सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.ekantipur.com

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष २४ ● अंक ०३ ● FRIDAY, 01 JUNE 2018 ● काठमाडौं शुक्रबार, जेठ १८, २०७५ ● मूल्य रु. १५/-

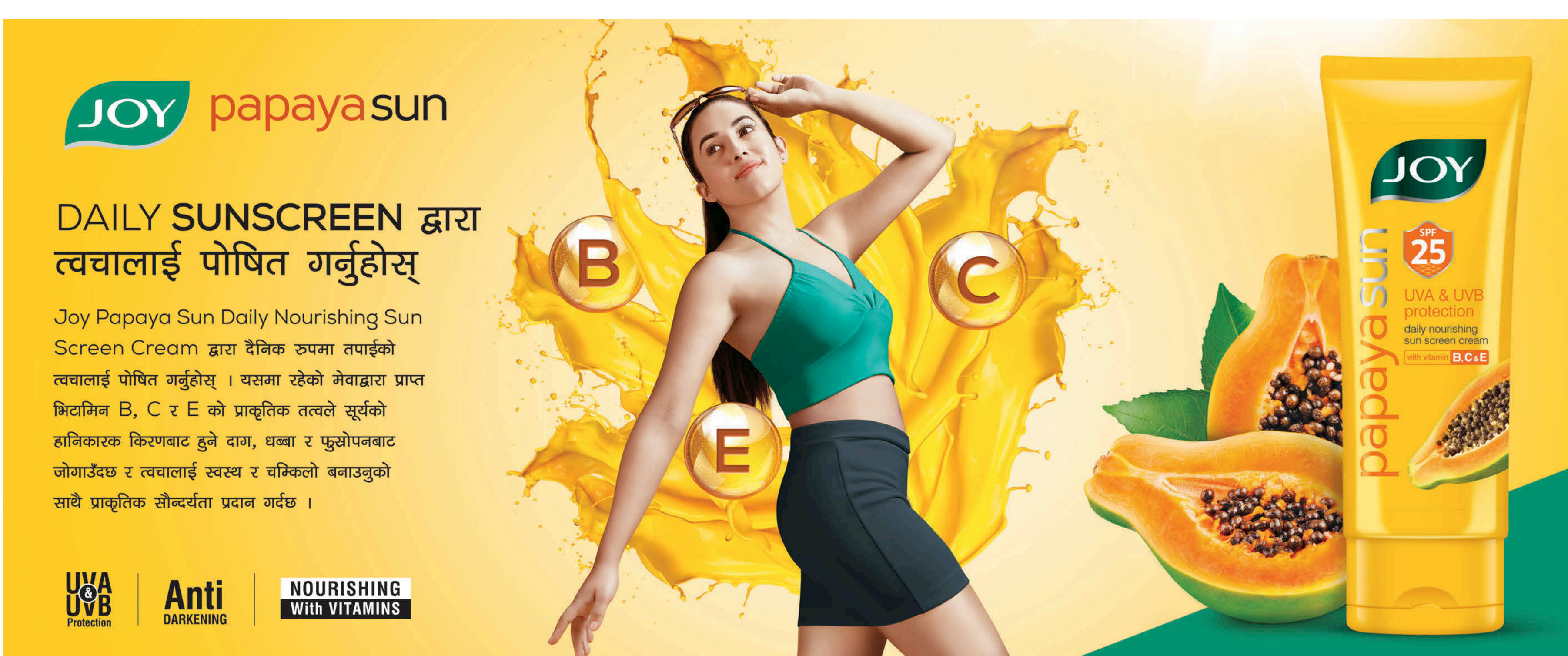
स्केच : कृष्ण गोपाल श्रेष्ठ

ब्याचलर मम्

प्रेम, यौन, गर्भधारण तथा प्रजनन् स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित सम्पूर्ण अधिकार महिलामा निहित हुने

पृष्ठ ६ मा

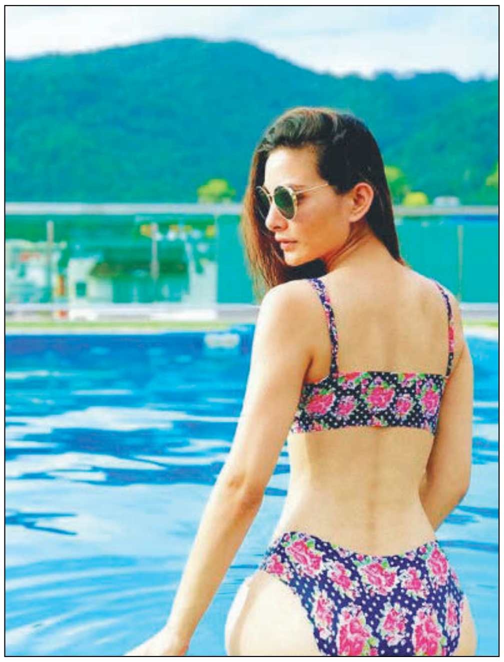
मध्यपृष्ठमा
तुलसा



YouTube ट्रेन्डिङ

१	भुन्टी- निशान भट्टराई	च्यानल	एटके एभरेष्ट
२	हे बेबी-२	च्यानल	एक्सन डिजिप्लेक्स
३	बोल माया- प्रकाश सपूत	च्यानल	प्रकाश सपूत
४	मन मगन	च्यानल	भाइब्स एन्ड वेभ
५	बल्छी धुर्वेको घर	च्यानल	नमस्ते अनलाइन
६	सपना भई	च्यानल	त्रिशला गुरुङ
७	फेवातालमा मान्छे	च्यानल	फेवा टेलिभिजन
८	सन्दीप लामिछाने	च्यानल	कान्तिपुर टिभी
९	टाइम छैन	च्यानल	मेटानिया रेकर्ड्स
१०	गोरेको यस्तो बयानले	च्यानल	टिभी नेपाल नेटवर्क

फोटो अफ दि विक



■ **श्रीमान्कै लेन्सबाट** : केही साताअघि वैवाहिक जीवनमा बाँधिएकी मोडल रेनुकासिंह ठकुरी बैंकक घुमघामको क्रममा श्रीमान् आमिर शेखको क्यामेरामा ।

■ **ह्याप्पी बर्थ डे** : अभिनेत्रीद्वय सुष्मा अधिकारी, सुष्मा कार्की तथा अभिनेता दिक्पाल कार्कीसँग आफ्नो बर्थ डे मनाउने क्रममा मोडल जोर्डन राजभण्डारी ।

■ सगरमाथा दिवसको अवसर पारेर हङकङमा पदयात्रा (हाइकिङ) सम्पन्न भएको छ । विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथा र नेपालका प्राकृतिक सम्पदाहरूको परिचयसँगै पर्यटन वृद्धिको सम्भावनालाई अझ मजबुत बनाउन हङकङस्थित महावाणिज्य दूतावास तथा एनआरएनए हङकङको संयुक्त आयोजनामा उक्त पदयात्रा सञ्चालन भएको थियो ।

■ **आमा–छोरी** : अभिनेत्री नम्रता श्रेष्ठ आमासँग ।

■ **बाग्मतीको किनारमा** : शंखमूलस्थित बाग्मती किनारमा सञ्चालनमा आएको रमणीय पार्क ।

साइबर फिडब्याक

नेपाल सरकारका मन्त्रीहरूले सम्पति विवरण सार्वजनिक गरेपछि सामाजिक सञ्जालमा व्यापक टीका-टिप्पणी सुरु भयो । कतिपय मन्त्रीले सार्वजनिक गरेको सम्पत्ति विवरणलाई गम्भीर ठट्टा भनेर उडाइएको समेत पाइयो । मन्त्रीहरूले आफ्नो सम्पति कम, श्रीमतीको सम्पत्ति बढी देखाए । कतिले दाइजोबाट आएको सम्पत्ति विवरण पनि पेस गरे । यही विषयमा सामाजिक सञ्जालमा व्यक्त भएका केही प्रतिक्रिया :

यिनैहरूले नै बनाउने हो समाजवादी राज्य ।

'मेरो सम्पत्ति यत्ति हो, सबै पार्टीकरण गरें' भनेर घोषणा गर्नेहरू, मैले केवल ५० रुपयाँमा 'जनवादी विवाह' गरेको हुँ' भनेर तोलाका तोला सुन दाइजोमा आएको देखाउनेहरू, बहुदलीय लुटतन्त्र आएको पाँच वर्ष पछिसम्म पनि पार्टी सदस्यहरूको माना-चामल चन्दाले परिवार पाल्दै आएकाहरू, ०६३ सालमा पहिलो पटक मन्त्री बन्दा आफूलाई सम्पत्तिविहीन 'सर्वहारा' का रूपमा पेस गर्नेहरू सबै ठूलै नारीवादी पुँजीपति बनेछन् । श्रीमतीलाई भात पकाउन लगाउने, बैंकमा करोडपति बनाउने यिनैहरू बसेको गिरोहलाई 'कम्युनिस्ट पार्टी' भनिन्छ । यिनैहरूले नै बनाउने हो समाजवादी राज्य ।

भरत दाहाल

बाघ कराएको र बाख्रा हराएको संयोग । एकातिर गोरेले विदेशबाट बोराका बोरा सुन सोहोरे भनेर बजार तातिएका बेला नेता तथा मन्त्रीको सम्पत्ति विवरण मागेर बिचराका श्रीमतीको एकाध बोरा सुन पनि सार्वजनिक गर्न लगाउने ? त्यति जाबो सुन अनि पैसा देखेर पनि जिब्रो टोक्ने ?

नरिश्वर गौतम

मन्त्रीको सम्पत्ति विवरण राजाबिनाको पञ्चायतजस्तै हो ? कुरी-कुरी गणतन्त्रका मन्त्रीहरू ।

दुर्गा सुवेदी

मन्त्रीको सम्पत्ति विवरण हो कि बूढी र ससुरालीको सम्पत्ति विवरण हो ? सबैले बूढीको नाउँमा मात्र सम्पत्ति देखा'का छन् त ।

राजा

आज सम्पत्ति विवरण उतार्न बिहानदेखि लाग्या, अहिलेसम्म सकिएन । केही मन्त्रीको भन्दा बढी देखिने अवस्था छ । अकुत सम्पत्ति आर्जनमा हाल्देलान् भन्ने डर भो । त्यही भएर आफ्नो सम्पत्ति सार्वजनिक नगर्ने निर्णय गरियो ।

क्रिस्टिना पुरी

मन्त्री हुँदा कुन मन्त्रीको कति सम्पत्ति छ भन्दा पनि अहिले के छ र पछि कति भयो भन्ने कुरा महत्वपूर्ण छ । सम्पत्ति विवरण मन्त्रीबाट खुस्किएको १ हप्ताभित्र बुझाउने प्रावधान राख सरकार ।

सविता थापा

केही मन्त्रीको सम्पत्ति त स्रोत छानबिन गर्नुपर्ने तहकै रहेछ अनि पटक-पटक लाभको पद धारण गरेका केही मन्त्रीको सम्पत्ति विवरण हेर्दा भने राजनीतिमा केही असल पात्रहरू पनि बाँकी छन् भन्ने लाग्यो ।

कोरियाको भरिया

हाँस्ने कारण खोज्देऊ भन्दै थिए एक जना भाईले । मैले पनि प्रम र मन्त्रीको तात्तातो सम्पत्ति विवरणको लिंक पठाइदिएँ । भन साथी मैले के बिराएँ ?

साथी

समाजवादी कम्युनिस्ट पार्टीका नेताहरूको सम्पत्ति कठै बरी लै लै खर्ब र अर्ब भन्दा कम छँदै छैन त ? भएको नि स्वास्नीका नाममा ।

नरेशराज खतिवडा

कतिपय मन्त्रीको सम्पत्ति विवरण पढ्दा यस्तो लाग्यो कि यिनीहरूले नेपाली जनतालाई केही नबुझ्ने भेंडाको जत्था नै सम्झँदा रहेछन् । लाजसरम पचेका ब्वाँसाहरू ।

तीर्थराज अर्याल

गणतन्त्र दिवसका अवसरमा हत्याको अभियोगमा जेल परेका तत्कालीन माओवादीका नेता बालकृष्ण ढुंगेललाई आममाफी दिइएपछि सामाजिक सञ्जालमा त्यसको व्यापक आलोचना भयो ।

सय दिन पार गरेको कम्युनिस्ट सरकारले वैदेशिक हस्तक्षेपको आमन्त्रण र चरम मूल्यवृद्धि मात्र गरेन कि ज्यान मुद्दाका अपराधी बालकृष्ण ढुंगेल लगायतलाई उन्मुक्ति दिने कार्यको थालनी समेत गरेको छ । गैरन्यायिक कार्यमा संलग्न केपी ओली सरकारलाई न्यायको कठघरामा उभ्याउन र मनपरीतन्त्र रोक्न संघर्षको मैदानबाट खबरदारी जारी राख्नु पर्नेछ ।

नैनसिंह महर

गणतन्त्र ढुंगेललाई फापेछ । सर्वोच्चले जन्मकैदको फैसला सुनाएका बालकृष्ण ढुंगेल आज कैद मुक्त हुँदैछन्– गणतन्त्र दिवशको शुभकामना ।

उषाकिरण कँडेल

ट्विटेको अत्यधिक गाली खप्न नसकेर बालकृष्ण ढुंगेल बेलुकाको बास बस्न जेलमै फर्किएका छन् भन्ने सम्चार त नआउला नि है ?

वरिष्ठहरूको 'वरिष्ठ'

गणतन्त्र दिवसका अवसरमा बालकृष्ण ढुंगेललाई दशैं र चिट्ठा । प्रजातन्त्र, राजतन्त्र, गणतन्त्र सबै तन्त्र यी नेतालाई नै आयो ।

संगीत गैरे

बालकृष्ण ढुंगेलभन्दा पनि रगतको व्यापार गरेर कुस्त कमाउन पल्किएकाहरूबाट जोखिम छ मुलुकलाई ।

सबिन मिश्र

नेपालमा संगठित भ्रष्टाचार, तस्करी तथा फौजदारी कसुरहरू जे मन लाग्छ त्यही अपराध गरे हुने रहेछ, राजनीतिक संरक्षण पाएपछि सुरुमा प्रहरीले नै नपक्रने कथम कदाचित न्यायिक प्रक्रिया पूरा भएर सजाय भैहालेपनि अपराधी छुट्ने दिन गणतन्त्र दिवस मनाउनु छँदैछ ।

च्यवन घिमिरे

प्रचण्ड अर्थात् नामै काफी छ । कर्तव्य ज्यान मुद्दा चलाइएका बालकृष्ण ढुंगेललाई बाहिर निकाल्न पार्टी एकता गरिएको प्रस्ट देखियो ।

केशव असफल

बालकृष्ण ढुंगेलको आजको अवतार त करिब ३० वर्ष पहिले नै मह जोडीले वनपाले टेलिफिल्मको साधुराम सुकुम्बासी पात्रमा परिकल्पना गरिसकेका रै'छन् ।

मान्ठा

IELTS 6.5 Gauaranteed
Big Discount for +2 studets!
(Classes by P. Swoveet & other experts)
English (Basic, Int, Advanced)
Chinese, French, Spanish, Korean ....
COMPUTER Courses
Language Books Audio/Video
Easy Way, Easy Learning,
ESSAY for IELTS..... available in the market
OLC, Bag Bazaar, 4268945, 4244741

SEE(SLC) 075 भर्ना खुल्यो !!!
का साथै कक्षा ८ र १० मा
के?
★ कक्षा ९, Test तथा SLC फेल भई वा कक्षा ८ मात्र पास गरी स्कूल छाडेका तथा स्कूल जाने उमेर नाघेका विद्यार्थीहरुले यसै वर्ष SEE पास गर्न यस स्कूलमा भर्ना गरी ढुक्क भई पढ्नुहोस्।
★ कक्षा ५ वा ६ मात्र पास गरेकाले कक्षा ८ मा भर्ना भई पढ्न पाउने र यस स्कुलबाट कक्षा ८ पास गरेका विद्यार्थीहरुले कक्षा ९ नपढी सिधै कक्षा १० पढी SEE दिन पाउने छन्।
कक्षा समय: बिहान,दिउँसो, बेलुका
यातायात र होस्टेलको समेत सुविधा छ ।
अंग्रेजी र नेपाली दुवै माध्यममा पढाइने
DIPLOMATIC OPEN SCHOOL
लगनखेल, मछिन्द्रनाथको रथ राख्ने चोक
Phone : 01-5527782, 9818258588
SAHAYOGI PATHSHALA
(Alternative School)
भाटभटेनी चोक (चाइनिज एम्बेसी नजिकै)
Phone : 4415244

मंगल होस्

मनोज गजुरेल

हाँसोको मुहान खोज्दै जाँदा-५

‘ टिका लगाइदिएर दही ख्वाउदै भन्नुभएको थियो, ‘सबैभन्दा ठूलो कुरा आफ्नो शरीर हो । पैसाका लागि आफूलाई कष्ट नदिनु । सम्पत्ति भनेको भाग्यमा जति छ त्यति मात्र पाइन्छ । तैँले पठाउने पैसाले हामीलाई सुख मिल्ला तर खुसी तँ स्वयम् फर्किएर आएको दिन मात्र हुन्छौं ।’ ’

एक्कासि जहाज घड्याक्क गऱ्यो । मुटु सिरिङ्ग भयो । ‘ड्यू टु ब्याड वेदर, प्लिज रिमेन सिट बेल्ट टाइटिङ,’ पाइलटले भने । जहाज झन्-झन् हल्लिन थाल्यो । डरले सातो-पुत्लो उड्यो ।

अस्ती भर्खर यूएस बंगलाको दुर्घटना सम्झिएँ । मृत्युवरण गर्नेहरूको अनुहार याद गरें । डाक्टर बन्ने सपना बोकेका कलिला युवायुवती फल्फली आए । जहाज झन्-झन् बम्पिङ गर्न थाल्यो । एयर होस्टेजहरू आत्तिदै बेल्ट चेक गर्दै थिए । डर भगाउन मैले आँखा चिम्म पारें ।

यो डर भन्ने चिज पनि गज्जबकै हुन्छ । यसले कस्ता-कस्ता मै हुँ भन्नेलाई पनि छुलछुल पारिदिन्छ । जस्तोसुकै नास्तिक पनि अप्ठ्यारो पर्दा ‘राम-राम’ भन्न थाल्छन् । ठूल्ठूला वैज्ञानिक पनि ‘भगवान्’को सम्झना गर्छन् । क्रान्तिकारी प्रगतिवादीहरूसमेत लुकीलुकी पूजा-अर्चनामा लाग्छन् ।

अचानक मोदनाथ प्रश्रितको ‘भूत प्रेतको कथा’ याद आउँछ । हुबहु त बिर्सिसकें तर कथाको सारांश यस्तो छ : कुनै युवा रातको १२ बजे एक्लै चिहानमा जान सक्ने दाबी गर्छ । साथीहरूले प्रमाणका लागि एउटा लौरो गाड्नु पर्ने कुरा बताउँछन् । ऊ साथीहरूले दिएको लौरो लिएर मध्यरातमा चिहानतिर लाग्छ ।

तर ऊ फर्कंदैन । बिहान खोज्न जाँदा चिहान नजिकै बेहोस भेटिन्छ । धेरैलाई लाग्छ, यो सबै भूतको कमाल हो तर खासमा कुरो अर्कै हुन्छ ।

मुटु जतिसुकै बलियो भए पनि डर भन्ने तत्त्व त्योभन्दा शक्तिशाली हुन्छ । उसको हातमा लौरो छ । धोती लगाएको छ । जनि चिहानको नजिक पुग्छ, उति-उति उसको डरको पारो बढ्दै जान्छ । चिहान नजिक पुगेर ऊ झ्याप्प लौरो गाड्छ र हतारमा फनक्क फर्कन्छ । फनक्क फर्कंदा उसको धोती बयरको काँडाका अल्झिन्छ । उसलाई लाग्छ, भूतले तान्यो । त्यही अज्ञात भूतको भयले ऊ बेहोस हुन्छ ।

फेरि वर्तमानमा फर्किन्छु, ओहो ! यो त कुनै कल्पना होइन, साँच्चिकै हल्लाइरहेको छ । युट्युबमा जहाज दुर्घटनाको भिडियो सम्झन्छु । कथंकदाचित केही भैहाल्यो भने के होला ?

म त ऐया भन्न नपाई मर्छु, खेला सकिइहाल्यो, तर परिवारको के गति होला ? कमाउन हिंडेको छोरोले ज्यान गुमाएको खबर सुनेर बाले कसरी आफूलाई सम्हाल्ने होलान् । पत्नी र बालबच्चाको अवस्था के होला ? यस्तै अनगिन्ती कुरा खेलाउँदा खेलाउँदै जहाज हल्लिन छोड्छ । मेरो मन हल्का हुन्छ, अनि सकारात्मक सोच्न थाल्छु ।

यदि मलाई केही भैहाल्यो भने पनि परिवारको चिन्ता छैन । दुर्घटना बिमा हुन्छ रे । झन् इन्टरनेसनलको अलि धेरै पाइन्छ भन्छन् । मैले तीन वर्षमा कमाउनेभन्दा बढी नै आउला । आखिर म परिवारका लागि कमाउन गएको हुँ, जसरी भए पनि कमाए भैहाल्यो नि । म फिस्स हाँस्छु ।

फेरि हिंड्ने बेला आमाले भनेको कुरा सम्झन्छु । टिका लगाइदिएर दही ख्वाउदै भन्नुभएको थियो, ‘सबैभन्दा ठूलो कुरा आफ्नो शरीर हो । पैसाका लागि आफूलाई कष्ट नदिनु । सम्पत्ति भनेको भाग्यमा जति छ त्यति मात्र पाइन्छ । तैँले पठाउने पैसाले हामीलाई सुख मिल्ला तर खुसी तँ स्वयम् फर्किएर आएको दिन मात्र हुन्छौं ।’

हो त हगि ! कुन बाबु-आमालाई इच्छा हुन्छ, आफूले दिसापिसाब धोएर हुर्काएको सन्तान आफूभन्दा टाढा जाओस् । कुनै बाबु-आमाले चाहँदैनन् कि आफ्नो सन्तानको लास आफ्नो हातले बोक्नु परोस् । उनीहरूको अन्तिम इच्छा नै यही हुन्छ कि आफ्नो देह आफ्नै सन्तानको काखमा त्याग्नु परोस् !

‘वेलकम टु दोहा, कतार ।’ ए, जहाज त अघि ल्यान्ड गरिसकेछ । मेरो छेउमा बस्ने साथी साह्रै ठट्यौलो थियो । सिटको बेल्ट खोल्दै सबैले सुन्ने गरी भन्यो, ‘हत्तेरिका, आज पनि ४० लाख घाटा भयो यार ?’

मैले सोधें, ‘कसरी ?’ झन् ठूलो स्वरमा हाँस्दै भन्यो, ‘केही भएको भए बिमाबापत ४० लाख आउँथ्यो क्या !’ उसको यो डार्क जोकमा सबै जना गलल हाँस्न थाले ।

क्रमशः

बदलिँदो समाज र परिवर्तित नेपाली जीवनशैली

जीवन अधिकारी

नेपाल बहुजाति, बहुसंस्कृति, बहुभाषी स्वतन्त्र तथा अटल राष्ट्र हो । सहयोग र आत्मीयता नेपाली जनताका जीवन्त पक्ष हुन् । माथि लिखित वाक्य हामीले वर्षौंदेखि मानसपटलमा सँगालेर राखेका छौं । अनेकौं भाषा, जातजाति भए पनि त्यसको सदुपयोग र अनुशरण नहुँदा एकदिन नेपाली भन्ने पहिचान नै गुम्ने हो कि भन्ने डर छ ।

आधुनिक र सहज जीवनयापन गर्ने सौख सबैलाई हुन्छ तर आधुनिकीकरणको नाममा नेपाली संस्कृति नै समाप्त हुने हो कि भन्ने खतरा पनि उत्तिकै छ । वर्षौंदेखि मेलमिलापपूर्ण जीवनयापन गर्दै आएका नेपाली जनता अहिले पश्चिमा संस्कृतिबाट बढी प्रभावित छन् । सामाजिक सञ्जालको प्रभावका कारण अनावश्यक तडकभडकमा वृद्धि भैरहेको छ, विशेषगरी बजार क्षेत्रमा मौलिक संस्कृति र पहिचानले उचित स्थान पाउन सकेको छैन ।

खोक्रो राष्ट्रवादका कारण हाम्रा राष्ट्रिय पोसाक, गीत-संगीत, खेल आदि सबै एकदिवसीय समारोह बन्न पुगेका छन् । नेपालीहरूको पहिचानका रूपमा रहेको दौरा-सुरुवाल र ढाका टोपी अर्थात् राष्ट्रिय पोसाक विरलै एक-दुई अवसरमा मात्र प्रयोग भएको पाइन्छ । मकै, भटमास, चिउरा, कोदोको रोटी आदिको स्थान म:म, चाउमिन, पिज्जा आदिले ओगटिसकेको छ । यसमध्ये मकै गरिब र मधुमेह रोगीबीच मात्र परिचित छ । स्थानीय तवरमा भुटिएको मकै बिरलैले सेवन गर्छन्, तर त्यही मकैलाई मेसिनमा भुटेर मसलामा मोली प्याकेजिङ गरी ‘पोपकोर्न’ का रूपमा सेवन गरिन्छ । कोदोलाई नेपाली समाजमा कुअन्नका रूपमा हेरिन्छ । विदेशीहरूले यसलाई फाइबर र भिटामिनको मुख्य स्रोत माने पनि हामीकहाँ भने यसको झोल तन्नेरीहरूको सोमरस र छोक्राचाहिँ बंगुरको आहारका रूपमा प्रयोग हुन्छ । भटमास भने तेल बनाउन अनि कोदोको झोल पिउनेहरूको सितनका रूपमा प्रयोग हुन्छ ।

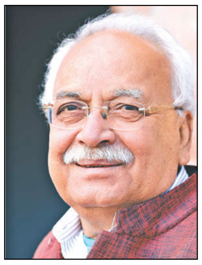
नेपालमा भौतिक विकासले फड्को मारे पनि मौलिक संस्कृति र जातीय पहिचानको संरक्षणमा नेपालीहरूको मानसिक विकास हुन नसकेको देख्दा मनै कुँडिएर आउँछ । एक दशकअघिसम्म व्यवहारिक एवं राजनीतिका सम्बन्धमा साधारण गफगाफ हुने चौताराहरू, अहिले युवाहरूको दुर्व्यसन, वासना र कोलाहलको प्रमुख स्थलका रूपमा परिवर्तित भएका छन् । ओठ निचोर्दा दूध निस्कने उमेरका युवासमेत दुर्व्यसनमा फसेको देख्दा जिब्रो टोकेर राम-राम जप्नु सिवाय अरू केही गर्न सकिँदैन । सामाजिक सञ्जालको छाप आदिका कारण नकारात्मक जीवनशैली अपनाउनेहरूको संख्यामा पनि भारी वृद्धि भएको छ । यसबाट के बुझ्न सकिन्छ भने अहिलेको युवापुस्ता कमजोर र खराब मानसिकताका कारण मौलिक संस्कृतिको संरक्षण गर्नेतर्फ लाग्ने छैन ।

यही अचेत प्रवृत्तिका कारण भविष्यमा हाम्रो देश, एकादेशमा नेपाल भन्ने बहुजाति, बहुसंस्कृति, बहुभाषीमूलक देश थियो रे । कहीं नभएको अलौकिक संस्कृति त्यहाँ देख्न पाहिन्थ्यो रे । सम्पूर्ण जातजातिहरूबीचमा मेलमिलाप र आस्थाको भावना थियो रे भन्ने अवस्था सिर्जना हुनसक्छ ।

यात्रा सन्दर्भ

रेलको खेल

किशोर नेपाल



सहरको झेलमा नाच्दै हिंडेका पत्रकार युवतीहरू सोच्दै थिए, यो धूलोको प्रकोपलाई मुख्य समाचार बनाउन मिल्छ कि मिल्दैन ? नमिल्ने त कुरै भएन । बिहान मात्र उरुशाले मेनलाइन दैनिकमा पढेकी थिई- डस्टमाण्डू । हो त ! पत्रकारको कल्पनाशीलताले उसलाई प्रभावित गरेको थियो । उसको दिमागमा किन आउँदैनन् यस्ता शब्दहरू ?

मानिसको जातै यस्तो कि आफैंलाई नपरेसम्म, आफैंले नभोगेसम्म कुनै पनि विषयको चेत खुल्दैन । शासन, प्रशासन, उद्योग, व्यापार, व्यवसाय सबै विषयमा उही हो । अहिले यही महानगरका सडकमा उडेको धूलोलाई हेरौं । केही दिन अघिसम्म यतिसारो धूलो उडेको थिएन । जब चौथाइ दशकको कोमाबाट मेलम्ची योजना अचानक ब्युँझियो, त्यसपछि नै कान्तिपुर सहरमा धूलोको महामारी सुरु भैहाल्यो । धूलोका यी करोडौं होइन, खर्बौं कणले कति काठमाडौंवासीको घाँटी बरबाद गरिसके, कतिको नाकको प्वाल टालिदिइसके, कतिको फोक्सो खराब तुल्याइसके । तैपनि धूलोको यो प्रचण्ड समस्यामा अरूको त के कुरा, स्वयं प्रधानमन्त्री र उक्त पदका अन्य प्रत्याशीहरूको पनि ध्यान गएन । ध्यान गए पनि उनीहरूले गर्नु के र ? आखिर यो समस्या तुरुन्तै समाधान हुने पनि होइन ।

एक त प्रमुख प्रतिपक्ष अहिले सेलाए पनि निकै आक्रामक छ, धूलोको कुराले उसलाई फेरि तताउला । कान्तिपुर सहर र यसका सडक-गल्लीलाई मेलम्चीको पानीले पखाल्ने जोसमा सहरभित्रका सबै सडक खनिएका छन्– कतिपयमा ओछ्याइएका पुराना पाइप फेर्न र कतिपयमा नयाँ पाइप गाड्न । यस्तोमा सरकारमा भर्खर सय दिन मात्र कटाएका प्रधानमन्त्रीले कुनै पनि कामलाई निरुत्साहित गर्न त मिल्दै मिलेन । प्रधानमन्त्रीको काम जनताको उत्साह बढाउने हो । यत्रो उत्साहको साथ विकासका काम भैरहेको सहरमा दायाँबायाँ कुरा निकालेर प्रधानमन्त्री आफैंले वातावरण धमिल्याउनु उचित पनि भएन । प्रतिपक्षका भिजिलान्ते जताततै छरिएका छन् । विरोधका लागि एउटा न एउटा भाउतो निकालिहाल्छन् ।

सहरका सबै सडक र पेटीहरू एकसाथ खनिएकाले धूलो पनि एकमुस्ट उडेको छ । घरबाहिर निस्किने हो भने सहरवासीसँग बाइक भए पनि नभए पनि हेलमेट हुनैपर्छ । मुखमा पट्टी टासिएकै हुनुपर्छ । आँखाको चस्मा त भन्नुपर्ने कुरै होइन । धूलोको मारमा परेका छन् सधैं चिटिक्क भएर हिंड्ने युवतीहरू । उनीहरू रन्थनिएका छन्, 'ओह ! सिट, यस्तो पनि हुन्छ ?' तर छिटै सम्हालिन्छन् र सम्भिन्छन्– अस्ति मात्र न्वार्कोको एक्सिडेन्टमा उनको कजन सिस्टरको झन्डै ज्यान गएको ! यो धूलो त सामान्य भो । महांकालतिर त कति बाइक खाल्डामा झरिसकेका छन् ।

सहरको झेलमा नाच्दै हिंडेका पत्रकार युवतीहरू सोच्दै थिए, यो धूलोको प्रकोपलाई मुख्य समाचार बनाउन मिल्छ कि मिल्दैन ? नमिल्ने त कुरै भएन । बिहान मात्र उरुशाले मेनलाइन दैनिकमा पढेकी थिई- डस्टमाण्डू । हो त ! पत्रकारको कल्पनाशीलताले उसलाई प्रभावित गरेको थियो । उसको दिमागमा किन आउँदैनन् यस्ता शब्दहरू ?

लौ बीस-पच्चीस जतिसुकै वर्षपछि आए पनि मेलम्ची खोलाको पानी आखिरमा काठमाडौं आइपुग्ने नै भयो । मेलम्ची खोलाको पानी ल्याउने परिस्थिति बन्नु धेरै राम्रो कुरा हो, तर त्यो राम्रो कामलाई ढंग पुऱ्याएर गर्ने राम्रो बानीको विकासचाहिं कहिले हुने ? उरुशीको चिन्तन प्रक्रियामा त्यतिबेला अवरोध उत्पन्न भयो जतिबेला पुरु उसको अगाडि आएर उभियो । उसका कपडाहरू धुलाम्मे थिए । नाकको डाँडीमा धूलो जमेर अनुहार नै बिरूप भएको थियो । उसले पुरुप्रति सहानुभूति व्यक्त गरी र साहित्यिक भाषामा भनी, 'यस्तै हो साथी, जीवनमा पर्ने दुःखको यो एउटा सानो उदाहरण मात्र हो । अहिले नै नभए पनि मेलम्चीको पानी आएपछि तिम्रो यो रूपमा परिवर्तन आउँछ ।'

पुरु भन्दै थियो, 'हया, तिमी पनि । म तिमीलाई आफ्नो हुलिया देखाउन आएको होइन । तिमी आमीरको दंगल हेर्न जाने हो सिभिलमा ?'

'कति बजे ?' उरुशाले सोधी ।

'चार बजेको शो हो ।' पुरुले जवाफ दियो ।

'त्यसो भए नो,' उसले जवाफ दिइ, 'हेर, आज दुईवटा रिपोर्ट फाइल गर्नु छ । त्यसपछि मेरो आफनै आमीरको कल आउँदैछ दुबईबाट । अब यो तिम्रो आमीरको दंगल हेर्न कता जानु ? अरु कोही केटी साथी फेला पार्न सकेनौ कि के हो ?'

पुरुको मुख रातो भयो । उरुले उसलाई कडै दिएकी हो । केटीहरूको मामिलामा पुरु लोभी थियो । त्यसपछि ऊ आफ्नो बाइकमा हिंड्यो ।

उरुले सम्भिई, अनिकेतको निम्तो । ऊ आज अनिकेतको निम्तोमा जानेवाली थिइन । उसले कुरा गर्नु थियो चार्लीसंग । चार्लीले साँझ फोन गर्नु भनेको थियो ।

उरु अफिस पुगी र लेख्न थाली । लेख्दा ऊ एकाग्र हुन्थी । कसैले डिस्टर्ब गरेको मन पराउन्न थिई । उसले चार्लीको बाहेक अरु जम्मै फोन होल्डमा राखिदिएकी थिई ।

ऊ लेख्दै थिइ, सहर लड्खडाउँदै छ । मानिसहरू पानीको पाइप बिछ्याउने खाल्डोमा खस्दैछन् । उता सुरुङ जोडिइसकेको खबर आएको छ । सुरुङ नजोडिई खबर मात्रै आएको त होइन होला । तैपनि, पानी आउने-नआउने ठेगान छैन । केही कच्चा चट्टानहरूसँग भिड्दैछन् प्राविधिकहरू । ती चट्टान फुटिरहे पनि घाटा छ, नफुटे पनि घाटा छ ।

पानी पानी पानी- उसले कलम बन्द गरी । त्यसपछि न्युज रुममा पसी । त्यति नै बेला फोनको घण्टी बज्यो । लाइनमा प्रधानमन्त्रीका प्रवक्ता थिए । उरुले सोधी हाली, 'ल भन्नुहोस् त, प्रधानमन्त्री चीनबाट रेल काठमाडौं ओर्लिदा खुसी हुनु होला कि मेलम्ची खोलाको पानी झर्दा ?'

प्रवक्ता जवाफ दिन अनकनाए । उनको प्राथमिकतामा पानी परे पनि प्रधानमन्त्रीको प्राथमिकतामा रेल पऱ्यो भने ? सोभ्रै व्हांग हो नदीको पानी ल्याएर बाग्मतीमा बहाइदिए त भैगो नि !

प्रतिक्रिया

धेरै पछि भुवन-जियाको गसिप पढ्न पाउँदा रमाइलो लाग्यो । (फ्रन्ट पेज : भुवन-जिया ओपन सेक्रेट) । चर्चामा आइरहने सुपर स्टार भुवनको बानी बदलिएको छैन ।

पूनम बस्याल

यही महँगो सहरमा जाने ठूलो इच्छा छ (महँगा सहरहरू) । सानो देश भनेर नहुने रहेछ । प्रगति गर्न सानो-ठूलो भनेर हुँदैन । सिंगापुरले नमुना सहरका रूपमा आफ्नो पहिचान बनाइसकेको छ ।

साम गुरुङ

नेपालका सार्वजनिक बसका समस्या यस्तै हुन् (युवा मन : घर पुऱ्याउने माइक्रो) । तपाईंले भोग्नुपरेको समस्या आमनागरिकले भोगिरहेका छन् । सिट क्षमताभन्दा बढी यात्रु नराख्ने हो भने समस्या केही हदसम्म कम हुन्छ ।

उत्तम थापा

मानिसले आफूले चाहेको काममा लाग्नुपर्छ भन्ने कुरा दीपक बज्राचार्यको जीवनबाट सिक्न सकिन्छ । (यात्रा सन्दर्भ : ओ अमिरा : दीपक बज्राचार्यको संगीत) । उनले जुन बेला संगीतमा हात हाले त्यतिबेलाको समय नितान्त फरक थियो । संगीतमै लागेर बाँच्न सकिन्छ भन्ने कुराको कल्पना पनि गर्न सकिंदैनथ्यो । दीपकको परिश्रम खेर गएन । संगीतमा रुचि राख्नेहरूलाई उनको संघर्षले प्रेरित गर्छ ।

ओम बास्तोला

उर्मिला चौधरीको संघर्षले नै उनलाई यो अवस्थासम्म पुऱ्याएको हो (अन्तर्वार्ता : घरपरिवारले आशा मारेको थियो) । नेपालजस्तो देशबाट फ्रिडम फेयर एवार्ड-२०१८ बाट सम्मानित हुनु चानचुने कुरा होइन । उर्मिलाको संघर्षलाई स्यालुट छ ।

सूर्य धिताल

लेख गज्जब लाग्यो अविरलजी (मुक्त आकाश : कसलाई थाहा छैन र ?) थाहा भएर पनि मानिसले गल्ती गरिरहेका हुन्छन् । बानी परेर, पुरानो बानी त्याग्न नसकेर मानिसहरू त्यस्ता गल्ती दोहोऱ्याइरहन्छन् ।

बाबु भट्टराई

सगरमाथाको सफल आरोहण गर्ने सबै आरोहीलाई बधाई छ (खेलकुद : शिखर चुम्ने होडबाजी) । नेपालीहरूले आफ्नो पौरखले विश्वमा नाम चम्काएका छन् । कामिरिता शेर्पा जस्तै धेरै नेपाली नयाँ कीर्तिमान राख्न सफल हुन् ।

सुशील जोशी

सन्दिप लामिछाने सफल हुनमा पुबुद दसानायेकेको हात पनि उत्तिकै छ (नयाँ इनिङको तयारी) । पर्दा पछाडि पुबुदले खेलेको भूमिकालाई कसैले बिर्सनु हुँदैन । प्रतिभावान् युवा खेलाडीलाई चिन्न सक्नु र ठाउँ दिनु पुबुदको महानता हो ।

विकास शाह

कजाखस्तानमा आयोजित फेसन सोमा नेपाली फेसन डिजाइनर रस्ना श्रेष्ठलाई सहभागी गराइनु खुसीको कुरा हो (कजाखस्तानको फेसन विकमा नेपाल) । रस्नाजीले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा आफूलाई उभ्याउन सक्नु र प्रतिभा देखाउनु प्रशंसनीय छ ।

दीपिका बन्जाडे

चलचित्र निर्माताहरूले पर्याप्त ध्यान नपुऱ्याई नक्कली नोट छाप्नु दुःखद कुरा हो (अपराध : नेपाली चलचित्र उद्योगमा नक्कली नोटका तरंग) । यो घटनाले समाजमा नकारात्मक सन्देश गएको छ ।

रामकृष्ण राना

यति भव्य र संसारले हेरेको शाही विवाहमा नेपालीले निम्तो पाउनु ठूलो कुरा हो (शाही विवाहमा नेपाली जन्ती) । पक्कै पनि यो भूपू गोर्खा सैनिक अनिल गुरुङ तथा उनकी पत्नि बबिनाको जीवनमा अविस्मरणीय घटनाका रूपमा रहनेछ ।

मन्जु प्रसाँई

यो साउदी अरब सरकारको ठूलो निर्णय हो (पहिलो विश्व : गाडी चलाउन पाउने भए) । यो साउदीका महिलाहरूका लागि खुसीको विषय भएको छ । अब पहिलेजस्तो जेल, कोर्राजस्ता सजाय भोग्नुपर्ने छैन ।

उमेश शाही

twitter follow us on twitter.com/saptahik

SMS मार्फत प्रतिक्रिया
SF(space) दिएर आफ्नो प्रतिक्रिया टाइप गरी नामसहित 8080 मा पठाउनुहोस् ।

Like us on Facebook
facebook.com/kantipursaptahik

सगरमाथालाई तीन पटक ढोगेर माफी माग्छु

तस्बिर : नवराज बाग्ले

■ कामीरिता शेर्पा

सोलुखुम्बुको थामेमा सामान्य परिवारमा जन्मिएका कामीरिता शेर्पाले विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथाको २२ पटक आरोहण गरिसकेका छन् । सबैभन्दा धेरै पटक सगरमाथा आरोहणको कीर्तिमान आफ्नो नाममा लेखाएका शेर्पाले २२ वर्षको उमेरमा सगरमाथा आरोहण सुरु गरेका थिए । उनले २०५१ सालमा २४ वर्षको उमेरमा पहिलो पटक सगरमाथाको चुचुरोमा पाइला टेकेका थिए । तेस्रो प्रयासमा सगरमाथा आरोहण गरेपछि उनी निरन्तर सगरमाथाको सफल आरोहण गरिरहेका छन् । कामीरिताको सगरमाथा आरोहण एवं त्यससँग जोडिएका अनुभव आदि विषयमा जनक तिमिल्सिना तथा महेश तिमल्सिनाले गरेको कुराकानी :

कति वर्षको उमेरदेखि हिमाल आरोहण सुरु गर्नुभयो ?

मैले २२ वर्षको उमेरदेखि नै सुरु गरेको हुँ, २४ वर्षको उमेरमा मैले पहिलोपटक सगरमाथाको चुचुरोमा पाइला टेकेँ ।

२२ औं पटकसम्म सगरमाथा चढिसक्नुभयो फरक-फरक समयका फरक-फरक अनुभूति होलान् नि ?

हामीले सधैं हिमाल चढ्ने हो, त्यसैले फरक अनुभूति भन्ने हुँदैन ।

पहिलो पटक आफैं पर्वतारोही भएर हिमाल चढ्नुभएको थियो कि अरू कसैलाई लिएर चढ्नुभएको थियो ?

पहिलो पटक चढ्दा विदेशीलाई लिएर चढेको थिएँ । त्यो बेला म विदेशीलाई गाइड गर्थें । हाम्रा लागि सगरमाथा आरोहण पेसा हो, ट्याक्सी ड्राइभर र प्लेन उडाउने पाइलटजस्तै ।

हिमाल चढ्ने पेशामा कसरी आउनुभयो ?

हाम्रो गाउँमा स्कुल थिएन, हामीले पढ्ने मौका पाएनौं । परिवारको आर्थिक अवस्था कमजोर थियो । त्यो बेला पैसा कमाउन पनि सजिलो थिएन । तेन्जिङ शेर्पा आरोहण क्षेत्रमा लागेपछि शेर्पाहरूले त्यसैलाई पछ्याए अनि हामीपनि पैसा कमाउन यतैतिर आकर्षित भयौं ।

भनेपछि यो पेसा रहरभन्दा पनि बाध्यता थियो ?

हो, हाम्रा लागि यो बाध्यता नै हो ।

२२ पटक सगरमाथा आरोहण कसरी सम्भव भयो ?

मैले अरूसँग प्रतिस्पर्धा गरेर कीर्तिमान राख्न सगरमाथा आरोहण गरेको होइन । यदि म कसैलाई पछि पार्छु भन्ने उद्देश्यले लागिपरेको भए व्यक्तिगत रूपमा यसलाई आफ्नो जितमानेर खुसी पनि हुन्थें होला । मैले त यो क्षेत्रमा निरन्तर सक्रिय भएकाले अहिले यो सफलता पाएको हुँ । अर्को कुरा हामीमाथि विदेशी आरोहीहरूलाई कसरी सफल तुल्याउने र उनीहरूलाई खुसी बनाउने भन्ने जिम्मा हुन्छ । त्यही जिम्मेवारी पूरा गर्ने उद्देश्यले निरन्तर लागेको परिणाम हो यो कीर्तिमान ।

हिमाल चढ्दा मुख्य के कुरामा ध्यान दिनुपर्दो रहेछ ?

हिमाल चढ्दा गाइड गर्ने मान्छेले विदेशीको शारीरिक अवस्था बुझ्नुपर्छ । हामीले विदेशीहरूलाई आरोहणमा लाँदा क्याम्प ३ देखि एउटा समय तोकिएको हुन्छ । यदि त्यो समयभित्र उनीहरू तोकिएको ठाउँमा पुग्न सकेनन् भने फर्कनुपर्ने हुन्छ । त्यसैले समयमा पनि त्यत्तिकै ध्यान दिनुपर्छ ।

सफल आरोहणका लागि के कुरामा विशेष चनाखो हुनुपर्छ ?

सबैभन्दा पहिले त हामीले मौसममा ध्यान दिनुपर्छ, आफ्नो टिममा अक्सिजन पुग्छ कि पुग्दैन त्यो पनि हेर्नुपर्छ अनि अर्को कुरा टिमसँग सहकार्य हुनुपर्छ ।

२२ पटक सफल आरोहणको कीर्तिमानपछि संसारको ध्यान तपाईंमाथि केन्द्रित भएको छ । कस्तो प्रतिक्रिया पाइरहनुभएको छ ?

मेरो नाम संसारभरि फैलिरहेको छ । संसारमै ओहो यस्तो मान्छे भन्ने भएको छु । नेपालमा भन्दा पनि विदेशतिर मेरो चर्चा बढी छ । म भन्दा पहिले पनि कीर्तिमान राख्ने धेरै छन्, तर उनीहरूका लागि नेपाल सरकारले केही गर्न नसकेपछि उनीहरूले विदेश जानुपर्‍यो । अब पनि सरकारले आरोहीहरूप्रति बेवास्ता गर्ने हो भने अबको १० वर्षपछि हामी जस्ता पर्वतारोही फेला पार्न गाह्रो हुन्छ ।

तपाईंलाई पनि विदेशबाट प्रस्तावहरू आइरहेका होलान नि ?

धेरै देशबाट प्रस्ताव आएका छन् तर म विदेशी नागरिक हुन चाहन्नँ । त्यस्तो प्रस्ताव राख्नेहरूलाई म घुम्नचाहिँ आउँछु, तर त्यहिँ बस्न भने आउँदिन भनेको छु । किनभने म नेपालको छोरो नेपालमै नाम कमाएपछि किन विदेश जानुपर्‍यो ?

हिमाल चढ्दाका केही स्मरण सुनाइदिनुहोसन् ?

सन् २०१४ मा खुम्बु आइसफल भत्किँदा ५ जनाको मृत्यु भयो, त्यतिबेला मलाई निकै दुःख लागेको थियो । त्यस्तै, सन् २०१२ मा मनास्लु हिमाल चढ्दा १२ जना फेन्चलाई पहिरोले बगाउँदा यो हिमाल चढ्ने काम राम्रो होइन रहेछ भन्ने सोंच मनमा आयो । ती दुई घटनाले यो क्षेत्रमा नलागौं कि भन्ने पनि लागेको थियो, तर, हिमाली संसारको मायाले तानिहाल्यो ।

हिमालले तपाईंलाई नाम, दाम, इनाम सबै कुरा दियो । तपाई चाहिँ हिमाललाई कसरी लिनुहुन्छ ?

प्रत्येक हिमालमा भगवान् का रूपमा एउटी देवी हुन्छिन् । देवीदेवता रिसाए भने नराम्रो हुन्छ । हामीले देवीदेवताको प्रार्थना गर्नुपर्छ । हिमाल चढ्नुभन्दा पहिले त्यहाँका देवीदेवतासँग मैले तपाईंको टाउकोमाथि टेक्नुपर्‍यो भनेर मनैदेखि माफी माग्छु । आरोहणपूर्व म सगरमाथालाई तीन पटक ढोगेर माफी माग्छु । हिमाल छैन भने नेपालै छैन भने पनि हुन्छ ।

पटक-पटक हिमाल चढ्ने आत्मबल कसरी जुटाउनुहुन्छ ?

आँट छैन भने मानिसले कुनै पनि काम गर्न सक्दैन । कामलाई निरन्तरता दिँदै जाँदा धेरै कुरा सिक्दै गइन्छ ।

हिमाल चढ्दा सिकेको सबैभन्दा ठूलो कुरा के हो ?

हिमाल चढ्ने प्राविधिक ज्ञान मसँग छ । जस्तो हिउँमा मान्छे लड्यो भने कसरी तान्ने उसलाई कसरी बचाउने भन्ने कुरा राम्रोसँग सिकेँ ।

पृष्ठ २६ मा

ब्याचलर मम्

■ आमा हुनुको अस्तित्व परिचयलाई म स्वतन्त्रता देख्छु । मेरो शरीर मेरो अधिकार क्षेत्र हो र यो बिलकुल प्राकृतिक छ । यसलाई न कसैले नकार्न सक्छ, न त परिवर्तन गर्न, तर विवाह मानव निर्मित संस्कार हो । यसलाई मान्छेको सामाजिक अभ्यासले एक-अर्काबीचको सम्बन्धसूत्र जोडिदिँदै आएको छ । मान्छेले त्यसलाई चाहे/नचाहेर मान्नुपर्ने बाध्यता हामीकहाँ छ । सरासर हेर्दा यो अभ्यास मानवीय सभ्यताभित्र सामान्य देखिन्छ । तर यसको नियन्त्रण अनुभव गर्न स्त्री भएर बाँच्नुपर्छ ।”

(अनुपम रोशी, ९ जेठ २०७५, कान्तिपुर, बिहे नगरे पनि आमा !)

■ “वैदिक काल, लोककथा र धार्मिक ग्रन्थमा यस्ता कथा पढ्न पाइन्छन् । महाभारतमै यस्ता कैयौं उदाहरण छन् । कुन्तीले पाँच फरक-फरक पुरुषबाट गर्भधारण गरिन् । द्रौपदी पाँच पुरुषकी श्रीमती बनिन् । नेपालकै पीश्चमी हिमाली भेगमा वा तिब्बती समुदायमा पनि बहुपति प्रथा चलनमा थियो भनिन्छ । मूलत: बहुपत्नी प्रथाको वर्चस्व भएको समाजमा “पोलिगामी” सम्बन्धभित्र पनि लैङ्गिक अस्तित्वको वर्चस्व पुरुषकै अधिनमा थियो भन्ने प्रस्ट छ । किनभने ती सबै सम्बन्ध महिला स्वयंको इच्छामा भएका थिएनन् । संस्कार वा परिस्थितिले उनि धेरै पुरुषलाई श्रीमान्का रुपमा स्वीकार्न वाध्य थिइन् ।”

(घिमिरे युवराज, १२ जेठ २०७५, अन्नपूर्ण, योनिमाथि अधिकार)

■ “हाम्रो देशमा विवाहपूर्व सँगै बस्ने जोडीहरूको यकिन तथ्यांक नभए पनि यो प्रचलन सहरी क्षेत्रमा बढ्दो क्रममा छ, जसले एकातिर सांस्कृतिक परम्परालाई चुनौती दिएको छ भने अर्कातर्फ यसरी विवाह नगरी पनि बच्चा जन्माउन थालेकालाई कतिपयले सहज रुपमा लिएको भए पनि यसलाई कानुनत: आदरपूर्वक स्थान दिएको पाइँदैन ।”

(मुना पौडेल, ८ जेठ २०७५, अनलाइन खबर, के कुमारी आमा बेठीक हुन् ?)

भिषा काफ्ले

प्रजनन अधिकार महिलाको मात्र अधिकार हो वा महिला पुरुष दुवैको उत्तिकै अधिकार हुन्छ भन्ने विषयमा देखिएका तरंग त्यसका केही उदाहरण हुन् । प्रजनन् स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी विधेयकको मस्यौदा तयार भएसंगै यो छलफल सुरु भएको हो । अहिलेको छलफल संसदबाट स्वीकृत लिई मस्यौदाको रुपमा छलफलको लागि तयार भएको उक्त बिधयेकमा रहेको समग्र व्यवस्थाभन्दा पनि विवाहअघि बच्चा जन्माउन सक्ने अधिकारको विषयमा बढी केन्द्रित छ । हाम्रो जस्तो परम्परागत सोचाइमा अल्झिएको समाजमा यो विषय चुनौतीपूर्ण हुन्छ वा सहज स्वीकार्य हुन्छ यो अर्को बहसको विषय बन्ने विज्ञहरू बताउँछन् ।

हाम्रो संविधानको धारा ३८ ले प्रजनन स्वास्थ्यको अधिकारलाई स्वीकार गरिसकेको छ । अब यसलाई व्यवस्थित गर्न कानुन आवश्यक छ र त्यही कानुन बनाउने चरणमा रहेको मस्यौदाले समाजमा बहस सिर्जना गरेको हो ।

प्रजनन स्वास्थ्य भन्नासाथ महिला-पुरुष दुवै जोडिए पनि जोखिमका हिसाबले महिला बढी संवेदनशील हुनु नौलो कुरा होइन । त्यही जोखिम न्यूनीकरण गर्न निर्माणाधीन मस्यौदा महिलालाई अधिकार सम्पन्न गराउनेतर्फ प्रेरित भएको सुरुवाती मस्यौदा समितिका संयोजक डा. नरेशप्रताप केसी बताउँछन् । सरसर्ती हेर्दा उक्त मस्यौदामा उल्लेख गरिएको जन्म प्रमाणपत्रको व्यवस्थालाई लिएर बढी बहस भैरहेको छ । सो व्यवस्थामा बाबुको पहिचान हुन नसकेको वा नाम उल्लेख गर्न नचाहेको हकमा समेत बच्चा जन्मिएको प्रमाणपत्र दिन बाधा पर्ने छैन भनी उल्लेख गरिएको छ । यसले हालसम्म सन्तानको आधिकारिक परिचयका लागि आधिकारिक बुबा नै हुनुपर्छ भन्ने मान्यतालाई तोडिदिएको छ । यदि आमाले कुनै पनि शिशुको बाबु उल्लेख गर्न नचाहेको अवस्थामा त्यो अधिकार पाउने अवस्था यो मस्यौदा कानुनमा परिणत भएपछि हुनेछ । यसअघि नै नेपालको कानुनले आमाको नामबाट नागरिकता प्रदान गर्न सकिने व्यवस्था गरीसकेको छ । अब यो ऐन आएसँगै शिशुको वंशपरिचय सीधै आमाको हातमा जान्छ । यदि आमाले शिशु जन्मदा नै बाबुको परिचय नराख्न चाहे त्यस्तो छुट यो कानुनले दिन्छ । मस्यौदाको यो दफाले महिलालाई अधिकार मात्र दिएको छैन । यदि यो कानुनको बर्खिलाफ गरे त्यस्तो बर्खिलाफ गर्ने व्यक्ति तथा संस्थालाई कसुर हेरी ५० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना गर्न सकिने व्यवस्था पनि गरेको छ ।

यही बुँदामाथि टेकेर अहिले किशोरी आमा अर्थात् ‘ब्याचलर मम्’को चर्चाले बजार तताएको छ । यो दफालाई अझ मजबुत बनाउन सोही विधेयकको अर्को दफाले थप मलजल मात्र गरेको छैन, अब प्रजननको सम्पूर्ण अधिकार महिलाको इच्छाअनुसार मात्र सम्भव छ भन्ने कुरा कानुनत: स्थापित हुने तरखरमा छ । विधेयकको प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारभित्र रहेका विषयवस्तुले प्रजनन स्वास्थ्यलाई महिलाको अधिकारका रूपमा स्थापीत गराउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ भन्ने प्रमाणीत गर्छ । ‘प्रत्येक महिलालाई गर्भवती हुने कि नहुने तथा गर्भ रहे सन्तान जन्माउने कि नजन्माउने, गर्भान्तर र सन्तानको संख्याको सम्बन्धमा निर्णय गर्ने अधिकार हुनेछ,’ मस्यौदामा उल्लेख छ ।

स्वास्थ्य मन्त्रालयले तयार पारेको प्रारम्भीक मस्यौदा अहिले कानुन आयोगमा पुगेको छ । मन्त्रालयले तयार पारेकै मस्यौदा संसद्बाट पास भएर कानुनका रूपमा आए सदियौंदेखि पितृसतात्मक समाजको पुरुष वंशीय प्रभुत्व छोराछोरीमा रहने परम्परा पनि तोडिनेछ । पुरुषवंशीय प्रभुत्व तोडिएसँगै बच्चा जन्माउने वा नजन्माउने, जन्माउने भए कहिले जन्माउने भन्ने कुरा महिलाको इच्छामा निर्भर गर्नेछ । मस्यौदाको प्रजनन स्वास्थ्य सेवासम्बन्धी अधिकारले वैवाहिक अवस्थाले प्रजनन स्वास्थ्य सेवामा भेदभाव, पूर्वाग्रह तथा लाञ्छना लगाउन नपाउने व्यवस्था गरेसंगै महिलालाई सर्वाधिकार प्रदान गरेको छ ।

बच्चा कुन उमेरमा जन्माउने ? विवाह गरेर मात्र जन्माउने कि नगरी नजन्माउने भन्ने विषयमा बहस गर्नु उपयुक्त हुँदैन । किनभने प्रकृतिले नै बच्चा जन्माउने पूर्ण अधिकार महिलालाई दिएको छ । त्यति हुँदाहुँदै पनि पछिल्लो समय यो विषय जबर्जस्ती बहसमा आएको छ । नेपालजस्तो पितृ सत्तात्मक देशमा प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारसम्बन्धी बन्न लागेको कानुनको मस्यौदामा रहेका केही दफाले महिलालाई बच्चा जन्माउने-नजन्माउने पूर्ण अधिकार प्रदान गरेसँगै यस्तो बहस सिर्जना भएको हो ।

प्रकृतिले नै महिलालाई बच्चा पाउने-नपाउने पूर्ण अधिकार दिइसकेपछि कानुनमा लेखेर यसले वच्चा जन्माउने उसले नजन्माउने भन्ने कुरा सुनिश्चित हुँदैन भन्ने कुरा जान्दा जान्दै पनि कानुन नै बनाउनुपर्ने अवस्था किन आयो त ? ‘संविधानले नै मौलिक अधिकारका रूपमा स्वीकारिसकेको हुँदा त्यसलाई कार्यान्वयन गर्न सहज होस भनेर ऐन ल्याउन लागिएको हो ।’ परिवार स्वास्थ्य महाशाखाका पूर्व निर्देशक समेत रहेका मस्यौदा समितिका संयोजक डा. केसी भन्छन् ‘महिलाको स्वास्थ्यको विषयलाई अधिकारका रूपमा स्थापित गर्न यो विधेयक तयार गरिएको हो ।’ विधेयकले महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य, सुरक्षित मातृत्व तथा नवजात शिशु सेवा, सुरक्षित गर्भपतन सेवा, परिवार नियोजनसम्बन्धी सेवा र प्रजनन स्वास्थ्य रुग्णतासम्बन्धी सेवालाई कानुनी मान्यता दिएर महिला स्वास्थ्यलाई अधिकारका रूपमा स्थापित गर्न खोजेको डा. केसीको दाबी छ । ‘महिला प्रजनन अधिकारका धेरै विषयलाई यसले समेटेको छ ।’ डा केसी भन्छन् ‘यति हुँदाँहुदै पनि निसन्तान दम्पतीको विषयलाई भने मस्यौदाले समेट्न सकेको छैन, अझै छलफलकै क्रममा छ त्यसलाई पनि समेटन सके अझ राम्रो हुन्छ ।’

नेपालमा प्रजनन अधिकारसम्बन्धी व्यवस्था यसअघि पनि नभएको होइन । सुरक्षित गर्भपतनसम्बन्धी व्यवस्था अघिदेखि नै प्रचलनमा छ । सरकारले ६ वर्षअघि नै सुरक्षित मातृत्वसम्बन्धी कानुन ल्याउन लागे पनि बीचमा रोकिएको थियो । अहिले संसद्बाट स्वीकृति लिएर विभिन्न निकायहरूमा छलफलको क्रममा रहेको प्रजनन स्वास्थ्य विधेयक त्यही सुरक्षित मातृत्व मस्यौदाको विकसित रूप रहेको डा. केसी बताउँछन् । ‘यो ६ वर्षअघि तयार भएको सुरक्षित मातृत्व विधेयकको विकसित रूप हो ।’ डा. केसी भन्छन्, ‘पछिल्लो समय प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी सबै कुरा

तस्बिर : एम्नेस्टि इन्टरनेसनल नेपाल

तस्बिर : एजेन्सी

कसरी तयार भयो मस्यौदा ?

६ वर्षअघि स्वास्थ्य मन्त्रालयले सुरक्षित मातृत्वसम्बन्धी कानुन तयार गर्न मस्यौदा समिति निर्माण गरेको थियो, तर त्यो मस्यौदा तयारीका लागि दुई-चार पटक छलफलपछि सामान्य मस्यौदा तयार भयो । पटक-पटकको सरकार परिवर्तनसँगै मन्त्री परिवर्तनपछि उक्त मस्यौदा त्यत्तिकै थन्किएर बसेको थियो । दुई वर्षअघि गगन थापा स्वास्थ्य मन्त्री भएका बखत पूर्व सभासद आरजु देउवाले उक्त मस्यौदालाई अघि बढाउन प्रस्ताव गरिन् । मन्त्री थापाले देउवाको प्रस्ताव स्वीकार गर्दै मस्यौदा अध्ययन गरे । अध्ययन सकिँदा-नसकिँदै पुन देउवाले नै सुरक्षित मातृत्व मात्र नभएर समग्र प्रजनन स्वास्थ्य विधेयक तयार गर्न लबिङ गरेपछि यसअघि बनेका सुरक्षित मातृत्वसम्बन्धी निर्देशिका, नवजात शिशुसम्बन्धी निर्देशिका गर्भपतनसम्बन्धी व्यवस्था र परिवार नियोजनका साधनसम्बन्धी निर्देशिका एवं प्रजनन स्वास्थ्य रुग्णतासम्बन्धी निर्देशिकासँग प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारलाई जोडेर एकत्रित विधेयक तयार गरिएको हो । 'छुट्टा-छुट्टै कानुन बनाउँदा एक-अर्कासँग बाझिने हुँदा सबैलाई समेटेर एउटा छाता ऐन बनाउने प्रक्रिया अघि बढाइएको हो,' महाशाखा प्रमुख डा. पोखेलको दाबी छ ।

> यो विधेयक ऐनमा परिणत भए महिलालाई गर्भनिरोधक साधन प्रयोगको अधिकार पनि सुनिश्चित हुनेछ । विधेयकको बलपूर्वक परिवार नियोजन गराउन नहुने सम्बन्धी व्यवस्थाले करकाप, धम्की, ललाइफकाइ वा प्रलोभनमा पारी गर्भनिरोधक साधन लिन बाध्य पार्न नपाउने उल्लेख छ भने लिखित मन्जुरीबिना वा करकाप, ललाइ फकाइ वा प्रलोभनमा पारेर बन्ध्याकरण गर्न बाध्य तुल्याउन पनि नसक्ने कुरा उल्लेख छ । यसको उल्लंघन गरे १ लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना तथा एक वर्ष कैद हुन सक्छ ।

समेटेर एउटै छाता ऐन बनाउने गरी विधयेकको मस्यौदा तयार पारिएको हो ।'

सुरक्षित गर्भपतन ऐनले १२ हप्ता सम्मको गर्भपतन गर्न पाउने अधिकार दिएको छ, तर कानुन त महिला-पुरुष दुवैको इच्छा वा अभिभावकत्वमा मात्र सम्भव थियो । अहिले छलफलमा रहेको विधेयकको सुरक्षित गर्भपतन गर्न गराउन सक्ने अधिकारले भने प्रत्येक महिलालाई सुरक्षित गर्भपतन सेवा अधिकार दिएको छ । उक्त व्यवस्थाअनुसार अव महिलाले चाहेमा १२ हप्तासम्मको गर्भलाई जुनसुकै अवस्थामा गर्भपतन गर्न पाउने छिन् ।

यो विधेयक ऐनमा परिणत भए महिलालाई गर्भनिरोधक साधन प्रयोगको अधिकार पनि सुनिश्चित हुनेछ । विधेयकको बलपूर्वक परिवार नियोजन गराउन नहुने सम्बन्धी व्यवस्थाले करकाप, धम्की, ललाइफकाइ वा प्रलोभनमा पारी गर्भनिरोधक साधन लिन बाध्य पार्न नपाउने उल्लेख छ भने लिखित मन्जुरीबिना वा करकाप, ललाइ फकाइ वा प्रलोभनमा पारेर बन्ध्याकरण गर्न बाध्य तुल्याउन पनि नसक्ने कुरा उल्लेख छ । यसको उल्लंघन गरे १ लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना तथा एक वर्ष कैद हुन सक्छ ।

यो प्रारम्भिक मस्यौदा समितिका सदस्य समेत रहेका अभिवक्ता राजु कटुवाल भन्छन्– 'अहिलेसम्म सुरक्षित गर्भपतनसम्बन्धी व्यवस्था र सुरक्षित मातृत्व निर्देशिकाले मात्र प्रजनन स्वास्थ्यका सम्बन्धमा बोलेको थियो । यी विषयलगायत प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी अन्य विषयलाई पनि समेटेर महिला स्वास्थ्यलाई अधिकारसँग जोड्न यो विधेयकको मस्यौदा तयार गरिएको हो ।'

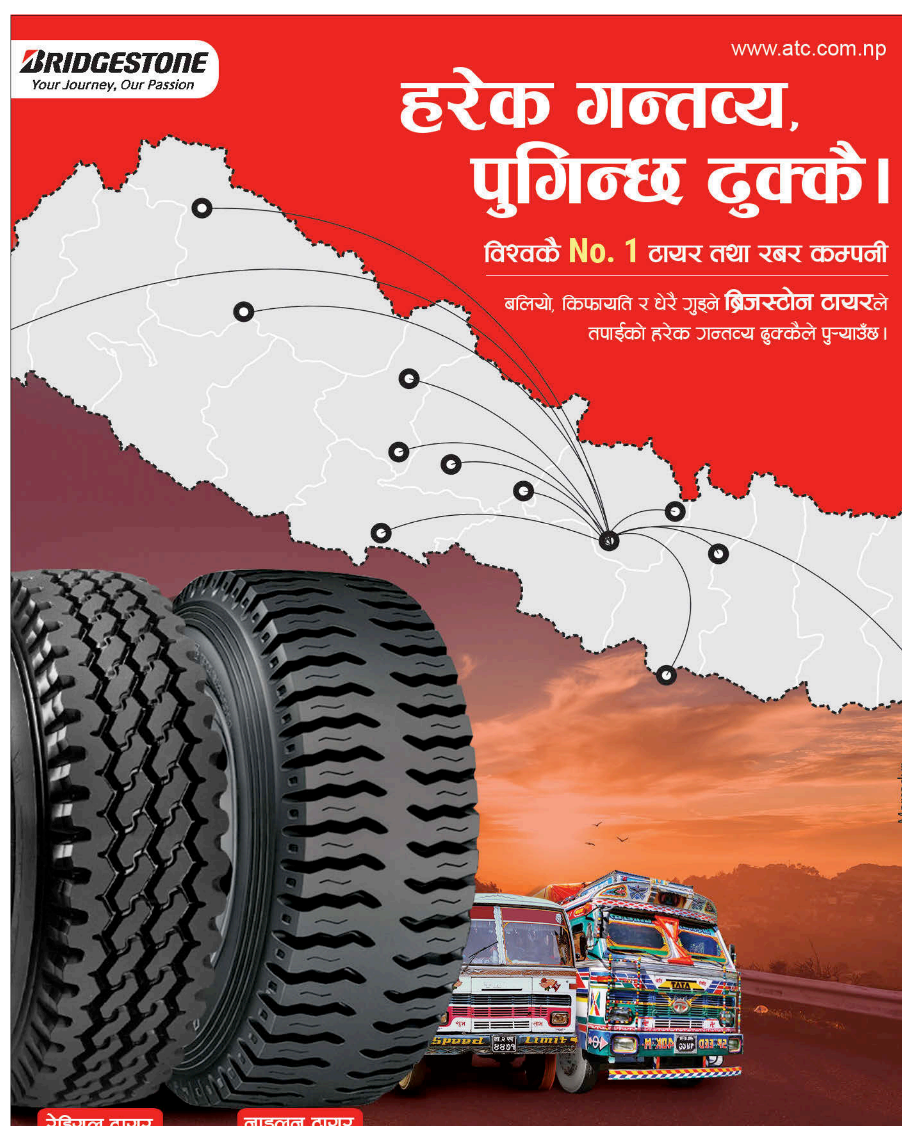
मातृशिशु कार्यक्रम अझ प्रभावकारी हुन्छ

यो विधेयक कानुनका रूपमा आएपछि मातृ शिशु स्वास्थ्य सेवालाई पनि गुणस्तरीय बनाउन सुनिश्चित गर्ने स्वास्थ्य मन्त्रालय परिवार स्वास्थ्य महाशाखाका निर्देशक डा. तारानाथ पोखेल बताउँछन् । 'गर्भवती हुँदा जाँच गराउने, गर्भमा रहेको बच्चाको स्वास्थ्य अवस्था बुझ्ने अधिकारदेखि परिवार नियोजनका साधनहरूको प्रयोगसम्बन्धी अधिकार महिलामा हुन्छ ।' डा. पोखरेल भन्छन्, 'यसले सेवा प्रदायकहरूलाई जिम्मेवार मात्र बनाउँदैन, नियमित गर्भ जाँच, परिवारनियोजन साधनको प्रयोग र अनिच्छित गर्भपतनजस्ता सेवाले आमा र शिशुको सुरक्षाको दायित्वमा राज्यलाई उत्तरदायी बनाउँछ ।' मस्यौदाले प्रजनन सेवा लिँदाका बखत आउन सक्ने जोखिम व्यवस्थापनका लागि पनि कानुनी रूपमै राज्यलाई उत्तरदायी बनाएको छ । प्रजननसम्बन्धी कानुन नहुँदा महिलाहरू कतिपय रोग लुकाएर बस्न बाध्य थिए । विशेष गरी प्रजनन रुग्णतासम्बन्धी रोगहरू पाठेघरको मुखको क्यान्सर, पाठेघर खस्ने समस्या, फिस्टुला तथा पाठेघरको संक्रमणसम्बन्धी रोगहरू महिलाका लागि चुनौतीका रूपमा लिइन्छ । हाल नेपालमा क्यान्सरबाट मृत्यु हुनेमध्ये २५ प्रतिशत महिलाको पाठेघरको क्यान्सरका कारण मृत्यु हुने गरेको छ । त्यसैगरी ग्रामीण भेगमा पाठेघर झर्ने समस्या देखिएको छ भने उमेर नपुगी बच्चा जन्माउँदा किशोरी अवस्थामै महिलामा फिस्टुला (पिसाब चुहिने) समस्या देखा पर्ने गरेको छ । गर्भअवस्थामा राम्रो जाँच नहुँदा वा बच्चा जन्माउँदा र गर्भपतन गराउँदा सुरक्षित सेवा प्रदान नहुँदा पाठेघरको संक्रमण हुने गरेको डा. पोखेल बताउँछन् । अब बन्ने कानुनले यी सबै रोगको सहज उपचारका लागि राज्यलाई उत्तरदायी बनाउने डा. पोखरेलको दाबी छ ।

तस्बिर : एमनेस्टि इन्टरनेशनल नेपाल

Study In CANADA
» Affordable Tuition Fee » Credit Transfer
» Scholarship Available Up to 50%
Spouse together can apply
PROGRAM : English/Diploma/Under Graduate/Graduate
World Wide Edu. Inf. Center
Opp. Tri Chandra College, Ghantaghar Mode, Kamaladi, KTM.
Tel: 4-243556, 4-223168, E-mail:worldedu@ntc.net.np

प्राईभेट/रेगुलर-SEE (SLC)
कक्षा 8 वा 9 पास, कक्षा 9 वा Test/SEE (SLC) फेल,
पढाई छोडेका, जागिर गर्दै गरेका र गृहिणीहरुका लागि
एकै बर्षमा SEE (SLC) पास गर्ने सुवर्ण अवसर
सम्झना एकेडेमी
अद्वैतमार्ग, पुरानो बसपार्क बाट शंकरदेव क्याम्पस जाने बाटो
01-4246397, 9841297927, 9808918641



नेपालमा सर्वाधिक पातलो टिभी

संसारकै सबैभन्दा पातलो टिभी 'वालपेपर टिभी' नेपाली बजारमा भित्रिएको छ। उक्त टिभीलाई केएल दुगड समूह अन्तर्गत स्मार्ट अप्लाईन्सेस कम्पनीले नेपाली बजारमा उपलब्ध गराएको हो।

स्काईवर्थ ब्रान्डको उक्त टिभीको मोटाइ जम्मा ३ दशमलव ६ एमएम छ जुन संसारकै सबैभन्दा स्लिम टिभी भएको कम्पनीको दाबी छ। यो टिभी स्मार्ट फोनभन्दा पनि पातलो छ। यो टिभीमा भ्वाइस कमान्डबाटै आफ्नो इच्छा अनुसारको कार्यक्रम हेर्न सकिन्छ। त्यसैगरी गुगल प्लेस्टोरमा गएर आफ्नो चाहना अनुसारको एप्लिकेसन डाउनलोड गर्न सकिने स्मार्ट प्रविधि पनि उक्त टेलिभिजन सेटमा छ। यसमा जेबीएल साउन्ड सिस्टम जडान गरिएको छ जसकारण उच्च दर्जाको साउन्ड अनुभव गर्न सकिन्छ।

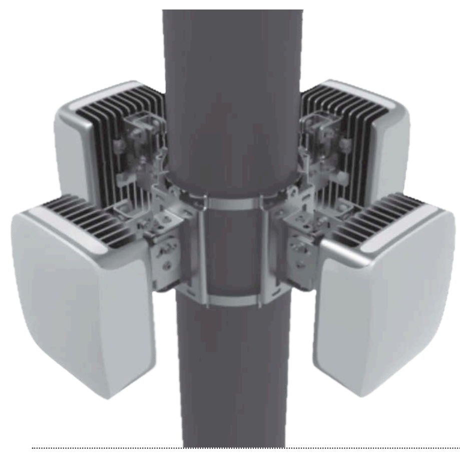
ओएलईडी प्रविधिको यो टेलिभिजनको डिस्प्ले उज्यालो, किफायती र पातलो त छ नै, यसमा अन्य विभिन्न नयाँ फिचरहरूसमेत समावेश गरिएको छ। नेपाली बजारमा यो टेलिभिजन सेटको मूल्य २० लाख रुपैयाँभन्दा बढी पर्छ।

दृष्टिविहीनका लागि स्मार्ट स्टिक

दृष्टिविहीनहरूको सहजताका लागि विवाक नामक स्मार्ट स्टिकको विकास गरिएको छ। टर्कीको योङ गुरु एकेडेमीले इलेक्ट्रोनिक्स कम्पनी भेस्टेलसँग मिलेर तयार गरेको उक्त स्मार्ट स्टिक दृष्टिविहीनहरूका लागि वरदान साबित हुने अनुमान गरिएको छ।

उक्त विवाक स्मार्ट स्टिकमा कस्टमाइजेसन अल्ट्रासोनिक सेन्सर छ, जसले कुनै चिज वा वस्तु नजिक आए पत्ता लगाउँछ र ह्यान्डलमा उपलब्ध ड्युअल भाइब्रेटरमा भाइब्रेसन हुन्छ। यसबाट दृष्टिविहीन व्यक्तिले अगाडि कुनै रोकावट भएको थाहा पाउँछ। उक्त स्टिक चलाउन एप्ससमेत निर्माण गरिएको छ। यसको सहयोगले आफू जानुपर्ने लोकेसन फिट गरेर बाटो पार गर्न सकिन्छ। यसलाई चलाउन ब्याट्री प्रयोग गर्नुपर्छ।

उक्त स्टिक हाल टर्कीको स्थानीय बजारमा मात्र उपलब्ध छ। विवाक स्टिक आगामी डिसेम्बरसम्म सबै स्थानमा बिक्रीका लागि उपलब्ध हुने र यसको मूल्य ४ सय ९९ डलर रहने बताइएको छ।

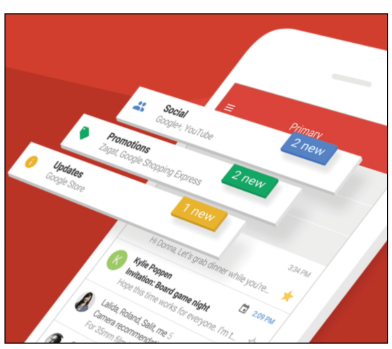


फेसबुकले ल्याउँदै छ सुपरफास्ट वाइफाई

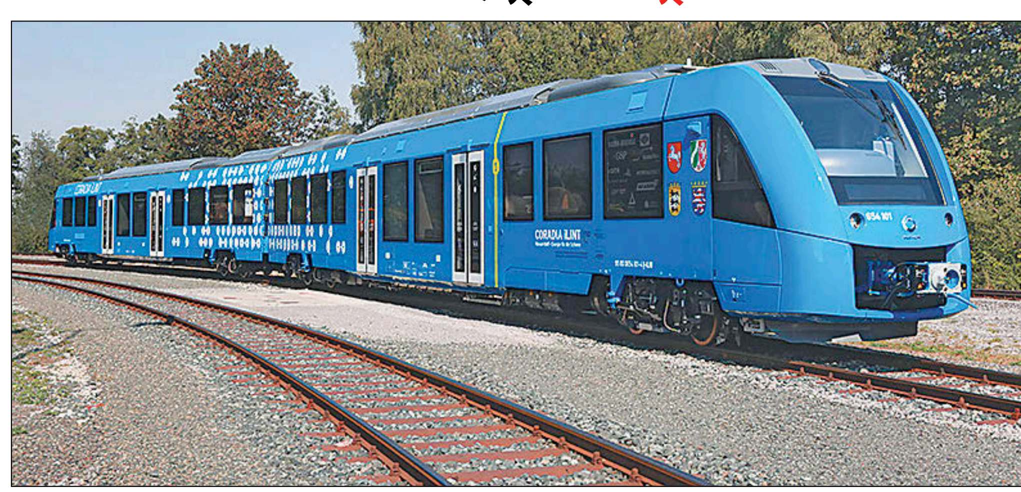
फेसबुकले सहरी क्षेत्रमा तीव्र गतिको इन्टरनेट अर्थात सुपरफास्ट इन्टरनेट उपलब्ध गराउने तयारी थालेको छ। फेसबुकले ६० गिगाहर्जमा काम गर्ने टेराग्राफ सिष्टम निर्माण गरेको छ। उक्त सिस्टमले सहरी क्षेत्रमा तीव्र गतिमा वाइफाईको सहयोगले इन्टरनेट उपलब्ध गराउने छ। टेराग्राफ सिस्टम प्रयोग गरी ३ सय देखि ५ सय मिटरको दूरीसम्म वाइफाई उपयोग गर्न सकिन्छ। फेसबुक र क्वालकोमद्वारा तयार पारिएको उक्त प्रविधिबाट २० देखि ४० गिगाबाइट प्रतिसेकेन्डको दरमा डाटा उपलब्ध हुन्छ। यद्यपि प्रयोगकर्ता धेरै भए यसको स्पिड भने घट्न सक्छ।

जिमेलमा नयाँ फिचर

गुगलले जिमेलमा पनि स्मार्ट कम्पोज नामक नयाँ फिचर ल्याउने घोषणा गरेको छ। यसका कारण इमेल कम्पोज गर्दा विभिन्न वाक्य वा शब्दहरू सुझावका रूपमा आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स तथा मेसिन लर्निङमार्फत प्राप्त हुनेछन्। इमेलका लागि आवश्यक शब्द टाइप गर्दा नै सुझावका रूपमा ती वाक्य वा शब्द आउनेछन्। आगामी केही साता भित्रै यो सुविधा उपलब्ध गराउने योजना गुगलको छ।



अब हाइड्रोजन ट्रेन



फ्रान्सको बहुराष्ट्रिय कम्पनी आल्स्ट्रोनले हाइड्रोजनबाट चल्ने रेलको विकास गरेको छ। उक्त रेल बिना आवाज चल्छ। कोराडिया आइलिन्ट नामक उक्त हाइड्रोजन ट्रेनलाई रेल नेटवर्कमा एउटा क्रान्ति नै मानिएको छ। कम्पनीले यसको पहिलो मोडल परीक्षण गर्नुका साथै तस्बिरसमेत सार्वजनिक गरेको छ।

रेलको इन्धन ट्यांकीलाई १५ मिनेटमै भर्न सकिन्छ र एकपटक इन्धन भरेपछि १ हजार किलोमिटर यात्रा गर्न सकिन्छ। हाल यसको परीक्षण चलिरहेको छ। पूर्ण रूपमा सञ्चालनमा आए यो रेल १ सय ६० किलोमिटर प्रतिघण्टाको गतिले कुद्न सक्छ।

मंगल ग्रहमा खाल्डो खनियो

मंगल ग्रहमा अध्ययनरत यान क्युरियोसिटीले पहिलो पटक २ इन्च गहिरो खाल्डो खनेको छ। सन् २०१६ पश्चात काममा नआएको क्युरियोसिटीले हालसालै आफ्नो पहिलो काम गरेको हो। अब यसले पठाएको स्याम्पलका आधारमा वैज्ञानिकहरूले मंगल ग्रहका बारेमा आवश्यक अध्ययन गर्नेछन्।

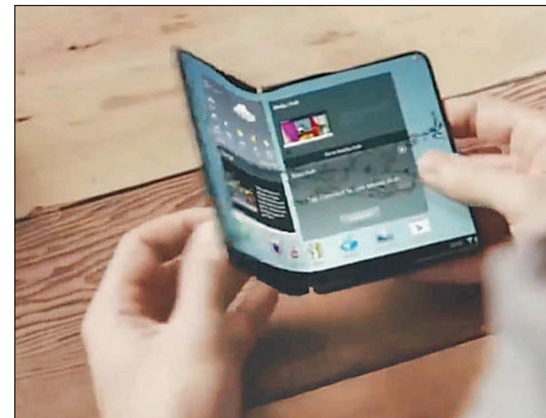
उक्त यान सन् २०११ को नोभेम्बर २६ मा अमेरिकाको केप क्यानभेरलबाट प्रक्षेपण गरिएको थियो। सन् २०१२ को अगस्ट ६ मा क्युरियोसिटी यान मंगल ग्रहको सतहमा उत्रिएको थियो। मंगल ग्रहमा २ वर्ष सम्मको अध्ययनका लागि उक्त यान पठाइएको भए पनि हालसम्म त्यसले २ हजारभन्दा बढी दिन काम गरिसकेको छ।

मोड्युलर फोन वा ल्यापटप

हिजोआज सबै कम्पनीले नयाँ-नयाँ उत्पादन बजारमा ल्याइरहेका हुन्छन्। हामी आफैंले पनि घरमा फोन, ल्यापटप, ट्याब्लेट आदि प्रयोग गर्छौं। यद्यपि यी सबै डिभाइसलाई एक भन्दा बढी प्रयोजनका लागि प्रयोगमा ल्याउन सकिँदैन। त्यसैले हाल यस्ता प्रविधिलाई अपग्रेड गरी धेरै काम गर्ने मोड्युलर डिजाइनको विकास गर्ने काम भैरहेको छ। भविष्यमा प्रोजेक्ट एरा, पजल फोन तथा फोनक्राफ्टजस्ता मोड्युलर फोन बजारमा आउनेछन्।

फ्लेक्जिबल र ट्रान्सपरेन्ट डिस्प्ले

सामसुङ तथा एलजीजस्ता कम्पनीले फ्लेक्जिबल एवं ट्रान्सपरेन्ट डिस्प्ले को प्रोटोटाइप विकास गरिसकेका छन्। विभिन्न कम्पनी यस्ता डिस्प्लेको निर्माणमा लागेका छन्। स्मार्टवाचको स्क्रिन ठूलो हुनेछ। ठूलो स्क्रिन भएको ट्याब्लेटलाई फोल्ड गरेर खल्तीमा राख्न सकिनेछ। यो भित्तामा कर्भ्ड डिस्प्ले भएको डिभाइस हुनेछ। त्यसैगरी यस्ता डिभाइसका डिस्प्ले ट्रान्सपरेन्ट समेत हुनेछन्।



केवल एक प्रश्न

शरीरको कुन भागमा धेरै पसिना आउँछ ?

गर्मीयाममा मेरो निधारमा अत्यधिक पसिना आउँछ, जसले गर्दा धेरै पटक पानीले अनुहार पखाल्छु ।
ऋचा शर्मा, अभिनेत्री

मेरो नाक र निधारमा धेरै पसिना आउँछ, पसिना धेरै आएर रुमालले पुछिरहनु पर्दा कहिले त दिक्कै लाग्छ ।
अञ्जली अधिकारी, मोडल

काखीमुनि र पछाडि ढाडमा धेरै पसिना आउँछ, जसले गर्दा काखी गन्हाउने समस्या सिर्जना हुन्छ भनेर फिटकिरीले काखी सफा गर्छु ।
इन्दु भण्डारी, मोडल

मेरो चिउँडोमा धेरै पसिना आउँछ ।
वर्षा शिवाकोटी, अभिनेत्री

धेरै गर्मी भयो भने निधार र कानको छेउबाट तपतप पसिना चुहिन्छ, जसले गर्दा रेगुलर नुहाउँछु ।
विराज भट्ट, अभिनेता

मेरो छातीमा अत्यधिक पसिना आउँछ ।
आनन्द राई, संगीतकार

निधार, पेट र खुट्टामा अत्यधिक पसिना आउँछ ।
जितु नेपाल, अभिनेता

नाकमा धेरै पसिना आउँछ ।
केकी अधिकारी, अभिनेत्री

मेरो शरीरमा खासै पसिना आउँदैन, तर सुटिङको समयमा ओठभन्दा माथिल्लो भागमा पसिना आएर तनाव हुन्छ ।
वर्षा राउत, अभिनेत्री

मेरो छाती र ढाडमा धेरै पसिनामा आउँछ ।
निखिल उप्रेति, अभिनेता

मेरो काखीमा धेरै पसिना आउँछ । काखीमुनि पसिना आउने कतिपय साथीको काखी धेरै गन्हाउँछ, तर मेरो चाहिँ जति पसिना आए पनि काखी गन्हाउँदैन ।
दीपेन्द्र के खनाल, निर्देशक

टाउको र ढाडमा धेरै पसिना आउँछ, त्यसैले धेरैजसो पंखाअगाडि बस्छु ।
उमेश खड्का, कलाकार

निधार र नाकमा धेरै पसिना आउँछ ।
एलिना खड्का, मोडल

म ढाड र काखीमा पसिना आएर हैरान हुन्छु ।
कुमार कट्टेल, हास्यकलाकार

पसिना त शरीरको सबै भागमा आउँछ, तर निधारमा आएको पसिनाले चाहिँ हैरानै बनाउँछ ।
टंक बुढाथोकी, गायक तथा संगीतकार

काखी मुनी र नाकमा धेरै पसिना आउँछ ।
दीपकराज गिरी, अभिनेता

गर्मीयाममा काखीमुनी र छातीमा अत्यधिक पसिना आएर हैरान बनाउँछ ।
हेमन्त शर्मा, गायक

मेरो निधार र नाकमा पसिना आएर दिक्कै लगाउँछ ।
मेलिना राई, गायिका

गर्मी याममा गर्धनमा धेरै पसिना आउँछ ।
नवीन के भट्टराई, गायक

काखी र निधारमा एकदमै धेरै पसिना आउँछ ।
आशिफ शाह, निर्देशक

गर्धन र ढाडबाट अत्यधिक पसिना आउँछ यदि समयमै नुहाउन पाइएन भने शरीर गन्हाएर दिक्क लाग्छ ।
शिवहरि पौडेल, हास्यकलाकार

गर्मी धेरै भयो भने मेरो नाकबाट पसिना चुहिन थाल्छ ।
एलिसा राई, मोडल

विशेष गरी पैतालामा धेरै पसिना आएर मोजा गन्हाउने समस्याले जहाँ जाँदा पनि झोलामा अर्को जोर मोझा बोकेर हिड्छु ।
धिताल चिरिच्याँट्ट, हास्यकलाकार

टाउको र ढाडमा धेरै पसिना आउँछ, अनि शरीर चिलाउन थाल्छ । त्यसैले पसिना आउने बित्तिकै नुहाइहाल्छु ।
सबिन श्रेष्ठ, अभिनेता

मेरो शरीरमा खासै पसिना आउँदैन तर कहिलेकाहीं नाकमा आउँछ ।
रक्षा श्रेष्ठ, हास्यकलाकार

मेरो नाकको टुप्पोमा अत्यधिक पसिना आउँछ ।
अर्जुन घिमिरे, हास्यकलाकार

शरीरमा पसिना आउनु त धेरै राम्रो हो, तर सुटिङको समयमा अनुहारमा पसिना आएर हैरान बनाउँछ ।
सौगात मल्ल, अभिनेता

प्रस्तुति : महेश तिमल्सिना

टर्निङ प्वाइन्ट

गाउँलेको प्रशंसाले गीत-संगीतमा प्रवेश

म पर्वतमा जन्मी हुर्किएको हुनाले सानैदेखि लोक गीत-संगीत धेरै सुन्थें, गाईबाखा चराउन जाँदा पनि गुनगुनाउथें । विद्यालयमा शिक्षक, साथीहरूले म राम्रो गीत गाउँछु भन्ने थाहा पाएपछि गीत गाउन लगाउँथे । गाउँमा हुने रोधी, मेलापातमा पनि गाउँथें । एसएलसी दिएर बाग्लुङको महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस अध्ययन गर्न थालें । त्यही क्रममा ०६१ मा आफ्नै स्वरमा गीत रेकर्ड गराउने उद्देश्यले म काठमाडौं आएं ।

पहिलो एल्बम

काडमाडौं आएपछि साथी रुद्र रिजालसँग मिलेर गीत सिर्जनातर्फ लागें । सुरुसुरुमा त धेरै संघर्ष गरें । यसबीचमा ०६१ मा कुरा काटेको शीर्षकको एल्बम निकालें, जसमा तीनवटा गीत समावेश थिए । उक्त एल्बम ८ हजारको हाराहारीमा बिक्री भयो । एल्बमले आर्थिक रूपमा राम्रो नगरे पनि स्टुडियोमा गएर कसरी गीत गाउने भन्ने कुराचाहिँ राम्रोसँग सिकें । अर्को कुरा त्यतिबेला आफ्नै नाममा गीतिएल्बम निस्कनु र कभरमा फोटो आउनु नै खुसीको कुरा थियो ।

गीतले सर्वत्र चिनायो

त्यसपछि म त्यो बेला चर्चामा रहेको धौलागिरि क्यासेट सेन्टर पुगे । त्यहाँबाट ०६२ मा मै बसौंला पीपलु र वर शीर्षकको एल्बम निकालें । यही क्रममा मैले धौलागिरि क्यासेट सेन्टरमा मिडिया म्यानेजरको जागिर पनि पाएँ । त्यहाँ २ वर्ष जति काम गर्दा मैले धेरै कलाकार तथा मिडियाका साथीहरूसँग चिनजान गर्ने मौका पाएँ । जहाँबाट मैले सिरी-सिरी हावा बहुञ्जेल, कता गयौ गीत गाउने गाइने दाइ, बाँसुरीको धुन, बास्ना फूलैको आदि गीत रेकर्ड गराएँ । यहिक्रममा ०६६/०६७ मा मेरो 'फूल राम्रो गुलाफको काँडा भए नि' गीत बजारमा आयो । त्यो गीत सर्वाधिक हिट सावित भयो, जहाँबाट दर्शक श्रोताहरूले मलाई गायकका रूपमा चिन्न थाल्नुभयो । त्यसपछि मैले पछाडि फर्केर हेर्नुपरेको छैन ।

● याम क्षेत्री, लोकगायक

संगीत

दोहोरी ब्याटलदेखि बोल मायासम्म

कृष्ण भट्टराई

यतिबेला सांगीतिक क्षेत्रमा एउटा अनुहार चर्चामा छ । सांगीतिक यात्रा प्रारम्भ गरेको झन्डै चार वर्षपछि मात्र यी स्रष्टा दर्शक तथा श्रोताको मनमा बस्न सफल भएका हुन् । उनका गीतहरू सबैको जिब्रोमा झुन्डिन थालेका छन् । आजको स्थानसम्म आइपुग्न काठमाडौंका दोहोरी साँझमा वर्षौं मेहनत गरेका ती कलाकार हुन्- प्रकाश सपूत । लोक, दोहोरी हुँदै सुगम संगीतमा समेत आफ्नो पहिचान बनाउने क्रममा रहेका सपूत गायक तथा संगीतकारका रूपमा मात्र सीमित छैनन्, उनी नेपाली लोकदोहोरी गीतका लोकप्रिय मोडल पनि हुन् भने उनले निर्देशकका रूपमा समेत आफूलाई स्थापित गराइसकेका छन् ।

अघिल्लो वर्षको दसैंमै 'चरर बरर धरर...' शीर्षकको लोक गीत तयार पारेर दर्शक तथा श्रोताको मन जितिसकेका सपूतलाई चर्चा र ट्रेन्डिङमा ल्याउने काम भने दुईवटा गीत गरे । केही महिनाअघि सपूतले गायिका प्रिती आलेसँग गाएको 'दोहोरी ब्याटल...' युट्युब ट्रेन्डिङको टप फाइवमा परे लगत्तै विवादमा आयो । 'भिडियोमा प्रस्तुत गरिएका केही हाउभाउप्रति एउटा वर्गले आपत्ति जनाएपछि हामीले एक हप्तासम्म त्यसलाई युट्युबबाट बाहिर राखेका थियौं, साप्ताहिकसँगको भेटमा सपूतले स्पष्ट भने- 'आपत्ति जनाइएका दृश्यहरू सम्पादन गरेर पुनः अपलोड गरिएको उक्त भिडिया हालसम्म २५ लाखभन्दा बढी पटक हेरिएको छ ।' सपूतका अनुसार पहिलो पटक अपलोड गरिएको भिडियो डिलिट नगरिएको भए हालसम्म यसले एक करोड पटक हेरिएको कीर्तिमान कायम गर्ने थियो । रमाइलो शैलीको उक्त गीत आज डान्स पार्टीदेखि रमाइला सार्वजनिक समारोहहरूसम्म बजेको सुन्दा आफूलाई खुसी लाग्ने उनको भनाइ छ ।

आफैंले सिर्जना गरेको दोहोरी ब्याटलको शब्द, संगीत, स्वर तथा भिडियोले युवापुस्ताको मोजमस्तीलाई चित्रण गर्ने धारणा व्यक्त गर्ने गायक प्रकाश सपूतले उक्त गीत सार्वजनिक गरेको तीन महिना नबित्दै अर्को एउटा गीतको म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेर सम्पूर्ण नेपालीलाई भावनामा डुबाइदिएका छन् । दुई साताअघि गायक सपूतले आफ्नै युट्युब च्यानलमा अपलोड गरेको 'बोल माया...' गीतको म्युजिक भिडियो झन्डै एक साता ट्रेन्डिङको एक नम्बर स्थानमा रहन सफल भयो । सार्वजनिक भएको दुई सातामै २७ लाखभन्दा बढी पटक हेरिएको उक्त गीतको भिडियो झन्डै १९ मिनेट लामो छ । सपूतकै शब्द, संगीत, स्वर, निर्देशन तथा अभिनयको उक्त भिडियोमा अभिनेत्री अञ्जली अधिकारीले आकर्षक अभिनय गरेकी छिन् । गीतमा भने नारायण रायमाझी तथा शान्तिश्री परियारको स्वर सुन्न सकिन्छ जसमा उनीहरूलाई गायक सपूतले समेत साथ दिएका छन् ।

'बोल माया...गीतको म्युजिक भिडियोमा वैदेशिक रोजगारीले निम्त्याएको समस्यालाई कलात्मक ढंगले प्रस्तुत गर्ने प्रयास गरेका छौं, सपूतका अनुसार गीतमा समावेश गरिएका शब्द तथा भिडियोमा देखाइएका दृश्यहरू सत्यतासँग धेरै नजिक छन् । सपूत भन्छन्- 'मैले आफ्नै गाउँमा, आफ्नै नातागोतामा भोगेका घटनाहरूलाई गीतमा समावेश गरेको छु । भिडियोमा प्रस्तुत गरिएका ती दुःखका क्षणहरूलाई दर्शकले आफ्नै पीडा मानेको अनुभव गरेको छु ।' निर्देशकका रूपमा सपूतले उक्त भिडियोमा वैदेशिक रोजगारीका क्रममा सुतेकै ठाउँमा एक नेपालीको मृत्यु भएपछि गाउँमा रहेको परिवार तथा पेटमा बच्चा भएकी श्रीमतीको पीडालाई कारुणिक ढंगबाट प्रस्तुत गरेका छन् । परिवारको खुसीका लागि विदेश गएका तथा विभिन्न कारणले विदेशमै ज्यान गुमाएकाहरूको परिवार, आफन्त एवं समाजमा पर्ने पीरमर्का, व्यथालाई गीतमा उतार्ने प्रयास गरिएको उक्त भिडियो अहिले पनि युट्युब ट्रेन्डिङको तेस्रो स्थानमा छ ।

'लामो समय ट्रेन्डिङको पहिलो स्थानमा रहनु सौभाग्यकै कुरा हो, अन्य गायक-गायिकाका झन्डै दुई सय वटा म्युजिक भिडियोमा मोडलका रूपमा अभिनय गरिसकेका सपूत भन्छन्-'उक्त भिडियोलाई धेरैभन्दा धेरै दर्शकले मन पराउनु भएकोमा सन्तुष्ट छु ।' सपूतलाई यतिबेला बोलमायाको दोस्रो शृंखला तयार पार्ने कि दोहोरी ब्याटल-२ तयार पार्ने भन्ने कुराले सताएको छ । 'दुवै गीतका दर्शक तथा श्रोताको क्याटगोरी फरक छ, सपूत भन्छन्- 'दुई पृथक् शैलीका गीत भएकाले कुन गीतको सिक्वेल पहिले तयार पार्ने भन्ने कुराको निर्णय दुई-चार दिन भित्रै गरिसक्नेछु ।'

म्युजिक अपडेट

कालीप्रसादलाई सम्मान

गीतकार संघ नेपालले गीतकार कालीप्रसाद रिजाललाई १ लाख १ रुपैयाँ नगद राशिसहित राष्ट्रिय स्रष्टा सम्मान-२०७४ प्रदान गर्ने घोषणा गरेको छ भने गीतकार राखी गौचनलाई डायस्पोरा गीतकार सम्मान प्रदान गर्ने निर्णय गरेको छ । यसैगरी संघले जानुका राईको आमा-२, पूर्णबहादुर साउदको गजलको धुन-३ तथा सुमन श्रापितको भावनाको खेती मध्ये एउटा पुस्तकलाई वर्ष गीत पुस्तक पुरस्कार प्रदान गरिने बताइएको छ ।

मानसलाई मौका

भाइरल भइदियो...गीत गाएर चर्चामा आएका गायक मानस राजलाई भारतको विङ्स इन्टरटेन्मेन्टले २० लाख रुपैयाँमा अनुबन्ध गरेको छ । कम्पनीका प्रमुख प्रकाश रोहराले गायक मानससँग लिखित सम्झौता गर्दै एल्बममा आठवटा गीत समावेश हुने बताए । उक्त कम्पनिले युट्युबमा फेरिटेल्स नाम राखेर च्यानलसमेत सञ्चालन गरिरहेको छ । नेपाली गीत-संगीतले युट्युबमा सहजै १ करोड दर्शक पाउन थालेपछि आफ्नो कम्पनी नेपाली गीत-संगीतमा लगानी गर्न इच्छुक भएको रोहराको भनाइ छ । मानसले गाउने रोमान्टिक शैलीका गीतको म्युजिक भिडियो समेत तयार पारिने बताइएको छ ।

मरिष्काको निर्देशन

अभिनेत्री मरिष्का पोखरेलले निर्देशन गरेको पहिलो म्युजिक भिडियो काठमाडौंमा प्रिमियर गरिएको छ । होम न्यौपानेका शब्द, दीपक भट्टराईको संगीत तथा मुरारी गुरागाईंको स्वरको एकतर्फी माया...गीतको भिडियोलाई मरिष्काले निर्देशन गरेकी हुन् । एकतर्फी माया शीर्षकको एल्बम विमोचन गर्ने क्रममा उक्त भिडियो प्रिमियर गरिएको हो । एल्बममा चार-चारवटा आधुनिक तथा लोक पप शैलीका गीत समावेश छन् ।

वाद्य-बन्दना : सांस्कृतिक संस्थानले आयोजना गरेको वाद्य-बन्दना कार्यक्रममा आफ्नो एकल प्रस्तुति दिँदै सितारवादक सीतामैयाँ राजचल ।

तस्विर : नवराज वाग्ले

संघमा नयाँ नेतृत्व

राष्ट्रिय संगीतकर्मी संघको चौथो महाधिवेशनले राजेन्द्रकुमार कार्कीको नेतृत्वमा नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको छ । नवनिर्वाचित कार्यसमितिले सोमबार संघको केन्द्रीय कार्यालय कोटेश्वरमा शपथ ग्रहण तथा पदभार ग्रहण गरेको छ । पदभारग्रहण गर्दै संघका नवनिर्वाचित उपाध्यक्ष गायक प्रकाश कटुवालले कलाकारहरूको हितका लागि राष्ट्रिय भेला गर्ने तथा कलाकारहरूको समस्या सम्बन्धित निकायसम्म पुऱ्याउने कुरा बताए ।

नेपथ्यको कुरुप अनुहार

लोक रक ब्यान्ड नेपथ्यले आफ्नो दसौं एल्बममा समावेश छैटौं गीत 'कुरुप अनुहार हो' को म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेको छ, जसमा सरुभक्तको शब्द तथा विक्रम गुरुङको संगीत छ । यो म्युजिक भिडियोमा प्रयोग गरिएका दृश्यहरू ब्यान्डले गत वर्ष अस्ट्रेलिया तथा न्युजिल्यान्डमा कन्सर्ट दिँदा खिचिएको हो ।

टेक्सासमा अन्जुले नचाइन्

गत आइतबार राती टेक्सासको डयालसस्थित होटल शेराटनमा आयोजित नेप्लिज अमेरिकन कन्भेन्सन कार्यक्रममा गायिका अन्जु पन्तले नेपाली दर्शकहरूलाई आफूसँगै नचाइन् । अन्जुलाई दर्शकहरूले गाउँदै-नाच्दै साथ दिए । कार्यक्रममा स्थानीय कलाकारहरूले पनि गीत, नृत्य तथा प्रहसनहरू प्रस्तुत गरेका थिए । कलाकारहरूको कन्सर्टपश्चात् डिजे मोमो आदिले छानेका हिट नम्बरहरूमा डान्स पार्टी जमेको थियो भने दुई दिन चलेको उक्त कार्यक्रममा शेष घले तथा जमुना घलेले आफ्ना अनुभव सुनाएका थिए ।

फिल्मी डायरी

जाजरकोटमा मालिका

अभिनेत्री रेखा थापाको चलचित्र 'मालिका' को छायांकन जाजरकोटमा भैरहेको छ । जाजरकोटस्थित पुरानो दरबार प्राङ्गण तथा आसपासका मनोरम स्थल अघि उक्त चलचित्रको छायाँकन काठमाडौं र कोहलपुरमा समेत भएको थियो । अबको १० दिनभित्र मालिकाको छायाँकन सक्ने गरी काम भैरहेको नायिका थापा बताउँछिन् ।

साउनमा भैरे

दयाहाङ राई तथा सुरक्षा पन्त अभिनित चलचित्र भैरे साउन ४ मा प्रदर्शनमा आउने भएको छ । यो चलचित्रमा विक्रान्त बस्नेत, बुद्धि तामाङ, वर्षा शिवाकोटी, सुनिल थापा, अनुभव रेग्मी, कञ्चन ठकुरी, अंकित पौडेल, सयाहाङ राई, जान्वी बोहरा, जयनन्द लामा, सूरवीर पण्डित, अर्जुन गुरुङ आदि कलाकारको अभिनय हेर्न पाइनेछ ।

छायांकनमा यात्रा

सलिनमान बनियाँ अभिनीत चलचित्र यात्राको छायांकन प्रारम्भ भएको छ । पहिलो दिन चलचित्रको शीर्ष गीतको छायांकन सकेपछि फिल्म युनिट सोलुतर्फ लागेको छ । चलचित्र यात्राको उक्त गीतमा प्रतिक पौडेलको शब्द तथा संगीत छ भने गायनमा प्रतिकलाई धर्मेन्द्र सेवान तथा प्रेक्षा बज्राचार्यले साथ दिएका छन् । यो चलचित्रमा सलिनमान बानियाँ,मल्लिका महत, सलोन बस्नेत, जान्वी बस्नेत, जयनन्द लामा, रेअर राई, प्रेक्षा बज्राचार्य, धिरेन शाक्य आदि कलाकारले अभिनय गर्दैछन् ।

कतारमा रामकहानी

पूजा शर्मा र आकाश श्रेष्ठ अभिनित चलचित्र रामकहानीका केही दृश्यको छायाँकन कतारको मरुभूमिमा गरिएको छ । सुदर्शन थापा निर्देशित यो चलचित्रको प्रदर्शन मिति भने तय भैसकेको छैन ।

सुनकेसरी-२ घोषणा

अभिनेत्री ऋचा शर्माले आफू अभिनीत तथा निर्मित हरर चलचित्र सुनकेसरीको प्रिमियरमा

बोबीका सदस्य: चलचित्र बोबीको आँखाको नानी...गीत सार्वजनिक गर्ने समारोहमा चलचित्रका लेखक नरेश भट्टराई, निर्देशक मिलन चाम्स, अभिनेत्री कविता गुरुङ, गायक राजेशपायल राई तथा संगीतकार वसन्त सापकोटा ।

यसको दोस्रो भाग समेत निर्माण गर्ने घोषणा गरेकी छिन । सिक्वेलका लागि ठाउँ बाँकी राखेको बताउँदै शर्माले सुनकेसरी-२ लिएर आउने बाचा गरेकी हुन् ।

असारमा बाबु कान्छा

चलचित्र 'बाबु कान्छा' को सार्वजनिक भएको पोस्टरमा करिश्मा श्रेष्ठसँग सलोन बस्नेत रोमान्टिक मुडमा देखिएका छन् । असार २९ गते प्रदर्शनमा आउने यो चलचित्रलाई शोभित बस्नेतले निर्माण तथा निर्देशन गरेका हुन । चलचित्र बाबु कान्छामा नीर शाह, सरोज खनाल, राजाराम पौडेल, लय संगौला, करिष्मा श्रेष्ठ, ऋतिक शाही, सम्राट सापकोटा, मञ्जु पौडेल आदिको समेत अभिनय हेर्न पाइनेछ ।

तमु चलचित्र महोत्सव

तनहुँको सदरमुकाम दमौलीमा दोस्रो तमु चलचित्र महोत्सव सम्पन्न भएको छ । दुईदिने चलचित्र महोत्सवमा तमु भाषामा निर्मित चलचित्र कर्म क्याँ (कर्मको बाटो), मैरिमो (सम्झिरहेछु), समीढ्ही (श्रीमान्-श्रीमती) तथा डै माया क्योंलाई (मेरो माया तिमीलाई) गरी चारवटा चलचित्र प्रदर्शन गरिएको आयोजक जिफानका केन्द्रीय अध्यक्ष गिरिप्रसाद गुरुङले बताए ।

लभ स्टेसनको घोषणा

अभिनेता प्रदीप खड्का तथा वितरक गोविन्द शाहीले संयुक्त रूपमा निर्माण गर्न लागेको चलचित्रको शीर्षक 'लभ स्टेसन' राखिएको छ । प्रदीप खड्काको मुख्य भूमिका रहने यो चलचित्रमा लिलिबिलीकी अभिनेत्री जसिता गुरुङ प्रमुख भूमिकामा अनुबन्धित भएकी छिन् । उज्ज्वल घिमिरेले निर्देशन गर्ने यो चलचित्र फागुन २४ गते प्रदर्शनमा आउनेछ ।

आजदेखि अमेरिका ब्वाइज

विभिन्न कारणले पटक-पटक प्रदर्शन मिति सारिएको चलचित्र अमेरिका ब्वाइज आजदेखि देशव्यापी प्रदर्शन आउँदैछ । झन्डै २ करोड लगानीमा बनेको यो चलचित्रको छायांकन झापा र काठमाडौंमा गरिएको हो । प्रवेश पौडेलद्वारा निर्देशित अमेरिका ब्वाइजमा अर्पण थापा, सृष्टि कार्की, सन्दीप क्षेत्री, कामेश्वर चौरासिया, सुनिल थापा, हरिहर शर्मा, मनिष राउत, रुवी राना आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् ।

मंसिरमा रणवीर

चलचित्र रणवीर आउँदो मंसिर १४ मा प्रदर्शन हुने भएको छ । गोविन्दसिंह भण्डारीद्वारा निर्देशित चलचित्र रणवीरमा सुशील सिटौला, प्रशान्त ताम्राकार, हरिहर शर्मा, नरेश पौड्याल, टीका पहाडी, रवि गिरि, जीवन भट्टराई, वसन्ती भट्ट आदिको अभिनय छ ।

अस्ट्रेलियामा कोहलपुर एक्सप्रेस

अभिनेत्री केकी अधिकारीद्वारा निर्मित चलचित्र कोहलपुर एक्सप्रेस अब अस्ट्रेलियामा प्रदर्शन हुने भएको छ । विशाल भण्डारी निर्देशित कमेडी जनराको यो चलचित्रलाई राईट एन्ड एसोसियट्स एजुकेसनल कन्सल्टेन्सीले अस्ट्रेलियामा प्रदर्शन गर्ने जिम्मा लिएको हो ।

दशकका दस

डी सिने एवार्ड दस वर्ष पुगेको अवसर पारेर छायाँछवि क्रिएसनले 'दशकका दस' कलाकार छनौट गर्दै उनीहरूलाई सम्मान गरेको छ । दशकका दशमा अभिनेता आर्यन सिग्देल, अभिनेत्री रेखा थापा, निर्देशक विकास आचार्य, निर्माता छविराज ओझा, छायांकार पुरुषोत्तम प्रधान, सम्पादक बिपिन मल्ल, द्वन्द्व निर्देशक चन्द्र पन्त, संगीतकार अर्जुन पोखरेल, नृत्य निर्देशक कविराज गहतराज तथा लेखक शिवम अधिकारी छन् । २०६६ सालदेखि अहिलेसम्म सबैभन्दा बढी पटक डी सिने एवार्ड जितेका तथा आफ्नो विधामा सबैभन्दा बढी लोकप्रियता हासिल गर्ने उत्कृष्ट १० चलचित्रकर्मीलाई यो सम्मान प्रदान गरिएको बताइएको छ ।

भदौमा सुश्री सम्पत्ति

सलोन बस्नेत तथा सारा शिर्पालीले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको चलचित्र सुश्री सम्पत्तिको फस्टलुक पोस्टर सार्वजनिक गर्दै भदौ २२ लाई प्रदर्शन मिति घोषणा गरिएको छ । सुव्रत आचार्यद्वारा निर्देशित चलचित्रमा विनोद न्यौपाने, प्रमोद अग्रहरी, राजाराम पौडेल, विशारद बस्नेत, सुनिता श्रेष्ठ ठकुरी आदि कलाकारले समेत अभिनय गरेका छन् ।

पोस्टर/ट्रेलर

चीं मुसी चींको गीत

साउन ११ गते सार्वजनिक हुने चलचित्र चि मुसी चि को पहिलो गीत तिमीले माग्छौ भने सार्वजनिक भएको छ । सुरज अधिकारीको शब्द तथा संगीतको उक्त गीतमा अञ्जु पन्त तथा युवराज चौलागाईंको स्वर सुन्न सकिन्छ भने गीतको भिडियोमा सुनिल क्षेत्री र अलिशा शर्माले अभिनय गरेका छन् ।

चक्करको ट्रेलर

अभिनेत्री ऋचा शर्मा तथा अभिनेता अर्पण थापा अभिनीत चलचित्र चक्करको ट्रेलर सार्वजनिक भएको ट्रेलरमा महिला-महिलाविच हुने प्रेम देखाउन खोजिएको छ । साउन ४ गते देशव्यापी प्रदर्शनमा आउने यो चलचित्र सीमित बजेटमा निर्माण गरिएको बताइन्छ । चलचित्र चक्करमा एभोन राज उप्रेती, सिर्जना सुब्बा, भोलाराज सापकोटा तथा स्मृति पोखरेलेको पनि अभिनय छ । यो चलचित्रलाई अनुष्का रौनियारले निर्देशन गरेकी हुन् भने यसमा उनकै लेखन, पटकथा तथा संवाद छ ।

वीराङ्गनाको गीत

चलचित्र 'वीराङ्गना' को 'तिमी पुलिस म नी पुलिस' शीर्षकको गीतमा अनुप

विक्रम शाही तथा शिल्पा पोखरेल प्रहरी युनिफर्ममा रोमान्टिक मूडमा देखिएका छन् । उक्त गीतमा दीपक शर्माको संगीत, महिमा श्रेष्ठ र योन्जक लामाको स्वर, दिनेश सुवेदीको शब्द तथा कविराज गहतराजको कोरियोग्राफी छ । नारीप्रधान भनिएको यो चलचित्रलाई राज बहादुर सानेले निर्देशन गरेका हुन् ।

रोमियोको पल पल

साउन ११ गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र 'रोमियो एन्ड मुना' को नयाँ गीत सार्वजनिक भएको छ । 'पल पल' बोलको उक्त गीत फरक शैलीमा तयार पारिएको छ जसमा सृष्टि श्रेष्ठ तथा विनय श्रेष्ठले अभिनय गरेका छन् । सुकमित गुरुङको स्वरको उक्त गीतमा विश्व शाहीको शब्द तथा संगीत सुन्न सकिन्छ ।

सऱ्यो ब्ल्याक

आकाश श्रेष्ठ तथा आँचल शर्मा अभिनित चलचित्र ब्ल्याकको प्रदर्शन मिति फेरबदल भएको छ । यसअघि जेठ ११ गते प्रदर्शन मिति घोषणा गरेको निर्माण युनिटले अब यो चलचित्रलाई भदौ १ गते दर्शकमाझ ल्याउने बताएको हो । प्रदीप श्रेष्ठद्वारा निर्देशित चलचित्र ब्ल्याकको एउटा गीत 'पल पल हरपल' सार्वजनिक भैसकेको छ ।

सानो पर्दा

सिंगिङ एन्ड डान्सिङ सुपरस्टार

नेपाल सिंगिङ एन्ड डान्सिङ सुपरस्टारको औपचारिक घोषणा भएको छ । सनराज इन्टरटेनमेन्टले आयोजना गर्ने उक्त रियालिटी शोमा देशभरबाट करिब १० हजार प्रतियोगी सहभागी हुन सक्ने अनुमान गरिएको छ । शोको अडिसन १० वटा सहरमा सञ्चालन हुनेछ । यो शोको अडिसन पोखरामा साउन १९ गते, लमजुङमा साउन २१ गते, भक्तपुरमा साउन २५ गते, काठमाडौंमा साउन २६ गते, झापामा भदौ १६ गते, इटहरीमा भदौ १८ गते, हेटौंडामा भदौ २० गते, चितवनमा भदौ २२ गते, बुटवलमा भदौ २३ गते तथा नेपालगन्जमा भदौ २६ गते हुने बताइएको छ ।

स्ट्याण्ड अप कमेडी शो

लाइभ स्ट्याण्ड अप कमेडी शो सिजन-२ सम्पन्न भएको छ । नेपग्याजम स्ट्याण्ड अप कमेडी शो तथा सेलिब्रेटी म्यानेजमेन्ट नेपालद्वारा आयोजित उक्त शोको दोस्रो श्रृंखलामा सात जना युवा हास्य कलाकारले सहभागिता जनाएका थिए । शोमा

लेखमणि त्रिताल, सहर्ष केसी, रूपक बुढाथोकी, योजना थापा, बिभोर अधिकारी, सरोज भण्डारी तथा विवेक पौडेलले प्रस्तुति दिएका थिए ।

जिरोमा श्रेयाको इन्ट्री

अभिनेता शाहरूख खानको चलचित्र जिरो निर्माण सुरु भएदेखि नै चर्चामा छ। शाहरूख खान, अनुष्का शर्मा, कटरिना कैफ, अभय देओल आदि कलाकार यो चलचित्रसँग जोडिएका छन्। सात महिनापछि प्रदर्शनमा आउने यो चलचित्रमा एउटी सुन्दर अनुहार देखिने पक्का भएको छ। हालसम्म सार्वजनिक नगरिएकी ती युवती हुन्– २०१५ मा सम्पन्न मिस युनाइटेड सौन्दर्य प्रतियोगिताकी थर्ड रनर्सअप श्रेया मिश्रा। बुझिएअनुसार श्रेयाले राम्रै पारिश्रमिक बुझ्दै यो चलचित्र साइन गरेकी हुन्। उनलाई आकर्षक पारिश्रमिक दिएर अभिनय गराउन खोज्ने निर्माताहरू धेरै थिए, तर श्रेयाले आफ्नो डेब्यु चलचित्रमा मनपर्ने अभिनेतासँग काम गर्न चाहेकाले अहिलेसम्म कुनै पनि चलचित्र साइन गरेकी थिइनन्।

बलिउड

सुपर हिरोमा दीपिका

पद्मावतपछि दीपिका पादुकोणले नयाँ चलचित्र साइन गरेकी छैनन्। उनका प्रशंसकहरूबीच कौतूहलता छ कि दीपिकाले अब कुन चलचित्रमा काम गर्नेछिन्। हालै दीपिकाले एउटा नयाँ चलचित्रमा काम गर्ने हल्ला फैलिएको छ। यद्यपि उक्त समाचारको आधिकारिक पुष्टि भएको छैन। भारतीय मिडियाहरूका अनुसार दीपिकाले 'सुपर हिरो' चलचित्रमा काम गर्ने पक्का भएको हो। निकै ठूलो बजेटमा तयार हुन लागेको उक्त चलचित्रबाट दीपिकाले राम्रै पारिश्रमिक लिएको बताइन्छ। दीपिका पद्मावतपछि विशाल भारद्वाजको चलचित्र 'सपना दिदी' मा काम गर्ने तयारीमा थिइन्, तर अभिनेता इरफान खानको स्वास्थ्यमा खराबी आएपछि उक्त चलचित्रको निर्माण रोकिएको थियो।

सहकर्मीसँगै लगनगाँठो

चलचित्रमा काम गर्दागर्दै गहिरो प्रेम सम्बन्धमा पर्ने र ब्रेकअप हुने कुरा बलिउडमा नौलो रहेन, यद्यपि बलिउडमा त्यस्ता धेरै कलाकार पनि छन् जसले काम गर्दागर्दै चलचित्रबाटै जीवनसाथी फेला पारे अनि घरजम नै बसाए।

● अमिताभ बच्चन र जया भादुडीको प्रेमकथा चलचित्र अभिमानबाट सुरु भएको हो। बलिउडमा यो जोडीलाई आदर्श जोडीका रूपमा लिइन्छ।

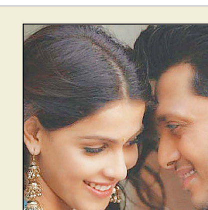
● बलिउडमा सबैभन्दा शान्त र भलादमी जोडीका रूपमा लिइन्छ अजय र काजोलको जोडीलाई। अजय र काजोलले पहिलो पटक चलचित्र हलचलमा सँगै काम गरेका थिए। त्यसपछि उनीहरू नजिकिँदै गए र विवाह गरे।

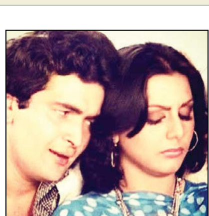
● अभिनेता आमिर खानका लागि लगान चलचित्र विशेष रह्यो। आमिर खान यसै चलचित्रकी सहायक निर्देशक किरण रावप्रति मोहित भएपछि आफ्नी श्रीमतीलाई पारपाचुके गरी किरण रावसित विवाह गरेका थिए।

● धर्मेन्द्र र हेमा मालिनीले चलचित्र तुम हसीं मै जवाँमा सँगै काम गरेका थिए। उक्त चलचित्रसँगै नजिकिएका उनीहरू सन् १९८० मा ठूलो विवादबीच विवाह बन्धनमा बाँधिए।

● सैफ अली खान र करिना कपूरको सम्बन्ध चलचित्र टसनबाट बलियो बन्दै गएको हो। त्यसपछि डेटमा रमाईरहेका उनीहरू केही वर्षअघि मात्रै विहे बन्धनमा बाँधिएका हुन्।

● रितेश देशमुख र जेनेलिया डिसुजा चलचित्र तुझे मेरी कसमको छायांकनका क्रममा असल साथी भएका थिए। त्यसको झन्डै ९ वर्षपछि उनीहरूले विवाह नै गरे।





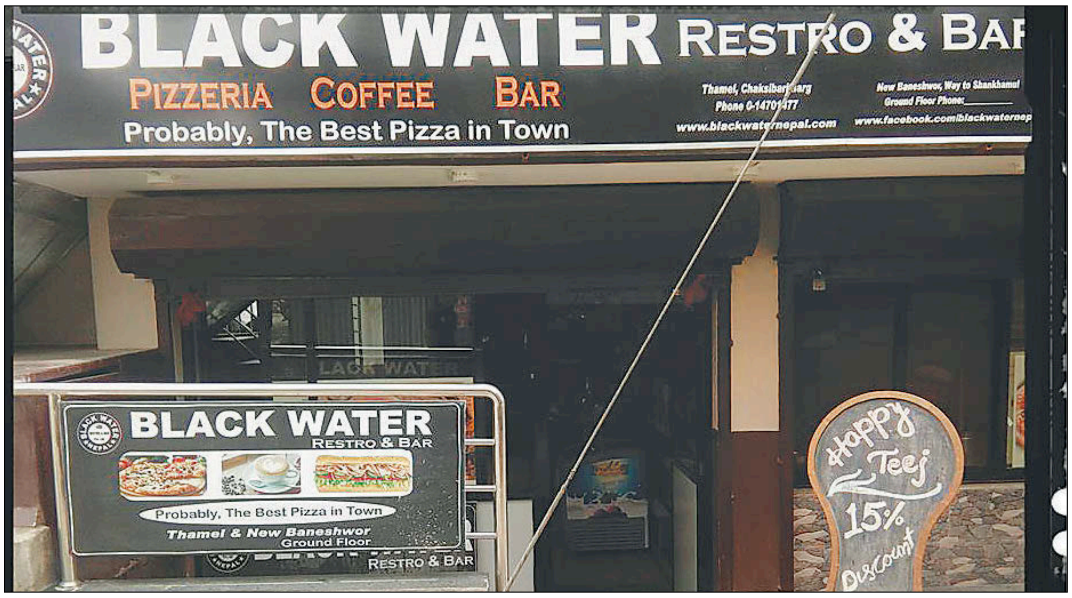
● चलचित्र रफु चक्करपछि ऋषि कपुर र नीतु सिंह प्रेम सम्बन्धमा बाँधिएका थिए। त्यसपछि केही समयको संगतपछि उनीहरूले विवाह नै गरे।

● अक्षय कुमार र ट्विंकल खन्नाको जोडी बलिउडको सुन्दर जोडी मानिन्छ। यो जोडीले दुई चलचित्र इन्टरनेसनल खेलाडी र जुल्मीमा सँगै काम गरेका थिए।

● अभिषेक बच्चन र ऐश्वर्या रायले पहिलो पटक चलचित्र ढाई अक्षर प्रेमकामा काम गरेका थिए। तेस्रो पटक चलचित्र गुरुमा काम गर्ने क्रममा अभिषेकले ऐश्वर्यासमक्ष प्रेम प्रस्ताव राखेका थिए।

KANTIPUR PUBLICATIONS PVT. LTD.
KMG
कान्तिपुर
को
स्वर्णपुर
2
बम्पर उपहार १ किलो सुन
हरेक महिना १० तोला सुन
हरेक साता १ किलो चाँदी
जित्नुहोस १ किलो सुन
अनि स्क्र्याच गरी जित्नुहोस् लाखौँका उपहारहरू
Skyworth
ल्यापटप
एल.इ.डी टि.भी.
स्मार्ट फोन
वाटर प्युरिफायर
इमर्जेन्सी लाइट
वायरलेस हेडफोन
ब्लुटुथ स्पिकर
पावर बैंक
घडी
रु २०० देखि ३,५०० सम्मको नगद छूट
गिफ्ट भौचर
ग्राहक अवधि बाँकी रहेकाहरूले पनि समय बढाएर यस योजनामा सहभागी हुन पाउनुहुनेछ ।
"जति छिटो ग्राहक बन्नुहुन्छ त्यति नै धेरै जित्ने मौका ।"
* सर्तहरू लागू हुनेछन् ।
थप जानकारीका लागि
एन.टि.सि.: 16600122222, 9851216800
एनसेल: 9801572222, 9801016850
उपत्यका भित्र: 9841166784 (शिशिर), 9851098944 (राम कृष्ण)
उपत्यका बाहिर: 9856044140 (शंकर), 9856025885 (राजेश, पोखरा)
9845882313 (कपिल, भरतपुर), 9851072403 (लक्ष्मण, नेपालगंज), 9852029233 (सन्तोष, विराटनगर)
SMS SUB to 38080
कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक वा द काठमाडौं पोष्टको वार्षिक ग्राहक बन्नुहोस् र पाउनुहोस् हरेक महिना १० तोला सुन, हरेक साता १ किलो चाँदी लगायत लाखौँका उपहारहरू जित्ने मौका । एक जना भाग्यशाली विजेताले जित्नुहुनेछ बम्पर उपहार १ किलो सुन ।
आजै कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक वा द काठमाडौं पोष्टको वार्षिक ग्राहक बन्नुहोस् ।

विकेन्ड स्वाद



सहरमा स्वादिलो पिज्जा

पिज्जा इटालीको परम्परागत परिकार हो । यो चिज, मासु, च्याउ आदिको टेस्टमा बनाइन्छ । अहिले यो संसारभर पाइने र रुचाइने परिकारमा पर्छ । पिज्जाका भेराइटी पाइने रेस्टुराँ तथा पिज्जा डेलिभरी सामान्य नै भैसकेको छ । काठमाडौंमा यस्ता थुप्रै ठाउं छन्, जहां सस्तैमा पिज्जाको स्वाद लिन सकिन्छ ।

शंखमूलमा हाम्रो पिज्जा

झन्डै दुई वर्षअघि शंखमूलमा खुलेको हाम्रो पिज्जा उक्त क्षेत्रमा पिज्जाका लागि चर्चित छ । यो पिज्जा हाउस बाबुराम तथा विष्णु श्रेष्ठ दाजुभाइले खोलेका हुन् । छिटो, मीठो र सस्तो भएकाले यहाँ पिज्जा अर्डर गर्न आउनेहरूको संख्या बढिरहेको छ ।

मसरुम, चिकेन तथा भेज पिज्जा- १ सय ३० रुपैयाँ

ब्ल्याक वाटर रेस्ट्रो एन्ड बार

ब्ल्याक वाटर रेस्ट्रो खुलेको चार वर्ष भयो । यसको मेन ब्रान्च ठमेलमा छ । त्यसपछि बानेश्वर र न्युरोडमा पनि यसको शाखा खुल्यो । सबै ठाउँमा एकपटकमा ५५ जना बस्न सक्ने यो रेस्ट्रोको ठमेल र बानेश्वर शाखामा ब्रेकफास्ट तथा लन्चको समेत व्यवस्था छ । यो महिना ब्ल्याक

वाटर रेस्ट्रोका सबै ठाउँमा २० प्रतिशत छुट प्रदान गरिएको छ । विदेशका विभिन्न होटल तथा रेस्ट्रोमा काम गरेर अनुभव प्राप्त व्यक्तिहरुले यो रेस्ट्रो खोलेका हुन् । शहरमा सबैभन्दा मीठो पिज्जा खाउने यो रेस्ट्रोको दावी छ ।

चिकेन पिज्जा (मिडियम) - ५ सय ४५ रुपैयाँ

मसरुम- ५ सय १४ रुपैयाँ

मागरिता मिडियम - ३ सय ९५ रुपैयाँ

माउन्ट स्ट्राडा कफी फुड एण्ड पिजारिया, कालिकास्थान

सिल्भर सिटी अपार्टमेन्टको ठीक विपरीत छ, माउन्ट स्ट्राडा कफी फुड एन्ड पिजारिया । एक महिनाअघि खुलेको यो रेस्टुराँ खासगरी पिज्जा र कफीमा केन्द्रित छ । माउन्ट स्ट्राडा बिहान ७ देखि साँझ ९ बजेसम्म खुला रहन्छ ।

चिकेन चटपट् पिज्जा (मिडियम साइज) - २ सय ९९ रुपैयाँ

चिकेन ३ सय रुपैयाँ

मसरुम ३ सय २० रुपैयाँ

विकेन्ड गन्तव्य

ट्री हाउस

धरानमा सञ्चालित ट्री हाउस एउटा नयाँ गन्तव्य बनेको छ । नेपालमै पहिलो पटक सुनसरीको धरान-१३ का रूखमा घर निर्माण गरी विभिन्न स्वादका परिकारको स्वाद चखाउन थालिएको छ । पाखो र भीरालो जमिनमा रहेका विभिन्न प्रजातिका रूखमा आधा दर्जन रूखघर निर्माण गरिएका छन् ।

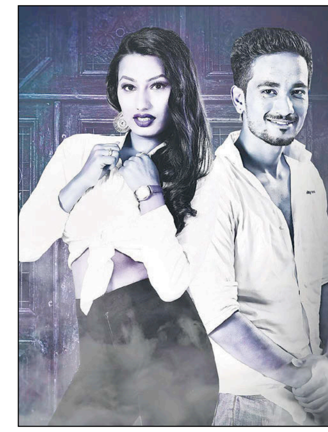
उक्त स्थानमा भ्यू टावर, सेमिनार हल, फनपार्क आदिसमेत निर्माण भैरहेको छ । अहिलेसम्म ८७ लाख बढी रुपैयाँ खर्च भैसकेको यो नौलो रेस्टुराँको सबै निर्माण सम्पन्न गर्दा २ करोडभन्दा बढी लगानी हुने सञ्चालिका ओमु राई बताउँछिन् ।

राजमार्गबाट करिब १ किलोमिटर उत्तरमा अवस्थित उक्त क्षेत्रमा कुनै बेला भिरालो र पाखो जमिन मात्र थियो । धरान र आसपासका मानिसहरू उक्त क्षेत्रमा वनभोजका लागि पुग्थे, तर ट्री हाउस सञ्चालनमा आएपछि उक्त क्षेत्र पर्यटकीय गन्तव्यका रुपमा विकास हुँदै गएको छ । नजिकै रहेको धरानको अर्को पर्यटकीय क्षेत्र शिवजट्टाका कारण पनि यो क्षेत्रमा पर्यटकीय आगमन बढ्न थालेको छ ।

नरेन्द्र बस्नेत

विकेन्ड अडिसन

सुपर टप मोडल



मोडलिङमा रुचि राख्नुहुन्छ अथवा आफ्नो क्षमता-प्रतिभा चिनाउन चाहनुहुन्छ भने तपाईंका लागि एउटा अवसर छ । भोलि नेक्सट सुपर टप्स मोडल नेपाल-२०१८ सिजन-२ को अडिसन हुंदैछ । १६ देखि ३२ वर्षसम्मका महिला तथा पुरूष दुवैले अडिसन दिन सक्ने यो प्रतियोगितामा भाग लिने पुरूष कम्तीमा ५ फिट २ इन्च तथा महिला ५ फिट अग्ला हुनुपर्नेछ ।

स्थान : रेड डायमन्ड रेस्टुराँ, नयाँ बानेश्वर

समय : ११ बजेदेखि ३ बजेसम्म ।

शुल्क : ५ सय रुपैयाँ

विकेन्ड कन्सर्ट

फेरि उठ्नेछ नेपाल

मुक्ति एन्ड रिभाइभल, रोबिन एण्ड एन्ड द न्यू रिभोलुसन, द स्याडोज्, अनुप्रस्त, नेवाजजस्ता चर्चित रक ब्यान्डहरु मिलेर बनेको नयाँ ब्यान्ड हो, प्रोजेक्ट वन । पोजेटिभ भाइब्सका विवेक कायस्थ यसका संस्थापक हुन् । भोलि शनिबार प्रोजेक्ट वनको लाइभ म्युजिक प्रस्तुत हुंदैछ ।

कलाकार : मुक्ति शाक्य, रोबिन तामाङ, स्वप्निल शर्मा, निरन शाही, हरि महर्जन, शरद श्रेष्ठ, निखिल उप्रेती ।

स्थान : जावलाखेल फुटवल ग्राउण्ड

टिकट : ५ सय, १ हजार, १ हजार ५ सय रुपैयाँ (विद्यार्थीहरूलाई विशेष छुट)

समय : ४:४५ देखि ८:४५ सम्म

विकेन्ड म्युजिक

गोपाल योञ्जनको सम्झनामा

भोलि शनिबार स्वर्गीय गायक गोपाल योञ्जनको सम्झनामा उनका गीतहरु प्रतिभावान कलाकारहरूले प्रस्तुत गर्नेछन् । युवा कलाकारहरुको आवाजमा गोपाल योञ्जनका गीत सुन्न चाहनुहुन्छ भने यो कार्यक्रममा सहभागी बन्न सक्नुहुन्छ ।

समय : १ बजेदेखि साढे ५ बजेसम्म । **स्थान** : पाटन

आयोजक : सुम्निमा कल्चर एकेडेमी **प्रवेश** : नि:शुल्क

विकेन्ड टुर

बेतनामा संग्रहालयदेखि चिडिया घरसम्म

प्रदेश नम्बर १ को उत्कृष्ट पर्यटकीय गन्तव्यका रूपमा विकास भैरहेको मोरङ बेलबारीस्थित बेतना सिमसारमा संग्रहालयदेखि चिडिया घरसम्मको योजना अघि सारिएको छ । २० वर्ष भित्रमा पूर्वकै प्रमुख पर्यटकीय गन्तव्यका रूपमा विकास गर्ने उद्देश्यले सिमसारले गुरु योजना बनाउन लागेको र योजना सम्पन्न गर्न करिब डेढ अर्ब रुपैयँ आवश्यक हुने सिमसारका अध्यक्ष डम्बर बस्नेत बताउँछन् । सिमसारले सामाजिक, साँस्कृतिक, आर्थिक विकासलाई प्रवर्द्धन गर्न विभिन्न आयमूलक, खोज अनुसन्धान तथा जानकारीमूलक भौतिक निर्माणहरू गर्नेछ ।

गुरुयोजनाअनुसार त्यहाँ संग्रहालयदेखि प्रदेशकै ठूलो चिडिया घर, मनोरन्जनका लागि मचान निर्माण, जंगलसफारी, स्वीमिङ पुल, बालउद्यान, पिकनिक स्थल, बोटिङ, ट्री ट्रेल आदि निर्माण गरिनेछ भने स्वास्थ्यका लागि ध्यान केन्द्र तथा खेल मैदान आदि समेत तयार पारिनेछ ।

चलचित्र

हरि

निर्देशक : सफल केसी तथा प्रतीक गुरुङ **कलाकार :** विपिन कार्की, सुनिता श्रेष्ठ ठाकुर, कमलमणि नेपाल, थिन्ले लोह्मो, लक्ष्मी बर्देवा आदि ।

चलचित्र हरि पूर्वनिर्धारित मितिबाट सरेर यही शुक्रवार प्रदर्शनमा आउँदैछ । यसअघि यो चलचित्र जेठ ४ मा प्रदर्शनमा आउने बताइएको थियो । चलचित्र हरिमा अभिनेता विपिन कार्कीलाई एकदमै फरक लुक्स तथा गेटअपमा देख्न सकिन्छ । चलचित्रको यसअघि सार्वजनिक भएका दुईवटा ट्रेलरले सकारात्मक प्रतिक्रियाप्राप्त गरेका छन् । ट्रेलरअनुसार चलचित्र हरि सस्पेन्स कमेडी विधाको भएको अनुमान लगाउन सकिन्छ । केही हप्ताअघि पत्रकारहरूसँगको कुराकानीमा चलचित्रका अभिनेता विपिन कार्कीले यो चलचित्र आफूले काम गरेका अन्य चलचित्रभन्दा धेरै माथि रहेको बताएका थिए । चिन्तन राजभण्डारीको छायांकन तथा अर्जुन कार्कीको सम्पादनमा तयार पारिएको चलचित्र हरिले दर्शकको साथ पाउने कुरामा निर्माणपक्ष ढुक्क छ ।

बेबी आई लभ यू

निर्देशक : जनक पाण्डे **कलाकार :** सरोज खनाल, सन्तोष खड्की, पुजा तिवारी, निर्मल शर्मा आदि । **म्युजिक :** सन्तोष खड्की

आज शुक्रबारदेखि देशव्यापी रूपमा चलचित्र बेबी आई लभ यू प्रदर्शनमा आउँदैछ । लिची इन्टरटेनमेन्टबाट निर्मित यो चलचित्रको प्रचारप्रसार एक महिनाअघि नै सुरु गरिएको थियो । चलचित्र बेबी आई लभ यू पूर्णरूपमा प्रेमकथामा आधारित छ । शिव न्यौपानेको लगानीमा बनेको यो चलचित्र काठमाडौं का साथै बाहिरका केही जिल्लामा समेत खिचिएको छ । सुरज आचार्यले खिचेको चलचित्र बेबी आई लभ यूमा पछिल्लो पुस्ताको प्रेम र संघर्ष देखाइएको छ । यो चलचित्रमा सन्तोष खड्कीले खुबै मेहनत गरेका छन् भने पुजाको अभिनय हेर्न पनि लायक छ । पुराना अभिनेता निर्मल शर्मा, सरोज खनाल आदिको अभिनयसमेत जीवन्त छ । यसअघि सार्वजनिक भएको गित सायद तेरो मेरो तथा कहानी तेरो-मेरोलाई दर्शकले निकै मन पराएका छन् । चलचित्रको गित कान्छी मायालुको कभरसमेत निर्माण भएको छ । यो चलचित्रका अधिकांश कलाकार नयाँ हुन् ।

रंगमञ्च

अक्षरामा अन्तराष्ट्रिय नाटक महोत्सव

काँडाघारीस्थित अक्षरा स्कुलमा अन्तर्राष्ट्रिय नाटक महोत्सव सम्पन्न भएको छ । महोत्सवमा ११ देशका विद्यार्थीले ४ दिनसम्म नाटक मञ्चन गरेका थिए । जेठ १२ देखि १५ सम्म सञ्चालित उक्त महोत्सवमा बंगलादेश, डेनमार्क, जर्मनी, भारत, इन्डोनेसिया, नेपाल, पाकिस्तान, रूस, स्लोभाकिया, श्रीलंका, स्वीजरल्यान्ड आदि मुलुकको सहभागिता थियो । महोत्सवमा नेपालका तर्फबाट अक्षरा स्कुलको कक्षा ४ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले 'भित्री सुन्दरता' नाटक मञ्चन गरेका थिए । अन्तर्राष्ट्रिय संस्कृतिको ज्ञान, मानवता बुझ्ने र स्वीकार गर्ने क्षमता विकास गर्ने उद्देश्यले आयोजित उक्त महोत्सवलाई देशभरका ६ हजारभन्दा बढी विद्यार्थीले अवलोकन गरेको अक्षरा स्कुलकी प्रिन्सिपल अञ्जु भट्टराईले जानकारी दिइन् । उक्त महोत्सवको निर्देशन अक्षराका नाट्य शिक्षक एवं रंगकर्मी टंक चौलागाईंले गरेका थिए ।

ग्यालरी

सिर्जना कलेजको कला प्रदर्शनी

लाजिम्पाटस्थित सिर्जना कलेज अफ फाइन आर्ट्स तथा सिर्जना कन्टेम्पोरेरी आर्ट्स ग्यालरीको संयुक्त आयोजनामा कला प्रदर्शनी सम्पन्न भएको छ । गत शुक्रबार बबरमहलस्थित नेपाल आर्ट काउन्सिलमा भएको उक्त प्रदर्शनीमा ८० भन्दा बढी सिर्जना राखिएको थियो । शशीविक्रम शाह, वत्सगोपाल वैद्य, कृष्ण मानन्धर, श्यामलाल श्रेष्ठ, के.के कर्माचार्य, मदन चित्रकार लगायतका ३२ जना कलाकारको चित्रकला, मूर्तिकला तथा पप अप प्रदर्शित उक्त प्रदर्शनीलाई ३ सयभन्दा बढीले अवलोकन गरेको बताइएको छ ।

दसौं डी सिने एवार्ड-२०७५ का विजेता

उत्कृष्ट चलचित्र
क्. भुवन केसी

उत्कृष्ट निर्देशक
मिलन चाम्स, लिलीबिली

उत्कृष्ट अभिनेता
अनमोल केसी, क्

उत्कृष्ट अभिनेत्री
नीता ढुंगाना, पञ्चायत

उत्कृष्ट बालकलाकार
कुशाग्र भट्टराई, पिँजडा ब्याग अगेन

उत्कृष्ट गायिका
बिन्दु परियार, मंगलम (पर्स पर्स)

उत्कृष्ट गीतकार
धिरेन्द्र प्रेमर्षी, संरक्षण

उत्कृष्ट नवनिर्देशक
झरना थापा, ए मेरो हजुर-२

उत्कृष्ट खलपात्र
प्रशान्त ताम्राकार, ऐश्वर्य

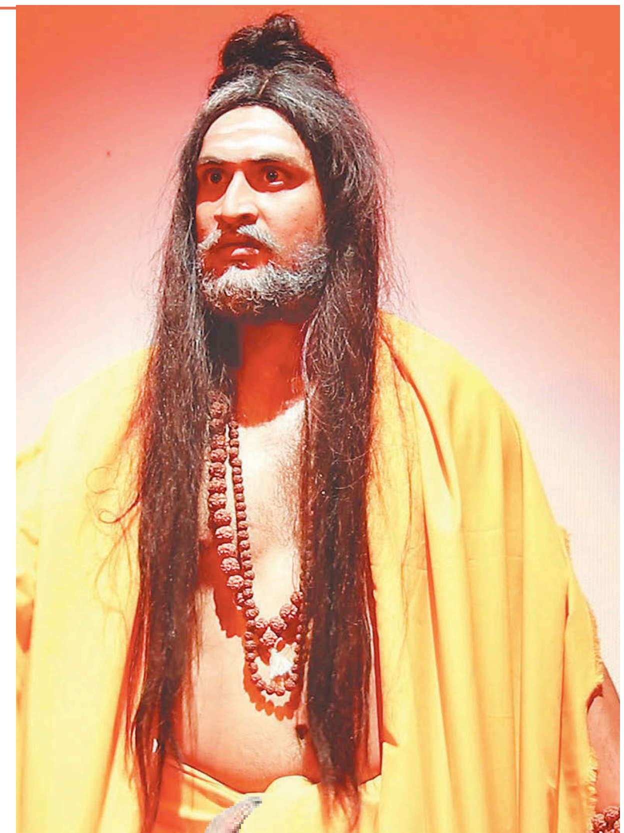
उत्कृष्ट नवअभिनेता :	सलिनमान बनियाँ, ए मेरो हजुर-२
उत्कृष्ट नवअभिनेत्री :	जसीता गुरुङ, लिलीबिली
उत्कृष्ट चरित्र अभिनेत्री :	मिथिला शर्मा, मंगलम
उत्कृष्ट चरित्र अभिनेता :	पुष्कर गुरुङ, घामपानी
उत्कृष्ट सह-अभिनेत्री :	वर्षा राउत, छक्कापञ्जा-२
उत्कृष्ट सह-अभिनेता :	सलोन बस्नेत, ए मेरो हजुर-२
उत्कृष्ट संगीतकार :	राजनराज शिवाकोटी, दुई रुपैयाँ (कुटुमा कुटु)
उत्कृष्ट गायक :	सुगम पोखरेल, ऐश्वर्य (तिमी रोएको पल)
उत्कृष्ट नृत्य निर्देशक :	कविराज गहतराज, दुई रुपैयाँ (कुटुमा कुटु)
उत्कृष्ट एनिमेसन :	ग्लेज इन्टरटेन्मेन्ट, क्
उत्कृष्ट पार्श्व संगीत :	एलिश कार्की, लिलीबिली
उत्कृष्ट ध्वनि मिश्रण :	सुनयमान श्रेष्ठ, संरक्षण
उत्कृष्ट द्वन्द्व निर्देशक :	हिमाल केसी, रुद्र
उत्कृष्ट हाँस्य कलाकार :	केदार घिमिरे, छक्का पञ्जा-२
उत्कृष्ट पपुलर चलचित्र :	छक्का पञ्जा- २
क्रिटिक्स एवार्ड :	मिलन चाम्स, ब्लाइण्ड रक्स
क्रिटिक्स एवार्ड :	पुष्प खड्का, मंगलम
क्रिटिक्स एवार्ड :	निर्देशक नवल नेपाल, मंगलम
पपुलर च्वाइस एवार्ड :	शत्रुगते
उत्कृष्ट कथा :	नवराज बुढाथोकी, भुइँमान्छे
उत्कृष्ट पटकथा :	प्रदीप भारद्वाज, लिलीबिली
उत्कृष्ट संवाद :	दीपेन्द्र लामा, घामपानी
उत्कृष्ट छायाँकार :	पुरुषोत्तम प्रधान, क्
उत्कृष्ट सम्पादक :	मित्र डी गुरुङ, मंगलम
छायाँछवि लाइफटाइम लिजेन्ड्री एवार्ड :	बसुन्धरा भुसाल
छायाँछवि चलचित्रकर्मी रजत सम्मान :	नरेन्द्र महर्जन
छायाँछवि चलचित्रकर्मी रजत सम्मान :	मौसमी मल्ल
छायाँछवि चलचित्र पत्रकारिता पुरस्कार :	श्याम अर्याल
प्रोत्साहन एवार्ड :	निर्देशक पुर्णेन्दु झा, संरक्षण

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

तुलसा
शिवाकोटी
तस्बिर : महेश प्रधान
लोकेसन : चोभार, काठमाडौं
मेकअप : अम्बु रुचाल, मिरर ब्युटी स्टुडियो, मैतीदेवी
Log on to :
facebook
www.facebook.com\kantipursaptahik

यस्ता पो अभिनेता



यतिबेला चलचित्र क्षेत्रमा ती अभिनेताहरूको बोलवाला छ, जो रंगमञ्चमा खारिएर रजतपटमा उदाएका छन् । सौगात मल्ल, दयाहाङ राई, खगेन्द्र लामिछानेसहित झन्डै आधा दर्जन अभिनेता नाटकमा जमेपछि चलचित्रमा आएका हुन् । यद्यपि एक जना यस्ता अभिनेता पनि फेला परेका छन्, जो चलचित्र तथा म्युजिक भिडियोमा स्थापित भएपछि रंगमञ्चतर्फ आकर्षित भएका छन् । ती अभिनेता हुन्- प्रदीप बाँस्तोला । गायक तथा संगीतकारका समेत छवि बनाइसकेका प्रदीपलाई दर्शकहरू फिगर कोकाकोला... ब्वाइका रूपमा चिन्छन् । चलचित्र अधकट्टीमार्फत रजतपटमा पदार्पण गरेका प्रदीपले यो अविधमा थप केही चलचित्र तथा थुप्रै म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेका छन् । अहिले भने उनी सांस्कृतिक संस्थानले मञ्चन गरिरहेको नाटक अश्वेतमा मुख्य भूमिका निर्वाह गरिरहेका छन् । उक्त नाटकमा प्रदीपले भिन्न-भिन्न चरित्र निर्वाह गरेका छन् । राम केएसीद्वारा निर्देशित नाटक अश्वेतमा दर्शकले आफ्नो भूमिकाको प्रशंसा गरेको बाँस्तोला बताउँछन् । भोलि शनिबारसम्म मञ्चन हुने उक्त नाटकमा काम गरेपछि आफूमा कन्फिडेन्स बढेको बाँस्तोलाको भनाइ छ ।

ज्योतिलाई गुन्यूचोलो

गायिका ज्योति मगरलाई एकातिर स्टेज क्विनको उपाधि प्राप्त छ भने अर्कातिर समाजमा विकृति फैलाएको आरोप पनि लाग्दै आएको छ । ज्योति स्टेज कार्यक्रममा छोटा पहिरनमा प्रस्तुत भएर संवेदनशील अंग प्रदर्शन गरेको आरोप लाग्छ । यही कुरालाई मध्यनजर गर्दै जुम्लामा आयोजित एउटा कार्यक्रममा चन्दननाथ नगरपालिकाकी मेयर कान्तिका सेजुवालले ज्योतिलाई परम्परा झल्काउने गुन्यूचोलो उपहार प्रदान गरिन् । गायिका मगरलाई सामाजिक सद्भाव फैलाउन प्रेरणा मिलोस् भन्ने उद्देश्यले उपहार दिएको मेयर सेजुवालको भनाइ छ । गायिका मगरले पनि आफूले नेपाली संस्कृतिलाई पहिलेदेखि नै माया गर्दै आएको बताइन् ।

रानीमहल पुगिन् निकिता

सन् २०१७ की मिस नेपाल निकिता चाण्डकले डेब्यु गरेको चलचित्र रानीमहलको छायांकन वैशाख २५ देखि पाल्पाको कालीगण्डकी नदी किनारमा अवस्थित प्रेमको प्रतीक रानीमहल दरबार परिसरमा भैरहेको छ । निकिता हालसम्म मोडलिङ तथा र्‍याम्प वाक मै केन्द्रित रहँदै आएकी थिइन् । यसअघि उक्त चलचित्रमा अभिनेत्री वर्षा शिवाकोटीलाई अनुबन्धित गरिएको थियो, तर उनले चलचित्रबाट हात झिकेपछि निकिता भित्रिएकी हुन् । हिमाल न्यौपानेले निर्देशन गरिरहेको चलचित्र रानीमहल अमर प्रेमकथामा आधारित हुने बताइएको छ । यसमा प्रेमका अतिरिक्त मित्रता, पुत्र मोह आदि विषयलाई रोचक शैलीमा प्रस्तुत गर्न लागिएको प्रोडक्सन डिजाइनर गणेश सापकोटाले बताए । रानीमहलको नायकको भूमिकामा पनि यसअघि अनुबन्धित प्रशान्त ताम्राकारको सट्टा अर्जुनजंग शाही तथा प्रितम राज छानिएका छन् ।

मलाई रिस उठ्छ

वर्षा राउत, अभिनेत्री

- झूटो बोल्ने मानिसहरूदेखि
- आफूले जिम्मा लिएको काम पूरा नगर्नेहरूसँग
- अरूको कुरा काट्दै हिँड्नेहरूदेखि
- मुखमा रामराम बगलीमा छुरा प्रवृत्तिका मानिसहरूसँग
- फेसबुकमा अरूको आलोचना गर्नेहरूदेखि
- कुरै नबुझी त्यत्तिकै कराउनेहरूसँग
- कसैलाई कुर्नुपर्‍यो भने
- धेरै भोक लागेका बेला ।

हिरोइन छोरी

अन्ततः अभिनेत्री झरना थापा तथा निर्माता सुनिलकुमार थापाले आफ्नी छोरी सुहानी थापालाई चलचित्रमा पदार्पण गराउने निर्णय गरेका छन् । अमेरिकामा अध्ययनरत सुहानीले आफ्नै बुवाको ब्यानर तथा आमाको निर्देशनमा तयार हुने चलचित्र ए मेरो हजुर-३ मा अभिनय गर्ने निश्चित भएको हो । भदौतिर छायांकन प्रारम्भ हुने उक्त चलचित्रमा सुहानीले अनमोल केसीसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्ने निश्चित भैसकेको छ । चलचित्र ए मेरो हजुर-३ का लागि अनमोलले ३० लाख रुपैयाँ पारिश्रमिक लिएको चर्चा छ । प्रेमकथामा आधारित उक्त चलचित्रमा अनमोल र सुहानीको जोडी कस्तो देखिने हो, प्रतिक्षाकै विषय बनेको छ ।

सपनाको सपना

मोडलिङमार्फत रजतपटमा आउन संघर्ष गरिरहेकी कलाकार हुन्– सपनासिंह ठकुरी । झन्डै एक दशकदेखि रंगिन संसारमा सक्रिय सपनाले यो अवधिमा दर्जनौं म्युजिक भिडियो तथा केही चलचित्रमा अभिनय गरिसकेकी छिन् । नृत्यमा आधारित रियालिटी शो छमछमीमार्फत मनोरञ्जन क्षेत्रमा प्रवेश गरेकी सपना नेपालगञ्जकी स्थायी बासिन्दा हुन् । काठमाडौंको एमआर थिएटरबाट भरत नाट्यम, मोर्डन डान्स तथा अभिनयको प्रशिक्षण लिएकी सपना यतिबेला अभिनय तथा नृत्यमा दक्ष भैसकेकी छिन् । दुई दर्जनभन्दा बढी नाटकमा समेत अभिनय गरिसकेकी सपनाले भविष्यमा सफल अभिनेत्री बन्ने सपना सजाएकी छिन् । आकर्षक व्यक्तित्व तथा सुन्दर मुहारकी धनी सपना फुर्सदमा आफ्नै सुन्दरताप्रति ध्यान दिन्छिन् ।

हात भाँच्ने गायक

गायकबाट अभिनेता समेत भैसकेका सत्यराज आचार्यले आफ्नो अभिनय गर्ने चाहनाका बारेमा एउटा रमाइलो खुलासा गरेका छन् । युट्युब च्यानल कलाकर्मी टिभीलाई अन्तर्वार्ता दिँदै सत्यराजले बाल्यकालमा पाटनको अशोक सिनेमा हलमा हिन्दी चलचित्र हेरेपछि घरमा गएर गायक भाइ स्वरुपराज आचार्यसँग फिल्मी स्टाइलमै फाइट खेल्ने गरेको स्मरण गरेका छन् । त्यस क्रममा मलाई प्रायः भिलेन बन्न मन लाग्थ्यो, सत्यराजको भनाइ छ- फिल्ममा हिरोले जिते पनि म भने भिलेनकै रूपमा फाइटमा जित्न चाहन्थें । त्यसक्रममा मैले हिरो बनेका भाइ स्वरुपराजको हातै भाँचिदिएछु । सत्यराजका अनुसार स्वरूपले उनको केश समातेर तान्न थालेपछि रिसको झोकमा उनको हात ठनक्कै भाँचिदिएका रहेछन् ।

'त्यो बाल्यकालको अक्षम्य भूल थियो, सत्यराजले आज पनि उक्त घटनाले आफूलाई पछुतो हुने बताएका छन् ।

कुराकानी

सर्वाधिक आलोचित मिस नेपाल मै हुँला

धापाखेल, ललितपुरमा सन् १९८६ मा जन्मिएकी सुगरिका केसीले सफल रेडियो जक्की बन्ने सपना देखेकी थिइन् । केसीलाई सञ्चार क्षेत्रले सहर्ष स्वीकार मात्र गरेन, दृढ संकल्प र अथक प्रयासले मिस नेपाल वर्ल्ड-२००५ को विजेतासमेत बनायो । कोरियोग्राफी, स्टेज शो, टेलिभिजन तथा रेडियोमा सक्रिय सुगरिकासँग साप्ताहिकका हङकङ प्रतिनिधि अनोज रोक्काको कुराकानी :

● सुगरिका केसी, मिस नेपाल २००५

मिस नेपालसम्मको यात्रा छोटकरीमा सम्झनुपर्दा ?

वास्तवमा मिस नेपाल मेरो चाइल्ड ड्रिम होइन । कलाकारिता र टेलिभिजन पनि होइन, म त रेडियो जक्की बन्न चाहन्थेँ । कक्षा १२ पढ्दाताका रेडियोको ट्रेनिङ लिएपछि म रेडियोप्रति थप लालायित भएँ ।

मिस नेपाल नि ?

रेडियोमा काम गर्दा गर्दै मेरा साथी अनि गुरुहरूले मिस नेपालमा प्रयास गर न भन्नुभयो, मेरो हाइट अनि बोल्ने कलाले गर्दा होला, ममीले पनि हौसला दिनुभयो र अन्तिम समयमा आएर मैले मिस नेपालमा भाग लिएँ । पहिलो अन्तर्वार्तामा छनौट भए पनि क्रमशः ट्रेनिङ, पर्फमेन्समा आफ्नो तर्फबाट अधिक प्रयास गर्दै गएँ । त्यसकै प्रतिफल हो– मिस नेपाल ।

मिस नेपाल भएपछि जीवनमा आएको परिवर्तन ?

धेरै सकारात्मक परिवर्तन आए । इतिहासमै सबैभन्दा आलोचित मिस नेपाल मै हुँला । २००५ मा म मिस नेपाल हुँदा धेरै आलोचना भए, जसले मलाई आलोचनाबीच पनि अघि बढ्ने प्रेरणा दियो, म अझ परिपक्व भएँ । जिम्मेवारी बोध र सकारात्मक कुरा अत्यधिक सेयर गर्नुपर्छ भन्ने भावनाको विकास भयो, जसको नतिजा म आज छु ।

कतिपय मिस नेपालहरू विदेशमै घरजम गरेर बसेका छन् । तपाईंलाई के कुराले मातृभूमिमा तान्छ ?

सर्वप्रथम म मेरी एक्ली आमालाई छोडेर विदेश बस्न सक्दिनँ । अर्को कुरा, म विदेशमा गएर बस्नुपर्छ अनि विदेशमा मात्र सम्भावना छ भन्ने कुराको विरोधी हुँ । हामीले पहिचान मात्र गर्न नसकेका हौं, नेपालमा अत्यधिक सम्भावना छ ।

कस्तो सम्भावना ?

विदेश बस्ने नेपालीहरूकै प्रयासमा हामीले 'आइडिया फर नेपाल' भन्ने क्याम्पियन चलाइरहेका छौं । हामी नेपालका विभिन्न क्षेत्रमा पुगेर कृषि, इन्टरनेट, उद्योग आदिका सम्बन्धमा सम्भावनाहरूको खोजी गरिरहेका छौं । हाम्रो यो कामकै कारण निकट भविष्यमै धेरै दाजुभाइ, दिदीबहिनीहरू नेपाल फर्कनुहुनेछ ।

नेपाली चलचित्र कत्तिको हेर्नुहुन्छ ?

मलाई मन पर्छ, समय खासै हुँदैन तर मिलाएर हेर्छु ।

तपाईंको रोजाइका तीन अभिनेता तथा अभिनेत्री ?

अभिनेतामा पुष्प खड्का, आयुष्मान देशराज तथा अनमोल केसी अनि अभिनेत्रीमा प्रियंका कार्की, गौरी मल्ल र मिथिला शर्मा ।

रिजु भइन् मिस नेवा: ११३८

काठमाडौंकी रिजु मानन्धरले १३ औं संस्करणको मिस नेवा: ११३८ को उपाधि जितेकी छिन् । नेप्लिज फेसन होमले आयोजना गरेको नेवार समुदायका युवतीहरूको सांस्कृतिक प्रतिभा प्रदर्शन गर्ने प्रतियोगिताको निर्णायक चरणमा सोधिएको 'नेपालमा विपत् व्यवस्थापन कसरी गर्न सकिन्छ ?' भन्ने प्रश्नको जवाफ दिँदै रिजुले उपाधिमाथि कब्जा जमाएकी हुन् । प्रश्नको जवाफ दिने क्रममा रिजुले 'विपत् व्यवस्थापनका लागि हरेक व्यक्तिमा जागरुकता अर्थात् सचेतना हुनुपर्छ' भन्ने आशयको जवाफ दिएकी थिइन् । सुन्धारास्थित आर्मी अफिसर्स क्लबमा सम्पन्न मिस नेवा: को ग्राण्ड फिनालेमा उनले पब्लिक च्वाइस एवार्ड समेत जितिन् । प्रतियोगितामा डा.सरिसा श्रेष्ठले फर्स्ट रनर्सअपको तथा मतिना मानन्धरले सेकेन्ड रनर्सअपको उपाधि हात पारे । मतिनाले मिस पर्सनालिटीको उपाधि समेत जितिन् । प्रतियोगितामा सृष्टि शाक्यले मिस ट्यालेन्टको उपाधि जितिन् । बेस्ट ड्रेसको उपाधिका लागि प्रतिस्पर्धीहरूले आकर्षक पहिरनसहित क्याटवाक गरेका थिए ।

उक्त सिक्वेन्समा सबैभन्दा आकर्षक पहिरन लगाउने अञ्जु श्रेष्ठले बेस्ट ड्रेसको उपाधि हात पारिन् । यसबाहेक अञ्जुले बेस्ट हेयरको उपाधि समेत जितिन् । अन्य उपाधितर्फ सरिना महर्जनले उत्कृष्ट नेपाल भाषा, सन्ध्या श्रेष्ठले बेस्ट स्किन, मिलु श्रेष्ठले मिस डिसिप्लिनको उपाधि हासिल गरे भने बिना महर्जनले बेस्ट स्माइल, प्रदीका श्रेष्ठले मिस फ्रेण्डसिप, उष्मी श्रेष्ठले मिस फोटोजेनिक तथा राधा श्रेष्ठले बेस्टवाकको उपाधि प्राप्त गरे । त्यसबाहेक पस्मिना शाक्यले सोसल वेलफेयर एम्बेसडर चिफको उपाधि जितिन् ।

ढाकाको पहिरनमा फेसन शो

स्थानीय सामुदायिक भवनको मञ्चमा शनिबार साँझ अबेरसम्म सुन्दर पहिरनमा सजिएका युवा-युवतीहरूको चहलपहल थियो । उनीहरू स्थानीय उत्पादन ढाकाबाट तयार पारिएका पोसाकमा सजिएका थिए । ढाकाको पहिरनमा केन्द्रित उक्त फेसन शोमा स्थानीय बासिन्दाहरूको समेत उल्लेख्य उपस्थिति थियो ।

स्थानीय ढाकालाई प्रोत्साहन एवं प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले ओसिस इन्टरटेनमेन्ट पोखराको आयोजना तथा स्टेप धनकुटाको सहयोगमा उक्त फेसन शो सञ्चालन गरिएको हो । 'छथरे ढाका फेसन शो' शीर्षकको शोमा ७ जना पुरुष तथा १५ जना महिला मोडल सहभागी थिए । उक्त अवसरमा ढाकाका साडी चोली तथा अन्य आकर्षक पहिरनका साथै पुरुषको दौरा-सुरुवाल, सुट-टाई, टोपी आदि प्रदर्शन गरिए ।

रमेशचन्द्र अधिकारी

पाल्साङलाई मिसेज तामाङ

मिसेज तामाङ-२०१८ मा पाल्साङ तामाङ विजेता भएकी छिन् । उपाधिसँगै १ लाख रुपैयाँ प्राप्त गरेकी तामाङले पर्सनालिटी र भ्युअर च्वाइस विधाको एवार्ड समेत हात पारिन् ।

प्रतियोगितामा निरु थिङ तामाङ फस्ट रनर्सअप तथा पेमा तामाङ सेकेन्ड रनर्सअप भए भने सुनिता तामाङ थर्ड रनर्सअप घोषित भइन् । यो प्रतियोगिता एसके इन्टरटेनमेन्टको ब्यानरमा सञ्चालन भएको थियो ।

फेसन ट्रेडमा क्याटवाक

शुक्रबार काठमाडौंमा आयोजित एउटा फेसन शोमा सेलिब्रेटीहरूले क्याटवाक गरे । फेसन ट्रेडको दोस्रो संस्करणका सात सिक्वेन्समार्फत परम्परागतदेखि दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्न सकिने पहिरनहरू प्रदर्शन गरियो ।

फेसन शोमा अभिनेत्री करिश्मा मानन्धर, मिस नेपाल-२००० उषा खड्गी, अभिनेत्री क्षितिजा शाक्य, अभिनेता एसराज गराच, मिस्टर नेपाल गणेश अग्रवाल आदिले क्याटवाक गरेका थिए । फेसन शोमा विभिन्न सञ्चारगृहको प्रतिनिधित्व गर्ने डेढ दर्जन सञ्चारकर्मीले समेत र्‍याम्प नापेका थिए ।

कलाकार छान्दै दुई अभिनेता

दुई युवा अभिनेताले प्रतिभावान व्यक्तिहरूको लागि नयाँ अवसर दिने भएका छन् । अभिनेताद्वय सलोन बस्नेत तथा आमेश भण्डारी आदिको समूहले मिस्टर एण्ड मिस एम्पेरर गेट वे टु कलिउड आयोजना गर्दै देशभरका प्रतिभालाई नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा विशेष अवसर दिन लागेका हुन् । पर्फेक्ट प्लान इन्टरटेन्मेण्टले आयोजना गर्न लागेको यो कार्यक्रममा सलोन र आमेशसँगै युविका श्रेष्ठ र रविन कँडेल पनि छन् । नेपाली चलचित्र तथा सांगीतिक क्षेत्रमा करियर बनाउन चाहने प्रतिभावान युवा-युवतीहरूले यो प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउन सक्ने नायक बस्नेतले बताएका छन् । असारदेखि अडिशन प्रारम्भ हुने प्रतियोगिताको लागि आवेदन फारम खुल्ला भैसकेको छ । काठमाडौंबाट प्रारम्भ हुने प्रतियोगिता देशभरका आठ शहरमा सञ्चालन हुनेछ । काठमाडौंसहित पोखरा, चितवन, बुटवल, नेपालगञ्ज, धरान, हेटौंडा तथा विराटनगरमा मिस्टर एण्ड मिस एम्पेरर हुनेछ । प्रत्येक शहरबाट छनोट भएका छ-छ जनाले मिस्टर एण्ड मिस एम्पेरर गेटवे टु कलिउडमा भाग लिन पाउनेछन् । आठ वटै शहरका विजेताले पर्फेक्ट प्लानको तर्फबाट म्यूजिक भिडियोमा ब्रेक पाउनेछन् । दोस्रो चरणमा मिस्टर एण्ड मिस एम्पेरर गेटवे टु कलिउड विजेताले नेपाली चलचित्रमा मौका पाउने छन् ।

अमेरिकामा नेपाली चलचित्र महोत्सव

नेपाल-अमेरिका फिल्म सोसाइटीको आयोजनामा बाल्टिमोरमा नेपाल-अमेरिका अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र महोत्सव सम्पन्न भएको छ । महोत्सवमा नवीन अवाल निर्देशित बिजुली मेसिन, वृत्तचित्रतर्फ मिरन्डा मोर्टन यपको डर्टस अफ कर्भ मुन तथा स्पेशल जुरी मेन्सन एवार्ड प्रकाश आङदेम्बेद्वारा निर्देशित चलचित्र देश खोज्दै जाँदा तथा लघु चलचित्रतर्फ निर्देशक शिरी पामोनी इशेलको मारियाले उत्कृष्ट चलचित्रको एवार्ड जिते ।

नेपाली चलचित्रलाई विश्व बजारमा परिचित गराउन एवं त्यसको बजारीकरण गर्न दोस्रो पटक यस्तो चलचित्र महोत्सव सञ्चालन गरिएको हो ।

मिस सी आइकन

पोखराको ब्ल्यु रेज प्रोडक्सनले चितवनमा सञ्चालन गर्ने मिस सी आइकन चितवन-२०१८ मा ७ जना प्रतियोगी ग्रान्ड फिनालेका लागि छानिएका छन् । एसईई दिएर बसेका किशोरीहरू सहभागी प्रतियोगीताको अडिसनमा सहभागी २१ जनाबाट ७ जना छानिएको इभेन्ट संयोजक रिया गैरेले बताइन् । यसक्रममा प्रतियोगीहरूले ट्यालेन्ट राउन्डमार्फत आफ्नो प्रतिभा समेत देखाइसकेका छन् । यो प्रतियोगिताको फाइनल जेठ २६ गते चितवनमा हुनेछ ।

पहिलो विश्व

विवाहको सम्झना

बेलायतका राजकुमार ह्यारी र मेगान मार्केलको विवाह हुदाँ हजारौं पर्यटक विवाह समारोह हेर्न लन्डन पुगेका थिए भने विवाह समारोह हेर्न आउनेहरूलाई विवाहको सम्झना होस् भनेर धेरै किसिमका सामग्री बेलायतको बजारमा उपलब्ध थिए। त्यस्ता सामग्रीमा कप, किरिङ, गर्भ निरोधक सामग्रीदेखि स्वीमसुटसम्म थिए।

विवाह समारोहको अवसर पारेर आएको 'क्राउन ज्वेल्स हेरिटेज कन्डम'ले भने यसपटक विशेष चर्चा पायो। करिब १ हजार ५ सय रुपैयाँमा पाइने उक्त सोभिनियर प्याकमा ८० वटा कन्डम थिए। अहिले विवाह समारोहकै सोभिनियरका रूपमा बजारमा आएको स्विमसुटले समेत चर्चा पाउन थालेको छ। ब्याग्स अफ लभले बजारमा ल्याएको महिला तथा पुरुषको स्विमसुटमा ह्यारी र मेगानलाई प्रसन्न मुद्रामा देखाइएको छ। यो स्विमसुटको मूल्य ५ हजार ५ सय रुपैयाँ छ।

सामाजिक सञ्जालमा आक्रमण

विश्वकै सर्वाधिक बलियो व्यक्तिको उपाधि पाएका थोर जोरान्सनले सामाजिक सञ्जालमा प्रेमिकासहितको तस्बिर अपलोड गर्नेबित्तिकै शब्दको आक्रमण सुरु भैहाल्छ। यो कुराले निकै क्रोधित थोर भन्छन्-मानिसहरू मेरो अगाडि मेरो विरोध गर्न सक्दैनन्, लुकेर यसरी ममाथि प्रहार गर्छन्। गेम अफ थ्रोनमा ग्रेगोर क्लेगेनको भूमिकामा अभिनय गरेका थोर ६ फिट ९ इन्च अग्ला छन्। उनकी प्रेमिका उनको भीमकाय शरीरका अगाडि निकै फुच्ची देखिन्छिन्। हालै थोरले प्रेमिका केल्से हेन्डसनको तस्बिर अपलोड गर्दा ट्विटरमा निकै खप्कि खानुपर्‍यो। कतिपयले तिमिहरू कसरी चुम्बन गर्छौ भनेर मजाक गरे भने कसैले शरीरको वनावटको विषयलाई लिएर खिल्ली उडाए। सामाजिक सञ्जालमा आएका यस्ता मजाकका सम्बन्धमा केल्से भन्छिन्- चुम्बन गर्दा थोर निहुरिन्छन् भने म खुट्टा उचालेर हल्का तन्किन्छु।

टापुमा पहिलो पटक

ब्राजिलको एक टापुमा सन्तान जन्माउन लगाइएको प्रतिबन्धका बाबजुद एक महिलाले सन्तान जन्माएकी छिन्। ब्राजिलको फर्नान्डो डी नोरोन्ना द्वीपमा पछिल्ला १२ वर्षयता कुनै पनि महिलालाई त्यहाँ सन्तान जन्माउन प्रतिबन्ध लगाइएको छ। वन्यजन्तु आरक्षण क्षेत्रमा पर्ने उक्त द्वीपमा ३ हजार मानिसको बसोबास छ। उक्त द्वीपमा कतै पनि प्रसूति वार्ड नभएका कारण स्थानीय प्रशासनले सन्तान जन्माउन प्रतिबन्ध लगाएको हो। २२ वर्षीया ती महिलाले आफ्नो नाम र वतन गोप्य राख्ने सर्तमा स्थानीय ओ ग्लोबो पत्रिकालाई आफूले त्यहाँ सन्तान जन्माएको जानकारी दिएकी थिइन्। उनका अनुसार उनलाई आफू गर्भवती थाहा थिएन तर शौचालय जाँदा योनिबाट केही खसेजस्तो लागेपछि श्रीमान्लाई बेलाउँदा बच्चा जन्मिएको रहस्य खुल्यो। अहिले ती आमा र नवजात शिशुलाई नजिकको सहरमा अवस्थित अस्पतालमा भर्ना गरिएको छ।

कमिक क्यारेक्टर महोत्सव

सेलिब्रेटीहरूको नक्कल जसले पनि गर्छ नै, तर कमिक क्यारेक्टरमा सेलिब्रेटी भएकाहरूको नक्कल कमै हुन्छ। चलचित्र, टेलिभिजन तथा भिडियो गेममा सेलिब्रेटी भएका कमिक क्यारेक्टरहरूको नक्कल गर्दै लन्डनमा हालै एउटा महोत्सव सम्पन्न भयो। तिन दिन चलेको उक्त महोत्सवका क्रममा सर्वसाधारणहरू कमिक क्यारेक्टरका नायकदेखि खलपात्रसम्मले लगाउने पहिरन तथा सोहीअनुसारको मेकअपमा प्रस्तुत भएका थिए।

अपराध

अदालतमा गोरेको बयान

सुन तस्करीमा राजनैतिक संलग्नताको आरोप

अनिल श्रेष्ठ

टाउँकोमा रातो क्याप, आँखामा सानो साइजको चश्मा, मुखमा नीलो मास्क अनि हातमा हतकडी लगाएर बाक्लो सुरक्षा घेराबीच जिल्ला अदालत मोरङको ६ नम्बर इजालसमा उपस्थित हुँदा अन्य दिनको तुलनामा थुनछेकको आदेश आउने दिन चूडामणि उप्रेती 'गोरे' को स्वरुप भिन्न देखिन्थ्यो। लगातार चार दिन मोरङ जिल्ला अदालतमा उपस्थित गराइएका साढे ३३ किलो सुन तस्करी र सनम शाक्य हत्या प्रकरणका मुख्य अभियुक्त चूडामणि उप्रेती गोरे आइतबार थुनछेकको आदेश आउने दिन निकै भावुक देखिन्थे।

चार दिन लगाएर न्यायाधीश नारायणप्रसाद शर्माको बन्द इजलासमा ३७ पानामा लिपिबद्ध बयान बुझाइएपछि उनीविरुद्ध सोही दिन थुनछेक बहस सुरु भयो। बहस चलिरहँदा अन्तिम समयसम्म गोरे अन्तिम सिटको कुनामा सुरक्षाकर्मीहरूका साथमा थिए। आइतबार दिउँसो २ बजे बहस सुरु भयो। बादीका तर्फबाट सरकारी वकिलको कार्यालयका जिल्ला न्यायधिवक्ता पुण्यप्रसाद पाठक तथा सहायक न्यायाधिवक्ता रोहित पोखरेलले बहस गरे। सरकारी वकिलले बहस गर्दा गोरे छिनमा गम्भीर मुद्रा देखिन्थे भने केही बेरमै एकोहोरो हुन्थे। बादीका तर्फबाट बहस सकिएपछि गोरेका तर्फबाट कानुन व्यवसायी अधिवक्ता यामबहादुर मगरले ४१ मिनेट बचाउपूर्ण बहस गरे। अधिवक्ता मगरले प्रतिरक्षा गर्दा गोरेको मनोबल बढेको उनको अनुहारबाट प्रस्ट देखिन्थ्यो। आफ्ना तर्फबाट कानुन व्यवसायीले बहस गर्दा गोरे घरी गालामा हात लगाउँथे त घरी ध्यानपूर्वक बहस सुन्थे। प्रतिवादीका तर्फबाट बहस सकिएपछि आइतबार साँझ ६ बजे आदेश आयो।

न्यायाधीश नारायणप्रसाद शर्माको इजालसले आदेशमा संगठित अपराध निवारण ऐन, २०७० को दफा ४१ तथा मुलुकी ऐन अ.ब. ११८ देहाय २ बमोजिम पुर्पक्षका लागि थुनामा राख्न अनुमति दिएको मोरङ जिल्ला अदालतका निमित्त श्रेस्तेदार केदारप्रसाद गौतमले जानकारी दिए। सुन तस्करी, भरियामाथि यातना र हत्या, लास दबाउने काममा सक्रियता, अपराधिक समूह स्थापना एवं सञ्चालनमा संलग्नताजस्ता आरोपमा श्रव्य दृश्य एवं मिसिल संलग्न प्रमाणका आधारमा उनी कसुरदार देखिएको अदालतको ठम्याइ छ। अदेशपछि गोरेलाई आइतबार साँझ नै प्रहरीले कडा सुरक्षा दिएर जिल्ला कारागार मोरङ पुर्‍यायो।

पक्राउपछि पहिलोपटक गृहमन्त्रालयमा सार्वजनिक गरिएका गोरे

गोरे गत ८ जेठमा काठमाडौंमा पक्राउ परेका थिए। पक्राउ परेको दिन उनलाई हवाईमार्गबाट विराटनगर ल्याएर सोही दिन अबेर जिल्ला अदालत मोरङमा पेस गरिएको थियो। यसअघि पक्राउ परेका ३० जना अभियुक्तमध्ये २८ जनालाई पुर्पक्षका लागि थुनामा पठाउने, एक जनालाई धरौटी र एक जनालाई सामान्य तारेखमा छाड्ने आदेश अदालतले गरेको थियो। प्रहरीको एक महिना लामो अनुसन्धानपछि गत वैशाख २६ गते जिल्ला सरकारी वकिलको कार्यालयले बहालवाला प्रहरी अधिकृतसहित ३० जनालाई पक्राउ गरी आरोपपत्रसँगै अदालतमा पेस गरेको थियो। उनीहरूविरुद्ध संगठित अपराधअन्तर्गत आपराधिक समूह स्थापना गरी सुन चोरी-पैठारी एवं निकासी गरेको, अपहरण तथा शरीर बन्धक र कर्तव्य ज्यानसम्बन्धी मुद्दा दर्ता गरिएको थियो।

साढे ३३ किलो सुनका मालिक भारतीय

माघ ९ गते त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट अवैध रूपमा भित्रिएर बीच बाटोबाटै हराएको साढे ३३ किलो सुनका मालिक भारतीय भएको गोरेको बयानमा उल्लेख छ। सुनमा लगानी गर्ने व्यक्ति भारतको दिल्लीमा बस्ने बताए पनि गोरेले निजको नाम भने खुलाएका छैनन्।

'मसमेत भै दुबईबाट नेपाल सुन भित्र्याउने गरेको तथ्यमा कुनै विवाद छैन,' गोरेले बयानमा भनेका छन्, 'भारतीय व्यापारीले मगाएको साढे ३३ किलो सुन हराएको कुरासमेत यथार्थ हो। हराएको सुन पत्ता लगाउन थाई एयरलाइन्सका कर्मचारीदेखि भुजुङ गुरुङ, छिरिङ गुरुङ तथा मेरा सहयोगीहरूलाई समेत शंकाको घेरामा राखी मैले अनुसन्धान गरेको हुँ। सनम शाक्यलाई कसैले अपहरण गरेको छैन, उनलाई मार्ने उद्देश्यसमेत कसैको थिएन, घटना भवितव्यवश भयो। सनम मेरा मिलनसार र विश्वासिला मित्र थिए, मैले सनमलाई कर्तव्य गरी मारेको होइन।'

हराएको सुन पत्ता लगाउने क्रममा फागुन १७ गते शाक्यलाई कुटपिट गर्दै अनि फेरि फकाउँदै सोधपुछ गरे पनि मार्ने नियत नभएको उनले बताएका छन्। टेकबहादुर मल्ल र शाक्यबीच मनमुटाव भएकाले उनैले करेन्ट लगाएको दाबी गोरेको छ। शाक्यलाई लाक्पा शेर्पा, टुकबहादुर, सुरेन्द्र र मल्लले कर्तव्य गरी मारेको उनले आफ्नो बयानमा बताएका छन्।

एसएसपी खत्रीले ५० हजार रुपैयाँ लिन्थे

गोरेले अदालतसमक्ष दिएको बयानमा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा सेटिङ मिलाउन एसएसपी श्याम खत्रीको मुख्य भूमिका रहेको बताएका छन्। भरियामार्फत झोलामा सुन आएपछि भरियालाई प्रहरीले पास उपलब्ध गराउने र चेकजाँच नभै सुन खत्रीको कोठामा पुगेर बाहिरिने गरेको गोरेको बयानमा उल्लेख छ। गोरेका अनुसार खत्रीले आफ्ना ड्राइभर तथा अंगरक्षकलाई प्रयोग गरेर सरकारी गाडीमै सुन बाहिर ल्याउँथे। खत्रीले सुन बाहिर निकाले वापत प्रतिकिलो ५० हजार रुपैयाँ लिने गरेको भन्दै एसएसपी खत्रीकै सहयोगमा ४ सयदेखि ५ सय किलोसम्म सुन आएको गोरेले दाबी गरेका छन्। छानविन समितिको अनुसन्धानका क्रममा बरामद भएको खातामा पनि खत्रीलाई एक करोडभन्दा बढी रकम दिइएको पाइएको थियो। खत्री अहिले फरार छन्। उनलाई प्रहरीले खोजिरहेको छ।

खत्रीलाई पक्राउ गर्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रहरी संगठन इन्टरपोलमार्फत रेड कर्नर नोटिस जारी गर्ने तयारी छ। उनी तिनै प्रहरी अधिकारी हुन्, जो यसअघि दुबईबाट आएको ३४ किलो सुन काण्डमा पक्राउ परेका थिए तर, पछि उनलाई अदालतले सफाइ दिएको थियो।

प्रहरीसँग २ करोडको डिलपछि भारत भागे गोरे

गोरेले सनम शाक्यको शव लुकाउन प्रहरीसँग 'डिल' भएपछि आफू भारत तिर लागेको कुरा बताएका छन्। सनमको हत्यापछि शव व्यवस्थापन गर्न प्रहरीसँग २ करोडको डिल भएको तर, प्रहरीको भर नलागेपछि भागेर विराटनगर हुँदै जोगवनीको बाटोबाट कोलकता पुगेको उनले दिएको बयानमा उल्लेख छ।

गोरेका अनुसार उनले सुरुमा भारतीय तस्करहरूको समूहले साथीको हत्या गरेको भनी अपराध महाशाखाका प्रहरीलाई बताएका थिए। सहयोग माग्दै चिनजानका सई बालकृष्ण सञ्जेललाई फोन गरेको र उनले अरु हाकिमसँग कुरा गरेपछि शव व्यस्थापन गर्न डीएसपी प्रजित केसीको नेतृत्वमा एउटा टोली पूर्वतर्फ आएको दाबी गरेका छन्।

बाटोमा डीएसपी केसीले फोन गरेर लास व्यवस्थापन गरिदिएबापत २ करोड रुपैयाँ माग गरेको गोरेले बताएका छन्। 'घटनाको जिम्मा टेकराज मल्लले लिने, शव जंगलतिर कतै राखेर मृतकको परिवारलाई खबर गर्ने, क्षतिपूर्ति दिने र टेकराजलाई निश्चित रकम दिने सहमति भयो,' उनले आफ्नो बयानमा भनेका छन्, 'त्यसवापत प्रहरीलाई २ करोड दिने कुरा भएको थियो।'

आफूहरू धरान पुग्दा सनमको मृत्यु भएको नरेन्द्र कार्कीमार्फत हल्ला चलेको खबर पाएको उनको बयान छ। 'त्यसपछि त्यहाँ बस्नु ठीक छैन भन्ने सोचेर निस्किएको थिएँ', उप्रेतीले भनेका छन्, 'टेकबहादुरलाई सञ्जेल मामा आउँदै हुनहुन्छ। सबै ठीक हुन्छ भनेर म त्यहाँबाट हिडेको थिएँ।'

डीएसपी केसीसँग गोरेको फोन सम्पर्क

शव व्यवस्थापन गर्ने जिम्मा टेकबहादुर मल्ल ठकुरीलाई दिएपछि विराटनगर हुँदै जोगवनीबाट भारततर्फ भागेको गोरेले बताएका छन्। 'प्रहरीले सहयोग गर्ने यकिन थिएन र प्रहरीलाई विश्वास गर्नु राम्रो पनि होइन भन्ने लागेपछि भारत छिरेको बताउने गोरेले आफूलाई नै फसाउने शंका लागेको पनि बताएका छन्। आफू भारत पुगेको भोलिपल्ट डीएसपी प्रजित केसीसँग भारतबाटै फोन सम्पर्क भएको उनले दाबी गरेका छन्। डीएसपी केसीले फोन सम्पर्क गरी नेपाल आउन पटक-पटक आग्रह गरेको उनले दिएको बयानमा उल्लेख छ।

बयानमा गोरेले प्रतिवादीमध्ये महावीरप्रसाद गोल्यान अग्रवाल, प्रमोदकुमार श्रेष्ठ, कपिराज पुरी, हेमन्त गौतम, रोशन भनिने गुप्तलाल भुसाल, गीता श्रेष्ठ, अमरमान डंगोल, विष्णुबहादुर खड्का, अमर भनिने अम्बरबहादुर थापामगर, दिवेश लोहनी तथा प्रजित केसीमध्ये कसैलाई नचिन्ने दाबी गरेका छन्। यस्तै प्रतिवादीहरू चेतनाथ भण्डारी र भोजराज भण्डारी आफ्ना मामा र निरु भनिने नर्वदा खरेल उप्रेती आफ्नी श्रीमती भएको उनले बताएका छन्। उनले अन्य प्रतिवादीहरूलाई दुबई तथा नेपालमा बस्दा चिनेको जवाफ दिएका छन्।

अदालत समक्ष गोरेको बयान

एसएसपी खत्री र ठूला नेता पक्रिए तस्करीको जरा पत्ता लाग्छ

३८ क्विन्टलले सुन तस्करी र सनम शाक्य हत्या प्रकरणका मुख्य अभियुक्त चूडामणि उप्रेती 'गोरे'ले सुन तस्करीका नाइके, प्रहरीका उच्च अधिकारी तथा राजनैतिक दलका ठूला नेताहरू पक्राउ परेका बखत नै सुन तस्करीको असली कुरा पर्दाफास हुने आफ्नो बयानमा बताएका छन्।

जिल्ला अदालत मोरङको बन्द इजालसमा गोरेले न्यायाधीश नारायणप्रसाद शर्मा समक्ष चार दिन लगाएर दिएको ३७ पृष्ठको बयानमा उक्त कुरा उल्लेख गरेका हुन्। उनले प्रहरीका उच्च तहका अधिकारीदेखि राजनैतिक दलका उच्च ओहोदाका नेताहरूको संलग्नतामा मात्र सुन तस्करी सम्भव हुने बताएका छन्।

गोरेले अदालतमा दिएको बयानमा कुन राजनैतिक दलका कुन नेता संलग्न छन् भन्ने चाहिँ खुलाएका छैनन्। उनले सुन तस्करीमा आफू तल्लो लेभलको मान्छे भएको बताएका छन्।

उप्रेतीले आफ्नो बयानमा भनेका छन्, 'सुन तस्करी गर्ने कार्य प्रहरीका उच्च अधिकारी तथा राजनैतिक पार्टीका ठूला मानिसको मिलेमतोमा हुन्छ। को-को संलग्न छन् यकिन भन्न सक्दिनँ। तस्करीबाट आउने सबै सुन इन्डिया जान्छ। सुन तस्करीका लगानीकर्तासमेत भारतीयहरू नै हुन्।'

अदालतसमक्ष दिएको बयानमा उनले भनेका छन्, 'मभन्दा माथिल्लो लेयरका सुन तस्करीका नाइके, प्रहरीका उच्च अधिकारी तथा राजनैतिक दलका ठूला नेता पक्राउ परेका बखत नै सुन तस्करीको असली कुरा पर्दाफास हुन्छ।' नेपालमा तस्करीको धन्दा चलाउने छिरिङ वालेङ घले भएको उनले बयानमा पोलेका छन्। आफूले भरियाहरूको सेटिङ मिलाउने काम मात्र गरेको भन्दै गोरेले आफू छिरिङकै लाइनमा बसेर सुन ओसारपसार गर्ने सामान्य मानिस मात्र भएको जिकिर गरेका छन्। उनका अनुसार छिरिङले एसएसपी श्याम खत्रीसँग विमानस्थलमा सेटिङ मिलाएका थिए। उनले सनम शाक्यको हत्या पनि आफूले नगरेको दाबी गरेका छन्। 'मृतक सनम शाक्यलाई कसैले अपहरण गरेको छैन। निजलाई मैले करेन्ट लगाएको समेत छैन,' उनले भनेका छन्।

जोगिऊँ निपा भाइरसबाट

मिलन खरेल

यो लेख तयार पार्दासम्म भारतको केरलामा निपा भाइरसबाट संक्रमितहरूमध्ये एक नर्ससहित १४ जनाको मृत्यु भैसकेको छ। नेपाल-भारत खुला सिमानाका कारण नेपालमा पनि यो भाइरस फैलने जोखिम बढेको छ।

के हो निपा भाइरस ?

निपा भाइरस हालसालै पुनः फैलिएको ज्यानै लिन सक्ने कडा प्रकारको संक्रमण हो। यो 'निपा'नामक विषाणु (एक प्रकारको आरएनएभाइरस)द्वारा जनावर तथा मानिसमा सर्छ। यो भाइरस विशेष गरी फलफूल खाने 'टेरोपस' जातिको संक्रमित चमेरोको ऱ्यालमा पाइन्छ। यो भाइरसको संक्रमण ४ देखि १४ दिनसम्म रहन्छ।

कहाँ देखियो पहिले ?

निपाभाइरस अर्थात् एनआईभी संक्रमणका रूपमा सर्वप्रथम सन् १९९८ मामलेसियाको 'काम्पुंग सुंगाई निपा'भन्ने ठाउँको एक सुगुर फर्मका सुगुरहरूमा देखिएको थियो। त्यहींबाट यसको नाम निपा रहन गयो। त्यतिबेला २ सय ५७ जना व्यक्तिमा यसको संक्रमण देखिएकोमा १ सय ५ जनाको ज्यान जोगियो भने लाखौं सुंगुर मरेका थिए। त्यसपछि सन् २००४ मा बंगलादेशमा निपा संक्रमित चमेरोको ऱ्यालको जुठो मिसिएको ताडी पिउनाले मानिसमा सरेको थियो। अहिले यो भाइरस मानिसबाट मानिसमा समेत सरेको पाइन्छ।

लक्षण ?

यो भाइरसबाट संक्रमित व्यक्तिहरूमा कुनै पनि लक्षण नदेखिने, सामान्य रुघाखोकी, घाँटी दुख्ने, बान्ता हुने, शरीर दुख्ने जस्तादेखि लिएर घातक मस्तिष्कज्वरो (इन्सेफलाइटिस) तथा कडा किसिमको फोक्सोको संक्रमण (निमोनिया) समेत हुन्छ।

कसरी सर्छ ?

यो भाइरस एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा प्रत्यक्ष सम्पर्कबाट, संक्रमित व्यक्तिको थुक, ऱ्याल, सिगान आदिको सम्पर्कबाट, संक्रमित चमेराले जुठो पारेका फलहरू तथा ताडी भनिने रूखबाट निस्किएको नशालु तरल पदार्थको सेवनबाट अनि सुंगुरजस्ता संक्रमित जनावरको राम्रोसँग नपाकेको मासु खानाले सर्छ।

उपचार ?

अहिलेसम्म यो भाइरसको नियन्त्रणका लागि कुनै खोप बनेको छैन। वैज्ञानिकहरू यो भाइरस विरुद्धको खोप चाँडोभन्दा चाँडो निकाल्न दिन-रात लागिपरेका छन्। अहिले यो रोगका बिमारीको उपचार लक्षणहरूका आधारमा गरिन्छ।

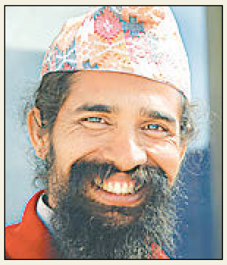
कसरी ?

- संक्रमित व्यक्तिहरूसँगको प्रत्यक्ष सम्पर्कबाट टाढै रहने
- घर बाहिर निस्कँदा नाक, मुख ढाक्ने मास्क लगाउने
- साबुन पानीले नियमित रूपमा हात धुने
- चरा,चमेरो आदिले केही भाग खाएर छोडेको फलफूल नछुने र नखाने
- सुंगुरजस्ता जनावर पालिएको खोरको छेउछाउ नजाने
- ताडी जस्ता नशालु पेयपदार्थ सेवन गर्नु परे उमालेर मात्र पिउने
- फलफूल खानु अघि राम्रोसँग बोक्रा ताछ्ने वा पखाल्ने
- आफ्नो तथा बालबालिकाहरूको व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने
- घरमा रहेका खाद्य सामग्रीहरू राम्रोसँग छोपेर राख्ने।

(लेखक प्राणी शास्त्र विभाग केन्द्रीय प्रविधि क्याम्पस, धरानमा कार्यरत छन्।)

योग र जीवन

स्वास्थ्यका लागि भिन्डी



लोकनाथ खनाल

योग प्रशिक्षक, पतञ्जली योग समिति

- गर्मी मौसममा प्रशस्त पाइने तरकारीमध्ये भिन्डी अर्थात रामतोरियाँ पनि एक हो।
- मधुमेहका रोगीलाई भिन्डी निकै फाइदाजनक हुन्छ। यसलाई प्राप्य मौसममा नियमित उपयोग गर्नु उपयक्त हुन्छ।
- भिन्डीमा पाइने भिटामिन 'ए' ले आँखालाई पनि फाइदा पुऱ्याउँछ।
- यसमा पाइने भिटामिन 'के' ले हाड तथा शरीर बलियो हुन्छ।
- भिन्डीले पाचन क्षमता सबल बनाउनुका साथै कब्जियत हटाउन सहयोग गर्छ।
- उच्च कोलस्ट्रोल कम गरेर मुटुको समस्या निवारणमा सहयोग गर्छ।
- भिन्डीमा पाइने फोलिक एसिड तथा भिटामिन बी-९ का कारण गर्भवती महिलाले यसको नियमित उपयोग गर्नुपर्छ।

शितल पेय

अपच वा ग्याँसको समस्या छ भने मोहीको सेवन लाभदायक हुन्छ। मोहीमा ल्याक्टिक एसिड पाइन्छ जसले गर्दा मोहीलाई सहजै पचाउन सकिन्छ।

पुदिना

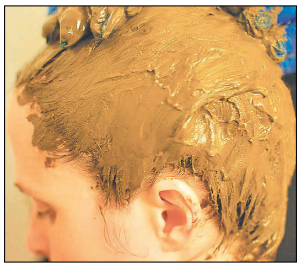
पुदिना अपच भएका बेला खाइने एउटा राम्रो वनस्पति हो। यसले पेट दुख्ने समस्या पनि कम गर्छ। दैनिक आधा कप पानीमा २ देखि ४ ग्राम पुदिनाको पात पिसेर खाँदा फाइदा हुन्छ।

सिंगार

मेहन्दी कसरी लगाउने ?

मनोज ठाकुर

हेयर स्टाइलिस्ट



महेन्दी लगाउनुअघि राम्रो सेम्पुले केश पखाल्ने। साबुन सकेसम्म प्रयोग नगर्ने। सेम्पु गरिएको केश राम्रोसँग सुक्खा बनाउने।

दिइएको निर्देशनअनुसार मेहन्दीलाई कचौरामा राखेर भिजाउने। पानीको मात्रा ठिक्क हुनुपर्छ, मेहन्दीको प्याकेटमै त्यसको मात्रा उल्लेख हुन्छ।

पानीले भिजेको मेहन्दीलाई ब्रसले मजासँग फिट्ने। जति फिट्न सक्यो, मेहन्दीले उति नै राम्रो प्रभाव देखाउँछ।

मेहन्दीको पेस्ट तयार भैसकेपछि त्यसलाई सुकेको केशमा लगाउने।

मेहन्दी केशबाहेक छालामा नलागोस् भनेर पुरानो तर सफा टाबेल वा अन्य कपडाले घाँटीदेखि तलको भाग छोप्न सकिन्छ।

बिस्तारै आफ्नो इच्छाअनुसार ब्रसले मेहन्दी लगाउने। ब्रसको प्रयोगले केशको सबैतिर मेहन्दी लगाउन सहज बनाउँछ।

मेहन्दी लगाइसकेपछि १० देखि ४५ मिनेटसम्म केशमै रहन दिनुपर्छ।

आवश्यक समयावधिसम्म राखेपछि मेहन्दी पखाल्दा पहिलो पटक सादा पानीले मात्र पखाल्नुपर्छ। दोस्रो पटक मात्र सेम्पु प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ।

केशमा लामो समयसम्म मेहन्दीको रङ टिकाउन बेलाबेलामा कन्डिसनर वा हेयर ट्रिटमेन्ट गराइरहनुपर्छ।

उपयोगी बेसन

- बेसनको प्रयोगले छालालाई घामबाट जोगाउनुका साथै छालामा भएका दाग, डन्डिफोर पनि कम गर्छ।
- सुक्खा तथा तैलीय छालाका लागि बेसन लाभदायक हुन्छ। तैलीय छाला हुनेहरूले बेसनमा गुलाब जल र दही मिसाएर लगाउने अनि १ घण्टापछि सफा पानीले अनुहार धुने। अनुहार नरम, सफा तथा चम्किलो देखिन्छ।
- सुक्खा छालाका लागि बेसनमा दूध, मह तथा एक चिम्टी बेसार मिसाइएको पेस्ट लगाउँदा छाला नरम हुन्छ।
- बेसनमा काँक्राको रस तथा गुलाब जल मिसाएर छालामा लगाउँदा छाला सफा तथा स्वस्थ हुनुका साथै चाउरी पनि कम हुन्छ।
- बेसनमा कागती, दही तथा बेसार मिसाएर छालामा लगाई २० मिनेटपछि चिसो पानीले धुने। यसबाट छालामा चमक पैदा हुनुका साथै घामको दुष्प्रभावबाट पनि मुक्ति मिल्छ।

गर्मीमा पसिनाको व्यवस्थापन कसरी गर्ने ?

डा. अरुणकुमार सिंह

बालरोग विशेषज्ञ

बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान धरान

गर्मीमा शरीरबाट पसिना निस्कनु सामान्य समस्या हो। कसै-कसैलाई जाडो महिनामै पनि सामान्य हिँडाइमै पसिना आउँछ।

मानिसको शरीरमा २० देखि ४० लाखसम्म पसिना ग्रन्थि हुन्छन्। पसिना छालाको भित्री पत्रमा भएको ग्रन्थिमा बन्छ। यो ग्रन्थिको काम शरीरको तापमान नियन्त्रण गर्नु हो। छालाको माथिल्लो सतहमा नुनमुक्त पानी उत्पन्न हुन्छ र त्यही नै पसिना हो। सामान्यतः महिलाको दाँजोमा पुरुषलाई बढी पसिना आउँछ।

कसरी आउँछ पसिना ?

पसिना आउनुका विभिन्न कारण छन्। खास गरेर छालाको ग्रन्थिहरू शरीरको भित्री भागमा, हत्केलामा र खुट्टाको पैतालामुनितिर बढी मात्रामा हुन्छन्। ती ग्रन्थि सक्रिय भएपछि पसिना निस्कन्छ। यसरी निस्किएको पसिना वाष्पीकरण भएर उड्न नसके गन्ध आउन थाल्छ र विभिन्न समस्या देखा पर्छन्।

किन गन्हाउँछ पसिना ?

शरीरको बाहिरी भागमा मृत छालाको पत्र हुन्छ। पसिनाले छालाको उक्त पत्रलाई ओसिलो बनाउँछ। ओसिलो ठाउँमा ब्याक्टेरियाले हुर्कने अनुकूल वातावरण पाउने हुनाले ती ठाउँबाट दुर्गन्ध आउँछ। यसकारण पनि यस्ता अंगहरूको सरसफाइमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ।

पसिनाबाट जोगिने केही उपाय

- गर्मीका दिनहरूमा अन्डरगार्मेन्ट सुतीको मुलायम अर्थात् पसिना सोस्ने खालको, हावा आवतजावत हुन सक्ने हुनुपर्छ।
- लुगा फेर्नासाथ पट्याएर नराख्ने, किनभने पसिना गुम्सिएर लुगा गन्हाउन सक्छ।
- आफूलाई पसिनाको दुर्गन्धबाट जोगाउन चाहने हो भने अन्डरगार्मेन्ट आफ्नो रियल साइजभन्दा धेरै टाइट नहोस् भन्ने कुरामा सचेत हुनुपर्छ।
- सफा अन्डरगार्मेन्ट्स मात्र लगाउनुपर्छ। अन्डरगार्मेन्ट्सलाई घाममा सुकाएर मात्र लगाउनु उपयुक्त हुन्छ।
- घरबाहिर निस्कँदा पर्फ्युम, बडी स्प्रे आदि प्रयोग गर्ने।
- पसिनाको दुर्गन्धबाट जोगिन शरीरको अन्डरआर्म्स तथा अन्य भागका नचाहिने रौंहरू हटाइदिने।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

जेठ २२ गते
विश्व वातावरण दिवस

मेष

धैर्यपूर्वक गरिएको कार्यले नै सही मार्ग पक्रनेछ। आर्थिक पक्ष प्रबल भएकाले नयाँ तथा पुराना दुवै किसिमका काममा फाइदा मिल्नेछ। भ्रमण लाभदायक सावित हुनेछ। विशेष प्रकारका मित्रहरूसँग परिचित हुने साइत छ। साताको अन्त्यमा भोजभतेरमा सामेल भइएला।

वृष

चन्द्रमाको आराधनाले थप सफलता दिलाउन सक्छ। वादविवादको सामना गर्नुपर्ला। महत्वपूर्ण सभा-सम्मेलनमा सहभागी भइनेछ। दैनिक कार्यव्यस्तता बढ्नेछ। शैक्षिक क्षेत्रमा लगानी गर्न उत्साह जाग्नेछ। व्यवसाय परिवर्तन गर्ने विषयमा पारिवारिक मत मिल्नेछ।

मिथुन

मांगलिक कार्यमा बाँधिने प्रस्ताव प्राप्त हुन सक्छ, अभिभावको रुचि तथा स्वविवेकद्वारा निर्णय गर्नुहोला। आफ्नो व्यक्तित्व तथा सुन्दरताप्रति आकर्षित हुनेहरू प्रशस्तै हुनेछन्। कम बोल्नुमै भलो छ। साताको अन्त्यमा वनभोज तथा भ्रमणमा रमाइनेछ।

कर्कट

अवसरको खोजीमा थप दौडधूप गर्नुपर्ने हुनसक्छ। सहपाठीबीच मित्रताको बन्धन कसिनेछ। अनुशासन हिनता एवं उत्ताउलोपन प्रदर्शन गर्दा विवादमा परिएला, संयमित रहनुहोला। मङ्गलबारपछि थप ऊर्जा प्राप्त हुनेछ। अभिभावकसँगको वैचारिक द्वन्द्वप्रति सचेत रहनुपर्नेछ।

सिंह

मौसमी फेरबदलका कारण आइलाग्ने अस्वस्थतामा समय खर्चनुपर्ला। केही समययता प्रेमिकासँगको सम्बन्धमा आएको चिसोपनले निराश बनाउनेछ। मझौला लगानीको व्यवसाय फस्टाउन नसक्दा थप लगानीले पिरोल्नेछ। आर्थिक समस्या समाधान गर्न महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ।

कन्या

केही दौडधूप गर्नुपरे पनि आफ्ना लागी विशेष अवसर जुटाउन सकिनेछ। अभिभाववको सहमतिबेगर अरूलाई वचन दिँदा आफू अप्ठ्यारोमा परिएला। अध्ययनका निम्ति विदेश जाने प्रयत्न सफल हुनेछ। नजिकका साथीभाइ टाढिए पनि नयाँ साथी फेला पर्नेछन्।

तुला

तपाईंको सामाजिक सक्रियताले परिवारकै प्रतिष्ठा वृद्धि गर्नेछ। आफन्त तथा प्रशंसकहरूलाई फरक अनुभुति प्रदान गर्न सकिनेछ। केही दिनको अन्तरमा अन्य अवसरहरू फेला पर्नेछन्। स्वरोजगार हुदाँ हर्षले गद्गद भइनेछ। चियोचर्चा गर्नेहरूबाट सावधान रहनुमै आफ्नो हित छ।

वृश्चिक

मेहनतपूर्वक गरिएका काममा समेत अपजस आइलाग्न सक्छ। गुप्त शत्रुहरू हाबी हुनाले ठूला खालका योजना अघि बढाउनु ठीक हुँदैन। धोकेबाजहरूले प्रेम प्रस्ताव राख्न सक्छन्। स्वास्थ्यमा विशेष ध्यान दिनुहोला। खानपान तथा दैनिक जीवनचर्याले स्वास्थ्यमा गडबडी सिर्जना गर्न सक्छ।

धनु

सामान्य वादविवाद भए पनि तपाईंको सिर्जनशील कार्यलाई समर्थन गर्ने परिस्थिति सिर्जना हुनेछ। तपाईंको रचनात्मक कार्यलाई हितैषीहरूले मन पराउनेछन्। अमूल्य उपहार, नगद इत्यादिसमेत प्राप्त हुन सक्छ। अध्ययनका लागि विदेश यात्राको साइत जुर्न सक्छ।

मकर

झिना-मसिना काममा अल्झिँदा महत्वपूर्ण समय खेर जानेछ। व्यापार-व्यवसायमा समेत धक्का पुग्न सक्छ। उक्त परिस्थितिलाई सावधानीका साथ व्यवस्थापन गर्न सके प्रशस्त लाभ लिन सकिनेछ। पूर्वपरिचित साथीबाट मन पराएको प्रस्ताव प्राप्त हुने सम्भावना छ।

कुम्भ

कार्य सञ्चालनमा यदाकदा अवरोध तथा कठिनाइ महसुस होला। कार्यव्यस्तताका बीच घरपरिवारका लागि पनि समय दिनुपर्नेछ। विपक्षीको छलकपट एवं जालझेलबाट सावधान रहनुहोला। व्यवसायमा नेतृत्व गर्ने अवसरसहित जिम्मेवारी प्राप्त हुनेछ।

मीन

ध्यानपूर्वक गरिएका कार्यबाट फाइदा नै पुग्ने देखिन्छ। अन्तर्वार्ता तथा परीक्षाहरूमा सामेल हुँदा हतार नगरी निडर रूपमा प्रस्तुत हुनुहोला। धोकेवाजहरूले प्रेम प्रस्ताव राख्न सक्छन्। कसैलाई वचन दिनु ठीक हुँदैन। यात्राका क्रममा महत्वकांक्षाले जोखिम निम्त्याउने खतरा हुन सक्छ।

अब हाम्रो पालो

तपाईंको राशिफल कत्तिको मिल्छ ?

धान लाभ भनेर लेखिएका बेला धन हानि हुन्छ अनि स्वास्थ्य हानि भनेर लेखिएको बेला स्वास्थ्यमा सुधार आउँछ। यसरी कहिल्यै नमिल्ने भएकाले राशिफल हेरिँदैन।

बोधनाथ पौडेल

हावा, कहिल्यै मिल्दैन। ओहो ! आजको राशिफल त राम्रो छ, आज त केही होला कि भनेर सोच्छु तर त्यही दिन नराम्रो घटना हुन्छ। त्यसैले मैले राशिफल हेर्न छोडें।

सन्दीप सुवाल

प्रियजन भेट र आकस्मिक लाभबाहेक अरू सबै मिल्छ।

सुवास कुँवर

राशिफल त खासै हेरिँदैन।

सिर्जना राई

अलि-अलि मिल्छ, पूरै चाहिँ मिल्दैन।

युरिकराज नेपाली

केही पनि मिल्दैन, सब बकबास।

पुष्कर भण्डारी

मिल्दै-मिल्दैन, के मिल्नु ?

ऋषिराज काफ्ले

सधैं हेर्छु। कर्म गर्न छोड्दिन, जे हुने हो हुँदै जान्छ।

पूर्ण क्षेत्री

मिल्दैन। मिल्ने भए के यस्तो डौडधूप गर्नु ?

सुशील तिवारी, प्रकाश गिरी

डल्ली कान्छी

मिल्छ कहिलेकाहीं, प्रायः मिले-मिले जस्तो पनि हुन्छ।

सूर्य बाबु

खै कहिल्यै मिल्दैन।

रोशन आचार्य

यो स्तम्भमा हामीले राखेका प्रश्नको ३० शब्दमा नबढाई उत्तर पठाउनुपर्नेछ । उत्तर चिठ्ठी वा एसएमएस मार्फत पठाउन सकिनेछ ।
१. के रोजगारीका लागि विदेश जाँदा चमत्कार नै हुन्छ ?

कन्या राशि भए पनि कन्या मिलेन। त्यसमाथि सधैं लेखिएको हुन्छ, प्रेममा सफलता।

हरामी बाहुन पुरु

कत्ति मिल्दैन, राशि १२ तर मानिस ७ दशमलव ४ बिलियन। एउटा राशि शून्य दशमलव ६१६ बिलियन मानिसलाई कसरी मिल्नु ?

दीपक नेपाल

राशि मिल्छ, फलचाहिँ मिल्दैन।

केपी गौतम

फिटिक्कै मिल्दैन।

अजनवी

राशिचाहिँ मिथुन हो, फलचाहिँ २० वर्ष भो, एक चोटि पनि पाएको छैन।

आदेश पोखरेल

आफ्नो त राशि नै थाहा छैन, कुन हो ? ज्योतिषअनुसार फरक-फरक भन्छन्।

अनुप राना

कत्ति पनि मिल्दैन। जे लेख्या हुन्छ त्यो त झन् हुँदै हुँदैन।

सुजन पौडेल

एक प्रतिशत पनि मिल्दैन।

आदेश पोखरेल

आफ्नो महिनामा एक पटक तलब आउँछ। राशिफलमा महिनामा १० पटक धन प्राप्ति लेख्या हुन्छ। के मिल्छ भन्नु, के मिल्दैन भन्नु ? त्यही तलब आउने दिनचाहिँ अपव्यय वा धन नाश लेखिएको हुन्छ।

एस केसी

धेरैजसो मिल्छ।

समृद्धि बराल

बकबास लाग्छ।

निशान पीडित

सय प्रतिशतमा १ प्रतिशतजति मिल्छ। अब विवाह नभएका केटाकेटीको राशिमा सन्तान प्राप्ति लेखिएको हुन्छ, कति हाँस्नु ?

मनोजकुमार तामाङ

मिल्छ तर उल्टो।

गणेश थापा मगर

यो राशिफल लेख्नेहरूले कसलाई हेरेर लेख्छन् ? एउटा मिल्दैन। एउटै कुरा हप्ता दिनपछि फेरि दोहोरिन्छ।

विक्रम क्षेत्री

कहिलेकाहीँ मिल्दो रहेछ।

कृष्णराज श्रेष्ठ

नेल आर्ट र ब्यूटीसियन ट्रेनिङ्गमा निशुल्क भर्ना

CTEVT बाट मान्यता प्राप्त २३ बर्ष देखी नेपालकै एक मात्र अन्तर्राष्ट्रियस्तरको ब्युटीसियन कोर्षहरुमा प्रशिक्षण गराउने: Basic, Advance Diploma, Beautician Teacher's Training, Nail Art Technician, Mehandi, Skin, Hair Cutting, Makeup Special र अन्य विविध Short Special कोर्षहरुका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो।

* *

नोट: यू. के., अमेरीका, अष्ट्रेलीया, यूरोप तथा अन्य देशहरुमा स्टुडेण्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरुका लागि विशेष कोर्ष धमाधम संचालन भईरहेका छन्।

ITC प्रशिक्षण केन्द्र : डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, ठमेल: २०८११०९, लगनखेल बसपार्क: २१२२४४८, चावहिलचोक: ४४९३३६१, नयाँबानेश्वर: २०४२६५२, कोटेश्वरचोक: ४६०००१५, कलंकीचोक: ५२३४४८९, गोंगबुचोक: ४०२००९९, बुटवल: ०७१-५४१४६९, नारायणगढ: ०५६-५७२१४४, पोखरा: ०६१-६२२०९५, बाग्लुङ्ग: ०६८-५२२७१०, इटहरी चोक: ०२५-५८७१७५, दाङ घोराही: ०८२-५६३६११, बिर्तामोड: ०२३-५४६५२९

यौन जिज्ञासा र समाधान

डा. राजेन्द्र भद्रा

मलाई एउटा कुराले दोधारमा पा-यो, सहयोग गर्नुहुन्छ कि ? यौनसम्पर्क गर्दा वीर्य योनिबाहिर खस्यो, त्यसलाई औंलाले टिपेर योनिमा राख्दा गर्भ रहन सक्छ कि सक्दैन ?

४९१०

यौनसम्पर्कमा गर्भ रहने सम्भावना

कतिपय स्थितिमा पहिलो वा एक मात्र यौनसम्पर्कमै गर्भ रहन्छ, तर सधैं यस्तो हुँदैन। गर्भ रहन धेरै कुराको तालमेल मिल्नुपर्छ अर्थात् शुक्रकीट र डिम्बको मिलन हुनुपर्छ। शुक्रकीटसँग मिलन हुन डिम्ब निस्किएको समय हुनु आवश्यक छ। महिलाको डिम्ब महिनाको एकपटक मात्र निष्कासन हुन्छ। डिम्ब निष्कासन हुने समय नजिक गर्भ रहने सम्भावना बढी हुन्छ। डिम्ब निस्किएको यस्तै १४ दिनमा महिनावारी सुरु हुन्छ। यस्तै २८ दिनको महिनावारी भएका महिलाहरूमा १४ औं दिनतिर डिम्ब निस्कने भएकाले उक्त समयमा यौनसम्पर्क गर्दा गर्भ रहने सम्भावना एकदमै धेरै हुन्छ। डिम्ब निस्किएको यस्तै २४ देखि ४८ घण्टासम्म बाँच्छ भने महिलाको प्रजनन् अङ्गभित्र शुक्रकीट ७२ घण्टा वा त्योभन्दा बढी बाँच्न सक्छ, त्यसैले डिम्ब निस्कने केही अघिको र केही दिनपछिको समयलाई गर्भधारणका दृष्टिकोणले असुरक्षित काल मानिन्छ। सामान्यतः महिनावारी सुरु भएको आठौं दिनमा यौनसम्पर्क गर्दा गर्भ रहने सम्भावना न्यून हुन्छ। नियमित यौनसम्पर्क गर्दा एक सामान्य दम्पतीको महिनामा यस्तै १५ देखि २५ प्रतिशत गर्भ रहने सम्भावना हुन्छ। चार-पाँच महिनामा यो यस्तै ५० प्रतिशत अनि एक वर्षमा ८० प्रतिशत पुग्छ, तर महिनावारी ठीक २८ दिनमा नभै ढिलो-चाँडो हुन्छ भने केही सोच्नुपर्ने हुन्छ, किनभने यो भरपर्दो नहुन सक्छ। तपाईंले आफ्नो महिनावारीका बारेमा केही पनि जानकारी दिनुभएका छैन। गर्भको सम्भावना महिनावारी अर्थात् डिम्ब निष्कासनसँग सम्बन्धित हुन्छ।

बाह्य स्खलन

बाह्य स्खलन विधि :

किशोरकिशोरीमाझ प्रायः अपनाइने उपायमध्ये एक भए पनि वयस्कमा यो बढ्दो रूपमा देखिएको छ। यो यौनसम्पर्कका बेला अब वीर्य स्खलन हुने लाग्यो भन्ने स्थितिमा योनिबाट लिङ्ग झिकेर वीर्य योनिभन्दा बाहिर स्खलन गराउने विधि हो। वीर्य योनिमा नपरेपछि शुक्रकीट पाठेघरमा जान पाउने भएन र गर्भ रहने सम्भावना नै रहेन। अभ्यस्त नभएका व्यक्तिका लागि यसलाई प्रभावकारी तरिकाले अवलम्बन गर्न गाह्रो हुन्छ। लिङ्ग झिक्न ढिलो भै वीर्य योनिभित्रै वा योनिक्षेत्रमा झर्न सक्छ। यसले प्रभावकारिता कम गराउँछ। एकदम राम्रोसँग प्रयोग गरिएको स्थितिमा यसको प्रभावकारिता ४ प्रतिशत भए पनि सामान्यतः विभिन्न अध्ययनले यो विधी अपनाउँदा १५ देखि २५ प्रतिशत सम्म गर्भ रोक्न नसकेको देखाएको छ। यो विधि अपनाउँदा यौनरोग तथा एचआईभी सर्न सक्छ भन्ने कुरा बिर्सनु हुँदैन।

> **सूचना**
>
> तपाईंहरूको यौन र प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी कुनै समस्या छ भने हामीलाई
> saptahikhealth@kmg.com.np
> मा इमेल गर्नुहोस्। हामी सम्बन्धित डा. बाट समाधान दिनेछौं।

वीर्यलाई योनिमा धकेल्दा गर्भको कुरा

गर्भको सुरुवात पुरुषबाट निस्कने शुक्रकीट र स्त्रीमा विकसित भएको डिम्बको मिलनबाट हुन्छ। सामान्य रूपमा भन्नुपर्दा गर्भधारणका लागि मुख्य रूपमा १. डिम्ब निष्कासन, २. यौनसम्पर्क, ३. वीर्य स्खलन, ४. डिम्ब निसेचन तथा ५. डिम्ब रोपणजस्ता कुरा हुनु आवश्यक छ, यौनसम्पर्कका बेला पुरुषको वीर्यस्खलन हुँदा निस्किएका करोडौं शुक्रकीटमध्ये केही पाठेघरको मुख हुँदै पाठेघर र त्यसपछि डिम्बबाहिनी नलीमा पुग्छन्। त्यहाँ परिपक्व भएको डिम्बसँग असंख्य शुक्रकीटमध्ये एकको मात्र मिलन हुन्छ। यसरी मिलन हुने प्रक्रियालाई निषेचन भनिन्छ। यसरी शुक्रकीट र डिम्बको मिलन भएको कोषलाई युग्मज भनिन्छ र यहि नै पछि विकसित भएर शिशु बन्छ।

तपाईंलाई पक्कै थाहा होला, वीर्यमै शुक्रकीट हुन्छन् र त्यसको मिलन नै महिलाको डिम्बसँग हुन्छ। योनिमा वीर्य पर्दा त्यसमा भएका मध्ये केही शुक्रकीट पाठेघरको मुख हुँदै पाठेघर अनि डिम्ब नलीसम्म पुग्न सक्छ। तपाईंले वीर्य योनिमा धकेल्नुभएको स्थितिमा पनि वीर्यमा भएको शुक्रकीटले गर्भधारण गराउन सक्छ।

गर्भ चाहेको कि नचाहेको ?

तपाईंको सन्देशमा तपाईंले गर्भ चाहेको हो कि नचाहेको हो भन्ने कुरामा केही अस्पष्टता पाइन्छ। तपाईंको यौन साथीसँगको यौन सम्पर्कमा बाह्य स्खलन गरिएको कुरा बुझिन्छ। यसको अर्थ गर्भ नरहोस् भन्ने नै हुन्छ, तर तपाईंको साथीले वीर्य बाहिर किन स्खलित गराएको हो भन्ने कुराका सन्दर्भमा चाहेर गराइएको वा नचाहेर परिस्थितिवश बाहिर निस्कन पुगेको हो, स्पष्ट छैन।

बाहिर निस्किएको वीर्य किन भित्रतिर पसाउन खोज्नुभएको हो, भन्ने कुरा पनि स्पष्ट छैन। तपाईंलाई थाहै होला, यौनसम्पर्कपछि पुरुषको वीर्य योनिमा स्खलित भएपछि बिस्तारै योनिद्वारबाट बाहिरतिरै आउँछ। यो स्वाभाविक हो। यसरी बाहिर आयो भन्दैमा गर्भ नै नरहने होइन। योनिमा स्खलित वीर्यमा भएका शुक्रकीटमध्ये केही पाठेघरतिर जान्छन्, जुन गर्भका लागि पर्याप्त हुन्छ। यदि तपाईंको केटासाथीले गर्भ नरहोस् भनेर बाह्य स्खलन गराएको र तपाईंले योनिभित्र उक्त वीर्य राख्न खोज्नुभएको हो भने परिस्थिति अर्कै हो। यहाँ दुवै यौनसाथीलाई गर्भको सम्भावनाका बारेमा जानकारी हुनु जरुरी छ। यसमा छल गरिनु हुँदैन।

यसबाहेक पनि गर्भको सम्भावनालाई महिलाको उमेर, यौनसम्पर्क कति पटक राखिन्छ अनि यो महिनावारी चक्रको कुन बेला यौनसम्पर्क गरिन्छ भन्ने जस्ता कुराले प्रभाव पार्छन्। गर्भनिरोधको कुनै साधन प्रयोग नगरी गर्भ रहोस् भन्ने चाहेर एक वर्षभन्दा बढी यौनसम्पर्क गर्दा पनि गर्भ नरहेको स्थितिमा परीक्षण गराउनु मनासिब हुन्छ। सन्तान जन्माउन नसक्नुका केही कारण पुरुषमा हुन्छ भने केही कारण महिलामा हुन्छन्। त्यसैगरी केही कारण दुवै जनामा संयुक्त रूपमा हुन्छन्। करिब १० प्रतिशतजति यस्ता घटनामा सन्तानहीनताको कारण नै पत्ता लाग्दैन। पुरुषको सन्दर्भमा पर्याप्त मात्रामा स्वस्थ शुक्रकीट उत्पादन भैरहेको छ कि छैन विचार गर्नुपर्छ। यो वीर्य परीक्षण गरेर सजिलै पत्ता लगाउन सकिन्छ। महिलाको सन्दर्भमा शरीरमा कतिपय हार्मोनको गडबडी भए पनि सन्तान उत्पादन गर्न नसक्ने हुन्छन्। केही परिस्थितिमा मानसिक कारण पनि यसका लागि जिम्मेवार हुन्छ। महिलाको प्रजनन अंगसँग सम्बन्धित विकारहरूका कारणले सन्तान जन्माउन नसक्ने हुनु सबैभन्दा प्रमुख कारण हो। यसको उपचार स्त्रीरोग विशेषज्ञको सल्लाहमा गरिनुपर्छ।

> यौनसम्पर्कका बेला पुरुषको वीर्यस्खलन हुंदा निस्किएका करोडौं शुक्रकीटमध्ये केही पाठेघरको मुख हुंदै पाठेघर र त्यसपछि डिम्बबाहिनी नलीमा पुग्छन्। त्यहां परिपक्व भएको डिम्बसंग असंख्य शुक्रकीटमध्ये एकको मात्र मिलन हुन्छ।

महिला स्वास्थ्य

म २५ वर्षीया गृहिणी हुँ। हाम्रो चार महिनाको छोरा छ। मेरो महिनावारी सुरु भएको छैन। मेरो बाबुले दूध खाँदैछ। यो अवस्थामा मैले परिवार नियोजनको कुन साधन प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ ? परिवार नियोजनको साधनले स्तनपान गरिरहेको शिशुको स्वास्थ्यलाई असर त गर्दैन ?

एन.

डा.बालकृष्ण शाह
स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ,
मोरङ सहकारी अस्पताल

शिशुले स्तनपान गरिरहेको अवस्थामा पनि महिनावारी सुरु नभएसम्म गर्भ रहने सम्भावना न्यून हुन्छ, तर पूर्ण रूपमा भर पर्न सकिँदैन। शिशु राम्रोसँग नहर्किएसम्म र आफ्नो स्वास्थ्य राम्रो नभएसम्म अर्को सन्तान जन्माउनु हुँदैन। तपाईंको उमेर २५ वर्ष मात्र भएको र एउटा मात्र सन्तान रहेकाले तपाईंले अस्थायी साधनहरूमध्ये कुनै पनि साधन अपनाउन सक्नुहुन्छ, तर शिशुले स्तनपान गरिरहेको अवस्थामा इस्ट्रोजेन नामक हार्मोन प्रयोग गरिएको खानेचक्की अर्थात् पिल्सचाहिँ रोज्न मिल्दैन। तपाईंले ईन्प्लान्ट (ज्याडेल) वा तीन महिने सुई (डिपो) प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। यी साधनहरूमा हार्मोन प्रयोग गरिए पनि इस्ट्रोजेन प्रयोग गरिएको हुँदैन। त्यस्तै तपाईंले पाठेघरमा राखिने कपर-टी पनि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ, यो १२ वर्षसम्म प्रभावकारी हुन्छ। आफूलाई सन्तानको रहर हुनेबित्तिकै त्यसलाई निकाल्न सकिन्छ। यसमा कुनै हर्मोन प्रयोग नगरिएकाले तपाईंका लागि उपयुक्त हुन सक्छ।

तस्बिर साभार : 4sport.ua

सगरमाथालाई ...

पृष्ठ ५ बाट

शेर्पाहरू हिमालको फेरिँदो मौसम क्षणभरमै थाहा पाउँछन् रे हो ?

हामी बादलबाटै मौसम थाहा पाउँछौं । जस्तोसुकै परिस्थितिमा हामीले हिमालमा हुने मौसमको पूर्वअनुमान गर्न सक्छौं । अहिले त मौसम रिपोर्टहरू पनि धेरै आउँछन् । विभिन्न ठाउँको मौसमको रिपोर्ट जुधाएर हेर्छौं । जुन दिन सबै ठाउँको मौसम ठीक छ त्यही दिन हामी सगरमाथाको शिखरमा जान्छौं ।

आफूलाई कसरी फिट राख्नुहुन्छ ?

हामी त त्यत्तिकै फिट हुन्छौं । गाउँघरमा बस्दा पनि कठोर मेहनत गरिरहेका हुन्छौं ।

हरेक पटक हिमाल चढ्नुपूर्व कसरी तयारी गर्नुहुन्छ ?

कम्पनीले हामीलाई यो ठाउँमा जानुपर्छ भनेर छुट्याउँछ । जसले गर्दा हामीले खासै पूर्वतयारी गर्नु पर्दैन । आफूलाई चाहिने सामानको बन्दोबस्त भने गर्नुपर्छ ।

तपाईंले पहिलोपटक सगरमाथा चढ्दा र २२ औं पटक सगरमाथा चढ्दा के फरक पाउनुभयो ?

पहिले अलि गाह्रो थियो । भनेजस्ता सामान पनि पाइँदैनथ्यो । अहिले सामानहरू पनि सजिलो खालका आएका छन् । त्यसैले पहिलेको तुलनामा अहिले सगरमाथा चढ्न सजिलो भएको छ ।

हिलारी स्टेपमा रहेको ढुंगा हराएर सगरमाथा आरोहण सहज भएको भनिन्छ नि हो ?

हिलारी स्टेप छैन् भनेर मैले गत वर्ष नै भन्दा मानिसहरूले हिउँले छोपेर नदेखिएको भने । हिलारी स्टेपलाई कहिल्यै हिउँले छोप्न सक्दैन, त्यहाँ ठूलो ढुंगा थियो, अहिले त्यो ढुंगा छैन । यसपालि पनि मैले राम्रोसँग खोजी गरे र तस्बिर खिचेर ल्याएँ, तर त्यो ढुंगा त्यहाँ छैन । त्यो ढुंगा नभएका कारण अहिले सगरमाथा चढ्न अलि सहज भएको छ ।

त्यो ढुंगा के कारणले हराएको हुन सक्छ ?

सन् २०१५ को भूकम्पका कारणले हराएको हो कि जस्तो लाग्छ । भूकम्पपछि सगरमाथा चढ्न सहज भएको छ । पहिले खुम्बु आइसफलमा ४/५ ठाउँमा भऱ्याङ लगाउनुपर्थ्यो, यस पटक खुम्बु आइसफलमा एउटा मात्र भऱ्याङ लगाउनुपऱ्यो । मेरो विचारमा भूकम्पको धक्काका कारण आइसफलमा रहेका दरारहरू जोडिए । जसका कारण अहिले खुम्बु आइसफलमा एउटा मात्र भऱ्याङ लगाउनुपर्ने भएको छ । पहिले-पहिले हामीले सातवटासम्म भऱ्याङ गाँसेर खुम्बु आइसफल पार गर्नुपर्थ्यो । यस पटक बेस क्याम्पदेखि आइसफलसम्म एउटा मात्र भऱ्याङ लगाउनुपऱ्यो ।

ग्लोबल वार्मिङको असर सगरमाथामा कत्तिको देखिन्छ ?

त्यसको स्पष्ट असर देखिन्छ । पहिले-पहिले सगरमाथाको क्याम्प टु ५ हजार ६ सय मिटरमा हिउँ निकै बढी हुन्थ्यो, अहिले ग्लेसियर धेरै देखिन्छ । माथितिर बाटोमा पनि पहिलेको तुलनामा अहिले नांगा चट्टान बढी देखिन्छन् ।

सगरमाथाको चुचुरोबाट कस्तो दृश्य देखिन्छ ?

सगरमाथाबाट हिमालै हिमाल देखिन्छ । शिवपुरी डाँडाको टुप्पोमा पुगेपछि जसरी काठमाडौं घरैघरले भरिएको देखिन्छ, त्यस्तै सगरमाथाको चुचुरोबाट सेताम्य हिमाल र डाँडाहरू देखिन्छन् । त्यहाँ चर्को हावा पनि चलिरहेको हुन्छ ।

हिमाल चढ्ने प्रतिस्पर्धा पनि देखिन थालेको छ होइन ?

हो, अहिले प्रतिस्पर्धाको जमाना छ । सगरमाथा आरोहणको कुरा पनि खेल जस्तो बनाइएको छ । स्पोन्सर खोज्ने सगरमाथा चढ्ने, तर, दुःखलाग्दो पक्ष के छ भने उनीहरू एक्लै आफैंमात्र कहिल्यै सगरमाथा चढ्न सक्दैनन्, उनीहरू स्वयंले चढे पो उनीहरूको नाम आउने हो । त्यो सबै काम शेर्पाहरूले गरिदिन्छन् । उनीहरूको खानपिन, ओढ्ने ओछ्याउनेदेखि अक्सिजनसम्म, बाटो बनाउनेदेखि शिखरसम्म पुऱ्याउने काम पनि शेर्पाकै हुन्छ तर, उनीहरूको नाम अगाडि आउँछ, यसमा शेर्पाको नाम नआउँदा मलाई साह्रै दुःख लाग्छ । नेपालको सेना, प्रहरी, निजामति कर्मचारीदेखि प्रचण्डका छोरा र बुहारीसम्मले सगरमाथा चढे । तिनीहरू सबै शेर्पाबिना चढेका होइनन् । नेपाली मात्र होइन, विदेशीहरू पनि शेर्पाबिना सगरमाथा चढ्न सक्दैनन् । आफै बाटो खोल, आफैं आफ्नो खाना बोक आफै दुःख गरेर सगरमाथा आरोहण गरेर देखाउ ? शेर्पाले चढाएको ठाउँमा शेर्पाको नाम काटेर उनीहरूको नाममात्र किन आउँछ ? फलानो शेर्पाले गर्दा मैले सगरमाथा चढे र मेरो नाम रहयो भन्नु पर्दैन् ?

सरकारले शेर्पाहरूका लागि के गरिदिओस् भन्ने चाहनुहुन्छ ?

सरकारले गर्नुपर्ने धेरै पहिले नै हो । सरकारले गर्न नसकेपछि तेन्जिङ नोर्गे शेर्पालाई भारतले किन्यो । सरकारले त्यतिबेला नै केही गरेको भए अहिले तेन्जिङ शेर्पा नेपाली नै हुन्थे । अहिले पनि १० भन्दा धेरै पटक सगरमाथा आरोहण गरेका कैयौं कीर्तिमानधारी शेर्पाहरू छन् । १८-१९ पटक आरोहण गरेकाहरू पनि धेरै छन् । १०-१२ पटक सगरमाथा आरोहण गरेका त झन्डै १ सय जना शेर्पा छन् । यिनीहरू नेपालका सम्पत्ति हुन्, हामीले उनीहरूको संरक्षण गर्नुपर्छ भनेर सरकार लाग्नुपर्छ । ५-६ पटक त धेरैले आरोहण गरिरहेका छन्, १० चोटि र त्यो भन्दा बढी सगरमाथा आरोहण गर्नेलाई सरकारले कसरी हुन्छ संरक्षण गर्नुपर्छ । सरकारले एक जना विदेशीबाट पाउने एक हजार डलर रोयल्टीको २० प्रतिशत मात्र उनीहरूलाई भत्ता दिएर हुन्छ कि कसरी हुन्छ संरक्षण गर्नुपर्छ ।

सगरमाथाको संरक्षणको कुरा पनि उठिरहेको छ । त्यहाँको मुख्य समस्या के छ ?

सगरमाथाको सबैभन्दा ठूलो समस्या भनेकै फोहोरको समस्या हो । सगरमाथालाई क्लिन राख्न सरकारले विशेष ध्यान दिनुपर्ने भैसकेको छ । बसन्त ऋतुमा मात्र झन्डै ४ सयभन्दा बढी विदेशी सगरमाथा आरोहणका लागि आउँछन् । उनीहरूबाट उठ्ने राजस्वको एक भाग सगरमाथाको सरसफाइमा खर्च गर्नुपर्छ । उनीहरू जलवायुको असरका सम्बन्धमा कोपहेगनमा गएर बैठक गर्छन्, कालापत्थरमा हेलिकप्टर लिएर बैठक गर्छन् । त्यति गर्दा सगरमाथा सफा हुन्छ ? त्यस्ता बैठक-सेमिनारमा गरिने खर्च सगरमाथाको फोहोर संकलनमा लगाएको भए हुन्थ्यो नि । फोहोरकै कारण सगरमाथामा हिउँको अस्तित्व नै संकटमा छ ।

२२ पटक सगरमाथा चढ्दा तपाईंले आफ्नो जीवनशैलीमा के-कस्तो परिवर्तन आएको महसुस गर्नुभएको छ ?

मेरो जीवनशैली हिजो जस्तो थियो आज पनि उस्तै छ । म साधारण जीवनशैली बाँच्छु । मैले प्रतिस्पर्धा गरेर मेरो जीवन बनाउँछु भनेर सगरमाथा आरोहण गरेको भए कुरा अर्कै हुन्थ्यो होला । मचाहिँ कामको सिलसिलामा गाइड बन्दै सगरमाथा आरोही हुन पुगे । त्यसपछि सगरमाथा आरोहण दलको नेतृत्व गर्दै सगरमाथा पुगिरहेको छु । करोडौं खर्च गरेर विदेशीहरू सगरमाथा आरोहण गर्न आउँछन्, उनीहरूको आरोहण सफल पारियो भने नेपाल आउने विदेशी पर्यटकको संख्या बढ्छ । पर्यटकको संख्या बढ्यो भने हामी सबै नेपालीलाई पैसा कमाउन सहज हुन्छ । म त्यही कुरा ध्यानमा राखेर सगरमाथा आरोहण गर्छु ।

सगरमाथा आरोहणका क्रममा परिवारलाई कत्तिको सम्झनुहुन्छ ?

परिवारको सम्झना त आउँछ नै । म वर्षमा दुई-तीन पटक सगरमाथा आरोहणको नेतृत्व गर्छु । त्यसकारण आजकाल त बानी नै भैसकेको छ ।

अब कति पटक सगरमाथा आरोहण गर्छु जस्तो लाग्छ ?

मैले २५ पटक सगरमाथा चढ्छु भनेर भनेको हुँ तर अहिले मेरो पछि-पछि प्रतिस्पर्धा गर्ने मानिसहरू देखिरहेको छु । २० पटक आरोहण गरेकाहरूले मैले २४ पटक आरोहण गरे भनेर फेसबुकमा हल्ला चलाइरहेका छन् । त्यस्तो हुन थाल्यो भने म छोडिदिन्छु । उनीहरू कीर्तिमान राखून् मलाई कीर्तिमान चाहिँदैन् । उनीहरूले नै गरी खाउन, म त्यस्तो प्रतिस्पर्धामा जाँदिनँ ।

हिउँ छिचोल्दै धावक

मनोज पौडेल

सगरमाथा बेस क्याम्पमा सपना पनि राम्रो देखे त्रिभुवन आर्मी क्लबका ३६ वर्षे धावक भीमबहादुर गुरुङले । नभन्दै हिउँ छिचोल्दै दगुरेका गुरुङको सपना बिपनामा परिणत भयो । उनले ४२ दशमलव ९५ किलोमिटरको दूरी ४ घण्टा २ मिनेट ३७ सेकेन्डमा पूरा गरेर पन्ध्रौं तेन्जिङ-हिलारी एभरेस्ट म्याराथन च्याम्पियसनसिपको उपाधि चुमे । उक्त प्रतिस्पर्धामा स्थानीय सुमन कुलुङ दोस्रो भए । कुलुङले उक्त दूरी ४ घण्टा ६ मिनेट ६ सेकेन्डमा पूरा गरे भने सेनाकै वेदबहादुर सुनवार ४ घण्टा २८ मिनेट ३५ सेकेन्डमा दौड पूरा गरी तेस्रो भए ।

सगरमाथा बेस क्याम्प पुऱ्याइएको लुम्बिनीस्थित विश्व शान्तिद्वीपको ज्योति देखाएर उक्त म्याराथन प्रारम्भ गरिएको थियो । सगरमाथामा पहिलो पटक सर एडमन्ड हेलारी र तेन्जिङ नोर्गे शेर्पाले ६५ वर्षअघि २९ मेका दिन पाइला राखेको दिनको सम्झनामा विगत १५ वर्षदेखि म्याराथन आयोजना गरिँदै आएको छ ।

यो वर्ष लुम्बिनी र सगरमाथालाई एकसाथ विश्वमै पहिचान गराई उत्कृष्ट पर्यटकीय गन्तव्य बनाउन लुम्बिनीस्थित विश्व शान्तिद्वीपको ज्योति लगेर उक्त म्याराथन सुरु गरिएको हो, जसलाई आगामी वर्ष पनि निरन्तरता दिइनेछ ।

सोही अवसरमा आयोजित २१ किलोमिटर लामो हाफ म्याराथनको उपाधि न्युजिल्यान्डका नागरिक जोडेन किलिङले २ घण्टा ५९ मिनेट ३४ सेकेन्डमा पूरा गरेर जिते भने कोरियन नागरिक डोङवर्क खोन ३ घण्टा १९ मिनेट ४५ सेकेन्डमा दौड पूरा गरी दोस्रो भए । भारतीय नागरिक दिपेश सबरवाल ३ घण्टा ३७ मिनेट ३२ सेकेन्डमा दौड पूरा गरी तेस्रो भए ।

६० किलोमिटर लामो खुला अल्ट्रा एभरेस्ट म्याराथनतर्फ त्रिभुवन आर्मी क्लबका तीर्थ तामाङ विजेता भए । उक्त प्रतिस्पर्धामा दोस्रो र तेस्रो क्रमशः किरण कुलुङ र मोहनदेव जोशी रहे । महिलातर्फ ४२ किलोमिटर म्याराथनको उपाधि पुर्णिमा राईले जितिन् । दोस्रो तथा तेस्रो स्थानमा निर्कला कुलुङ र पदमकुमारी राई रहे । विदेशी महिलाको ४२ किलोमिटर लामो म्याराथनको उपाधी अस्ट्रेलियन नागरिक म्यानुल सेयरले जितिन् । दोस्रो र तेस्रो स्थानमा क्रमशः बेलायती जोनथोन बेम्बर तथा न्युजिल्याण्डकी जोसु विलेलिभ देखा परे ।

कार्यक्रममा तेन्जिङ हिलारी एभरेष्ट म्याराथनका परिकल्पनाकार विक्रम पाण्डेकाजीले पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न थप ५ प्रदेशमा म्याराथन आयोजना गर्ने घोषणा गरे । उनले प्रदेश नम्बर १ र ५ मा म्याराथन संचालन गर्दै आएका छन् ।

यो वर्षको एभरेस्ट म्याराथनमा ३० मुलकका १ सय ३५ विदेशी तथा ६० जना नेपाली सहभागी थिए । विश्वकै कठिन र हाई अल्टिच्युट लाग्ने ठाउँमा दौड पूरा गर्न सबै लालायित हुन्छन्, इभेन्ट म्यानेजर शिखर पाण्डे भन्छन्– त्यसैले हामी सबैलाई अवसर दिएर मुलुकलाई नयाँ पर्यटकीय गन्तव्य बनाउन जुटेका छौं ।

तस्बिरहरु : मनोज पौडेल

आन्तरिक पर्यटक लोभ्याउँदै र्‍याफ्टिङ

नेपाल एसोसियसन अफ र्‍याफ्टिङ एजेन्सिज (नारा) ले हरेक वर्ष र्‍याफ्टिङ फेस्टिबलको आयोजना गरेर आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरूलाई र्‍याफ्टिङको मज्जा प्रदान गर्छ । यो वर्ष पनि र्‍याफ्टिङ र पर्यटनका लागि नदी बचाऔं भन्ने नाराका साथ आयोजना गरिएको उक्त मेलामा सयौंले र्‍याफ्टिङको मज्जा लिए । धादिङको बेनीघाटदेखि फिस्लङसम्म सञ्चालित उक्त र्‍याफ्टिङ २१ किलोमिटर लामो थियो जसमा ७ वटा र्‍यापिड (पानीका ठूला छाल) थिए । र्‍याफ्टिङमा उक्त दूरी पार गर्न ३ घण्टा लाग्छ । नाराले त्रिशूली तथा भोटेकोसीमा संस्थागत रूपमै र्‍याफ्टिङ महोत्सव सञ्चालन गर्दै आएको छ ।

तस्बिर तथा शब्द : विष्णु तारुके

ट्राभलिङ

नरेन्द्र रौले

जाने होइन त र्‍याफ्टिङ ?

र्‍याफ्टिङ एक प्रकार हावा भरेर चलाउन मिल्ने डुंगा (र्‍याफ्ट) प्रयोग गरेर पानीको बहावसँगै बग्दै गरिने जलयात्रा हो। यो एउटा मनोरञ्जक साहसिक खेल हो। र्‍याफ्टिङका लागि अहिलेसम्म नेपालका १६ वटा नदी खुल्ला गरिएका छन्। त्यसमध्ये कर्णाली, सुनकोसी र भोटेकोसी नदी र्‍याफ्टिङका लागि संसारकै उत्कृष्ट दस नदीमा पर्छन्। खासगरी यी तीनवटा नदीमा विदेशीहरू महँगो रकम तिरेर र्‍याफ्टिङको मज्जा लिन्छन्।

सुनकोसी नदी

लोन्ली प्लानेटका अनुसार सुनकोसी नदीको र्‍याफ्टिङ विश्वकै सबैभन्दा राम्रोमध्ये एक हो। यहाँ खासगरी सेप्टेम्बरदेखि जनवरीसम्म र्‍याफ्टिङ गर्न सकिन्छ। जुनसुकै र्‍याफ्टिङ कम्पनीबाट पनि टिकट बुकिङ गर्न सकिन्छ। सुनकोसीमा र्‍याफ्टिङका लागि ८ रात, ९ दिनको विशेष प्याकेज बनाइएको छ। यो यात्राका लागि १० दिनको समय छुट्याउनुपर्छ।

मर्स्याङ्दी नदी

मर्स्याङ्दी नदीका आफ्नै विशेषताहरू छन्। यहाँको पानीको रंग आक्वा मरिन तथा सेतोजस्तो देखिन्छ। मर्स्याङ्दी नदीमा दुई दिनको समय छुट्याउँदा र्‍याफ्टिङको आनन्द लिन सकिन्छ। अक्टोबरदेखि जनवरीसम्म यहाँ र्‍याफ्टिङ प्याकेज उपलब्ध हुन्छ।

समय : दुई दिन

भोटेकोसी नदी

नेपाल र तिब्बतको सिमानामा पर्ने भोटेकोसी नदीमा गरिने र्‍याफ्टिङ विश्वकै चुनौतीपूर्ण र्‍याफ्टिङमध्ये एक मानिन्छ। नोभेम्बरदेखि जनवरीसम्म यहाँ र्‍याफ्टिङको विशेष समय हो। दुई दिनको प्याकेजका लागि १६ हजार रुपैयाँ खर्चिनुपर्ने हुन्छ।

त्रिशूली नदी

त्रिशूली नेपालमा र्‍याफ्टिङका लागि सबैभन्दा प्रचलित नदी हो। काठमाडौंबाट केही घण्टाको दूरीमा पुगिने भएकाले पनि त्रिशूली नदीमा आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरू ओइरो लाग्छन्। त्रिशूलीमा र्‍याफ्टिङका लागि काठमाडौं, पोखरा, चितवनमा प्याकेजहरू किन्न सकिन्छ। र्‍याफ्टिङका क्रममा गल्छेडाहरू पार गर्दै सुन्दर उपत्यका नियाल्न सकिन्छ। पानीको बहाव कतै उच्च गतिमा बग्छ भने कतै मन्द गतिमा। यसले छुट्टै रोमाञ्चकता थप्छ।

समय : २ दिन

कर्णाली नदी

नेपालको सबैभन्दा लामो र ठूलो नदीका रूपमा परिचित छ– कर्णाली नदी। यो नदी र्‍याफ्टिङका लागि संसारकै सबैभन्दा उत्कृष्ट नदीमध्ये एक हो। मानसरोवर मुहान भएको कर्णाली नदीमा केही अघि बेलायतका राजकुमार ह्यारीले पनि र्‍याफ्टिङ गरेका थिए।

यो नदीमा गरिने र्‍याफ्टिङ जीवनकै रोमाञ्चकारी यात्रा मानिन्छ। सुदूरपश्चिमको अपिबाट सुरु हुने सेती, धौलागिरिबाट सुरु हुने भेरी नदीसहित दुई दर्जनभन्दा बढी खोला–नालाको पानी बोकेर हिंड्ने कर्णाली नदी चिसापानीपछि सुस्त गतिमा भारततिर बग्छ। कर्णाली नदीको र्‍याफ्टिङ किन पनि चर्चित छ भने यो जलयात्राका क्रममा बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज, वन्यजन्तु तथा प्राकृतिक सुन्दरता अवलोकन गर्न सकिन्छ। सुस्त गतीमा र्‍याफ्टिङ गर्दा थारु संस्कृति, चराचुरुंगी, जलचर एवं वन्यजन्तुहरू नियाल्दाको आनन्द बेग्लै हुन्छ।

समय : १० दिन

सेती नदी

सेती नदीको र्‍याफ्टिङ पारिवारिक र्‍याफ्टिङका रूपमा बढी प्रचलित छ। यहाँबाट चार दिन लगाएर कर्णालीको चिसापानीसम्म लामो र्‍याफ्टिङसमेत गर्न सकिन्छ। तल्लो सेती नदीमा दुई दिनको प्याकेज लिन सकिन्छ। सुदूरपश्चिम घुम्ने पर्यटकहरूका लागि सेती नदीको र्‍याफ्टिङ आकर्षणको केन्द्र बन्दै गएको छ। यहाँ तुलनात्मक रूपमा कम मानिस हुन्छन्। सेती नदीबाट र्‍याफ्टिङ गर्दै कर्णाली पुग्न सकिन्छ। र्‍याफ्टिङका क्रममा स्थानिय जनजीवन, गाईवस्तु चराईरहेका मानिसहरू, पौडी खेलिरहेका बालबालिका, माछा मारिरहेका दृश्य आदि नियाल्न सकिन्छ।

समय :२ दिन

भेरीमा र्‍याफ्टिङ

प्रदेश नम्बर ६ को राजधानी सुर्खेतको मेहलकुनादेखि रानीघाटसम्मको ४५ किलोमिटर खण्डमा र्‍याफ्टिङ सुरु भएको छ। यसका लागि फागुनदेखि जेठ महिनासम्मको समय सबैभन्दा उपयुक्त मानिन्छ। यहाँ भेरी–कर्णाली र्‍यापिड एड्भेन्चर तथा कर्णाली–भेरी र्‍यापिड एड्भेन्चरले जलयात्रा गराउँदै आएका छन्। कर्णाली–भेरी र्‍यापिड एड्भेन्चरले मेहलकुनादेखि रानीघाटसम्मको ४५ किलोमिटर दूरीलाई दुई खण्डमा विभाजन गरेर जलयात्रा गराउँदै आएको छ, जसअनुसार मेहलकुनादेखि भेरी पुलसम्मको २१ किलोमिटरलाई पहिलो खण्ड र भेरी नदीदेखि रानीघाटसम्मको २४ किलोमिटरको दूरीलाई दोस्रो खण्डका रुपमा विभाजित गरिएको छ। एक दिनका लागि (झन्डै ४ घण्टा) २ हजार ५ सय रुपैयाँ तिर्नुपर्ने भेरी–कर्णाली र्‍यापिड एड्भेन्चरका ज्ञानेन्द्र गौतमले बताए।

शिव अधिकारी, महासचिव, नेपाल एसोसिएसन अफ र्‍याफ्टिङ एजेन्सिज

नेपालमा र्‍याफ्टिङको सम्भावना कस्तो छ ?

नेपाल हिमाल र नदीका लागि धनी छ। कर्णाली, कोसी र गण्डकी संसारमै ऊर्जावान् एवं जीवन्त नदीका रूपमा कहलिएका छन्, हामीले प्रचार–प्रसार गर्न नसकेको मात्र हो। पारदर्शिता, प्रचार र काम गर्ने जाँगर भयो भने धेरै गर्न सकिन्छ। हामी भाषण र गफले बिग्रियौं। कर्णाली, सगरमाथा र लुम्बिनी हाम्रा गौरव हुन्। कर्णाली नदीमा र्‍याफ्टिङ गर्दा पहाड, हिमाल र तराइ सबै अवलोकन गर्न सकिन्छ। मानिस त्यहाँ पुग्नेबित्तिकै मोहित हुन्छन्। यी तीनवटा कुरा मात्र बेच्न सकियो, प्रचार गर्न सक्यो भने पनि नेपालले प्रशस्त आम्दानी गर्न सक्छ।

र्‍याफ्टिङका लागि सबैभन्दा बढी प्रचलित ठाउँ कुन हो ?

बढी चलिरहेको ठाउँ त त्रिशूली नै हो। स्वदेशी–विदेशीहरू बढी त्रिशूली नै पुग्छन्। बढी पैसा हुनेहरू कर्णाली तथा तमोर नदी जान्छन्। सबैभन्दा छोटो कालीगण्डकीको र्‍याफ्टिङ हो। दमौलीबाट नारायणघाट नजिकको गाइघाट रुट र सेती नदीमा गरिने र्‍याफ्टिङ पारिवारिक र्‍याफ्टिङ मानिन्छ।

नेपालका नदीहरू र्‍याफ्टिङका लागि किन विशेष छन् ?

संसारमा अन्त नपाइने माछा गोल्डेन मासिर कर्णाली नदीमा पाइन्छ। विदेशीहरू यही माछा मार्न यहाँ आइपुग्छन्। १५ दिनदेखि १ महिनासम्म खोलामै बस्ने, कुर्ने गर्छन्। त्यो रहर पूरा गर्न विदेशीले १५ सयदेखि ३ हजार डलरसम्म खर्च गर्छन्। उनीहरू उक्त माछाको फोटो खिचेर नदीमै छोडिदिन्छन्।

र्‍याफ्टिङ गर्नेहरूको संख्यामा कस्तो फेरबदल आएको छ ?

मैले एड्रिफ एड्भेन्चर चलाएको १५ वर्ष भयो। तुलनात्मक रूपमा पर्यटकहरू असाध्यै कम छन्। यो व्यवसाय नेपालीहरूको भरमा चलाएर मात्र हुँदैन। व्यापार ५० प्रतिशतले घटेको छ। गिटी, बालुवा तस्करी र यहाँको ट्राफिक जामले गर्दा पनि प्रत्यक्ष असर पुऱ्याएको छ। अहिले नेपालीले गर्दा नै व्यापार धानिएको छ। नेपाल आउने पर्यटकहरू भारततिर डाइभर्ट भएका छन्।

र्‍याफ्टिङ व्यवसायका चुनौती के–कस्ता छन् ?

खासगरी गिट्टी, बालुवा तस्करीले ठूलो असर गरिरहेको छ। नदीमा यस्तो क्रियाकलाप भैरहेको देख्दा विदेशीहरू तिमीहरूमा मानवीयता छैन भनेर सोध्छन्। प्रकृतिको दोहन गरेकोमा उनीहरू असन्तुष्टि व्यक्त गर्छन्। क्रसर उद्योगले र्‍याफ्टिङ व्यवसायमा प्रत्यक्ष असर पुऱ्याइरहेका छन्। ट्राफिक जाम पनि उस्तै छ। जाम छिचोल्दै त्रिशूली पुग्न धेरै समय लाग्छ। अर्कातिर स्थानीयवासीले खोलामा ढल मिसाइदिन्छन्। धेरैजसो नदीलाई फोहोरमैलाको डम्पिङ साइट बनाइएको छ। सरकारले पनि अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा पर्याप्त प्रचार–प्रसार गर्न सकेको छैन।

जेठ ३१ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. १ रसियाविरुद्ध साउदी अरेबिया	
असार १ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. २ इजिप्टविरुद्ध उरुग्वे	
असार १ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. ३ मोरोक्कोविरुद्ध इरान	
असार १ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ४ पोर्चुगलविरुद्ध स्पेन	
असार २ गते साँझ ३:४५ बजे		खेल नं. ५ फ्रान्सविरुद्ध अस्ट्रेलिया	
असार २ गते साँझ ६:४५ बजे		खेल नं. ६ अर्जेन्टिनाविरुद्ध आइसल्यान्ड	
असार २ गते साँझ ९:४५ बजे		खेल नं. ७ पेरु विरुद्ध डेनमार्क	
असार ३ गते राति १२:४५ बजे		खेल नं. ८ क्रोयसिया विरुद्ध नाइजेरिया	
असार ३ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. ९ कोस्टारिका विरुद्ध सर्विया	
असार ३ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. १० जर्मनीविरुद्ध मेक्सिको	
असार ३ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ११ ब्राजिलविरुद्ध स्वीजरल्यान्ड	
असार ४ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. १२ स्वीडेनविरुद्ध दक्षिण कोरिया	
असार ४ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. १३ वेल्जियमविरुद्ध पनामा	
असार ४ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. १४ ट्युनिसिया विरुद्ध इंग्ल्याण्ड	
असार ५ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. १५ कोलम्बियाविरुद्ध जापान	
असार ५ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. १६ पोल्यान्डविरुद्ध सेनेगल	
असार ५ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. १७ रसियाविरुद्ध इजिप्ट	
असार ६ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. १८ पोर्चुगलविरुद्ध मोरोक्को	
असार ६ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. १९ उरुग्वेविरुद्ध साउदी अरेबिया	

असार ६ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. २० इरानविरुद्ध स्पेन	
असार ७ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. २१ डेनमार्कविरुद्ध अस्ट्रेलिया	
असार ७ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. २२ फ्रान्सविरुद्ध पेरु	
असार ८ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. २३ अर्जेन्टिना विरुद्ध क्रोयसिया	
असार ८ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. २४ ब्राजिलविरुद्ध कोस्टारिका	
असार ८ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. २५ नाइजेरिया विरुद्ध आइसल्यान्ड	
असार ८ गते साँझ ११:४५ बजे		खेल नं. २६ सर्वियाविरुद्ध स्वीजरल्यान्ड	
असार ९ गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. २७ बेल्जियमविरुद्ध ट्युनिसिया	
असार ९ गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. २८ दक्षिण कोरियाविरुद्ध मेक्सिको	
असार ९ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. २९ जर्मनीविरुद्ध स्वीडेन	

असार १० गते साँझ ५:४५ बजे		खेल नं. ३० इंग्ल्यान्डविरुद्ध पनामा	
असार १० गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. ३१ जापानविरुद्ध सेनेगल	
असार १० गते साँझ ८:४५ बजे		खेल नं. ३२ पोल्यान्डविरुद्ध कोलम्बिया	
असार ११ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ३३ साउदी अरेबियाविरुद्ध इजिप्ट	
असार ११ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ३४ उरुग्वेविरुद्ध रसिया	
असार ११ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ३५ इरानविरुद्ध पोर्चुगल	
असार ११ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ३६ स्पेनविरुद्ध मोरोक्को	
असार १२ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ३७ अस्ट्रेलियाविरुद्ध पेरु	
असार १२ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ३८ डेनमार्कविरुद्ध फ्रान्स	
असार १२ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ३९ नाइजेरियाविरुद्ध अर्जेन्टिना	
असार १२ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ४० आइसल्याण्डविरुद्ध क्रोएसिया	
असार १३ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ४१ दक्षिण कोरिया विरुद्ध जर्मनी	
असार १३ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ४२ मेक्सिको विरुद्ध स्वीडेन	
असार १३ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ४३ स्वीजरल्यान्डविरुद्ध कोस्टारिका	
असार १३ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ४४ सर्वियाविरुद्ध ब्राजिल	
असार १४ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ४५ सेनेगलविरुद्ध कोलम्बिया	
असार १४ गते साँझ ७:४५ बजे		खेल नं. ४६ जापानविरुद्ध पोल्यान्ड	
असार १४ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ४७ इंग्ल्यान्डविरुद्ध बेल्जियम	
असार १४ गते राति ११:४५ बजे		खेल नं. ४८ पनामाविरुद्ध ट्युनिशिया	

समूह ए	समूह बी	समूह सी
रसिया	पोर्चुगल	फ्रान्स
साउदी अरेबिया	स्पेन	अष्ट्रेलिया
इजिप्ट	मोरोक्को	पेरु
उरुग्वे	इरान	डेनमार्क

समूह डी	समूह ई	समूह एफ
अर्जेन्टिना	ब्राजिल	जर्मनी
आइसल्यान्ड	स्विजरल्यान्ड	मेक्सिको
क्रोएसिया	कोष्टारिका	स्विडेन
नाइजेरिया	सर्बिया	दक्षिण कोरिया

समूह जी	समूह एच
बेल्जियम	पोल्यान्ड
पनामा	सेनेगल
ट्युनिसिया	कोलम्बिया
इंग्ल्यान्ड	जापान

साप्ताहिक खेल तालिका

प्रि-क्वाटर

४९ असार १६ | साँझ ७:४५
विजेता 'ए' vs उपविजेता 'बी'

५० असार १६ | राति ११:४५
विजेता 'सी' vs उपविजेता 'डी'

५३ असार १८ | साँझ ७:४५
विजेता 'इ' vs उपविजेता 'एफ'

५४ असार १८ | राति ११:४५
विजेता 'जी' vs उपविजेता 'एच'

क्वाटर

५७ असार २२ | साँझ ७:४५
विजेता ४९ vs विजेता ५०

५८ असार २२ | राति ११:४५
विजेता ५३ vs विजेता ५४

सेमि

६१ असार २६ | राति ११:४५
विजेता ५७ vs विजेता ५८

फाइनल

६४ असार ३१ | साँझ ८:४५
विजेता ६१ vs विजेता ६०

तेस्रो

६३ असार ३० | राति ११:४५
पराजित ६१ vs पराजित ६२

सेमि

असार २३ | राति ११:४५ ६०
विजेता ५९ vs विजेता ६०

क्वाटर

असार २३ | साँझ ७:४५ ५९
विजेता ५१ vs विजेता ५२

असार २३ | राति ११:४५ ६०
विजेता ५५ vs विजेता ५६

प्रि-क्वाटर

असार १७ | साँझ ७:४५ ५१
विजेता 'बी' vs उपविजेता 'ए'

असार १७ | राति ११:४५ ५२
विजेता 'डी' vs उपविजेता 'सी'

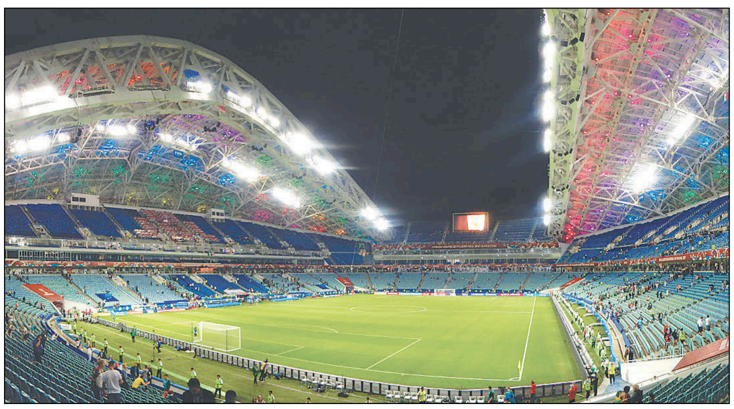
असार १९ | साँझ ७:४५ ५५
विजेता 'एफ' vs उपविजेता 'ई'

असार १९ | राति ११:४५ ५६
विजेता 'एच' vs उपविजेता 'जी'

विश्वकप-२०१८

विश्वकप-हुने १२ रंगशाला

रूसमा हुने विश्वकप-२०१८ को उद्घाटन र अन्तिम खेल मस्कोको लुजनिकी रंगशालामा हुनेछ । जुन १४ देखि जुलाई १५ सम्म चल्ने उक्त प्रतियोगिताका क्रममा कुल १२ रंगशाला प्रयोगमा आउनेछन् । क्षेत्रफलका आधारमा विशाल रूसमा छरिएका यी रंगशालामध्ये प्रत्येकले कम्तीमा चार खेलको आयोजना गर्नेछन् । यसपटकको विश्वकपमा प्रयोगमा आउने रंगशाला कस्ता छन् त ? सबै १२ रंगशालासम्बन्धी संक्षिप्त जानकारी ।



एकटेरिनबर्ग एरिना

रूसको पूर्वी क्षेत्रमा पर्छ– एकटेनरिनबर्ग । सन् १९१७ को अक्टोबर क्रान्तिपछि यही सहरमा तत्कालीन शाही परिवारका सदस्यलाई मारिएको थियो । यही सहरको नाममा रहेको रंगशाला एकटेरिनबर्ग एरिनाको दर्शक क्षमता ४५ हजार छ । यो एफसी उलरको घरेलु मैदान पनि हो । सन् १९५३ मा निर्माण भएको यो रंगशालालाई विश्वकपका लागि पुनर्निर्माण गरिएको हो । यहाँ लिग चरणका चार खेल हुनेछन् ।

कलिनिनग्राड स्टेडियम

रूसको महत्त्वपूर्ण समुद्री तटीय सहर कलिनिनगार्डले विश्वकपका लागि नयाँ रंगशाला निर्माण गरेको छ । यो सहर रूसको पश्चिमतर्फ छ । अबदेखि यो रंगशाला एफसी बाल्टिकाको घरेलु मैदान हुनेछ । यो रंगशाला सन् २०१७ मा मात्र तयार भएको हो । यसको दर्शक क्षमता ३५ हजार २ सय १२ छ । यो मैदानमा लिग चरणका चार खेल हुनेछन् ।

कजान एरेना

कजान टाटारसनको राजधानी हो । यो सहरको कजान एरेना सन् २०१३ को वर्ल्ड युनिभर्सिटी गेम्सका लागि तयार गरिएको हो । रुबिन कजानले घरेलु मैदानका रूपमा प्रयोग गर्ने यो रंगशालाको दर्शक क्षमता ४५ हजार छ । यहाँ कुल ६ खेल हुनेछन् । त्यसमा चार लिग चरणका खेलसँगै एक अन्तिम १६ र एक क्वाटरफाइनल खेल छन् । वेम्ली र इमिरेट्स निर्माण गर्ने संस्थाले नै यसको स्वरूप तयार पारेको हो ।

लुजनिकी स्टेडियम

सन् १९५९ मा निर्माण गरिएको लुजनिकी स्टेडियम सन् १९८० को मस्को ओलम्पिकका लागि पनि प्रयोग गरिएको थियो । सन् २००८ मा म्यानचेस्टर युनाइटेडले यही स्टेडियममा च्याम्पियन्स लिग जितेको थियो । यसको दर्शक क्षमता ८० हजार छ । रूसी राष्ट्रिय टिमले प्राय: यही मैदानमा खेल्छ । यहाँ उद्घाटन र फाइनलसँगै कुल सात खेल हुनेछन्, जसमध्ये एक खेल सेमिफाइनल हुनेछ ।

स्पार्टक स्टेडियम

सन् २०१४ मा मात्र निर्माण भएको स्पार्टक स्टेडियम रूसको अर्को मैदान हो । यसले ४२ हजार दर्शकलाई आतिथ्य प्रदान गर्न सक्छ । नामअनुसार नै यो रूसको सर्वाधिक चर्चित क्लब स्पार्टक मस्कोको घरेलु मैदान हो । स्पार्टक रूसमा सबैभन्दा बढी समर्थक भएको क्लब पनि हो । यहाँ पाँच खेल हुनेछन् । त्यसमध्ये चार लिग चरणका खेल हुनेछन् भने एक अन्तिम १६ को खेल हुनेछ ।

निज्नी नोभगोरोड

भोल्गा नदीको छेउमा निर्मित निज्नी नोभगोरोड रंगशालाको दर्शक क्षमता ४५ हजार छ । निज्नी नोभरोगोड रूसको निकै महत्त्वपूर्ण व्यवसायिक सहर हो । विश्वकपका लागि निर्माण गरिएको यो मैदान अबदेखि ओलम्पियत्स निज्नी भोगोरोडको घरेलु मैदान हुनेछ । यो रंगशालामा कुल ६ खेल हुनेछन । त्यसमा लिग चरणका खेलसँगै एक अन्तिम १६ तथा एक क्वाटरफाइनल खेल हुनेछन् ।

सेन्ट पिटरसबर्ग रंगशाला

मस्कोपछि दोस्रो महत्त्वको सहर हो– सेन्ट पिटर्सबर्ग । रुसको पुरानो राजधानी समेत रहेको यो सहरका नाममा नयाँ रंगशाला निर्माण गरिएको छ र यसको दर्शक क्षमता ६७ हजार छ । विश्वकपका निकै खास र महत्त्वपूर्ण खेल यहाँ हुनेछन् । जसमध्ये रूस र इजिप्टबीचको खेलले घरेलु टिमको भाग्य निर्धारण गर्नेछ । तेस्रो स्थान, एक सेमिफाइनल, एक अन्तिम १६ को खेलसँगै यहाँ कुल सात प्रतिस्पर्धा हुनेछन् ।

रोस्टोभ एरिना

विश्वकपकै लागि तयार गरिएको अर्को रंगशाला हो– रोस्टोभ एरिना । मस्को नजिकको रोस्टोभ रूसको ऐतिहासिक सहर हो । एफसी रोस्टोभको घरेलु मैदान बन्ने यो रंगशालाको क्षमता ४५ हजार छ । यहाँ पाँच खेल हुनेछन् जसमा लिग चरणका चार खेलसँगै एक अन्तिम १६ को खेल सामेल छ ।

समरा एरिना

समरा क्षेत्रको राजधानी हो– समरा । यही सहरको नाममा छ, समना एरिना । सोभियत संघ छँदा यो रूसको प्रमुख प्रशासकीय सहर थियो । यसको दर्शक क्षमता ४५ हजार छ । यो पनि विश्वकपकै लागि निर्माण गरिएको नयाँ रंगशाला हो । यहाँ विश्वकपका ६ वटा खेल हुनेछन् । त्यसमा लिग चरणका चार खेलसँगै एक अन्तिम १६ तथा एक क्वाटरफाइनल खेल छन् ।

मोरडोभिया एरेना

मारडोभियाको राजधानी हो– सारान्स्क । यहाँको रंगशालाको नाम भने मोरडोभिया एरेना हो । कुल ३ लाख मात्र जनसंख्या भएको यो सहरको यो रंगशालाको दर्शक क्षमता ४५ हजार छ । सन् २०१७ मा निर्माण पूरा भएको यो नयाँ रंगशालामा लिग चरणका चार खेल हुनेछन् ।

फिस्ट रंगशाला

सन् २०१३ को सोची शीतकालीन ओलम्पिकका लागि तयार गरिएको हो– फिस्ट रंगशाला । सोची रूसमा रिसोर्ट सहरका रूपमा प्रख्यात छ । फिस्ट रंगशालाले कुल ४८ हजार दर्शकलाई आतिथ्य प्रदान गर्न सक्छ । विश्वकपपछि यही मैदानमा रूसी राष्ट्रिय टिमले अभ्यास गर्नेछ । विश्वकपमा यहाँलिग चरणका ४, १-१ अन्तिम १६ तथा १ क्वाटरफाइनलका खेल हुनेछन् ।

भोल्गोग्राड एरिना

दोस्रो विश्वयुद्धमा सर्वाधिक रक्तपातपूर्व युद्ध भएको स्थान हो– भोल्गोग्राड । यसअघि यो सहरको नाम स्टालिनग्राड थियो । अहिले यो औद्योगिक सहरका रूपमा प्रसिद्ध छ । यहाँको भोल्गोग्राड एरिना पनि विश्वकपकै लागि भनेर निर्माण गरिएको हो । यसको दर्शक क्षमता ४५ हजार छ । यहाँ लिग चरणका चार खेल हुनेछन् । यो रंगशाला विश्वकपपछि रोक्टर भोल्गोग्राडको घरेलु मैदान हुनेछ ।

हेर्न लायक १० खेलाडी

प्रत्येक विश्वकप फुटबलले कोही न कोही स्टार खेलाडी जन्माएको हुन्छ नै । केही विश्वकपले कसैलाई स्टार मात्र बनाउँदैन, कसैलाई खलनायक समेत बनाउँछ । विश्वकपमा खराव प्रदर्शनकै कारण हराएका ठूला खेलाडी पनि नभएका होइनन् । केही अपेक्षा नगरिएका खेलाडीले पनि विश्वकपमा तहल्का मच्चाउने गरेका छन् । विश्वकप-२०१८ मा चम्कन सक्ने खेलाडी को-को हुन सक्छन् त ?

टिमो वार्नर, जर्मनी

अहिलेको जर्मन टिम ठ्याक्कै त्यस्तो छैन, जुन चार वर्षअघि उसले विश्वकप जित्दा थियो । अहिले जर्मन टिमका प्रमुख खेलाडी हुन्– टिमो वार्नर । उनी भर्खर २१ वर्षका भए, तर यी आरबी लेपजिपका खेलाडीले जर्मन टिममा आफ्नो स्थान बलियो बनाइसकेका छन् । धेरै सम्भावना छ, यसपटक जर्मन आक्रमण यिनै खेलाडीमा निर्भर हुनेछ । जर्मनीले कन्फेडेरेसनकप जित्दा वार्नरले नै 'गोल्डेन बुट' जितेका थिए । उनको खेलको सबैभन्दा ठूलो विशेषता हो, गोल पोस्टमा 'फिनिसिङ' ।

पाउलो डेबाला, अर्जेन्टिना

अर्जेन्टिनी टिम यसपटक लियोनल मेसीको खेलमा मात्र निर्भर हुने छैन, पाउलो डेबालाको प्रदर्शनमाथि पनि भर पर्नेछ । डेबाला भर्खर २३ वर्षका भए । उनको खेलमा सुधार आउने पर्याप्त ठाउँ छ । अहिले उनी युभेन्ट्सबाट क्लब फुटबल खेल्छन् । युभेन्ट्सले प्राप्त गरेको सफलतामा उनको ठूलो हात छ । त्यसैले अर्जेन्टिनाको कामना हुनेछ, उनी यसपटक टिमका लागि चम्किउन् । डेबाला र मेसीको साझेदारी पनि हेर्न लायक हुनेछ ।

केलियन एमबापे, फ्रान्स

आधुनिक फुटबल खेलाडी कस्तो हुनुपर्छ, यसको उत्तर हो, यिनै केलियन एमबापे । उनी गोल गर्न त सक्षम छन् नै, विपरीत परिस्थितिमा समेत गोलको अवसर सिर्जना गर्न माहिर छन् । फ्रान्सेली फुटबलका यी उदीयमान खेलाडी फ्रेन्च लिगका सबैभन्दा ठूला घरेलु नाम हुन् । उनकै प्रदर्शनको मदतले पेरिस सेन्ट जर्मेन (पीएसजी) ले यसपटक घरेलु फुटबलमा एक छत्र राज गरेको थियो । यसपटक रूसी भूमिमा फ्रान्सको प्रदर्शन कस्तो हुने हो, त्यो धेरै अर्थमा एमबापेकै खेलमा निर्भर हुनेछ ।

ग्याब्रिएल जेसस, ब्राजिल

म्यानचेस्टर सिटीका खेलाडी ग्याब्रिएल जेसस भर्खर २० वर्षका भए, तर उनको खेल उनको उमेरभन्दा धेरै परिपक्व देखिन्छ । उनलाई ब्राजिलीयन फुटबलका नयाँ रोनाल्डोसमेत भनिन्छ । उनी रोनाल्डोकै समर्थक पनि हुन् । ब्राजिलका लागि उनले धेरै खेल्न पाएका छैनन्, तर जति खेल्न पाए, ती सबैमा आफ्नो उपयोगिता सिद्ध गरेका छन् । इंग्ल्यान्डमा म्यानचेस्टर सिटीको सफलतामा पनि उनको महत्त्वपूर्ण हात रह्यो । उनी आफ्ना रोल मोडल खेलाडी रोनाल्डोजस्तै चम्कन सके, ब्राजिलको विश्वकप यात्रा लामो हुनेछ ।

लुइस स्वारेज, उरुग्वे

लुइस स्वारेज जति राम्रा खेलाडी हुन्, उत्तिकै विवादमा परिरहने खेलाडी पनि हुन् । चार वर्षअघि स्वारेज गलत कारणले चर्चामा रहे । उनले त्यतिबेला मैदानमै इटालीका प्रतिद्वन्द्वी खेलाडीको कान टोकेका थिए । त्यसै कारण उनी लामो प्रतिबन्धमा परे । उनले क्लब फुटबलमा बार्सिलोनासँगै लिभरपुलका लागि सबै किसिमका सफलताको स्वाद चाखिसकेका छन्, तर राष्ट्रिय टिमका लागि भने उत्तिकै गतिलो प्रदर्शन गर्न सकेका छैनन् । यसपटकको विश्वकप स्वारेजका लागि सर्वोच्च प्रतियोगितामा राम्रो गर्ने अन्तिम अवसर हुनेछ ।

क्रिस्टियानो रोनाल्डो, पोर्चुगल

विश्व फुटबलमा दुई खाले राम्रा खेलाडी देखिन्छन्, एक गड-गिफ्टेड, अर्को आफैं निर्मित अर्थात् सेल्फ मेड । पोर्चुगलका क्रिस्टियानो रोनाल्डो स्वनिर्मित खेलाडी हुन् । लियोनल मेसीसँगै उनलाई विश्व फुटबलमा अहिलेका सबैभन्दा राम्रा खेलाडी मानिन्छन् । उनकै प्रदर्शन र नेतृत्वको मदतले पोर्चुगलले दुई वर्षअघि युरोकपमा विजय हासिल गरेको थियो । यसपटक पोर्चुगलका लागि यी रियल म्याड्रिडका खेलाडीको प्रदर्शन कस्तो हुने हो भन्ने कुरा हेर्न सबै प्रतीक्षारत छन् । उनी नै पोर्चुगलका एक मात्र यस्ता खेलाडी हुन्, जसले टिमको भाग्य बदल्न सक्छन् ।

इस्को, स्पेन

सम्भवतः स्पेनी फुटबलले आफ्नो खराव लयको शृङ्खला तोडिसकेको छ । चार वर्षअघिको विश्वकपको असफलतालाई बिर्सने प्रयासमा रहेको स्पेन यसपटकको विश्वकपमा भने उपाधिको बलियो दावेदार हो । यसरी टिमको भाग्य फेरिनुका पछाडि सबैभन्दा ठूलो हात इस्कोको छ । स्पेनका पुराना खेलाडी विस्थापित भएपछि उनीहरूको स्थानमा मजबुत प्रदर्शन गरिरहेका नयाँ पुस्ताका खेलाडी हुन्– २५ वर्षीय इस्को । रियल म्याड्रिडले हात पारेको पछिल्लो सफलतामा उनको राम्रो योगदान छ ।

टोनी क्रुस, जर्मनी

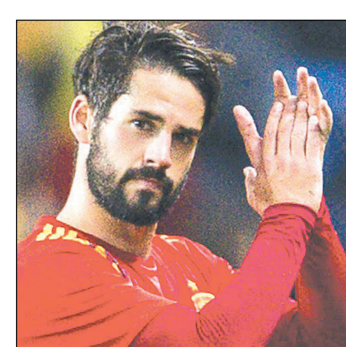
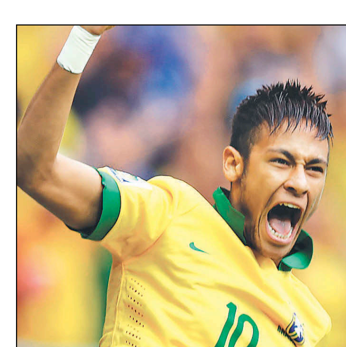
टोनी क्रुस २७ वर्षका भए, तर उनले आफ्नो क्लब बायर्न म्युनिख र जर्मन राष्ट्रिय टिमका लागि लगभग सबै उपाधि जितिसकेका छन् । चार वर्षअघि जर्मनीले विश्वकप जित्दा पनि उनले मध्यपंक्तिबाट गतिलो योगदान दिएका थिए । यसपटकको विश्वकप उनका लागि नयाँ संस्करण र चुनौती हुनेछ । जर्मन टिम प्रत्येक ठूला प्रतियोगितामा उपाधिको बलियो दाबेदार हुन्छ । त्यसको कारण क्रुस जस्ता खेलाडीनै हुन् । क्रुसबाट पनि फेरि एकपटक उत्कृष्ट खेलको अपेक्षा गर्न सकिन्छ ।

नेयमार, ब्राजिल

विश्व फुटबलकै सबैभन्दा महँगा खेलाडी हुन्– नेयमार । यो सिजन उनका लागि प्रसस्त उचारचढावपूर्ण रह्यो । उनी कीर्तिमान रकममा बार्सिलोनाबाट पेरिस सेन्ट जर्मेन (पीएसजी) गए । उनले पीएसजीका लागि राम्रो पनि खेले, तर सिजनको अन्त्यतिर घाइते हुन पुगे । नेयमार यसपटकको विश्वकपका ठूला स्टार हुन्, तर प्रश्न भने कायम छ, उनले चोटबाट मुक्त हुँदै खेल्न सक्ने हुन कि होइनन् ? उनी मैदानमा उत्रन सके, त्यसले ब्राजिललाई फाइदा पुग्ने निश्चित छ ।

लियोनल मेसी, अर्जेन्टिना

बार्सिलोनाका लागि लियोनल मेसीले के मात्र जितेनन् ? तर उनले यस्तै सफलता अर्जेन्टिनाका लागि भने प्राप्त गर्न सकेका छैनन । चार वर्ष अघि मेसीसहितको अर्जेन्टिना फाइनल त पुग्यो, तर पराजित भयो । यससँगै विश्व फुटबलले देखेको सबैभन्दा प्रतिभाशाली खेलाडीको विश्वकप जित्ने सपना तुहियो । यसपटक मेसीसामु विश्वकप जित्ने अन्तिम मौका छ । सम्भवतः त्यसपछि उनले विश्वकप खेल्ने छैनन् । मेसी विश्वकै उत्कृष्ट खेलाडी हुन्, यसमा शंका छैन, खालि प्रश्न हो, उनले अर्जेन्टिनालाई रूसमा कहाँसम्म पुऱ्याउने हुन् ?

समय सन्दर्भ

भैंसीगोठको रिबन

अधिकारी रवीन्द्र, बनेपा

ओली सरकारले ऐतिहासिक सय दिन पार गऱ्यो। यसबीच थुप्रै सकारात्मक समाचारहरू आए भने थोरै नराम्रा खबरलाई जनताले पचाए। निर्माण सामग्रीको बजारभाउ बढे पनि कोही चुइँक्क बोलेनन्। पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धिको गनगन सुनिँदा ओलीले 'म सानो छँदा सुन ९० रुपैया तोला थियो' भन्दिए, चरो-मुसो विरोधमा उत्रिएनन्। विश्वासको मतका आधारमा नेपालको अहिलेसम्मकै सबैभन्दा शक्तिशाली प्रधानमन्त्री कहलिएका ओलीको सरकारले अवश्य केही गर्नेछ भन्ने आशाले कसैले केहीमा विरोध गर्न चाहेनन्। राम्रो समाचारै सुन्न नपाएका हामी नेपालीको भाग्य बदलिने पो हो कि भन्ने महसुस पनि भयो, किनभने यो सय दिनमा यति धेरै महत्वाकांक्षी योजनाका कार्ड फ्याँकिएको छ कि भलै ती योजना कार्यान्वयनमा नजाउन्, तर जनमानसमा त्यसले बेग्लै ऊर्जा सञ्चार गरेको छ। योजनाका मोडलहरू यसरी ब्याप्त भएपछि विकासका तरङ्गहरू ज्वारभाटामा परिणत हुन समय लाग्दैन। माओवादी केन्द्रसँगको एकीकरणले त झन् ओलीलाई अझ ओजिलो बनाएको छ। ओलीले भाषणका डल्ला पनि फ्याँकेका फ्याँक्यै छन्। ओली बा अखबारका हेडलाइनमा वा सोसल साइटमा दिनहुँजस्तो चम्क्या चम्कै पनि छन्। नेपालीले मौका पाएपछि गर्छन्, उनी पनि नेपाली हुन्। मौका पाएपछि घतपूर्ण उखान र टुक्का सुनाउन किञ्चित पछि पर्दैनन् ओली। कुनै बेला 'आर यु केपी ओलिङ मी ?' भन्ने वाक्यांश खुब चल्तीमा थियो। त्यतिबेला केपी ओलिङ भन्ने शब्दले गफ मात्र गर्ने, काम भने सिन्को नभाँच्ने भन्ने अर्थ राख्थ्यो। गफ त उनले दैनिक दिइरहेकै हुन्छन् तैपनि उनको उचाइ यति बढ्यो कि हिजोआज त्यो शब्द हराएर गयो शायद भाषण मात्र होइन, केही काम पनि गर्लान् भन्ने आशा जागेर त होला।

वर्तमान मन्त्रीमण्डलमा माननीयहरूको गज्जबकै संयोजन पाइन्छ। उनीहरूप्रति जनताको अपेक्षा बढी भएर हो कि के हो उनीहरू पब्लिसिटी स्टन्टमा म्याराथुन धावन गरिरहेका पाइन्छन्। यस्तै एउटा पब्लिसिटी स्टन्टले रातारात चर्चामा आएका ओली सरकारका माननीय हुन्- जगतबहादुर सुनार (विश्वकर्मा)। खेलकुद मन्त्री भएर पनि उनी आफूलाई बहुआयामिक साबित गर्दै भैंसीगोठ उद्घाटन गर्न सफल भएका छन्। अब सुनारलाई एक्कासि भाइरल बनाउने त्यही भैंसीगोठको रिबनले उब्जाएका केहि प्रश्नहरूमाथि मन्थन गरौं।

रिबन कटाइको विषयमा धेरैको चासो कृषि मन्त्रीले गर्ने काम किन खेलकुद मन्त्रीले गरे भन्ने थियो। भैंसीको पोषिलो दुध खाएर ज्यान तगडा बनाएपछि पो गतिलो खेल्न सकिन्छ भन्ने तर्क पनि गरियो, तर वास्तवमै भन्ने हो भने यो मन्त्रीको ओहदामा बसेको कुनै पनि मान्छेले गर्ने काम होइन। यो वडाध्यक्षले पनि गर्ने काम होइन। यो किसान वा व्यवसायी स्वयले गर्ने काम हो।

एउटा सिङ्गो देशको मन्त्री जस्तो मान्छे नाथे (राष्ट्रिय महत्वको हिसाबले) एउटा भैंसी फार्म उद्घाटनमा सरिक हुनुले के जनाउँछ भने मन्त्रीको अरू कुनै काम हुँदैन। भाषण दिन र रिबन काट्न भनेपछि जहिले पनि र जहाँ पनि जाने निर्लज्ज स्वभाव आखिर कहिले समाप्त होला ? रातो रिबन टाँगेर राखेको कल्पना गर्नासाथ नेताहरू मन थाम्न सक्दैनन्। खबर राम्रो होस् कि नराम्रो, उनीहरू आफ्नो तस्बिर र नाम अखबारका पन्नाहरूमा देख्न चाहन्छन्। आफ्नो स्तरले कुन कार्यक्रममा जान हुने हो कुनमा नहुने हो उनीहरू भेउ पाउँदैनन्। सहकारीदेखि शौचालयसम्म उद्घाटन गर्न हिंड्ने मन्त्रीहरूको नानीदेखि लाग्या बानी सुधार्न कानुनी व्यवस्था नै गर्नुपर्ने देखिन्छ। वडा, गाउँ, नगर, क्षेत्र, प्रदेश र राष्ट्रिय महत्व राख्ने कार्यक्रममा कुन मर्यादाको व्यक्ति जान पाउने र गए बढीमा कति समय खर्चिन सक्ने भन्ने न्युनतम समझदारी बन्यो भने गाउँ वा टोल स्तरको कार्यक्रममा बहालवाला मन्त्रीहरू जाँदैनथे।

दोष नेताको मात्र छैन। जनता पनि जुनसुकै कार्यक्रममा मन्त्रीलाई बोलाउन पाए हुन्थ्यो भनेर मरिमेट्छन् र आफ्नो पहुँचको गलत प्रयोग गरेर मन्त्रीलाई हरहालतमा कार्यक्रममा उपस्थित् गराउँछन्। मन्त्री देशको धेरै ठूलो जिम्मेवारी पाएको मान्छे हो। भाषण ठोक्ने र रिबन काट्ने सक्दो काम उसले चुनावअघि नै गरिसक्यो अब फेरि उसलाई त्यही पुरानो उपलब्धविहीन काममा अभ्यस्त गराइनु हुँदैन। रिबन काट्न उपाध्यक्ष, उपमेयर वा राज्यमन्त्रीलाई बोलाए हुन्छ। मन्त्रीहरूलाई त एकाग्रचित्तमा काम गर्न दिनुपर्छ। योजना, बहस र अध्ययनमा लीन हुन दिनुपर्छ। घरि भोजमा आइदिनुपऱ्यो, घरि सरुवा गरिदिनुपऱ्यो, घरि प्रमुख अतिथि बनिदीनुपऱ्यो भनेर दिनहुँजस्तो मन्त्रीहरूलाई 'डिस्टर्ब' गरिरहने अनि कार्यकाल सिद्धिएपछि काम नगर्ने यस्तो र उस्तो मन्त्री भनेर उसकै उछित्तो काढ्ने हामी जनता नै हौं। मन्त्री पनि मानिस् हो। जुन कामका लागि ऊ त्यहाँ गएको छ, त्यही काम गर्न दिनुपर्छ। एउटै मानिसबाट धेरै कामको आशा गरिनु हुँदैन।

पहिले आफ्नो सोच र व्यबहार बदलौं, अनि बादलिन्छन् मन्त्रीहरू, अनि मात्र बदलिन्छ देश।

रनवेमा अनुपम फेसन शैली

आस्था पोखरेल, सविता कार्की, नगमा श्रेष्ठ, शिक्षा संग्रौला आदि कहलिएका रनवे क्वीनहरूका साथमा ह्यान्डसम पुरुष मोडलहरूको आकर्षक प्रस्तुतिले होटल सोल्टी क्राउन प्लाजाको रोज गार्डेनलाई फेसनमय बनायो। दलजित सुदान फेसन रनवे-२०१८ शीर्षकको उक्त फेसन शोमा केसर प्रजातिको वृक्षबाट प्रभावित पहिरनहरू प्रस्तुत गरिएका थिए। डिजाइनर दलजित कौर सुदानको उक्त एकल फेसन शो जादू, पारदर्शिता र परम्परागत अवधारणामा विभाजित थियो। नेक्स्ट मोडल्स नेपालको व्यवस्थापनमा सञ्चालित उक्त फेसन शोमा साडी, लेहेंगा, कुर्ता-सुरुवाल, पाइजामा, सरारा, असकोट, दौरा-सुरुवाल, शेरवानी आदिका परम्परागत तथा फ्युजन शैलीहरू प्रदर्शन गरिएका थिए।

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : सेन्ट्रल बिजनेस पार्क, थापाथली, पो.ब.नं. ६०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ५१३५०००, फ्याक्स : ९७७-१-५१३५००१, email:saptahik@kmg.com.np
दर्ता नं. ९९/०५१/५२, म.क्षे.हु.नि.द.न.४/५२/५३ सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.)लि. सँग सुरक्षित। अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक : कैलाश सिरोहिया, निर्देशक : स्वस्तिका सिरोहिया, प्रधान सम्पादक : सुवास ढकाल।