रसाधन उत्पादन गरेका छन्। सौन्दर्यप्रति महिलाहरू मात्र होइन, पुरुषहरू पनि उत्तिकै लालायित छन् भन्ने कुरा फैलँदो पुरुष प्रसाधनको बजारले पनि पुष्टि गर्छ। बजारमा थुप्रै ब्रान्डका पुरुष सौन्दर्य प्रसाधन पाइन्छन्। वेरिना, युनिलिभर, इमामी, वेयला, लोटस, सहनाज, एरोमा म्याजिक, आस्थावेरी, जोन्सोन एन्ड जोन्सोन, ल्याक्मी आदि ब्रान्डका पुरुष सौन्दर्य प्रसाधन बजारमा उपलब्ध छन्।

जेल एवं मोस

कटिङ गरेको केशलाई फरक स्टाइलमा सेट गर्न जेल एवं मोस प्रयोग गर्न सकिन्छ। केशलाई ओसिलो, चम्किलो एवं आकर्षक देखाउन पनि यी प्रसाधनहरू प्रयोग गरिन्छ।

ब्लिचिङ पाउडर र डेभलपर

केशलाई रंगाउने, विभिन्न शैलीमा सजाउने क्रेज बढ्दो छ। यसैगरी केश हाइलाइट गर्नेहरू पनि उत्तिकै छन्। केशलाई हाइलाइट गर्न ब्लिचिङ पाउडर तथा डेभलपरको मिक्स प्रयोग गरिन्छ।

सिरम

केश स्ट्रेट गरिसकेपछि सिरम प्रयोग गरिन्छ। स्ट्रेट गर्ने क्रममा केश तातो र दह्रो हुन्छ। यस्तो अवस्थामा सिरमले केशलाई पोषण दिनुका साथै बाहिरी प्रदुषणबाट समेत बचाउँछ।

फेसियल

अनुहारमा भएको दाग, चाउरीपन आदि हटाउन फेसियल गरिन्छ। फेसियलले अनुहारलाई सफा र आकर्षक देखाउन सहयोग गर्छ। फेसियलका लागि लोटस, सहनाज, एरोमा म्याजिक, आस्थावेरी आदिका उत्पादन उपलब्ध छन्।

सन प्रोटेक्सन क्रिम

घाममा हिँड्डुल गर्दा त्यसको विकिरणले छालामा असर पुऱ्याइरहेको हुन्छ। घामको असरबाट जोगिन सन क्रिम प्रयोग गर्न सकिन्छ। सनक्रिमले घामको किरणलाई परावर्तन गरेर छालामा असर पुऱ्याउनबाट जोगाउँछ। सनक्रिम आफ्नो छालाको प्रकृतिअनुसार फरक-फरक किसिमको प्रयोग गर्नुपर्छ। जोन्सन एन्ड जोन्सन, वेयला, ल्याक्मी आदि ब्रान्डका सनक्रिमहरू बजारमा पाइन्छन्।

आफ्टर सेभिङ लोसन

दाह्री जुँगा काटिसकेपछि आफ्टर सेभ लोसन प्रयोग गरिन्छ। यसले छालालाई नरम बनाउन सहयोग गर्छ। बजारमा विभिन्न ब्रान्डका आफ्टर सेभ लोसन पाइन्छन्।

परफ्युम

पुरुषहरूले प्रयोग गर्ने विभिन्न किसिमका परफ्युम बजारमा पाइन्छन्। महिलाहरूकै जस्तो विभिन्न फ्लेवरमा पाइए पनि बजारमा पुरुषका लागि भनेर छुट्टै किसिमको परफ्युम पाइन्छ। बोस, भ्यालेन्टिनो, ह्युगो आदि अनेक ब्रान्डका पुरुष परफ्युम बजारमा उपलब्ध छन्।

बडी लोसन

नुहाइसकेपछि बडी लोसन प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसले शरीरको छालालाई सफ्ट र साइनिङ बनाउनुका साथै शरीरको पानीलाई उड्नबाट जोगाउँछ।

GURANS LIFE INSURANCE COMPANY Ltd.

गुराँस लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लि.
Gurans Life Insurance Company Ltd.
निर्धक्क जिन्दगी, मस्त सन्तती!

पोष्ट बक्स नं. १९४९९, १२८ लाल कोलोनी मार्ग, काठमाडौं
फोन नं.: ४४४१५२१ (हन्टिङ्ग), फ्याक्स नं.: ४४४१५२५
इमेल: info@guranslife.com
वेभसाइट: www.guranslife.com

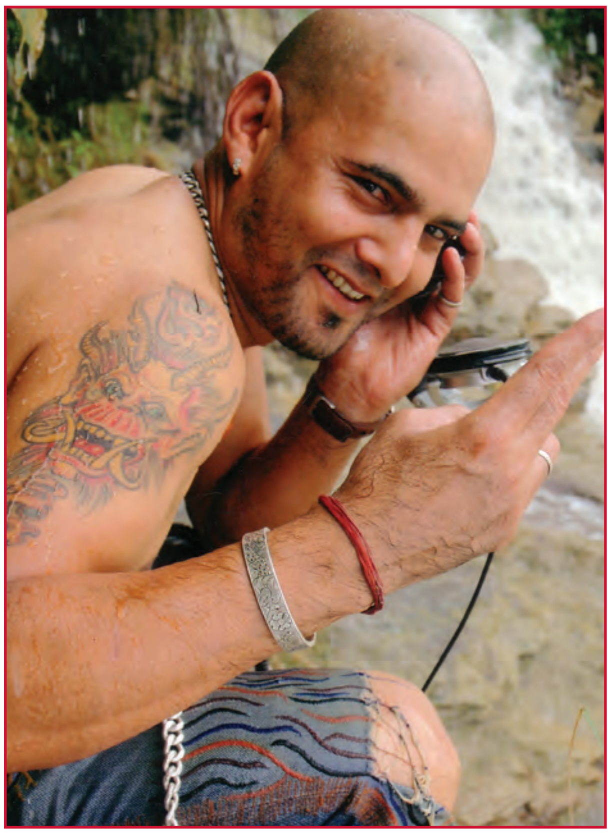
SUNRISE BANK LTD. | TM DUGAR GROUP
द्वारा प्रवर्धित:

शाखा कार्यालयहरू: पोखरा: ०६१-५२४४५०, बिराटनगर: ०२१-४४०३०३/३०४, धनगढी: ०९१-५२७१०, धरान: ०२५-५३३४५४, नेपालगंज: ०८१-५२७८२०, दाङ: ०८२-५६३१०४, बुटवल: ०७१-५४०१०२, उदयपुर: ०३५-४२०९४९, नारायणघाट: ०५६-५३३१९१, जनकपुर: ९७५४२०५०८८, बनेपा: ०११-६६०९१५, बिर्तामोड: ९८०४९१०७०६, भक्तपुर: ०१-६६१९३९५, हेटौंडा: ०५७-५२६०४४, बीरगंज: ०५१-५२७५५१, लाहान: ०३३-५६१७७४, डढेल्धुरा: ९७४१०६११८६, बानेश्वर: ०१-४४९६७२४, हिले: ०२६-५४०५१४, हरिवन: ०४६-५३०६१२, गौर: ९८४५२५१३०५, वर्दिवास: ९८४५१९२२६९, महेन्द्रनगर: ०९९-५२०३८२

पुरुषहरूको विचित्र रूप

गायक, एरेन्जर तथा संगीतकार विवश पौडेलले देब्रे आँखी भौं छेडेका छन् । जसलाई अचेलको फेसनको भाषामा 'पियर्सिङ' भनिन्छ । त्यस्तो 'पियर्सिङ' अर्थात् छेड्ने कार्यमा उनले दुई कानका लोती मात्र होइन्, दाहिने कानको कुरकुरे हाड पनि बाँकी राखेका छैनन् । 'अरू कहाँ-कहाँ छेड्नु भएको छ ?' स्पाइकी हेयर कटमा सजिएका विवश खित्ता छाडेर हाँसे र भने- 'छेड्न त धेरै भागमा सकिन्छ, हेरौं भविष्यमा..' । देब्रेहातमा तामाको तार बेरेर तामाकै औंठी धारण गरेका विवशले घोडाको टापको औंठी पनि लगाएका छन्, तर त्यो चाहिँ फेसनभन्दा पनि आस्थाका कारणले लगाएको उनले बताए । घाँटीमा छ मुखे रुद्राक्ष लगाएका झन्डै छ फिटका विवशले गायक नवीन के. भट्टराईको सुझावमा क्रिस्टलको लकेट पनि झुन्डाएका छन् । 'यसलाई फेसन भन्नुस् वा विश्वास, त्यति लगाएपछि मेरो संघर्षका दिन सकिँदै गएको अनुभव गरेको छु,' विवशले बताए । प्रायः ग्रन्च जिन्स पाइन्ट र रफटफ टिसर्टमा काठमाडौंका विभिन्न रेकर्डिङ स्टुडियोका साथै कान्तिपुर टेलिभिजनको श्रव्य शाखामा संगीत संयोजनमा मस्त भेटिने विवशले दाहिने पाखुरामा 'स्लेयर' को ट्याटु खोपाएका छन् । के हो त्यो 'स्लेयर' भनेको ? त्यो ट्याटु डिजाइन गरिदिने ठमेलका मोहन गुरुङ तथा निरज थापाले उनलाई अर्थाएको भाषा उधित गर्दै उनले भने, 'यो एकप्रकारको ऐतिहासिक हतियार हो रे । बुट्टा मनपरेकाले खोपाएको हुँ ।'

विवशले जस्तै डिजे युवाले पनि चित्र-बिचित्रका 'गेटअप' अंगालेका छन् । सत्र वर्ष जर्मनीमा बस्दा चार वर्ष जति कामको व्यस्तताले चाहेर पनि आफूलाई फरक देखाउन नसकेको तर त्यसपछि क्रमशः 'गेटअप' परिवर्तन गर्दै आएको डीजे युवा बताउँछन् । उनको टाउको 'चिन्डे' पारिएको छ । जुंगा छैन तर दाह्रीलाई जेब्राको 'प्याटर्न' मा मिलाएका छन् । 'हरेक दुई दिनमा दाह्री मिलाउने र टाउको खौरिने गरेको छु । त्यसका लागि मलाई एकदेखि डेढ घन्टा लाग्छ ।' डिजे युवाले सुनाए । उनको दाहिने र देब्रे पाखुरामा दुई ट्याटु छन् । 'जर्मनीमै रहँदा मैले दाहिने पाखुरामा इन्डोनेसिन भुतको चित्र र देब्रेमा सन् १९९३ मा चलेको 'प्याटर्न' खोपाएको थिएँ । छातीमा पनि आफूलाई मनपरेकीको 'लभ बाइट' लाई ट्याटुको रूप दिएको छु ।' युवाले देब्रे आँखी भौंमा 'पियर्सिङ' गरेका छन् । त्यसलाई उनी अचेलको फेसन भन्छन् । 'शरीरको अरू भागमा पियर्सिङ गर्ने रहर त छ, तर भ्याइरहेको छैन ।'उनले बताए । डिजे युवाका दुवै कानका लोती टप र रिङले भरिएका छन् भने हातमा चारदेखि पाँचवटा औंठी कहिल्यै छुट्दैनन् । चाँदी तथा ह्वाइट गोल्डका लकेटहरू पनि उनी धारण गरिरहन्छन् । आफूलाई बिचित्रको फेसन गर्ने व्यक्तिभन्दा पनि उनी 'स्टाइलिस भन्न रुचाउँछन् । 'साथीभाइहरूसँग कतै जाँदा मानिसहरूले फर्की-फर्की मलाई हेर्छन् अनि साथीहरूले भन्छन् कि तिमीसँग हिँड्दा मानिसहरूले हामीलाई पनि हेरेका हुन कि जस्तो लाग्छ ।' उनले आफ्नो पृथक गेटअपको रमाइलो सुनाए ।



ट्याटु रहर

काठमाडौं भीमसेनथानका २७ वर्षीय सौरभरत्न ताम्राकारलाई एक वर्षअघि आफ्नो शरीरको कुनै भागमा ट्याटु खोप्ने झोंक चलेछ । त्यही झोंकमा बल्खुमा गाडी किनबेचको व्यवसाय गर्दै आएका ताम्राकार कुमारीपाटीको 'ट्याटु हाउस' पुगे । त्यहाँका ट्याटु आर्टिस्ट महेश प्रजापतिले उनको 'खातापिता' शरीरको देब्रे पाखुरामा जापनीज डिजाइनको माछा बनाइदिए । सौरभका अनुसार त्यो ट्याटुको डिजाइनलाई जापानमा शान्तिको प्रतीक मानिन्छ । त्यसैको केही सातामै सौरभले फिलोसफीलाई आदर्श मान्दै दाहिने पाखुरामा मानवको जन्मदेखि मृत्युसम्मको प्रतिकात्मक आकार खोपाए । अब उनलाई ढाडमा कुनै विशेष प्रकारको डिजाइन खोपाउने रहर छ । शरीरको कुनै भागमा एकपटक ट्याटु खोपेपछि त्यसको नशा लाग्ने र पटक पटक ट्याटु बनाउन मन लाग्ने बताउँछन्, दीपेन्द्र श्रेष्ठ ।

विगतमा इभेन्ट म्यानेज्मेन्ट गरेपछि हाल 'ट्याटु हाउस' सञ्चालन गरिरहेका श्रेष्ठ आफूकहाँ हरेक दिन नौला मानिसहरू ट्याटु खोप्न आइरहने बताउँछन् । दीपेन्द्रले पनि आफ्नो दाहिने कुममा एउटा हिंस्रक बाघको रंगीन ट्याटु खोपाएका छन् । दुब्लो शरीरका दिपेन्द्रले ठट्टा गर्दै भने, 'बाघ बनाउँदा अलिक हृष्टपुष्ट थिएँ । अहिले त दुब्लाएर बाघ पनि बिरालो जस्तो देखिएको छ ।'

बल्खुका २४ वर्षीय रिजन लामाले सौरभको ट्याटु देखेपछि आफूमा पनि ट्याटु बनाउने रहर जागेको बताए । उनले हालै दाहिने पाखुरामा एनाकोन्डा जातिको अजिंगर खोपाएका छन् । लामा भन्छन्, 'एउटा खोपाएपछि अर्को र अर्को खोपाएपछि अर्को गर्दै ट्याटु खोपाउने लत बसेको देखेको छु । मेरो एकजना साथीले शरीरका विभिन्न भागमा ट्याटु खोपाएका छन् । सबैतिर खोपाएर ठाउँ बाँकी नभएपछि अन्त्यमा छातीको सबैभन्दा माथिल्लो भागमा 'गेम ओभर' अर्थात् सकियो भनेर खोपाएका छन् ।' रिजन आफुलाई ट्याटु खोपाउने लत नबसेपनि अर्को पाखुरामा केही चिह्न खोपाउने विचारमा भने छन् ।

ट्याटु क्रमशः फेसन बन्दै गएको बताउँछन् 'ट्याटु हाउस'का दिपेन्द्र श्रेष्ठ । गत बर्ष साप्ताहिकमा एउटी मोडलको ढाडमा उनले बनाएको ट्याटु देखेर पोखरादेखि बाबु र छोरा आएर ट्याटु खोपाएको स्मरण गर्दै श्रेष्ठले भने -'ट्याटु बनाएपछि मृत्युपछि स्वर्ग पुग्दा पनि शरीरमा त्यो रहिरहने आम विश्वास छ ।' थान्का चित्रकारितापछि विगत आठ बर्षदेखि ट्याटु आर्टिस्ट भएका महेश प्रजापतिका अनुसार शरीरमा दुबीको दाग देखा परेपछि चिकित्सकको सल्लाहमा ट्याटु बनाउन पनि मानिसहरू आएका छन् । दुबी भएको स्थानमा ट्याटु खोपाउँदा दुबी फैलिन कम हुने उनले दाबी गरे ।

ट्याटुका बारेमा जे जस्तो आम धारणा भए पनि त्यो एउटा फेसन नै हो । बिशेषगरी पुरुषहरू शरीरमा डरलाग्दा आकृति, माछा, ड्रागन, सर्प, काँडेतार, जापनीज डिजाइन, बाघ आदि खोपाउँछन् । कसै-कसैले 'फेमिली पोट्रेट' पनि बनाउँछन् । श्रीमती, छोरी आदिको चित्र शरीरमा बनाउनेहरू पनि छन् । मोडल तथा कोरियोग्राफर प्रवीण श्रेष्ठले देब्रे छातीमा आफ्नी आमाको चित्र बनाएर यसै बर्ष आमाको मुख हेर्ने दिन आमालाई उपहार दिएको उदाहरण पनि ताजै छ ।

काठमाडौंको ठमेलस्थित 'मोहन्स ट्याटु इन' ट्याटु बनाउने सबैभन्दा व्यस्त थलो हो । पोखराका ट्याटु आर्टिस्ट मोहन गुरुङ्गले सञ्चालन गरेको उक्त स्थानमा हरेकपटक स्वदेशी तथा विदेशीहरू ट्याटु बनाउन पालो पर्खी बसेको देखिन्छन् । गायक सञ्जय श्रेष्ठ, भिजे सुरजसिंह ठकुरी आदि चर्चित व्यक्तिले पनि मोहनसंग पाखुरामा ट्याटु खोपाएका छन् ।

पियर्सिङको रहर

हिन्दु संस्कारमा पास्नीका बेला कान छेडेर मुन्द्रा लगाइ दिने चलन छ । त्यसरी शरीरको छाला छेडेर मुन्द्रा वा कुनै गहना धारण गर्नुलाई अंग्रेजीमा 'पियर्सिङ' भनिन्छ । 'पियर्सिङ' अहिले चलेको फेसन हो । कानका लोती, कानकै कुरकुरे हाड, नाकको डाँडी, आँखी भौंका कुना, नाकको बीचको भाग, जिब्रो, नाइटो, स्तनको मुन्टो आदि स्थानमा 'पियर्सिङ्ग' गरिने चलन रहेको 'मोहन्स ट्याटु इन'का मोहन गुरुङ्गले बताए । धेरै पुरुषहरूले चाहिँ कान र आँखी भौंमा 'पियर्सिङ' गराउँछन् । 'पियर्सिङ' पछि त्यस ठाउँमा विभिन्न डिजाइनका स्टिल वा चाँदीको मुन्द्रा लगाइन्छ । 'पियर्सिङ' गर्ने प्रायः मानिसले शरीरको कुनै न कुनै भागमा ट्याटु पनि खोपाएका हुन्छन् । 'पियर्सिङ' गर्दा दुख्दैन ? आफ्नो आँखी भौं तथा जिब्रोमा 'पियर्सिङ' गरेका कलंकीका सन्तोष लामाका अनुसार मेशिनबाट गरिने भएकाले एकै क्षण चसक्क मात्र हुन्छ र पछि केही दिन अप्ठेरो भएपनि बिस्तारै कम हुँदै जान्छ ।

शरीरमा ट्याटु तथा 'पियर्सिङ' गराएर फरक हेयर स्टाइल तथा ड्रेसअपमा हिँडेका युवकहरूलाई राम्रो दृष्टिकोणले नहेरिने बताउँछन् विवश पौडेल । उनले भने, 'जतिसुकै बिचित्र बनेर हिँडे पनि मेरै उदाहरण हेर्नुस् । म कुनै कुलतमा फसेको छैन । यहाँसम्मकी सुपारी पनि खान्न । एक दुई जना कुलतमा फसें भन्दैमा फेसन गरेर हिँड्ने सबैलाई त्यस्तो दृष्टिकोणले हेरिनु हुन्न ।'

● सुब्रत आचार्य

ग्यारेन्टी Test पास
Private रेगुलर टेष्ट/SLC
कक्षा १० मा अन्तिम भर्ना खुल्यो
कक्षा ८ पास ९, १०, Test/SLC फेल भई विचैमा पढाई छाडेका विद्यार्थीहरू र गृहीणी महिला तथा पुरूषहरूका लागि अध्ययन निरन्तर गर्ने सुवर्ण अवसर
नोटः SLC मार्कसिटमा प्राइभेट नभई विद्यालय रेगुलर सरह मार्कसिट आउने
स्याण्ड्रा नमुना मा.वि.
नयाँबजार, सोह्रखुट्टे फोन : ४३६१७१२
चितवन : ०५६५२५९१८

के तपाई Math, Science/ Test नदिई S.L.C. तथा १ वर्षमा +2 पास गर्न चाहानु हुन्छ ?
यदि चाहनु हुन्छ भने *NIOS Board* मा April 2011 को लागि Admission खुल्यो !
- *5 Subjects* पढे पुग्ने ।
- *Class 10* मा *Math, Science* तथा *Test* दिनु नपर्ने ।
- नेपाल तथा *world wide equivalent*
- नेपालीबाट पनि *Exam* दिन पाईने ।
- *SLC* पास गरेको १ वर्ष *Gap* भए सिधै +2 पढ्न पाईने ।
- 6/6 महिनामा *Exam* दिन पाईने ।

Prashiddha Adhikari
97 Marks in Commerce
बिदेश पढ्न जान सजिलो ।
WISDOM EDUCATION FOUNDATION
PH. 4238086
Bagbazar (एसिया पब्लिकेशनको अगाडि)

भर्ना खुल्यो
अब Math, Science/Test नदिई SLC तथा +2 केही महिनामै पास
२०११ का लागि नयाँ भर्ना खुल्यो
हाम्रा सुविधाहरू:
- मात्र 5 Subjects
- Math तथा Science ऐच्छिक विषयमा पनि पढ्न पाइने ।
- घरमै बसेर पनि पढ्न सकिने
- Nepal तथा अन्य देशमा पनि मान्यता प्राप्त
- नेपालीमा पनि जाँच दिन पाइने ।
- बिहान तथा दिउँसोमा पनि कक्षाहरु सञ्चालन हुने
- विभिन्न Level का विभिन्न Subjects तथा विभिन्न भाषाहरुको Classes साथै Private Test तथा SLC का कक्षाहरु संचालन ।

पल्पसा एकेडेमी, जयवागेश्वरी, चावहिल
फोन: ०१४४८१२७९, मो. ९८४१८६३००८, ९८४१९३१७०६

वैशाख २४ गते देखि काठमाडौं उपत्यकाका विश्वज्योति, गंगा, अष्ट नारायण, गोपी, गुण, कलंकी, ललित, पुष्पान्जली, बाराही, नवदुर्गा, पृथ्वी, आरधना, कान्तिपुर र मयूर (बनेपा) मा भव्य प्रदर्शन हुदैछ ।

SLC/+2 फेल No चिन्ता
नेपालको पहिलो तथा एकमात्र मान्यता प्राप्त
Maths/Science/Test नदिई SLC, 1 बर्षमा +2 (NIOS), 6 महिनामा गर्न सकिने
American +2 मा नयाँ भर्ना खुल्यो ।
Best for piloting & Abroad * Free Piloting Ground Class
कक्षा ८, ९ फेल भए पनि SLC दिन पाईने
पास गर्न सजिलो, विश्वभरी मान्यता भएको
24 hrs internet facility
कक्षा संचालन भईरहेछ ।

Pratyus Bhandari
Nepal Top 2009
www.hwhitehouse.edu.np
"Nepal's Largest Open School"
Himalayan White house Open School
Bagbazar - 4244499
Pulchowk - 5009200
Bhaktapur - 2020758
Chitwan - 530645
Ithari - 582862

After +2 ?!
Admission Open
CA Foundation & Inter Level
Classes Start: June 16, 2010
Asadh 2, 2067
HURRY UP
Seats are Limited
प्रिमियर CA Tutorial Classes
Be a CA with BBS
NO NEED TO WAIT FOR +2 RESULT
* Conditions apply
PREMIER COLLEGE
ESTD 2000
PREMIER HIGHER SECONDARY SCHOOL
New Baneshwor, Kathmandu
Wing-1, T: 4107198, 4107138
(Infront of BICC Southern Gate)
Wing-2, T: 4467468, 4469736, 016207877
(North of BICC, Devkota Marga, way to Old Baneshwor)

+2/SLC एक बर्षमै

भारतको सरकारी NIOS Delhi Board को
Math/Sci नदिई पांच बिषयमात्र दिई SLC
SLC पास भई १ बर्ष ग्याप भए एक बर्षमै +2
६ महिनामै American +2
बिगत ६ बर्ष देखी उत्कृष्ट Result ल्याउन सफल
बिहान/बेलुकी को शिक्षण कक्षा मा भर्ना
KANTIPUR INTL OPEN EDUCATION
NECA
New Baneshwor
Ph: 2044082
Bagbazar : 4265891

नेपाली पुरुष महिलाभन्दा सुन्दर छन्

पृष्ठ ५ बाट जारी

विशेष व्यक्तित्व हुनुपर्छ भन्ने कुरामा सचेत हुन थालेका छन्। व्यक्तित्व नै सौन्दर्यको मुख्य पहिचान हो।

नेपालका पुरुषको सबैभन्दा आकर्षक पक्ष कुन हो ?

म्यानर, यदि कुनै पुरुष चुरोट खान्छ, तर आफूभन्दा ठूलो व्यक्ति देख्यो भने लुकाउँछ वा लजाउँछ भने त्यो पुरुष सुन्दर हो। आफ्ना अभिभावकको इज्जत गर्ने आफ्नी प्रेमी वा श्रीमतीलाई माया एवं सम्मान गर्ने व्यक्ति सुन्दर हो। विदेशमा यस्ता पुरुष बिरलै पाइन्छन्, नेपालमा यस्ता पुरुष जताततै पाइन्छन्।

तपाईंको विचारमा आदर्श पुरुष सुन्दर हुन सक्छ कि सक्दैन ?

सुन्दर नभई मानिस आदर्श हुन सक्दैन। मेरो विचारमा त्यही पुरुष आदर्श हो, जो कम तर महत्त्वपूर्ण कुरा बोल्छ। बोलेको कुरा पु¥याउँछ। जसले आफूभन्दा ठूलासँग म्यानर राखेर व्यवहार गर्छ। नेपालमा यस्ता पुरुष धेरै छन्। त्यस्ता पुरुष-महिलाहरूभन्दा सुन्दर हुन्छन्।

तपाईंको कुराले आदर्श पुरुषमा बाह्य सौन्दर्यको भूमिका हुँदैन भन्ने बुझियो नि ?

बाहिर टिप-टप भएर हिँड्ने तर म्यानर ठीक छैन भने बाह्य सौन्दर्यको कुनै अर्थ हुँदैन। म्यानर असल भएको व्यक्तिले आफ्नो व्यक्तित्व झल्काउने हेयर स्टाइल, पहिरन एवं प्रशाधन प्रयोग गर्दैन भने त्यसको पनि अर्थ हुँदैन। नेपाली पुरुषमा म्यानर छ तर त्यसलाई अलिकति सजाउनु पर्छ भन्ने मात्र कुरा हो।

कस्ता पुरुषलाई नेपाली युवतीले मन पराउँछन् ?

सहरीया युवतीहरू त्यस्ता युवक मन पराउँछन्, जसमा म्यानर होस्। ड्रिङ्क्स त गरोस् तर सोसियल हुन मात्र। खाएर ढल्ने र आफूलाई घर पुर्‍याउन नसक्ने पुरुषसँग नेपाली युवती टिक्न सक्दैनन्। यद्यपि आधुनिक युवतीहरू मामा व्याई अर्थात केही नखाने, केही गर्न नसक्ने साधु पुरुषलाई पनि मन पराउँदैनन्। त्यस्ता पुरुष परैबाट राम्रा हुन्छन्, संसर्ग गर्न उचित मानिदैनन्।

यदि पैसा छैन भने जतिसुकै असल युवक पनि युवतीका नजरमा अयोग्य ठहरिन्छन् भन्यो भने गलत हुन्छ ?

हरेक युवतीको सपना आकर्षकका साथ गाँठ भएको पुरुषको साथ पनि हो। यद्यपि साँचो माया गर्ने युवतीहरू गलत काम गरेर पैसा कमाउने, बाबु-बाजेको सम्पत्तिमा रमाउने पुरुषलाई पनि मन पराउँदैनन्। यदि कुनै युवतीले उसको पैसालाई महत्त्व दिन्छे भने बुझ्नुपर्छ, उसको नियत खराब छ। त्यस्ता युवतीबाट जतिसक्दो चाँडो टाढा भएको राम्रो।

कस्ता पुरुषसँग युवतीको लामो सम्बन्ध रहन्छ ?

जो खानामा चुजी छैन। घरमा जस्तो पाक्छ त्यही खाएर सन्तुष्ट हुन्छ। बाहिर घुमाउन लान्छ। सेक्समा हतार नगर्ने पुरुषसँग पनि महिलाको लामो सम्बन्ध कायम हुन सक्छ। यदि सेक्सको इच्छा भयो भने पनि नयाँ शैलीले आकर्षण गर्ने सक्ने पुरुषलाई नै महिलाले रोज्छन्।

युवतीहरू पहिलो पटक कस्ता पुरुषसँग आकर्षित हुन्छन् ?

फरक खालको अपियरेन्सबाट। जस्तो हेयर स्टाइल, पहिरन एवं उठबसको शैलीबाट।

यो आकर्षण प्रेममा परिणत हुन कुन–कुन कुराको आवश्यकता पर्छ ?

जुन प्रकारको आउटलुकले महिलालाई आकर्षित गर्‍यो, त्यही अनुरूपको व्यवहार भयो भने त्यो आकर्षण प्रेममा परिणत हुन्छ। किनभने फरक आउटलुकले महिलालाई आकर्षित गर्छ।

यो प्रेम सेक्ससम्म आइपुग्न कुन कुराले भूमिका निर्वाह गर्छ ?

आवश्यकताले तर यसमा वातावरण पनि उस्तै हुनुपर्छ। प्रेमको अन्तिम रुप सेक्स हो। यसका लागि पुरुषले त्यस्तो वातावरण बनाउनुपर्छ जहाँ महिलालाई आफू चिप भएको महसुस नहोस्। बरु यति धेरै इज्जत पाएको महसुस होस् कि सेक्सले त्यसको क्षतिपूर्ति हुन सक्दैन भन्ने भावना बढाउन सकियोस्।

पुरुषको सेक्स अपिल कहाँ हुन्छ ?

ओठ अनि आँखामा। किनभने शारीरिक सम्बन्धको प्रारम्भ आँखा र ओठबाटै हुन्छ।

● अश्विनी कोइराला

मेन्स ग्रुमिङ

किन र कसरी ?

नायक भुवन केसी वास्तविक उमेरभन्दा कमकै देखिन्छन् । त्यसैले सार्वजनिक रूपमा उनी आफ्नो उमेरको भेद खोल्न चाहँदैनन् । २५ वर्षअघि चलचित्र 'कुसुमे रुमाल' मा देखिने भुवन अझै उस्तै छन् । कसरी ? 'म पहिरनप्रति निकै सजक छु', आफ्नो शारीरिक आकर्षण कायम रहनुको कारण खोतल्दै उनी भन्छन्- 'मैले कहिल्यै पहिरनलाई बेवास्ता गरिनँ, सर्ट प्याइन्टदेखि मोजा-जुत्तासम्म कलर कम्बिनेसन मिलाएर लगाउने गरेको छु ।' उनी ब्रान्डेड मात्र होइन, सामान्य पहिरनमा पनि फिटिङ र फिनिसिङ खोज्छन्, कलर कम्बिनेसन त छँदैछ ।

यता मोडल तथा कोरियोग्राफर प्रशान्त ताम्राकार पनि आफूलाई आकर्षक देखाउन माहिर छन् । त्यसैले बिहान करिब चार घण्टा उनी फिजिकल फिटनेसका लागि व्यायाम गर्छन् । स्किन केयरका लागि प्रशस्तै पानी पिउँछन् र पहिरनमा विशेष सजगता अपनाउँछन् । फेसियल र हेयर डिजाइनका लागि खासै पार्लर नधाए पनि अनुहार र केशको हेरचाहमा निकै ध्यान दिन्छन् । आफूलाई आकर्षक देखाउन महिलाहरू मात्र होइन, पुरुषहरू पनि उत्तिकै सचेत छन् भन्ने कुरालाई पुष्टि गर्ने आधार हुन् यी ।

आममानिसभन्दा फरक एवं आकर्षक देखिने होडमा छन् थुप्रै पुरुष । नियमित शारीरिक व्यायाम गर्ने, प्रशस्त पानी पिउने, चिल्लोयुक्त खाद्यपदार्थ नखाने मात्र होइन, पहिरनका लागि सपिङ मल अनि सौन्दर्यका लागि पार्लर धाउने पुरुषहरूको संख्या पनि बढ्दै गएको पाइन्छ । 'हेयर स्टाइल एवं स्किन केयरका लागि पुरुषहरू पार्लर धाउँछन्' ब्युटिसियन मञ्जरी राजभण्डारी भन्छिन् । राजभण्डारीका अनुसार पुरुषहरू पनि आफ्नो अनुहार सुहाउँदो हेयर स्टाइल बनाउने, अनुहारको छालालाई चम्किलो र स्वस्थ राख्ने, शरीरका अनावश्यक रौं हटाउनेदेखि हात खुट्टाको नङको आकर्षणमा समेत पैसा खर्च गर्न थालेका छन् ।

अनुहारको सौन्दर्य एवं शारीरिक तन्दुरुस्ती त छँदैछ, पहिरनका लागि ब्रान्डेड पसल र बुटिक धाउने पुरुषको संख्या उत्साहजनक रूपमा बढ्दै गएको फेसन डिजाइनर कृष्ण कटुवाल बताउँछन् । कटुवाल भन्छन्- 'पुरुषहरू पनि आफूलाई आकर्षक देखाउन पहिरनमा विशेष ध्यान

पुर्‍याउँछन् ।'

नायक राजबल्लभ कोइरालाकै कुरा गरौं । सुत्ने र खानेकुरामा तालमेल नमिले पनि उनी आफूलाई आकर्षक देखाउने कुरामा तालमेल मिलाउने प्रयास गर्छन् । सौन्दर्य प्रसाधनको प्रयोग र पहिरनमा उनको विशेष लगाव छ । छालाको स्याहारका लागि उनी बडी लोसन, सन प्रोटेक्सन, मोस्चराइज आदि सौन्दर्य प्रसाधन प्रयोग गर्छन् । सुटिङबाहेकका दिनमा गाढा रंगको फिटिङ पहिरन लगाउँछन् । गाढा रंगले भद्र देखाउँछ भन्ने उनको बुझाइ छ । उनले शारीरिक तन्दुरुस्तीका लागि व्यायामका सामग्री पनि किनेका छन् ।

यतिबेला गायक राजेशपायल राईले आफ्नो केशलाई 'डेन्जोङ कट' मा ढालेका छन् । यो कोरियन चलचित्रका नायक डेन्जोङको हेयर स्टाइल हो । केशको सौन्दर्यमा विशेष रुचि राख्ने राजेशले स्यान्ड्रा पुनको पार्लरमा गएर हेयर डिजाइन परिवर्तन गरेका बताए । 'डेन्जोङ स्ट्याइलको तर अलि छोटो बनाएको छु,' राई भन्छन् । केशले नै मानिसको व्यक्तित्वमा प्रभाव पार्ने उनको दाबी छ । राजेश भन्छन्- 'त्यसैले म केशको श्रृंगारमा पैसा खर्च गर्छु ।' कन्सर्टका क्रममा जुन मुलुकमा गयो त्यहीको कुनै न कुनै फेसन ट्रेन्डलाई पछ्याउन खोज्छन् उनी । केशदेखि सर्ट, पाइन्ट र कन्भर्स जुत्ताको कम्बिनेसनले उनलाई कोरियन शैलीको बनाएको हो । चिम्सा आँखा, बाटुलो अनुहार भएकाले राजेशलाई कोरियन शैली सुहाएको पनि छ । उनको टाई भने अलि फरक लाग्न सक्छ । 'जापानबाट ल्याएको टाई हो', राई भन्छन्- 'यसको दुवैतिर मोडिएको छ, अरू टाईजस्तो गाठो पार्नुपर्दैन ।' गाढा नीलो रंगको टाई उनी प्रायः छुटाउदैनन् ।

'पुरुषहरूले बाहिरी सौन्दर्यमा पनि ध्यान दिने गरेका छन्,' हेयर डिजाइनर नील डेभिड कटुवाल भन्छन्- 'बौद्धिक र परिपक्क भएर मात्र भएन, व्यक्तित्व पनि प्रभावशाली हुनुपर्छ ।' केश, अनुहार, हात-खुट्टा र समग्र शरीरको सौन्दर्य बढाउन पुरुषहरू लालायित हुने उनले बताए । त्यसो त अहिले पुरुष सौन्दर्यकै लागि पार्लरहरू सञ्चालन भैरहेका छन् भने अन्तर्राष्ट्रिय ब्रान्डका पुरुष सौन्दर्य प्रसाधन बजारमा उपलब्ध हुन थालेका छन् ।

आफ्नो अनुहारको छालालाई स्वस्थ्य र सुन्दर राख्न एवं प्रदुँषित वातावरणबाट जोगाउन फेसियल, फेस क्लिजङ गर्ने, हात खुट्टाको नङ सफा र चम्किलो देखाउन मेनिक्योर पेडिक्योर गर्ने, फेस ब्लिचिङ गर्ने, अनुहारमा भएको अनावश्यक रौं हटाउन थ्रेडिङ गर्नेजस्ता कामका लागि पुरुषहरू पार्लर धाउने नील डेभिड बताउँछन् । त्यसैगरी घामको विकिरणबाट छालालाई जोगाउन सन प्रोटेक्सन क्रिमहरू प्रयोग गरिन्छ । 'म अनुहारको विशेष ख्याल गर्छु' नायक राजवल्लभ भन्छन्- 'तर नियमित रुपमा पार्लर भने जाने गरेको छैन ।' मोडल प्रशान्तले चाहिँ स्किन केयरका लागि साउना वाथ लिने गरेका छन् ।

शारीरिक सुन्दरतासँगै परिधानमा पनि सतर्कता अपनाइने गरेको पाइन्छ । त्यसैले अन्तर्राष्ट्रिय ब्रान्डका परिधानको बजार फराकिलो बन्दै गएको छ । त्यसो त फिटिङ र फिनिसिङ परिधानका लागि बुटिक धाउने पुरुषहरू पनि उत्तिकै छन् । फेसन डिजाइनर कृष्ण कटुवाल भन्छन्- 'मौसम र अवस्था अनुसार फरक-फरक पहिरन लगाउनुपर्छ भन्ने मान्यता पुरुषहरूमा पनि छ ।' पहिरनले आफ्नो व्यक्तित्वमा प्रभाव पार्ने भएकाले पनि पुरुषहरू पहिरनप्रति सजक हुन थालेका छन् । गर्मीमा कस्तो पहिरन लगाउने ? जाडो मौसममा कस्तो पहिरन लगाउने ? मौसमअनुसार कस्तो रंग उपयुक्त हुन्छ ? भन्ने कुरामा पुरुषहरू सचेत भएको फेसन डिजाइनर कटवालले बताए ।

समग्रमा आफूलाई सुन्दर, आकर्षक र जवान देखाउने अनेक उपाय अपनाउन पुरुषहरू पनि लालायित देखिन्छन् । हेयर डिजाइन परिवर्तन गरेर होस् वा पहिरनको कम्बिनेसन मिलाएर 'आकर्षक देखिनुपर्छ' भन्ने मान्यता पुरुषहरूमा पनि छ । फरक हेयर स्टाइलले अनुहारको लुक्स चेन्ज गरिदिन्छ र जवान देखिने सहयोग गर्छ ।

● **शिव मुखिया**

सौन्दर्य, पुरुष अनि उसको भद्रता

सौन्दर्य के हो भन्ने कुरा सुन्दर वस्तु देखेपछि मात्र थाहा हुन्छ । सूर्य अस्ताउादाको लालिमा, पर्वत शृङ्खलाको मोहकता, नारीको लावण्य, पुरुषको भद्रता- सबै सुन्दर हुन्छन् । सौन्दर्यले औषधिको काम पनि गर्छ । यसले मनलाई प्रफुल्ल बनाउँछ, पगाल्छ र मनलाई शान्ति प्रदान गर्छ । हामीलाई चामत्कारिक रङ्ग, समुद्रमा फैलिएको विशाल क्षितिज, अग्ला हिमालजस्ता प्राकृतिक दृश्यहरू किन मन पर्छन् भन्ने कुरा त स्पष्ट नै छ, तर हामीलाई कुनै मानिस किन राम्रो लाग्छ ? कुनै खास किसिमको अनुहारप्रति हामी किन आकर्षित हुन्छौं ? के हाम्रो वंशाणुमा भएको कुनै तत्वले हामीलाई अनायास नै कुनै खास किसिमका अनुहार, रूपरङ्ग एवं आकृतितर्फ आकृष्ट गर्छ ? विभिन्न संस्कृति र ऐतिहासिक कालखण्डहरूमा सौन्दर्यका मापदण्डहरू कसरी बदलिन्छन् ? हामीलाई राम्रो लाग्ने मुख्य कुरा अर्थात् सौन्दर्यका तत्वहरू के-के हुन् र मानव अनुहारका कुनै खास किसिमका आकार-प्रकार, रूपरेखा, सन्तुलनप्रति आकर्षित हुनका लागि हाम्रो मस्तिष्क किन र कसरी निर्देशित हुन्छ भन्ने विषयमा समाजशास्त्री तथा वैज्ञानिकहरू सधैा अध्ययनरत छन् ।

महिलाले पुरुषमा कस्ता विशेषता खोज्छन् ? महिलाहरू आफ्नो जोडीको शारीरिक रूपाकृतिमा पुरुषले जति धेरै ध्यान दिँदैनन् । सामान्यतः उनीहरू अग्लो र सामाजिक प्रतिष्ठा भएको लोग्नेमानिस मन पराउाछन् । तथ्याङ्कले उनीहरूले धनी र उमेर खाएको मानिसलाई पनि उत्तिकै मन पराएको देखाएको छ । जसले उनी र उनका सन्तानलाई संरक्षण र लालनपालन गर्न सक्छ । शारीरिक उचाइ र सामाजिक प्रतिष्ठा, महिलाले पुरुषमा खोज्ने प्रमुख दुईवटा गुणका रूपमा धेरै सर्वेक्षणहरूमा दोहोरिएको विषय हो । महिलाहरूलाई मन पर्ने कुराको सर्वेक्षण गर्दा उनीहरूले पुरुषको बसाइ, उठाइ तथा उसको नितम्बको आकारलाई पनि महत्त्व दिएको पाइयो । त्यसैगरी पुरुषले आफूलाई कसरी प्रस्तुत गर्छ भन्ने कुरा पनि महत्त्वपूर्ण हुन्छ । कुप्रिएको, लत्रङ्ग परेको र खोच्याएर हिँड्ने पुरुष महिलाहरूलाई मन पर्दैनन्, तर पुरुषको अनुहारका बारेमा प्रश्न गर्दा, महिलाहरूले पुरुषको छाला र केशलाई त्यति महत्त्व दिएनन् । उनीहरूले आँखालाई विशेष महत्त्व दिए । संवदेनशील, मित्रतापूर्ण एवं शान्त आाखा भएको पुरुषप्रति महिलाहरूको आकर्षण पाइयो । आँखा मात्र होइन, उनीहरू आाखाको नानीमा पनि ध्यान दिइरहेका हुन्छन् । सर्वेक्षणअनुसार महिला र पुरुष दुवै नै आँखाको नानी ठूला भएका विपरीतलिङ्गीप्रति आकर्षित हुन्छन् ।

स्रोत : हिमाल

ब्यूटिसियन तालिममा निशुल्क भर्ना
नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त विगत ९ वर्षदेखि सञ्चालित वरिष्ठ ब्यूटिसियनहरुद्वारा अत्याधुनिक मेशिनहरुबाट थेउरी प्राक्टिकल दुवै माध्यमबाट छोटो समयमै ग्यारेन्टीका साथ
बेसिक, एडभान्स, स्पेसल सर्ट, स्पेसल डिप्लोमा र टिचर ट्रेनिङ्ग कोर्षमा धमाधम भर्ना लिइँदै छ ।
आजै आफ्नो सिट सुरक्षित गर्नुहोस् ।
नोट S.L.C दिई बसेका छात्राहरुलाई विशेष ग्राहयता
ईमेज ITC ब्यूटिसियन प्रशिक्षण केन्द्र
नारायणगोपाल चोक, चक्रपथ
फोन :- 2150731, 4720323

भर्ना खुल्यो !भर्ना खुल्यो !! भर्ना खुल्यो !!!
प्राइभेट Test/SLC-2067
विगत ९ वर्षदेखि प्राइभेट Test / SLC मा सबैभन्दा बढी विद्यार्थीहरु सहभागी गराउँदै पास गराउन सफल ।
कक्षा ८ पास तथा भर्खरै कक्षा ९, १० वा Test/ SLC फेल भई विविध कारणले पढ्न नपाएकाहरुका लागि कक्षा ९ नपढी सिधै १० कक्षाको मात्रै पढेर SLC Exam दिन पाइने एक वर्षे प्राइभेट Test/ SLC कक्षामा नयाँ भर्ना खुल्यो । सिट सिमित । Medium- अंग्रेजी, नेपाली दुवै । Time- बिहानी, दिउँसो, साझ ।
६ महिना मै +2
तथा Math/Science/Test नदिईकनै S.L.C. पास !! (Nios Delhi Board)
Arts Commerce Science
अन्तिम भर्ना !!
American/Nios (+2)
कक्षा ८, ९ फेल भए पनि SLC दिन पाईने, +2, 'A'Level फेल भएता पनि ६ महिनामै +2 पास गर्न सकिने, कुनै ५ विषय मात्र पास गरे पुग्ने, TU, KU तथा विश्व भरी मान्यता प्राप्त, जागीरे तथा गृहणीले घरमै पढेर पनि परीक्षा दिन सकिने, नेपाली तथा अंग्रेजीमा परीक्षा दिन पाईने ।
बाहिर बाट आएकाहरुलाई होस्टेलको व्यवस्था छ ।
कोरिया खुल्यो ! EPS Exam चाँडै हुने भएकाले कोरिया जान चाहनेहरुको लागि EPS-KLT Preparation Course मा पनि भर्ना खुल्यो ।
Note: सन २००८ मा भएको EPS-KLT को परीक्षामा सबै भन्दा बढी विद्यार्थीहरु पास गराउन सफल ।
डिप्लोम्याटिक एकेडेमी
कुमारीपाटी: 5549139, 9851021665
लगनखेल: 5531437
ओरियन एकेडेमी
सामाखुशीपुल:4388400, 9851021071
चावाहिल:4460091, 9851085823
नयाँ बानेश्वर:4484634, 9841160529

प्राईभेट TEST/SLC 2067
कक्षा ८ पास तथा कक्षा ९/१० फेल भएकाहरुको लागि ।
घरायसी काम काजले पढ्न छुटेकाहरुको लागि ।
विशेषताहरु:
अपाङ्ग, गृहिणी तथा ४० वर्ष उमेर नाघेकाहरुलाई फ्रि भर्ना तथा वार्षिक फि मा ५०% छुट ।
प्राईभेट पढ्ने विद्यार्थीलाई फ्रि कम्प्यूटर टिउसन (अंग्रेजी, गणित, विज्ञान) कक्षा
कम्प्यूटर साईन्स पढाई हुने ।
होस्टेल तथा लाईब्रेरीको व्यवस्था ।
आईरनगेट ईन्टरनेशनल एकेडेमी
फोन नं.: ४४८५८५०, ९८५११११६६२
नयाँ बानेश्वर (प्रिमियर कलेजसँगै) पुरानो बानेश्वर जाने बाटोमा।

आवश्यकता
विभिन्न प्रकारको सहकारीमा बजार प्रतिनिधि भई कार्यरत रहेकाहरूको लागि Full Time तथा Part Time Job को सुवर्ण अवसर:
तलब: १८,000 + बोनस + अन्य विविध सुविधाहरू
नेपाल अधिराज्यको जुनसुकै जिल्लामा बसी काम गर्न सकिने भएको हुँदा इच्छुक व्यक्तिले ३ प्रति P.P Size को रंगीन फोटो आफ्नो CV सहित कम्पनीको कार्यालयमा तुरुन्त सम्पर्क राख्नुहोला ।
GOOD LIFE ASSURANCE & DEVELOPMENT CO.LTD.
Head Office.:
P.O.Box: 9779, Sitapaila, Kathmandu
Tel: 01-4284008, 4274112
E-mail: info@goodlifeassurance.com

तपाईंलाई कस्ता पुरुष मन पर्छन् ? अनि कस्ता पुरुष मन पर्दैनन् ?

तस्बिर : महेश प्रधान

तस्बिर : राजिव श्रेष्ठ

हरेक दृष्टिकोणबाट योग्य पुरुष, जस्तै– पढेलेखेका, ज्यान भएका, हेन्डसम, अनुहार मात्र होइन, मनको पनि सुन्दर पुरुष मन पर्छन्। जाँड रक्सी खाने, घमन्डी स्वभावका पुरुष मन पर्दैनन्।

युना उप्रेती (नायिका)

मलाई साधारण स्वभावका तथा नारीको मर्म बुझ्ने पुरुष असाध्यै मन पर्छन्। जाँडरक्सी खाने, धुमपान गर्ने तथा नारीको मनमाथि खेलबाड गर्ने पुरुष पटक्कै मन पर्दैनन्।

जिया केसी (नायिका)

मलाई इन्टेलिजेन्ट, स्मार्ट, सेल्फ रेस्पेक्ट भएका अनि जसले महिलाको कदर गर्छन्, त्यस्ता पुरुष मन पर्छन्। सुगुरजस्ता फोहोरी पुरुषचाहिं पटक्कै मन पर्दैनन्।

प्रतिष्ठा थापा (मोडल)

मलाई ट्यालेन्टेड पुरुष मन पर्छन्। गफ गरेर दिन काट्ने पुरुषचाहिं मन पर्दैनन्।

बिपना धिताल (गायिका)

राम्रो व्यक्तित्व भएका पुरुष मन पर्छन्। अग्ला पुरुष पनि मलाई मलाई मन पर्छन्। आफूलाई महान् देखाउन खोज्ने पुरुषचाहिं मन पर्दैनन्।

निशा अधिकारी (नायिका)

एउटा भनाइ छ नि, 'सिम्पल लिभिङ हाइ थिङ्किङ'। मलाई यही मान्यताअनुसार चल्ने पुरुष मन पर्छन्। म साधारण तर शिक्षित पुरुषहरूप्रति आकर्षित हुन्छु। रफ भएर हिंड्ने, केटीहरूसँग बढि नै घुलमिल हुन खोज्ने पुरुषचाहिं मन पर्दैनन्।

भगवती खड्का (खेलाडी/गायिका)

रमाइलो प्रश्न! शारीरिक रूपमा आकर्षक पुरुष नै मलाई मन पर्छन्। महिलाको इज्जत गर्न जान्ने पुरुष पनि मलाई मन पर्छन्। घमन्डी स्वभावका पुरुष भने मन पर्दैनन्।

जेनिशा मोक्तान (मिस नेपाल)

हेर्दा राम्रा देखिने पुरुष मन पर्छन्। यसबाहेक राम्रो काम गर्ने पुरुष पनि मन पर्छन्। रक्सी-चुरोट खाने पुरुषचाहिं मन पर्दैनन्।

सुनिता गन्धर्व (नायिका)

मलाई सुकिला-मुकिला अनि बुद्धिमान पुरुष मन पर्छन् जसले महिलालाई सम्मान र माया गर्न जान्दछन्। स्मार्ट, शिक्षित तथा गुड लुकिङ पुरुष पनि मलाई मन पर्छन्। देखावटी गर्ने, अनावश्यक गफ गर्ने, कुलतमा फसेका, फोहोरी अनि नपढेका पुरुष मन पर्दैनन्।

माम्पी घोष (पवनकली)

मलाई इमान्दार, राम्रो व्यवहार भएका तथा महिलाको इज्जत गर्न जान्ने पुरुष मन पर्छन्। झूटो बोल्ने तथा अरूलाई होच्याउने खालका पुरुष मन पर्दैनन्।

चाँदनी लामिछाने (मोडल)

मलाई सोझा पुरुष मन पर्छन्। यसबाहेक मन र विचार राम्रो भएका पुरुष पनि मन पर्छन्। बाहिरबाट झट्ट हेर्दा सज्जन देखिने तर भित्रबाट खतरनाक पुरुष भने मन पर्दैनन्।

संगम राई (कलाकार)

अँ...मलाई सोझो... अर्थात् सिम्पल खालका पुरुष मन पर्छन्। आकर्षक व्यक्तित्व भएका, पढेलेखेका तथा माया गर्ने पुरुष पनि मलाई मन पर्छन्। घमन्डी स्वभावका पुरुषचाहिं मन पर्दैनन्।

योगिता महर्जन (मिस नेवा २००९)

तस्बिर : कमल श्रेष्ठ

अरूलाई जस्तै मलाई पनि हेन्डसम पुरुष नै मन पर्छन्, तर कतिपय हेन्डसम पुरुष पनि भित्रबाट नराम्रा हुन्छन्। त्यसले मलाई बाहिरबाट मात्र होइन, भित्रै बाट सुन्दर पुरुष मन पर्छन्। बाहिर आकर्षक देखिए पनि मनमा कालो भएका पुरुष मन पर्दैनन्।

दीपाश्री निरौला (कलाकार)

समझदारी संग काम लिने, सबैलाई सम्मान गर्ने, माया गर्ने, इज्जत दिने, सबैको भावना बुझ्ने, बाहिरी सुन्दरता नभए पनि भित्री सुन्दरता भएका पुरुष मन पर्छन्। धोका दिने, झूटो माया देखाउने, केटीहरूको आत्मसम्मानमा ठेस पुऱ्याउने, बढी ड्रिङ्क गरेर बबाल गर्ने, झगडा गर्ने पुरुषचाहिं पटक्कै मन पर्दैनन्।

सरिष्मा अमात्य (गायिका)

(हाँसो) ओ माई गड...! मलाई अरूभन्दा भिन्न देखिने अग्लो शरीर भएका पुरुष मन पर्छन्। त्यसबाहेक सहयोगी, महिलालाई बुझ्न सक्ने, आकर्षक व्यक्तित्व भएका पुरुष मन पर्छन्। चिटिङ गर्ने, छल्ने/ढाँट्ने अनि होच्याएर बोल्ने पुरुष मन पर्दैनन्।

सिम्पल खनाल (भिजे/मोडल)

मलाई शिक्षित, बौद्धिक तथा धार्मिक आस्था भएका पुरुष मन पर्छन्। केटीहरूलाई युज एन्ड थ्रो गर्ने अथवा केटीहरुलाई कामै नलाग्ने चीजका रूपमा हेर्ने पुरुषहरू मन पर्दैनन्।

गीता अधिकारी (नायिका)

महिलालाई सम्मान गर्ने, हेर्दा आकर्षक देखिने, राम्रो बानी-बेहोरा भएका पुरुष मलाई मात्र होइन सबैलाई मन पर्छन्। महिलाहरूलाई इज्जत नगर्ने, सम्मान नदिने अनि केटीहरूकै कुरा काटेर समय खर्चिने पुरुष मन पर्दैनन्।

सुनिता दुलाल (गायिका)

रमाइलो प्रश्न सोध्नुभयो ! मलाई असल चरित्र भएका पुरुष मन पर्छन्। नारीलाई इज्जत-सम्मान गर्ने पुरुष मन पर्छन्। नारीलाई होच्याउने र खराब चरित्र भएका पुरुषचाहिं मलाई मन पर्दैनन्।

रोहिया महर्जन (कोरियोग्राफर)

निर्दोष अनुहार, सुन्दर आँखा अनि कामुक ओठ भएका पुरुष मन पर्छन्। यसबाहेक बानी बेहोरा राम्रो भएका पुरुष पनि मन पर्छन्। फोहोरी देखिने पुरुषचाहिं पटक्कै मन पर्दैनन्।

आरती आचार्य (भिजे/कलाकार)

मलाई हँसिलो स्वभावका पुरुष मन पर्छन्। घमन्डी र रिसाहा स्वभावका पुरुषचाहिं मन पर्दैनन्।

परिना राई (मोडल)

सर्वाधिक आकर्षक पुरुष

महिलाहरुबीचमा सधैं आइरहने एउटा प्रश्न हो, पुरुषलाई केले आकर्षक बनाउँछ ? उसलाई कुन कुराले हट बनाउँछ ? आकर्षक पुरुषमा हुने एउटा अद्बितीय विशेषता के हो ? पुरुष कसरी आकर्षक देखिन सक्छ र यसको रहस्य के हो भन्ने कुरा थाहा पाउनु पनि एक प्रकारले गाऱ्है काम हो। शरीर मात्र आकर्षक भएर हुँदैन, उसमा भएका विभिन्न प्रतिभाका कारण पनि महिलाहरु ऊप्रति आकर्षित हुन्छन्।

वर्ष	व्यक्ति	उमेर	वर्ष	व्यक्ति	उमेर
१९८५	मेल गिब्सन	२९	१९९८	ह्यारिसन फोर्ड	५६
१९८६	मार्क हर्मन	३४	१९९९	रिचार्ड गेर	५०
१९८७	ह्यारी ह्याम्लिन	३५	२०००	ब्राड पिट	३६
१९८८	जोन एफ केनेडी	२७	२००१	पियर्स ब्रोस्नान	४८
१९८९	सिन कोनरी	५९	२००२	बेन एफ्लेक	३०
१९९०	टम क्रुज	२८	२००३	जोनी डेप	४०
१९९१	प्याट्रिक स्वाइज	३९	२००४	जुड ल	३१
१९९२	निक नोल्ट	५१	२००५	म्याथु म्याककोनागे	३६
१९९३	रिचार्ड गेर सिन्डी	४४	२००६	जर्ज क्लुनी	४५
१९९५	ब्राड पिट	३१	२००७	म्याट डेमन	३७
१९९६	डेन्जल वासिङ्गटन	४१	२००८	ह्युग ज्याकम्यान	४०
१९९७	जर्ज क्लुनी	३६	२००९	जोनी डेप	४६

• **एकराज सुवेदी**

पिपुल्स म्यागजिनले प्रत्येक वर्ष विश्वका सर्वाधिक आकर्षक पुरुषहरूको सूची प्रकाशित गर्छ। विभिन्न व्यक्तिसँगको अन्तर्वार्ता, अनलाइन सर्वेक्षण तथा लोकप्रियताका आधारमा यो सूची प्रकाशित गरिन्छ। अहिले विश्वमा यस्ता धेरै साइट छन्, जसले पुरुषको आकर्षणको क्रम प्रकाशित गर्छन्। त्यस्ता सबै सूची समेट्न सम्भव हुँदैन। पिपुल्स म्यागजिनले प्रकाशित गर्ने सूची नै सर्वाधिक चर्चित पनि हुन्छ। यसले खासगरी हलिउडसँग सम्बन्धित व्यक्तित्वमा आफ्नो सर्वेक्षण केन्द्रित गरेको पाइन्छ। फेरि हलिउडले नै अहिले पनि संसारमा आफ्नो प्रभुत्व जमाइरहेको छ। सन् १९८८ को सूचीमा अमेरिकाका तत्कालिन राष्ट्रपति जोन एफ केनेडी पनि परेका थिए। सन् १९९३ मा रिचार्ड गेर तथा सिन्डी क्राफोर्ड गरी दुई व्यक्ति यो सूचीमा परे। अहिलेसम्म रिचार्ड गेर, ब्राड पिट तथा जोनी डेपले दुई-दुईपटक यो सम्मान हासिल गरिसकेका छन्। यो वर्ष जोनी डेप सूचीको पहिलो नम्बरमा पर्न सफल भएका छन्।

जोनी डेप

पाइरेट्स अफ द क्यारिबियनमा विभिन्न आकर्षक भूमिकामा देखिएका जोनी डेप यो वर्ष पनि सर्वाधिक आकर्षक पुरुषको सूचीमा रहन सफल भए। उनी यसभन्दा अघि सन् २००३ मा पनि यो सूचीको पहिलो नम्बरमा थिए। ४६ वर्षीय डेप युवा अवस्थादेखि नै सुन्दरीहरूको मनमा रहन सफल छन्। उनकी श्रीमती भनेसा प्याराडिस नायिका तथा गायिका हुन्। यो दम्पत्तीका १० वर्षीया छोरी लिली रोज र ७ वर्षीय छोरा ज्याक छन्। डेप योग्य कलाकार मात्र नभै योग्य श्रीमान् एवं योग्य बाबु समेत हुन्।

र्‍यान रेनोल्ड्स

३३ वर्षीय र्‍यान रेनोल्ड्स क्यानेडियन टेलिभिजन कलाकार तथा चलचित्रकर्मी हुन्। सन् १९९८ मा टु गाइज एन्ड अ गर्ल शीर्षकको टेलिभिजन कार्यक्रमपश्चात् उनको चर्चा प्रारम्भ भएको हो। उनी विभिन्न भूमिकामा देखिन्छन्।

जेक गाइलेनहाल

२९ वर्षीय जेक गाइलेनहाल अमेरिकाको क्यालिफोर्नियानिवासी हुन्। उनी प्रसिद्ध चलचित्र कलाकार हुन्। जेक सन् १९९१ देखि यो क्षेत्रमा क्रियाशील छन्। यसबाहेक जेक विभिन्न सामाजिक, राजनीतिक तथा वातावरणीय अधिकारका क्षेत्रमा पनि सक्रिय छन्।

ब्राड्ली कुपर

३४ वर्षीय ब्राड्ली कुपर हेर्दा सुन्दर मात्र छैनन्, उनको व्यक्तित्व पनि आकर्षक छ। उनी पनि अमरिकी चलचित्र, स्टेज तथा टेलिभिजन कलाकार हुन्। कुपर खासगरी द ह्याङओभर चलचित्रमा फिल बेनेकका रूपमा, टेलिभिजन श्रृंखला एलियासमा बिल टिपिनका रूपमा, हास्यचलचित्र बेडिङ क्र्यासरमा जाचरी स्याक लजका रूपमा निर्वाह गरेको भूमिकाका कारण प्रसिद्ध छन्।

रोबर्ट डाउनी जुनियर

४४ वर्षीय रोबर्ट डाउनी जुनियर पनि अमेरिकी कलाकार, फिल्म निर्माता तथा संगीतकार हुन्। डाउनी पाँच वर्षको उमेरमा आफ्नो बुबाले निर्माण गरेको चलचित्रमा अभिनय गरेपछि लगातार यो क्षेत्रमा क्रियाशील छन्। उनी जीरो, एयर अमेरिका तथा सोपडिसजस्ता चलचित्रका कारण चर्चित छन्। सन् १९९२ मा च्यापलिन चलचित्रमा गरेको चार्ली च्यापलिनको भूमिकाका कारण उनले सर्वश्रेष्ठ अभिनेता विधाको एकेडेमी एवार्ड पाएका थिए।

पिपुल्स म्यागजिनले सेक्सिएस्ट म्यान अलाइभ शीर्षकमा तयार गर्ने यो सूची आकर्षक पुरुषको क्षेत्रमा एउटा स्तम्भ नै मानिन्छ। सन् १९८५ देखि यो सूची प्रकाशित गर्न थालिएको हो। सुरु-सुरुमा यो सूची जाडो मौसममा प्रकाशित गरिन्थ्यो। त्यसपछि समय पनि फरक पर्दै गयो। एक वर्ष र अर्को वर्षको बीचमा सात महिनादेखि डेढ वर्षसम्मको फरकमा समेत यो सूची प्रकाशित गरियो। सन् १९९४ मा यो सूची प्रकाशित भएन। पछिल्लो समयमा खासगरी मध्य नोभेम्बरदेखि डिसेम्बरको पूर्वार्द्धसम्ममा यो सूची सार्वजनिक हुन थालेको छ।

पुरुषको सौन्दर्यलाई केले मापन गर्न सकिन्छ ? यसमा विभिन्न तर्क हुन सक्छन्। महिलाहरूबीचमा सधैं आइरहने एउटा प्रश्न हो, पुरुषलाई केले आकर्षक बनाउँछ ? उसलाई कुन कुराले हट बनाउँछ ? आकर्षक पुरुषमा हुने एउटा अद्बितीय विशेषता के हो ? पुरुष कसरी आकर्षक देखिन सक्छ र यसको रहस्य के हो भन्ने कुरा थाहा पाउनु पनि एक प्रकारले गाऱ्है काम हो। शरीर मात्र आकर्षक भएर हुँदैन, उसमा भएका विभिन्न प्रतिभाका कारण पनि महिलाहरू ऊप्रति आकर्षित हुन्छन्। त्यही भएर नै पुरुषले समेत उसलाई आकर्षक पुरुषको श्रेणीमा राख्न सक्छन्। समाज, वातावरण, महिला तथा बालबालिकाप्रति प्रकट हुने उसको व्यवहारले समेत पुरुषको आकर्षणमा वृद्धि ल्याइरहेको हुन्छ।

एक विशेषज्ञले विभिन्न विशेषज्ञ तथा महिलाहरूलाई वितरण गरेको प्रश्नावलीका आधारमा पुरुषलाई केले आकर्षक बनाउँछ भन्ने विषयमा अध्ययन गरेका थिए। त्यसका आधारमा हेर्दा आकर्षक पुरुषमा हुनुपर्ने केही विशेषता :

- पुरुषले बालबालिकाप्रति गर्ने व्यवहार, उनीहरूसँगको सञ्चार एवं उनीहरूलाई बुझ्न सक्ने क्षमताले यसमा प्रभाव पार्छ।
- आकर्षक पुरुष भद्र तथा विनोदप्रिय हुन्छ।
- आकर्षक पुरुषका आँखा सधैं चम्किला हुन्छन्। उसले सधैं आनन्दित संसारको खोजी गरिरहेको हुन्छ। यसले गर्दा उसले अरूलाई पनि रमाइलो संसारमा पुऱ्याउँछ।
- उसको मुहार सधैं हसिलो हुन्छ। उसले मनमा कुनै कुरा लुकाउँदैन।
- उसले सधै बोलीलाई नियन्त्रण गरेको हुन्छ। बोली र शरीरको चाललाई मिलाएर नियन्त्रणमा राख्छ।
- आकर्षक पुरुष सधै रहस्यमय हुन्छ। उसले लगाउने पोसाकलगायतका वस्तुको अरूले अनुसरण गर्न चाहन्छन्। उ कुनै पनि कुरामा नयाँपन दिन चाहन्छ।
- आकर्षक पुरुष सधैं संसारसँग सञ्चारमा रहन्छ । घरनजिकको सामान्य पसलेदेखि पृथ्वीको अर्को ध्रुवको व्यक्तिसँग उसको सञ्चार भैरहेको हुन्छ।
- उसले अर्काको भावना बुझ्न सक्छ। उसमा नेता बन्ने क्षमता हुन्छ।
- उसले सबै मौसम मन पराउँछ। जाडो वा गर्मीमा आफूलाई कसरी समायोजन गर्ने भन्ने सम्पूर्ण योजना ऊसँग हुन्छ।
- आकर्षक पुरुषले विभिन्न परिकार मन पराउँछ। उ ती परिकार पकाउने र खानेकुरामा समेत चासो राख्छ।

महिलाले सुन्न रुचाउने कम्प्लिमेन्ट्स

● रोजिन शाक्य

तिमी धेरै सुन्दर छौं

आफूलाई चाहने व्यक्तिले आफ्नो प्रशंसा गरोस् भन्ने चाहना प्रायः सबै महिलामा हुन्छ। तिमी धेरै सुन्दर छौं... तिमी यो पहिरनमा असाध्यै राम्री देखिएकी छौं... यो रंग तिमीलाई खुबै सुहाएको छ... आदि। प्रशंसाका यस्ता शब्दहरू प्रायः सबै युवतीका कमजोरी हुन्। त्यसो त युवतीको हेयरस्टाइल, ड्रेस, फुटवेयरप्रति अधिकांश पुरुषको ध्यान जादैन। यदि कुनै युवतीलाई इम्प्रेस गर्न चाहने भने उनको प्रशंसा अत्यन्त आवश्यक छ। उनलाई आफ्नो नजिक ल्याउन प्रशंसा नै सबैभन्दा पहिलो र प्रभावकारी माध्यम हो।

तिम्रो मुस्कान साँच्चै राम्रो छ

आफूले केही भन्नुपूर्व नै उनको मुहारमा मुस्कान देखापर्छ भने यो तपाईंको पहिलो जित हो। अतः सबैभन्दा पहिले त्यस्तो केही भन्नुपर्छ वा गर्नुपर्छ, जसले गर्दा उनको मुहारमा मुस्कानको उज्यालो देख्न पाइयोस् र 'तिम्रो मुस्कान साह्रै राम्रो छ... वा हाँस्दाखेरी तिमी अझ सुन्दर देखिन्छौं..' जस्ता अभिव्यक्ति दिने अवसर प्राप्त होस्। यी अभिव्यक्तिमा यदि उनी लजाउँछिन् भने उनको मनमा आफ्ना लागि स्थान बनाउन सफल भइयो भन्ने बुझ्नुपर्छ।

तिम्रो व्यक्तित्व प्रभावशाली छ

हिजोआजका अधिकांश युवती फिगर कन्सियस हुन्छन्। फिगर मेन्टेन गर्न उनीहरूले अनेकौं उपाय अपनाएको पाइन्छ। उनीहरू आफ्नो फिगरका बारेमा सकारात्मक कमेन्ट सुन्न मन पराउँछन्। यदि आफ्नी श्रीमती वा गर्लफ्रेन्डलाई इम्प्रेस गर्न चाहने हो भने तिम्रो फिगर आकर्षक र इम्प्रेसिभ छ... तिम्रो फिगरको आकर्षणको कुनै जवाफ छैन.... जस्ता प्रशंसाका अभिव्यक्ति दिन सक्नुपर्छ। तिमीलाई साँच्चै नै गड गिफ्टेड फिगर प्राप्त भएको छ भन्ने अभिव्यक्तिले उनलाई अत्यन्त हर्षित बनाउँछ।

तिमी इन्टेलिजेन्ट छौं

जसरी हरेक युवती आफ्नो सुन्दरताको प्रशंसा रुचाउँछन् त्यसरी नै उनीहरू आफ्नो बुद्धिमता र बौद्धिकताको पनि प्रशंसा सुन्न इच्छुक हुन्छन्। जब कुनै पुरुषले कुनै महिलाको बौद्धिकताको प्रशंसा गर्छ उनीहरू खुसी हुन्छन्। कारण उनीहरू उक्त पुरुषको नजरमा आफ्नो शारीरिक सुन्दरता मात्र नभएर आफ्नो सोचविचार पनि परेको र त्यसको सराहना भएको कुराले खुसी हुन्छन्। यसबाट उनको नजरमा प्रशंसा गर्ने व्यक्तिको स्थान उच्च हुन्छ। अतः युवतीहरूसित कुरा गर्दा उनीहरूको सोचाइका बारेमा पनि बुझ्नुपर्छ र त्यसको सराहना गर्नुपर्छ।

तिमी सबैभन्दा स्मार्ट छौं

साथी-संगिनीको समूहमा आफू सबैभन्दा स्मार्ट कहलिउँ भन्ने चाहना प्रायः सबैमा हुन्छ। हुन त आफ्ना साथीसंगिनीलाई उनी प्रेम गर्छिन् र तिनका बारेमा नकारात्मक टिप्पणी सुन्न पनि मन लाग्दैन तर उनलाई आफ्नो प्रशंसा राम्रो लाग्छ। अरूभन्दा आफू सुन्दर एवं आकर्षक कहलाउने चाहना सबैमा हुन्छ। समूहमा आफू सबैभन्दा राम्री, सुन्दर र असल भन्ने प्रशंसा सुने उनी बढी खुसी हुन्छिन्।

तिमी स्वादिष्ट खाना बनाउँछौ

आफ्नो हातले खाना बनाएर अरूलाई खवाउँदा महिलालाई सबैभन्दा बढी खुसी प्राप्त हुन्छ। तिम्रो हातबाट बनेको खानामा जुन स्वाद छ, त्यो सायदै अरू कसैमा होला... तिमीले बनाएको खाना त होटलको भन्दा बढी स्वादिष्ट छ... जस्ता प्रशंसाका शब्दले उनलाई खुसी बनाउँछ तर उनले बनाएको खाना आफ्नी आमा वा साथीभाइका श्रीमतीले बनाएको भन्दा थोरै कम स्वादिष्ट भएको कुरा व्यक्त गरिए त्यसको परिणाम अकल्पनीय बन्न सक्छ।

दिनरात तिम्रै कुरा सुनिरहूँ

वास्तवमा यो सम्भव छैन तर 'तिमी कति राम्रो कुरा गर्छौं.... तिम्रो कुरा सुनिरहन मनलाग्छ.... तिम्रो कुरा सुन्दा दिनरात बितेको चाल पाइँदैन... तिमी बोलिराख, म सुनिरहन्छु, समय बितिरहन्छ...' जस्ता अभिव्यक्तिले उनी आफूप्रति मोहित हुन्छिन्।

तिम्रो आँखामा प्रेम झल्कन्छ

'तिम्रो मुहार पुस्तक सरह छ... तिम्रो आँखामा प्रेमको अनुभूति पढ्न पाइन्छ...' आदि प्रशंसाका शब्दबाट आफूले उनलाई बुझेको अर्थ लाग्छ। यसले उनी आफूप्रति आकृष्ट हुन्छिन् र आफूप्रति विश्वास एवं भरोसा जाग्छ।

तस्विर : राजिव श्रेष्ठ

सबैभन्दा पहिले त्यस्तो केही भन्नुपर्छ वा गर्नुपर्छ, जसले गर्दा उनको मुहारमा मुस्कानको उज्यालो देख्न पाइयोस्।
यदि आफ्नी श्रीमती वा गर्लफ्रेन्डलाई इम्प्रेस गर्न चाहने हो भने तिम्रो फिगर आकर्षक र इम्प्रेसिभ छ... तिम्रो फिगरको आकर्षणको कुनै जवाफ छैन.... जस्ता प्रशंसाका अभिव्यक्ति दिन सक्नुपर्छ।
जब कुनै पुरुषले कुनै महिलाको बौद्धिकताको प्रशंसा गर्छ उनीहरू खुसी हुन्छन्। कारण उनीहरू उक्त पुरुषको नजरमा आफ्नो शारीरिक सुन्दरता मात्र नभएर आफ्नो सोचविचार पनि परेको र त्यसको सराहना भएको कुराले खुसी हुन्छन्।
समूहमा आफू सबैभन्दा राम्री, सुन्दर र असल भन्ने प्रशंसा सुने उनी बढी खुसी हुन्छिन्।

तिमीबिना अधुरो छ..

'म तिमीबिना अधुरो छु, तिमी मेरो जीवन हौ, तिमीबिना म मरिहाल्छु, तिमीबिना बाँच्न गाह्रो छ, जीवन जिउन हरेक पल तिम्रो आवश्यकता पर्छ' जस्ता कुराले आफ्नो जीवनमा उनको स्थान एवं आवश्यकतालाई पुष्टि गर्छ। यसबाट उनी आफूप्रति अझ मोहित हुन्छिन्।

मेरो जीवनमा परिवर्तन ल्यायौ

हरेक युवतीको चाहना हुन्छ कि उनको उपस्थितिको कसैको जीवनमा अर्थ रहोस्। जब कसैले 'तिमीले मेरो जीवनमा परिवर्तन ल्यायौ... तिम्रो आगमनले मेरो जीवनमा बहार आयो... जस्ता भावना व्यक्त गर्छन् तब उनका लागि योभन्दा ठूलो कम्प्लीमेन्ट अरू हुन सक्दैन।

CG ELECTRONICS imagination. unlimited.
LG Lifestyle Shoppe Pvt. Ltd.
(LG Exclusive Company Showroom) Gorkha Complex
Minbhawan, Kathmandu, Tel: 01-4106530, 016206462
CG Digital Pvt. Ltd.
(Multi-Brand Showroom) AC Complex
Chabahil, Kathmandu, Tel: 01-6205707
12 Months Warranty
6 Months
FREE 2GB Memory Card

पन्ध्रौं वर्षका ब्लोअप बालाहरू

यही अंकदेखि साप्ताहिकले प्रकाशनको पन्ध्र वर्ष पूरा गरेको छ। १६ वर्षलाई कुनै पनि महिलाको उमेरको स्वर्णीम वर्ष मानिन्छ। एउटा भनाइ छ 'सोह्र वर्षे जवानी चढ्नु'। अर्को कथन छ- 'सोह्र वर्षमा त स्याल पनि घोर्ले (तन्नेरी) हुन्छ।' यस्ता भनाइ वा कथनलाई मान्ने हो भने साप्ताहिक पनि घोर्ले भएको छ। घोर्लिएको साप्ताहिकका सबै स्तम्भ पाठकका लागि उपयुक्त त छन् नै त्यसमाथि मध्यपृष्ठको आकर्षण बेग्लै छ। पहिलो अंकदेखि नै मध्यपृष्ठको आकर्षण पन्ध्र वर्ष पूरा गरुञ्जेलसम्म बढेको बढ्यै छ।

वर्ष १५ को सुरुवात पोखराबाट सञ्चालित वेबसाइट ठीकठाक डटकमका सुरज श्रेष्ठले खिचेको मोडल सिमरन गुरुङका आकर्षक तस्बिरबाट भयो भने वर्ष १५ को अन्तिम अंकमा पोखराकै वेबसाइट लभ्ली पोखरा डटकमले क्यामेरामा उतारेको मोडल रोजिनाका तस्बिर प्रकाशित भए।

प्रकाशित कुल ५२ अंकमध्ये कुल ४४ जना मोडल तथा चलचित्र नायिकाका तस्बिरले साप्ताहिकको मध्यपृष्ठ रंगीन भए। बाँकी आठ अंकमा भने चाडपर्व तथा समय अनुकूलका तस्बिर प्रकाशित गरिए। जसमा भदौमा २००९ की मिस युनिभर्स स्टेफिना फेरान्डेजका आकर्षक तस्बिरले स्थान पाए भने पुस १७ मा मिस युनिभर्स, मिस अर्थ तथा मिस वर्ल्डका तस्बिरहरू प्रकाशन गरिए। यसका अतिरिक्त हिन्दू महिलाहरूको पर्व हरितालिका तीजका अवसरमा नेपाली चलचित्रका पाँच नायिका करिश्मा मानन्धर, झरना बज्राचार्य, नन्दिता केसी, अरुणिमा लम्साल तथा युना उप्रेतीको सामूहिक तस्बिर प्रकाशित भयो। तिहारका बेला फोटोग्राफर कमल श्रेष्ठले खिचेका वरिपरि दीप बालेर बसेकी गायिका सिन्धु मल्लको तस्बिरले साप्ताहिकको मध्यपृष्ठ सजियो। भ्यालेन्टाइन अर्थात् प्रणय दिवसका अवसरमा तीनवटा अंकमा प्रेमजोडीका प्रेमलाप अभिव्यक्त भए। जसमा नायिका जिया केसीसँग मोडल तथा नायक हसन खान, नायक भुवन केसी पुत्र अनमोल केसीसँग मोडल तथा नायिका प्रभा विष्ट एवं पोखराका मोडल जोडी मिलन र कोमलका तस्बिरले प्रेम जगाउने काम गरे। लगत्तै साप्ताहिकका फोटोग्राफर महेश प्रधानले क्यामेरामा उतारेको नायिका रेखा थापासँग नायकद्वय आर्यन सिग्देल र आयुष रिजालले होली खेलेको उत्साहपूर्ण तस्बिरले साप्ताहिकमा स्थान पायो।

सर्वोत्कृष्ट १२ सुन्दरी

विगतका वर्षहरूमा झैं यो वर्ष पनि प्रकाशित कुल ४४ ब्लोअपमध्येबाट सर्वोत्कृष्टको चयन गर्नु गाह्रो काम थियो। किनभने साप्ताहिकको मध्यपृष्ठका लागि तस्बिर उपलब्ध गराउने राजीव श्रेष्ठ, साइबरसंसार डटकम, ठीकठाक डटकम, कमल श्रेष्ठ, कविन्द्रमान शाक्य, नवीन के श्रेष्ठसँगै यो वर्ष इपाइला डटकम, राजकुमार धमला, इजिफोर स्टाइल डटकम जस्ता नयाँ नाम पनि जोडिए। एक त मध्यपृष्ठमा तस्बिर प्रकाशन हुन मोडल तथा फोटोग्राफरले कुनै शुल्क तिर्नु पर्दैन। त्यसमा तस्बिर आकर्षक हुनुपर्ने मुख्य सर्त छ। यसपटक भने सबै फोटो प्रोभाइडरले आफ्नो सिर्जनशीलता देखाउँदै साप्ताहिकका लागि उत्कृष्ट तस्बिरहरू उपलब्ध गराए। त्यसैले त सर्वोत्कृष्ट १२ ब्लोअप सुन्दरीको छनोट गर्न सर्ट लिस्टिङ गर्दा ४४ मध्ये २७ जना छानिए। ती मध्येबाट १२ जनाको छनोटका लागि साप्ताहिकले विभिन्न सेलिब्रेटी तथा पाठकहरूको राय सल्लाह लियो :

करिश्मा मानन्धर
(फोटोग्राफर : राजीव श्रेष्ठ)

उमेरले चार दशक काटे पनि नायिका करिश्मा आफ्नो ब्लोअपमा सोह्र वर्षे युवती जत्तिकै सुन्दरी देखिएकी थिइन्। उक्त तस्बिर मध्यपृष्ठमा प्रकाशित भएपछि फेरि एकपटक उनको सौन्दर्यको चर्चा चल्यो।

अनुष्का ढकाल
(फोटोग्राफर : राजीव श्रेष्ठ तथा साइबरसंसार डटकम)

सुरुमा राजीव श्रेष्ठले खिचेका तस्बिरबाट चर्चामा आएपछि साइबरसंसारबाट खिचिएका तस्बिरबाट मोडल अनुष्का ढकालले केही विज्ञापन तथा म्युजिक भिडियोमा अवसर पाइन्। अनुष्काको ब्लोअपले साप्ताहिकका दुई अंक सिंगारिए।

पन्ध्रौं वर्षका ब्लोअप बालाहरू

जेनिषा मोक्तान
(फोटोग्राफर : साइबरसंसार डटकम)

जेनिषा मोक्तानले मिस नेपालको उपाधि जितेलगत्तै ०६६ को असोज २३ गते मध्यपृष्ठमा स्थान पाइन् ।

संगीता पण्डित 'सेजल'
(फोटोग्राफर : राजीव श्रेष्ठ)

कता-कता भारतीय अभिनेत्री जस्तै देखिने संगीताका तस्बिर साप्ताहिकमा प्रकाशन भएपछि उनको सौन्दर्यको निकै प्रसंसा भयो । यद्यपि उनी त्यसपछि यो क्षेत्रमा देखा परेकी छैनन् ।

बेबी थापा
(फोटोग्राफर : इजिफोर स्टाइल डटकम)

विशेषगरी कामुक तस्बिर खिचाउन रुचाउने मोडल बेबी थापाको भायोलिनले आफ्नो लज्जा छोपेको तस्बिरलाई राम्रो क्रिएसन मानियो ।

युना उप्रेती
(फोटोग्राफर : राजीव श्रेष्ठ)

अर्धवार्षिक क्यालेन्डरसहित साप्ताहिकले आफ्नो सक्रियतामा खिचाइएको नायिका युना उप्रेतीको तस्बिरबाट उनको वास्तविक सौन्दर्य उजागर भएको प्रतिक्रिया पाइएको थियो ।

खुश्बु न्यौपाने (फोटोग्राफर : मो.शाहनबाज/साइबरसंसार डटकम)

अमेरिकामा मिस एएनएको उपाधि जितेकी खुश्बु न्यौपाने चलचित्रमा अभिनयका लागि स्वदेश फर्किएको मौकामा खिचिएको तस्बिर मात्र होइन मध्यपृष्ठको डिजाइन पनि राम्रो मानियो ।

सुनिता गन्धर्व
(फोटोग्राफर : कमल श्रेष्ठ)

विगतमा पनि मोडल तथा नायिका सुनिता गन्धर्वको तस्बिर साप्ताहिकको मध्यपृष्ठमा प्रकाशित भएको थियो । त्यतिबेला झैं यसपटक पनि उनको ब्लोअपले चर्चा पायो ।

सम्झना बुढाथोकी
(फोटोग्राफर : राजीव श्रेष्ठ)

नृत्यमा पारंगत सम्झना तस्बिरमा पृथक देखिएकी थिइन् । यसका साथै उनको अनुहारको भाव पनि उत्कृष्ट थियो ।

कल्पना शाही
(फोटोग्राफर : राजीव श्रेष्ठ)

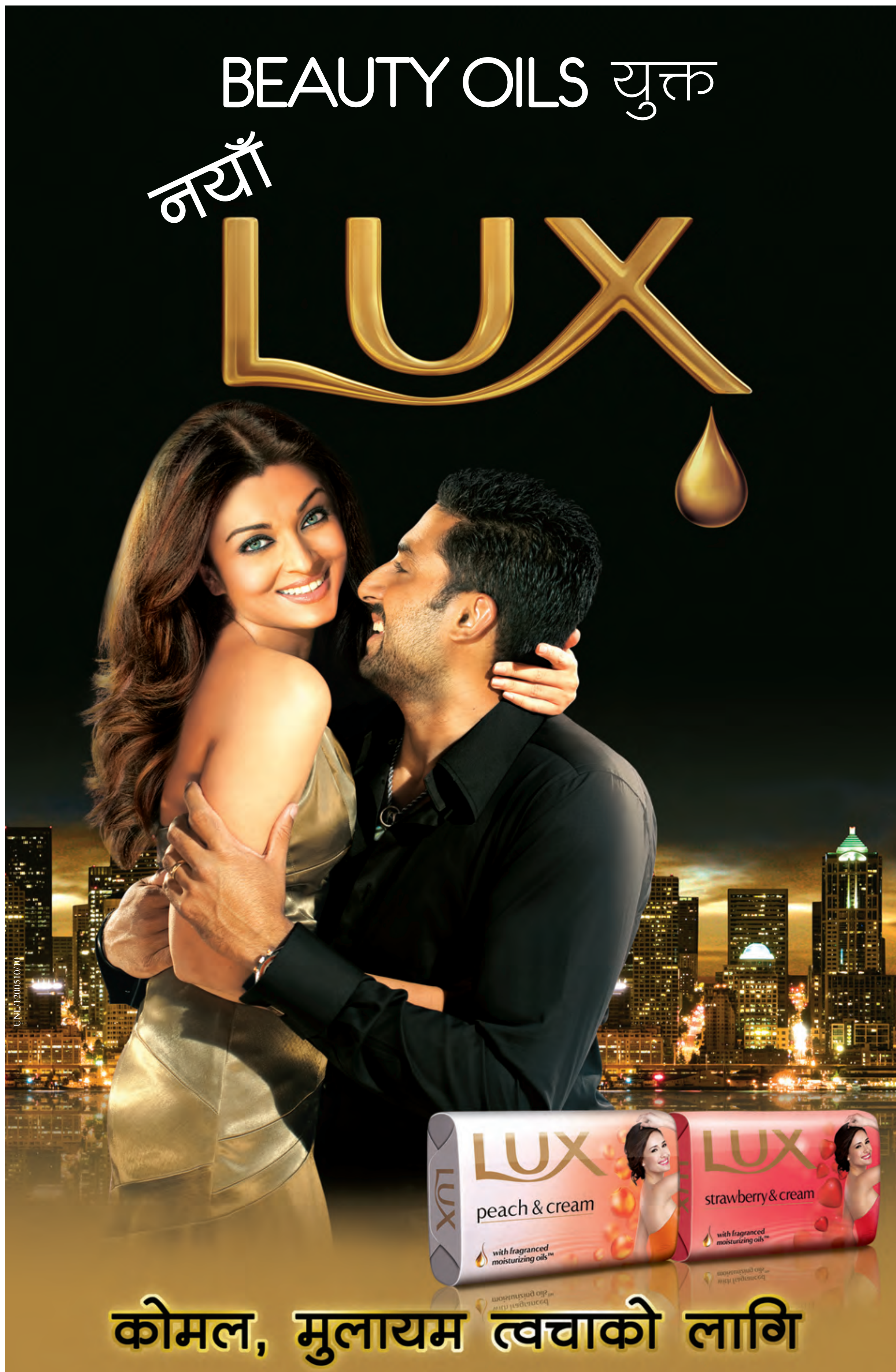
वर्ष ०६६ को असोज तथा ०६७ को वैशाखमा गरी मोडल कल्पना शाहीको ब्लोअप दुई पटक प्रकाशित भयो । दुवै ब्लोअपमा उनको अनुहारको भाव तथा पोजलाई मन पराइयो । त्यसैले पनि उनले चलचित्रमा नायिका हुने अवसर पाइन् ।

सिमरन गुरुङ
(फोटोग्राफर : सुरज श्रेष्ठ/ ठीकठाक डटकम)

पोखराकी मोडल सिमरनका तस्बिर निकै आकर्षक मानिए पनि फोटोग्राफर सुरज श्रेष्ठका अनुसार उनी हाल विदेशमा छिन् ।

हरिशा बानियाँ
(फोटोग्राफर : कमल श्रेष्ठ)

मिस टिन कोसीकी उपाधि विजेता हरिशा पछिल्लो पटक विभिन्न टेलिश्रृंखलामा देखिइन् । ब्लोअपमा प्रकाशित उनको अनुहारको भावले धेरैलाई आकर्षित तुल्यायो ।



साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

तस्बिर : राजीव श्रेष्ठ/मेरो वेबसाइटस् डटकम

नेहा निरौला

जमाना मेट्रो सेक्सुअल मेलको

रोजिन शाक्य

कुनै बेला पुरुष व्यक्तित्वको परिचय पौरुष्य, मर्दानगी, साहस, चौडा छाती, बाइसेप, मसल्स आदिबाट प्राप्त हुन्थ्यो। दाह्री, जुँगा एवं छातीका रौंले पुरुष व्यक्तित्वलाई चिनाउँथ्यो। यो परिचय अझैसम्म कायमै छ तर अब पुरुषको व्यक्तित्वमा मेट्रो सेक्सुअल लुक पनि थपिन पुगेको छ। यो नयाँ रूप राम्रो पनि देखिन्छ। केही समयपूर्वसम्म पनि युवतीको सुन्दरता र युवकको स्मार्टनेसलाई लिएर समाजमा कुनै विशेष अवधारणा पाइन्थ्यो– युवतीहरू सुन्दर र व्यवस्थित हुन्छन् भने युवकहरू तुलनात्मक रूपले अव्यवस्थित।

युवती मेधावी हुन् वा नहुन्, सुन्दर हुनु आवश्यक मानिन्थ्यो। युवती सुन्दर, श्रृंगार गरेकी हुनुपर्ने तर युवक भने थोरै केयरलेस पनि चल्थ्यो। युवती कोमल एवं शालीन हुनुपर्ने तर युवक रफटफ हुनुपर्ने मान्यता थियो। अब युवायुवती दुवै सुन्दर र स्मार्ट देखिनुपर्ने भएको छ जसका साथ कैयन् मान्यता तोडिएका छन्।

युवायुवतीका लागि तय गरिएका कैयन कुरा अब बितेका दिनका कुरा बनिसकेका छन्। आजको परिस्थितिमा युवाहरू पनि युवती सरह सजिन, सुन्दर देखिन आतुर देखिन्छन्। उनीहरू गोरोपन बढाउने क्रिम प्रयोग गर्न चाहन्छन्। गोरोपनको क्रिम कुनै बेला महिला व्यक्तित्वको परिचायक हुन्थ्यो तर आज पुरुषका लागि पनि भ्यासलिन म्यान, फेयर एन्ड ह्यान्डसम, मेन्ज एक्टिभजस्ता क्रिम उपलब्ध हुन थालेका छन्। सैलुन अब बितेका दिनका कुरा भैसकेका छन्। आज बजारमा पुरुषका लागि छुट्टै पार्लरको सुविधा उपलब्ध हुन थालेको छ। पहिले महिला वर्गमा मात्र केन्द्रित ब्युटिपार्लर अहिले युनियुजर भैसकेका छन्। पुरुष पनि महिलाले जस्तै पार्लर गएर मेनिक्योर, पेडिक्योर, फेसियल आदि गराउन थालेका छन्। केशमा मेहन्दी लगाउने, हेयर कलरिङ गर्ने, अनवान्टेड हेयर वेक्सिङ, थ्रेडिङ आदि गर्ने मामिलामा पुरुष पनि अभ्यस्त देखिन्छ।

दस जोड दुई अध्ययनरत अनुज आफ्नो मेकओभरका लागि काठमाडौं मलस्थित नील डेभिडको सैलुन पुग्छन्। आफूले हालसम्म मेनिक्योर ट्राइ नगरेको बताउने अनुज, हेयर मसाज, हेयर कलरिङ, फेसियल भने समय-समयमा गरिरहन्छन्। उनी आफ्नो स्किनको सुरक्षाका लागि दैनिक मोइस्चराइजर प्रयोग गर्छन्। बबरमहल निवासी तेजेन्द्र पनि अवसरअनुसार फेसियल गर्न रुचाउँछन्। उनले आफ्नो छाती तथा काखीमुनिको रौं वाक्सिङ गरेर सफा गरेका छन्। समय-समयमा हेयर स्टाइल परिवर्तन गर्न रुचाउने तेजेन्द्र पनि मोइस्चराइजर, क्लिन्जर तथा अनुहार गोरो बनाउने क्रिमहरू प्रयोग गर्छन्। विभिन्न क्षेत्रका सेलिब्रेटीहरू त यस्ता कुरामा अभ्यस्त भैसकेका छन् नै अनुज र तेजेन्द्रजस्ता अरू युवा पनि विस्तारै मेट्रोसेक्सुअल मेलको छविमा परिवर्तित हुँदै गएका छन्। सहर बजारमा बग्रेल्ती खुलेका युनियुजर सैलुन, पार्लर आदिले पनि यो कुरालाई पुष्टि गर्छन्।

केशको स्टाइलिङ्का साथै सुगठित शरीर पनि मेट्रो सेक्सुयालिटीको पहिचान हो। कस्सिएका पाखुरा, बाइसेप र ट्राइसेपको आकर्षणदेखि सिक्स प्याक स्टाइलको क्रेज यसकै परिणाम हो। फलस्वरूप जिम सेन्टरहरूमा युवा पुस्ताको भीड बढ्न थालेको छ। कोही काँधको मांसपेशीमा ध्यान दिन्छन् त कोही छाती र पाखुरामा तर अधिकांश भने पाखुरा विशेष गरी बाइसेप, ट्राइसेप र एब्डोमेन एरियालाई फोकस गर्छन्। शरीर सुगठित बनाउनेदेखि छाती र काखीमुनिका रौं वेक्सिङ गरेर सेक्सी शरीर प्राप्त गर्न चाहने जमातको पनि कमी छैन।

समग्रमा भन्नुपर्दा हिजोआज मेट्रो सेक्सुयालिटीको ज्वरो पुरुषमा पनि चढ्न थालेको छ। महिलाको श्रृंगार र सुन्दरतामा कैयन् कविले आफ्ना रचना केन्द्रित गरेका छन् तर अब पुरुष पनि यो कुराको हकदार बन्न थालेको पाइन्छ। उनीहरू अब स्मार्ट मात्र नभएर सुन्दर पनि देखिन थालेका छन्। त्यसैले आजका पुरुषहरू रफटफ मात्र नभएर क्लिन सेभ लुकमा जेन्टलमेन देखिन चाहन्छन्। क्लिन सेभलुक, हाइलाइटेड केशमा जेल सेटिङको स्मार्टनेसका साथै पुरुषहरू फेसप्याक लगाएर होस् वा फेसियल गरेर आफ्नो मुहारको सुन्दरता निखार्न तल्लीन देखिन्छन्।

केशको स्टाइलिङका साथै सुगठित शरीर पनि मेट्रो सेक्सुयालिटीको पहिचान हो। कस्सिएका पाखुरा, बाइसेप र ट्राइसेपको आकर्षणदेखि सिक्स प्याक स्टाइलको क्रेज यसकै परिणाम हो। फलस्वरूप जिम सेन्टरहरूमा युवा पुस्ताको भीड बढ्न थालेको छ। कोही काँधको मांसपेशीमा ध्यान दिन्छन् त कोही छाती र पाखुरामा तर अधिकांश भने पाखुरा विशेष गरी बाइसेप, ट्राइसेप र एब्डोमेन एरियालाई फोकस गर्छन्। शरीर सुगठित बनाउनेदेखि छाती र काखीमुनिका रौं वेक्सिङ गरेर सेक्सी शरीर प्राप्त गर्न चाहने जमातको पनि कमी छैन।

भनिन्छ, पुरुषको सौन्दर्य उसको पाखुरामा हुन्छ अर्थात् हिम्मत र साहसनै पुरुषको पहिचान हो र उसको सौन्दर्य पनि। आजको परिस्थितिमा यो मापदण्ड विस्तारै परिवर्तन हुँदै गएको छ। पुरुषले पनि अब आफ्नो काया र पहिरन शैलीबाट आफूलाई सुन्दर र आकर्षक बनाउन चाहेको पाइन्छ। ऊ स्वयंले पनि आकर्षक देखिने चाहना राखेको देखिन्छ। मुहारमा सानो पिम्पल होस् वा असुहाउँदो जुत्ता, स-साना कमीले पनि उनीहरूलाई अप्ठ्यारो महसुस गराउँछ। मेट्रोसेक्सुअल मेल झट्ट सुन्दा यो कुनै मेट्रोट्रेनको नाम जस्तो लाग्छ। यो शब्दले पुरुष व्यक्तित्वको बदलिएको छवितर्फ इङगित गर्छ। त्यसो त मेट्रोसेक्सुअल शब्द पश्चिमेली समाजको देन हो र यो शब्दलाई जन्म दिने व्यक्ति ब्रिटिस पत्रकार मार्क सिम्पसन हुन्। मेट्रोसेक्सुअल पुरुषको पहिचान शालीन र विनम्र व्यक्तित्वसित जोडिएको हुन्छ। यस्ता पुरुष केटाकेटीलाई सुताउन वा तिनका लागि बोतलमा दूध तयार गर्नेजस्ता कुरामा गर्व महसुस गर्छन्। बेबी सिटिङ पनि अब पुरुषले इमान्दारितापूर्वक गर्न थालेका छन्। जुन रूपमा उनीहरू इमान्दारीताका साथ पेरेन्ट मिटिङमा उपस्थित हुन्छन्, त्यति नै हक-अधिकारसहित पेटरनिटी लिवका लागि पनि उनीहरू अघि बढ्छन्।

हिजोसम्म आफ्नो पहिरनमा खासै ध्यान नदिने पुरुषहरूको वार्डरोबमा समय, परिस्थिति, अवसर र माहौल अनुरुप क्याजुयल, पार्टी, फर्मल, इभनिङ र नाइट वेयरका विविध पहिरनमा देख्न सकिन्छ। आज उनीहरू पहिरनसित सुहाउदो जुत्ता, टाई, स्कार्फ, मफलर, मोजा आदि चयन गर्ने मामिलामा पनि उत्तिकै सजग देखिन्छन्। सुन्दरतालाई इज्जतको नजरले हेर्छ। उनीहरूको पीएमएस (प्रिमेन्ट्रअल स्ट्रेस) को क्रेम्पी मुडलाई सम्हाल्न र बेहोर्न राम्रोसँग जान्दछन्। मेनिक्योर र पेडिक्योर गराउन, क्लीन सेभ लुक मात्र नभएर जुंगा दाह्रीको विविध स्टाइलमा रफ लुक अँगाल्न पनि उनीहरू पछि परेका छैनन्। जेन्टलमेन लुक देखि आफ्नो चौडा छाती प्रदर्शन गर्न डीप नेक युक्त टि सर्ट छनोट गर्ने होस् वा कोट भित्र शर्ट नलगाई मात्र टाईको सहारामा सेक्सी देखिने चाहना पनि उनीहरूमा पलाएको पाइन्छ। लो वेस्ट जिन्स लगाएर अन्डरवेयरको स्ट्राइप देखाई आफ्नो यौन अपिललाई उचाइ दिन पनि उनीहरू तम्तयार देखिन्छन्। अध्ययनबाट प्राप्त शैक्षिक डिग्रीसँगै सुगठित शरीर, सुन्दर एवं आकर्षक मुहारको कम्बिनेसनबाट प्राप्त ह्यान्डसम लुकको महत्त्वलाई अधिकांश युवाले आत्मसात गरेका छन्। समयको यो माग र परिवर्तित समयको यो रूपरेखा बुझेका युवाहरूमाझ मेट्रो सेक्सुअल लुकप्रतिको क्रेज बढ्दो छ।

मेट्रो सेक्सुअल मेल प्याज काट्दा मात्र रुदैनन्। उनीहरू स्वाभाविकताका साथ आँसु झार्न पनि कन्जुस्याइँ गर्दैनन्। उनीहरू आफ्नो सम्बन्धलाई निर्वाह गर्न, नारीको आत्मनिर्भरतालाई प्रोत्साहन दिन पनि पछि पर्दैनन्। यही कुराले महिलाले पनि आफ्ना श्रीमान्मा मेट्रोसेक्सुअल मेल खोज्न थालेको पाइन्छ। कारण उनीहरू बाथरुममा टुथपेस्टको ट्युब खुल्लै छोड्दैनन्, नत ओछ्यानमाथि भिजेको रुमाल फ्याल्छन्।

मेट्रोसेक्सुअल मेलले महिलाको सपिङको आनन्द उठाउन, डिजाइनर वेयर र बुटिक कलेक्सनमा रुचि राख्नुका साथै कलर ब्लाइन्ड पनि हुन छाडेका छन् पुरुषहरू। उनीहरूले पाउडर पिंक र ब्राइट पिंकबीचको अन्तरलाई राम्रोसँग बुझ्न थालेका छन्। व्यक्तित्वको यो इलेक्ट्रिक मिक्सले उनीहरूलाई महिलाका बीच लोकप्रिय बनाउन थालेको छ किनभने उनीहरूले पास्तादेखि पानीपुरीसम्म सबै परिकार ग्रेसका साथ स्वाद लिएर खान जानेका छन्। पुरुषको यो जमात आफूलाई स्टाइल गुरुको परिचय दिँदै एकातिर फ्राइडे ड्रेसिङको चर्चामा रहन्छ भने अर्कातिर स्याटर्डे यौन र सन्डे कुकिङमा आफ्ना कला देखाउँछ।

मेट्रोसेक्सुअल मेल आफूमाथि विश्वास गर्छ र आफ्नो एक्सन प्लान सफलतापूर्वक स्पीडका साथ अघि बढाउँछ। उनीहरू कार्यालयको काम घरमा ल्याउँदैनन् वा ल्याए पनि त्यसबाट परिवारजनलाई टेन्सन दिँदैनन्। उनीहरू सेलफोनमा टाँसिएर बस्दैनन् न त त्यसमा चर्को स्वरले कुराकानी नै गर्छन्। ट्रेन्डी देखिने कुरामा उनीहरूको पूर्ण प्रयास रहन्छ। यसका लागि उनीहरू सेम्पु र सुगन्धका अनेकन ब्रान्ड प्रयोग गर्छन्। मेट्रोसेक्सुअल मेलले आफ्नो सेन्स अफ ह्युमरका सम्बन्धमा पनि अलग पहिचान स्थापित गर्छ। ऊ आफूमाथि पनि सहज रूपमा हाँस्न सक्छ र आफ्नो गल्तीलाई स्वीकार गर्न सक्छ। त्यसमा क्षमा माग्ने कला पनि उसलाई आउँछ। यसमा उनीहरूको मेल इगो कहिल्यै व्यवधान बन्दैन। महिलाको जस्तो उनीहरूको हरेक चाल सोच विचार गरेर चालिएजस्तो हुन्छ र उनीहरू व्यावहारिक जोड घटाउ पनि जान्दछन्।

मिलेनियमको यो नयाँ पुरुष व्यक्तित्व आफ्नो भावनाको फेमिनेन पक्षलाई उजागर गर्दै आफूलाई मेट्रोसेक्सुअल मेल कहलाउन त रुचाउँछ नै, तर यसका लागि के बुझ्नु आवश्यक छ भने पुरुषले आफूलाई तबसम्म पुरुषका रूपमा परिभाषित गर्न सक्दैन जबसम्म उसले आफ्नो सोचको गहिराई, आफ्नो कार्यका निष्ठा, समग्रता, इमान्दारी र प्रेमलाई दर्शाउँदैन। किनभने लुक्स मात्र मृगतृष्णा हो। हालै गरिएको अध्ययनअनुसार पुरुषको पसिनाले महिलालाई आकर्षित र सम्मोहित गर्छ। यसबाट के बुझिन्छ भने महिलाहरू पुरुषको आधुनिक गुणप्रति उदार भाव त राख्छन् तर अन्ततः उनीहरूलाई पौरुष्यले नै अपिल गर्छ। आज पनि महिलाहरू ती पुरुषलाई प्रेमी वा जीवनसाथीका रूपमा प्राप्त गर्न रुचाउँछन् जो परम्परागत धरातलमा खरो उत्रन्छन्, जो शारीरिक एवं मानसिक रूपबाट सक्षम एवं समर्थ हुन्छन्। मेट्रोसेक्सुअल मेलको छविमा यो पक्ष पनि उत्तिकै विचारणीय छ।

मेल ग्रुमिङ

बदलिंदो सामाजिक परिवेशसँगै स्मार्ट, यङ एवं सुन्दर देखिनुपर्ने आवश्यकता महिला-पुरुष दुवैमा उत्तिकै छ। सफलतालाई सुनिश्चित गर्न स्मार्ट र यङ लुकको महत्त्व बढेसँगै यसतर्फ महिलासँगै पुरुषको पनि ध्यान जान थालेको हो।

केशको हेरचाह

कुनै समयमा असमय सेतो हुने केश समस्याको कारण बन्थ्यो तर बजारमा उपलब्ध हुन थालेका अनेकौं कलर रेन्जको सहायताले यङ देखिन सक्ने सम्भाव्यता यथार्थमा बदल्न सकिने भएको छ। यद्यपि हेयर कलरिङ गराउँदा आफ्नो कम्प्लेक्सन एवं व्यक्तित्वमा ध्यान पुऱ्याउनु आवश्यक छ।

छालाको प्रकृतिमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ

• आफ्नो मुहारलाई चायाँ, पोतो एवं सनबर्नबाट जोगाउन दैनिक सनस्क्रिन र मोस्चराइजर प्रयोग गर्नुपर्छ।

• दैनिक क्लिन्जिङ र स्क्रब गर्नुपर्छ।

• मुहारबाहेक हात-खुट्टाको पनि ख्याल गर्नु आवश्यक छ।

• १५ दिनमा एकपटक पार्लरमा गएर वा घरमै पेडिक्योर, मेरिक्योर गराउनुपर्छ।

• पुरुषमा खुट्टा गन्हाउने समस्या बढी हुन्छ। यसका लागि आफ्नो खुट्टाको दैनिक स्क्रब गर्नु राम्रो हुन्छ।

• यदि आइब्रो बाक्लो छ भने त्यसलाई सेप प्रदान गर्नुपर्छ।

• यदि कपडा प्रेस गर्न समयको अभाव छ भने कपडा धोएर तुरुन्तै ड्रयरमा राख्नुहुँदैन। यसबाट कपडा खुम्चने समस्या हुँदैन र लगाउँदा पनि राम्रै देखिन्छ।

• गर्मीका लागि हल्का रंगका सुती कपडा अनुकूल मानिन्छन्, यसबाट गर्मी महसुस हुँदैन र पसिनाको दाग पनि बस्दैन।

• मुस्कान व्यक्तित्वको महत्त्वपूर्ण पक्ष हो। अरूलाई प्रभावित गर्न यसको विशेष भूमिका हुन्छ। अतः आफ्नो दाँतलाई विशेषरूपमा नियमित माझ्नुपर्छ अनि सरसफाइमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ।

• आफ्नो कम्प्लेक्सन र उमेरअनुसार पहिरन छनोट गर्नुपर्छ। यदि आफ्नो उमेर बढ्दो छ भने धेरै फेसनेबल र भड्किलो पहिरन लगाउनु हुँदैन।

• डियो वा परफ्युम जहिले पनि पहिरन लगाउनुपूर्व प्रयोग गर्नुपर्छ।

• अत्यन्त कडा खालको परफ्युम प्रयोग गर्नुहुँदैन। आसपासका व्यक्तिमा पनि सकारात्मक प्रभाव पर्ने खालको परफ्युम प्रयोग गर्नु उचित हुन्छ।

स्किन केयर पुरुषका लागि

आफ्नो लुक र स्किनका सम्बन्धमा पुरुषहरू पनि उत्तिकै सहज हुन थालेका छन्। पुरुषको छाला महिलाको भन्दा अलग खालको हुने भएकाले यसको हेरचाह गर्ने विधि पनि अलग हुन्छ। पुरुषको शरीरमा टेस्टोस्टेरन हार्मोनको श्राव बढी हुने भएकाले उनीहरूको छाला महिलाको भन्दा कडा हुन्छ। सामान्यतया पुरुषले फंगल इन्फेक्सन, एक्नेजस्ता छालासम्बन्धी समस्याको समाना गर्नुपर्ने हुन्छ। स्किन केयरसम्बन्धी केही कुरालाई ध्यानमा राखेर पुरुषले आफ्नो समस्याबाट छुट्कारा प्राप्त गर्न सक्छन्।

• महिलाको तुलनामा पुरुषको छाला ५० प्रतिशत बढी तैलिय हुन्छ, साथै कामको सिलसिलामा दिनभर धूलो, धुवाँ, प्रदुषित वातावरणको सम्पर्कमा रहनाले पुरुषको छाला रूखो हुन्छ। यसबाट जोगिन छालाको नियमित रूपमा क्लिञ्जिङ टोनिङ एवं मोइस्चराइजिङ आवश्यक छ।

• बाहिरबाट घर फर्किएपछि माइल्ड सोप वा सोप फ्रि फेसवास वा सोप फ्रि क्लिन्जरबाट मुहार सफा गर्नु राम्रो हुन्छ।

• मुहार सफा गर्न अल्कोहल फ्रि टोनर प्रयोग गर्नुपर्छ। टोनिङबाट अनुहारको लचीलोपन कायम रहन्छ र छालाको रोमछिद्र पनि हाइट हुन्छ।

• क्लिन्जिङ र टोनिङपश्चात् छालाको नरमपन कायम राख्न मोइस्चराजरको प्रयोग आवश्यक छ। यसका लाीग हाइड्रेटिङ जेल, एलोबेरा वा सिया बटरयुक्त मोइस्चराइजर प्रयोग गर्नुपर्छ।

• घरबाट बाहिर निस्कनुभन्दा आधा घन्टा पूर्व मुहारमा एसपीएफ २० युक्त सनस्किन प्रयोग गर्नुपर्छ। सनस्क्रिनले छालालाई अल्ट्राभ्वाइलेट किरणको दुष्प्रभावबाट जोगाउँछ। साथै छाला पनि ड्राइ हुँदैन।

• सेव गर्नु आघा घन्टापूर्व मुहारमा मोइस्चराइजर प्रयोग गर्नुपर्छ। सेवका लागि टु इन वान ब्लेडयुक्त रेजर प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ। सेवपश्चात् मुहारमा एन्टिसेप्टीक क्रिम लगाउनुपर्छ। सम्भव भए चन्दनयुक्त प्रोडक्ट प्रयोग गर्न सकिन्छ।

• बजारमा स्कीन टाइपअनुसार विभिन्न प्रकारको बडीवास पनि उपलब्ध छ। यसबाट छाला नरम एवं सुकोमल हुन्छ।

• सातामा दुई पटक स्किन स्क्रब गर्नुपर्छ। यसबाट मृत कोषिका हट्छ र छाला कोमल एवं चम्किलो बन्छ।

• एक्टिभ र फिट रहने प्रयास गर्नुपर्छ। नियमित रूपमा व्यायाम गर्नुपर्छ। यसबाट शरीरमा रक्त प्रवाह सुचारु हुनुका साथै मुहारको चमक कायम रहन्छ।

• चिल्लो, तारेको भुटेको खाना, जंकफुड, अल्कोहल आदिको सेवनबाट जोगिनुपर्छ।

• छालाको नरमपन कायम राख्न बढीभन्दा बढी पानी पिउनुपर्छ।

महिला-पुरुषको सोच अलग-अलग किन ?

● **रोजिन शाक्य**

महिलाहरू किन रहस्यमयी हुन्छन्, किन खुलेर केही भन्दैनन्, उनी के चाहन्छिन्, कसरी बुझ्ने...? धेरैजसो पुरुषमा यस्तै गुनासो पाइन्छ। अध्ययनहरूअनुसार महिला-पुरुषका बीच उपस्थित केही जैविक भिन्नताका कारण उनीहरूको सोच्ने प्रक्रिया अलग-अलग हुन्छ।

'लडकी क्यों न जाने लड्कों सी नही होती...' चलचित्र 'हम तुम' को यो गीत लोकप्रिय भयो। वैज्ञानिक अनुसन्धानहरूबाट के पनि प्रमाणित भएको छ भने महिला-पुरुषको सोचमा केही अन्तर अवश्य छ। उपासला विश्वविद्यालय, कारोलिंस्का इन्स्टिच्युट एवं सिकागो युनिभर्सिटीका वैज्ञानिकहरूले हालै गरेको अनुसन्धानअनुसार महिला-पुरुषको सोचमा पाइएको केही भिन्नता :

- पुरुषका लागि महिलाको सौन्दर्य-व्यक्तित्वले महत्त्व राख्छ, जब कि महिला पुरुषको पद-प्रतिष्ठा एवं संवेदनशीलताबाट प्रभावित हुन्छन्।
- तनाव, अवसाद वा कुण्ठाको स्थितिमा पुरुषहरू चुपचाप रहन्छन् भने महिलाहरू यस्तो परिस्थितिमा सामान्यभन्दा बढी बोल्छन्।
- महिलाहरू भावनामा बग्छन् भने पुरुषहरू तर्कसंगत एवं व्यावहारिक हुन्छन्। पुरुषहरू मनभन्दा मस्तिष्क बढी प्रयोग गर्ने खालका हुन्छन्।
- महिलाहरू एक समयमा एकभन्दा बढी कार्य गर्न सक्छन्। जस्तै खाना बनाउँदै टेलिभिजन हेर्न वा मोबाइलमा कुरा गर्ने आदि कार्य राम्रोसँग गर्न सक्छन् तर पुरुषहरू सक्दैनन्। महिलाको मस्तिष्कमा दायाँ र बायाँ गोलाइ बढी सक्रिय हुन्छ, जसका कारण उनीहरू एकसाथ कैयन् कार्य गर्न सक्छन्। जब कि पुरुषको मस्तिष्कमा हरेक कार्यका लागि एउटा विशेष स्थान हुन्छ, अतः उनीहरू एक समयमा एउटै मात्र काम गर्न सक्छन्।
- न्यूरोकेमिकल्सका माध्यमबाट पुरुष साथ निभाउने खालको, धोका दिने खालको वा निर्मोही हुने कुराको किटान हुन्छ। अर्थात् उसमाथि विश्वास गर्न सकिन्छ कि सकिँदैन भन्ने कुराको निर्णय एउटा जीनले गर्छ, जुन १७ अलग-अलग आकारमा पाइन्छ। सबैभन्दा लामो जीन भएका पुरुष विश्वासयोग्य प्रमाणित हुन्छन्।
- महिलामा निर्भरताको कारण पनि यही जीन हो। महिलाहरू धेरैजसो त्यस्ता पुरुषको चाहना राख्छन्, जो सन्तानका लागि राम्रो बाबु सावित होस् अर्थात् साथीका रूपमा उनीहरूमा संरक्षकको चाहना हुन्छ।
- महिलाको मस्तिष्कमा अनुहार पढ्न सक्ने अद्भुत क्षमता हुन्छ। जबकि पुरुषहरू यसमा चुक्छन्। उदाहरणका लागि जबसम्म पुरुषले महिलाको आँखामा आँसु देख्दैन, उसलाई महिलाको दुःखको अनुमान गर्न गाह्रो हुन्छ। सायद त्यसैले महिला पुरुषको तुलनामा चार गुणा बढी रुन्छन्, जसले गर्दा पुरुषले आफ्नो बेवास्ता नगरोस्।
- पुरुष स्थितिलाई तार्किक ढंगबाट सोच्छ। दूरदर्शिताबाट त्यसको समाधान पहिल्याउँछ। जब कि महिलाहरू स-साना घटनाबाट पनि तनावग्रस्त एवं भयभीत हुन्छन् अर्थात् डराउँछन्।
- जोखिम लिनु र प्रयोग गर्नु पुरुषको जैविक गुण हो, जबकि महिलाहरू सुरक्षालाई बढी महत्त्व दिन्छन्। पुरुष धेरै मात्रामा स्वतन्त्र ढंगबाट कार्य गर्न सक्षम हुन्छन् भने महिला अरूको सल्लाह, मार्गनिर्देशनअनुरूप कार्य गर्न रुचाउँछन्।
- दुःख सहने र दिक्कलाग्दो काम गर्ने क्षमता महिलामा बढी हुन्छ।
- पुरुष मस्तिष्कमा कैयन् स-साना बक्स हुन्छन् जसमा क्यारियर, श्रीमती, बालबालिका फिट हुन्छन्। उनीहरू एक समयमा एउटा बक्सका बारेमा मात्र कुरा गर्छन्। महिलाको मस्तिष्क भने कैयन् तार मिलेर एक बलका रूपमा रहेको हुन्छ। जसमा सबै कुरा एक-अर्कासित जोडिएको हुन्छ। इन्टरनेटका रूपमा काम गर्छ उनीहरूको मस्तिष्कले। त्यसैले महिलाहरू घटनालाई लामो समयसम्म सम्झन सक्छन्। पुरुषहरू घन्टौँसम्म टेलिभिजन कार्यक्रम हेर्न सक्छन्, खाली बस्न सक्छन् तर महिलाहरू खाली बस्न सक्दैनन्। उनीहरूलाई पुरुष खाली बसेको पनि मन पर्दैन।
- समस्या र तनाव भए पुरुषहरू चुपचाप रहन रुचाउँछन् भने महिलाहरू समस्या बाँड्न चाहन्छन्। पुरुषलाई के महसुस गर्छौ भनेर सोधे ऊ के सोच्छ भन्ने जवाफ दिन तत्पर हुँदैन, तर महिलासँग के सोच्दै हुनुहुन्छ भनेर सोधे उनी के महसुस गर्छिन् भन्ने कुरा बताउन थाल्छिन्।

जैविक भिन्नताका बाबजुद सत्य यही हो कि मनुष्यको मस्तिष्कले सीमानालाई मान्दैन, चुनौतीहरूको सामना गर्न चाहन्छ। स्थिति आवश्यकताअनुरूप पनि परिवर्तन हुन्छ। महिला-पुरुषबीच भिन्नता समयसँगै कम हुँदै जाने सम्भावना पनि उत्तिकै छ।

पुरुषमा एक्लै बस्ने चाहना

काठमाडौं ठमेलका २५ वर्षीय विनोद चौधरी प्लस टुमा अध्ययनरत छन्। उनीसँग पैसा अनि सुख, सुविधा छ र पनि उनी विवाह गर्न चाहँदैनन्। चौधरी भन्छन्- 'म विवाहको टेन्सनमा फस्न चाहन्न। खुसीले जिन्दगी बिताउन चाहन्छु। न कसैको बन्धन, न त कसैको झन्झट, एकपटक पारिवारिक चपेटामा पऱ्यो भने जिन्दगी बर्बाद हुन्छ।' काठमाडौं बानेश्वरका ३० वर्षीय सन्तोष पौडेल आफूले विवाह नगरेकोमा खुसी छन्। उनी विज्ञापन एजेन्सीमा कार्यरत छन्। पौडेल भन्छन्- 'म यसकारण खुसी छु कि मैले अहिलेसम्म विवाह गरेको छैन। मेरो काँधमा श्रीमती एवं छोराछोरीको जिम्मेवारी छैन। आजभोलि परिवार र छोराछोरीको जिम्मेवारी निर्वाह गर्नु कठिन चुनौती हो। यो चुनौतीबाट पैसावालाहरूले मात्र पार पाउन सक्छन्।'

हिजोआज कतिपय पुरुषमा विनोद र सन्तोषको जस्तो सोच आइसकेको छ, जो हरेक तर्फबाट सम्पन्न भए पनि विवाहको बन्धनमा बाँधिन चाहँदैनन्। यसको मुख्य जड जिम्मेवारीबाट टाढिने प्रवृत्ति हो। पुरुष विवाहबाट विमुख हुने प्रमुख कारण घर, श्रीमती र छोराछोरीको जिम्मेवारीबाट मुक्ति हुन खोज्नु हो। एक सर्वेक्षणले देखाएअनुसार एक्लै बस्ने पुरुषको संख्या बढिरहेको छ जसको मूल कारण जिम्मेवारीबाट पन्छिनु नै हो।

अब पहिलेको जमाना छैन, पहिले पढाइ र जागिर पाएपछि आमाबुबाको कुरालाई इमान्दारीताका साथ पूरा गरिन्थ्यो। जति मेहनत गर्नुपरे पनि गर्ने तर परिवारलाई कुनै

दुःख नदिने तर आजका पुरुषमा त्यो सोच बदलिसकेको छ।

पुरुषमा एक्लै बस्ने चाहनाका पछाडि अनेकौं कारण छन्।

जिम्मेवारीबाट मुक्ति पाउने सोच

प्रायः पुरुष जिम्मेवारीबाट टाढिन चाहन्छन्। वैवाहिक जीवनमा बाँधिएपछि श्रीमती, छोराछोरीप्रतिको कर्तव्य आदि बढ्छ। यो जिम्मेवारी पूरा गर्दा जीवन बित्छ। यस्तो स्थितिमा पुरुषले आफूलाई बन्धनमा बाँधिएको महसुस गर्छ। फलस्वरूप ऊ सोच्न बाध्य हुन्छ– किन अविवाहित नबस्ने ?

पारिवारिक समस्या

एकै परिवारमा बसेपछि झैझगडा सामान्य हो। कहिले आमाबुबाको झगडा, कहिले सासु-बुहारीको झगडा। यस्तो समस्याबाट मुक्ति पाउन तथा परिवारलाई नकारात्मक असर पर्न नदिन पुरुष अविवाहित बस्छ।

वैवाहिक जीवनमा मनमुटाव

विवाह प्रेमको बन्धन हो, तर आजका युवा-युवती यसलाई सहज रूपमा लिन्छन्। युवतीहरू आफ्ना श्रीमान् मोडल भएको मन पराउँछन्। डिस्को एवं रेस्टुराँ जाने, अबेरसम्म साथीसँग घुम्ने, साथीलाई घरमा बोलाउनेजस्ता युवतीको व्यवहारले गर्दा पुरुषहरू एक्लै बस्न चाहन्छन्।

प्रेममा धोका

आधुनिक युगमा आएर प्रेम नगर्ने युवायुवती भेट्न मुस्किल नै पर्ला। जब चोखो प्रेममा रोकावट आउँछ तब कतिपयले वैवाहिक जीवनमा नबाँधिने अठोट गर्छन्। ऊ अन्य युवतीका मामिलामा पनि पहिलेकै स्थिति दोहोरिन्छ भन्ने भ्रममा हुन्छ।

रोजगार र बढ्दो महँगाइ

आजको महँगी र रोजगारको कमी, सीमित आम्दानीले श्रीमती, छोराछोरीलाई लिएर जीवन चलाउन, छोराछोरी-श्रीमतीको आवश्यकता पूरा गर्ने आदि समस्याले पुरुषलाई प्रभाव पार्छ। जब जिम्मेवारी निर्वाह गर्न सकिँदैन भने जिम्मेवारी किन लिने ?

सम्बन्धविच्छेदको बढ्दो क्रम

आज विवाहको विषयलाई लिएर पुरुष, महिला र समाजको विचारमा परिवर्तन आइरहेको छ। स-साना कुरालाई लिएर पनि सम्बन्ध टुक्रिएको छ। यही समस्या झेल्नु नपरोस् भनेर पनि पुरुषहरू विवाहबाट भाग्न थालेका छन्।

पुरुषहरू जिम्मेवारी आइपर्ने डरले पनि एक्लै बस्न रुचाउँछन्। यद्यपि जिम्मेवारी आइलाग्छ भन्दैमा प्राकृतिक नियमबाट भाग्नैपर्छ भन्ने छैन।

हीरा अधिकारी

युवतीले मन नपराउने पुरुष प्रवृत्ति

डोमिनेटिङ : पुरुष प्रधान हाम्रो सामाजिक परिवेशमा, महिलासामु आफ्नो प्रभुत्व जमाउने, आफ्नो वर्चस्व, सामर्थ्य प्रदर्शन गर्ने एक किसिमको प्रतिस्पर्धा देखिन्छ। विगतमा महिलाहरू पुरुषको यस्तो वर्चस्वलाई स्वीकार गर्थे अनि उनीहरूबाट दबिएर रहन्थे। पुरुषहरू महिलामाथि आफ्नो अधिकार जमाउँथे। आजका महिलाहरू आफ्नो सम्बन्धमा दुवै तर्फबाट समान रूपमा मानसम्मान चाहन्छन्। उनीहरू डोमिनेटिङ नभएर आफूलाई प्रेम र सम्मान दिने, आफ्नो भावना बुझ्ने, समझदार एवं योग्य पुरुषको चाहना राख्छन्।

एंग्री यङ्ग म्यान : दुष्टलाई नाश गरी जनताको भलो गर्ने, एंग्री यंग म्यान स्वभाव अर्थात् अन्याय, अत्याचारविरुद्ध आवाज उठाउने, समाजका विकृति विसंगतिविरुद्ध लड्ने इमेज, चलचित्रमा सुहाउँदो भए पनि रियल लाइफमा पुरुषको यो स्वभाव र इमेजलाई महिलावर्गले त्यति रुचाएको पाइँदैन। महिलाहरू रफटफ, दादा टाइपको अथवा रिसाहा प्रवृत्तिको पुरुषको तुलनामा शान्त, संस्कारी एवं समस्याहरूको समाधान समझदारीपूर्वक गर्ने पुरुषसित प्रेम गर्छन्।

रूढिवादी र केयरिङ पुरुष : युवतीहरूलाई कम समझदार, पुरातन सोच भएका, अत्यधिक परम्परावादी, हरेक कुरामा कमेन्ट गर्ने पुरुष पटक्कै मन पर्दैनन्। अत्यधिक केयरिङ अर्थात् पोजेसिभ व्यवहार पनि महिलाहरूलाई हस्तक्षेपकारी लाग्छ।

यौनको चाहना राख्ने पुरुष : महिलाहरू यौनबाट परहेज गर्छन्, यो पक्कै पनि होइन तर जबसम्म पुरुष पार्टनरसित भावनात्मक लगाव वा प्रेम हुँदैन, उनीहरू शारीरिक रूपबाट नजिकिन रुचाउँदैनन्। यसको ठीकविपरीत अधिकांश पुरुष प्रेमलाईभन्दा यौनलाई प्राथमिकता दिन्छन्। कैयन पुरुष यौनका लागि

सीधा अभिव्यक्ति दिन्छन्। यसप्रकारका पुरुष पनि महिलाहरूलाई मन पर्दैनन्।

अपशब्द एवं गालीगलौज प्रयाग गर्ने : कैयन् पुरुषको भाषा अरूलाई तिरस्कृत गर्ने, भड्काउ, तल्लो स्तरको अनि अस्वाभाविक हुन्छ। तिनका अभिव्यक्तिमा अरूका लागि आदर सम्मान झल्कँदैन। कुराकानीका बखत उनीहरू गाली र अपशब्दसमेत प्रयोग गर्छन्। यसप्रकारका पुरुषलाई महिलाले रुचाउँदैनन्। महिलाहरू, पुरुषमा शालिनतापूर्वक कुरा गर्ने शैली, सोसियल मेनर्स, एटिकेट आदिको अपेक्षा राख्छन्।

घरेलु हिंसा र पुरुष

पुरुषका विरुद्ध हुने शारीरिक, मानसिक, शाब्दिक वा अरू कुनै किसिमका प्रताडना घरेलु हिंसाअन्तर्गत पर्छ। जस्तै-

• श्रीमान्‌को नाम निरादरपूर्वक लिनु, उनको बेइज्जत गर्नु, कसैका सामु तिनलाई डोमिनेट गर्ने प्रयत्न गर्नु।

• श्रीमान्‌को स्वतन्त्रतामा रोक लगाउनु वा बाहिर जाँदा टीका-टिप्पणी गर्नु।

• श्रीमान्‌लाई घरबाट बाहिर, कामकाजमा जान, घुम्न जान आदिमा रोकटोक लगाउनु।

• मित्रजन र परिवारका सदस्यहरूसित घुलमिल हुनबाट रोक लगाउनु।

• संगिनीका श्रीमान् वा अन्य पुरुषसित आफ्ना श्रीमान्‌को तुलना गर्नु।

• श्रीमान्‌माथि रिस पोख्नु, गाली गर्नु, कुट्नु, चिच्याएर बोल्नु आदि।

• आफ्नो माग पूरा नभए श्रीमान् तथा उनको परिवारलाई दाइजोजस्तो कुरामा फसाउने कुरा गर्नु आदि।

घरेलु हिंसाका प्रकार

आर्थिक हिंसा : विभिन्न तथ्यांकअनुसार दक्षिणी एसियाली क्षेत्रमा ३२ दशमलव ८ प्रतिशत पुरुष आर्थिक रूपमा महिलाबाट घरेलु हिंसाको सिकार भएको पाइन्छ। यस प्रकारका हिंसाबाट पीडित पुरुषका श्रीमतीहरू श्रीमान्‌को रुपैयाँ-पैसालाई गलत ढंगबाट प्रयोग गर्छन् वा पैसाका लागि ब्ल्याकमेल गर्छन्।

शारीरिक हिंसा : २५ दशमलव ५ प्रतिशत पुरुष शारीरिक रूपमा महिलाद्वारा प्रताडित भएको पाइन्छ। शारीरिक हिंसालाई चुपचाप सहे महिलाहरूले यसलाई आफ्नो प्रमुख हतियार बनाउँछन्।

इमोसनल अत्याचार : श्रीमती वा गर्लफ्रेन्डको इमोसनल अत्याचारको सिकार हुने पुरुषको संख्या पनि कम छैन। अनुसन्धानअनुसार २२ दशमलव २ प्रतिशत पुरुषलाई महिलाले इमोसनल फुल बनाउँछ। यस प्रकारको अत्याचारबाट पीडित पुरुष प्रायः गरी श्रीमतीको कुरा मानेर आफ्नो परिवारबाट टाढिन्छन् वा जे पनि गर्न तयार हुन्छ।

सेक्सुअल अत्याचार : यौन अधिकांश पुरुषको कमजोरी हुन्छ। यसको फाइदा कसरी उठाउने भन्ने कुरा केही महिलाले राम्रोसँग जानेका हुन्छन्। उनीहरू आफ्ना कुरा मनाउन यौनलाई प्रयोग गर्छन्। तथ्यांकअनुसार यौन चाहनाका मामिलामा १९ दशमलव ८ प्रतिशत पुरुष जानेर वा नजानी घरेलु हिंसाको सिकार हुन्छन्।

किन गर्छन् महिलाहरू पुरुषमाथि अत्याचार ?

अनुसन्धानअनुसार अधिकांश मामिलामा राम्रो नोकरी तथा मजबुत आर्थिक स्थिति भएका पुरुष नै घरेलु हिंसाको सिकार भैरहेको पाइन्छ। यस्तो किन हुन्छ ?

जँड्याहा महिला : जँड्याहा पुरुषजस्तै जँड्याहा पत्नीले मानसिक सन्तुलन गुमाएपछि आफ्नो व्यवहारमा अंकुश राख्न सक्दैनन्, नतिजा श्रीमान्‌लाई शारीरिक एवं मानसिक रूपमा प्रताडित गर्छन्।

मानसिक बिमारीबाट ग्रसित महिलाहरू : घरेलु हिंसा गर्ने ५० प्रतिशत महिला बोर्डर लाइन पर्सनालिटी डिसअर्डरको सिकार हुन्छन्। यस्ता महिलाहरू शंका, बिनाकारण तनाव, सेक्सुअल समस्याबाट हतास भएर श्रीमान्‌प्रति गैरजिम्मेवारीपूर्ण व्यवहार गर्न थाल्छन्।

बढी अपेक्षा : पढेलेखेका कैयन् महिला आफ्नो अहं र स्टचाटस कायम राख्न श्रीमान्‌बाट आवश्यकताभन्दा बढी अपेक्षा राख्छन्। जब ती अपेक्षाको पूर्ति हुँदैन तब उनीहरूमा चिडचिडापन बढ्छ, उनीहरू डिप्रेसनको सिकार भएर श्रीमान्‌प्रति दुर्व्यवहार गर्न थाल्छन्।

अतीतको अनुभव : बाल्यवस्थाको कुनै घटनाबाट प्रभावित भएका माहिलाहरू पनि पुरुषमाथि अत्याचार गर्छन्। जस्तै– विवाहपूर्व कुनै पुरुषबाट प्रताडित महिलाको मनमा पुरुष जातिप्रति नै यति धेरै घृणा जन्मन्छ कि उनीहरू विवाहपछि श्रीमान्‌लाई सताउने कुनै अवसर खेर फाल्दैनन्।

घरेलु हिंसा किन सहन्छन् पुरुषहरू ?

महिलाहरू सहनशील हुन्छन्, यसमा कसैको पनि विमति नहोला, तर पुरुषप्रधान समाजमा पुरुषमाथि नै भैरहेका अत्याचारलाई पुरुषहरू किन सहन्छन् ?

• प्रायः घटनामा पुरुषहरू आफूमाथि भैरहेको अत्याचार सिद्ध गर्न सक्दैनन्। आफ्नो कुरा कसैका सामु व्यक्त गरे पनि त्यसमा कसैले तुरुन्तै विश्वास गर्दैनन्।

• पुरुषको अहंले उनीहरूलाई वास्तविकता स्वीकार गर्नबाट रोक्छ। उनीहरू आफू महिला उत्पीडनको सिकार भएको कुरा मान्न तयार हुँदैनन्। यस स्थितिमा समाज, परिवार एवं मित्रजनका बीच बदनामी र लाज हुने कुराबाट बच्न अधिकांश पुरुष चुपचाप आफूमाथिको हिंसा सहन्छन्।

केही पुरुष भने श्रीमतीसित बोलचाल बन्द भए पनि सन्तानका लागि श्रीमतीलाई परिवारसित जोडेर राख्छन्।

• अधिकांश पुरुष आफ्ना हरेक सानाठूला आवश्यकताका लागि श्रीमतीप्रति आश्रित हुन्छन्। यस स्थितिमा श्रीमतीबाट अलग्गिन गाह्रो हुन्छ। अतः श्रीमतीबाट भएका सानाठूला कैयन अत्याचारप्रति उनीहरू वास्ता गर्दैनन् वा नजरअन्दाज गर्छन्।

यौन अधिकांश पुरुषको कमजोरी हुन्छ। यसको फाइदा कसरी उठाउने भन्ने कुरा केही महिलाले राम्रोसँग जानेका हुन्छन्।

श्रीमती वा गर्लफ्रेन्डको इमोसनल अत्याचारको सिकार हुने पुरुषको संख्या पनि कम छैन।

पुरुषको अहंले उनीहरूलाई वास्तविकता स्वीकार गर्नबाट रोक्छ। उनीहरू आफू महिला उत्पीडनको सिकार भएको कुरा मान्न तयार हुँदैनन्।

जब महिलाहरूका अपेक्षाको पूर्ति हुँदैन तब उनीहरूमा चिडचिडापन बढ्छ, उनीहरू डिप्रेसनको सिकार भएर श्रीमान्‌प्रति दुर्व्यवहार गर्न थाल्छन्।

विवाहपूर्व कुनै पुरुषबाट प्रताडित महिलाको मनमा पुरुष जातिप्रति नै यति धेरै घृणा जन्मन्छ कि उनीहरू विवाहपछि श्रीमान्‌लाई सताउने कुनै अवसर खेर फाल्दैनन्।

प्रवेश निषेध छ

कतिपय विषय यस्ता हुन्छन् जसमा महिलापक्षले गरेको हस्तक्षेपलाई अधिकांश पुरुषले मन पराउँदैनन्।

जीवनशैली

जीवनशैलीका विषयमा हरेक व्यक्तिको फरक-फरक दृष्टिकोण हुन्छ। यो कुरा व्यक्तिको कार्य स्थितिमा पनि निर्भर गर्छ। ऊ दिउँसो अफिस जान सक्छ, दिउँसोको भोजमा कोल्ड ड्रिङ्क र चिप्स खान सक्छ वा साँझको चार बजेतिर वाकमा जान सक्छ। हुन सक्छ, ऊ बिहानको चिया बेडमै पिउन रुचाउँछ। न्युज पेपरको आनन्द कमोडमाथि उठाउन चाहन्छ। अफिसमा जिन्स र टिसर्ट लगाएर जाने र पार्टीमा क्याजुयल पहिरिने अलग तरिकामै उनलाई रमाइलो लाग्छ। कसैलाई यस ढंगबाट बाँच्न दियो भने मात्र सम्भवतः ऊ तनावमुक्त रहन सक्छ। यस्ता मामिलामा हस्तक्षेप गर्नु राम्रो होइन। यसको परिणाम सोचेभन्दा घातक सावित हुन सक्छ। अतः तिनको आराममा बिनाकारण हस्तक्षेप गर्नु ठीक होइन।

आर्थिक पक्ष

यो एउटा त्यस्तो पक्ष हो जुन गम्भीर र संवेदनशील हुन्छ। जसका बारेमा कुनै पनि आयु वा वर्गको पुरुष कुरा गर्न रुचाउँदैन। यस विषयमा सोध्ने व्यक्ति चाहे उसकी आमा, जीवन साथी, बहिनी वा गर्लफ्रेन्ड नै किन नहुन्। उसलाई कति रकम कसरी कुन रूपमा खर्च गर्ने वा बचत गर्ने भन्ने विषयमा दिइएको सल्लाह सुझाव पनि मन पर्दैन। अतः यस विषयमा प्रश्न गरेर उसको अहम्मा ठेस पुऱ्याउनु ठीक होइन।

आलोचना

अधिकांश युवकलाई उसको साथी र प्रियजनको आलोचना सहन गाह्रो हुन्छ। यस विषयमा पुरुषहरू अत्यन्त संवेदनशील हुन्छन्। उनीहरू जतिसुकै व्यावहारिक भए पनि वा आफ्नो मन नमिल्ने प्रियजनका साथमा रहन सक्ने भए पनि, तिनलाई अन्जानमा पनि आलोचना गरिएको रुच्दैन। यो पुरुषको कमजोर र संवेदनशील पक्ष हो। साथै अर्को के कुरामा पनि विचार पुऱ्याउनु आवश्यक छ भने चाहे तिनीहरूका मित्रजन जतिसुकै महत्त्वपूर्ण किन नहुन्, तिनका सासु उनीहरूका मित्रजनको धेरै प्रशंसा गर्नु पनि उचित होइन।

ड्राइभिङ सेन्स

त्यसो त हरेक मामिलामा पुरुष पक्षको समझदारी संवेदनशील हुन्छ तर उनीहरूको क्षमता दक्षतामा प्रश्नचिन्ह उठाउनु आपसी सम्बन्धका लागि खतरनाक हुन्छ। ड्राइभिङ सेन्स एउटा त्यस्तो विषय हो, जहाँ पुरुष पूर्णरूपले आफूलाई दक्ष मान्छ। महिला भएर पुरुषोचित गुणका बारेमा कुरा गर्नु कमेन्ट गर्नु झगडाको विषय बन्न सक्छ। अतः यो सत्यलाई स्वीकार गरेर मात्र आफ्नो राय दिनु उपयुक्त हुन्छ।

तस्विर : राजीव श्रेष्ठ

जीवनशैलीका विषयमा हरेक व्यक्तिको फरक-फरक दृष्टिकोण हुन्छ। यो कुरा व्यक्तिको कार्य स्थितिमा पनि निर्भर गर्छ। अधिकांश युवकलाई उसको साथी र प्रियजनको आलोचना सहन गाऱ्हो हुन्छ। यस विषयमा पुरुषहरू अत्यन्त संवेदनशील हुन्छन्।

सेक्स अपिल

के तपाईं उनलाई ज्याकेटको जिपर बन्द गर्न वा सर्टको कोलर बाहिर निकाल्न सल्लाह दिनु चाहनुहुन्छ, त्यसो हो भने यो कुरा बिर्सनु ठीक हुन्छ। तिनलाई तपाईंको सल्लाहको आवश्यकता पर्दैन। उनलाई आफ्नो डन स्टाइल वा पक्षमा युवतीहरू आकर्षित हुन्छन् भन्ने कुरा राम्रोसँग जानकारी छ। ट्रेन्ड त्यही हो जुन व्यक्तिले बनाउँछ। यौनका सम्बन्धमा पुरुषलाई आफ्नो राय दिन चाहे सबैभन्दा पहिले आफ्नो मोरल बुस्टअप गर्नुपर्छ किनभने उनीहरूको सेक्सुयालिटीका बारेमा कमेन्ट गर्नु आगोमा हात हाल्नु सरह हुनसक्छ।

आफूलाई अरू पुरुषसित तुलना गरिएको अधिकांश पुरुषलाई मन पर्दैन। यो अत्यन्त संवेदनशील विषय हो। अधिकांश पुरुषले यसलाई सहन सक्दैनन्। अतः तुलनाबाट पनि टाढै रहनु उचित हुन्छ।

आखिर पुरुषहरू किन यसो गर्छन् ?

उहाँ भिजेको टवेल बेडमाथि नै राख्नुहुन्छ, गन्हाएको फोहोर मोजा यत्तिकै जहाँ मन लाग्यो त्यहीं छाड्नुहुन्छ, महिना दिनसम्म बेड सिट परिवर्तन नगरे पनि उहाँलाई केही मतलब हुँदैन... यी त्यस्ता गुनासा हुन् जुन अधिकांश महिलाले गर्छन्। आखिर पुरुषहरू किन यसो गर्छन् ?

बेड सिट चाँडै बदल्दैनन्

प्रायः पुरुषले महिलाको तुलनामा सरसफाइमा कम ध्यान दिएको पाइन्छ। यसका पछाडिको बायोलोजिकल कारण के हो भने पुरुषमा सेन्स अफ स्मेल अर्थात् सुँघ्ने शक्ति अत्यन्त कमजोर हुन्छ। उनीहरूको छाला पनि महिलाको तुलनामा कम संवेदनशील हुन्छ। अतः जबसम्म बेड सिटबाट गन्ध आएको अनुभव हुँदैन तबसम्म उनीहरू त्यसलाई बदल्न अग्रसर हुँदैनन्। महिलाको तुलनामा पुरुष घरेलु नहुने भएकाले पनि बेड सिट बदल्ने कुरामा उनीहरूको ध्यान कम जान्छ।

हरेकपटक जित्ने चाहना राख्छन्

अधिकांश पुरुष काम होस् वा खेल, जित आफ्नै हुनुपर्छ भन्ने कुरामा विश्वास राख्ने खालका हुन्छन्। प्रतिस्पर्धाको वातावरण र कुरामा पुरुषको टेस्टोस्टेरोन हार्मोनको स्तर बढ्छ, जसले गर्दा तिनमा रिस्क लिने इच्छा बढ्छ। फलस्वरूप उनीहरू जितका लागि आफूलाई उत्साहित महसुस गर्छन्। अध्ययन अनुसार खेलपश्चात् विजेता पुरुष खेलाडीमा टेस्टोस्टेरोन हार्मोनको स्तर निकै बढी हुन्छ।

ड्रेसअप मनपर्दैन

अधिकांश पुरुष ड्रेसअपका मामिलामा बढी समय बिताउँदैनन्। उनीहरूको नजरमा यो क्षेत्र महिलाहरूको हो। यसको साटो उनीहरू कार, बाइक वा इलेक्ट्रोनिक्स ग्याजेट्सतर्फ बढी आकर्षित हुन्छन्। गाडी उनीहरूका लागि स्टेट्स सिम्बल हुन्छ। अतः यदि उनका लागि कुनै जिन्स ज्याकेट वा ट्राउजर खरिद गरेर त्यो उनको बाइक वा कारसित सुहाउँछ भनियो भने उनीहरू ती पहिरन लगाउन तुरुन्तै तयार हुन्छन्।

गन्हाएको मोजा यत्रतत्र किन राख्छन् ?

गन्हाएको मोजालाई यत्रतत्र राख्ने बानी अधिकांश पुरुषमा पाइन्छ। उनीहरूको यो बानीले सेल्फ सेन्टर्ड अर्थात् आत्मकेन्द्रित व्यवहारलाई दर्साउँछ। मोजा मात्र नभएर उनीहरू टावल पनि जहाँतहीँ राख्छन्। आफ्नी आमा,

श्रीमती वा बहिनीले सबै व्यवस्थित गरिहाल्छन् भन्ने विश्वासका कारण पनि पुरुषमा यो बानी परेको हुन्छ। यो बानी सुधार्न गल्तीको अनुभूति गराएर व्यवस्थित हुन प्रेरित गर्नुपर्छ।

अचानक दाह्री बढाउन थाल्छन्

अधिकांश पुरुष अचानक दाह्री बढाउन थाल्छन्। दैनिक रुटिनबाट बोर हुनेबित्तिकै तिनमा दाह्री बढाउने सोख चल्छ। अनुसन्धानअनुसार जब पुरुषहरू दुःखी वा तनावग्रस्त हुन्छन् अथवा तिनमा प्रतिशोधको इच्छा तीव्र हुन्छ तब यस्तो व्यवहार देखिन्छ। आलस्यपन पनि यस पछाडिको कारण हुन्छ भने फेसन स्टेटमेन्टका रूपमा पनि पुरुषले दाह्री पाल्छन्।

श्रीमतीप्रति लगाव कम गर्नु

कसैलाई राम्रोसँग नजानेसम्म, नबुझेसम्म तिनलाई बुझ्न वा जान्न उक्त व्यक्तिप्रति बढी लगाव राख्ने बानी प्रायः पुरुषमा हुन्छ। सबै कुरा जाने-बुझेपछि भने त्यो लगाव स्वतः कम भएर जान्छ। आफ्नी श्रीमतीसितको पुरुषको व्यवहार पनि त्यस्तै हुन्छ। उनीहरूमा श्रीमतीप्रति विश्वास हुन्छ। उनी मात्र आफ्नी भएको भरोसा पुरुषमा पाइन्छ। यौनकर्मअघि फोरप्ले नगर्नु वा यौनपश्चात् तुरुन्तै मुड चेन्ज गर्नुका पछाडि पनि यही कारण हुन्छ।

भावना व्यक्त गर्दैनन्

पुरुषहरू आफ्ना भावना व्यक्त गर्दैनन् तर त्यसले उनीहरू भावुक हुँदैनन् भन्ने अर्थ लाग्दैन। उनीहरू तुलनात्मक रूपले महिलाभन्दा कम भावुक हुन्छन्। पुरुष पनि भावुक त हुन्छन् तर दर्साउँदैनन्।

रुँदैनन्

पुरुषहरू चाँडै रुन सक्दैनन्। प्राकृतिक रूपमै पुरुषको बनावट फरक हुनु यसको प्रमुख कारण हो। प्रकृतिले महिलालाई बढी इमोसनल बनाएको छ अतः उनीहरू स-साना कुरामा पनि रुन्छन् चाँडै मन दुखाउँछन् र संवेदनशील पनि हुन्छन्। सामाजिक रूपले नै पुरुषलाई बलियो र कठोर मानिएको छ। रुनु हुँदैन, रोए नामर्द कहलाइन्छ भन्ने कुराले पुरुषले आँसु झार्ने कठोर परिस्थितिमा पनि नियन्त्रण गर्छन्। एकान्तमा भने पुरुषहरू पनि रुन्छन् तर सबैका सामुन्ने होइन।

यौन पनि कामका रूपमा

अधिकांश पुरुषका लागि यौन ठीक त्यस्तै कार्य हो जसरी हरेक दिन तयार भएर अफिस गइन्छ वा भोक लागे खाना खाइन्छ। जहाँ महिलाका लागि यौन भावनासित जोडिएको प्रक्रिया हो, त्यहीं पुरुषहरू त्यसलाई रुटिन कामका रूपमा लिन्छन्। उनीहरूका लागि अधिकांश अवस्थामा यौन शारीरिक आवश्यकता पूर्ति गर्ने माध्यम मात्र हो। यस्तो स्थितिमा कैयन् पटक यौन पति-पत्नीबीच झगडाको कारण पनि बन्छ। यसकारण यो कुरालाई स्वीकार गर्न सके, सन्तुष्टि प्राप्त हुन्छ, किनभने पुरुषहरू प्राकृतिक रूपले नै यस्तै प्रवृत्तिका हुन्छन्।

पुरुषका लागि स्टाइलिङ मन्त्र

सुट सेलेक्सन

• सुट छनोट गर्दाखेरि कलर तथा डिजाइनको विशेष ख्याल राख्नुपर्छ साथै अवसरअनुरूप सुट लगाउनु राम्रो हुन्छ ।

• बिजनेस सुट चयन गर्दा ब्ल्याक, ग्रे जस्ता बेसिक कलरको चक्करमा पर्नुको साटो सुटको सेड्समा विविधता ल्याउने प्रयास गर्नुपर्छ।

• आवश्यकताअनुरूप वन, टु वा थ्री बटन सुट ट्राइ गर्नुपर्छ । यसबाट लुकमा परिवर्तन आउँछ र सुटको लुकमा पनि विविधता सिर्जना गर्न सकिन्छ ।

• मौसमअनुसार फ्याब्रिकमा पनि परिवर्तन ल्याउनुपर्छ। चिसोमा मोटो फ्याब्रिकका सुट लगाउनुपर्छ भने गर्मीमा लाइट वेटका सुट प्रयोग गर्नुपर्छ।

के नगर्ने

• छुट्टीको दिन सुट लगाउँनु हुँदैन ।

• डबल ब्रेस्टेड ज्याकेटयुक्त सुट पहिरिनु हुँदैन । यो शैली आउट अफ फेसन छ ।

• सुटमा एउटै टाई वा सर्टलाई दोहोऱ्याइरहनु हुँदैन ।

स्मार्ट टिप्स

• बस्नुपूर्व कोटको बटन खोल्नुपर्छ । यसबाट कोट तन्किदैन । यसैगरी बस्दाखेरि जाँघ एरियातिर पाइन्टलाई अलिक माथितिर तानेर बस्नुपर्छ । यसबाट पाइन्टको कपडा तन्किने वा खुम्चिने हुँदैन ।

• खल्तीमा अनावश्यक चाबी, मोबाइल फोन वा अरू गह्रौं कुरा राख्नु हुँदैन, यसबाट सिलाइ खोलिने डर हुन्छ ।

• आवश्यकताअनुसार सुटको ड्राईक्लीन गराउनुपर्छ । सिजनमा एकपटक सुटको सफाइ गर्नुपर्छ।

• सुटलाई वार्डरोबमा राख्नुपूर्व क्लोथ ब्रसले सफा गर्नुपर्छ ।

• सुटलाई काठको ह्याङगरमा झुन्ड्याउनुपर्छ । सुट हावा आउने ठाउँमै राख्नुपर्छ ।

फर्मल वेयर

• ट्राउजरसित कन्ट्रास्ट कलरको सर्ट राम्रो हुन्छ ।

• यदि सर्टको स्लीभ मोडेर लगाउने मन छ भने टाई र कफिलङ्स निकाल्नुपर्छ । जिन्सजस्तो ट्राउजरलाई मोड्ने गल्ती गर्नुहुँदैन ।

• हाफ र फुल स्लिभ दुवै खालका सर्ट लगाउनुपर्छ । यसबाट लुकमा विविधता प्राप्त हुन्छ ।

• ट्राउजरको स्टाइलमा भेराइटी ल्याउन स्ट्रेट फिट र लुज स्टाइलको ट्राउजर ट्राइ गर्नुपर्छ ।

के नगर्ने ?

• स्ट्राइप्सयुक्त ट्राउजरका साथमा स्ट्राइप्ड सर्ट लगाउनुहुँदैन ।

• अफिस तथा बिजनेस मिटिङमा धेरै ब्राइट कलरको सर्ट र ट्राउजर लगाउनु हुँदैन ।

• स्किन टाइट, क्याजुयल र सेमी क्याजुयल सर्टका साथमा बढी पकेटयुक्त ट्राउजरबाट जोगिनुपर्छ । मूलत: अफिस वेयरका रूपमा यस्तो पहिरन ठीक हुँदैन ।

क्याजुयल वेयर

• यदि अफिसमा क्याजुयल आउटफिट लगाउने छुट छ भने जिन्स वा क्याजुयल ट्राउजरका साथमा सिम्पल राउन्ड वा कलर नेकयुक्त टिसर्ट लगाउनुपर्छ ।

• आफ्नो काम र पोस्टको गरिमालाई ध्यानमा राखेर राम्रो क्वालिटीको ब्रान्डेड पहिरन लगाउनुपर्छ।

के नगर्ने ?

• अफिसको वातावरण जतिसुकै आरामदायक किन नहोस् अफिसमा ब्राइट रंग, उटपटाङ डिजाइनका पहिरनबाट जोगिनुपर्छ साथै मसल्स देखाउने टिसर्ट लगाउने गल्ती पनि गर्नुहुँदैन ।

• अफिसमा लो वेस्टलाइनयुक्त जिन्सबाट जोगिनुपर्छ।

टाई सिलेक्सन

• एकै किसिमका टाइभन्दा आफ्नो वार्डरोवलाई भेराइटी दिन अलग-अलग कलर तथा डिजाइनका टाइ सँगाल्नुपर्छ।

• सुट, फुल स्लिभ, फर्मल सर्ट र सिंगल बटन ज्याकेटमा सिक टाइ प्रयोग गर्नुपर्छ ।

• टाई बेल्टभन्दा तल लत्रनु हुँदैन । टाईलाई रिंकल र ड्यामेजबाट बचाउन त्याकमा झुन्ड्याउनुपर्छ ।

अफिस एक्सेसरिज

घडी : एक्युरेट र फङ्सनल घडीको छनोट गर्नुपर्छ अर्थात् समय हेर्न सजिलो हुने घडी छनोट गर्नुपर्छ ।

बेल्ट : ट्राउजरससित सुहाउँदो स्लिम बेल्ट छान्नुपर्छ ।

सुज : अफिसका लागि आरामदायक लेसयुक्त लेदर सुज प्रयोग गर्नुपर्छ । त्यसलाई मेन्टन गर्न सजिलो हुन्छ र अफिस वातावरणका लागि आइडियल पनि मानिन्छ ।

ग्याजेट : आफ्नो आवश्यकता-अनुसार नै ग्याजेट छनोट गर्नुपर्छ । अफिसमा विशेष गरी मिटिङका बेला मोबाइल स्वीच अफ वा साइलेन्ट मोडमा राख्नुपर्छ । अफिसमा आइपोड, एमपी थ्री, एमपी फोर आदि प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

फेसनेबल पुरुष इनरवेयर

फेसनेबल एवं आरामदायक इनरवेयरले महिलालाई मात्र आकर्षित गर्छ भन्ने छैन, यसतर्फ पुरुषको पनि उत्तिकै लगाव हुन्छ । यही कुरालाई मध्यनजर गरेर विभिन्न इनरवेयर ब्रान्डले पुरुषका लागि विविध शैलीका ट्रेन्डी एवं आरामदायक इनरवेयरलाई फेसन बजारमा उतारेका छन् । आज महिला हुन् वा पुरुष आराम र फेसनका मामिलामा सम्झौता गर्न चाहँदैनन् । अत: स्टाइलिस इनरवेयरको लोकप्रियता बढ्दो छ । पुरुषको इनरवेयर फेसनमा एक्टिभ वेयरका साथै सुपर स्टाइलिस, सुपर कम्फर्टेबल इनरवेयर तथा लिंगरीको कलेक्सन बजारमा उपलब्ध छन् ।

ब्रिफ्स : अङ्ग्रेजी वर्णमालाको 'वाई' अक्षरअनुरूपको सेप अर्थात् वाई सेप्ड अन्डरवेयर तथा स्विम वेयर्स हिजोआज पुरुषको इनरवेयरमा बढी लोकप्रिय छ । मूलत: खेलाडीहरूले यस्ता ब्रिफ्स रुचाउँछन् ।

बक्सर ब्रिफ : इनरवेयरको यो शैली पनि पुरुष फेसनमा बढी रुचाइएको पाइन्छ । बक्सर स्पोर्ट्स र ब्रिफ आरामपूर्वक एकसाथ पहिरिन रुचाउनेहरूका लागि यो शैलीको इनरवेयर बढी सुहाउँदो हुन्छ ।

म्यान बिकनी : यदि कुरा स्टाइलको वा सेक्सी लुकको हो भने पुरुषहरूले म्यान बिकनीलाई प्राथमिकता दिन्छन् । मेन्स बिकनीमा माथि र तल दुवैतर्फ साइड प्यानल हुन्छ । अधिकांश मेन्स बिकनीमा ब्रिफ्समा जस्तो वेस्ट ब्यान्ड हुँदैन । पुरुषको लुकमा स्टाइल एवं कामुकता झल्काउने भएकाले गर्लफ्रेन्डहरू आफ्ना ब्वायफ्रेन्डलाई मेन्स बिकनी उपहार दिन रुचाउँछन् ।

थोङ्स : मेन्स थोङ वा जी स्ट्रिङ्सलाई सुरु-सुरुमा खासै रुचाइएको थिएन तर पश्चिमी मुलुकमा मेल स्ट्रिपर्स वा एक्जोक्टिक डान्सरका कारण यो वेस्टर्न वार्डरोबमा समावेश भएको हो । पूर्वेली समाजमा भने यसको प्रचलन खासै पाइँदैन ।

RJ VJ MC
उदघोषण तालिम
पुर्णरुपले practical र स्टुडियो केन्द्रित रेडियो, टेलिभिजन, प्राविधिक तथा पत्रकारीता तालिम
SLC Special Discount
रेडियो कर्मीदारा संचालित उदघोषण तालिम केन्द्र
ख्याती प्राप्त संचारकर्मी दिनेश डि.सी.का साथमा
मृदुला खनाल, मुनाल शिशिर, रबि थापा, सन्तोष खनाल, केशबजङ्ग पाण्डे, नबिन लुँइटेल, हिरामणि तिमल्सिना, मधु नेपाल, R.D. श्रृंखला
रु.१०००/ छुट
BIKALPA THE OPTION
फोन: ०१-२२९०१६८, ०१-४२४१७०९
बागबजार, काठमाडौं (श्रेष्ठ टेलरिङ्गको दाहिनेपट्टि)
विकल्प FM TIME मा कार्यक्रम चलाउने १००% ग्यारेण्टी

LANGUAGE & COMPUTER
विशेष छुटका साथ
IELTS/TOEFL: Speaking & Writing
Job/Visa Interview Pre.
Basic to advanced
साथमा अरु भाषा पनि
Korean Japanese, German, French, Spanish, Chinese
Computer: Basic, Office, Tally, Web, Graphic, Hardware
OASIS Language & Computer Institute
[OLCI]- Thamel, Galkopakha: 4359170
Thamel: 4418912, Chhetrapati Chowk: 4250763

आवश्यकता
नयाँ अफिस संचालित गर्नूपर्ने भएकोले विभिन्न पदमा कर्मचारी
Access Kalanki
01-4301822, 9841887523
संख्या : ९ महिला ८ पुरुष
तलब : 6100+ संचयकोष
योग्यता : SLC/Test Pass वा अनुभव
नोट: पुरानो मकालु काउण्टरबाट ज्ञानोदय मार्ग १०० मिटर भित्र ।

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 Pvt. Ltd. महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल Ktm
Ph:- 4363215, 9721315801

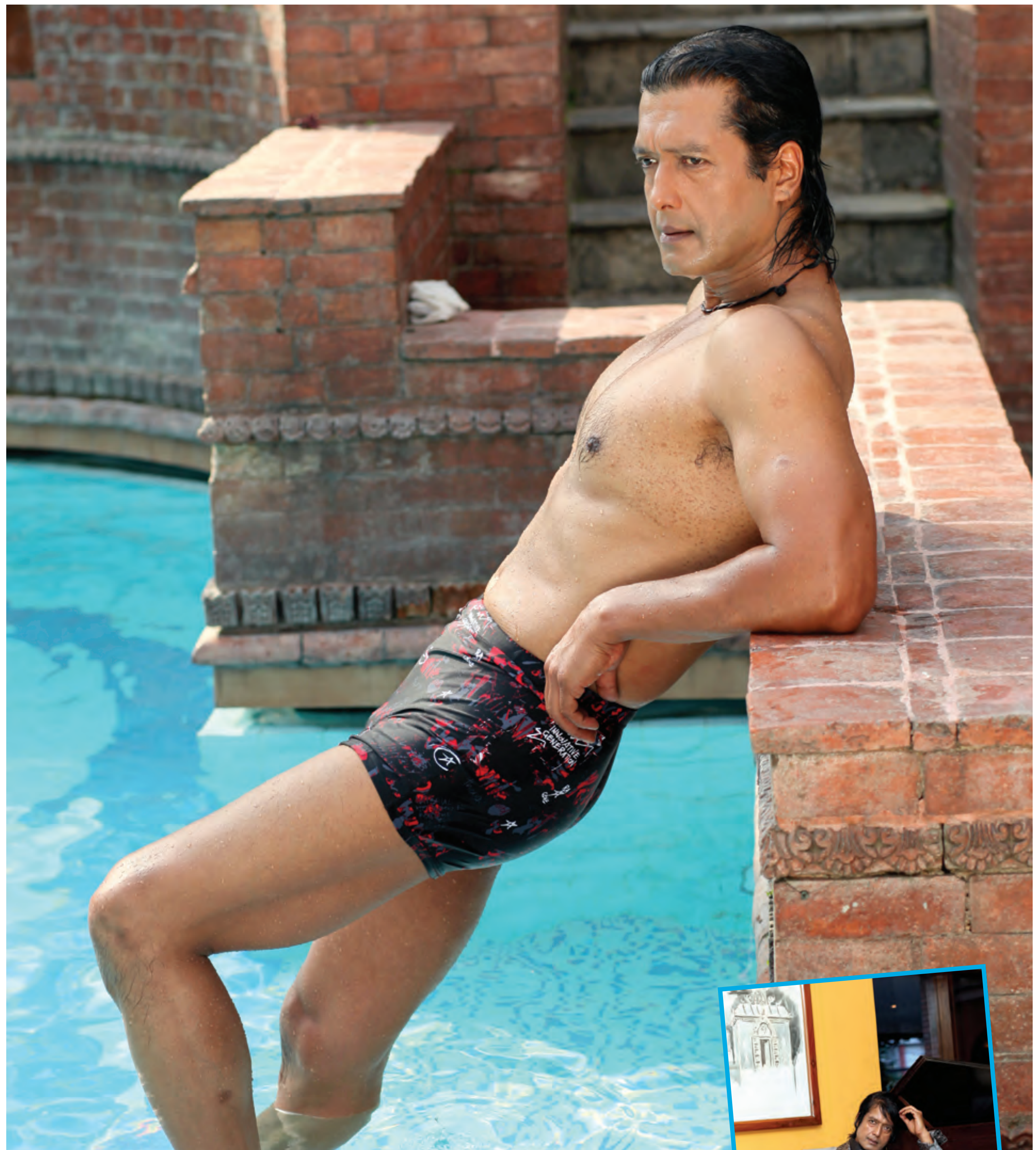
100% Guarantee
यौन: यौन समस्या, यौनाङ्ग विकास, गुप्त रोगको समस्या
अनुहार: कालोपोतो, चाँया, डण्डीफोर हटाउन
चाहेजति शारिरिक तौल घटाउन वढाउन
जाँड-रक्सीको कुलत छुटाउन
Breast घटाउन वढाउन
टाइट गर्न, मधुमेह, ग्याष्ट्रिक, दम वाथ एलर्जी
सम्पर्क : महारुद्र आयुर्वेद
With Home Delivery
2291316, 9851115833
9849117597, 9751011098

Wanted
बहुराष्ट्रिय Public Company को लागि कर्मचारी आवश्यकता
संख्या: 10 Gents & 10 Ladies
तलब: 10500
योग्यता: Test/SLC Above
Unique Solution
5543056, 9841466409, 9803897872
Gwarko, Lalitpur
नोट: SLC दिएर बसेकाहरुलाई पनि सुवर्ण अवसर

ज्योतिष परामर्श केन्द्र
पं मानवेन्द्र शर्मा
अर्न्तराष्ट्रिय ख्यातिप्राप्त व्यक्तित्व एवं विभिन्न संघसंस्थाबाट सम्मानित गुरुज्यूबाट आफ्ना विभिन्न समस्याको ज्योतिषीय पद्धतिबाट समाधान गर्नुहोस् ।
Appointment को लागि पं. मानवेन्द्र शर्मा
घर नं. ६४९/१५, जर्मन एम्बेसीको अपोजिट ज्ञानेश्वर, काठमाडौं
फो: ४४४५२८४, मो.: ९८५१०३६२१७

भर्ना खुल्यो ! !
रोजगारीको सुवर्ण अवसर भएको CTEVT बाट मान्यता प्राप्त डेन्टल ल्याव मेकानिक (Dental Lab Mechanic) कोर्षमा सिमित सिटको लागि भर्ना खुल्यो ।
न्यूनतम योग्यता: SLC
सम्पर्क
कान्तिपुर स्कुल अफ डेन्टिष्ट्री, बसुन्धरा चौकी, धापासी, काठमाण्डौं ।
फोन नं. ०१-४३८५९१०/०१-४३८५९११
कान्तिपुर डेन्टल हस्पिटल, कपनमार्ग, महाराजगञ्ज, चक्रपथ
फोन नं. ४३७५५२१/४३७०१३६

सफलता तपाईको हातमा
कक्षा ९ र १० फेल ? पढाई छुट्यो ?
No. चिन्ता !
जि.शि.का. बाट अनुमति प्राप्त
६ वर्षको अनुभव
प्राईभेट टेष्ट/ SLC - 2067 मा भर्ना खुल्यो ।
स्मल हेभन Open Inst. (P) Ltd. लगनखेल ☎ 2120693, 9841452755
मछिन्द्रनाथको रथ राख्ने चौबाटो बाट पूर्व
स्मल वर्ल्ड Open Inst. (P) Ltd. कोटेश्वर ☎ 4601589, 9841306634
प्रहरी बिटबाट पश्चिम हिमालयन कलेजसंगै



भर्सटाइल हमाल

'उमेर धेरै भए पनि हेर्दा कलिलो देखिने को हो ?' गायक राजेशपायल राईले नायक राजेश हमालसँग सोधेको गाउँखाने कथा शैलीको प्रश्नको उत्तरमा त्यस्तो व्यक्ति आफू नै भएको सुनाउँदै अट्टहास छोड्ने नायक हमाल त्यतिबेर छक्क परे, जब गायक राईले त्यसको सही उत्तर आफू भएको जिकिर गरे। उमेरका दृष्टिकोणले हेर्दा गाउँखानेकथाको सही उत्तर राजेश हमाल नै मिल्दो भएको अन्य सहभागीहरूको तर्क थियो। कुरैकुरामा दुई राजेश आफु कलिलो देखिएर विवाह गर्ने प्रसंग उधिनिरहेका थिए।

राजेश हमाल, नेपाली चलचित्र हेर्ने-नहेर्ने, सबैले चिन्ने नाम हो। उनको नामअगाडि महानायक वा सुपरस्टार जे जोडे पनि नेपाली चलचित्र उद्योग र राजेश हमाल परिपुरक भएको पछिल्लो दुई दशकको हमालको कलिउड यात्राले देखाउँछ। सफल नेपाली चलचित्रका निम्ति राजेश हमालको टाउको मात्र भए पनि पुग्छ भन्ने मान्यता अद्यावधि रहनुले पनि उनी यो उद्योगका सर्वाधिक सफल नायक हुन भन्ने कुरा पुष्टि हुन्छ।

चलचित्र उद्योगमा त उनी सफल छन् नै, आमनेपाली समाजमा पनि उनको ओजस्वी व्यक्तित्वको प्रशंसा हुन्छ। साप्ताहिकले केही समय अघि गरेको आकर्षक दस पुरुषको सर्वेक्षणका क्रममा पनि राजेश हमाल नम्बर एकमा थिए। चलचित्र उद्योगबाहिर उनको रहस्यमय छवि, बौद्धिकता, वाकपटुता एवं लगनशील व्यक्तित्वको सधैं प्रशंसा हुँदै आएको छ। 'उनको शारीरिक संरचना नै अचम्मलाग्दो छ, पृथक् संरचना भएकै कारण उनी अरूभन्दा भिन्न किसिमका मानव हुन् जस्तो लाग्छ।' नायिका करिश्मा मानन्धर भन्छिन्- 'त्यसकारण नै राजेश हमालको छविप्रति धेरै आकर्षित छन्।'

'राजेश हमाललाई ड्रेस सेन्स छैन, उनी नियमित एउटै हेयरस्टाइलमा रहनुले पनि उनलाई यस्ता कुराको ज्ञान छैन भन्ने कुरा पुष्टि हुन्छ', यो उनका बारेमा गरिने नकारात्मक टिप्पणी हो, तर स्वयं नायक हमाल भने यो कुरा मान्न तयार छैनन्। उनी भर्सटाइल गेटअपका निम्ति सहजै उपलब्ध हुन सक्ने नायक हुन् भन्ने कुरा गत सोमबार साप्ताहिकले गरेको विशेष फोटोसेसनका क्रममा पनि प्रमाणित भयो।

सात किसिमका पहिरन र सबै पहिरनअनुरूपकै हेयर स्टाइल तथा जुत्ता प्रयोगका सन्दर्भमा उनी कुन पहिरन आफूलाई म्याच गऱ्यो भनेर क्रु टिमलाई बताइरहेका थिए। 'शेरवानी, ग्रन्ज लुक र सुटमा लुक्स म्याच गरेजस्तो लाग्यो' राजेश हमाल फोटोसेसनपछि भन्दै थिए- 'आजको मेहनत हेर्दा कुनै चलचित्रमै काम गरिरहेको जस्तो अनुभूति भयो, तर म आज सधैंका दिनभन्दा बढी खुसी छु, किनभने आज मेरा राम्रा तस्बिर महेश प्रधानको क्यामेरामा कैद भएका छन्।' होटल सांग्रिलाको स्वीमिङ एरिया, गार्डेन तथा लबिमा भएको फोटोसुटका क्रममा करिब डेढ दर्जन क्रु टिमले काम गरेको थियो।

'सुरुमै नङ्ग्याइदिने' फोटोसेसनका क्रममा लाइटका कारण सुरुमै स्वीमिङ कस्ट्युममा फोटोसुट गरिने कुरा बताइएपछि राजेश भन्दै थिए, 'लौ ठीकै छ, तपाईंहरूकै चाहनाबमोजिम काम सुरु गरौं।' साप्ताहिकको १६ औं वार्षिकोत्सव विशेष अंकका निम्ति राजेश हमालको फोटोसेसनका लागि फेम फेसन, कुपन्डोलले पहिरन तयार पारेको थियो। ड्रेस डिजाइनर कृष्ण कटुवालको संयोजनमा तयार पारिएका प्रायः सबै पहिरनमा हमाल खुलेर प्रस्तुत भए। फोटोसुटका लागि शिखर सुजले जुत्ता उपलब्ध गराएको थियो। फोटोसेसनका क्रममा हेयरस्टाइलिस्ट ए वान सैलुन, ठमेलका विपिनले सातवटै लुक्समा हेयरस्टाइल तथा ग्ल्यामर ब्युटी क्लब, डिल्लीबजारकी रोशना महाजूले मेकअप गरेर हमाललाई सिगारेका थिए।

फोटोसेसनका क्रममा साप्ताहिकका सुव्रत आचार्य तथा कोरियोग्राफर रोजिन शाक्यले फोटोपोजका लागि स्टाइलिसको भूमिका निर्वाह गरे। होटल सांग्रिलाका सेल्स म्यानेजर जित लामाले फोटोसेसनका क्रममा विशेष सहयोग गरेका थिए। फोटोसेसन सकिएपछि शिखर सुजले सबै सात जोडी जुत्ता तथा फेमले एउटा पेन्ट नायक हमाललाई उपहारस्वरूप प्रदान गरे।

राजेश हमालको बाहिरी आवरण र भित्री भावनामा धेरै नै अन्तर छ, महत्त्वपूर्ण कुरा उनी सानो विषयमा पनि गम्भीर चासो लिन्छन्। फोटोसेसनका क्रममा राम्रा तस्बिर आउन भनेर समयको ख्याल नगरी उनी आफैंले पनि पर्याप्त मेहनत गरेका थिए। उनी हरेक कुरामा कन्सस थिए, उनी धेरै बोल्नेभन्दा पनि धेरै सुन्ने व्यक्ति हुन्, राजेश सबैलाई उत्तिकै महत्त्व दिन्छन्, सबै ड्रेसअपमा उनले क्रु टिमसँग कस्तो छ ? ठीक छ ? यसो गर्दा राम्रो होला होइन ? भनेर धारणा बुझ्ने प्रयास गरिरहे।

विदुर खतिवडा

पुरुषलाई मन नपर्ने कुरा

कैयन् महिला सहवासमा चुपचाप बस्छन् । उनीहरू सहवासलाई आनन्ददायक बनाउन आफ्नोतर्फबाट कुनै पहल गर्दैनन् । उनीहरू सबै कुरा यौनसाथीमाथि छोड्छन् । यस्ता महिला पुरुषलाई मन पर्दैनन् र यही स्वाभावले पुरुषको मन यौन क्रियाबाट बिमुख हुन्छ । तसर्थ सहवासका बेला महिलाले पनि सक्रिय रहने प्रयत्न गर्नुपर्छ । यौनसाथीलाई छोएर वा बोलेर आफ्नो भावना व्यक्त गर्नुपर्छ । यसबाट यौनसाथीलाई महिलाले पनि सहवासको आनन्द लिइरहेको अनुभूति हुन्छ ।

केही महिला यौन क्रियाका बेला चुम्बन यौनसाथीलाई खासै रुचिकर हुँदैन भन्ने मान्छन्, तर यो गलत धारणा हो । वास्तवमा पुरुषलाई चुम्बन त्यति नै रुचिकर हुन्छ, जति महिलालाई हुन्छ । अतः यौनलाई सुखमय बनाउन तथा प्रेम प्रदर्शन गर्न यौनसाथीलाई चुम्बन गर्नुपर्छ ।

कैयन् महिला यौन क्रियाका बेला सम्पूर्ण नियन्त्रण पुरुषको हातमा हुनुपर्छ भन्ने सोच राख्छन् । यो सोच पनि गलत हो । सहवासका बेला कहिलेकाहीँ महिलाले पनि नियन्त्रणलाई हात लिने प्रयास गर्नुपर्छ र आफ्नो साथीलाई के मन पर्छ के गरे आनन्द आउँछ भनेर सोध्नुपर्छ। नयाँ आसन प्रयोग गर्न प्रोत्साहन दिने र आसन प्रयोग गरिसकेपछि त्यसको प्रतिक्रिया जान्ने प्रयास गर्नुपर्छ।

अधिकांश महिलालाई भावुक पुरुष मन पर्छन् । यही नियम पुरुष माथि पनि लागू हुन्छ । पुरुषको शरीर पनि संवेदनशील हुन्छ र त्यसैले उनीहरू सहवासका बेला आफ्नो भावना एवं आवश्यकताको कदर गर्ने महिला मन पराउँछन् । अतः सम्पूर्ण ध्यान आफूमाथि केन्द्रित गर्नुको साटो यौनसाथीको आवश्यकता पनि बुझ्ने प्रयास गर्नुपर्छ।

अधिकांश पुरुषको सोचाइमा महिलाहरू यौनको आनन्द उठाउँदैनन् । यदि आफ्नो यौनसाथीको मनमा पनि त्यस्तो विचार आउँछ भने त्यसलाई बाहिर निकाल्ने प्रयास गर्नुपर्छ । आफ्नो व्यवहारबाट यौनसाथीलाई विश्वास दिलाउनुपर्छ कि तपाईं उसलाई सन्तुष्ट गर्न चाहनुहुन्छ र त्यसका लागि प्रयास पनि गर्नुहुन्छ ।

कैयन महिला यौनसम्पर्कका बेला आफ्नो भावना प्रदर्शन गर्दैनन् । यौनक्रियाको आनन्द लिए पनि आफ्नो भावना व्यक्त गर्दैनन् । यसबाट पुरुषलाई महिलाले सहवासमा सुख प्राप्त गरिरहेकी छिन् कि छैनन् थाहा पाउँदैनन् । यसबाट यौनसाथी भ्रममा पर्न सक्छन् । यदि सहवास आनन्द लिइरहिएको छ भने त्यसलाई व्यक्त गर्न संकोच गर्नुहुँदैन । आवाज निकालेर वा अरू कुनै क्रियाकलापबाट त्यस्तो आनन्द व्यक्त गर्नुपर्छ ।

कतिपय महिला यौन जीवनलाई आनन्ददायक बनाउन आफ्नो तर्फबाट कुनै प्रयास गर्दैनन् । यदि आफ्नो यौन जीवन निरश हुँदै गैरहेजस्तो लाग्छ भने केही नयाँ प्रयोग गर्न संकोच गर्नुहुँदैन ।

आफूलाई जस्तै आफ्नो साथीलाई पनि यौनको आवश्यकता महसुस हुन्छ भन्ने जानकारी भए पुरुषलाई राम्रो लाग्छ । अतः कहिलेकाहीं यौनसाथीलाई यसका बारेमा महसुस गराउनु राम्रो हुन्छ । कहिलेकाहीं यौनका लागि आफैले पहल गर्न सकिन्छ ।

केही महिला सहवासका बेला यताउताका कुरा गरेर निरश वातावरण सिर्जना गर्छन् । यसबाट पुरुषको रुचि कम हुन्छ । अतः आफ्नो यौन जीवनलाई आनन्ददायक बनाउन कामुक एवं रोमान्टिक कुराकानीलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ ।

सम्बन्धको जटिलतामा पुरुष पनि

अधिकांश व्यक्ति विवाहपछि महिलाहरूको जीवन बढी जटिल हुन्छ भन्ने मान्छन् । कारण उनीहरूको जिम्मेवारी बढ्छ, नयाँ पारिवारिक वातावरणबीच सामञ्जस्यता कायम गर्नुपर्ने हुन्छ । पुरुषका सन्दर्भमा पनि विवाहपछिको वातावरणमा यस्तै परिस्थिति सिर्जना हुन्छ । विवाहपछि पुरुषको कर्तव्य उसको घरपरिवारमा मात्र सीमित हुँदैन । यो दायरा बढेर उसको ससुरालीतर्फ पनि उन्मुख हुन्छ । पुरुषले विवाहपछि आफ्नी श्रीमतीका साथ निर्वाह त गर्नुपर्छ नै साथै आफ्ना आमाबुवालाई पनि साथ दिनुपर्ने हुन्छ । यस्तो स्थितिमा श्रीमती र आफ्ना मातापिता दुवैलाई खुसी राख्न र दुवै सम्बन्धका बीच तालमेल बसाउन केही कठिन हुन्छ ।

दुवै सम्बन्धलाई सम्हाल्ने र तिनका बीच तालमेल मिलाउने क्रममा दुवै तर्फका कुरा सुन्नुपर्ने भएपछि समस्या अझ बढ्छ अर्थात् जब उसले आफ्नी श्रीमतीको साथ दिन्छ वा आफ्ना मातापितातर्फ बढी ध्यान दिन्छ तब समस्या बढ्दै जान्छ । श्रीमतीतर्फ झुकाव बढी भए, 'हाम्रो छोरा परिवर्तन भयो, ऊ स्वास्नीको नोकर भयो, बुहारीले टुनामुना गरी, श्रीमतीका सामु आमाबुबाको महत्त्व नै हुँदैन...' जस्ता कुरा सुन्नुपर्ने हुन्छ । विवाहपछि पनि आमाबुबाको ख्याल राख्ने कामलाई आवश्यकताभन्दा प्राथमिकता दिए श्रीमतीबाट तपाईंलाई तपाईंका आमाबुवा महत्त्वपूर्ण छन् कि म ? आमाबाबुकै स्याहार गर्ने, तिनलाई नै बढी समय दिने हो भने मसाग किन विवाह गरेको ? भन्ने प्रतिक्रिया प्राप्त हुन्छ । यो परिस्थितिमा पुरुषहरू अन्यौलमा पर्छन् । उसको स्थिति दुई ढुंगाबीचको तरुल सरह हुन पुग्छ । कसलाई कसरी सम्झाउने भन्ने कुरा उसले बुझ्न सक्दैन । ऊ आमाको उमेर र श्रीमतीको केटाकेटीपनका बीच पिल्सिन पुग्छ ।

आमा भन्छिन्- 'मैले तिमीलाई जन्माएकी हु ।' श्रीमती भन्छिन्- 'मैले तपाईंसित जीवनभरको नाता जोडेकी हुँ ।' एकातिर आमा आफूसँगै बस्ने हो भने उनको तरिकामा, उनको शैलीमा वस्नुपर्छ भन्छिन् भने श्रीमती आफूलाई खुसी देख्न चाहने हो भने आफूले भनेझैं गर्नुपर्छ भन्छिन् । दुवैलाई सुखी र शान्त राख्ने तथा सम्बन्धलाई सुमधुर बनाउने प्रयासमा पुरुष आफ्नी आमा र श्रीमतीबीच स्यान्डबीच हुन पुग्छ । आफ्नो मनको कुरा व्यक्त गर्न नसकिने स्थिति उसका लागि सबैभन्दा असह्य हुन्छ ।

ऊ खुलेर आफ्नो तनावलाई रिस, क्रोध वा आसुका रूपमा व्यक्त गर्न सक्ने स्थितिमा हुँदैन । सामाजिक परिस्थितिका कारण र पुरुषको व्यक्तित्वको स्थिर छविका कारण उसले महिला सरह आफ्नो दुःख र अन्यौलपूर्ण परिस्थितिलाई न अरू कसैसित बाड्न सक्छ न त आसु झारेर त्यसलाई पखाल्न नै सक्छ । पुरुष व्यक्तित्वको रफ एन्ड टफ व्यक्तित्वको छवि कायम राख्न र आफ्नो दुःख तथा तनाव दबाउन विवश पुरुषहरू कैयन अवस्थामा भित्रभित्रै कुण्ठित हुन्छन् ।

यस्तो कुण्ठालाई उनीहरू प्रायः आफ्नो कामको व्यस्तता र क्रियाशीलताका क्रममा बाहिर निकाल्छन् । अर्थात् काम र कार्यक्षेत्र नै उसको कुण्ठालाई समायोजन गर्ने उपाय बन्न पुग्छ । मादकपदार्थ सेवन, परस्त्री सम्बन्ध आदि यसैको उपजका रूपमा अघि आउछन् ।

पुरुषका बत्तीस लक्षण

पूर्वीय गोलार्द्ध प्राचीन कालदेखि नै सौन्दर्यप्रति सजग पाइन्छ । यहाँका मनिषीहरूले कस्ता नरनारी सुन्दर एवं शुभदर्शना हुन्छन् भनेर धेरै कृतिमार्फत् वर्णन गरेका छन् । धेरै मात्रामा नारी सौन्दर्यलाई नै महत्त्व दिइएको पाइए पनि पूर्वीय शास्त्रमा पुरुष सौन्दर्यलाई पनि पर्याप्त स्थान दिइएको छ । पूर्वीय दर्शनमा विशिष्ट व्यक्तिहरूका शरीर एवं स्वभावमा हुने प्रसिद्ध बत्तीसवटा शुभलक्षण बताइएको छ । यस्ता लक्षण वा लच्छिन हुने पुरुष प्राचीन भारतवर्षमा आदर्श मानिन्थ्ये ।

१. पद्मासनमा बस्दा वृत्ताकार आसन हुनु
२. आँखा लामा-लामा हुनु
३. आँखा जोड्दा टम्म मिल्ने हुनु
४. छाला नरम हुनु र वृद्धावस्थामा पनि युवाको जस्तो श्री हुनु
५. शरीर सात प्रकारले सुवासित हुनु
६. हरिणका जस्ता फिला
७. गुप्तांगहरू हात्तीका अण्डकोषजस्तै गुप्त रहनु
८. शरीरको माथिल्लो भाग सिंहको जस्तै सलक्क परेको हुनु
९. शरीरका विभिन्न अंग सुगठित रहनु
१०. काँध पुष्ट, चौडा एवं गोलो हुनु
११. पाखुरा राम्रोसँग फर्कने तथा तलसम्म पुग्ने हुनु
१२. बाहु (हात) लामा हुनु
१३. सम्पूर्ण शरीर तेजोमय वृत्तले युक्त हुनु
१४. शङ्खसमान घाँटी हुनु
१५. सोम्फो र सिंहको जस्तै चिउँडो हुनु
१६. बत्तीस दाँत
१७. उज्ज्वल र छिद्ररहित दन्तपङ्क्ति
१८. स्वच्छ एवं परस्परमा मिलेका दाँत
१९. बङ्गारा स्वच्छ र सुन्दर हुनु
२०. जिब्रो लामो हुनु
२१. विभिन्न सूक्ष्मातिसूक्ष्म स्वाद लिने शक्ति हुनु
२२. भँगेराको जस्तो स्वर
२३. ब्रह्माको जस्तो मौलिक एवं ज्ञानपूर्ण वाणी
२४. आँखीभौं साँढेको जस्तो र नीलकमल रंगका हुनु
२५. दुई आँखीभौंका बीच कोमल रोमरेखा हुनु
२६. पगरीजस्तो मिलेको र राम्रो केश
२७. शुद्ध सुनजस्तो प्रदीप्त शरीर
२८. प्रबल व्यक्तित्व
२९. शरीरमा धेरै र परस्पर टाँसिएका नरम एवं दाहिनेतिर घुमेका रौं
३०. नीलमणिजस्तो कालो र टल्कने केश
३१. न्यग्रोध परिमण्डल
३२. विष्णुको जस्तो दृढ स्वभाव ।

नील डेभिडका हेयरस्टाइल

फ्रेन्च लेयर्स : प्रायः मोटो अनुहार र पातलो शरीर भएका व्यक्तिलाई मध्यनजर गरेर यस किसिमको हेयर डिजाइन गरिएको हो । यो कटमा केशलाई स्ट्रिग गरी रेजरको सहायताले साइट पर्टिङ गरी फ्रिन्ज निकालिन्छ भने पछाडिको भागलाई ४५ डिग्रीमा उठाएर लामो छोटो गर्दै लेयर्समा राखिन्छ ।

स्लाइस भोल्युम : यो प्रायः पातलो केश तथा सानो कद भएका पुरुषलाई मध्यनजर गरेर क्रिएसन गरिएको स्टाइल हो । क्राउन एरियालाई स-सानो सेक्सन गरी बाउन्स हुने गरी कैंचीको सहायाताले बनाइन्छ । पछाडि भागलाई रेजरको सहायताले स्लाइस गर्दै पातलो गरी घाँटीमा पातलो र तिखो-तिखो केश निकालिन्छ ।

स्पाइस स्पाइक : स्पाइक स्टाइललाई थोरै परिवर्तन गरी अगाडिको भागलाई लाइट पर्म गरिन्छ । पछाडिको केशलाई बीचमा ठाडो गरी स्पाइकी उठाइन्छ । यो प्रायः रक-पप सिंगर तथा ऱ्याम्प मोडलहरूलाई सुहाउँछ ।

स्क्युर लेयर्स : यो लामो अनुहार तथा अग्लो कद भएका पुरुषलाई मध्यनजर गरेर बनाइएको स्टाइल हो । यो कटका लागि अगाडिको चिउँडो र पछाडिको घाँटी लामो हुनु आवश्यक छ । कपाल लामै राखी क्राउन एरियाबाट ९० डिग्री मा कपाल उठाएर अधिकतम लेयर्स निकालिन्छ ।

रेजर फन्की : यो स्टाइल टिनएजर्सहरूलाई ध्यानमा राखेर क्रिएसन गरिएको हो । स्ट्रिग हेयरमा गरिन्छ । दुवै कानको भाग उल्टो भी सेभमा रेजरको सहायताले काटिन्छ । अगाडि पछाडि रेजर कट गरेर मेसिनले केशलाई छोट्याइन्छ ।

जिगज्याक फन्की : यो हेयर कट १७ वर्ष देखि ३० वर्षसम्मका लागि राम्रो हुन्छ । एकै पटक तीनवटा कैंचीको सहायताले भित्री-बाहिरी गर्दै माथिको भागलाई छोटो गरिन्छ । तलको भागलाई तिखो बनाइन्छ ।

थ्री इन वान कट : विजनेस म्यान तथा सर्भिस म्यानहरूलाई लक्षित गरेर क्रिएसन गरिएको स्टाइल हो यो । यसमा एउटै कटमा तीनवटा स्टाइल राखिन्छ । कार्यालय जाँदा सामान्य अफिस कटमा राख्न सकिने यो कटमा विवाह तथा कुनै समारोहमा जादा हेयर स्टाइल बदलेर क्लासिक फेसन स्टाइलमा सजाउन सकिन्छ । त्यस्तै हेभी कन्सर्ट, डिस्को जाने वेला हाइ फेसन क्रिएटिभ हेयर वनाउन सकिन्छ ।

अन्य हेयर डिजाइन

रेजर कट : थाइल्यान्डबाट सुरु भएको यो कट युरोपियन बजारमा धेरै प्रख्यात भयो । कैंची नचलाई रेजरको सहायताले बनाइने यो स्टाइलमा नेपाली युवाहरूको आकर्षण वढ्दो छ ।

स्लाइस कट : जापानका युवाहरूले सुरु गरेको यो कटपछि कोरियन युवाहरूले नक्कल गरे । यो कट मोटो अनुहार भएकाहरूलाई सुहाउँछ ।

स्टेप ल्यार्स : यो कट लामो अनुहार तथा स्लिम शरीर भएकाहरूका लागि सुहाउँछ । यसलाई लामै राखेर माथिल्लो तहदेखि छोटो-छोटो गर्दै लियर्स राखिन्छ । यो लाइट कर्ल हेयरमा आकर्षक देखिन्छ ।

स्पाइकी : केशलाई जेल वा वाक्सको मद्दतले माथि-माथि उठाउने कटलाई स्पाइकी भनिन्छ ।

हेयर स्ट्रिग : नराम्रो तथा घुम्रिएको केशलाई सीधा र सफा बनाउन यो स्टाइल अपनाइन्छ । यसले पुरुषको लुक्स चेन्ज गरिदिन्छ ।

पर्म : प्रायः स्ट्रेट हेयर हुनेले आफ्नो लुक्स चेन्ज गर्न पर्म गर्छन् ।

पुरुष सौन्दर्यका लागि

फेसियल : यो २० दिन वा महिना दिनमा एक पटक गर्न सकिन्छ । छालालाई सुन्दर, स्वस्थ्य एवं चम्किलो राख्न फेसियल आवश्यक हुन्छ । यसले अनुहारमा भएको कालो दागसमेत हटाउँछ ।

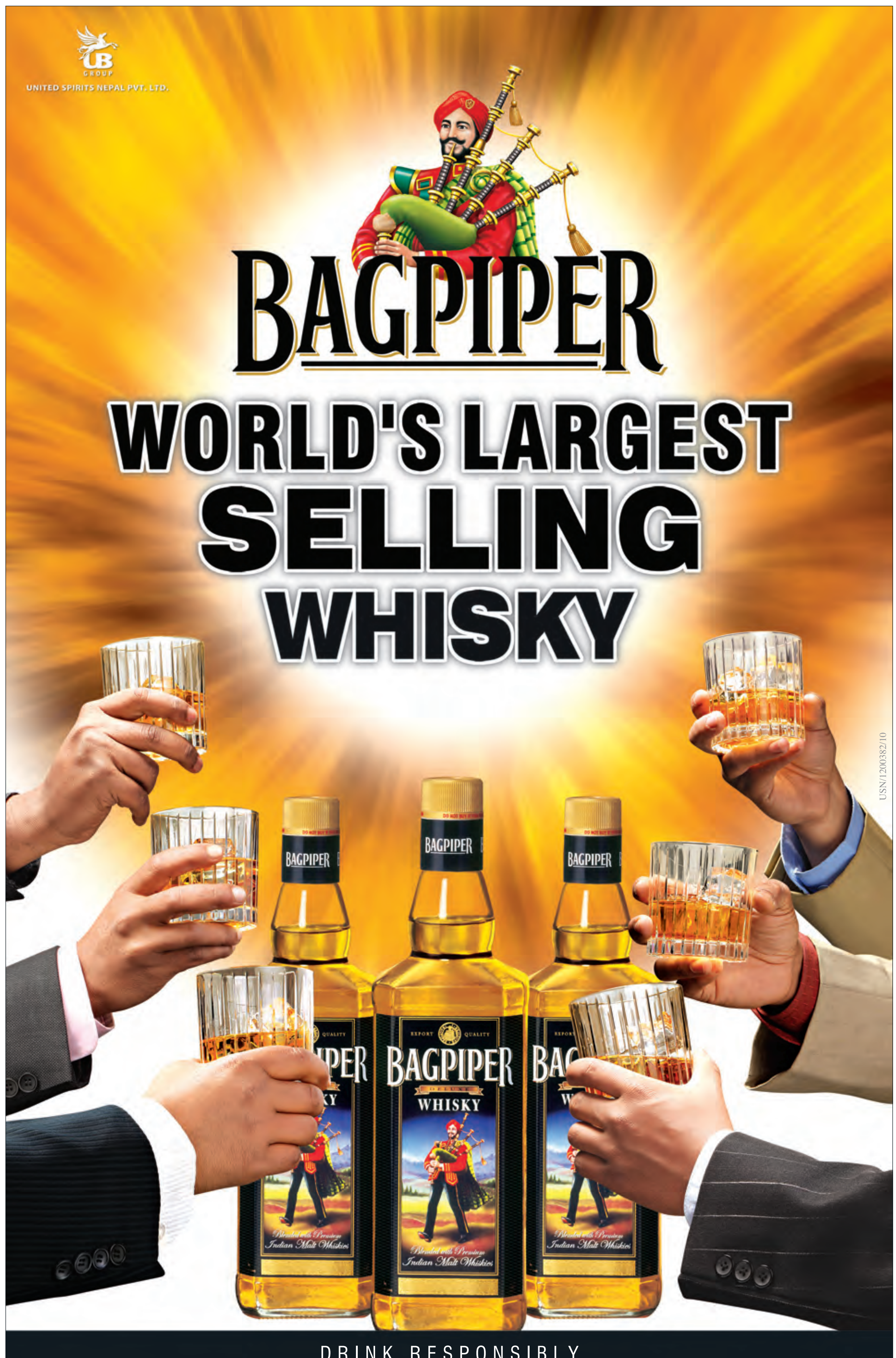
फेस क्लिजिङ : राति सुत्ने बेला अनुहारको छालाको सफाइका लागि फेस क्लिजिङ गरिन्छ । दिनभरिको प्रदँषित वातावरणवाट छालामा विभिन्न किसिमका धुलो, मैलो टाँसिने भएकाले सुत्ने बेलामा फेस क्लिजिङ गर्नुपर्छ ।

मेनिक्योर, पेडिक्योर : पुरुषहरू पनि अहिले आफ्नो हात खुट्टाको नङको सौन्दर्यमा चासो दिन थालेका छन् । नङलाई सफा एवं चम्किलो राख्न मेनिक्योर, पेडिक्योर गर्नु आवश्यक हुन्छ । यो २ हप्तामा १ पटक गर्न सकिन्छ ।

फेस स्क्रविङ : पुरुषहरू पनि अनुहार, हात तथा खुट्टाको छालाको रक्त सञ्चारका लागि फेस स्क्रबिङ गराउँछन् । यसले डेथ स्किन हटाएर छालालाई स्वस्थ्य राख्छ । फेस स्क्रविङ सातामा एकपटक गर्न सकिन्छ ।

थ्रेडिङ : आफ्नो अनुहारमा भएको अनावश्यक रौं हटाउन थ्रेडिङ गरिन्छ ।

वाक्सिङ : शरीरका अनावश्यक रौंहरूलाई वाक्सिङ गरेर हटाइन्छ ।



धराने कलाकारसँग रमे पथरीका युवा

मोरङ- लामो समयको कुराइपछि धराने कलाकार मनोज मोते र सूदन थापामगर जब पथरीको मनोहर पार्कको गेटमा आइपुगे, स्थानीय युवाले उनीहरूलाई खादा लगाइदिएर स्वागत गरे। प्रसंग थियो, पथरीमा आयोजित अनप्लग शोको। स्थानीय मनोहर पार्कमा गत बिहीबार पथरीका युवाहरू धराने कलाकारसँग नेपाली पप, हिन्दी र अग्रेजी गीतमा प्रस्तुत भए।

धरानको दि ग्रीन क्यास्पिकम ब्यान्डको भोकलिस्ट गायक मोतेले जब 'मुसुमुसु हाासिदेऊ न लै लै...' गीतबाट प्रस्तुति सुरु गरे मनोरञ्जन लिन आतुर स्थानीय युवा-युवतीहरूले स्वरमा स्वर थपेर मोतेलाई साथ दिए।

मोतेले दीप श्रेष्ठको 'म त दँरदेखि आएँ...', सविन राईको 'सुन्दरताको...', एड्रिन प्रधानको 'नभन...', ओम विक्रमको 'म मौनतामा...' गीतहरू प्रस्तुत गरेका थिए।

सूदन थापामगरबाट वाद्यवादन जिम्बेको साथ लिएका मोतेले तीन पटकको विश्राममा हिन्दी, नेपाली गरी १३ वटा गीत प्रस्तुत गरे। धराने कलाकारले विश्राम लिँदा पथरीको युग बेन्डका अर्जुन सिन्चुरी, स्प्रिङ बेन्डको राजा राईले समेत गीत प्रस्तुत गरेर उपस्थित दर्शकलाई पर्याप्त मनोरञ्जन प्रदान गरे।

मनोहर होटल एन्ड पार्कको आयोजनामा भएको अनप्लग सांगीतिक कार्यक्रम पथरीमै पहिलो हो। पथरीवासीलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्न स्थानीय कलाकारहरू देव गुरुङ, अर्जुन सिञ्चुरी, कुल्दिप मगर, रोस्मन राई आदिले उक्त पहल गरेका हुन्।

-अर्जुन राई

तस्बिर : नवराज वाग्ले

किड क्विनको ताज करिनालाई

'पहाडमा जाडो बढे तराईले सेक्नुपर्छ, आँधी आए तराईमा पहाडले छेक्नुपर्छ...' पृष्ठभूमिमा बजेको यो गीतको भावसित मेल खाने वेशभूषामा सजिएका ४१ जना बालिकाले गत शनिबार प्रज्ञाभवननको डबलीमा आकर्षक सामूहिक नृत्य प्रस्तुत गरेपछि किड क्विन प्रतियोगिताको आठौं संस्करणले गति लिएको थियो। नेप्लिज फेसन होमको आयोजनामा 'सानी हाउजिङ किड क्विन नेपाल २०१०' शीर्षकमा सञ्चालन गरिएको प्रतियोगिताको परिचयात्मक चरणमा आ-आफ्नो परिचय दिने क्रममा प्रतिस्पर्धी बालिकाहरू आईसी फेसन डिजाइनिङ इस्टिच्युटका डिजाइनरहरूले तयार पारेका आकर्षक एवं मनमोहक पहिरनमा देखिए।

त्यसपछि प्रस्तुत भएको बेस्ट ड्रेस राउन्डमा शान्ति सूचक पहिरनले प्राथमिकता पाएका थिए। मूलतः ह्वाइट, ब्लुजस्ता सफल कलर शेड्समा आ-आफ्नै शैलीमा शान्तिलाई प्रतिविम्बित गरिएका पहिरनमा प्रतिस्पर्धीहरूले क्याटवाक गरेका थिए। प्रश्नोत्तर चरणसम्म पुग्दा सहभागी ४१ जनामध्ये १८ जनाले निर्णायक मण्डलको सामना गरे। छानिएका अन्तिम ७ जना प्रतिस्पर्धीले निर्देशक नारायण पुरीद्वारा सोधिएको भविष्यको योजना र लक्ष्यसम्बन्धी अन्तिम निर्णायक प्रश्नको उत्तर दिएका थिए। आफ्नो लिखित उत्तर दिने क्रममा प्रतियोगी नम्बर १० करिना भट्टराईले भनेकी थिइन्, 'म नयाँ कुरा अन्वेषण गरेर विश्वलाई दिन चाहन्छु र यसैबाट नेपाललाई विश्वमा चिनाउन चाहन्छु, त्यसैले म वैज्ञानिक बन्न चाहन्छु। वैज्ञानिक बनेर म नयाँ-नयाँ कुरा एक्स्प्लोर गर्न चाहन्छु।' यही उत्तरबाट कोटेश्वरनिवासी करिना भट्टराईले किड क्विनको ताज पहिरिन। आश्मा अर्यालले दोस्रो स्थान हासिल गरिन् भने प्रज्ञा ब्लोन तृतीय घोषित भइन्।

कोरियोग्राफरद्वय विवेक श्रेष्ठ तथा रोहिया महर्जनको कोरियोग्राफीमा सञ्चालित किड क्विन प्रतियोगितालाई उदय-मनिला सोताङको जोडीको सांगीतिक प्रस्तुति तथा नेपा डान्स एकेडेमीको बी बोइङ नृत्यले थप मनोरञ्जक बनाएको थियो। तीन मुख्य उपाधिबाहेक प्रतिस्पर्धामा अद्रिना लामाले मिस ट्यालेन्टको ताज पहिरिन। स्तुति सिंहले बेस्ट स्किन एवं बेस्ट ड्रेसको एवार्ड हात पारिन्। यसैगरी स्नेहा निरौला-बेस्ट हेयर, सविना राई- बेस्ट डिसिप्लिन, सहारा कार्की- फोटोजेनिक, सुजाता लामा- चार्मिङ, सुरुना डंगोल-बेस्ट इनोसेन्ट, आश्विनी श्रेष्ठ पर्सनालिटी, मेलिना थापा- स्माइल तथा स्ट्रेलिट्जिया प्रधान- फ्रेन्डसिप विधामा पुरस्कृत भए।

बुढ्यौलीमा विवाह-उत्सव

प्रकाश बराल

पर्वत- युवायुवतीमा प्रेमविवाह तथा विवाह-उत्सव गर्ने चलन नौलो होइन, तर ६० वर्षे उमेरमा आएर पहिलो पटक विवाह-उत्सव मनाउँदा भने उनलाई अनौठो महसुस भयो। विवाह गरेको ३४ वर्षपछि पहिलो पटक छोराबुहारी र बुढ्यौलीकै साथीसँग विवाह-उत्सव मनाउन पाउँदा पर्वत शिवालय गाविस-१, खरेहाका खेमनाथ शर्मा जीवनमै सबैभन्दा खुसी भए।

२०१३ सालमा जन्मिएर सामाजिक क्रियाकलापमा हिँडेका शर्मा तथा २०१७ सालमा जन्मिएर २०३३ सालमा विवाह-बन्धनमा बाँधिएकी लक्ष्मी शर्मालाई जीवनको पहिलो पटक विवाह-उत्सव मनाउने अवसर भने रोटरीक्लब अफ पर्वतले जुराइदिएको हो। हालै मात्र गठन भएको क्लबले सदस्यहरूको विवाह वार्षिक उत्सव एवं जन्मदिनलाई उत्सवका रूपमा मनाउन थालेको छ। उक्त अभियानमा पहिलो पटक पालो पाएका शर्मा दम्पतीले क्लबका ५० भन्दा बढी साथीका दम्पती र आफ्ना छोराबुहारी, छोरी र नातिनातिनासँगै बसेर खुसी बाँडेका हुन्।

सामुदायिक वन उपभोक्ता महासंघ, पर्वतका पूर्वअध्यक्ष शर्माले राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय गोष्ठी सेमिनार एवं सामाजिक कार्यक्रममा भाग लिए पनि आफ्नै उत्सव भने गरेका थिएनन्। उतिबेला विवाह भएपछि आफ्नै श्रीमतीसँग बोल्नसमेत लाज हुन्थ्यो शर्माले भने, 'कार्यक्रमस्थलमा आउन खुट्टा काँपिरहेका थिए, विस्तारै कम हुँदै गयो।' पाका पुरानाहरूसँग बसेर आफ्नी धर्मपत्नीलाई माला लगाइदिएर रमाइलो गर्न पाउँदा फरक अनुभूति भएको शर्माले बताए।

आफ्नो सफलतामा जहिले पनि सहयोग गर्ने लक्ष्मीले भने जीवनमै पहिलो पटक सार्वजनिक कार्यक्रममा सहभागी भएको अनुभव सुनाइन्। 'म त अहिलेसम्म कुनै पनि कार्यक्रममा गएर बसेकी थिइनू, आज दोस्रो विवाह भएजस्तो लाग्यो,' लक्ष्मीले भनिन्। छोराबुहारीसँगै सार्वजनिक कार्यक्रममा सहभागी भएर रमाइलो गर्न पाउँदा लक्ष्मीका आँखा रसाएका थिए। उनले सार्वजनिक रूपमा आफ्नो भावना व्यक्त गर्न सकिनन्। लक्ष्मीले दोस्रो जीवन पाएजस्तो अनुभव गरेको बताइन्।

रोटरी क्लबले यसरी गर्ने उत्सवले सदस्यहरूमा भावनात्मक सम्बन्ध विकास एवं घरपरिवारमा पनि छोराछोरी, बाबुआमा खुलेर बोल्ने वातावरण सिर्जना हुने अध्यक्ष विश्वप्रकाश प्रसाईले बताए। 'धेरै सदस्यले आफ्नो व्यक्तित्व-विकास गरे पनि घरपरिवार र श्रीमतीहरूलाई सार्वजनिक नगर्दा महिलाहरूको सामाजिक विकास हुन नसकेको देखेपछि यस्तो क्रियाकलाप सुरु गरेका हौं', प्रसाइले भने। उक्त अवसरमा शर्मा दम्पतीसँगै क्लबकी कोषाध्यक्ष सावित्री खत्री तथा श्रीमान् कर्णबहादुर लामिछानेको पनि विवाह उत्सव मनाइएको थियो। उत्सवमा ६० को बुढ्यौलीमा हिँडेका शर्मा दम्पती र ३० काटेका लामिछाने दम्पती छमछमी नाचेका थिए।

अडिसनमा लिटिल स्टार

आगामी जेठ २२ गते लिटिल स्टार- २०१० शीर्षकअन्तर्गत ८ देखि १२ वर्ष उमेरका बालबालिकाहरूको सहभागितामा एउटा प्रतियोगिता सञ्चालन हुने भएको छ। गत शनिबार प्रतियोगिताका लागि आवेदन दिएका ८० जना बालबालिकामध्ये २० जना बालक तथा ३० जना बालिका अन्तिम प्रतिस्पर्धाका लागि छनोट भए। ग्रीन आर्ट्स मिडियाको आयोजना तथा अनिला श्रेष्ठको कोरियोग्राफीमा सम्पन्न हुने उक्त प्रतियोगितामा बालक तथा बालिकाबाट एकजोडी लिटिल स्टार उपाधि विजेतासहित अन्य ८ विधामा उपाधि प्रदान गरिने छ। प्रतियोगिता डिल्लीबजारस्थित फेसन वासना होटलमा सञ्चालन हुनेछ।

रोट महोत्सव जेठ १३ देखि

कृष्ण आचार्य

गोरखा– 'गोरखा जाऔं, रोट चढाऔं, गुरु गोरखनाथलाई खुसी बनाऔं' भन्ने आह्वानका साथ गोरखा दरबारको गोरखनाथ गुफामा जेठ १३ गतेदेखि सातौं रोट महोत्वस हुने भएको छ। राजा पृथ्वीनारायण शाहका गुरु गोरखनाथ प्रकट भएको दिन वैशाख पूर्णिमाको अवसर पारेर महोत्सव हुन लागेको सिद्धाश्रम शक्तिकेन्द्रले जनाएको छ। केन्द्रका अनुसार ११ दिन चल्ने महोत्सवमा सवा लाख रोट चढाइनेछ। नेपाल एकीकरणका नायक शाहका गुरु गोरखनाथलाई वैशाख पूर्णिमाको अवसर पारेर बर्सेनि कम्तीमा सवा लाख रोट चढाउने चलन छ।

लोकतन्त्रप्राप्ति हुनुपुर्व तत्कालीन राजाहरूले मात्र गोरखाली दरबारका गुरु गोरखनाथ गुफामा रोट चढाउँदै आएका थिए। मुलुकमा आएको परिवर्तनपश्चात् विगत सात वर्षदेखि शक्तिकेन्द्रको आयोजनामा सर्वसाधारणहरूले नै गोरखनाथको गुफामा रोट चढाउँदै आएका छन्।

उद्घाटनका दिन पञ्चैबाजा, १ सय ८ भन्दा बढी घडासहित पञ्चकन्या, सावरपन्थी साधक-साधिका र भक्तजनहरूको ऱ्यालीले

नगरपरिक्रमा गरी गुफामा पुगेर रोट चढाई लिंगो ठड्याइनेछ।

महोत्सव अवधिभरि १ लाखभन्दा बढी भक्तजनले गोरखनाथको दर्शन गरी रोट चढाउने अनुमान आयोजकहरूको छ, जसको तयारीस्वरूप केन्द्रले दरबारपरिसर सफा गर्ने, रंगीबिरंगी बनाउनेलगायतका काम गरिरहेको छ। महोत्सव चल्ने एघारै दिन दरबार क्षेत्रमा भजन-कीर्तन तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरिनेछ। आयोजकहरूका अनुसार महोत्सवमा भजन, कीर्तन एवं नृत्य मुख्य आकर्षण हुन सक्छ।

विगतका वर्षझैं ३० भन्दा बढी जिल्लाका भक्तजनले यो महोत्सवमा सहभागिता जनाउनेछन्। गोरखा, तनहुँ, चितवन, पोखरा, लमजुङ तथा स्याङ्जाका भत्तजनको महोत्सवमा बढी सहभागिता रहने किशोर अकेलाले साप्ताहिकलाई बताए। महोत्सवका एघारै दिन दुई दर्जनभन्दा बढी योगीले रोट पकाउनेछन्। योगीहरूले पकाएको रोट दैनिक २५ हजारभन्दा बढीका दरले गोरखनाथमा चढाइन्छ।

पृथ्वीनारायण शाहले नेपाल एकीकरण गर्दा युद्ध लड्नका लागि तागतिलो रोट माग्ने गरेको किंवदन्ती छ। चामलको पीठो, नरिवल, किसमिस, अलैंची, ल्वाङ, चिनी आदि ५२ प्रकारका मसलाबाट बनेको परिकार घ्यूमा पकाएपछि रोट बन्छ। रोट गुरु गोरखनाथले मन पराउने प्रमुख परिकार मानिन्छ। गुरुलाई ख्वाउने र सेनालाई युद्ध लड्दा शक्ति दिने परिकारका रूपमा शाहले रोटको प्रयोग गरेको बताइन्छ।

संस्कृति जोगाउँदै युवापुस्ता

धरान- आजभोलि धरानका सिद्धार्थमान स्थापितको दैनिकी फेरिएको छ । विद्यालय छुट्टी भएलगत्तै साथीहरूसँग घुलमिल हुन पुग्ने स्थापित आजभोलिसीधै सिद्धि नेवाः परिषद्मा पुगेर आफ्नो मातृभाषा सिक्दै डेढ घण्टा बिताउँछन् । 'अहिले नेवारी भाषाका शब्द बुझ्न थालेको छु', कक्षा ७ मा अध्ययनरत १३ वर्षीय स्थापित भन्छन्, 'हाम्रो (नेवारी समुदायको) बाजा बजाउन पनि आउन थालेको छ ।'

स्थापित धिमे बाजा सिक्न थप डेढ घण्टा खर्चन्छन् । सिद्धार्थ मात्र होइन, नेवारी भाषा र धिमे बाजा सिक्न नेवार समुदायका कलिला नानीहरूदेखि जोसीजस्ता अधबैंसे पनि कम्मर कसेर लागेका छन् । त्यसो त ५५ वर्षीय लव जोशी पनि धिमे बाजा सिक्न दैनिक सिद्धि नेवाः परिषद् धाउन थालेका छन् । 'बेलामा सिकिएन, बुढेसकालमा बुद्धि आयो', जोशी थप्छन्, 'बेलामा सिकेको भए अहिले सिकाउन पाइने रहेछ ।'

नेवाः देयः दबूको आयोजनामा सुरु भएको नेवारी भाषा प्रशिक्षण तथा बाजासम्बन्धी कक्षामा ६० जनाभन्दा बढीको सहभागिता छ । अंग्रेजी भाषामा दख्खल राख्न निजी स्कुलमा भर्ना भएका बालबालिकाको उपस्थितिले मातृभाषाप्रति नयाँ पुस्ताको मोह साँच्चिकै रहेछ भन्ने झल्कन्छ । 'अरू जेसुकै गरे पनि आफ्नो संस्कृति छोड्नुहुँदैन', धरानकी १८ वर्षीया प्रसुता ताम्राकार भन्छिन्, 'धिमे बजाउन जानिसकेकी छु, अब भाषा सिक्दैछु ।' महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पसमा प्रवीणता प्रमाणपत्र तहमा अध्ययनरत ताम्राकार सञ्चालन भैरहेको धिमे बाजा कक्षाकी सहायक प्रशिक्षक पनि हुन् । आफूले पासाः खलःमा बाजा बजाउन सिकेको उनले बताइन् । धार्मिक मान्यताअनुसार शिवजीले नाट्येश्वर अवतार लिएको बेला बजाएको यो बाजा नेवार समुदायमा कुनै पनि खुसियाली वा पर्वमा बजाइने प्रशिक्षक समीर आचार्जुको भनाइ छ ।

'ता खोता ध्याः ध्याः, ताता खोता ध्याः ध्याः' तालमा बजाइने यो बाजा नेवार समुदायमा निकै प्रसिद्ध रहेको नेवा देय दबूकी सुनसरी अध्यक्ष सरला कायस्थले बताइन् । दैनिक रूपमा भाषा र धिमे बाजाको कक्षा भैरहे पनि हरेक शुक्रबार नेवार समुदायको संस्कृतिमा आधारित अन्य विविध जानकारी गराइने भाषा शिक्षक यदयलाल डंगोलले बताए । गत बैशाख १५ गतेदेखि प्रारम्भ भएको प्रशिक्षण कार्यक्रम दुई महिनासम्म चल्ने नेवा देय दबूका नगर अध्यक्ष अनिल मास्केले बताए ।

कन्सर्टमा झुमे पोखरेली

पोखरा- धेरै भएको थियो, पोखरेलीहरूले कन्र्सटको मज्जा लुट्न पाएका थिएनन् । यस पटक लामो समयको अन्तरालपछि कन्र्सटको रमाइलोमा पोखरेली तन्नेरीहरू एकसुरले झुम्न पुगे । पोखराको नयाँबजारस्थित पोखरा प्रदर्शनी केन्द्रमा आयोजित टुर्पस रक नामक कन्सर्टमा स्कुलेदेखि कलेज पढ्ने युवायुवतीहरू एकतमासले मच्चिए । रक कन्सर्टलाई ताताउन मञ्चमा प्रकट भएकी सिने गुरुङले आफ्ना चर्चित गीतहरू गाउँदा प्रदर्शनी केन्द्र ज्याइूज्याइू बन्न पुग्यो । बुलेट ट्रेडर्स नयाँबजार पोखराले आयोजना गरेको कन्सर्टमा राजधानी र पोखराका कलाकारले आफ्नो प्रस्तुति दिएका थिए ।

द एज ब्यान्डका जीवन गुरुङले घरेलु दर्शकको भावना बुझ्दै प्रस्तुत दिन थाले । उनले 'थाहा छैन' गीत गाउँदा दर्शक तातिएका थिए । उनको प्रस्तुतिमा नतमस्तक बनेका तन्नेरीहरू गीतको तालमा उनीसँगै नाच्न थाले । करिब पाँच घन्टा चलेको कन्र्सटमा एक्स मन्त्रको 'माकुराको जालो' गीतले मादकता छरेको थियो । आयोजकले उक्त अवसरमा ट्राफिक प्रहरीलाई तीनवटा साइकल उपहार प्रदान गरेका थिए ।

नाचघरको मञ्चमा क्याटवाक

डान्स कोरियोग्राफर रिनेशा राईले भर्खरै मात्र कुपन्डोलमा सञ्चालनमा ल्याएको नृत्य प्रशिक्षण केन्द्र 'स्टेप्स' मा एक सातादेखि एक दर्जन मोडल एउटा फेसन शोको तयारीमा जुटेका छन् । नवप्रवेशी मोडलहरू रिङ्की, सारा, सजना, अस्मिता, श्वेतादेखि सृष्टि, एलिजा, रिना, प्रिना, सब्रिना, विनिताजस्ता नाम चलेका मोडलहरू कोरियोग्राफर रोजिन शाक्यको कोरियोग्राफीअनुसार स्टेज नाप्ने रिहर्सल गरिरहेका छन् । आज साँझ जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा प्रस्तुत हुने यो फेसन शोमा एभरेष्ट लेडिज फेसनले नेपाली बजारमा भित्र्याउन लागेको नयाँ डिजाइनका सुन्दर साडी, आकर्षक कुर्ता तथा मनमोहक लेहेंगाहरू प्रस्तुत गरिनेछ । कार्यक्रमको मुख्य आकर्षणका रूपमा एभरेष्ट लेडिज फेसनकी ब्रान्ड एम्बेसडर नायिका अरुणिमा लम्सालको विशेष उपस्थिति रहनेछ । फेसन शोलाई मनोरञ्जक बनाउन गायक राजेशपायल राई, गायिकाद्वय रेश्मा सुनुवार तथा मल्लिका कार्कीको सांगीतिक प्रस्तुति समेटिनेछ भने 'स्टेप्स' का कलाकारहरूको नृत्य पनि प्रमुख आकर्षणमा रहनेछ ।

सुरु भयो राई जातिको उभौली साकेला

भीषण राई

फलामे रेटि रेटौला, नमरी बाँचे भेटौंला
सोई सोइला होई सोई सोइला ।

माथिको उद्गारझैं अघिल्लो वर्षको वाचा पु¥याउन पनि यसपटकको साकेला धूमधामसँग मनाउन पूर्वाञ्चलका राईहरू तयार छन् । किराँत राई जातिको महान् चाड साकेला साकेन्वा उभौली साकेला नाच यही पूर्णिमादेखि सुरु हुँदैछ । गाउँघरमा भने पर्व सुरु भैसकेको छ । यही वुद्धपूर्णिमादेखि जेठ २९ गतेसम्म चल्ने उभौली साकेला चाडमा राईहरू आफ्नो जातीय पहिरनमा साकेन्वा सिली नाच्छन् । कालो कोट, दौरा-सुरुवाल, बुकी फूल सिउरिएर, खुकुरी भिरेर नेपाली टोपीमा ठाँटिएर पुरुषहरू साकेला सिलीमा ताल मिलाउदै गोलबन्द भएर नाच्छन् भने महिलाहरू पनि कम्मरमा पटुकी कसेर चौबन्दी चोली र छिटको फरिया अनि पहेंलपुर गरगहनामा सजिएर उनीहरूलाई इसारा गर्दै नाच्छन् । हातमा चौरीको पुच्छर, सिल्लिमो, पोमी, चमर र सिम्कौली सेउली लिएर नाचिन्छ । स्याउला, ढोल, झ्याम्टा, बिनायो तथा हारी छातीमा झुन्ड्याएर उनीहरू आफूलाई सजाउँछन् । गोलाकार घेरामा रहेर नाचिने साकेला नाचमा पूर्वाञ्चलबाट आएका हजारौंको सहभागिता हुन्छ । राई जातिले मनाउने साकेला नाचमा अहिले सबै जातीका युवायुवतीको सहभागिता बढ्दो छ ।

धरानको टोल-टोल र चोकहरूमा सबै जातिका नेपाली एक-अर्काप्रति खुसीयाली साटासाट गर्दै साकेला नाचमा व्यस्त हुन्छन् । यो नाच परापूर्व कालमै प्रारम्भ भएको हो । किराँत-राईहरूले पितृपूजा र प्रकृति पूजा गर्छन् । किराँत-राईहरूले आफ्ना यो विशेष पर्व साकेला साकेन्वा ऋतु परिवर्तनसँगै वर्षमा दुई पटक मनाउँछन् । उभौली र उधौलीका रूपमा बालीनाली लगाउने र थन्क्याउने अवसरमा यो चाड मनाइन्छ । अन्नबाली लगाउने समयमा मनाइने चाड उभौली बालीनालीमा रोगव्याधि नलागोस्, बाढीपहिरोजस्ता प्राकृतिक प्रकोपबाट बाँचियोस् तथा सुम्निमा र पारुहाङले सम्पूर्ण सृष्टिजगत्को रक्षा गरून् भन्ने कामनाका साथ मनाइन्छ । दिन लामो हुन थालेको दिन अर्थात् पूर्णिमा देखि यो चाड सुरु हुन्छ ।

खुला आकाशमुनि संयुक्त रूपमा नाचगान गरी हर्षोल्लासपूर्वक साकेला साकेन्वा नाचिन्छ । बालकेदखि वृद्धसम्म एउटै लहरमा सामूहिक रूपमा नाचिने साकेला साकेन्वा नृत्यले यो आदिवासी जातिको सामूहिक भावना प्रदर्शन गरेको पाइन्छ । हात-खुट्टाको चाल हाउभाउद्वारा पङ्क्तिबद्ध रूपमा जीव-जनावरको नक्कल गरी ढोल-झ्याम्टाको तालमा नाचिने सामूहिक नृत्य नै साकेला साकेन्वा हो । किराँत राईहरूले साकेला साकेन्वा नाच्दा प्रस्तुत गर्ने शरिरको हाउभाउ र अभिनयमा खोरिया फाँडेको, अन्नबाली लगाएको, गोडमेल गरेको र बाली उठाएको जस्ता कृषि कार्य प्रदर्शन गरिन्छ ।

अकस्मात् भयो सडक महोत्सव

पोखरा- घाम ओझेलमा पर्दै जाँदा अघिल्ला दिनहरूमा जस्तै फेवाताल किनारमा चहलपहल बढ्दै गयो । घुम्न निस्किएका मात्र होइन, दिनभरको थकान मेट्न र मनोरञ्जनका लागि पुगेकाहरूको संख्या पनि थपिँदै थियो, तर दुईतिरबाट बाटो बन्द भएकाले सबै केहीबेर अलमल्ल परे । पछि थाहा भयो– मिनी सडक महोत्सवका कारण बाटो थुनिएको रहेछ ।

गत बुधबार राति पर्यटकीय सहरको लेकसाइडस्थित हल्लनचोकदेखि बाराही चोकसम्मको क्षेत्रमा मिनी सडक महोत्सव सम्पन्न भयो । महोत्सव आकस्मिक रूपमा गरिएकाले धेरैजना अनभिज्ञ थिए । विश्वकै सातौं अग्लो ८ हजार १ सय ६७ मिटर अग्लो धौलागिरि हिमाल आरोहणको ५० वर्ष पुगेको अवसरमा आयोजित स्वर्ण महोत्सवको अघिल्लो रात रेस्टुरेन्ट एन्ड बार एसोसिएसन (रेवान) पोखराले मिनी सडक महोत्सवको आयोजना गरेको थियो ।

महोत्सवमा धौलागिरि हिमालको पहिलो पटक सन् १९६० मे १३ मा सफल आरोहण गर्ने एक मात्र जीवित अस्ट्रियाली नागरिक कुर्ट डिम्बर्गरसहित अन्य आरोहीहरू सहभागी थिए । 'पर्वतारोहीको सम्मानका लागि अकस्मात् महोत्सवको निर्माण गरेका हौं', रेवानका अध्यक्ष सूर्य भुजेलले भने, 'यसले एकातिर आरोहीको सम्मान भयो भने अर्कातर्फ सडकमा खाएर सडकमै रमाएर पर्याप्त मनोरञ्जन लिने अवसर पनि प्राप्त भयो ।' उक्त अवसरमा धौलागिरिलगायतका हिमाल आरोहणसम्बन्धी डकुमेन्ट्रीका साथै विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम पनि प्रस्तुत गरिएको थियो । छोटो समयको तयारीमा आयोजित सडक महोत्सवमा सोचेभन्दा बढी आन्तरिक तथा विदेशी पर्यटकको सहभागिता देखियो ।

– लालप्रसाद शर्मा

जन्मदातालाई पहिलो विश्वकप

क्रिकेटको जन्मदाता इङ्ल्यान्डले विश्वकप प्रारम्भ भएको ३५ वर्षपछि पहिलो पटक विश्वकप उपाधि हात पारेको छ। इङ्ल्यान्डले उक्त सफलता दक्षिण अफ्रिकामा सम्पन्न आईसीसी ट्वान्टी-२० क्रिकेट प्रतियोगितामा पाएको हो। अस्ट्रेलियाविरुद्ध भएको फाइनलमा इङ्ल्यान्डले ७ विकेटले सफलता हात पार्दै आफ्नो देशमा पहिलो पटक विश्वकप भित्र्याएको हो। इङ्ल्यान्डले विश्वकप उपाधि हात पारेर आफ्ना समर्थकलाई नयाँ ऊर्जा पनि दिएको छ।

सन् १९७५ देखि १९८३ सम्म लगातार तीन पटक विश्वकप प्रतियोगिता आयोजना गर्दासमेत इङ्ल्यान्डले उपाधि हात पार्न सकेको थिएन। १९७९ को दोस्रो विश्वकप क्रिकेटको फाइनलमा पुगेर उपाधि जित्ने मनसाय राखेको इङ्ल्यान्ड वेस्टइन्डिजद्वारा ९२ रनले पराजित भयो। लगातार तीन संस्करणको विश्वकप प्रतियोगिता आयोजना गर्दा पनि उपाधि हात पार्न नसकेपछि इङ्ल्यान्डले विश्वकप आयोजनाको दावेदारी त्यागेको थियो। त्यसपछि अन्य राष्ट्रमा सम्पन्न तीन संस्करणको विश्वकपमा इङ्ल्यान्डले आफूलाई लगातार फाइनल चरणमा पुऱ्याउन सफलता पाए पनि उपाधि जित्न सकेको थिएन। इङ्ल्यान्डले क्रिकेटलाई विश्वव्यापी रूपमा लोकप्रिय तुल्याउन ठूलो योगदान दिए पनि खट्किएको मुख्य पक्ष उपाधि जित्न नसक्नुनै थियो।

एसेजसिरिजमा होस् वा एकदिवसीय वा ट्वान्टी-२० प्रतियोगितामै किन नहोस् इङ्ल्यान्डले सधैं अस्ट्रेलियाको चुनौती खेप्दै आएको छ। तेस्रो संस्करणको ट्वान्टी-२० विश्वकपमा इङ्ल्यान्ड राम्रो तयारीका साथ प्रस्तुत भएको थियो। एन्डी फ्लावरको प्रशिक्षणमा उत्रिएको इङ्ल्यान्ड पहिलो खेलमा वेस्ट इन्डिजविरुद्ध डकवर्थ लुइसका आधारमा पराजित भएको थियो। दोस्रो खेलमा पनि इङ्ल्यान्ड आयरल्यान्डविरुद्ध डकवर्थ लुइसका आधार विजेता भएर दोस्रो चरणमा छनोट भएको थियो।

सुपर एट् चरणको पहिलो खेलमा इङ्ल्यान्डले पाकिस्तानलाई ६ विकेटले पराजित गऱ्यो भने दक्षिण अफ्रिकालाई ३९ रनले हरायो। तेस्रो खेलमा न्युजिल्यान्डलाई ३ विकेटले पराजित गर्दै सेमिफाइनलको स्थान सुरक्षित गऱ्यो। पहिलो सेमिफाइनलमा इङ्ल्यान्डले पूर्वउपविजेता श्रीलंकालाई ७ विकेटले पराजित गऱ्यो। दोस्रो सेमिफाइनलमा अस्ट्रेलियाले पूर्वविजेता पाकिस्तानलाई ३ विकेटले पराजित गर्दै फाइनलमा स्थान सुरक्षित गरेको थियो।

इङ्ल्यान्डले यसपटक सफलता हात पार्नुको पछाडि टिमको सामञ्जस्यतालाई मुख्य आधार मानिएको छ। पल कोलिङ्गउडको कप्तानीमा उत्रिनुलाई इङ्लिस प्लेयर्सले आफ्नो टिमको बलियो पक्ष मानेका छन्। अहिले इङ्ल्यान्डका तर्फबाट खेल्ने खेलाडीहरूले पललाई सम्मानित खेलाडी मान्छन् भने टिमलाई अझ बढी अनुशासित बनाउने काम प्रशिक्षक एन्डी फ्लावरले गरे। अलराउण्डर कप्तान पलले आफ्नो अनुभवकै कारण टिमलाई यसपटक सन्तुलितसमेत बनाए । उनले बलिङ पक्षलाई अझ सशक्त पारे। इङ्ल्यान्डले सफलता पाउनुको पछाडि लेफ्ट आर्मर रेयन साइडबटमको पनि योगदान थियो। इङ्ल्यान्डका तर्फबाट सर्वाधिक १० विकेट लिने साइडबटमले प्रतिद्वन्द्वीहरूलाई दबाबमा राखे भने अर्का बलर ग्रेमी स्वानले ६ दशमलव ५४ को औसतमा प्रतिद्वन्द्वीलाई छिटो रन बनाउनबाट रोके। इङ्ल्यान्डको अर्को बलियो पक्ष ओपनिङ ब्याट्सम्यान माइकल ल्याम्ब तथा क्रेग किस्विटरको जोडी रह्यो। यसलाई थप बलियो बनाउने काम प्लेयर अफ दि टुर्नामेन्ट केभिन पिटरसनले गरे। इङ्ल्यान्डको फिल्डिङ पक्ष पनि सशक्त थियो। फाइनलमा अस्ट्रेलियाका सेन वाट्सनको क्याच लिने स्वान तथा कप्तान माइल्कार्कलाई रन आउट गर्ने लुम्बको फिल्डिङ विश्वकस्तरकै थियो।

महिलाको उपाधि अस्ट्रेलियालाई

पुरुष ट्वान्टि-२० विश्वकप आयोजना भैरहेकै अवस्थामा सञ्चालित महिलाहरूको ट्वान्टी-२० विश्वकप प्रतियोगितामा अस्ट्रेलियाका महिला खेलाडीहरूले उपाधि हात पारे। अष्ट्रेलियाका महिला खेलाडीहरुले न्यूजिल्यान्डको महिला टिमलाई फाइनलमा ३ रनले पराजित गर्दै पुरुषहरूको असफलताप्रति सान्त्वना जित हासिल गरे।

प्रतियोगितामा आयोजक वेष्ट इन्डिजलगायत दक्षिण अफ्रिका, इङ्ल्यान्ड, पाकिस्तान, श्रीलंका, भारत, न्युजिल्यान्ड तथा अस्ट्रेलियाका महिला खेलाडीहरूले सहभागिता जनाएका थिए। अस्ट्रेलियाले पहिलो खेलमा इङ्ल्यान्डलाई, दोस्रो खेलमा दक्षिण अफ्रिकालाई तथा तेस्रो खेलमा आयोजक वेष्ट इन्डिजलाई पराजित गरेर सेमिफाइनलको स्थान सुरक्षित गरेको थियो। सेमिफाइनलमा अस्ट्रेलियाले भारतलाई ७ विकेटले पराजित गरेर फाइनलमा आफ्नो स्थान सुरक्षित गरेको थियो। फाइनलको उपविजेता न्युजिल्यान्डले पहिलो खेलमा भारतलाई १० रनले पराजित गरेको थियो भने दोस्रो खेलमा श्रीलंका र तेस्रो खेलमा पाकिस्तानलाई पराजित गरेर सेमिफाइनलको यात्रा तय गरेको थियो। सेमिफाइनलमा न्युजिल्यान्डका महिला खेलाडीहरूले वेष्ट इन्डिजलाई ५६ रनले पराजित गरेका थिए।

सन् २००९ मा प्रारम्भ भएको महिला ट्वान्टी-२० विश्वकपको पहिलो संस्करणको फाइनलमा इङ्ल्यान्डले न्युजिल्यान्डलाई पराजित गरेको थियो।

● विश्वकप डायरी ●

खेलाडी घोषणा तालिका

फिफाले हालै विश्वकपमा सहभागी भएका ३२ राष्ट्रका खेलाडी घोषणा गर्ने समय-तालिका सार्वजनिक गरेको छ। सहभागी राष्ट्रका प्रशिक्षक एवं संघलाई पठाइएको जानकारीमा अन्तिम समयमा सबै टिमले २३ सदस्यीय टिमको घोषणा गर्नुपर्नेछ। फिफाले सबै टिमबाट ३० सदस्यीय खेलाडीको नामावली प्राप्त गरिसकेको छ। उक्त नामावलीलाई फिफाले सार्वजनिक पनि गरिसकेको छ। अब सम्बन्धित फुटबल संघले सोही नामावली भित्रबाट २३ खेलाडी छनोट गरी फिफालाई (जेठ १८ गतेभित्र) पठाउनुपर्नेछ। उक्त नामावली फिफाले जेठ २० गते घोषणा गर्नेछ।

यो घोषणामा परेका खेलाडीले मात्र विश्वकप खेल्न पाउनेछन्। यदी कुनै खेलाडी घाइते भएर खेल्न नसक्ने अवस्थामा पुगेको खण्डमा सम्बन्धित टिमले २४ घण्टाअघि घाइते खेलाडीको स्वास्थ्यस्थितिको जानकारी गराएर पहिलो चरणको नामावलीमा समावेश भएका खेलाडीबाट स्थानान्तर गर्न सक्छ।

विवादमा विश्वकपको आधिकारिक गीत

गायिका सकिराले आगामी विश्वकपको आधिकारिक गीत गाउने भएकी छिन्। विश्वकप आयोजक समितिले तयार गरेको गीत भने 'वाका वाका' (दिस टाइम फर अफ्रिका) हो। सकिराले नै सहलेखन गरेको उक्त गीतलाई आयोजक समितिले मान्यता दिएपछि केही दक्षिण अफ्रिकन गायक-गायिका भने रुष्ट भएका छन्। सकिरा कोलम्बियन मूलकी गायिका हुन्। अफ्रिकामै पहिलो पटक आयोजना हुन लागेको विश्वकपको आधिकारिक गीत दक्षिण अफ्रिकी मूलकै गायक-गायिकाहरूले गाउनुपर्ने माग बढ्दै गएको छ।

विश्वकै सम्मानित नेता नेल्सन मण्डेलाले ६ वर्षपछि विश्वकप छुन पाएका छन्। सन् २००४ मा विश्वकपको दाबा गर्ने क्रममा दक्षिण अफ्रिकाले सन् २०१० को विश्वकप फुटबल प्रतियोगिता आयोजना गर्ने अवसर पाएपछि मण्डेलाले कप उचालेका थिए। हालै फिफाले विश्वकपलाई विभिन्न राष्ट्रको भ्रमण गराएर दक्षिण अफ्रिका पुऱ्याएपछि

मण्डेलाले फेरि छोए

मण्डेलाले पुनः विश्वकप छोएका हुन्। दक्षिण अफ्रिकाका ९१ वर्षीय पूर्व राष्ट्रपति मण्डेलालाई फिफाका महासचिव जेरोमी भाल्चेकले मण्डेलाको एक फाउन्डेसनमा पुगेर कप अवलोकन गराएका थिए। भाल्चेकले भने- 'आगामी विश्वकपको मुख्य आकर्षण नै मण्डेला हुनुहुनेछ।

त्यही भएर हामीले विश्वकप दषिण अफ्रिकामा आउन साथ उहाँलाई देखाएका हौं। कप पुनः मण्डेलाको सामु प्रदर्शन गर्न पाउँदा सारा दक्षिण अफ्रिकनको उत्साह बढ्यो।'

एनआरटी फेरि असफल

राजु घिसिङ

काठमाडौं- एनआरटी अन्तर्राष्ट्रिय फुटबलमा फेरि एकपल्ट असफल भएको छ। पन्ध्र वर्षपछि एसियाली क्लब फुटबलमा अवसर पाएको एनआरटी एएफसी प्रेसिडेन्ट्स कप छनोटको पहिलो चरणबाटै घर फर्किएको छ। इतिहास रच्दै छनोट चरण पार गर्ने उसको लक्ष्य तेस्रोपल्ट पनि तुहियो।

छिमेकी बंगलादेशको ढाकामा भएको छनोटको समूह 'ए' का सुरुवाती दुई खेलको नतिजा अनुकूल नरहेपछि नै अन्तिम चारमा पुग्ने ढोका एनआरटीका लागि बन्द भएको थियो। सान्त्वना जितका रूपमा उसले अन्तिम खेलमा चाइनिज ताइपेईको हसुस एनटीसीपीईईमाथि ४-३ को रोमाञ्चक जित निकालेको थियो।

एनआरटीले पहिलो खेलमै बंगलादेशको अबहनी लिमिटेडसँग २-० को हार बेहोर्नुपर्‍यो। एनआरटीको डिफेन्डरले बिर्सनलायक गल्ती गरेपछि घरेलु टिमका लागि इमानुल हकले दुवै गोल गरेका थिए। उनको पहिलो गोल नवीन न्यौपानेले क्लियर गर्न नसकेको बलमा सम्भव भएको थियो। सागर थापाले पेनाल्टी बक्समा बललाई हातले छोएपछि पाएको पेनाल्टीका कारण दोस्रो गोल भएको थियो।

त्यसपछि सेमिफाइनलको सम्भावना जीवित राख्न एनआरटीलाई दोस्रो खेलमा निश्चित जित चाहिएको थियो, तर उसले दुईपल्टको विजेता किर्गिस्तानको डोरडोई बिस्केकसँग ०-३ को हार बेहोर्नुपर्‍यो। प्रेसिडेन्ट्स कपका अघिल्ला पाँचै संस्करणको फाइनल खेलेको डोरडोईको जितमा रूसी स्ट्राइकर ओलोस युले ह्याट्रिक गरेका थिए। नेपाली खेलाडीले केही सुदृढ प्रदर्शन गरेको खेलमा उनको तीनै गोल निकै उत्कृष्ट रह्यो।

दुईपल्ट पछाडि परेको स्थिति उल्ट्याएर एनआरटीले हसुसमाथि जित रचेको थियो। त्यसमा उसले दोस्रोपल्ट लिएको अग्रता जोगाएको थियो। यो नतिजाले सहिद स्मारक 'ए' डिभिजनका बाँकी खेलमा एनआरटीको मनोबल बढाउनेछ। त्यसो त ढाकायात्रा नै टिमका लागि मनोबल वृद्धि गर्ने राम्रो अवसर थियो। चाहे यो एसियाली क्लब फुटबलमा तेस्रो श्रेणीको प्रतियोगिता नै किन नहोस्।

ढाकायात्रामा एनआरटीका लागि गोलको खाता रञ्जित श्रेष्ठले खोलेका थिए। डेनिस स्ट्राइकर सयन मोसाभी, जीवन सिन्केमान तथा नवीन न्यौपानेले एक-एक गोल गरेका थिए। नेपाली फुटबलप्रेमीका लागि सर्वाधिक खुसी ८१ औं मिनेटमा लोभलाग्दो रूपमा नवीनले गरेको निर्णायक गोल रह्यो। चाइनिज ताइपेईको लिग च्याम्पियनविरुद्ध नेपाली खेलाडीको प्रदर्शन उत्कृष्ट थियो। सत्रौं मिनेटमा एक गोलले पछि परेपछि एनआरटीले आक्रामक रूप लियो।

एनआरटीलाई अन्तर्राष्ट्रिय फुटबलमा दोस्रो जित दिलाउन मिडफिल्डर रञ्जित श्रेष्ठको भूमिका महत्त्वपूर्ण रह्यो। प्लेमेकरका रूपमा श्रेष्ठले निर्णायक गोलका लागि उत्कृष्ट पास निकालेका थिए। एनआरटीले तीनै खेलमा एउटै सेटलाई मैदानमा उतारेको थियो।

एनआरटीको अन्तर्राष्ट्रिय यात्रा

सन् १९८५:	**एसियन क्लब च्याम्पियानसिप छनोट**
एनआरटी ०-७	इस्ट बंगाल, भारत
एनआरटी १-२	अबहनी लिमिटेड, बंगलादेश
एनआरटी ४-०	भ्यालेन्सिया, माल्दिभ्स
सन् १९९६:	**एसियन क्लब च्याम्पियनसिप छनोट**
एनआरटी १-१	जेसीटी, भारत
एनआरटी २-२	जेसीटी, भारत
सन् २०१०:	**एएफसी प्रसिडेन्ट्स कप छनोट**
एनआरटी ०-२	अबहनी लिमिटेड, बंगलादेश
एनआरटी ०-३	डोरडोई बिस्केक, किर्गिस्तान
एनआरटी ४-३	हसुस एनटीसीपीई, चाइनिज ताइपेई

डेनिस स्ट्राइकर सयन मोसाभी तथा रञ्जितको प्रदर्शनलाई ढाकामा सबैभन्दा राम्रो मान्न सकिन्छ। बाँकी खेलाडीको प्रदर्शन औसत रह्यो। कप्तान सुरेन्द्र श्रेष्ठ पनि गोलपोस्टमा सुधारिएको स्थितिमा प्रस्तुत भए। घरेलु लिगमा गरेका गल्ती ढाकामा बिर्साउँदै उनले डोरडोईका आधा दर्जन खतरनाक आक्रमण विफल पारेका थिए, तैपनि योग्यताअनुसार खेलाडीको प्रदर्शनमा सन्तोष मान्ने ठाउँ नरहेको प्रशिक्षक योगम्बर सुवालले बताएका छन्।

सन् २००५ मा काठमाडौंबाट सुरु भएको प्रतियोगितामा नेपाली क्लब छनोट चरणबाटै बाहिरिएको यो तेस्रो घटना हो। मनाङ-मर्स्याङ्दीले २००६ र पुलिसले गएको वर्ष सेमिफाइनलको ढोका खोल्न सकेका थिएनन्। पहिलो संस्करणमा थ्रीस्टार र २००८ मा पुलिसले अन्तिम चारको यात्रा गरेको थियो। पुलिस तीन वर्षअघिको उपविजेता पनि हो।

सेमिफाइनल समीकरण पूरा

समूह 'ए' का खेल सकिएसँगै प्रेसिडेन्ट्स कपको छैटौं संस्करणको सेमिफाइनल समीकरण पूरा भएको छ। तीन समूहका विजेता तीन क्लब र दोस्रोमध्येका सर्वोत्कृष्ट एक टिमले अन्तिम चारमा अवसर पाएका छन्। समूह 'ए' मा डोरडोई, 'बी' मा ताजकिस्तानको भाक्स र 'सी' मा म्यानमारको याडानारबोन विजेता रहे।

तीन उपविजेतामध्ये तुर्केमेनिस्तानको आईटीटीयू भाग्यमानी रहेर सेमिफाइनलको ढोका खोलेका छन्। समूह 'सी' मा तीन र अन्य दुईमा चार-चार क्लब सहभागी थिए। त्यसैले सन्तुलनका लागि समूहमा अन्तिम स्थानमा रहेका टिमसँगको नतिजा उपविजेताका लागि नगण्य रह्यो र अबहनीलाई राम्रो गोल औसतका आधारमा पछि पार्दै आईटीटीयू सेमिफाइनल प्रवेश गर्‍यो।

बदलियो जीवन, कामदारबाट करोडपति

३६ वर्षदेखि इन्द्र तामाङ न्युयोर्कको म्यानहटनमा एक धनी परिवारका घरेलु कामदार थिए । भाग्यले पल्टा खाएपछि उनी उक्त घरको मालिक भएका छन् । सहरको प्रसिद्ध भवन डकोटास्थित तीन कोठामा उनी केही वर्षदेखि एक प्रसिद्ध हलिउड अभिनेत्री एवं वृद्धा साहुनीको दिनरात सेवा गरिरहेका थिए । गत वर्षको अगस्टमा ९८ वर्षीया अभिनेत्री रुथ फोर्डले झन्डै करोडौं डलरको सम्पत्ति उनको नाममा गरेर गएपछि ५७ वर्षीय इन्द्रको भाग्य चम्किएको हो ।

ती वृद्धाले उनको नाममा छाडेर गएको दुई अपार्टमेन्टको मूल्य करोडौं डलर छ । रुथले लाखौं डलरको रूसी आर्टसंग्रहसमेत तामाङको नाममा गरेकी छिन् । ती वृद्धाकी छोरीले आमाको वसियतलाई अदालतमा चुनौती दिएकी हुनाले यो खबर ढिलो गरी सार्वजनिक भएको हो । अदालतले दूधको दूध, पानीको पानी गर्दै तामाङको नाममा सम्पत्ति गरेपछि हालै मात्र मुद्दा टुंगिएको थियो ।

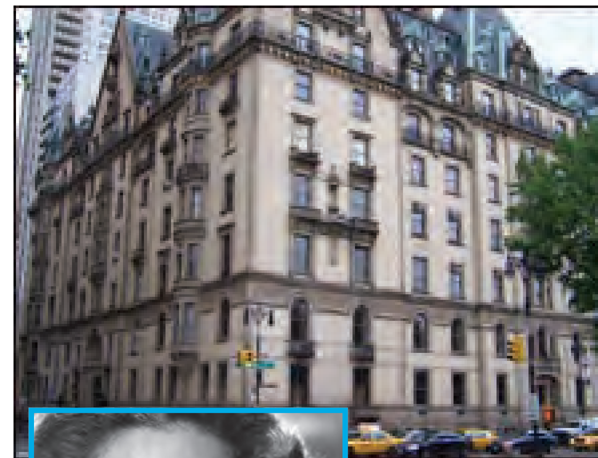
तामाङले आफू निकै खुसी भए पनि यो सब सजिलै भने नपाएको अनुभव सुनाए । 'यो सब आकाशबाट वर्षिएको होइन, मैले घरबार छोडेर ३६ वर्ष सेवा गरेपछि पाएको हुँ,' उनले भने । यति ठूलो सम्पत्तिको मालिक भए पनि आफूमा कुनै परिवर्तन नआएको उनले बताए । 'म उही १० वर्षअघिको तामाङ हुँ, तौल मात्र अलिक बढेको छ,' उनले हाँस्दै भने, 'म परिवर्तन हुन्न, सधैं उही पुरानो तामाङ रहिरहिनेछु ।'

उनी मकवानपुर जिल्लाका हुन् । ती वृद्धाका फोटोग्राफर एवं लेखक भाइ चार्ल्स फोर्डले सन १९७४ मा घरेलु कामदारका रूपमा २१ वर्षीय इन्द्रलाई अमेरिका पुर्‍याएका थिए । इन्द्रले चार्ल्ससँग केही समय फोटोग्राफी सिकेर केही परियोजनामा सँगै पनि काम गरेका थिए ।

सन् २००२ मा चार्ल्सको निधन भएपछि रुथले तामाङलाई आफ्नो भाइ घोषणा गरिन् । तामाङले आखिरी साससम्म रुथको हेरचाह गरे । उनी जीवनको सन्ध्याकालमा देख्न र बोल्न छाडेकी थिइन्, तामाङले नै खाना र औषधी ख्वाउने काम गर्थे । तामाङले आफूलाई यहाँसम्म पुर्‍याउने चार्ल्सको फोटोग्राफीको प्रदर्शनी गर्ने तथा उनका तस्बिरलाई पुस्तकका रूपमा प्रकाशित गर्ने बताएका छन् ।

कानुनी रूपले सरकारलाई धेरै कर बुझाउनुपर्ने हुनाले उनले तीन बेड रुम भएको घर बेच्न चाहेका छन् । उनी प्रदर्शनीका लागि प्रयोग गर्ने गरी अर्को घर आफूसँगै राख्न चाहन्छन् । तामाङ अहिले भने १० वर्षीया छोरी र श्रीमतीसँग किस्ताबन्दीमा लिएको घरमा बसिरहेका छन् । उनको नयाँ कार किन्ने र आमासँग भेटन नेपाल आउने चाहना छ ।

'मैंले आफ्नी आमालाई नदेखेको धेरै भयो, उनी मलाई नेपाल फर्किएको देख्न चाहन्छिन्,' इन्द्रले बीबीसीसँग भने, 'म चाँडै आमालाई भेट्न नेपाल जान्छु, म आफ्नो परिवारलाई केही सहयोग गर्न चाहन्छु ।' अहिले उनको न्युयोर्कस्थित घरमा बधाई दिनेहरूको ताँती लागेको छ । आफूले कति रकम पाउने थाहा नभए पनि सक्दो सबैलाई सहयोग गर्ने उनी बताउँछन् । इन्द्रले अमेरिका आउने नेपाली समुदायलाई यो मुलुकलाई पूर्ण रूपले स्वीकार गरी मेहनत एवं इमान्दारीताका साथ काम गर्ने सल्लाह पनि दिएका छन् । इन्द्र आफ्नो जीवन वृत्तान्त लेख्ने योजना छन् । यद्यपि यसका लागि उनलाई सहयोगको पनि आवश्यकता छ । अहिले भने उनी केही दिन आराम गर्न चाहन्छन् ।



फ्रि : वेटर / वेट्रेस
भत्ता रु-३०००/-
तालिम पश्चात फ्रि-BARTENDER पनि
उत्कृष्टलाई ८,००० सम्मको जागीर।
विदेश जानेकोलागी होटल सम्बन्धी स्पेशल कोर्षको व्यवस्था ।
WISDOM HOTEL TRAINING
KALIMATI CHOWK 01-4277104 | CHABHIL CHOWK 01-6223587

प्राईभेट TEST/SLC
भर्खरै ९ तथा Test फेल भएका ।
८, ९ र Test पास भएका/ उमेर नाघेका/ जागिर गर्दै पढ्न चाहने विद्यार्थीहरुका लागि
१० कक्षामा अन्तिम भर्ना
100% result since 2004....
बिहान र दिउँसो/नेपाली र अंग्रेजी माध्यममा पढाइने
जि.शि.का. र EIA बाट सम्बन्धन प्राप्त
फारम वितरण तथा भर्ना प्रक्रिया घमाधम भैरहेको छ ।
Columbia Academy
नयाँ बानेश्वर, शंखमुल झर्ने ओरालोको मुखैमा
Tel: 4781061, 9851095070

जाँड-रक्सी सुर्ति, चुरोट छुटाउने
हर्बल चूर्ण डिफ्यूज-एल
शरीरको मोटोपना घटाउन, तौल बढाउन
चायाँ-पोतो, डण्डिफोर साथै चाउरीपना हटाउन
हर्बल कस्मेटिक्स सामानहरु होलसेलमा
सम्पर्क: नेशनल हर्बो ट्रेड
डिल्लीबजार 4438630, 4442133 98511-10326,
पोखरा: 9846137418 हेटौंडा: 9745035945
चितवन: 9845159169, कपिलबस्तु: 98471-09388
ईटहरी: ९८४२२-२३०७०

मोबाईल तालिम
(मोबाईल फोन Chinese मोबाईलको सफ्टवेयर गराईन्छ)
रेडियो क्यासेट DVD, VCD, TV
कम्प्यूटर हार्डवेयर, सफ्टवेयर
एसी/फ्रिज
हाउसवायरिङ्ग
मोटरवाईण्डिङ्ग
Guarantee
लोडसेडिङ्ग नो प्रोब्लम
१३ वर्ष पूरानो
SLC दिएकाहरुलाई ३०% छुटमा
Job को लागि सहयोग
तालिमको लागि सम्पर्क:
राज ईलेक्ट्रोनिक्स
शिव दर्शन हल अगाडी
नयाँ बानेश्वर फोन: ४४९५५८१
कालिमाटी ०१-६२२४७९८
नोट: विदेश जानेलाई विशेष कोर्षा

प्राईभेट Test/S.L.C. २०६७ मा भर्ना खुल्यो ।
Free Computer Tuition
कक्षा ८ पास ९,१०, Test/SL.C. फेल भएर चिन्तित हुनुहुन्छ ?
विगत ८ वर्ष देखिको अनुभवमा
दक्ष तथा अनुभवी शिक्षकद्धारा पढाईने,
उत्कृष्ठलाई छात्रवृती,
उमेर नाघेका जसले पनि पढ्न सक्ने,
विहान, दिउँसो र वेलुकाको कक्षा,
माध्यम अंग्रजी र नेपाली
Kings Academy
Koteshwor-35
Ph.: 01-4600245
Mob; 9849489453

रोजगारीमूलक तालिम
१५ वर्षदेखि निरन्तर...
नेपालको नं. 1 Study Center
(CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
फोटोग्राफी
VISUAL EDITING & ANIMATION
भिडियोग्राफी
विवाह, व्रतबन्ध, टेलिफिल्म आदिमा भिडियो खिच्नुका साथै Editing गरिन्छ ।
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७

Study In USA CANADA CYPRUS IRELAND New Zealand & More......
50% Discount on TOEFL/IELTS
Free: CDs & Books
Learn Practical English Language
General English, Vocabulary Class, Spoken English, Grammar Class
Free: Books, CDs, Internet & Emails
Job Oriented Computer Courses
Basic, Tally, Graphic Designing, Web Page Designing
Computer Operator (For Govt. Job)
Special Discount For SLC Students
Getway Educational Consultancy P. Ltd
Ph: 4239719, 4241870

Special Discount for S.L.C. appeared students
Work & Study in JAPAN
TOEFL/IELTS (Free Books, CDs, Lab Practics & Weekly Tests)
Languages: English, Japanese, French, German, Korean, Hibrew, Chinese, Spanish, Italian, & more.
Computer Courses
Software, Hardware & Networking.
Basic, Office, Graphics, webpage, Programming Accounting Package.
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor (Opp. New Baneshwor Dept. store) Tel: 4785226 | New Baneshwor (Opp. BICC water Tank) Tel: 4483414 | Adwait Marg (Bagbazar) Tel: 4232866 | Lagankhel (Bus Park) Tel: 5004018

Shaping Minds Group
Satdobato 5536751
Kumaripati 5008632 2292233/44
Putalisadak 2222605 4233478
Baneshwor 4782162 4781431
Itahari 025-584310
Study + Work (Upto 100 % Scholarship)
New Zealand, Canada, USA, Ireland Switzerland, Europe & Many More...
Career Oriented Training
Special Discount Available for SLC Appeared & Others...
* Special English Course
* Personality Development
* Diploma in Cook Training
* IELTS / TOEFL / SAT / GRE / GMAT
* Advance Web / Graphic Design
* Banking Training * Accounting Package
* Hardware Training * Secretarial Training

खुम्जुङ होटेल तालिम
बागबजारमा
कुक, वेटर/हाउसकिपिङ/बारमेन/बेकरी लगायत सम्पूर्ण होटल तालिमहरुमा भर्ना धमाधम लिईदैछ । प्राक्टिकल ५ स्टार लेवलको होटलमा गराइने/चाइनिज, इण्डियन र कन्टिनेन्टल खानाहरुका लागि रेष्टुरेन्ट र बारको पनि सुविधा भएको साथै होष्टेलको पनि व्यवस्था छ ।
Hotel Khumjung Pvt. Ltd.
बागबजार शाखा:
(लिफ्टको पनि सुविधा छ ।)
4240199, 016226791, 9841578724

Drive Your Career in 5 star Hotel
Internship & Job Opportunities
ADMISSION OPEN
Advance Level Courses Details
2 Years Hotel Management
18 Months F & B Management
1 Years Kitchen Management
6 Months Advance Cook/Bartender
5 Months Advance Bakery/Pastry
Basic Level Courses
Cook/Waiter/Bar/Front Office/Housekeeping
Global Institute of Hotel Mgmt & Tourism Technical Center P. Ltd
4484098, 2134544
नयाँबानेश्वर मिनभवन शान्तिनगर गेट सँगै

होटल तथा पर्यटन तालिम
* Tour and Travel Mgmt.
* Tour Operation
* Airlines Ticketing (Manual, Amadeus, Abacus & Galileo)
* Hotel Management
* F & B Management
* Cook
* Front Office
* Bartender
* Housekeeping
* Waiter
* Bakery
* Coffee Making
11th Year of Establishment
South Asia Tourism HRD Program based training
Compare our quality with the others
सम्पर्क: सांग्रीला पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्र प्रा. लि.
नयाँ बानेश्वर चोक, BICC को पश्चिम
www.shangrilatraining.com.np
4472553/4475113
Affiliated to CTEVT
Associates HAN REBAN ATHTIN

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** ।