सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

स... ...र्ण पत्रिका

• वर्ष १६ • अंक २८ • काठमाडौं, शु... ...HIK • Nepali ...ional Weekly • Friday, Dec 3, 2010 • पृष्ठ २४ + ८ = ३२ • मूल्य रु. १२/-

नेपालमै बाइक रेसिङ

• विदुर खतिवडा

मोटरसाइकल रेसिङ हेर्दा कति मज्जा भयो त ? रेसिङ हेरिरहेका १९ वर्षीय किशोर रिवेल पाण्डेले भनें- 'गजब मज्जा आयो नि, टिभिमा हेरेको भन्दा 'लाइभ' हेरेको अझ रोमाञ्चक हुँदो रहेछ ।' रिवेल आफैं पनि मोटरसाइकल रेसिङका पारखी हुन्, तर उनको एउटै गुनासो छ, काठमाडौंमा रेसिङ ट्र्याक छैन, उनले थपे-'सेफ्टि ड्राइभका लागि ट्र्याक भैदिएको भए, हामीले पनि राम्रोसँग प्राक्टिस गर्न पाउँथ्यौं ।'

स्पोर्टी लुक दिन मोटरसाइकललाई मोडिफाइ गर्न भ्याएका रिवेल रेसिङ च्यालेन्जिङ भए पनि एड्भेन्चरस भएको बताउँछन् । 'अर्को वर्ष हामी पनि प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुने योजनामा छौं' एक हुल साथीतर्फ इंगित गर्दै रिवेलले भनें- 'हाम्रो प्राक्टिस चलिरहेको छ ।' पाण्डेसहितका केही किशोर मोटरसाइकल रेसिङ र स्टन्टका लागि नै चोभार जाने गरेको उनले जानकारी दिए तर चोभारको स्टन्ट जोखिमपूर्ण रहेको उनका साथी लाक्पा सोनाम लामाले बताए ।

गत साता काठमाडौंमा 'यामाहा राइड टेक च्यालेन्ज' प्रतियोगिता सम्पन्न भयो । रिवेल र लाक्पा जस्ता युवाहरूका निम्ति महोत्सव बनेको वाइक रेसिङ तथा स्टन्ट सोमा थुप्रै नेपाली युवाले आफ्नो मोटरसाइकल कला प्रस्तुत गरेका थिए । दोस्रो संस्करणको उक्त कार्यक्रममा राजधानीसहित मुलुकका विभिन्न स्थानका युवा बाइक रेसरको सहभागिता थियो ।

हजारौं दर्शक सहभागी भएको रामशाहपथ बग्गीखानास्थित नेसनल ट्रेडिङ लिमिटेडको ट्र्याकमा ९३ जना युवाले स्पीड, ब्यालेन्स र सेफराइडिङको कला देखाउँदै प्रतिस्पर्धा गरेका थिए । यामाहा मोटरसाइकलको नेपालका लागि आधिकारिक वितरक मोरङ अटो वर्क्सको प्रायोजन तथा स्टन्ट प्रदर्शन गर्ने समूह टिम नेमिसिसको आयोजनामा राइड टेक च्यालेन्ज-२ सम्पन्न भएको हो, जसमा भारतका प्रोफेसनल बाइक राइडर फरहाद खान कार्यक्रमका प्रमुख आकर्षण थिए । रेसिगं कोर्स बनाउनेदेखि निर्णायकको भूमिकासमेत निर्वाह गरेका फरहादले उत्कृष्ट स्टन्ट पनि प्रदर्शन गरे । राइड टेक च्यालेन्जमा रेसिङका अतिरिक्त टिम नेमिसिसका सदस्यहरूले स्टन्ट देखाएका थिए । प्रतियोगितामा यामाहाका आर वान फाइभ तथा एफजेड वाइक उपभोक्तालाई मात्र सहभागी हुन दिइएको थियो ।

यामाहा राइड टेक मोटरसाइकल रेसिङमा

पृष्ठ ६ मा जारी

फुटबल स्टार सन्तोष सोनीसँग बाँधिए

लोकप्रिय फुटबल स्टार सन्तोष साहुखल आफ्नी कलेज सहपाठी सोनीसँग वैवाहिक सम्बन्धमा बाँधिएका छन् । गत आइतबार उनीहरुको विवाह पचली भैरव मन्दिरमा सम्पन्न भएको छ ।

प्रेम विवाहको अन्तरकथा पृष्ठ २९ मा

● क्यासेट ●

फ्राइडे नाइट

विधा : पप
गायन : सागर
शब्द/संगीत : असीम गुरुङ
गीत संख्या : सात
उत्पादक : रियाज म्युजिक

स्मृति

विधा: पप/आधुनिक
गायन: दिपेशकिशोर भट्टराई
संगीतकार: राजु सिंह, जेम्स प्रधान
गीतकार: योगेन्द्रमणि दाहाल
गीत संख्या: नौ
उत्पादक: म्युजिक डट कम

● सहरमा सिनेमा ●

हाँसिदेउ एकफेर : विश्वज्योति, जमल/गंगा, बालाजु/गोपीकृष्ण, चाबहिल/गुण, ग्वार्को/बाराही, भक्तपुर

बाटोमुनिको फुल : कुमारी, कमलपोखरी/गुण, ग्वार्को/बाराही, भक्तपुर/गोपीकृष्ण, चाबहिल

खुसी : गोपीकृष्ण, चाबहिल/पुष्पाञ्जली, जडिबुटी/गुण, ग्वार्को

गुजारिश : क्युएफएक्स सेन्ट्रल सिनेमा, सिभिल मल/जयनेपाल, हात्तीसार/कुमारी, कमलपोखरी/गोपीकृष्ण, चाबहिल/गुण, ग्वार्को/बिग सिनेमा, सिटीसेन्टर

गोलमाल थ्री : क्युएफएक्स सेन्ट्रल सिनेमा, सिभिल मल/ कुमारी, कमलपोखरी / गोपीकृष्ण, चाबहिल/गुण, ग्वार्को/बिग सिनेमा, सिटीसेन्टर

● रंगमञ्च ●

सडक नाटक 'परिवर्तन'

सामाजिक स्रोत विकास केन्द्र नेपाल (एसआरडीसीएन) नाट्य समूहले पाल्पाका विभिन्न ग्रामिण भेगमा नयाँ सडक नाटक 'परिवर्तन' मञ्चन गरेको छ। कचहरी शैलीमा प्रस्तुत यो नाटकले लोकतन्त्रलाई बलियो बनाउने सन्देश दिएको छ।२०६२/०६३ को आन्दोलनपछि लोकतन्त्र त आयो, तर त्यसको अनुभूति गर्न नपाएको विषय र त्यसलाई व्यवस्थित गर्न सकियो भने परिवर्तन हुनसक्छ भन्ने सन्देश नाटकमा छ। लेखक तथा निर्देशक चोपलाल गिरीको दाबीअनुसार राजनैतिक दललाई सुझाव र स्थानीय बासिन्दालाई जागरूक गराउन नाटक सफल छ।

कुस्मा बजारमा सडक नाटक

सामुदायिक वन उपभोक्ता महासंघ तथा ब्रिकेट उद्यमी समूहको संयुक्त आयोजनामा शनिबार पर्वत सदरमुकाम कुस्माबजारमा 'ब्रिकेटको कमाल' शीर्षकको सडक नाटक प्रदर्शन गरिएको हो। नाटकमा ब्रिकेट प्रयोग गर्ने तरिका, ब्रिकेटबाट हुने फाइदा, वनविनाशबाट हुने बेफाइदा आदि विषय प्रस्तुत गरिएको थियो। नाटकमा सिड नेपालका कलाकारहरूले अभिनय गरेका थिए।

घरको माया

यो साता प्राज्ञ तथा नाटचकर्मी कृष्ण शाह यात्रीको परिकल्पना तथा निर्देशनमा भीमनिधि तिवारीको लोकप्रिय नाटक 'घरको माया' मञ्चन सम्पन्न भएको छ। एलए थियटर क्लबले हात्तीवनस्थित लिटिल एन्जेल्समा उक्त नाटक मञ्चन गरेको हो। नाटकमा कामको खोजीमा मुग्लान पस्ने नेपालीहरूको दुःखको कथा समेटिएको छ। यो नाटक कक्षा दसको पाठ्यक्रममा समेत समावेश छ।

ललितपुरमा आठ नाटक

ललितपुर माध्यमिक विद्यालयको आयोजनामा विगत डेढ दशकदेखि हरेक वर्ष नेपाली तथा अंग्रेजी एकाङ्की नाटक प्रतियोगिता हुँदै आएको छ। यसै सन्दर्भमा यसै साता उक्त विद्यालयमा आठवटा नाटक मञ्चन भएका छन्। प्रतियोगीतामा दिनेश सेढाईको निर्देशनमा 'भक्तिएको पाटीमा चेतनाको फिल्को', पावना आचार्यको निर्देशनमा 'कमल-कुसुम', सुमनबहादुर खत्रीको निर्देशनमा 'अनाथका नाथ विनोद' र नारायण त्रिपाठीको निर्देशनमा 'के ल्याऊ हजुर ?' नाटक मञ्चन भए। यसैगरी अंग्रेजी नाटक पर्सियल वाइल्डको 'द आवर अफ ट्रुथ', जे.एम. साइनजको 'द हक टिम', गोर्डान इयाभिटको 'द पेन अफ माइ आन्ट' तथा नर्मन माइकिनेलको 'द बिसोप्स क्यान्डलस्टिक्स' पनि मञ्चन गरियो।

● लाइभ ●

अन्तरविद्यालय गायन

आयोजक : सिर्जनशील बालसमूह
विशेषता : बालगायन प्रतिस्पर्धा
आकर्षण : बालबालिकाहरूको गायन प्रस्तुति
स्थान : नवजागृति नि.मा.वि., रामहिटी, बौद्ध
मिति/समय : मंसिर १८ गते, शनिबार, बिहान ११:३० बजेदेखि

सेलिब्रेटिङ वुमेनहुड- २०१०

आयोजक : क्रियटिभ स्टेटमेन्ट्स
विशेषता : नवदेवी सम्मान
आकर्षण : विभिन्न क्षेत्रमा योगदान दिएका नौ जना महिलालाई सम्मान
स्थान : नेपा ढुकु हल, होटल ग्याडिसन, लाजिम्पाट
मिति/समय : मंसिर १८ गते, शनिबार, साँझ ५:१५ बजेदेखि

● ग्यालरी ●

चीनमा नेपाल तस्बिर प्रदर्शनी

चीनको हुबे प्रान्तमा पर्ने इछाङ सहरमा कात्तिक ११ र १२ गते नेपालसम्बन्धी दुईदिने तस्बिर प्रदर्शनी सम्पन्न भएको छ। प्रदर्शनीमा २५ जना कलाकारले नेपाल भ्रमणका क्रममा खिचेका २ सयभन्दा बढी तस्बिर राखिएका थिए। इछाङ फोटोग्राफी एसोसिएसन अफ चाइनाको आयोजनामा भएको उक्त प्रदर्शनी चाइना थ्री गर्जेज विश्वविद्यालयका नेपाली तथा चिनियाँ विद्यार्थीहरूको सांस्कृतिक कार्यक्रमका साथ प्रारम्भ भएको थियो।

एक्सप्रेसन अफ रिप्रेसन

कलाकारद्वय कपिलमणि दीक्षित तथा सोहनबाबु खत्रीको संयुक्त चित्रकला प्रदर्शनी बबरमहलस्थित नेपाल आर्ट काउन्सिलमा प्रारम्भ भएको छ। प्रदर्शनीमा एचआईभी प्रभावित समूह, महिला यौनकर्मी तथा तेस्रोलिंगीबीच रहेर समाजमा दबिएका ती व्यक्तिहरूको भावनालाई रातो र कालो रंगमा प्रस्तुत गरिएको छ। प्रदर्शनीमा ५५ वटा चित्र राखिएका छन्।

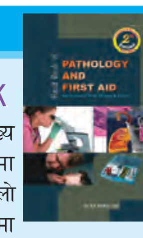
ट्रिज एन्ड लिम्ब्स

ठमेलस्थित मण्डला स्ट्रिटको फ्युजन आर्ट ग्यालरीमा कलाकारद्वय विधाता केसी तथा सम्झना राजभण्डारीको संयुक्त चित्रकला प्रदर्शनी 'ट्रिज एण्ड लिम्ब्स' सञ्चालन भैरहेको छ। प्रदर्शनीमा विधाताले पात र सम्झनाले रूखका चित्र कोरेका छन्। कुल ३३ वटा चित्र समेटिएको प्रदर्शनी मंसिर १८ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ।

बबरमहलमा परिवर्तन

मूर्तिकार नरेन्द्रप्रसाद भण्डारीको दोस्रो एकल मूर्ति प्रदर्शनी 'परिवर्तन' बबरमहलस्थित नेपाल आर्ट काउन्सिलमा भैरहेको छ। देशमा परिवर्तन नभएका कुरालाई भण्डारीले दसवटा मूर्तिमार्फत उजागर गर्न खोजेका छन्।

● पुस्तक ●



About the book

यो पुस्तकमा मुख्य रूपले रोगहरूका बारेमा चर्चा गरिएको छ। पहिलो खण्डमा चिकित्साशास्त्रमा प्रयोग हुने भाषा वा शब्दहरूको ज्ञानसँगै रोग किन लाग्छ ? भन्ने विषयमा चर्चा गरिएको छ। शरीरका विभिन्न प्रणालीमा हुने खराबी तथा रोगहरूलाई प्रणालीहरूकै शीर्षकमा राखिएकाले पढ्न सजिलो छ। ३ सय पृष्ठको यो पुस्तकमा आँखा, नाक कान, घाँटी, छाला, आईएमसीआई तथा नर्सिङ केयरजस्ता विषय समावेश छन्। बीपीएचको प्याथोलोजी र फस्ट एड विषयको पाठ्यक्रममा आधारित यो पुस्तकको दोस्रो संस्करणले बीएस्सी नर्सिङको प्याथोफिजियोलोजी, नर्सिङको एडल्ट नर्सिङ, एचएको मेडिसिन एवं अन्य केही विषय समेटिएको छ। यो पुस्तकले स्वास्थ्यक्षेत्रमा अध्ययन एवं काम गर्नेसकैलाई कुनैन कुनैरूपमा मद्दत पुयाउनेदेखिन्छ। पुस्तकको मूल्य २ सय २५ रुपैयाँ छ।

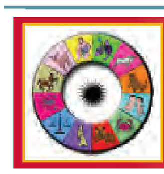
● सहरको स्वाद ●

केटुको बोरितो

स्वादशी परिकार मात्र हाइन, काठमाडौंमा विदेशी परिकार पनि मनग्गे पाइन थालेको छ, जसको मुख्य जक्सन ठमेल हो। अन्य देशका परिकारभन्दा मेक्सिकन परिकारको स्वाद धेरै हदसम्म नेपाली जिब्रोलाई लोभ्याउने किसिमको हुन्छ। 'मेक्सिकन परिकार बोरितो एकपटक खाएका नेपालीहरू बारम्बार खान खोज्छन्,' ठमेलस्थित केटु रेस्टुराँका एकराज अधिकारीले बताए। एक दिनभरि मेरिनेट गरेर राखिएको मासु र तरकारीलाई हल्का फ्राइ गरेर 'तोर्चिया' अर्थात् मैदाको रोटीमा बेरेर प्लेटमा राखी सावर किम, टोम्याटो सस तथा बिन ससका साथ पस्किने उक्त परिकार ठमेलको केटु रेस्टुराँको सबैभन्दा लोकप्रिय परिकार हो।

मूल्य : रु३ सय ६५ (चिकेन)/रु३ सय (भेज)

तपाईंको यो साता



ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

यो साताको पञ्चाङ्ग

मंसिर १७ गते : अन्तर्राष्ट्रिय अपांग दिवस, हलेसी महादेव मेला, सतासीधाम अर्जुनधारा मेला, तारुकाघाट जात्रा, पशुपति जात्रा, १८ गते : बालाचतुर्दशी (सद्बीज छर्ने), १९ गते : अन्तर्राष्ट्रिय स्वयंसेवक दिवस, २१ गते : अन्तर्राष्ट्रिय नागरिक उड्डयन दिवस, २३ गते : भ्रष्टाचारविरुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय दिवस ।

मेष

पहिलो भेटमै प्रभावित भै सहयोगका हात अघि बढ्नेछन्। प्रेम गर्ने अवसर मिल्नेछ। नयाँ काम हात पर्ने योग छ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ भने अध्ययनमा सफलता प्राप्त हुनेछ। आइतबारदेखि घरेलु समस्याका साथै गलत विचारले सताउन सक्छ। समयमा निर्णय नहुँदा आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउनेछन्।

मिथुन

घरेलु समस्याले सताउने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। विनाकारण विवादको सामना गर्नुपर्ला। आइतबारदेखि काममा सफलता मिल्नेछ। मान-सम्मान पाइने योग छ।सानो प्रयासले ठूलो काममा सफलता पाउनुहोला। अध्ययनमा सुधार आउनेछ। आम्दानीमा क्रमशः सुधार आउनेछ।

सिंह

सानातिना उल्झन आए पनि लक्ष्य पूरा हुनेछ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ भने मन प्रसन्न रहनेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने सम्भावना छ। मनमा हौसला पनि बढ्नेछ। आइतबारदेखि घरेलु समस्याले सताउनुका साथै अनावस्यक विवादले काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ।

तुला

मान-सम्मान पाउनुहोला। काममा सफलता मिल्नेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर पनि जुट्नेछ। सबैको मन जित्न सकिनेछ। जोस एवं जाँगर बढ्नेछ। आइतबार र सोमबार नैराश्यता, उदासीनता एवं चिन्ता बढ्नेछ। आफ्नो काममा बाधा उत्पन्न हुनेछ भने अरूको काम धेरै गर्नुपर्ला। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्।

धनु

मन प्रसन्न रहनेछ। नसोचेको काममा सफलता पाउनुहोला। पहिलो भेटमै अरूको मन जित्न सकिनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। मन अशान्त हुने, कुरा काट्नेहरूले सताउने, समयमा बुद्धिले काम नगर्ने तथा झूटा आरोप लाग्न सक्ने देखिन्छ।

कुम्भ

काममा सफलता पाउन प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ला। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। आफ्नो काममा भन्दा अरूको काममा समय बित्नेछ। आइतबारदेखि समयले साथ दिनेछ। धनमान आर्जन हुनुका साथै काममा पनि सफलता पाउनुहोला। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। कुरा काट्नेहरू पनि प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्।

वृष

काममा सफलता मिल्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुनेछन्। भाग्यले साथ दिनेछ भने कर्म पनि बलियो छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अध्ययनमा प्राप्त हुने सफलता कायमै रहनेछ। मंगलबारदेखि समय प्रतिकूल हुनुका साथै धनमाल हराउन सक्छ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। घरेलु समस्याले पनि सताउनेछ।

कर्कट

काममा सफलता पाउन निकै प्रयास गर्नुपर्ला। घरेलु समस्या, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। समयमा निर्णय नहुँदा आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउनेछन्। मंगलबारदेखि पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम हात पर्ने योग छ। लगनशीलता, इमानदारिताको प्रशंसा हुनेछ।

कन्या

काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता एवं विवाद बढ्ने योग छ। समयमा निर्णय नहुँदा आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउन सक्छन्। शनिबारदेखि समय अनुकूल हुँदै जानेछ। प्रसन्नता एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। भाग्यले साथ दिनेछ भने अरूको मन जितेर अघि बढ्न सकिनेछ।

वृश्चिक

खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्नेछ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल कमजोर हुनेछ। नैराश्यता एवं उदासीनताले सताउन सक्छ। काममा अवरोध सिर्जना गर्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। शनिबार, आइतबार र सोमबार समय अनुकूल हुनेछ। रोकिएका काम पूरा हुनेछन्। अरूको विश्वास जितेर सफलता हासिल गर्न सकिनेछ।

मकर

मान-सम्मान पाइनुका साथै काममा सफलता मिल्नेछ भने धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। पराक्रम बढ्ने क्रम यथावत् रहनेछ। आफन्तहरूले सहयोग गर्नेछन्। महत्त्वपूर्ण जिम्मेवारी प्राप्त हुनेछ। मंगलबार, बुधवार समय प्रतिकूल रहनेछ। स्वास्थ्य गडबड हुन सक्छ भने काममा अवरोध आउनेछ। लेनदेनमा विवादको सामना गर्नुपर्ला।

मीन

घरेलु समस्याले सताउनेछ। काममा सफलता पाउन गाह्रो पर्नेछ। मित्र बनेर धोका दिनेहरू प्रशस्तै हुनेछन्। गलत विचारले पनि सताउन सक्छ। स्वास्थ्य गडबड हुनेछ भने लेनदेनमा विवादको सामना गर्नुपर्ला। काममा सफलता मिल्ने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। मान-सम्मान मिल्नेछ भने कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्।

राजनैतिक समाचार पढ्न छाडे

स्याङ्जा- 'पत्रिका दिनु न ?' एक जना स्कुले विद्यार्थीले अंग्रेजी पत्रिका मागे, तर पत्रिका सकिइसकेको थियो । 'ओहो अहिले जमाना कहाँबाट कहाँ पुग्यो !' पुस्तक भवनका सञ्चालक जनक अर्याल अचम्मित भए । अचम्ममा पर्नुको पनि कारण रहेछ उनीसँग । पत्रिकाको व्यापारमा २० वर्षदेखि रमेका अर्यालसँग देशको दुई दशकयताका प्रत्येक घटना र पत्रिकाको उतारचढावको कथा छ ।

दरबार हत्याकाण्ड २०५८ सालमा सबैभन्दा बढी पत्रिका खोजे पाठकले । पत्रिकामा केही छ कि भनेर चीलले कुखुराको चल्ला ढुकेजस्तो कुर्थे पाठकहरू । पत्रिका छैन, सकियो भन्दा आन्दोलन नै होलाजस्तो वातावरणले पसल नै बन्द गर्नुपरेको घटना उनलाई अझै पनि सम्झना छ । सित्तैंमा पत्रिका पढ्न दिँदा पनि नपढ्ने संस्कारबाट पत्रिका खोसाखोस गर्ने वातावरण

त्यसै बनेको होइन । त्यतिबेला गोरखापत्र हुलाकबाट आउँथ्यो । पसलअगाडि बेन्च राखेर उनी यात्रु र ग्राहकलाई पत्रिका पढ्न लगाउँथे ।

०४५ सालमा पोखराबाट पत्रिका मगाएँ, केही साप्ताहिक आए । ४८ सालमा सीधै काठमाडौंबाट पत्रिका आउन थाल्यो । ०४७ सालदेखि ५० सालसम्ममा थुप्रै पत्रिका निस्किए, तर ती सबै राजनैतिक पत्रिका भएको अर्यालको ठहर छ । समाचार भनेकै राजनैतिक मात्र हो भन्ने धारणा व्याप्त थियो । तिनै समाचार पढ्ने मानिस पनि बढी हुन्थे ।

अहिले जमाना उल्टो भएको छ । समाचार पढ्ने मानिस बढेका छन्, तर राजनैतिक समाचार पढ्नेहरूको संख्या भने घटेको छ । बादसँग जोडिएको पत्रिका, पुस्तक पढ्ने मानिस अहिले औंलामा गन्न सकिन्छन्, अर्याल बताउँछन् । राजनीतिप्रतिको वितृष्णाका कारण राजनैतिक समाचार पढ्नेहरूको संख्या घटेको उनको अनुभव छ । अर्याल भन्छन्- 'राजनैतिक पक्षपोषणका समाचार नयाँ पुस्ताका धेरैलाई मन पर्दैन ।'

आफ्नै पार्टीको समर्थनमा लेखिएका समाचार र लेख कार्यकर्ताले नै पढ्न छाडेका छन् । २०४६ सालको आन्दोलनपछि धेरै सर्वसाधारण एवं कार्यकर्ताहरू आफ्नो पार्टीसँग निकट पत्रिका पढ्थे, अर्को पार्टी समर्थित पत्रिकाले के लेखेको छ भनेर पनि चासो दिन्थे । ०४६ सालदेखि ०६० सालसम्म राजनीतिसँग जोडिएका पुस्तक-पत्रिका खुब बिकेको अर्यालले बताए । त्यसबेला चलेका पत्रिका करिब ४ सय बिक्थे । ती पत्रिका खोज्न गाउँका मानिसहरू बजार आउँथे अर्यालले भने- 'एक साता वा महिनौं पुराना पत्रिका पनि किनेर लान्थे ।' केही पहिले जनादेश पनि त्यसरी नै चल्यो । त्यस्ता पत्रिका नबिकेपछि अहिले ल्याउन बन्द गरिएको छ ।

अहिले स्याङ्जा जिल्लामा दैनिक १ हजार दैनिक पत्रिका बिक्री हुन्छ । ६ प्रकारका दैनिक पत्रिका बिक्री हुने यो जिल्लामा ७ प्रकारका साप्ताहिक आउँछन् । ती मध्ये राजनीतिसँग नजोडिएका पत्रिका खोज्ने ग्राहक बढी छन् । राजनैतिक अराजकता र द्वन्द्वका कारण मानिसले शान्तिको खोजी गर्दैछ । त्यसका लागि नयाँ कुरा खोज्ने क्रम बढेको छ । युवावर्गले पत्रिका पढ्न रुचि राखे पनि बढी रमाइला र सूचनामूलक पत्रिका खोज्ने गरेको अनुभव अर्यालको छ ।

पत्रिकामा मानिसको रुचि यतिसाह्रो होला भन्ने लाग्दैनथ्यो सीता अर्याललाई पनि । जति मगाएको उति नै रहँदा त पसल नै बन्द गरूँजस्तो नलागेको होइन । यद्यपि आफूले पढ्न पाइने, पढेलेखेका मानिससँग संगत हुने हुँदा जनकलाई आफ्नो पेसाप्रति सन्तुष्टि छ । उनलाई जिल्लाका सबैजसो गाविसका मानिसले चिन्छन् । यी पक्ष जनकलाई मात्र होइन, श्रीमती सीता अर्याललाई पनि रमाइलो लाग्छ । ग्राहक नआएका बेला उनी सबैजसो पत्रिका पढेर सक्छिन् र नयाँ लागेका कुरा साथीभाइलाई सुनाउँछिन् । पसल नखोलेको भए यी दुवै श्रीमान्-श्रीमती शिक्षक हुन्थे । शिक्षक हुनुमा भन्दा धेरै गुणा फाइदा देखेका छन् उनीहरूले पत्रिका तथा पुस्तक बेच्नमा । पत्रिका पढ्ने बानीले साक्षरता दर पनि बढाएको यी दम्पतीको अनुभव छ ।

बसन्ती बाँस्तोला

पर्सामा चार हजार तेस्रोलिंगी

वीरगन्ज- तेस्रोलिंगीहरूप्रति गरिने सामाजिक व्यवहारमा हालसम्म पनि पूर्ण रुपले सुधार आई नसकेको गुनासो वीरगन्जका तेस्रोलिंगीहरूले गरेका छन् । तेस्रोलिंगीको हक-अधिकारका लागि कार्यरत संस्था सहयात्री समाजले त्यस्तो गुनासो गरेको हो । समाजकी परियोजना अधिकृत तथा तेस्रोलिंगी सन्ध्या लामाले हाल सहरी क्षेत्रमा तेस्रोलिंगीलाई हेर्ने दृष्टिकोणमा आंशिक सुधार आए पनि ग्रामिण भेगमा उक्त समस्या कायमै रहेको बताइन् ।

पहाडमा भन्दा तराईमा तेस्रो लिंगीहरू बढि उपहासको सिकार हुने गरेको लामाको अनुभव छ । संचारकर्मीहरूमा समेत तेस्रोलिंगीका सम्बन्धमा अनेक भ्रम रहेकाले समाचारमा आफूहरूलाई उभयलिंगी भनेर सम्बोधन गरिएको गुनासो पनि लामाले गरिन् ।

तेस्रोलिंगी ममताको गुनासो पटक-पटक प्रहरीबाट समेत यौनदुर्व्यहार भएकोमा छ । आफूहरू

महिला पोसाकमा कुनै सार्वजनिक कार्यक्रममा सरिक हुन जादा ड्युटीमा खटिएका प्रहरीले जिस्क्याएका थुप्रै घटना भएको आरोप उनले लगाइन् ।

ममताले हालै सम्पन्न १६ औं राष्ट्रिय कन्डम दिवसमा पुरुष र महिलाबीच हुने यौनसम्पर्कबाट मात्र एड्स सर्ने भन्ने आशयको समाचारप्रति विरोध जनाइन् । ममताले पुरुष-पुरुषबीच हुने शारीरिक सम्पर्कबाट पनि यो रोग सर्न सक्ने कुराको प्रचार नगरिएकाले त्यस्तो समाचारप्रति आपत्ति जनाएको बताइन् ।

पर्सामा सन् २००७ मा नीलहीरा समाज स्थापना भै तेस्रोलिंगीको हकहितका लागि काम प्रारम्भ गरिएको थियो । हाल सहयात्री समाजले उक्त कार्य गरिरहेको छ । पर्सामा अहिले करिब ४ हजार तेस्रोलिंगी संगठित भैसकेको ममताले दाबी गरिन् । जसमध्ये कतिपय समाजमा खुलेर आउन नचाहने भएकाले उनीहरूको परिचय गोप्य राखिएको ममताले बताइन् ।

हाल समाजका तेस्रो लिंगी सदस्यहरूमध्ये ३० जना साथी शिक्षक, आउटरिच एजुकेटर, फिल्ड सुपरभाइजर, डिआईसी म्यानेजर आदि पदमा कार्यरत रही एचआईभी एड्स तथा मानवअधिकारको क्षेत्रमा कार्यरत छन् ।

शंकर आचार्य

ब्लफ कलले प्रहरी हैरान

बिर्तामोड- 'झापाको बाहुनडाँगीमा हतियारसहित आएका दुई जना लुटेराको गाउँलेको प्रतिकारमा मृत्यु भयो, तुरुन्त प्रहरी पठाइदिनुपर्‍यो ।' 'काँकरभिट्टाको बाहुनडाँगी रोडमा दुई समूहबीच झगडा हँदा दुईजनाको घटनास्थलमा मृत्यु भयो, यो स्थान तनावग्रस्त छ, तुरुन्त प्रहरी पठाइदिनुपर्‍यो ।'

केही मानिसले नेपाली र भारतीय नम्बरका मोबाइलबाट इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टाको कन्ट्रोल रुममा यस्तै बेहोराको खबर एक साताअघि गरे । कन्ट्रोलमा खबर आएपछि प्रहरीमा खैलाबैला मच्चियो र खबर प्राप्त हुनासाथ प्रहरी परिचालन भए, तर प्रहरी पुगेर घटनाका बारेमा जानकारी लिन खोज्दा स्थानीयवासीहरू छक्क परे । ती स्थानमा केही पनि नभएको पत्ता लाग्यो र प्रहरी त्यसै फर्कियो । अन्ततः दुवै खबर झूटो साबित भए ।

घटना झूटो भएपछि प्रहरीले खबर गर्नेको खोजी गर्न थाल्यो, त्यही नम्बरमा फोन गरेर, तर फोन स्वीच अफ, सम्पर्क हुन सकेन भन्ने कुराले प्रहरी पनि हैरान भयो र सम्पर्क नै गर्न छाड्यो । जिल्लामा आफैंले आफू अपहरण भएको झूटो खबर दिइरहेका कारण प्रहरीले सास्ती बेहोरिरहेका घटना सेलाउन नपाउँदै मेचीनगरमा यस्ता घटना बढिरहेका छन् । केही दिन यतादेखि यसरी 'ब्लफ कल' गरेर प्रहरीलाई झुक्याउने घटना काँकरभिट्टामा बढ्दै गएको प्रहरीले जनाएको छ जसका कारण यहाँका प्रहरीले मानसिक तथा शारीरिक तनाव बेहोर्नुपरेको छ ।

प्रहरीले पुनः तिनै नम्बरमा ब्याक कल गर्दा स्विच अफ भन्ने, सिम बदल्ने गरेका कारण त्यस्ता मानिसको पहिचानमा समस्या भएको कार्यालय प्रमुख प्रहरी निरीक्षक देवीप्रसाद फागो बताउँछन् । 'केही दिनयता प्रहरीलाई अनावश्यक र झूटो खबर गरेर हैरानी दिने घटना बढिरहेका छन्', प्रहरी निरीक्षक फागोले भने, 'यसले गर्दा कार्यालयको सवारी साधनको इन्धन खर्च हुने, प्रहरीले अनावश्यक सास्ती बेहोर्नुपरिरहेको छ ।' उनका अनुसार घटना भयो भन्दै फोन आउने र तत्कालै प्रहरी पुग्दा सो स्थान सुनसान हुने भएकाले प्रहरी चुपचाप फर्कने गरेको छ ।

यस्ता मानिसको प्रहरीले खोजी गरिरहेको र पहिचान गरेर आवश्यक कारबाही गरिने प्रहरीले बताए पनि आपराधिक मानसिकता बोकेका व्यक्ति फेला पर्न सकेका छैनन् । टेलिकमसँग समन्वय गरेर चाँडै मानिस पत्ता लगाउने प्रहरीले तयारी गरिरहेको छ । समाजमा यस्तै विकृति बढ्दै गए प्रहरीलाई झुक्याउने, अनावश्यक खबर दिने समूहको सङ्ख्या बढ्ने एक दिन साँच्चैको अपराधी सजिलै उम्कन सक्ने एक प्रहरी अधिकृत बताउँछन् ।

हिमाल खरेल

● सम्पादकीय ●

हाम्रो सामर्थ्य

बितेको १५ वर्षका अधिकांश समय माओवादी जनयुद्ध र त्यसले सिर्जना गरेको राजनैतिक तथा सामाजिक विचलनका बाबजुद पनि नेपाली समाजले आर्थिक अवसरहरू सदुपयोग गर्ने बाटोमा उल्लेखनीय यात्रा तय गरेको एक अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिवेदनले देखाएको छ। संयुक्त राष्ट्रसंघको अति कम विकसित मुलुकहरूसँग सम्बन्धित एक समितिले जारी गरेको पछिल्लो प्रतिवेदन अनुसार नेपाली जनताको आर्थिक दक्षताका कारण विश्वव्यापी रूपमा देखापरेको आर्थिक मन्दीको असर नेपालमा देखिएन। यो अवधिमा आर्थिक मन्दीका कारण विश्वका कतिपय मुलुक तथा कम्पनीहरू आर्थिक रूपले धराशायी हुँदा पनि नेपाली जनताको क्षमता तथा आय–आर्जनका आधारहरूले लगातार प्रगति गरिरहे। भुटान, बंगलादेश, भारतसहित दक्षिण एसियाका अन्य मुलुक आर्थिक मन्दीको प्रभावमा पर्दा त्यहाँको कुल गार्हस्थ्य उत्पादन ३ देखि ५ प्रतिशत घटेको अवस्थामा समेत नेपालमा आर्थिक मन्दीको कुनै असर नपर्नुलाई प्रतिवेदनले नेपालको अर्थतन्त्रका लागि उत्साहजनक मानेको छ। त्यही अवधिमा संसारभरि आर्थिक मन्दीको चपेटामा नआएका ८ मुलुकमध्ये नेपाल एक हुनु निश्चय पनि सकारात्मक कुरा हो। मुलुकको बिग्रदो राजनीति एवं राजनैतिक अस्थिरताका बाबजुद पनि यस्तो उपलब्धि प्राप्त गर्नुले हाम्रो सामर्थ्यलाई उजागर गरेको छ। यो प्रतिवेदनबाट सिक्नुपर्ने पाठ भनेकै आर्थिक तथा सामाजिक क्षेत्रका लागि राजनैतिक स्थिरताको खोजी हो। यदि राजनैतिक स्थिरता र मुलुकको आर्थिक तथा सामाजिक विकासका लागि राजनैतिक दलहरू मतैक्य र प्रतिबद्धता हुने हो भने नेपाली जनताको संमृद्धि टाढा छैन भन्ने कुराको संकेत पनि हो, उक्त प्रतिवेदन।

प्रतिवेदन भन्छ– पछिल्लो एक दशकमा उत्पादनमूलक क्षेत्रले नेपालको कुल गार्हस्थ्य उत्पादन वृद्धिमा कुनै ठोस योगदान दिएको छैन, औद्योगिक विकासको सूचकांक पनि खासै उत्साहप्रद छैन भने प्रतिकूल मौसमका कारण कृषिक्षेत्रको उत्पादकत्व पनि लगभग स्थिर अवस्थामा रहेका बेला यस्तो प्रतिवेदन सार्वजनिक हुनुले केही आशंका जन्माउँछ। प्रतिवेदनअनुसार नेपालको गार्हस्थ्य उत्पादनमा देखापरेको वृद्धिको ठोस कारण वैदेशिक रोजगारीबाट प्राप्त रेमिट्यान्स नै हो। बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने रेमिट्यान्स कुनै पनि मुलुकको दिगो आर्थिक विकासका लागि भरपर्दो मानिँदैन। तसर्थ अबका दिनमा अहिलेको जस्तो गार्हस्थ्य उत्पादनको वृद्धिदर कायमै राख्ने हो भने हामीले मुलुकमा सबैभन्दा पहिले राजनैतिक स्थिरता कायम गरेर ठोस आर्थिक नीति अवलम्बन गर्न सक्नुपर्छ। यदि त्यो कुरामा चुक्यौं भने हाम्रो ओरालो लाग्ने गतिलाई कसैले पनि रोक्न सक्नेछैन।

समयमै संविधान साप्ताहिक/पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जालको आह्वान।

● चिठीपत्र ●

आर्थिक क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनको असर

प्रकृतिलाई मात्र नभएर आर्थिक क्षेत्रलाई समेत तहसनहस पार्न सक्छ। नेपाली अर्थतन्त्रको मुख्य आधार प्राकृतिक स्रोतमाथि जलवायु परिवर्तनको असर पर्न थालेपछि आर्थिक क्षेत्रमा समेत त्यसको परिणाम देखिन थालेको छ। जलवायु परिवर्तनको असर पर्यटन उद्योग, औद्योगिक क्षेत्र, जलविद्युत् आदि महत्त्वपूर्ण क्षेत्रहरूमा पर्ने भएकाले पनि सम्बन्धित व्यवसायमा आश्रित सबैको रोजगारीमाथि प्रश्नचिह्न खडा हुँदै गएको छ।

हालसम्म कुनै पनि सरकारी तथा गैरसरकारी क्षेत्रले जलवायु परिवर्तनका कारण आर्थिक क्षेत्रमा पर्ने नोक्सानीका बारेमा यथेष्ट अध्ययन–अनुसन्धान गरिनसकेकाले यसबाट यति नै आर्थिक हानि हुन्छ भन्न कठिन छ, तर हाम्रो जस्तो विकासोन्मुख देश जहाँ सम्पूर्ण क्षेत्र प्राकृतिक स्रोतमाथि नै आश्रित छ, त्यस्तो ठाउँमा हुने आर्थिक नोक्सानी बढी नै हुने पक्का छ।

अहिलेकै अनुपातमा पृथ्वीमा तापक्रम वृद्धि हुँदै जाने हो भने सन् २०३० देखि नदीमा पानीको बहाव १ सय ७० प्रतिशतले बढ्नेछ। विभिन्न अध्ययन–अनुसन्धानले पनि बदलिँदो मौसमसँगै हिमतालहरू विस्फोट र विलय भएर जाने निष्कर्ष निकालेका छन्। हाले नेपाल सरकारले २० वर्षमा २० हजार मेगावाट जलविद्युत् उत्पादन गर्ने योजना अगाडि सारेको छ, तर जलवायु परिवर्तनको समस्यालाई मध्यनजर गरेर योजना निर्माण नगर्ने हो भने जलविद्युत् उत्पादनको क्षेत्रमा गरिएको लगानी पनि खेर जान सक्ने देखिन्छ।

जलवायु परिवर्तनकै कारण नेपालका ६ हजार नदीनालाबाट ८३ हजार मेगावाट जलविद्युत् उत्पादन गर्ने सपना पनि सपनामै सीमित हुने निश्चित छ। नेपालले जलविद्युत् उत्पादनको क्षेत्रमा लगानी गर्न विश्व समुदायसँग गरेको हारगुहार पनि मानवनिर्मित जलवायु परिवर्तनको समस्याले प्रभावित हुन सक्ने अवस्था आउनेछ, जसका कारण खर्बौंको लगानी नेपाल भित्रनबाट रोकिने मात्र होइन, हजारौं नेपालीको रोजगारी पनि खोसिनेछ।

पानीको बलियो स्रोतका रूपमा रहेका हिमताल, नदीनाला सुख्खा भूभागमा परिवर्तन हुँदा ऊर्जा संकटको समस्या पनि गहन बहसका रूपमा अगाडि आउने निश्चित छ, जसको प्रत्यक्ष असर औद्योगिक क्षेत्र कलकारखाना एवं उद्योगधन्दाको उत्पादनमा ह्रास आउँदा औद्योगिक प्रतिस्पर्धा गर्नै नसक्ने मात्र होइन, महँगो मूल्यमा विदेशी बहुराष्ट्र कम्पनीबाट खाद्यान्न आयात गर्दा नेपालको आर्थिक धरातल नाजुक पनि बन्ने पक्का छ।

हिमाली क्षेत्रको जलवायु परिवर्तनका कारण स्थानीयवासीहरू आफ्नो रोजगारी र व्यवसाय बन्द गरेर बसाइँसराइ सर्न थालिसकेका छन्। हिमाली जिल्लामा होटलहरू सञ्चालन गर्ने व्यवसायी पनि जलवायु परिवर्तनको असरका कारण अन्यौलग्रस्त अवस्थामा पुगेका छन्। आफूले गरेको लाखौंको लगानी अलपत्र हुँदा एकातर्फ आर्थिक नोक्सानीको जोखिम बढ्दै गएको छ भने अर्कातर्फ रोजगारीबाट पलायन हुनुको पीडा पनि दुःखदायी छ।

बढ्दो औद्योगिक ह्रास, ऊर्जा संकट एवं पर्यटन उद्योग तहसनहस हुन थाले पछि बेरोजगारी समस्या पनि विकराल बन्दै गएको छ। एक तथ्यांकअनुसार जलवायु परिवर्तनको असर यही गतिमा बढ्दै जाने हो भने ५० वर्षपछि नेपालमा बेरोजगारी समस्या मुख्य टाउको दुखाइ बन्नेछ। नेपाली अर्थतन्त्रको ४० प्रतिशत क्षेत्र ओगटेको कृषिक्षेत्र पनि यसबाट प्रभावित बन्दै गएको छ। कृषि उत्पादनमा आएको ह्रासका कारण खाद्यान्नको अभाव मात्र भएको छैन, हजारौंको रोजगारी पनि गुमेको छ।

जलवायु परिवर्तनका कारण जडिबुटीको आनुवंशिक स्रोत जैविक विविधता पनि नष्ट हुँदै गएका छन्। औद्योगिक कच्चापदार्थका रूपमा रहेका स्रोतको कमीसँगै औद्योगिक क्षेत्रहरूको भविष्य र खर्बौंको लगानी अलपत्र बन्दै गएको छ। खाद्यान्नमा आएको कमी, औद्योगिक क्षमतामा आएको ह्रास, पर्यटनक्षेत्रमा मौसम परिवर्तनका कारण परेको प्रभाव आदिलाई समयमै व्यवस्थापन गर्न पहल नगर्ने हो भने जलवायु परिवर्तनसँगै आर्थिक क्रान्ति गर्ने सपना र आर्थिक वृद्धिदर पनि न्यून हुने देखिन्छ।

सरकारको दुई अंकको आर्थिक वृद्धिदर हासिल गर्ने लक्ष्य पनि जलवायु परिवर्तकै कारण लिखतमै सीमित हुनेछ। नेपालले क्योटो सन्धिमा हस्ताक्षर गरेअनुरूप स्वच्छ विकास समन्वयअन्तर्गत स्वच्छ ऊर्जाको प्रयोगबाट केही आर्थिक लाभ हासिल गर्दै आएको छ। एक अध्ययनअनुसार नेपालले बायोग्यासलाई प्रोत्साहन गरे मात्र वर्षको ४५ लाख डलरसम्म कमाउन सक्छ।

नेपालले प्रतिटन कार्बन उत्सर्जन बराबर १० दशमलव २५ अमेरिकी डलरका दरले रकम प्राप्त गर्न सक्छ। नेपालले वनक्षेत्रबाट कार्बन कटौटी गरेबापत लाखौं रुपैयाँ कमाउने सम्भावना पनि प्रबल छ। कार्बन कटौती गरेबापत नेपालले केही आर्थिक लाभ हासिल गरेको भए पनि बढ्दो जलवायु परिवर्तनसँगै कृषि, पर्यटन, औद्योगिक क्षेत्र, वन आदिमा नकारात्मक असर परेकाले त्यसको दुई गुना बढी आर्थिक नोक्सानी बेहोर्नुपर्नेछ।

नेपाल सरकारले विश्व समुदायसँग मानवनिर्मित जलवायु परिवर्तन कम गर्न कार्बन उत्सर्जन कटौती गर्ने दीर्घकालीन कार्यक्रम ल्याउन प्रस्ताव गर्नु आवश्यक छ। जलवायु परिवर्तनको असर वातावरण क्षेत्रमा मात्र पर्दैन, यसको असर आर्थिक क्षेत्रमै पर्ने कुरालाई पनि सबैले मनन गर्नुपर्छ, अन्यथा बदलिँदो मौसमसँगै नेपालको अर्थतन्त्र धराशायी बन्ने मात्र होइन, नेपालले बेरोजगारी एवं खाद्यान्नको अभाव जस्ता आर्थिक समस्या भोग्नुपर्ने निश्चित छ।

–गोपाल मरासिनी

● तीतो सत्य ●

● जुन मानिस जन्म दिने आमा र जन्मभूमिप्रति षड्यन्त्र गर्छ, त्यो मानिस पशुभन्दा तल हुन्छ।

● देशले तिम्रो रगत मागिदैन, मात्र देशप्रति सच्चा भावना तथा तिम्रो श्रम र सीपको सही प्रयोग माग्छिन्।

● आफ्नो रूपमा कहिल्यै घमन्ड नगर, किनभने त्यो रूप क्षणभरमै कुरूप हुनसक्छ।

अशोक लामा

● अपमानको बदलामा अपमान नै मिल्छ भने रिसाउने वा अरूलाई दोष दिने कुरा हुँदैन, किनभने जब सम्मान गरिन्छ सम्मानै मिल्छ।

● सम्बन्ध दृढ बनाउन विश्वास र सहयोग आवश्यक हुन्छ।

वसन्त खत्री

● क्षणिक रिसको ज्वालाले प्रेमलाई बिगार्छ।

● जसले तिम्रो भलो चाहन्छ, उसका लागि पनि केही राम्रो कुरा सोच।

● कर्तव्यबाट टाढा भाग्ने मानिसले लाभ गुमाउँछ।

भाइ विवेक

● प्रेमबिनाको जीवन नीरस एवं निरर्थक हुन्छ।

सञ्चिता 'हावा'

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

● सहर चर्चा ●

र्‍यापर प्रनिल योग प्रचारमा

'म यस्तो छु, उस्तो छु जस्तो भए पनि दामी छु' गाएर भिन्न परिचय बनाएका र्‍यापर प्रनिल आजभोलि योगी भएका छन्। साथीहरूको संगतमा सानैदेखि अल्कोहलिक भएका प्रनिलले त्यसबाट पार पाउन योग गर्न थालेका हुन्। योगका बारेमा विस्तृत अध्ययन गर्न पाँच पटकसम्म हरिद्वारस्थित रामदेवको आश्रम पुगेका प्रनिलले योगबाहेक प्राकृतिक चिकित्सा, प्राकृतिक खेती एवं खानपानका बारेमा पनि अध्ययन गरेका छन्। आफ्नो यो ज्ञान अरूलाई बाँड्ने उद्देश्यले अहिले प्रनिलले देशव्यापी प्रचार अभियान पनि सुरु गरेका छन्। राष्ट्रिय धावक सञ्जय पण्डितका साथ प्रनिलको यात्रा पश्चिम अत्तरियादेखि पूर्व काँकडभिट्टा पुगेर टुंगिएको थियो। २१ दिने उक्त यात्रालाई बोर्डर ग्रीन नेपालले सहयोग गरेको थियो भने यात्राका क्रममा योग, आयुर्वेद, प्राकृतिक चिकित्सा एवं प्राकृतिक खेतीका बारेमा निशुल्क प्रचार गरिएको प्रनिलले बताए।

मोडलिङमा माया

डिल्लीबजार, काठमाडौंकी स्थायी बासिन्दा माया वाइवा १९ वर्षकी भइन्। एक वर्षअघि नै एयर होस्टेजको प्रशिक्षण पूरा गरेकी मायालाई मोडलिङमा पनि काम गर्ने रहर जागेको छ। भरखरै सम्पन्न मिस एयरहोस्टेजकी प्रतिस्पर्धी माया ५ फिट ३ इन्च अग्ली छिन्। प्रतिस्पर्धामा कुनै पनि उपाधि जित्न नसके पनि आफूले फेसन तथा मोडलिङका बारेमा धेरै जानकारी तथा ज्ञान हासिल गरेको उनी बताउँछिन्। 'खासगरी क्याटवाक गर्ने तरिका सिकें,' माया भन्छिन्– 'व्यक्तित्व विकास त भै नै हाल्यो।' सर्लाहीमा जन्मिएकी मायाले प्लस टु उत्तीर्ण गरेकी छिन्। स्नातक तहको अध्ययन प्रारम्भ गर्ने तयारी गरिरहेकी मायाले अर्को वर्ष आयोजना हुने मिस एयर होस्टेजमा सहभागी भएर उपाधि नै जित्ने योजना बनाएकी छिन्। मायालाई आरजे/भिजेका रूपमा समेत काम गर्ने रहर छ। उनी भन्छिन्– 'प्रशिक्षण लिएर रेडियो अथवा टेलिभिजनमा कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ठूलो रहर छ।'

● मोडल वाच ●

● मुखले ●

कांग्रेसबाहेक अर्को विकल्प छैन।
सुशील कोइराला

हामी शान्ति र संविधानका निम्ति संघर्ष गर्छौं, षड्यन्त्र भए विद्रोहमा जान्छौं।
पुष्पकमल दाहाल

भारतविरुद्ध राजनीति गर्नेहरू समाप्त हुन्छन्।
सूर्यबहादुर थापा

बैठकमा सहभागी लडाकुको भरणपोषण रोक्नुपर्छ।
प्रकाशमान सिंह

नुन–तेल मसला हालेर मीठो तरकारी बनाइयो, तर अध्यक्षले त्यसमा गोबर हाली दिनुभयो।
डा. बाबुराम भट्टराई

अध्यक्षको प्रतिवेदनलाई पार्टीको आधिकारिक दस्तावेज मान्न सकिँदैन।
मोहन वैद्य

खोक्रो सहमतीय सरकारको अर्थ छैन।
केपी शर्मा ओली

कांग्रेस तत्काल संसद्को अधिवेशन चाहन्छ।
लक्ष्मणप्रसाद घिमिरे

जलविद्युत्मा लगानी नआउनुमा माओवादी दोषी छ।
डा. प्रकाश शरण महत

पहिले गिरिजाबाबुको रिसले सभापतिका अधिकार कटौती गरियो, अहिले फेरि किन थप्नु पर्‍यो ?
सुजाता कोइराला

विश्वमै चमत्कारिक परिवर्तन ल्याउन सक्छु : नेपाली बाबा

नेपाली बाबा, जसले राजा वीरेन्द्रको वंश नै खतरामा छ, यो यो गरिबक्सियोस् भनेको केही समयपछि राजदरबार हत्याकाण्ड भयो। उनी तिनै बाबा हुन् जसले 'राजतन्त्र खतरामा छ, यो यो गरिबक्सिएन भने राजतन्त्र समाप्त हुन सक्छ' भनेर तत्कालीन राजा ज्ञानेन्द्रलाई सुनाए, त्यो गरिएन, राजा ज्ञानेन्द्रसहित २ सय ३८ वर्ष लामो राजतन्त्र समाप्त भयो। उनले ओबामाले चुनाव जित्ने भविष्यवाणी गर्दा मानिसहरूले हाँसेर उडाए, तर ओबामा अमेरिकामा चुनाव जितेर राष्ट्रपति भए। यी र यस्ता अनेकन् भविष्यवाणी पूरा भएको देख्नेहरू नेपाली बाबाका परमभक्त छन्। 'जगदाचार्य' नेपाली बाबा अर्थात् पं. तेजनाथ शर्मासँग अमेरिकाबाट सञ्चालित नेपाली अनलाइन पोर्टल नेपाल मदर डटकमका प्रधान सम्पादक रामप्रसाद खनालले अमेरिकामै लिएको अन्तर्वार्ता :

आफ्नो परिचय के भनेर दिन चाहनुहुन्छ ?

मेरो जन्म नाम तेजनाथ शर्मा हो। साधनाकालमा मैले कठिन साधना गरें। १३ किलोमिटरको त्रिकोण परिक्रमा, दैनिक ४ वा ५ पटक साधना अनि वर्षौं ५२ वा ६५ किलोमिटर दैनिक हिँड्दा भक्तले नेपाली बाबा भनेर बोलाउन थाले, जुन अहिले संसारले जान्ने मेरो मुख्य परिचय हुन गयो।

कति वर्ष भयो धार्मिक क्षेत्रमा लाग्नुभएको ?

धार्मिक क्षेत्रमा पूर्ण रूपमा लागेको २०३४ साल वैशाखदेखि, जब मेरो यज्ञ जीवनको शुभारम्भ भयो।

अन्न र फलफूल खान छोडेको कति भयो ?

अन्न खान छोडेको करिब ३९ वर्ष भयो। एउटा विशेष संकल्पका लागि शारीरिक साधनाका रूपमा अन्न छाडें, जसको कुनै बाध्यात्मक कारण छैन।

जगदाचार्यको पद्वी कसरी पाउनुभयो नि ?

जगदाचार्यको पद्वी सन् १९८६ मा अन्तर्राष्ट्रिय शान्ति वर्षपछि घोषणा भयो। त्यही सालको १५ नोभेम्बरदेखि १५ दिसम्बरसम्म ११ हजार ब्राह्मणद्वारा विश्वशान्तिका लागि साङ्ग गायत्री पुरश्चरण महायज्ञ (३२ दिनको) भारतको उत्तर प्रदेश, मीर्जापुर, विन्ध्याचलमा आयोजना गरिएको थियो। म आफू बाँचञ्जेल विश्वयुद्ध हुन दिन्नँ भनेर यज्ञ गराउने दृढताका साथ लागेको बेला विश्वधर्म संसद्ले विश्वका सात जनालाई शंकराचार्यज्यूहरूले गर्नुपर्ने कार्य गरून् भनेर मलाई नेपालका तर्फबाट विश्वशान्ति र मानव हितमा कार्य गरिरहन यो जिम्मेवारी दिएको हो।

यहाँले बोलेको भविष्यवाणी केका आधारमा कसरी हुन्छ ?

मेरो हृदयले माता विन्ध्यवासिनीको चरण कृपाका आधारमा यस्तै हुन्छ भनेर बोलिदिएपछि फरक परेको छैन। त्यसैले धेरै कठिन कुरा पनि विगतमा पूरा भए।

भारतका थुप्रै हिन्दँ राजनेताहरू यहाँका भक्त छन् ? को-को छन् ?

मेरो सम्पर्कमा आएका जसलाई परेको बेला मैले मातासँग प्रार्थना, साधना, अनुष्ठान पनि गरे र मप्रति उहाँहरूको सम्मानपूर्ण सम्बन्ध रह्यो। स्वर्गीय श्रीमती इन्दिरा गान्धी त्यस्तै स्वर्गीय पी.भी. नरसिंह राव, चन्द्रशेखर, पूर्वप्रधानमन्त्री एच.डी. देवेगौडालगायत धेरै जना, विजेपीका भूतपूर्व अध्यक्ष राजनाथ सिंह आदि।

नेपालमा पनि राजादेखि नेतासम्म सबैले बाबालाई मान्छन् भनिन्छ, को-को आउछन् बाबासँग ?

नेपालमा पनि स्वर्गीय राजा वीरेन्द्र तथा ज्ञानेन्द्र र भूतपूर्व प्रधानमन्त्रीहरू लोकेन्द्रजी, सूर्यबहादुर थापा, शेरबहादुर देउवा, स्वर्गीय गिरिजाप्रसाद कोइराला आदि सबैसँग सम्बन्ध रह्यो। सबैलाई सक्दो आध्यात्मिक सहयोग गर्ने प्रयास गरें।

तत्कालिन राजा वीरेन्द्रलाई बाबाले भनेको नमान्दा दरबार हत्याकाण्ड, ज्ञानेन्द्रलाई भनेको नमान्दा राजतन्त्र गयो भनिन्छ, कत्तिको सत्य हो ?

निश्चित समयमा उचित सल्लाह र देखेको प्रस्ताव राख्ने गरेको हुँ। धर्म र सांस्कृतिक आधारशिलालाई नपत्याएको खण्डमा यस्तै विपरीत परिणामको सामना गर्नुपर्ने हुन्छ, त्यस्तै भयो पनि।

नेपाल कतातिर जाला ? हिन्दँ धर्म, हिन्दू राष्ट्र, राजा फर्किएलान् कि नफर्किएलान् ?

नेपाल सदैव हिन्दू राष्ट्र हो। यसलाई त्यही रूपमा प्रतिष्ठित गर्ने मेरो संकल्प छ। राजा र राजसंस्थाका बारेमा बोल्नुभन्दा पनि नेपालको संस्कृति तथा यहाँको भौगोलिक संरचना र जन जीवनको संस्कारशैली एवं प्राकृतिक मौलिक व्यवस्थाले निर्दिष्ट गरेको कुरा भविष्यमा फर्कन सक्दैन भन्न सकिँदैन।

धर्मको परिभाषा कसरी गर्नुहुन्छ ?

जन्मदेखि मृत्युसम्म जीवनलाई अनुशासित, स्वस्थ एवं व्यवस्थित राखेर सद्कर्तव्यको पथमा निरन्तर क्रियाशील हुन प्रेरित गर्ने, सजग गराउने, नैतिक चरित्रमा आबद्ध रही कर्तव्यको पालनामा डोऱ्याउने प्रकृतिको नाम नै धर्म हो।

नेपालको धार्मिक अवस्था र यसको भविष्य नि ?

नेपालको धार्मिक अवस्था अहिले सन्त, महात्मा एवं विद्वान्हरूको प्रयत्न र पहुँच नपुगेका कारण शून्य स्थितिमा छ र त्यसलाई सही अवस्थामा पुऱ्याउन निकै कठिन परिश्रमयुक्त सामूहिक प्रयत्न आवश्यक छ।

अहिले के गर्दै हुनुहुन्छ र के गर्ने लक्ष्य छ ?

मेरो लक्ष्यअनुरुप श्री विन्ध्यवासिनी आध्यात्मिक संघ नामको धार्मिक संस्था गठन भएको छ, जसको माध्यमबाट आध्यात्मिक विश्वविद्यालय, आध्यात्मिक अस्पताल, श्रीयन्त्रमय नौतले माता विन्ध्यवासिनीको अद्वितीय मन्दिर, ५ सय कोठाको धर्मशाला, वृद्धाश्रम आदि संरचना निर्माण गरी आध्यात्मिक क्षेत्रबाट जनहितमा सक्रिय हुने प्रयत्नमा छु। काठमाडौंको सतुंगलमा करिब ४० रोपनी जग्गामा लक्षित संकल्प पूरा गर्न २४ रोपनी जग्गा खरिद गरी अस्थायी मन्दिर तथा यज्ञशालामा २०६१ सालदेखि धार्मिक आध्यात्मिक कार्यहरू करिब ३०-३५ ब्राह्मणबाट सञ्चालित भैरहेको छ। बाँकी जग्गाका लागि भूमिदान प्राप्त गरी बाँकी निर्माणको कार्य शीघ्र पूरा गर्न सबै सहयोगी श्रद्धालु भक्तहरूसँग अनुरोध प्रयत्न अघि बढिरहेको छ।

यहाँको उद्देश्यमा नेपालका भक्त नेताहरू अनि सरकारका मन्त्रीहरूले कत्तिको सहयोग गरेका छन् ?

जनता जति आत्मीय र सहयोगी छन्, त्यही नै मेरो पूर्ण आधार हो, अरू दिवा स्वप्न मात्र हो। दुखका साथ भन्नुपर्छ, अपेक्षित सहयोग प्राप्त भएको छैन।

नेपाली जनमानसबाट कत्तिको सहयोग पाउनुभएको छ ?

जनमानस नै ईश्वरको प्रत्यक्ष रूप हो। जति प्रगति भयो त्यसैको परिणाम हो।

नेपाली सञ्चारमाध्यमहरूबाट नि ?

नेपाली सञ्चारमाध्यमले धर्मको मर्म र त्यसको मानवीय पक्षको नैतिक एवं वैज्ञानिक धरातल जान्न-बुझ्न धेरै समय लाग्छ। नेपाली सञ्चार माध्यमले जुन दिन यो सद्चेष्टा बुझेर सहयोग गर्ने प्रयत्न गर्नेछन् त्यसै दिन नेपाल र नेपालीको उद्धार हुनेछ। अहिले त सञ्चारमाध्यमलाई बिग्रिएको राजनीति तथा राजनेताको पछि दौडँदैमा होस छैन।

हिन्दू धर्ममाथि हरक्षेत्रबाट आक्रमक भैरहेको छ, हिन्दू अधिराज्य पनि समाप्त भयो, के भन्नुहुन्छ ?

धार्मिक क्षेत्रबाट सामाजिक क्षेत्रमा जान नसक्नु नै यो स्थितिको मूल कारण हो। मेरो मान्यतामा नेपाल सदा हिन्दू अधिराज्य हो र सदा त्यही नै रहनेछ।

अबको धार्मिक भविष्य के हो त नेपालको ?

आगामी दुई-तीन वर्षमा नयाँ वैज्ञानिक धार्मिक व्याख्या एवं त्यसको प्रभावशाली क्रियाशीलताले सुखद परिणाम ल्याउनेमा म विश्वस्त छु।

तपाई माताको आशीर्वाद प्राप्त बाबा, नेपालका लागि के गर्नुहुन्छ त ?

म मेरो नेपाललाई विश्वकै सर्वश्रेष्ठ दैवी गुण र चरित्रले पोषित, परिभाषित गर्न चाहन्छु। ईश्वरको रूपनै मेरो राष्ट्रिय समाज हो, राष्ट्रको निःस्वार्थ सेवा नै ईश्वरको मूल पूजा हो भन्ने भावलाई प्रतिस्थापित गर्ने प्रयत्न नै सतुंगलमा बन्ने विश्वकै उत्कृष्ट आध्यात्मिक मानवीय सेवा केन्द्र हो।

धर्म मान्नेलाई र धर्म नमान्नेलाई फरक-फरक ढंगले सन्देश दिनुपर्दा कसरी दिनुहुन्छ ?

आस्तिक वा नास्तिक शब्द शाश्वत प्राकृतिक स्वभावबाट अलग हुन सक्दैनन्, अज्ञानतावश त्यसको अर्थ नजाने पनि व्यक्ति प्रकृतिको नियम, गुण, अवस्थाबाट बाहिरन सक्दैन, प्रकृतिको शाश्वत नियम बाँच्नका लागि अपरिहार्य नै छ। त्यसैले अज्ञानी भएर होइन, ज्ञानी भएर यसलाई विवेकयुक्त अध्ययन गर्ने प्रयत्न गरौं, स्वयं नै धर्म र अधर्मको रहस्य खुल्न थाल्छ।

कति शिष्य बनाउनुभएको छ ?

संख्यात्मकभन्दा पनि महायज्ञमा कुनै पनि भावले सहयोग दिने सबै मेरा आत्मिय सहयात्री र माताको सेवा गर्ने सहयोगी भक्त हुन्।

विदेशमा वस्ने नेपालीहरूले धर्म संस्कृति भुलेका त छैनन् ?

भुलेका छैनन्, सकारात्मक भावना पाएको छु। ५० वर्ष पुगेकाहरूमा केही न केही संस्कार छ नै। ३० वर्ष मुनिकाले शनैःशनैः बिर्सँदै छन्। हामीमध्ये कसैले केही गरेन भने भविष्य अनिश्चित हुनेछ। प्रयत्न भए हाम्रो राष्ट्र संस्कार-संस्कृतिबाट पोषित नै रहन सक्ने स्थिति छ।

नेपालका राजनीतिक दल तथा नेताहरूलाई बाबाको सन्देश ?

पद, प्रतिष्ठा र स्वार्थ त्यागेर सबैको विचार भावनालाई समेटेर प्रेमभावलाई आत्मसात् गर्ने केही मात्र भए पनि अभ्यास गरिदिऊन्, भोलि नै नेपालको भाग्योदयको सूर्य उदाउनेछ।

के तपाई Math, Science/ Test नदिई S.L.C. तथा १ वर्षमा +2 पास गर्न चाहानु हुन्छ ?

यदि चाहनु हुन्छ भने NIOS Board मा Oct. 2011 को लागि Admission खुल्यो !

- 5 Subjects पढे पुग्ने । Class 10 मा Math, Science तथा Test दिनु नपर्ने ।
- नेपाल तथा world wide equivalent
- नेपालीबाट पनि Exam दिन पाईने ।
- SLC पास गरेको १ वर्ष Gap भए सिधै +2 पढ्न पाईने ।
- 6/6 महिनामा Exam दिन पाईने ।

Milu Shrestha 78% in Mgt.(+2) 92 in Business

WISDOM EDUCATION FOUNDATION
PH. 4238086
Bagbazar (एसिया पब्लिकेशनको अगाडि)

Language/Computer/ Hardware /Networking
Computer . Basic. Office. Web. Graphics. Diploma. Programming. Accounting
special & package programs:- English, Japanese, French, German, Korean, Hebrew, Chinese, spanish, Italian...
TOEFL, IELTS, VISA / JOB INTERVIEW Pre. CLASSES
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor (opp.New Baneshwor Dept. store) 4785226 | New Baneshwor (Opp.BICC water Tank) 4483414 | Adwait Marg (Bagbazar) 4232866 | Lagankhel (Bus park) 5004118

RJ VJ MC
उद्घोषण तथा पत्रकारीता तालिम
पत्रकारीताका विद्यार्थीलाई लक्षितपूर्ण प्रयोगात्मक तालिम
ख्याती प्राप्त संचारकर्मी दिनेश डि.सी.का साथमा
मृदुला खनाल, मुनाल शिशिर, रबि थापा, सन्तोष खनाल, केशबजङ्ग पाण्डे, नबिन लुंइटेल, हिरामणि तिमल्सिना, मधु नेपाल, R.D. श्रृंखला, विकास सुवेदी
रू१०००/ छुट
BIKALPA THE OPTION फोन: ०१-४२४१७०९, ०१-२२९०१६८
बागबजार, काठमाडौं (श्रेष्ठ टेलरिङ्गको दाहिनेपट्टि)
विकल्प FM TIME मा कार्यक्रम चलाउने १००% ग्यारेण्टी
उत्कृष्टलाई रोजगारीको ग्यारेण्टी

नेपालमै बाइक रेसिङ

पृष्ठ १ बाट जारी

उत्कृष्ट कला प्रदर्शन गर्दै आर वान फाइभ मोटरसाइकलतर्फको रेसिगंको विजेता बने- समर मानन्धर। त्यस्तै एफजेड मोटरसाइकल रेसिंगमा मनिष श्रेष्ठले उपाधि चुमे। 'हजारौं दर्शकका बीचमा रेसिगंमा उपाधि चुम्दा खुसीले दंग छु' उपाधि जितेपछि समरले साप्ताहिकलाई बताए। टायर राखेर बनाइएको रेसिगं कोर्समा बाइकलाई ब्यालेन्स, स्पीड र सेफ राइडिंग गरेर उपाधि जितेको उनले बताए। उनलाई पछ्याउने डिफेन्डिग च्याम्पियन आसुतोष पाण्डे आठौं ल्यापमा चिप्लिएपछि समरलाई रेस जित्न सहज भयो। 'ऐना नियाल्दै अघि बढेको थिए, मेरो जितको आधार ऐना नै बन्यो' उनले भनें- 'आशुतोषलाई ओभरटेक गर्न नदिने मेरो योजना थियो, आठौं ल्यापमा उनी चिप्लिए।' बागडोल निवासी २१ वर्षीय समरले सानैदेखि बाइकमा प्रति लगाव राख्दै आएका छन्। 'म संगीत छोडेर मोटरसाइकल रेसमा लागेको हुँ' स्नातक अध्ययन पूरा गरेका समरले भनें- 'अब चेन्नाइ जाने सपना पूरा भएको छ।' समरले ६ कक्षादेखि बाइक चलाउन थालेका हुन्।

एफजेड बाइकतर्फ उपाधि जितेका मनिषले सुरुदेखि नै अग्रता लिएका थिए। उनलाई पछ्याएका दुई खेलाडीको बाइक बीचमै क्र्यास भएपछि मनिषले सहजै उपाधी चुमे। गतवर्ष सेमिफाइनलमा पुगेर तृतीय भएका मनिषले कडा मेहनतपछि यसपटक सफलता हासिल गरेको बताए। यसपटक जितेरै छोड्छु भन्ने विश्वास लिएर प्रतिस्पर्धामा आएको थिएँ, मनिषले भनें, पोहोरको पिडा यसपटकको सफलताले बिर्साएको छ। २० वर्षीय मनिष मोटरसाइकल रेसका पारखी हुन्। उनलाई मोटरसाइकल रेसका लागि परिवारले पनि सहयोग गर्दै आएको छ। यि दुइ विजेताले भारतको चेन्नाइमा हुने 'यामाहा चेन्नाइ रेसिङ च्याम्पियनसिप-२०११' मा सहभागिता जनाउने अवसर पाउनेछन्। आर वान फाइभतर्फ बेन्जामिन गौतम दोस्रो तथा प्रसान्त तिमल्सिना तेस्रो भए। यस्तै एफजेडतर्फ करण खतिवडा र विवेक कुमार मन्डल दोस्रो र तेस्रो भएका थिए।

सुरक्षित मोटरसाइकल सवारीको कला देखाउन यसप्रकारको कार्यक्रम आयोजित गरिएको यामाहाका मिडिया म्यानेजर केशव अर्यालले बताए। 'सुरक्षित ढंगले मोटरसाइकलमा कला देखाउन सकिन्छ, भन्ने पुष्टि गर्न खोजेका थियौं' अर्यालले भनें- 'सफल भएका छौं।' प्रतियोगितामा सानो तिनो दुर्घटना भए पनि सुरक्षाका सबै उपाय अपनाइने भएकाले ठूलो दुर्घटना हत्तपत्त नहुने उनले बताए। राइडटेकमा १८ वर्ष पूरा गरेका युवाहरूले अवसर पाएका थिए। दुर्घटना निम्तिन सक्ने खतरालाई मध्यनजर गरेर यामाहाले प्रति खेलाडी दुई लाख रुपैयाँको बिमा गराएको थियो।

प्रतियोगिता ४ चरणमा सम्पन्न भएको थियो, पहिलो नकआउट, दोस्रो क्वाटरफाइनल, तेस्रो सेमिफाइनल र चौथो फाइनल। पहिलो र दोस्रो चरणमा ४ ल्यापमा रेस गराइएको थियो, त्यस्तै सेमिफाइनल ६ ल्यापमा र फाइनल १० ल्यापमा सम्पन्न भएको थियो। यामाहाका व्यावसायिक रेसर फरहाद खानले प्रतियोगिता अगावैदेखि रेसिंग कोर्स, कुशलता एवं सुरक्षाका सम्बन्धमा प्रतियोगीहरूलाई जानकारी दिएका थिए। मोटरसाइकल रेसिङमा ट्र्याकको दूरी ३ सय मिटर थियो। घरेलु प्रतियोगिता भएकाले युवाहरू प्रतियोगिताबाट उत्साहित देखिन्थे।

यामाहाले नेपाली युवाहरूको बाइक रेसिङको चाहना बुझेर यसप्रकारको प्रतियोगिता आयोजना गरेको मिडिया म्यानेजर अर्यालले बताए। गतवर्ष सातदोबाटोमा पहिलो सिजन सम्पन्न गरिएको थियो। यस्तै गत बैशाखमा नारायणघाटमा यामाहा स्टन्ट सो पनि भएको थियो। गत वर्षको सिजनमा भारतकी प्रोफेसनल राइडर एलिसा अब्दुल्लाह पनि सहभागी थिइन्। अर्यालका अनुसार काठमाडौं बाहिर भनें राइड टेकका लागि पर्याप्त ट्र्याक भएकाले भविष्यमा अन्तराष्ट्रिय प्रतियोगिताको सम्भावना छ। 'अब दुई जना खेलाडीका लागि चाहिने सबै सामग्रीदेखि चेन्नाई जाने आउने बस्ने खर्च मोरङ अटो वर्क्सले बेहोर्ने छ।' अर्याल भन्छन्- 'वर्षमा दुई जना खेलाडी छनौट गरेर पठाउने जिम्मेवारी हाम्रो हो।'

मोटरसाइकल रेसिङमा ट्यालेन्ट भएर पनि ट्र्याकमा चलाउन छुट्टै किसिमको अभ्यास आवश्यक छ। अर्यालका अनुसार स्पीडमा कुदाउने मात्र होइन्, स्पीड कन्ट्रोल गरेर ट्र्याकमा कुदाउन सक्ने हुनुपर्छ। चेन्नाइ प्रतियोगितामा भाग लिनु अगावै यहाँबाट छनौट भएका खेलाडीलाई २-३ दिन त्यहाँको ट्र्याकमा अभ्यास गराइन्छ।

नेपालका टिनएजरहरूमा मोटरसाइकल मोह बढ्दै गएको पाइन्छ। स्पोर्टी लुकका बाइकमा हुइकिने युवाहरू नै रेसिङका पारखी हुन्छन्। पहिलो प्रतियोगिताभन्दा त्यसपछिको प्रतियोगितामा चासो ह्वात्तै बढेको मोरङ अटोका अर्याल बताउँछन्। 'यसपटक ७० भन्दा बढीलाई नलिने योजना थियो, फर्म लिन आउने नै सयौं थिए, त्यसमा सर्टलिस्ट गरेर ९३ जना छनौट गरिएको थियो,' अर्यालले बताए। छनौट भएकाहरूलाई सुरक्षित प्रतिस्पर्धाका लागि रेस कोर्समा कसरी अगाडि बढ्ने भन्ने कुरा सिकाइएको थियो।

विकसित देशमा हुने मोटरबाइक रेस 'मोटाजीपी' टेलिभिजनमा हेर्ने बानी परेका नेपाली राइडरका लागि घरेलु प्रतिस्पर्धाले नयाा अनुभव दिएको अर्यालले बताए। मेहनतका साथ सफा गरिएको कृत्रिम ट्र्याकमा यामाहाले सेफ्टीका लागि दिएको सामान्य रेस ज्याकेट, नि- गार्ड तथा एल्बो गार्ड लगाएर खेलाडीहरू मैदानमा उत्रिएका थिए।

स्टन्ट

टिम नेमिसिसका मोटरसाइकल राइडरहरूले कार्यक्रममा विभिन्न स्टन्ट देखाएका थिए। टिम नेमिसिसका स्टन्ट किङ तथा कोअर्डिनेटर सुवीन्द्र मानन्धरसहित आधा दर्जन खेलाडी सहभागी टिमले विभिन्न शीर्षकमा स्टन्ट देखाएको थियो। स्टपी अर्थात मोटरसाइकलको पछाडिको टायर उठाउने, ह्विली अर्थात् अगाडिको टायर उठाउने, स्वीच्ड ब्याक बर्नआउट अर्थात् सिटमा उल्टो फर्केर बस्ने अनि पछाडिको पाङ्ग्रा घुमाउने, सुसाइड बर्न आउट अर्थात् वाइकको हेन्डिल अगाडि बसेर उल्टो फर्केर पछाडिको पाङ्ग्रा घुमाउने, ट्याङ स्ट्यान्ड वान हेन्ड वर्नआउट अर्थात् बाइक स्ट्यान्डमा राखेर एउटा हातले एक्सिलेटर र ब्रेकमा पावर दिएर ब्रेक लक गरी पछाडिको पाङ्ग्रा घुमाउने, चेन स अर्थात् बाइकलाई मज्जाले ढल्काउने अनि गोलो बनाएर घुमाउने (यसमा एक्सिलेटरको मुख्य भूमिका हुन्छ) स्टन्डका प्रमुख आकर्षण रहे। क्राइस्ट स्ट्यान्ड, बाइक कुदिरहेको बेला जिसस क्राइष्टको आकारमा उभिने, क्रस वान ह्यान्ड स्टपी अर्थात् इन्डो, दाहिने हातको सट्टादेब्रे हातले क्रस गरेर पछाडि पाङ्ग्रा उठाउने कला पनि उक्त अवसरमा प्रदर्शन गरिए। स्टन्ट सोमा नुन्छा राई, छिरिङ खुन्जुक ठकुरी, ज्याक्सन घले, प्रतीक थापा, आयुश धौभडेल सहभागी थिए। उक्त अवसरमा भारतका प्रोफेसनल राइडर फरहाद खानले पनि विभिन्न किसिमका नौला स्टन्ट देखाएका थिए।

होटल तथा पर्यटन तालिम
* Tour and Travel Mgmt.
* Tour Operation
* Airlines Ticketing (Manual, Amadeus, Abacus, Galileo & IATA)
* 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
सम्पर्कः- 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

The Flying Institute announces Admission open for
Airhostess Training
Get trained from Nepal's No. 1 Cabin Crew instructor Ms. Shanta Shrestha
Call: 4465653, 9841278689
www.theflyinginstitute.edu.np
The Flying Institute P. Ltd.
Minbhawan, Kathmandu

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

तालिम
ब्यूटिसियन, सिलाई र कटाई, फेसन डिजाईन, बुनाई, प्याचवर्क, इम्ब्रइदरी तथा बिभिन्न तालिम दिइन्छ।
ब्युटिसियन बेसीक कोर्ष नि:शुल्क तालिम दिईन्छ।
त्रिवेणी तालिम केन्द्र
बागबजार, काठमाडौं : ४२३ १०३०
(खुल्ने समयः बिहान ७ बजेदेखि साँझ ५ बजेसम्म)
शुक्रबार महिलाहरूलाई नि:शुल्क कपाल काटिन्छ।

विशेष छुटमा !
होटल तालिम
100 % रोजगारमूलक
कुक/वेटर
● 5 Star होटलका प्रशिक्षकबाट तालिम
● विदेश जानेहरुका लागि विशेष कक्षा
कामना, कोटेश्वर
फोन नं.: ४६०१८७८/४६००३३५

तालिमको अवसर
Valley Banquet Training Center मा Cook, Helper, Banquet Manager, Reservation Manager, Waiter, Waitress, Storekeeper र Utility Supervisor को तालिम दिइरहेको हुँदा सम्बन्धित तालिम लिन इच्छुक महानुभावहरुलाई तुरुन्त सम्पर्क गर्न अनुरोध गरिन्छ।
यहाँ तालिम पछि रोजगारीको पनि व्यवस्था छ।
VALLEY Banquet Training Center
9851085519
सातदोबाटो, ललितपुर
(यातायात कार्यालयको अगाडि)

उद्घोषण
प्रतिष्ठित NGO को सहयोगमा सिमित सिटका लागि
मात्र रु.१,५००।- मा
उद्घोषण तालिम
साथसाथै ४५ दिने Radio Technician तालिम
(Job Guarantee)
फोन नं.०१-४२४६१५५, ०१-२२९६४५७
Echo Media अद्वैतमार्ग,पुरानो बसपार्क

होटल तालिम होटल खुमजुङमा
Cook/Waiter/House Keeping /Barman/Laundry/Caregiver /Domestic Helper/Bakery लगायत सम्पूर्ण होटल सम्बन्धि तालिममा भर्ना धमाधम लिईदैछ। विदेशमा जानेहरुकालागि र House Wife हरुका लागि Short Course को व्यवस्था छ। विदेशमा Training प्राप्त Teacher हरुद्धारा Beautician Course को कक्षा संचलन भैरहको छ।
HOTEL KHUMJUNG PVT. LTD.
फोन नं. : 4016111/4016194
महाराजगंज, चक्रपथ, नारायणगोपाल चोकबाट ३ मिनेट पूर्व।

MOBILE तालिममा
Special छुट !
किन नि ?
MICROLINK
स्थापनाको ८ वर्षको शुभ-उपलक्ष्यमा
साथै Free Tools
Free Software पनि
सिप सिकौं, आर्जन गरौं
Grab the opportunity
'यो मौका फेरि आउँदैन है'
फोन नं.: ०१-४२६७९०४

भावी शैक्षिक तहमा कसरी प्रवेश पाउने ?

● सागर शर्मा

हामीले पढ्नुपर्ने विषयका विधा अनि तह अनेकानेक छन्। यहाँ चर्चा गर्न लागिएको तह भने उच्च माध्यमिक तहको शिक्षा लिइसकेपछिको तह अर्थात् स्नातक तह हो। हामी सबैलाई थाहा भएकै कुरा हो, विद्यालय तहको शिक्षा लिन खासै गाह्रो पर्दैन। विषयको 'कन्टेन्ट'मा अस्पष्ट हुनु अलग कुरा हो। पढ्नै नपाउने भन्ने कुरा हुँदैन। प्लस टुमा पनि त्यस्तै हो। रोजेको कलेजमा पढ्न पाइँदैन कि भन्ने मात्र समस्याको कुरा हो, नत्र रोजेको विषय ढुक्कका साथ पढ्न पाइन्छ। स्नातक तहमा भने त्यो कुरा मान्य हुँदैन। यहाँ आफ्नो रोजाइको विषय तथा रोजेको कलेज दुवै पाउन मुस्किल पर्छ। केही बढी मेहनत नगरी आफूले रोजेको विषय पढ्न पाउँछु भनेर सोच्नु नै गलत हुन्छ। वास्तवमा प्रतिस्पर्धीहरूका अगाडि आफू केही फरक र बढी नै जान्ने हुनुपर्छ।

केही समयअघि आफूले प्लस टु पढेको कलेजमा शिक्षकहरूसँग सामान्य भेटघाट गरौँ भन्ने सुरले गएको थिएँ। केही व्यक्तिगत गफ तथा कलेजको प्रगतिका बारेमा केही कुरा बुझेर फर्कन लाग्दा १२ कक्षामा अध्ययनरत एक भाइ टुप्लुक्क अगाडि आइपुग्यो। सायद 'ब्रेक' थियो, त्यो समयमा। 'दाइ, हजुरसँग केही कुरा गर्न मन लागेको थियो, समय छ ?' उसले सोध्यो।

'भन न, किन समय नहुनु ? फुर्सदमा कलेजतिर आएको।'

अहिले 'फिजिकल ग्रुप'मा अध्ययनरत, पछि इन्जिनियरिङ पढ्ने लक्ष्य राखेको ठिटो रहेछ। भन्यो, 'मलाई भविष्यमा इन्जिनियर बन्ने रहर छ। रहर मात्र राखेर इन्जिनियर हुन पाइने होइन, यसका लागि लगनशील पनि छु। त्यही भएर लक्ष्यअनुरूप अहिले 'फिजिकल ग्रुप'मा पढ्दैछु। तैपनि 'कम्पिटिसन' त बढी नै हुन्छ, त्यसैले हजुरसँग केही सल्लाह लिन खोजेको।'

उसले रहरमात्रै पालेको रहेनछ, लगनशील पनि रहेछ। त्यसैले होला, अहिले १२ कक्षामा पढ्दा नै आफ्नो तयारी सुरु गरिसकेको रहेछ।

इन्जिनियरिङको तयारी कक्षा ज्वाइन गरेको छु, बिहान उता जान्छु अनि दिउँसो यता कलेज आउँछु।' लक्ष्य प्राप्तिका लागि सक्दो प्रयास गरेका रहेछौ भन्दा उसले भन्यो, 'अरु त ठीकै थियो, लोड बढी हुन्छ कि जस्तो लाग्छ। अहिले त भर्खर सुरु गरेकाले उत्साहित पनि छु, तर पछि यता कलेजको 'कोर्स' पनि अघि बढ्ने अनि उता पनि भ्याउनुपर्दा बढी धपेडी हुन्छ कि ?'

मैले सुनिरहेकै थिएँ, उसैले फेरि सोध्यो, 'साँच्चै दाइ, अहिले पढेको प्लस टुको ज्ञानले पछि प्रवेश परीक्षामा कत्तिको सहयोग पुग्छ ?' 'पछि मेहनत नगरे अहिले मात्र पढेको त केही काम लाग्दैन।' नभनूँ भनेर सोच्दासोच्दै फुस्किहाल्यो। अलिक अचम्मित भएजस्तो गऱ्यो, अनि फेरि केही स्पष्ट पार्दै भनें, 'तिमी यता कलेजको पढाइ र उताको पढाइलाईसँगै लैजाऊ, पछि गएर यताको विषय अझ सजिलो लाग्दै जान्छ भने प्लस टु सकेपछि प्रवेश परीक्षा दिन पनि धेरै सघाउ पुग्छ।'

ऊसँगको केहीबेरको कुराकानीपछि म आफ्नो बाटो लागें। खासमा उसको प्रयास राम्रो छ र म केही हदसम्म ढुक्क पनि छु कि उ इन्जिनियरिङ प्रवेश परीक्षामा अवश्य पनि तोकिएको कोटाभित्र पर्नेछ।

विद्यार्थीले तयारी कक्षा 'ज्वाइन' गर्नु नै पर्छ भन्ने होइन, तैपनि अहिले नगरे पछि 'ज्वाइन' गर्नैपर्ने अवस्था छ। त्रिभुवन विश्वविद्यालयको प्रवेश परीक्षाको 'सिलेबस' नै त्यस्तै छ। खासमा प्लस टुमा पढाइने विषय तथा 'कोर्स कन्टेन्ट'का आधारमा प्रवेश परीक्षाको 'सिलेबस' तयार गरिनुपर्ने हो, तर यहाँको सिलेबस अलिक 'भास्ट' छ। प्लस टुसम्म एकपटक पनि पढ्नुनपर्ने 'इन्जिनियरिङ ड्रइङ' समेत सिलेबसमा छ, जुन इन्जिनियरिङ पढ्न थालेपछि मात्र चाहिने कुरा हो। त्यस्तै अरू विषयमा पनि प्लस टुमा मात्र पढेको भरमा परीक्षा दिन गाह्रो पर्ने प्रश्न सोधिन्छ। त्यसैले परिस्थिति यस्तो बनेको छ कि तयारी कक्षामा सामेल नभै प्रवेश परीक्षामा राम्रो गर्न सकिँदैन र पढ्न नपाउने स्थिति पनि हुनसक्छ।

यहाँ इन्जिनियरिङका बारेमा केही कुरा गरियो, अरू क्षेत्रमा पनि त्यत्तिकै प्रतिस्पर्धा हुन्छ, अनि प्रवेश पाउन त्यत्तिकै गाह्रो हुन्छ। 'एमबीबीएस'कै कुरा गर्दा बर्सेनि हजारौं विद्यार्थी यसको प्रवेश परीक्षामा सामेल हुन्छन् तर प्रवेश पाउने कोटा सयको संख्यामा पनि हुँदैन। अर्कातर्फ यहाँ प्रतिस्पर्धीहरू सीधै प्लस टु सकेर प्रवेश परीक्षा दिनेखालका मात्र हुँदैनन्, वर्षौं परीक्षा दिँदा पनि नाम ननिस्केर अझ बढी तयारी गरिरहेका पनि हुन्छन्। प्रतिस्पर्धी अत्यधिक र कोटा न्यून भएको अवस्थामा आफूले सक्दो मेहनत नगरी कसैगरी नाम निकाल्न सकिँदैन।

प्राविधिक शिक्षाको महत्त्व बुझेरै होला, विद्यार्थीहरूको आकर्षण विधातर्फ बढ्दै गएको छ, अनि यस्ता विषय पनि थपिइरहेका छन्। प्राविधिकतर्फ स्नातक तहका अरू विषयको कुरा गर्दा 'फार्मेसी', 'जनस्वास्थ्य', 'नर्सिङ' आदि विभिन्न विषय छन्, अनि प्रतिस्पर्धा पनि सबैमा छ। त्यसैले प्राविधिक विषयमा प्रवेश पाउन मुस्किल हुन्छ। खासमा पूरा देशको विकासमै प्राविधिक शिक्षाले प्रभाव पार्ने हुँदा 'सेलेक्टेड' अर्थात अरूभन्दा भिन्न विद्यार्थीलाई नै यता प्रवेश गराउनु पनि एक हिसाबले ठीकै हो।

प्राविधिक विषयमा प्रवेश पाउन मुस्किल छ, असम्भव नै भने होइन। सबै विद्यार्थी हाम्रै लेभलका त हुन् नि ! कोही राम्रो मानिन्छ, अब्बल मानिन्छ भने उसले पक्कै पनि हामीले भन्दा केही बढी मेहनत गरेको हुनुपर्छ। वास्तवमा जसले मेहनत गर्छ, उही अब्बल कहलिन्छ। त्यसैले सबै विद्यार्थीले बुझ्नुपर्छ, 'हामी कोहीभन्दा कम छैनौं, मात्र हाम्रो मेहनत र लगाव अरूभन्दा कम हुनसक्छ।' त्यसैले आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गरेरै छाड्छु भन्ने हो भने आफ्नो त्यसप्रति लगाव पनि उत्तिकै हुनु आवश्यक हुन्छ। अहिले कक्षा १२ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले दैनिक केही समय छुट्याएर पछिको प्रवेश परीक्षाका लागि तयारी गर्नुपर्छ। जे होस्, आफू अरूभन्दा केही बढी जान्ने नै हुनुपर्छ, भावी शैक्षिक तहमा प्रवेश पाउन।

कालोपाटीभन्दा टाढाको शिक्षा

चित्रकला प्रदर्शनीमा देखिएकी कक्षा १० की विद्यार्थी सपना गुरुङले भनिन्, यो प्रदर्शनीमा राखिएका चित्रहरू हेरेर ममा चित्रकलाप्रतिको चाहना अझ तीव्र भएको छ। गुरुङको विद्यालयजस्तो सबैको विद्यालयले रुचि भएका विद्यार्थीहरूलाई यसरी नै शैक्षिक भ्रमण गराएर ज्ञान दिनुपर्छ। जो चित्रकारितामा रुचि राख्ने १५ जना विद्यार्थीलाई प्रदर्शनीमा गराइएको यो भ्रमण विद्यालयको प्रेरक कदम थियो। सबै विद्यालयले यसको सिको गर्नुपर्छ।

नेपालमा शिक्षा केवल कालोपाटीमा मात्र हुर्काइएका कारण व्यावहारिक हुन सकेको छैन। फलस्वरूप विद्यार्थीहरूमा पनि घोकन्ते मनोवृत्ति हावी छ। विद्यार्थीहरूमा यसरी घोक्ने प्रवृत्ति बढ्नुको कारण हो- नेपाली विद्यालय एवं कलेजमा शिक्षा केवल कालोपाटीमा मात्र सीमित हुनु अनि चक र मार्कलले मात्र त्यसलाई परिभाषित गर्नु। व्यवस्थापन संकायमा विद्यार्थीले असल विक्रेतामा हुनुपर्ने गुणका सम्बन्धमा पढ्नुपर्छ, तर परीक्षामा असल विक्रेताको गुण सुन्दर तरिकाले लेखेर प्रथम हुने विद्यार्थीले कुनै पनि सुपर मार्केटमा बसेर त्यसलाई व्यवहारमा चरितार्थ गर्ने अवसर पाउँदैन, किनभने कलेजले उसलाई त्यस्तो अवसर दिँदैन। यसकारण विद्यार्थीहरूले ग्रहण गर्ने ज्ञानले कागजी प्रमाणपत्रको रूप मात्र लिन्छ। ज्ञान अवसरको अभावमा बिस्तारै धमिलिँदै जान्छन्।

विद्यार्थी जीवनमा शैक्षिक भ्रमणको धेरै महत्त्व छ, किनभने शैक्षिक भ्रमणले विद्यार्थीलाई नौलो ज्ञान प्रदान गर्छ। विद्यार्थीहरूमा पनि कुनै नौलो वस्तुप्रतिको उत्सुकता तथा जिज्ञासा बाक्लै हुने हुँदा शैक्षिक भ्रमणको शिक्षा उनीहरूका लागि कालोपाटीको शिक्षाभन्दा पृथक् र प्रेरक बन्न पुग्छ। यस विषयमा सम्बन्धित विद्यालय र कलेजले विद्यार्थीहरूको मनोभावना बुझ्नु आवश्यक छ। चित्रकलामा रुचि भएका विद्यार्थीहरूलाई चित्रकला प्रदर्शनीमा लाने, साहित्यमा रुचि भएका विद्यार्थीहरूलाई साहित्यिक गोष्ठीमा सहभागी बनाउने र खेलकुदमा रुचि भएका विद्यार्थीलाई खेलकुद प्रतियोगिताहरूमा सहभागी गराउनुपर्छ। यसबाट विद्यालयहरू परम्परागत शिक्षाबाट मुक्त भएर व्यावहारिक शिक्षातर्फ अग्रसर हुन सक्छन्।

शिक्षा व्यावहारिक हुनु आवश्यक छ, किनभने हाम्रो शिक्षा परम्परागत र पुरानो ढाँचाको छ। शारीरिक तथा स्वास्थ्यको पाठ्यक्रममा विद्यार्थीसँग पौडी खेल्ने तरिका सोधिन्छ, तर सुन्दर उत्तर लेख्ने विद्यार्थीले पनि वास्तविक तलाउमा पौडी खेल्न नसकेको पाइन्छ। व्यवहारिक शिक्षामा भाषामा होइन, साँच्चिकै तलाउमा विद्यार्थीलाई हात-खुट्टा चलाउन दिइन्छ। यसका लागि शैक्षिक भ्रमण गराएर परीक्षा लिन सकिन्छ।

नेपालमा शैक्षिक भ्रमण प्रति कुनै पनि विद्यालयको स्पष्ट नीति एवं योजना छैन। विद्यालयहरूले गराउने शैक्षिक भ्रमण पनि विद्यालयको योजना र नीतिमा भन्दा पनि फुर्सदको कार्यक्रम बन्ने गरेको छ। एकताका न्युजिल्यान्डको एक प्रान्तमा राज्यस्तरबाटै शैक्षिक भ्रमणमा हस्तक्षेप गरिएको थियो। त्यतिबेला प्रत्येक विद्यालयले कम्तीमा चालू वर्षभरि विद्यार्थीलाई १५ पटकसम्म शैक्षिक भ्रमणमा लानैपर्ने व्यवस्था थियो। उक्त भ्रमण विद्यार्थीहरूको पाठ्यक्रमसँग सम्बन्धित हुनुपर्ने व्यवस्था थियो। विकसित देशका विद्यालयमा शैक्षिक भ्रमणलाई प्रसस्त महत्त्व दिइएको पाइन्छ। कैयन् विदेशी विद्यार्थी नेपालको भाषा, धर्म, संस्कृति र वेशभूषा बुझ्न नेपाल आउने गरेका छन्। नेपाली विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयको साँघुरो बजेटका कारण विश्वका कुनाकाप्चामा टेकाउन नसकिएला, तर मुस्ताङका पहाड र यार्सागुम्बाहरू चिनाउन अवश्य सकिन्छ। पोखरामा लगेर तालहरू चिनाउन सकिन्छ। यसका लागि विद्यालयहरूले नै पहल गर्नुपर्छ।

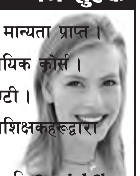
विद्यार्थीहरूलाई शैक्षिक भ्रमणमा लाने कार्यक्रम बढाउँदै जानुपर्छ। शैक्षिक भ्रमणबाट विद्यार्थीहरूलाई नौलो ज्ञान प्राप्त गर्ने अवसर मिल्छ। त्यसो हुन सक्यो भने नै कालोपाटीको परम्परागत शिक्षा प्रणालीबाट नेपालको शिक्षा प्रणालीले बिट मार्छ। कसरी शिक्षा प्रदान गरे विद्यार्थीहरूले राम्रोसँग बुझ्छन्, शिक्षक-शिक्षिकाहरूले मनन गर्नु आवश्यक छ। बाघ यस्तो हुन्छ भनेर चकले कालोपाटीमा लेख्नुभन्दा चिडियाघरमा लगेर विद्यार्थीलाई बाघ देखाए उनीहरूले बढी बुझ्छन्। हात्ती चिनाउनु विद्यालयको कर्तव्य हो भने हात्तीको सुँड डोरीजस्तो हुन्छ कि नाम्लो जस्तो बुझ्ने विद्यार्थीको अधिकार हो। नेपालका विभिन्न निजी विद्यालयहरूले आज शैक्षिक मेला, भ्रमण एवं प्रदर्शनीलाई महत्व दिँदैछन्, जुन स्वागतयोग्य छ, तर निजी विद्यालय मात्र होइन, सरकारी एवं सामुदायिक विद्यालयले पनि यस्तै मेला, प्रदर्शनी एवं भ्रमणलाई महत्त्व दिनुपर्छ। विद्यालयले शैक्षिक भ्रमणको महत्त्व बुझी, विद्यार्थीहरूलाई नौलो-नौलो ठाउँमा लगेर ज्ञान दिनुपर्छ। किनभने यस्तो शिक्षा कालोपाटीभन्दा टाढाको शिक्षा हो। चक, डस्टर र कालोपाटीबिनाको शिक्षाको पाठशाला भन्नु नै यो विशाल जगत् हो।

● प्रेमकृष्ण श्रेष्ठ

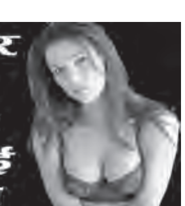
अनुहार
को चाया पोतो डण्डिफोर १००% ग्यारेन्टीका साथ हटाउन, अनुहार गोरो बनाउन, चाउरीपन हटाउन, शरीरको उचाइ बढाउन, स्तन बढाउन/घटाउन, अनावश्यक रौंहरु हटाउन, सम्पूर्ण TV Shop का सामानहरुको लागि
Global TV Product Shop
पुतलीसडक, (शंकरदेव क्याम्पस अगाडि)
4168115,4168061,9851014602

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 सडको अगाडि)
Newbaneshwor, 9808301235
Ph. 2290871, Mob. 9841506134

LIMITED SEATS
नेपालको एक मात्र
HABIBS
Hair & Beauty Academy
Announces Admission Open for :
Advance Hair Styling
Advance Beauty Course
For More Details Please Contact:
Kasthamandap Bazaar Building, 2nd Floor
Kamaladi, Kathmandu, Ph: 4240431


ब्युटीसियन कोर्स
निःशुल्क
• नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त।
• उत्कृष्ट एवं व्यवसायिक कोर्स।
• रोजगारीको ग्यारेण्टी।
• अनुभवी एवं दक्ष प्रशिक्षकहरुद्वारा तालिम दिईने।
• विदेश जानेहरूको लागि Special Class
कोर्स: बेसिक, एडभान्स, डिप्लोमा, स्पेसल, हेयर ड्रेसिङ्ग, सर्ट कोर्सेस
ब्रीड अफ ब्युटि ट्रेनिङ्ग सेन्टर
फोन नं.: ०१-६२१८३९३
९८४१३५०६१ / ९८०१६२९७१
चाबहिल चोक, काठमाण्डौं

मुहार
बेदाग गोरो बनाउने आयुर्वेदिक
रूपअमृत
Rs. 1650/- मात्र
Anti Pimple (Rose Sunscream Free)
*मुहारको दाग चाया 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/-
Before After
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, गौशाला (द्वारिका हाटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 9841330144
9845275046 Chitwan, 9842083409 इटहरी


मुहार
केश
तौल
उचाइ
स्तन
सम्बन्धी सम्पूर्ण समस्याको समाधान
प्राकृतिक उपचार पद्धती द्वारा
मिराकल फाउण्डेशन नेपाल
The Health & Beauty Solution
बिजुलीबजार, नयाँबानेश्वर, काठमाडौं
(समस्थामा टेलिभिजन अगाडी) 4780678
9851016824, 9808594757

कस्मेटिक सर्जरी
○ शरिरमा भएको दाग, कोठी, मुसा, ट्याटु अप्रेसन पछिका दागहरु हटाउन
○ शरिरमा आगोले पोलेर भएको समस्याको लागी
○ नाक, कान, आखा सम्बन्धि कस्मेटिक सर्जरी
○ मंगोलियन आखाको उपचार
○ टाउकोमा केश उमार्न
○ अनुहारको चाउरीपन हटाउन
○ स्तनसम्बन्धि कस्मेटिक सर्जरी
नेपाल प्लास्टिक सर्जरी अस्पताल
हरिसिद्धी, ललितपुर
५२५०६६५, ९८०३८८३५७७

आकाश खुलेपछि पर्यटकको भीड

धरान- न त कुहिरो न हुस्सु, कठ्यांग्रिने जाडो पनि छैन यतिखेर । आकाश खुलेकाले भेडेटार सफा छ । मंसिर महिनाको सफा दिन भएकाले भेडेटारमा अहिले पर्यटकको भीड बढेको छ । पर्यटकहरू पनि खुला भेडेटारको फाइदा उठाउन उद्यत छन् ।

किराँत राई यायोख्खाका अध्यक्ष सदर राईले भने, 'सफा मौसम भएकाले हामी चाँडै भेडेटारसँगै नजिकैको ऐतिहासिक स्थल सांगुरी गढी र सुली गढी घुम्न जाँदैछौं ।' भेडेटारको सफा मौसमको फाइदा उठाउने सुरमा राई मात्र होइन, विजयपुरका दुर्गा भुजेल पनि छन् । भुजेल भन्छन्, 'यतिखेर घुम्न जानु अरू बेलाभन्दा राम्रो हुन्छ ।

धरान मात्र होइन, देशका विभिन्न स्थानबाट भेडेटार घुम्न त्यहाँ पुग्नेहरूको भीड बढेको छ । भेडेटार आफैंमा रमणीय स्थल भएको तथा वरिपरि पर्यटकिय स्थलहरू रहेकाले पनि पर्यटकहरूको घुइँचो बढेको छ । चिसो वातावरणका साथै त्यहाँबाट सफा हिमाल हेर्न पाइने भएकाले पनि घुमन्तेहरू बढेका हुन् । यहाँबाट सुन्दर मकालु र कञ्चनजंघा हिमाल पनि हेर्न सकिन्छ ।

अहिले सफा मौसम भएकाले यसको महत्त्व बढेको छ । शनिबार मात्र भीड हुने भेडेटारमा अहिले कुनै बार पर्खिरहनु पर्दैन । होटल भेडेटार भ्युका सञ्चालक जितेन्द्र रुम्दाली भन्छन्- 'अहिले वातावरण सफा भएकाले भेडेटार घुम्न आउने पर्यटकको संख्या बढ्दो छ ।'

पूर्वाञ्चलका अधिकांश सहरका मानिस घुम्न भेडेटार पुग्ने गरेका छन् । धरान, इटहरी, विराटनगर, इनरुवादेखि पूर्वका विभिन्न स्थानबाट उनीहरू भेडेटार पुग्छन् । भेडेटार एक दिन घुम्न सकिने राम्रो गन्तव्य हो । चितवनबाट भेडेटार घुम्न आएका जीवन श्रेष्ठले भने- 'मैले सुनेको मात्र थिएँ, भेडेटार साँच्चै राम्रो रहेछ ।'

भ्यू टावर भेडेटारको आकर्षण हो । भेडेटारको चार्ल्स टावरमा चढेर रमाइलो गर्नेहरू पनि प्रशस्त छन् । टावरमा कार्यरत युवराज सुब्बा पनि अहिले टावर चढ्नेहरूको भीड बढेको बताउँछन् । भेडेटार आउनेहरूलाई भेडेटारदेखि राजारानी जाने बाटोको एक किलोमिटर दूरीमा पर्ने सुन्दर काम्फेक र पाथीभरा मन्दिरले पनि तान्ने गरेको छ । राजारानी, ध्वंजे डाडा, पाथिभरा, साँगुरी गढीजस्ता धार्मिक एवं ऐतिहासिक पर्यटकीय स्थलका कारण पनि भेडेटारको पर्यटकीय आकर्षण बढेको हो ।

● **भीषण राई**

पर्यटन वर्षलाई लाहुरेको हातेमालो

मार्गपोखरी (तेह्रथुम)- धरानका लाहुरेहरू यतिबेला नयाँ पर्यटकिय स्थलको खोजीमा जुटेका छन् । अहिले उनीहरू पर्यटन वर्ष-२०११ लाई सफल बनाउन जुर्मुराएका छन् । गोरखा पूर्वसैनिक संघ, सुनसरीको नेतृत्वमा ब्यानर र झन्डासहित पर्यटन वर्ष-२०११ लाई सफल बनाउन तीन दर्जन लाहुरे हालै धरानबाट तेह्रथुमको मार्गपोखरी पुगे । पर्यटन वर्ष-२०११ का लागि हातेमालो भन्ने नारासहित उनीहरू त्यहाँ पुगेका थिए । ओझेलमा परेको मनमोहक मार्गपोखरीलाई उपयुक्त पर्यटन गन्तव्यका रूपमा चिनाउन उनीहरू उक्त स्थानमा पुगेका हुन् ।

त्यहाँ पुग्दा सबैको मन रोमाञ्चित थियो । लाहुरेहरूले त्यहाँ खुसी हुँदै आफूले बोकेका गेसोको झन्डा पोखरीको किनारमा लहरै गाडे । धरानका दत्तकुमार लिम्बूले श्रीमतीलाई साथै राखी मार्ग पोखरीलाई दृश्यमा राख्दै तस्बिर खिचाए भने अर्का लाहुरे रमेश राईले बैंसालु जोवनलाई सम्झँदै गीत फुराए । त्यहाँ बुकी फूलको मुठा पारेर तस्बिर खिच्नेहरू पनि देखिए भने चुत्रो र घंघारुको फल खानेहरूको हानथाप पनि देखियो ।

गोरखा भूतपूर्व सैनिक संघ, सुनसरीका अध्यक्ष गजेन्द्र ईस्वो पनि पोखरीको सुन्दरताबाट गद्गद देखिन्थे । 'हामी आफैंले पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि यस्तो योजना बनाएका हौं,' इस्बोले भने- 'यसरी नै अरूले पनि आन्तरीक पर्यटनमा सहभागी हुनुपर्छ, यो हाम्रो पर्यटन वर्षको लागि हातेमालो पनि हो ।' यात्रामा सहभागी ७५ वर्षीय मेजर झप्तमान खजुमले भने, 'अब यहाँ बाटो र मन्दिर निर्माण आवश्यक छ ।'

धरानका लाहुरेहरू ओझेलमा परेका पर्यटकीय स्थलको खोजी गर्दै आफ्नै खर्चमा भ्रमणमा हिँड्ने गरेका छन् । उनीहरू यसअघि तिनजुरे, मिल्के, इलाम आदि पूर्वका थुप्रै ठाउँमा गैसकेका छन् । यति राम्रो ठाउँ हुँदाहुँदै पनि प्रचार-प्रसारको कमीका कारण यसको प्रवर्द्धन हुन नसकेकोमा भने उनीहरूको दुखेसो छ । राज्यले यस्ता रमणीय स्थलहरूको पर्यटन प्रवर्द्धन गर्नुपर्ने कुरामा सबै एकमत छन् ।

स्थानीय स्तरमा पनि यसको उचित व्यवस्थापन गर्न सकिएको देखिदैन । अहिलेसम्म मार्ग पोखरीलाई प्रवर्द्धन गर्ने कुनै संस्था छैन । बाहिरै खुला आकाशमुनि मन्दिर छ । राज्यले यस विषयमा चासो दिएको छैन । स्थानीय बासिन्दा जंगशेर लिम्बू भन्छन्- 'गाविस बजेटै छैन भन्छ, हामीले मात्र गरेर नहुने रै'छ ।'

मार्गपोखरीको आफ्नै विशेषता छ । पोखरीको पानीको सतह कहिल्यै घट्दैन । यो पोखरी जहिले पनि सफा रहन्छ । रूखको पात पोखरीमा खसे सानो चुच्चो भएको कालो चरोले सफा गर्ने स्थानीयवासीहरू बताउँछन् । पोखरीछेवैमा मार्गपोखरी देवीको मूर्ति छ । विशेषतः जनैपूर्णिमामा यो मार्गपोखरी देवीको पूजाआजा गरिन्छ । शक्ति प्राप्त गर्न धामीझाँक्रीहरू आउँछन् भने गाउँलेहरूले देवीलाई हाँस, कुखुरा, परेवा र बोका बलि दिने गरेका छन् ।

मार्गपोखरी पर्यटकीय हिसाबले रमणीय स्थल हो । समुद्री सतहबाट २ हजार ४ सय ५० मिटरको उचाइमा अवस्थित मार्गपोखरीमा हुस्सु र कुहिरोले पर्यटकसँग लुकामारी गरिरहन्छ भने यहाँको चिसो हावाले जो-कसैको मन पनि चङ्गा बनाइदिन्छ । यहाँबाट देखिने सेता हिमश्रृंखला मकालु, कन्चनजंघा र कुम्भकर्णले पर्यटकलाई हाँसेर स्वागत गरेझैं लाग्छ । धरान, धनकुटा, हिले हुँदै सिंधुवा राजमार्गबाट ४ किलोमिटर पूर्वपट्टि शुक्रबारे जाने बाटोबाट करिब १५ मिनेटको खर खरैले ढाकिएको उकालो चढेपछि डाँडाको टुप्पैमा रहेको सुन्दर मार्गपोखरी पुग्न सकिन्छ ।

मज्जा स्काई डाइभिङको

पोखरा- आकाशमा कावा खाँदै भुइँमा उत्रनुको मज्जा कस्तो होला ? आकाशबाट बत्तिँदै भुइँमा झर्ने साहसिक उडानले धेरैलाई लोभ्याएको छ । कतिको त यो दृश्यले मुटु नै ढक्क बनायो । यो प्याराग्लाइडिङ, अल्ट्रालाईट तथा बेलुन उडानको भने बिल्कुलै होइन । प्याराग्लाइडिङको उडान हेरिरहेका पोखरेलीहरूलाई अहिले अर्को सहासिक हवाई खेलले तानेको छ । सहासिक पर्यटनका रूपमा पोखरामा अर्को साहसिक उडान थपिएको छ- स्काई डाइभिङ ।

एभरेष्ट स्काई डाइभिङ तथा तारा एयरको पहलमा पोखरा विमानस्थलबाट प्रस्तावित अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलसम्म यसको परीक्षण उडानसमेत सम्पन्न भएको छ । १६ हजार फिटभन्दा माथिबाट स्काई ड्राइभरहरू तारा एयरको पिलाटसपोर्टर जहाजबाट आकाशमा चक्कर लगाएर कावा खाँदै अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा अवतरण गरेका थिए । दुई नेपालीसहित चार जना विदेशीले यसरी सफल अवतरण गरेका थिए । आकाशबाट कावा खाँदै उत्रिएका विनोद गौतम दंग थिए । उनले यो उडानले प्रयाप्त मनोरञ्जन प्रदान गरेको बताए ।

एक पछि अर्को गर्दै साहसिक पर्यटनको गन्तव्य थपिँदै गएको पोखरा साहसिक हवाई उडानका लागि सम्भाव्य ठाउँ भएको व्यवसायीहरू बताउँछन् । स्याङबोचे र कालापत्थरबाट स्काई डाइभिङको सुरुवात गरेको एभरेष्ट डाइभिङले पोखरामा परीक्षणका रूपमा यसको उडान गरेको हो । 'अबको छ महिनापछि पोखरामा व्यावसायिक रूपमा स्काई डाइभिङ सञ्चालन हुनेछ,' संस्थाका प्रवन्धक कृष्ण अर्यालले भने । अर्यालले साहसिक खेल पर्यटनले पोखराको पर्यटन प्रवर्द्धनमा सघाउ पुऱ्याउँदै आएको र स्काई डाइभिङले पर्यटकहरूलाई थप आकर्षित गर्ने बताए । स्काई डाइभिङमा वर्ल्ड रेकर्ड राख्न सफल बिन्डी स्मिथले सेताम्मे हिमाल हेरेर ड्राइभ गर्नुको आनन्द बेग्लै भएको बताइन् ।

नेपालमा अहिलेसम्म कसैले व्यावसायिक रूपमा स्काई डाइभिङको उडान गरेका छैनन् । एभरेस्ट डाइभिङले उडानका लागि प्रशिक्षण दिन थालेको छ । जोखिमपूर्ण हवाई खेल भनिए पनि यो अरूभन्दा सुरक्षित रहेको संस्थाका प्रबन्धक अर्यालले बताए । आकाशमा कावा खाँदै हाम फाल्नुको मज्जा अर्कै भएको उनले जनाए । पोखरा पर्यटन परिषद्का अध्यक्ष टीकाराम सापकोटाले भने, 'यसले पोखरामा पर्यटक बढाउन मद्दत गर्नेछ ।'

● **शिव शर्मा**

जाऔं है रसुवाको तातोपानी नुहाउन

● **नवदीप अजनवी**

तपाईंलाई सहरीया जीवनदेखि दिक्क त लागेको छैन ? फ्रेस हुन राजधानीबाहिर जाने मन पो छ कि ? छ भने तपाईंको आकर्षक गन्तव्य हुनसक्छ, रसुवाको तातोपानी । उत्तरी रसुवाको शान्त एवं मनोरम वातावरणसहित स्वागत गर्न तम्तयार छ– तातोपानी । चिलिमे गाविस, पारागाङमा छ तातोपानी पोखरी । यहाँ तीनवटा पोखरी छन् भने ६ वटा धाराबाट तातोपानी आइरहन्छ । यहाँ कात्तिक तथा चैत महिनामा तातोपानीमा नुहाउने मेला नै लाग्छ । यहाँ तीन दिन नुहाएर तातो बाफ लिए छालाको एलर्जी, खटिरा, दम, गानोगोला, बाथ, चर्मरोग आदि निको हुने तातोपानी संरक्षण समितिका अध्यक्ष रामबहादुर तामाङले बताए ।

बिरामीले एक दिन मात्र नुहाए निको नहुने र कम्तीमा पनि तीन दिन बसेर नुहाउनुपर्ने अध्यक्ष तामाङको भनाइ छ । कतिपय बिरामी एक सातासम्म त्यहीं बसेर दिनदिनै नुहाएर फर्कने गरेका छन् । बिरामी नै नभए पनि रिफ्रेसमेन्टका लागि पनि तातोपानी उपयुक्त गन्तव्य भएको जिल्ला विकास समिति नुवाकोटका अधिकृत पुष्कर शर्मा रिमालले बताए । 'तामाङ बस्तीको सुन्दरता र प्राकृतिक संसारमा हराउन तातोपानी रमाइलो ठाउँ हो,' रिमालले भने, 'प्रकृतिको आनन्द लिन बिरामी नै हुनुपर्छ भन्ने छैन ।' तातोपानीमा अचेल नेपाली मात्र होइन, विदेशी पर्यटक समेत नुहाउन र अवलोकनका लागि आउने गरेका छन् । स्वदेशी तथा विदेशीहरूको भीडले तातोपानी भरिभराउ भएको छ । खान बस्नका लागि होटलहरू भएकाले यहाँ कुनै समस्या हुँदैन ।

कसरी जाने तातोपानी ?

तातोपानी काठमाडौंबाट धेरै टाढा छैन । काठमाडौंबाट त्रिशूली, धुन्चे, स्याफ्रुबेसी हुँदै थाम्बुचेतसम्म बस, निजी गाडी, मोटरसाइकल जे उपलब्ध हुन्छ त्यसमा जान सकिन्छ । काठमाडौंबाट थाम्बुचेत १ सय ५० किलोमिटर टाढा छ, जहाँ एकै दिनमा सजिलै पुग्न सकिन्छ । थाम्बुचेतबाट भने तातोपानी कुण्डसम्म पुग्न तीन घन्टा पैदल हिँड्नुपर्छ । चितवनतिरबाट आउँदै हुनुहुन्छ भने पृथ्वी राजमार्गबाट त्रिशूलीको बाटो जोडिएकाले काठमाडौं नआई तातोपानी लाग्न सकिन्छ । हिँड्ने रहर छ भने धादिङबेसीबाट किम्ताङफेदी, दार्खा, सेर्तुङ, तिप्लिङ, सोमदाङ हुँदै पाँच दिनमा तातोपानी पुग्न सकिन्छ । यो बाटो हिँड्दा उत्तरी धादिङका दुर्गम तर सुन्दर तामाङ बस्तीहरूको रमाइलो आत्मसात् गर्न सकिन्छ । २ हजार ६ सय ४५ मिटर उचाइमा अवस्थित तातोपानीमा लेक लाग्ने समस्या छैन ।

शरी-शरीका जुत्ता

ब्रान्ड-चेतनाका कारण नेपाली उपभोक्ता ब्रान्डेड सामग्रीप्रति आकर्षित हुन थालेका छन्। टिकाउ, गुणस्तर, मूल्यमा एकरूपताजस्ता विशेषताले गर्दा ब्रान्डेड सामग्रीले उपभोक्ताको मन जितेको हो। नेपाली बजारमा अहिले स्वदेशी तथा विदेशी ब्रान्डका सामग्री उपलव्ध हुन थालेका छन्।

कलेज सुज

कलेज ड्रेससँग लगाउन उपयुक्त जुत्ता हो यो। गोलो तथा अंग्रेजी अक्षरको 'टी' सेपमा पातलो र बाक्लो सोलमा कलेज सुजको डिजाइन गरिएको छ। लेदर तथा माइक्रो लेदरको प्रयोगबाट यो जुत्ता तयार गरिएको हो। यसमा पिभिसी तथा रबर सोल प्रयोग गरिएको छ। कलेज सुज आकर्षक २० वटा डिजाइनमा पाइन्छ। यो ब्ल्याक कलरमा उपलब्ध छ। कलेज सुजको मूल्य ८ सय ५० देखि १ हजार २ सय रुपैयाँसम्म छ।

पार्टी सुज

पार्टी सुज विभिन्न डिजाइनमा तयार गरिएको छ। लेसयुक्त वा लेसबिनाका यी जुत्ता आफ्नो इच्छाअनुसार लगाउन सकिन्छ। सुट-पाइन्ट, दौरा-सुरुवाल तथा जिन्समा समेत पार्टी सुज सुहाउँछ। यसको बाहिरी आवरण चम्किलो एवं डिजाइन आकर्षक छ। यसमा शतप्रतिशत लेदर प्रयोग गरिएको छ। रबर सोलसहितको जुत्ता कालो, ब्राउन र वाइन कलरमा उपलब्ध छ। बिहे, भोज वा कुनै पनि औपचारिक कार्यक्रममा यो जुत्ता लगाउन सकिन्छ। यसको मूल्य १ हजार ५ सयदेखि २ हजार रुपैयाँसम्म छ।

लेदर सुज

लेदर सुज पार्टी तथा क्याजुअल सुजका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। विभिन्न उमेर समूहका लागि लक्षित गरेर भिन्न भिन्न डिजाइनमा लेदर सुज तयार गरिएको छ। जुत्ता रबर, पियु, पिभिसी तथा डिपिआर सोलयुक्त छ। यसको भित्री भागमा पनि लेदर तथा पियु प्रयोग गरिएको छ। गोलो र फ्ल्याट सेपमा उपलब्ध लेदर सुज ब्ल्याक, ब्राउन तथा कफी कलरमा पाइन्छ। यो लेदर सुज ८ सय देखि १ हजार ६ सय रुपैयाँसम्ममा पाइन्छ।

स्यान्डल

पुरुषहरूका लागि तयार गरिएको यो स्यान्डल विशेष गरी समर वेयरका रूपमा लगाउन सकिन्छ। फर्म, पियु तथा रबर सोलमा उपलब्ध स्यान्डल थुप्रै डिजाइनमा तयार गरिएको छ। यसमा सेन्थेटिक तथा लेदर प्रयोग गरिएको छ। वासेबल तथा ननवासेबल स्यन्डलको बजार मूल्य ५ सयदेखि १ हजार रुपैयाँसम्म छ।

स्पोर्ट्स सुज

स्पोर्ट्स सुज खेलकुद तथा व्यायम गर्दा लगाउन उपयुक्त हुन्छ। यसमा रबर र मोटो सोल विशेष किसिमले प्रयोग गरिएकाले उफ्रिँदा, दगुर्दा खुट्टामा पीडा हुने समस्या हुँदैन। आरामदायी हुनुका साथै यो स्पोर्ट्स सुज अत्यन्तै हल्का छ। पसिना सोस्ने, खुट्टा बाफिने समस्या यसमा हुँदैन। खुट्टाको आयतनसँगै जुत्ताको आकार पनि बढ्दै जानु यो जुत्ताको अर्को विशेषता हो। स्पोर्ट्स सुज वासेबल तथा ननवासेबल दुवै प्रकारमा उपलब्ध छ। शुद्ध लेदर, नेट, सावर र सेन्थेटिकको प्रयोगबाट आकर्षक डिजाइनमा यो जुत्ता तयार गरिएको छ। मल्टी कलरमा उपलब्ध स्पोर्ट्स सुज ह्वाइट-ब्ल्याक, नेभी ह्वाइट, ब्राउन-ह्वाइटजस्ता थुप्रै रंगमा उपलब्ध छ। यसको मूल्य १ हजार २ सयदेखि १ हजार ७ सय रुपैयाँसम्म छ।

क्याजुअल सुज

दैनिक प्रयोगका लागि उपयुक्त जुत्ता हो यो। लामो समय लगातार लगाउँदा पनि आरामदायक हुनु क्याजुअल सुजको विशेषता हो। पसिनाले भिज्ने, खुट्टा बाफिनेजस्ता समस्या यसमा हुँदैन। यो जुत्ता न्युवक सावर लेदरमा तयार गरिएको छ। यसको सोल पियु र रबरबाट बनेको छ। लेसयुक्त तथा लेस नभएको दुवै डिजाइनमा बनाइएकाले आफ्नो रुचिअनुसार लगाउन सकिन्छ। यो विशेषतः फ्ल्याट डिजाइनमा उपलब्ध छ। जिन्स तथा कपडाको पाइन्टसँग क्याजुअल सुज उपयुक्त हुन्छ। यसको मूल्य १ हजार ८ सयदेखि २ हजार २ सय रुपैयाँसम्म छ।

$16,000 Scholarship
To Study in the USA
✽ Associate Degrees
✽ Bachelor Degrees
✽ Master Degrees
✽ M.Phil. /Ph.D.
Ph:9849544747
9741232602

तु चाहियो
नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको टेलिसिरियल गुट्ठी, सुटिङ भैरहेको ८ लो पर्दाको फिल्महरु लगायत सुटिङ हुन गइरहेको विज्ञापनहरुको लागि मोडल, नवनायक, नवनायिका, कमेडि लगायत सबै खाले कलाकारहरु तु आवश्यकता। तपाईमा प्रतिभा छ भने आएको २ दिनमै खेलाउछौं। नजान्नेलाई तालिम दिएको ५ दिन भित्र ग्यारेन्टिका साथ खेलाइरहेका छौं। विशेष प्राथमिकता अविवाहित महिलाहरुको लागि । नेपालमा सबैभन्दा बढि अवसर प्रधान गर्ने बृहस्पति फिल्मस Acting School.
फोन: ९८४१३०४५६६, ९८०८२१०७६१

MOBILE तालिममा Special छुट !
किन नि ?
MICROLINK स्थापनाको 8 वर्षको शुभ-उपलक्ष्यमा
साथै Free Tools
Free Software पनि
सिप सिकौं, आर्जन गरौं
Grab the opportunity
'यो मौका फेरि आउँदैन है'
फोन नं.: ०१-४२६७९०४

२५ कर्मचारी तु: आवश्यकता
International Project लाई कर्मचारी चाहियो।
संख्या : 12 Gents/ 13 Ladies
योग्यता : SLC or PCL Above
तलब : 11,000 + अन्य सुविधा
01-6637290 | 01-2296793
9849302119 | 9849195509
9841475773 | 9808336041
(होस्टेलको सुविधा भएको) नयाँ ठिमी, भक्तपुर | सुकेधारा, रिङ्गरोड

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

फ्रि : वेटर / वेट्रेस
दैनिक भत्ता रु १००-२००/-
तालिम पश्चात फ्रि - BARTENDER
5 STAR होटलमा Practical हुने उत्कृष्टलाई १०००० देखि १५००० सम्मको जागिरको व्यवस्था।
विदेश जानेकोलागी होटल सम्बन्धी स्पेशल कोर्षको व्यवस्था।
WISDOM HOTEL TRANING
KALIMATI CHOWK 01-4277104 | CHABHIL CHOWK 01-6223587

निशुल्क
Waiter/Waitress तालिम
दैनिक भत्ताको व्यवस्था
Cook,Front Office, House Keeping,Barman
35% Discount
* 5 Star होटलका प्रशिक्षकबाट तालिम गराईने।
* उत्कृष्टलाई रोजगारी।
लिंकेज बागबजार,भक्तपुर बसपार्क अगाडी
फोन: ४-२३२६८८, ९८५१०७०८००

LATEST LASERS
FOR ANY SCARS
ACNE/CHICKEN POX
BURN MARKS
ACCIDENT/STITCH
SKIN RESURFACING
and many more ....
TOUCH BEAUTY LASER CLINIC
Tel : 4469302, 4469305 Old Baneshwor
Customer Service : 9841549320

व्यस्त डीसी

'आवाजको दुनियाँको साथी...' सार्वजनिक कार्यक्रममा समेत यही वाक्यांश प्रयोग गर्ने टेलिभिजनकर्मी दिनेश डीसी पछिल्लो समयमा अत्यन्त व्यस्त छन्। यतिबेला उनी नेपाल टेलिभिजन तथा नेटिभी प्लसमा हप्ताकै तीन छुट्टाछुट्टै कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेका छन्। नेपाल टेलिभिजनको रियालिटी शो खोजी प्रतिभाको बाहेक उनी नेपाल टेलिभिजन प्लसमा क्विज कन्टेष्ट तथा हेलो नमस्ते शीर्षक दुई कार्यक्रम समेत सञ्चालन गरिरहेका छन्। हप्ताको तीन वटा कार्यक्रम भ्याएर उनले पछिल्लो समयमा आधा दर्जनभन्दा बढी चलचित्रमा अभिनय गर्न समेत भ्याएका छन्। पछिल्लो समयमा उनले भुवन केसीको 'साथी म तिम्रो', सुरेश अधिकारीको 'तिमी मेरो म तिम्रो', सुमन दाहालको 'मन परेपछि', एनबी महर्जनको 'बजार', आर बुढाथोकीको 'पल' तथा सूदन धितालको 'जय होस्' अभिनय गरेका छन्। सांस्कृतिक कार्यक्रमको उद्घोषण गर्नसमेत भ्याइरहेका डीसी पछिल्लो समयमा यति धेरै व्यस्त भए कि उनले निर्देशन गर्ने भनिएको चलचित्र 'मायाज बार' को छायांकन पटक-पटक सार्न निर्माता सुनिल मानन्धरसमेत बाध्य भएका छन्।

रेखाको स्ट्याटस

नायिका रेखा थापा अचेल फेसबुकको नियमित प्रयोगकर्ता भएकी छिन्। उनी प्रायः फेसबुकमा आफ्नो स्ट्याटस अपडेट गरिरहन्छिन्। पछिल्लो पटक उनले आफ्नो स्ट्याटसमा लेखिन् 'वन्टी ट्वान्टी पर्सेन्ट ब्वाइज ह्याब ब्रेन्स...रेष्ट ह्याब गर्लफ्रेन्ड्स...हेहेहे'। उनको स्ट्याटसको नेपाली रूपान्तर हुन्छ '२० प्रतिशत केटाको मात्र दिमाग हुन्छ...बाँकीको प्रेमिका मात्र...हाहाहा'। रेखाले अघिल्लो बुधवार दिउँसो यो स्ट्याटस लेखेपछि धुप्रै प्रतिक्रिया आए। रेखाको फ्रेन्डलिस्टमा भएका युवतीहरूले रेखाको यो भनाइमा शतप्रतिशत सहमति जनाए। कतिपय युवतीले केटाहरूलाई घमन्डीसमेत भन्न बाँकी राखेनन्। फ्रेन्डलिष्टका केटाहरू पनि के कम, उनीहरूले रेखालाई मात्र होइन सबै नायिकालाई दिमाग नभएका...भन्न पछि परेनन्। रमाइलोका लागि लेखेको स्ट्याटसले विवादकै रूप लिएपछि बाध्य भएर रेखाले 'मैले मजाक गर्न मात्र यो लेखेको हो, म केटाहरूलाई सम्मान गर्छु...' लेखेपछि मात्र विरोध गर्नेहरूको मन शान्त भएको थियो।

अब फेरि
सुश्री निशा सुनार

म्याडम निशा सुनार अब जोडी रहिनन्, अर्थात् उनको वैवाहिक जीवनमा ब्रेकअप भयो। केही वर्षपहिले एक व्यवसायीसँग दाम्पत्य सम्बन्धमा गाँसिएर श्रीमती बनेकी निशा अहिले तिनै श्रीमान्सँग आफ्नो अधिकारको लडाइँ लड्दै छिन्। भनिन्छ, लोक-पप गायिका निशाको दाम्पत्य जीवनमा विगत केही समययता खटपट चल्दै आएको थियो र उनका श्रीमान् निशालाई यतै छाडी कतारतिर बस्दै आएका थिए। मञ्च तताउन खप्पिस श्रीमती निशालाई अब फेरि सुश्री निशाका रूपमा सम्बोधन गर्नुपर्नेछ। पूर्वपतिबाट धोका खाएकी निशाले फेरि घरजम गर्छिन् कि गर्दिनन्, त्यो त भविष्यको कुरा हो, अहिले भने उनी सिङ्गल लाइफको मजा लुट्ने सुरमा देखिन्छिन्। निशा आफ्ना म्युजिक भिडियोहरूमा भुवन केसी, राजेश हमाल, दिलीप रायमाझीजस्ता नायकको जोडी भएर पनि चर्चामा रहँदै आएकी छिन्।

मुखिया बने थिन्ले

क्याराभानका नायक थिन्ले लुन्डुप लामा निर्माता सुलेमान शंकरको इकु-२ को छायांकनका लागि उनी काठमाडौंमा झन्डै एक महिना बिताएर डोल्पा फर्किएका छन्। इकु-२ मा थिन्ले राउटे समुदायको मुखियाको भूमिकामा देखिनेछन्। इकु-२ का निर्देशक सागर लामिछानेले थिन्लेलाई मुस्किलले खोजेर छायांकन सकेका हुन्। उपल्लो डोल्पाको साल्दाङ गाउँमा बस्ने थिन्लेलाई खबर पठाउन र चलचित्रमा काम गर्न राजी बनाउन तीन महिना लागेको निर्माता शंकरले बताए।

भक्तपुरको सूर्य विनायकमा निर्मित राउटे बस्तीको सेटमा थिन्ले मुखियाका रूपमा देखा परे भने उनी दुइटा गीतमा नाचे। राउटेको भूमिका मन परे पनि भाषा नबुझेर धेरै अप्ठ्यारो भएको थिन्लेले बताए। फ्रान्सेली निर्देशक

एरिक भ्याली नभेटिएका भए थिन्ले लुन्डुप लामा सायद अहिले जाडो छल्न चौरी धपाउँदै उपल्लो डोल्पाबाट दुनै झरिरहेका भेटिन्थे, तर एरिकसँगको संयोगपूर्ण भेटले थिन्लेलाई कुनै समयमा 'सपनामा पनि नदेखिने' काठमाडौं अहिले 'पानी-पधेरोझैं' भएको छ।

फ्रान्सेली निर्माता एरिकसँग भेट्नुअघि उनी नुन र खाद्यान्नका लागि चौरीको पुच्छर निमोठ्दै तिब्बती बजार जान्थे। ५ हजार मिटरभन्दा अग्ला हिउँ चुचुरा छिचोल्दै ढुवानी गर्नु त्यहाँको जीवनचर्या थियो। उपल्लो डोल्पाको उक्त कथालाई एरिकले क्याराभान (लस्कर) मा मन छुने गरी समेटे। एरिकले चलचित्रलाई जीवन्त बनाउन वास्तविक पात्रका रूपमा थिन्लेलाई उभ्याए, जो चौरीको लस्कर लिएर नुन खेप्न तिब्बत जान्थे। 'क्याराभानमा काम गरेपछि नचिन्ने कोही भएनन्,' थिन्लेले भने, 'नत्र म त्यहि हिउ-पहरोमा चौरीको धपाइरहेको हुन्थे कि ?'

राजेन्द्र नाथ

रोनाधोना फिल्म

'दर्शक रोए निर्माता हास्छ, दर्शक हाँसे निर्माता रुन्छ' नेपाली चलचित्र उद्योगको आधा शताब्दीको यात्रालाई एक वाक्यमा समीक्षा गर्न यो वाक्य पर्याप्त छ। अब कुरा गरौं, चलचित्र 'बाटोमुनिको फूल' को। गायकको परिचय बोकेका यसकुमार र बाबु बोगटी यो चलचित्रबाट दमदार नायकको भूमिकामा पदार्पण भएका छन्। जीवन्त अभिनय गरेका गायकद्वयको फिल्मी करियरको यो पहिलो सिढी उनीहरूका निम्ति खुसी बोकेर आएको देखिन्छ। ४८ लाख कथित दलितको व्यथा बोकेको यो चलचित्र हेरेपछि चलचित्रका नायक तथा निर्माता यसकुमार दर्शकहरूसँग सोधिरहेका थिए, 'चलचित्र हेर्दा कतिपटक रुनुभयो ?' उनले यो प्रश्न एक दर्जनजतिसँग सोधे होलान्। दर्शकलाई भावावेशमा पुऱ्याउन सफल यो चलचित्र हेर्ने दर्शकहरू पक्कै रोएकै हुनुपर्छ भन्ने अनुमानमा यसले उक्त प्रश्न गरेका हुन सक्छन्। नेपाली चलचित्रमा दर्शक रोए भने निर्माता हाँस्ने अनुमानमै उनले प्रश्न गरेको स्पष्ट झल्किन्थ्यो। अहिलेसम्म दर्शकको राम्रै माया पाइरहेको यो चलचित्रको व्यवसाय हेर्दा पनि सम्भवतः यसकुमारको फर्मुला सही साबित भएको छ। बधाई छ यसजी, दर्शक रुवाएर निर्माता हँसाउन सफल हुनुभएकोमा।

श्रेया सोताङले छोटो समयमा नेपाली सांगीतिक आकाशमा धेरै उपलब्धि हासिल गरेकी छिन्। उदय-मनिला सोताङकी सुपुत्री श्रेयालाई अब त्यसरी चिनाइरहनु आवश्यक छैन। "सुरुआत" शीर्षकको एल्बमबाट सांगीतिक दुनियाँमा डेब्यु गरेकी श्रेया चाँडै नयाँ एल्बम बजारमा ल्याउन कम्मर कसेर लागेकी छिन्। श्रेयालाई गत साता साप्ताहिक संवाददाताले दार्जीलिङमा फेला पारे। गोर्खा जनमुक्ति विद्यार्थी मोर्चाले आयोजना गरेको सौन्दर्य प्रतियोगिताको अवसर पारेर उनलाई सम्मान पनि गरिएको थियो। दार्जीलिङमा एक साता बिताएकी श्रेयासँग तीन प्रश्न :

अचानक दार्जीलिङ किन ?

सर्वप्रथम त दार्जीलिङ मेरो जन्मभूमि हो। धेरै भएको थियो नआएको, त्यसैले घुमघाम पनि हुने साथीभाइसँग भेटघाट पनि हुने भनेर आएको।

कस्तो लाग्छ दार्जीलिङ ?

मेरो जन्मभूमि हो यो। आफूलाई जन्म दिन आमा कति प्यारो हुन्छ त्यति नै माया लाग्छ दार्जीलिङको।

दार्जीलिङमा जारी गोर्खाल्यान्ड आन्दोलनका बारेमा के भन्नुहुन्छ ?

म राजनीति त्यति बुझ्दिनँ, तर चासो भने राख्दै आएकी छु। दार्जीलिङमा केही समययता गोर्खा जनमुक्ति मोर्चाले आन्दोलनको नेतृत्व गरिरहेको छ। अब दार्जीलिङ बंगालबाट अलग भएर बस्नुपर्छ भन्ने लाग्छ।

पर्वत पोर्तेल

● फिल्मी खबर ●

न बिर्से तिमीलाई

योगेश घिमिरेद्वारा निर्देशित छैटौं चलचित्र 'न बिर्से तिमीलाई न पाएँ तिमीलाई' पुस महिनाको ३० गतेदेखि प्रदर्शनमा आउनेछ। प्रज्ञा फिल्म्सको ब्यानरमा गत साउन १० गते निर्माण प्रारम्भ भएको यो चलचित्रको स्वरांकन अन्तिम चरणमा पुगेको छ। चलचित्रमा विराज भट्ट, बाबु बोगटी तथा झरना थापाको मुख्य भूमिका छ। गायिका अञ्जु पन्तको चर्चित गीतको मुखडालाई शीर्षक बनाइएको चलचित्रमा उक्त गीत पनि समेटिएको छ। प्रज्ञा जोशीले निर्माण गरेको यो चलचित्रमा युवराज राईको छायांकन, महेश खड्काको संगीत, रोशन श्रेष्ठको द्वन्द्व तथा गोविन्द राईको नृत्य निर्देशन हेर्न-सुन्न पाइनेछ।

धर्माको खबर

चलचित्र सार्वजनिक हुन तीन साता मात्र बाँकी हुँदा निर्देशक दीपेन्द्र के खनाल थला परे। मिर्गौलामा पत्थरी भएपछि उनको आकस्मिक शल्यक्रिया गर्नुपरेको थियो। यद्यपि उनी अहिले केही बिसेक भएर मंसिर २४ गतेदेखि देशव्यापी प्रदर्शन हुन लागेको चलचित्र 'धर्मा' को प्रचार-प्रसारमा खटिरहेका छन्। घाउ नदुख्ने औषधी खाँदै चलचित्रको व्याख्या गर्नमा उनको दिन बित्न थालेको छ। चलचित्रकी नायिका मनीषा कोइराला मुम्बई, निर्माता डा. दुर्गा पोखरेल अमेरिका तथा नायकहरूमध्ये निखिल उप्रेती मुम्बई र राजेश हमाल यहीं भएर पनि अत्यधिक व्यस्त भएकाले खनालको दौडधूप बढेको हो।

अमेरिकामा खग्रास

विजय पराजय, सौता, महादेवी, अरुणिमा, तपस्या आदि चलचित्रका निर्माण परिकल्पनाकार शैलेश आचार्य हाल अमेरिकामा चलचित्र 'खग्रास'को निर्देशन गरिरहेका छन्। वासिङ्गटन डिसीमा छायांकन भैरहेको उक्त चलचित्रदृ युवाहरूले देश छाडेर विदेश पलायन हुनुहुँदैन भन्ने सन्देश बोकेको छ। संयोग पोखरेल, सोनी केसी, सुनिल पोखरेल, अनिल पोखरेल, दिनेश शर्मा, विश्वबन्धु प्रसाईंलगायतका अमेरिकी कलाकारको पनि अभिनय रहने चलचित्र 'खग्रास' लाई वैकल्पिक सिनेमा नेपाल, आरोहण गुरुकुल, नेपाल इन्टरनेसनल टेक्सास तथा डा. दुर्गा पोखरेल संयुक्त रूपमा निर्माण गरेका हुन्।

एक महिना पोखरामा

चलचित्र 'के यो माया हो'को छायांकन टोली हाल पोखरामा छ। निर्देशक सुदर्शन थापाको निर्देशनमा निर्माण भैरहेको उक्त चलचित्रको छायांकन एक महिनासम्म पोखरामा गरिनेछ। यो चलचित्रमा आर्यन सिग्देल, अरुणिमा लम्साल, सुष्मा कार्की, सौगात मल्ल आदि कलाकारको महत्वपूर्ण भूमिका छ।

कलेजबाट प्रचार अभियान

माघ महिनामा सार्वजनिक हुने चलचित्र 'स्वर' को प्रचार-प्रसार काठमाडौंका विभिन्न कलेजबाट थालिएको जानकारी निर्देशक प्रसन्न पौडेलले दिएका छन्। गत सोमबार निस्ट कलेजले नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठानको सभाहलमा आयोजना गरेको कार्यक्रममा स्वरका कलाकार तथा संगीतकर्मीहरूले चलचित्रको प्रचार गर्दै कार्यक्रम प्रस्तुत गरेका थिए। युवापुस्तामा लक्षित उक्त चलचित्रको विषयले कलेज पढिरहेका विद्यार्थीहरूलाई आकर्षित गर्न सक्ने निर्देशक पौडेलले साप्ताहिकलाई बताए। चलचित्रमा राजबल्लभ कोइराला, केकी अधिकारी आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्।

सुरुवातको मुहूर्त

पूर्वेली कलाकारलाई लिएर निर्माण हुने नेपाली कथनाक चलचित्र 'सुरुआत'को इटहरीमा एक कार्यक्रमबीच मुहूर्त सम्पन्न भएको छ। आकृति फिल्म्स प्रालिको ब्यानरमा निर्माण हुन लागेको चलचित्र सुरुवातको निर्देशन विनोद श्रेङले गर्नेछन्। दिनेश सुब्बाको संगीत तथा रत्न देउलाको द्वन्द्वमा तयार पारिने यो चलचित्रका निर्माता टिकाहाङ जवेगू तथा सहनिर्माता कृष्ण पन्धाक र शुक्र केरुङ हुन्। फागुनदेखि छायांकन हुने चलचित्रमा रेखा थापा, मित्र लिङ्देन, मीरा जवेगू, प्रेम सुब्बा, दीपक छेत्री, चन्द्र लक्सम, केदार उप्रेती, चन्द्रकला जवेगू, गीता रुचाल आदि कलाकारको अभिनय हेर्न पाइनेछ।

हाल म १९ वर्षको भएँ। विगत दुई वर्षदेखि मेरो आफ्नै नातेदारसँग प्रेम सम्बन्ध रहँदै आएको छ। उनी अहिले गोरखा जिल्लाको एउटा गाउँमा छिन। म विगत ६ महिनादेखि काठमाडौंमा बस्दै आएको छु। मैले उनलाई बेलाबखत फोनमार्फत सम्पर्क गर्थें, तर अकस्मात केही दिनअघि बेलुकी समय मिलाएर फोन गर्दा उनले रिसिभ गरिनन्। त्यसपछि मैले पुनः पाँच-छ पटक प्रयास गर्दा पनि उनले फोन उठाइनन्। मैले लगातार पाँच दिनसम्म फोन गरिरहें तर उनले फोन उठाइनन्। यति लामो समयसम्म घनिष्ठ प्रेम हुँदा पनि र उनले मलाई राम्रोसँग चिनिसक्दा पनि एक्कासि सम्पर्कविहीन हुन खोज्नुको कारण मैले थाहा पाउन सकेको छैन। यसरी एक्कासि माया मार्दा यो मनको स्थिति कस्तो भयो तपाईं पनि कल्पना गर्न सक्नुहुन्छ। त्यसैले अब मैले उनीसँग सम्पर्क गर्न के गर्नुपर्ला ? मैले काठमाडौं आउनुभन्दा अघि उनीसँग विवाहको प्रस्ताव पनि गरेको थिए, तर उनले स्वीकार गरिनन्। कतै मेरो विवाहको प्रस्तावले उनको मनमा चोट त पुगेन ?

कखग

तपाईं कस्तो नातेदारसँगको प्रेममा पर्नुभएको हो भन्ने कुरा पत्रबाट खुल्दैन। नेपालको कानुनअनुसार कतिपय नातासम्बन्धमा वैवाहिक सम्बन्धलाई अपराध मानिन्छ। हाडनाता र मितेरी साइनोमा वैवाहिक सम्बन्धलाई हाम्रो धर्म-परम्पराले समेत बन्देज लगाएको छ। यो प्रसंगमा तपाईंकी प्रेमिकाले सम्भवतः हाडनातामा विवाह हुन नसक्ने कानुनी, धार्मिक तथा सामाजिक परम्पराका बारेमा थाहा पाएपछि तपाईंबाट टाढा हुन खोजेको हुनुपर्छ। तपाईंकी प्रेमिकाको यस्तो निर्णय उनको बाध्यतामात्र नभै बुद्धिमत्तापूर्ण पनि छ। कालान्तरमा झमेला हुन सक्ने सम्बन्ध विकसित गर्नुभन्दा त्यसलाई समयमै टुंग्याउनु राम्रो हो। तपाईंको हकमा तपाईंहरूको नाता-सम्बन्धका बारेमा ठोस निक्यौंल गरी तपाईंले पनि प्रेमिकाले जस्तै निर्णय लिन सक्नुपर्छ। जहाँसम्म तपाईंलाई परेको चोटको कुरा छ, त्यो तपाईंले भविष्यमा भोग्नुपर्ने नियतिको तुलनामा खासै ठूलो हो जस्तो लाग्दैन, तसर्थ आफ्ना अभिभावकसँग छलफल गरेर आफ्ना लागि एउटी योग्य बधुको खोजी गरेर घरजम गर्नुमै तपाईंको कल्याण छ।

● लभ गुरु रेखा ●

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।

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/German/Chinese/French/Spanish classes
Computer: Basic/Advanced/Accounting/Graphic.. courses
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, 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

१० महिना मै +2/SLC
➲ कक्षा ७,८,९,१० फेल भएपनि Math/Science/Test नदिई ५ बिषय मात्र पढेर १० महिनामै S.L.C. पास गर्न चाहानुहुन्छ ?
➲ +2/A Level फेल भएपनि ५ बषय मात्र पढेर +2 पास गर्न चाहानुहुन्छ ?
➲ विश्वभर मान्यता प्राप्त-गृहिणी/जागिरे/व्यावसायीले घरैमा बसी पढ्न सकिने।
➲ पास गन सकिने।
बिगत १० वर्ष देखि संचालित
पाथ फाईन्डर ग्लोबल एजुकेशन
पुतलिसडक (रिपोटर्स क्लबको अगाडि)
2005077, 9841787602
www.pathfinder.edu.np

STUDY CANADA
Beautician & Esthetics
INTAKE :- JAN / FEB 2011
High Visa success till now
Quick offer letter
Complete Documentation
PR oppertunity
Tuition Fee $ 7801.50
Minimum Requirement - SLC/+2 or Equivalent
TOEFL/IELTS Not Required
IELTS Class & Commodity Market Training
ELMIRA International Education Pvt. Ltd.
Dillivazar 32, Opposite to Batule Ghar, Phone: 01-4444397, 01-4436976
Website: www.elmiranepal.com Email: info@elmiranepal.com

Expose NEPAL DOT COM & inStYle
Jointly Presents
MR NEPAL 2011
YOUR IDENTITY...
LIVE ON TV
Participation form Open all Over Nepal
*condition Apply
Call Now for form Submission
9851052611 9851034394
9803776882 9841218908
WIN CASH 100000.00
Form Download Available @ www.glamournepal.com
JIVAN LUITEL MR NEPAL

श्रीमान्लाई फकाउने काइदा

रिसाएर घर छाड्ने श्रीमान्लाई फकाउन तपाईं के गर्नुहुन्छ ? हलिउडकी नायिका तथा गायिका हिलारी डफले एउटा नयाँ काइदा प्रयोग गरेकी छिन् । आफूसँग रिसाएर घर छाडेर गएका श्रीमान्लाई फकाउन डफले आफ्ना कामोत्तेजक तस्बिर खिचाएर श्रीमान्लाई पठाइदिएकी छिन् । श्रीमान् माइक कोमरीसँगको वैवाहिक जीवनलाई रोमाञ्चक बनाउने उदेश्यले डफले यो कदम चालेकी हुन् । २३ वर्षीया यी सुन्दरीले गत अगस्ट महिनामा आइस हकी खेलाडी माइकसँग विवाह गरेकी थिइन् । पछिल्लो समयमा आफ्नो सम्बन्धमा फाटो आउन थालेपछि डफले श्रीमान्को व्यक्तिगत इमेलमा आफ्ना कामोत्तेजक तस्बिर पठाएकी हुन् । डफलाई के विश्वास छ भने श्रीमान्ले उनका कामुक तस्बिर अरूलाई देखाउनेछैनन् । विवाह गरेको केही समयपछि नै माइकबाट टाढा भएकी डफ लस एञ्जलसमा बसोबास गरिरहेकी छिन् ।

सपिङ क्रेजी कंगना

स्टाइलिस बलिउड बाला कंगना रनावतलाई सपिङ निकै मन पर्छ । सपिङ भनेपछि भुतुक्कै हुने यी अभिनेत्रीले अभिनय गर्ने नयाँ चलचित्रका निर्माताले आफू सुहाउँदो पहिरन आफूखुसी सपिङ गर्न भनेपछि २५ लाखबराबरको सपिङ गर्न भ्याएकी छन् । स्रोतका अनुसार अभिनेत्री कंगनाले फेसनको सहर पेरिसमा उक्त सपिङ गरेकी हुन् ।

आरतीले बढाइन् आफ्नो तौल

चलचित्र 'दस तोला' मा आफूले निर्वाह गरेको चरित्र सुवर्ण शास्त्रीको भूमिकालाई जीवन्तता प्रदान गर्न अभिनेत्री आरती छाबरियाले ५ किलो तौल बढाएकी छिन् । स्रोतका अनुसार आफ्नो तौल बढाउन अभिनेत्री आरतीले बढी मात्रा माछा र चामल सेवन गर्नुका साथै जिम जान छोडेकी थिइन् ।

रोल मोडल एम्मा

चलचित्र 'ह्यारी पोर्टर' की नायिका एम्मा वाट्सन टिनएजका युवतीहरूमाझ अत्यन्त लोकप्रिय छिन् । एउटा पछिल्लो सर्वेक्षण अनुसार अमेरिकी किशोरीहरूलाई पपगायिका शेरिल कोलभन्दा एम्मा नै बढी मन पर्छिन् । सर्वेक्षणमा पाँचमध्ये चार जना किशोरीले आफ्नो रोल मोडलका रूपमा २० वर्षीया एम्मालाई मत दिएका थिए । रोल मोडलको सूचीमा एम्माले शेरिल कोल तथा गायिका केटी पेरीलाई समेत उछिनेकी छिन् । यो सर्वेक्षणमा १२ देखि २० वर्ष उमेरसम्मका १८ हजार किशोरी सहभागी थिए । सर्वेक्षणमा सहभागि किशोरीहरूले आफूलाई सुन्दर युवती भन्दा तेज दिमाग भएकी युवती हुन मन लागेको बताए । सर्वेक्षण गर्ने संस्थाले जनाएअनुसार किशोरीहरू अहिले एम्माजस्तै बन्न चाहन्छन् । ह्यारी पोर्टरको नयाँ चलचित्र प्रदर्शनपछि एम्मा पनि अचेल निकै खुसी छिन् । चलचित्रले राम्रो व्यापार गरेपछि उनको खुसी बढेको हो ।

झूटो बोल्ने नायिका

हलिउड नायिका डेनिस रिचर्ड्सले हालै मात्र आफू झूटो बोल्ने स्वभावकी युवती भएको स्वीकार गरेकी छिन् । डेनिस भन्छिन्– 'म प्रायः आफ्ना छोरीहरूसँग झूट बोल्छु ।' डेनिससँग उनका पूर्वश्रीमान् चाली सिनका तर्फबाट दुई छोरी छन्, छ वर्षीया सेम तथा पाँच वर्षीया लोला । डेनिसका अनुसार उनी कुनै पुरुषसँग घर बाहिर जाने क्रममा छोरीहरूसँग झूटो बोल्छिन् । डेनिस भन्छिन्– 'यदि म डेटिङमा गैरहेकी छु भने छोरीहरूलाई एउटा महत्त्वपूर्ण बैठकमा जानु छ भनेर ढाँट्छु ।' छोरीहरूसँग झूटो बोल्नुपर्ने पनि उनको आफ्नै बाध्यता छ । डेनिसका अनुसार उनी आफ्ना छोरीहरूलाई त्यसबेलासम्म कुनै पनि अपरिचित व्यक्तिसँग चिनाउन चाहन्नन्, जबसम्म उनी स्वयं उक्त व्यक्तिसँगको सम्बन्धप्रति गम्भिर हुन्नन् ।

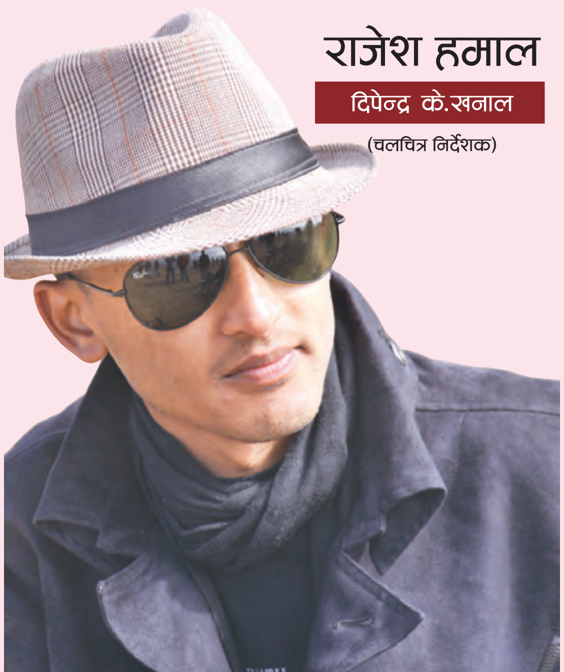
प्रियंकाको एक्सन र लाराको ग्ल्यामर

मिस वर्ल्ड तथा मिस युनिभर्सको ताज जितेर एकसाथ बलिउडमा एन्ट्री गरेका अभिनेत्रीद्वय प्रियंका चोपडा र लारा दत्ता चलचित्र 'अन्दाज' पछि पुनः एकसाथ चलचित्र 'डन टु' मा देखिंदैछन् । यी दुई अभिनेत्रीसँगै 'डन टु' मा शाहरुख खान, बोमन इरानी, ऋतिक रोशन आदि कलाकारको मुख्य भूमिका छ । श्रोतका अनुसार प्रियंका र लाराको एकसाथ उपस्थिति रहेको पहिलो चलचित्र 'अन्दाज' मा यी दुवै अभिनेत्रीबीच को बढी ग्ल्यामरस भन्ने प्रतिस्पर्धा देखिएको भए पनि 'डन टु' मा भने ग्ल्यामर देखाउने काम लाराले गरेकी छिन् भने प्रियंकाको भूमिका एक्सनप्रधान छ ।

राजेश हमाल

दिपेन्द्र के.खनाल

(चलचित्र निर्देशक)



● मेरो अनुभव ●

युगदेखि युगसम्म रिलिज हुँदा म छ वर्षको थिएँ। फिल्मका हिरो-हिरोइन चिन्ने बेला पनि भएको थिएन। बुझ्ने भएपछि राजेश हमालको 'देउता' हेरेको थिएँ। त्यसपछि म उहाँको प्रसंसक भए। जापानमा चलचित्र निर्देशन पढ्न जाँदा, पढ्दा र फर्किएपछिसम्म पनि म नेपालमा चलचित्र निर्देशन गर्छु र मेरो चलचित्रमा राजेश हमाल नै मुख्य अभिनेता हुनेछन् भन्ने मेरो कुनै पूर्वयोजना थिएन। जे भयो परिस्थितिले गर्दा भयो। अर्जुनकुमारको निर्माणमा अर्कै चलचित्र बन्ने तय भैसकेर पनि अन्ततः 'द युगदेखि युगसम्म' निर्माण हुने भयो र त्यसको निर्देशन गर्ने अभिभारा मलाई बोकाइयो।

कथा अनुरुप सानैदेखि देखेको राजेश हमाललाई परिवर्तन गर्नु जरुरी थियो। उहाँको हेयर स्टाइल, डाइलग बोल्ने शैली हरेक चलचित्रमा एउटै पाइन्थ्यो। दुई दशकसम्म उहाँ त्यही रुपमा सुपरस्टार हुनुभयो। मैले गेटअप र स्टाइल परिवर्तन गर्नु पर्ने सर्त सुनाउँदा सुरुमा त मान्नु भएन। विस्तारै कथा पढेपछि उहाँ राजी हुनुभयो। त्यसपछि मलाई लाग्यो कि राजेश हमाललाई 'कन्भिन्स' गर्न कसैले खोजेनन्।

मैले निर्देशन गरेका दुइवटै चलचित्रमा राजेश हमाल मुख्य अभिनेता हुनुहुन्छ। उहाँ सजिलै कसैसँग खुल्नु हुन्न। जब खुल्न थाल्नु हुन्छ, उहाँ जत्तिको यो क्षेत्रको चलनलाई बुझेको अभिनेता नै छैनन् कि जस्तो लाग्छ। उहाँको यो असल पाटो हो। खराब पाटो केलाउने हो भने उहाँ छायांकनस्थलमा समयमा पुग्नु हुन्न। सबैले उहाँलाई कुरेर बसेका हुन्छन्, दिएको समयमा नपुग्दा सबैलाई टेन्सन हुन्छ। मैले निर्देशन गरेको 'धर्मा'मा उहाँ मनिषा कोइरालाको अपोजिटमा हुनुहुन्छ। बलिउड हल्लाई सकेकी अभिनेत्रीसँग अभिनय गर्दा पनि उहाँ सहज देखिनुभयो। अरू कुनै कलाकार भएका भए संभवतः नर्भस हुन्थे। समग्रमा राजेश हमाल मेरा लागि 'आइडल' हुन्। भ्याएसम्म म आफ्ना हरेक चलचित्रमा उहाँलाई नै लिने प्रयास गर्नेछु र हमालको फरक शैली दर्शक सामू ल्याउने प्रयत्न गर्नेछु।

तपाईं ल्यान्डलाइन फोन कत्तिको प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

केवल १ प्रश्न

म विशेष गरी ल्यान्डलाइन नै प्रयोग गर्छु। मोबाइलको नेटवर्क समस्याका कारण अरूलाई फोन गर्नु पर्दा ल्यान्डलाइनबाटै गर्छु। मोबाइलमा चाहिँ आएको फोन उठाउने मात्र काम गर्छु।

अमिन पाण्डेय (गायक)

मोबाइल बोक्न थालेदेखि त ल्यान्डलाइन फोन प्रयोग गरेकै छैन भने पनि हुन्छ। मोबाइल हातमै भैरहने भएकाले जसलाई फोन गर्नु पर्दा पनि मोबाइल नै चलाउँछु। कहिलेकहीँ मोबाइलमा ब्यालेन्स सकियो, कार्ड पनि भनेको बेला किन्न पाइएन भने चाहिँ घर बाहिर गएर ल्यान्डलाइन फोन प्रयोग गरेकी छु, तर ज्यादै कम मात्रामा।

अञ्जना गुरुङ (गायिका)

म त ल्यान्डलाइन फोन प्रयोग नै गर्दिनँ भन्दा पनि हुन्छ। लोडसेडिङ बढेको बेला मोबाइलको ब्याट्री सकियो भने मात्र ल्यान्डलाइन फोन प्रयोग गर्छु, अरू बेला ल्यान्डलाइन फोन छुँदै छुन्नँ।

ऋचासिंह ठकुरी (नायिका)

ल्यान्डलाइनको प्रयोग कमै गर्छु। अफिसमा भएको बेला अफिसकै कामका लागि मात्र ल्यान्डलाइन फोन प्रयोग गर्छु अरू बेला त मोबाइन नै चलाउँछु।

अमित पोखरेल (नायक/मोडल)

आफू त काठमाडौंमा एक्लो मानिस, त्यसैले ल्यान्डलाइन फोनको आवश्यकता नै पर्दैन। सबै काम मोबाइलबाटै चल्ने भएकाले ल्यान्डलाइन प्रयोग नै गर्दिनँ भन्दा फरक पर्दैन।

बाबुराम ढकाल (निर्देशक)

हार्दिक बधाई

हाम्रो जिल्ला खोटाङमा जन्मिएका तीन रत्नहरु सुगम गायनका गायक राजेश पायल राई, पप गायनका सविन राई तथा संगीतकार महेश खड्काले कान्तिपुर एफएमको १२ औं वार्षिकोत्सवमा आ-आफ्नो विधामा नम्बर वान रहेर अवार्ड हासिल गर्नुभएकोमा हामी जिल्लावासीहरू गौरवान्वित छौं। उहाँहरूको उत्तरोत्तर प्रगतीको कामना गर्दछौं।

निशान राई, शम्भु राई, संगीता राई, रविन राई तथा समस्त खोटाङ जिल्लावासी

● अपोजिट सेक्स ●

नेहा निरौला (नायिका)

मनपर्छ

रफ लुक्स : केटाहरू रफ भएर हिंडेको राम्रो देखिन्छ। उनीहरूलाई हल्का दाह्री सुहाउँछ। आँखीभौंको पियर्सिङ अनि शरीरको ट्याटुले पनि उनीहरूलाई रफ देखाउँछ।

फिगर : व्यायाम गरेर सुहाउने मात्रामा बनाइएको फिगरले केटाहरूको व्यक्तित्व बढाउँछ। विशेष गरी चौडा छाती र चाक्लो आर्मस् बनाउनु राम्रो हो।

अग्लो हाइट : मिलेको ज्यान र अग्लो शरीर भएका केटाहरूले जुनसुकै केटीलाई आफूतर्फ आकर्षित गर्छन्।

ड्रेसअप : मौसमअनुसारको फेसन गर्नु केटाहरूका लागि मात्र होइन, केटीहरूका लागि पनि जरुरी कुरा हो। सुहाउँदो पहिरनमा सजिएका केटाहरू सुकिला देखिन्छन्।

मन पर्दैन

पेट लागेको : पेट लागेको शरीरलाई स्वस्थ मानिँदैन र त्यस्तो शरीरले कसैलाई आकर्षित गर्दैन।

कम हाइट : मेरो बुझाइमा अग्लो शरीर भएका केटाले सबैलाई आकर्षित गर्छन्। मलाई होचा केटाहरूले कहिल्यै लोभ्याएनन्।

लामो कपाल : रफ भएर पनि नसुहाउने गरी पालिएको केश मलाई मन पर्दैन।

केटी जिस्काउने : बाटोमा बसेर केटी जिस्क्याउने काम बेकम्माहरूले मात्र गर्छन्। मलाई त्यस्ता केटाहरू पटक्कै मन पर्दैनन्।

आरपी भट्टराई

'लाजा लाम मेरो नाम' अहिले बालबालिकाको मुखमा यही थेगो झुन्डिएको छ। झन्डै १ सय किलोका हास्यकलाकार आरपी भ राईले हास्यश्रृंखला तीतो सत्यमा यही थेगो बोलेर दर्शक हँसाउन थालेको एक वर्षभन्दा बढी भएको छ। नेपालकै मोटा हास्यकलाकारमध्येका एक आरपीले तीतो सत्यमा अभिनय गर्न थालेपछि पाएको लोकप्रियता उनको अभिनय करियरकै उच्च हो। २०४३ सालमै बालकलाकारका रूपमा "परी आइन" शीर्षकको टेलिश्रृंखलामा अभिनय गर्दै कलाकारिता यात्रा प्रारम्भ गरेका आरपीले यो अवधिमा दर्जनौं टेलिश्रृंखलामा अभिनय गरिसकेका छन्। पोथी बास्यो, थोरै भए पुगीसरि, ५२ घुस्सा ५३ ठक्कर, श्रीमती जिन्दाबाद, फिरन्ते, सुनौलो संसार, चलेको चलन, रातो-पीरो, गाई कि त्रिशूलजस्ता हास्यश्रृंखलामा आरपीले अभिनय गरिसकेका छन्। ५२ घुस्सा ५३ ठक्करमा आफूले बोलेको बोल्ने थेगो याया थुक्क दर्शकले मन पराएपछि उनी अर्का हास्यकलाकार तथा गायक प्रकाश ओझाको सहयोगमा गायकसमेत बने भने याया थुक्क शीर्षकको गीतिसंग्रह समेत प्रकाशित गरे। सहिद, एक पलको जीवन, द सोल, जादुगर, मालतीको भट्टी आदि चलचित्रमा समेत अभिनय गरिसकेका आरपी यतिबेला दोस्रो गीतिसंग्रह नेपाली भुँडीको तयारीमा व्यस्त छन्। गत मंगलबार तीतो सत्यको छायांकनमा भेटिएका आरपीसँग *साप्ताहिक*को तीन प्रश्न:

३ प्रश्न

तपाई गायक कि हास्यकलाकार ?

म हास्यकलाकार नै हो। गायक त रहरैरहरमा बनेको हुँ। श्रोताले मेरा गीत मन पराएपछि गायनलाई निरन्तरता दिइरहेको छु।

मोटो शरीरले कलाकारितामा फाइदा पुगेको छ कि अभिनय गर्न गाह्रो परेको छ ?

यही मोटो शरीरकै कारण म हास्यकलाकार बनेको हुँ भन्दा फरक पर्दैन। भीडमा अरूभन्दा अलग देखिने भएकाले मलाई कलाकारितामा फाइदै पुगेको छ।

भविष्यमा निर्देशक बन्ने योजना बनाइरहनुभएको हो ?

अहिले नै टेलिश्रृखला निर्देशन गर्ने योजना त बनाइसकेको छैन, तर यही क्षेत्रमा काम गरिरहँदा भविष्यमा निर्देशक बन्ने सम्भावनालाई नकार्न मिल्दैन।

जम्का भेट

सरोज खनाल नेपाली चलचित्रमा सक्रिय रहँदै एक्कासि अमेरिका पलायन भए। १४ वर्षपछि पुन: उनी यादव सिलवालले निर्देशन गर्न लागेका चलचित्र 'मानव' मा नायकका रूपमा देखा पर्न लागेका छन्। ०४६ सालमा राजेन्द्र सलभद्वारा निर्देशित चलचित्र विजय पराजयबाट नेपाली चलचित्रमा पाइला टेकेका खनालले ३३ वटा नेपाली चलचित्रमा अभिनय गरे। ४८ वर्षीय खनाल अब नेपालमै बसेर अभिनय गर्ने सोचमा छन्। मानवको सुटिङका क्रममा १५ वर्षको अन्तरालपछि पोखरा आएका नायक खनालसँग शिव शर्माको जम्काभेट :

अब नेपालमै बस्ने गरी आउनुभएको हो ?

अहिलेका युवा दर्शकले मलाई बिर्सिएका छन्। उनीहरूलाई चिनाउन पनि मैले सिनेमा खेल्नु आवश्यक थियो। त्यही आवश्यकता पूरा गर्न र दर्शकलाई पुन: आफ्नो परिचय दिन आएको हुँ।

त्यति राम्रो चर्चा पाउँदा-पाउँदै किन जानुभयो अमेरिका ?

सबैले मसँग यही प्रश्न सोध्छन् (हाँस्दै)। त्यतिबेला राम्रा चलचित्र त खेलें, तर सोचेको उपलब्धि भने केही पाइनँ। केही फ्रेस हुन अमेरिका पुगेको थिएँ उतिबेला, तर त्यहाँको सिस्टमले आकर्षित गर्‍यो। फेरि सन्तानको भविष्यका लागि पनि उतै बसे।

अब फर्कनुहुन्न ?

डेढ वर्ष पछि स्थायी रूपमा नेपालमै बस्ने गरी आउँछु। नेपालमै आएर कलाक्षेत्रलाई निरन्तरता दिन्छु। नयाँ पिँढीलाई मेरो परिचय पनि दिनु छ। मेरो नसामा अभिनयको रगत छ। अबको बाँकी जीवन नेपाली चलचित्रलाई माथि उठाउने प्रयासमा लाग्ने सोच बनाएको छु।

त्यसो भए अभिनयसँगै निर्माण एवं निर्देशन पनि गर्नुहुन्छ ?

हामीकहाँ गोजीमा पैसा छ भन्दैमा फिल्म नै बनाउने परिपाटी विकसित भएको रहेछ। बुझेर-पढेर मात्र चलचित्र निर्माणतर्फ लाग्नुपर्छ। मैले अहिले चलचित्र बनाउने हो भने निश्चित रूपमा सक्छु, तर पृथक् काम गर्न मैले अझै धेरै सिक्न बाँकी छ। म अझै दस वर्ष चलचित्रमा अभिनय मात्र गर्छु, त्यसपछि मात्रै निर्माण एवं निर्देशनतर्फ लाग्छु।

नेपाली चलचित्रको अवस्था कस्तो पाउनुभयो ?

प्राविधिक रूपमा धेरै फड्को मारेजस्तो लाग्यो, तर सिनेमा भने हामी खेल्दाको अवस्थामा जति राम्रा थिए त्यस्ता चलचित्र अहिले छैनन्। प्राविधिक रूपमा नेपाली सिनेमा माथि पुगे पनि फिल्मको शैलीमा अझै परिवर्तन आएको छैन। अहिले पहिलेजस्तो नेपाली सिनेमा महिनौंसम्म चल्दैनन्। हलमा पुगेर चलचित्र हेर्ने दर्शक घटेका छन्।

नेपाली चलचित्रलाई माथि उठाउन के गर्नुपर्ला ?

नयाँ कथा र शैलीमा जोड दिनुपर्छ। निर्माता र निर्देशकले अध्ययन गर्ने बानीको विकास गर्नुपर्छ। नेपाली चलचित्रलाई जीवन्त बनाउने हो भने कथासँगै चलचित्रकर्मीले अध्ययन गर्ने बानी बसाल्नैपर्छ। अहिले जो पनि निर्देशक र नायक बन्ने प्रवृत्तिको विकास भएको छ।

यतिका वर्षपछि फिल्म खेल्दा कस्तो लागिरहेको छ ?

अहिले मलाई नेपाल आएपछि एकसाथ छ वटा चलचित्रबाट अफर आएको थियो, तर रोजेर आफूलाई मन परेको कथा भएकाले मानवमा मात्र काम गर्ने सोच बनाएँ। यतिका वर्षपछि नेपाली चलचित्रमा काम गर्दैछु, निश्चित रूपमा डर त लाग्छ नै। पहिलेको जस्तो फेरि गर्न सक्दिनँ भन्ने पनि लाग्छ। फेरि यतिका वर्षपछि नेपाली चलचित्रमा काम गर्न पाएकोमा निकै उत्साही पनि छु।

● सानो पर्दा ●

महको ढलमती

हास्य कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठ तथा हरिवंश आचार्यले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको नयाँ श्रृंखला 'ढलमती' को प्रदर्शन प्रारम्भ भएको छ। गत मंगलबारदेखि प्रत्येक साता राति ८:५० बजे नेपाल टेलिभिजनबाट यो शृंखला सार्वजनिक भएको हो। मह जोडीकै निर्देशनमा तयार पारिएको यो श्रृंखलामा राजधानीका पवित्र नदीहरूमा ढल मिसाइए पछि सिर्जना भएको वातावरण प्रदूषण जस्ता विषय समेटिएको छ। यो शृंखला वातावरणीय समस्या तथा नदी प्रदूषण न्यूनीकरणका लागि ढलको फोहोर पानी व्यवस्थापन तथा सेफ्टी ट्यांकीको महत्वसम्बन्धि जनचेतना अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले तयार पारिएको हो। यो शृंखला नेपाल सरकारको गुठी संस्थान तथा मह सञ्चारको संयुक्त पहलमा निर्माण गरिएको हो।

आफन्तको ५२ भाग

पारिवारिक टेलिश्रृंखला 'आफन्त' ले प्रसारणको ५२ भाग पूरा गर्दैछ। प्रत्येक आइतबार दिउँसो ३:३० बजे प्रसारण हुने यो श्रृंखलाले पर्सि आइतबार प्रसारणको ५२ औं भाग पूरा गर्न लागेको हो। प्रसारणको एक वर्ष पूरा भएको अवसर पारेर पर्सि आइतबारको शृंखलामा कलाकार तथा प्राविधिकहरूले शुभकामना आदान-प्रदान गर्दैछन्। ऋषिराज आचार्यले निर्देशन गरेको यो शृंखलामा भुवन चन्द, दीपक त्रिपाठी, अञ्जु निरौला, शीतल केसी, गोमा गुप्ता, संगीता सिवाकोटी, टीका सिवाकोटी, माया अधिकारी, मञ्जिस अधिकारी, खगेन्द्र उप्रेती, सरु पराजुली, महेश आचार्य, शान्ति पौडेल, वसन्त राना, विजय आचार्य, ऋतु आचार्य आदि कलाकारले अभिनय गरिरहेका छन्।

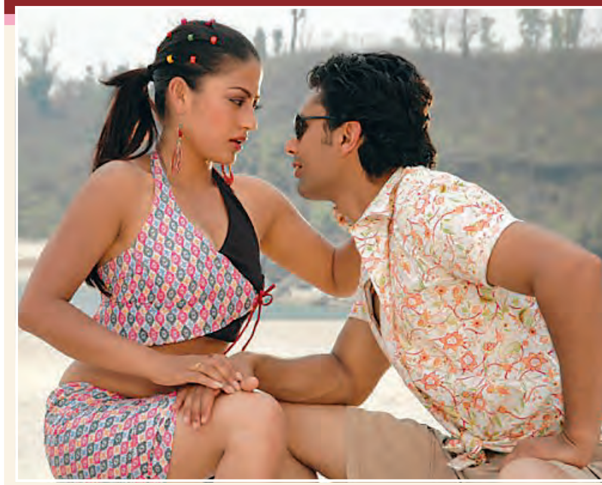
लोकप्रिय हुँदैछ जय होस्

गएको असोज महिनादेखि प्रसारणमा आएको हास्य शृंखला जय होस् ले कम समयमै लोकप्रियता हासिल गरेको छ। प्रत्येक बुधबार राति ९:३० बजेदेखि प्रसारण हुने यो शृंखलाको निर्देशन रवि डंगोल 'बेइमान' तथा पूर्ण थापा 'सुब्बा दाजु' ले संयुक्त रुपमा गरिरहेका छन्। शृंखलामा बेइमान र सुब्बा दाजुका अतिरिक्त मञ्जु श्रेष्ठ 'बिजुली', रमेश केसी मट्टारे, राजन थापा, जानुका केसी, दीपक अधिकारी आदि कलाकारले पनि महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका छन्। सामाजिक विषयवस्तुलाई प्राथमिकता दिने यो शृंखलामा राजनैतिक व्यंग्य गरिँदैन, निर्देशक रवि डंगोल भन्छन्, 'हामी सामाजिक विसंगतीहरूलाई मात्र व्यंग्य गर्छौं।'

● विदेशबाट

मुन्नी पनि निर्णायक

'मुन्नी बदनाम हुई...' गीतमा आइटम डान्स गरी दर्शकको मन जित्न सफल बलिउड नायिका मलाइका अरोडा पनि अब सानो पर्दामा आउँदैछिन्। डान्स रियालिटी शो 'झलक दिखला जा' मा उनी निर्णायकका रूपमा सहभागी हुने पक्का भएको छ। त्यसो त यही कार्यक्रम नायिका माधुरी दीक्षित पनि निर्णायक र हने कुरा तय भैसकेको छ। निर्णायकका रुपमा सहभागी हुने प्रस्ताव आएपछि मलाइकाले भनिन्- 'मलाई नृत्य साह्रै मनपर्छ। माधुरी मलाई मन पर्ने नायिका हुन्। त्यसैले पनि म यो कार्यक्रममा सहभागी हुन तयार भएकी हुँ।' यो कार्यक्रममा नवजोत सिंह सिद्धु, शेखर सुमन, माही विज, रागिनी खन्ना आदि पनि निर्णायक हुनेछन्।



हाँसिदेऊ एकफेर

नेपाली चलचित्रले राम्रो व्यापार गरिरहेको अवसर पारेर आज शुक्रबार सार्वजनिक हुने चलचित्र 'हाँसिदेऊ एकफेर' ले पनि दर्शकको मन जित्ने सम्भावना छ। शिव रेग्मीद्वारा निर्देशित यो १५ औं चलचित्रमा मदनकृष्ण श्रेष्ठ, हरिवंश आचार्य, राज बल्लभ कोइराला, श्वेता खड्का, सुशील क्षेत्री आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। हाँस्ने तथा रुने दुवै प्रकारका प्रसंग समेटिएको यो चलचित्रको पूर्वाद्धमा महजोडीले दर्शकलाई प्रसस्त हँसाउनेछन्। उत्तरार्द्धमा भने उनीहरूले दर्शकलाई रुन बाध्य पार्ने बताइन्छ। चलचित्रको कथा मह जोडीकै वरिपरि घुमेको छ। चलचित्रमा हरिवंश र राजवल्लभलाई मामा-भान्जाको भूमिकामा प्रस्तुत गरिएको छ। 'कहाँ भेटिएला' मार्फत रजतपटमा उदाएकी नायिका श्वेता खड्काले यो चलचित्रमा सहरिया युवतीको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन्। उनी राजवल्लभकी प्रेमिकाका रूपमा पर्दामा झुल्किए पनि पछि हरिवंश आचार्यकी भाञ्जी बुहारी भएर दर्शकलाई मनोरञ्जन दिन्छिन्।

चलचित्रका निर्देशक शिव रेग्मीका अनुसार यो चलचित्रले एक-अर्कासँग सद्भाव, माया तथा खुसी बाँड्नुपर्छ भन्ने सन्देश दिन्छ। चलचित्रमा मानिस स-साना खुशी बिर्सिएर ठूला-ठूला दुःखलाई मात्र सम्झिएर त्यसको पछाडि हिंड्ने कुरालाई आकर्षक शैलीमा चित्रण गरिएको छ। तेजस्वी फिल्म्सको ब्यानरमा राजेशकुमार स्वंगमिखाद्वारा निर्माण गरिएको यो चलचित्रमा सुरेश अधिकारीको संगीत निर्देशन छ। चलचित्रका गीतमा मह जोडीका अतिरिक्त मोहित आचार्य, उदित नारायण झा, सोनु कक्कड आदिको स्वर सुन्न सकिन्छ। यो चलचित्रलाई देशभर एकसाथ प्रदर्शन गर्न लागिएको हो।

खेलें हम जी जान से

'लगान' तथा 'जोधा अकबर' जस्ता सफल चलचित्रका निर्देशक आशुतोष गोवारीकरको नयाँ चलचित्र 'खेलें हम जी जान से' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि प्रारम्भ हुँदैछ। अभिषेक बच्चन, दीपिका पादुकोण, सिकन्दर खेर, विशाखा सिंह आदि कलाकारले यो चलचित्रमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका छन्। सोहेल सेनद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रका गीतहरू सोहल सेन, पामेला जैन, रञ्जिनी जोस तथा सुरेश वाडकरले गाएका छन्।

चलचित्रमा भारतलाई स्वतन्त्र हुन सहयोग गर्ने केही योद्धाको कथा चित्रण गरिएको छ। भारतलाई अंग्रेजको शासनबाट मुक्ति दिलाउनेमध्ये केही त्यस्ता नायक पनि थिए, जो त्यत्तिकै हराए। उनीहरूको कहीं, कतै, केही चर्चा भएन। उनीहरूको योगदान अरूको भन्दा कम थिएन। यो चलचित्रमा त्यस्तै ६४ जना मानिसको कथा समेटिएको छ, जसले १८ अप्रिल १९३० मा चटगाउँमा अंग्रेजहरूमाथि लगातार आक्रमण गरेर एउटा क्रान्तिको थालनी गरेका थिए। उनीहरूको त्यो कदमले बंगाललाई मात्र होइन, पूरै भारतलाई अंग्रेजविरुद्ध लड्न प्रेरित गरेको थियो। ६४ जनाको उक्त समूहमा ५६ जना निडर किशोर थिए। मुख्य पाँच क्रान्तिकारीमध्ये दुई जना महिला पनि थिए। तीमध्ये एक थिइन् कल्पना दत्ता जो धनाढ्य परिवारकी सदस्य थिइन्। उनी अध्ययनशील पनि थिइन्। बम कसरी निर्माण गरिन्छ भन्ने कुरा जान्न उनी तत्पर हुन्थिन्। उक्त समूहका नेता थिए सुरज्य सेन, जो एउटा विद्यालयमा पढाउँथे। उनैले ब्रिटिसहरू माथि हमला गर्ने योजना बनाएका थिए। चलचित्रमा अभिषेक बच्चनले सुरज्यको भूमिका निर्वाह गरेका छन्। दीपिका

पादुकोणले कल्पना दत्ताको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन्। मानिनि चटर्जीको पुस्तक 'डू एन्ड डाइ' (द चट्गाउँ अपराइजिङ) मा आधारित यो चलचित्रमा उक्त घटनालाई थ्रिलरका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। इतिहासमा आधारित चलचित्र बनाउन सिपालु गोवारीकरले पुनः एकपटक त्यस्तै चलचित्र तयार पारेका छन्। 'खेलें हम जी जान से' मार्फत उनले एउटा त्यस्तो घटनालाई सार्वजनिक गर्ने प्रयास गरेका छन्, जसका बारेमा निकै कम मानिसलाई जानकारी छ।

द वारियर्स वे

हलिउडको चलचित्र 'द वारियर्स वे' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबार प्रारम्भ हुँदैछ। एक्सन तथा एड्भान्चर श्रेणीमा राखिएको यो चलचित्र १ घन्टा ४० मिनेट लामो छ। रिलेटिभ्ली मिडियाले प्रदर्शन गर्ने यो चलचित्रको निर्देशन स्याङ्मु लिले गरेका हुन्। चलचित्रमा जियोफ्री रस, केट बोसवर्थ, डेनी हट्सन, जङ डोङ गन, निक सम्पसन आदि कलाकारले प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन्। टिम ह्वाइटले निर्माण गरेको यो चलचित्रको छायांकन न्युजिल्यान्डका रमणीय लोकेसनमा गरिएको छ। कन्टिनेन्टल इन्टरटेन्मेन्ट ग्रुपको यो चलचित्रमा एउटा जना एसियाली योद्धाको संघर्षको कथा

चित्रण गरिएको छ। शान्तिको खोजीमा भौतारिरहेका ती एसियाली योद्धाले शान्तिसँगै जीवनमा खुसियाली तथा प्रेम पनि खोजिरहेका छन्। न्युजिल्यान्डको पश्चिमा मरुभूमिमा लडाइ गरिरहेका योद्धाले आफ्नो उद्देश्यमा सफल हुन कतिसम्म संघर्ष गर्नुपर्छ भन्ने यथार्थता चलचित्रमा समेटिएको छ।

फस गए रे ओबामा

हिन्दी चलचित्र 'फस गए रे ओबामा' को निर्देशन सुभाष कपूरले गरेका हुन्। चलचित्रमा रजत कपूर, नेहा धूपिया, अमोल गुप्ते, अमित सैल, सञ्जय मिश्र, मनु ऋषि, ब्रिजेन्द्र काला, सुमीत निजहवन आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। मनिष जे टिपुद्वारा संगीतबद्ध यो

चलचित्रका गीत कैलाश खेर, ऋचा शर्मा तथा मनिस जे टिपुले गाएका छन्। चलचित्रमा अमेरिकाबाट प्रारम्भ भएको आर्थिक मन्दिलाई मुख्य विषय बनाइएको छ। आर्थिक मन्दिको विश्वव्यापी प्रभावलाई पृष्ठभूमिमा राख्दै यो चलचित्रको कथा तयार पारिएको छ। चलचित्रमा भारतीय मूलका अमेरिकी नागरिक ओम शास्त्री पनि आर्थिक मन्दीको शिकार बन्छन्। घर किन्न उनले एउटा बैंकबाट एक लाख डलर ऋण लिएका हुन्छन्। मन्दीका कारण अब उनको आम्दानी पहिलेको जस्तो रहेन। बैंकका तर्फबाट उनलाई ३० दिन भित्रका ऋण तिर्न अथवा घर खालि गर्न सूचना जारी गरिन्छ। कुनै पनि विकल्प नदेखेपछि ओमले भारत आएर आफ्नो पैतृक सम्पत्ति बेच्ने निर्णय गर्छन्। भारत आउनासाथ उनी अपहरणमा पर्छन्। अमेरिकाबाट आएकाले उनीसँग प्रसस्त पैसा भएको अनुमान गर्दै अपहरणकारीले उनको अपहरण गरेका हुन्छन्। भारतको एउटा सानो सहरका ती अपहरणकारीको फन्दामा परेपछि ओम उनीहरूबाट कसरी मुक्त हुन्छन् भन्ने कुरालाई चलचित्रमा मनोरन्जक ढंगमा प्रस्तुत गरिएको छ।

पर्वतीय चलचित्र महोत्सव

साप्ताहिक समाचार

विश्व पर्वत दिवसका अवसरमा राजधानीमा काठमाडौं इन्टरनेसल माउन्टेन फिल्म फेस्टिभल (किम्फ) हुने भएको छ। यसपटकको महोत्सवले 'पर्यावरणीय विविधता र बसाइ-सराइलाई' मुख्य विषय बनाइएको छ। महोत्सवको यो आठौं संस्करण हो।

मंसिर २३ गतेदेखि पाँच दिनसम्म सञ्चालन हुने महोत्सवमा नेपालसहित विभिन्न मुलुकका चलचित्र प्रदर्शन गरिनेछन्। 'यसपालि ६२ देशका ३ सय ३० वटा चलचित्र दर्ता भए' कार्यक्रम निर्देशक रम्यता लिम्बूले भनिन्- 'त्यसमध्येबाट छानिएका ६२ चलचित्र देखाइनेछ।' अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताका लागि २० वटा चलचित्र छानिएका छन्।

नेपालबाट केसाङ छेतेनद्वारा निर्देशित 'सेभिङ डोल्मा' पनि प्रतियोगितामा भिड्दैछन्। प्रतियोगितामा प्रथम, दोस्रो र तेस्रो फिल्मले क्रमशः १ हजार ५ सय, १ हजार र ५ सय अमेरिकी डलर हात पार्नेछन्। बेलायती लेखक तथा आरोही टेरी गिफ्फोर्ड, चीनका चलचित्र निर्माता लि वेन्मिङ एवं नर्वेमा बस्ने बेलायती आरोही डेभिड डर्कन सम्मिलित तीन सदस्यीय निर्णयक टोलीले उत्कृष्ट चलचित्रको छिनोफानो गर्नेछन्। 'नेपाल प्यानोरमा' खण्डमा ६ वटा चलचित्र प्रदर्शन गरिने लिम्बूले बताइन्। उक्त विधामा उत्कृष्ट एउटा चलचित्रलाई नेपाल चलचित्र विकास बोर्डले नगद पुरस्कार उपलब्ध गराउनेछ भने दर्शकहरूको मतका आधारमा एउटा चलचित्रलाई 'अडियन्स एवार्ड' प्रदान गरिनेछ।

महोत्सवमा पर्वतीय संस्कृति, जीवनशैली, पर्वतारोहण, वन्यजन्तु, भूमण्डलीकरण, लैंगिकता एवं द्वन्द्वसम्बन्धी चलचित्रहरू प्रदर्शन गरिनेछ। काठमाडौंको राष्ट्रिय सभागृह तथा नेपाल पर्यटन बोर्डमा हुने महोत्सवमा '३० वर्षपछिको मनाङ' शीर्षकमा फोटो प्रदर्शनीसमेत हुने बताइएको छ।

सर्वाधिक बिक्री हुने
साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

तस्बिर : साइबरसंसार डटकम

छुल्ठिम डोल्मा गुरुङ

बारा जिल्लाको डुमरबानामा २३ वर्षअघि जन्मिएकी छुल्ठिम डोल्मा गुरुङ अहिले भिडियो जक्कीका रूपमा चिनिन्छिन् । करिब तीन वर्षअघि एउटा एफएम स्टेसनमा रेडियो जक्कीका रूपमा काम थाल्नुअघि छुल्ठिमले गायक धीरज राईको म्युजिक भिडियो 'सोई ढोले सोई' मा अभिनय गरेकी थिइन् । विगत डेढ वर्षदेखि उनी नेपाल वान च्यानलका आधा दर्जनभन्दा बढी कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेकी छिन् । सुरुमा उनले 'वास्तु विश्वास' शीर्षकको कार्यक्रम सञ्चालन गरेकी थिइन् । यति बेला उनी दैनिक रूपमा प्रसारण हुने 'ज्योतिषा' तथा बिहीबार साँझ प्रसारण हुने 'लोक सँगालो' सञ्चालन गर्छिन् भने बुधवार राति प्रसारण हुने खुला इजलासमा पनि सहभागी छिन् ।

पाँच वर्षअघि गायक धीरज राईसँग प्रेमविवाह गरेपछि मात्र उनी म्युजिक भिडियोमार्फत सार्वजनिक भएकी हुन् । सेलिब्रेटी गायककी श्रीमती बनेपछि उनी श्रीमान्कै सहयोग तथा हौसलामा आरजे/भिजे भएकी हुन् । आधा दर्जन गायक–गायिकाका म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेकी छुल्ठिम सांस्कृतिक कार्यक्रममा उद्घोषण गर्ने सिलसिलामा हङकङ, कुवेत तथा कतार पुगिसकेकी छिन् । नृत्यमा पारंगत छुल्ठिम ५ फिट ३ इन्च अग्ली छिन् । आधा दर्जन विज्ञापनमा मोडलिङ गरेकी छुल्ठिमलाई मन पर्ने पहिरन साडी हो, तर उनी वन पिस पहिरनमा सहज अनुभव गर्छिन् । हल्का मेकअप मन पराउने छुल्ठिमले भनिन्– 'टेलिभिजनमा काम गर्ने बानी परिसक्यो, फेसन शोमा क्याटवाक गर्ने धोको भने पूरा भएको छैन ।' छुल्ठिम आफ्नो योजना सुनाउँछिन्– 'भविष्यमा म्युजिक भिडियोको अभिनयलाई पनि निरन्तरता दिनेछु ।'

– कृष्ण भट्टराई

सीमा संग्रौला

● साताको स्वर ●

'के नै रुनु छ र...' कस्तो शैलीको गीत हो ?

मेरो एकल गीतिसंग्रह नोटमा समावेश भएको यो पप शैलीमा आधारित गीत हो, जसमा कालीप्रसाद बाँस्कोटाको शब्द तथा संगीत सुन्न सकिन्छ ।

गीतमा कस्ता भावना समेटिएका छन् ?

परिस्थिति जस्तो भए पनि वर्तमानमा रमाउन सक्नुपर्छ भन्ने जीवनोपयोगी सन्देश यो गीतमा समावेश गरिएको छ ।

गीतको कुन पक्ष आकर्षक मान्नुहुन्छ ?

मेरो गायनबाट राम्रो प्रतिक्रिया पाएकी छु साथै गीतमा समावेश गरिएको भ्वाइलिनको बिट पनि श्रोताले मन पराएका छन् ।

कुन उमेरका श्रोताले यो गीत रुचाएका छन् ?

गीतका शब्द प्रायः सबै उमेरका श्रोताले मन पराएका छन् । युवा पुस्ताले चाहिँ गायन तथा म्युजिक भिडियो रुचाएका छन् ।

म्युजिक भिडियो कस्तो बनेको छ ?

गीतमा समावेश गरिएको भावनालाई निर्देशक भूषण दाहालले भिडियोमा उतार्नुभएको छ । कलाकार केकी अधिकारीको अभिनय पनि उत्कृष्ट छ ।

● म्युजिक अपडेट ●

स्मृतिको लोकार्पण

अमेरिकामा बसोबास गरिरहेका गायक दीपेशकिशोर भट्टराईले गाएका पप गीतहरूको संग्रह 'स्मृति' को लोकार्पण गत शनिबार ललितपुरमा आयोजित एक सांगीतिक समारोहबीच सम्पन्न भएको छ । गीतकार योगेन्द्रमणी दाहालको एकल रचनाको संग्रहको गीतकार डा. कृष्णहरी बराल तथा गायक दीप श्रेष्ठले संयुक्त रूपमा विमोचन गरेका हुन् । म्युजिक डट कमको यो उत्पादनमा गायक दीपेककिशोरका नयाँ गीतहरू समावेश गरिएका छन् । विमोचन समारोहमा संग्रहमा समेटिएको गीतको म्युजिक भिडियो पनि प्रिमियर गरिएको थियो ।

एकल गायनमा मदन

आधुनिक गीत गाएर लोकप्रिय भैरहेका गायक मदन गोपाल शास्त्रीय शैलीका गीत गाउन पनि उत्तिकै सिपालु छन् । म्युजिक नेपालको नेपाल म्युजिक सेन्टरमा संगीत अध्ययन गरिरहेका मदन गोपाल गत बुधबार पहिलो पटक एकल गायन कार्यक्रममा सहभागी भएका छन् । राजधानीको पिंगलास्थानस्थित नेपाल संगीत विद्यालयमा आयोजित 'शास्त्रीय सुधा' शीर्षकको सांगीतिक कार्यक्रममा मदन गोपालले विभिन्न रागमा आधारित शास्त्रीय गीत गाएर उपस्थित श्रोताहरूलाई मुग्ध तुल्याए । राग यमनमा आधारित शास्त्रीय गीत गाउन सिपालु मदन गोपालले कार्यक्रमको उत्तरार्द्धमा केही गीत-गजल समेत गाएका थिए ।

उदयपुरमा दुई सांगीतिक कार्यक्रम

राजधानीबाट गएका कलाकारको दुई भिन्न समूहले उदयपुरमा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरेको छ । मुटु रोगी बालिकाको सहयोगका लागि परी सिने संगीत तथा उदयपुर सेवा समाजले आयोजना गरेको कार्यक्रममा नरेन्द्र प्यासी, मल्लिका कार्की, डम्बर नेपाली, मौसमी गुरुङ, भुवन सुप्तिहा राई, विनोद खम्बु, सपन श्रेष्ठ आदि गायक-गायिकाले आफ्ना लोकप्रिय गीत प्रस्तुत गरे । हास्य कलाकार तथा जादुगर महादेव त्रिपाठी पनि सहभागी भएको उक्त कार्यक्रममा गीता राई तथा सन्दीप मोचेले आकर्षक नृत्य प्रदर्शन गरेका थिए । यसैगरी गत साता उदयपुरमै इन्फो इन्टरटेन्मेन्टले आयोजना गरेको सांस्कृतिक कार्यक्रममा हिमाल सागर, डिजराज पौडेल, दिनेश बुढाथोकी आदि कलाकारले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे । कार्यक्रममा हास्य श्रृंखला मेरी बास्सैका कलाकारहरू पनि सहभागि थिए ।

भिडियोमा अमेरिका र नेपाल

स्थापना भएको कम समय मै लोकप्रियको सांगीतिक समूह द भाइब्जको एउटा नयाँ भिडियो सार्वजनिक भएको छ । यसअघि दुईटा गीति संग्रह सार्वजनिक गरिसकेको यो समूहले अमेरिकाबाट तेस्रो म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेको हो । समूहले गत वर्ष सार्वजनिक गरेको गीति संग्रह 'जेनेरेशन' को तेस्रो गीत 'त्यही पल' को भिडियो अघिल्लो साता सार्वजनिक भएको हो । भिडियोमा नेपाल तथा अमेरिकामा रहेका सांगीतिक समूहहरूको वास्तविक जीवनशैलीलाई समेटिएको छ ।

संगीतकारको प्रवचन

नेपाल संगीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानका कुलपति तथा संगीतकार अम्बर गुरुङले प्रतिष्ठानले आयोजना गरेको कार्यक्रममा संगीतकार गुरुङले संगीतको अर्थ तथा परिभाषा, संगीतको उत्पत्ति, विश्वव्यापी मान्यता तथा जीवन एवं संगीतबीचको सम्बन्ध आदिका बारेमा प्रवचन दिएका छन् । कार्यक्रममा संगीतकार गुरुङले नेपाली मौलिक संगीतको विकासमा समेत जोड दिएका थिए । कार्यक्रममा नेपाल संगीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानले प्रयोगमा ल्याएको नयाँ लोगोका डिजाइनर जीवन राजोपाध्यायलाई नगद ५० हजार तथा कदरपत्र प्रदान गरिएको थियो ।

देशभै भरी सात सालअघि र पछि

२००७ सालको क्रान्तिका बेला गाइएका तथा केही वर्षपछि भारतको कोलकातामा रेकर्ड गरिएका पुराना गीतलाई पुनः रेकर्डिङ गरेर स्रोतामाझ ल्याएको गीति संग्रह 'सात साल अघि र पछि' लाई नेपाली कांग्रेसले देशव्यापी बनाउने भएको छ । सात सालको राणाविरोधी क्रान्तिका बेला तयार पारिएका तथा प्रजातान्त्रिक नेपाल रेडियोकी प्रथम गायिका रानुदेवी अधिकारीको स्वरमा सजिएको यो संग्रहमा ५६ वर्षपछि रानुदेवीले नै गाएको नयाँ गीत जागे नेपाली उठे नेपाली शान्ति लिएर...पनि संकलित छ । गीति संग्रह स्वर्गीय तारणीप्रसाद कोइराला तथा नोना कोइरालाप्रति समर्पित छ ।

कुमार कान्छा पुनः अस्वस्थ

स्पाइनल कर्डका बिरामी गायक कुमार कान्छाको स्वास्थ्यमा पुनः समस्या देखिएको छ । नेपालीहरूको आर्थिक सहयोगका कारण स्वास्थ्यमा क्रमिक उपचार भएपछि उनलाई १५ दिनअघि घर फर्काइएको थियो तर अहिले स्वास्थ्य अवस्था पुनः बल्झिएपछि गत साता कान्छालाई अस्पताल भर्ना गरिएको हो । कान्छालाई मुम्बईस्थित एक अस्पतालमा भर्ना गरिएको छ जहाँ उनको किमोथेरापी पद्धतीबाट उपचार भैरहेको छ । नियमित किमोथेरापी गर्नु पर्ने भएकाले कान्छाको उपचारमा आर्थिक संकट उत्पन्न भएको छ ।

● अफ द बिट ●

हङकङमा आयोजित एक कार्यक्रममा गायक शिव परियार तथा एक्सिस ब्यान्डका सन्दीप बीके । तस्बिर : निर्मल श्रेष्ठ

गायिकाको खोजी

पप गायिका एलेक्जेन्ड्रा बुर्क अत्यन्त व्यस्त छिन् । उनी कतिसम्म व्यस्त छिन् भने उनलाई प्रेम गर्ने समेत फुर्सद छैन । सांगीतिक कार्यक्रममा व्यस्त भैरहेकै बेला गत साता भने उनले आफ्नो अनुहारमा मुस्कान छर्न सक्ने पुरुषको खोजी गरिरहेको बताएकी छिन् । एलेक्जेन्ड्रा भन्छिन्- 'मैले साथीहरूका लागि समय निकाल्न सकेकी छैन तर माया-प्रेम रोमाञ्चक हुन्छ । म चाहन्छु मैले त्यस्तो पुरुष फेला पारौं, जसले मेरो अनुहारमा सधैं मुस्कान छर्न सकोस् र मेरो व्यस्ततालाई पनि बुझोस् । मसँगै बाहिर खाना खाओस् र चलचित्र हेर्न सिनेमा हलसम्म पुगोस् । यसअघि एलेक्जेन्ड्राको प्रेम सम्बन्ध गायक अशसर तथा रग्बी खेलाडी डेनी सिपरिएनीसँग गाँसिएको थियो तर उनको व्यस्त जीवनका कारण दुवै सम्बन्ध लामो समय टिक्न सकेन ।

● विदेशबाट ●

द लाखे

● ब्याण्ड ●

चार जना संगीतकर्मीले स्थापना गरेको सांगीतिक समूहको हो- 'द लाखे' । मेटल शैलीको गीत-संगीत सिर्जना गर्ने यो समूहमा काठमाडौंका स्थानिय युवाहरूको सहभागिता छ । समूहमा नवराज गायन तथा लिड गिटारिस्टका रूपमा सक्रिय छन् । अनिष लिड गिटारिस्ट हुन् । रोजल ड्रमर हुन् भने अनिल बास गिटारिस्ट ।

केही वर्षअघि स्थापना भएको यो समूह ठमेल क्षेत्रमा लोकप्रिय छ । ठमेलमा आयोजना हुने अधिकांश सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागिता जनाइसकेको यो समूहले त्यहाँका विभिन्न रेस्टुराँमा लाइभ म्युजिक प्रस्तुत गरिसकेको छ । आधा दर्जन गीत रेकर्ड गराइसकेको यो समूहका सदस्यहरू अहिले नयाँ गीति-संग्रहको तयारीमा व्यस्त छन् ।

'प्रशंसकहरूको चाहना अनुसारको गीत रेकर्ड गर्दैछौं,' लिड गिटारिस्ट अनिष भन्छन्- 'संग्रहका लागि रेकर्ड गरिएको धम्चा ताचा, जीवन...जस्ता गीत स्रोताले मन पराइसकेका छन् ।' मेटालिका, आइरन मेडनजस्ता विदेशी सांगीतिक समूहबाट प्रभावित यो समूहका सदस्यहरू १८ देखि २३ वर्ष उमेर समूहका छन् ।

पहिलो विश्व

कसको पोसाक राम्रो : टिन भोगले हालै सन् २०१० मा आकर्षक पोसाक लगाउने ५० महिलाको छनोट गऱ्यो। उक्त छनोटमा ग्ल्यामर क्षेत्रका यूवतीहरूकै वर्चस्व थियो।

अलाबामामा पहिलो सेक्स ड्राइभ

अमेरिकाको अलाबामा राज्यमा सेक्सटोयको खरिद बिक्रीमाथि प्रतिबन्ध लगाइएको छ, यद्यपि सोही राज्यमा हालै सेरी विलियमले सवारी साधनमा बोकेर घुमाउँदै बेच्न मिल्ने सेक्सटोयको पसल खोलेकी छिन्। प्लिजर नाम दिइएको उक्त पसलको झ्यालबाट सेरीले यौनका विभिन्न सामग्री बिक्री गर्छिन्। उनी ग्राहकलाई पसलभित्र पस्न दिन्नन् भने खैरो कागजमा पोको पारेर झ्यालबाटै सेक्सटोय दिने व्यवस्था मिलाइएको छ। अहिले त्यहाँ सेक्सटोयका अतिरिक्त चिल्लो पदार्थ र उत्तेजना बढाउने सामग्रीहरू बिक्री हुन्छ। सेक्सटोय बिक्रीमाथिको प्रतिबन्ध फुकुवा गर्न सेरीले अदालतमा मुद्दासमेत दायर गरेकी थिइन्। यस विषयमा अझै पनि स्पष्ट सुनुवाइ भएको छैन। सेरी चिकित्सकको परामर्शअनुसार मात्रसेक्स टोय बिक्री गर्छिन्। यसबाहेक यौनसमस्याका विषयमा विभिन्न कार्यक्रम निरन्तर चलाउने उनले बताएकी छिन्।

कन्डमको प्रयोग राम्रो

पोप बेनिडिक्ट सोर्‍हौंले कन्डमको प्रयोग केही हदसम्म राम्रो भएको बताएका छन्। जर्मनीका एक पत्रकारले लेख्न लागेको पुस्तकमा आफ्नो भनाइ राख्ने क्रममा पोप बेनिडिक्ट सोर्‍हौंले कन्डमको प्रयोग यौनसुख प्राप्त गर्नका लागि मात्र प्रयोग गर्न नहुने बताए। यौनका विषयमा नबोल्ने पोपले यस्तो विचार प्रस्तुत गरेपछि धर्मका अनुयायीहरूमा सकारात्मक भावना बढ्ने विश्वास गरिएको छ। 'लाइट अफ दि वर्ल्ड : द चर्च एन्ड द साइन्स अफ दि टाइम्स' पुस्तकमा अन्तर्वार्ता दिँदै बेनिडिक्ट सोर्‍हौंले भनेका छन्- कन्डम एड्सको रोकथाममा प्रभावकारी छ, तर व्यभिचार र बाहिरी व्यक्तिहरूसँग हुने यौनसम्पर्कलाई मनबाटै नियन्त्रण गर्न सक्नु नै एचआईभी/एड्सलाई नियन्त्रण गर्ने सबैभन्दा राम्रो उपाय हो। पोप बेनिडिक्ट सोर्‍हौंबाट यस्तो धारणा आएपछि संयुक्त राष्ट्रसंघले त्यसको स्वागत गरेको छ। पोपको यस्तो भनाइले एचआईभि/एड्सविरुद्ध लड्न थप सहयोग पुग्ने विश्वास गरिएको छ।

अदालतमा हाजिर

यौनसम्बन्धका क्रममा अत्यधिक ठूलो आवाज निकालेर छिमेकीको निन्द्र विगार्ने एक दम्पतीलाई अदालतले जरिवाना तिराएको छ। जर्मनीको लिचेनवर्गका ती दम्पतीविरुद्ध १० जना छिमेकीले उजुरी दिएपछि अदालतमा उपस्थित गराइएको थियो। जर्मन दम्पती स्टेफानी मुलर तथा लुकास जेष्ट्सुमाथि ध्वनि प्रदूषण बढाएको अभियोगका साथै छिमेकीमाथि व्यवधान खडा गरेको अभियोग लगाइएको थियो।

अदालतले उनीहरूलाई राति साढे ११ बजेदेखि बिहान १ बजेसम्म ध्वनि प्रदूषण बढाएर छिमेकीलाई सुत्न नदिएको अभियोगमा ११ हजार रुपैयाँ जरिवना गर्ने निर्णय सुनायो। ती दम्पतीले आफूहरूले सामान्य रुपमा यौनसम्बन्ध राखेको र कुनै किसिमको चर्को आवाज ननिकालेको जिकिर गरेका थिए। अदालतले भने उनीहरूको मुखबाट आवाज नआए पनि खाटबाट आएको हुन सक्ने बताउदै जरिवना तिर्नैपर्ने आदेश दियो।

भोट बढाउन कामुक प्रचार

स्पेनको काटालोनियामा हुन लागेको निर्वाचनका लागि उत्पादन गरिएको एक टेलिविज्ञापन अहिले चर्चामा छ। योङ सोसलिष्ट पार्टीले चुनावमा आफ्नो पार्टीलाई मतदान गर्न अपिल गर्दै जारी गरेको उक्त विज्ञापन कामोत्तेजक भएको भन्दै सत्तारुढ एवं प्रतिपक्ष पार्टीहरूले आलोचना गरेका छन्। लैगिंक समानता मन्त्रीले त्यसलाई समाजलाई नकारात्मक बाटोतर्फ मोड्न प्रेरित गर्ने विज्ञापनको संज्ञा दिएका छन्। विज्ञापनमा एक महिला सोसलिस्ट पार्टीलाई मतदान गर्न लालायित रहेको देखाइएको छ। आफ्नो मतपत्रलाई ब्यालेट बक्समा खसालेपछि उनले भोटिङ गर्नु सर्वाधिक आनन्दको क्षण हो भन्ने कुरा बताउँछिन्। कामोत्तेजक हाउभाउमा प्रस्तुत गरिएको उक्त विज्ञापनले महिलाको बेइज्जत गरेको आरोप पपुलर पार्टीले लगाएको छ। उक्त विज्ञापनले गर्दा महिलाहरूलाई मतदान गर्न आउन अप्ठ्यारो स्थिति उत्पन्न हुने हुँदा त्यस्ता किसिमका विज्ञापनमाथि प्रतिबन्ध लगाउनुपर्ने माग पनि हुन थालेको छ। उक्त भिडियोलाई संसारभरका लाखौं व्यक्तिले हेरिसकेका छन्।

फेसबुकमा स्तन देखाउन किन नपाइने

सामाजिक सम्पर्कको सर्वाधिक लोकप्रिय माध्यमका रूपमा प्रस्तुत भएपछि फेसबुकले आफ्ना प्रयोगकर्तालाई दिने सुविधाहरूका विषयमा बेलाबेलामा विवाद हुने गरेको छ। प्रयोगकर्ताहरू फेसबुक डटकम आफ्नो इच्छाअनुसार चलोस् भन्ने चाहिरहेका छन् भने साइटका निर्माताहरू यसमा अश्लीलता नबढोस् वा कुनै नकारात्मक कामका लागि यसको प्रयोग नहोस् भन्ने विषयमा सजग छन्। केही समयअघि फेसबुकमा महिलाले स्तनपान गराएको तस्बिर राख्ने विषयमा ठूलै विवाद भएको थियो। स्तनपान मायाको क्षण भएका कारण त्यसलाई अश्लीलतासँग जोड्न नहुने बताउँदै फेसबुकले स्तनपानका तस्बिर अपलोड गर्ने अनुमति दियो। हालै स्तन क्यान्सरका कारण स्तनको शल्यक्रिया गरेकी एक महिलाले आफ्नो काटिएको स्तनको तस्बिर अपलोडलगत्तै फेसबुकका सञ्चालकहरूले

ती तस्बिर साइटबाट हटाए। ४३ वर्षीया एन्ना एन्टेलीले आफ्नै काटिएको स्तनको तस्बिर फेसबुकमा राख्न पाउनुपर्छ भन्ने आवाज उठाएपछि उक्त तस्बिरले फेसबुकमा पुनः प्रवेश पायो। एन्नाको मान्यता के थियो भने यो नग्नता होइन, यसले सकारात्मक सन्देश दिन्छ। किनभने अहिले विश्वमा महिलामा स्तन क्यान्सरको खतरा बढिरहेको छ। यो रोगका कारण महिलाले कति कुरुप भएर वाकी जीवन बिताउनुपर्छ भन्ने कुराको सन्देश यो तस्बिरले दिनेछ।

अन्त्यमा...

अमेरिकाका चिकित्सकहरू रोमान्टिक हुँदै गएको पछिल्लो सर्वेक्षणले देखाएको छ। अनलाइन मेडिकल कन्सल्टेन्सी वेवएमडीले १० हजार चिकित्सकबीच गरेको सर्वेक्षणमा ११ दशमलब ७ प्रतिशत चिकित्सकले आफ्ना विमारीसँग रोमान्टिक एवं शारीरिक सम्बन्ध राख्ने गरेको बताएका छन्। उक्त अनलाइन सर्वेक्षण चिकित्सकहरूले पालना गर्नु पर्ने न्यूनतम सिद्धान्तलाई आधार मानेर गरिएको थियो। सर्वेक्षणमा सहभागि भएका चिकित्सकहरूले बिमारीसँगको रोमान्टिक सम्बन्ध अस्पतालमा नभएर उनीहरूको उपचार सम्पन्न भएको करिब ६ महिनापछि हुने गरेको बताएका छन्। चिकित्सकले बिमारीलाई देख्ने बित्तिकै रोमान्टिक व्यवहार नदेखाए पनि निरन्तर स्वास्थ्य परिक्षण गर्ने क्रममा उनीहरूसँग नजिक भएर कतिपय अवस्थामा सम्बन्धसमेत रहने गरेको बताए। सोही सर्वेक्षणमा सहभागी ८३ दशमलव १ प्रतिशत चिकित्सकले औषधी र रोमान्सलाई सँगै लान नसकिने बताएका थिए।

सचित्र

तस्बिर : हर्ष सुब्बा

लिम्बुवानमा नायिका : लिम्बू भाषाका दर्जनौं चलचित्रकी प्रसिद्ध नायिका शोभा खजुम मंगलबार साँझ संघीय लिम्बुवान राज्यपरिषद्द्वारा आयोजित राँके जुलुसको समापनमा । परिषद्ले प्रत्येक महिनाको १५ गते आमहड्तालको घोषणा गरेको छ ।

उँ... म्वाँ...: नायिका रेजिना उप्रेतीको मीठो चुम्बन पाउँदै हेयर ड्रेसर लोकेश थापा ।

किन बढ्दैछ ढुकढुकी मुटुको : नायिका करिश्मा खाडी मुलुकको एउटा कार्यक्रममा नाच्दै ।

मेरो भूमिकामा यसरी कैंची नचलोस : नायक राजेश हमाल कोटेश्वरस्थित हरियाली किचन रेष्टुरेन्ट उद्घाटनमा ।

हिरोमा पनि हिट : गायक प्रशान्त तामाङ चलचित्र गोर्खापल्टनले सफलता पाएको खुसीयालीमा लाखेसँग ।

सय थरी गोडा एउटै चाल : चीनमा नेपाली विद्यार्थीहरूद्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दै ।

पोखराका पप ब्यान्ड

वि.सं. २०४६ सालमा पोखराका केही उत्साहित युवा मिलेर पिस ह्यान्की नामक क्लब गठन गरे । उक्त क्लबमा सांगीतिक क्षेत्रमा रुचि भएका व्यक्तिहरूको बाहुल्यता थियो । क्लब गठनपछि विभिन्न सांगीतिक कार्यक्रम सञ्चालन हुन थाल्यो, तिहारमा देउसी, भैलो खेली त्यहीबाट आएको पैसाले भारतको सिलगढी गै ड्रमसेट, गिटार किनी पिस ह्यान्की नामक क्लबलाई पिस ह्यान्की ब्यान्ड स्थापित भयो । पिस ह्यान्की ब्यान्डले विभिन्न गीत गायो । जसका गीतमध्ये 'मेरी मायालु' गीत बढी चर्चित बन्यो । पिस ह्यान्की ब्यान्ड स्थापनापछि पोखरामा एकपछि अर्को गर्दै विभिन्न ब्यान्ड स्थापना भए । त्यस्ता ब्यान्डमध्ये गीत रेकर्डिङ गर्ने तथा एल्बम बजारमा ल्याउने पहिलो ब्यान्ड योङ टाइगर थियो । योंग टाइगरले 'एक्लो जीवन' एल्बम बजारमा ल्यायो । सुरुमा गीत रेकडिङ गर्ने पोखरेली गायक यही ब्यान्डका गायक पृथ्वीमान गुरुङ हुन् । त्यसपछि क्रमिक रूपमा गीत एकपछि अर्को गर्दै एल्बम बजारमा आउन थाले । दैनिकजसो नयाँ-नयाँ गीत रेकर्डिङ हुन थाले ।

यो वर्ष पोखरेली समूह नेपथ्यले मात्र आफ्नो एल्बम बजारमा ल्यायो । पोखराको पहिलो ज्याप ब्यान्डका रूपमा स्थापित डिमोर्चा ब्यान्ड पनि नेपालको एक चर्चित ब्यान्ड हो । अहिलेसम्म चारवटा एल्बम बजारमा ल्याइसकेको डिमोर्चा पछिल्लो समयमा नयाँ एल्बमको तयारीमा जुटेको छ । यो ब्यान्डको मुख्य भोकलिष्ट हुन्- भाष्करध्वज श्रेष्ठ । गायक श्रेष्ठ कन्सर्टमा दर्शकको मन तान्न खप्पिस मानिन्छन् । खैलाबैला, हुन्देरे, १२३ भन्दिने हो र भ्याम्म भ्याम्म चारवटै एल्बम सफल भएका कारण पनि यो समूहको चर्चा बढेको हो ।

लोकलयमा आधारित पपगीत गाएर चर्चामा आएको पोखरेली समूह परिवेशले पनि निरन्तरता दिइरहेको छ । दोस्रो एल्बम पहाडी ठिटोले नेपाली सांगीतिक फाँटमा उथलपुथल नै मच्चायो । त्यसपछि भोटेताल्चा, पिरती सोल्टीजस्ता विभिन्न एल्बम बजारमा आए, तर दोस्रो एल्बमको जतिको सफल हुन सकेनन् । अहिले उक्त ब्यान्ड लोकलयमा आधारित पपगीतको एल्बम बजारमा ल्याउने तयारी गर्दैछ । पोखराको ड्यामसाइडका विभिन्न युवा मिलेर स्थापित पछ्यौरी ब्यान्डले पनि निरन्तरता दिन सकेन । लेकाली समूह पनि एक समयको चर्चित पोखरेली समूह हो । यो समूहले पनि पछिल्लो समयमा सांगीतिक कोसेली बजारमा ल्याउन सकेको छैन । ब्यान्डका भोकलिष्ट नवीन गुरुङ र भाइ गुरुङ हुन् । मानस, मोहनी आदि विभिन्न एल्बमका कारण स्थापित हुन सफल यो समूह पनि निरन्तर अघि बढ्न सकेन ।

अर्को पोखरेली समूह ब्रोसिसले आफ्ना तीन एल्बम बजारमा ल्याए पनि निरन्तरता दिन सकेन । दीपु गुरुङ र प्रकाश रानाले उक्त ब्यान्डका गीतमा स्वर दिएका हुन् । यही ब्यान्डका मेम्बर प्रकाश रानाले ०६६ सालमा सोलो एल्बम सोच बजारमा ल्याए । आफ्नो पहिचान बनाउन सफल हुने कन्दरा समूह एक चर्चित पोखरेली ब्यान्ड हो । अहिलेसम्मका चारवटा एल्बम बजारमा ल्याइसकेको कन्दरा ब्यान्डका मुख्य भोकलिष्ट विवेक श्रेष्ठ विदेशमा भएका कारण निरन्तरता दिन उक्त ब्यान्डलाई पनि अप्ठ्यारो परेको छ । पोखराको रत्नचोकका युवाले स्थापना गरेको मध्याह्न ब्यान्डले पनि तीनवटा एल्बम बजारमा ल्याइसकेको छ । जिन्दगीको के भरोसा, मनमनै मन पराइसकेछु आदि गीत गाएको यो ब्यान्डले कर्णदासजस्तो नेपालको चर्चित गायक जन्मायो, तर अहिले न कर्णदास नेपाली सांगीतिक फाँटमा सक्रिय छन् न उक्त ब्यान्ड नै । पार्दीका युवाले स्थापना गरेको नमस्ते ब्यान्डले पनि निरन्तरता दिन सकेको छैन । ब्यान्डका मुख्य भोकलिष्ट ईश्वर गुरुङ हुन् । जाऊँ है पोखरा, शान्तिलगायतका सांगीतिक कोसेलीको कारण परिचित समूह हो । २०४८ सालमा स्थापित भ्यागवोन नामक ब्यान्ड स्थापना भयो । श्यामशुङ तामाङको सांगीतिक यात्राको प्रारम्भ पनि यही ब्यान्डबाट भएको हो, तर पनि ब्यान्ड अघि बढ्न सकेन । केही उत्साहित युवा मिलेर मोक्ष ब्यान्ड स्थापना गरे । एल्बम बजारमा आयो केही हदसम्म चर्चामा रह्यो तर ब्यान्डले निरन्तरता दिन सकेन ।

टुँडीखेलका केही उत्साहित युवा मिलेर स्थापित पखेरी ब्यान्ड आफ्नो पहिलो एल्बमसँगै चर्चामा आयो, तर यो ब्यान्डले पनि निरन्तरता दिन सकेको छैन । ब्यान्डका भोकलिष्ट दिलीप भण्डारी, इन्द्र गुरुङ र अमित गुरुङ हुन् । द एज पोखराको अर्को चर्चित ब्यान्ड हो । पहिलो एल्बम 'मेरो आँसु' बजारमा आएसँगै यसको चर्चा भएको हो । त्यसपछि दोस्रो एल्बमका रूपमा 'भाइब्स' बजारमा आयो । ब्यान्डका मुख्य भोकलिस्ट जीवन गुरुङ पछिल्लो समयमा देश तथा विदेशका विभिन्न कार्यक्रममा व्यस्त छन् । रत्नचोकका युवा मिलेर स्थापित बफिन्स ९८, म मरे पनि मलाई यो देशको माया छ, नेपालजस्ता राष्ट्रभावले ओतप्रोत विभिन्न सांगीतिक कोसेलीका कारण चर्चामा आएको यो ब्यान्डको एल्बम पहिचान सफल रह्यो । यो ब्यान्डका मुख्य भोकलिस्ट हुन्- सञ्जीव गुरुङ । पछिल्लो समयमा यो समूहले पनि निरन्तरता दिन सकेको छैन ।

ढुङ्गेसाँघुको मेलामा गीतबाट आफ्नो पहिचान बनाएको देउराली समूह पनि पोखराको एक चर्चित समूह हो । विभिन्न एल्बम बजारमा ल्याइसकेको यो समूहको मुख्य गायक शान्त बर्जाचार्य र आनन्द बज्राचार्य हुन् । कालान्तर समूह पनि एक समय नेपाली आइडी गीतका कारण चर्चामा आएको थियो । पोखराको अमरसिंह चोकका युवाले स्थापना गरेको मंगोलस ब्यान्ड, बगर र लामाचौरका केही उत्साहित युवा मिली स्थापित द संस्कार ब्यान्ड 'विन्ध्यवासिनीमा' गीतका कारण चर्चामा आएको गुर्मिङ रोज समूह कसैले पनि निरन्तरता दिन सकेनन् । म नौडाँडापारि, मुक्तिनाथ आदि गीतका माध्यमबाट चर्चामा आएको मनसाय ब्यान्डले पनि पहिलो एल्बम मुक्तिनाथपछि निरन्तरता दिन सकेन । म पिउँदा पिउँदै, आँखामा बसाउँछु आदि गीतका कारण पञ्चासे समूह एक समय चर्चित बन्यो तर अघि बढ्न सकेन ।

साहिँलीले लाएको त्यो रातो रिबन, तिम्रो बोलीमा गीतको माध्यमबाट परिचित रियाज समूह पनि अघि बढ्न सकेन । दुई एल्बम बजारमा ल्याएर पनि इसाबेला ब्यान्डले आफूलाई निरन्तरता दिन सकेन । कुर्कुरे बैँसैमा, चोखो पत्र आदि गीत गाएर चिनिएको निश्चल ब्यान्डको स्थिति पनि त्यस्तै थियो । विनित जोजिजुले स्थापना गरेको उद्वेग ब्यान्डले पनि एल्बम निकाल्न सकेन, तर यो ब्यान्डका मुख्य भोकलिस्ट विनित जोजिजुले सोलो एल्बम निकालेर आफूलाई निरन्तरता दिने प्रयास गरे ।

पोखरामा वाइलफाइल ब्यान्ड, माइलस्टोन ब्यान्ड, द वन्डेड हर्ट, एक्स क्षितिज, क्षितिज, त्रिवेणी, ०६१, एजु ब्यान्ड, थर्ड आई आदि थुप्रै ब्यान्ड स्थापना भए, तर कसैले पनि निरन्तरता दिन सकेनन् ।

राजाराम पौडेल

चार युवती अन्नपूर्ण चढ्ने सुरमा

पोखरा- नेपाल पर्यटन वर्ष-२०११ को अवसर पारेर ट्रेकिङ गाइडका रूपमा काम गर्दै आएका चार युवतीले अन्नपूर्ण चौथो हिमाल आरोहण गर्ने घोषणा गरेका छन्। महिला पथप्रदर्शक तथा चट्टान आरोहण तालिम दिई साहसिक पर्यटन पदयात्रा क्षेत्रमा क्रियाशील महिला सशक्तीकरण नेपालले सोलुखुम्बुका नीरमा राई, शान्तिकला राई, कास्कीकी सरस्वती विक र मनाङकी मनु गुरुङलाई हिमाल चढाउने भएको हो। अन्नपूर्ण चौथो हिमाल ७ हजार ५ सय २५ मिटर अग्लो छ। चारैजना युवतीले नेपालमा ट्रेकिङ गाइड, रक र आइस क्लाइम्बिङको आधारभूत एवं युरोपको पोल्यान्ड तथा इटाली पुगेर हिमाल आरोहणका लागि अत्याधुनिक प्राविधिक प्रशिक्षण लिइसकेका छन्।

सशक्तीकरणले 'नेपाली महिला अन्नपूर्ण आरोहण अभियान' शीर्षक दिएर पर्नतारोहण संघ, ट्रेकिङ एसोसिएसन अफ एजेन्सीज पश्चिमाञ्चल तथा अन्य सहयोगीहरूको साथ उनीहरूलाई हिमाल चढाउने व्यवस्था मिलाएको हो। उनीहरू अप्रिलको दोस्रो साता आरोहणका लागि प्रस्थान गर्नेछन।

अन्नपूर्ण क्षेत्रमा हिमाल आरोहण तथा पदयात्राप्रति महिलालाई आकर्षित गर्ने तथा यो हिमाल आरोहण सुरक्षितसमेत छ भन्ने सन्देश दिन अभियान थालिएको सशक्तिकरणले जनाएको छ। 'अन्नपूर्णलाई महिलाहरूका गन्तव्यको रुपमा प्रबर्द्धन गर्ने उद्देश्य हो', सशक्तीकरणकी अध्यक्ष लक्की क्षेत्रीले भनिन्, 'विश्वमै पहिलो पटक ८ हजार मिटर अग्लो अन्नपूर्ण प्रथम हिमाल महिलाले चढेको र यही क्षेत्रबाट महिला ट्रेकिङ गाइड प्रारम्भ भएकाले युवतीहरूलाई अन्नपूर्ण चढाउन खोजिएको हो।' उनले अन्नपूर्णको सफल आरोहणपछि नेपाली महिलाहरूलाई सगरमाथा पनि चढाउने लक्ष्य रहेको बताइन्। हिमाल चढ्दा लाग्ने सबै खर्चको जोहो महिला सशक्तीकरणले गर्ने भएको छ। क्षेत्रीका अनुसार आरोहणमा करीब ४० लाख रुपैयाँ लाग्ने अनुमान छ।

निःशुल्क रूपमा हिमाल चढ्ने अवसरले युवतीहरू पनि निकै खुसी छन्। 'संस्थाले यस्तो अवसर प्रदान गरेकोमा निकै खुसी छौं,' शान्तिकलाले भनिन, 'यो हाम्रो जीवनमै सबै थोक हुनेछ।' भविष्यमा ८ हजार मिटर अग्ला हिमाल चढ्ने लक्ष्य लिएका उनीहरूले पर्वतारोहण गाईड बन्ने सपना देखेका छन। पर्वतारोहण कुनै पेसा मात्र नभै साहसिक गतिविधिमार्फत विश्व कीर्तिमान राख्ने एउटा माध्यम पनि भएको र यसमार्फत देशका लागि केही गर्न सक्छौं भन्ने आत्मविश्वास बढेको गुरुङले बताइन्।

सन् १९५० मा फ्रेन्च नागरिक माउरिस हर्जोगले नेतृत्व गरेको टोलीले विश्वका ८ हजार मिटर अग्लामध्ये अन्नपूर्ण प्रथमको पहिलो सफल आरोहण गरेको थियो। यसैगरी ८ हजार ९१ मिटर अग्लो उक्त हिमालमा सन् १९७८ अक्टोबर १५ मा पहिलो पटक महिला पाइला पुगेका थिए। त्यतिबेला अमेरिकी महिला आरोही आर्लेन ब्लम नेतृत्वमा १३ जना महिलाले पहिलो पटक अन्नपूर्ण आरोहण गरेकोमा २ जनाको आरोहणकै क्रममा मृत्यु भएको थियो। सफल आरोहणपछि ब्लमले महिलाहरूको गन्तव्य बताउँदै पुस्तक राख्नुका साथै अन्य माध्यमहरूबाट पनि प्रचारप्रसार गर्दै आएकी छिन्।

नेपाली महिलालाई पर्वतारोहणजस्ता साहसीक गतिविधिमा संलग्न गराउने, अन्नपूर्ण क्षेत्रमा महिला पदयात्री र आरोहीको संख्या बढाउने, अन्नपूर्ण हिमशृंखलामा पर्वतारोहणको प्रवर्द्धन एवं आरोहण गतिविधिसँगै स्थानीयवासीको जीविकोपार्जनमा सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्य लिएर सशक्तीकरणले यो अभियान प्रारम्भ गरेको हो।

अन्नपूर्ण आरोहणमा सहभागी हुने चारै जनाले सन् २००७ देखि तालिम लिइरहेका छन् भने उनीहरू नेपालमा चुलु इस्ट र टेन्ट पिकजस्ता ७ हजार मिटर उचाइसम्म पुगिसकेका छन्।

लालप्रसाद शर्मा

हात्तीपोलो प्रतियोगितामा ओइरिए पर्यटक

चितवन- विश्वमै चर्चित अन्तर्राष्ट्रिय हात्तीपोलो प्रतियोगिता यसै साताको सोमबार चितवनको मेघौलीमा प्रारम्भ भएको छ। हात्तीपोलो प्रतियोगिताकै कारण अहिले जिल्लाको वातावरण तात्तिएको छ। प्रतियोगिता सुरु हुनु एक महिना पहिलेदेखि नै चितवनको यो सानो पर्यटकीय क्षेत्रलाई विशेष रूपमा सजाइएको छ। प्रतियोगितास्थल मेघौलीको विमानस्थललाई सफासुग्घर पारेर चिटिक्क पारिएको छ।

निजी तथा निकुञ्जका सानादेखि भीमकाय हात्तीहरूलाई नयाँ दुलहीझैं सिंगारिएको छ। जिल्ला सदरमुकाम भरतपुरबाट २५ किलोमिटर दक्षिण पश्चिममा पर्ने खेल स्थलमा प्रतियोगिता अवलोकन गर्न अहिले आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकको घुइँचो नै लागेको छ। विश्वका विभिन्न मुलुकबाट आएका पोलो पारखीको अनौठो जमघटले यस वर्ष पनि निरन्तरता पाएको छ। मानिसको मात्र नभएर हात्ती हात्तीबीचको प्रतिस्पर्धाले दर्शकहरूलाई थप रोमान्चित बनाउनु यो खेलको विशेषता हो भने अर्कातिर पर्यटकिय दृष्टिकोणले जिल्लालाई थप उचाइमा पुऱ्याउन यसले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दै आएको छ। यो प्रतियोगिताले चितवनलाई विश्व सामु परिचित गराउन ठूलो भूमिका खेल्नुका साथै वनजंगल तथा वन्यजन्तुसँग रमाउने पर्यटकका लागि यो स्थल नयाँ गन्तव्य बन्ने गरेको छ।

विगत २९ वर्षदेखि सञ्चालन भैरहेको अन्तर्राष्ट्रिय हात्तीपोलो विश्वकप प्रतियोगितामा यस वर्ष सहभागी टिम घटेका छन्। गत वर्ष निकुञ्जभित्रका होटल नविकरण नहुँदा हात्तीपोलो प्रतियोगिता बर्दियामा सम्पन्न भएको थियो। यसपटक प्रतियोगिता फेरी चितवन फर्किएको छ। होटल टाइगरटप्सले वन्यजन्तु संरक्षणमा सबैको ध्यान जाओस् भनेर यो प्रतियोगिता गराउँदै आएको बताााएको छ। २९ औं पटक आयोजना भैरहेको यो प्रतियोगिता ६ दिनसम्म चल्नेछ। विश्वमै पहिलोपल्ट हात्तीपोलो प्रतियोगिता सन् १९८१ देखि टाइगरटप्स अन्तर्राष्ट्रिय एसोसियसनको आयोजनामा हुदैं आएको छ। यो खेल वर्षमा एक पल्टमात्र हुन्छ। सुरुदेखि नै यो प्रतियोगिता पर्यटकिय नगरी मेघौलीको हवाईमैदानमा सञ्चालन हुँदै आएको छ। यो वर्ष पनि हात्ती-हात्तीबीचको प्रतियोगिता हेर्न आएका दर्शकहरूको भीडले मेघौलीको वातावरण उत्समय बनेको छ।

प्रतियोगितामा नेपाल, आइसल्यान्ड, बेलायत, स्कटल्यान्ड, युएई, स्वीजरल्यान्ड तथा अफगानिस्थानका आठ समूहले सहभागिता जनाएका छन्।

सहभागी टिमहरूमा नेपालको चितवन नेशलन पार्क, आइसल्यान्डको टाइगरटप्स टर्स्कस, बेलायतको पक्काचक्का र ब्रिटिस गोर्खा, स्कटल्याडको सीवास रिगेल, युएईको सीपोइज, स्वीजरल्याडको इएफजी र अफगानिस्तानको अफगान एलिफेन्ट छन्। नेपालबाट सुरु भएको यो प्रतियोगिता हाल नेपालका साथै हात्ती पाइने मुलुकहरू श्रीलंका र थाइल्यान्डमा हुने हुँदै आएको छ।

यो खेलमा प्रतियोगिले हातीमाथि चढेर माहुतेको सहयोगमा ठूलो लट्ठीको माध्यमले बललाई विपक्षीको गोलपोस्टमा छिराउन घम्साघम्सी गर्छन्। मध्यान्तरअघि र पछि गरी एक पारीका लागि २० मिनेट समय निर्धारण गरिएको प्रतिस्पर्धामा बढी गोल गर्ने टीम विजयी हुन्छन्। 'हात्तीबीचको प्रतिस्पर्धा नै यो खेलको प्रमुख विशेषता हो- नेसनल पार्क टिमका क्याप्टेन रामप्रित यादव भन्छन्- 'यो खेलले पर्यटनमा मात्र सहयोग पुऱ्याएको छैन, नेपालको पहिचानलाई पनि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पुऱ्याएको छ।'

स्थानीय व्यक्तिहरूका लागि समेत रोमान्चक मेलाका रूपमा रहने यो प्रतिस्पर्धा हेर्ने दर्शकको संख्या विगतमा भन्दा बढी देखिएको खेल व्यवस्थापन संस्था टाइगरटप्स जंगल लजका निर्देशक टिम ईडवर्डले बताए। तुलनात्मक रूपमा ठूला हात्तीभन्दा साना हात्तीमा चढेर बल अघि बढाउन सजिलो हुने खेलाडीहरूको अनुभव छ। खेलका क्रममा एक जना निर्णायक पनि हात्तीमै सवार भएर खेलको निरिक्षण गरिरहेका हुन्छन्। अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा समेत निकै रुचाइने यो प्रतियोगितालाई स्वदेश तथा विदेशका धेरै टेलिभिजन च्यानलले कभरेज गर्दै आएका छन्।

प्रवीण दत्त

संगीत सम्मानको रमाइलो

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- रेडियो कान्तिपुरले आफ्नो बाह्रौं वार्षिकोत्सव मनाउने क्रममा नेपाली सांगीतिक क्षेत्रका स्रष्टाहरूलाई सम्मान तथा पुरस्कृत गरेको छ। गत शुक्रबार सांस्कृतिक संस्थानमा आयोजित एउटा सांगीतिक कार्यक्रममा लोकप्रिय श्रष्टाहरू नगद पुरस्कार तथा ट्रफीसहित सम्मानित भएका हुन्।

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स तथा रेडियो कान्तिपुरका प्रवन्ध निर्देशक कैलाश सिरोहियाले कान्तिपुर टेलिभिजन झैं रेडियो कान्तिपुर पनि अमेरिकाबाट प्रसारण हुने जानकारी दिएलगत्तै प्रारम्भ भएको सांगीतिक रमझम करिब साढे दुई घन्टा जारी रह्यो। कान्तिपुर टेलिभिजन तथा रेडियो कान्तिपुरबाट प्रत्यक्ष प्रसारण भएको उक्त कार्यक्रममा नयाँदेखि पुराना गायक-गायिकाले लाइभ ब्यान्डमा आफ्ना गीत-संगीत प्रस्तुत गरेर दर्शकलाई मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए।

७३ वर्षीय संगीतकार चन्द्रराज शर्मालाई नगद २५ हजार रुपैयाँ तथा सम्मानपत्रसहितको लाइफ टाइम एचिभ्मेन्ट एवार्डबाट सम्मानित गरिएको उक्त समारोहमा रेडियो कान्तिपुरले पहिलो पटक संगीत उत्पादक कम्पनीहरूलाई पनि पुरस्कृत गऱ्यो। यसपटकको संगीत सम्मान ११ विधामा प्रदान गरिएको थियो। जसमध्ये वर्षको उत्कृष्ट गीति संग्रहको पुरस्कार एसएमएस मतका आधारमा प्रदान गरियो। अन्य विधामा रेडियो कान्तिपुरबाट सर्वाधिक पटक बजेका गीत, स्रोताको रोजाइ तथा छनौटलाई आधार बनाइएको थियो। समारोहमा राजधानी तथा मोफसलका २० भाग्यशाली स्रोता पनि सहभागि गराइएका थिए। रेडियो कान्तिपुरका ती नियमित स्रोता गोलाप्रथाबाट छानिएका हुन्।

समारोहमा डा.कृष्णहरि बरालले सर्वोत्कृष्ट गीतकारको पुरस्कार जिते। चलचित्र 'नाई नभन्नु ल' को शीर्षक गीतबाट उनी सर्वोत्कृष्ट गीतकार बनेका हुन्। महेश खड्का सर्वोत्कृष्ट संगीतकार घोषित भए। राजेशपायल राईलाई 'दर्शन नमस्ते' गीतले सर्वोत्कृष्ट गायक बनायो भने अञ्जु पन्त 'तीर्खा लाग्यो पानी खाएँ' गीतबाट सर्वोत्कृष्ट गायिका बन्न सफल भइन्। सबिन राईले सर्वोत्कृष्ट पप गायकको पुरस्कार पाए भने आस्था तामाङ मास्के पप गायिकातर्फ सर्वोत्कृष्ट भइन्। रामजी खाँड ठकुरी सर्वोत्कृष्ट लोक दोहोरी गायक बन्न सफल भए। समारोहमा १९७४ एडीलाई सर्वोत्कृष्ट ब्यान्डको पुरस्कार प्रदान गरियो। गायक सबिन राईको 'रंग मञ्चको रंग' एल्बम अफ द इयर चुनियो। रियाज म्युजिकले सर्वोत्कृष्ट संगीत कम्पनिको पुरस्कार पायो भने विन्दबासिनी तथा म्युजिक नेपालले दोस्रो तथा तेस्रो स्थानमा चित्त बुझाए। विज्ञापन एजेन्सीतर्फ थम्पसन नेपाल पहिलो भयो भने आउटरिच प्रालि तथा म्याक्स मिडिया प्रालि क्रमशः दोस्रो तथा तेस्रो स्थानमा रहन सफल भए।

'आगो' लाई मुख्य थिम बनाइएको उक्त कार्यक्रमको सञ्चालन रेडियो कान्तिपुरका ३५ जना आरजेले पालैपालो गरेका थिए। कार्यक्रममा रामकृष्ण ढकाल, सुदेश शर्मा, सुशील अधिकारी, शिव परियार, जुनु रिजाल, सुनिता दुलाल, धर्मेन्द्र सेवान, हेमन्त राना, अमृत क्षेत्री, सन्तोष लामा, आस्था बि, कलेन्द्र बिक तथा सांगीतिक समूह जीन्दावाद, लिजेन्ड तथा अल्बट्राले गीत-संगीतमार्फत कार्यक्रमलाई संगीतमय बनाएका थिए।

रस भरे रसिकले

शेखर ढकाल

युवा जोस सम्झँदै गायक तथा संगीतकार गणेश रसिकले ३५ वर्षअघिको गीत गाए- धेरै सम्झे धेरै हुन्छ, थोरै सम्झे थोरै। २०२३ सालमा रेकर्ड भएको यो गीत गाउँदै उनले विगत मात्र सम्झेनन्, नेपालीको वर्तमान अवस्थाको गीत पनि सुनाए- निद्रा लागेन मलाई निद्रा लागेन, मनमा कुरा खेलिरह्यो निन्द्रा लागेन।

संगीत साधना महाविद्यालय इटहरीको साप्ताहिक संगीत अभियान सप्तकलाई यो शनिबार रसिलो बनाए रसिकले। समाज र संगीतको अन्तरघुलनका लागि सुरु गरिएको यात्राको २३ औं श्रृखला थियो, त्यो जहाँ कवि साहित्यकार एवं नागरिक अगुवाहरू सहभागी थिए। नेपाली जनजीवन सुहाउँदो गीत गाउँदै समाजमा छुट्टै प्रभाव जमाएका रसिकले २०४२ सालमा आफैंले रेकर्ड गराएको नुनजस्तो बिलिनो जिन्दगीलाई ढाकरमा बोकी समेत सुनाए।

रसिकका गतिमा डुबेर लय मिलाउँदै थिए- प्राज्ञ कृष्णभूषण बल, कवि अनिल पौडेल, सुमन पोखेल, मनुमञ्जिल आदि। रसिकले सप्तकमा रस भर्नुअघि दुर्गा पराजुली, लक्ष्मी दर्नाल, सनम राई तथा पुन्य संग्रौलाले पुराना नेपाली गीतहरू सुनाइसकेका थिए। २३ औं श्रृखलालाई बिट मार्दै रसिकले भने नेपाली सुगम संगीतको संरक्षण र विकासका लागि योभन्दा उत्तम कार्य अरू हुनै सक्दैन। सप्तक अभियानको २५ औं श्रृखलामा विशेष कार्यक्रम गरिने संगीत साधना महाविद्यालयका सञ्चालक राजु केसीले बताए।

ठूलो डिस्को थेक

पोखरा- डिजे राजु गएको साता लेकसाइडमा झुल्किए। सधैंजसो पोखराका युवायुवतीलाई डान्समा झुमाउन विशेष डान्सपार्टीमा आउने राजु यस पटक भने ठूलो लगानीमा खोलिएको डिस्को ओजन नाइट क्लबको उद्घाटनका लागि यहाँ आएका थिए। महेन्द्र गुरुङ, डम्बर गुरुङ, सुनिल गुरुङ, मदन गुरुङ, विशाल गुरुङ, मन्दीप क्षेत्री तथा राज भट्टले १ करोडको लगानीमा खोलेको सुविधा सम्पन्न डिस्को उद्घाटन गरेपछि डिजे राजुले भने, 'डिस्कोको क्रेज बढेको पोखरामा यो नयाँ डिस्कोले थप टेवा दिनेछ।'

पोखरामा नाम चलेका क्लब प्याराडिसो, क्लब एसियानापछि अहिले तेस्रो डिस्कोका रूपमा यो डिस्को सञ्चालनमा आएको हो। डिस्को क्लबप्रति यहाँका युवायुवतीहरूको बढ्दो क्रेज देखेपछि सुविधा सम्पन्न क्लब खोल्न युवाहरू उत्साही भएका हुन्। पर्यटन वर्ष-२०११ लाई लक्षित गरी क्लब खोलिएको त्यसका सञ्चालकहरूले बताए।

हरेक दिन क्लबमा डान्सपार्टी हुनेछ। काठमान्डौंमा चार वर्षदेखि डिजेइङ गर्दै आएका डिजे दीपक तथा डिजे बिक्कीले क्लबमा स्वदेशी तथा विदेशी डान्सपारखीहरूलाई नचाउनेछन्। साँझ ७ देखि राति ११ बजेसम्म चल्ने क्लबमा लाइभ कन्सर्ट तथा डे पार्टीको समेत व्यवस्था छ।'

पोखरामा मिस्टर टिनको रन्को

पोखरा- १३ जना प्रतिस्पर्धी मिस्टर टिन पोखराको उपाधि चुम्ने होडमा यतिबेला विभिन्न प्रशिक्षणमा व्यस्त देखिन्छन्।

पोखराको फूलबारी रिसोर्टमा ठीकठाक डटकमका फोटोग्राफर रवि श्रेष्ठले सहभागीहरूको फोटोसेसनसमेत गरे। किशोरी तथा युवतीहरूलाई मात्र मध्यनजर राखेर सौन्दर्य प्रतियोगिता हुँदै आएकोमा यस पटक गुरुङ ह्याण्डसम सैलुनले किशोरहरूलाई लिएर प्रतियोगिताको आयोजना गर्न लागेको हो। प्रतियोगितामा विभिन्न विद्यालय तथा कलेजमा अध्ययनरत किशोरहरूले प्रतिस्पर्धा गर्दैछन्।

भोलि शनिबार पोखरा सभागृहमा प्रतियोगिताको अन्तिम प्रतिस्पर्धा हुँदैछ। सन् २००४ मा सम्पन्न मिस्टर एन्ड मिस टिन पोखराका मिस्टर टिन विशाल गुरुङले सहभागीहरूलाई ऱ्याम्पमा हिँड्न सिकाइरहेका छन्। प्रतियोगितामा विजेतालाई उपाधिसँगै १० हजार रुपैयाँ नगदसमेत प्रदान गरिनेछ भने विभिन्न १४ विधाका विजयीहरू पनि पुरस्कृत हुनेछन्।

शिव शर्मा

रन्जनालाई बचाउन सांस्कृतिक कार्यक्रम

उदयपुर, उदयपुर सेवा समाज तथा रञ्जना राई आर्थिक सहयोग समितिको आयोजनामा मंसिर ११ गते बेल्टार बजारको पुमा विद्यालयमा राष्ट्रिय सांगीतिक सहयोग कार्यक्रम-२०६७ सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रममा नरेन्द्र प्यासी, मौसमी गुरुङ, डम्बर नेपाली, भुवन सुप्तिहाङ राई, मल्लिका कार्की जादुगर महादेव त्रिपाठी, नृत्यांगना गीता राई आदि कलाकारले मनोरन्जक प्रस्तुति दिए। कार्यक्रम बेल्टारकी ८ वर्षीया बालिका रन्जना राईको मुटुको शल्यक्रियाका लागि आवश्यक आर्थिक स्रोत जुटाउन आयोजना गरिएको थियो।

यमकुमार राई

लीलाराज भए बालतारा

मोरङ - स्वरको मिठास त करिब-करिब सबैको उस्तै थियो। यही द्विविधाका बीच निर्णायक मण्डलले घोषणा गऱ्यो- 'आगामी एक वर्षका लागि शिविरका बालतारा लीलाराज सेन्चुरी।'

प्रत्येक वर्ष अन्तर्राष्ट्रिय बालदिवसको अवसर पारेर आयोजना गरिने 'चाइल्ड स्टार सङ कम्पिटिसन'बाट १६ वर्षीय लीलाराज बालतारा घोषित भएका हुन्। ४८ जना प्रतिस्पर्धीलाई पछि पारेका लीलाराजले राजेशपायल राईको 'दर्शन नमस्ते', खेमराज गुरुङको 'आलु तामाले' जस्ता चर्चित गीत उही शैलीमा गाएर उपाधिमाथि कब्जा जमाएका हुन्। स्वरमा माधुर्य पस्किएका लीलाराजले निर्णायक-मण्डलीलाई मात्र नभै उपस्थित दर्शकलाई पनि लट्ठ पारेका थिए।

मोरङको शनिश्चरेस्थित भुटानी शरणार्थी शिविरको स्थानीय बालमञ्चले उक्त प्रतिस्पर्धाको आयोजना गरेको हो। शिविरका १२ वटै सेक्टरका बालबालिकाको प्रतिभा प्रस्फुटन गर्ने हेतुले आयोजित कार्यक्रममा 'तारा' घोषित हुन पाँच दिनसम्म ४८ जना बालबालिकाको दौडधूप चलेको थियो, जसमध्ये ३८ जना प्रतियोगी पहिलो चरणबाट बाहिरिएपछि उत्कृष्ट १० जनाबीच प्रतिस्पर्धा गराइएको थियो।

प्रतियोगितामा खगेन्द्र विश्व दोस्रो, नीरा सिलवाल तेस्रो तथा मनोज राईले सान्त्वना पुरस्कार हात पारे। बालतारा लीलाराजको एकल स्वर समेटिएको एल्बम चाँडै प्रकाशित गरिने आयोजकहरूले बताएका छन्।

सन्तोष राई

पोखरामा औद्योगिक व्यापार मेलाको रौनक

● **शिव शर्मा**

पोखरा- यतिबेला पर्यटकीय सहर पोखरा औद्योगिक व्यापार मेलाले रन्किएको छ। बहुराष्ट्रिय कम्पनीदेखि स्थानीय तहमा उत्पादित सबैखालका सामग्रीहरू उपभोक्ताले एउटै थलोमा जानकारी लिन र किन्न पाएका छन्। पोखराको नयाँबजारस्थित प्रदर्शनी केन्द्रमासुरु भएको राष्ट्रिय औद्योगिक व्यापार मेलाले व्यवसायी एवं उपभोक्ता सबैको ध्यान खिचेको छ।

स्वागतद्वार र तुल-ब्यानरले सहर रंगीविरंगी बनेको छ। छयाङ्ङै देखिएको हिमाल र खुलेको वातावरणले प्रदर्शनीलाई अझ चम्काएको छ। मेलास्थल वरपर देखिएको चहलपहलले यहाँ आउने हरेकको ध्यान केन्द्रित गरेको छ। शहरवासी मात्र होइन, पश्चिम क्षेत्रका अन्य जिल्लाका बासिन्दासमेत मेला भर्न आएका छन्। गत वर्ष डेढ लाख दर्शकले अवलोकन गरेको मेलामा यसपटक दर्शकको संख्या २ लाख नाघ्ने आयोजक पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष कृष्णमोहन श्रेष्ठले बताए।

पोखरा उद्योग वाणिज्य संघ एवं नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघको आयोजनामा हुने मेला यही १९ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ। मेलामा २ सय ७१ स्टल छन्। पोहोर मानिसको भिड अटाइ नअटाई साँघुरो भएपछि स्टल घटाएर दर्शकका लागि केही ठाउँलाई खुला राख्नुपर्‍यो,' आयोजक संस्थाका देव क्षेत्रीले भने, 'अहिले मेलास्थल निकै व्यवस्थित भएको छ।'

मेलाको आधुनिक 'डोम' भित्र आइटी, इलोक्ट्रोनिक्स, नेपाली उत्पादन, बैंक तथा वित्तीय क्षेत्र, शैक्षिक परामर्शदाता आदिका ७८ वटा स्टल छन्। पोखरालाई शिक्षा, स्वास्थ्य तथा पर्यटकीय सहरका रूपमा परिचित गराउन आयोजित मेलामा कृषि, अटो, औद्योगिक उत्पादन तथा सेवाहरूको बृहत् प्रर्दशनी एवं व्यापार, वित्तीय तथा अन्य सेवामूलक संघ संस्थाहरूको जानकारी तथा स्थानीयदेखि राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका दैनिक उपभोग्य वस्तुहरू राखिएका छन्। त्यस्तै हस्तकला, रेस्टुराँ, पुष्प तथा दैनिक उपभोग्य वस्तु, घरायसी सरसमान, लत्ताकपडा, श्रृंगारका सामानको बिक्री वितरणसँगै वेस्टर्न युनियनको पनि स्टल छ। मेलामै पर्यटकीय जानकारी तथा पदयात्राका सामग्री पनि राखिएका छन्

त्यस्तै विभिन्न मनोरञ्जनात्मक सांस्कृतिक प्रदर्शनी तथा खेलहरू समेटिएको बालउद्यानले पनि मेलामा सहभागीहरू आकर्षित हुने अपेक्षा आयोजकहरूको छ। लोकतारा प्रतियोगिता, नेपालका ख्यातिप्राप्त ब्यान्डहरूको सांगीतिक कार्यक्रम एवं स्थापित हास्यकलाकारहरूद्वारा प्रस्तुत मनोरञ्जन कार्यक्रमहरू प्रस्तुत भैरहेका छन्। 'प्रत्येक दिन छुट्टाछुट्टै कलाकारको प्रस्तुतिले मनोरञ्जन दिनेछ,' सांस्कृतिक समितिका संयोजक बिन्दु थापाले भने। मेलाको हरेक दिनको टिकटमा सामसुङ मोबाइल उपहार राखिएको छ।

सरकारको पाँचै विकास क्षेत्रमा एक-एकवटा क्षेत्रीय स्तरको प्रर्दशनी केन्द्र निर्माण गर्ने अवधारणाअनुरूप पश्चिमाञ्चलको पोखरामा निर्माण हुने प्रदर्शनी केन्द्रको पर्स्वाधार निर्माणका लागि मेलाबाट हुने आम्दानी खर्च गरिने आयोजकहरूले बताएका छन्। संघले ०४१ सालदेखि विभिन्न मेला आयोजना गर्दै आएको थियो। महोत्सवमा मानिसको रुचि बढ्नुका साथै व्यापार प्रवर्द्धनमा पनि प्रशस्तै टेवा पुग्न थालेपछि त्यसलाई बृहत् रूप दिन ०६३ सालदेखि भने राष्ट्रिय औद्योगिक व्यापार मेलाको आयोजना गरिँदै आएको छ।

पोखरेली उत्पादनको आकर्षण

पोखराका स्थानिय उत्पादन लस्करै एक ठाउँमा। पोखरा औद्योगिक व्यापार मेलामा राखिएका ती स्टलहरूले धेरै ग्राहकलाई आकर्षित गरेको छ। 'पोखरा मण्डप' नामकरण गरेर स्थानीय उत्पादनलाई मेला भर्न आउनेहरूको ध्यान केन्द्रित गरिएको छ।

'पोखरा शहर झल्किने दृश्यसहित सजाइएको स्टल हेर्न र सामान किन्न दर्शकहरूको भीड छ,' स्टल निर्माण तथा बिक्री व्यवस्थापन समितिका संयोजक ईश्वरप्रसाद कमाचार्यले भने, 'यसपटक पोखरा मण्डपले धेरै लाई आकर्षित गरेको छ।' यसअघिका मेलामा फाटफूट्ट रूपमा मात्र देखिएका पोखराका उत्पादन यस पटक भने विशेष प्राथमिकतामा परेका छन्।

३३ वटा स्टल राखिएको पोखरा मण्डपमा स्थानीय हस्तकला, गुडिया, मह कफी, चिया, जडीबुटी, चाउचाउ, बिस्कुट, तेल आदिका स्टल लस्करै राखिएका छन्। स्थानीय उत्पादन हेर्न र किन्न ग्राहकहरू तँछाडमछाड गरिरहेका छन्।

अडिसनमा सुन्दरी प्रतिस्पर्धा

कलेज एम्बेसडरका लागि अडिसन

कलेज अध्ययन युवा-युवतीहरूप्रति लक्षित 'कलेज एम्बेसडर-२०१० का लागि गत शनिबार अडिसन सम्पन्न भएको छ। विभिन्न कलेजमा अध्ययनरत पाँच दर्जन छात्रछात्राबीच सम्पन्न अडिसन राउन्डबाट उनीहरूको आत्मविश्वास, व्यक्तित्व एवं प्रस्तुतीकरणको क्षमता मूल्यांकन गरी १५ छात्र तथा १५ छात्रा छनौटमा परेका छन्। ग्रीन आर्टस मिडियाको आयोजनामा सम्पन्न हुने प्रतियोगितात्मक कार्यक्रमको प्रशिक्षण र ग्रुमिङसेसनअन्तर्गत आत्मविश्वास अभिवृद्धि, व्यक्तित्व-विकास, क्षमता उजागर, मञ्च प्रस्तुतीकरण, सामाजिक उत्तरदायित्व आदि विषयमा जानकारी एवं प्रशिक्षण प्रदान गरिनेछ। अनिला श्रेष्ठको कोरियाग्राफीमा सम्पन्न हुने कलेज एम्बेसडर शीर्षकको यो चौथो श्रृंखलाको अन्तिम प्रतिस्पर्धा अगामी पुस ३ गते सम्पन्न हुनेछ।

मिस ट्यालेन्ट भक्तपुरको खोजी

राजधानीकेन्द्रित सुन्दरता एवं बौद्धिकता मापनका प्रतियोगिताहरूको लहरमा भक्तपुर सहरकी प्रतिभावान् सुन्दरीको खोजी कार्यले पनि गति लिएको छ। अनामिका फेसन हाउसले मिस ट्यालेन्ट भक्तपुर-२०१० शीर्षकमा सञ्चालन गर्ने प्रतियोगिताका लागि आवेदन दिएकहरूमध्येबाट अडिसन चरणपार गरी २१ जना प्रतिस्पर्धी छनौट भएका छन्। भक्तपुरका विभिन्न स्थानका अधिकांश सहभागी दस जोड दुई तथा स्नातक अध्ययरत छन्। अडिसनलगत्तै यसै साता अन्तिम प्रतिस्पर्धाका लागि भक्तपुर सिपाडेलस्थित क्लब बाग्मतीको हलमा प्रशिक्षण कार्य प्रारम्भ गरिएको छ। मिस ट्यालेन्ट भक्तपुर-२०१० को शीर्ष उपाधिसहित अन्य विभिन्न विधामा उपाधि विजेता चयन गरिने यो प्रतियोगिताको अन्तिम प्रनिस्पर्धा अगामी पुस १३ गते राजधानीस्थित प्रज्ञाभवनको डबलीमा सम्पन्न हुनेछ।

मिस शेर्पाको अवसर

यदि तपाईं कम्तीमा ६ फिट अग्ली हुनुहुन्छ, एसएलसी उत्तीर्ण, आत्मविश्वासले भरिपूर्ण, आकर्षण व्यक्तित्वको धनी, १६ देखि २५ वर्ष उमेर समूहभित्र पर्नुहुन्छ अनि आफ्नो बौद्धिक क्षमतामा विश्वास छ अनि शेर्पा समुदायको हुनुहुन्छ भने तपाईंका लागि मिस शेर्पा-२०११ ले थप सम्भावना र अवसर सिर्जना गर्न सक्छ। शेर्पा समुदायका युवतीहरूप्रति लक्षित प्रतियोगितालाई कला-संस्कृति संरक्षण केन्द्रले आयोजना गर्न लागेको हो। नयाँ पुस्ताका शेर्पिनीहरूमा आफ्नो मौलिक भाषा, वेशभूषा, कला, संस्कृति आदिका बारेमा सचेतना जगाउने एवं उनीहरूको प्रतिभालाई मञ्च प्रदान गर्ने उद्देश्यले आयोजना गर्न लागिएको दोस्रो संस्करणको यो प्रतियोगिता आउँदो पुस महिनाको अन्तसम्ममा सम्पन्न हुनेछ।

अडिसनमा मिस टिन सुन्दरीहरू

टिनएजरहरूप्रति लक्षित मिस टिन नेपालको पछिल्लो संस्करण अर्थात् मिस टिन नेपाल-२०१० का लागि सम्भावित प्रतियोगीहरूको खोजी गत शनिबार सम्पन्न भएको छ। टिनएजरहरूको व्यक्तित्व विकास, आत्मविश्वास अभिवृद्धि, क्षमता एवं नेतृत्व विकास गर्दै उनीहरूको प्रतिभा प्रस्फुटन तथा सामाजिक उत्तरदायित्व मननको लक्ष्य राखी काठमाडौं जेसिजले सन् २००२ मा प्रारम्भ गरिएको मिस टिन नेपाल नवौं संस्करणका आवेदन दिएका करिब तीन दर्जन युवतीबाट छनौट भएकाहरूको प्रशिक्षण कार्य अघि बढाइएको आयोजक संस्था काठमाडौं जेसिस जनाएको छ। प्रतिस्पर्धीहरूको छनौट आत्मविश्वास, व्यक्तित्व, सम्बन्धित विषयमा ज्ञान तथा प्रस्तुतिका आधारमा गरिएको थियो। मिसटिन नेपाल-२०१० को अन्तिम प्रतिस्पर्धा १६ डिसेम्बर अर्थात् आगामी पुस १ गते सम्पन्न हुनेछ। यसअघि प्रवीणा थापा, खुश्वु ओली, प्रियंका कार्की, आयुषा कार्की, अनामिका गुरुङ, श्रेया पौडेल आदिले मिस नेपालको ताज पहिरिसकेका छन्।

झुमाइन कोमलले

पोखरा- लामो समयदेखि व्यग्र प्रतिक्षामा रहेका दर्शकहरू लोकगायिका कोमल वलीको नाम घोषण हुनेबित्तिकै उत्साहित भए।

पोखरामा जारी औद्योगिक व्यापार मेलाको सांस्कृतिक कार्यक्रममा जब गायिका कोमल वलिको स्वर गुन्जियो तब दर्शकहरू कान ठाडो पार्दै यताउति हेर्न थाले। उनकै स्वरमा गीत बजे पनि दर्शकले स्टेजअगाडि कोमललाई पाएनन्। जब मञ्च अघि रहेका दर्शकको पछाडिबाट गायिका वली हाते माइकमा गीत गाउदै अगाडि बढिन्, दर्शकले जोडदार हुटिङ गरे। कालो छ टोपी कालै छ कोट गीत गाउदै वली दर्शकबीचबाट गीत गाउँदै निस्किइन्।

स्टेजमा बसेका अतिथिहरूले उनलाई राम्रोसँग देख्न पाएका थिएनन्। गायिका वली दर्शकको बीचमा घेरिएकी थिइन्। स्टेजमा बसेका पोखरा उद्योग वाणिज्य संघका पूर्व अध्यक्ष राजेन्द्र लालचन भन्दै थिए- 'अगाडि देखिएन, उनलाई स्टेजमा ल्याउनुपर्‍यो। दोहोरी गायक प्रजापतिले यो उनको शैली हो, अगाडि आउँछिन् भन्ने जवाफ दिए। नभन्दै गायिका वलि दर्शकको भीड छिचोल्दै स्टेज अगाडि देखा परिन। स्टेजमा आएर उनले झ्वाक तन्नेरी गीत गाउनुअघि दर्शकतिर हेर्दै भनिन्, 'वाह क्या राम्रा पोखराका झ्वाक तन्नेरी।'

मेलामा विशेष आकर्षण बनेकी वलीको गीतमा नझुम्ने कोही भएनन्। बालकदेखि वृद्ध सबै उनको गीतमा कम्मर भाच्दै नाच्न तम्सिए। वलीले चर्चित गीत पोइला जान पाम के गाएकी थिइन्, मेलाको वातावरण एक्कासि तातियो। हुलका हूल दर्शकले कोमलसँगै नाचेर मञ्च तताएका थिए। कार्यक्रममा विभिन्न समूहको दोहोरी, स्थानीय पप ब्यान्डको प्रस्तुतिसँगै पोखरेली धुर्मुस र माग्ने बुढोले पनि मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए।

मिस नेवाः मा ३५ जना

आगामी पुस १५ गते आयोजना हुने नेवार समुदायका युवतीहरूको प्रतियोगिता मिस नेवाः को छैटौं संस्करणमा ३५ जना युवतीबीच प्रतिस्पर्धा हुने भएको छ। नेप्लिज फेसन होमले विगत ६ वर्षदेखि आयोजना गर्दै आएको मिस नेवाः प्रतियोगिताको पछिल्लो संस्करणका लागि राजधानीको मल्ल होटलमा गत शनिबार अडिसन कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो। मिस नेवाः-२०१० का लागि अडिसन चरणमा राजधानी तथा मोफसलका ४५ युवती छनोट चरणमा सहभागी भएका थिए। नेप्लिज फेसन होमकी अध्यक्ष हेमा मानन्धरका अनुसार प्रतियोगितामा सहभागिताका लागि ५६ जनाले आवेदन दिएका थिए, जसमध्ये ४५ जनालाई अडिसनका लागि छनौट गरिएको थियो।

युवतीहरू पश्चिमा संस्कृतितर्फ आकर्षित भैरहेको बेला उनीहरूमा नेवार संस्कृतिको महत्व बताउादै नेवार भाषा तथा संस्कृति सिकाउन मिस नेवाः को आयोजना गरिएको हो। शनिबार छनौट भएका प्रतियोगीलाई राजधानीमा एक महिनासम्म नेपाल भाषा, लिपि, कला-संस्कृति, व्यक्तित्व विकासजस्ता विविध विषयमा प्रशिक्षण दिइनेछ। प्रशिक्षणका क्रममा प्रतियोगीलाई हाइकिङ तथा विभिन्न स्थानको भ्रमण गराइनेछ। आगामी पुस १५ गते प्रज्ञा-प्रतिष्ठानमा सम्पन्न हुने प्रतियोगितामा विजयी प्रतियोगीलाई नगद, मुकुटका साथै विभिन्न उपहार प्रदान गरिनेछ।

आपसी सम्बन्धको दायित्व

रोजिन शाक्य

सम्बन्धलाई आपसमा जोड्न धेरै समय लाग्छ, तर टुट्न समय लाग्दैन । एकै झटकामा सबै समाप्त भएर जान्छ । सानो चोटले पनि आपसी सम्बन्ध सिसाजस्तै एकै क्षणमा चकनाचुर हुन पुग्छ । यदि समय रहँदै सम्हालिने हो भने आफ्नो अनमोल सम्बन्धलाई टुट्नबाट जोगाउन सकिन्छ र दुःखको आँसुबाट पनि जोगिन सकिन्छ । दाम्पत्य सम्बन्धको रंगलाई कहिल्यै फिक्का हुन नदिन पति-पत्नी दुवै मिलेर आपसी सम्बन्धको पकड मजबुत राख्नुपर्छ । यसका लागि केही कुरामा विचार पुऱ्याउनु आवश्यक छ ।

● पति-पत्नी दुवैले एकअर्काप्रति आदर सम्मानको भाव राख्नुपर्छ । यसको अभावमा आपसी सम्बन्धमा नकारात्मक असर पुग्छ । आपसी सम्बन्धलाई कहिल्यै तुच्छ मान्नुहुँदैन । सम्बन्धमा अहम्को भावना हुनुहुँदैन । अहम्ले सम्बन्धको बीचमा घर्षण सिर्जना गर्छ जसका कारण स-साना कुरालाई लिएर आपसी टक्कर प्रारम्भ हुन्छ, जसको असर वैवाहिक जीवनमा पर्छ । वैवाहिक जीवनबाट सुख शान्ति लुप्त हुन पुग्छ र सम्बन्धलाई इतिश्री दिने स्थितिसम्मको अवस्था आउन सक्छ ।

● वैवाहिक जीवनको पर्खाल विश्वासको जगमाथि बनेको हुन्छ । यदि विश्वासको जग मजबुत छ भने कुनै तेस्रो व्यक्तिले बसाएको घरलाई क्षति पुऱ्याउन सक्दैन । पतिले पत्नीव्रता र पत्नीले पतिब्रता धर्मलाई सदैव निर्वाह गर्नुपर्छ । यसले सम्बन्धलाई सुखमय राख्छ र सम्बन्धमा निरसता आउँदैन । श्रीमान्ले आफ्नी श्रीमतीको प्रशंसा गर्न कहिल्यै पछाडि हटनुहुँदैन । प्रशंसा यथार्थ हुनुपर्छ, सत्यमा आधारित हुनुपर्छ । पति वा प्रेमीका रूपमा प्रशंसाको आदेश दिनुहुँदैन, विनमतापूर्वक प्रस्तुत हुनु राम्रो हुन्छ ।

● पति-पत्नी दुवैले कोही एकको सहनशक्तिमा बारम्बार आलोचनात्मक प्रहार गर्नबाट जोगिनुपर्छ । यसो गर्नाले जसमाथि आलोचनात्मक टिकाटिप्पणी भएको छ, उसको मन हीनभावनाबाट ग्रसित हुन पुग्छ । कोही पनि हरेक क्षेत्रमा पर्फेक्ट हुँदैन भन्ने कुरालाई राम्रोसँग बुझ्नु आवश्यक छ ।

● आजको समयमा श्रीमतीले गृहिणीको मात्र भूमिका निर्वाह गरिरहेका हुँदैनन् । उनले घर र बाहिरी क्षेत्रको जिम्मेवारी पनि उत्तिकै गम्भीर भएर निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ । यसको प्रभाव अप्रत्यक्ष रुपमा वैवाहिक जीवनमा पर्छ । कहिलेकाहीँ तनावका कारण उनको स्वभावमा चिड्चिडापन देखा पर्छ । जब यही चिड्चिडापन क्रोधका रुपमा प्रकट हुन्छ, तब कैयन् समस्या देखा पर्न थाल्छन् । यस्तो स्थितिमा विवादग्रस्त परिस्थितिबाट बच्न केही क्षणका लागि वक्ता बन्ने र अर्को क्षणमा मात्र श्रोता बन्ने प्रयास गर्नुपर्छ । विवादको गतिशीलतालाई रोक्न यदि श्रीमती बोल्दैछिन् भने श्रीमान्ले शान्त रहेर राम्रो श्रोता बनेर घरको वातावरणलाई ध्वनि प्रदूषणरहित राख्न सहयोग पुऱ्याउनु राम्रो हुन्छ ।

● एउटा मुस्कानबाट मुहारको उदासीपन क्षणभरमै मेटिन्छ । कहिलेकाहीँ कामको बोझका कारण पति-पत्नी मुस्कानको आदानप्रदान गर्न बिर्सन्छन् । दम्पती एक आत्मिक मुस्कानको प्रतिक्षामा रहन बाध्य हुन्छन् । अतः मुस्कानको महिमालाई बुझेर एकअर्कालाई मुस्कानरुपी उपहार सदैव प्रदान गर्ने प्रयत्न गर्नुपर्छ । वैवाहिक जीवनलाई सुखमय बनाउन शारीरिक सम्बन्धले एउटा मजबुत पक्षको रुपमा भूमिका निर्वाह गर्छ । सन्तुष्टिदायक शारीरिक सम्बन्धबिना आपसी सम्बन्धको शृङ्खला टुट्न सक्छ । यो सम्बन्ध प्रतिको उदासीनताले जीवनलाई नीरस बनाउँछ । दम्पति एकअर्काको इच्छालाई बुझ्ने मामिलामा सक्षम हुनुपर्छ । वैवाहिक जीवनमा सेक्स लय र सुरको संगम हुन्छ, यसबिना पति-पत्नी दुवैलाई अधुरो मानिन्छ । सेक्स पति-पत्नी दुवैको स्वीकृतिका आधारमा हुनुपर्छ अन्यथा भावनामा गहिरो प्रभाव पर्न सक्छ ।

● सम्बन्धको सजीवताका लागि पारस्परिक सहयोगले पोषणको कार्य गर्छ । सफलताको सिँढी चढ्न पति-पत्नी दुवैको सहयोग एउटा अनिवार्य कार्यमा परिवर्तित हुन्छ । सफलताको मामिलामा पति-पत्नीका बीच थोरै तलमाथि मात्र पनि पर्न गए केही फरक पर्दैन । सफलताको बहीखातामा दुवैको नाम दर्ता हुन्छ नै। कारण त्यो खाता त साझा नै हुन्छ । मनमा स्पर्धा, ईर्ष्याजस्ता भावनालाई निषेध गर्नुपर्छ । यिनको प्रवेश मात्रले पनि आपसी सम्बन्धमा मनमुटाव सिर्जना हुन पुग्छ र सम्बन्ध बिग्रन्छ ।

● प्रायः श्रीमान्लाई त्यही जीवनसंगिनी मनपर्छ जसले पतिको आम्दानीअनुसार र पतिको मन मुताविक खर्च र घरको व्यवस्थापन गर्छन् । त्यस्तै श्रीमतीले श्रीमान्को मनमा राज गर्छिन् । एउटी असल श्रीमतीले श्रीमान्को मेहनतको कमाइको एउटा हिस्सालाई बचतका रुपमा एकत्रित गर्नुपर्छ, जुन कालान्तरमा खराब समयमा काम लाग्छ । श्रीमान्को आय फजुलमा खर्च गर्न दिनुहुँदैन । खर्च गर्नुपूर्व आवश्यकतालाई प्राथमिकता दिनुपर्छ । मात्र बाहिरी देखावटीपनमा खर्च गर्नु ठीक होइन । यसबाट कमाउने व्यक्तिले अनेकन समस्या सामना गर्नुपर्छ । यो परिस्थितिमा कमाउने व्यक्तिबाट उसको सुखचयन उसबाट टाढा जान्छ । श्रीमान् विचलित भएर यस्तो सम्बन्धबाट टाढा जाने प्रयास गर्न थाल्छ । पति-पत्नीको सम्बन्धको डोरी सौम्यता, मधुरता, स्निग्धता र स्नेहमा बाँधिरहे सम्बन्धको बन्धन अटुट रहन्छ र त्यसको अन्त पनि हुँदैन । श्रीमान्ले श्रीमतीलाई भावनात्मक सुरक्षा प्रदान गरे दाम्पत्य सम्बन्धको सितारबाट सुन्दर, मधुर एवं कर्णप्रिय सुर नै निस्कन्छ जुन कहिल्यै बेसुर हुँदैन ।

दाम्पत्य यौन समानताको पक्ष

आफ्नो पुस्तक, पुस्तक मेन्युअलको माध्यमबाट चर्चित भएकी विख्यात लेखिका मारबेल मागल मार्गन, यौन समानताको कट्टर समर्थक हुन् । १९७४ मा प्रकाशित उक्त पुस्तकको बिक्रीले बाइबलको बिक्री कीर्तिमानसमेत तोडेको थियो । ऐतिहासिक दृष्टिकोणबाट महत्त्वपूर्ण उक्त पुस्तकअनुसार विवाहको सफलता श्रीमतीमाथि निर्भर गर्छ, न कि श्रीमान्माथि । स्वाभाविक रूपमा पुरुषहरू महिलामाथि हावी हुन चाहन्छन्, महिलाहरू भने यसमा तटस्थ रहन्छन् ।

जीवनलाई गुलाफको फूलको बिछ्यौना मान्ने आदर्श गृहिणीहरू उनीहरूका श्रीमान् आरामसित त्यो बिछ्यौनामा सुतुन भन्ने चाहन्छन् । यस्ता महिलाहरू नारीवादी आन्दोलनमा विश्वास गर्दैनन् । यसको ठीकविपरीत महिला आन्दोलनमा विश्वास राख्ने महिलाहरू आफ्नो पारिवारिक जीवनलाई त्यति प्राथमिकता दिँदैनन् । लेखिका मारबेलका अनुसार यी दुवैखाले महिला आज अतीत बनिसकेका छन् । मार्गनको सल्लाह छ– महिलाहरूले सहभागिताको अवसर पाउनुपर्छ ।

यो सत्य हो कि विवाहको केही महिनापछि दम्पतीको सम्बन्ध पहिले जस्तो रहँदैन । दुवै जना एक अर्काको बन्धनबाट बाहिर निस्कन चाहन्छन् । यो बेग्लै प्रश्न हो कि उनीहरूले त्यसरी निस्कनुपर्छ कि पर्दैन, उनीहरू निस्कन सक्छन् कि सक्दैनन् ? मार्गनका अनुसार संसार पुरुषहरूकै हो र महिलाहरू त्यसमा आफ्नो स्थान खोज्छन् । उनका अनुसार पुरुषले महिलालाई मात्र उपभोग वस्तु मानेको छ र महिलालाई यो कुरा महसुस पनि गराएको छ कि उनीहरूको जन्म आफ्नो श्रीमान्लाई खुसी तुल्याउन भएको हो ।

यद्यपि समय परिवर्तन हुँदै गएको छ । शिक्षाको प्रसारका कारण महिलाहरूमा सचेतता बढ्दै गएको छ र उनीहरूले आफ्नो हक अधिकारको सुनिश्चिता खोज्न थालेका छन् । बीसौं सताब्दीको अन्तिम दशकमा सम्बन्ध बिच्छेद पनि बढ्दै गएको छ । यसको प्रमुख कारण महिलाहरूले आफ्नो महत्त्वलाई महसुस गर्न थाल्नु नै हो । जसबाट उनीहरूका श्रीमान्को स्वाभिमानमा प्रभाव पर्न थालेको र त्यसको दुरगामी परिणाम स्वरूप सम्बन्ध बिच्छेदका घटना बढ्न थालेको छ ।

विकसित मुलुकमा विवाहित महिलाहरूलाई उनीहरूको अधिकारप्रति जागरूक गर्न कार्यशालाहरू आयोजित गरिन्छ । यस्तै कार्यशालामा मार्गनले भनेकी थिइन्, महिला दिदी-बहिनीहरू तपाईंको सबैभन्दा प्रभावशाली यौन इन्द्रीय....तपाईंको मस्तिष्क हो । उनले थपिन, महिलाहरूले आफ्नो श्रीमान्लाई खुसी तुल्याउन मात्र तिनीहरूसित सुत्नु हुँदैन । पुरुषको सबैभन्दा आवश्यक यौन इन्द्रीय, उसको आँखा हो । मार्गनका अनुसार जब श्रीमान्ले आफ्नी श्रीमतीसित सहवासको माग गर्छन्, तब उनको मागलाई स्वीकार गरी त्यसको प्रशंसा पनि गर्नुपर्छ । उनको इतिहास, उनको अतीतको बिर्सेर पनि चर्चा गर्नु हुँदैन । राम्रा-नराम्रा, ठूला-साना जस्ता उपलब्धि भए पनि आफ्नो श्रीमान्को प्रशंसा गर्नुपर्छ । स्वयंलाई आफ्नो श्रीमान्को स्वभावअनुसार ढाल्नुपर्छ र आफ्नो श्रीमान्का साना-ठूला सबै कुराको प्रशंसा गर्नुपर्छ ।

पुरुष सधैं आफू एकजना महिलासित मात्र सम्बन्ध राख्छु भन्छ तर अर्की महिलासित सम्बन्ध राख्न त्यत्तिकै सहज रूपमा अग्रसर हुन्छ । पति र पत्नीबीच सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा हो, उनीहरूको बौद्धिक स्तरमा समानता दाम्पत्य जीवन तब मात्र सफल हुन्छ, जब सम्बन्धको आधार मित्रता हुन्छ, नकि व्यक्ति वा आदर्श । यहाँ प्रश्न उठ्छ- के सबै पुरुष मूर्तिसँग विवाह गर्न चाहन्छन् । के सबै पुरुष चाहन्छन कि पूरा उमेर उसको हेरचाह ठीक त्यही रूपमा हुन्छ, जसरी बाल्यवस्थामा उसकी आमाले गर्थिन् ? विवाहसम्बन्धी अनुसन्धानकर्ताहरू भन्छन्– पुरुषहरू सुरु-सुरुमा आफ्नी प्रेमिका-पत्नीलाई उपहार प्रदान गर्छन् । पछि त्यही स्थितिमा परिवर्तन आउँछ । प्रेमी-पति नगद दिएर आफ्नी प्रेमिका वा पत्नीलाई रोजाइअनुरूपको सामग्री खरिद गर्न भन्छन् । अनुसन्धानअनुसार यदि तपाईं एउटी राम्री गृहिणी र सम्पन्न महिला बन्न चाहनुहुन्छ भने श्रीमान्का सामु उनी आफूमाथि हावी भएको अभिनय गर्नुपर्छ तर वास्तवमा उनीमाथि तपाईं आफैं हावी हुनुपर्छ तर यो कुराको जानकारी भने उनले पाउनु हुँदैन । उनमा भ्रम सिर्जना गरेर नै सुखी दाम्पत्य जीवनलाई अघि बढाउन सकिन्छ । श्रीमान्को आत्मसम्मानमा ठेस पुग्ने क्रियाकलापप्रति सचेत हुनु पनि उत्तिकै आवश्यक आवश्यक छ ।

अश्लील भिडियोको बढ्दो चलनका सम्बन्धमा के भन्नुहुन्छ ?

एक्काइसौं शताब्दीमा पनि केको लाज नि ? गाँस बास कपासजतिकै यौन पनि आधारभूत आवश्यकता बनिसक्यो नि ।

प्रकाश तिमिल्सिना

यो छाडापन, विदेशी प्रभाव एवं उच्छृंखल चलन हो ।

वैद्यनाथ कोइराला

के भन्ने नि ? हेर्ने नि पाएसम्म, तपाईंले नहेरेको भए कसरी प्रश्न राख्नुभो त यस विषयमा ? त्यसैले हेरिहाल्नोस्, कल हो ना हो ।

प्रकाश श्रेष्ठ

खोइ के भन्नु र.......! हावा नचले त्यत्तिकै त पात हल्लँदैन क्यारे ! अँ, जे छ राम्रै छ, किन सोधखोज गर्नुपर्‍यो र ?

सुवोध लामा, गोलबजार

हजुरले बनाउने विचार गर्नुभएको छ कि क्या हो ? यदि बनाउनुभयो भने पहिलो ब्लुटुथचाहिँ मेरो मोबाइलमा है ? हिरोइनमा को राख्ने विचार गर्नुभएको छ ? खुसुक्क भन्नुस् न ?

श्याम कार्की,

के भन्नु खै, हामीले भनेर केही हुने होइन, तर पनि कसैको विश्वास गरेर भिडियो खिच्ने चलन राम्रो होइन ।

आशा भट्टराई

समयसँग कसैको केही लाग्दैन । युग धेरै परिवर्तित भैसकेको छ । त्यसकारण जे हुन्छ समय र परिस्थितिअनुसार नै हुन्छ ।

वसन्त खत्री

दुई जनाको समझदारीमा यस्तो कार्य हुन्छ भने त्यो कुनै ठूलो चासोको विषय होइन, तर बाहिर पर्दाफास गरेर यसलाई गलत तरिकाले मात्र व्याख्या र विश्लेषण गर्नु ठूलो अपराध हो ।

उत्तम भट्टराई

आपराधिक आकर्षण र फेसन हो, जसले आफूलाई नै तहसनहस तुल्याउँछ ।

डीजी थापा, स्याङ्जा

यो प्रत्येक व्यक्तिको गोजी-गोजीमा छ ।

कलाप्रेमी

यो आफैंमा अश्लील होइन, बनाउनेले बनाएको अश्लीलता हो । चर्चित मुहारहरूले आफ्नो अस्मिताको प्रदर्शन गराउने चलन बढेको छ । के त्यो उनीहरूको मात्रै छ । उसले मात्रै जानेको छ र त्यसरी सबैलाई देखाउने ? लुकाएर राख्दै राम्रो

सांग्रीस डी. मानन्धर

मेरो विचारमा केही युवा-युवतीले मनोरञ्जनको साधनका रूपमा र केही प्रेमी-प्रेमिकाले भिडियो तयार पर्दा विवाह पक्का हुन्छ भनेर होला नि ।

कमल नेपाल (२०)

बढ्नु स्वभाविक पनि हो ठीक पनि हो किनभने आजभोलि वेश्यावृत्ति पनि त बढ्दै छ, अर्को कुरा यौन प्यासीहरूका लागि भए पनि अश्लील भिडियो अझै बढाउनुपर्छ ।

जमानसिंह गिरी, दाङ

अश्लील भिडियोको बढ्दो चलनले समाजमा विकृति ल्याएको छ । यसलाई जसरी भए पनि रोक्नुपर्छ । अश्लील भिडियो देखाउनेहरूलाई हतोत्साहित तुल्याउनुपर्छ ।

सागर बेहोसी

एक त यसको कारण देशमा व्याप्त राजनैतिक अस्थिरता हो भने अर्को यसलाई पश्चिमी मुलुकको प्रत्यक्ष प्रभावका रूपमा पनि हेर्न सकिन्छ ।

कृपानन्द

पश्चिमा शैलीका राम्रा र नराम्रा पक्षको मूल्यांकन गर्न नसक्दा परम्परा र रीतिरिवाजविरुद्ध हिँडनु नेपाली युवाको अकर्मण्यता हो र त्यसैको उपज हो अश्लील भिडियो ।

राम विश्वास

दुःखको कुरा राम्रो कुराभन्दा नराम्रो कुरापट्टि बढी आकर्षक हुन्छ, त्यसैले त सधैंपछि परेका छन् नेपालीहरू ।

दुर्गा माझी

● अब हाम्रो पालो ●

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

१. तपाईं एक्लै हुँदा के सोच्नुहुन्छ ?
२. राजनीति राम्रो कि समाजसेवा ? किन ?
३. तपाईंले पछिल्लो पटक कहिले झूटो बोल्नुभयो ?
४. साप्ताहिकको ब्लो-अप तपाईंलाई कस्तो लाग्छ ? किन ?
५. के तपाईंलाई नेपालमा राजतन्त्र फर्किन्छ जस्तो लाग्छ ?
६. नेपालबाट रूढिवाद र अन्धपरम्पराको अन्त्य किन नभएको होला ?
७. मानिस मरेपछि कहाँ जान्छ (पुग्छ) ?
८. नेपालीहरू विदेश जान किन मरिहत्ते गर्छन् ?
९. पेट भर्ने समस्या नभएको भए के हुन्थ्यो ?
१०. परस्त्री सम्बन्ध किन हुन्छ ?

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

डा. राजेन्द्र भद्रा

प्रश्न : म १९ वर्षीय युवक हुँ । आजभन्दा लगभग एक वर्ष अघिदेखि मेरो दुइटै अण्डकोष बेलाबेलामा दुखिरहन्छ । त्यसको निश्चित समय भने हुँदैन । कहिले सातामा एकपटक, कहिले दुई पटक त कहिले महिनामा एक वा दुई पटक दुख्छ । मैले आजसम्म कुनै महिलासँग यौनसम्पर्क गरेको छैन । यो समस्याले मलाई चिन्तित तुल्याएको छ । समस्याको समाधान के होला ?

के.

उत्तर : पुरुषको कुरा गर्दा सामान्यतः अन्ड र महिलाको सन्दर्भमा डिम्ब भनिन्छ । महिलाको डिम्बाशयबाट मासिकरुपमा डिम्ब निस्कन्छ । अन्डकोष (अन्डाशय) पुरुषमा भएको एक प्रमुख प्रजनन अङ्ग हो र यसले शुक्रकीट तथा पुरुषत्व प्रदान गर्ने हार्मोन उत्पादन गर्छ । अन्डकोष लिङ्गको फेदनिर झुन्डिएको छालाको पातलो थैली (अन्डकोष थैली) भित्र हुन्छ । अन्डकोष र अन्डकोष थैली फरक कुरा हुन् भन्ने कतिपय व्यक्तिलाई थाहा नहुन सक्छ । स्वाभाविक रूपमै यी दुई सुन्निने अनि दुख्ने कारणमा पनि केही फरक हुन्छ । यस्तै १०-११ वर्षको उमेरदेखि अन्डकोषको विकास सुरु हुन्छ र किशोरवस्थाभरि बढ्ने क्रम निरन्तर चलिरहन्छ । यसको आकार अलि चेप्टो आकारको हुन्छ । सालाखाला १० देखी १४ ग्राम तौलको यो अङ्गको आयतन सालाखाला ४x३x२ दशमलव ५ सेन्टिमिटर हुन्छ । यसभन्दा केही बढी र केही कम हुनु पनि सामान्य नै हो ।

अन्डकोष किन दुख्छ ?

अन्डकोषको पीडा भन्नाले दुवै वा कुनै एक अन्डकोषको पूरै वा केही भागमात्र भए पनि दुख्नुलाई जनाउँछ । फरक भए पनि अन्डकोष थैलीको पीडाको कुरा पनि कतिपय स्थितिमा मिसिएर आउँछ वा चर्चा गरिन्छ । अन्डकोष दुख्ने कारणहरूलाई छोटकरीमा सूचीकृत गर्ने हो भने चोटपटक, संक्रमण तथा अन्डकोष बेह्रिने इत्यादि पर्न आउँछन् । तपाईंले चोटपटक लागेको कुरा लेख्नुभएको छैन । त्यसैले त्यस विषयमा चर्चा गर्नु आवश्यक भएन । अन्डकोष बेह्रिनेजस्तो स्थितिमा सुन्निनुनका साथै एकदमै पीडा पनि हुन्छ । यो एक आपत्कालीन स्थिति हो जुन तपाईंलाई भएजस्तो बुझिँदैन ।

संक्रमणको कुरा हुनसक्छ । त्यस्तो संक्रमण विषाणु वा जीवाणुका कारणले हुनसक्छ । ती संक्रमणमध्ये केही यौनरोग पनि हुनसक्छन्, तर तपाईंले अहिलेसम्म यौनसम्पर्क नराख्नु भएको कुरा उल्लेख गर्नुभएको छ, त्यसैले त्यसो हुने सम्भावना भएन ।

तीन महिनाभन्दा लामो समयसम्म यसरी दुख्नुलाई chronic scrotal pain भनिन्छ । यस्तो दुखाइले कतिपय स्थितिमा अन्य कुनै समस्याको संकेत गरिरहेको हुनसक्छ । अन्डकोषको शोथका साथै अन्डकोषको नजिकै रहने अर्को अङ्ग इपिडिडाइमिसको शोथ तथा पौरुष ग्रन्थिको शोथका कारण पनि पीडा भएको हुनसक्छ । भ्यारिकोसिल भने विशेष गरेर दाहिनेतिर नभै बायाँतिर हुन्छ, यो रक्त नसामा रगत बढी भरिने कारणले हुन्छ । यसमा स्पष्टसँग दुख्नेभन्दा पनि केही असजिलो हुने र तानिएर दुखेको जस्तो हुने अनुभव हुन्छ ।

के यौन उत्तेजना पछि अन्डकोष दुख्छ ?

तपाईंले अन्डकोष दुख्नुको कारणलाई यौन क्रियाकलाप वा यौन उत्तेजनासँग जोड्नुभएको छैन, तर यौन उत्तेजना पछि स्खलित नहुँदा पनि अन्डकोषमा पीडा महसुस हुन्छ । हामी यौन उत्तेजित हुँदा हाम्रा यौन अङ्ग तथा त्यसका वरिपरिको भागमा रक्त प्रवाह बढी हुन्छ । तपाईंलाई थाहै होला- लिङ्गको उत्तेजना पनि लिङ्गको विशेष तन्तुमा रगत भरिदा नै हुन्छ । लामो समयसम्म यौन उत्तेजना हुँदा वा यौन उत्तेजित अवस्थामा लामो समयसम्म बस्नुपर्दा अन्डकोष, प्रोस्टेट ग्रन्थिमा बढी रक्त प्रवाहका कारणले एक किसिमको तरल पदार्थ जम्मा हुन पुग्छ । यसले गर्दा केही मात्रामा ती अङ्गहरू सुन्निन सक्छन् । फलस्वरूप अन्डकोष वा यौनाङ्ग क्षेत्रमा केही पीडा भएको वा असजिलो वा भारीपनको अनुभव हुन्छ । अनौपचारिक बोलीचालीको अंग्रेजी भाषामा यसलाई blue balls भनिन्छ । लामो समयसम्म बढी रक्त प्रवाह भएर त्यही रहँदा त्यसमा अक्सिजनको मात्रा कम हुन पुग्छ, त्यसैले यो केही गाढा रंगको हुन्छ र त्यसैले blue balls भनिएको हो ।

यस्तो स्थिति आउन नदिने एक प्रमुख उपाय वीर्य स्खलनको स्थितिमा पुग्नु हो । कहिलेकाहीं यौनसम्पर्कको माध्यमबाट त्यो स्थितिमा पुग्न नसकिए हस्तमैथुनको सहारा लिन सकिन्छ । केही पीडा वा असजिलो भए पनि वास्तवमा यसको कुनै दीर्घकालीन नकारात्मक असर भने हुँदैन । यस्तो पीडा वा असजिलो अस्थायी हुन्छ र एक-दुई घण्टामा स्वतः कम भएर जान्छ । कहिलेकाहीं भने पीडा कम हुन केही बढी समय पनि लाग्न सक्छ, तर पनि यसलाई कम गर्न केही उपाय अपनाउन सकिन्छ । केही परिस्थितिमा यौनसाथीको चाहना वा आपसी सहमतिमा निकै लामो समयसम्म वीर्य स्खलन नै नगरी उत्तेजित अवस्था रहन्छ र blue balls को स्थिति आउन सक्छ । यौन क्रियाकलापको बीच-बीचमा अन्डकोषको हल्का मालिस गरे पीडा वा असजिलो कम गर्न मद्दत पुग्छ । त्यसैगरी उत्तानो परेर सुत्दा वा सास रोकेर कन्दा पनि फाइदा हुन्छ । अन्डकोष वा यौनाङ्ग क्षेत्रलाई केही चिसो पार्न सकिए पनि फाइदा पुग्छ । यसो गर्दा रक्तनशा खुम्चने हुँदा अन्डकोषमा रगतको बहाव कम हुने र लसिका रस बाहिरिन जान मद्दत मिल्छ, जसले सुन्निएको कम गर्न मद्दत पुर्‍याउँछ । हल्का कसरत जस्तै- हिँड्ने वा सिँढी चढ्दा पनि फाइदा हुनसक्छ, तर अति नै पीडा भएमा चिकित्सकको सहयोग लिनुपर्छ ।

के गर्ने त ?

तपाईंको पत्रमा भएको सीमित जानकारीका आधारमा तपाईंलाई यसै भएको भन्न सकिने स्थिति छैन । केही सम्भावित स्थितीका बारेमा त कुराकानी गरी नै सक्यौं । हुनसक्छ, तपाईंलाई खास केही नभएको होस्, तर तपाईंको अन्डकोष जस्तो महत्वपूर्ण अङ्गले राम्रैसँग कार्य गर्न सक्ने कुरा सुनिश्चित गर्नु महत्वपूर्ण कुरा हो । केही गम्भीर खराबी भए प्रजनन क्षमतामा नकारात्मक असर पर्न सक्ने कुरालाई पनि बिर्सनु हुँदैन । तपाईंलाई अन्डकोषमा भएका यी परिवर्तन असामान्य लाग्छन् वा सामान्य भएको पक्का गर्न चाहनुहुन्छ भने शल्य-चिकित्सकबाट परीक्षण गराउनुपर्छ ।

पंजाबी तेल COBRA
BOST SEXUAL ENERGY
* जस्तोसुकै यौन दुर्वलता र कमजोरीको लागि
* Hebel Levitra + Cobra Oil
* लिंग विकासका लागि Long John
* जाँड र रक्सीको कुलत छुटाउने चुर्ण
* अनुहारको चायाँ, पोतो हटाउने क्रिम
* डन्डिफोरको लागि M.F. Cream
* पेट घटाउने जेल, स्तन घटाउने, बढाउने
* गुप्ताङ्ग टाइट गर्ने Silky drops
* केश झर्ने समस्या रोकि केश उमार्ने तेल
T.H.T. बालाजु चोक
९८४९१११९२६, ९८०८५१६३५३

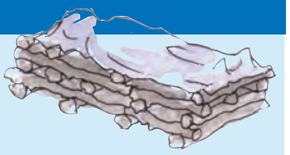
आयुर्वेदिक पद्धतीद्वारा दिर्घरोगको अचूक उपचार
हाडजोर्नी तथा नसा — सबै किसिमका वाथ, आथ्राइटिस, प्यारालाइसिस, साइटिका, हड्डी खिइएको, नसा च्यापिएको, हातखुट्टा झमझमाउने, मुख बाङ्गीने, जोंनीहरु दुख्ने, डिस्क प्रोल्याप्स
पेट सम्बन्धी — ग्याष्टिक, अम्लपित, जण्डिस कोलाइटिस, अपच, कब्जीयत तथा अन्य रोगहरु
मानसिक — डिप्रेसन अनावश्यक डर, भय, अनिन्द्रा, शारिरीक थकान, रिंगटा, तनाव आदि
दिर्घरोगहरु — पिनास, पाइल्स, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, यूरिक एसिड, दम, आदि
यौन — सबै किसिमका यौन दुर्वलता, धातुरोग, सरुवा रोग नि:सन्तापन, यौनाङ्ग विकास, महिनावारीमा गडवडी आदि (पुर्ण गोप्यताका साथ)
सुन्दरता — अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर, कालोपोतो, अनावश्यक कोठी वा फोकाहरु, दुवी, सेतो दुवी, साथै अन्य चर्मरोगहरु
धन्वन्तरी आयुर्वेद हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा. लि.
धुम्बाराही चोक, रिङ्गरोड, काठमाडौं
फोन: ४३७९०९६, ४३७४५४८
शाखा कार्यालय
पोखरा – ०६१–५३९१९४
बुटवल – ०७१–५४८८९३
भरतपुर – ०५६–५२०९६८
घोराही – ०८२–५६२९८३
हेटौडा – ०५७–५२६०४६
सर्लाही – ०४६–५३०४८४
फतेपुर सप्तरी – ०३१–५५०११२
इटहरी – ०२५–५८४०८८
बिर्तामोड – ९८४२७५७६०३
धनगढी – ०९१–५२३१५७
सुर्खेत – ०८३–५२३८९२

Sliming Camp बस्दैछ १ महिनामा १५ के.जी मोटोपन घटाउने गोंगबुचोकमा
100% ग्यारेण्टीका साथ उपचार स्लिमिङ, Good Looking स्वस्थता सुन्दरताको लागि तु सम्पर्क राख्नुहोला । सिट सिमित छ ।
Dr. द्वारा सम्पूर्ण स्वास्थ समस्याको समाधान ।
शक्ति सम्बृद्धिको लागि हर समस्या, हर रोगबाट छुटकारा दिलाउने नजर कबज साथमा त्रिस्टल र हरेक लकेटहरु पाईन्छ । साथमा चुरोट, जाँड, रक्सीको, नशाबाट छुटकारा दिलाइन्छ ।
कपाल उमार्ने तेल
मेमोरी पावर बढाउने
अनुहार उज्यालो बनाउने क्रिम
मोटो बढाउने
Hight बढाउने
Health & Physical Problem ?
100% Sliming & Good Looking को लागि हर्बल पद्धती एक महिनामा १५ के.जी मोटोपन घटाउने, हाईट बढाउने १ महिनामा १५० से.मी. देखि १८० से.मी., अनुहारको समस्याहरु चायाँ पोतो, दाग र अनुहार उज्यालो गोरोबनाउने, गुमेको सुन्दरता फिर्ता, चाउरीपन हटाउने, पेटको धर्सा मेटाउने, स्लीम, हिप थाई, पेट १ दिनमा नै ५ ईन्च कम हुने मोटाउने औषधि १ महिनामा १० देखि १२ केजी वढाउने १० वर्ष उमेर कम देखाउने योङ बनाउने ।
Male & Female SEX PROBLEM ?
स्तन, गुप्ताङ्ग टाईट एक दम फिट 100 % ग्यारेण्टी
Max Man Capsul लिङ्को लम्बाई र मोटाई बढाउने USA प्रोडक्ट
If u any sexual problem plz contact (Male & Female)
भिटामिन सेक्स पावर बढाउने क्याप्सुल, तुरुन्त रिजल्ट दिने
महिला पुरुषमा देखिने उत्तेजना नहुने यौन आनन्द नहुने Long time को लागि अचुक उपचार
Cobra Oil 900/-
मोटोपना घटाउने १ महिनामा १५ के.जी (44 cm - 13 cm = 31 cm)
हेल्दी होम
उपत्यका बाहिर ब्रान्च राख्न चाहनेले सम्पर्क राख्नु होला ।
के तपाईंलाई कुनै समस्या छ ? मात्र ३०० मा शरीरको सम्पूर्ण स्वास्थ जाचँ गरिन्छ ।
गोंगबु चोक, विनायक हस्पिटल अगाडी, मेरो डेन्टल संगै
ब्लड प्रेसर, सुगर रोगीहरुलाई अचुक उपचार
०१-४३६५४९१, ९८०८५०३५४०
Asian Sky Shop का सामानहरु पाईन्छ ।

साण्डा तेल
जस्तो सुकै यौन दुर्वलता र कमजोरीको लागि
Herbal Levitra+ साण्डा तेल
A Quality German Product
जगाउँछ नशा नशामा जोस र शक्ति दिन्छ Xtra Time र अधिक सन्तुष्टि
शिघ्र पतनको लागि Spray
लिङ्ग विकासको लगिग LONG JOHN
खुनी/बादी नयाँ पुरानो (दिशा हर्षा) पाईल्स निको पार्ने जडिबुटी दबाई ।
जाँड–रक्सीको कुलत छुटाउन
गुप्ताङ्ग टाइट गर्ने Guaranted Gel
Breast बढाउने/घटाउने टाईट गर्ने
मोटोपना घटाउन/तौल घटाउन
चायाँ पोते र चाउँरीपनाको ग्यारेण्टी उपचार
हर्बोट्रेडिङ्ग होम, नयाँ बसपार्क
९७२१५३९२३५, ९८०३४३६४३८

यौन शक्ति आकर्षक स्तन
सानो, ठुलो, टाईट, सुडाल बनाउने क्रिम तथा व्यायम मेशिन
चायाँ पोतो हटाउने क्रिम
लिङ्ग:- लम्बाई, मोटाई, यौनपावर शिघ्रपतन, अधिक आनन्दको लागि साण्डाको तेल व्यायम मेशिन
मोटोपना:- घटाउने/बढाउने
चिरा
गुप्ताङ्ग:- टाईट गर्ने जेल
महिलाको पेट वा छातिमा भएको सेतो धर्सा हटाउने ।
HERBAL SHOP NEPAL
01-2296904, 9808468350

आत्महत्या



मृत्युदर बढ्नुको एउटा कारण आत्महत्या भए पनि त्यो नै मुख्य कारण भने होइन । आत्महत्या अहिले विकसित देशमा मात्र नभएर विकासशील देशहरूमा पनि मुख्य समस्याका रुपमा देखा पर्दै गएको छ ।

अहिले विश्वमा प्रत्येक वर्ष १० लाख मानिसले आत्महत्या गर्छन् ।

पछिल्ला ४५ वर्षमा आत्महत्याको दर ६० प्रतिशतले बढेको छ ।

प्रत्येक ४० सेकेन्डमा विश्वमा एक जनाको मृत्यु आत्महत्याका कारणले हुन्छ ।

आत्महत्या दर (प्रति १ लाखमा)

- अमेरिका- ११
- बेलारूस- ३५
- सेन्ट किट्स- १ भन्दा कम

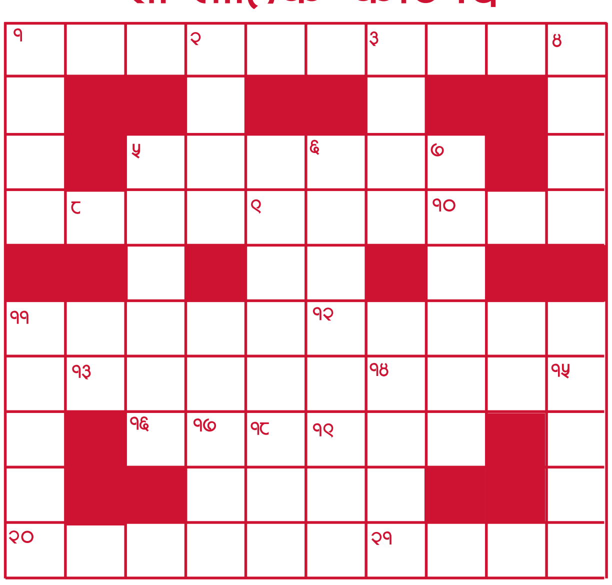
अमेरिकामा मृत्यु हुने कारणहरूमा आत्महत्या ११ औं मुख्य कारण हो ।

त्यहाँ २५ देखि ३४ वर्षमा मानिसमा आत्महत्या मृत्युको दोस्रो मुख्य कारण मानिन्छ ।

यो संख्यालाई हेर्ने हो भने अमेरिकामा प्रत्येक दिन ९१ जनाले आत्महत्या गर्छन् ।

प्रत्येक १६ मिनेटमा एक जनाको मृत्यु आत्महत्याका कारणले हुन्छ ।

साप्ताहिक कोठेपद



दायाँ

१. कहिल्यै नष्ट नहुने, अक्षय (४)
२. जाडो यामको चिसो हावा (५)
३. जुनसुकै बेला पनि, सदैव (४)
५. पानीका लागि बादलमा भर पर्ने चरा (४)
६. अम्बा, बेलौती (३)
८. भूत, वर्तमान, भविष्य (३)
९. छोराको छोरा (२)
१०. शरीरको अंग, हाड विशेष (३)
११. ठूलो घर, महल (४)
१२. ओर्लनु, प्रादुर्भाव हुनु (५)
१३. एक नदी (४)
१४. पानीको आवाज (४)
१६. माफी दिइनु (४)
१९. पाण्डवहरूमध्ये एक ३)
२०. कडा खालको विष (४)
२१. लाज नभएको (४)

तल

१. निरन्तर, धारा प्रवाह (४)
२. जाडो मौसम, चिसो समय (४)
३. असन्तोष जनाउने एक प्रक्रिया (४)
४. एक जिल्ला (४)
५. सुगाको एक प्रजाति (४)
६. सानो लहरा (३)
७. एक राशि (३)
९. नामहरूको सूची
१०. एक हातको ताली (४)
११. सिरियाको राजधानी (४)
१२. अपर्झट, नसोचिएको (४)
१४. पहाडको टाकुरा, शिखर (३)
१५. लाज नभएको नकचरो (४)
१७. एक प्रकारको बाजा (३)
१८. राक्षस (३)
१९. फलामको काम गर्ने (३)

पत्याउनु हुन्छ ?

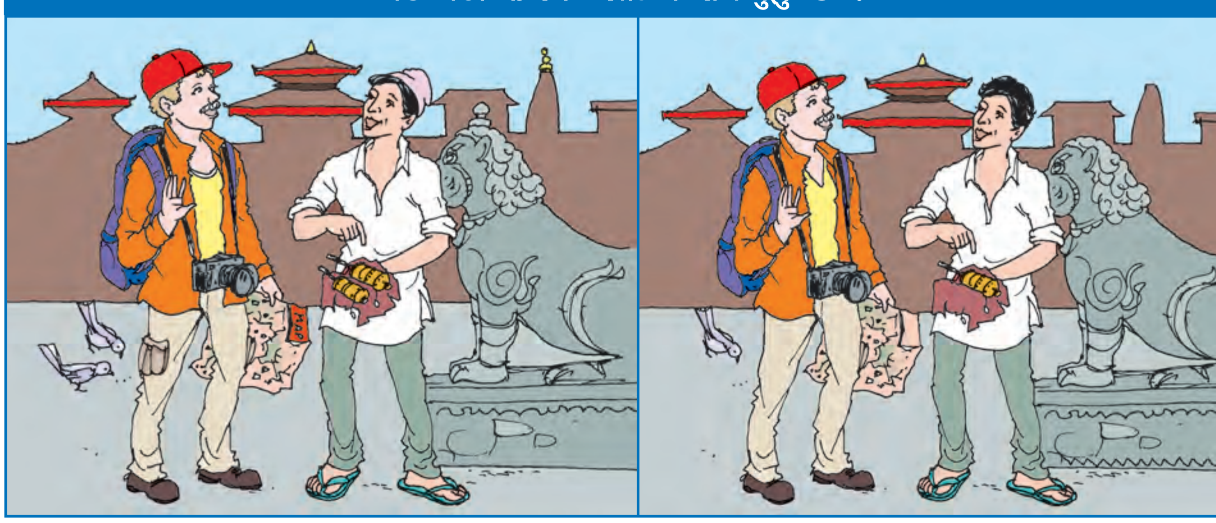
फेसबुकले अहिले पुराना साथीहरूबीच पुनः मित्रता जोड्ने काम मात्र गरेर आमाको दूध संकलन गर्ने नेटवर्कसमेत स्थापना गरेको छ । यसरी अहिले अमेरिकालगायत २२ राष्ट्रका ९८ स्थानमा आमाको दूध संकलन केन्द्र स्थापना गरिएको छ ।

केन्याको लामु द्वीपमा वार्षिक रूपमा गधा दौड प्रतियोगिता हुन्छ । नेभेम्बर २७ तारिखमा आयोजना हुने उक्त प्रतियोगिताको लोकप्रियता उक्त क्षेत्रमा सवारी साधनको घनत्व बढेपछि थप वृद्धि हुँदै गएको छ ।

हेनानस्थित झु जिङक्वेन (बलियो मनोबल भएको) नामक सुँगुरको अगाडिका दुइटा खुट्टा मात्र छन् । जन्मदेखि नै दुईवटा खुट्टा भएको झुले ३० दिनको अभ्यासबाटै हिँड्डुल गर्न सिकिसकेको छ ।

मेक्सिकोको हासिएन्डा ला कापिलाले निर्माण गर्ने टकिला विश्वमै सर्वाधिक महँगो मदिरा मानिन्छ । हालै उक्त कम्पनी ४ हजार हीराजडित बोतलमा टकिला निर्माण गरेर क्रेताको खोजी गर्दै मध्यपूर्व र युरोपको यात्रामा निस्किएको छ । उक्त बोतलसहितको टकिलाको मूल्य २६ करोड ४० लाख रुपैयाँ छ ।

१० वटा फरक खोज्न सक्नुहुन्छ ?



कुरा बुझ्नु भो त !

प्रस्तुती : योगेश खपाङ्गी
yogeshkhapangi@gmail.com

• तालुमा आलु •

प्रकाश ओझा

एक व्यक्तिको कार राति बाटोमा बिग्रियो। छेउछाउमा गाउँ थिएन। एउटा घर देखियो त्यहाँ गएर सुत्ने वातावरण मिलाउन घरको मालिकलाई अनुरोध गर्‍यो। अत्यन्त जाडो थियो र त्यो घरमा दुईवटा मात्रै कोठा थियो। एउटा कोठामा लोग्नेस्वास्नी अनि अर्को कोठामा तरुनी छोरी सुत्थिन्। त्यो व्यक्तिलाई छोरीको कोठामा सुत्ने व्यवस्था मिलाइयो। आधी रातमा युवकको नियत बिग्रियो र युवतीको छेउमा पुग्यो।

'चकचक नगर अहिले बुबालाई बोलाउँछु अनि..' युवक डरायो... आधा घण्टापछि फेरि प्रयास गर्‍यो 'धेर ओभर नबन अहिले बुबालाई बोलाउँछु अनि..' युवक फेरि डरायो। पन्ध्र मिनेटपछि फेरि प्रयास गर्‍यो। 'अहिले बुबालाई बोलाउँछु अनि.. भन्दै युवती अझ नजिक आई... अब सफलता प्राप्त भयो। केही क्षणपछि युवतीले युवकलाई कुहिनाले घोची। युवकले विचार बुझ्यो र फेरि एकपटक सफलता प्राप्त गर्‍यो। एकछिनपछि फेरि कुहिनाले घोची युवकले कुरा बुझ्यो, एकछिनपछि फेरि कुहिनाले घोची... हद भएपछि युवकले भन्यो-

'धेरै ओभर नबन है अहिले म तिम्रो बुबालाई बोलाउँछु।'

०००

शिक्षिकाले कक्षामा राजुसँग प्रश्न गरिन्।

एउटा हाँगामा पाँचवटा चरा बसेका छन् तिमीले बन्दुक हान्यौ एउटा चरा मर्‍यो अब भन राजु हाँगामा कति चरा बाँकी रह्यो ?

'राजुले एकछिन विचार गर्‍यो र भन्यो 'एउटा पनि रहेन।'

'एउटा पनि रहेन ? कसरी ?' शिक्षिकाले सोधिन्।

'बन्दुकको आवाजले अरु चरा पनि उड्छन्।'

'हिसाबअनुसार ठीक नभए पनि जेहोस् राजु तिम्रो सोच्ने स्टाइल चैं राम्रो छ'

'मिस म पनि एउटा प्रश्न सोधुँ ?'

'सोध...'

'एउटा पार्कमा तीन जना महिला बसेका छन्, तीनैजना आइसक्रिम खाँदैछन् एउटी चाट्दैछिन्, एउटी टोक्दैछिन् एउटी चुस्दैछिन् अब भन्नुस् कुन चैं महिला विवाहित हुन् ?' राजुले प्रश्न गर्‍यो।

मिसले केहीबेर निधार खुम्च्याएर सोचिन् र उत्तर दिइन्-

'जुन महिलाले आइसक्रिम चुस्दैछिन् ती महिला विवाहित हुन्।'

'होइन... जुन महिलाले सिन्दुर लगाएकी छन् ती महिलाचैं विवाहित हुन् तर जेहोस्, तपाईंको सोच्ने स्टाइलचैं ठीक छ मिस।'

• कविता •

वीरेन्द्रराज ढकालका कविता

चोखो माया दिउँला हजुर

सुनको गजुर नसके नि चोखो माया दिउँला हजुर
फूल टिपी शिरमा राखी वर मागी लिउँला हजुर
जुनी-जुनी तिम्रो साथ तिमीसँगै बिताउने छु
कतै मन फाट्यो भने फाटेको मन सिउँला हजुर
तिम्रो स्पर्शले बेहोसी नै बनायो पागलै बनायो
तिमले दियौ भने यदि विषै पनि पिउँला हजुर
मेरो मनाको ढुकढुकीमा तिमले बास लिइसक्यौ
सुख दुःख जिन्दगानी हाँसी हाँसी जिउँला हजुर।

यादै यादले बाँच्नुपर्‍यो

मनको कुरा मनैभित्र गुम्साएर राख्नु पर्‍यो
वेदनाले मुटु पोल्छ आत्म कुडाइ बाँच्नु पर्‍यो
कहिले माया पत्थरझैँ काँडा सरी
चस्स छाती घोचिदिँदा छटपटीले नाच्नु पर्‍यो
कुन बेलाको साइत भो ठेस लागी अड्कियो पाइला
कुन जुनीको सजाय हो झापड अहिले चाख्नु पर्‍यो
सानो ठूलो भनिँदैन रे माया अनि विश्वासमा
आफ्नो ठानी जीवन खोज्दा जिन्दगी नै भाँच्नु पर्‍यो
फूल टिपी हातमा लिँदा पलाँसको पो रहेछ
बोट राम्रो वास्ना विहीन आफ्नो भनी साँच्नु पर्‍यो
धेरै धेरै माया तिमलाई लाखौँलाख सम्झना
दिलभित्र तिम्रो तस्विर यादै यादले बाँच्नु पर्‍यो।

मीठो गाँस पाए

काँडैकाँडाको बाटोमा उनको साथ पाए
लामो यात्रा जिन्दगीको सँगै जिउने आश पाए
मिठामिठा कुरा गर्छिन् बोली झनै मधुर
सँगै हुँदा खाको खाना साथमा मिठो गाँस पाए
रुप होइन त्यस्तो आत्मविश्वास हुँदा
झुप्रै भए पनि सुखसँग बस्ने बास पाए
जस्तो मान्छेको संगत गर्‍यो उस्तै भइन्छ रे
पाए संगत पलपल उचाइ छुने पास पाए।

आँसु पिई बाँच्दैछु

सिउँदो सजाई पराइसँग लगनगाँठो कस्यौ अरे
दुष्ट मान्ने यो पापीलाई तिमीले भुल्न थाल्यौ अरे
मन लुट्यौ आत्मा लुट्यौ दियौ चोट उपहार
हात समाई खुसी साथ कर्म घर गर्यौ अरे
झुक्किएर कहीँ कतै नजरको भेट हुँदा
नबोलेरै सक्छु भनी सँगी सँगै ठस्क्यौँ अरे
मेरो मनमा तिम्रो तस्वीर बल्झी आउने घाउ बन्दा
आँसु पिई बाँच्दैछु उत्सव तिमले मान्यौ अरे
लत्याएर मेरो माया वाचा कसम भुल्यौ
रेट्यो मलाई त्यही कसमले मरिजाओस् भन्यौ अरे।

• लघुकथा •

बेरोजगार छोरो

उनी थिए गाउँका जिम्वाल। उनी सम्पत्ति, विद्वत्ता, चालबाजी एवं राजनीतिमा अरूभन्दा अघि थिए। उनका एक छोरा थिए। बाबुको तुलनामा यी युवा साह्रै कमजोर थिए। तीन पल्टमा एसएलसी उत्तीर्ण गरेकाले छिप्पिएको उमेरमा कलेज जान्थे।

एकपल्ट गाउँको सबैभन्दा गरीब व्यक्ति प्रकाशले छात्रवृत्तिमा बेलायत पढ्ने अवसर पायो। प्रकाशलाई जिम्वालले नै पढाएका थिए। त्यसैले बाहिर उनले जुँगामा राम्रै ताउ लगाए, तर भित्र उनले पनि छोरालाई बेलायत नपठाई नछाड्ने निर्णय गरे। उनी भोलिपल्टै काठमाडौं गए। खैं के-के मिलाएर हो, तीन महिनामा छोरालाई बेलायत पठाएरै छाडें।

आजभोलि जिम्वालको अनुहार अलि नुहेको छ। अझै पनि उनको छोरो बेरोजगार रहेछ। प्रकाशले भने पैसा कमाउन थालेको रहेछ। एकदिन बिहानै जिम्वाल प्रकाशका बुवा कृष्णलाई बोलाएर भने, 'मैले तेरो छोराको स्कुल खर्च बेहोरेको थिएँ। त्यो सबै फिर्ता गर्छस् कि मुद्दा हालौँ ?'

दीपक गोतामे

चोयाटारमा रेडपान्डा हेर्नेको भीड

● **कुमार गुरुङ**

इलाम- इलामको जमुना गाविस इङलास्थित चोयाटार सामुदायिक वनमा रेडपान्डा हेर्न आउनेहरूको भीड बढेको छ। रेडपान्डा हेर्न आउने पर्यटकहरूको संख्या बढेपछि सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिले रेडपान्डा हेर्न आउने पर्यटकहरूका लागि पालो र संख्या निर्धारण गरेको छ।

समितिका अनुसार अबदेखि एक दिनमा पाँच-पाँच जनाको दुईवटा समूहले रेडपान्डा हेर्न पाउने छन्। समितिकी अध्यक्ष गोपिका गुरुङले रेडपान्डा हेर्न आउने पर्यटकहरूको संख्या बढेपछि जीवजन्तुमा असर नपरोस् भनेर पालो र संख्या निर्धारण गर्नुपरेको बताइन्।

इलामका अन्य वनमा समेत रेडपान्डा पाइने भए पनि चाहेको बेलामा हेर्न नसकिने भएकाले पर्यटकहरू चोयाटार नै जाने गरेका छन्। इङलाकी मीना गुरुङले समुदायले वन संरक्षण गर्न थालेपछि दुर्लभ रेडपान्डा चोयाटार बनमा जुनसुकै बेला पनि देखिन थालेको बताइन्। 'रेडपान्डा हेर्न चोयाटार आउनेले त्यत्तिकै फर्कनुपरेको छैन। चोयटाराको वनमा सात-आठवटा रेडपान्डा रहेको अनुमान गरेका छौं,' गुरुङले भनिन्।

समितिको नयाँ निर्णयपछि पालो नपाउनेले अर्को दिन पर्खनुपर्ने हुन्छ। समितिको मातहतमा गठित रेडपान्डा पर्यटन प्रबर्द्धन समूहले घरघरमा पर्यटकलाई राख्ने व्यवस्था मिलाएको छ। 'रेडपान्डाको संरक्षण गर्दा पर्यटन-प्रवर्द्धन हुन्छ र हामीलाई पनि फाइदा पुग्छ भन्ने भर्खर बुझ्दैछौं। त्यसैले पर्यटकलाई राख्न मिल्ने गरी घरहरू मर्मतसम्भार एवं विस्तार गरेका छौं,' समूहका सदस्य ग्याल्बु शेर्पाले बताए।

समूहले आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकलाई घरघरमा राख्न पनि पालो निर्धारण गरेको छ। पर्यटन प्रबर्द्धनमा सबैलाई समान हिस्सेदार बनाउन पालैपालो पर्यटक राख्न थालिएको नीरबहादुर गुरुङले बताए।

समूहले नै खाना र बासको शुल्क पनि निर्धारण गरिदिएको छ। नेपाली नगारिकले निःशुल्क सुत्न पाउँछन् तर विदेशी नागरिकले प्रतिव्यक्ति २ सय रुपैयाँ तिर्नुपर्छ। 'खाना र बासबाट लिएको शुल्कको १७ प्रतिशत हामी समूहलाई बुझाउछौं,' साङ्गे लामाले बताए।

समितिले प्रवेश शुल्क लिएर रेडपान्डा देखाउँदै आएको छ। 'नेपालीसँग ५ सय रुपैयाँ र विदेशीसँग १ हजार रुपैयाँका दरले प्रवेश शुल्क लिन्छौं,' समितिकी अध्यक्ष गुरुङले बताइन्। उनले पर्यटकहरूबाट संकलन गरिएको रकम वन संरक्षण एवं पर्यटन प्रवर्द्धनसम्बन्धी क्रियाकलापहरूमा खर्च हुने गरेको बताइन्।

रेड पाण्डाले तान्यो पर्यटक

नेपालको लाङटाङ राष्ट्रिय निकुञ्ज, मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा कञ्जनजंघा संरक्षण क्षेत्रमा रातो पाण्डा पाइने रेड पाण्डा नेटवर्कको अध्ययनले देखाएको छ। नेपालमा रेड पाण्डा संरक्षण गरेर पर्यटक भित्र्याउने काममा थालेको इलाममा पहिलो पटक प्रार म्भ गरिएको हो। नेपालमा यो जनावर करिब ५० को संख्यामा रहे पनि इलामका विभिन्न जंगलमा ६ वटा मात्र रहेको तथ्याङ्कले देखाएको छ।

● **युवराज गौतम**

इलाम- अमेरिकी नागरिक ब्राइनले दुई वर्षअघि वन्यजन्तुको अनुसन्धानकर्ताका रूपमा इलामको उत्तरी गाउँमा बिताए। डेढ वर्षसम्म उनले लेकाली जंगलमा रात-दिन काटे। गहिरो खोज, अनुसन्धान गरे र अन्त्यमा त्यस क्षेत्रमा विश्वमै दुर्लभ मानिएको रेड पाण्डा (हाब्रे) भएको पत्ता लगाएरै छाडे। गाउँलेलाई यसको संरक्षण गर्नुपर्छ भन्ने कुरा बताए अनि त्यो दुर्लभ जन्तुको अवस्था र महत्त्व पनि बताए। यतिबेला ब्राइनले लगाएको गुन त्यस क्षेत्रका बासिन्दालाई उपहार सावित भएको छ। रेड पाण्डाको संरक्षण गर्न थालेपछि त्यस क्षेत्रमा पर्यटकहरू आउने क्रम सुरु भएको छ। विशेषगरेर तेस्रो मुलुकका पर्यटकहरू रेड पाण्डा हेर्न यहाँ आउन थालेका छन्।

दार्जीलिङको सिंहलीला नेसनल पार्कसँग सिमाना जोडिएका जमुना, माबु, माइमझुवा, जोगमाई गाविसका उच्च क्षेत्रमा रेड पाण्डा पाइएपछि त्यसको अनुसन्धान तथा अवलोकन गर्न पर्यटकहरू आउने क्रम बढ्दो छ। शिकारीहरूले पेसा बदलेका छन् भने गाउँलेहरूले रेड पाण्डाको संरक्षण गर्न सके मनग्गे फाइदा हुने कुरा बुझेका छन्।

नेपालको लाङटाङ राष्ट्रिय निकुञ्ज, मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा कञ्जनजंघा संरक्षण क्षेत्रमा रातो पाण्डा पाइने रेड पाण्डा नेटवर्कको अध्ययनले देखाएको छ। नेपालमा रेड पाण्डा संरक्षण गरेर पर्यटक भित्र्याउने काम इलाममा पहिलो पटक प्रारम्भ गरिएको छ। नेपालमा यो जनावर करिब ५० को संख्यामा रहे पनि इलामका विभिन्न जंगलमा ६ वटा मात्र रहेको तथ्याङ्कले देखाएको छ। इलामको उत्तरी लेकाली क्षेत्रमा सीमित संख्यामा रहेको रेड पाण्डा हेर्न हिउँदको मौसम रमाइलो मानिन्छ। अन्य समयमा यो जनावरको भाले-पोथी अलग-अलग बसे पनि पुस-माघको समयमा यिनीहरू सँगै रहेर सम्भोग गर्ने भएकाले यो समयमा पर्यटकहरू धेरै आउने स्थानीय पत्रकार कुमार गुरुङ बताउँछन्। 'यो जनावरको सुन्दरता र सम्भोगमा सामेल भएको दृश्य हेरेर पर्यटकहरू मनोरञ्जन लिइरहेका छन्,' गुरुङले बताए।

विश्वकै दुर्लभ जन्तुको सूचीमा पर्ने रेड पाण्डाको चोरी निकासी, अवैध व्यापार तथा कम प्रजनन दर र उपयुक्त वासस्थान मासिँदै गएको बेला यसको संरक्षण गरेर पर्यटक भित्र्याउनु उदारणीय काम भएको भारतको तमिलनाडुबाट रेड पाण्डा हेर्न इलाम आइपुगेका क्रिस विलियमको धारणा थियो। विलियमले भने- 'यो काम विश्वकै लागि नौलो छ।' रेड पाण्डा हेर्न आइपुग्ने पर्यटकहरूलाई स्थानीय युवाले गाइड गर्छन्। पर्यटकलाई जंगलसम्म पुर्‍याउने र रेड पाण्डा देखाउने काम युवाहरूले गरिरहेका छन्। इलाम सदरमुकामबाट अढाइ घन्टाको कच्ची सडक पार गरेर पुग्न सकिने संरक्षण क्षेत्रका गाउँमा पर्यटकहरूका लागि 'होम स्टे' को व्यवस्था छ। रेड पाण्डा बसोबास गर्ने वनक्षेत्रलाई घेराबार गरेर अझ सुरक्षित बनाउने क्रम पनि सुरु भएको छ।

● सन्देश ●

स्वदेश तथा विदेशमा छरिएर बसेका नेपालीहरूमा हार्दिक शुभकामना ।

रामेश्वर सिलवाल

पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीसम्म रहेका मुना, प्रिरिश, औंसिका, रोशन, मनोज, सम्झना, स्मृति, रोशनी, प्रकाश, शिला, कौशिला, नीलम, मौसमी, लीला, प्रमिला, सुसन, प्रमोद, विकास, मविन, छिरिङ, पेमालगायत सबै मित्रमा मीठो सम्झनाका साथै शैक्षिक सफलताको शुभकामना ।

टासी गुरुङ

एस., के गर्नु भूगोलले टाढा भए पनि भावनात्मक दूरीले नजिकै छ । टाढा भए पनि हरपल तिमीलाई नै स्मरण गरिरहेछु । तिम्रो उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना ।

एन. रोका

एस.बी., तपाईंले बोल्नुभएको र जिम्मेवारी लिनुभएको कर्तव्य पूरा गर्न सक्नुभएन, तपाईंमा कर्मठशीलपनभन्दा पनि लाछीपन देखियो । किनभने तपाईं ठोस निर्णय दिइसकेपछि पनि अघि बढ्ने प्रयत्न गर्नुभएन र आखिर धोका दिनुभयो । तपाईंले कसैको चित्त दुखाउनुभएको छ ।

बी.के.

सागर तिमिल्सिनाजी, के छ हालखबर ? जहाँ भए पनि र जहाँ रहे पनि तपाईंको उत्तरोत्तर प्रगति होस्– शुभकामना । संघर्षको मैदानमा चुनौतीसँग सामना गर्दै अघि बढ्दै जानुहोला । अघि बढ्ने क्रममा हिम्मत नहार्नुहोला ।

सदाशिव केसी

सूचना

ईस्वी सम्वत्को नयाँ वर्ष २०११ का अवसरमा आफन्तहरूलाई साप्ताहिकमार्फत् शुभकामना दिन चाहनेहरूले आफ्नो सन्देश साप्ताहिकको कार्यालयमा पुस १२ गतेसम्म आइपुग्ने गरी पठाउनुहुन अनुरोध छ ।

–सम्पादक

रामकाजी राइजी, के छ हालखबर ? कहाँ हुनुहुन्छ खै केही खबर पाउन सकिएन, जहाँ भए पनि गाथमा आरामै रहोस्, उन्नति-प्रगति होस्, जीवनमा वसन्त छाइरहोस्, सफलताले शिखर चुमोस्, मेरो शुभकामना ।

पुरानो परिचित

पनौतीको बसबाट काठमाडौंतर्फ आउने क्रममा बनेपाबाट चढेरसँगै सिटमा बस्ने, व्यागबाट पहिले कान्तिपुर र त्यसपछि अनुवाद गरिएको पुस्तक पढ्ने, मलाई तपाईंको घर कहाँ हो, तपाईंको बसोबास कहाँ हो भनेर सोध्ने, तपाईंलाई धेरै-धेरै सम्झना छ, कोटेश्वरमा सँगै ओर्लिएर चोकसम्म सँगै हिंडेर पुगे पनि परिचय गर्न सकेनौं ।

उही शुभचिन्तक

इलामका मेरा साथीहरू रोशन, सुदीप, अशोक, राजु तथा कुमारलाई निरन्तर प्रगतिको शुभकामना ।

हिमाल

● जीवनको गोरेटोमा ●

जिन्दगी शून्यदेखि लक्ष्यसम्म

जब म बाल्यकालमा थिएँ तब यो संसारबाट मेरी आमाले बिदा लिनुभयो, तर पनि बुबाले हरेक इच्छा पूरा गरिदिनु भएकै थियो । यो संसारका सारा दुःख बुबाको मायाकै कारण सुखमा परिणत भएका थिए । बुवा व्यापारी तथा पारिवारिक वातावरण राजनीतिक भएका कारण सम्पत्ति एवं जग्गाको कुनै कमी थिएन । परिवारको मानसम्मान प्रतिष्ठामा पनि कुनै कमी थिएन । मुस्लिम समुदायमा शाह परिवार भनेपछि सबैले चिन्थे ।

म १५ वर्ष भएको थिएँ । समय जुवा, तास, सुर्ति, खैनी, बदमासी आदिमै बितिरहेको थियो । सबै दाजुभाइ पढेलेखेका थिए । म नपढेका कारणले बकुल्लाको बथानमा कागजस्तै हुन्थें । डाक्टरदेखि वकिल हुँदै विभिन्न संघ संस्थामा कार्य गर्ने परिवारको एक सदस्यको शून्य लक्ष्य देखेर दुनियाँले मेरो बारेमा चासो राखेको रहेछ । म हजारथरिका नामले परिचित रहेछु । मेरो उमेर चढ्दै गयो, मैले जिन्दगी सोच्न पुगेँ जब मेरो साथी सकिल, किशोर नौ कक्षामा अध्ययनरत थिए । मैले अध्ययन गर्ने निर्णय गरेँ । उमेरले नेटो काटेका कारणले शिक्षकहरूले मलाई सीधै कक्षा ५ मा भर्ना गर्नुभयो ।

त्यस दिनदेखि जीवनले नयाँ मोड लियो । जब म स्कुल जान्थें सबै बुढेसकालमा के पढ्न आएको होला, घरमा बसेर तास खेले हुन्छ, बुबाको सम्पत्ति छँदैछ भनेर जिस्काउँथे । कुनै कुराको प्रवाह नगरी म एमएसम्म पढ्ने लक्ष्य लिएर अघि बढ्दै गएँ ।

यसरी पढ्दै जाँदा शिक्षामा राम्रा प्रगति हुँदै गयो, आफ्नो लक्ष्य प्राप्तिका लागि उमेरको प्रवाह नगरी अघि बढ्दै जाँदा रेडियो स्वर्गद्वारी दाङ (गाउँघर पत्रिका) रेडियो पत्रपत्रिकामा मेरो नाम चिरपरिचित भयो । ९ कक्षामा अध्ययन हुँदै दाङमा एउटा पत्रिका प्रकाशन हुन लागेको थियो त्यसमा मैले पत्रकारिता तालिम लिएर समाचारदाता बन्ने मौका पाएँ । त्यसले जीवनमा ऊर्जा थप्यो । जब म १० कक्षामा पढ्न थाले । डब्लूडब्लूएफ संस्थाले पाकिस्तानलगायत अन्य देशमा गोष्ठीका लागि जाने अवसर प्रदान गऱ्यो । जीवनमा सुनमा सुगन्ध थपियो । १० कक्षा उत्तीर्ण गरेपछि काठमाडौंमा आएर फार्मेसी अध्ययन गर्ने क्रममा राष्ट्रिय अनुसन्धानमा सबइन्स्पेक्टर हुने मौका पाएँ । जीवनमा नयाँ आयाम थपिँदै गए । मेरो आन्तरिक लक्ष्य धेरै पढ्ने कायम रहिरह्यो ।

यसरी जिन्दगी अघि बढ्दै जाँदा विभिन्न समस्या र चुनौती थपिए पनि मेरो लक्ष्यले सदैव मेरो जिन्दगी पछ्याइरह्यो । अहिले मेरो जीवन धन, सम्पत्ति, ऐस आरामलाई छाडेर लक्ष्यतर्फ नै केन्द्रित छ । अहिले मेरो लक्ष्यमा एउटा नयाँ आयाम थपिएको छ । अपांगको परिचयपत्र पाएका कारणले जीवनमा अझ नयाँ सोच पलाएको छ ।

जमिर शाह (युनिक)

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 ●

समीर उपनामका गोकर्ण क्षेत्री २५ वर्षका भए । ५ फिट ७ इन्च अग्ला गोकर्ण बीएडमा अध्ययनरत छन् । अविवाहित गोकर्ण युवतीजस्तै लजालु स्वभावका छन् । पत्रमित्रतामार्फत नयाँ साथी बनाउन चाहने गोकर्णलाई गम्भीर अवस्थामा साथ दिन एवं खुसीमा सँगै रमाउन सक्ने साथीकोआवश्यकता छ । गोकर्णलाई cgokarna@yahoo.com वा भीमदत्त नगरपालिका-११ कञ्चनपुरमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

सरकारी सेवामा कार्यरत रुद्रबहादुर पराजुली ५ फिट ९ इन्च अग्ला छन् । आईए अध्ययन पूरा गरेका रुद्र २२ वर्षका भए । हँसिला गोकर्ण अविवाहित नै छन् । उनको जीवनको उद्देश्य नै धेरै साथी बनाउने हो । रुद्रलाई खुला विचार भएका एवं आफ्नो ज्ञान बाँड्ने व्यक्तिहरूको साथ चाहिएको छ । रुद्रलाई सशस्त्र प्रहरी बल कन्चनजंघा गुल्म, ताप्लेजुङमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

खुला विचारका धनी रामप्रसाद पौडेल ३० वर्षका भए । एमए तथा बीएडसम्मको अध्ययन गरेका राम शिक्षण पेशामा आबद्ध छन् । ५ फिट ५ इन्च अग्ला राम केही वर्षअघि नै वैवाहिक बन्धनमा बाँधिएका हुन् । गुल्मीका स्थायी बासिन्दा रामप्रसादलाई बौद्धिक सर्कलमा साथी बनाउने एवं सामाजिक कार्य गर्न रुचि छ । यसका लागि उनी सहयोगी, इमान्दार एवं क्षमतावान् व्यक्तिहरूलाई साथी बनाउन चाहन्छन् । रामलाई ramu_paudel88@yahoo.com मा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

मिलनसार स्वभावका राजु श्रेष्ठ टिकट संकलन हुन् । उनले विश्वभरिका सयौं टिकट संकलन गरेका छन् । पेसाले शिक्षक राजुको उद्देश्य नै विश्वकै चर्चित टिकट एवं नोट संकलक बन्नु हो । श्रेष्ठ विश्वभर नयाँ कुरा संकलनमा रुचि भएका व्यक्तिहरूलाई साथी बनाउन चाहन्छन् । ३५ वर्षीय राजुलाई नोट एवं हुलाक टिकटमा रुचि हुनेहरू वा उनको अभियानमा सहयोग पुऱ्याउन चाहनेहरूले shrestha05@yahoo.com मा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ ।

गीत-संगीतमा रुचि भएका प्रवीण राई १८ वर्षका भए । ५ फिट ५ इन्च अग्ला प्रविण स्नातक तहमा अध्ययनरत छन् । गहुँगोरो वर्णका प्रवीण अविवाहित छन् । धरानका स्थायी बासिन्दा प्रविण सबै उमेर समूहका सयौं व्यक्तिसँग मित्रता गाँसेर अनुभव साटा-साट गर्न चाहन्छन् । उनलाई ikonlining@hotmail.com मा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

पत्रकारिता पेशामा आबद्ध वकिल जंग थापा २२ वर्षका भए । मिलनसार स्वभावका वकिल पत्रकारिताका साथै बीएडमा पनि अध्ययनरत छन् । गहुँगोरो वर्णका वकिल अविवाहित हुन् । उनको उचाइ ५ फिट ५ इन्च छ । अध्ययन एवं भ्रमणमा रुचि भएका वकिललाई मीतव्ययी एवं अनुशासित व्यक्तिहरू मन पर्छन् । वकिललाई रतनचुरा-२ विजयछापमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

बाँधिए फुटबल स्टार सोनीसँग

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- एउटै कलेजमा सँगै पढ्दा सन्तोषको हाउभाउ र बोलिचालीले सोनीलाई आकर्षित गर्दै लगेको थियो भने सोनीको रूपले पनि सन्तोषलाई मोहित तुल्याएको थियो। एउटै क्लासका साथी भएर होला दुवैले प्रेम प्रस्ताव राख्न नसके पनि धनिष्टता भने बढाइरहेका थिए। पाँच वर्ष अघिको त्यो स्थितिलाई सन्तोष र सोनीले गत आइतबार वैवाहिक जीवनमा परिणत गरेका छन्।

जेभियर इन्टरनेसनल कलेजमा पढ्ने क्रममा एउटै कक्षाका सहपाठी सन्तोष र सोनीले एक अर्कासँग विवाह गर्ने प्रण ३ वर्षअघि नै गरेका थिए। नेपाली राष्ट्रिय फुटबल टिमका स्ट्राइकर सन्तोष साहुखल भन्छन्- 'हामीले ३ वर्षअघि स्वयंवर गरेर कोर्ट म्यारिज गऱ्यौ।' सोनी त्यो क्षण सम्झँदै भन्छिन्- 'सन्तोषको बोली-वचन मीठो थियो भने उहाँ सबैलाई आदर गर्नुहुन्थ्यो। उहाँको कुराले मलाई आकर्षित गरेको थियो, माया त लाग्थ्यो तर प्रेम भएको थिएन।' ३ वर्ष अघिकै भ्यालेन्टाइन डेको एक साताअघि उहाँले प्रेम प्रस्ताव राख्नुभयो। जसलाई मैले सहर्ष स्विकार गरे। सन्तोष भन्छन्- 'मलाई सोनीको रूप साह्रै राम्रो लाग्थ्यो, मनमनै मन पराए पनि भन्ने आँट चाहिँ गर्न सकेको थिइन्।' साथीहरूलाई म सोनीलाई मन पराउँछु भन्ने कुरा थाहा थियो। उनीहरूले यो कुरा सोनीलाई सुनाए र मैले भ्यालेन्टाइन डे अघि नै प्रेम प्रस्ताव राखे र त्यो सफल पनि भयो।

नेपालका सर्वाधिक महँगा व्यावसायिक फुटबलर सन्तोष साहुखल अहिले मनाङ-मर्स्याङ्दी क्लबसँग आबद्ध छन्। नविन श्री स्टारबाट मनाङ-मर्स्याङ्दी क्लब जाने क्रममा उनको मासिक पारिश्रमिक ५० हजार रुपैयाँ तोकिएको छ। जुन नेपालका व्यावसायिक फुटबलरहरूले पाउने मासिक पारिश्रमिकमा सर्वाधिक हो। उता सोनीले हालै सोही कलेजबाट बीबीएस तेस्रो वर्षको परीक्षा दिएकी छिन्। भविष्यमा हस्तकलाको व्यापार गर्ने सोच बनाएकी सोनीको रहर फेसन तथा इन्टेरियर डिजाइनिङको क्षेत्रमा काम गर्नेछ। सोनी भन्छिन्- 'यो त मेरो विवाह अघिको योजना हो। अब श्रीमान्सँग सल्लाह गरेर काम गर्नुपर्छ किनभने त्यसमा मलाई उहाँको सहयोग पनि चाहिन्छ।

काठमाडौं छाउनी निवासी २२ वर्षीया सोनी शाही प्रेमजोडी रहेको अवस्था सम्झँदै भन्छिन्- 'इन्गेजमेन्टभन्दा अघि केही ठाउँ घुम्यौ, राम्रा-राम्रा कुराहरू भए, सपनाहरू साँचियो। सन्तोषलाई सोनीसँग प्रेम भएको बेला नगरकोट घुम्न खुब मनलाग्थ्यो।' सन्तोष भन्छन्- 'नगरकोटको एकान्त र त्यहाँको हावापानीले प्रेमीप्रेमिकालाई मनको कुरा व्यक्त गर्न साह्रै सजिलो बनाउँदो रहेछ, कहिलेकही हामी लुकामारीसमेत खेल्थ्यौं। त्यसबाहेक हामी कहिले सिनेमा हेर्न जान्थ्यौ भने स्वयम्भू पनि पुग्थ्यौं। उनीसँग कुरा गर्नकै लागि कलेज बंक गरेर घुम्नसमेत गएका थियौं।'

सोनीलाई सन्तोष मन पर्दा उनी नेपालका लोकप्रिय खेलाडी हुन् भन्ने कुरा थाहा थिएन, पछि विस्तारै थाहा भयो। विवाहपछि सोनीलाई नेपालका चर्चित खेलाडीको श्रीमती भएकोमा गर्व छ। सोनी भन्छिन्- 'मलाई उहाँले फुटबल खेलेको हेर्न डर लाग्छ। उहाँ जतिखेर पनि लडिरहनुभएको हुन्छ। उहाँ लड्दा आफैं लडेजस्तो लाग्छ। त्यही भएर म प्रायः उहाँले खेलेको म्याच हेर्न जान्न।' म्याच सकिएपछि फोन गरेर हालखबर सोध्छु। एक पटक हेर्न जाँदा लडेर उहाँको खुट्टा भाँचियो। म गेम हेर्न आएको थाहा पाउनुभयो भने उहाँ अलि नर्भस हुनुहुन्छ। मैले अहिलेसम्म उहाँले खेलेको ५ वटा म्याच हेरे त्यसमा ३ म्याच भने जित्नु भएकोछ। त्यसबाहेक उहाँले स्पोर्ट्स अवार्डमा क्याटवाक गरेको पनि हेरेकी छु। उहाँलाई मोडल हुँदा पनि सुहाउँदो रहेछ।

वि.सं. २०६६ मा लोकप्रिय खेलाडीको उपाधि पाएका २३ वर्षीय सन्तोषले अहिले नयाँ योजना भने बनाएका छैनन्। सन्तोष भन्छन्- विवाह पछि हनिमुन मनाउन हङकङ जाने प्रस्ताव आएको थियो। अहिले प्रतियोगिता खेल्नु परेका कारण त्यसलाई स्थगित गरेको छु। पहिल्यैदेखि स्पोर्ट्स विषय पढ्न विदेश जाने सोचमा रहेका सन्तोषले त्यो सोचमा कुनै परिवर्तन गरेका छैनन्। नेपालमा लिग प्रतियोगिता निरन्तर भैरहने हो भने यहाँ पनि फुटबलको स्कोप छ। विदेश जाने सोच मेरो हो, यो विषयमा मैले सोनीसँग राम्रोसँग कुरा पनि गरेको छैन, अब उनको पनि विचार बुझ्नु पऱ्यो नि।

गत आइतबार पचली भैरवमा विवाह बन्धनमा बाँधिएका सोनी र सन्तोषले एक अर्कालाई आफ्नो बनाए। सोनीलाई सन्तोषको कुरा बुझ्ने बानी राम्रो लागे पनि छिटो रिसाउने बानीले भने बेलाबेलामा सताउँछ। उहाँ रिसाउनुभयो भने फकाउनै गाह्रो, धेरै मेहनत गर्नुपर्ने। सोनीको पनि रिसाउने बानी छ सन्तोष भन्छन्- 'उनी रिसाइन् भने म त अघि नै बस्दिन् अघि बस्यो भने झन् बढी रिसाउँछिन्। उनको रिस मुस्किलले एक दिनको पनि हुँदैन। यस्ता कुराले रमाइलो बनाए पनि हामीमा अन्डरस्ट्यान्डिङ भने राम्रो छ त्यसैले पनि हामीले आफ्नो प्रेमलाई वैवाहिक जीवनमा परिणत गऱ्यौ।

अर्जेन्ट आवश्यकता

नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त संस्थालाई कर्मचारीहरूको आवश्यकता। part time / full time job

तलब: 20500

योग्यता: SLC above र Basic computer जानेका

संख्या: १० पुरुष / १० महिला

सम्पर्क:

०१-२२९६९३०, ९७४१२५६०७०, ९८४१८६९३४६ बागबजार

नोट: बिद्यार्थीलाई समय अनुकुल part time job को ब्यवस्था। शनिवार अफिस खुल्ला रहनेछ।

हाईट बढाउने ?

३ महिनामा ४" उचाई बढाउने

- केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने
- १ महिनामा चाहेजती ब्रेष्ट बढाउने र घटाउन
- जस्तो सुकै उमेर अनुसार चाउरीपन हटाउन
- तीलकोठी, डण्डीफोर, चायापोतोको लागि
- १ महिनामा ६ देखि १० किलो मोटोपन घटाउन
- प्रेशर, सुगर, ढाड दुखाइको लागि (आयुर्वेदिक उपचार)

नेचुरल हेल्थ केयर

ललितपुर, लगनखेल, (पाटन हस्पिटल अगाडी)

फोन : 5004046, 5550195

मोबाइल: 9851112675, 9808502611

अत्यन्त जरूरी सूचना !

नक्कली Berina देखि सावधान !

हाल बजारमा देखा परिरहेको नक्कली बेरिनाका सामानहरु बिक्री वितरण भै-रहेको हुँदा बेरिनाको प्रत्येक उत्पादनमा सक्कली बेरिनाको होलोग्राम (Hologram) चिन्ह हेरेर मात्र खरिद गर्नुहुन सर्वसाधारण ग्राहक महानुभाव हरुलाई अनुरोध गरिन्छ।

सक्कली बेरिनाको होलोग्राम चिन्ह

Pornsri Cosmetic Co., Ltd.

Bangkok - 10320, Thailand

६ महिना मै +2

प्राईभेट Test/SLC-2067

(आठै बिषयका नियमित कोचिङ्ग कक्षाहरु)

रेगुलर/एक्जाम्टेड

(Tuition, Coaching Classes)

उपत्यका बाहिरबाट

(SLC दिनेहरूलाई विशेष तयारी कक्षा)

SLC Preparation Class

(Maths, Opt. Maths, Science, English etc.)

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

Arts Commerce Science

अन्तिम भर्ना !!

+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 ।

Free internet facility for NIOS Students

२ वर्ष मै BA, BBS पास

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 (ओरियन साकुरा):4484634

orion_academy2003@yahoo.com

डिप्लोम्याटिक एकेडेमी

कुमारीपाटी: 5549139, 9851021665

लगनखेल: 5531437

diplomatic_education@asia.com

नेपाली युवतीहरू ठूलो शरीर मन पराउँदैनन्

सानु गुरुङ नेपाली शारीरिक सुगठनको क्षेत्रमा लामो समयदेखि चर्चामा छन्। मिस्टर नेपाललगायत प्रतिष्ठित शारीरिक सुगठन प्रतियोगिता धर्मश्रीका उनी लगातार दुई पटकका विजेता हुन्। हङकङ बडी बिल्डिङ च्याम्पियनसिपमा गत वर्ष चार उपाधि हात पारेपछि उनको चर्चा चुलिएको हो। यस वर्ष पनि उनले सोही प्रतियोगितामा फस्ट रनर अप र बेस्ट पोजिङसहित चारै उपाधि जिते, तर उक्त प्रतियोगितामा डोपिङ टेस्टका लागि गरिएको अनुरोध अस्वीकार गरी खेल मर्यादा उल्लंघन गरेको आरोप उनीमाथि लगाइयो। त्यसपछि खेल महासंघ तथा हङकङ चीन ओलम्पिक कमिटीले एन्टी डोपिङको नियम २ दशमलव ३ अन्तर्गत सानुलाई दुई वर्षका लागि सबै खालका प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुनबाट प्रतिबन्ध गर्‍यो। यद्यपि खेलकुद परिषद्ले हालै सानुमाथिको प्रतिबन्ध फुकुवा गरेको छ। आउँदो मंसिर १२ मा आयोजना हुने 'मिस्टर हङकङ नेपाल' शीर्षकको शारीरिक सुगठन प्रतियोगितामा सहभागी प्रतियोगीहरूलाई प्रशिक्षण दिन हङकङ पुगेका गुरुङसँग साप्ताहिकका स्थानीय प्रतिनिधि ***निर्मल श्रेष्ठ***को कुराकानी :

प्रतिबन्धका दिनहरू कसरी बिते ?

जीवनको झन्डै आधा उमेर शारीरिक सुगठनमा बिताएको मानिसलाई बिनाकसुर प्रतिबन्ध लगाइनु साह्रै पीडादायी हुँदोरहेछ, तर भित्री कुरा सबैलाई के थाहा ? समाजमा शिर ठाडो पारेर हिँडडुल गर्न र बोलचाल गर्नसमेत निकै गाह्रो भयो। बाहिर हाँसे पनि भित्र निकै दुखी भएँ। व्यायाम गर्न पनि मन लाग्दैनथ्यो, तर त्यसभन्दा पनि दुःखद पक्ष नेपाल शारीरिक सुगठन संघ र खेलकुद परिषद्को असहयोग रह्यो।

महत्त्वपूर्ण प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुन नपाउँदा कस्तो अनुभव हुँदो रहेछ ?

प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुन नपाउनुको पीडा सायदै शब्दमा बयान गर्न सकुँला। एउटा खेलाडीलाई यो भन्दा ठूलो सजाय के नै हुनसक्छ र ? मैले देश र नेपालीको नाम राख्न आफ्नै खर्चमा हङकङसम्म आएर प्रतिस्पर्धा गरी सफलतासमेत पाए, तर संघ र परिषद्ले अरू सहयोग त टाढाको कुरा बधाईका शब्दसमेत खर्चन कञ्जुस्याइँ गर्‍यो। यस्तो व्यवहारले मलाई साह्रै दुःखित बनाएको छ।

केही वर्षदेखि धर्मश्रीले नियमितता पाउन सकेको छैन, किन ?

संघ पदाधिकारीहरूको निष्क्रियताकै कारण यसो भएको हो। फेरि पनि सानु गुरुङ विजेता बन्छ कि भन्ने उनीहरूलाई डर छ। संघका जिम्मेवार पदाधिकारी मेरो सफलताविरुद्ध छन्। म २०६२ र २०६४ सालको धर्मश्री विजेता हुँ। पहिलो पटक मैले त्यसअघिका धर्मश्री विजेता नरेस महर्जनलाई हराएको थिएँ। २०६४ पछि संघले प्रतियोगिताको आयोजना गर्न सकेको छैन। चार वर्ष बितिसक्दासम्म प्रतियोगिता गराउन नसक्नु लाजमर्दो कुरा हो।

तपाईंको भावी योजना ?

मैले खेल नदेखाएसम्म ममाथि लागेको दाग हट्दैन। एकपटक राष्ट्रिय स्तरको खेलमा राम्रो प्रर्दशन गरेर ममाथि सबैले देखाएको विश्वास र मायालाई पुनः प्रमाणित गर्नु छ। तेस्रो पटक धर्मश्री जितेर ह्याट्रिक गर्ने इच्छा छ। समय र भाग्यले साथ दिए बेलायतमा हुने बडी बिल्डिङ प्रतियोगिता भिड्ने सोचाइमा छु। त्यसपछि खेललाई अघि बढाउन एउटा राम्रो जिम हल खोल्ने वा प्रशिक्षकका रूपमा कार्य गर्ने योजना छ।

धेरै खेलाडी चलचित्रतर्फ लागेका छन्। तपाईंलाई शरीरले पनि साथ दिएको छ। के सोचाइ छ ?

चलचित्रका प्रस्ताव नआएका होइनन्। हालैमात्र राजेन्द्र खडगीले आफ्नो एक चलचित्रका लागि प्रस्ताव गर्नुभएको थियो, तर नेपाली चलचित्रमा एउटा मात्र गीतमा भए पनि नाच्नैपर्ने हुन्छ। म नाच्न नजान्ने भएकाले पनि खासै रुचि नभएको हो।

सानु गुरुङ युवतीतर्फ बढी नै आकर्षित हुन्छ भन्ने सुनिन्छ नि ?

त्यसो होइन। ताली एक हातले बज्दैन। आकर्षण दुवैतर्फ हुनु जरुरी छ। मलाई युवतीतर्फ बढी रुचि छैन। अब त उमेर पनि ढल्कियो।

तपाईंको शरीर देख्दा युवतीहरूको प्रतिक्रिया कस्तो हुन्छ ?

नेपालका अधिकांश युवती ठूलो शरीर मन पराउँदैनन्। कतिपय युवती त यस्तो शरीर देखेर तर्सन्छन्। नेपालभन्दा पनि विदेशका युवतीहरूले बडी बिल्डरको दुःख बुझेका छन भन्ने अनुभव गरेको छु। यस्तो शरीर कम मेहनतले बनेको हुँदैन।

कतिपय खेलाडी विदेश पुगेपछि उतै पलायन हुन्छन्। तपाई बस्ने अनुमति हुँदाहुँदै पनि नेपालमै हुनुहुन्छ किन ?

अहिलेसम्म त्यस्तो आवश्यकता महसुस भएको छैन्। बेलाबखत हङकङ र बेलायतको भ्रमण गरेकै छु, तर अहिलेसम्म लामो समय देश छाडेर बस्ने योजना बनाएको छैन। सकेसम्म नेपालमै बसेर केही गरौं भन्ने सोच छ।

ग्वान्जाउ एसियाड पदक तालिका

देश	स्वर्ण	रजत	कास्य	कुल
चीन	१९९	११९	९८	४१६
दक्षिण कोरिया	७६	६५	९१	२३२
जापान	४८	७४	९४	२१६
इरान	२०	१४	२५	५९
कजाकस्तान	१८	२३	३८	७९
भारत	१४	१७	३३	६४
ताइपेइ	१३	१६	३८	६७
उज्बेकिस्तान	११	२२	२३	५६
थाइल्याण्ड	११	९	३२	५२
मलेसिया	९	१८	१४	४१
हङकङ	८	१५	१७	४०
उत्तर कोरिया	६	१०	२०	३६
साउदी अरेविया	५	३	५	१३
बहराइन	५	०	४	९
इन्डोनेसिया	४	९	१३	२६
सिंगापुर	४	७	६	१७
कुवेत	४	६	१	११
कतार	४	५	७	१६
फिलिपिन्स	३	४	९	१६
पाकिस्तान	३	२	३	८
मंगोलिया	२	५	९	१६
म्यानमार	२	५	३	१०
जोर्डन	२	२	२	६
भियतनाम	१	१७	१५	३३
किर्गिजस्तान	१	२	२	५
मकाउ	१	१	४	६
बंगलादेश	१	१	१	३
ताजिकिस्तान	१	०	३	४
सिरिया	१	०	१	२
संयुक्त अरब इमिरेट्स	०	४	१	५
अफगानिस्तान	०	२	१	३
इराक	०	१	२	३
लेवनान	०	१	२	३
लाओस	०	०	२	२
नेपाल	०	०	१	१
ओमान	०	०	१	१
कुल	४७७	४७९	६२१	१५७७

मिस्टर हङकङ नेपालको रौनक

हङकङ- युवाहरूबीच लोकप्रिय मिस्टर हङकङ नेपाल शारीरिक सुगठन प्रतियोगिताको रौनक फेरि सुरु भएको छ। सन् १९९८ मा पहिलो पटक आयोजित उक्त प्रतियोगिताको यो आठौं संस्करण हो। फ्रि वेटका आधारमा हुने प्रतिस्पर्धामा यसपटक आठ जना प्रतिस्पर्धी सहभागी छन्। करिब तीन महिनाअघिदेखि कडा प्रशिक्षणमा रहेका प्रतिस्पर्धीहरू सोमबार साँझ जोर्डनस्थित पावर जिममा भेटिए। धर्मश्री विजेता सानु गुरुङबाट प्रशिक्षण लिइरहेका उनीहरू निकै उत्साहित देखिन्थे। तिनैमध्ये थिए, काठमाडौं तीनकुनेका तमुर तामाङ। मिस्टर नेपाललगायत धर्मश्रीमा सहभागिता जनाएर अनुभव बटुलिसकेका तामाङ हङकङमा भने पहिलो पटक भिड्न लागेका हुन्।

२००७ मा काठमाडौंमा आयोजित मिस्टर नेपालमा तमुरले ५५ किलोग्राम समूहतर्फ सेकेन्ड रनर्सअपको उपाधि जितेका थिए। 'विगतको अनुभवले समेत प्रतियोगिता जित्नेमा आत्मविश्वास जागेको छ,' उनले भने, 'कडा मेहनत गरेको छु, प्रतिफल पनि राम्रै होला।' २९ वर्षीय विश्वबहादुर थापाको मिस्टर हङकङ नेपालमा यो दोस्रो सहभागिता हो। गत वर्ष उनी उत्कृष्ट ६ मा पुगेर बाहिरिएका थिए।

'अघिल्लो वर्ष भिड्दा धेरै कुरा सिक्ने अवसर पाइयो,' थापाले भने,

'यो वर्ष राम्रो तयारीमा छु, त्यसैले पनि मेरो लक्ष्य मिस्टर हङकङ नेपाल जित्नु नै हो।' अर्का प्रतिस्पर्धी सुक गुरुङ (३७) को शारीरिक सुगठनमै यो पहिलो सहभागिता हो। पूाच वर्षअघिदेखि यो खेलतर्फ आकर्षण बढेको बताउने सुकले समेत राम्रो नतिजा ल्याउने विश्वास व्यक्त गरे। सुक तेक्वान्दोका फस्ट डान हुन्।

प्रतियोगिता मंसिर २६ गते आइतबारका साँझ युङ लङ टाउन हलमा हुनेछ। प्रतियोगिताका विजेता, उपविजेता तथा तेस्रो हुनेले क्रमशः १० हजार, ७ हजार ५ सय र ५ हजार हङकङ डलरसहित ट्रफी पाउनेछन्। यसबाहेक प्रतियोगितामा बेस्ट पोजको उपाधिसमेत प्रदान गरिनेछ। 'साप्ताहिक' एवं स्थानीय वेबपत्रिका 'एचकेनेपाल डटकम' यो प्रतियोगिताका मिडिया पार्टनर हुन्। युवाहरूमाझ लोकप्रिय 'साप्ताहिक' देशबाहिर पहिलो पटक सञ्चार सहयोगी बनेको हो।

● निर्मल श्रेष्ठ

दुर्गतिको पराकाष्ठा

संजीवन महर्जन

ग्वान्जाउ अघि

● नेपालले कति खेलमा भाग लिँदैछ ? राष्ट्रिय खेलकुल परिषद् नै अनभिज्ञ ।

● परिषद्को स्वीकृतिबिना ग्वान्जाउ पुग्ने सम्बन्धित संघ र खेलाडीमाथि कारबाही हुने परिषद्को घोषणा ।

● परिषद्को स्वीकृतिबिना ग्वान्जाउ पुग्ने खेलाडीको जिम्मेवारी लिन परिषद्द्वारा अस्वीकार, त्यस्ता खेलाडीले पदक जिते त्यो देशको नहुने घोषणा ।

● ग्वान्जाउमा नेपालले २० खेलमा १ सय ४२ खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गर्ने नेपाल ओलम्पिक कमिटीको दाबी ।

ग्वान्जाउमा

● नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै १ सय ९२ खेलाडी ग्वान्जाउमा ।

● कतिपय खेलमा प्रशिक्षक बिनाका खेलाडी देखिए भने कतिपय खेलमा प्रशिक्षकहरूको लर्को ।

● आयोजक समितिसमक्ष राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सदस्य सचिव हरिबाबु चौधरी तथा नेपाल ओलम्पिक कमिटीका अध्यक्ष ध्रुवबहादुर प्रधानद्वारा आफू नेपाली टिमको सेफ द मिसन भएको दाबी । आयोजक समिति नै अचम्भित ।

● नेपाल सहभागी २० खेलमध्ये ८ खेलका खेलाडी तथा प्रशिक्षक आफ्नै खर्चमा एसियाडमा सहभागी भएको खुलासा ।

परिणाम

● नेपालको नाममा बक्सिङमा १ मात्र कास्य पदक ।

उपरोक्त तथ्य र परिणामले ग्वान्जाउ एसियाडमा नेपालको सहभागिता कसरी भयो र त्यसको परिणाम के आयो भन्ने कुराको खुलासा गर्छ । कुनै पनि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको खेलकुद प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुने खेलाडी त्यहाँ व्यक्तिगत रूपमा नभै राष्ट्रको प्रतिनिधिका रूपमा उपस्थित हुन्छ । खेलकुदको यो विश्वव्यापी मान्यता विपरीत ग्वान्जाउ एसियाडमा पुग्ने प्रत्येक नेपाली खेलाडी आफू किन र कसरी ग्वान्जाउ उपस्थित छु भन्ने विषयमा केही भन्न असमर्थ देखिनुभन्दा लज्जास्पद कुरा अर्को के हुन सक्छ ? खेलाडीहरूलाई ग्वान्जाउ एसियाडमा सहभागी गराउन खेलकुद पदाधिकारीको हैसियतले ग्वान्जाउमा उपस्थित भएका नेपाली खेलकुद पदाधिकारीहरूले ग्वान्जाउमै एकअर्काप्रति जुन किसिमले र जसरी विषवमन गर्ने, आरोप-प्रत्यारोप गर्ने काम गरे त्यसले नेपालको खेलकुदमा खेलकुदलाई मुलुकको प्रतिष्ठासँग गाँसेर काम गर्ने भन्दा चाकडी र चाप्लुसी गरेर विदेश शेयर गर्नेहरूको जमात हावी छ भन्ने कुरालाई प्रमाणित गरेको छ ।

यसअघि ढाकामा सम्पन्न साग खेलकुदमा एकअर्कासँग हात हालाहालको स्थितिमा पुगेका नेपाली पदाधिकारीहरूले ग्वान्जाउमा त्यस्तो घटना नदोहोर्‍याए पनि राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सदस्य सचिव हरिबाबु चौधरी र नेपाल ओलम्पिक कमिटीका अध्यक्ष ध्रुवबहादुर प्रधानले ग्वान्जाउमा एकअर्काको शेखी झार्न जेजस्ता हत्कण्डा प्रयोग गरे त्यसले ग्वान्जाउमा उपस्थित नेपाली खेलाडीहरूलाई निराश मात्र बनाएन अपितु त्यसले नेपालकै खेल प्रशासनको विवादलाई विश्वसामु नङ्ग्यायो । यस्तो दुर्गतिका लागि जिम्मेवार को ? यो प्रश्न यतिखेर आम नेपाली जनताका लागि टाउको दुखाइ र चिन्ताको विषय भएको छ । राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् तथा नेपाल ओलम्पिक कमिटीको विवादका बीच अन्ततः १ सय ९२ जना खेलाडी ग्वान्जाउ पुगे तर खेलकुदमा उनीहरूको स्तर कतिसम्म खराब देखियो भने नेपाली खेलाडीहरू पहिलो चरणबाटै बाहिरिए भने समूहगत खेलमा नेपाली खेलाडीहरू पुछारमा रहे । बक्सिङका दीपक महर्जन बाहेक कुनै पनि खेलाडीले आफ्नो सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन देखाउन नसकेको मात्र होइन, आफ्नो पूर्व प्रदर्शनसमेत दोहोर्‍याउन सकेनन् । पदकको आशा गरिएको कराँते, तेक्वान्दो तथा उसुजस्ता खेलमा नेपाली खेलाडीको स्तर बाँकी एसियाली खेलाडीहरूको तुलनामा निक्कै कमजोर देखियो । ग्वान्जाउ पुग्नुअघि जे जस्ता दाबी गरिए पनि नेपाली खेलकुदमा राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् र नेपाल ओलम्पिक कमिटीले चढाएको जलप ग्वान्जाउ पुग्दा नपुग्दै खुइलिसकेको थियो । धन्न, बक्सिङका दीपक महर्जनले जेनतेन नेपालका लागि एक कास्य पदक प्राप्त गरे । महर्जनको त्यो उपलब्धीले नै ग्वान्जाउको पदक वितरण समारोहमा नेपाली झन्डाले फहरिने अवसर पायो ।

ग्वान्जाउ एसियाडले प्रमाणित गरेको छ– एशियाली खेलकुदको स्तर एक दशक अघिको तुलनामा निक्कै माथि उक्लिएको छ भने नेपाली खेलकुदको स्तर एकदशक अगाडि जहाँ थियो त्यही छ । यसका लागि जिम्मेवार को ? यो प्रश्नको जवाफ राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् र नेपाल ओलम्पिक कमिटी दुवैका जिम्मेवार पदाधिकारीले छातीमा हात राखेर दिन सक्नुपर्छ । नेपालको ग्वान्जाउ दुर्गतिका लागि हरिबहादुर चौधरी, ध्रुवबहादुर प्रधान, जीवनराम श्रेष्ठ र राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को प्रशिक्षण विभाग, योजना विभाग जस्ता विभागहरूका विभागीय प्रमुखहरू जिम्मेवार छैनन् भन्ने आधार नेपाली जनतालाई दिन सक्नुपर्छ अन्यथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका आगामी खेलकुद प्रतिस्पर्धामा नेपालको दुर्गति रोकिने छैन । नेपाली खेलकुदलाई थप दुर्गतिबाट जोगाउने हो भने राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्, नेपाल ओलम्पिक कमिटी लगायत सबै खेलकुद संघहरू विघटन गरेर सम्बन्धित जिम्मेवारहरूमाथि राज्यले कारवाही चलाउनुपर्छ । राज्यको लगानीमाथि हालिमुहाली गरेर, चाकडी र चाप्लुसी, सत्ता र शक्ति, वाकपटुता र जालझेलका आधारमा नेपाली खेलकुदमा हैकम जमाउन पुगेका अहिलेका खेल पदाधिकारीहरूबाट नैतिकताको थप आशा गर्नु नेपाली खेलकुदलाई थप अन्धकारतर्फ धकेल्नु हो भन्ने कुराको ज्ञान राज्यले जति छिटो अनुभव गर्छ त्यति नै छिटो नेपाली खेलकुदले उज्यालोतर्फको यात्रामा पाइला चाल्नेछ ।

एसियाडमा नेपालको उल्टो गति

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- नेपालले चीनको ग्वाङ्जाओमा सम्पन्न १६ औं एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा बक्सिङबाहेक सबै खेलमा लज्जास्पद पराजय भोगेको छ । थाइल्यान्डका खेलाडीलाई पराजित गरी सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेका नेपाली बक्सर दीपक महर्जनले प्राप्त गरेको एक मात्र कांस्य नेपालको यो एसियाडको सफलता रह्यो ।

२० खेलमा सहभागिता जनाएको नेपालले विगतका एसियाडभन्दा राम्रो परिणाम ल्याउने दाबी खेल अधिकारीहरूले गर्दै आएका थिए । हुन त नेपालले प्रत्येक अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा पदकको आशा राख्दै आएको छ, तर नतिजा भने त्यसअनुरूप हुन नसकेको धेरै भैसकेको छ । यसपटक पनि नेपालले विगतका एसियाडमा मार्सल आर्टमार्फत् पाउँदै आएको सफलतालाई अझ बढाउने सोच बनाएको थियो, तर प्रतिस्पर्धाको मैदानमा नेपाली खेलाडीहरू यसरी पराजित हुँदै गए कि नेपालका सबै आशा एकपछि अर्को गर्दै भंग हुँदै गए ।

एसियाडमा नेपालले उसुमा पदक जित्न सकेको थिएन । दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा पाएको सफलताबाट हौसिएर नेपालले १६ औं एसियाडमा उसुमार्फत् पदकको आशा राखेको थियो, तर उसुले पदक हात पार्न त सकेन नै, उत्कृष्ट प्रदर्शन पनि गर्न सकेन ।

नेपालले पदकको दाबा गरेको तेक्वान्दोको असफलताले सबैलाई सर्वाधिक निराश बनायो । सन् १९८६ मा एसियाली खेलमा पदकको खाता खोलेको नेपालले पछिल्ला एसियाडहरूमा नेपाललाई खुसी तुल्याउँदै आएको थियो । एसियाली खेलमा पदक जित्ने खेलका रूपमा केबल तेक्वान्दो मात्र थियो । तेक्वान्दोले ओलम्पिक प्रतियोगितामा समेत पदकको खाता खोलेको र एसियाडमा रजत पदक जितेको गौरवलाई यसपटक अझ सुधार गर्ने दाबी गरिँदै आएको थियो । संयोग हो वा नियति, नेपालले ग्वाङ्जाओमा पदक जित्न त के, पदक जित्ने आशासमेत देखाउन सकेन । तेक्वान्दो खेलमा भित्रिएको डिजिटल प्रविधिबाट नेपाली खेलाडीहरू अनभिज्ञ भएका कारणले पनि नेपालले सफलता पाउन नसकेको तर्क अहिले गरिँदैछ । तेक्वान्दोको स्कोरिङमा विवाद आएपछि भित्र्याइएको यो प्रविधिलाई नेपालले प्रतियोगिताअगावै प्रयोगमा ल्याएर आफ्ना खेलाडीहरूलाई घुलमिल हुने वातावरण बनाउनुपर्ने थियो । अहिले डिजिटल प्याडका कारण पराजित हुनुपरेको तर्क गर्दै खेल पदाधिकारीहरू पन्छिन खोजिरहेका छन् । तेक्वान्दोबाट निराश भएको नेपालले कराँते खेलबाट पदकको आशा पूरा हुने आशामा थियो । कराँतेमा पनि नेपालले सोचेरूपको नतिजा ल्याउन सकेन ।

मार्शल आर्टबाहेकका खेलमा नेपालले पदक नभएर राष्ट्रिय कीर्तिमानमा सुधार गर्ने लक्ष्य लिएको थियो, जसमा पनि नेपाली खेलाडीहरू तुलनात्मक रूपमा सफल हुन सकेनन् । केही खेलमा नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान बने पनि त्यो उपलब्धि पूर्ण भएन भने अन्य खेल केबल सहभागिता जनाउनमै सीमित रहे ।

ग्वाङ्जाओ एसियाडलाई हेर्ने हो भने नेपालले भोगेको असफलताको मुख्य दोषी नेपाली खेलकुदका नीति निर्माताहरू नै भएको देखिन्छ । एसियाड कुन स्तरको प्रतियोगिता हो र विगतका सफलतालाई कसरी अघि बढाउने भन्ने योजनाबिना सहभागिता गरेकै कारण नेपालले यसपटक सर्वाधिक लज्जास्पद क्षणको सामना गर्नु परेको छ । सन् १९८६ मा सियोलमा सम्पन्न एसियाडमा नेपालले ८ कांस्य पदक जितेर आफूलाई पदक तालिकामा २० औं स्थानमा राखेको थियो । सन् १९९८ को बैंकक एसियाडमा नेपालले रजत पदक जितेको थियो । अन्य एसियाडलाई हेर्ने हो भने पनि नेपालले सोचेअनुरूपको सफलता नपाए पनि रित्तो हात भने फर्कनुपरेको थिएन । सियोल एसियाडमा नेपालले ८ कांस्य जित्दा १ कांस्यमा चित्त बुझाउने बंगलादेशकले यसपटक १ स्वर्ण तथा १ रजत जित्यो । सियोल एसियाडमा नेपालले कांस्य जित्दा युद्धभूमि बनिरहेको अफगानिस्तानले यसपटक २ रजत जित्यो । सियोल एसियाडमा ५ स्वर्ण जितेको भारतले यसपटक १४ स्वर्ण जितेर आफूलाई छैटौं स्थानमा उभ्यायो, तर नेपालले भने एक मात्र कांस्य पदक जितेर आफूलाई ३५ औं स्थानमा पुर्‍यायो । यो तथ्यले अहिले नेपाली खेलकुदको स्तर कहाँ पुगेको छ भन्ने कुरालाई प्रस्ट देखाएको छ ।

काजोल
मिस एयरहोस्टेज

साप्ताहिक समाचार

आफ्नो हवाईयात्राको करियर अर्थात् विमान परिचारिका बन्ने सपना साकार पार्न गत शनिबार सोही विधामा प्रशिक्षित २२ जना युवतीबीच प्रतिस्पर्धा भयो । आफ्नो करियरको पछिल्लो उडान भर्न तम्तयारहरूको उडान भर्ने र ओर्लने गन्तव्य राष्ट्रिय नाचघरको मञ्च बनेको थियो । हवाई उडानको पहिलो सम्बोधन अर्थात् फ्लाइट अनाउन्समेन्टसँगै आ-आफ्नो परिचय दिंदै उनीहरूले प्रतिस्पर्धात्मक कार्यक्रम 'अग्नि एयर मिस एयरहोस्टेस-२०१०' शीर्षकको उडान भरे । करिब साढे तीन घन्टाको उक्त प्रतिस्पर्धात्मक उडानलाई व्यवस्थित एवं सुरक्षित ढंगले ल्यान्ड गर्ने कार्यलाई कोरियोग्राफर रोजिन शाक्यले सम्हालेका थिए ।

उडानका क्रममा सहभागी प्रतियोगीहरूले परिचयात्मक चरण, बेल ड्रेस राउन्ड हुँदै प्रश्नोत्तर चरणसित साक्षात्कार गरेका थिए । प्रतियोगीहरूको प्रस्तुति, आत्मविश्वास, व्यक्तित्व एवं बौद्धिकतालाई विभिन्न एयरलाइन्सका प्रतिनिधिहरूले मूल्यांकन गरेका थिए । २२ जनाबाट उत्कृष्ट १० र त्यसपछि छनौट भई अन्तिम तीन जनामा पुगेका मनीषा गुरुङ, काजोल खड्का तथा उरुषा श्रेष्ठले क्रमशः पालैपालो कार्यक्रमकी निर्णायक पूर्व मिस नेपाल सुगारिका केसीको अन्तर्वार्ता सामना गरेपछि अन्ततः हवाई सुन्दरीको विजेता चयन गरिएको थियो । सुगरिका केसीसँगको तीन मिनेटको अन्तर्वार्ताका क्रममा सात निर्णायकमध्ये कसको जीवन जिउने इच्छा छ ? भन्ने प्रश्नमा सबैको आफ्नै अस्तित्व हुने भएकाले पृथक् पहिचान बनाउन पनि आफ्नै जीवन जिउने इच्छा व्यक्त गरेर अन्य दुई फाइनलिस्टभन्दा आफूलाई बलियो सावित गरी काजोल खड्काले मिस एयर होस्टेजको मुकुट पहिरिन् ।

नयाँ बानेश्वर निवासी २० वर्षीया काजोलले विजेताको ताजसहित ३५ हजार नगद पुरस्कार तथा अग्नि एयरमा विमान परिचारिकाको सम्भावना सिर्जना गरेकी छिन् । काजोलले वेल ड्रेसको एवार्ड पनि जितेकी थिइन् । प्रतियोगितामा मनीष गुरुङ फस्ट रनर्सअप घोषित भइन् । उनको हकमा २५ हजार नगद पुरस्कार र गुण एयरलाइन्समा विमान परिचारिकाको अवसर सिर्जना भएको छ । सेकेन्ड रनर्सअपमा भने उरुषा श्रेष्ठ विजयी भइन ।

अन्य विधाका विजेताहरूमा बेञ्जु बर्तौला- मिस फ्रेन्डसिप, निर्मला बूढाथोकी- मिस ब्युटिफूल हेयर, प्रिज्मा लामा- मिस फोटोजेनिक, रिना खड्गी- मिस बेस्ट स्माइल र मिस भिओर च्वाइस, एस.सेन. बानियाँ- मिस बेस्ट वाक, सन्ध्या लामा, मिस डिसिप्लिन छिरिङ डोमा लामा, मिस बेस्ट फिगर तथा राधिका लोहनी- मिस पपुलर छन्। सोनाम डोल्मा शेर्पा भने मिस पर्सनालिटी घोषित भएकी थिइन्।

मिस अर्थको चयन भोलि

साप्ताहिक समाचार

विश्वका ८० भन्दा बढी राष्ट्रका सुन्दरीहरूको जमघटले झन्डै एक महिनाअघिदेखि भियतनामको भिनपर्लल्यान्ड सुन्दरीमय बनेको छ । यो जमघटको मुख्य कारण मिस अर्थ इन्टरनेसनल-२०१० को उपाधि विजेता छनौट गर्न हो । गत नोभेम्बर ४ तारिखमा प्रारम्भ भएको यो प्रतियोगिताअन्तर्गत प्रतिस्पर्धीहरू वातावरण संरक्षण अभियानअन्तर्गत वृक्षारोपणमा सहभागी भएका थिए ।

विभिन्न स्थानको भ्रमणसँगै मिस अर्थका प्रतियोगीहरूबीच विभिन्न एवार्डका लागि प्रतिस्पर्धाहरू पनि सम्पन्न भैरहेका छन्, जसअन्तर्गत ट्यालेन्ट राउन्डमा उत्कृष्ट प्रस्तुति दिएर भारतीय सुन्दरी निकोल फारियाले मिस ट्यालेन्टको उपाधि आफ्नो नाममा बनाइसकेकी छिन् । निकोलले ट्यालेन्ट राउन्डमा भारतीय ट्राडिसनल र बेली डान्सको फ्युजन शैलीको नृत्य प्रस्तुति दिएर आफ्नो प्रभाव जमाएकी हुन् । ट्यालेन्ड राउन्डको इभेन्टबाट भियतनामको बाढी प्रभावित मध्यक्षेत्रका लागि झन्डै ५ हजार अमेरिकी डलर संकलन भएको थियो ।

मिस अर्थ प्रतियोगिताअन्तर्गत नेसनल कस्ट्युम कम्पिटिसनमा भने जापानका मारिना किशिराले उपाधि हासिल गरिन् । मारिनाले पहिरनको पछाडिको भागमा जापानी शैलीको टाटु आर्ट अर्थात् इरेजुमिको इन्टिक्रेट डिजाइन गरिएको आधुनिक शैलीको गाउन लगाएकी थिइन् । अर्को प्रतिस्पर्धामा भने वातावरणप्रति समर्पित मिस अर्थका सहभागीहरूले लङ गाउन एवार्डमा आ-आफूलाई उभ्याएका थिए, जसमा इक्वेडरकी जेनिफर स्टेफ्नी पाज्मिनो सल्डानाले वेस्ट इन लङ गाउनको उपाधिमाथि कब्जा जमाइन् । सोही इभेन्टमा सञ्चालन गरिएको भियतनामी राष्ट्रिय पोसाक आओडाइ प्रतियोगितामा सर्वियन सुन्दरी तिजाना राकीकले बाजी मारिन् । यसैगरी गत नोभेम्बर २० मा सम्पन्न स्वीमसुट कम्पिटिसन आयोजक राष्ट्र भियतनामकी सुन्दरी लु थि डियम हुओङले जितिन् ।

भोलि डिसेम्बर ४ तारिख अर्थात् मंसिर १८ गते शनिबार, मिस अर्थ इन्टरनेसनल-२०१० को १० औं संस्करणको अन्तिम प्रतिस्पर्धा सञ्चालन हुँदैछ । नेपाललगायत विश्वका ८० भन्दा बढी मुलुकका सुन्दरीहरूको सहभागिता रहने उक्त प्रतियोगिता भियतनामको भिनपर्लल्यान्ड एम्फिथिएटरमा सञ्चालन हुँदैछ । नेपालका तर्फबाट प्रतियोगितामा मिस नेपाल-२०१० की फस्ट रनर्सअप सहाना बज्राचार्यको सहभागिता छ । मिस अर्थ विजेताले वातावरण संरक्षणअन्तर्गतका विश्वव्यापी कार्यक्रमहरूमा राजदूतका रूपमा जिम्मेवारी निर्वाह गर्नुपर्नेछ ।

मोबाईल तालिम
(मोबाईल फोन Chinese मोबाईलको सफ्टवेयर गराईन्छ)
☼ ल्यापटप, रेडियो क्यासेट DVD, VCD, TV
☼ कम्प्यूटर हार्डवयेर, सफ्टवेयर Guarantee
☼ एसी/फ्रिज, प्लम्बर लोडसेडिङ्ग नो प्रोब्लम
☼ हाउसवायरिङ्ग
☼ मोटरवाईण्डिङ्ग
१४ वर्ष पुरानो
Job को लागि सहयोग
राज ईलेक्ट्रोनिक्स
शिव दर्शन हल अगाडी
नयाँ बानेश्वर फोन: ४४९५५८१
कालिमाटी ०१-६२२४७९८
नोट: विदेश जानेलाई विशेष कोर्ष

Worldwide Valid Certificate
होटल तालिम
वेटर/वेट्रेस तालिम फ्रि
+ 5star Hotel मा काम दैनिक भत्ता रु. २००/-
* Cook or Waiter सिक्नेलाई English Lunguage फ्रि
* Bar man * Coffee Maker सिक्नेलाई Waiter फ्रि
1mth Special Indian Tandoori Course
▸ नेपालको एक मात्र सेफद्धारा संचालित भएको हुदा ।
▸ थप तालिमको लागि 5 Star Hotel मा पठाईनेछ ।
▸ तालिम पछि बहराइन, दुवई, कतार पठाउने व्यवस्था छ ।
माउण्टेन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
बसुन्धरा चौकी अगाडि रिङ्गरोड सँगै Ph:016212336

Learn Job oriented
COMPUTER
Basic / Graphic / Web
e-commerce / Accounting
C, C++, PHP & My SQL
Load Shading No Problem
English Language
जान्दे नजान्ने तथा विदेश जानेहरुका लागि विशेष व्यवस्था । Audio / Video माध्यम बाट सिकाइने । Free: Book, CDs, Email and other study Materials.
Getway
Educational Consultancy P. Ltd
Bagbazar,KTM.Ph: 4241870, 4239719

होटल तालिम
(१००% रोजगारी मुलक)
कुक (इण्डियन, चाईनिज, कण्टिनेन्टल, इटालियन, मेक्सिकन) वेटर,बारमेन,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

ब्यूटीसियन तालिममा नि : शुल्क भर्ना खुल्यो
बिगत १५ 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, पुल्चोक : 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

Shaping Minds Group
Putalisadak 2222605 4233478
New Baneshwor 2292233 4782162
Kumaripati 2292244 5008632
Sarojina Scholarship Fund
नि:शुल्क शिक्षा
Exams & Hands out will be charged
सेपिङ्ग माइन्ड्स ग्रुप सोसल वेलफेएर (NGO) र सेपिङ्ग माइन्ड्स ग्रुप शिक्षा विभाग मिलेर विभिन्न विषयहरुमा १७२५ जनालाई नि:शुल्क शिक्षा प्रदान गर्दैछ ।
IELTS
Special English*
Secretary Training
Accounting Package
Hardware & Networking
Personality Development
Admissions Strictly on: First Come First Serve Basis..
Itahari 025-584310
Birtamod 023-543102
Study in UK / USA Canada Ireland Germany New Zealand Switzerland Many Others

Global's Training in 5★ Hotel
ख्याती प्राप्त Hotelier बाट प्रयोगात्मक तालिम, So grab the opportunity
Vocational Course Detail
Learn & Earn Program
Hotel Management
F & B Management
Kitchen Management (Cook) (Continental/Chinese/Indian/ Bakery & Pastry) each 3 months
F & B Service Management (Waiter)
Bartender Management
Banquet Management
Front Office Management
Housekeeping Management
Internship compulsory in 5* Hotel
Trust a quality training
Global Institute of Hotel Mgmt & Tourism Technical Center P. Ltd
☎ 4621098, 2134544
नयाँबानेश्वर मिनभवन शान्तिनगर गेट सँगै

MY CAREER
EDU. CON. PVT. LTD.
Head Office: Dillibazar, Ktm, 4434136
Branch Office: Putalisadak, ktm, 4440700
Study in UK LONDON
ECAN
* SLC, +2, Diploma & Degree can apply
* Dependent can also apply with students
* Work Limit: Students 20 hrs, Depn: full time
* Trust worthy & Affordable "A" Rated Colleges
* January Intake & IELTS optional.

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

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** ।