सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष १६ ● अंक १३ ● काठमाडौं ... २०६७ ● SAPTAHIK ● Nepali National Weekly ● Friday, Aug 13, 2010 ● पृष्ठ २४ + ८ = ३२ ● मूल्य रु. १२/-

तस्बिर : महेश प्रधान

मुस्लिम धर्म ग्रहण गरेर पूजा लामा बनिन् आम्ना फारुकी

विदुर खतिवडा

नायिका, मोडल तथा गायिकाको परिचय बनाएकी पूजा लामाले धर्म परिवर्तन गरेकी छिन् । बुद्धिस्ट परिवारमा जन्मिएकी पूजा दुई महिनाअघि मुस्लिम भएकी हुन् । दुई महिनाअघि उनी कतार, दोहाबाट नेपाल फर्किएकी थिइन् । अभिनय, गायन तथा मोडलिङजस्ता विविध क्षेत्रमा स्थापित पूजाले बुद्ध धर्ममा खोट देखेर धर्म परिवर्तन गरेको नभै मुस्लिम धर्मका धेरैवटा राम्रा पक्ष देखेर धर्म परिवर्तन गर्ने निर्णय लिएको साप्ताहिकलाई बताइन् ।

२८ वर्षीया पूजा लामा विभिन्न कारणले चर्चामा आइरहन्छिन् । प्रतिभा त छँदैछ, त्यसबाहेक अन्य स्क्यान्डलहरूले पनि पूजा लामालाई समाचारमा ल्याइरहेको हुन्छ । आत्महत्याको प्रयासदेखि सेक्स स्क्यान्डलसम्मका घटनाले उनलाई चर्चामा ल्याएका छन्, तर सबै घटनामा स्पष्ट भएर वास्तविकता बताउन तयार हुने पूजा आफ्नो निजी जीवनको यो मोडसम्म आइपुग्दा चर्चामा आउने रुचि नभएको बताउँछिन् ।

'मैले चर्चामा आउन यो सब गरेको होइन,' पूजाले *साप्ताहिक*लाई भनिन्- 'तर नचाहँदा-नचाहँदै मिडियामार्फत निजी जीवनका कुरा बाहिर आइरहेका हुन्छन् ।' धर्म परिवर्तनलाई उनले चर्चाको विषय बनाउन नचाहेको बताइन् । पूजाले भनिन्- 'मैले मुस्लिम धर्म अँगाल्दा सन्तुष्टि पाएकाले धर्म परिवर्तनको बाटो रोजेकी हुँ ।'

कडा नियममा हिँड्नुपर्ने मुस्लिम धर्म रोज्नुको कारण ? पूजाका अनुसार कडा भएकैले उनले मुस्लिम धर्म अँगालेकी हुन् । 'यो धर्ममा भगवान्प्रति धेरै आस्था हुन्छ, यसो भनेर मैले अन्य धर्मको अवमूल्यन गरेको होइन, सबै धर्म राम्रा छन्,' पूजाले भनिन्- 'म बुद्धिस्ट परिवारमा जन्मिएकी थिएँ, त्यसकारण बुद्धिज्म मेरो रगतमै थियो, त्यसबाहेक अन्य धर्ममा जाने भन्ने कुरा मेरो मस्तिष्कमा आएन पनि, तर अहिले आएर आफुलाई मुस्लिम धर्म मन परेकाले मुस्लिम भएकी हुँ ।'

मुस्लिम धर्म अँगालिसकेपछि पूजाको जीवनशैलीमा ठूलै परिवर्तन आएको छ । उनको नाम पनि पूजा लामाबाट आम्ना फारुकीमा परिवर्तन भएको छ । कुनै पनि सामान्य तनाव हुनेबित्तिकै मदिरा र धूम्रपानको सहारा लिने पूजा मुस्लिम भैसकेपछि सबै प्रकारका लतबाट टाढिएकी छिन् । 'मुस्लिम धर्म अँगालेपछि टेन्सन हुनेबित्तिकै लतको सहारामा बेहोस भएर बस्नुपर्ने बाध्यताको अन्त्य भएको छ,' पूजाले भनिन्- 'त्यतिमात्र होइन, जीवनप्रतिको वितृष्णाका कारण म दुर्व्यसनको सिकार पनि भैसकेकी थिएँ, अहिले पूर्णतः त्यो जीवनशैलीबाट मुक्त भएकी छु । पूजा मुस्लिम भएपछि आजभोलि बुर्कामा हिड्छिन् । ठमेल स्थिति साथीको एक रेष्टुराँमा बुर्का लगाएर उनी गीत पनि गाउँछिन् । मुस्लिम भएकै कारण उनले अब केश देखाएर हिड्न मिल्दैन ।

पृष्ठ ८ मा जारी

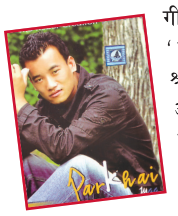
● क्यासेट ●

मनका कुरा

गायिका विजया श्रेष्ठका आधुनिक गीतहरूको संग्रह 'मनका कुरा' लाई भाइब्स क्रिएसनले बजारमा ल्याएको छ। संग्रहमा 'राम्रो नै भए नि...' लगायत आठवटा गीत समावेश छन्। न्हू बज्राचार्य, राम सिटौला, अर्जुन पोखरेल, श्यामसुन्दर आचार्य, दुर्गालाल श्रेष्ठ, रमेश दाहाल, कृष्ण अविरल, टीका चाम्लिङ तथा सत्य-स्वरूप आचार्यको शब्द तथा संगीत समावेश छ।

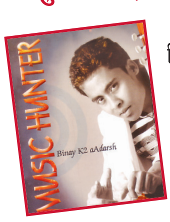
पर्खाइमा

गायक निकेश गुरुङका पप गीतहरूको संग्रह 'पर्खाइमा' श्रोतामाझ आएको छ। रिदम क्रिएसनको यो संग्रहमा छवटा



गीत तथा एउटा ट्र्याक समावेश छ। संग्रहका गीतमा कालीप्रसाद बास्कोटा, राजनराज शिवाकोटी, अमृत क्षेत्री तथा सुवास क्षेत्रीको शब्द तथा संगीतमा तयार गीत समावेश छन्।

म्युजिक हन्टर



गायक विनय केटु आदर्शका पप गीतहरूको संग्रह 'म्युजिक हन्टर' श्रोतामाझ आएको छ। छवटा गीत तथा दुईवटा ट्र्याक समावेश गरिएको यो संग्रहलाई प्राइम म्युजिकले बजारमा ल्याएको हो। संग्रहका गीतमा नृपतेन्द्रध्वज राणा, दिनेश सुवेदी, रजनी रिमाल तथा गायक आदर्शका शब्द तथा संगीत सुन्न सकिन्छ।

● रंगमञ्च ●

फेरि सपनाको साविती

'मुना मदन' नाटक मञ्चनका लागि नाट्य समूह आरोहणलाई चीन भ्रमण गर्नु परेकाले निरन्तर मञ्चन भै केही समय रोकिएको नाटक 'सपनाको साविती' साउन २७ गते अर्थात् हिजो बिहीबारदेखि पुनर्मञ्चन हुन थालेको छ। आगामी भदौ १२ गतेसम्म सोमबार एक दिन बाहेक हरेक साँझ ठीक साढे पाँच बजे पुरानो बानेश्वर, सेतोपुल नजिकै आरोहण थिएटर गुरुकुलको रिमाल नाट्यघरमा उक्त नाटक मञ्चन हुनेछ। सिके लालद्वारा रचित यो नाटकको निर्देशन सुनिल पोखरेलले गरेका हुन्। एउटी महिला ट्राफिकको दैनिकीबाट सुरु हुने नाटकले उनको विगतलाई पछ्याउँछ। त्यसपछि नाटकले देशको समसामयिक राजनीति र सामाजिक कुरीतिलाई केलाउन थाल्छ। नारी अस्मितामा हिंसाको राजनीतिले पारेको प्रभाव तथा जीवन दर्शनका कुराहरू पनि नाटकमा समेटिएको छ। नाटकमा निशा शर्मा पोखरेल, पशुपति राई, डा. सञ्जीव उप्रेती, चन्द्रबहादुर कार्की, अनिल पोखरेल (ठूलो), सरिता गिरी, कमलमणि नेपाल, भोलाराज सापकोटा, प्रमिला कटुवाल, सरस्वती थारू, रामहरि ढकाल, विपिन कार्की, जानकी चौधरी, सज्जन थापा मगर आदि कलाकारले अभिनय गरिरहेका छन्।

● ग्यालरी ●

नेपालीसँग कोरियन

नेपाली तथा कोरियन कलाकारहरूको मैत्रीपूर्ण संयुक्त चित्रकला प्रदर्शनी गत साउन २५ गतेदेखि बबरमहलस्थित सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा सञ्चालन भैरहेको छ। पाँचजना कोरियन कलाकारका चित्रकलाहरूका साथै नेपाली समाजमा चिनिएका कलाकारहरू अस्मिना रंजित, मनिषलाल श्रेष्ठ, जुपिटर प्रधान, सुनिल सिग्देल, सौरंग दर्शनधारी तथा कैलाश श्रेष्ठका चित्रहरू प्रदर्शनीमा राखिएका छन्। 'प्रोपेजेशन' शीर्षकको उक्त प्रदर्शनी आगामी भदौ २ गतेसम्म जारी रहनेछ।

मध्ययुगीन काठमाडौं

काठमाडौं उपत्यका मध्ययुगीन तथा प्राचीन अवस्थामा कस्तो थियो होला। केही पुराना चित्रकलाबाट मात्र अनुमान लगाउन सकिन्छ। चित्रकार हरिप्रसाद शर्माले भने समयक्रममा काठमाडौं उपत्यकालाई क्यानभासमा उतारेका छन्। 'समयक्रमसँग काठमाडौं उपत्यका प्राचीन तथा मध्ययुगको जीवन चित्रण' शीर्षकमा उनले उतिबेलाको काठमाडौंलाई क्यानभासमा उतारेर बबरमहलस्थित नेपाल आर्ट काउन्सिलमा प्रदर्शनी गरिरहेका छन्। प्रदर्शनी आगामी भदौ ५ गतेसम्म चल्नेछ।

कलाकार काठमाडौंमा

आगामी भदौ ५ र ६ गते ललितकला प्रज्ञा प्रतिष्ठानको संयोजनमा मुलुकभरका कलाकारहरूलाई समेटेर 'सद्भाव समसामयिक चित्रकला कार्यशाला' को आयोजना गरिँदैछ। नक्सालस्थित प्रतिष्ठान परिसरको कला उपवनमा हुने कार्यशालामा मुलुकभरका १ सय २५ जना कलाकारले सहभागिता जनाउने छन्। दुई दिने कार्यशालामा पहिलो दिन कला कार्यशाला तथा दोस्रो दिन अन्तर्क्रिया गरिनेछ। कार्यशालामा सहभागी कलाकारहरूले बनाएका चित्रहरूको प्रतिष्ठानले निकट भविष्यमा बृहद् प्रदर्शनी पनि गर्ने बताएको छ। त्यसका साथै कलाकारहरूको अनुभव तथा विचार समेटर पुस्तकसमेत प्रकाशन गरिनेछ।

● लाइभ ●

तीज मेला

लैनचौरस्थित लैनचौर बैंकेटमा आज शुक्रबारदेखि पर्सि आइतबारसम्म 'तीज मेला' हुँदैछ। मेलामा तीजको अवसरमा महिलाहरूका लागि उपयोगी गरगहना, लत्ता-कपडा, खानाका परिकार आदि स्टलहरू राखिनेछन्। मेलामा फुड स्टलसमेत सञ्चालन गरिनेछ। मेलामा दर खाने कार्यक्रम तथा तीजका गीतमा नाचगान गर्ने कार्यक्रम पनि समावेश गरिएको छ। मेला बिहान ११ देखि साँझ ७ बजेसम्म जारी रहनेछ।

बलिउडकर्मीसँग आनन्द कार्की

गायक आनन्द कार्की मलेसिया तथा सिंगापुरमा आयोजना हुने सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी हुन गत बुधबार त्यसतर्फ प्रस्थान गरेका छन्। भोलि शनिबार मलेसियामा तथा आगामी सोमबार सिंगापुरमा हुने सांगीतिक कार्यक्रममा गायक कार्कीले बलिउडका कलाकारहरूसँगै गीत-संगीत प्रस्तुत गर्नेछन्। कार्यक्रममा गायिका श्रेया घोषाल, अभिनेता आदित्य पाञ्चोली तथा हास्यकलाकार राजु श्रीवास्तव समेत सहभागी हुने गायक कार्कीले बताएका छन्।

शान्तिका लागि सांस्कृतिक यात्रा

नेपालबाट गएका लोकप्रिय कलाकारहरूको एक समूहले अमेरिकाका विभिन्न सहरमा गीत, संगीत, नृत्य तथा हास्यव्यंग्य कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दैछ। 'शान्तिका लागि सांस्कृतिक यात्रा' शीर्षकको उक्त कार्यक्रमको आयोजना नेपाल अमेरिका प्रेस क्लब तथा नेपाली कला मञ्चले संयुक्त रूपमा आयोजना गरेका हुन्। कार्यक्रममा यम बराल, सुनिता दुलाल, नलिना चित्रकारको सांगीतिक प्रस्तुतिका साथै हास्यश्रृंखला तीतो सत्यका तीन कलाकार दीपकराज गिरि, दीपाश्री निरौला तथा गोपाल अधिकारी 'ट्वाकेन्द्र' ले विभिन्न प्रसहनमार्फत दर्शकलाई हँसाउनेछन्। सोही कार्यक्रममा अमेरिकामै बसोबास गरिरहेका रतन सुवेदी, सञ्जीप प्रधान, रमेश उप्रेती, सरिष्मा अमात्य, दिनेश भण्डारी आदि कलाकार पनि सहभागी हुनेछन्। यी कलाकारहरू सम्मिलित पहिलो कार्यक्रम आगामी भदौ १३ गते बाल्टिमोरमा हुनेछ।

● पुस्तक ●

छुटेको छाता

व्यङ्ग्यात्मक निबन्धहरूको संग्रह 'छुटेको छाता' निबन्धकार नरेन्द्रराज पौडेलको नवीनतम कृति हो। यो पुस्तकमा २५ वटा व्यङ्ग्यात्मक निबन्ध प्रस्तुत गरिएको छ। व्यङ्ग्य साहित्यमा रुचि राख्ने पाठकहरूप्रति लक्षित यो कृतिलाई रत्न पुस्तक भण्डारले प्रकाशित गरेको हो। १ सय २५ रुपैयाँ मूल्यको यो पुस्तकमा समाहित निबन्धहरूले समसामयिक नेपाली समाजप्रति चोटिलो प्रहार गरेका छन्।

छापामार युवतीको डायरी

एउटी माओवादी महिला छापामारको नजरमा नेपाली सेनाको चरित्र कस्तो होला ? यो प्रश्नको जवाफ पक्कै पनि नकारात्मक हुनुपर्छ, तर माओवादी जनयुद्धमा सरिक तारा राईको पुस्तक छापामार युवतीको डायरीले भने नेपाली सेनाका एक अधिकृतलाई नायककै रूपमा वर्णन गरेको छ। लेखन तथा प्रस्तुतिमा इमान्दारिता देखिएको यो पुस्तकले माओवादी जनयुद्धको एउटा पाटोलाई इमान्दारिताका साथ प्रस्तुत गर्ने प्रयास गरेको छ। रत्न पुस्तक भण्डारले प्रकाशित गरेको १ सय ६० पृष्ठको यो पुस्तकको मूल्य १ सय ५० रुपैयाँ छ।

उत्सर्ग

उत्सर्ग कवि विष्णु भण्डारीले रचना गरेको महाकाव्य हो। अक्सफोर्ड इन्टरनेसनल पब्लिकेसनले प्रकाशित गरेको यो महाकाव्य माओवादी जनयुद्धको सेरोफेरोमा लेखिएको छ। नेपाली साहित्यमा कुनै बेला दह्रो उपस्थिति जनाएको महाकाव्य साहित्य यतिबेला ओझेलमा परेको छ। यस्तो बेला पनि महाकाव्य प्रकाशित गर्नु प्रकाशकको उदारता नै हो। २ खण्ड र २१ उपशीर्षकमा विभाजित यो महाकाव्यको मूल्य २ सय ५० रुपैयाँ छ।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

यो साताको पञ्चाङ्ग

साउन २९ गते : नागपञ्चमी, दानघाट, धापाखेल (ललितपुर), नागपोखरी, नक्साल र ठैदहमा कर्कोटक नाग मेला ३० गते : कल्की जयन्ती, भदौ १ गते : अष्टमी व्रत ।

मेष

पराक्रमको गति बढे पनि कामका बीचमा विघ्न-बाधाहरू आउनेछन्। प्रतिस्पर्धीहरूसित विनाकारण विवाद गर्नुपर्नेछ। खर्चको तीव्रता कायमै रहनेछ। झुटा आरोप पनि लाग्न सक्छ। स्वास्थ्य कमजोर हुनेछ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। काममा तगारो लगाउनेहरू सक्रिय हुनेछन्।

मिथुन

स्वास्थ्य एवं घरेलु समस्याले सताउनेछ। मित्रहरूले धोका दिन सक्छन्। विनाकारणको विवादले काम गर्ने उत्साह घट्नेछ। आर्थिक कारोबारमा अधि नबढ्नुहोला। धनमाल हराउन एवं झुटा आरोप लाग्न सक्छ। व्यवसायबाट केही लाभ हुनेछ। यात्रामा सफलता हात पर्नेछ।

सिंह

पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। व्यवसायमा केही सुधार आउनेछ भने आम्दानी वृद्धि हुनेछ। लेनदेनमा विवादको सामना गर्नुपर्ने भएकाले विचार पुऱ्याउनुहोला। स्वास्थ्य अझै कमजोर रहनेछ। अध्ययनमा सफलता पाउन प्रतीक्षा गर्नुपर्नेछ। धनमाल हराउन सक्छ।

तुला

सामान्य विवादले पनि कानुनी रूप लिन सक्छ। सानो काममा पनि निकै परिश्रम गर्नुपर्ला। घरेलु समस्याले सताउनेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछैन। व्यवसायमा खासै लाभ देखिँदैन। आइतबारदेखि केही काम बन्ने सम्भावना छ। अरूलाई विश्वास दिलाउन सकिनेछ। बोलीमा केही सुधार एवं काममा सहजता आउनेछ।

धनु

रिसको वेग बढे पनि पराक्रमको तीव्रता कायमै रहनेछ। आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। नयाँ मित्रको आगमन हुनुका साथै घरजग्गाको बन्दोबस्त पनि हुनेछ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। बुधबार र बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ।

कुम्भ

आर्थिक स्थिति कमजोर रहनेछ। लेनदेनमा विवाद बढ्नेछ। शरीरमा चोटपटक लाग्न सक्छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। घरेलु समस्याले सताउनेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्ने देखिँदैन। आइतबारदेखि काममा केही सुधार आउनेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नुका साथै धन आर्जन पनि हुनसक्छ।

वृष

महत्त्वपूर्ण कामहरू पूरा हुनेछन्। अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। सामाजिक क्षेत्रमा आफ्नो वर्चस्व बढाउन सकिनेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। प्रतिस्पर्धीहरू परास्त हुनेछन्। व्यवसायमा प्राप्त हुने सफलता कायमै रहनेछ। प्रेम गर्ने अवसर जुट्नेछ। आफन्तहरूबाट सहयोग मिल्नेछ। पदक प्राप्तिको सम्भावना छ।

कर्कट

अधुरा काम पूरा हुनुका साथै नयाँ काम पाइने योग छ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। घरजग्गाको बन्दोबस्त हुनसक्छ। अध्ययनमा पाइने सफलता कायमै रहनेछ। व्यवसायमा गरेका प्रयत्न सन्तोषजनक रहनेछन्। आम्दानीको नयाँ स्रोत फेला पर्नेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। धैर्यको भरोसाको पात्र बन्ने अवसर जुट्नेछ।

कन्या

भोजभतेर एवं सभा-सम्मेलनमा प्रवेश पाइनेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। खर्च बढ्ने भएकाले सजगता अपनाउनुहोला। लेनदेनमा समस्या आउन सक्छ।

वृश्चिक

बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। पराक्रमको तीव्रता कायमै रहनेछ। अधुरा काम पूरा हुनुका साथै नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा प्राप्त हुने सफलता कायमै रहनेछ। विदेशी मुद्रा आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। आइतबार र सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्नुका साथै काममा अवरोध आउने योग छ।

मकर

स्वास्थ्य गडबड हुनुका साथै कामहरू बीचमै रोकिन सक्छन्। गलत विचार एवं खर्च बढ्नेछ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। आइतबारदेखि काममा सुधार आउनेछ भने अरूको मन जित्न सकिनेछ। पराक्रमको गति तीव्र हुनुका साथै अधुरा काम पूरा हुनेछन्। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्।

मीन

पराक्रम गति तीव्र हुनेछ। धैरै काम पूरा हुनेछन्। नयाँ काम पाइने सम्भावना छ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। वैदेशिक कार्यमा सफलता पाइनेछ। आइतबार र सोमबार स्वास्थ्य गडबड हुनुका साथै चिन्ता बढ्ने योग छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। घरेलु समस्याले सताउनेछ।

ज्ञानेन्द्र र पारसको मध्यतराई नीति

पूर्वराजा ज्ञानेन्द्र शाह तथा पूर्वयुवराज पारस शाहले मध्यतराईलाई बढी महत्त्व दिएको कुरा दुवैले तीन महिनायता तीन पटक यस क्षेत्रको भ्रमण गरेबाटै प्रस्ट भएको छ । पर्सा, बारा र रौतहटमा राजसंस्थाप्रेमीले मन्दिर, पुराना विद्यालय वा अस्पतालको उद्घाटन गर्न बोलाउँदा उनीहरू सहजै आउन थालेका छन् । मुलुकका अन्य क्षेत्रभन्दा मध्यतराईलाई नै यी बाबुछोराले दिएको महत्त्वलाई यस क्षेत्रमा अर्थपूर्ण रूपमा हेर्न थालिएको छ । विशेष गरी मठमन्दिरमा पूजा-अर्चना मुख्य उद्देश्य देखाइने वा अर्कै प्रयोजनले आउँदा पनि मठ-मन्दिरको पूजा गर्न नचुक्ने उनीहरूको शैलीले अनेकौं जिज्ञासा र आशंका पनि उब्जाएका छन् ।

वैशाख १५ गते वीरगन्ज आइपुगेका पारस शाहले करिब तीन घण्टे वीरगन्ज बसाइका क्रममा एक वर्ष पुरानो सामुदायिक आँखा अस्पतालको उद्घाटन गरे । त्यसै दिन उनले गहवामाई र महावीर मन्दिरमा पनि पूजा-अर्चना गर्न भ्याए । उनको दुवै कार्यक्रममा उनका अनुयायीहरूले शाहीकालकै शैलीमा स्वागत-सत्कारको व्यवस्था मिलाएका थिए । त्यस दिन स्थानीय सञ्चारकर्मीलाई अन्तर्वार्ता पनि दिन भ्याएका पारसले जनताले चाहे राजसंस्था फर्कन सक्ने धारणा व्यक्त गरे । पूर्वयुवराज पारसले आफू वीरगन्जकै लागि सिंगापुरबाट आएको भनेर वीरगन्जलाई उच्च महत्त्व दिएको पनि सार्वजनिक गरेका थिए ।

यसबीच पूर्वराजा ज्ञानेन्द्र शाह असार २ गते परवानीपुरको वैष्णो मन्दिरमा प्रथम पूजा अर्चना गर्न आए । असार ७ गतेसम्म त्यहाँ बसेका शाहले पर्सा, बारा र रौतहटका सबै मुख्य मठ-मन्दिरमा पूजा-अर्चना गर्न भ्याए । उनले चाँदीको छाता ओढेर चमरको हावा खाँदै मन्दिर-मन्दिर घुम्दै शुभचिन्तकहरूबाट पुष्पगुच्छा र पुरानै शैलीमा बिन्तीपत्ररूपी लिखित पत्रहरू पनि बुझे । वीरगन्जको सम्झना होटलमा उनले शाही कालकै शैलीमा आफ्ना शुभचिन्तकहरूसँग लामो भेटघाटसमेत गरेका थिए । बुझाइएका कतिपय पत्रमा उनलाई प्रत्यक्ष शासन तथा राजनीतिमा आउन सुझावसमेत दिइएको थियो । शाह आफ्ना निकट सहयोगी प्रभुशमशेरको सिमरास्थित प्रभु निवासमा कडा सुरक्षाबीच बसेका थिए ।

सत्ता र शक्तिबाट हटेको दुई वर्षपछि शाह परिवारले धर्मको आडमा थालेको तीर्थाटन कूटनीतिले यस क्षेत्रमा थुप्रै अड्कलाजीसमेत हुन थालेको छ । विगतमा जनकपुर र नेपालगन्जको भ्रमण गर्दा त्यहाँ रात नबिताई राजधानी फर्किहाल्ने शाहले मध्यतराईका पर्सा, बारा तथा रौतहटलाई उच्च महत्त्वमा राखेर पाँच रात बिताएका थिए । उनले यसपटक हिन्दू देवी देउताका मन्दिर मात्र नभएर सिख समुदायको धार्मिक स्थल गुरुद्वारा पनि पुगेर आफ्नो अलग पहिचान बनाउने प्रयास गरे । भ्रमणको अन्तिम दिन वीरगन्जस्थित मकालु होटलमा ककटेल भोज आयोजन गरेका शाहले स्थानीय सञ्चारकर्मीहरूसँग बोल्न मानेनन् । उनले भने- 'मैले बोल्दा ढुंगा हानेजस्तो हुन्छ, नबोलौं' ।

पारस साउन १५ गते बाराको प्रस्टोकामा डेढ दशकअघिदेखि सञ्चालित एक विद्यालयको उद्घाटन गर्न आइपुगेका थिए । पञ्चायती शैलीमा उनलाई त्यहाँ पनि भव्य स्वागत गरिएको थियो । उनले त्यहाँ पनि एक मन्दिरमा पूजा-अर्चना गरेका थिए ।

पूर्वराजा र पूर्व युवराजको यस क्षेत्रमा बढेको आवागमन तथा सक्रियतालाई विश्लेषकहरूले दुई किसिमले बुझेका छन् । पहिलो, निर्धारित दुई वर्षको समयमा नयाँ संविधान निर्माण हुन नसकेको, दलहरूको सत्ताकेन्द्रित राजनीतिका कारण जनतामा बढ्दो निराशा तथा गिरिजाप्रसाद कोइरालाको निधनपछि मुलुकमा देखिएको सर्वमान्य नेताको अभावको समयमा तराईका जनताको राजसंस्थाप्रतिको आस्था र आकांक्षाका सम्बन्धमा आफैले प्रत्यक्ष जानकारी लिनु । दोस्रो हिन्दूवादी र सशस्त्र भूमिगत संगठनहरूको बढी चलखेल रहेको यस क्षेत्रमा भविष्यमा आफूलाई सहज हुने वातावरण सिर्जना गर्ने वातावरण बनाउनु ।

मधेसी जनअधिकार फोरमको युवा संगठन मधेसी युवा फोरमका महासचिव फिरोज मंसुरको बुझाइमा शाह बाबु-छोराले धमिलो पानीमा माछा मार्ने प्रयास मात्र गरेका हुन् । वीरगन्ज क्षेत्रमा आफ्नो सहज पकड बनाउन सकिन्छ भन्ने भ्रमले उनीहरूलाई बारम्बार यहाँसम्म ल्याएको मन्सुरको बुझाइ छ । तराईमा उपस्थिति सबै दलले समयमै ज्ञानेन्द्र र पारस शाहको गतिविधिबाट सचेत हुनुपर्ने उनको धारणा छ ।

यद्यपि शाहको स्वागत-सत्कारमा संलग्नहरू यसलाई गैरराजनीतिक एवं सामाजिक-सांस्कृतिक भ्रमण बताउँछन् । उनीहरूको दाबी छ– शक्तिविहीन राजाको भ्रमणबाट तिनीहरू डराउँछन् जोसँग जनबल छैन ।

–शंकर आचार्य

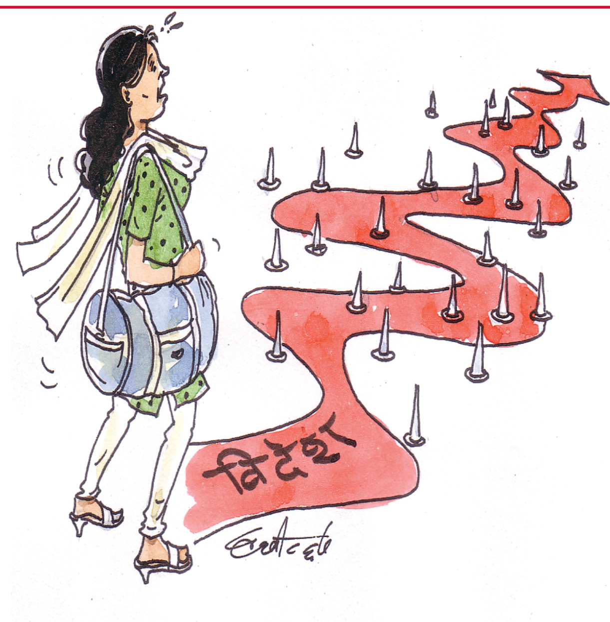
• सम्पादकीय •

अझै कति मर्ने ?

पछिल्लो पटक लेबनानमा १५ नेपाली महिलाले आत्महत्या गरे भन्ने समाचारले नेपाली सञ्चारमाध्यममा प्रमुखता पाएको छ । यो समाचारपछि वैदेशिक रोजगारमा राज्यको स्पष्ट नीति र कार्यक्रम एवं कानुन कार्यान्वयनको अभावमा वैदेशिक रोजगारीमा गएका महिलाले आत्महत्या गरे वा बलात्कारमा परे भन्ने समाचार हामी नेपालीले कहिलेसम्म पढ्ने वा सुन्ने ? यो प्रश्न यतिखेर मुलुकको सबै पक्षलाई चुनौतीका रूपमा उभिएको छ । कतिपय अवस्थामा राज्यले स्पष्ट रूपमा बन्देज लगाएका मुलुकमा समेत गैरकानुनी रूपमा नेपाली महिला कामदारहरूको उपस्थितिले के देखाउँछ भने वैदेशिक रोजगारीको क्षेत्रमा हाम्रो सरकारभन्दा बढी वैदेशिक रोजगारीका दलालहरू शक्तिशाली छन् । हालैका दिनमा सार्वजनिक भएको लेबनानमा दर्जनौं नेपाली महिलाले आत्महत्या गरिसकेको समाचारले यतिबेला नेपाली अस्मितालाई नराम्रोसँग चिमोटेको छ । प्राप्त तथ्यांकअनुसार अहिले झन्डै ९ हजार नेपाली महिला कामदार वैदेशिक रोजगारमा छन् । जसमध्ये झन्डै आधा साउदी अरेबियामा छन् भने बाँकी मलेसिया, इजराइल, लेबनान, ओमान, संयुक्त अरब इमिरेट्स, कुवेत, कतार र बहराइनजस्ता मुलुकमा छन् । उपरोक्त मुलुकहरूमध्ये साउदी अरेबिया, लेबनान र कुवेतलाई नेपाल सरकारले महिला कामदारका लागि असुरक्षित गन्तव्यका रूपमा व्याख्या गर्दै आएको छ र ती मुलुकमा नेपाली महिलाहरूलाई पठाउन बन्देज गरिएको छ । यसका बाबजुद पनि ती मुलुकमा नेपाली महिला कामदारहरू कसरी पुगिरहेका छन् भने विषयमा सरकारको अनुगमनको अभावका कारण दलालहरूले मनग्य फाइदा उठाउने गरेको तथ्य अब कसैबाट लुकेको छैन ।

प्रवासमा सक्रिय नेपालीहरूको संगठनले नेपाली महिला कामदारका सन्दर्भमा पटक–पटक सरकारलगायतका निकायहरूलाई अनुगमन बलियो बनाउन र जानेर–बुझेर मात्र नेपाली महिलालाई कामदारका रूपमा पठाउन आग्रह गर्दै आए पनि त्यस्ता आग्रहहरूप्रति आँखा चिम्लिने हाम्रो प्रवृत्तिका कारण नै अहिले विदेशमा नेपाली महिलाहरूले आत्महत्यासम्म गर्नुपर्ने परिस्थिति सिर्जना गरेको हो । यसका लागि हामी सबै दोषी छौं । महिलाहरूको पक्षमा वकालत गर्दै आएका कतिपय अधिकारकर्मीहरूसमेत यो विषयमा सम्बन्धित पक्षलाई कानुनको दायरामा ल्याउन असफल हुनुले पनि हाम्रो वैदेशिक रोजगारीसम्बन्धी नीतिगत कमजोरीलाई उदाङ्गो पारेको छ । यस्तो स्थिति रहेसम्म वैदेशिक रोजगारमा रहेका नेपाली महिलाहरूसँग सम्बन्धित पीडादायी समाचारहरू आइ नै रहनेछ । जबसम्म हाम्रो सरकारले वैदेशिक रोजगारसम्बन्धी नीतिगत स्पष्टताका साथ दलालहरूलाई नियन्त्रण गर्ने संयन्त्रको विकास गर्न सक्दैन, तबसम्म वैदेशिक रोजगारीमा अहिले देखा परेका विकृतिहरूले फल्ने–फुल्ने अवसर पाइ नै रहनेछन् ।

समयमै संविधान साप्ताहिक/पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जालको आह्वान ।



• चिठीपत्र •

प्रवास आउने रहरसँगै जोखिमबाट जोगीऔं

नेपाली समाजमा केही वर्ष अघिसम्म पुरुषहरू मात्र रोजीरोटीका लागि विदेश पुग्थे तर आजको परिवेश त्यस्तो छैन । महिला पनि पुरुषसरह कमाउन र आत्मनिर्भर हुन सक्छन् भन्ने कुरा समाजमा प्रस्ट भैसकेको छ । नेपाली महिलाहरू बिदेसिनुको कारण हाम्रा नांगा आँखाले हेर्दा गरिबी मात्र देखिए पनि लुकेका कारण अरू धेरै छन् जस्तै : देशको बिग्रदो आर्थिक, राजनैतिक अवस्था, अशिक्षा, बेरोजगारी, समबन्धबिच्छेद, स्वतन्त्र जिउने चाहना, समाजको भड्किलो देखासिकी, चेतनाको कमी, लैंगिक विभेद आदि । खाडीमा कुवेत, बहराइन, ओमन, साउदी अरेबिया, कतार र लेबनानजस्ता मुलुकमा कतिपय नेपाली महिलाले धन कमाउने आशामा कष्टकर जीवन बिताइरहेका छन् । यी मुलुकमध्ये केही मुलुकलाई महिलाका लागि असुरक्षित गन्तव्य भनेर सरकारले बन्द गरे पनि वास्तविक अर्थमा बन्द हुन सकेको छैन । यी देशमा नेपाली महिलाले गर्ने काम भनेको घरको सरसफाइ, बूढाबूढीको रेखदेख, केटा-केटीको सुसार, क्लिनर, ब्युटिसियन, वेटर, सेल्स लेडी, अफिस लेडी नै हो ।

यस क्रममा केहीले विदेशी दलालहरूसँग मिलेर चेलिबेटीको ओसार पसारको काम गरेको पाइन्छ । कतिपय आवस्थामा नेपाली महिलाहरू स्पोन्सरलाई छोडी भागेको भेटिन्छ जस्तै : कुवेत एउटा विकसित मुलुक हो, यहाँ सबै कुरा प्रविधिले नै अघि बढाएको छ । अशिक्षित महिलाहरू जमानाअनुसार चल्न नसक्नु वा ग्यास, कुलर, एसी, भ्याकुम क्लिनर, फ्रिज, आइरनजस्ता सामानहरू प्रयोग गर्न नजान्दा स्पोन्सरको किचकिच हुनु, मानसिक एवं शारीरिक यातनाका साथ दबाबपूर्ण व्यवहार हुनु, समयमा तलब नदिनु, फोन चलाउन नदिनु, आफन्तहरूसँग भेटघाट गर्न नदिनु, छुट्टी नदिनु, खानपिनमा निगरानी राख्नु, कुट्ने-पिट्नेजस्ता समस्या छन् भने कतिपय ठाउँमा जबरजस्ती यौन शोषण पनि भैरहेको छ । यहाँ ती समस्या सुन्ने नेपाली, बंगाली अनि अन्य छिमेकी देशका नागरिकहरूले दिने सुझाब र मायाको जालबुनी स्पोन्सरको घरबाट बाहिर निकालेर सुखी राख्ने आश्वासनले गर्दा धेरै नेपाली घरेलु कामदार गैरकानुनी बनेको पाइन्छ ।

भागिसकेपछिको अवस्थामा उनीहरूले पुलिस र कानुनको नजरबाट बच्नुपर्ने भएकाले कोही कोठीमा मोबाइल यौन व्यवसाय सञ्चालन गर्ने गिरोहकहाँ पुग्छन्, कोही गैरकानुनी विवाह गरेर बसेका हुन्छन् । यो अवस्थाका केही महिलाले अवैध शिशु जन्माएका उदाहरण पनि छन् । यो गल्ती हतारमा विदेश पसी फुर्सदमा पछुताउने नेपालीहरूको हो । यदि हामी विदेश जाँदैछौं भने आफैंले विदेश जानु अघि विदेशमा हुने समस्याका बारेमा जान्नुपर्ने हुन्छ, । विदेश गएर गर्ने काममा दक्ष हुनुपर्छ, सम्बन्धित देशको भाषा सिकेर मात्र विदेश जानुपर्छ । आफू जाने देशका नेपाली संघसंस्था, नेपाली दूतावासको नाम ठेगाना र इमेल आईडी तथा टेलिफोन नम्बर टिपेर राख्नुपर्छ । यी सबै आफैंले गर्ने काम हुन भने सरकारका तर्फबाट पनि नि:शुल्क तालिमको व्यवस्था मिलाई दिनुपर्ने, अन्य राष्ट्रको एयरपोर्ट प्रयोग गरी महिला कामदारलाई बिदेश पठाउन नहुने, श्रम र परराष्ट्र मन्त्रालयले सम्बन्धित देशको नेपाली नियोगले दिएको सुझाबलाई मध्यनजर राख्दै नियम र उपनियमहरूलाई परिमार्जित गर्नुपर्ने, नेपाली एयरपोर्टबाटै सजिलोसँग आवत-जावत गर्ने व्यवस्था गरिनुपर्छ ।

के नेपाली महिलाहरू विदेशमा असुरक्षित छन् त ? के विदेशमा नेपाली महिलाहरूलाई कुनै अवसर छैन ? त्यसो त यहाँ दक्ष जनशक्तिको खाँचो छ । यदि नर्स, ब्युटिसियन, सेल्स लेडि, वेटर, कम्पनी क्लिनरजस्ता कामका लागि खाडीमुलुक आउने हो भने उनीहरूले पुरुष कामदारले भन्दा बढी आयआर्जन गर्न सक्छन् र गरेका उदाहरण पनि छन् । सबैभन्दा पहिले नेपालबाटै आउने बेलामा पर्याप्त जानकारी लिएको खण्डमा यी समस्या धेरै कम हुन सक्छन् । यस विषयमा विदेशमा रहेका नेपाली संघसंस्था एवं दूतावासले सामूहिक प्रयास गरे भने एकाध वर्षमा यो समस्याको अन्त्य हुनेछ ।

राजन रिमाल, कुवेत, हवाली

• तीतो सत्य •

● संसार जित्न अरूको मन जित्नुपर्छ, अरूको मन जित्न, पहिले आफ्नै मनसँग हार्नुपर्छ ।

● प्रेमले धोका दिँदैन मात्र प्रेमि-प्रेमिकाले दिन्छन् ।

● जिन्दगीमा हार निश्चित छ किनभने मृत्यु सबैभन्दा ठूलो हार हो ।

किरण डी सुवेदी

● संसार एक वृक्ष हो, मानिस तथा अन्य जीवहरू त्यसका पात हुन् । वृक्षको समाप्तिसँगै सबै समाप्त हुन्छन् ।

● जो बढी लजाउँछ, उसले कहिल्यै प्रगति गर्न सक्दैन ।

● मानिस जति निद्रामा डुब्छ ऊ त्यति नै असफलतामा रहन्छ ।

● भगवान्लाई हेर्न लालटिन बाल्नु पर्दैन ।

● संसारमा सबैले दिन मिल्ने एकमात्र वस्तु माया हो ।

सफल

● यदि शत्रु भोकाएको छ भने त्यसलाई भोजन देऊ, तिर्खाएको छ भने पानी देऊ ।

● मूर्खलाई उसको मूर्खता अनुसारको जवाफ नदेऊ नत्र तिमी पनि उजस्तै हुनेछौं ।

● त्यस्ताहरूको पक्षमा बोल जो स्वयं आफ्नो पक्षमा बोल्न सक्दैनन् ।

विनोद दाहाल

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

–सम्पादक

• सहर चर्चा •

सीमाक्षेत्रमा गुलाब आन्दोलन

केही समयअघि एकीकृत नेकपा (माओवादी) द्वारा प्रकाशित पोस्टरले नेपालका सीमाक्षेत्रमा तनाव उत्पन्न भयो । भारतीय झन्डामा नेपाली जुत्ता राखेको भन्दै भारतीय जनताले नेपालीहरूमाथि आउजाउमा कडा निगरानी राखे । सीमाक्षेत्रमा नाराबाजी एवं माओवादी अध्यक्ष पुष्पकमल दाहालको पुतला दहन गरियो । सीमाक्षेत्रका नेपालीलाई अप्ठ्यारो परे पनि माओवादीले त्यसलाई न्यूनीकरण गर्न कुनै कदम चालेन । यो अवस्थामा नेपालगन्जका नागरिकको एउटा टोली सीमापारिको बजार रुपौडिया पुग्यो । उनीहरूले भारतीय नागरिक समाजका प्रतिनिधिहरूलाई गुलाबको फूल दिएर शान्तिको प्रस्ताव राखे । त्यसपछि दुवै देशका नागरिक समाजले नेपाली सहिद र महात्मा गान्धीका लागि मौन धारण गरे ।

फलस्वरूप सीमाक्षेत्रको तनाव कम भयो । यो कार्यक्रम संयोजन गर्ने पिस फर नेपालका अध्यक्ष डा. सुशील कोइरालाको छवि एकाएक अन्तर्राष्ट्रिय भयो । भेरी अञ्चल अस्पतालका यी चिकित्सक आफ्नो पेसालाई केही महिनाको विराम लगाएर अहिले विदेश भ्रमणमा छन् । गम्भीर प्रकृतिको विवादलाई कसरी समाधान गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा लेक्चर दिन स्वीस सरकारले बोलाएपछि उनी त्यता गएका हुन् । डा. कोइरालाले स्वीजरल्यान्डबाहेक युरोपका विभिन्न संस्थामा आपसी द्वेषलाई गुलाब आन्दोलनले कसरी समाधान गर्न सक्छ भन्ने खाका प्रस्तुत गरेका छन् । उनले भारत-पाकिस्तान, उत्तर कोरिया-दक्षिण कोरिया तथा मध्यपूर्वका सीमाक्षेत्रमा यस्तै कार्यक्रम राख्नुपर्ने बताएपछि उनको प्रस्तुतिले युरोपेली मुलुकमा राम्रो छाप छाडेको छ ।

मोडलिङमा सरस्वती

सुरुङ्गा, झापाकी स्थायी बासिन्दा सरस्वती संग्रौला काठमाडौँ आएको ३ वर्ष भयो । एसएलसी उत्तीर्ण गरेपछि उनले राजधानीबाटै प्लस टु गरिन् । सरस्वती अहिले बीबीएस अध्ययनरत छिन् । २१ वर्षीया सरस्वती ५ फिट ४ इन्च अग्ली छिन् । २०६७ साल प्रारम्भ भएपछि उनको सानैदेखिको रहर पूरा हुन थालेका छन् । भदौ २६ गते आयोजना हुने मिस्टर एण्ड मिस काठमाडौँ–२०१० की एक प्रतिस्पर्धी सरस्वतीलाई निर्देशक रेशराज आचार्यले नयाँ चलचित्रमा नायिकाका रूपमा अनुबन्ध गरिसकेका छन् ।

पहिले म मोडलका रूपमा स्थापित हुन्छु, सरस्वती भन्छिन्, 'लक्ष्यचाहिँ चलचित्रको सफल नायिका बन्नु नै हो ।' म्युजिक भिडियो तथा र्‍याम्प मोडलिङमार्फत मोडलिङ अघि बढाउने योजना बनाएकी सरस्वतीलाई क्याजुअल वेयर मन पर्छ । पछिल्लो समयमा क्याटवाकको प्रशिक्षण लिइरहेकी सरस्वतीलाई आफ्ना शरीरका अंगहरूमध्ये फिगर असाध्यै मनपर्छ । झापामै नृत्यको प्रशिक्षण लिएकी सरस्वती भन्छिन्, 'मेरा आँखा राम्रा छन् भन्नेहरू पनि धेरै छन् ।'

• मोडल वाच •

• मुखाले •

नयाँ संविधान सबै नेपालीले आफ्नो मान्न सक्ने बन्नुपर्छ ।

प्रधानमन्त्री माधवकुमार नेपाल

दुईमध्ये एक प्रस्ताव फिर्ता भयो भने बाँकी रहने एउटा प्रस्ताव पारित हुन पनि बहुमत सिद्ध गर्नुपर्छ ।

सुवासचन्द्र नेम्वाङ

बाह्रबर्षे समझदारीबाट खतरामा परेको मुलुकले अझै खुट्टा टेक्न सकेको छैन ।

पूर्वयुवराज पारस शाह

कांग्रेस अब 'बूढाहरूको पार्टी' रहेन ।

विमलेन्द्र निधि

अनमिनले अनुगमन मात्र गर्ने हो, भर्नाका सम्बन्धमा बोल्ने होइन ।

रक्षामन्त्री, विद्या भण्डारी

राष्ट्रिय सहमति व्यक्तिमा होइन, मुद्दामा मात्र सम्भव हुन्छ ।

रामचन्द्र पौडेल

हामीले माओवादीलाई सरकारको नेतृत्व नदिने भनेका हौं । अन्यको हकमा त्यो अवसर खुला छ ।

केपी ओली

राष्ट्रिय एकताको सरकारको विकल्प छैन । पौडेल र प्रचण्डले उम्मेदवारी फिर्ता लिनुपर्छ ।

डा. बाबुराम भट्टराई

श्यामशरणको भ्रमणलाई राजनैतिक हस्तक्षेप भन्न मिल्दैन ।

टोपबहादुर रायमाझी

माओवादीको नेतृत्वलाई स्वीकार गर्दा शान्ति र संविधान निर्माण गर्न सजिलो हुन्छ ।

नारायणकाजी श्रेष्ठ

नेपाल सुनको अन्डा पार्ने कुखुरी हो

सपना देख्ने तर व्यवहारमा उतार्न नसक्ने धेरै विज्ञको भीडमा अनिल चित्रकार फरक देखिन्छन्। उनले ग्रामीण क्षेत्रमा सञ्चालन गरेको सौर्य टुकीको अवधारणाले संसारभर प्रसिद्धि पाएको छ। बिजुली नपुगेका ग्रामीण क्षेत्रमा मटीतेल महँगो हुने वा नपाइने कारणले मानिसहरूले बत्तीसमेत बाल्न नसक्ने अवस्था छ। चित्रकारले सौर्यऊर्जाबाट टुकी मात्र बालेनन्, रेडियोको ब्याट्रीसमेत चार्ज गर्ने व्यवस्था मिलाए। ब्याट्री चार्ज गर्न विद्यालय जानुपर्ने योजना ल्याएपछि विद्यार्थीहरू विद्यालय जान बाध्य भए। एउटै योजनाले लाखौं ग्रामीण जनतालाई फाइदा पुगेपछि उनले अशोका फेलोसिप, ग्लोबल लिडर्स एवार्ड, टेक म्युजियम एवार्डजस्ता विश्वप्रसिद्ध पुरस्कार जिते। यी पुरस्कारबाट उनले करिब २ करोड रुपैयाँ पाए। अहिले त्यही पुरस्कारबाट आएको आम्दानीले उनी विभिन्न परियोजनामा काम गरिरहेका छन्। चित्रकार नवीकरणीय ऊर्जा, प्राकृतिक स्रोत संरक्षण एवं मानवीय सम्पदा संरक्षण विज्ञ पनि हुन्।

अनिल चित्रकार, ऊर्जा एवं योजनाविद्

सौर्य टुकीको अवधारणा कसरी आयो ?

म काठमाडौंको नेवार भए पनि नेपालका सबैजसो गाउँ-घर घुम्ने व्यक्ति हुँ। यसरी घुम्दा नेपालीहरूले स-साना कुराका लागि ठूलो परिश्रम गरेको देख्दा यी समस्यालाई कसरी हटाउन सकिन्छ भन्ने चिन्ता लाग्थ्यो। नेपालमा ठूलो कुराको दुःख छैन, सानातिना कारणले मानिसहरू समस्यामा परेका छन् भन्ने बुझेपछि मैले समस्या पहिचान गर्न थालेको हुँ।

तैपनि त्यो कुन घटना हो, जसले तपाईंलाई विश्वप्रसिद्ध अवधारणा ल्याउन मद्दत गर्‍यो ?

करिब २० वर्षअघिको कुरा हो। दाङको एउटा गाउँमा महिलाहरू पानी लिन जाँदा आफ्ना स-साना सन्तानलाई खाँबोमा बाँधेर हिँड्दा रहेछन्। पानी लिन जाने ठाउँ टाढा भएकाले छोराछोरी कुनै दुर्घटनाको सिकार नहुन् भन्ने चाहना थियो। यदि पानी लिने ठाउँ नजिक भएको भए त्यस्तो अवस्था सिर्जना हुँदैनथ्यो। त्यहाँ बिजुली थिएन, मैले त्यो गाउँमा सौर्य ऊर्जाबाट पहिलो पटक पानी निकालें। त्यसबेला गाउँलेहरूको अनुहारमा जुन खुसी देखें, मलाई लाग्यो, सानो कुराले पनि ठूलो परिवर्तन ल्याउन सकिन्छ। त्यही बेलादेखि मलाई स-साना योजनामा काम गर्न मन लाग्यो। त्यसमध्ये सौर्य टुकी पनि एक हो।

तपाईंका प्रविधिले विश्वप्रसिद्ध पुरस्कारहरू जितेका छन्, ठूला-ठूला प्रविधि देखिसकेको संसारले यति सानो कुरामा किन महत्त्व दिएको होला ?

नेपालमा यस्तै स-साना कुराको आवश्यकता छ। ठूला-ठूला विकासका परियोजनाको कुरा सुन्दा त मीठा लाग्छन्, तर व्यवहारमा ती अप्ठ्यारा छन्। हेर्दा सानो भए पनि यसले राती टुकी बाल्छ, गाउँमा रेडियोको ठूलो महत्त्व छ। ब्याट्री महँगो भएकाले मानिसले रेडियो सुन्न पनि डराउनुपर्ने अवस्था थियो। गाउँमा मोबाइल पुगेपछि त्यही प्यानलले मोबाइल चार्ज हुन थालेको छ। यस्तो प्यानल स्कुलमा राख्ने र रेडियो तथा टुकीको जिम्मा विद्यार्थीले लिने भएपछि रेडियो, मोबाइल, टुकी चार्ज गर्न विद्यालय जान उनीहरू बाध्य भए। यसले विद्यालय पनि नियमित भयो। यसले सानो कुराबाट कसरी बढीभन्दा फाइदा लिन सकिन्छ भन्ने अवधारणा पेस गरेको छ। अहिले स्थानीय एफएमहरूले रेडियोमै ट्युसन पढाउन थालेपछि यसको माग अझ बढेको छ।

अहिलेसम्म ३ लाख सौर्य टुकी बिक्री भैसकेको छ, तपाईंले व्यापार गरिरहनुभएको हो कि समाजसेवा ?

केहीअघि अर्थमन्त्री हुँदा डा. रामशरण महतले कर्णाली अञ्चलका लागि ८० हजार सौर्य टुकी सित्तैंमा बाँड्ने व्यवस्था

पृष्ठ ९ मा जारी

आवश्यकता
International Company सँग आबद्ध संस्थालाई कर्मचारीहरूको आवश्यकता
Part time, Full time Job को व्यवस्था
तलबः 17,500/-
संख्याः ९ महिला/९ पुरुष
योग्यताः SLC Above, Basic Computer+Email, Internet चलाउन जान्ने।
सम्पर्कः
2296930, 9741256070, 9803075981, बागबजार
SLC र +2 दिएका विद्यार्थीलाई प्राथमिकता

कुनै पनि नयाँ स्थानमा प्रवेश गर्दा स्वागत भए सबैलाई खुसी लाग्छ, तर औपचारिक वा अनौपचारिक रूपमा स्वागतको सट्टा हतोत्साहित गरियो भने के होला ? कलेज जीवनमा प्रवेश गर्दा सिनियर विद्यार्थीले नवप्रवेशीलाई यस्तै प्रकारले हतोत्साहित गरेको पनि पाइन्छ । यसलाई एउटा सामान्य घटना मात्र नभै मानव-अधिकारको गम्भीर उल्लंघनका रूपमा समेत लिन थालिएको छ । सामान्य भाषामा यसलाई र्‍यागिङ भनिन्छ ।

कलेज जीवनमा र्‍यागिङ

● एकराज सुवेदी

र्‍यागिङका बारेमा विभिन्न इन्साइक्लोपेडिया, डिक्सनरीदेखि लिएर अदालतसम्मले विभिन्न व्याख्या गरेका छन् । नेपालका स्कुल-कलेजहरूमा यस्तो अभ्यास खासै मौलाएको छैन, तर भारतीय कलेज तथा विश्वविद्यालयहरूमा यस्ता घटनाले उग्र रूपसमेत लिएको पाइन्छ । भारतीय सर्वोच्च अदालतले समेत र्‍यागिङका विभिन्न परिभाषा प्रस्तुत गरेको छ । र्‍यागिङ वास्तवमा पश्चिमी देशहरूबाट प्रचलनमा आएको हो । निश्चित युरोपियन विश्वविद्यालयहरूमा नयाँ विद्यार्थीलाई स्वागत गर्दा सिनियर विद्यार्थीहरू व्यावहारिक ठट्टा गर्थे । ठट्टा राम्रा र भद्र खालका हुन्थे । पछि बिस्तारै यो प्रचलन सबै राष्ट्रमा फैलँदै गयो, तर समयक्रममा यसले नकारात्मक बाटो समात्यो । जुनियर विद्यार्थीलाई होच्याउने र हेंला गर्ने मात्र होइन, शारीरिक रूपमा समेत दुःख दिने नियतका साथ यो व्यवहारमा लागु हुन थाल्यो । यसले गर्दा विभिन्न राष्ट्रमा यसका विरुद्ध अभियान नै सञ्चालन गर्नुपर्‍यो । अहिले क्यानाडा र जापानमा त यसमा प्रतिबन्ध नै लगाइएको छ । विभिन्न अभियान सञ्चालन गरिए पनि विभिन्न देशमा यस्तो कुकर्म जारी नै छ । क्युअर नामक संस्थाले गरेको अध्ययनअनुसार भारत र श्रीलंका संसारका त्यस्ता राष्ट्र हुन्, जहाँ सबैभन्दा नराम्रो खालको र्‍यागिङ प्रचलनमा छ ।

कलेजमा हुने र्‍यागिङ विभिन्न प्रकारका पाइन्छन् । त्यस्ता केही प्रचलित र्‍यागिङ :

ड्रेस कोड र्‍यागिङ : यस प्रकारको र्‍यागिङ गर्नेहरूले नयाँ विद्यार्थीलाई निश्चित प्रकारको ड्रेस लगाउन पठाउँछन् । सबै सेतो, कालो वा अन्य कुनै उनीहरूलाई मन लागेको ड्रेस लगाउन पठाउँछन् । यसले गर्दा अन्य विद्यार्थीको ध्यान त्यही विद्यार्थीतर्फ तानिन्छ ।

औपचारिक परिचय : यसमा नयाँ विद्यार्थीलाई अगाडि उभिन लगाएर उसको परिचय दिन लगाइन्छ । उसको नाम, ठेगाना, स्कुल, प्राप्त गरेको अंक आदि सोधिन्छ । परिचयका क्रममा उसलाई अनावश्यक रूपमा विभिन्न प्रश्न गरिन्छ ।

शाब्दिक तनाव : विभिन्न कुराकानीको बहानामा नयाँ विद्यार्थीलाई विभिन्न शब्द बोल्न लगाइन्छ । उसको बोलीका बारेमा अनावश्यक टिप्पणी गरिन्छ । विभिन्न अश्लील शब्द बोल्न र गीत गाउन बाध्य तुल्याइन्छ ।

यौन दुर्व्यसन : यो र्‍यागिङको सबैभन्दा खराब रूप हो । यसो गर्नेहरूले नयाँ विद्यार्थीका शरीरका विभिन्न अंगका बारेमा चासो दिएर अनावश्यक टिप्पणी गर्छन् । यसबाहेक उनीहरूले रूख चढ्ने, रूखलाई चुम्बन गर्न लगाउने, विपरीत लिंगीसमक्ष प्रेम प्रस्ताव राख्न लगाउनेजस्ता कार्य गर्छन् ।

होस्टेल र्‍यागिङ : र्‍यागिङको व्यावहारिक रूप होस्टलमा देख्न पाइन्छ । जुनियर विद्यार्थीले सिनियरहरूको कोठा सफा गर्नेदेखि लिएर कपडा धोइदिनेसम्मका कार्य गर्नुपर्छ । उनीहरूको पानी भरिदिनेदेखि लिएर दूध ल्याइदिने र होमवर्कसम्म गरिदिने काम पनि गर्नुपर्छ ।

लागूपदार्थ दुर्व्यसन : यो र्‍यागिङको एउटा गम्भीर रूप हो । नयाँ विद्यार्थीलाई जबर्जस्ती लागूपदार्थ सेवन गर्न बाध्य पारिन्छ । यसले गर्दा पछि ऊ पनि दुर्व्यसनी हुन्छ ।

र्‍यागिङको परिणाम

र्‍यागिङका कारण नयाँ विद्यार्थीमा गम्भीर शारीरिक एवं मानसिक असर पर्न सक्छ । यस्ता असर यस प्रकारका हुन सक्छन् :

- र्‍यागिङका कारण भएको अप्रत्याशित व्यवहारका कारण विद्यार्थीमा मानसिक असर पर्छ । यसका कारण उसमा वर्षौंसम्म पनि विभिन्न असर देखिन सक्छ ।
- त्यस्ता विद्यार्थी समुहमा बस्न वा काम गर्न रुचाउदैनन् । यसका कारण उ बाँकी संसारदेखि नै अनभिज्ञ हुने वातावरण बन्छ ।
- विभिन्न आशा-अपेक्षाका साथ कलेज लाइफमा प्रवेश गरेको विद्यार्थीको जिन्दगी बर्बाद हुन्छ ।
- शारीरिक अस्वस्थता र दुर्घटना नभए पनि यसले मानसिक तनाव र उत्तेजना बढाउँछ ।
- र्‍यागिङको विरोध गर्ने विद्यार्थीले पनि सिनियरहरूवाट विभिन्न धम्कीको सामना गर्नुपर्छ।
- र्‍यागिङकै कारण कतिपय विद्यार्थीले कलेज नै छोड्नुपर्ने अवस्था आउँछ । यसका कारण उसको करियरमै गम्भीर असर पुग्न सक्छ ।
- कतिपय अवस्थामा आत्म-हत्याजस्ता घटना घटेको पनि पाइन्छ ।

शैक्षिक संस्थामा पर्ने असर

र्‍यागिङकै कारण विभिन्न शैक्षिक संस्थामा पनि असर पुग्छ । ती संस्थाको ख्यातिमै कमी आउँछ । यसो भयो भने पछि कुनै पनि नयाँ विद्यार्थी त्यहाँ अध्ययन गर्न रुचाउँदैनन् । र्‍यागिङका घटना थाहा भयो भने विभिन्न सञ्चार-माध्यमले प्रचार प्रसार गर्छन् । यसका कारण समाजमा भएको उक्त शैक्षिक संस्थाको सम्मान र विश्वास हराउँदै जान्छ ।

भारतमा विश्वविद्यालय अनुदान आयोगले कुनै पनि नयाँ विद्यार्थीलाई शारीरिक तथा मानसिक रूपमा दुःख दिने पुराना विद्यार्थीलाई कडा कारबाही गर्न कलेजहरूलाई निर्देशन दिएको छ । र्‍यागिङका बारेमा बनेका राघवन कमिटी तथा विश्वविद्यालय अनुदान आयोग दुवैले सबै विश्वविद्यालय एवं शैक्षिक संस्थाहरूलाई यस्ता घटनालाई गम्भीरतापूर्वक लिन आग्रह गरेका छन्, जहाँ helpline@antiraging.com मा गै सहयोग लिन पनि आग्रह गरिएको छ ।

राघवन कमिटीका सदस्य तथा दिल्ली विश्वविद्यालय रामजस कलेजका प्रिन्सिपल डा. राजेन्द्रप्रसादका अनुसार कुनै पनि नयाँ विद्यार्थीलाई शारीरिक रूपमा टर्चर गर्नु तथा एसएमएस एवं इमेलको सहायताले दुःख दिनु पनि र्‍यागिङ हो । त्यहाँ शैक्षिक सत्र सुरु हुँदा दिइने ओरिएन्टेसन प्रोग्राममै र्‍यागिङ नगर्न सबैलाई जागरूक बनाउने कार्यक्रमहरू पनि सम्पन्न गरिए । प्रत्येक कलेजमा यसको नियन्त्रणका लागि एन्टी र्‍यागिङ समूह बनाइए र उनीहरूले र्‍यागिङ गर्ने कार्यलाई निरुत्साहित गर्न प्रोत्साहित गरियो । होस्टलमा पनि वार्डेनलाई पूरै समय विद्यार्थीहरूसँग बिताउन लगाइयो ।

दिल्ली कलेज अफ इन्जिनियरिङले त होस्टल तथा क्यान्टिनमा सिसिटिभी नै जडान गर्‍यो । यदि कुनै विद्यार्थी र्‍यागिङमा संलग्न भएको पाइए उसका विरुद्ध अदालतमा मुद्दा चलाइनुका साथै यसबापत उसले अढाई लाख भारतीय रुपैयाँ तिर्नुपर्नेसम्मको कानुनी कारबाही भोग्नुपर्छ । कलेज प्रशासनहरूले पनि कुनै पुराना विद्यार्थी नयाँ विद्यार्थीलाई सताउने कार्यमा संलग्न भएको पाइए तुरुन्त कलेज प्रशासनलाई जानकारी दिन भनेका छन् । विश्वविद्यालय अनुदान आयोगको नियमावलीअनुसार र्‍यागिङमा संलग्न विद्यार्थीलाई निलम्बन, निष्कासन गर्नुका साथै उसको भर्ना प्रक्रियासमेत रद्द गर्न सकिन्छ । यदि कुनै कलेज वा शैक्षिक संस्थाले आफ्ना विद्यार्थीलाई कारबाही गर्न आनाकानी गरे विश्वविद्यालयले त्यस्ता कलेज वा शैक्षिक संस्थाको सम्बन्धन रद्द गर्न सक्ने वा अनुदान बन्द गर्ने अधिकार पनि विश्वविद्यालयलाई दिएको छ । त्यसै गरी कारबाही प्रक्रियालाई जोडदार रूपमा अघि बढाउने कलेजहरूलाई विशेष प्रकारको अनुदान दिन सकिने व्यवस्था पनि भारतमा छ ।

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

८ महिना मै +2/SLC
➲ कक्षा ७,८,९, १० फेल भएपनि Math / Science / Test नदिई ५ बिषय मात्र पढेर ८ महिनामै S.L.C. पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
➲ + 2 / A level फेल भएपनि ५ बिषय मात्र पढेर + 2 पास गर्न चाहनु हुन्छ ?
➲ विश्वभर मान्यता प्राप्त- गृहिणी /जागिरे/व्यवसायीले घरमै बसी पढ्न सक्ने ।
➲ पास गर्न सकिने । बिगत १० बर्ष देखि संचालित
अन्तिम भर्ना
पाथ फाइन्डर ग्लोबल एजुकेशन
पुतलीसडक (रिपोर्टर्स क्लबको अगाडि)
2005077, 9841787602
www.pathfinder.edu.np

साण्डा तेल
लिंग खडा, लामो, मोटोको लागि साण्डा तेल
HERBAL LEVITRA + साण्डा तेल
सिघ्र पतनको लागि DOOZ 14000 स्प्रे
लिंग लामो पार्न Longjohn
थाहै नदिई जाँड रक्सी खैनी चुरोट छुटाउने डिफ्युजल
स्तन बढाउने, घटाउने, टाईट गर्ने, मोटोपना घटाउने, तौल बढाउने, गप्ताङ्ग टाईट गर्ने Silky Drops चाया पोतो, चाउरीपना ग्यारेन्टीका साथ निको पार्ने
हर्बोट्रेडिङ्ग होम, नयाँ बसपार्क
९७२१५३९२३५, ९८०३४३६४३८

अ.न. मि तालिममा भर्ना खुल्यो
CTEVT बाट सम्बन्धन प्राप्त २०५५ साल देखि संचालन भइरहेको यस तालिम केन्द्रमा अ.न. मि (एक्जुलरी नर्स मिड वाइफ) नर्सिङ्ग बिषयको १८ महिने तालिममा भर्ना खुल्यो । S. L. C. पास गरेका वा पुरक परिक्षा दिने महिलाले २०६७ भदौ ७ गते भित्र फारम भर्नु होला । नि:शुल्क महिला छात्रावास (Girls Hostel) को व्यवस्था छ ।
प्रवेश परिक्षा: २०६७ भदौ १२ गते शनिबार दिउसो ३.०० बजे
सम्पर्क ठेगाना भक्तपुर प्राविधिक तालिम केन्द्र प्रा. लि. (बालकोट) कौसलटार फोन: ६६३३१०७, ९८४१२५७०९१

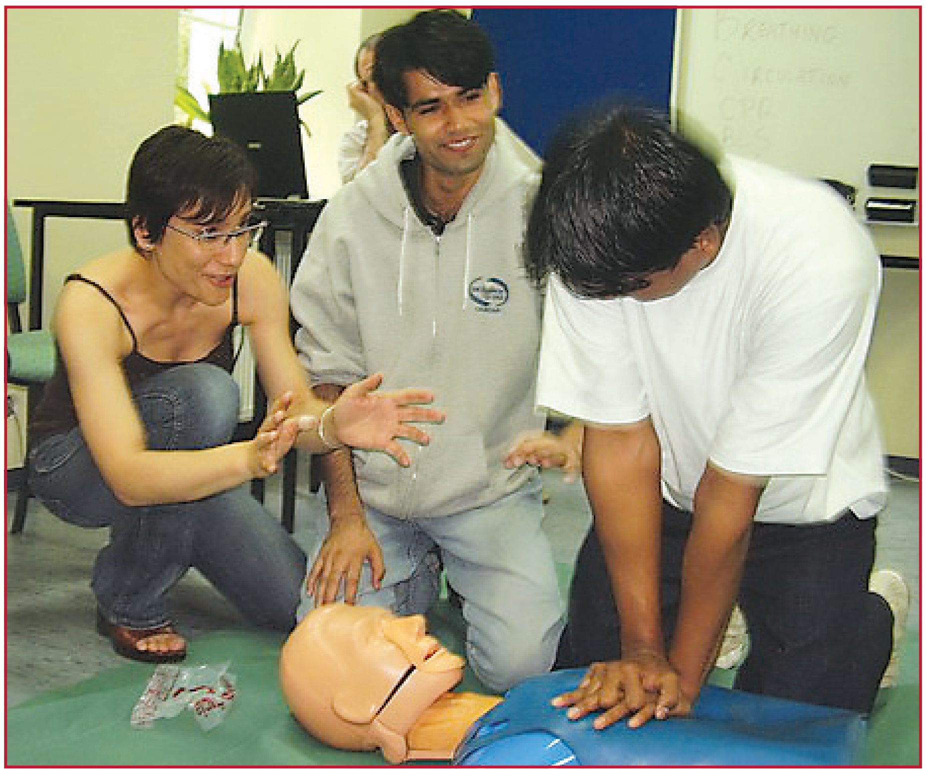
आकर्षक व्यक्तित्व
Acupuncture, अक्युप्रेसर (VASTU) उपकरणहरू
● अनुहार गोरो बनाउन (Roop Amrit)
● डण्डीफोर, चायापोतो, चारीपना हटाउने
● स्तन घटाउन, बढाउन, टाइट गर्न (Cream)
● YOKO (Height) बढाउन
लिङ्गको लम्बाइ, मोटाइ बढाउन
स्खलन रोक्न (Handsum up)
● केश झर्न रोकी उमार्न (Oil)
● रक्सी, चुरोटको कुलत छुटाउन
● मोटापा घटाउन, बढाउन
● ढाड दुखाइ कम गर्ने चुम्बकीय (Belt)
Blood Circulation Machine
Home Jogger
Free Home Delivery
TELE-SHOP INTERNATIONAL
सम्पर्क Thamel, Galkopakha (ओरालोमा)
98082-72692, 97213-19662

भेटेरिनरी जे.टी.ए.मा भर्ना खुल्यो !!!
CTEVT बाट सम्बन्धन प्राप्त शैक्षिक-सत्र २०६७/६८ मा १५ महिने भेटेरिनरी जे.टी.ए.को १४औं समूहमा छात्रवृत्ति सहित भर्ना खुल्यो ।
शैक्षिक योग्यता: SLC उतिर्ण तथा मौका प्रशिक्षार्थी समेत ।
फाराम बुझाउने अन्तिम मिति: २०६७ भाद्र १० गते
प्रवेश परीक्षा: २०६७ भाद्र १२ गते
TTRI, कनिबहाल, ललितपुर
फो. ५५३४८०७ (अ) ९८४१६२८१५२ (मो)

बेदाग गोरो बनाउने आयुर्वेदिक रूपअमृत Rs. 1650/- मात्र
Anti Pimple (Rose Sunscream Free)
*मुहारको दाग धब्बा पोतो हटाउने Dr. Japan - Rs.350/-
*मुहारको चाउरीपन हटाउने Cream - Rs.1250/-
*स्तन घटाउने तथा बढाउने Cream - Rs.1650/-
*शरिरको Weight घटाउने Dr. Slim Tea - Rs.1250/-
शरीरको तौल + उचाई बढाउने
जाँड-रक्सीको कुलत बाट छुटाउने
No side effect 100% Garantee
सफल आयुर्वेदिक प्राकृतिक उपचार
केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल Harbal 44 Rs. 750/-
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, माइतीघर (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 9841330144
9845275046 Chitwan, 9842083409 इटहरी

के बन्ने डाक्टर ?

● डा.बालकृष्ण साह



यस वर्षको फलामे ढोका अर्थात् एसएलसीको नतिजा पछि कति विद्यालय, कलेज अनि इन्स्टिच्युटले व्यापारिक फाइदा उठाए होलान्। कतिले डाक्टर, कतिले इन्जिनियर, कतिले पाइलट, त कतिले चार्टर एकाउन्टेन्ट वा अन्य केही बन्ने सल्लाह दिए होला। कतिपय विद्यार्थीको आफ्नै सपना होला। आफ्नो मेहनत र परिश्रमको मीठो फल पाएपछि सन्तुष्ट भएर अघि बढ्ने क्रममा विभिन्न किसिमका सल्लाह-सुझाव पाउनु स्वाभाविक हो। गाह्रो भए पनि निर्णय आफैंले लिनुपर्छ। एसएलसीमा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउने अधिकांश विद्यार्थीले डाक्टर बन्ने उद्देश्य राखेका हुन्छन्। उनीहरू मात्र होइन, अधिकांश विद्यार्थी तथा बालबालिकाहरू विभिन्न अन्तर्वार्ता वा कार्यक्रमहरूमा, भविष्यमा डाक्टर बन्ने सपना रहेको बताउँछन्। पढ्ने विद्यार्थीहरू मात्र होइन, कतिपय अभिभावकको चाहना पनि आफ्ना सन्तानलाई डाक्टर नै बनाउने हुन्छ। आखिर किन ? के छ डाक्टरी पेसामा जुन अरू पेशामा छैन ? पैसा, मान-सम्मान (इज्जत) वा आत्मसन्तुष्टि के पाउन बन्न खोजिन्छ 'डाक्टर' ?

हामीले अपनाउने पेसा सम्मानित एवं मर्यादित हुनुपर्छ। हाम्रो पेसाले हाम्रा आवश्यकताहरू इमान्दारीताका साथ पूरा गर्न सक्नुपर्छ। सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा आफ्नो पेसाबाट आफू सन्तुष्ट हुनुपर्छ। यसो विचार गर्दा डाक्टरी पेसा सम्मानित छ, पैसा पनि राम्रै छ अनि बिमारीको दुःख पीडा कम गर्न पाउँदा आत्मसन्तुष्टि पनि हुन्छ। त्यसैले डाक्टर बन्ने चाहना राख्नु स्वाभाविक हो। जीवनमा आफ्ना आवश्यकताहरू पूरा गर्न तथा जीविकोपार्जन गर्न कुनै न कुनै आयमूलक काम गर्नैपर्छ। यो हाम्रो बाध्यता पनि हो, तर आफूले रोजेको वा मन पराएको आयमूलक काम (पेसा) अपनाए, जीवनमा छुट्टै आनन्द आउँछ। त्यसैले समयमै आफूलाई मन लागेको पेसा रोज्ने र त्यही विषयमा अध्ययन गर्नु उत्तम हो।

मानिस बिमारी भएपछि उपचारका लागि चिकित्सकबाट परीक्षण गराउँछन्। रोग पहिचान गर्न र सही उपचारका लागि विभिन्न परीक्षण गर्नुपर्छ। त्यसपछि उचित औषधीको सेवनले उसलाई आराम (निको) हुन्छ। उसलाई आराम भएपछि उसले आफू बिमारी भएको अवस्थामा भएको खर्च सम्झन्छ। सामान्य पेट दुख्दा पनि झन्डै ५ हजार खर्च भएको देख्छ, अनि आफ्नो सन्तानलाई डाक्टर नै बनाउने विचार राख्छ। तर न त डाक्टर बन्न त्यति सजिलो छ, न त उसले खर्चिएको सबै रकम डाक्टरको हुन्छ। डाक्टरले एउटा बिमारीबाट पाउने शुल्क २ सयदेखि २ सय ५० मात्र हो। बिमारीले औषधीहरू र विभिन्न परीक्षण (रगत, दिसा, पिसाब, एक्सरे, भिडियो एक्सरे आदि) मा खर्चिएको पैसा पनि डाक्टरकै सम्झन्छ, जुन वास्तविकता होइन।

डाक्टर बन्नका लागि प्लस टुमा जीव विज्ञान समूहबाट कम्तीमा ५० प्रतिशत अंक ल्याएर उत्तीर्ण हुनुपर्छ। त्यसपछि एमबीबीएसको प्रवेश परीक्षामा उत्कृष्ट ठहरिएका विद्यार्थीले मात्र त्यसका लागि भर्ना पाउँछन्, यो काम त्यति सजिलो छैन। एमबीबीएसको साढे चार वर्षको कडा मेहनत र परिश्रमपछि पाएको सफलता र एक वर्षको इन्टर्नशिपपछि मात्र कोही डाक्टर बन्छन्। उति नै समयमा कुनै अर्को संकायको विद्यार्थीले 'डिग्री' सकिसकेको हुन सक्छ। त्यसैले एक जना विद्यार्थीले डाक्टर भएर सेवा सुविधा पाउने अवस्थामा पुग्दासम्म अर्को राम्रो विद्यार्थी म्यानेजर वा प्रमुख भएर त्योभन्दा बढी सेवा-सुविधा पाइरहेको हुन सक्छ, तर डाक्टर भएर पनि पछुतो तब हुन्छ, जब आफूसँगैका साथीहरूको पढाइ, जागिर, घर-व्यबहार सबै सुनिश्चित हुन्छ तर आफ्नो अध्ययन (एमडी वा एमएस) पनि सकिएको हुँदैन।

डाक्टरी पेसा अन्य पेसाजस्तो होइन। यो पेसामा नौ वा दस बजेदेखि चार वा पाँच बजेसम्मको ड्युटी मात्र हुँदैन। हाम्रो जस्तो कम जनशक्ति भएको देशमा भनेको बेला बिदा पाइन्छ भन्ने पनि छैन। दसैं, तिहार, चाडपर्व, सार्वजानिक बिदा, बन्द, हडताल सबै अवस्थामा पालो मिलाएर ड्युटी गर्नुपर्छ, तर पीडा त तब हुन्छ जब चौबीस घण्टाको ड्युटी सकेर विश्राम गर्न गएका बेला आफ्नो नजिकको मानिस बिमारी भएर आफ्नै अस्पतालमा ल्याइएको खबर आउँछ। बिमारी भेट्न जाऊँ रातभरिको निन्द्रा र दिनभरिको थकान, नजाऊँ आफ्नो मानिस बिमारी हुँदा पनि भेट्न नआउने ? कस्तो स्वार्थी, घमन्डी......। अझ आफ्नो मानिस डाक्टर हो, यही अस्पतालमा छ, राम्रो उपचार एवं सहयोगको आशामा आएका बिमारीलाई निराश कसरी बनाउने ? अनि दौडधूपमा बित्छ अर्को चौबीस घण्टा, आफ्नो नियमित ड्युटी त छँदैछ। फेरि थकित छु भनेर बिमारीको जीवनसँग खेल्ने कुरा पनि भएन। आफूले परीक्षण गरेको कुनै-कुनै बिमारीले त आफूसँग जीवनको ग्यारेन्टी नै खोज्छन्। जीवनको ग्यारेन्टी नगरे पनि जुन रोगका लागि परिक्षण गराएको हो, त्यो रोगको उपचारमा सहयोगी बन्नु चिकित्सकको दायित्व हुन्छ। पीडा त तब हुन्छ जब आफैंले निरन्तर, पूर्ण जिम्मेवारी र लगावका साथ उपलब्ध सबै स्रोत र साधन प्रयोग गर्दा पनि बिमारीको ज्यान बचाउन सकिँदैन वा आफ्नो बिमारीले उसको आर्थिक वा अन्य कारणले अनि आधुनिक उपचार पद्धतिबाट वञ्चित भएर ज्यान गुमाउनुपर्छ।

आफ्ना मानिस बिमारी भएर वेदनाले छट्पटाइरहेको अवस्था होस् वा एउटा गरिब असहायको पीडामा होस्, चिकित्सकको औषधीले आराम महसुस गराउँछ। त्यो आरामले डाक्टरलाई आत्मसन्तुष्टि तदिन्छ नै त्यसबाट आशीर्वाद पाएको देख्दा मनमा डाक्टर बन्ने र दीनदुखीको सेवा गर्ने विचार पलाउँछ, तर डाक्टरले काम गर्ने ठाउँ राम्रो होइन, अस्पतालमा मानिस खुसी भएर रमाइलो गर्न आउँदैनन्। सधैं बिमारीको पीडा सुन्नु, बुझ्नु, हेर्नु अनि सधैं रोग र रोगका जीवाणुसँग काम गर्नु सानो कुरा होइन। त्यस्तो वातावरणमा पनि जिम्मेवारीपूर्वक बिमारी र बिमारीका आफन्तलाई रोग अनि रोगीका बारेमा बुझाउनुपर्छ, उनीहरूको जिज्ञासाको उत्तर दिनुपर्छ। एक-दुई दिन मात्र होइन, सधैं बिमारी, रोग र रोगका जीवाणुसँग लड्ने, खेल्ने अनि रमाउने काम गर्नुपर्छ। यस्तो मर्यादित र सम्मानित कार्य पूर्ण जिम्मेवारीका साथ गर्दागर्दै पनि बेला बेलामा भीडले अनावश्यक प्रश्न गर्ने, लाञ्छना लगाउने अनि बिना कुनै गल्ती नै आरोप लगाउने, धम्क्याउने, तर्साउने वा हातपात गर्ने घटना घट्छन्। राजनैतिक दल तथा संघ-सस्थाहरू डाक्टरहरूको पीडा बुझ्नभन्दा पनि जिम्मेवारी थप्न बढी अग्रसर हुन्छन्।

सबै किसिमका पेसामा आ-आफ्नै किसिमका समस्या हुन्छन्। हरेक किसिमका पेसामा राम्रा-नराम्रा दुवै पक्ष हुन्छन्। पेसा कुनै नराम्रो हुँदैन। अन्य पेसामा पनि पक्कै आफ्नै किसिमका समस्या छन्। एउटा पीडाले छट्पटाइरहेको बिमारीलाई निको बनाउँदा, बिमारीलाई मात्र होइन, डाक्टरलाई पनि आनन्द आउँछ, यो यथार्थ हो। त्यसैले आफू के बन्ने र कसरी त्यसमा सफलता पाउने भन्ने विषयमा राम्रो छलफल गर्नुपर्छ। हतारमा निर्णय लिने अनि फुर्सदमा पछुताउने काम गर्नु हुँदैन।

जापान जाने हो ???

Admission Open

२०१० जनवरी, अप्रिल, जुलाई सेसनमा १००% बिद्यार्थी जापान पठाउन सफल यस सेन्टर बाट तपाई पनि २०११ को जनवरी र अप्रिल सेसनमा जापान जान चाहानुहुन्छ भने आजै सम्पर्क राख्नुहोस्।

~~Rs.5,80,000/-~~ Rs.5,50,000/- Only with 1 year Fee

दाइसुकी इन्टरनेशनल एजुकेशन सेन्टर

Head Office: सोह्रखुट्टे–१६, ४३५७८७८, ४३८६९३३ सोह्रखुट्टे पेट्रोल पम्प पछाडी

Branch Office: नयाँ वानेश्वर ४७८४४१२ नयाँवानेश्वर चोक | पुतली सडक ४४४०६१९ माछापुच्छ्रे बैंक संगै

६ महिना मै +2

तथा Math/Science/Test नदिईकनै S.L.C. पास !! (Nios Delhi Board)

Arts Commerce Science

अन्तिम भर्ना !! for Apr. 2011

+2, 'A'Level तथा PCL फेल भएता पनि ६ महिना पढेर एक वर्ष मै +2 पास गर्न सकिने, ११ को नपढी सिधै १२ को मात्रै पढेर Exam दिन पाईने, कक्षा ८, ९ Test फेल भएता पनि Test नै नदिईकन SLC दिन पाईने, कुनै ५ विषय मात्र पास गरे पुग्ने, पास गर्न सजिलो, 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।

प्राईभेट Test/SLC-2067

(आठै बिषयका नियमित कोचिङ्ग कक्षाहरु)

रेगुलर/एक्जाम्टेड (Tuition, Coaching Classes)

उपत्यका बाहिरबाट (SLC दिनेहरुलाई विशेष तयारी कक्षा)

SLC Preparation Class (Math, Opt. Math, Science, English etc.)

अंग्रेजी Japanese, फ्रेन्च, जर्मन, Spanish कोरियन, हिब्रु, भाषाहरु साथै Tution for SLC, +2, CBSE, 'A' Level, BA, BBS, BBA, TOEFL, IELTS & All Computer Courses.

ओरियन एकेडेमी
सामाखुशीपुल: 4388400, 9851021071
चावाहिल: 4460091, 9851085823
नयाँ बानेश्वर: 4484634, 9841160529

डिप्लोम्याटिक एकेडेमी
कुमारीपाटी: 5549139, 9851021665
लगनखेल: 5531437

Language & Computer

English: Elementary, Intermediate & Advanced Courses
(Supervised by P. Swoveet, free books, cassettes, audio-visual/lab practice)

TOEFL/IELTS/SAT/GRE Pre.
(Free Books/ materials/ Lab & Online practice/ weekly tests)

Japanese/ Korean/German/Chinese French/ Spanish/ Italian.. classes

Computer: Basic/Advanced/Accounting/Graphic.. courses

UNPOL SAT Preparation Classes are going on!

Our Products: Language books/Cassettes/CDs/Video DVDs ....

Easy Learning Language Book, Cassettes/CDs Basic to Advanced

Face to Face Language Videos Price: Rs. 160/-

Easy Way Prem Swoveet's best language books with Audio /Video DVDs has recently come in the market! Price: 145/- only

Upto date Essays for TOEFL/IELTS 201 Essays Rs.188/-

Boost Vocabulary Enhance word power Price: 50 & 60/-

-OLC's Publications, ph. 4-247897

O'seas Academy (OLC) Head office Bag Bazar, 4-268945 OLC Jamal-Branch, 4-244741

(Institute run by P. Swoveet!) Web site: creativeoseas.com email: olc_swoveet@wlink.com.np

रोजगारमुलक सि.एम.ए. तालिममा भर्ना खुल्यो।

S.L.C. उत्तीर्ण र पुरक परीक्षामा सम्मिलित भएका विद्यार्थीहरुका लागि CTEVT बाट मान्यता प्राप्त सि.एम.ए. (१५ महिना) तालिमको १४ औं समुहमा भर्ना खुल्यो। प्रवेश परीक्षाको लागि निःशुल्क तयारी कक्षाको व्यवस्था छ र कम्तिमा कक्षा ८ उत्तीर्णहरुको लागि CHDW कोर्षमा पनि भर्ना लिईंदै छ। सिट सिमित छ। ईच्छुक प्रशिक्षार्थीहरुले तुरुन्तै सम्पर्क राख्नुहोला।

फाराम बुझाउने अन्तिम मिति: २०६७ भाद्र ७ गते सम्म।
प्रवेश परीक्षा: २०६७ भाद्र १२ गते शनिबार दिउँसो ३ बजे।

एजुकेशन एण्ड कम्युनिटी हेल्थ अर्गनाईजेशन (ECHO)
इखालखु, ललितपुर (मच्छिन्द्रबहाल YMBA भवनबाट यहाँ सरेका छौं)
फोन: ५५५१११४, ५५४२७६५

विगतमा पूजा

चियाबारीमा हो चियाबारीमा, सालको पात टपरी, लुकीछिपी हेर्नेले सुटुक्क मेरो मन चोर्नेले जस्ता चर्चित गीतकी गायिका पूजा लामा गायन क्षेत्रमा स्थापित कलाकार हुन्, तर दार्जीलिङकी पूजालाई नेपाली दर्शकमाझ नारायण पुरीद्वारा निर्देशित सुपरहिट चलचित्र पापीले चिनायो । पापीमा नायिकाका रूपमा अभिनय गरेकी पूजा अर्थात् आम्ना फारुकीले त्यसपछि चक्रव्यूह, सलामलगायत केही चलचित्रमा पनि काम गरिन्, तर ती चलचित्रमा उनले राम्रो सफलता पाइनन् । स्वस्तिक चिया तथा सेन्चुरी मसलाका विज्ञापनमा पनि उनी देखिइन् । आकर्षक शारीरिक बनावटकी धनी पूजा सानैदेखि आफूलाई बलिउड तथा हलिउड स्टारहरूकामाझ उभ्याउँथिन् । साथीहरू अन्य खेलमा रमाउँदा पनि उनी भने भिजे तथा अभिनयमा मस्त हुन्थिन् ।

भविष्यको स्टारका रूपमा आफूलाई कल्पनामा हराउने पूजा भारतीय सैनिक बुबा भोपालमा रहँदा जन्मिएकी थिइन् । १७ वर्षको उमेरमा उनी सपना बोकेर नै काठमाडौं आएकी थिइन् । त्यसबेला उनी गायनक्षेत्रमा करियर निर्माण गर्न चाहन्थिन् । त्यहीबेला साथीहरूले राम्री छस् मोडलिङमा जा भनेपछि उनले मोडलिङसम्बन्धी ज्ञान लिइन् । सन् १९९९ मा आयोजित मोडलिङ कन्टेस्टमा बेष्ट मोडलको उपाधि जितेपछि उनी थुप्रै म्युजिक भिडियो तथा विज्ञापनमा देखिइन् । त्यस बेलासम्म सयौं फेसन शोमा ऱ्याम्पमा उत्रिसकेकी पूजालाई मंगोलियन नायिका खोजिरहेको चलचित्र पापीले नायिका बन्ने अवसर दियो । नायिका बन्न नृत्य आवश्यक भएकाले निर्देशक पुरीको सल्लाहमा उनले नृत्य निर्देशक बसन्त श्रेष्ठसँग नृत्य प्रशिक्षण लिइन् । गायिका बन्ने लक्ष्य लिएर काठमाडौं आए पनि मोडल र नायिकाको परिचयमा स्थापित भैसकेपछि गायन क्षेत्रमा करियर विकास गर्नु उनको लक्ष्य थियो ।

चलचित्र पापी प्रदर्शनमा आएलगत्तै पूजाले विराज लोप्चनसँग विवाह गरिन् । १८ वर्षे उमेरमा विवाह गर्दा कस्तो न होला भन्ने अनुभव सँगाल्ने हतारोमा विवाहको निर्णय लिएको उनले बताइन् तर त्यो विवाह एक वर्ष पनि टिकेन । उनले ती श्रीमान्बाट एक छोरा जन्माइन्, दम्पतीबीचको सम्बन्धमा अनावश्यक शंका उत्पन्न भएपछि उनले विवाहको पाँच महिना पछि नै दुबई गएका श्रीमान् विराजबाट अलग हुने निर्णय लिइन् । पूजाका छोरा हाल पूजाकी आमासँगै दार्जीलिङमा अध्ययनरत छन् ।

त्यसपछि उनी केही समयलाई बेल्जियम गइन् । बेल्जियम पुगेपछि पूजाले एक कम्पनीमा काम गरिन् । त्यही बेला नेवार परिवारका एक युवकसँग उनको अफेयर चल्यो । इन्गेजमेन्ट गरिसकेर परिवारलाई जानकारी गराउन काठमाडौं आएका उक्त युवकलाई परिवारले फेरी बेल्जियम फर्कन नदिएपछि उनीहरूको सम्बन्ध पनि त्यत्तिकै सकियो ।

त्यसपछि पूजा निराश भइन् । चुरोट र रक्सीको सहारा लिन थालेपछि उनी सधैं तनावमा रहन्थिन् । बेल्जियमबाट फर्किएपछि उनी मोडलिङ र गायनक्षेत्रमा सक्रिय भइन् । कुनै बेला ड्रिमगर्ल्स ब्यान्ड बनाएर गायनक्षेत्रमा सक्रिय पूजाले रिमिक्स गीतमा आफ्नो स्वर भरेर अडियो संग्रह बजारमा ल्याइन् । साइबरसंसार तथा साप्ताहिकका लागि कामुक फोटोसेसन गरेर उनी अझ चर्चामा आइन् । यसबीच एक सञ्चारकर्मीसँगको उनको अफेयर पनि चर्चामा थियो । त्यही अफेयरका कारण उनले अत्यधिक औषधी सेवन गरेर आत्महत्याको प्रयास पनि गरिन्, तर अस्पतालले उनलाई बचायो ।

त्यसपछि कन्सर्टमा व्यस्त रहेकै बेला अचानक पूजा र डिजे शिशिरबीचको यौन क्रियाकलापको भिडियो सार्वजनिक भयो । भिडियो सार्वजनिक भएको लगत्तै उनीहरूले विवाह गरेर त्यो प्रकरणको अन्त्य गरे, तर शिशिर र उनको सम्बन्ध पनि धेरै समय टिकेन । सम्बन्धमा समस्याहरू आउन थालेपछि उनीहरूले अलग बस्ने निर्णय लिए । छ महिनाअघि डिजे शिशिरलाई छोडेर दोहा पुगेकी पूजा (आम्ना फारुकी) दोहा, दुबई बसाइकै क्रममा मुस्लिम भएर नेपाल फर्किएकी हुन् ।

पूजा लामा बनिन्

आम्ना फारुकी

पृष्ठ १ बाट जारी

पूजाका अनुसार उनी मासु पनि हलाल गरेको मात्र खान्छिन् । पूजाले मुस्लिम धर्म अँगालिसकेपछिको जीवनलाई पुनर्जन्मका रूपमा परिभाषित गरिन् । पूजाका अनुसार उनले नयाँ जन्म पाएकी छिन् । 'मैले बुद्ध धर्मलाई गहिरिएर अध्ययन नगरेकाले र धेरै साथीहरू मुस्लिम भएकाले पनि हुनसक्छ, मैले धर्म परिवर्तनको बाटो रोजेको ।' उनले भनिन्- 'मुस्लिम साथीहरूको संगतले पनि मलाई मुस्लिम बन्न उत्प्रेरित गऱ्यो ।' सधैं तनावमा रहेको देखेपछि उनका एक मुस्लिम साथीले ध्यान गर्ने सल्लाह दिएका थिए, उनले त्यसलाई पनि प्रयोग गरेर हेरिन्, तर तत्कालै त्यसबाट कुनै राहत मिलेन, तर अल्लाहलाई सम्झेर पुकारा गरेपछि उनले राहत पाएको बताइन् ।

विगतका स्क्यान्डलहरूबाट बच्न पूजाले मुस्लिम भएर आफ्नो नाम परिवर्तन गरेको भन्नेहरू पनि होलान्, पूजाले भनिन्- लाज वा डरका कारण मैले मुस्लिम धर्म अँगालेको होइन, रहरका कारण पनि मलाई मुस्लिम बन्ने चाहना थियो ।' पूजाका अनुसार एक दिन मुस्लिम साथीबाट त्यो धर्मका बारेमा सबै जानकारी लिएपछि उनले सोही दिन मुस्लिम बन्ने निर्णय लिएकी थिइन् । उनले भनिन्- 'अल्लाहको डरका कारण गलत काम नगर्ने भएकाले पनि यो धर्मको शरण लिएँ ।'

दार्जीलिङमा रहेको पूजाको परिवारलाई पनि उनले आफ्नो धर्म परिवर्तनका बारेमा जानकारी गराइसकेकी छिन् । 'ममीहरूले पनि साथ दिनुभयो,' उनले भनिन्- 'मुस्लिम धर्मले मेरो जीवनशैलीमा ल्याएको परिवर्तन देखेर पनि उहाँहरू खुसी हुनुभएको छ ।' रक्सी र चुरोट अनिवार्य पिउनैपर्ने उनको बानी अहिले परिवर्तन भएकाले परिवार खुसी भएको हो ।

नयाँ जीवन पाएकाले उनले पूजा लामाको विगतको परिचय समाप्त भएको बताइन् । अब मलाई आम्ना फारुकीका रूपमा सम्बोधन गरे हुन्छ, पूजाले भनिन्- 'अहिले आएर मात्र म परिपक्व भएको महसुस गरिरहेकी छु । मस्तिष्कमा आइरहने नकारात्मक कुरा पनि अहिले अन्त्य भएको छ ।' पूजाले विगतका विभिन्न सम्बन्धका बारेमा अब केही उल्लेख गर्नुको अर्थ नरहेको समेत बताइन् ।

'म विवाह गरेर मुस्लिम भएको भने होइन,' उनले स्पष्टीकरणको भाषामा भनिन्- 'तर अब विवाह गर्दा सायद मुस्लिमसँगै हुन्छ ।' मुस्लिम धर्म अँगालिसकेपछि निकाह (विवाह) गरेको व्यक्तिसँग मात्र यौनसम्बन्ध राख्न पाइने पनि उनले बताइन् । हाँस्दै पूजाले भनिन्- 'अहिलेसम्म मुस्लिम साथीहरू मात्र पाएकी छु जीवनसाथी पाएँ भने फेरि खबर गरौंला नि हुन्न ?' यद्यपि पूजाले जसको सल्लाहमा मुस्लिम धर्म ग्रहण गरिन् उसैसँग विवाह गर्नेछिन् भनेर अनुमान गर्नेहरूको पनि कमी छैन ।

नेपाल सुनको अन्डा पार्ने कुखुरी हो

पृष्ठ ५ बाट जारी

गर्नुभयो । मैले कुनै पनि कुरा सित्तैंमा दिँदा त्यसको सदुपयोग हुन सक्दैन भनेर त्यसो नगर्न सुझाव दिएको थिएँ, तर त्यसको सुनुवाइ भएन । अहिले सुन्दैछु, ८० प्रतिशत सौर्य टुकी जसलाई दिइएको हो, उनीहरूको घरमा छैन । यदि थोरै पैसा लिएर सहकारीमार्फत त्यसलाई व्यवस्थापन गरेको भए करोडौं रुपैयाँको दुरुपयोग हुँदैनथ्यो । हामीले केही पैसा लिने हुनाले यो एक प्रकारको व्यवसाय नै हो । यसलाई समाजसेवामुखी व्यवसाय भन्न सकिन्छ । अरूको दास भएर बस्नुभन्दा यस्तो प्रभावकारी व्यवसाय गर्नु उत्तम हो । आज धेरै युवा कलेजमा म्यानेजमेन्ट पढिरहेका छन्, केवल २०-२५ हजार रुपैयाँका लागि, तर उनीहरूले हात्ती किनेर पर्यटकलाई चढाउने हो भने उनीहरू दिनहुँ २०-२५ हजार रुपैयाँ कमाउन सक्छन् ।

अहिले नयाँ अनुसन्धान के गरिरहनुभएको छ ?

नेपालमा १० हजार घट्ट छन् । गाउँघरमा पिठो पिस्नदेखि विभिन्न कुटानीका लागि यिनै घट्टको प्रयोग हुन्छ । यदि यी घट्टबाट १८ भोल्टको ब्याट्री चार्ज गर्न सकियो भने त्यसले अपुग बिजुली स्वतः पूरा गर्न सकिन्छ । यसमा म गम्भीर रूपमा लागेको छु । एउटा भाँडोमा नुन र पानी हालेर त्यसमा तामाको तार राख्ने र त्यसलाई घाममा तताउने हो भने त्यो क्लोरिनमा परिवर्तन हुँदो रहेछ । १ हजार लिटर क्लोरिनलाई ४ हजार लिटर पानीमा मिसाएर त्यसले गाउँघरको अस्पताल सफा गर्न सकिने रहेछ । गाउँघरमा केमिकलयुक्त किटाणु सफा गर्ने सामग्री हुँदैन, त्यसैले यो पनि एउटा महत्वपूर्ण उपलब्धि हो ।

तपाईंका कारण निकुञ्जक्षेत्रका बासिन्दाले राहत पाएको समाचार प्रकाशित भएको थियो, त्यो कुन प्रविधि थियो ?

जहिले पनि निकुञ्ज क्षेत्र वरपरका बासिन्दा र त्यहाँका जनावरबीच ठूलो द्वन्द्व हुन्थ्यो । त्यो द्वन्द्व ऊर्जा (दाउरा) र चरण (घाँस) का कारणले उब्जिएको हो । किनभने गाईवस्तुलाई चरण चाहिन्छ, बाल्नलाई दाउरा । यदि गाईवस्तु बाँधेर पाल्ने र त्यसको मलबाट खाना पकाउने लगायतका ऊर्जाको व्यवस्थापन गर्ने हो भने यो द्वन्द्व समाप्त हुने थियो । यही कुरा बुझेर मैले चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज क्षेत्रका १० वटा घरमा गोबर ग्याँसको अवधारणा भित्र्याएँ । सुरुमा त्यसलाई लागू गर्न निकै गाह्रो भएको थियो, तर जुन घरमा गोबर ग्याँसको प्लान्ट लागेको थियो, ती घरका महिलाले कालो भाँडा माझ्नु नपर्ने, सुकाएको लुगा सफा हुने देखेपछि यो लोकप्रिय हुन थाल्यो । गाईवस्तुलाई जंगली जनावरले खाला भन्ने पीर पनि भएन । अर्को कुरा निकुञ्जले जति आम्दानी गर्छ, त्यसको केही प्रतिशत गाउँलेले पाउने व्यवस्थाका लागि लबिङ पनि गरियो । किनभने यो उनीहरूको अधिकार थियो । त्यही पैसाले गाउँलेहरू गोबर ग्याँस प्लान्टलगायतका काम गर्न सक्ने अवस्थामा पुगे । यो पनि दीर्घकालीन फाइदाको काम थियो । अहिले नेपालका १ लाख घरमा वायोग्याँस छन् । कुनै पनि राष्ट्रिय निकुञ्जक्षेत्रका घरमा वायोग्याँस छैन भने अब अचम्म मान्नुपर्ने हुन्छ ।

तपाईं आफूले हात हालेका सबैजसो क्षेत्रमा सफल देखिनुहुन्छ, यसको मुख्य कारण के हो ?

प्रविधि र परिस्थितिको सही मूल्यांकन । तपाईं जुन ठाउँका काम गर्दै हुनुहुन्छ, त्यहाँको परिस्थिति के छ ? अर्थात् उनीहरूको आवश्यकता के हो ? त्यसपछि त्यो आवश्यकता पूरा गर्न कुन प्रविधि ल्याउनुपर्छ ? यी कुरा बुझेपछि असफल हुने सम्भावना हुँदैन । आज काठमाडौंमा आठ घण्टा लोडसेडिङ छ, तर नेपालका १ हजार ४ सय गाउँमा एक मिनेट पनि लोडसेडिङ हुँदैन । यसको अर्थ के हो भने जुन क्षेत्रमा जुन परिस्थिति छ, जुन प्रविधिको आवस्यकता छ, त्यही प्रविधिको उपयोग गर्ने हो भने अवश्य सफलता हात लाग्छ ।

तपाईं ऊर्जाका बारेमा विज्ञ हुनुहुन्छ, तपाईंसँग तत्काल लोडसेडिङ घटाउने उपाय छैन ?

छ, म तीन दिनमा पनि तत्काल लोडसेडिङ घटाउन सक्छु । तीन महिनामा सय मेगावाट विद्युत् बचाउन सक्छु । तीन वर्षमा दीर्घकालीन रूपमा लोडसेडिङ अन्त्य गर्ने उपाय मसँग छन्, तर त्यसलाई लागू गर्न दृढ इच्छाशक्ति हुनुपर्छ ।

के हुन् ती उपाय ? तीन दिन र तीन महिनामा लोडसेडिङ अन्त्य गर्ने उपाय त सबैलाई चाहिएको छ, होइन र ?

काठमाडौंका सबैजसो उद्योग, होटल, विद्यालय-कलेज, घराना आदिमा ठूला-ठूला जेनरेटर छन् । ती सबैले दैनिक ६० मेगावाट विद्यूत् उत्पादन गर्छन् । पहिलो दिन पत्रिकामा 'दिउँसो सबै कम्पनीले जेनरेटर चलाउनुहोस्, त्यसबापत राती विद्युत् प्राधिकरणले तपाईंलाई सस्तोमा विद्युत् उपलब्ध गराउँछ' भनेर सूचना दिनुहोस् । दोस्रो दिन ती सबै कम्पनीलाई बोलाएर उनीहरूसँग राति सस्तोमा बिजुली दिने एग्रीमेन्ट गर्नुहोस् । तेस्रो दिनदेखि दिनभरि ती उद्योगमा जेनरेटर चल्न थाल्नेछन् । तपाईंको घरमा रातभर बिजुली आउँन थाल्छ । किनभने ६० मेगावाट विद्युत काठमाडौंका लागि राम्रै हो । राति उद्योगहरू कम चल्ने हुनाले यसले तत्काल लोडसेडिङ अन्त्य हुन्छ ।

तीन महिनाको योजनाचाहिँ कस्तो छ ?

पहिलो महिना विद्युत् महसुल तिर्न विद्युत् प्राधिकरणमा जाने ग्राहकलाई अर्को महिना बिल तिर्न आउँदा घरका सबै चिम लिएर आउने नियम बसालिदिनुहोस् । पहिलो महिना १ सय शुल्क तिर्ने व्यक्तिलाई दोस्रो महिना पुरानो चिमको साटो कम ऊर्जा खपत हुने चिम दिएर पठाउनुहोस् । सय रुपैयाँ बिल तिर्ने व्यक्तिले १० रुपैयाँ मात्र तिर्नुपर्छ । त्यसो हुँदा चिमका लागि केही रुपैंया किस्ताबन्दीमा तिर्न जुनसुकै ग्राहक राजी हुन्छ । तीन महिनाभित्र सबै घरका बल्भ फेरिए भने सय मेगावाट विद्युत् बचत हुन्छ । यसले देशभरिकै लोडसेडिङ घटाउन मद्दत गर्छ ।

तपाईंसँग धेरै योजना छन्, राजनीतिमा किन जानुहुन्न ?

एउटा वडाध्यक्षले गाउँको विकासको काम पनि गर्नुपर्छ, श्रीमान्-श्रीमतीको झगडा पनि मिलाउनुपर्छ । एउटा बौद्धिक एवं सिर्जनशील मानिस गाउँको विकास गर्न त चाहन्छ, तर अरूको झगडा मिलाउन मन पराउँदैन । मजस्ता धेरै मानिस राजनीतिमा जान नचाहनुको प्रमुख कारण यसभित्र गर्न मन नलाग्ने काम गर्न बाध्य हुनु नै हो । यदि समाज असल चरित्रको हुने हो भने धेरै मानिस राजनीतिमा जान्थे ।

राजनीतिलाई गाली गर्ने तर राजनीतिमा जान नचाहने बौद्धिक वर्गले देशलाई हानि भैरहेको छ भन्यो भने गल्ती हुन्छ ?

सोह्रै आना ठीक हुन्छ । आज नेपालको राजनीतिमा जति पनि गलत काम भैरहेका छन्, हामी जस्ता व्यक्ति राजनीतिमा नगएर पनि हो । जब-जब देशको राजनीति बिग्रन्छ, म आफूलाई दोषी महसुस गर्छु तर राजनीतिमा जान आँट आउँदैन । किनभने त्यसभित्रको फोहोरदेखि डर लाग्छ ।

बाहिर बसेर पनि देश बनाउन सकिन्छ । बाहिर बसेर देशलाई सहयोग गरेको कुरा सम्झनुपर्दा कुन कुरा सम्झनुहुन्छ ?

आज म जुन स्थानमा छु, त्यहीँ बसेर नेपालका पक्षमा विदेशी दातासँग लबिङ गर्ने अवसर पाएको छु । आज एसियाली विकास बैंकले नेपाललाई दुई वर्षका लागि १ अर्ब ऋण दिएको छ । जलवायु परिवर्तनमा सकारात्मक भूमिका खेल्ने विश्वका दश देशमध्ये नेपाल पनि पर्न सफल भएको छ । जसबाट नेपाललाई ६ करोड डलर आउने भएको छ । विश्वमा बाघ संरक्षण गर्ने जम्मा चार देशमा नेपाल पनि परेको छ, जसका लागि नेपाललाई १० करोड डलर रकम आउने भएको छ । विश्व बैंकले नेपाललाई ५० अर्ब रुपैयाँ दिने सहमति गरेको छ । म उनीहरूकै कलेजमा पढेको मानिस उनीहरूलाई के भन्दा पैसा झर्छ भन्ने बुझेको मानिस भएका कारण नेपालका पक्षमा बार्गेनिङ गर्न सजिलो भएको छ । त्यो रकम नेपाल ल्याउन मैले पनि केही योगदान गरेको छु भन्ने लाग्छ ।

सधैंभरि मागेर मात्र कति देश चलाउने, दीर्घकालीन उपाय सोच्नुपरेन ?

यसका लागि हाम्रो सोचमा परिवर्तन ल्याउनुपर्छ । आज गल्फ एयरमा कति नेपाली विदेश गए भन्ने गणना हुन्छ, तर त्यसको लगेजमा, कार्गोमा कति नेपाली तरकारी कतार वा दुबई गए भन्ने कुराको चिन्ता हुँदैन । चार वर्षपछि कोदारीसम्म चिनियाँ रेल आइपुग्छ । कोदारीमा रेल आएपछि चिनियाँहरू लुम्बिनी जान चाहन्छन्, तर त्यसका लागि हामी कति चिनियाँ भाषा बोल्ने नेपाली गाइड तयार गरिरहेका छौं, त्यसका बारेमा सोच्ने मानिस भएन । हिमाल भनेको दक्षिण एसियाको पानी ट्याङ्की हो । यसलाई बेनिफिट सेयरिङका हिसाबले लिडिङ गर्ने मानिस भएन । हामी कुरा गरिरहेका छौं, यतिबैलै लाखौं क्युसेक लिटर पानी सित्तैंमा बगेर गैरहेको छ । नेपाल त सुनको अन्डा पार्ने कुखुरी हो । यस्तो कुरा सोचेर देशलाई समृद्ध पार्ने मानिस चाहिएको छ । एउटा मानिसले मात्र सोचेर कसरी हुन्छ ?

यसका लागि ठूलो बार्गेनिङ पावर चाहिन्छ, त्यस्ता मानिस कति होलान् त ?

त्रेतायुगमा लक्ष्मणको उपचार गर्न हनुमानले सञ्जीवनी बुटी भएको पहाड श्रीलंका लिएर गएका थिए । त्यो फर्काएको कुरा अहिलेसम्म बाहिर आएको छैन । त्यो पहाडबापत श्रीलंकाले क्षतिपूर्ति दिनु वा त्यो पहाड फर्काउनुपर्छ कि पर्दैन, कुनै पनि कुरा सोच्ने तरिका हुन्छ । हामीकहाँ योजना भएका मानिस धेरै छन् । काम पनि गरिरहेका छन्, तर सबै प्रोडक्ट वा सर्भिसमा मात्र ध्यान दिन्छन् । जबकि सिस्टमलाई ध्यान दिनुपर्छ । यस्तो सिस्टम बनाउनुपर्छ, जसले हजारौं वर्षसम्म हामीलाई आम्दानी आइरहोस् ।

तपाईं काठमाडौंको रैथाने नेवार, देश दुनियाँ बुझेका तपाईंजस्ता साथी कति बनाउनुभएको छ ?

दुःखका साथ भन्नुपर्छ, मेरा कतिपय साथी घर बहालमा लगाएर बियर पिएर रमाइरहेका छन् । म काठमाडौंको अफिस साइकल चढेर जान्छु, यस्तो बेलामा उनीहरू तेरो जागिर खुस्कियो कि क्या हो ? भनेर प्रश्न गर्छन् । म किन साइकल चढिरहेको छु, त्यो पनि बुझ्न नसक्ने साथीहरूको बीचमा छु ।

तपाईंको विचारमा नेपाल कहिले धनी होला ?

हामी चीन र भारतको बीचमा छौं । चीनले १२ प्रतिशत र भारतले ९ प्रतिशतका दरले आर्थिक वृद्धि गरिरहेका छन् । दुवै देशका मानिस धनी हुँदै गएको अवस्थामा हामी नेपाली जनता गरिब हुन्छौं भनेर बस्दा पनि हामी धनी हुन बाध्य हुन्छौं । यति हो, हामी आफैंले पौरख गरेर धनी हुने कि दुईतिरको सेप लागेर धनी हुने हाम्रै हातमा छ ।

अश्विनी कोइराला

राजेशको
ननभेज जोक

राजेश हमालले पनि ठट्टा गर्न जानेका छन् । उमेर बढ्दै गएपछि उनको ठट्टा गर्ने शैलीमा पनि प्रगति हुँदैछ । चलचित्रको छायांकनका बेला साथीभाइले सुनाएका 'ननभेज जोक'मा किल्किले देखिने गरी ४० डेसिबलको अट्टहास लगाउने राजेश हमाल आफैं पनि जोक भन्ने प्रयत्न गरिरहन्छन् । केही समयअघि राष्ट्रिय नाचघरमा एउटा शान्ति गीतको म्युजिक भिडियोको छायांकन भैरहेको थियो । चर्चित कलाकार, पत्रकार आदिलाई अभिनय गराइएको उक्त गीतमा सबैलाई शान्तिको प्रतिक अंकित सेतो टिसर्ट लगाउन दिइएको थियो । व्यस्त नायक हमाल भने दिनभरि कुनै चलचित्रको छायांकन सकेर उक्त गीतमा एक झलक देखिन नाचघर पुगे । उनको दृश्य खिचिएपछि पूरै गीतको छायांकन सकियो । त्यसपछि हमालको 'जोक मुड' बन्यो । सेतो टिसर्ट लगाएका केही युवायुवतीले टिसर्टमै राजेशको अटोग्राफ लिन थाले । त्यो भीडमा नायिका झरना थापा पनि पुगिन् । उनले पनि सेतै टिसर्ट लगाएकी थिइन् । टिसर्टको अघिल्लो भाग तान्दै उनले पनि राजेश हमाललाई जिस्काइन्- 'अटोग्राफ प्लिज ।' त्यसपछि राजेश उनको छातीको उभारतर्फ संकेत गर्दै जिस्किए- 'टिसर्ट किन उचाल्नुभएको, त्यो त्यत्तिकै उठेको छ नि ।' राजेशले त्यसरी जवाफ दिन्छन् भन्ने कल्पनासम्म नगरेकी झरना एकैछिन छक्क परिन्, केही क्षणमै झरनाले कुरा बुझिन् अनि उनी राजेशको त्यो 'ननभेज जोक' मा खित्का छाडेर हाँस्न थालिन् ।

शुभेच्छाको
ज्ञान खुल्यो

सहयात्री, अतीत, पथभ्रष्ट, खुसी पलभरको, यातनाजस्ता टेलिसिरियलमा काम गरिसकेकी शुभेच्छा थापाले क्रोध, कन्यादान, बदमास, प्रहार, रक्षक, चिनो आदि चलचित्रमा पनि अभिनय गरेकी छिन् । दर्जनौं म्युजिक भिडियो एवं विज्ञापनकी यी मोडल नायिकाको एउटा दुःखेसो छ- 'ग्ल्यामरको यो जमानामा विवाहिताहरूलाई काम गर्न केही हदसम्म गाह्रो छ ।' यद्यपि उनी आफूले विवाहित भएकै कारण किस सिन भएका चलचित्र छोडे पनि सुहाउँदिला हट सिन भने दिन सक्ने कुरा बताउँछिन् । शुभेच्छाका लागि कस्ता हट सिन सुहाउँदिला हुन्छन्, त्यो त उनैलाई थाहा होला, तर उनलाई के थाहा छ भने नांगिन तयार हुने र कम्प्रोमाइज गर्न चाहनेहरू तुरुन्तै चर्चामा आइहाल्छन् । बल्ल ज्ञान खुलेछ शुभेच्छाको ?

आर्यनसँग सञ्चिताको
लभ मेकिङ

वर्षाको मौसम छ । पानीले भिजेपछि सञ्चिता लुइँटेलको तन मनमा आगो बल्छ । उनको लाज छोप्ने पहिरन पनि पानीमा भिजेपछि निर्लज्ज हुन्छ । उनका कोमल अंगको स्पर्शबाट आर्यन सिग्देललाई पनि छटपटी हुन्छ । उनी घरी सञ्चितालाई च्याप्छन् त घरी हिलोमा लडाएर माया गर्ने प्रयत्न गर्छन् । पानीमा माया गर्ने यो कन्सेप्ट भने आलोक नेम्वाङको हो । आलोककै अनुरोधमा सञ्चिताले चलचित्र 'कोही मेरो' मा स्वीमिङ सुट लगाएकी छिन् । चलचित्रको एउटा 'सेन्सनल' गीतमा यी जोडीले 'भड्किलो रोमान्स' गरेका छन् । जसलाई 'मेकिङ अफ लभ' पनि भन्न सकिन्छ । भदौ महिनाको पहिलो साता सार्वजनिक हुन लागेको आलोकको चलचित्र 'कोही मेरो' को उक्त गीत अहिलेसम्म पूरै देखाइएको छैन । चलचित्रको एल्बम विमोचनमा पनि गीतको सबैभन्दा 'सेन्सनल' भाग काटिएको थियो । आलोकले भने- 'त्यो भागचाहिँ अब हलमा गएर हेर्नुहोला । त्यति बेलासम्मलाई सस्पेन्स ।' यद्यपि उक्त दृश्यका केही तस्बिर भने उनले साप्ताहिकलाई पठाइदिए । हालसम्म सामान्य भूमिकामा देखिने सञ्चिताले पहिलो पटक यति 'हट' सिन दिएकाले पनि चलचित्र कोही मेरोप्रति धेरैको ध्यान केन्द्रित भएको छ ।

मलेसियामा नाच्दैछिन्
नम्रता

मलेसियामा हुने 'नेपाल कन्सर्ट-२०६७' शीर्षकको सांस्कृतिक कार्यक्रममा नायिका नम्रता श्रेष्ठ नृत्यांगनाका रूपमा सहभागी हुँदैछिन् । कार्यक्रममा उनले आधा दर्जन गीतमा एकल नृत्य प्रस्तुत गर्नेछिन् । नायिका नम्रतासँगै नायक दिलीप रायमाझी, बरुण राणा, गायक बाबु बोगटी, मिलन लामा तथा गायिका प्रीति आले पनि सहभागि हुनेछन् । नम्रताले दिलीप रायमाझी तथा बरुण राणासँग युगल नृत्य प्रस्तुत गर्नेछिन् । यो कन्सर्ट आगामी भदौ २५, २६ तथा २७ गते मलेसियाका तीन सहरमा आयोजना हुने सांस्कृतिक कार्यक्रमको सञ्चालन चलचित्र निर्देशक सुरेशदर्पण पोखरेल तथा सुनिल चालिसेले गर्नेछन् । कन्सर्टमा सहभागी हुने कलाकारहरू चलचित्र 'मिस यू' को छायांकनमा समेत सहभागी हुनेछन् । कलाकारहरूको समूह आगामी भदौ २ गते मलेसियातर्फ प्रस्थान गर्नेछ ।

हिरो नबन्ने
निर्माता

छायांकनस्थलमा उनलाई उक्त चलचित्रको नायक भन्नेहरू धेरै छन् । मधुकुमार श्रेष्ठको कदकाठी, अनुहार हिरो बन्न लायक छ । चलचित्रका निर्देशक तथा द्वन्द्व निर्देशक एनबी महर्जन पनि त्यसै भन्छन्, तर मधुकुमारलाई चलचित्र नायक हुने कुनै रहर छैन । व्यापार व्यवसायबाट आर्जन गरेको केही रकम लगानी गरी उनले चलचित्र निर्माण थालेका छन्, अनि आफैं नायक नभएर एक्सन नायक अर्जुन कार्कीलाई उनले चलचित्र 'बजार'को नायक लिएका छन् । भविष्यमा भन्न सकिन्न, फिल्मी चस्का लाग्यो भने मधुकुमार पनि चलचित्र नायक हुन सक्छन्, तर आफ्नो लगानीमा होइन । चलचित्र निर्माण गरिरहने लक्ष्य लिएका मधुकुमार आफैं लगानी गरी नसुहाए पनि आफै नायक हुनेहरूका लागि गतिलो उदाहरण भएका छन् ।

कलाकार एक, भूमिका पाँच

एउटै चलचित्रमा एउटा कलाकार दुइटासम्म भूमिकामा देखा पर्छन् । योगेश घिमिरेको निर्देशनमा प्रज्ञा जोशीले निर्माण गरेका 'नबिर्से तिमीलाई नपाएँ तिमीलाई' मा कलाकार विल्सनविक्रम राई पाँचवटा अलग-अलग भूमिकामा देखिनेछन् । दुई दर्जन चलचित्रमा अभिनय गरिसकेका राईको अभिनय क्षमता एवं शारीरिक बनावटका कारण पाँचवटा भूमिकामा स्थान दिएको निर्देशक घिमिरेले बताए । जोरपाटीमा भएको छायांकनमा कलाकार राई धामी, तेस्रोलिंगी, हिपपप, प्रहरी र नोकरको भूमिकामा छन् । पंचकथामा आधारित यो चलचित्रमा पाँचवटा भूमिकामा देखिन पाउँदा राई पनि हर्षित छन् । भन्छन्, 'म एकदमै खुसी छु र मेरो क्षमताको परीक्षा पनि हुँदैछ ।' राईको गेटअपले सबै भूमिकामा उत्कृष्टता प्रदर्शन गर्ने निर्माण पक्षको दाबी छ । चलचित्रमा विराज भट्ट, झरना थापा, बाबु बोगटी, प्रज्ञा जोशी आदिको मुख्य भूमिका छ ।

● फिल्मी खबर ●

भदौं ४ मा नाइँ नभन्नु ल

चलचित्र लेखक विकास आचार्यको निर्देशनमा प्रदर्शनका लागि तयार चलचित्र 'नाइँ नभन्नु ल' भदौ ४ गते सार्वजनिक हुने भएको छ। प्रेमकथामा आधारित यो चलचित्रमा तीन नायक तथा एउटी नायिकाको अनौठो प्रेम प्रसंगलाई पर्दामा उतारिएको छ। रमेशजङ रायमाझीले निर्माण गरेको यो चलचित्रमा जीवन लुइँटेल, सुमन सिंह, मुकेश आचार्य तथा ऋचासिंह ठकुरीले केन्द्रीय भूमिका निर्वाह गरेका छन् भने यो चलचित्रमा महेश खड्काको संगीत सुन्न पाइनेछ।

कानुन भदौ ४ देखि

उदय सुब्बाको लेखन तथा निर्देशन रहेको चलचित्र कानुन आउँदो भदौ ४ गतेदेखि उपत्यकामा प्रदर्शन हुने भएको छ। वर्तमान राजनीतिक परिवेश एवं प्रेमकथामा आधारित यो चलचित्रको निर्माण मदनकुमार इङ्नाम, भीम चोङबाङ र रामप्रसाद चोङबाङले गरेका हुन्। एनबी मर्हजनको द्वन्द्व, राजेशपायल राईको संगीत, दिनेश पाखिनको नृत्य एवं कृष्ण श्रेष्ठको छायांकन हेर्न-सुन्न पाइने यो चलचित्रमा राजेश हमाल, निखिल उप्रेती, दिलीप रायामाझी, झरना थापा, अरुणिमा लम्साल, सुनील थापा तथा दिनेश शर्माको मुख्य भूमिका छ।

भदौं २५ देखि हिम्मत टु

दीपक श्रेष्ठको निर्माण एवं निर्देशनमा बनेको सिक्वेल चलचित्र 'हिम्मत टु' आगामी भदौं २५ गतेदेखि नेपाल अधिराज्यभरि एकैसाथ सार्वजनिक हुँदैछ। चलचित्रमा विराज भट्ट, युना उप्रेती र श्रीकृष्ण लुइँटेलको दोहोरो भूमिका छ। यसका साथै चलचित्रमा बसुन्धरा भुसाल, दिनेश डिसी, सुशील पोखरेल आदि कलाकारहरू छन्। काठमाडौं, पोखरा र जोमसोममा छायांकन गरिएको उक्त चलचित्रका संगीतकार आलोकश्री हुन्।

धरानमा '१८३० एक इतिहासको' प्रदर्शनी

यलम्बर फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण भएको '१८३० एक इतिहासको' शीर्षकको ऐतिहासिक चलचित्रको प्रदर्शन धरानको गणेश टाकिजबाट प्रारम्भ भएको छ। तत्कालै पूर्वका सम्पूर्ण बजारमा प्रदर्शन गरिने यो चलचित्रमा आधुनिक नेपालको इतिहासमा १८३० को घटनालाई मुख्य विषय बनाइएको छ । नेपाल एकीकरणका बेला तत्कालीन गोरखाका राजा पृथ्वीनारायण शाहले पल्लो किराँत राजा सोनाहाङमाथि कसरी युद्धमा विजय प्राप्त गरेका थिए भन्ने घटनाक्रम प्रस्तुत गरिएको यो चलचित्रमा नायिका मौसमी मल्ल, नायक सानुबाबा सुब्बा तथा पुष्प श्रेष्ठको प्रमुख भूमिका छ। चलचित्रका निर्देशक दिनेश वान्तवा एवं निर्माता छत्र आम्बुहाङ हुन्।

जादुगरको सहयोग

हास्यकलाकार तथा जादुगर महादेव त्रिपाठीले निर्माण एवं निर्देशन गरेको चलचित्र 'जादुगर' को प्रथम प्रदर्शन भोलि शनिबार काठमाडौंको कालोपुलस्थित हीरारत्न हलमा हुँदैछ। त्रिपाठीका अनुसार अपांग तथा सडक बालबालिकाहरूको सहयोगार्थ उक्त प्रदर्शन हुन लागेको हो। ४० जना बालबालिकाले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको चलचित्र जादुगरमा त्रिपाठी स्वयं जादुगरको भूमिकामा छन्। मनोरञ्जनात्मक चलचित्र जादुगरमा विनोद खुम्बुको संगीत, रामनारायण चौधरीको छायांकन, खेम गुरुङको सम्पादन, योगेन्द्र श्रेष्ठको द्वन्द्व तथा शंकर बिसीको नृत्य निर्देशन छ।

सिड्नीमा 'वीरताको चिना'

अस्ट्रेलियाको सिड्नीमा चलचित्र 'वीरताको चिनो'को प्रथम प्रदर्शन भएको छ। रेडकार्पेट ओछ्याएर उक्त चलचित्रको प्रथम प्रदर्शन गरिएको चलचित्रकी नायिका ऋचा घिमिरेले बताएकी छिन्। शंकर घिमिरेको निर्देशनमा चलचित्र 'वीरताको चिनो' मा विराज भट्ट, सुमन सिंह, ऋचा घिमिरे, रेजिना उप्रेती, रञ्जना शर्मा, सोभिता सिम्खडा, ध्रुव दत्त, कल्याण घिमिरे, सुशिल पोखरेल आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् भने चलचित्रको निर्माण श्याम सुवेदी तथा श्याम अर्यालले गरेका हुन्।

छायांकन सकियो भोजपुरी चलचित्रको

जगदम्बा फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण भैरहेको भोजपुरी कथानक चलचित्र 'प्यार करेला हिम्मत चाही' (प्रेम गर्न हिम्मत चाहिन्छ) को छायांकन सम्पन्न भएको छ। चलचित्रका निर्देशक अनिल सर्राफका अनुसार, छायांकनको काम ४० दिनमा सकिएको हो। वीरगन्ज, कलैया, जितपुर, निर्मलबस्ती, पथलैया जंगल तथा पोखरामा छायांकन गरिएको यो चलचित्रको पोस्ट प्रोडक्सनको काम सुरु भएको छ। नेपालीमा यो चलचित्रको शीर्षक 'प्रतिज्ञा' रहनेछ। भोजपुरी भाषाको यो चलचित्र नेपाल र भारतमा एकसाथ ४० देखि ५० ठाउँबाट प्रदर्शन हुनेछ।

अनायसै कृष्णा

नायक निखिल उप्रेती तथा रेखा थापाबीच पानी बाराबारको स्थिति यद्यपि छँदैछ। एकअर्कासंग चलचित्रमा नायक-नायिका भएर अभिनय गर्नु त टाढाको कुरा हो, उनीहरु एक अर्काको सामुन्ने पनि पर्न चाहँदैनन्। यस्तो अवस्थामा पनि उनीहरु दुबैले अभिनय गरेको चलचित्र 'कृष्णा' गत साता काठमाडौं उपत्यकामा सार्वजनिक भयो। राजेश हमाल, नन्दिता केसी, सन्तोष गुरुङ समेतको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको यो चलचित्रमा रेखा र निखिलसंगै भएको एउटा पनि दृश्य छैन। सुजन लामाको निर्देशनमा चलचित्र 'नैना रेशम'का निर्देशक आरबीके शरदले उक्त चलचित्रको निर्माणका हुन् भने चलचित्रका संगीतकार पारस मुकारुङ हुन्। यो चलचित्रमा पुरानो चलचित्र 'आघात' को चर्चित गीत 'चोरी देउ, चोरी देउ' को रिमिक्स पनि सुन्न पाइन्छ।

फेसबुकबाट पोस्टर

चलचित्र 'बाटोमुनिको फूल' का निर्माता राजेश घतानीले उक्त चलचित्रको पोस्टर फेसबुकमार्फत सार्वजनिक गरेका छन्। प्रेमको नौलो आयाम प्रस्तुत गर्ने यो चलचित्र इटालीबाट सार्वजनिक हुँदै माघ १० गते नेपालमा प्रदर्शन हुनेछ। सुरज सुब्बा 'नाल्बो'को निर्देशनमा निर्माणको अन्तिम चरणमा पुगेको यो चलचित्रमा यशकुमार, बाबु बोगटी, रेखा थापा, नन्दिता केसी आदि कलाकारको मुख्य भूमिका छ। यसअघि चलचित्र 'कुसुमे रुमाल' 'कोही मेरो' र 'फस्टलभ'ले पनि फेसबुकमार्फत आफ्नो पोस्टर सार्वजनिक गरेका थिए।

● लभ गुरु ●

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

म २० वर्षीय युवक हुँ । एक वर्षअघि गाउँकै बहिनी नाता पर्ने युवतीसँग मेरो माया बस्यो । हामी दुवैको परिवार दाजुभाइजस्तो भएकाले जुठो लाग्छ । यस्तो अवस्थामा पनि दाजुबहिनीको पवित्र नाता तोडी हामी प्रेममा फस्यौं । हामी दुवै एकले अर्कालाई एकदमै माया गर्छौं । कतिसम्म भने हामी एक-अर्काबिना बाँच्नै नसक्ने अवस्थामा पुगेका छौं । फेरि हामीबीच शारीरिक सम्बन्ध पनि स्थापित भैसकेको छ । यही कारणले पनि हामी एक-अर्काबाट टाढा रहन सक्दैनौं । यद्यपि हामीले विवाह गर्‍यौं भने समाज र अभिभावकबाट अपमान सहनुपर्ने डर पनि छ । के हामीले विवाह गर्नु उचित हुन्छ ?

क्षि.

प्रेममा नैतिकता हुनुपर्छ। प्रेमका नाममा शारीरिक सम्बन्ध राखिहाल्ने काम गर्नुहुँदैन। किनभने शारीरिक आवश्यकता पूरा गर्ने निश्चित समय र व्यक्ति हुन्छन्। तपाईंहरू यी कुराभन्दा माथि पुगिसक्नुभएको छ। अब दुवैले एक-अर्कालाई असाध्यै मन पराउने, दुवै जना एक-अर्काबिना बाँच्नै नसक्ने भैसकेपछि थप सुझाव-सल्लाहको अर्थ पनि रहँदैन। तपाईंहरू अहिले कच्चा उमेरमा हुनुहुन्छ। के सही, के गलत छुट्याउन सक्नुभएको छैन। यस्तो अवस्थामा तुरुन्तै विवाह गर्ने वा प्रेमलाई तोड्नेभन्दा पनि केही समय दुवै जना एक-अर्काबाट टाढा हुनुहोस्। एक जना समाजमै र अर्को समाजबाट टाढा बस्नुहोस्। केही वर्षपछि तपाईंहरूलाई नै यो सम्बन्ध ठीक हो कि होइन भन्ने ज्ञान हुन थाल्छ, किनभने एक-अर्काका अघि समाजका मूल्य-मान्यता तपाईंहरूलाई गौण लाग्नु स्वाभाविक हो। तपाईंले जुठो लाग्ने, गाउँको दाजु-बहिनी नाता पर्ने एवं दुवैको परिवार दाजु-भाइजस्तो सम्बन्ध भएको कुरा उल्लेख गर्नुभएको छ, तर कति नजिकको नाता हो ? हाडनाता हो कि होइन ? उल्लेख गर्नुभएको छैन। यो स्थितिमा तपाईंहरूको सम्बन्धमा ठोस सल्लाह दिन गाह्रो छ।

के तपाईंमा यौन सम्बन्धी समस्या छ ?
पुरुषहरूमा देखिने
शीघ्र पतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग उत्तेजना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, स्वप्न दोष, सरुवा यौनरोगका साथै उमेर अनुसार यौनाङ्ग विकास नहुनु
महिलाहरूमा देखिने
सेतो पानी बग्ने, योनी चिलाउने, यौन सन्तुष्टिमा कमी भएको महसुस हुने, स्तन सानो वा ठूलो हुने, तल्लो पेट दुख्ने तथा महिनावारी सम्बन्धी समस्याहरु।
मानसिक
निराशा, उदासिपन, मानसिक डर, भय, दिमागको बोधोपन।
सम्पर्क स्थान: माता मनकामना आरोग्य केन्द्र तथा सेक्सोलोजिष्ट डाक्टर्स क्लिनिक
पुतलीसडक, काठमाडौं (साडी प्यालेस माथि) फोन: ४२४०३८१, ४२२५५३५
शाखा कार्यालय
हेटौडा : ०५७-५२६०४६
पोखरा : ०६१-५३९१९४
बुटवल : ०७१-५४८८९३
भरतपुर : ०५६-५२०९६८
इटहरी : ०२५-५८४०८८
दाङ : ०८२-५६२९८३
सप्तरी फत्तेपुर : ०३१-५५०११२
हरिओन सर्लाही : ०४६-५३०४८४

Season Media Present
MISS AIR HOSTESS 2010
Participants Form Open
Requirement
✓ +2 Pass
✓ Air Hostess trainer only
✓ Age 18-24
✓ Height 5.3"
✓ Citizenship, Air Hostess Training Certificate
✓ Education Qualification
✓ 22 Participants seat only
Organized by
Season Media
Options all the way...
Putalisadak, Newplaza, Kathmandu
Tel: 4444835 Cell: 9851044835
Nepal Tourism Year 2011
For more details log on: ecollegemodel.com

एकपछि अर्कोमा सोनम

'साँवरिया' पछि 'दिल्ली–६' मा देखिएकी अभिनेत्री सोनम कपुर केही समय बलिउड पर्दाबाट गायब रहिन् । अहिले भने सोनम अभिनीत केही चलचित्र एकपछि अर्को गर्दै रिलिज भैरहेका छन् । यस वर्ष उनी बलिउड पर्दामा पूर्ण रूपमा छाउने भएकी छिन् । अभिनेता इमरान खानसितको 'आई हेट लभ स्टोरिज'को प्रदर्शनपछि उनका पिता अनिल कपुरले निर्माण गरेको आफ्नो होम प्रोडक्सनको 'आयशा' प्रदर्शन भएको छ, जसमा उनी अभय देवलसित देखिएकी छिन् । यसैगरी सोमनद्वारा अभिनीत 'मौसम' र 'थ्यांक यू' पनि प्रदर्शनको तयारीमा छन् । थ्यांक यूमा सोनम अक्षय कुमारको जोडी बनेकी छिन् भने मौसममा उनको जोडी शाहिद कपुरसँग छ ।

एकै ठाउँमा बलिउड र हलिउड

लोजिन्स ब्रान्डको डोल्सी भिटा घडीको विज्ञापनमा बलिउड अभिनेत्री ऐश्वर्या राय, ओस्कार विजेता केट विन्सलेट तथा ताइवानी मोडल चि लिङ लिन एकसाथ देखिनेछन् । यो विज्ञापन सन् १९६० को ड्रामा ला डोल्सी भिटामा आधारित छ । विज्ञापनको छायांकनताका इटालीको राजधानी रोमको सडकमा ट्राफिक जाम नै भएको थियो । यो विज्ञापनका लागि तीनै जना सुन्दरी सडकमा दौडिएका थिए ।

नायिकाको फोटो सुट

बेलायती मोडल तथा नायिका केली ब्रुकले पुनः एक पटक न्युड फोटो सुट गराएकी छिन् । एउटा कम्पनीको विज्ञापनका लागि उनी दोस्रो पटक नांगिएकी हुन् । यसअघि यी ३० वर्षीया नायिकाले प्लेब्वाइ पत्रिकाको आवरण पृष्ठका लागि शरीरका सबै पहिरन उतारेकी थिइन् । यसपटक भने उनले रिबोक कम्पनीको नयाँ जुत्ता इजी टोनका लागि न्युड सुट गराएकी हुन् । फोटोसेसनका क्रममा केली न्युड मात्र भइनन्, उनले आफ्नो कामुक हाउभाउ पनि प्रस्तुत गरिन् । 'म आफ्नो विगत बिर्सन हरेक प्रकारले व्यस्त हुने प्रयास गरिरहेकी छु, केली भन्छिन्, 'यो फोटो सुट त्यसकै परिणाम हो ।' रग्बी स्टार डेनीसँग अलग भएपछि केली आफ्नो टुक्रिएको मन बहलाउन नयाँ–नयाँ उपाय अपनाइरहेकी छिन् ।

कमाउने नायिका

फोर्ब्स पत्रिकाका अनुसार सान्द्रा बुलक हलिउडकी सबैभन्दा बढी आम्दानी गर्ने नायिका हुन् । ओस्कार एवार्ड विजेता नायिका बुलक पछिल्ला १२ महिनामा ५६ मिलियन डलर आम्दानी गर्न सफल भइन् । फोर्ब्सको सूचीमा बुलकपछि रिज विदरस्पुन तथा क्याम्रुन डियाजको नाम छ । यी दुवै नायिका ३२ मिलियन डलर आम्दानी गर्न सफल भएका छन् । यो सूचीको चौथो स्थानमा नायिका जेनिफर एनिस्टन छिन् । नायिका जेसिका पार्कर तथा जुलिया रोबर्ट्स क्रमशः पाँचौं तथा छैटौं स्थानमा छन् । बुलकले यो रकम चलचित्र 'ब्लाइन्ड साइड' मा काम गरेर कमाएकी हुन् । उक्त चलचित्रले ओस्कार एवार्डसमेत जितिसकेको छ । पछिल्लो समयमा बुलकले आफ्ना श्रीमान्सँग सम्बन्ध बिच्छेद गरेकी छिन् भने चाँडै नै एउटा अनाथ बालबालिकालाई धर्मपुत्र अथवा पुत्रीका रूपमा ग्रहण गर्ने योजनामा छिन् ।

ड्रिम गर्लको खोजीमा शाहिद

बलिउड अभिनेता शाहिद कपुर हाल सिंगल भएको र आफू ड्रिम गर्लको खोजीमा रहेको बताउँछन् । यसअघि अभिनेत्री करिना कपूरसितको रोमान्समा डुबेका शाहिद, करिनासितको ब्रेकअपपछि एक्लिएका हुन् । त्यसपछि शाहिदको नाम अभिनेत्रीद्वय विद्या बालन र प्रियंका चोपडासित पनि जोडियो । केही समय त उनको नाम टेनिस खेलाडी सानिया मिर्जासित पनि गाँसियो । पछिल्लो समयमा शाहिदको रोमान्सको चर्चा अभिनेत्री अनुष्का शर्मासित चल्यो, तर हाल भने यी सबै चर्चा पुराना भैसकेका छन् । जानकारहरूका अनुसार शाहिद एक्ला छन् र आफ्ना लागि ड्रिम गर्लको खोजीमा छन् ।

पर्दामा जेलयात्रा

हलिउड सेलिब्रेटी लिन्ड्से लोहान जेलबाट मुक्त त भइन् तर उनको जेल यात्रामा आधारित निर्माणाधीन भिडियो चलचित्र भने अहिले चर्चामा छ । पोर्न स्टार विशेषज्ञ हस्टलरले लिन्ड्से लोहानको जीवनमा आधारित एउटा भिडियो चलचित्र निर्माण गरिरहेका छन् । यो चलचित्रमा नायिका स्कारलेटले लिन्ड्सेको भूमिका निर्वाह गरिरहेकी छिन् । यो चलचित्रको शीर्षक 'अन टु हलिउड स्टोरीः लिन्ड्से गोज टु जेल' राखिएको छ । चलचित्रको डिभिडी यही महिनाको अन्त्य सम्ममा बजारमा आउनेछ । त्यसो त लिन्ड्सेलाई ९० दिनको सजाय सुनाइएको थियो तर जेल बसाइका क्रममा राम्रो व्यवहार प्रदर्शन गरेका कारण लिन्ड्से १३ दिनपछि जेल मुक्त भइन् । लिन्ड्सेलाई वर्ष २००७ मा मदिरा सेवन गरेर कार चलाइरहेको अवस्थामा प्रहरीले पक्राउ गरेर नशा मुक्ति तथा पुनर्वास केन्द्रमा सहभागी हुने आदेश दिको थियो । यो आदेश उल्लंघन गरेपछि उनलाई ९० दिनको जेल सजाय तोकिएको थियो ।

केवल एक प्रश्न

तपाईं कसैलाई केही दिन मन पराउनुहुन्छ कि कसैबाट केही लिन ?

म त अचम्मकी छु । पत्याउनु हुन्न होला, मलाई कसैलाई केही दिन पनि मन लाग्दैन र म कसैबाट केही लिन पनि मन पराउँदिन । सानैदेखि यस्तै बानी लागेर पनि हुनसक्छ, म अलि एकलकाँटे छु ।

सुमिना घिमिरे (नायिका)

रमाइलो प्रश्न ! अवश्य पनि म कसैलाई केही दिँदा नै रमाइलो मान्छु । केही कुरा दिँदा जति सन्तुष्टि मिल्छ, त्यति लिँदा मिल्दैन । अरूलाई केही दिँदा नै आफूले केही पाए जस्तो अनुभव हुन्छ ।

रेश मरहट्ठा (नायक)

म कसैलाई केही दिँदा बढी खुसी र आत्मसन्तुष्टि महसुस गर्छु । कसैलाई केही दिन पाउँदा आफूले पाए जत्तिकै खुसी लाग्छ । आजसम्मको रेकर्ड हेर्ने हो भने पनि मैले अरूबाट लिनेभन्दा पनि अरूलाई दिएको नै बढी छ ।

योगेन्द्रमणि दाहाल (गीतकार)

खासगरी म अरूलाई केही दिन मन पराउँछु । त्यो केही क्षणको खुसी पनि हुनसक्छ तथा गीत गाएर मनोरञ्जन दिनु पनि हुनसक्छ । मैले कसैलाई केही दिन सक्ने भनेको यति नै हो ।

सजल न्यौपाने (गायक)

म हरेक अवस्थामा दिन नै मन पराउँछु । भगवानले मलाई सबै कुरा दिएकाले पनि म सधैँ अरूलाई केही न केही दिँदा नै रमाउँछु ।

हसन खान (नायक)

साउने झरी

सञ्चिता लुइँटेल
(नायिका)

मेरो अनुभव

वाह, मलाई झरी कस्तो रमाइलो लाग्छ । म पानीमा रुझ्न र घुम्न निकै रुचाउँछु । काठमाडौंको झरी, पोखराको झरीका कुरै नगरौं । यी त मेरो आफ्नो देशको झरी हो, तर मैले यसपाला मुम्बईको झरीको अनुभव सँगाल्न पाएँ । फिल्महरूमा एउटा डाइलग सुनकी थिएँ 'मुम्बईकी बारिश और लड्कीका कोही ठिकाना नही होता ।' त्यस्तै नै हुँदो रहेछ, मुम्बईको झरी । म पहिलो पटक मुम्बई जाँदा गर्मी निकै थियो, सहनै नसकिने । अनायसै पानी परेपछि साथीहरूले घरको छतमा पानीमा रुझ्दै नाच्ने डान्स पार्टीको आयोजना गरेका थिए । हामी धेरै बेर पानीमा रुझ्दै डिजेको म्युजिकमा नाच्यौं । निकै रमाइलो भएको थियो । म गएको डेढ महिनापछि निखिलजी पनि मुम्बई आउनुभयो । उहाँसँग पनि यसपटकको झरीमा निकै भिजियो । अहिले काठमाडौं आउनुभन्दा केही दिनअघि पनि हामीले झरीमा भिज्दै साथीहरूसँग 'टी पार्टी' गर्‍यौं । मनसुन सुरु भएपछि मुम्बईमा स्थानीय सरकारले यसो गर्नु, उसो नगर्नु भन्ने सार्वजनिक सूचना जारी गरिरहन्छ । बाढी आउने, डुबानमा पर्ने डर त्यहाँ धेरै छ । काठमाडौंभन्दा मुम्बई धेरै फोहर छ । त्यसैले झरीमा पूरै सहर गन्हाउँछ र अझ फोहर हुन्छ, हिंड्नै नसकिने । पानीमा भिज्न मलाई मात्र होइन, उहाँ (निखिल उप्रेती)लाई पनि निकै मनपर्छ । भन्न त लाज लाग्छ, तर पानीमा भिजेको बेला उहाँ निकै 'सेक्सी' देखिनुहुन्छ । वास्तवमा पानीमा भिजेको बेला केटाले केटीलाई र केटीले केटालाई 'सेक्सी' देख्नु स्वाभाविक नै हो ।

मलाई सम्झना भएसम्म म एकपटक चलचित्र 'आमाको आशीर्वाद'को सुटिङमा रातभरि पानीमा रुझेकी थिएँ । त्यसपछि 'शासन'मा पनि निकै भिजेँ, तर सबैभन्दा धेरै 'कोही मेरो'को एउटा गीतको सुटिङमा तीन दिनसम्म भिजेँ । आलोक नेम्वाङ दाईले मलाई र आर्यन सिग्देललाई पानी पार्दै भिजाउँदै एउटा गीतको आधाभन्दा बढी दृश्य खिच्नु भयो । उहाँको विचारमा पानीमा भिज्दा नारीको सौन्दर्य अझ उजागर हुन्छ, होला पनि ।

अपोजिट सेक्स

सुसोन केसी (मोडल)

मनपर्छ

आँखा : म आँखाको भाव पढ्न सक्छु, त्यसैले म मलाई विपरीत लिंगीको आँखामा देखिने सक्कली भाव मनपर्छ ।

हाँसो : हाँसी रहने मानिसले जसलाई पनि आकर्षित गर्न सक्छ । मलाई भने बाँगो हाँसो हाँस्ने मानिस राम्रो लाग्छ ।

छातीको रौं : छातीमा हल्का रौं हुनु लोग्ने मानिसको पहिचान हो तर अनिल कपुरको जस्तो शरीरभरि घिन लाग्दो रौं भएको राम्रो लाग्दैन ।

बोली : धेरै मसिनो पनि होइन र मोटो पनि होइन । आफ्नै स्टाइलिस शैलीमा बोल्ने मानिसले मलाई आकर्षित तुल्याउँछन् ।

मनपर्दैन

सोअप गरेको : मनमा एउटा कुरा र बाहिर अर्को व्यवहार गर्ने मानिस मनपर्दैन ।

मसल्स : जिम गरेर एप्स निकालेको ज्यानले भन्दा मलाई फिटेड ज्यानले आकर्षित गर्छ ।

नबुझेको जस्तो गर्ने : कुरा बुझेर पनि नबुझेको जस्तो गरेको मन पर्दैन ।

दाह्री पालेको : लोग्ने मानिसले एक-दुई दिन दाह्री नकाटेको राम्रै देखिन्छ, तर जोगीले जस्तो दाह्री पालेको चाहिँ मन पर्दैन ।

काम नगरे पुरै पैसा फिर्ता
YOKO
Height बढाउने (Japanies) RS. 1046/-
Roop Amrit, Sona Belt, Anti Spot, स्तन बढाउने, घटाउने, कपाल उमार्ने तेल, मोटोपन बढाउने, थाहा नपाई जाँड रक्सी, चुरोट छुटाउने, चाउरीपन हटाउने क्रिम
Free Home Delivery
Global Fitness Shop
चावहिल (मेडिकेयर अगाडी)
9851120728, 2141094
9803464971, 9851057632

भविष्य अब लिंकेजमा
अधिकृत क्याडेट, सैन्य कर्मचारी (अ.क.) छनौट तयारी कक्षा तथा निशुल्क कम्प्युटर तालिममा भर्ना खुल्यो
लिंकेज बागबजार भक्तपुरजाने बसपार्क नजिक
Head Office फोन-४२३२६०८ ९८५१०७०८००
Branch Office स्कुलरोड हेटौंडा-४ ०५७-५२२८३१

नेपाली युवा नेतृत्वको विकासका लागि
जेष्ट को-अपरेटिभ लिमिटेड
गंगबु, फोन : ०१४३८८५६१ को सहयोगमा
जिष्ट आइडियोलोजी, मैतिदेवी
प्रस्तुत गर्दछ :
रू. १00 मा उद्घोषण तालिम*
सम्पर्क
४४६१८९३, ४४१६४०१

तु : आवश्यकता
International Project लाई केही थप कर्मचारी आवश्यकता ।
सङ्ख्या-11 Gents & Ladies
योग्यता-Test SLC or +2 above
तलब-10,500 + Saving Fund+ दशैंभत्ता
URI 01-6637290 9841680647 होस्टेलको सुविधा भएको नयाँ ठिमी, भक्तपुर
USI 9841691218 9803437476 कलंकी
नोट : बुझ्न आउँदा Document अनिवार्य हुनुपर्नेछ ।

आवश्यकता
Animal टोपी र मिठनमा भर्न जान्नेहरुको आवश्यकता ।
सम्पर्क : रेणु
समय : ९-५ बजे
फोन : ४२६९७०१, ४२६००७३

RJ VJ MC
उद्घोषण तालिम
रेडियोकर्मीद्वारा सञ्चालित उद्घोषण 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
रू१०००/ छुट
BIKALPA THE OPTION
फोन: ०१-२२९०१६८, ०१-४२४१७०९
बागबजार, काठमाडौं (श्रेष्ठ टेलरिङ्गको दाहिनेपट्टि)
विकल्प FM TIME मा कार्यक्रम चलाउने १००% ग्यारेण्टी

रोजगारीमुलक प्राविधिक (Vet/JTA) तालिममा छात्रवृत्ति सहित भर्ना खुल्यो ।
CTEVT बाट सम्बन्धन प्राप्त गरी १००% प्रथम तथा विशिष्ट श्रेणिमा विद्यार्थीहरू उत्तीर्ण गराउँदै आएको यस संस्थामा चौथो ब्याज शैक्षिक सत्र ०६७/०६८ को लागी पशु स्वास्थ्य प्राविधिक भेटेरीनरी जे.टि.ए (Vet/JTA) कार्यक्रममा भर्ना खुल्यो । छात्रवृत्ति,छात्रवास र उत्कृष्टलाई रोजगारीको समेत व्यवस्था गरीनेछ । SLC उत्तीर्ण तथा SLC मौका परिक्षा दिएर बसेका विद्यार्थीहरुले फर्म भर्न सक्नेछन् । भाद्र ७ गतेभित्र तु-सम्पर्क गर्नुहोस् ।
१. ईमर्जेन्सी केयर - ६ महिना   २. पशु स्वास्थ्य कार्यकर्ता -३महिना साथै तालिम पनि संचालन हुदैछ ।
नोट- तालिम पश्चात (इजरायल) बैदेशिक रोजगारीको लागी समेत पहल गरिनेछ । नि:शुल्क प्रवेश परिक्षा तयारी कक्षा चल्दैछ
सामुदायिक स्वास्थ्य तथा वातावरण विकास केन्द्र
गोंगबु चोक, काठमाण्डौं

नेपालको एक मात्र रेडियो प्राविधिक तालिम केन्द्र
दैनिक SOUND ENGINEER तथा RADIO ENGINEER द्वारा कक्षा सञ्चालन हुने
कार्यक्रम उत्पादकको लागि नेपालका बरिष्ठ सञ्चारकर्मीहरुद्वारा कक्षा लिईने
FM Radio Technician - (Job Guarrantee) 45 days
General Editing & Mixing - 30 days
Audio Library Management - 15 days
Audio/Video Program Producer - 60 days
Echo Media
Adwait Marg, Bagbazar
Phone : 01-4246155 01-2296457
तपाईं दक्ष बन्नुस्, काम तपाईंको पछि लाग्छ ।

रेडियो नेपालको बाल कार्यक्रममार्फत कलाकारिता प्रारम्भ गरेकी एलिजा रिजालले अभिनय क्षेत्रमा झन्डै एक दशक बिताइसकेकी छिन्। हास्य कलाकार सुभास गजुरेलद्वारा निर्देशित टेलिभिजन कार्यक्रम रमाइलो सांग्रिलामा अभिनय गर्दै उनले सानो पर्दाको यात्रा प्रारम्भ गरिन्। त्यसपछि उनले थुप्रै टेलिचलचित्रमा विभिन्न भूमिका निर्वाह गरिन्। अहिले नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको हास्य शृंखला 'जन्तर' मा अभिनय गर्नुअघि उनले जीवनचक्र, जुत्ता खाने बुहारी आदि शृंखलामा पनि मुख्य भूमिका निर्वाह गरिसकेकी छिन्। सानो पर्दामा लामो समयसम्म काम गरेपछि केही समयअघिदेखि उनी ठूलो पर्दाका चलचित्रमा समेत अभिनय गर्न थालेकी छिन्। कसले चोर्यो मेरो मन, वर्षा आकाश गंगा, खतरनाक जंगल, दिलमाया उनले अभिनय गरेका चलचित्र हुन्। केही समयअघि प्रदर्शन भएको 'वर्षा आकाश गंगा' उनले पहिलो पटक निर्माण गरेको भिडियो चलचित्र हो। सानो पर्दाको लामो अनुभवलाई चलचित्रमा सदुपयोग गरिरहेकी एलिजा यतिबेला आफ्नै निर्माणमा तयार भएको चलचित्र 'दिलमाया' मार्फत दर्शकामाझ पुग्दैछिन्। सानो पर्दा तथा ठूलो पर्दामा उत्तिकै सक्रिय एलिजासँग *साप्ताहिक*को तीन प्रश्न:

● तीन प्रश्न ●

तपाईं टेलिभिजन कलाकार कि चलचित्र कलाकार ?

म कलाकार मात्र हुँ। चलचित्रमा अभिनय गर्ने कि टेलिशृंखलामा भन्ने कुरा निर्देशकको हातमा हुन्छ, तर दर्शकमाझ म सानो पर्दाबाटै लोकप्रिय भएकी हुँ।

सानो पर्दामा व्यस्त कलाकार, निर्मात्री बन्नु भएछ नि ?

कलाकार भएपछि अभिनय, निर्देशन, निर्माण एक-अर्काका परिपूरक हुन्। जीवनभर अभिनय गरेर मात्र बसिरहने कुरा भएन। त्यसैले आफूले जानेको कुराको सदुपयोग गर्न निर्मात्री बनेकी हुँ।

तपाईंको पहिलो चलचित्र 'दिलमाया' दर्शकले कत्तिको रुचाउलान् ?

आगामी असोज १ गते सार्वजनिक हुने 'दिलमाया' प्रेमकथामा आधारित पारिवारिक चलचित्र हो। कथा तथा सांगीतिक पक्ष आकर्षक रहेको यो चलचित्रलाई दर्शकले मन पराउने कुरामा म ढुक्क छु।

● सानो पर्दा ●

आयो हर्के हल्दार

कान्तिपुर टेलिभिजनबाट नयाँ हास्यश्रृंखला 'हर्के हल्दार' को प्रसारण गत आइतबार प्रारम्भ भएको छ। हरेक आइतबार साँझ ७:३० बजे प्रसारण हुने यो श्रृंखला ५२ भाग लामो हुने निर्देशक प्रकाश सुवेदी बताउँछन्। हास्यकलाकार विष्णु सापकोटाले २५ वर्षीय हर्के तथा ६५ वर्षीय लाहुरे बाको भूमिका निर्वाह गरेको यो श्रृंखलामा कसैलाई पनि व्यंग्य नगरिएको निर्देशक सुवेदी बताउँछन्। श्रृंखलामा ग्रामीण परिवेशका कलाकारले नाक, मुख नबिगारीकनै सहज तथा स्वस्थ हास्य मनोरञ्जन प्रदान गर्ने प्रयास गरेका छन्। विष्णु सापकोटा तथा किशोर भण्डारीको संयुक्त लेखन रहेको 'हर्के हल्दार' को अघिल्ला सात भागको छायांकन धादिङको छत्रे देउरालीमा गरिएको छ। श्रृंखलामा किशोर भण्डारीले फूलमान साहूको भूमिका निर्वाह गरेका छन् भने 'मेरी बास्सै' की मैयाँ अर्थात् सुनिता गौतम माकुरीको भूमिकामा प्रस्तुत भएकी छिन्। रोशन सापकोटा (बाटुली), रेश्मा तिम्सिना (बुनु मैंचा), जानुका केसी, हरिशा बानियाँ आदि कलाकारले पनि श्रृंखलामा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका छन्।

अब फिल्मी टिभी

गोपीकृष्ण मुभिजले फिल्मी टेलिभिजन च्यानल प्रसारणमा ल्याउने भएको छ। चलचित्र निर्माण, वितरण तथा प्रदर्शनको कार्य गर्दै आएको गोपीकृष्ण इन्टरटेनमेन्ट प्रालिले समाचारले भरिएका टेलिभिजन च्यानलको भीडमा चलचित्रसम्बन्धी गोपीकृष्ण टिभी प्रसारण गर्न लागेको हो। संस्थाका अध्यक्ष तथा चलचित्रकर्मी उद्धव पौडेलका अनुसार उक्त टेलिभिजन च्यानलको प्रसारण आगामी असोज १ गते प्रारम्भ हुनेछ। सुरुदेखि नै चौबीसै घण्टा प्रसारण हुने यो च्यानलमा पूर्णतया चलचित्रसम्बन्धी कार्यक्रम हेर्न पाइनेछ। यो च्यानलका लागि नेपाली चलचित्रका कलाकाहरूले समेत कार्यक्रम निर्माण गरिरहेका छन्।

हङकङ-मकाउमा घुमघाम

कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको कार्यक्रम 'घुमघाम' ले केही साताभित्रै नेपाली दर्शकलाई हङकङ तथा मकाउको भ्रमण गराउँदैछ। दक्षिण एसियाकै पहिलो फेसनेबल सहर हङकङ र जुवाका लागि संसारमै कहलिएको मकाउमा छायांकन सम्पन्न गरी घुमघाम युनिट स्वदेश फर्किसकेको छ। युनिटमा कान्तिपुर टेलिभिजनका प्रमुख कार्यकारी निर्माता तथा कार्यक्रम प्रस्तोता भूषण दाहाल, 'लाइफ इज ब्युटिफुल' की सञ्चालिका प्रभा अमात्य, छायाँकार शिवराम श्रेष्ठ तथा व्यवस्थापक अमोघरत्न शाक्य थिए। घुमघामले हङकङ सहरका विभिन्न सपिङ स्थललगायत यहाँका प्रसिद्ध पर्यटकीय स्थलहरू डिजनील्यान्ड, ओसिन पार्क, लान्ताउ आइल्यान्ड, रिपल्स बे, एबरडिन पनि घुमाउनेछ। मकाउको चमकदमकले पनि दर्शकलाई उत्तिकै आकर्षित गर्नेछ। निर्माता अमात्यले नेपालमा यात्रा-संस्कृतिको विकास गर्नु कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य भएको बताइन्। 'घुमघाम' प्रत्येक बुधबार राति ९ बजे प्रसारण हुन्छ।

● विदेशबाट ●

इन्डियन आइडलको फाइनल

सोनी टेलिभिजनमा १४ र १५ अगस्टका दिन इन्डियन आइडलको ग्रान्ड फिनालेको प्रत्यक्ष प्रसारण हुँदैछ। सोनी टेलिभिजनद्वारा निर्मित यो कार्यक्रममा यसपटक श्रीराम (हैदरावाद), राकेश मैनी (पंजाब) तथा भूमि त्रिवेदी (गुजरात) अन्तिम चरणमा पुगेका छन्। यसअघि फाइनलमा दुई जनाबीच मात्र प्रतिस्पर्धा हुँदै आएको थियो। गायन कलाको यो प्रतिस्पर्धात्मक कार्यक्रम भारतको लोकप्रिय टेलिभिजन कार्यक्रममध्येको एक हो। यसअघि प्रशान्त तामाङले इन्डियन आइडलको उपाधि तथा कपिल थापाले फस्ट रनर्सअपको उपाधि जितेर भारतीय नेपालीहरूका तर्फबाट इन्डियन आइडलमा आफ्नो प्रभावशाली उपस्थिति जनाइसकेका छन्। भारतीय स्वतन्त्रता दिवसका दिन हुने कार्यक्रमसँगै इन्डियन आइडल सिजन-४ को टुंगो लाग्नेछ।

जम्का भेट

करिब चार दर्जन नेपाली चलचित्रमा अभिनय गरिसकेकी नायिका मेलिना मानन्धर रजतपटमा जमेको २० वर्ष पुग्न लागेको छ। चलचित्र 'प्रियसी' बाट आफ्नो चलचित्र करियर सुरु गरेकी नायिका मानन्धर आफूले अभिनय गरेको सानो पर्दाका पाँच सिरियलमध्ये करुणा' मार्फत निकै चर्चित भइन्। सुरेशदर्पण पोखरेलले निर्देशन गरेको चलिचित्र 'भूल भए माफ गर' प्रदर्शनको तयारीमा रहेको मेलिनाको पछिल्लो चलचित्र हो। 'व्यक्तिगत' कारणले चलचित्रमा समय दिन नसकिरहेकी मानन्धरसँग साप्ताहिकको जम्काभेट :

चलचित्रमा अफर आएर पनि काम गर्नुभएन, किन होला ?

चलचित्रमा अफर हुँदाहुँदै व्यक्तिगत समस्याले काम गर्न पाइनँ। अफर धेरै आए, तर त्यतिबेलै मेरो पर्सनल काम भयो। त्यही भएर छोडेकी हुँ।

कुन चलचित्र छोड्दाचाहिँ नछोडेको भए हुन्थ्यो जस्तो लाग्यो ?

यो अवधिमा मैले उत्कृष्ट रोलहरू 'मिस' गरेकी छु। चलचित्र 'माटो' मा मेरो 'बोल्ड' भूमिका थियो। तर के गर्नु ? परिस्थिति त्यस्तै परिदियो, समय नभएपछि भ्याउँदिनँ भनिदिएँ। मलाई त्यसमा पश्चात्ताप छ। प्रदर्शनको तयारीमा रहेको गायक श्रीकृष्ण लुइँटेलको 'बस नम्बर-१३६' लाई चाहिँ नाइँ भन्न सकिनँ।

'भूल भए माफ गर' कस्तो चलचित्र हो ?

युवानिर्देशक सुरेशदर्पण पोखरेलले निर्देशन गरेको यो चलचित्र पारिवारिक कथामा आधारित छ। चलचित्रमा दाजु-भाउजूको कथालाई कलात्मक ढङ्गले प्रस्तुत गरिएको छ।

नयाँ नायिकाहरू धमाधम आइरहेका छन्, कस्तो लाग्छ ?

यो एकदमै खुसीको कुरा हो, जति धेरै सङ्ख्यामा नायक-नायिका आउँछन्, प्रतिस्पर्धा पनि राम्रो हुन्छ। त्यसो भएपछि चलचित्र पनि उत्कृष्ट बन्छन्। नेपाली चलचित्र उद्योगमा नयाँ अनुहारहरू आशालाग्दा कलाकारका रूपमा उदाएका छन्।

● चलचित्र ●

पीपली (लाइभ)

अमिर खानद्वारा निर्मित चलचित्र 'पीपली' (लाइभ) को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि प्रारम्भ हुँदैछ । सामाजिक कथामा आधारित यो चलचित्रको निर्देशन अनुशा रिजवीले गरेकी हुन् । चलचित्रमा ओमकार दास मानिकपुरी, रघुवीर यादव, मलाइका शिनोय, नवजुद्दिन सिद्दिकी, शालिनी वत्स, फारुख जाफर, विशाल ओ शर्मा, नसिरुद्धिन शाह आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् । आधा दर्जन नयाँ संगीतकारद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रका गीत इन्डियन ओसन, रघुवीर यादव, ब्रिज मण्डल, नागिन तनवीर आदि गायक-गायिकाले गाएका छन् । चलचित्रमा समसामयिक विषयमा व्यंग्य प्रहार गरिएको छ । चलचित्रमा भारतको एउटा सानो गाउँ पीपलीमा बसोबास गर्ने नत्था नामक गरिब किसान परिवारको कथा चित्रण गरिएको छ । नत्था परिवारसंग थोरै जग्गा छ । सरकारसँग लिएको ऋण तिर्न नसकेपछि त्यो जग्गा लिलाम हुँदैछ । सरकार एकातिर नत्था परिवारको जग्गा खोसिरहेको छ भने अर्कोतिर ती किसान परिवारलाई आर्थिक सहयोग पनि गरिरहेको छ जसका सदस्यले आर्थिक संकटका कारण आत्महत्या गरेका छन् । नत्थाका भाइ पनि आफ्ना दाजुले आत्महत्या गरुन् भन्ने चाहन्छन् जसबाट उनको परिवारले मुआब्जा पाउन सकोस् तर नत्था आत्महत्या गर्न तयार छैनन् । केही समयपछिको निर्वाचनले पीपली गाउँ अचानक चर्चित हुन्छ । नेता, सरकारी कर्मचारी, सञ्चारमाध्यमका प्रतिनिधि सबैले पीपलीमै अड्डा जमाउँछन् । नत्थाले आत्महत्या गर्छन् कि गर्दैनन् भन्ने कुराले पनि ठूलैरूप लिन्छ तर नत्थाको पीडा कसैले बुझ्दैनन् । चलचित्रमा बढ्दो महँगीका बारेमा पनि व्यंग्य गरिएको छ ।

इट प्रे लभ

जुलिया रोबर्ट्स, जेम्स फ्रान्को, रिचार्ड जेन्किन्स, भिओला डेभिस, बिल्लि क्रुडप आदि कलाकारद्वारा अभिनीत हलिउड चलचित्र 'इट प्रे लभ' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि प्रारम्भ हुँदैछ । रायन मर्फीले यो चलचित्रको निर्देशन गरेका छन् । ब्राड पिटले निर्माण गरेको यो चलचित्र २ घन्टा १३ मिनेट लामो छ । ड्रामा तथा एडभ्टेसन श्रेणीमा राखिएको यो चलचित्र १३ वर्षभन्दा कम उमेरका दर्शकले हेर्न नमिल्ने बताइएको छ । सोनी पिक्चर्स इन्टरटेन्मेन्टले विश्वव्यापी वितरण गर्ने यो चलचित्रको छायांकन अमेरिकाको न्यूयोर्क, इटलीको रोम, इन्डोनेसियाको बाली तथा भारतमा गरिएको छ । नारी प्रधान यो चलचित्रमा ओस्कार एवार्ड विजेता जुलिया रोबर्ट्सले लिज गिल्बर्टको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । अत्याधुनिक समाजकी महिलामा हुनु पर्ने सबै कुरा लिजसंग छ । एउटा श्रीमान्, एउटा घर, एउटा सफल करियर लगायत प्रायः सबै कुरा उनीसँग छ । यति हुँदाहुँदै पनि लिज कतै हराए जस्ती छिन् । उनी प्रायः दोधारमा परिरहन्छिन् । अझै पनि उनले जीवनमा केही कुराको अभाव महसुस गरिरहेकी छिन् । त्यही कुराको खोजि गर्न उनले श्रीमान्सँग सम्बन्ध विच्छेद गर्छिन् र नयाँ गन्तव्यको खोजिमा निस्कन्छिन् । यात्राका क्रममा उनले इटलीमा खानपिनको रमाइलो, भारतमा प्राथनाको शक्ति तथा बालीमा चोखो माया पाउँछिन् ।

कृष्णा

गत साता सार्वजनिक हुँदा चलचित्रका निर्माता आरबिके शरदले चलचित्र 'कृष्णा' एकसाता चल्दिए पुग्छ भन्ने आशा गरेका थिए । जबकि चलचित्र आगामी साता पनि काठमाडौंमा चलिरहने छ । गतिलो हिन्दी चलचित्र सार्वजनिक नहुनु तथा सँगै सार्वजनिक भएको चलचित्र 'फस्टलभ' को व्यावसायिक सफलताले आफ्नो चलचित्रलाई पनि डोऱ्याएको शरदको दावी छ । निर्माणताका अर्कै नाम राखिए पनि प्रदर्शनमा 'कृष्णा' शीर्षक दिइएपछि चलचित्रले व्यावसायिक गति लिएको बताइन्छ । धेरै पहिले निर्माण सकेर पनि आन्तरिक विवादका कारण गत साता मात्र सार्वजनिक भएको यो चलचित्रमा निखिल उप्रेती तथा रेखा थापाले अभिनय गरेका छन् । एक-अर्कासँग चलचित्रमा नायक-नायिका भएर अभिनय गर्नु त टाढाको कुरा हो, उनीहरू एक-अर्काको सामुन्ने पनि पर्न चाहन्नन् । यो अवस्थामा उनीहरू दुवैले अभिनय गरेको एउटा चलचित्र काठमाडौंमा सार्वजनिक मात्र भएन व्यावसायिक रूपमा सफल पनि हुँदैछ । यसको अर्थ दर्शक यी दुवैलाई एकैसाथ एउटै चलचित्रमा हेर्न चाहन्छन् भन्ने पुष्टि हुन्छ । यद्यपि चलचित्र 'कृष्णा' मा रेखा र निखिलसँगै भएको एउटा पनि दृश्य भने छैन । यो चलचित्रमा रेखाको नायकको भूमिकामा सन्तोष गुरुङ छन् भने निखिलकी नायिकाको भूमिकामा नन्दिता केसी । सुजन लामाको निर्देशनमा यो चलचित्रमा राजेश हमालले दुई कृष्णा नामधारी मानिसको बीचको शंका निवारण गरेका छन् । चलचित्रका नायकद्वय सन्तोष र निखिल दुवैको नाम कृष्णा हुन्छ । एउटा कृष्णा सोझो हुन्छ भने अर्को बाठो हुन्छ । बाठो कृष्णाले गरेको बदमासीको आक्षेप सोझो कृष्णालाई पर्न थालेपछि उसले आफ्नो स्वभाव परिवर्तन गर्छ ।

हेल्प

हरर चलचित्र 'हेल्प' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि नै प्रारम्भ हुँदैछ । चलचित्रमा एउटा दुष्ट आत्माको कथा समावेश छ जो यो संसार छाडेर जान तयार छैन ।

चलचित्रको कथा अनुसार विक (बवि देओल) बलिउडका एक सफल निर्देशक हुन् । उनले हरर चलचित्र निर्देशन गरेर ख्याति आर्जन गरेका छन् । पिया (मुग्धा गोडसे) विककी श्रीमती हुन् । श्रीमान्-श्रीमती भए पनि यी दुई बीचको सम्बन्ध सुमधुर छैन । उनीहरूको वैवाहिक जीवन नै टुंगिने अवस्था आइसकेको छ । अचानक मरिससमा पीयाका बुवाको स्वास्थ बिग्रन्छ । विक र पिया उनलाई भेट्न मरिसस पुग्छन् । पियाको बाल्यकाल जुन घरमा बितेको हुन्छ, त्यो असाध्यै पुरानो छ । उक्त घरमा एउटा रहस्यमय आत्मा लुकेर बसेको छ भन्ने कुरा कसैलाई थाहा हुँदैन । वर्षौंदेखि उक्त आत्मा बाहिर आउने विशेष अवसरको खोजिमा छ । रात छिप्पिदैं जाँदा उक्त आत्माले घरमा बितण्डता मच्चाउन थाल्छ । आत्माकै कारण विक तथा पियाको जिन्दगी संकटमा पर्छ । उनीहरूले दुष्ट आत्माबाट कसरी छुटकारा पाउँछन् भन्ने कुरालाई चलचित्रमा रोमाञ्चक ढंगले चित्रण गरिएको छ । राजिव विरानीद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा बवि तथा मुग्धाका अतिरिक्त सोफिया हान्डा, श्रेयश तलपदे, सलिम फतेह, ज्योति डोगरा आदि कलाकारले पनि अभिनय गरेका छन् ।

तु आवश्यकता

LG Company लाई कर्मचारी आवश्यकता

संख्या: 10 Gents & Ladies
तलब: 10500
योग्यता: Test, SLC or PCL

Unique Solution

5543056, 9841466409
9803897872
Gwarko, Lalitpur
नोट: बुझ्न आउदाँ Document अनिवार्य छ

चौधौं नेपाल शैक्षिक तथा पुस्तक प्रदर्शनी २०६७

14TH NE&BF 2010

Get Attractive Discount on Books

14th Nepal Education & Book Fair 2010

August 6 - 14, 2010 (साउन २१ - २९, २०६७)

Bhrikuti Mandap Exhibition Hall, Kathmandu
Time: 11am - 6:30pm

Today's Program (Aug.13)

Program	Time	Program	Time
NEBF Art Workshop & Exhibition *In association with Scholar Magazine*	11:30am to 2:30pm	Book Release Nepali Diaspora & Other Criticisms Author: Netra Atom, Publisher: EKTA Books	3:00pm to 4:30pm

Platinum Sponsor: Padmashree Group of Institutions Bangalore, India

Diamond Sponsors: informatics College learning redefined Quality accredited education. Anytime. Everywhere. — NIEC Your Future, Our Responsibility.

Gold Sponsors: EKTA — AJW GCE 'A' Level College — INDO-WORLD Educational Consultancy — LBEF Campus A Student Capital since 1998

Web Support: himalayan infosys IT & Engineering Services

ORGANISED BY: Global Exposition & Management Services Pvt. Ltd. — GEMS EVENTS Organiser & Manager

IN COOPERATION WITH: National Booksellers & Publishers Association of Nepal

सर्वाधिक बिक्री हुने साप्ताहिक सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

तस्बिर : राजीव श्रेष्ठ

सरिता अधिकारी

● साताको स्वर ●

शुक्र लामा

'हँसिलो त्यो मुहारमा...' कुन शैलीमा आधारित गीत हो ?

भर्खरै बजारमा आएको मेरो एकल संग्रह 'सम्पूर्ण' मा समावेश भएको यो सुगम संगीतमा आधारित लोक-आधुनिक गीत हो ।

गीतमा कस्ता भावना समेट्नुभएको छ ?

वास्तवमा यो विरहको गीत हो । प्रेमिकासँग विछोड भएपछि प्रेमिको मनमा उब्जिएका भावनाहरू गीतमा समेटिएको छ ।

गीतको कुन पक्ष आकर्षक मान्नुहुन्छ ?

राम कार्कीको संगीत तथा हेम सुवेदीका शब्द स्तरीय छन् । गायनमा पनि उत्तिकै मेहनत गरेको छु । श्रोताले तीनै पक्ष मन पराएका छन् ।

गीतका वास्तविक श्रोता को हुन् ?

ट्र्याजेडी गीत भएकाले प्रेममा असफल हुनेहरू यो गीतका वास्तविक श्रोता हुन्, तर यो गीत युवापुस्ताको रोजाइमा परेकोमा म खुसी पनि छु।

म्युजिक भिडियो कस्तो छ ?

हास्यकलाकार शिशिर सुवेदीले गीतको मर्मअनुसारकै भिडियो तयार पारेका छन् । भिडियोकै कारण थोरै समयमा धेरै सीआरबीटी डाउनलोड भैरहेको छ ।

एक पटक मायामा सार्वजनिक

गायिका रूपा विष्टले गाएका आधुनिक तथा पप गीतहरूको संग्रह 'एक पटक मायामा' को विमोचन संगीतकार न्हुयू बज्राचार्यले मंगलबार साँझ राजधानीमा आयोजित एक समारोहका बीच गरेका छन् । यसअघि 'सम्झनामा' तथा 'प्रेमिका' शीर्षकका गीतिसंग्रह तयार पारिसकेकी रूपाले विमोचन समारोहमा दुईवटा गीत गाएकी थिइन् । समारोहमा संग्रहको शीर्षक गीतको म्युजिक भिडियोको प्रथम प्रदर्शन पनि गरिएको थियो ।

यानीमाया सार्वजनिक

गायक तथा गीतकार गणेश न्यौपानेको गीतहरूको भिडियो-संग्रह यानीमाया गत बिहीबार सार्वजनिक गरियो । यानीमायामा पूर्वेली लोक तथा आधुनिक गीतहरूको भिडियो संग्रहित छ । राजेशपायल राई, अन्जना गुरुङ, माण्डवी त्रिपाठी, कृष्णभक्त राई, रीमा गुरुङ आदिका स्वर रहेको यानीमायाको भिडियोमा पूर्वेली संस्कृति झल्कन्छ । एल्बम विमोचन संस्कृतिमन्त्री मीनेन्द्र रिजालले गरेका थिए । कार्यक्रममा टेलिभिजनकर्मी भूषण दहाल, राजधानी दैनिकका पत्रकार युमाश शेर्पा, आयुर्वेदिक डा. बीपी तिमिल्सिना, बेल्जियम नागरिक हेन्क रोवर्ट कन्टेन्टलाई सम्मान गरिएको जनाइएको छ । कार्यक्रममा नेपाल पर्वतारोहण संघका अध्यक्ष जिम्वा जाङ्वु शेर्पा तथा संगीतकार बुलु मुकारुङले भिडियोसंग्रहमा अभिनय गर्ने कलाकार तथा प्राविधिकलाई प्रशंापत्रसमेत प्रदान गरेका थिए । वरिष्ठ लोकगायक कुमार बस्नेतको सभापतित्वमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो ।

छोरीले गरिन् विमोचन

दम्पती गायक-गायिका उदय सोताङ तथा मनिला सोताङको दसौं गीतिसंग्रह 'ऊ अनि मभित्रको संवाद' को उनीहरूकै गायिका छोरी श्रेया सोताङले विमोचन गरेकी छिन् । शुक्रबार राजधानीमा सम्पन्न एक समारोहमा श्रेयाले सिडीसंग्रह सार्वजनिक गरेकी हुन् । विमोचनपछि गायक उदय सोताङ छोरीको हातबाट गीतिसंग्रह विमोचन गर्न पाएको दंग देखिन्थे भने छोरी पनि बुबा-आमाको नयाँ संग्रह सार्वजनिक गर्न पाउँदा खुसी थिइन् । सानी हाउजिङ तथा नेप्लिज फेसन होमले संयुक्त रूपमा तयार पारेको यो संग्रहका सबै गीतमा गायक सोताङकै संगीत सुन्न सकिन्छ । विमोचन समारोहमा गीतकारद्वय नवराज लम्साल तथा हेमा मानन्धरले संग्रहको समिक्षा गरेका थिए । समारोहमा आलोक नेम्वाङद्वारा निर्देशित 'कहिले भेटौं कहिले छुटौं...' गीतको म्युजिक भिडियो प्रिमियर पनि गरिएको थियो ।

एक डलरको गीत

सांगीतिक समुह '११:३० बसन' ले आफ्नो नयाँ गीतिसंग्रह 'सुनाउँदै छौं' को एउटा गीतलाई अनलाइनमार्फत अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पठाएको छ । समूहका गायक बसन श्रेष्ठका अनुसार 'को हुँ म...' गीतलाई आईट्युन डटकममा राखिएको छ, जसलाई डाउनलोड गर्न एक डलर तिर्नुपर्छ । बसन भन्छन् – 'मेहनत गरेर तयार पारिने गीत जथाभावी डाउनलोड गर्न नसकियोस् भन्ने उद्देश्यले हामीले १ डलर तिरेपछि मात्र डाउनलोड गर्न सकिने व्यवस्था मिलाएका हौं ।' समूहले आफ्नो गीतिसंग्रहलाई पनि अनलाइनमार्फत नै विदेशमा बसोबास गर्ने नेपालीमाझ बजार बिस्तार गर्ने योजना बनाएको छ । रिबेल क्रिएसनले विदेशमा रहेका श्रोतामाझ गीतिसंग्रह पुर्‍याउने जिम्मा लिएको छ ।

● म्युजिक अपडेट ●

ओमकारको विमोचन

गायिका सुमी लोहनीका भक्ति गीतहरूको संग्रह 'ओमकार' को विमोचन गत शनिबार शान्तिनगर, काठमाडौंस्थित नि:सहाय सेवा सदनमा आश्रित आमाहरूमाझ सम्पन्न भएको छ । गीतकार कृष्णहरि बराल तथा समाजसेवी सगुन शाहले संयुक्त रूपमा उक्त संग्रह विमोचन गरेका हुन् । विमोचन समारोहमा गायक तथा संगीतकार फत्तेमान राजभण्डारीले भक्ति संगीतको क्षेत्रमा ओमकार संग्रहले नयाँ इँटा थपेको धारणा व्यक्त गरे । विमोचन समारोहमा गायक दिपक ठकुरी, देव खरेल तथा बिनिता रसाइलीले संग्रहका भक्ति गीत प्रस्तुत गरेका थिए । सुमन लोहनीको भक्ति रचना समावेश भएको उक्त संग्रहमा फत्तेमान, मनोहर सुनाम तथा दिपक ठकुरीले संगीत दिएका छन् । संग्रहमा नौवटा भक्ति गीत सुन्न सकिन्छ । रीमा गुरुङ होडा, संगीता शाक्य, योगिता मोक्तान, सरु पराजुली, दिनेश गौतम आदिले पनि संग्रहका गीतमा स्वर दिएका छन् ।

असोजमा सांगीतिक प्रतिस्पर्धा

अघिल्लो वर्ष प्रारम्भ भएको सेभ द प्लानेट कन्सर्टको दोस्रो प्रतिस्पर्धा आगामी असोज १ गते प्रारम्भ हुने भएको छ । 'सेभ द प्लानेट-२' शीर्षकको यो प्रतिस्पर्धाअन्तर्गत असोज १ तथा २ गते जीएए हलमा सञ्चालन गरिनेछ । अन्तरविश्वविद्यालयस्तरीय यो सांगीतिक प्रतियोगिताको निर्णायक प्रतिस्पर्धा भने असोज ९ गते भृकुटीमण्डपस्थित फनपार्कमा सञ्चालन हुनेछ । प्रतिस्पर्धामा सहभागिता जनाउने प्रत्येक समूहले दुई-दुई वटा गीत प्रस्तुत गर्नुपर्नेछ । प्रतियोगितामा प्रथम स्थान हासिल गर्ने सांगीतिक समूहले एउटा गीति संग्रह प्रकाशित गर्ने अवसर पाउनेछ ।

फर्कियो अग्लिज

युवापुस्तामाझ लोकप्रिय सांगीतिक समूह 'द अग्लिज' लामो समयपछि श्रोतामाझ फर्किएको छ । सन् १९९६ मा सरुन ताम्राकार, सुदीप ताम्राकार तथा रकिन श्रेष्ठले स्थापना गरेको यो समूहले करिब पाँच वर्षअघि पहिलो गीतिसंग्रह 'रस' सार्वजनिक गरेको थियो । यति बेला यो समूह आफ्नो दोस्रो गीतिसंग्रह सार्वजनिक गर्ने तयारीमा जुटेको छ । पछिल्लो समयमा काठमाडौं तथा पोखरामा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरिरहेको यो समूहको दोस्रो संग्रह 'इन ट्रान्जिट' केही समयपछि नै श्रोतामाझ आउनेछ । समूहका गायक सरुन भन्छन्– 'दुईवटा गीतको म्युजिक भिडियो तयार भएपछि संग्रह बजारमा आउनेछ ।'

निशाको गजल गायन

केही समयअघि रेडियो नेपालले आयोजना गरेको राष्ट्रव्यापी आधुनिक गायन प्रतियोगितामा प्रथम स्थान हासिल गर्न सफल गायिका निशा देशार पहिलो एकल गीतिसंग्रहको तयारीमा जुटेकी छिन् । संग्रहमा गजलशैलीका गीत समावेश गरिने गायिका देशार बताउँछिन् । गत साता नयाँ बानेश्वरस्थित एउटा रेकर्डिङ स्टुडियोमा संग्रहको एउटा गजल रेकर्ड गराउने क्रममा उक्त गजलका संगीतकार गैरे सुरेश खुसी देखिए । 'हामीले सोचेभन्दा राम्रोसँग गाएपछि खुसी नहुने कुरै छैन, संगीतकार गैरेसँगै खुसी हुनेहरूमा गीतकार कृष्णहरि बराल तथा संगीत संयोजक किरण कँडेलसमेत थिए । गजल रेकर्डिङकै क्रममा स्टुडियो पुगेका गायक रामकृष्ण ढकालले पनि निशाका गजलको प्रसंसा गरे । २०६५ सालमा नेपाल भाषाको गायनतर्फ इमेज एवार्ड जितेकी निशाले एल्बमको शब्दमा बराल तथा संगीतमा शम्भुजित बास्कोटा, सुरेश अधिकारी, महेश खड्का तथा गैरे सुरेशको साथ पाएकी छिन् ।

● अफ द बिट ●

स्वर्गकी परी : **भुवन सुप्तिहाङको संगीत तथा दीप श्रेष्ठको स्वरमा तयार भएको स्वर्गकी परी गीतको भिडियोमा अभिनय गर्दै नायक सुमन सिंह तथा उपासना सुब्बा । सुरज श्रेष्ठ यो भिडियोको निर्देशक हुन् ।**

● ब्याण्ड ●

गायिकाको मदिरापान

हलिउड सेलिब्रेटीहरू पिउने कुराका सौखिन हुन्छन् । गायिका एमी वाइनहाउसले चाहिं पिउने प्रसंगमा नयाँ रेकर्ड कायम गरेकी छिन् । भर्खरै मात्र उनले लगातार १६ घण्टासम्म मदिरापान गरेर आफ्ना समकालीन सेलिब्रेटीहरूलाई पछि पारेकी छिन् । ब्ल्याक टु ब्ल्याककी गायिका एमी कुनै बेला मदिरा तथा लागूऔषधविरुद्ध आवाज उठाउँथिन् । पछिल्लो समयमा उनी आफ्नै प्रेमी रेग ट्रेविसको पबमा मदिरापान गरिरहेको अवस्थामा फेला परिन् । पबमा मदिरापान गरिरहेको सञ्चारकर्मीले समेत देखेपछि उनी पबबाट बाहिरिन्, ट्याक्सि चढिन् र पुगिन लन्डनको चर्चित पव 'इन-१८८८' मा । त्यहाँ पनि उनले लामो समयसम्म मदिरापान गरिन् । मदिरापान गर्ने क्रममा एमीले रुँदै आफूलाई आफ्ना प्रेमीले इज्जत गर्न छाडेको दुखेसो पोखेकी थिइन् । पबबाट बाहिरने क्रममा उनी एउटा कारसँग ठोक्किएकी थिइन्, तर त्यसबाट कुनै चोटपटक भने नलागेको समाचारमा जनाइएको छ ।

● ब्याण्ड ●

स्टोन्ड एम्प

अल्टरनेटिभ रक समूह 'स्टोन्ड एम्प' स्थापना भएको ३ वर्ष भयो । काठमाडौंका चार जना युवा संगीतकर्मी मिलेर सन् २००७ मा यो समूहको स्थापना गरेका हुन् । विसन योञ्जन समूहका एक मात्र गायक हुन् । बिजु कर्माचार्य लिड गिटारिस्ट हुन् भने जोहेब शाह बेस गिटारिस्ट । अल्टरनेटिभ ब्यान्डमा ड्रमरको सबैभन्दा ठूलो भूमिका हुन्छ । यो समूहमा सविन श्रेष्ठले उक्त भूमिका निर्वाह गरेका छन् । सांगीतिक समूह स्थापना गरेदेखि हालसम्म यो समूहले थुप्रै स्थानमा लाइभ कन्सर्ट प्रस्तुत गरिसकेको छ । काठमाडौंमा त उनीहरू नियमित रूपमा कन्सर्टमार्फत प्रस्तुत भैरहन्छन् । काठमाडौं बाहिर पोखरा, चितवन, हेटौंडा तथा धरानमा समेत उनीहरूले गीत-संगीत प्रस्तुत गरिकसकेका छन् । समूहका गायक विसन भन्छन्, 'सिक्किम, कालिङपोङ तथा दार्जिलिङको कन्सर्ट पनि स्थानिय दर्शकले मन पराएका थिए ।' ठमेलस्थित नो ह्वेर पवमा दैनिक रुपमा लाइभ कन्सर्ट प्रस्तुत गरिसकेको यो समूहले करिब डेढ वर्षअघि 'स्टोन्ड एम्प' शीर्षककै पहिलो गीति संग्रह सार्वजनिक गरिसकेको छ । भनन..., सपना...तथा एउटा प्रश्न...जस्ता लोकप्रिय गीतका म्युजिक भिडियोसमेत तयार पारिसकेको यो समूह पछिल्लो समयमा 'एउटा प्रश्न...'को प्रोमोसनमा व्यस्त छ । 'भरखरै टेलिभिजिन च्यानलबाट यसको भिडियो सार्वजनिक भएको छ, विसनका अनुसार अल्टरनेटिभ रक गीतका पारखीहरूले नयाँ भिडियो मन पराइरहेका छन् ।

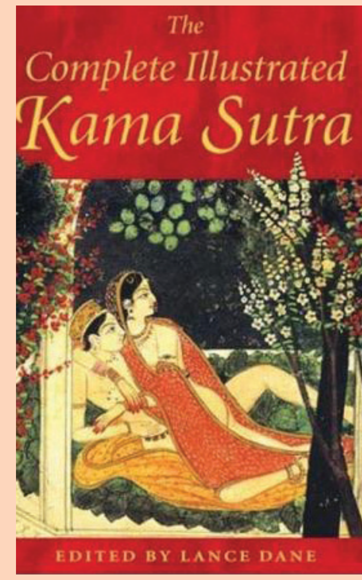
पहिलो विश्व

बडीबिल्डर दिदी : इंग्ल्यान्डका फुटबलर थियो बाल्कोटकी जेठी दिदी बडीबिल्डिङकी चर्चित खेलाडी हुन् । २६ वर्षीया होली बाल्कोटले हालै बेलायतमा सम्पन्न ब्रिटिस नेचुरल बडीबिल्डिङ च्याम्पियनसिपमा दोस्रो स्थान हात पारेकी थिइन् ।

अडियोमा कामसूत्र

प्राचीन यौन ग्रन्थ कामसूत्रलाई सार्वजनिक स्थलमा पढ्न पूर्वीयहरू त के पश्चिमाहरूसमेत हिचकिचाउँछन् । १ हजार ६ सय वर्षअघि मलंगा बात्स्यायनले लेखेको पुस्तक अझै पनि मानिसको यौन आचरणका विषयमा लेखिएको सर्वोत्कृष्ट पुस्तक मानिन्छ ।

मूल भाषा संस्कृतमा लेखिएको यो पुस्तक पहिलो पटक अंग्रेजीमा प्रकाशित भएपछि नै यसले अन्तर्राष्ट्रिय लोकप्रियता पाएको थियो । त्यसपछि यो पुस्तक विभिन्न भाषामा प्रकाशित भैसकेको छ । कामसूत्रको लोकप्रियतालाई यसको अध्ययनको वातावरणले प्रभाव पारिरहेको महसुस गरेपछि बेलायतको ब्युटिफुल बुकले त्यसको अडियो प्रकाशित गरेको हो । यो कुनै पनि व्यक्तिले नपढि नहुने पुस्तक हो । गोप्य स्थानको अभावमा कामसूत्र पढ्न नपाइरहेका ब्यक्तिहरुलाई लक्षित गरेर प्रकाशित गरिएको यो अडियोलाई एमपि थ्री फर्म्याटमा इन्टरनेटमा राखिएको छ । यसलाई खण्ड-खण्डअनुसार डाउनलोड गर्न वा एकै पटक डानउलोड गरेर सुन्न सकिन्छ ।



यौन आचरणमा परिवर्तन

२५ देखि ३० वर्षअघि मानिसहरूको यौनआचरण एकदम भिन्न थियो । अहिले विभिन्न प्रविधिका कारण मानिसहरूले यौनको आनन्द लिन विपरीत लिंगीलाई सामुन्ने नै पाउनुपर्छ भन्ने छैन ।

अहिले विपरीत सेक्सभन्दा साइबर सेक्सले बढी चर्चा पाएको छ । यस्तो चर्चाको कारण साइबर सेक्समा रमाउनेहरूको संख्या बढ्दै जानु हो । दुई दशकअघिसम्म शून्यमा रहेका साइबर सेक्स गर्ने व्यक्तिहरूको संख्या अहिले २ करोड ५० लाख नाघेको छ । यस्तो आनन्दमा रमाउनेहरू आफ्ना अश्लील श्रव्यदृश्यहरू कम्प्युटरमार्फत आदान-प्रदान गरेर रमाउँछन् । भनिन्छ, ६ करोड ५० लाख व्यक्ति नियमित रूपमा इन्टरनेटमा रहेका अश्लील श्रव्यदृश्य हेरेर आनन्दित हुन्छन् । त्यसबाहेक १५ करोड व्यक्तिले जीवनमा एक पटक भए पनि इन्टरनेटमार्फत सेक्सको आनन्द लिएका छन् ।

पछिल्लो समयमा इन्टरनेटमा लाइभ सेक्स लोकप्रिय भएको छ । यसमा हुने कुराकानी आर्थिक कारोबारमा समेत परिणत हुने गरेको छ । वेब क्यामेरा तथा माइक्रोफोनमार्फत हुने कुराकानीमा महिला तथा पुरुषहरूको आकर्षण तीव्र रूपमा बढिरहेको छ । यसमा वेब क्यामेरामार्फत महिला तथा पुरुषले आफ्ना गोप्य अंगहरू प्रदर्शन गरेर आम्दानीसमेत गरेको पाइन्छ ।

अन्त्यमा...

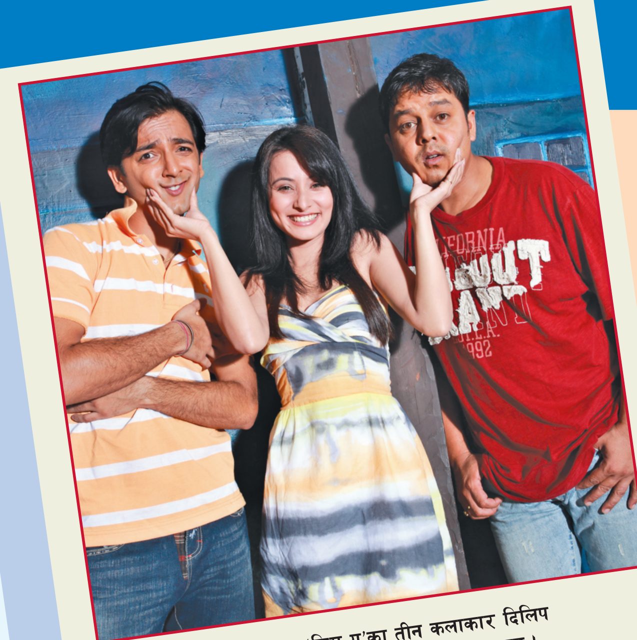
भनिन्छ पुरुषको ध्यान केबल युवतीमा मात्र हुन्छ ? तर त्यसो होइन, युवतीहरू पनि पुरुषको सौन्दर्य नियालिरहेका हुन्छन् । पुरुषहरू कस्तो पोसाकमा आकर्षक देखिन्छन् भनेर केही देशका युवतीहरूबीच गरिएको सर्वेक्षणमा उनीहरूले रातो रंगको पोसाक लगाउने युवकप्रति आफ्नो आकर्षण बढी हुने कुरा बताए । अमेरिका, इंग्ल्यान्ड, जर्मनी तथा चीनका युवतीहरूसँग सोधिएको प्रश्नमा उनीहरूले रातो रंगको पोसाकले आकर्षित गर्ने बताएका थिए ।

युनिभर्सिटी अफ रोचेस्टरका प्राध्यापक एण्ड्र्यु इलियटको नेतृत्वमा गरिएको सर्वेक्षणमा युवतीहरूले पुरुषले लगाएको रातो रंगको पोसाकले आकर्षित गर्नुका साथै उत्तेजनासमेत बढाउने कुरा बताए । देशअनुसार रंगप्रतिको आकर्षण फरक हुन्छ भनेर सर्वेक्षणका क्रममा विभिन्न महादेशका युवतीहरु छनौट गरिएको थियो । इलियटका अनुसार उनीहरूले उमेरअनुसार रंगमा परिवर्तन आउँछ की भनेर १९ देखि २२ वर्ष तथा २३ देखि ५७ वर्षसम्मका महिलाहरूलाई दुई समूह बनाएर सर्वेक्षण गरेका थिए ।

सचित्र

कहाँ भेटिएला ? : एक कार्यक्रममा इण्डियन आइडल प्रशान्त तामाङ्लाई गायिका अन्जु पन्तको साथ।

लेटस् रक बेबी : तीतो सत्यका जोडी दिपकराज गिरी र दिपाश्री निरौलाको बेफिक्री नाच।



मेरा लालाबाला : चलचित्र 'मिस यु'का तीन कलाकार दिलिप रायमाझी, नम्रता श्रेष्ठ र वरुण राणा।

सुन्दरताको रौनक : एक कार्यक्रममा मिस नेपाल फस्ट रनर्सअप कुन्छाङ् मोक्तान र आयुषा कार्की।

तीन पुस्ताका सुन्दरी : एक कार्यक्रममा पहिलो रंगीन चलचित्र 'कुमारी'की नायिका चैत्यदेवीसंग हाँस्दै नायिकाद्वय करिश्मा मानन्धर र निरुता सिंह।

वास्तविक मित्रता : एक कार्यक्रममा सँगै बसेका नायिकाद्वय रेजिना उप्रेती र अरुणिमा लम्साल।

राम्रा चलचित्रको खोजी

चलचित्र सुटिङका लागि पोखरा आफैँमा स्टुडियो हो। यहाँ जातीय संस्कृतिमा आधारित दर्जनौं चलचित्र निर्माण भएका छन् र हुँदैछन्, तर अझै पनि यहाँको प्राकृतिक दृश्यको पर्याप्त सदुपयोग हुन सकेको छैन। यदि त्यसो हुन सके चलचित्रमार्फत अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पोखराको अलग पहिचान बन्न सक्छ, तीन वर्षअघि राजधानीमा चलचित्र समाज स्थापना गरी दर्शकमाझ राम्रा चलचित्र पुऱ्याइरहेका राजेश गोंगजु भन्छन्- 'राम्रा चलचित्र हेरेर मात्र उत्कृष्ट चलचित्र बनाउन सकिन्छ।'

चलचित्रका लागि राजधानीपछि सम्भाव्य ठाउँ उनले पोखरालाई देखे। पोखराले आर्थिक-सामाजिक-बौद्धिक हरेक क्षेत्रमा प्रगति गरेका कारण पनि यहाँ चलचित्र कल्चरको विकास भएको हो भन्ने उनको ठम्याइ छ। पोखरा चलचित्र समाजको स्थापना गरेपछि गोंगजु स्थानीय चलचित्र निर्माताहरूलाई राम्रा चलचित्रका बारेमा प्रशिक्षण दिन र देखाउने प्रयासमा लागे। यहाँ जुन रूपमा चलचित्र निर्माण भए पनि निर्माताहरूमा अझै पनि राम्रा चलचित्रप्रति उतिसारो लोभिएका देखिँदैनन्। पोखरामा चलचित्रकर्मीहरूलाई प्रशिक्षण दिन पाए अब निर्माण हुने चलचित्रमा ४० प्रतिशत सुधार हुने उनको तर्क छ।

पोखरामा सातामा एउटा राम्रो चलचित्र देखाउने उनको योजना तुहिएको छ। छोटो अवधिमै पोखरा चलचित्र समाजमा ३० जना सदस्य बनिसकेका थिए। धेरैले यसमा अभिरुचि देखाएका थिए। हो, पोखरामा बन्ने जातीय चलचित्रमा भाषा र पहिरन परिवर्तन हुन्छ तर कथा र प्रस्तुति भने एउटै हुने गरेको छ। राम्रा चलचित्र हेरियो भने प्रस्तुतिमा 'सहजै परिवर्तन' गर्न सकिन्छ, गोंगजुको धारणा छ।

अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्रका विशेषज्ञ मानिएका राजेश राम्रा विदेशी चलचित्रको ज्ञान दिन छलफलमा लागेका छन्। चलचित्र समाजको उद्देश्य के त ? उनी प्रस्टयाउँछन्- 'राम्रा चलचित्र देखाएर स्थानीय चलचित्र निर्माताहरूलाई राम्रो चलचित्र बनाउन अभिप्रेरित गर्नु।' यस्तै कलेज-कलेजमा पुगेर चलचित्र देखाउने र विदेशी चलचित्रको महोत्सव गर्ने उद्देश्य उनको थियो। उनले यसरी देखाउने चलचित्र हलिउड र बलिउड शैलीका भने पक्कै थिएनन्। ती सबै विश्वका हरेक कुनामा बनेका राम्रा चलचित्र हुन सक्थे, जहाँ हाम्रो दैनिक जीवनमा मेल खाने कथाव्यथाहरू नै हेर्न पाइन्छ। यस्ता चलचित्रले विषयवस्तुलाई नै पछ्याउँछन्। विदेशका धेरै ठाउँमा चलचित्र समाज छन्, यही भएर ती ठाउँमा राम्रा चलचित्र बनिरहेका छन्। नेपालमा राम्रा चलचित्रको अभाव देखेर नै उनले चलचित्र समाजको स्थापना गरेका थिए।

पोखरामा सातामा एउटा राम्रो चलचित्र देखाउने उनको योजना तुहिएको छ। छोटो अवधिमै पोखरा चलचित्र समाजमा ३० जना सदस्य बनिसकेका थिए। धेरैले यसमा अभिरुचि देखाएका थिए। हो, पोखरामा बन्ने जातीय चलचित्रमा भाषा र पहिरन परिवर्तन हुन्छ तर कथा र प्रस्तुति भने एउटै हुने गरेको छ। राम्रा चलचित्र हेरियो भने प्रस्तुतिमा सहजै परिवर्तन गर्न सकिन्छ, गोंगजुको धारणा छ। जबसम्म नेपाली चलचित्र मेकरहरूले राम्रो चलचित्र बनाउँदैनन् तबसम्म यस्तो अभिनय चलिरहन्छ। धरानमा पनि चलचित्र समाज स्थापना गर्ने योजना थियो। यो सोसाइटीलाई कतैबाट सहयोग भने आउँदैन। यस्तो समाजको खर्च सदस्यता शुल्कमार्फत धानिनुपर्छ। त्यसैले पनि यस्ता कुरा कोरा कल्पना र गफमै सीमित हुन्छन्।

गोंगजु चलचित्रको अध्ययन तथा अध्यापनमा १० वर्षदेखि जुटिरहेका छन्। करिब एक दर्जन वृत्तचित्र निर्माण र निर्देशन गरिसकेका राजेशलाई नेपाली चलचित्रको अवस्था दारुण लाग्छ। व्यावसायिक चलचित्रको अवस्था दयनीय छ भने साना भिडियो चलचित्रहरू कान्लामुनिको भ्यागुता भएका छन्। राजेशलाई लाग्छ, चलचित्रलाई कलाका रूपमा हेरिनुपर्छ। कुनै पनि कुरा नचाखी स्वाद पाइँदैन। राम्रो चलचित्र बनाउन राम्रो चलचित्र त हेर्नैपर्छ, उनको आग्रह छ।

–शिव शर्मा

वेदुलाई भ्वाइस अफ टिनको उपाधि

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौँ- कुनै बेला गायक रामकृष्ण ढकालले आफ्नो सफलतामा गाएको गीत 'मलाई यो जिन्दगीले कहाँ पुऱ्यायो'लाई 'भ्वाइस अफ टिन'को फाइनलका प्रतिस्पर्धी वेदु सारु मगरले पनि गाए। यसपटक त्यो गीत रामकृष्णको नभै स्वयं वेदुकै सफलताको गीत हो कि भन्ने भयो। यही गीत गाएपछि वेदुलाई नेपाल टेलिभिजनको रियालिटी सो 'भ्वाइस अफ टिन'को उपाधिबाट विभूषित गरियो। वेदुलाई दाङमा भएको छनौट चरणको प्रतिस्पर्धाबाट गायिका देविका वन्दना, संगीतकार राजु सिंह तथा गायक स्वयं रामकृष्ण ढकालले काठमाडौँ ल्याएका थिए। सहभागी ११ हजारमध्येबाट विभिन्न चरण पार गर्दै वेदुलगायत आकांक्षा बस्याल तथा विकेश के. शंकर सर्वोत्कृष्ट तीन भएका थिए। दर्शक एसएमएस मतका आधारमा सर्वोत्कृष्ट भएका वेदुले दोस्रो स्थानकी आकांक्षाभन्दा झन्डै १० हजार मत बढी पाएका थिए। वर्ष दिनअघि दाङमा सम्पन्न इन्द्रेणी आइडलमा दोस्रो भएका वेदुले 'भ्वाइस अफ टिन'को उपाधिसँगसँगै १ लाख रुपैयाँ नगद, एक थान हिरो होन्डा मोटरसाइकल, ५ लाख बराबरको म्युजिक कन्ट्र्याक्ट, एक वर्षसम्म संगीत छात्रवृत्ति तथा स्नातकसम्म अध्ययनको पूर्ण छात्रवृत्ति पाएका छन्। गत शुक्रबार सम्पन्न फाइनल चरणको प्रतिस्पर्धापछि 'भ्वाइस अफ टिन'को यो सिजनको प्रतियोगिता सम्पन्न भएको आयोजक एवान मिडियाले जनाएको छ।

तस्बिर : ओम लामा

तालको बीचमा नेपाली संस्कृतिमा विवाह

शिव शर्मा

पोखरा- फूलमालाले सिंगारिएको डुंगामा एक जोडी विदेशी बसिरहेका थिए। पण्डितले मन्त्र उच्चारण गरिरहेका थिए भने साथमा सारङ्गीवादकले नेपाली धुन बजाइरहेका थिए। केही दिनअघि फेवातालको मध्यभागमा डुंगा नै लगेर स्पेनका ३१ वर्षीय दानेल मोयानो तथा २९ वर्षीया सान्द्रा फर्नान्डिसले नेपाली परम्पराअनुसारताललाई साक्षी राखेर प्रेमविवाह गरे।

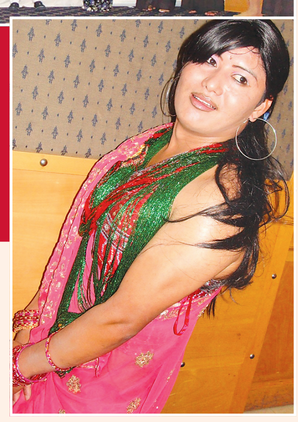
कुर्ता सुरुवाल र शेरवानीमा ठाँटिएका उनीहरूले आफ्नो सम्बन्ध तालजस्तै कञ्चन होस् भन्ने कामना पनि गरे। उनीहरूले एक-आपसमा औंठी साटासाट गरे। नेपाली परम्पराअनुसार दानेलले सान्द्राको सिउँदोमा सिन्दूर हाले। अहिलेसम्म तालको बीचमा नदेखिएको यस्तो दृश्य देखेर डुंगामा सयर गरिरहेकाहरू पनि दंग देखिन्थे। डुंगामै पण्डित राखेर र सारङ्गी मात्र बजाएर गरिएको यो विवाहलाई धेरैले नौलो माने। एक डुंगा व्यवसायीले भने, 'भड्किलो विवाहका लागि यो एउटा नमुना पनि हो।' उनीहरूको विवाहमा आफूहरू दुई जना, पण्डित र एक जना सारङ्गीवादक मात्र सहभागी थिए।

पाँच वर्षअघि घुम्नका लागि पोखरा आएकी सान्द्रा फेवाताल देखेर रोमाञ्चित भएकी थिइन्। उनले त्यतिबेला नै आफूले यही तालको बीचमा विवाह गर्ने प्रणसमेत गरेकी थिइन्। 'आज त्यो सपना पूरा भएको छ,' उनले हर्ष व्यक्त गर्दै भनिन्, 'वातावरणले लोभ्यायो र नेपाली संस्कृतिअनुसार नै विवाह गऱ्यौं।' पटक-पटक नेपाल आएकी सान्द्राले नेपाल आफ्नो घर भएको र पोखरा सबैभन्दा मन पर्ने ठाउँ भएकाले विवाह र हनिमुन यही ठाउँलाई रोजेको बताइन्।

उता दानेल भने पहिलो पटक नेपाल आएका हुन्। उनी पनि यहाँको वातावरणबाट लोभिएका छन्। तीन महिनाअघि यहाँ आएका उनीहरूले नेपालमै विवाह गरेपछि यतै केही व्यवसाय गरेर बस्ने योजनासमेत बनाएका छन्। १५ वर्षअघि नै उनीहरू एक-अर्काका असल साथी थिए, उनीहरूको प्रेम सम्बन्ध स्थापित भएको चाहिँ ६ महिना मात्र भएको छ। सान्द्राले भने दानेलले प्रेम प्रस्ताव राख्न ढिलाइ गरेकै कारण विवाह ढिलो भएको ठट्टा गरिन्। सान्द्रा स्पेनमा ब्युटी एन्ड स्पा विशेषज्ञका रूपमा काम गर्छिन् भने दानेल मार्सलआर्टका प्रशिक्षक हुन्। एक महिनापछि स्वदेश फर्कने तयारीमा रहेका नवदम्पतीले भने- 'विवाहपछि नेपाल हाम्रो दोस्रो घर भएको छ।

स्थानीय कलाकारले नचाए

युएई– १६ औं विश्व आदिवासी दिवसको अवसर पारेर गत शुक्रबार ६ अगस्ट २०१० का दिन बरदुबईस्थित इम्पिरियल रेसिडेन्स होटलमा नेपाली आदिवासी जनजाति महासंघ, युएईले आयोजना गरेको एक कार्यक्रममा स्थानीय कलाकारहरूले बेजोडको प्रस्तुति दिए।



आदिवासी आदिवासी हामी आदिवासी भन्ने आदिवासी तथा जनजातिहरूको अस्तित्व तथा पहिचानका लागि प्रतिनिधित्व गर्ने गीतमा नेवार, गुरुङ, तामाङ, लिम्बूलगायत अन्य आदिवासी तथा जनजातिहरूको भेषमा हातमा राष्ट्रिय झन्डा हल्लाउँदै नृत्य प्रस्तुत गर्दा हल नै गुञ्जायमान भएको थियो। नीलो चोलीमा सजिएर आएकी हसिना लामा तथा अनिलको तामाङ सेलो प्रशंसनीय रह्यो।

किराँतहरूको प्रख्यात चण्डी नाच कटक राईको नेतृत्वमा विभिन्न राई कलाकारहरूले प्रस्तुत गरे भने आर.सी. डंगोलले नेवारी जातीय पहिचान झल्कने मुरलीको धुन सुनाएर सबैलाई लठ्याएका थिए।

रञ्जना थापामगरले मगर भाषाको गीत तथा गायक ज्ञान लामाले तामाङ सेलो र रिमिक्स गीत गाए भने युएईका विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रममा बेग्लै प्रस्तुति दिँदै आएका दीपशिखा अर्थात् दीपक गुरुङले नृत्य प्रस्तुत गरे। उनको नृत्य सकिन नपाउँदै दर्शकहरूले वान्समोर, वान्समोरको हुटिङ गरेका थिए। युएईमा दीपक गुरुङलाई पुरुष भएर पनि महिलाको भेषमा उत्कृष्ट नृत्य प्रस्तुत गर्ने कलाकारका रूपमा लिइन्छ।

कार्यक्रमको अन्त्यमा रोशन राई तथा अन्य नव आगन्तुक गायकले विभिन्न नेपाली रिमिक्स गीत गाएर दर्शक तथा अतिथिहरूलाई नचाउन सफलता प्राप्त गरे। स्थानीय कलाकारहरू मोबी खजुङ, महेश्वर, धनराज, तारा आदिले पनि विभिन्न गीत तथा नृत्य प्रस्तुत गरेको उक्त कार्यक्रममा दर्शक, आयोजक तथा कलाकारहरू आफ्नो जातीय पहिचान झल्कने पोसाक लगाएर आएका थिए।

● **खेमनाथ पौडेल**

कुरा मिल्यो राजेश र कोमलको

साप्ताहिक समाचार

केही समयअघि साप्ताहिकले केमेस्ट्री कोमल राजेशको शीर्षकमा एउटा फिचर प्रकाशित गरेको थियो। भ्यालेन्टाइन विशेष अंकमा अविवाहित राजेश हमाल र कोमल वलीबीचको रिलेसन केमेस्ट्रीको चर्चा गरिएको थियो। साप्ताहिकको उक्त फिचर ४ दशक नाघे पनि अविवाहित नै रहेको यो जोडीको सम्बन्ध कस्तो हुनसक्छ भन्ने विषयमा केन्द्रित थियो।

यहाँ यो प्रसंग जोड्नुको कारण, उनीहरू गत आइतबार आयोजित एक सामाजिक उद्देश्यको कार्यक्रमका निम्ति संयुक्त रूपमा सद्भावना राजदुत घोषित हुनु हो। एयर एम्बुलेन्स तथा खाद्य बैंक स्थापनार्थ यो जोडीलाई स्वास्थ्यका लागि खाद्यान्न नेपाल नामको संस्थाले आफ्नो गुडविल एम्बेसडर घोषणा गरेको छ। राजेश र कोमलको केमेस्ट्रीको झझल्को पनि उक्त कार्यक्रम देख्न पाइयो।

कार्यक्रममा गायिका कोमल वलीले 'बिहेसिहे नगरे हुन्छ भन्थे बाले, पत्रकारले सोधी-सोधी दिक्क पार्न थाले, बिन्ती मेरो लिएमा राजेश हमाल दिएमा, माग्ने थिइनँ अरू विद्यानाश, धत्तेरिका शिवजी रै'छौ बदमास' गाएपछि राजेश हमालले बोल्ने क्रममा कोमल वलीको गीतले हृदय छोएको भन्न भ्याइहाले। राजेशले भने, 'ओलीजीको बोलीले आज मलाई गोली लागेको छ।' नेपाली समाजमा ढिलोसम्म विवाह नगरेका कारण किन बिहे नगरेको भन्ने प्रश्न बारम्बार खेपिआएका यि दुई कलाकारको दोहोरी शैलीको संवादलाई उपस्थित सबैले खुबै रुचाए।

कार्यक्रममा नायक हमालले नेताहरूले अभिनय गर्न थालेकाले अभिनेताले नेता बन्न बाध्य हुनुपरेको बताए। 'अब राजनीतिमा पनि चासो दिनुपर्लाजस्तो छ,' उनले भने, 'देशका लागि कलाकारजत्तिका भरपर्दा नेताहरू हुन नसकेकाले नै यो दुर्दशा भोग्नुपरेको छ। कार्यक्रममा गायिका वलीले पनि आउँदो निर्वाचनमा कलाकारहरूको पार्टी खोलेर चुनावमा भाग लिने बताइन्। वलीले भनिन्- 'समानुपातिकमा त १५-२० सिट सजिलै ल्याइहाल्छौं, अनि मात्र नेताहरूलाई ठेगानमा ल्याउन सकिन्छ।'

धरान नटराजको दोस्रो चरण

धरान- गरिमा डान्स सेन्टर, धरानको आयोजनामा भैरहेको अन्तर-विद्यालयस्तरीय दोस्रो धरान नटराज एकल नृत्य प्रतियोगिताको दोस्रो चरणमा ४९ जना पुगेका छन्। धरान-१५ स्थित सदन सभाहलमा शुक्रबार भएको दोस्रो चरणको शास्त्रीय राउन्ड पार गर्दै ती ४९ जना छनोट भएका हुन्। दोस्रो चरण प्रवेशका लागि धरानका विभिन्न २५ विद्यालयका जम्मा ६७ जना विधार्थीले नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए। छनोटमा परेका ४९ मध्येबाट धरान-१२ स्थित सुनाखरी एकेडेमीकी रोशिमा राई बेस्ट क्लासिकल डान्सर घोषित भएकी थिइन्। प्रतियोगितामा शास्त्रीय, नेपाली लोक तथा फिल्मी, मोडर्न र प्रोपर्टी गरी जम्मा ४ वटा विधामा उत्कृष्ट नृत्य प्रस्तुत गर्ने विद्यार्थी छनोट गरिने सेन्टरका प्रबन्ध निर्देशक मणिकुमार लिम्बूले बताए। लिम्बूले अब नेपाली लोक फिल्मी राउन्ड भदौ ५, मोडर्न राउन्ड भदौ १९ तथा फाइनल राउन्ड असोज १३ गते बुधबारका दिन हुने जानकारी दिए। विभिन्न विद्यालयका विद्यार्थी, अभिभावक एवं शिक्षक-शिक्षिकाहरूको बाक्लो उल्लेख्य उपस्थिति रहेको छनोट कार्यक्रममा अन्जु राई, नवराज बस्नेत तथा विजय अम्बुले राई, प्रनेश लिम्बू आदि कलाकारले गीत प्रस्तुत गरेका थिए।

ट्यालेन्ट शोमा लिटिल आइडल

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– ८ देखि १३ वर्ष उमेर समूहका चार दर्जन बालिका गत शनिबार एउटै स्टेजमा प्रस्तुत भए । भोलि शनिबार राजधानीमा हुने 'मिस लिटिल आइडल-२०१०' का प्रतिस्पर्धी बालिकाहरू निर्णायक प्रतिस्पर्धा भन्दा एक साताअघि आफ्नो प्रतिभा प्रदर्शन गर्न स्टेजमा उक्लिएका हुन् । त्रिपुरेश्वस्थित वर्ल्ड ट्रेड सेन्टरको माथिल्लो तल्लामा भेला भएका बालिकाहरूमध्ये अधिकांशले नृत्य प्रदर्शन गरे । केहीले गीत गाए अनि थोरैले वक्तृत्वकला प्रदर्शन गरे । आधा दर्जन सेलिब्रेटी निर्णायकको अघिल्तिर छमछमी नाच्नेमध्ये अधिकांश बालिकाले गीतअनुरूपकै पहिरन लगाएका थिए । ४७ जना बालिकाले पालैपालो प्रतिभा प्रदर्शन गर्दा निर्णायक नायिका शुभेच्छा थापा मात्र होइन, गायिका रेश्मा सुनुवारसमेत दंग परेकी थिइन् । प्रतिभा प्रदर्शन गर्नेमध्ये एक जनाले भोलिको कार्यक्रममा 'मिस ट्यालेन्ट' को उपाधि जित्नेछिन् । आयोजक एक्सन इन्टरटेन्मेन्टले दिएको जानकारीअनुसार पहिलो पटक आयोजना गर्न लागिएको यो प्रतिस्पर्धामा ताप्लेजुङदेखि रुकुमसम्मका बालिका सहभागी छन् । निर्णायक प्रतिस्पर्धामा मिस लिटिल आइडल, फस्ट रनर्सअप, सेकेन्ड रनर्सअप, मिस ट्यालेन्टसहित फोटोजेनिक, फ्रेन्डसिप, डिसिप्लिन आदि उपाधि प्रदान गरिनेछ ।

अडिसनमा लिटिल मिस नेपाल

गत शनिबार नै दरबारमार्गस्थित सी डब्लू रेस्टुराँमा 'लिटिल मिस नेपाल' का ५० जना प्रतिस्पर्धी छानिएका छन् । बालिकाहरूको प्रतिभा तथा सौन्दर्य विकासका लागि मुभी हाउसले यो प्रतियोगिताको आयोजना गर्न लागेको हो । अडिसन चरणमा ९५ जना बालिका सहभागी थिए । पहिलो चरणमा छनोट भएका बालिकाहरूलाई तीन साता लामो प्रशिक्षण दिइनेछन् । आगामी भदौ १६ गते जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा हुने यो प्रतियोगितामार्फत बालिकाहरूको आत्मविश्वास, व्यक्तित्व-विकास तथा क्षमता विस्तार हुने आयोजकहरूको दाबी छ । प्रतियोगितामा काठमाडौंसहित चितवन, पोखरा, विराटनगर, धरान तथा दाङका ८ देखि १२ वर्षका बालिकाहरूले प्रतिस्पर्धा गर्दैछन् ।

स्वस्थ्य शिशुको बाजी विनायकले मारे

● विमल खतिवडा

पर्वत- बिहीबार पर्वत अस्पतालमा बिरामीभन्दा पनि छोराछोरी बोकेर आउने आमाहरूको भीड बाक्लो थियो । कोही छोराछोरीलाई सिँगारपेटार गर्न व्यस्त थिए त कोही आफैं राम्री देखिन आतुर देखिन्थे । आमा र शिशुहरू आकर्षक पोसाकमा कोभन्दा को कम भएर अस्पतालमा भेला भएका थिए ।

विश्वस्तनपान दिवसका अवसरमा आयोजित स्वस्थ शिशु प्रतियोगितामा ६० भन्दा बढी बालबालिकाको सहभागिता थियो । प्रत्येक वर्ष जिल्ला अस्पतालले आयोजना गर्दै आएको उक्त प्रतियोगितामा भाग लिन गाउँ-गाउँदेखि आमाहरू दुधे छोराछोरी बोकेर आएका थिए । प्रतियोगिता हेर्न अस्पताल हातामा अन्य सर्वसाधरणको समेत घुइँचो लागेको थियो । प्रतियोगितामा दुई वर्षमुनिका बालबालिकाहरूबीच प्रतिस्पर्धा गराइएको थियो ।

पाँच दर्जन बालबालिकाबीच भएको प्रतिस्पर्धाबाट स्वस्थ शिशुको उपाधिमाथि भने शिवालय-५ की सरस्वती पौडेलका १२ महिनाका छोरा बिनायक पौडेलले बाजी मारे । त्यस्तै शिवालय-४ की लक्ष्मी केसीकी ८ महिनाका छोरा युसन केसीले द्वितीय तथा शिवालय-५ की प्रीतिका गिरीकी ७ महिनाकी छोरी प्रसिद्धि गिरीले तृतीय स्थानको उपाधि हात पारे ।

देवी लिम्बूकी १४ महिनाकी छोरी जस्मिन लिम्बूले सान्त्वना पुरस्कार जितिन् । उपाधि जित्न सफल शिशु र स्वस्थ शिशु जन्माउने आमालाई स्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख चिकित्सक सागरराज भण्डारीले दोसल्ला ओढाउँदै उपाधि प्रदान गरेका थिए ।

लिटिल प्रिन्स एन्ड प्रिन्सेस

बालबालिकाहरूमा अन्तरनिहित क्षमता विकास गर्ने उद्देश्यले ग्ल्यामरस नेपाल डटकमद्वारा आयोजित लिटिल प्रिन्स एन्ड प्रिन्सेस ट्यालेन्ट सो २०१० को उपाधि आयुस श्रेष्ठ तथा अदीति सिटौलाले हात पारेका छन् ।

झापाका विभिन्न विद्यालयमा अध्ययनरत ७ देखि १३ वर्षका २ सय जना बालबालिकामध्ये अडिसन राउन्ड पार गरी आएका ४० जना बालबालिकामध्ये अनारमनी-४ स्थित इडन गार्डेन स्कुलमा कक्षा-५ मा अध्ययनरत १० वर्षीय आयुस श्रेष्ठले लिटर प्रिन्स तथा अर्जुनधारा-२ को न्यूटन्स एजुकेसन एकेडेमीमा कक्षा चार मा अध्ययनरत नौ वर्षीया अदीति सिटौला लिटल प्रिन्ससको उपाधि हात पारेका हुन् । उक्त प्रतियोगितामा फस्ट रनर्सअपको उपाधि प्रशान्त श्रेष्ठ र फरिदा कार्की, सेकेन्ड रनर्सअप नेल्सन उदास र नित्या तामाङले हात पारेका थिए ।

बेस्ट ट्यालेन्टमा रोशनी सुब्बा र आयुस श्रेष्ठ, बेस्ट व्याटवाक स्मृति सुब्बा, बेस्ट चारमिङ विभूत कार्की र श्रेया ढकाल, बेस्ट फोटोजेनिक इशा उप्रेती र प्रयोग शर्मा, बेस्ट फिजिक्समा प्रशान्त श्रेष्ठ र अंकिता दाहाल, बेस्ट ड्रेस मोनिका विक र सुरेन केसी, बेस्ट स्किन केशमी याक्सो, बेस्ट परफरेन्स पफिन पाठक, वेस्ट फ्रेन्डसिपमा निकु कार्की, बेस्ट परसनालिटी साइमन कार्की र अञ्जली शिवाकोटी, बेस्ट डिसिप्लेन श्रेया चौधरी र सुभम शिवाकोटी, मोस्ट कन्फिडेन्स अर्चना दास र सुशान्त भट्टराई, मोस्ट ब्युटिफुल देवयानी रिजाल, बेस्ट भ्वाइस एलिसा कार्की, बेस्ट हेयर कविना थापा, ग्ल्यामरस, आइस प्रिया प्रधान र भ्यूअर च्वाइज अंशु थेवेले हात पारेका छन् ।

उक्त कार्यक्रममा गायक बी.एम पराजुली तथा गायिका गोमा श्रेष्ठले गीत प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रमको कोरियोग्राफर लक्ष्मण श्रेष्ठ थिए ।

नेपालमा फेसबुक ग्रुप

मनको बह पोख्न, समय कटाउन अनि साहित्य सिर्जनादेखि नयाँ-पुराना साथीसँग सम्पर्क बढाउने माध्यमका रूपमा फेसबुकले व्यापकता पाउँदै गएको छ । अहिले यो सामाजिक सञ्जालमा नेता, उद्योगपती, कलाकार, सञ्चारकर्मीदेखि युवावर्गहरू एकाकार हुँदै गएका छन् । यसरी फेसबुकमार्फत विभिन्न क्षेत्रका व्यक्तिहरू जोडिदै जाँदा एउटा समूह भने संगठीत रूपमै अगाडि आएका छन् । फेसबुकमार्फत नै विस्तारित यो समूहलाई पूर्वविज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री गणेश शाह, उद्योगपती तथा सभासद् राजेन्द्र खेतानले अगुवाइ गरेका छन् ।

कम्प्युटर एसोसिएसन अफ नेपाल (क्यान) का पूर्वअध्यक्ष विप्लवमान सिंह, त्रिभुवन विश्वविद्यालयअन्तर्गत फिजिक्स विभागका प्राध्यापक सीतारमाप्रसाद व्याहुत तथा पत्रकार आशीष लुइँटेलको सक्रियतामा 'फेसबुक ग्रुप' गठन गरिएको छ । नेपालको सूचना प्रविधि क्षेत्रका समस्य एवं संभावनालाई साझा बहसका रूपमा अगाडि ल्याउन 'फेसबुक ग्रुप' गठन गरिएको हो । 'फेसबुकको माध्यमबाट सूचना प्रविधिका सम्बन्धमा बहसको थालनी गरेका हौं,' ग्रुपका महासचिव आशीष लुइँटेलले भने, 'यसमा सूचना प्रविधिका सम्बन्धमा चासो राख्ने जो कोही संलग्न हुन सक्छन् ।'

फेसबुकको दुरुपयोगलाई निरुत्साहित गर्न पनि यो ग्रुप सक्रिय हुने उनले बताए । फेसबुकको व्यापकतासँगै दुरुपयोग गर्ने क्रम बढ्दै गएको छ । छद्म नाम राखेर अर्कालाई गाली गर्ने, अश्लील सन्देश तथा तस्बिर प्रवाह गर्ने चलन पनि उत्तिकै छ । नेपालमा स्पष्ट साइवर ल नहुनु एवं जनचेतनाको अभावमा पनि फेसबुक दुरुपयोग बढ्दै गएको हो । यो ग्रुपले विज्ञ तथा सरकारी निकायहरूसँग समन्वय गरेर फेसबुक दुरुपयोगलाई निरुत्साहित गर्ने योजना वनाएको छ । फेसबुक समूह गठनका लागि फेसबुकमार्फत नै निम्त्याएका ३५ जना प्रयोगकर्ता सहभागी भएका थिए । उनीहरूले पूर्व विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री गणेश शाहको संयोजकत्वमा 'फेसबुक ग्रुप' लाई औपचारिक रुपमा गठन गरेका थिए । यो समूहमा अहिले हजारौ प्रयोगकर्ता आवद्ध भैरहेका छन् ।

युवतीहरूद्वारा हिमाल आरोहण

कलेज अध्ययनरत नौ जना युवतीले भर्खरै २२ सय २८ मिटर अग्लो अस्ट्रेलियाको कोजी अस्को हिमाल आरोहण गरी नयाँ रेकर्ड कायम गरेका छन् । जलवायु परिवर्तनसम्बन्धी सन्देश दिने-लिने उद्देश्यले युवतीहरू सात महादेशका हिमाल आरोहण गर्ने अभियानमा लागेका हुन् । वर्ष-२०११ सम्म सात महादेशका हिमाल आरोहण गर्ने लक्ष्यका साथ नेपाली युवतीहरू यो दौडाहामा निस्किएका हुन् ।

उनीहरूले नेपालको सगरमाथा हिमाल पहिलोपटक-२००८ मा सफल आरोहण गरेका थिए । टिममा शैली बस्नेत, माया गुरुङ, निम्डोमा शेर्पा, आश कुमारी सिंह, उषा विष्ट, पेमादिकी शेर्पा, डाभाङ फुटी शेर्पा, चुनु श्रेष्ठ तथा पुजन आचार्य छन् ।

अस्ट्रेलियामा हिमाल आरोहणका क्रममा त्यहाँका सातवटा विद्यालयमा पुगेर विद्यार्थीहरू माझ अनुभव साट्न पाउँदा खुसी लागेको आरोहणमा संलग्न २५ वर्षीया पुजन आचार्यले बताइन् । 'अस्ट्रेलियनहरूलाई सगरमाथा कहाँ पर्छ भन्नेसमेत थाहा रहेनछ,' आचार्यले भनिन्, 'राष्ट्रपतिले दिएको नेपाली झन्डा बोकेर गएका हामीले हिमालका सम्बन्धमा सबै जानकारी गरायौं ।' आरोहणमा ६ जिल्लाका ६ समुदायका युवती संलग्न छन् ।

'एभरेष्ट उमन-२००७ समिट्स इको एक्सन' टिम गठन गरेर हिमाल आरोहणमा लागेको भ्रमणमा संलग्न शैली बस्नेतले बताइन् । यी युवतीहरू पर्यटन, पत्रकारिता, मानविकीजस्ता विषय लिएर अध्ययनरत छन् । विभिन्न संघसंस्थाको आर्थिक सहयोगमा हिमाल आरोहण गर्दै आएका उनीहरूले रेडियो, टिभी एवं पत्रपत्रिकामा हिमाल आरोहणका बारेमा समाचार प्रकाशित भएपछि सबैसँग भेटघाट भएको बताए ।

सबै जना भिन्नभिन्न संस्कारमा हुर्किएकाले एक अर्काको संस्कृति बुझ्नसमेत सजिलो भएको माया गुरुङले बताइन् । आरोहणमा १८ देखि ३३ वर्ष उमेरका युवतीहरू संलग्न छन् । युवतीहरूको यो समूह भदौ ७ गते युरोप महादेशको ५ हजार ६ सय ४२ मिटर अग्लो माल एल बोर्स हिमाल आरोहणको तयारीमा छ ।

कीर्तिमानको दौडमा दीपक

साप्ताहिक समाचार

खाममा हुलाक टिकट टाँस्न कति समय लाग्ला ? यसको हेक्का कमैले राखेको होलान् । इमेल इन्टरनेटको जमाना छ । कागजी खाममा टिकट टाँसेर चिठी आदान-प्रदान गर्ने चलन हराउँदै गएकाले यो विषयमा धेरैको चासो नहुन सक्छ । खाममा टिकट टाँस्ने कुरा कतिले त बिर्सिसके होलान् तर दीपक शर्मा बजगाईंले भने १ मिनेटमा ७० वटा हुलाक टिकट टाँसेका छन् । विश्व कीर्तिमानी दीपकले छोटो अवधिमा धेरै हुलाक टिकट टाँसेर नयाँ कीर्तिमान बनाएको दाबी गरेका छन् । यसअघि एलास्टर ग्लापिनले यही विधामा विश्व कीर्तिमान बनाएका थिए । न्युजिल्यान्डका एलास्टरले २७ अक्टोबर २००७ मा १ मिनेटमा ५७ वटा टिकट टाँसेका थिए । 'मैले एलास्टर ग्लापिनको रेकर्ड तोडे' २४ वर्षीय दीपकले भने, 'योसहित मैले पाँचवटा विधामा विश्व कीर्तिमान बनाएको छु ।'

साउन २१ गते उनले हिन्दु विद्यापीठ ललितपुरमा हुलाक टिकट टाँस्ने रेकर्ड बनाएका हुन् । सहकार्य नेपाल, चापागाउँको आयोजनामा मध्याह्न ४ बजे उक्त कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो । गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डमा नाम लेखाउन आवश्यक प्रावधानसहित विभिन्न क्षेत्रका प्रतिष्ठित व्यक्तित्वहरूको सहभागितामा बजगाईंले उक्त रेकर्ड कायम गरेका हुन् । यसअघि लामो समय आवाज निकालेर पुस्तक पाठ गर्ने, छोटो अवधिमा धेरै लसुनको पोटी खाने तथा लामो समय टेबल टेनिस बललाई हावामा नियन्त्रणमा लिने विधामा उनले विश्व कीर्तिमान वनाएका छन् । यि विधाहरूमा गुरागाईंले गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डको प्रमाणपत्रसमेत पाइसकेका छन् भने प्लास्टिकको चिया चम्चाले धेरै अंगुर खाने र खाममा धेरै हुलाक टिकट टाँस्ने विधामा उनले आफ्नो कीर्तिमानको दाबी गरेका छन् ।

लघु चलचित्रको बहस

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- 'बढीमा ३० मिनेट' लघु चलचित्र उत्सवका लागि छनौट गर्ने एउटा महत्त्वपूर्ण नियम । आगामी भदौं २१ देखि २४ गतेसम्म गोपीकृष्ण मुभिजमा आयोजना हुन लागेको 'बडस् फिल्म फियस्टा' का लागि आफ्ना चलचित्रहरू दर्ता गर्न सिपा अर्थात् क्रियटिभ इन्टरनेसनल प्रोडक्सन आर्टसले लघु चलचित्रका निर्माता तथा निर्देशकलाई आह्वान गरेको अन्तिम मिति पनि नजिकिँदैछ । उत्सवमा सहभागी हुने चलचित्रका लागि अर्को नियम पनि छ- नेपाली समाज र आसपासका विषय समेटिएको हुनुपर्ने । नयाँ सोच र विचारमा निर्माण भएका ३ मिनेटदेखि ३० मिनेटसम्मका लघु चलचित्र उक्त उत्सवमा सहभागी हुन सक्नेछन् । तीनै सहभागी मध्येबाट उत्कृष्ट लघु चलचित्र छनौट गरी पुरस्कृत गरिनुका साथै सम्बन्धित चलचित्रकर्मीलाई यही क्षेत्रमा काम गर्ने वातावरण मिलाइदिने आयोजकद्धय गोपीकृष्ण मुभिज तथा सिपाको धारणा छ । उत्सवमा चलचित्र मात्र होइनन् लघु वृतचित्रलाई पनि सहभागी गराइनेछ ।

करिब डेढ महिनाअघि अमेरिका पुगेका कलाकार अन्जु पन्त, जगदीश समाल, मनोजराज शिवाकोटी, रञ्जना शर्मा, हिमग्याप टाशी, बिन्दु तामाङ तथा आशा कार्कीको समूहलाई स्वागत गर्दै उत्तरपूर्वी न्यू ह्याम्सर राज्यका नेपाली । उक्त समूहले 'नमस्ते अमेरिका' सांस्कृतिक यात्रा कार्यक्रमको एक शृंखला शनिबार न्यू ह्याम्सर राज्यको म्यानचेस्टर सहरमा प्रस्तुत गर्‍यो । 'न्यू ह्याम्सर नेपाली कमिटी' ले आयोजना गरेको उक्त कार्यक्रम अढाई सय दर्शकले हेरेका थिए । अमेरिकाको उक्त राज्यमा करिब १ हजार नेपाली बसोबास गर्छन् ।

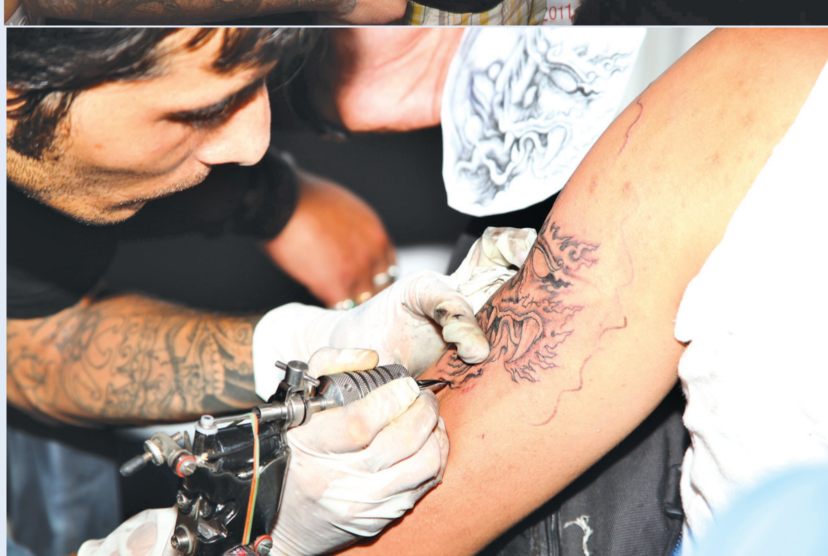
तस्बिर : राजेश कोइराला

मेगा मोडलको छनोट प्रारम्भ

साप्ताहिक समाचार

लगभग सातापिच्छेजसो भैरहेको सौन्दर्य एवं प्रतिभा मापनको प्रतियोगितात्मक कार्यक्रमको आकर्षण एकातिर छ भने अर्कातिर मिस नेपाल प्रतियोगिताको आफ्नै किसिमको रौनक हुन्छ । यसबीच रियालिटी शोका आधारमा टेलिभिजनको पर्दामा मेगा मोडल छनोट गर्ने कार्य पनि प्रारम्भ भएको छ । ऱ्याम्पमा दृष्टि, प्रिन्ट तथा मोडलिङको तीनवटै विधाका लागि उपयुक्त मोडल छनोट गर्ने उद्देश्यले इमेज च्यानलको आयोजनामा दोस्रो पटक मेगा मोडल प्रतियोगिता शीर्षकको रियालिटी शो गत आइतबारदेखि प्रसारणमा आएको छ । प्रत्येक आइतबार र सोमबार प्रसारण हुने यो कार्यक्रमको सञ्चालन सहाना बज्राचार्य तथा मिस नेवाः २००७ की विजेता सुप्रिया तुलाधरले गरिरहेका छन् ।

गत साता प्रसारित शृंखलाहरूमा मेगा मोडलको अडिसन राउन्ड समावेश थिए । जसअन्तर्गत मेगा मोडलका लागि अडिसन दिएका मध्येबाट सहभागीको आत्मविश्वास व्यक्तित्व, एटिच्युट, सुन्दरता, हिँडाइ, मोडल बन्न सक्ने सम्भावित क्षमता जस्ता कुरा विचार गरी दोस्रो चरणका लागि प्रतिस्पर्धीहरू छनोट गरिए । मेगा मोडल अडिसन राउन्डको छनोट प्रक्रियामा ग्ल्यामर फोटोग्राफर राजभाइ सुवाल, मेकअप आर्टिस्ट स्नेहा राणा तथा मोडलद्वय सिजन भट्टचन र नोयो सिंह निर्णायकका रूपमा उपस्थित थिए ।



जताततै खोपाउनेहरू

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- शनिबार युनाइटेड वर्ल्ड ट्रेड सेन्टरस्थित डाइरेक्सन नेपालको हलको वातावरण अलग्गै थियो । मानिसहरू कतै ऐया-आत्था गर्दै थिए भने कतै चुइँक्क पनि नबोली शरीरका विभिन्न भागमा गोदना अर्थात् ट्याटु खोपाउन मस्त थिए । पोखराबाट काठमाडौं आएर छोटो समयमै ख्याति पाएका ट्याटु कलाकार मोहनले ठमेलको आफ्नो ट्याटु स्टुडियोलाई पनि ट्याटु खोपाउनेहरूका लागि गतिलो गन्तव्य बनाए । उनकै मोहन्स ट्याटु हाउसले विजय श्रेष्ठको साथ पाएर सम्भवतः नेपालमै पहिलो पटक ट्याटु खोपाउने उत्सवको आयोजना गर्‍यो ।

आयोजकहरूका अनुसार यसपटकको उत्सवमा ४० जना व्यावसायिक ट्याटु कलाकारले सहभागिता जनाए । डिइसिसीको हलमा बनाइएका ३२ वटा स्टलमा खटिएका ती सबै ट्याटु कलाकार व्यस्त थिए । आयोजकहरूले दिएको जानकारीअनुसार उक्त एकै दिनमा सय जनाजतिले आफ्नो शरीरमा विभिन्न आकृति खोपाए । यसरी ट्याटु उत्सव आयोजित गर्नुको उद्देश्य ट्याटु खोपाउने फेसनलाई व्यवस्थित एवं संगठित गर्नुभएको मोहन्स ट्याटुले जनाएको छ ।

● सन्देश ●

श्री जनप्रभात मावि, दौलतपुर, सप्तरीबाट २०६६ सालको एसएलसी परीक्षामा सफलता प्राप्त गरेका परीक्षार्थी लगायत शिक्षकगण एवं विद्यालय सञ्चालक समितिको उत्तरोत्तर प्रगतिको मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

दुलीअटल गजराज

लाक्पा, कहाँ छौ, दस वर्ष हातेमालो गरेर, वाचा-कसम खाएर छोडिगयौ । तिमी त आफ्नो दुनियामा छौ होला तर तिमीबाहेक मेरो संसार छैन । बाँच्न मन छ, बाँच्न सक्दिनँ । बिनाअर्थको यो जिन्दगी भौँतारिरहेछु ।

काली

आत्मीय दाजु नवीन वैवाहिक बन्धनमा बाँधिनुभएकोमा सुखद दाम्पत्य जीवनको हार्दिक शुभकामनाका साथै उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना ।

गणेश

कसैले केही माग्छ र आफूसँग छ भने दिनुपर्छ । माया र ज्ञान जति दिए पनि आफू रित्तिनुपर्दैन । त्यसैले सबैलाई माया दिन्छु तर चाहिनेभन्दा बढी दिन्नँ र लिन्नँ पनि, किनभने अहिलेको माया दोधारे हुन्छ । यसले गन्तव्यसम्म पुग्न बाधा खडा गर्न सक्छ ।

हरिजंग

नानु, हामी ढिके नुनवाट धुलो नुनमा परिणत भैसकेका छौं । अब हामी यसबाट पनि पग्लियौं भने तरल बन्न सक्छौं । हाम्रो गन्तव्यको ठेगाना हुँदैन । हामी आफ्नो मान र स्थानमा रहन एक ढिक्का हुनुपर्ने हैन र ?

दुर्लभ

निर्मला, तिमीले मलाई बिर्सिए पनि म तिमीलाई बिर्सन सक्दिनँ, तिमीले मलाई धोका दिए पनि म विश्वासघात गर्न सक्दिनँ । कुनै दिन सम्झना आउला हामी दुईको सम्बन्ध कस्तो थियो आफैं सम्झने प्रयास गर जे जस्तो भए पनि जन्मदिनको शुभकामना ।

काले अल्छी

धोकेबाज, खुसीसाथ श्रीमान्लाई साथ दिनु । तिम्रा पाइलाले सफलताको पाइला चुमुन् । मलाई दिएजस्तो धोका अरू कसैलाई नदिनु । मलाई त मार्यौ मार्यौ मेरो सारा परिवारलाई पनि मार्यौ । न बिर्से तिमीलाई न पाए तिमीलाई बिना अर्थ दिलमा सजाए तिमीलाई...

पर्वत

जानकी, जन्मदिनको हार्दिक शुभकामना ।

राजेश

अकस्मात भेट, छोटो समयको चिनजान अनि अति व्यस्तताका बाबजुद धेरै विश्वासका साथ हामीलाई पोखराका अति सुन्दर ठाउँहरू घुमाएकोमा बिनिता बहिनीलाई मुरीमुरी धन्यवाद ।

तपाईंले अति दुःख साथ गराएको पैदल यात्रा अनि बेगनास तालमा गराएको बोटिङका क्षणहरूलाई जीवनभर भुल्ने छैन ।

धनकाजी

माया, नानी र स-साना दुई अन्जानलाई धेरैधेरै माया र सम्झनाका साथै शुभ आशीर्वाद ।

जमान सिं

मिस नेपाल प्रतियोगितामा सहभागी भएकी चन्दनी अन्सारीलाई अग्रिम शुभकामना ।

युनिक शाह

प्यारी मितिनी कमला एवं दिदी शकुन्तलामा मिठो सम्झना, त्यानो माया तथा बीएड दोस्रो वर्षको परीक्षामा सफलताको शुभकामना ।

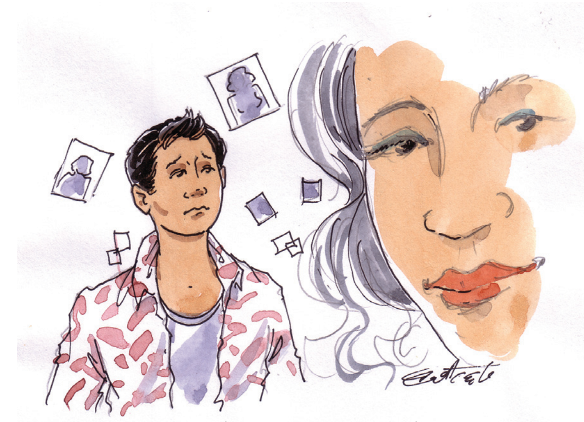
मनीषा भुजेल

मित्रहरू, शान्ति, विमला, अमृता, निर्मला, कल्पना, अमृता, अञ्जु, सुष्मा, शिला, कल्पना, दीपा, लक्ष्मी, कल्पना कुन ठाउँमा हुनुहुन्छ ? मलाई तुरुन्तै चण्डिका गण पर्वतमा सम्पर्क गर्नुहुन अनुरोध छ ।

गंगा

साथ चाहन्छु

● जीवनको गोरेटोमा ●



भनिन्छ, माया पाएको जीवन सुखद हुन्छ, हरेक सपना साँचो लाग्छ, जीवनको लक्ष्य बद्लिन थाल्छ, हावाको बाटो पनि परिवर्तन हुन्छ । आँखा रंगहरूमा चहार्न थाल्छन्, त्यसपछि प्रत्येक रंग मन पर्न थाल्छ । हरपल, हरक्षण, हरसमय एउटै नाम मुखमा, दिमागमा आइरहन्छ । आज यो असर म आफैँमा पाइरहेको छु, किनभने जीवनमा मैले पहिलो पटक कसैलाई मन पराएको छु ।

म जब आँखा खोल्छु, तिमीलाई देख्छु, जब आँखा बन्द गर्छु तब पनि तिमीलाई देख्छु, म तिमीलाई चारैतिर महसुस गर्छु । अरूले चाहे यसलाई पागलपन नै किन नभनुन् म तिमीलाई एकदम माया गर्छु ।

हो जान, मेरो जस्तो माया त कसैले पनि गर्दैन, किनभने तिमी अरूसँग छैनौ, म तिमीलाई भुल्न सक्दिनँ, म भुल्न चाहँदिनँ, तिमी मेरी हौ, मात्र मेरी । म तिमीलाई जिन्दगीभर माया गर्छु, नमरुन्जेलसम्म माया गर्छु र त्यसपछि पनि माया गरिरहनेछु । मेरो जिन्दगी अहिले वसन्तको बगैँचाभन्दा पनि भरिपूर्ण भएको छ, तिमी मेरो जीवनमा एउटा सहारा र अन्धकार रातमा जून बनेर आएकी छौ । तिमीलाई थाहा छ ? घरीघरी त म खुसीले पागल हुन्छु, हर्षले विभोर हुन्छु त्यसैले होला एक्लै हिँड्दा एक्लै यात्रा गर्दा हरघडी, हरसमय, हरक्षण तिम्रो सम्झनाले सताइरहन्छ । तिमीसँग मेरा भावनाहरू यथार्थ रुपमा साटिएका छन् । सायद यो संसारमा वैज्ञानिकहरूले माया नाप्ने यन्त्र बनाएको भए म तिमीलाई यति धेरै माया गर्छु भनेर देखाइदिन्थेँ । यदि म हावा भैदिएको भए चिसो र कञ्चन जल तिमीकहाँ पठाइदिन्थेँ, तर के गर्नु त्यो सबै कल्पना मै सीमित छ ।

घरीघरी तिमीले कुरा नबुझ्दा असाध्यै मन दुखेर आउँछ, मैले मात्र हो कि तिमीले पनि माया गर्ने जस्तो लाग्छ तर जब तिमीसँग कुरा गर्दै जान्छु तब तिम्रो मायाको आभास पाउँछु अनि सबै कुरा बिर्सन्छु । थाहा छ ? कुनै बेला यस्तो थियो जुन बेला तिमीसँग छुट्टिने डरले आधा रातमा ब्युँझेर रोएको थिएँ, तिमीले मेरो यो मायालाई अझै बुझिदिए म एकदम खुसी हुने थिएँ । तर अब त मलाई लाग्छ, म तिमीलाई सधैंका लागि आफ्नो बनाउँछु त्यसैले तिमी नै मेरो खुसी हौ, तिमी नै मेरो जिन्दगी हौ, मेरो प्राण हौ अनि मेरो सर्वस्व हौ ।

मलाई आकाशको तारा झार्न आउँदैन, तर तिमीलाई मेरो हैसियतले सकेजति खुसी दिन कहिल्यै कन्जुस्याइँ गर्नेछैन । संसारका सारा खुसी दिन नसकुँला, तर म माया नै मायाले तिम्रो संसार सजाइदिनेछु । मलाई थाहा छैन, मायाको परीक्षा कस्तो हुन्छ ? तर तिम्रा हरेक सुख-दुःखमा म छाया बनेर साथ दिइरहनेछु, किनभने आफ्नो मायालाई माया गर्न जाने मात्र जीवन सफल हुन्छ ।

थाहा छ जान, माया गर्ने मान्छेले छोड्यो भने घाउ बनेर बेलाबेलामा चोट दिइरहन्छ, त्यसैले म त्यो पलको कल्पना पनि गर्न सक्दिनँ । मेरो प्राण रहेसम्म म तिमीलाई कहिल्यै अरूले औँला ठड्याउन दिनेछैन, किनभने म तिमीलाई एकदम माया गर्छु र जीवनको अन्त्यसम्म तिम्रो साथ चाहन्छु ।

राज

कुपन सन्देश

सन्देशका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ ।

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

साप्ताहिक साथीका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ ।

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव :............................... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : ....वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना :..

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ ।

● साथी ●

समाजसेवामा रुचि भएका सन्तोष खनाल २० वर्षका छन् । ५ फिट ४ इन्च अग्ला खनाल बीबीएस दोस्रो वर्षमा अध्ययनरत छन् । गहुँगोरो वर्णका एवं हाँसिरहने स्वभावका खनाल समाजसेवाका लागि प्रतिभाशाली, मिलनसार एवं सहयोगी साथीहरूको खोजीमा छन् । खनाललाई gksantosh2008@gmail.com मा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

विद्यार्थी जीवन बिताइरहेका पूर्ण गुरुङ स्नातक तहमा अध्ययनरत छन् । गहुँगोरो वर्णका पूर्ण ५ फिट ५ इन्च अग्ला छन् । पूर्ण दुःख-सुखमा साथ दिने एवं पत्रमित्रतालाई निरन्तरता दिने साथीको खोजीमा छन् । उनलाई सुनवल-४, नवलपरासी, दामोदरकुण्डमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

घट्टेकुलो, काठमाडौंमा बसोबास गर्ने प्रजिता बराल एमएड प्रथम वर्षमा अध्ययनरत छिन् । गहुँगोरी प्रजिता अविवाहित हुन् । समाचारसँग रमाउने प्रजिता संगीत एवं साहित्यमा रुचि राख्छिन् । शिक्षकले समाजको पुनर्निर्माण गर्छ भन्ने मान्यताकी प्रजिता असल शिक्षिका बन्ने लक्ष्यमा लागिपरेकी छिन् । उनलाई ritika_prajeeta@yahoo.com मा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

व्यापार एवं शिक्षालाई एकसाथ अघि बढाइरहेका केशर सुनार २२ वर्षका भए । हाल प्लस टुमा अध्ययनरत केशर नम्र र मिलनसार छन् । आफूलाई लजालु स्वभावको बताउने केशरले आफ्नो नामको पछाडि 'परिवर्तन' उपनाम राखेका छन् । गहुँगोरो वर्णका केशरको सोख भन्नु नै फुर्सदमा रेडियो सुन्नु हो । उनी अध्ययनशील, लगनशील र मेहनती व्यक्तिहरूलाई साथी बनाउन चाहन्छन् । उनलाई कोटातुल्सिपुर गाविस वडा नम्बर-१, सुडाबजार, कैलालीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

हालसालै दाङको देउखुरीबाट पत्रकारितामा प्रवेश गरेका युनिक शाह स्नातक तहमा अध्ययनरत छन् । शान्त स्वभावकमा युनिक अविवाहित हुन् । उनलाई नयाँ-नयाँ व्यक्तिसँग भेटेर उनीहरूका भावना बुझ्न मन लाग्छ । पत्रमित्रतामार्फत पनि उनी यस्तै भावना साटसाट गर्न चाहन्छन् । सादा जीवन र उच्च विचार भएकाहरूले शाहलाई jamir_shah111@yahoo.com मा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ ।

स्याङ्जामा स्थायी बसोबास गर्ने विकास ज्ञवाली १९ वर्षका भए । ५ फिट ४ इन्चका विकास मिलनसार छन् । अहिले उनी बीबीएस पहिलो वर्ष अध्ययनरत छन् । अविवाहित विकासलाई पत्रमित्रताका माध्यमबाट नयाँ-नयाँ साथी बनाउने रहर छ । उनी दुःख-सुखमा समान साथ दिने मित्रलाई विशेष प्राथमिकता दिने बताउँछन् । इच्छुक व्यक्तिले उनलाई bikash_gyawali7@yahoo. com मा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ ।

जातीय आधारमा राज्य बनाउनु कति उपयुक्त हुन्छ ?

● अब हाम्रो पालो ●

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

१. कस्ता मान्छेले राजनीति गर्नुपर्छ ?
२. रोमान्टिक गीत राम्रा हुन्छन् कि ट्र्याजिक ? किन ?
३. नेपालले खेलकुदमा किन सधैँ हार्छ ?
४. अश्लील भिडियोको बढ्दो चलनका सम्बन्धमा के भन्नुहुन्छ ?
५. तपाईं एक्लै हुँदा के सोच्नुहुन्छ ?
६. राजनीति राम्रो कि समाजसेवा ? किन ?
७. तपाईंले पछिल्लो पटक कहिले झूटो बोल्नुभयो ?
८. साप्ताहिकको ब्लो-अप तपाईंलाई कस्तो लाग्छ ? किन ?
९. के तपाईंलाई नेपालमा राजतन्त्र फर्किन्छ जस्तो लाग्छ ?
१०. नेपालबाट रूढिवाद र अन्धपरम्पराको अन्त्य किन नभएको होला ?

यो त साह्रै अन्याय भएन र भन्या किनभने अब अहिलेको स्थितिमा आफ्नै घरपरिवारभित्र सदस्यलाई जग्गा नपुगेर, झगडा गरी तँतँ र म-मको हानथाप, त्यस्तै झाडा-पखालाको महामारी, हत्या, आतंक, बेपत्ता, हडताल, चक्काजाम यस्तो अवस्थामा थप जातीय कलको बीउ रोप्नु त खै उचित नहोला कि ?

एपी सुधा (२६), **रूपन्देही**

यो त कत्ति पनि उपयुक्त हुँदैन किनभने भविष्यमा जातीयताको आधारमा लडाइँ पर्न सक्छ ।

विनोद श्रेष्ठ (२०), **रामेछाप**

मेरो विचारमा जातीय आधारमा राज्य बनाउन उपयुक्त हुँदैन किनभने जाति जातिमै झगडा सुरु हुन्छ र देश टुक्रिएर हाम्रो अस्तित्व नै समाप्त हुन्छ ।

वैधनाथ कोइराला

धेरै राजनैतिक प्रश्न आउन थाल्यो, कतै तपाईं पनि राजनीतितिर छिर्न लाग्नुभाको त होइन ? मेरो सुझाव मान्नुहुन्छ भने राजनीतिमा झुटको खेती गर्न लाग्नुभन्दा तपाईंको यही सत्यको खेती गर्ने पेसा उचित छ ।

मीनबहादुर परियार, कोटेश्वर

उपयुक्त हुँदैन । किनभने नेपाल चार जात छत्तीस वर्णको साझा फूलबारी हो । यहाँ विभिन्न जातिको आ-आफ्नै महत्त्व, चालचलन र फरक-फरक संस्कृति छन् । तिनीहरू एकआपसमा परिपूरकका रूपमा बाँचेका छन् । आपसमा मेलमिलाप र सरसहयोगको भावना छ । यसरी राज्य बनाउँदा सर्वश्रेष्ठ जातिको राज्यमा अरु धेरथोर जाति पनि बसोबास गरिरहेका हुन्छन् । तिनीहरूलाई समावेश गर्ने खालका काम नहुने बित्तिकै जातीय द्वन्द्व सुरु हुन्छ ।

सञ्जीव खत्री (१९), **गेलु**

यदि नेपालमा जातीय विभेद हटाउने हो भने जातजातिबाट माथि उठी हामी सबै नेपाली हौँ भन्ने भावनालाई कदर गर्दै अन्य आधारमा विभाजन गर्दा सबैको भलो हुन्छ ।

वसन्त न्यौपाने, गुल्मी

जातीय आधारमा राज्य बनाउन उपयुक्त हुँदैन किनभने फुट्ने, भाँडिने र नासिने अवस्थाबाट जोगिनु नै कल्याण हुन्छ ।

अक्षोभ केसी

नेपालमा जातीय झगडा लगाएर भारतमा मिसाउने खेल हो यो ।

गुणराज श्रेष्ठ (२७)

देश टुक्राउने हो भने जे गरे पनि भयो नि ।

कमल राजवंशी (१९)

उनीहरूले आर्जेका होइनन् क्यारे, पृथ्वीनारयणले आर्जेको मुलुक जतासुकै जाओस् कसलाई के मतलब ?

कमल राई (२१)

भारतमा गाभ्दै जाने हो भने बनाए हुन्छ ।

सुरेश राना (२३)

नेपालको हालको राजनीतिक अस्थिरताका कारण जातीय राज्यलाई नै अघि सार्नु उपयुक्त होला किनभने धेरै राज्य भए देशको विकास तीव्र हुन्छ ।

दीपक सेढाईं (२१), **गौरादह**

जातीय आधारमा राज्य बनाउनु उपयुक्त हो तर त्यसलाई सही ढंगले चलाउन सक्नुपर्छ नत्र राज्य टुक्री पृथ्वीनारायण शाहकै पालाझैँ बाइसे, चौबीसे राज्य खडा हुन सक्छन् ।

सचिन श्रेष्ठ (२३), **बाग्लुङ**

नेपाल कसैको बाबुको बिर्ता होइन, त्यसैले नेपाललाई यो वा त्यो रूपमा टुक्र्याउने अधिकार कसैलाई पनि छैन । नेपाल अखण्ड हुनुपर्छ र हामी सबैले नेपाली भएर बाँच्न पाउनुपर्छ ।

सुवास अर्धविराम (२१), **हेटौंडा**

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

डा. राजेन्द्र भद्रा

म एक सन्तानकी आमा हुँ । लगभग दुई वर्ष भयो, मैले आफ्नो श्रीमान्सँग यौनसम्पर्क नराखेको । अर्को एक पुरुषसँग माया बसेकाले दुवै जनाको सहमतिमा करिब १५ महिना लगातार यौन सम्पर्क राख्यौँ र दुई महिनापहिले ऊ पनि वैदेशिक रोजगारीमा गयो । त्यसयता मैले कसैसँग सम्पर्क राखेकी छैन । हुनत म जोसँग पनि यौनसम्पर्क राख्ने महिला होइन, तर पनि आफ्नो श्रीमानबाहेक माया-प्रेम बस्न गएकाले यस्तो भएको हो । यी सबै कुराको निचोड र मेरो मनको खुल्दुली के हो भने अब एक-दुई महिनाभित्रै मेरा श्रीमान् घर आउँदै हुनुहुन्छ । मैले अरू कसैसँग यौनसम्पर्क राखे-नराखेको उहाँलाई थाहा हुन्छ ? थाहा हुन्छ भने कसरी ? थाहा हुँदैन भने कसरी ? के यस्तो कुरा थाहा पाउने कुनै उपाय छ ? के महिलाले आफ्नो यौनचाहना दबाएर राख्नुपर्छ ? गोप्य तरिकाले सम्बन्ध राख्न पाइँदैन ? यो अधिकार महिलालाई छ कि छैन ?

र.

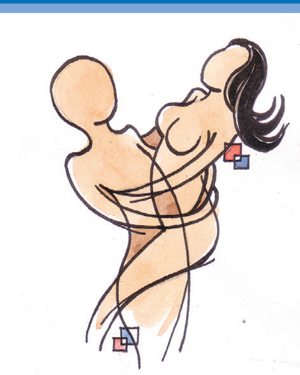
विवाहेत्तर सम्बन्धले कस्तो समस्या ल्याउँछ ?

विवाहेत्तर सम्बन्ध बर्जित छ, त्यसैले यसमा समाजले दण्ड पनि दिन्छ । यस्ता दण्ड दिने कुरामा स्थानीय संस्कृति, धर्म, पारिवारिक मूल्य-मान्यताअनुरूप धेरै फरक पर्न सक्ने भए पनि सामान्यतः समाजले यसप्रति प्रदर्शन गर्ने धारणा अनि दण्ड एकदमै नकारात्मक हुन्छ । कतिपय समाजमा त यसलाई अक्षम्य अपराध मानेर कडा सजाय दिइएको पनि पाइन्छ । यहाँसम्म कि कतिपय समाजमा मृत्युदण्डसमेत दिइएको पाइन्छ ।

सामाजिक एवं अनौपचारिक रूपमा दिइने सजायबाहेक नेपालमा पनि यस्तो सम्बन्धलाई गैरकानुनी वा अनैतिक मानिन्छ । यहाँ पुरुष र महिलामा विवाहेत्तर सम्बन्धलाई लिएर केही असमानता देखिन्छ । मातृसत्तात्मक समाजमा केही फरक परे पनि मानव इतिहास केलाउने हो भने पितृसत्तात्मक समाजमा पुरुषको अधिकार खोसिएको दृष्टिकोणले हेरिने भएकाले महिलालाई नै दोषी मान्ने र दण्डको भागीदार पनि उसैलाई बनाउने गरिएको पाइन्छ ।

यस्ता सम्बन्धका कुरा खुल्दा व्यक्तिगत रूपमा पनि यसले अनेक समस्या आउँछ । यसले तनाव पनि हुन्छ भने वैवाहिक सम्बन्धमा पनि समस्या उत्पन्न हुन्छ । आघात परेको व्यक्तिको क्रोधको सीमा रहँदैन । लाजको भावना, उदासीपन, सामना नै गर्न नसकिने शक्तिहीनताको स्थितिमा पुगिने, सिकार बन्न पुगेको स्थिति वा लत्याइएको अनुभव हुन्छ । यस्तो स्थितिमा कुनै कुरामा मन केन्द्रित गर्न गाह्रो हुनुका साथै निरन्तर रूपमा घटनाको चिन्ता वा सोच आइरहन्छ अनि दैनिक रूपमा कुनै पनि काम गर्न नसकिने हुन्छ । आफ्नी श्रीमतीले यसो गरेको थाहा पाउँदा पुरुष प्रधान समाजको श्रीमान्लाई समेत ठूलै आघात पर्न सक्छ ।

सम्बन्धलाई सुमधुर बनाउन के गर्न सकिएला ?



यस्ता समस्याको समाधान भने सजिलो छैन । एकपल्ट धोका खाइसकेपछि त्यसलाई सुमधुर बनाउन नसकिने र सम्बन्धलाई टुङ्ग्याउनुपर्ने विचारका पक्षधर एकातिर छन् भने अर्कातिर यस प्रकारका घटना घटिहाले पनि सम्बन्ध सुमधुर बनाउनतिर लाग्नुपर्ने कुरामा जोड दिइन्छ । सम्बन्ध सुमधुर बनाउन दम्पतीलाई नै परामर्श दिनुपर्ने हुन्छ र परामर्शदाताको सहयोगमा दुवैले सहकार्य गर्नुपर्ने हुन्छ । विवाहेत्तर सम्बन्धको समाचार कसरी खुल्दै (थाहा हुँदै) गएको छ भन्ने कुरामा आघात परेको अर्थात् चोट खाने व्यक्तिको प्रतिक्रिया निर्भर हुन्छ । यो जानकारी जसरी आएको भए पनि विवाहेत्तर सम्बन्ध राख्ने व्यक्ति र चोट खाने व्यक्ति दुवैको मानसिक स्थिति सामान्यभन्दा फरक हुन्छ । तनाव अनि चिन्ता उच्चतम बिन्दुमा हुनसक्छ र त्यसले संकट सिर्जना गरेको हुनसक्छ । चोट खाएको व्यक्ति र विवाहेत्तर सम्बन्ध राख्ने व्यक्तिमाझको सम्बन्धलाई सुमधुर बनाउन निम्न कुराले केही मद्दत गर्छ :

सर्वप्रथम त सुरुको संकटावस्थाको व्यवस्थापन गर्नुपर्ने हुन्छ । एकातिर आत्महत्यासम्म पुग्न सक्ने भएकाले त्यसलाई रोक्नु आवश्यक हुन्छ भने अर्कातिर क्रोधका कारणले गरिने शारीरिक आक्रमण वा हिंसालाई पनि रोक्नुपर्ने हुन्छ । त्यसपछि दम्पतीबीचको सम्बन्धको बलियो पक्षलाई केलाउनुपर्ने हुन्छ ताकि भविष्यमा त्यसकै आधारमा सम्बन्धलाई सुमधुरतातर्फ लान सकिन्छ, तर यतिखेर सम्बन्धका कमजोर पक्षलाई केलाउनु पनि त्यति नै महत्त्वपूर्ण हुन्छ अनि उपचारका क्रममा दुवै जना (दम्पती) को भूमिकाका सम्बन्धमा छलफल गर्नुपर्ने हुन्छ । सुरुमा धेरै नकारात्मक कुरा आउँछ, तर त्यसबाट बाहिर निस्कन सक्नुपर्छ । यो बेलामा शारीरिक स्वास्थ्यको पनि त्यति नै ख्याल राख्नुपर्छ र हेरचार गर्न विशेष ध्यान दिनुपर्छ । नेपाली समाजमा धेरैजसो स्थितिमा परिवारभित्र वा बाहिर सहयोग गर्ने व्यक्ति भेटिन्छन् नै । दुःखबाट बाहिर निकाल्ने प्रयास गर्नुपर्छ । परिस्थिति केही स्थिर भएपछि कसरी सम्बन्धलाई अघि बढाउने भन्ने कुरा गर्दै जानुपर्छ । बारम्बार पुराना कुरा बल्झिने भएकाले त्यसको व्यवस्थापनप्रति पनि त्यत्तिकै सजग हुनुपर्छ ।

सुरुको संकटावस्थाको राम्रो व्यवस्थापन गरेपछि दम्पतीबीचको सम्बन्धका बारेमा किन यस्तो हुन गयो भन्ने कुरालाई राम्रोसँग केलाइन्छ । दम्पतीबीचको सम्बन्ध, परिस्थितिजन्य प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू, दुवै (दम्पती) को गुण-अवगुण के थिए विश्लेषण गर्नुपर्छ । यहाँ परिस्थितिको राम्रो बुझाइ महत्त्वपूर्ण छ । यस दौरान दुवैको गतिमा असमानता हुनसक्छ । बाहिर सम्बन्ध राख्ने व्यक्तिलाई पुराना कुरा बिर्सिएर सम्बन्ध अघि बढाउन जति सजिलो हुन्छ, चोट खाने जोडीलाई त्यो त्यति सजिलो नहुन सक्छ ।

त्यसपछि पहिले प्राप्त भएको सूचना वा जानकारीका आधारमा अब के गर्ने भन्ने निर्णय गरिन्छ । कतिपय दम्पती पारपाचुके (विवाह सम्बन्ध-विच्छेद) गर्ने निर्णयमा पुग्न सक्छन् भने अघि बढ्ने निर्णय पनि गर्न सक्छन् । आफ्ना र आफ्नो जोडीका बारेमा सिकिएका वा जानेको कुराका आधारमा आवश्यक प्रतिबद्धताका साथ सम्बन्धलाई पुनर्स्थापित गर्नतर्फ लागिन्छ । यहाँ माफी दिन सक्नुलाई महत्त्वपूर्ण मानिन्छ र नकारात्मक सोच, भावना एवं व्यवहारबाट परै राख्न प्रयास गरिन्छ । प्रगतिअनुरूप बिस्तारै अघि बढिन्छ, तर यसका लागि कैयौँ साता वा महिना लाग्न सक्छ ।

सौन्दर्यका सामान

- Height बढाउने (Yoko Japanese) - 1050/-
- मोटोपन घटाउने (Sauna Belt)
- अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit)
- स्तन बढाउने, घटाउने साथै टाईट गर्ने (Cream)
- डण्डीफोर, चाया पोतो हटाउने (Cream)
- धुम्रपान, जाँड रक्सी छुटाउने, चाउरीपना हटाउने
- कपाल नझर्ने वा उमार्ने तेल (Herbal-44)
- लिङ्ग बढाउने साथै गुप्ताङ्ग टाईट गर्ने ।

Free Home Delivery / 100% Guaranteed

Worldwide Shopping Centre
(शंखमुल मार्ग, तयारी पोशाक संघको अगाडी)
Newbaneshwor, 9808301235
Ph. 2290871, Mob. 9841506134

DEEPIKA
SHIKSHYA SADAN
HIGHER SECONDARY SCHOOL

Admission Open

+2 Management / Humanities

Tel:- 4602601

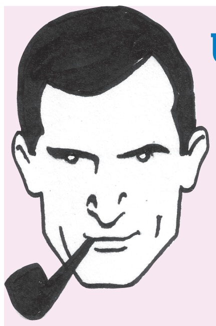
Koteshwor-35, Kathmandu, Nepal
e-mail:-schooldeepika@yahoo.com

कस्मेटिक सर्जरी

- शरिरमा भएको दाग, कोठी, मुसा, ट्याटु अप्रेसन पछिका दागहरु हटाउन
- शरिरमा आगोले पोलेर भएको समस्याको लागी
- नाक, कान, आाखा सम्बन्धि कस्मेटिक सर्जरी
- मंगोलियन आाखाको उपचार
- टाउकोमा केश उमार्न
- अनुहारको चाउरीपन हटाउन
- स्तनसम्बन्धि कस्मेटिक सर्जरी

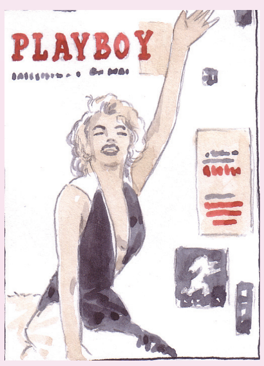
नेपाल प्लाष्टिक सर्जरी अस्पताल
हरिशिद्धी, ललितपुर
५२५०६६५, ९८०३८८३५७७

प्लेब्वाइ सम्राट् ह्युग हेफनर



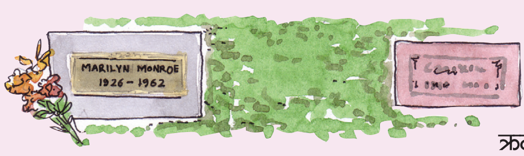
न्यूड (निर्वस्त्र) म्यागजिन प्लेब्वाइ प्रकाशित गरेर विश्वमा खुला यौनको अवधारणामा अलग्गै साम्राज्य स्थापना गर्न सफल ह्युग हेफनर अझै पनि युवतीहरूका लागि आकर्षणको विषय मानिन्छन् । उमेरले ८४ वर्ष पुगे पनि उनको जीवनशैली अझै पनि युवाको जस्तै छ ।

ह्युग हेफनरले सन् १९५३ मा प्लेब्वाइ म्यागजिनको प्रकाशन प्रारम्भ गर्दा ८ हजार डलर ऋण लिएका थिए । जसमा उनलाई आमा र दाइले १/१ हजार डलर सापट दिएका थिए भने अपुग रकम ४३ जनासँग लिइएको थियो ।



प्लेब्वाइ म्यागजिनले आफ्नो पहिलो आवरणमा नायिका मार्लिन मुनरोको तस्विर प्रकाशित गरेको थियो । प्लेब्वाइले उक्त तस्विर सन् १९४९ मा स्थानीय प्रकाशकले न्यूड क्यालेन्डरमा प्रकाशित गर्न खिचाएका तस्विरहरू किनेको थियो ।

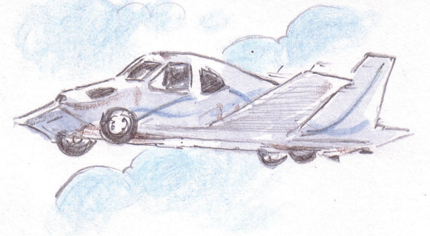
मार्लिन मुनरो र ह्युग हेफनरको जीवनमा कहिल्यै भेट भएन तर हेफनरले आफ्नो देहवासन पछि आफ्नो मृत शरीर गाड्न मुनरोलाई गाडेको स्थानसँगैको जग्गा किनेका छन् ।

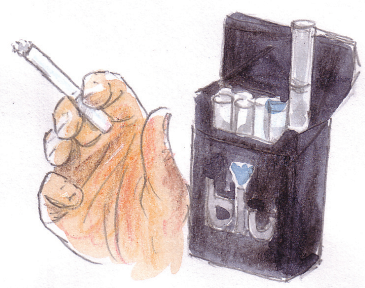


क्रमशः

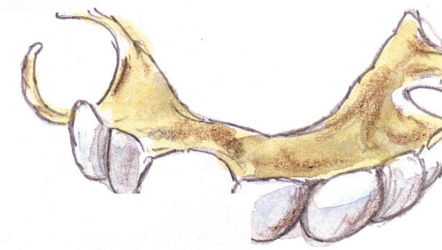
पत्याउनु हुन्छ ?

टेराफुगिया ट्रान्जिसनले हालै उड्ने कार निर्माण गरेको छ । लाइट स्पोर्ट्स कारका रूपमा उत्पादन भएको यो कार जमिनमा गुड्नुका साथै आकाशमा उड्न पनि सक्छ । ट्यांकीभरिको इन्धनले ४ सय ५० माइलको यात्रा गर्न सकिने यो कारको मूल्य १ लाख ३० हजार पाउण्ड छ ।





अमेरिकाको विस्कन्सिन राज्य धूमपान निषेधित भएको २८ औं राज्य भएपछि चुरोटका अम्मलीहरूलाई आपत परेको छ । यस्ता अवस्थामा इलेक्ट्रोनिक चुरोटले लोकप्रियता पाएको छ । अन्य चुरोटको जस्तो धूवाँ नआउने तर प्रयोगकर्ताले चुरोटको स्वाद भने पाउने यो चुरोटलाई अझै मान्यता दिइएको छैन ।

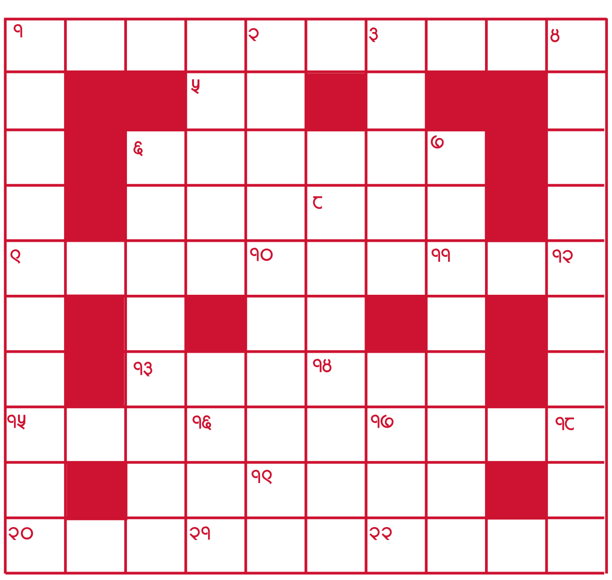


बेलायतका पूर्वप्रधानमन्त्री सर विन्स्टन चर्चिलले लगाएको सुनले मोडिएको बंगरा हालै लिलाम भयो । ५ हजार पाउन्ड पाउने आशाका साथ गरिएको उक्त लिलामीमा एक क्रेताले १५ हजार २ सय पाउन्ड तिरेर उक्त बंगारा खरिद गरे ।

सिंगापुरको मोरिन बे स्यान्ड होटलको ५५ औं तल्लामा हालै एउटा स्वीमिङ पुल सञ्चालनमा आएको छ । अकाशमा पौडी खेलेको अनुभव दिलाउने यो पुल १ सय ५० मिटर लामो तथा जमिनबाट ८ सय फिटमाथि छ ।

१० वटा फरक खोज्न सक्नुहुन्छ ?

साप्ताहिक कोठेपद



दायाँ

१. डायमन सम्शेरको उपन्यास (५)
२. लत्ताकपडा राख्ने बाक्स (३)
३. वैद्य, आयुर्वेदका ज्ञाता (४)
६. काम गर्ने, गराउने ठाउँ (४)
९. सकडमा पानीको निकास (३)
१०. उत्तेजित भएको मानिएको (३)
११. चाख लाग्दो, रुचिकर (३)
१३. नेपालको एक हिमाल (२)
१४. अप्रत्यक्ष, लुकेको (३)
१५. सोलुखुम्बुको विमानस्थल (२)
१६. दुखलाग्दो माया (२)
१७. तितो हुने तरकारी विशेष (३)
१९. प्रचार, प्रसार (४)
२०. स्वच्छ, कोमल शुद्ध (३)
२१. गस्तीमा जाने प्रहरी (३)
२२. सहर, बजार (३)

तल

१. अत्यन्त नजिकको (४)
२. सन्तुलनकर्ता (४)
३.जन्डिस, पहेलो हुने रोग (५)
४. भीमद्वारा मारिएका मगध नरेश (४)
५. आर्यहरूको वासस्थल (४)
६.काग र कालीगण्डकीको संगम (४)
७.अग्रह, याचना (४)
८. कामबासना, प्रणय (३)
९. ऋषिहरुले पानी लिने भाँडा (४)
१०. छत नभएको दामदान (४)
१२. उत्तरतर्फ बग्ने एक नदी (४)
१२.रोगीको उपचार हुने ठाउँ (४)
१४. विशुद्ध ज्ञान, यथार्थ ज्ञान (४)
१५. बुद्ध जन्मस्थल (३)
१६.मरिच जस्तो गेडा हुने मसला (३)
१७.काठमडौंमा एक प्रसिद्ध गुम्वा (३)
१८. रेटेर बजाइने बाजा (३)

कुरा बुझ्नु भो त !

प्रस्तुती : योगेश खपाङ्गी

• तालुमा आलु •

प्रकाश ओझा

असनमा एउटा व्यक्ति अर्को व्यक्तिलाई देखेर रोकियो अनि हेरिरह्यो ।

'के हेरेको ?' त्यो व्यक्तिले केही रिसाएको भावमा भन्यो ।

'माफ गर्नुस् हजुर' पहिलो व्यक्तिले भन्यो- 'तपाईंलाई नहेरी बस्न सकिनँ । तपाईंको र मेरी श्रीमतीको अनुहार हुबहु मिल्छ... मात्र जुँगाको फरक छ ।'

'तर मेरो त जुँगा छैन नि,' उक्त व्यक्तिले भन्यो ।

'मेरी श्रीमतीको छ नि' पहिलो व्यक्तिले उदास स्वरमा जवाफ फर्कायो ।

ooo

एउटा भिखारीले एउटा घरमा युवतीसँग भीख माग्यो ।

'मेहनत गरेर खान, लाजसम्म लाग्दैन यत्रो हट्टाकट्टा तन्दुरुत छस् ।' युवतीले भनी 'भीख माग्छस्, छैन पैसा ।'

'दिदी,' भिखारीले भन्यो- 'तपाईं पनि त यति राम्री, गोरी अनि अग्ली हुनुहुन्छ काठमाडौं गएर हिरोनी बन्नुको साटो घरमा बस्नुहुन्छ ?'

'पख पख,' युवती खुसी हुँदै भनी, 'म तिम्रा लागि केही ल्याउँछु ।'

ooo

श्रीमतीजीको प्राण जाने समय भएको थियो । परिवारका सदस्यहरू वरपर थिए । उनले श्रीमान्लाई आफ्नो छेउमा बोलाइन् र भनिन्- 'स्वामी मर्ने बेलामा आफ्ना सबै अपराध तपाईंसामु कबुल गर्न चाहन्छु ।'

'धक नमानी भन प्रिय,' श्रीमानले भावुक हुँदै भन्यो ।

'सात वर्षअघि मैले नै तपाईंको २ लाख चोरेको हो,' श्रीमतीले भनी ।

'म तपाईं नभएको बेला लुकेर मेरो साथीसँग भेट्थें... मैले तपाईंले किनिदिएको सुनको हार हराएँ भनें, तर वास्तवमा त्यो हार मैले माइतीलाई दिएकी थिएँ ।'

'बितेको कुरा छोडिदेऊ, त्यसलाई सम्झिएर केही फाइदा छैन,' श्रीमान्ले प्रेमपूर्वक भन्यो- 'तिमी पनि मलाई माफ गर, जुन विषका कारण तिमी मर्दैछौ त्यो मैले नै तिम्रो चियामा मिसाएको थिएँ ।'

ooo

एकजना महाशय कुनै कलाकारको सांगीतिक कार्यक्रम हेर्न सभागृह गए । फर्कने क्रममा उनको कुनै मित्रले कार्यक्रमका बारेमा प्रश्न गरे ।

'यार मज्जै आएन ।'

'किन ?' मित्रले प्रश्न गऱ्यो ।

'सभागृहको मेरो सिटमा खराबी थियो ।'

'हो र ! के खराबी थियो तेरो सिटमा ?'

'मेरो कुर्सी स्टेजपट्टि फर्किएको थियो ।' ooo

• कविता •

सौगात मिश्रका कविता

पर-पर सऱ्यौ

मन नपर्दा-नपर्दै पनि किन माया गऱ्यौ हजुर
यो जीवनमा मायाका थोपाले मन भऱ्यौ हजुर
माया र साथ मैले सधैं तिमीलाई दिएकै थिएँ
किन विश्वास घातसम्म रमाउँदै झऱ्यौ हजुर
जुनी-जुनी तिम्रो साथमा रमाउने थियो मन
किन यो जीवनदेखि पर-पर सऱ्यौ हजुर
बाध्यतामा छौ वा रमाइलो गर्न खोज्यौ तिमीले
कि त सधै प्रेमी फेर्ने स्वतन्त्र नारी पऱ्यौ हजुर
यो मनको महलमा रानी बनाइराख्छु भन्थें
हेर्दाहेर्दै सयौं जनाको मायासँगै तऱ्यौ हजुर
म पनि बस्ने छैन जीवनभर तिम्रै आशमा
मेरो लागि सदा-सदा तिमी अब मऱ्यौ हजुर !

समय बिताउने खेल

औंला काटी नाम नलेखे माया कहाँ पाइन्छ र
रूपै नराम्रो देखेपछि माया कहाँ लाइन्छ र
तिमीबिना मर्छु म, त्यो त भन्ने कुरा मात्रै
प्रेममा बिछोड हुँदैमा विष कहाँ खाइन्छ र
माया त हो अचेल समय बिताउने खेल मात्रै
स्वार्थी यो दुनियाँमा चोखो प्रेम कहाँ चाहिन्छ र
कोसौं टाढाबाट पनि मायाको नाटक रच्दै
रमाइलो नहुने भए भेट्न कहाँ धाइन्छ र
चोखो प्रेम गर्ने पनि हुन्छन् यो संसारमा
धोका नपाई विछोडका गीत कहाँ गाइन्छ र ?

मसानघाट र बगर

देख्छौ होला मेरो मुहार प्यासी र उदासी
यही त हो नि प्रेममा पाउने बहार
रक्सीको बोतल हातमा, आँसु आँखामा
यही त रै'छ मायामा पाउने उपहार
हेर्छौ होला निर्जन गाउँजस्तै छ जीवन
यही त हो नि मायाले दिएको सहर
देख्यौ होला जिउँदो लाससरि मेरो जीवन
यही त हो नि प्रेमको इच्छा र रहर
नसोच मायाले दिन्छ होला समुन्द्र नै
दिँदो रै'छ मायाले पानि सुक्या नहर
सोच्छौ होला कहाँ गइ निदाउँछौ नि राति
त्यही त हो नि नजिकैको मसानघाट र बगर ।

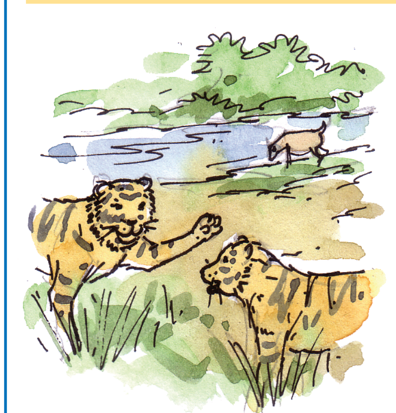
कुन बाटो रोजौं ?

मुसुक्क मुस्कुराउँछे मलाई हेर्दै गीता पनि
नजिकै आउँछे सधै त्यो मोरी रीता पनि
बाल्यकाल गुजार्दै चढेछ कि बैंस कतै
माया-प्रेम गाँसौं भन्छे हिस्सी पऱ्या सीता पनि
नराम्री त होइन मोरी, उत्ताउली पो हो कि
अँगालोमा बाध भन्छे लाजै पचाई नीता पनि
कुन बाटो रोज्ने होला देख्दा सबै उस्तै
झिमझिम पार्छे परेली मलाई हेर्दै अस्मिता पनि
माया प्रेम दुःख मात्रै बरु झ्याप्पै आँटम
भन्छे डोली ल्याऊ राजा काली-काली अंकिता पनि ।

शुभकामना तिम्रा लागि

तिम्रो जीवनमा प्रेमीको लाग्छन् हेर लाम धेरै
चुन्नु तिमीले सधैं सानु जसको चले नाम धेरै
हतार नगरी बस्नु प्रतीक्षामा सधैं तिमी
आधुनिक प्रेमी रोज्नु होइन जप्ने राम धेरै
मेरो जीवनदेखि पर केवल पर सऱ्यौ तिमी
शुभकामना जीवनमा परोस् सुनौलो घाम धेरै
तिमीलाई सधैंभरि सुखको अनुभूति दिलाउने
पाउनु तिमीलाई सजाएर आफू गर्ने काम धेरै
कहिल्यै पनि भोकको भोगाई भोग्न नपरोस् है
परोस् प्रेमी तिम्रा लागि जसले ख्वाउँछ माम धेरै
तिम्रै इच्छा छ यसमा कस्तो प्रेमी पर्छ तिम्रो
रोज्नु तिम्रा लागि जसले कमाउँछ दाम धेरै ।

• लघुकथा •



निर्वाचन

तलाउनजिक मृगको पाठो पानी पिइरहेको थियो । पानी पिएर मुन्टो उठाउँदा उसले नजिकै एउटा बाघ देख्यो । मृगको होस उड्यो ।

मृगकै छेउमा आएर बाघले पानी पियो । मुन्टो उठाएर उसले भन्यो, 'के छ बाबु तिम्रो खबर ? पानी पिइरहेको ? यति भनेर बाघ बाटो लाग्यो ।

बाघको यो व्यवहारले पाठो साह्रै खुसी भयो । उसले सोच्यो– 'बाघसँग मेरा बुबा-आमा निकै डराउँछन् तर बाघ त निकै दयालु रहेछ ।'

यी सारा दृश्य परबाट बघिनीले हेरिरहेकी थिई । बघिनीले अचम्म मान्दै सोधी, 'हातमा आएको सिकार किन छाड्नुभएको ? बाघले बघिनीलाई सम्झाउँदै भन्यो, 'तिमीलाई थाहै छ, आउँदो साता जंगलको नियम चलाउन राजाको चुनाव हुँदैछ । त्यसको उम्मेदवार भएका नाताले भोटरसँग कुन बेला कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ भनेर विचार त पुऱ्याउनैपर्छ । निर्वाचन जितेपछि पाठाको मात्र किन, माउकै मासुको थुप्रो नै लगाइदिउँला ? त्यसपछि बाघ र बघिनी अट्टहास हाँसोमा रमाउन थाले ।

बी.एम. श्रेष्ठ

नेवारको पहिलो चाड सकियो

मकर श्रेष्ठ

भक्तपुर- यस वर्षको धान रोपाइ सकिएपछि वर्षको पहिलो चाडका रूपमा गथाँमुगः (घण्टाकर्ण) पर्व सम्पन्न भएको छ । यो चाडपछि क्रमशः जनैपूर्णिमा, गाईजात्रा, दसैं-तिहार, घोडेजात्रा चाडपर्व आउँछ । जेठ महिनामा मनाइने सिठी नखः वर्षको अन्तिम चाड हो ।

नर्कटको लिंगाकृत (तीनखुट्टे) गथाँमुग बनाई टोलका दोबाटो-चौबाटोमा ठड्याई गथाँमुग पर्व मनाइन्छ । यो पर्व १४ औं शताब्दीदखि मनाइदै आएको संस्कृतिविद्हरूको भनाइ छ । भक्तपुरको दत्तात्रय, पाँचतले मन्दिर, सडक, चोकचोकमा नर्कट र गहुँको छ्वालीको तीनखुट्टे लिंगाकृत गथाँमुगः ठड्याइएको थियो । यस्तो परम्परा राजधानीका धेरैजसो टोलमा हराउँदै गएको छ । राजधानीको नरदेवी र किलागल क्षेत्रमा विशेष रूपमा यो पर्व मनाइन्छ । यस्तै ललितपुरको पाटन, मंगलबजार, खोकना, काठमाडौंको कीर्तिपुर, साँखुको टोलैपिच्छे दोबाटो र चौबाटोमा बालबालिका, युवा एवं बूढापाकाहरू भेला भएर परम्परागत नारा लगाउँदै यो चाड मनाउँछन् । ठड्याइएको गथाँमुगःलाई साँझपख जलाइन्छ ।

यसमा दुवै कानमा घण्टा झुन्ड्याएको भयानक मुखाकृतिको मुखुण्डोको चित्र राखिन्छ । विशेष गरी भक्तपुरमा घण्टाकर्णको अघिल्लो भागमा काठमा डोरी बाटेर लिंग बनाइन्छ । यो चाडलाई अश्लील शब्दहरू बोल्ने पर्वका रूपमा पनि लिइन्छ ।

यो पर्वमा महिलाहरूले हातमा मेहन्दीका साथै गथाँमुगःमा छुवाएर फलाम, पित्तल र तामाको औंठी लगाउँछन् । गथाँमुगः ठड्याइएको टोलमा सूर्यास्त भएपछि कुनै एक मानिस (हालाहुलु) को हातमा छ्वालीको चिराग समात्न लगाई तीन पटक परिक्रमा गराएर आगो राख्न लगाइन्छ । गथाँमुगः विसर्जन गरी फर्कंदा बाटोभरि 'ओम शान्ति जय नेपाल' भनी नारा लगाउने चलन छ । यसअघि गथाँमुगःमा आगो राख्ने मानिसलाई नाङ्गै पारेर शरीर र अनुहारमा रंगी-बिरंगीका चित्र बनाएर हातमा खाली दही कटौरा समात्न लगाई 'आजाज्यू जय' भन्न लगाउने तथा साथै गएका मानिसहरूले एकै स्वरमा 'हा' भन्दै घरघरमा जगात माग्ने चलन छ । त्यसपछि गथाँमुगः ठड्याएकै ठाउँमा राखेर उनलाई दही-चिउरा ख्वाइन्छ ।

केही टोलमा गथाँमुगः नजिकको नदीमा बिसर्जन गर्न लाने चलन छ । गथाँमुगः नठड्याइएको टोलमा पनि साँझपख टोलवासीहरू आ-आफ्ना घरबाट माटाले बनेको पालामा चिउराको ढुटो, कट (जाँडको छोक्रा वा सिठ्ठी), राँगाको फोक्सोका टुक्राहरू, रगत, लसुन, छापी र एउटा सिंगै काँचो अन्डा राखी चिकधाला, बछा र बौःस्वाँले सिंगारेर भूत पन्छाइन्छ ।

त्यसअघि बौः लाई बीचमा राखी चारैतर्फ परिवारका सबै सदस्यहरू बसेर लसुन, छापीका साथ समेबजी (चिउरा, पोलेको मासु, भुटेको भट्मास, अदुवा र रक्सी, जाँड) प्रसादका रूपमा खाने चलन छ । घरको मूलीले बौः पन्छाएर फर्किएपछि घरको मूलढोकाको ठेलोमा तीन खुट्टे किला ठोकिन्छ ।

आदिवासी दिवसमा सांस्कृतिक महोत्सवको झझल्को

मोरङ- कहिले नेताको चर्को भाषण त कहिले खेलकुद कार्यक्रममा जम्ने विराटनगर रंगशालामा सोमबार भने भिन्नै रौनक थियो । मध्यदिनको चर्को घामले तात्तिएको रंगशालामा भरिएका आदिवासी जनजातिहरूको सांस्कृतिक प्रदर्शनले त्यहाँ घामको ताप पनि न्यून महसुस भएको थियो ।

प्रसंग हो १६ औं आदिवासी दिसवको । नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ समन्वय परिषद् मोरङद्वारा आयोजित कार्यक्रममा मोरङमा संगठित २२ वटा आदिवासी संगठनले आफ्नो सांस्कृतिक नृत्य प्रस्तुत गरे ।

औपचारिक प्रदर्शन प्रारम्भ हुनुपूर्व मखमलीको चोलीमा सजिएका मगर महिलाहरू मादलको तालमा हुर्रा नाचिरहेका थिए । ढाकाको चोली र छिटको गुन्यू एवं दौरा-सुरुवालमा सजिएका किराँत-राईहरूले पनि ढोल र झ्याम्टाको तालमा साकेला सिली सुरु गरिहाले ।

त्यसैगरी नेवार समुदायका युवाहरू लाठीनाच नाचिरहेका थिए भने तराईका सन्थालहरू सोराई बाजाको तालमा तुन्दा नाचिरहेका थिए । लिम्बूहरू च्याब्रुङ प्रदर्शन गर्दै थिए भने ताजपुरिया, हार्मोनियम साथमा लिएर सांस्कृतिक नृत्य प्रस्तुत गरिरहेका थिए । गन्गाई, धिमाल, गुरुङ, थारु, तामाङ आदिका सांस्कृतिक प्रदर्शनले नेपाली संस्कृतिको झझल्को दिएका थिए ।

मोरङमा संगठित २२ वटा जातीय संगठन र नगर तथा महासंघसँग आबद्ध २६ भन्दा बढी गाउँ समन्वय परिषद् सयभन्दा बढी बसमार्फत रंगशाला प्रवेश गरेका हजारौं आदिवासीले एकसाथ सांस्कृतिक परिकारको पनि आनन्द लिए । रंगशाला पुगेका आदिवासी कार्यकर्ताहरूले सजिसजाउ मञ्चबाट दिएको विचारभन्दा मैदानमा प्रदर्शित सांस्कृतिक गीत, नृत्य एवं वाद्यवादनमै सबैको ध्यान केन्द्रित थियो ।

–अर्जुन जम्नेली राई

छाताको फेसन

घाम-पानीबाट सुरक्षा

● **अमृता अनमोल**

बुटवल- चैते घाँमसँगै सुरु भएको छाता व्यापारले बुटवलमा साउने झरी सुरु भएपछि बाढी नै ल्याएको छ । बालबालिकादेखि युवा र वृद्धवृद्धासम्मले छातालाई साथी बनाएका छन् । बालबालिका र वृद्धवृद्धाबीच घामपानी छल्न ओढिने छाता युवतीहरूबीच भने त्यतिमै मात्र सीमित छैन । युवतीहरूमा घामपानी ओत्न मात्र होइन, फेसनका रूपमा पनि छाता ओढ्ने चलन बढेको छ ।

ब्युटिसियन सिमरन थापा घरबाट आधा घण्टाको दूरीमा पर्ने पार्लर पुग्न जहिल्यै छाता ओढ्छिन् । छेउमा लेस राखिएको प्रायः गुलाबी रङको साना बुट्टा भएको छाता उनको रोजाइ हो । 'छाताले घाम त छेक्छ नै ।' सिमरन भन्छिन्, 'गुलाबी रङको चम्किलो यो छाताले मेरो अनुहारको सुन्दरता पनि बढाउँछ ।' पुस-माघको हुस्सुमा बाहेक प्रायः सबैजसो समयमा छाता ओढ्ने गरेको सिमरनले बताइन् । 'सूर्यको मधुरो किरणले पनि अनुहार बिगार्छ ।' सिमरनले भनिन्, 'त्यसैले छाता सँर्यको सीधा किरण छेक्ने अचुक उपाय पनि हो ।'

ब्युटिसियन सिमरनजस्तै लुम्बिनी वाणिज्य क्याम्पसमा बीबीएस तेस्रो वर्षमा अध्ययनरत विद्यार्थी लक्ष्मी सापकोटाले पनि छातालाई फेसनका रूपमा प्रयोग गरेकी छिन् । गोरी लक्ष्मीको रोजाइ भान्टा रङमा छप्प-छप्प बुट्टा भएको छाता हो । उनलाई कहिले छेउमा लेस राखेको त कहिले चार ठाउँबाट भाँच्न मिल्ने सानो छाता मन पर्छ । 'छाताले गल्याम्म ढाकेर अनुहार र पहिरनलाई पनि नछेक्कोस् । सानो पर्समा पनि राखेर हिँड्न मिलोस्,' लक्ष्मीले भनिन्, 'त्यसैले मलाई सानो छाता मन पर्छ ।'

सधैँजसो स्कुटर चढ्ने बुटवलकी नीता श्रेष्ठ पानी पर्न थालेपछि भने छाता ओढ्छिन् र पैदल हिँड्छिन् । सिमसिमे पानीमा टाउको ओताएर रुझ्न मन पराउने श्रेष्ठ बजारमा पाइने सबैभन्दा आकर्षक र सानो छाता ओढेर हिँड्छिन् । 'छातामा भएको बुट्टा भने मन पर्दैन ।' उनले भनिन्, 'खैरो वा हल्का गुलाबी रङको छाता आकर्षक लाग्छ ।'

व्यापारीहरूका अनुसार बुटवल बजारमा बर्सेनि चीन र नेपालमा बनेका करिब ३ लाख छाता भित्रिन्छन् । ती छाता बुटवलसँगै रूपन्देही, पाल्पा अर्घाखाँची, गुल्मी, कपिलवस्तु अनि राप्तीका केही जिल्ला हुँदै सुदँरपश्चिमसम्म पुग्छन् । बुटवल, वीरगन्ज र काठमाडौँमा छाता बन्ने भए पनि ठूलो बजारचाहिँ चाइनिज छाताले लिएको छ । 'चाइनिज छाता अनेक डिजाइन, रंग, साइज र बुट्टामा उपलब्ध छन् ।' बुटवलका छाता व्यापारी आनन्द शर्माले भने, 'छातामा डिजाइन खोज्नेहरूले चाइनिज छाता नै ओढ्छन् ।' तिनमा पनि पूरै शरीर नओते पनि छेउमा लेस राखिएका साना छाता पछिल्लो समयमा प्रायः युवतीले मन पराएको शर्माले बताए । आकर्षक हुने भएकाले बालबालिकाका लागि पनि चाइनिज छाता नै बिक्ने गरेको व्यापारीहरू बताउँछन् । बुटवल बजारमा १ सय ७० देखि ३ सयसम्मका छाता पाइन्छन् ।

तुलनात्मक रूपमा चाइनिज छाताभन्दा नेपाली छाता बलिया हुन्छन् । ठूला साइजमा बन्ने भएकाले यी छाताले घामपानी बढी छेक्छन् । 'तर फेसनका रूपमा छाता ओड्ने चलन बढेकाले नेपाली छाता विस्थापित नै हुने अवस्थामा पुगेका छन्,' बुटवलका थोक व्यापारी श्याम श्रेष्ठ भन्छन्, '२० वटा चाइनिज छाता बेचेपछि मुस्किलले एउटा नेपाली छाता बिक्छ ।' चाइनिज छाताजस्तो पट्याएर सानो झोला वा पर्समा राखेर हिँड्न नमिल्ने भएकाले घामपानी छल्न मात्र छाता ओढ्नेले पनि चाइनिज छाता नै किन्ने गरेको प्रयोगकर्ताहरूको दाबी छ ।

पारिवारिक स्वास्थ्य

मदिरापानका नकारात्मक असरहरू

● **डा. प्रकाश बुढाथोकी**

हाम्रो समाजमा मदिरा सेवन बढ्दो छ । कति सम्प्रदायको परम्पराअनुसार मन्दिर वा घरमा पूजा गर्दा देवीदेवतालाई रक्सी चढाउने, कति जातले सगुनका रूपमा लिनैपर्ने, कति जातले पाएको भन्दै भेटेजति पिउने, बेरोजगारले तनाव कम गर्न पिउने, रातारात पैसा कमाउनेले आनन्द मनोरञ्जनका लागि पिउने गरेको पाइन्छ ।

हाम्रो समाजमा मदिरा सेवन बढ्दो छ । कति सम्प्रदायको परम्पराअनुसार मन्दिर वा घरमा पूजा गर्दा देवीदेवतालाई रक्सी चढाउने, कति जातले सगुनका रूपमा लिनैपर्ने, कति जातले पाएको भन्दै भेटेजति पिउने, बेरोजगारले तनाव कम गर्न पिउने, रातारात पैसा कमाउनेले आनन्द मनोरञ्जनका लागि पिउने गरेको पाइन्छ । त्यसैगरी केही डर घटाउन, पीर कम गर्न, निद्रा लगाउन पिउँछन् त कोही सोसल ड्रिङ्किङ भन्दै कहिलेकाहीं पिउँछन् । हरेक भोज भतेर, होटल रेस्टुरेन्टमा पनि रक्सीको बाहुल्यता तथा पिउने वातावरण हेरेर ग्राहक आउने कारणले रक्सी सेवनमा कमी आउने देखिँदैन । खेलकुद, संगीत, सम्मेलनका प्रायोजक पनि यिनै हुने गरेका छन् ।

रक्सीका कारणले युरोपमा बर्सेनि ४५ हजार मानिस कलेजोको सिरोसिस भएर मर्छन् । ५० हजार क्यान्सर भएर मर्छन् । २७ हजार भवितव्यले मर्छन्, १० हजारले आत्महत्या गर्छन् भने १-२ लाखमा खिन्नता, नकारात्मक सोच-विचार तथा डिप्रेसन हुन्छ । अमेरिकामा भने दैनिक ७ हजारको मृत्यु र २ हजार ८ सय जनालाई रक्सीले नै घाइते बनाउँछ । नेपालमा बर्सेनि ३५ लाख लिटर रक्सी तथा ३ करोड ५० लाख बोतल वियर उत्पादन हुन्छ । दुई छाक खान धौधौ पर्ने हाम्रो देशमा करोडौँको खाद्यान्न मदिरा बनाउन प्रयोग गरिन्छ । नेपालमा वर्षमा ५ अरब रुपैयाँभन्दा बढीको मदिरा खपत हुन्छ, तर नेपालमा कती बिरामी हुन्छन्, कतिको मृत्यु हुने गरेको छ भन्ने यथार्थ तथ्यांक पाइँदैन ।

फाइदाहरू

नियन्त्रित सेवनले तथा साँगुरो प्रभावले हुन सक्ने फाइदा :

- हृदयरोग, रक्तनलीको रोग तथा हिंड्दा पिंडौला दुख्ने समस्यामा कम हुन्छ ।
- हृदयाघातबाट मर्ने सम्भावना घट्छ, किनभने रक्सीले असल कोलेस्ट्रोलको मात्रा बढाउँछ ।
- पक्षघातको सम्भावना घट्छ ।
- पित्तथैलीमा पत्थर जम्ने सम्भावना कम हुन्छ ।
- मधुमेहको सम्भावना कम हुन्छ ।

बेफाइदा

- मुटुको धड्कन अनियमित हुने,
- मुटुको मासंपेशी नष्ट हुने,
- उच्च रक्तचाप र हृदयाघात,
- मुटु सुन्निने र दम फुल्ने,
- कार्डोयोमायोपाथी
- कलेजोको स्वरूप तथा काम गडबड भै कलेजो गाँठो पर्नु,
- रगत जम्ने प्रक्रियामा गडबडी, रक्तचाप बढेर रक्तश्राव हुन सक्छ,
- कलेजोको सिरोसिस,
- रक्सी सेवन गर्नेले चुरोट पनि सेवन गर्ने सम्भावना भएकाले क्षयरोग हातखुट्टाका औँलाहरूमा रक्तसञ्चार घटी वा रोकी मर्ने, दुख्ने अवस्था,
- रक्सी सेवन गर्नेको आँखा, अनुहार, शरीर सन्तुलन, सीपकला सबैमा कमी-कमजोरी बढ्दै जाने भएकाले यससँग सम्बन्धित विभिन्न रोग हुनसक्छ,
- मस्तिकमा स्नायुकोषिका नष्ट हुन्छ र बिर्सने, निराश हुने, आक्रामक हुने, व्यवहार, दृष्टि, बोली तथा समन्वयमा गडबडी उत्पन्न हुन्छ,
- घाँटी, मुख, स्तन तथा कलेजोको क्यान्सर,
- आत्मरक्षा शक्तिमा कमी, अम्लपित्त, आमाशयमा घाउ, प्याङ्क्रियाजको ज्वलन गराउनेमा प्रमुख भूमिका मदिराकै हो,
- श्वासप्रश्वास प्रक्रियामा अवरोध हुन्छ । सन्तुलित आहारको कमीले गर्दा खासगरी भिटामिन बी–१ को कमी भएर कोर्साकोभ सिन्ड्रोम, बेरनिकस, इन्सेफेलोपाथी तथा बेरीबेरीजस्ता समस्या ।

सामाजिक समस्याः

मदिरा सेवनले हुने क्षतिमा सामाजिक पक्ष झन् ठूलो छ । कार्यालय, स्कुल, समाज, संस्था वा कुनै पनि स्थानमा मदिरा सेवन गर्नेप्रतिहरूको अविश्वास, उनीहरूको घट्दो कार्यक्षमता, असान्दर्भिक तर्क गर्ने, शंका गर्ने, रिस गर्ने बानीले सामाजिक प्रतिष्ठामा आँच पुग्छ । पारिवारिक कलह, सवारी हाँक्दा, काम गर्दा खतरा तथा कानुनी समस्या उत्पन्न हुन्छ । सवारी दुर्घटनाका अधिकतम कारणमा रक्सी सेवन नै देखिन्छ भने परिवारबीचमा झगडा, मारपिट, सम्बन्ध-विच्छेद गराउने कारणमा रक्सीले अग्रस्थान ओगटेको छ । मदिरा सेवनका कारण हुने खास प्रकारका समस्याहरू बढ्दो रूपमा पाइन्छ ।

मानसिक समस्या :

रक्सी सेवन गर्नेहरूमा डिप्रेसन, ठीक-बेठीक छुट्याउन नसकिने, दृष्टिमा अवरोध हुने, सन्तुलन र गति बिग्रने तथा श्रीमान्-श्रीमतीमा शंका हुन्छ । स्मरणशक्तिमा ह्रास ल्याउँछ । मूर्च्छा पर्ने, बेहोस हुने तथा पागलपन पनि देखिन्छ । समाजमा र परिवारमा आफ्नो स्थान कम महसुस गर्ने, आफ्नो मानमर्यादा घटेको देख्ने, बढी झर्किने, सल्टिसकेका समस्या फेरि दोहोऱ्याउने आदि लक्षण देखिन्छ ।

मदिरापानले पुरुषको अनुपातमा महिलालाई छिटो असर गर्छ । मदिरापान गर्ने पुरुषको अनुपातमा महिलाको मृत्युदर बढी छ । गर्भवती महिलामा पेटको बच्चाको वृद्धि विकासमा कमी-कमजोरी देखिन्छ । अन्य खराब प्रभावमा पक्षाघात हुने, गर्भ तुहिने, अपर्झट मृत्यु हुने, हातखुट्टा वा जीउ काम्ने तथा जीउ दुख्ने आदि देखिन्छन् । फिटल अल्कोहल सिन्डोम पनि देखिन्छ ।

स्थान, समय, उमेर आदि तथा उत्पादन, बिक्री-वितरणमा खासै नियन्त्रण नगरी सरकारले राजस्व बढाउने मात्र नीति लिएको देखिन्छ । नेपाल यस्तो देश हो, जहाँ मदिराको प्रचार-प्रसार र बिक्री वितरण गर्न कुनै रोकतोक छैन । मदिराको बढ्दो सेवनले पारिवारिक कलह र महिलामाथिको उत्पीडन, सामाजिक अपराध र हिंसा तथा सार्वजनिक सडक र अन्य दुर्घटना बढ्दो छ । शारीरिक व्यवहार, सामाजिक व्यवहार, मानसिक व्यवहार, आध्यात्मिक व्यवहार र जिम्मेवार भै यी व्यवहारहरू परिवर्तन गर्न अघि सरे समस्या सुल्झाउन सकिन्छ । रक्सीका नराम्रा पक्ष नै बढी भएकाले सकेसम्म न्यूनतम राम्रा पक्षलाई अघि सारेर, अनुभव गर्ने भन्दै बजार प्रवर्द्धन गर्ने, बेचविखन गर्ने र लतकै रूपमा मदिरा सेवन गर्ने प्रवृत्तितर्फ मोहित नहुनु नै राम्रो हो । मदिरा सेवन अहिले स्वास्थ्यका लागि, समाज परिवारका लागि र राष्ट्रका लागि ठूलो चुनौती बनिरहेको छ ।

(डा. बुढाथोकी लुम्बिनी अञ्चल अस्पतालमा कार्यरत हुनुहुन्छ ।)

साप्ताहिक

आधुनिक माया-प्रेम

एक अनुसन्धानअनुसार ३० वर्षभन्दा कम उमेरका विवाहित मानिसहरू आफ्नो विवाहित जोडीसँग भन्दा बाहिर यौनसम्बन्ध राख्ने चाहना गर्छन्। यस्तो चाहना राख्नुको कारण विवाहको लामो समय वा उमेरको हद के हो भन्ने कुरा भने अझ प्रष्ट भएको छैन तर पनि सधै प्रश्न उठिरहने 'सात वर्षे पीडा' एउटा काल्पनिक तथा आफैभित्र भएको आफ्नै कथा जस्तो हो। यो सात वर्षे पीडा १९५५ मा बनेको एउटा

चलचित्रको शीर्षक हो, जसमा मानिसले विवाहको सात वर्षपछि पनि अनौठो खालको शारीरिक सम्बन्धको चाहना राख्छन् भन्ने कुरालाई पुष्टि गरिएको छ। उक्त चलचित्र १९५२ भन्दा अघि प्रदर्शित फराकिलो बाटो शीर्षकको नाटकमा आधारित छ जसमा सात वर्षे पीडाको नामकरण लुतो भनेर गरिएको छ। उक्त नाटकमा प्रेम र यौनलाई लुतोसँग दाँजिएको छ।

तथ्यांकअनुसार अमेरिकामा करिब ३-४ प्रतिशत विवाहित मानिसले आफ्नो जोडी बाहेक अरूसँग शारीरिक सम्पर्क राखेको बताए पनि करिब १६ प्रतिशतले यसलाई सकारात्मक भनी स्वीकार गरेका छन्। मनोवैज्ञानिक न्जामिन कार्नीका अनुसार सामान्यतया विवाहको प्रारम्भिक समय नै शारीरिक सम्बन्धका लागि अति उत्तम समय हो। त्यसपछि सम्बन्धमा मधुरता बढाउन साह्रै गाह्रो हुन्छ। त्यति बेला यो विचार खोटपूर्ण मानिएको थियो। किनभने त्यो सीमित जोडीको जीवनको केही समयमा मात्र आधारित निष्कर्ष थियो। लामो समयसम्म वैवाहिक बन्धनमा बाँधिएका जोडीहरू सफल प्रेमी र साँचो माया दिने भएर सफल भएका छन्।

अनुसन्धानकर्ताहरूले विवाहित जोडीहरूलाई लामो समयसम्म नियाले, तिनीहरूको सन्तुष्टि यु आकारमा गएको पाइएन। साँच्चै भन्नुपर्दा यो एक दिनमै तल झर्‍यो र कहिल्यै त्यसभन्दा माथि जान सकेन। प्रायः विवाहित जोडीको सबैभन्दा गहिरो प्रेम जिन्दगीको सुरुमा र अन्तिममा देखापर्‍यो, यसलाई प्रेमको राम्रो पक्ष भन्नुपर्छ, यो झराइ सन्तुष्टिको माथिल्लो भागको साँघुरो ठाउँमा हुन्छ। यसमा १ देखि २० स्केलसम्म उल्लेख गरिएको छ जसमा २० धेरै सन्तुष्टिका लागि राखिएको छ, जोडीहरू १९ बाट सुरु हुन्छन् र १६ मा गएर अन्त्य हुन्छन्।

राम्रो भाषा र सिष्ट बोलीचालीले माया बढ्छ। सम्बन्ध राम्रो बनाउने, राम्रो व्यवहारका साथ प्रस्तुत हुने र समस्याहरू एक-आपसमा खुला दिलले राख्नाले साधारण समस्याहरू छिटो र सहज रूपमा सुल्झन्छन्। यस्तो किसिमको सम्बन्धमा माया धमिलो हुन पाउँदैन भन्ने कुरा अर्का यौन विशेषज्ञ बार्टेल बताउँछन्।

मस्तिष्कको रक्तकणमा पाइने सेरोटानिन पदार्थको कमीले गर्दा विभिन्न खालका रोग देखापर्छन् र वैज्ञानिकहरूका अनुसार किसेरोटानिन ले नै यस्तो खालको प्रेम रोग लाग्छ। प्रेमजालमा फस्नुको कारण पनि मानिसमा हुने हार्मोनको परिवर्तन हो। इटालीका अनुसन्धाकर्ताहरूले रक्तकणमा पाइने पदार्थ र प्रेम सम्बन्धको असरका सम्बन्धमा तुलनात्मक अध्ययन गरे र उनीहरूले मानिसहरूमा भएको हार्मोनको मात्रा हेरे जो भर्खरै प्रेममा परेका थिए अथवा जो लामो समयसम्मको सम्बन्धमा थिए र केही एक्लै थिए। तिनीहरूले के पाए भने महिलाहरू जो भर्खरै प्रेममा परेका थिए तिनीहरूमा टेस्टोस्टेरोन हार्मोनको मात्रा पुरुषमा भन्दा बढी थियो। पुरुष र महिला जो भर्खरै प्रेममा परेका थिए तिनीहरूमा धेरै मात्रामा मस्तिष्कको बाहिरी भागमा रहने हार्मोनको दबाब बढी पाइयो। अनुसन्धानकर्ताहरूले यिनै व्यक्तिहरूलाई दुई वर्षपछि जाँच गर्दा उनीहरूको हार्मोनको मात्रामा केही फरक देखिएन।

बार्टेल भन्छन्- प्रेम सम्बन्धमा प्रेम भन्ने खण्ड विशेषगरी ६ देखि ८ महिनासम्म र कहिलेकाहँ ३ वर्ष लामो पनि हुन सक्छ तर पनि यो कुनै विन्दुमा गएर घट्छ। जसरी कुनै पनि मस्तिष्क धमिल्याउने औषधीले मानिसलाई घुमाउँछ ठीक त्यसैगरी मानिसमा पनि प्रेममा त्यस्तै किसिमको शक्ति प्राप्त हुन्छ। जसका कारण प्रेमको मात्रा घट्ने क्रम बढ्दै जान्छ।

अरूसँग मिल्न सघाउने हार्मोनहरू

संवेदना सकिएपछि पनि त्यस्तो चीज बाँकी रहन्छ जसले मानिसलाई एक-अर्कासँग जोडिराख्छ। कुनै पनि विन्दुमा गएर त्यस्तो अनुराग निकटतामा परिवर्तन हुन्छ। त्यसपछि के कुरा भन्न सकिंदैन भने त्यहाँ कुनै प्रेम सम्बन्ध रहँदैन। मानिसहरू एक-अर्कालाई प्रेम गरिनै रहन्छन्, कुनै नयाँ तरिकाबाट तिनीहरू शारीरिक सम्बन्ध पनि राखिरहन्छन्। हार्मोनहरू नै सम्बन्ध नजिक बनाउन उत्तरदायी छन् जसलाई मनोवैज्ञानिकहरू संलग्नता भन्छन्। अनुसन्धानले भन्छ, अक्सिटोसिन नामक हार्मोन तथा रक्तचाप बढाउने एक प्रकारको तत्त्वले न्यानोपन प्रदान गर्छ। यिनै हार्मोनहरूले आमा र शिशुको सम्बन्ध स्थायी राख्न प्रमुख भूमिका खेलिरहेको हुन्छ।

सम्बन्धमा चिसोपन

यदि मानिसहरू साधारण जीव हुन्थे भने हार्मोनको प्रक्रियाले लामो समयसम्म भावुक सम्बन्धका सबै प्रसंगलाई बलियो राख्थ्यो। मानिस अब साधारण प्राणी रहेन र त्यस्ता जोडीहरू जो पहिले स्थायी थिए अब तिनीहरू टुक्रिन र अरू नयाँ व्यक्तिहरूको खोजी गर्न थालिसकेका छन्। प्रेमबाट सुरु भएका सम्बन्धहरू टुट्न पनि सक्छन्। प्रेममा चिसोपन आउने मुख्य कारण प्रेमीहरू आफ्नो मायालुका कुनै पनि भूल सुन्न र मान्न तयार हुँदैनन् र तिनीहरू माफी पनि दिन सक्दैनन्। फलस्वरूप प्रेममा विश्वास हराउँदै जान्छ, उनीहरू एक-अर्काबाट टाढा हुँदै जान्छन् अनि प्रेमको रौनक पनि समाप्त हुन्छ।

-पुष्पा शर्मा

म पनि

संसार प्रेममा अडिएको छ। जसरी जीवित रहन खाना, पानी र अक्सिजन आवश्यक हुन्छ, त्यसैगरी व्यक्तिलाई कसै न कसैको प्रेम आवश्यक हुन्छ। बरु भोको व्यक्ति सन्तुष्ट र खुसी रहन सक्ला तर कसैको प्रेमबिना व्यक्ति सन्तुष्ट रहन सक्दैन। विनाप्रेमको संसार निरस र शून्य हुन्छ। कुनै पनि व्यक्ति कसै न कसैको प्रेममा डुबिरहेको हुन्छ। प्रेममा डुबेको व्यक्ति जताततै प्रेम खोजिरहेको हुन्छ र उसले प्रेम पनि पाइरहेको हुन्छ। प्रेम दुई मुटुमा मात्र सीमित छैन, दुई मुटु वा दुई आत्मामा प्रेमलाई वशीभूत गर्न खोज्नु प्रेमको संकुचन हो।

सृष्टि यस कारण मात्र चलिरहेको छैन कि उसको काम चल्नु हो। यो यसकारण पनि चलिरहेको छ कि संसार प्रेममय छ। माटोको भर ढुङ्गालाई ढुङ्गाको भर माटोलाई भनेझैं हामी कतै न कतै प्रेमबन्धनमा बाँधिरहेका हुन्छौं। हामीले प्रयोग गर्ने वस्तु वा सेवा चाहे त्यो सियो होस् वा मियो, त्यहाँ असंख्य मजदुर र उत्पादनकर्ता, वितरक र बिक्रेताको संघर्ष मात्र हुँदैन, त्यहाँ उनीहरूको प्रेम पनि हुन्छ। उत्पादित वस्तु र सेवा प्रयोगकर्तासमक्ष पुर्‍याएर उत्पादक, बिक्रेता र वितरक यही भनिरहेका हुन्छन् कि हामी पनि तपाईंसँग प्रेम गर्छौं। अनि उपभोक्ताले आफ्नो परिश्रमको कमाइ सुम्पिएर उनीहरूसँग आभार मात्र व्यक्त गरिरहेका हुँदैनन्, त्यहाँ पनि उपभोक्ताको प्रेम हुन्छ।

प्रेमले मानिसलाई जिम्मेबारका साथसाथै समझदार पनि बनाइरहेको हुन्छ। संसारमा जति पनि असमझदारी र झैझगडा छन् प्रेमकै अभावमा भैरहेका छन्। त्यसैले झैझगडा र मनमुटाव हटाउने शक्तिशाली अस्त्र पनि हो- प्रेम। प्रेममा डुबेको व्यक्तिले आफूलाई सुरक्षित मात्र महसुस गर्दैन, आफ्नो प्रेमलाई बारम्बार सम्झिएर गौरवान्वित पनि हुन्छ। एउटा सानो बालक आफ्नी आमाको न्यानो काखमा सांसारिक भयबाट आफूलाई मुक्त मात्र महसुस गर्दैन कि उसको आँखाले देख्ने जो-कोहीसँग यही भनिरहेको हुन्छ- मलाई माया र हेरचाह गर्ने आमा मेरो साथमा छिन्। एउटा प्रेमी प्रेमिकाको अँगालोमा बाँधिएर निस्फिक्री मात्र हुँदैन प्रेमिका पनि आफ्ना प्रेमीको न्यानो साथ पाएर आफूलाई सुरक्षित महसुस गरिरहेकी हुन्छिन् र संसारलाई भनिरहेकी हुन्छिन्- मलाई माया गर्ने मान्छे मेरो साथमा छ।

प्रेममा विश्वास शब्दले ठूलो महत्त्व राख्छ। आफ्नो प्रेम र प्रेमीप्रति विश्वस्त हुनु प्रेमको धर्म हो भन्दा फरक नपर्ला। एउटा टाउको दुःखेको व्यक्तिदेखि लिएर मृत्युसँग पैंठेजोरी गरिरहेको व्यक्तिसम्म डाक्टरकहाँ पुगेर यही कुरामा विश्वस्त हुन्छ कि उसलाई सन्चो पार्ने डाक्टर उसको साथमा छ। उपभोक्ताहरू यही विश्वासमा वस्तु तथा सेवा खरिद गर्छन् कि उत्पादकले उनीहरूलाई उत्कृष्ट वस्तु तथा सेवा प्रदान गरिरहेका छन्। प्रेम सहयोगमा पनि जीवित हुन्छ। हामी मानिस सामाजिक प्राणि हौं। त्यसैले पनि हामी हरहमेसा कसै न कसैको सहयोग लिइरहेका हुन्छौं, अनि सहयोग दिन्छौं र भनिरहेका हुन्छौं- म पनि तिमी/तपाईंसँग प्रेम गर्छु।

-प्रतिभा शर्मा (रेग्मी)

ठूलो स्तनको समस्या

सन् २००८ मा फ्रेन्च ओपनको जुनियर उपाधि हात पार्ने क्रममा रोमानियाकी सिमोना हालेपप्रति युवाहरूको आकर्षण निकै थियो । १७ वर्षकी हालेपप्रति युवाहरूको बढेको आकर्षणको मुख्य कारण उनको खेल्ने शैली नभएर उनको ठूलो आकारको स्तन थियो ।

आक्रामक शैलीमा टेनिस खेल्ने सिमोनाका स्तनले उनका समर्थक बढाए पनि खेलमा भने समस्या पार्दै गएको थियो । ३४ डबल डी आकारको स्तनले उनलाई सधैं अगाडि झुकाइरहेको हुन्थ्यो, जसका कारण उनलाई टेनिस खेलमा प्रतिस्पर्धा गर्दा ढाड दुख्ने समस्या हुन्थ्यो । फलस्वरूप उनले कोर्टमा सोचेअनुरूपको सफलता पाउन सकिरहेकी थिइनन् । ठूलो स्तनका कारण खेल करियर बिग्रने देखेपछि सिमोनाले स्तनको शल्यक्रिया गरेर त्यसलाई ३४ सीमा ल्याएकी छिन् ।

स्तन घटाएर फ्रेन्च ओपनमा पहिलो पटक उत्रँदा उनले १ सय १४ औं खेलाडीको स्थान पाएकी थिइन् । पहिलो खेलमा फ्रेन्च ओपनकी पूर्वसेमिफाइनलिस्ट अस्ट्रेलियाकी सामन्ता टोसुरसँग प्रतिस्पर्धा गर्न उत्रिएकी सिमोना पराजित भएकी थिइन् ।

स्तनको शल्यक्रियापछि पहिलो पटक प्रतिस्पर्धामा सफलता हात पार्न नसकेपछि सिमोनाले प्रतिक्रिया दिँदै भनिन्- 'मलाई पहिलेको तुलनामा अहिले प्रतिस्पर्धा गर्न सजिलो भएको छ । पहिले तौल बढी भएका कारण शरीरले अतिरिक्त परिश्रम गर्नुपर्थ्यो भने अहिले सजिलो भएको महसुस गरेकी छु ।' स्तनको शल्यक्रियापछि पुरुषहरूको आकर्षणमा कमी आएको महसुस गर्नुभयो भन्ने प्रश्नमा सिमोनाले भनिन्- 'यदि म खेलाडी नभएको भए आफ्ना ठूलो स्तनका कारण आकर्षक भैरहन्थे होला, तर मलाई त्यसले खेल्न अप्ठ्यारो महसुस भएका कारण घटाउनुपर्‍यो ।

ठूलो स्तनका कारण खेलमा बाधा उत्पन्न भएर सिमोनाले मात्र स्तन घटाएकी होइनन् । उनीभन्दा अघि अस्ट्रेलियाकी धाविका जाना पिट्म्यान रोलिङसनले आफ्नो स्तन घटाएकी थिइन् । ४ सय मिटर हडल्सकी यी धाविकाले पहिलो सन्तानको जन्मपछि पनि स्तनको आकार सानो भएका कारण शल्यक्रिया गरेर ठूलो बनाएकी थिइन्, तर स्तनको आकारमा वृद्धि भएपछि उनले खेल्न अप्ठ्यारो भएको महसुस गरिन् । सन् २०१२ मा लन्डनले आयोजना गर्ने ओलम्पिक प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउने लक्ष्य बोकेकी जानाले हालै स्तनको शल्यक्रिया गरेर पुरानै अवस्थामा ल्याएकी छिन् । मैले आफूलाई आकर्षक देखाउन स्तनको आकार ठूलो बनाए पनि दौडँदा त्यसले अप्ठ्यारो पारेको महसुस गरें ।

महिला खेलाडीहरूले ठूलो स्तनको शल्यक्रिया गरी घटाएर आफ्नो खेलमा सुधार हुने आशा राखेका हुन्छन् । यस्तो किसिमको समस्या पुरुष खेलाडीलाई पनि हुन्छ । बेलायतका डार्ट खेलाडी एन्डी फोर्डम्यानले पनि आफ्नो तौलले प्रतिस्पर्धामा बाधा उत्पन्न गरेको महसुस गरेका थिए । मोटो शरीरकै कारण आफूले डार्ट गर्दा ध्यान एकाग्र गर्न नसकिरहेको महसुस गरेपछि उनले आफ्नो तौल साढे ६३ किलोग्राम घटाएका थिए । एन्डी भन्छन्- मोटो हुँदा शरीरलाई स्थिर राख्न गाह्रो हुन्थ्यो । अहिले त शरीर नै चङ्गा भएको छ ।

५ प्रश्न — लक्ष्य पछ्याउँदैछु

नेपाली राष्ट्रिय फुटबल टिमका फरवार्ड सन्तोष साहुखल पछिल्लो समय फेरि एकपल्ट चर्चामा छन्, सर्वाधिक रकमको अनुबन्ध गरेर । सन्तोषले मनाङ-मर्स्याङ्दीसँग प्रतिमहिना ५० हजार रुपैयाँको अनुबन्ध गरेका छन् । मनाङ आफैं पुरानो सफल क्लबको छविमा फर्कन आतुर थियो भने त्यसका लागि सन्तोष सर्वाधिक उपयुक्त खेलाडी थिए, स्ट्राइकरका रूपमा ।

देशमै सर्वाधिक ठूलो रकममा अनुबन्धित खेलाडी हुँदाको अनुभव कस्तो रह्यो ?

स्वाभाविक रूपमा अत्यधिक खुसी । अनुबन्धित रकमले केही हदसम्म खेलाडी कस्तो भन्ने देखाउँछ भने त्यसले मलाई खुसी बनाउनु स्वाभाविक पनि हो । यो अनुबन्धले मलाई चुनौती र दबाब दुवै दिने निश्चित छ ।

ती चुनौती र दबाब कस्ता हुन् ?

व्यावसायिक फुटबल खेलाडीका रूपमा आफूलाई स्थापित गर्ने निश्चित गरिसकेपछि लक्ष्य पनि ठूलै साँचिन्छ । मनाङसम्म अहिलको यात्रा पनि त्यसकै अर्को कडी हो । म आफ्नो लक्ष्य पछ्याउँदैछु, अब्बल दर्जाका खेलाडी बन्ने । राष्ट्रिय टिमका लागि राम्रो खेल्न सपना सबैमा हुन्छ । त्यस अर्थमा अब मनाङबाट खेल्दा चुनौती र दबाब दुवै आउनु स्वाभाविक हो ।

थ्री-स्टार छोडेर मनाङ रोज्नुको कारण ?

मनाङबाट खेल्ने सपना प्रत्येक नेपाली खेलाडीमा हुन्छ । फेरि यसपल्ट प्रस्ताव पनि आकर्षक थियो, टिम पनि उत्तिकै राम्रो छ ।

क्लबलाई लिएर कस्ता योजना छन् ?

मनाङले फेरि एकपल्ट आफूलाई नेपालको नम्बर १ क्लब बनाउने योजना बनाएको छ । नयाँ-नयाँ खेलाडी लिनुको कारण पनि त्यही हो । अब हाम्रो प्रयास शतप्रतिशत योगदान दिने हुन्छ ।

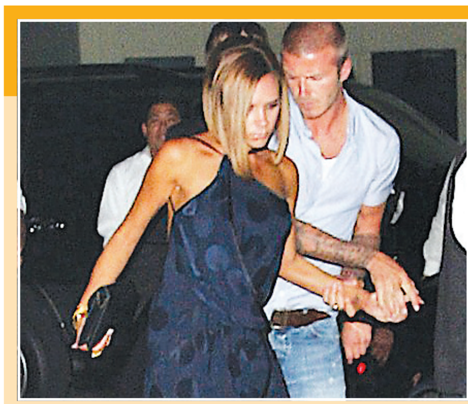
मनाङले सोचेजस्तो सफलता प्राप्त गर्न सक्छ ?

सफलताको ग्यारेन्टी हुँदैन, तर अबको नयाँ मनाङ बलियो हुने निश्चित छ । मनाङसँग नेपाली फुटबलमा उपलब्ध राम्रा युवा खेलाडी छन् । अनुभवी खेलाडीको पनि कमी छैन । खेलाडी पनि राम्रो खेल्न उत्तिकै उत्सुक छन् । सफलताका आधार पनि यिनै हुन् ।

● हिमेश

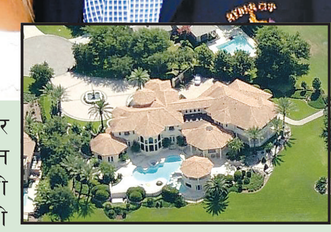
मैदान बाहिर

रेस्टुराँ मुडमा बेकह्याम



अमेरिकाको ग्यालेक्सी क्लबसँग आबद्ध डेभिड बेकह्यामले आफ्ना एक मित्रको साथ लिएर लसएन्जलसमा एउटा रेस्टुराँ सञ्चालन गर्न थालेका छन् । भिक्टोरिया बेकह्यामसँग विवाह गरेको ११ वर्ष पुगेको अवसरमा बेकह्यामले लामो समयदेखिका आफ्नो मित्र गोर्डोन राम्सेको साथ लिएर रेस्टुराँ सञ्चालन गर्न लागेका हुन् । उनले रेस्टुराँको नाम द क्विन भिक राखेका छन् । लस एन्जलसमा खोलिएको उक्त रेस्टुराँमा बेकह्यामलाई मन पर्ने केही परिकार पनि राखिएको छ । बेकह्यामका एक मित्रका अनुसार उनलाई मन पर्ने परिकारमा टोकरीमा राखेर सर्भ गरिने कुखुरा, माछा र चिप्स प्रमुख छन् । लसएन्जलसका रैथानेहरू बसोबास गर्ने क्षेत्रमा रेस्टुराँ सञ्चालनमा भएकोमा बेकह्याम दम्पती पनि प्रसन्न छन् ।

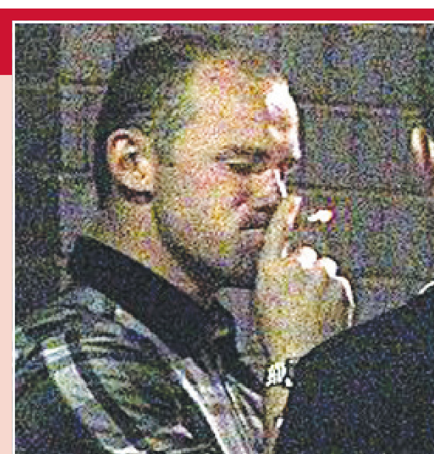
किस्ताबन्दीमा सम्बन्ध-विच्छेद



गल्फ खेलाडी टाइगर उड तथा उनकी श्रीमती एलिन नाड्रेगेनबीच हुन लागेको सम्बन्धबिच्छेदको पहिलो चरणमा घर हस्तान्तरणको प्रक्रिया प्रारम्भ भएको छ । करोडौं डलरको भागबन्डाको प्रक्रिया उड दम्पती बस्ने निवासबाट थालनी भएको हो । एलिनले पहिले फ्लोरिडाको जुपिटरमा निर्माणाधीन अवस्थाको भवन लिने कुरा बताएकी थिइन्, तर पछि उनले विण्डरमेरको निवास छानिन्, यो निवासमा पहिले उड दम्पती बस्थे भने एलिनको दाम्पत्य जीवन बिग्रिएपछि टाइगर उड यही भवनमा बस्दै आएका थिए ।

एलिनले भवन परिवर्तन गर्नुको मुख्य कारण छोराछोरीलाई स्कुल जान सजिलो बनाउनुभएको बताएकी छिन् । एलिनले आफू विण्डरमेरको भवनमा बस्छिन् कि त्यसलाई बिक्री गर्छिन् भन्ने कुराचाहिँ बताएकी छैनन् । उड दम्पतीको सम्बन्धबिच्छेदको प्रक्रियाअर्न्तगत पैसाको बाँडफाँड पनि प्रमुख हो । उडले कमाएको आम्दानीबाट कति प्रतिशत रकम एलिनले पाउने भन्ने विषयमा यकिन नभए पनि उनले ७५ करोड डलर (५७ अर्ब रुपैयाँ) न्यूनतम रूपमा पाउनेछिन् । टाइगर उड उक्त रकम दिनसहमत भए पनि उनले आफ्नो नाम एलिनले कुनै पनि पत्रिका, म्यागजिन वा पुस्तकमा उल्लेख गर्न नपाउने सर्त राखेका छन् ।

रुनी मात्तिए



दक्षिण अफ्रिकामा सम्पन्न विश्वकपमा हार बेहोरेको बेलायती टिमको आलोचना अझै सकिएको छैन । थ्री लायनको उपनाम पाएको टिमले स्यालजस्तो पराजय भोगेपछि टिमका प्रशिक्षक फबियो कापेलोको आवेश अझै शान्त भएको छैन । इंग्ल्यान्ड टिमका मुख्य हस्ती खेलाडी वाह्ये रुनीको पछिल्लो क्रियाकलापले फापेलो थप दुःखित भएका छन् ।

प्रत्येक साता म्यानचेस्टर युनाइटेडबाट १ लाख २० हजार पाउन्ड पाउने रुनीले एक रात्रिकालीन क्लबबाट फर्कने क्रममा चुरोट पिउँदै सडक पेटीमा पिसाब गरेका थिए । प्रहरीको सीसी क्यामेराले उनले सार्वजनिक स्थलमा गरेको उक्त क्रियाकलापको तस्बिर खिचेको थियो । यो दृश्य सार्वजनिक भएपछि कापेलो रुनीप्रति रुष्ट भएका छन् । इंग्ल्यान्डजस्तो प्रतिष्ठित टिमका महत्त्वपूर्ण खेलाडीले सार्वजनिक स्थलमा गैरसामाजिक कार्य गर्छ भने आममानिसमा त्यस्तो टिमप्रति कस्तो धारणा बन्छ ? इंग्ल्यान्ड फुटबल संघका एक पदाधिकारीले प्रश्न गर्दै भने अब रुनी आफैंले सार्वजनिक रूपमा माफी माग्नुपर्छ । उता प्रहरीले भने रुनीको क्रियाकलाप अव्यावहारिक भए पनि यस विषयमा कसैले उजुरी नगरेका कारण उनीविरुद्ध कुनै कारबाही नहुने कुरा बताएको छ ।

विकास र पूजा फेरि च्याम्पियन

● हिमेश

स्वाभाविक सहज जितको तुलनामा हारको सँघारमा पुगेर हात पारेको जित अत्यधिक मीठो हुन्छ। विकास श्रेष्ठ र पूजा श्रेष्ठले यस्तै दुई फरक जित हात पारे, ३४ औं राष्ट्रिय ब्याडमिन्टनमा। विकासले जितसम्म पुग्न कडा संघर्ष गरे भने पूजाको जित लगभग अपेक्षितजस्तै थियो। समानता के भने दुवैले अन्ततः गत संस्करणमा जितेको उपाधि सफलतापूर्वक रक्षा गरे।

राष्ट्रिय पुरुष ब्याडमिन्टनको इतिहास पल्टाउने हो भने कुनै एक समयमा एक जना खेलाडीले प्रभुत्व जमाएको पाइन्छ। जस्तो, नरेन्द्रबहादुर बस्नेत, किशोरबहादुर सिंह, प्रदीपविक्रम शाह, रामजीबहादुर श्रेष्ठ तथा पछिल्लो समयमा बलराम थापा। विकास सम्भवतः यस्तै प्रवृत्तिलाई पछ्याउँदै छन्, लगातार दोस्रोपल्ट उपाधि जितेर। पुलिसका विकासले अब नेपाली ब्याडमिन्टनमा नयाँ पुस्ताको प्रतिनिधित्व गर्ने कुरा लगभग तय छ।

दुई वर्ष अघिसम्म पुरुषतर्फ पशुपति पनेरु र बलरामको दबदबा थियो। उनीहरू एकै समयमा विदेश पलायन भए। यसले नयाँ खेलाडीलाई अवसर दियो र त्यसकै फाइदा उठाए, विकासले। 'वास्तवमै उपाधि जित्नका लागि ममाथि ठूलो दबाब थियो', विकासले भने, 'उपाधिसम्म पुग्न कडा चुनौती पाउने पनि निश्चित थियो।' तीन सेटको कडा प्रतिस्पर्धामा उनले एपीएफका रत्नजित तामाङलाई हराए।

स्कोर थियो २१-२३, २१-१९, २१-१९। स्कोर आफैंले फाइनलमा कत्तिको चर्को प्रतिस्पर्धा भएको थियो भने प्रस्ट पार्छ। रत्नजितले पहिलो सेट जितेर पनि त्यसको फाइदा लिन सकेनन्। अत्यधिक 'नेगेटिभ-प्वाइन्ट' बेहोरेका रत्नजितले विकासलाई खेलमा फर्कने अवसर दिए। पछाडि परेर पनि खेलमा फर्कनु बेजोड हुन्छ, त्यसैले विकासले जितपछि कोर्टमै लामो समय हेर्नलायकको खुसी मनाए।

एपीएफकी पूजाले भने फाइनलमा नङ्सलादेवी तामाङलाई हराइन्, २१-७ र २१-११ को स्कोरमा। सम्भवतः पूजाले उपाधि रक्षा गर्न अपेक्षा भन्दा कमजोर प्रतिद्वन्द्वी पाइन्। फाइनल आर्मीकी सरादेवी तामाङविरुद्ध भएको भए, गजब हुने थियो, तर सेमिफाइनल पनि खेल्न सकिनन्, सरादेवीले। उनी घुँडाको चोटले ग्रस्त भइन्। फलस्वरूप अन्तिम चारमा नङ्सलादेवीले अनपेक्षित रूपमा वाकओभर पाइन्।

यस्तो स्थितिमा पूजाले उपाधि रक्षा गर्न सक्ने सम्भावना तय मानिएको थियो। जुन परिस्थितिमा पूजाले उपाधि जितिन्, त्यसमा उनी आफैं पनि खुसी देखिइनन्। 'फाइनलमा सरादेवीसँग भिडेको भए, त्यसको कथा बेग्लै हुने थियो तर त्यसो भएन, एक अर्थमा म खुसी छैन', अनुभवी पूजाले भनिन्। आखिरमा पुरुष फाइनलमा जत्तिको चर्को प्रतिस्पर्धा भयो, महिलातर्फको फाइनल एकपक्षीयजस्तै रह्यो।

महिला ब्याडमिन्टन खेलको इतिहासमै पूजालाई सर्वाधिक सफलतम खेलाडीका रूपमा सम्झिइनेछ। पूजाले ०५५ मा पहिलोपल्ट महिला एकल उपाधि जितेकी थिइन्, त्यसको १२ वर्षपछि फेरि उपाधि जितेर उनले आफूलाई सदाबहार खेलाडी सावित गरिन्। उनको यो पाँचौं उपाधि थियो। यसअघि पूजाले ०५६, ०६२ र ०६५ पनि मा सफलता हात पारेकी थिइन्।

यो तथ्यले पूजालाई खुसी दिने निश्चित छ। यस क्रममा पूजाले कल्पना राणाको नाममा रहेको सर्वाधिक एकल उपाधिको कीर्तिमान तोडेकी छिन्। कल्पनाले चारपल्ट ०४२-०४८ लगातार उपाधि जितेकी थिइन्। अब इतिहासले पूजालाई पाँचपल्ट उपाधि जित्ने खेलाडीका रूपमा सम्झिनेछ। पूजाकासामु अर्को संस्करणमा जितको ह्याट्रिक गर्ने चुनौती छ।

फुटबलमा रमाउँदै ट्याक्सी ड्राइभर

● शिव शर्मा

पोखरा- पोखराको अमरसिंह मैदानमा एकातिर ट्याक्सी पार्किङ गरेर ट्याक्सीचालकहरू फुटबल खेलमा रमाइरहेका छन्। उनीहरूको खेलकौशल हेर्न फुटबल मैदानमा दर्शकहरूको भीड पनि लाग्ने गरेको छ। करिब एक सातादेखि यहाँका ट्याक्सीचालकहरू ट्याक्सी चलाउन छाडेर यतिबेला गोल हान्न तम्सिएका छन्।

'उनीहरूको खेल देखेर आनन्द आइरहेको छ, खेल हेर्न आएका विशाल मगरले भने, 'कुनै व्यावसायिक फुटबल क्लबको खेल हेरिरहेको अनुभूति भएको छ।' एकाबिहानैदेखि ट्याक्सीचालकहरू

मैदानमा भेला हुन्छन्। उनीहरू साथमा ट्याक्सीसमेत लिएर आउँछन्। नखेल्ने ट्याक्सी चालकहरू पनि आफ्नो टिमलाई हौसला दिँदै हुटिङमा रमाउँछन्।

उनीहरू दैनिक हुने आम्दानीसमेत बिर्सेर खेलमा होमिएका छन्। तीन वर्षदेखि नियमित हुन थालेको यो फुटबल प्रतियोगिता आफ्ना लागि ठूलो पर्व भएको चालकहरूले बताए। पाँच वर्षदेखि ग१ज ३८५९ नम्बरको ट्याक्सी हाँक्दै आएका पूर्ण गुरुङले ट्याक्सी ड्राइभरहरूप्रतिको नकारात्मक दृष्टिकोण परिवर्तन गर्न पनि यो खेलको आयोजना हुँदै आएको बताए। 'चालकहरूमा पनि क्षमता र खुबी छ भन्ने कुरा यो प्रतियोगिताले देखाएको छ,' उनले भने, 'यो प्रतियोगिताले चालकहरूमा पनि शारीरिक स्वास्थ्यसँगै अनुशासन कायम राख्ने पाठ सिकाएको छ।'

त्यसो त ट्याक्सीचालकहरूलाई मालिकहरूले पनि खेल्न उत्साह प्रदान गरेका छन्। ट्याक्सी ड्राइभरले पनि के फुटबल खेल्लान् भन्छन्,' ग१ज४३८७ नम्बरका ट्याक्सीचालक धुवराज लामिछानेले भने, 'फुटबल मात्र होइन, अवसर मिल्यो भने हामी अन्य प्रतियोगितामा पनि सहभागिता जनाउन सक्छौं।'

ट्याक्सी ड्राइभरहरू फुटबलमा रमाउन थालेपछि यात्रुले भने ट्याक्सीको समस्या भोगेका छन्। 'ट्याक्सीको माग धेरै हुन्छ, तर हामी फुटबलमा रमाएका छौं,' यादव गौतमले भने, 'वर्षमा एकपटक आउने यति ठूलो अवसर त गुमाउनुभएन नि।' उनले चालहरूलाई फुटबलजस्तै अन्य प्रतियोगिताहरूमा समावेश गराउनुपर्ने माग गरे। एक महिनादेखि फुटबलको तयारीमा जुटेका चालकहरूले कमाइ पनि राम्रो गर्न पाएका छैनन्, तर पनि उनीहरू फुटबल खेल्न पाएकोमा सन्तुष्ट छन्। 'चालकहरू स्टेरिङ, क्लज ब्याकमा मात्र सीमित नरही खेलकौशलमा सक्षम छन् भन्ने देखाउनु पनि प्रतियोगिताको उद्देश्य हो,' कार्यक्रम संयोजक दानबहादुर बस्नेतले भने, 'हामी चालकहरूबीचको फुटबल प्रतियोगिता गर्न सफल भएका छौं।'

२७ ट्याक्सीचालक टिमको सहभागिता रहेको प्रतियोगितामा प्रथम भएको लामाचौर ट्याक्सी एकाइलाई २० हजार, दोस्रो हुने टुँडिखेल ट्याक्सी एकाइलाई १५ हजार रुपैयाँका साथमा खसी, ट्रफी र मेडल प्रदान गरिनेछ। यसअघि पहिलो पटक लामाचौर र दोस्रो पटक क्यासिडपुल एकाइ समितिले उपाधि जितिसकेका छन्।

पशुपतिनाथले हामी सबैको कल्याण गरुन् : इटालीमा वर्ल्डकप डिभिजन-४ खेल्न जानुअघि पशुपतिनाथको दर्शन गर्दै नेपाली राष्ट्रिय टिमका खेलाडीहरू। तस्बिर : सुन्दर श्रेष्ठ

वर्ल्डकप डिभिजन-४

नेपाललाई सफलता हात पार्न गाह्रो

इटालीमा भोलिदेखि प्रारम्भ हुने वर्ल्डकप डिभिजन-४ को लिग प्रतियोगिताअन्तर्गत नेपालले पहिलो खेल अमेरिकाविरुद्ध खेल्ने भएको छ। यो प्रतियोगिता सन् २०१५ मा अस्ट्रेलिया र न्युजिल्यान्डले संयुक्त रूपमा आयोजना गर्न लागेको विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिताको एक खुड्किलो हो।

काठमाडौंमा सम्पन्न वर्ल्डकप डिभिजन-५ को प्रतियोगितामा उपाधि जितेका आधारमा नेपालले वर्ल्डकपको डिभिजन-४ खेल्न पाएको हो। अब यो प्रतियोगितामा नेपालले सफलता पाए वा उपविजेतामै चित्त बुझाउन सके डिभिजन-३ मा पुग्नेछ। यद्यपि यो यात्रा विगतका प्रतियोगिताभन्दा केही कठिन छ।

नेपालका लागि डिभिजन-५ मा गृहमैदानमा पाएको सफलतालाई विदेशी भूमिमा दोहोर्‍याउन कठिन नै हुनेछ। नेपालले आफ्नै मैदानमा अमेरिकालाई कठिन चुनौतीको सामना गर्दै पराजित गरेको थियो भने यसपटक पनि पहिलो खेलमै नेपालले अमेरिकाको सामना गर्नुपरेको छ। नेपालले आफ्नो दोस्रो खेल आयोजक इटालीविरुद्ध साउन ३० गते खेल्नेछ। इटालीलाई पहिलो फाइदा भनेको यो खेल उसको गृहमैदानमा हुँदैछ भने इटालीले गत वर्ष नै डिभिजन-४ मा प्रतिस्पर्धा गरिसकेको छ। अघिल्लो वर्ष डिभिजन-४ मा तेस्रो भएको इटाली यसपटक आफ्नो गृह मैदानको फाइदा उठाउँदै डिभिजन-३ मा उक्लने प्रयासमा छ। नेपालको तेस्रो खेल तान्जानियाविरुद्ध भदौ १ गते हुनेछ। तान्जानिया पनि गत वर्ष इटालीले जस्तै डिभिजन-४ मा यथावत् थियो। नेपालले अहिलेसम्म तान्जानियाविरुद्ध कुनै खेल नखेलेका कारण नेपालका लागि नै नितान्त नयाँ टिम हुनेछ।

नेपालले आफ्नो चौथो खेल अर्जेन्टिनाविरुद्ध खेल्नेछ। नेपालले यसअघि कुनै पनि खेलमा प्रतिस्पर्धा नगरेका कारण अर्जेन्टिना पनि नयाँ चुनौतीपूर्ण राष्ट्र हुनेछ। अर्जेन्टिना गत वर्ष डिभिजन-३ बाट घटुवामा परेर डिभिजन-४ मा झरेको थियो भने उसले यसपटक आफूलाई पुनः डिभिजन-३ मा उकाल्ने भरमग्दुर प्रयास गर्नेछ। नेपालले यो डिभिजनमा प्रतिस्पर्धा गर्ने अन्तिम टिम केमन द्वीप हो। यो टिम पनि अर्जेन्टिनाजस्तै डिभिजन-३ बाट घटुवा भएर डिभिजन-४ मा झरेको हो। यो टिमसँग पनि नेपालले यसअघि कुनै प्रतिस्पर्धा नगरेका कारण नेपाललाई प्रतिस्पर्धी खेलाडीहरूको क्षमता बुझ्न कठिन हुनेछ।

नेपालले इटालीमा हुने डिभिजन-४ को प्रतियोगितामा भोग्ने सबैभन्दा कठिन समस्या भनेको त्यहाँको पिच हो। इटालीमा हुने यो प्रतियोगिता कृत्रिम पिच (एस्ट्रो पिच) हुनेछ। यस्तो किसिमको पिचमा नेपालले सन् २००१ मा क्यानाडामा सम्पन्न आईसीसी ट्रफीमा मात्र खेलेको थियो। ८ वर्ष पछि पुनः एस्ट्रो पिचमा खेल्न उत्रिएको नेपाली टिमका खेलाडीहरूमध्ये विनोद दास र दीपेन्द्र चौधरीसँग मात्र त्यस्तो मैदानमा खेलेको अनुभव छ।

अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट काउन्सिलले आफ्नो मातहतमा हुने क्रिकेट प्रतियोगितामा प्राकृतिक पिचलाई मान्यता दिए पनि इटालीको प्राकृतिक पिचको बनावट राम्रो नभएका कारण कृत्रिम पिचमा खेलाउन लागेको हो। यो पिचमा स्पिनरहरूले बललाई बढी घुमाउन नसक्ने समस्या भोग्ने गरेका छन्। त्यसबाहेक यस्तो मैदानमा फास्टबलरले स्पाइक भएको जुत्ताको सट्टा स्पोर्ट्स जुत्ता लगाएर बलिङ गर्नुपर्छ। डिभिजन-४ मा छनोट भएका नेपाली खेलाडीहरूमा यस्तो किसिमको पिचमा प्रतिस्पर्धा गर्ने अनुभव नभए पनि उनीहरूले नियमित अभ्यास भने गरिरहेका छन्। नेपाली टिमका कप्तान पारस खड्का भन्छन्- 'यदि तालमेल मिलाउन सक्यौं भने राम्रो प्रदर्शन गर्न सक्छौं।'

ग्ल्याड्राग्स
फेसन वाक

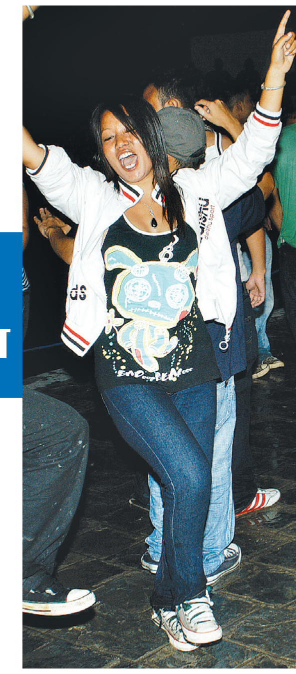
साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– झरि परिरहेको शुक्रबार साँझ मुड्स लन्जको वातावरणमा भिन्नै रौनक थियो । पानीमा भिजेर लन्जमा प्रवेश गर्ने दर्शकहरू त्यस बेला मात्र ताते, जब र्‍याम्पमा मोडलहरूले मनसुन वेयर प्रदर्शन गरे । र्‍याम्पमा स्वदेशी मात्र होइन विदेशी मोडलहरूले समेत क्याटवाक गर्न थालेपछि फेसन शोमा दर्शक सहभागिता बढ्न थाल्यो । 'ग्ल्याड्राग्स फेसन वाक' शीर्षकको फेसन शोमा क्याटवाक गर्न भारतमा सम्पन्न ग्ल्याड्राग्स प्याजेन्टका विजेताहरूसमेत काठमाडौं आएका थिए । साँझ ८ बजेदेखि प्रारम्भ भएको फेसन शो १० बजेसम्म जारी थियो । छ वटा सिक्वेन्समा विभाजन गरिएको उक्त फेसन शोमा क्याटवाक गर्ने मोडलहरूले भारतीय डिजाइनर नन्दिनी बरुभाले डिजाइन गरेका पहिरन प्रदर्शन गरेका थिए । प्ले माई साउन्डले आयोजना गरेको फेसन शोका लागि नन्दिनीले भारतमा सम्पन्न इन्डियन फेसन विकमा प्रदर्शन गरेका पहिरन काठमाडौं ल्याएकी थिइन् । फेसन शोपछि मुम्बईका डिजे जय नायडूले डान्स फ्लोर तताएका थिए । फेसन शो हेर्न भेला भएका सेलिब्रेटीहरू पनि डान्स पार्टीमा कम्मर मर्काइरहेका देखिन्थे । डान्स पार्टीको थालनी डिजे बीपीएमले गरेका थिए ।

झरीमा
ग्र्यान्डको मज्जा

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- साढे एक बजे आरम्भ गर्ने भनिए पनि विभिन्न कारणले ग्र्यान्डको प्रारम्भ चार बजेपछि मात्र भयो । नायिका सुष्मा कार्कीले माइक हातमा लिएर कार्यक्रम सुरु भएको घोषणा मात्र के गरेकी थिइन्, झरीका थोपा पौडीपोखरीमा डुबुल्की मार्न थाले । रेड कार्पेट नेपालले शनिबार दिउँसो आयोजना गरेको 'समर ग्र्यान्ड'मा खाँदै, पिउँदै र नाच्दै पौडी पोखरीमा पौडिने मज्जा लिन युवा-युवतीहरूको लस्कर लागिसकेको थियो । डिजेद्वय रूपेश र आरबले डिजे मिक्सका धुन घन्काउन थाले ।



संगीतको तालमा मग्न भै नाच्नेहरूलाई झरीले पनि साथ दियो । अनायासै दर्किएको पानीमा रुझ्दा असिनपसिन भएकाहरूलाई झनै रमाइलो भयो । गायिका प्रशंसा श्रेष्ठ तथा आस्था बी. ले झरी रोकिनासाथ आफ्ना गीत सुनाएर कार्यक्रममा रौनक थपे । गायक सुनिलसिंह ठकुरीले त आफ्नो चर्चित गीत 'घटना घट्यो' दुई पटक गाउनुपर्‍यो । झरी पर्ने र रोकिने क्रम जारी थियो । यद्यपि झरीले ग्र्यान्डको मज्जा दोब्बर पारेको थियो । साथीहरूसँग नाचिरहेकी घट्टेकुलोकी रोशनी भन्दै थिइन्- 'रुझ्दै नाच्न झन् रमाइलो हुन्छ । बरु पानी रोकिएको बेला नक्कली पानी पारेको भए अझ मज्जा हुन्थ्यो ।' आयोजक रेड कार्पेटका अनुसार राति १० बजेसम्म चलेको ग्र्यान्डमा १ हजारभन्दा बढी युवायुवतीको सहभागिता थियो ।

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
☎ 4621098, 2134544
नयाँबानेश्वर मिनभवन शान्तिनगर गेट संगै

Job oriented COMPUTER
Basic Course
Graphic Designing
Web Designing
Diploma Courses
Free Web Site With Gauranted Online Job Guidance
ENGLISH Language
Focused on Spoken
Small Size class
Free Books,CDs & VCDs
Regular materials
Getway Educational Consultancy P. Ltd
Ph: 4239719, 4241870

फोटोग्राफी भिडियोग्राफी
❊ फोटो/भिडियो एडिटिङ
❊ फोटो/भिडियो प्रत्रकारिता
❊ फोटो ल्यामिनेशन
अरुण दत्तद्धारा वि.सं. २०५३ देखि निरन्तर
Hurry UP
नेपाल फोटोग्राफी ट्रेनिङ ईन्स्टिच्यूट
मान्यता प्राप्त पहिलो फोटो भिडियो ईन्स्टिच्यूट साझा भण्डार भोटाहिटि
Nepalpti@yahoo.com, 4216291

THE BEST LANGUAGE & COMPUTER!
- language Classes (All Languages: Basic/ Intermediate/ Advanced in Practical...)
Tongue Building Training For English.......
[Unless you build your tongue, you CAN'T speak English!!!]
- Computer Classes (All Levels All Programs)
- Tuition Classes (All Levels/ all subjects)
- TOEFL/IELTS/GRE/GMAT/VISA Interview Preparation Classes
- TEST/ S.L.C./ NIOS+2,(in only 5 Months) Admission!
Running with GUARANTEE!!!
PASCAL INSTITUTE, Chabahil Chowk (on the way to Ganeshthan) 01-4478483 9841271036

ब्यूटीसियन तालिममा नि : शुल्क भर्ना खुल्यो
बिगत १४ बर्षदेखि देशभर १३ वटा शाखाहरुबाट बिदेशमा तालिम लिएका बरिष्ठ ब्युटिसियनहरुद्धारा आधुनिक र अन्तराष्ट्रियस्तरको कोर्षमा, Basic, Advance, Diploma, Beautician Teachers Training, Hair Dressing / Special Short Course र अन्य विविध कोर्षका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।
* * * * * * * * * * * * * * * * * *
नोट : यू. के., अमेरीका, अष्ट्रेलीया, यूरोप, तथा अन्य देशहरुमा स्टुडेण्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरुका लागि विशेष कोर्ष संचालन भईरहेका छन् ।
ITC प्रशिक्षण केन्द्र : बुटवल ०७१-५४१४६९, जावलाखेल चोक २०८२६४१, नारायणगढ ०५६-५७२१४४, पोखरा ०६१-६२२०९५, नयाँबानेश्वर २०४२६५२, डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, कोटेश्वरचोक २०८१६७०, कलंकीचोक २१९०२१८, ठमेल चोक २१९०८००, गोंगबुचोक २०८११०९, चावहिल चोक ४४९३३६१, लगनखेल बसपार्क २१२२४४८, बागलुङ्ग ०६८-५२२७१०

खुम्जुङ होटेल तालिम बागबजारमा
सम्पूर्ण होटल तालीममा घमाघम भर्ना
कुक सिक्नेका लागि वेटर ,हाउसकिपीङ्ग,बेकरी English languges सितैमा (कुनै दुई वटा वेटर सिक्नेका लागि English languges फ्री पुस्तकालयको ब्यवस्था, दक्ष अनुभवि शिक्षकद्धारा आफ्नै होटलमा सम्पुर्ण तालीम दिइने बार टेन्डर सिक्नेकालागि वेटर सितैमा वैदेशिक रोजगारको पनि ब्यवस्था
Hotel Khumjung Pvt. Ltd.
बागबजार शाखा: रत्नपार्कबाट बागबजार छिर्दा पिके कलेजको पर्खाल छुने चिटिक्क दाहिने पट्टीको सुन पसलबाट भित्र छिर्ने यति प्लाजा भित्र IBM College को तेश्रो तल्लामा (लिफटको पनि सुविधा छ ।)
4240199, 016226791, 9841578724

Shaping Minds Group
Putalisadak 2222605 4233478
Itahari 025-584310
Birtamod 023-543102
Free Seminar for Study in UK
563 Visas out of 565
USA Canada Germany NewZealand Switzerland Ireland Japan
13th August-Birtamod & 14 August-Itahari@ Shaping Minds
Wanted Consultancy Franchisee: All Over Nepal
Facilities
Good Profit Sharing
Up-to-date Training
International Visits
Conference Support
Free Advertisements
And Many More..........

Worldwide Valid Certificate
होटल तालिम
१००% रोजगार ग्यारेन्टीका साथ
छैठौं वर्ष पुगेको अवसरमा विशेष छुट ।
▸ कुक १ १/२ महिना रू. ३000/-
▸ कुक ३ महिना रू. ४000/-
▸ वेटर र बारमेन रू. १३00/-
१. थप तालिमको लागि 5 Star होटलमा पठाइने ।
२. 5 Star होटलका सेफद्धारा तालिम दिइने ।
३. तालिम पछि दुबई, बहराईन पठाउन परामर्श दिने ।
माउण्टेन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
बसुन्धरा चौकी अगाडि रिङ्गरोड संगै
Ph:016212336

होटल तालिम
(१00% रोजगारी मुलक)
कुक (इण्डियन, चाईनिज, कण्टिनेन्टल, इटालियन, मेक्सिकन) वेटर,वारमेन,क्याप्टेन, होटल सुपरभाइजर, रिसेप्सनिष्ट, हाउसकिपीङ्ग आदि ।
*5 Star होटलका प्रशिक्षक बाट तालिम ।
*बिदेश जानेहरुको लागि स्पेशल कोर्ष ।
*Ex-practical को लागि होटलहरुमा पठाईने ।
सक्षम नभएमा पुन: कक्षा गराएर सक्षम बनाईने ।
अन्तराष्ट्रिय होटल तालिम प्रा.लि.
बालाजु चोक (Vision Institute) संगै
फोन: 01-4384548

हरेक महिलाले जान्नै पर्ने
बेकरी/कूकिङ्ग
अत्यन्त उपयोगी, रोजगारमूलक दुई हप्ते तालिम भदौ १ गते देखि शुरु हुँदैछ । भर्ना खुल्यो ।

● कण्टिनेण्टल कूकिङ्ग	बिहान ११:०० बजे
● बेकरी	दिउँसो १२:३० बजे
● चाईनिज कूकिङ्ग	दिउँसो २:०० बजे
● भारतीय मिठाई बनाउने तालिम	भदौ ६ गते देखि १ हप्ता अपरान्ह ३:१५ बजे

जमलेश्वर इन्स्टिच्यूट
(first & the foremost)
जमल– रानीपोखरी कर्नर, कमलाक्षी टोल
फोन नं. ४२४२६७१ / ९८४००५१३६५

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

कक्षा ११ मा भर्ना खुल्यो
संचालित कार्यक्रमहरू
+२: व्यवस्थापन, मानविकी, शिक्षा
स्नातक: वि.बि.एस., वि.ए., वि.एड.
मास्टर लेभल: एम.एड
(अंग्रेजी र ई.पि.एम.)
सत्र : बिहानी र बेलुकी
विषयहरू :
Mass Comm., Comp. Science, Travel & Tourism, Hotel Management, Sociology, Math, English.
रेन्बो इन्टरनेशनल कलेज
डल्लु, छाउनी, काठमाडौं, फोन : ४२७८१६९, ४२८०८४२

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** ।