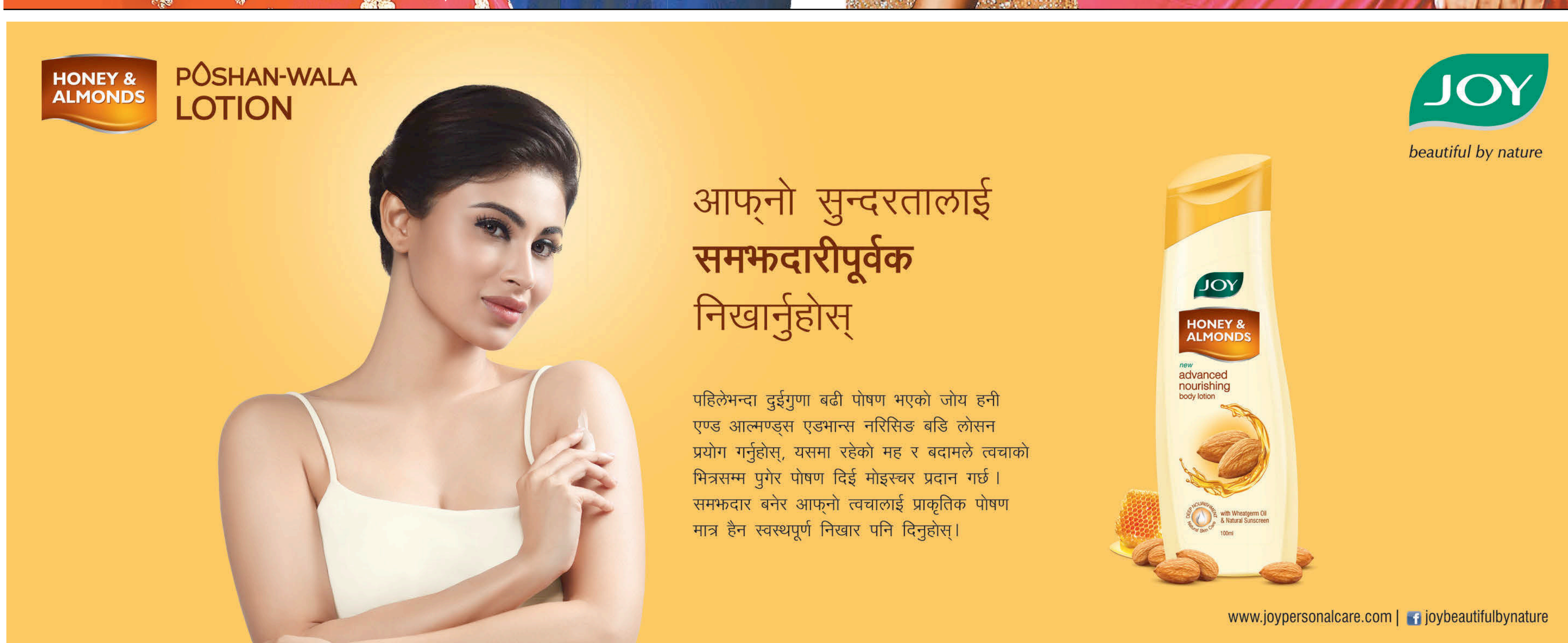
सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
saptahik.ekantipur.com
कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.
• वर्ष २४ • अंक २५
EMBAR 20
• मूल्य रु. १५/-

मनोरञ्जनका न्यू ड्रिमगर्ल

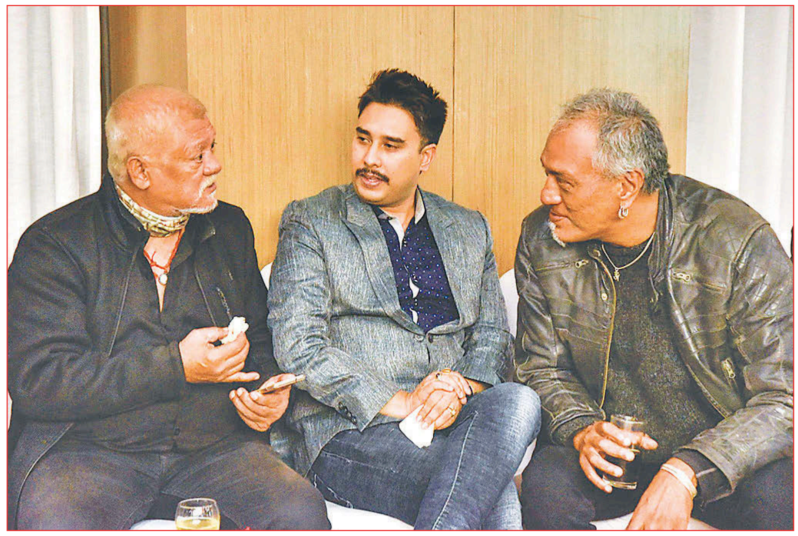
पृष्ठ २० मा



फोटो अफ दि विक

■ **शुभयात्रा** : मुम्बई यात्राका क्रममा त्रिभुवन विमानस्थलमा अनिभेत्री बेनिशा हमाल ।

■ **आलु पार्टी** : काग तिहारका दिन व्यंग्यकार रामकुमार पाँडे निवासमा आयोजित आलु पार्टीको रमाइलो दृश्य ।



■ **दुई भिलेनको बीचमा** : कलाकार मोहितवंश आचार्य दुई खलनायक सुनिल थापा तथा रविन तामाङको बीचमा ।

■ **वधाइ** : केहीअघि वैवाहिक जीवनमा बाँधिएका अभिनेता प्रदीप बास्तोला तथा सञ्चारकर्मी अमृता खनाल रोमान्टिक मुडमा ।

युट्युब ट्रेन्डिङ

१ **भाइटीकामा अनमोल**
च्यानल : हाइलाइट्स नेपाल

२ **रुँदै मिडियामा आइन्**
च्यानल : ओएसआर डिजिटल

३ **चलचित्र धनपती**
च्यानल : हाइलाइट्स नेपाल

४ **सिलसिला**
च्यानल : कलर्स टिभी

५ **देउसी खेल्दा**
च्यानल : फिल्मी कुर

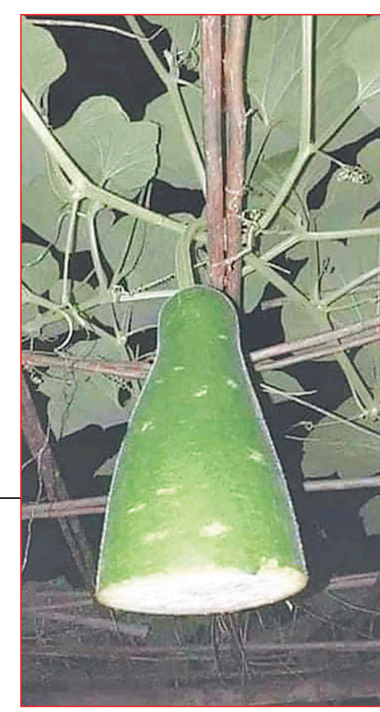
६ **टीकाको दिने**
च्यानल : सिनेपाटी

७ **नेपाल आइडल-१२**
च्यानल : नेपाल आइडल

८ **भद्रगोल-१८४**
च्यानल : मिडिया हब

९ **अमिलो मन पराउन**
च्यानल : अनलाइनहरपल

१० **जुम्ल्याहा भाइले**
च्यानल : रमाइलो छ



दुःखले मानिसलाई म भन्ने बनाउन सक्छ भने मानिसले सुखलाई हामी भन्ने बनाउन सक्नुपर्छ ।

सानी

अरू केही होइन, अगाडि ठिक्क पछाडि दिक्क व्यवहार गर्नेहरूलाई जिन्दगीबाट हटाउन आवश्यक नै छ ।

मोनालिसा

जिन्दगीको गोरेटो फेर्न मन छ, जहाँ स्वार्थीहरू कोही नभेटिऊन् ।

पुरु चापागाईं

जीवनका तीन मन्त्र खुसी हुँदा-बचन दिनुहोस्, क्रोधित भएको बेला-उत्तर नदिनुहोस्, दुःखी हुँदा-निर्णय नलिनुहोस् ।

अम्बिका भारती

आउने-जानेहरूको कुनै कमी छैन, कमी छ त बस् याद गर्नेहरूको ।

दीपक यात्री

सबै केटाहरूको एउटै चाहना हुन्छ, आफू जतिसुकै चोर, फटाहा भए पनि बूढी, गर्लफ्रेन्ड चैं सोझीसाझी नै चाहिन्छ ।

कविता लुईंटेल

बिहीबार-नेपाल आइडल, शुक्रबार-नेपाल आइडल, शनिबार-भ्वाइस अफ नेपाल, आइतबार-भ्वाइस अफ नेपाल, सोमबार-हिमालय रोडिज, मंगलबार र बुधवार किताबको दर्शन गर्नु कि तरुनी जिस्काउँदै आँखा तर्नु ? कठै मेरो जिन्दगी के पार लाग्ला र ?

श्रीतुर्की राम

साँझ परेसी केटाहरूलाई फोन नगर्नू, किनभने उनीहरू बोल्न भ्याउँदैनन् रे ।

निहारिका

कसैले कुरा काट्यो भनेर पीर नगर्नुस्, कुकुरले मान्छे नचिनेपछि नै भुक्छ ।

दिव्या

तपाईंको सफलताले दुनियाँमा तपाईंको परिचय गराउँछ भने तपाईंको असफलताले दुनियाँको परिचय तपाईंसँग गराउँछ । यकिन मान्नुहोस् कि जीवनमा यी दुवै कुराको महत्व बराबर नै हुन्छ ।

मुकुन रेग्मी

बहुत अल्छी लाग्यो ट्विटरमा, जानुपर्‍यो केटा जिस्काउन चोकतिर ।

प्रेमा कार्की

हतारमा छु भन्दैमा कुकरमा चामल बसालेर मुखले सिटी बजाउन त भएन नि हजुर ।

गायब विनोद

हाम्रो जन्म चिठ्ठा हो । पासवान वा प्याकुरेल, काठ वा कर्णाली, निर्मला वा रामबहादुर थापा, साइकलवाला वा सुरेश आचार्य, जे जसरी जहाँ जहिले पनि जन्मन सक्थ्यौं । जन्म हाम्रो वशमा छैन, तर हाम्रो कर्म हाम्रो वशमा छ । हाम्रा कर्म कमजोरीलाई बलियो बनाउनेतिर छन् कि बलियाकै चाकरी गर्न ?

विमल आचार्य

त्यो अमेरिकाने बेहोस भएछ, जसले नेपाल आएर थाहा पायो कि खुर्सानी हातमा दिँदा झगडा बढ्छ ।

सन्तोष घिमिरे

बस र माइक्रोको सिटको साइडमा केटी पर्नी त फिलिममा मात्र रछ ।

हिमाल

गितार बोक्दैमा कोही गायक हुँदैन, डाइलग बोल्दैमा कोही नायक हुँदैन, मन पराउने हजार भेटिन्छन् तर आई लभ यू भन्दैमा कोही कसैको लायक हुँदैन ।

शान्ति घिमिरे

अरू देशमा कण्डम कसरी नफुटाउने, फुट्यो भने के गर्ने सिकाउँछन्, हाम्रो चाहिँ कण्डम फुटाउने प्रतियोगिता रे । कति अब त्यही फुटेर जन्मिने हुन् ।

रवीन्द्र मल्ल ठकुरी

सधैंभरि खुट्टाले मात्र हिँडाउने रहेनछ, कहिलेकाहीँ त बाटोले पनि हिँडाउने रहेछ मान्छेलाई ।

चितवने

रियलमै भन्ने हो भने केटाले राम्री केटी रोज्छन्, केटीले धनी केटा खोज्छन्-ध्रुव सत्य कुरा ।

रानी

महिलाहरूले रक्सी पसल बन्द गरे भने हामी पनि ब्युटिपार्लर बन्द गर्छौं, उनीहरूको असली अनुहार देखिओस्-एक जँड्याहाको भनाइ ।

मनोज मनु

प्रोफेसर बन्न सरल छ, इन्जिनियर बन्न सरल छ, डाक्टर बन्न सरल छ, तर के बन्न कठिन छ ? सरल र शालीन बन्न धेरै कठिन छ ।

राजु

मन यस्तो धागो हो, जहाँ सपनाकै माला ज्यादा उनिन्छ ।

बाबुराम श्रेष्ठ

तपाईं समयसँग चल्नुहोस्, यदि समयले तपाईंलाई चलाउन थाल्यो भने तपाईंको मुठ्ठीमा समय होइन, घडी मात्र हुनेछ ।

राजेन्द्र बस्नेत

मानिसको सबैभन्दा सुन्दर वस्तु नै मन हो । यदि मन नै सफा छैन भने सुन्दर मुहारको कुनै अर्थ हुँदैन ।

प्रवीणा देवकोटा

मंगल होस्

तातोपानी : खन्याउने कि डुबाउने ?

मनोज गजुरेल

> हेलिकप्टर पाउने हो भने हरेक नेपाली तातोपानी जान चाहन्छन् । उनीहरुलाई पनि केही न केही रोग छ । तिनका पति वा पत्निहरु पनि बाथका रोगी होलान् । तातोपानीमा डुबिरहेका बेला यो कुरा सोच्नुभयो कि भएन, कुन्नि !

अहिले अध्यक्ष प्रचण्डको 'तातोपानी तस्बिर' निकै चर्चित छ । गृहमन्त्री कमरेड बादलसहित म्याग्दीको तातोपानीमा उहाँहरू डुब्नुभएको छ । माफ गर्नुहोला, डुब्न-डुब्न लाग्नुभएको छ । टाउकोचाहिँ देखाउनुभएको छ ।

उक्त तस्बिरका बारेमा सामाजिक सञ्जालमा सामाजिक बहस भैरहेका छन् । असामाजिक सञ्जालमा असामाजिक कुराकानी चलिरहेका छन् । जल्दोबल्दो विषय यही छ । आउनुहोस्, यस विषय सबैको मंगल हुने छलफल गरौं ।

प्रचण्ड अन्तर्राष्ट्रिय छवि भएका नेता हुन् । उनले तातोपानीमा नुहाउँदा त्यो ठाउँलाई फाइदै हुन्छ । जस्तो कि, मोदी मुक्तिनाथ गएर फर्किएपछि त्यहाँ भारतीय पर्यटकको ओइरो लाग्यो । भलै, ती पर्यटकले नेपाली माटोलाई मलदानबाहेक ठूलो आर्थिक उपार्जन भने दिएनन् ।

प्रधानमन्त्रीले मार्सी चामलको भात खाएपछि मार्सीको बजार ह्वात्तै बढ्यो । भलै, ख्वाउने र खानेको दोहोलो काढियो ।

यसैगरी प्रचण्ड परिवारले तातोपानी नुहाउनु आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि सुन्दर कुरा हो । बाह्य मिडियामा पनि यो तस्बिर गयो भने बाह्य पर्यटक पनि तातोपानीमा आउने सम्भावना छ ।

प्रचण्ड बिरामी पत्नी सीताको उपचार गर्न पनि त्यहाँ गएको देखिन्छ । यसलाई अन्यथा लिनुपर्छ जस्तो मलाई लाग्दैन, किनभने कसलाई कतिखेर के पर्छ, यसै भन्न सकिँदैन ।

तातोपानीमा चोपलिएपछि धेरै रोग निको हुने विश्वास छ । व्यक्ति प्रचण्ड, माता सीता, अंकल बादल, आन्टी वर्षात् सबैलाई स्वास्थ्य लाभको कामना । चाँडै उहाँहरूको स्वास्थ्य लाभ होस् ।

मूल कुरा, देशको प्रधानमन्त्री भैसकेको र पुनः प्रधानमन्त्री हुने सम्भावना बोकेको मान्छेका बारेमा टीका, टिप्पणी, चासो र आलोचना हुन्छ, चाहिन्छ र गर्नु पनि पर्छ । त्यो देश, समाज र व्यक्ति स्वयंका लागि पनि आत्ममूल्यांकन गर्ने मौका हुन सक्छ ।

तातोपानीको तस्बिर व्यक्तिगत हो, तर प्रचण्ड व्यक्ति मात्र होइनन्, संस्था पनि हुन् । कमरेड बादल पनि व्यक्ति मात्र होइनन्, गृहमन्त्री रामबहादुर थापा पनि हुन् । त्यसैले 'तातोपानी काण्ड'मा केही बोल्नैपर्ने हुन्छ ।

हेलिकप्टर पाउने हो भने हरेक नेपाली तातोपानी जान चाहन्छन् । उनीहरूलाई पनि केही न केही रोग छ । तिनका पति वा पत्निहरू पनि बाथका रोगी होलान् । तातोपानीमा डुबिरहेका बेला यो कुरा सोच्नुभयो कि भएन, कुन्नि ! सोच्नुभयो भने त्यसलाई व्यवहारमा लागू गर्न कुन योजनाको कल्पना गर्नुभयो ? हरेक नेपालीले तातोपानीमा नुहाउन सक्ने वातावरण कसरी बनाउने भन्ने विषयमा के मनन गर्नुभयो ? तपाईंहरूले तातोपानी नुहाउनुभयो, बहुत राम्रो भयो तर हरेक जनताले यो अवसर पाउन के-के गर्ने सपना बुन्नुभयो, त्यो प्रमुख कुरा हो ।

त्यसो त नेपाली जनता तातोपानीसँग साक्षात् गरिरहन्छन् । त्यसमा पनि नेतृत्वको ठूलो योगदान छ । तातोपानीमा डुब्दा मज्जा आउँछ तर तातोपानी खन्याउँदा बहुत गाह्रो हुन्छ ।

हामीमाथि धेरै पटक तातोपानी खन्याइएको छ । कहिले हाम्रा सपनामा तातोपानी खन्याइन्छ । कहिले हाम्रा योजनामा तातोपानी खन्याइन्छ । चुनावका बेला कहिलेकाहीं तातो लाउनुहुन्छ, त्यसपछि त्यो तातो मूतको तातो (न्यानो) मात्र हुनपुग्छ ।

तपाईंको तातोपानीको तस्बिर देखेपछि यति भन्नै कर लाग्यो– हाम्रा इच्छा र अपेक्षाहरूमा तातोपानी खन्याउने काम धेरै भयो । खन्याएको तातोपानी बगेर जान्छ । त्यसैले अब तातोपानी खन्याउने होइन, तातोपानीमा डुबाउने र जनताका दुःख निको पार्ने काम गर्नुपर्छ ।

तताएको तातोपानी खन्याउने धेरै आए, म्याग्दीको जस्तो तातोपानीमा डुबाएर जनतालाई रोग र शोकबाट निकाल्नेचाहिं कसले होला ? माधव नेपालले भनेझैं, कोही त बताइदेऊ !

युवा मन

समाधान

सुविन भट्टराई

जाडोमा सिरकभित्र गुट्मुटिँदा पनि अझ जाडो भएको हुन्छ । देख्छु एकसरो पातलो लुगामा काम गरिरहेका मानिसहरू, लाग्छ, जाडोले त सिरकभित्र गुट्मुटिनेलाई नै बढी सताउँदो रहेछ । हिँड्छु यस्तोमा कुनै एक दिन आफैंसित बिरक्तिएर । महसुस यही हुन्छ– न्यानो त आफ्नै शरीरमा हुँदो रहेछ, जो जति चलमलायो उति नै भित्रबाट ताप आइरहने रै'छ ।

सबैभन्दा धेरै थकाइ, घरमा आराम गरेर बसिरहँदा लाग्छ । जब झोला बोकेर हिँड्छु कतै लामो यात्रामा, सारा थकाइ मेटिन्छ । जब कहिले दिनभरि काम गरेको हुन्छु, सबैभन्दा जाँगर त त्यसै दिन लाग्दो रै'छ । सबैभन्दा धेरै ऊर्जा त्यसै दिन आउने रै'छ ।

लाग्छ, थकाइ त आराम र अल्छी गर्नेहरूलाई पो बढी लाग्छ । थकाइ त काम नगर्नेलाई पो बढी लाग्दो रै'छ । मसँग दुवै अनुभव छन् । मेरो अनुभवले भन्छ, काम नगरी थाक्नु र काम गरेर थाक्नुमा त्यही भिन्नता छ, जस्तो भिन्नता सुन्निएर मोटाउनुमा र खाएर मोटाउनुमा हुन्छ ।

कहिलेकाहीं घरमा एक घण्टा भोक सहँदा जो भेटिन्छ उसैलाई चार गाली गर्दै भए पनि दुई थाल खाना बजारेको हुन्छु । कुनै बेला जंगलमा भोकभोकै हिँड्दा-हिँड्दै गोजीमा भेटिएको एउटा टुक्रा सुपारी साथीसित आधाआधा बाँडेर खाँदाको तृप्तिले पनि केही घण्टा हिँडाएको थियो । लाग्छ, भोक त कम खानेलाई भन्दा धेरै खानेलाई नै बढी लाग्दो रहेछ ।

यति लामो जीवनमा म साना-ठूला, ठूला-साना दुःख पर्दा बेस्मारी आत्तिएको छु । रोएको छु, चिच्याएको छु । देख्छु केही परिचितहरू जो ठूला-ठूला दुःख र कष्ट पनि यसरी निलिदिन्छन् जसरी बाढीले रूखका बडेमानका मूढा निलिदिन्छन् ।

लाग्छ, कि दुःखी त सधैं उही भैरहन्छ जो दुःखसँगै हिँड्न जान्दैन । कमजोर त्यही भैरहन्छ, जो कमजोर हुनु नै सबैभन्दा नमीठो कमजोरी हो भन्ने मान्यतामा बाँचिरहन्छ । हामी अक्सर भाग्नुमा समाधान खोज्छौं । लुक्नुमा मुक्ति खोज्छौं । हरसमस्यासँग पीठ देखाउँछौं र छाती फुलाउन खोज्छौं । कसैलाई जबरजस्ती धपाएर आफूलाई प्राप्त गर्न खोज्छौं ।

यी सब क्षणिक हुन् । हामी भाग्ने हैसियत राख्छौं भने कुनै चिजले हामीलाई लखेट्ने हैसियत पनि राख्न सक्छ । हामी कुनै अप्ठेरोसित लुक्न त सक्छौं, तर उसले हामीलाई भेट्टाउने सामर्थ्य पनि राख्न सक्छ ।

कुनै समस्यालाई पीठ देखाउँदैमा त्यो सम्पूर्ण रूपमा टर्न सक्दैन । हाम्रा अघिल्तिर त्यो चिज छाती फुलाउँदै पुनः फर्कन सक्छन् । अनि कहिलेसम्म समस्याहरूसित लुकामारी खेलिरहने ?

धपाइएका चिजहरू लामखुट्टेले झैं झिँझो लगाउँदै पुनः झर्को लगाउन आउन सक्छन् ।

हरेक चिजसित जुध्नुपर्छ । त्यसको सामना गर्न सिक्नुपर्छ । तिनलाई भगाउन सक्नुपर्छ, कहिल्यै नफर्कने गरी । तिनलाई निभाउन सक्नुपर्छ कहिल्यै नबल्ने गरी ।

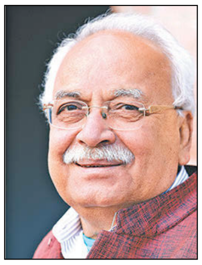
जाडो भयो भन्दैमा तीनवटा सिरक ओढ्यौं भने शरीरले अझ मात्तिएर चौथो सिरक पनि माग गर्न सक्छ । पेटले मागेजति ख्वाएको ख्वायै गर्न लाग्यौं भने शरीर रोगहरूको घर बन्न सक्छ । थाकियो भनेर आराम गरेको गर्‍यै गर्‍यौं भने थकाइ झन्-झन् बढ्दै जान सक्छ । यसर्थ समस्यामा आफू समाहित हुने होइन । समस्यालाई सधैं अर्को किनारामा राखेर हेर्नुपर्छ । समस्यालाई आफूबाट चुँडालेर परैबाट हेर्दै त्यसै अनुरूप जुध्नुपर्छ ।

समस्या जतिसुकै ठूलो होस्, त्यसको अघिल्तिर उभिएर, आँखामा आँखा जुधाएर 'आइज, तँ र म भिडौं' भन्न सक्नुहुन्छ भने आधाउधी समस्या त तपाइंको आत्मविश्वास र हिम्मत देखेरै पाखा लाग्नेछन् ।

यात्रा सन्दर्भ

यतिबेलाका ईश्वर

किशोर नेपाल



उतिबेलाको कुरा नगर्दै बेस। अहिलेको जस्तो आफ्नो फोटो आफैं खिचेर रमाउने बेला थिएन त्यो। डिजिटल प्रविधिको अनुसन्धान जारी थियो। मोबाइल थिएन। ल्यान्डलाइन फोनलाई अग्लो एन्टेनामा जोडेर 'हाते' फोन चलाउँथे बिजनेस म्यानहरू। युवा-युवतीहरू बजारमा भर्खर आएको नयाँ प्रविधि पेजरमा रमाउन थालेका थिए।

फोटोग्राफी नै महँगो भएको त्यो जमानामा भिडियोग्राफी गर्नु र त्यो पनि चितवनमा गर्नु अनौठो र रोचक अनुभव थियो। नारायणघाट बजार निवासी ईश्वर जोशी आफ्नो अनौठो र रोचक अनुभव नेपाली समाजमा बाँड्ने युवा थिए त्यतिबेला। अहिले उनलाई आफैंले भोगेका, आफ्नै अनुभवमाथि झन्डै विश्वास लाग्दैन। उनी झस्किन्छन् र भन्छन् : ओहो ! हामी कहाँबाट कहाँ आइपुगिसकेका छौं।

घोप्टेभीरमा एभरेस्ट एयरको विमान दुर्घटनाको रिपोर्टिङ गरेर सुरु भएको जोशीको फोटो पत्रकारिताको 'रजत जयन्ती वर्ष' हो यो। फोटो पत्रकारितामा उनको खासै रुचि थिएन, तर तात्कालिक आवश्यकता पूरा गर्न उनले क्यामेरा नचलाई धरै पाएनन्।

उनको रुचि वन्यजन्तुको फोटोग्राफीमा छ। यसका लागि चितवन उपयुक्त भूमि पनि हो। चितवन यस्तो ठाउँ हो जहाँ सधैं वन्यजन्तुको 'भीड' देख्न पाइन्छ। विभिन्न जीवजन्तुको लस्कर हेर्न चितवनमा पर्यटकहरूको भीड लाग्छ। ईश्वरको अनुभवमा नेपालले वन्यजन्तुको अवलोकन गर्न आउने अन्तर्राष्ट्रिय पर्यटकहरूका लागि चाहिने सुविधा जुटाउन सकेको छैन। निकुञ्ज क्षेत्रवरिपरि थुप्रै होटल खुलेका छन्, तर ती होटलले पर्यटकको रुचि र आवश्यकताअनुरूप सेवा दिन सकेका छैनन्। जंगल पर्यटनका बारेमा पर्यटकलाई आकर्षित गर्ने प्रचार पनि भएको छैन। अहिले जे-जति पर्यटक आएका छन् तिनलाई ल्याउन चितवन, खासगरी सौराहा क्षेत्रका, व्यवसायीहरूले निकै मेहनत गरेका छन्।

नेपाल टेलिभिजनका समाचारदाता हुन्- ईश्वर जोशी। उनी चितवनबाट बीबीसीका लागि समेत काम गर्छन्। उनले साथीहरूको अनुरोध र मागमा काठमाडौंबाट प्रकाशित हुने पत्रपत्रिकालाई पनि फोटो समाचार उपलब्ध गराएका छन्। पहिले चितवन र बाहिरका मानिसहरू वन्यजन्तु फोटोग्राफीलाई गैंडा पत्रकारिता भन्थे। आफूले सञ्चारमाध्यमका लागि गरेको फोटोग्राफीमा उनी आफैंलाई रमाइलो लागेको रिपोर्टिङ चितवनको गैंडाको बबई उपत्यकामा स्थानान्तरण थियो। नेपालका एकसिंगे गैंडाहरूलाई देशका प्रमुख निकुञ्ज क्षेत्रमा बसाइँ सार्ने सरकारी योजनाअनुरूप गैंडाको बसाइँसराइ उपयोगी साबित भएको बताइन्छ।

'त्यतिखेर चितवनमा एकल महिलाको अभियान चलेको थियो। जता हेरे पनि झपक्कै राता लुगा लगाएका एकल महिलाहरू। नेपालमा चलेको यो अभियानलाई संसारभरि नै सञ्चारमाध्यमहरूले निकै ठूलो प्राथमिकता दिएका थिए। गैंडाको स्थानान्तरण त्यत्तिकै रोचक विषय थियो,' जोशी आफ्नो सम्झनाको झोला खोतल्दै बताउँछन्, 'ती समाचार संसारभर पठाउन सकेकोमा आफैंलाई गर्व लाग्छ। मेरो रुचि र शोख दुवै राजनीतिक समाचारमा भन्दा सामाजिक एवं सांस्कृतिक घटनाक्रममा केन्द्रित छ।'

नेपाली जनताले जस्तै ईश्वर जोशीले पनि २०४६ को राष्ट्रिय जन-आन्दोलनपछि देशमा ठूलो परिवर्तन आउने आशा गरेका थिए। त्यतिबेला गणेशमान सिंह चितवन आउँदा उनको जिपको पछिपछि जनता बडो उत्साहका साथ दौडिन्थे। ईश्वर ती दृश्यलाई क्यामेरामा कैद गर्थे। बिस्तारै त्यो उत्साह सेलायो। मानिसहरूमा निराशा र वितृष्णा देखा पर्‍यो। ईश्वरको उत्साह पनि सेलायो।

त्यस्तै भयो २०६२-६३ को जन-आन्दोलनपछि पनि। आन्दोलनको परिणाम युगान्तकारी परिवर्तन आयो देशमा। राजतन्त्रको अन्त्य भयो, तर जनताको आशामा फेरि पनि तुषारापात भयो।

ईश्वरको विचारमा– नेपालमा पत्रकारहरूको पारिश्रमिक अत्यन्तै कम छ। यति थोरै पारिश्रमिक अन्यत्र कतै पनि दिइँदैन। पैसाकै हिसाबले काम गर्ने हो भने नेपालको सञ्चार क्षेत्रतिर हेर्दै नहेरे हुन्छ। अर्को कुरा, सरकारी होस् वा गैरसरकारी, संचार माध्यममा चर्को राजनीतिक 'डोमिनेसन' छ। स्तरीयताको कुरा गर्ने हो भने समाचारपत्रहरू नै स्तरीय र भरोसालाग्दा छन्। हामीकहाँ अनलाइन पत्रकारिता हतारमा चल्छ। त्यता धेरै विकृति छन्।

ईश्वर बाथ रोगले पीडित छन्। विस्तारित उपचारपछि अहिले उनको स्वास्थ्यमा सुधार आएको छ। उनमा फोटो पत्रकारिताको जोश अझ घनीभूत भएको छ।

प्रतिक्रिया

जुवाघर कसरी मौलाउँदै गएको छ भन्ने कुरा यो आलेखले बुझ्न सघायो (फ्रन्टपेज : घुम्ती जुवाघर करोडौंको खाल)। नेपालमा जुवाको ट्रेन्ड र जुवाडेहरूको गतिविधिका सम्बन्धमा धेरै कुरा थाहा भयो। जुवाघरको सञ्चालनमा कमी ल्याउन प्रहरी-प्रशासन त्यति सक्रिय नभएजस्तो लाग्यो।

वसन्त श्रेष्ठ

नेपाली रंगमञ्चको सक्रियता बढ्नुमा राजन खतिवडाजस्ता युवाहरूको ठूलो हात छ (यात्रा सन्दर्भ : राजनका उन्मुक्त अनुभव)। अप्ठ्यारो अवस्थामा विभिन्न चुनौती झेलेर थिएटर स्थापना गर्नु, कलाकारहरूलाई एक ठाउँमा भेला गरेर नाटक प्रदर्शन गर्नु, आर्थिक अवस्था कमजोर हुँदाहुँदै रंगमञ्चको विकासमा सक्रिय हुनु प्रशंसनीय काम हो।

सुरेश थापा

गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्समा नाम दर्ता गराउन सफल हुनुभएकोमा नारायण भट्टराईलाई बधाई (नेपालीको नाममा एउटा अर्को विश्व कीर्तिमान)। भट्टराई मेहनत गर्ने हो भने जस्तोसुकै काम गर्न सकिने रहेछ भन्ने कुराको बलियो उदाहरण भएका छन्। अरू पनि विश्व कीर्तिमान राख्दै जानुहोला।

अशोक कुमार

विश्वभरका क्यासिनो तथा ग्याम्बलिङको अत्यन्तै रोचक तथ्यहरू पढ्न पाइयो (क्यासिनो र ग्याम्बलिङका रमाइला तथ्य)। यो सामग्रीमार्फत विश्वका सम्पन्न र विकसित मानिने देशहरूमा क्यासिनोसम्बन्धी नियम एवं प्रबन्धहरूका बारेमा जानकारी मिल्यो।

शंकर अधिकारी

तस्बिरमा देखिएझैं कलाकारका दिदीभाइको सम्बन्ध यसरी नै प्रगाढ भैरहोस् (सम्झनामा कलाकारको भाइटीका)। प्रेम एवं भ्रातृत्वको भावना अटुट रहोस्।

रमेश मैनाली

मनभित्र नैराश्यता छ भने बाहिरको झिलिमिलीले खासै फरक पार्दैन (युवा मन : तिहार र खुसी)। सुबिनजीको लेखले वास्तविक कुरा देखाएको छ। मनभित्र उत्साहको दियो बल्ने हो भने मात्र तिहार र अन्य चाडबाडको रमाइलो महसुस गर्न सकिन्छ।

प्रदीप योगी

देशमा व्याप्त बेरोजगारी, युवा पलायन, महँगी, भ्रष्टाचारजस्ता बेथितिहरूलाई मनोज गजुरेलले तीखो व्यंग्य प्रहार गरेका छन् (मंगल होस् : समसामयिक देउसी)। पटक-पटक सत्तामा आसिन व्यक्तिहरूले यो कुरा थोरै मात्र मनन गर्ने हो भने केही सुधारको अपेक्षा गर्न सकिन्थ्यो कि ? समृद्धि र विकासको नारा लगाएर, सपना बाँडेर कहिलेसम्म भ्रम छर्ने ?

जितेन्द्र पण्डित

सिमानी चौधरी र तेजेन्द्रकुमार विश्वासलाई हार्दिक बधाई (मिस एन्ड मिस्टर थारु)। देशव्यापी रूपमा आयोजना हुने प्रतिस्पर्धाहरूमा तपाईंहरूको सहभागिता नछुटोस्। थारु समुदायका प्रतिभाहरू यसरी नै अगाडी आउनु जरुरी छ।

सञ्जय कडरिया

अरूलाई दान गर्ने तथा समाजसेवामा समर्पित मानिसलाई कहिल्यै घाटा हुँदैन (जसमाथि लक्ष्मीको आशीर्वाद लाग्यो)। आफूले कमाएको रकम समाजसेवा, शिक्षा, स्वास्थ्यजस्ता क्षेत्रमा खर्चिने बिल गेट्सको काम प्रशंसनीय छ। बिल एन्ड मेलिन्डा गेट्स फाउन्डेसनको एउटा बेग्लै प्रतिष्ठा छ। पैसा आर्जन गरेर मात्र हुँदैन, त्यसको केही अंश समाजसेवामा लगाउँदा मान-प्रतिष्ठा आर्जन गर्न सकिन्छ भन्ने बलियो उदाहरण हो यो फाउन्डेसन।

निला बराल

मेगा मिलियन ज्याकपटको कथा रमाइलो लाग्यो (राताराता अर्बपति हुनेहरू)। छोटो समयमा अर्बपति हुने भाग्यमानीहरूको कथा पनि कम रोचक छैन।

पूर्ण लिम्बू

जसरी मानिसहरू राताराता धनी हुन्छन्, त्यसरी नै सडकमा आउन पनि बेर नलाग्दो रहेछ (धन गुमाउनेहरू)। व्यापारमा जसरी उदाए, त्यसरी नै हराउनेहरूको कथा मार्मिक लाग्यो। यसबाट के बुझ्न सकिन्छ भने धन-सम्पत्तिको रवाफ देखाउनु त्यति उचित हुँदैन। आज धन, दौलतको मालिक कुनै बेला सडकमा पनि पुग्न सक्छ।

दिलीप पोखरेल

यो सामग्री पढेर मिठाइका फाइदाका सम्बन्धमा जानकारी मिल्यो (मिठाइ खानुपर्ने पाँच कारण)। मात्रा मिलाएर खान जान्यो भने त मिठाईले पनि फाइदा नै गर्ने रहेछ।

सर्वेन्द्र वली

चाडबाडमा कस्ता पहिरन लगाउने भन्ने कुरा छर्लङ्ग भयो (फेस्टिभ फेसन)। विश्वमा चलेको फेसन ट्रेन्डका बारेमा समेत जानकारी पाइयो।

होम बीसी

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

अमेरिका बसेर समस्या देखाउने भीडको हिस्सा बन्न चाहिनँ

तस्विर : नवराज बाग्ले

■ सूर्य कार्की, शैक्षिक अभियन्ता

संखुवासभा, मादी, मूलखर्कका २७ वर्षीय सूर्य कार्कीले अमेरिकाको कलेज अफ एटलान्टाबाट सस्टेनेबल बिजनेस एवं डेभलपमेन्ट इकोनोमिक्समा ब्याचलर तथा चीनको तासिङ्हुवा युनिभर्सिटीबाट म्यानेजमेन्ट अफ इकोनोमिक एन्ड बिजनेसमा मास्टर्स गरेका छन् । सामान्य परिवारमा जन्मिएका कार्की अहिले युनाइटेड वर्ल्ड स्कुल, नेपाल तथा दियालो फाउन्डेसनका संस्थापक एवं निर्देशक पनि छन् । शैक्षिक जागरण ल्याउन अमेरिका छोडेर नेपाल फर्किएको बताउने कार्की नेपालमा सामुदायिक विद्यालयबाटै गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्न सकिन्छ र त्यो गुणस्तरीय शिक्षा सबैको पहुँचमा पुऱ्याउन सकिन्छ भन्नेमा ढुक्क छन् । सपना देख्न सिकाउने शिक्षाले मात्र नेपाली समाजमा परिवर्तन सम्भव भएको र आफूहरु त्यो सपना देखाउने शिक्षाको अभियानमा लागेको उनी बताउँछन् । कार्की र उनको संस्थाले गरेको मेहनतको मूल्यांकन गर्दै प्रत्येक वर्ष विश्वका धनीहरूको सूची प्रकाशित गर्ने फोर्ब्स म्यागाजिनले उनलाई २०१७ मा सोसल इन्टरप्रेनर युवाहरूमध्ये एसियाका उत्कृष्ट ३० मा राखेको थियो भने हालसालै विश्वकै सबैभन्दा ठूलो सामाजिक सञ्जाल फेसबुकले कम्युनिटी लिडरसिप कार्यक्रमअन्तर्गत ५० हजार अमेरिकी डलरको फेसबुक कम्युनिटी फेलो प्रदान गरेको छ । उनको संघर्ष र गर्दै गरेका कामको विषयमा साप्ताहिकका भिषा काफ्लेले गरेको कुराकानी :

फेसबुकले पहिलो पटक नेपालका एउटा युवालाई फेलो दिएको छ, त्यसलाई कसरी लिनुभएको छ ?

फेसबुकजस्तो विश्वकै उत्कृष्ट सामाजिक सञ्जालले नेपालमा दर्ता भएर काम गरिरहेको एउटा संस्थालाई सम्मान गर्नु भनेको विश्वभरि नै नेपाल र हाम्रो स्कुल चिनिनु हो । यसले हाम्रो स्कुललाई अन्तर्राष्ट्रिय रूपमा ब्रान्डिङ गर्न सहयोगसमेत गरेको छ । अब नोभेम्बरमा गिभिङ ट्युस्डे हुन्छ । त्यो दिन युनाइटेड वर्ल्ड स्कुल नेपाललाई फेसबुकको मुख्यपृष्ठमा राखिनेछ । त्यो भनेको यस्तो ठाउँ हो, जहाँ विश्वका जुनसुकै दाताले हामीले गरेको काम हेर्न सक्छन् । हाम्रो मोडललाई विश्वले नै मान्दै जाने प्रक्रिया हो । हामीले सामुदायिक शिक्षालाई जुन तरिकाले अघि बढाएका छौं त्यसलाई फेसबुकले मान्यता दिएको हो र यो राम्रो मोडल हो है भन्ने कुरा स्वीकार गरिएको हो ।

सामुदायिक विद्यालयमा यहाँहरूले गर्ने काम के हो ?

हामी सबै काम गर्छौं । नयाँ विद्यालय स्थापना गर्ने, भैरहेका संरचनालाई पुनर्निर्माण गर्नेदेखि सञ्चालन गर्नेसम्मका सबै काम गर्छौं । स्थानीय सरकारले नयाँ विद्यालय चाहिएको छ, तपाईंहरूले साथ, सहयोग दिनुपर्‍यो भनेपछि हामी तत्पर हुन्छौं ।

सञ्चालनमा रहेका सामुदायिक विद्यालय र तपाईंहरूको सहयोगपछिको सामुदायिक विद्यालयमा के फरक हुन्छ ?

सामुदायिक विद्यालयहरू परम्परागत रूपमा चलिरहेका छन् । हामी त्यसलाई युडब्ल्यूएस (युनाइटेड वर्ल्ड स्कुल)को मोडलमा सञ्चालन गर्छौं ।

युडब्ल्यूएस मोडल भनेको के हो ?

गुणस्तरीय शिक्षा गरिबलाई । यो भनेको गन्न, पढ्न, लेख्न र सपना देख्न सिकाउने शिक्षा हो । हामीलाई के थाहा छ भने यी चार कुरा गुणस्तरीय शिक्षाबाट मात्र पूरा हुन्छ ।

नेपाल जस्तो ठाउँमा कसरी सम्भव छ ?

हामी तल्लो तहदेखि नै विद्यार्थीलाई गुणस्तरीय शिक्षा दिने प्रणालीको विकास गर्छौं । एउटा गरिबको छोराले अंग्रेजी माध्यमको विद्यालयमा गएर कहिल्यै पढ्न पाउँदैन । हामी उक्त गरिब विद्यार्थीको समस्या समाधान गरेर अंग्रेजी माध्यमबाट शिक्षा प्रदान गर्छौं । अहिले सामुदायिक विद्यालयहरूले एउटा विद्यार्थीलाई एक वर्ष अन्डर वानमा राख्छन्, त्यसपछि कक्षा १ मा लगेर हालिदिन्छन् । त्यसपछि क्लास चढाउँदै लगेर पढाइ बिगारीदिन्छन् । हामीले त्यसलाई परिवर्तन गरी सामुदायिक विद्यालयमै नर्सरीमा हाल्छौं । त्यो समयमा उनीहरू विद्यालय आउन सिक्छन् । एलकेजीमा उनीहरूले शब्दहरू चिन्न सिक्छन् र कक्षा १ मा गएर किताब देख्छन् । यो हाम्रो मोडल हो ।

सामुदायिक विद्यालयलाई आफ्नो मोडलमा कसरी ढाल्नुहुन्छ ?

समुदायले हाम्रो मोडलको माग गरेपछि स्थानीय सरकारको सिफारिस अनिवार्य हुन्छ, जसमा हामीलाई काम गर्न दिने अनुमतिदेखि हामीले काम गर्दाका बखत पूर्ण सहयोग गर्न तयार हुने प्रतिबद्धता खोज्छौं । त्यसपछि हामी विद्यालय स्थापना गर्ने क्षेत्र छनौट गर्छौं । हामी आफ्नै नयाँ संरचना बनाउने प्रस्ताव राख्छौं । किनभने अहिले सामुदायिक विद्यालयहरूका भवन शिक्षामैत्री छैनन्, शिक्षामैत्री भवन बनाउने अनुमति पाएपछि नयाँ वा यदि पहिलेदेखि नै छ भने स्थानान्तरण गरेर बनाउँछौं । त्यसका साथै हामी खेल मैदान पनि माग्छौं । यसको कारण, विद्यालय जस्तो भए पनि त्यहाँ विद्यार्थीले फक्रन पाउनुपर्छ भन्ने हो ।

यसमा समुदायको सहभागिता कस्तो हुन्छ ?

विद्यालय निर्माण गर्दा समुदायको ३० प्रतिशत लगानी अनिवार्य हुन्छ । त्यो लगानी नगदमा हुँदैन । श्रमदानमा हुन्छ, चर खन्ने र चर पुर्ने काममा समुदायले श्रमदान गर्नुपर्छ । त्यसपछि विद्यालय बनाउँदा जति पनि काठ लाग्छ त्यो सामुदायिक वनबाट निःशुल्क उपलब्ध गराउने हो । यसको कारण के हो भने समुदाय एकजुट भएमात्र सामुदायिक वनले काठ उपलब्ध गराउँछ । त्यो समुदाय कत्तिको एकजुट छ र शिक्षाका लागि कति प्रतिबद्ध छ भन्ने मूल्यांकनको आधार पनि हो । साझेदारीमा ९० प्रतिशत समुदायले हस्ताक्षर गरेको हुनुपर्छ । गाउँमा भएका सबै बालबालिकालाई अनिवार्य रूपमा विद्यालय पठाइन्छ भन्ने प्रतिबद्धतासहितको हस्ताक्षर अनिवार्य हुनुपर्छ । हाम्रो मोडलमा विद्यालय सञ्चालन हुँदा सुरुका ५ वर्ष व्यवस्थापन र सुधारको जिम्मा हामीले लिन्छौं । ५ वर्षको लगानीको उपलब्धि हेरेर थप ५ वर्ष काम गर्छौं । यदि समुदायले राम्रो सहयोग गरेको छ भने लगानी दोब्बर गरेर प्रविधिमैत्री शिक्षातर्फ जान्छौं ।

कस्ता स्थानका विद्यालय लिनुहुन्छ ?

जुन ठाउँमा विद्यार्थीको पहुँच कम छ । विद्यार्थी संख्या धेरै छ तर शिक्षकको संख्या कम छ, हामी त्यस्तो विद्यालय लिन्छौं । जहाँ अपुग छ हामी त्यसलाई प्राथमिकता दिन्छौं ।

तपाईंहरूको लगानी के-केमा हुन्छ ?

एउटा सामुदायिक विद्यालयलाई सरकारले मसलन्द खर्च भनेर वर्षको १५ हजार रुपैयाँ दिन्छ । त्यसले केही पनि हुँदैन, त्यो मिलाउन वैधानिक भ्रष्टाचार नगरी सुखै छैन । हामी मसलन्दका रूपमा सम्पूर्ण शैक्षिक सामग्री उपलब्ध गराउँछौं । शिक्षक नभएको स्थानमा थप शिक्षक उपलब्ध गराउँछौं । विद्यार्थीलाई झोला, पेन्सिल र कापी दिन्छौं ।

पृष्ठ ७ मा

नर्सिङमा छ अवसर

यही वर्ष स्टाफ नर्स उत्तीर्ण आश्मा पनेरु कामको तयारीमा छिन् । काठमाडौंका तीनवटा अस्पतालमा एप्लाई गरेकी आश्मालाई दुईवटा अस्पतालले ग्रिन सिग्नल दिइसकेका छन् । कुन अस्पताल छान्ने भन्ने निर्णय गरिनसकेकी आश्मा अध्ययनपछि भविष्य सुनिश्चित हुने देखेरै यो विषय अध्ययन गरेका बताउँछिन्– भविष्यमा बेरोजगार बस्नु पर्दैन भनेर नर्सिङ रोजेकी हुँ । मानवीय संवेदनासँग जोडिएको पेसा भएकाले पनि पहिलेदेखि नै नर्स हुने धोको थियो ।

केही वर्ष यता नेपालमा नर्सिङप्रति युवतीहरूको चासो बढ्दै गएको छ । सम्मानजनक पेसा र हत्तपत्त बेराजगार रहनु नपर्ने विषय भएका कारण पनि यो शिक्षाप्रति चासो बढ्दै गएको हो । सामाजिक उत्तरदायित्व, सामाजिक सेवा तथा सुनिश्चित भविष्यका कारण अभिभावकहरू पनि आफ्ना छोरीलाई यो शिक्षाप्रति प्रेरित गरिरहेका छन् ।

बढ्दो जनसंख्या तथा त्यससँगै खुलेका अस्पताल, नर्सिङ होम्स तथा पोलिक्लिनिकका साथै विभिन्न स्वास्थ्यसम्बन्धी परियोजनाहरूमा काम पाउन सजिलो हुनुका साथै विदेशबाट पनि स्टाफ नर्सका लागि राम्रो अवसर आउने हुँदा छात्राहरू यसतर्फ अकर्षित भैरहेको पाइन्छ ।

नेपालमा हाल व्यवसायिक तालिम परिषद्मार्फत निजी क्षेत्रले सञ्चालन गरेका तथा विभिन्न विश्वविद्यालयबाट सम्बन्धन लिएका ३ सयभन्दा बढी कलेजले नर्सिङसम्बन्धी अध्यापन गराइरहेका छन् । ती कलेजबाट प्रवीणता प्रमाणपत्रदेखि स्नातकोत्तर तहसम्म गरी एक वर्षमा ५ हजार ५ सयभन्दा बढी नर्स उत्पादन हुने नेपाल नर्सिङ संघकी अध्यक्ष प्राध्यापक तारा पोखेल बताउँछिन् । नेपाल नर्सिङ काउन्सिलको तथ्यांकअनुसार हाल नेपालमा ४९ हजारभन्दा बढी स्टाफ नर्स छन् भने ८ सय ५३ जना विदेशी नर्सले नेपालमा काम गर्न अस्थायी लाईसेन्स लिएका छन् ।

बढ्दो सहरीकरण, अन्तर्राष्ट्रिय बजार, जनमानसमा स्वास्थ्यप्रति बढ्दो चेतनाका कारण अस्पतालहरूको संख्या थपिँदै जाँदा नर्सहरूको रोजगारी पनि सुनिश्चित हुँदै गएको छ । बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानबाट पीसीएल नर्सिङ गरेकी गोमा नराल बिरामीको सेवाका लागि नर्सिङतर्फ आकर्षित भएको बताउँछिन्, 'यो यस्तो पढाइ हो जुन पढेको कुरा तत्काल व्यवहारमा लागु हुन्छ ।' मनमोहन अस्पताल, काठमाडौंमा दुई वर्ष काम गरी थप अध्ययनका लागि अस्ट्रेलिया पुगेकी नराल भन्छिन्– विदेशमा रोजगारी र थप अध्ययन सहज हुने हुँदा नर्सिङतर्फ आकर्षित भएकी हुँ । प्राविधिक विषय, त्यसमा पनि मेडिकल विषयको माग विदेशमा बढी भएका कारण छात्राहरू यसतर्फ आकर्षित हुनु स्वभाविक रहेको प्राध्यापक तारा पोखेल बताउँछिन् । मेडिकलसँग सम्बन्धित कोटामा विदेशबाट माग भएको तथ्यांक हेर्ने हो भने त्यसमा नर्सको माग सबैभन्दा बढी छ । नेपाली नर्सका लागि युरोप, अमेरिका, अस्ट्रेलिया, न्युजिल्यान्डजस्ता मुलुक प्रमुख गन्तव्य हुन् । नेपालमा हरेक वर्ष उत्पादन हुने नर्सको ठूलो संख्या स्वदेशमै खपत भए पनि त्यसको आधिकारिक तथ्यांक भने कतै पाइँदैन । विशेष गरी नर्सिङ अध्ययन गरेका ७५ प्रतिशत छात्रा विदेसिएको प्राध्यापक पोखरेलको दाबी छ ।

विभिन्न खालका छात्रवृत्ति तथा डोनेसनमा अध्ययन गर्न पाइने त्रिभुवन विश्वविद्यालयसँग सम्बन्धन लिएर सञ्चालन भैरहेका नर्सिङ क्याम्पसहरूमा महाराजगन्ज नर्सिङ क्याम्पस, ललितपुर नर्सिङ क्याम्पस, पोखरा नर्सिङ क्याम्पस, वीरगन्ज नर्सिङ क्याम्पस, नेपालगन्ज नर्सिङ क्याम्पस, विराटनगर नर्सिङ क्याम्पस आदि छन् । कम शुल्कमा अध्ययन गर्न पाइने हुँदा यी क्याम्पसमा नाम निकाल्न निकै मुस्किल छ । त्यसैगरी वीर अस्पतालको नाम्समा ४० जनाले अध्ययन गर्न पाउँछन् । सिटिइभिटीबाट स्वीकृति लिएर सञ्चालन गरिएका कलेजहरूमा पढ्न भने ४ देखी ५ लाख रुपैयाँसम्म खर्च लाग्छ ।

ब्याचलर इन नर्सिङ

पहिले दुई वर्षको स्नातक अहिले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरसँग मिलाउन तीन वर्षको बनाइएको छ । नर्सिङमा स्नातक गर्न चाहनेहरूका लागि दुईवटा बाटो छ । एउटा पीसीएल नर्सिङ गरेर निश्चित अवधि सेवा गरिसकेपछि बीएन नर्सिङ गर्न पाइन्छ भने अर्को आईएस्सी सकेपछि बीएस्सी नर्सिङ गर्न पाइन्छ । बीएन गरेकाहरू सुरुदेखि नै व्यवहारिक शिक्षा लिएर आएका हुन्छन् भने बीएस्सी गर्नेहरू सैद्धान्तिक रूपमा अब्बल मानिन्छन् । नेपालको परिवेशमा बीएन गरेकाहरूलाई स्वास्थ्य संस्थामा रुचाइन्छ भने शैक्षिक क्षेत्रमा बीएस्सीलाई प्राथमिकता दिइन्छ ।

ख्याल गर्नुपर्ने कुरा

इच्छशक्ति : सबैभन्दा ठूलो कुरा इच्छाशक्ति हो । जुनसुकै अवस्था आए पनि म नर्स भएर बिरामीको सेवाभावमा कमी आउन दिनेछैन भन्ने इच्छाशक्ति हुनुपर्छ । साथै यो व्यवहारिक विषय पनि भएको हुँदा लगावबिना उत्तीर्ण गर्न निकै गाह्रो हुन्छ ।

व्यवहार : नर्स हुने व्यक्तिको व्यवहार सधैं मिजासिलो हुनुपर्छ । बिरामीसँग उसको भावना र व्यवहार हेरेर त्यसलाई ट्याकल गर्न सक्ने खुबी हुनुपर्छ, जसले गर्दा आफ्नो व्यवहारबाट बिरामीलाई थप पीडा नहोस् ।

इमोसन कन्ट्रोल : नर्समा हुनुपर्ने अर्को महत्वपूर्ण खुबी भनेको जस्तोसुकै समयमा पनि आफुलाई कन्ट्रोल गर्न सक्नु हो । बिरामीको बहकाउमा लाग्नु वा भावनामा बग्नु हुँदैन । नर्स भएपछि ठूला-ठूला घटना हुँदा पनि त्यसलाई नियन्त्रण गर्न सक्ने हुनुपर्छ ।

सम्मान : बिरामी, बिरामीका आफन्तका साथै सामाजिक, व्यवहारिक, धार्मिक एवं सांस्कृतिक पक्षलाई समान तरिकाले सम्मान गर्न सक्नुपर्छ । त्यसका साथै बिरामीको भाषा बुझ्नु वा बुझ्न खोज्ने प्रयास गर्नु सक्षम नर्सको खुबी हो ।

सक्दिनँ भन्नु हुँदैन : अंग्रेजीमा एउटा भनाइ छ, नर्सले भन्नै नहुने शब्द हो– 'नेभर से नेभर' । कहिलेकाहीं यस्तो अवस्था पनि आउँछ कि लगातार २४ घण्टासम्म पनि बिरामीको सेवा गर्नुपर्ने बाध्यता हुन्छ । त्यस्तो बेला म गर्न सक्दिन भनेर भन्नु हुँदैन । त्यसका साथै बिरामी र आफन्तलाई हतोत्साहित बनाउने शब्द पनि बोल्नु हुँदैन ।

नर्स भएकोमा गर्व गर्ने : नर्सले जहिले पनि गर्व गर्ने कुरा हो– 'म नर्स हुँ' । यदि यो कुरामा गर्व गर्न सकिँदैन भने कहिल्यै असल नर्स बन्न सकिँदैन ।

नर्सिङ शिक्षामा पनि विभिन्न तह छन् । जस्तैः प्रवीणता प्रमाणपत्र, स्नातक, स्नातकोत्तर तथा पीएचडी । यीमध्ये स्नातक, स्नातकोत्तर र पीएचडीचाहि नर्सिङ व्यवस्थापन, खोज तथा अनुसन्धानसँग सम्बन्धित छन । नर्सिङ पेसामा लागेकाहरूले विभिन्न कठिनाइसँग जुध्नुपर्छ । यस्तो सेवालाई राज्यले उचित सेवासुविधा एवं सुरक्षाको प्रत्याभूति दिएर स्वदेशमै रोजगारीको व्यवस्था मिलाउनुपर्छ, यसका लागि प्रशासनिक तहबाटै ठोस कदम उठाउनु अत्यावश्यक देखिन्छ ।

अप्ठ्यारो पनि छ नर्सिङमा

प्रमिला निरौला, बीएन नर्स

८९ वर्षअघि (वि.सं १९८५ मा) तत्कालीन राणा प्रधानमन्त्री चन्द्रशमशेरले प्रसुति सेवाका लागि विद्यादेवी, राधादेवी तथा धर्मदेवीलाई तालिमका लागि भारत पठाएपछि नेपालमा नर्सिङ शिक्षा प्रारम्भ भएको हो । नेपालमा बर्सेनि ५ हजारभन्दा बढी नर्सिङ जनशक्ति उत्पादन हुने तथ्यांक छ । नेपालमा हाल करिब ८० हजार दक्ष नर्स छन् । नेपालमा नर्सहरूले भोग्ने समस्या साझा छन् । अधिक कार्यबोझ, न्यून पारिश्रमिक, अत्यधिक श्रमशोषण, लगानीअनुसार कम प्रतिफल तथा सेवामा स्तरोन्नतिको कमीले गर्दा नर्सहरूमा मनोवैज्ञानिक असर देखा पर्दै गएको छ । यस्ता समस्या समाधान हुनै नसक्ने खालका छैनन् । सरकारले २५ वर्षअघिकै दरबन्दी कायम राखेको छ । सरकारले नर्सको दरबन्दी पुनरावलोकन गर्ने, विशेष सेवा दिने, मेडिकल कलेजहरूमा उपचार सेवाअनुसार नर्सको अनुपात प्रभावकारी रूपमा मिलाउने र सरकारले निर्धारण गरेको न्यूनतम तलब २३ हजार ५ सय रुपैयाँ कडाइका साथ कार्यान्वयन तथा समयअनुसार तलबको पुनरावलोकन गर्ने हो भने नर्सहरूमा देखिएको मनोवैज्ञानिक असर क्रमिक रूपमा कम हुँदै जानेछ । झन्डै शताब्दी पुरानो इतिहास बोकेको नर्सिङ शिक्षाले अहिले व्यापकता पाए पनि यसको व्यवसायिक पाटो भने उत्साहजनक छैन ।

कसरी सुधार गर्ने नर्सिङ क्षेत्र ?

नर्सिङ जनशक्ति जति बढेको छ, त्यसअनुसारको अवसर अझै सिर्जना हुन सकेको छैन । भएका जनशक्ति पनि मापदण्डअनुसार उत्पादन भएका छैनन् । नेपाल नर्सिङ परिषद्का अनुसार नर्सिङ अध्ययन गर्ने एक विद्यार्थीले कम्तीमा तीन जना बिरामीसँग प्राक्टिकल गर्नुपर्ने हुन्छ । कतिपय अवस्थामा बिरामीको अभावमा त्यो मापदण्डको पालना नभएको अवस्था पनि छ । प्रयोगात्मक एवं व्यवहारिक शिक्षा कम अनि व्यापारीकरण बढी हुँदा नर्सिङ शिक्षाको गुणस्तर घट्दै गएको छ । यसतर्फ नियामक निकायले ध्यान दिनु आवश्यक छ ।

शिक्षण क्षेत्रको सुधार मात्र होइन, नर्सिङ पेशाप्रतिको दृष्टिकोणमा समेत सुधार आवश्यक छ । विकसित मुलुकहरूमा नर्सहरूले चिकित्सा विज्ञानकै साझेदारका रूपमा भूमिका निर्वाह गरिरहेको अवस्थामा नेपालमा भने नर्सको भूमिका ज्यादै साँघुरो छ । नेपालमा नर्सहरू बिरामीको अभिलेख राख्ने र चिकित्सकले सिफारिस गरेका औषधी बिरामीलाई सेवन गराउने काममा मात्र सिमित छन् । नर्सिङ शिक्षालाई अनुसन्धानमुलक बनाउँदै यसको दायरालाई फराकिलो बनाउन समेत अपरिहार्य छ ।

नर्सिङ प्रशासनमा समेत सुधार आवश्यक छ । नर्सिङ प्रशासकले नर्सिङ जनशक्तिलाई संस्थामा काम गर्ने अनुकुल वातावरण बनाउनुपर्छ । नर्सिङ अनुसन्धानकर्ताले नर्सिङ सेवाको गुणस्तर वृद्धि गर्ने समयसापेक्ष ज्ञान तथा सीपको खोजी गर्नुपर्छ । यस्ता सुधार भए नर्सिङको गरिमा अझ बढ्नेछ ।

निराशाका बीच पनि नर्सिङ क्षेत्रमा अवसर छन् । गैरसरकारी संस्थामा नर्सहरूको माग बढ्दो छ भने सरकारको नीजि तथा सरकारी स्कुलमा अनिवार्य नर्स राख्ने नीतिले पनि अझै केही अवसर सिर्जना भएको छ । प्रशासनिक, शैक्षिक तथा नीतिगत क्षेत्रमा सुधार भए विदेश पलायन भैरहेको जनशक्तिलाई रोक्न सकिन्छ भने निराश भएकाहरूमा आशा जगाउँदै नर्सिङ पेसाको गरिमा अझ बढाउन सकिन्छ ।

समस्या देखाउने...

पृष्ठ ५ बाट

झोलाकै कारण बालबालिका विद्यालय आउन प्रेरित भएको पाएका छौं । पुस्तक हामीले परिवर्तन गरेको अवस्थामा दिन्छौं । प्रायः हामीले विज्ञान, सामाजिक तथा अंग्रेजीका पुस्तक परिवर्तन गरेका छौं ।

सामुदायिक विद्यालयमा पनि पुस्तक परिवर्तन गर्न पाइन्छ ?

पाइन्छ, पाठ्यक्रममा आधारित भएर नै हामी यस्तो परिवर्तन गर्छौं, किनभने सरकारी विद्यालयमा अध्यापन भैरहेका यी विषयमा हामीले कमजोरी पायौं । पुराना पुस्तकबाट हामीले सोचेको गुणस्तर अभिवृद्धि हासिल गर्न सकिँदैन भन्ने लागेर परिवर्तन गरिएको हो ।

अहिलेसम्म कतिवटा विद्यालय तपाईंहरूको व्यवस्थापनमा सञ्चालन छन् ?

हालसम्म २४ वटा सञ्चालनमा छन् जसमध्ये संखुवासभामा २० वटा र गुल्मीमा ४ वटा सञ्चालनमा आइसकेका छन् भने २ वटा निर्माणका क्रममा छन् ।

नयाँ कतिवटा सञ्चालनको तयारीमा हुनुहुन्छ ?

अहिले सरकारसँग गरेको सम्झौताअनुसार सन् २०२० सम्ममा ३५ पुर्‍याउनुपर्नेछ, तर हामी २०१९ मै सबै सुरु गरिसक्छौं । लागत बढीमा ३ लाख हुन्छ ।

यति चाँडो कसरी सम्भव हुन्छ ?

हाम्रो विद्यालय भवन बन्ने समय निकै छोटो हुन्छ । जस्तो हामी एउटा ७ कोठे भवन ३४ दिनमा सक्छौं ।

सरकारीभन्दा पनि सस्तो बन्न सक्छ ?

सरकारी काम तहबाट गर्नुपर्ने हुन्छ, सामान खरिद सीधै फ्याक्ट्रीबाट हुँदैन । टेन्डरअनुसार तोकिएको स्थानबाट गर्नुपर्छ । मलाई लाग्छ, सरकारको अनुमानित लागत अध्ययन गर्ने विधिमै समस्या छ । हामी सिधै फ्याक्ट्रीबाट सामान लिन्छौं । एक स्थानको काम सकिएपछि उब्रिएका सामान अर्को स्थानको भवन निर्माणमा लगाउँछौं ।

सरकारीमा एउटा प्रक्रिया छ त्यति हुँदा पनि आर्थिक अनियमितताको कुरा आउँछ भने तपाईंहरूले सीधै सामान किन्दा पारदर्शिताको कुरा उठ्दैन ?

खरिद प्रक्रिया समितिमार्फत सम्पन्न गरिन्छ भने टेन्डर खुलाउनु पर्दैन भन्ने उल्लेख छ । हामी विद्यालय बनाउनुअघि नै सबै कुराको अध्ययन गरेर लाग्ने खर्च समुदायमा स्पष्ट देखाइदिन्छौं र प्रत्येक खरिद र काम पछि खर्च सार्वजनिक गर्छौं ।

सामुदायिक विद्यालयको गुणस्तर कमजोर हुनुको कारण के रहेछ ?

सबैभन्दा ठूलो कुरा समुदायसँग विद्यालयप्रति अपनत्वको भावना छैन । अपनत्व नहुनुको कारण अशिक्षा हो । पछिल्ला तीन वर्षको अनुभवमा समाजमा यदि कोही एक जना शिक्षित छ र उसले मेहनत गर्‍यो भने परिवर्तन सम्भव छ । त्यसपछि अशिक्षा हटाउने पहिलो दायित्व भनेको सरकारले जनताको करबाट पढाउन पठाएका शिक्षकको हो । गुणस्तर अभिवृद्धि गर्ने माध्यम भनेको तिनै शिक्षकहरूबाटै हो । अधिकांश शिक्षकमा दायित्वबोध पाइँदैन । समुदायले आफ्नो दायित्व नलिँदा शिक्षकलाई थप हाइसन्चो हुन्छ । एउटा शिक्षकले साच्चै दायित्वबोध गरेर एउटा बालकको भविष्य मेरो हातमा छ भन्ने सम्झने हो भने त्यो बच्चाको भविष्य सुरक्षित हुन्छ ।

भविष्यको सपना देख्न कस्तो शिक्षा चाहिन्छ ?

म पनि एउटा दुर्गम गाउँमा जन्मिएको हुँ । मेरा काकाका छोराहरू पनि त्यही गाउँमा जन्मिएका हुन् । फरक के थियो भने म कक्षा तीनसम्म मात्र सरकारी विद्यालयमा पढेर काठमाडौं आएर पढें, समयले मलाई अमेरिकासम्म पुर्‍याएर फेरि नेपाल ल्यायो । अहिले गुणस्तरीय शिक्षा अनिवार्य छ भन्ने अभियानमा लागेको छु । मेरो अनुभव के छ भने सरकारी विद्यालयमा कहिल्यै पढेर के हुन्छ भनेर सिकाइँदैन । उसले के देखेको हुन्छ भने ऊ एउटा शिक्षक बन्न सक्छ, अर्को ट्याक्टर ड्राइभर बन्न सक्छ अनि अर्को सीधै खाडी पुग्न सक्छ । किनभने उसका कोही न कोही आफन्त त्यहीं छन्, तर शिक्षा भनेको बाटो र सपना देखाउन सक्ने हुनुपर्छ ।

गरिब विद्यार्थीलाई गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्नुपर्छ भन्ने सूर्य कार्की आफैंले कतिको गुणस्तरीय शिक्षा पायो ?

मैले कक्षा ३ सम्म गाउँमै पढेको हुँ । हामीलाई आमाले ज्यादै दुःख गरेर हुर्काउनुभएको थियो । म अहिले जे छु, मेरी आमामा भएको शिक्षाप्रतिको आशाका कारणले हो । उहाँले कक्षा ३ सम्म मात्र पढ्नुभएको हो । विवाहपछि मेरो बुबा कमाउन बाहिर जानुभयो, उहाँ धेरै पछि मात्र फर्कनुभयो । हामीसँग समय बिताउनु भएन । आमाले हामी तीन जना दाजुभाइलाई एक्लै हुर्काउनुभयो । खान-लाउन पुग्दैनथ्यो । घर जंगलको बीचमा थियो । मीठो खान दसैं नै कुर्नुपर्थ्यो । त्यस्तो जिन्दगी ज्युँदा-ज्युँदै पनि आमालाई आफू पढ्न नपाएको भोक रहेछ । उहाँलाई गाउँमा पढाएर केही हुँदैन भन्ने लागेर ३ कक्षामा पढ्दा-पढ्दै मलाई काठमाडौं पठाउनुभयो । मैले पढ्ने मौका पाएँ । बुढानीलकण्ठबाट प्लस टु गरे । त्यसपछि छात्रवृत्ति पाएर युनाइटेड वर्ल्ड कलेज पढ्न पाएँ । विश्वका १८ वटा देशमा यो कलेज छ । मैले भेनेजुएला पुगेर हिमालय शमशेरले उपलब्ध गराउनुभएको छात्रवृत्तिमा कृषि पढेको हुँ । सबै खर्च उहाँले नै बेहोरिदिनुभयो, मेरो आफ्नो त हैसियत नै थिएन ।

सामुदायिक विद्यालयमा पनि गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्नुपर्छ भन्ने प्रेरणा कहाँबाट मिल्यो ?

म भाग्यको एउटा ठूलो उदाहरण नै हुँ । आमाले मलाई घरबाट ननिकाल्नुभएको भए म पनि आज त्यही खाडीतिरै हुन्थे होला । अमेरिकामा पढ्दा-पढ्दै पहिलो वर्ष बिदाको समयमा नेपाल फर्किएर आफ्नो गाउँ नजिकैको सामुदायिक विद्यालयको कक्षा ४ मा गणित पढाउन गएको थिएँ । मैले १ र १ जोड्दा कति हुन्छ भनेर सोधें, तर कसैले पनि १ र १ एघार हुन्छ भनेनन् । सबैले १ र १ भनेर उत्तर दिए । १२ लाई १ र २ भन्ये, बाह्र भन्न सकेनन् । ४ कक्षाका विद्यार्थीको त्यो स्थितिप्रति मलाई टीठ लाग्यो । सरकारी विद्यालयहरू परिवर्तन भएका रहेनछन् । त्यो कुराले मलाई भित्रैदेखि छोयो । मलाई लाग्यो, केही गर्नु छ भने गुणस्तरीय शिक्षाको विकल्प छैन । आउने पुस्तालाई आफ्नो निर्णय आफैं र विवेकका साथ गर्न सक्ने बनाउनुपर्छ । शिक्षाबिना देशको विकास सम्भव छैन भन्ने लागेर गाउँमा एउटा राम्रो विद्यालय बनाउँछु भन्ने अभियानमा लागें ।

त्यो हिम्मत कहाँबाट आयो ?

हामीले तनहुँ र स्याङ्जामा निःशुल्क पढाउने दुईवटा निजी विद्यालय खोलिसकेका थियौं, कृषि र शिक्षा जोडेर । गाउँको यस्तो अवस्था देखेपछि मेरो नेटवर्कलाई मात्र सक्रिय गरें भने एउटा विद्यालय सञ्चालन गर्न सक्छु भन्ने हिम्मत आएको हो । त्यतिबेला सामुदायिक विद्यालयमा काम गर्छु भन्ने योजना थिएन । एउटा विद्यालय खोल्छु भन्ने मात्र थियो, जसले मेरो मनलाई शान्ति दिन्थ्यो ।

विद्यालय चलाउने त्यति दह्रो नेटवर्क कुन थियो ?

मैले अमेरिका बस्दा दियालो फाउन्डेसन भन्ने संस्था स्थापना गरिसकेको थिएँ । कृषि, सौर्य ऊर्जा र शिक्षामा लगानी गर्ने उद्देश्य थियो । त्यही संस्थामार्फत युनाइटेड वर्ल्ड स्कुलसँग काम गर्ने इच्छा राखें । त्यो स्कुल युनाइटेड वर्ल्ड युनिभर्सिटीमा पढेका सिनियरहरूले खोलेको संस्था हो । दियालो र युनाइटेड वर्ल्ड स्कुलले मिलेर काम गर्ने भनियो । नेपाल आएपछि विद्यालयलाई दिगो रूपमा सञ्चालन गर्न सधैं मागेर मात्र हुँदैन भनेर सामुदायिक विद्यालयसँग मिलेर काम गर्न थालियो । सरकार र समुदायसँगको सम्बन्धलाई प्रभावशाली बनाउन सकियो भने हाम्रो काम दिगो हुन्छ । त्यही भएर सामुदायिक विद्यालयलाई आफ्नो मातहतमा ल्याएर समुदायसँग सहकार्य गरी समुदायलाई नै परिचालन गरी विद्यालय सञ्चालन गर्ने मोडलमा काम सुरु गरियो ।

फेसबुकसँग प्रत्यक्ष जोडिनुभएको छ, अब त्यसबाट कसरी फाइदा लिन सकिन्छ ?

अब शिक्षा र प्रविधिलाई जोड्नुको विकल्प छैन । हाम्रो देश भूपरिवेष्टित छ । यस्तो देशमा काम गर्न सक्ने भनेको वायरलेस हो । त्यो भनेको प्रविधि हो । त्यसको प्रयोग गरी लगानी जुटाउने र गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्ने हो । त्यही प्रविधि प्रयोग गरी अहिले श्रम बेचिरहेको नेपालले व्यवस्थापक बेच्ने शिक्षा दिनुपर्छ । श्रम बेच्दा महिनाको २५ हजार रुपैयाँ कमाइन्छ भने व्यवस्थापक बेच्न सकियो भने कम्तीमा २ लाख रुपैयाँ आउँछ । यस्ता कुरामा विकास गर्न फेसबुक नेटवर्कको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

युवाहरू राजनीतिबाट टाढा बस्न सम्भव छ ?

राजनीति हरेक कुरामा छ । नेतै भएर मात्र राजनीति गर्नुपर्छ भन्ने छैन । हाम्रोमा प्रधानमन्त्री हुन वा मन्त्री हुन मात्र राजनीति गरिन्छ । त्यो भनेको सक्रिय राजनीतिमा लागेर नेता हुने मात्र हो, तर राजनीतिमा लाग्नु भनेको जनतालाई शिक्षित बनाउनु हो । एउटा युवाले राजनीतिमा लागेर समुदायलाई एकजुट बनाउन सकेन भने उसले कुनै पनि समयमा यो देश बिग्रिएको छ वेकामे भएको छ भन्ने अधिकार राख्दैन ।

सपनाको देश अमेरिका पुगेको एउटा युवा नेपाल फर्किएर गल्ती गरें भन्ने लाग्दैन ?

म प्रस्ट उद्देश्य बोकेर नेपाल आएको हुँ । विदेश बसेको भए म फेसबुकमा स्टाटस हेर्थे अनि धारणा बनाउँथे– 'यो देश कति बिग्रिएको, कति नराम्रो, कति बदमास नेताहरू ।' मैले समस्याको हिस्सा बन्न चाहिनँ, म समस्या समाधानको पाटो हुन नेपाल आएको हुँ । समस्या दुई किसिमका हुन्छन् । एउटा समस्या मात्र देखाउने र अर्को समस्याको समाधान दिँदा पनि त्यसलाई नस्वीकार्ने । मलाई यी दुवै कुराको हिस्सा बन्न मन लागेन । नेपालमा परिवर्तन हुनैपर्छ भन्ने मेरो ठूलो चाहना छ । परिवर्तन भन्दैमा अमेरिका नै हुनुपर्छ भन्ने छैन । नेपाल नेपाल नै हुनुपर्छ । हामीलाई मात्र अलिकति विकास चाहिएको छ । विदेशी पैसाबाट अलिकति टाढा हुनुपर्नेछ । हामीले भीख माग्ने परिपाटीबाट माथि उठ्न सक्नुपर्छ ।

कृत्रिम चन्द्रमा बनाउँदै चीन

चिनियाँ वैज्ञानिकहरूले सन् २०२० सम्ममा कृत्रिम चन्द्रमा निर्माण गरेर सहर झिलिमिली पार्ने महत्वकांक्षी योजना अघि सारेका छन्। चीनको सिचुवान प्रान्तको राजधानी छेङ्दु सहरमा वैज्ञानिकहरूले कृत्रिम चन्द्रमा बनाउने तयारी गरिरहेको चाइना डेलीले जनाएको छ।

सूर्यबाट आएको प्रकाशको किरणलाई उक्त चन्द्रमाले ऐनाजस्तै प्रतिविम्बित गर्ने वैज्ञानिकहरूले जनाएका छन्। यस्तो चन्द्रमालाई सडकबत्तीको विकल्पका रूपमा अघि सारिएको छ। सडकबत्तीको तुलनामा कृत्रिम चन्द्रमाले अझ राम्रो उज्यालो दिने बताइएको छ।

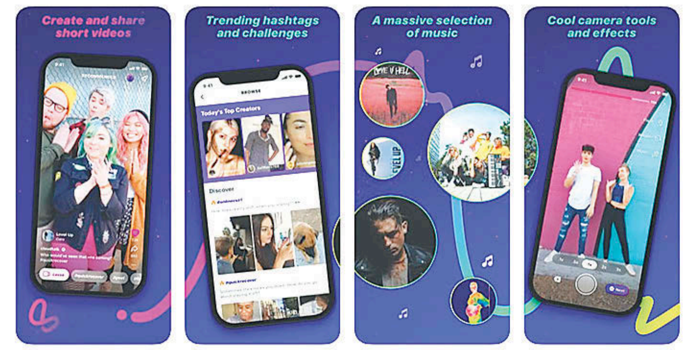
वैज्ञानिकहरूले उक्त चन्द्रमा वास्तविक चन्द्रमाभन्दा ८ गुणा बढी चम्किलो हुने अनुमान गरेका छन्। यो चन्द्रमाले पृथ्वीबाट ५ सय किलोमिटर टाढा आफ्नो अक्षमा रहेर पृथ्वीलाई परिक्रमा गर्नेछ। टाइन फू न्यू एरिया साइन्स सोसाइटीका प्रमुख वू चेनफुङले चाइना डेलीलाई बताएअनुसार उक्त महत्वकांक्षी योजनाले आकाशको पूरै भागलाई भने उज्यालो बनाउने छैन।

छेङ्दु सहरले विद्युत्मा वार्षिक १७ करोड ३० लाख डलर खर्च गर्दै आएको छ। कृत्रिम चन्द्रमाले सडकबत्तीमा खर्च हुने रकम बचतसमेत गर्ने बताइएको छ। यस्तो चन्द्रमाले प्राकृतिक विपत्ति पर्दा एवं विद्युत् अभाव हुँदासमेत काम गर्नेछ।

कृत्रिम वस्तु अन्तरिक्षमा राखेर राति पृथ्वीलाई उज्यालो बनाउने यो पहिलो प्रयास भने होइन। न्युयोर्क टाइम्सका अनुसार सन् ९० को दशकमा रूसले पृथ्वीको परिक्रमा गर्दै सूर्यको प्रकाश प्रतिविम्बित गर्ने एउटा अर्वाइटल ऐना अन्तरीक्षमा पठाएको थियो। सन् १९९९ मा ऐना आकाशमा जलेपछि यो परियोजना असफल भएको थियो।

गत जनवरीमा एउटा अमेरिकी संस्थाले अन्तरिक्षमा कृत्रिम तारा पठाउँदा वैज्ञानिकहरूले त्यसको विरोध गर्दै यस्ता कृत्रिम ताराले प्रकाश प्रदूषण निम्त्याउने खतरा बढाउने दाबी गरेका थिए।

फेसबुकको लास्सो

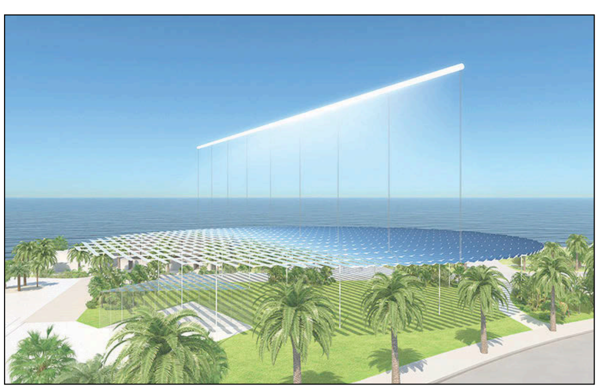


भिडियो सेयरिङ एप टिकटक र म्युजिकलीलाई टक्कर दिन फेसबुकले नयाँ म्युजिक भिडियो एप ल्याउने भएको छ। लास्सो नामक उक्त एपको सहयोगले कसैले पनि लोकप्रिय गीतसँगै गीत गाउँदै नाचेको भिडियो खिचेर फेसबुकमा सेयर गर्न सक्नेछन्। विशेष गरी युवायुवतीहरूको रुचिलाई ध्यानमा राखेर फेसबुकले यस्तो व्यवस्था गर्न लागेको हो।

बन्यो विशेष कन्डम

बिल गेट्स फाउन्डेसनले विशेष प्रकारको कन्डम निर्माण गरेको छ, जसले यौनसाथीको रोग सर्नबाट जोगाउँछ। उक्त कन्डममा भएको विशेष प्रकारको लुब्रिकेन्ट्सका कारण अनिच्छित गर्भ रहने सम्भावना पनि हुँदैन। यो कन्डम प्रयोग गर्नसमेत सहज छ। रोयल सोसाइटी ओपन जनरलमा प्रकाशित समाचारअनुसार उक्त कन्डममा लेटेक्स रबर प्रयोग गरिएको छ, जसको माथिल्लो भागमा पातलो हाइड्रोफिलिक पोलिमरको लेयर छ। यसका कारण कोमल स्पर्स हुनुका साथै चिल्लोपन पनि हुन्छ। उक्त कन्डम यौनसम्पर्कको अवधि लामो बनाउन पनि प्रभावकारी भएको दाबी गरिएको छ। ३३ स्त्री तथा पुरुष जोडीमा गरिएको उक्त कन्डमको परीक्षणबाट सबै सन्तुष्ट भएको बोस्टन युनिभर्सिटीका प्रोफेसर मार्क ग्रिनस्टाफले बताएका छन्।

सूर्यको तापबाट विद्युत् संकलन गर्न सकिने



वैज्ञानिकहरूले सूर्यको तापबाट विद्युत् निकालेर त्यसलाई संकलन गर्ने प्रविधिको विकास गरेका छन्। उक्त विद्युत्लाई राति वा बादल लागेका बेला प्रयोग गर्न सकिनेछ। यो विद्युत् उत्पादनको दिशामा एउटा महत्वपूर्ण खोज हो। अमेरिकाको पुरड्यु विश्वविद्यालयका प्राध्यापकहरूको समूहले उक्त खोजमा सफलता प्राप्त गरेका हुन्।

सौर्य उर्जालाई विद्युत्मा बदल्न सिसा वा लेन्सको सहयोगले सानो स्थानमा प्रकाशलाई केन्द्रित गरिन्छ। यसबाट निस्किएको तापलाई एक मोल्टन साल्टमा स्थानान्तरित गरिन्छ। तापक्रम बढेपछि मोल्टन साल्ट तरल पदार्थमा परिवर्तन हुन्छ, जसलाई विभिन्न तरिकाले विद्युत् निकाल्न प्रयोग गर्न सकिन्छ।

फेसियल रिकग्निसन

जापानी इलेक्ट्रोनिक्स कम्पनी ओमोरनले व्यक्तिको अनुहारको हाउभाउका आधारमा उसमा भएको तनावको स्तर पत्ता लगाउने डिभाइस विकसित गरेको छ। फेसियल रिकग्निसन सिस्टमको सहयोगमा चल्ने उक्त डिभाइसलाई २० औं चाइना इन्टरनेसनल इन्डस्ट्री फेयरमा प्रदर्शन गरिएको थियो। गत सेप्टेम्बर १९ मा प्रारम्भ भै सेप्टेम्बर २३ मा सम्पन्न उक्त फेयरमा २७ देशका २५ सय कम्पनीले आफ्ना नयाँ प्रविधियुक्त उत्पादन प्रदर्शनमा राखेका थिए।

सस्तो मूल्यमा बढी फिचरयुक्त स्मार्टफोन

सस्तो मूल्यमा गुणस्तरीय स्मार्टफोन रुचाउनेहरूका लागि शाओमीले रेडमी-६ मोडलको मोबाइल बजारमा उतारेको छ। कम्पनीले नेपालमा उपलब्ध गराएका चार मोडलमध्ये यो फोन मध्यम स्तरको मूल्यमा उपलब्ध छ। १६ हजार ४ सय ९९ रुपैयाँमै फिंगरप्रिन्ट सेन्सर तथा गुणस्तरीय सेल्फी क्यामेरासहितको स्मार्टफोन प्राप्त गर्नु आफैमा राम्रो कुरा हो।

शाओमीको रेडमी सिरिजलाई इन्ट्री लेभल मानिन्छ। रेडमी ६ सोही सिरिजको स्मार्टफोन हो। यसमा ५ दशमलव ४५ इन्चको डिस्प्ले छ भने फ्रन्टमा सेल्फी क्यामेरा, इयरपिस, सेन्सर र कर्नरतिर ह्वाइट नोटिफिकेसन एलईडी छ। यसको दायाँ साइडमा पावर तथा भोल्युम बटन छ।

यसमा दुईवटा जीएसएम सिमकार्ड प्रयोग गर्न सकिनुका साथै माइक्रो एसडी कार्ड स्लटसमेत छ। हाल नेपालमा प्रचलित फोरजी सिम तथा भविष्यमा आउने भीओएलटीई प्रविधि समेत यसले सपोर्ट गर्छ। यसमा हेडफोन ज्याक तथा सेकेन्डरी माइक्रोफोन माथिल्लो भागमा छ। पछिल्लो भागमा बायाँ साइडमा ड्युअल क्यामेरा छ र त्यसकै साथमा सिंगल एलईडी फ्ल्यास लाइट छ। यस मध्ये १२ मेगापिक्सेलको प्राइमेरी क्यामेरा छ भने ५ मेगापिक्सेलको डेप्थ सेन्सर छ।

रेडमी-६ को तौल जम्मा १ सय ४६ ग्राम मात्र छ। यसमा भएको ३ हजार एमएएचको ब्याट्रीले पटक-पटक चार्ज गरिरहनुपर्ने झन्झटबाट केही भए पनि राहत दिन्छ। रेडमी ६ को बक्समा हेडफोन भने उपलब्ध छैन।

शाओमीको स्मार्टफोन मिडियाटेक प्रोसेसरको सहयोगले चल्छ। यो १२ एनएम म्यानुफ्याक्चरिङ प्रोसेसमा आधारित अक्टाकोर प्रोसेसर भएको बताइएको छ। यो २ गिगाहर्ज क्षमताको छ। रेडमी-६ दुई भेरिएन्टमा उपलब्ध छ। एक ३ जीबी र्‍याम र ३२ जीबी स्टोरेज तथा अर्को ३ जीबी र्‍याम र ६४ जीबी प्रोसेसर। यी दुवैलाई माइक्रो एसडी कार्डको सहयोगले २ सय ५६ जीबीसम्म बढाउन सकिन्छ।

यसमा घडी, क्यालकुलेटर, एफएम रेडियो, रेकर्डर, कम्पास आदि वाहेक एमआई स्टोर, एमआई कम्युनिटी, एमआई भिडियो आदिसमेत उपलब्ध छन्।

केवल एक प्रश्न

चाडपर्वपछि नयाँ के काम गर्ने सोचमा हुनुहुन्छ ?

नयाँ गीत रेकर्ड गराएर त्यसको भिडियो सार्वजनिक गर्ने सोचमा छु ।

रामचन्द्र काफ्ले, गायक

म फेसबुकमा कसैले व्यक्त गर्ने गाउँले पाराका मौलिक बोली तथा थेगो टिपेर गीतमा प्रयोग गर्ने मानिस हुँ, तर दसैं-तिहारमा खाने, पिउने, खेल्ने काम बहिष्कारबाहेक अरू केही पनि पाइएन । अब फेरि मौलिक कुरामध्येबाट गीतलाई काम लाग्ने थेगो पाइएला अनि अर्को करोड क्लबे गीत लेखौंला भन्ने सोचिरहेको छु ।

राजेन्द्र थापा, गीतकार

दसैं-तिहारजस्ता चाडपर्व सकिएसँगै अब जाडो मौसम पनि सुरु भएको छ । यसका साथै विवाहको मौसम पनि सुरु हुनै लागेको छ । त्यसैले विवाहमा दुलहीका लागि नयाँ डिजाइन तथा जाडो मौसममा लगाइने बाक्ला अनि राम्रा पहिरनको कलेक्सन निकाल्ने सोचमा छु ।

मनिता थापा, फेसन डिजाइनर

लामो समयपछि नयाँ एल्बम प्रेमको भिखारी लिएर आएको छु । उक्त एल्बमको भिडियो पनि तयार भैसकेको छ, अब यसलाई रिलिज गर्ने सोचमा छु ।

गगन सरगम, गायक

नेपालीहरूको महान् चाड दसैं-तिहार एकदम रमाइलोसँग मनाइयो । अब चलचित्र 'सम्हालिन्छ कहिले मन' मा व्यस्त हुनेछु । अहिले धमाधम स्क्रिप्ट र संगीतको काम चलिरहेको छ ।

सुदर्शन थापा, निर्देशक

अब नेपालमा नील डेभिड्स एकेडेमी तथा सलोनलाई थप उचाइमा लाने जिम्मेवारी ममाथि छ भने भारतका ५ वटा राज्यका लागि मास्टर फ्रेन्चाइज दिने कागजमा साइन गरिसकेको छु । त्यसैले त्यसको काम पनि छ, नेपाली ब्रान्डलाई अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा चिनाउने सोचमा छु ।

नील डेभिड कटवाल, हेयर स्टाइलिस

मेरो अफिसको काम अनि स्टेज प्रोगामका लागि विदेशतिर जाने सोचमा छु ।

बिनु शाक्य, मोडल

निर्माणाधीन चलचित्र शुभ लभको केही काम बाँकी छ, त्यो सिध्याउनतिर लाग्नेछु । यसका साथै अफिसको काम पनि उत्तिकै छ । भारतमा एउटा कार्यक्रम हुँदैछ, त्यसको तयारीसमेत गर्दैछु । त्यस्तै, इजिप्ट र रसियामा ज्योतिष अनि वास्तु सम्मेलन हुँदैछन् त्यहाँ जान आफूलाई तयार गर्दैछु ।

हरिहर अधिकारी, ज्योतिष तथा अभिनेता

म चिकित्सा पेसामा आबद्ध भएकाले दसैं-तिहारजस्ता चाडपर्व मनाउने फुर्सद निकाल्न पनि धेरै गाह्रो हुन्छ । यसपालिको दसैं-तिहार पनि अपरेसन थिएटरमै बित्यो । तैपनि समय निकालेर जसोतसो चाड मनाएँ । अब चाँडै एउटा नयाँ गीतको भिडियो लन्च गर्दैछु ।

विक्रान्त मेहता, चिकित्सक तथा गायक

म त जिन्दगी नै गीत-संगीतमा समर्पण गरेको मान्छे यही क्षेत्रमा रहेर दर्शकको रोजाइ र फरक खालका कोसेली बजारमा ल्याउने काममै तल्लीन हुनेछु ।

सुशीला गौतम, गायिका

नयाँ गीत रेकर्ड गर्ने, स्टेज कार्यक्रममा व्यस्त हुने, राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरी गीत प्रतिष्ठानको नयाँ भवन निर्माणमा लाग्ने सोचमा छु । यसका साथै नयाँ-नयाँ गीत सार्वजनिक गर्ने त छँदै छ ।

बद्री पंगेनी, गायक

देश-विदेशमा थुप्रै कार्यक्रम छन्, थुप्रै गीत गाइयो, माया पनि धेरै पाइयो । अब नयाँ पुस्ताका साथीहरूका लागि फरक शैलीका नयाँ गीत तयार गर्ने सोचमा छु । म विभिन्न संघ-सस्थामा समेत आबद्ध छु, तिनकै माध्यमबाट सामाजिक सेवा पनि गरिरहेकी छु । अब त्यसको रफ्तार बढाउने सोचसमेत छ ।

राधिका हमाल, गायिका

म एक्लै केही सोच्दिनँ, हाम्रो समूहले सोच्छ । तत्काल हामी एउटा सिनेमा हल खोल्ने तयारीमा छौं । त्यसपछि एउटा चलचित्रको कथा अध्ययन गर्दैछौं ।

दीपकराज गिरी, अभिनेता

अब म नयाँ गीतको तयारीमा छु ।

अनिता चलाउने, गायिका

दसैं-तिहारले गर्दा धेरै काम बाँकी छन् । त्यसैले अब पुरानै कामतिर लाग्नुपर्ला ।

सृष्टि खड्का, मोडल

नाटक 'लिलामे माइलो' मञ्चनको तयारीमा छ । अब यसकै प्रचारप्रसारमा लाग्नेछु ।

राजाराम गौतम, रंगकर्मी

खासै त्यस्तो नयाँ सोच त केही छैन । एउटा नयाँ प्रोजेक्टको तयारीमा सहभागी हुँदैछु ।

पृथ्वीराज प्रसाईं, अभिनेता

अहिलेसम्म मेरा लागि नयाँ काम भनेको चलचित्र 'ए मेरो हजुर-३' नै हो । त्यसैले चलचित्रको सुटिङ छिटो सक्ने अनि रिलिज गर्ने काममा लागिपर्छु ।

झरना थापा, अभिनेत्री

अब राष्ट्रिय शिक्षा नीतिमा बहस चलाउने सोचमा छु ।

कोमल वली, सांसद तथा गायिका

मेरो नयाँ गीत सार्वजनिक गर्ने तयारीमा छु । यसका साथै, जाडो मौसममा मेला-महोत्सवहरू धेरै हुने भएकाले त्यतैतिर व्यस्त हुने सोच छ ।

टंक तिमिल्सिना, गायक

आफ्नो नित्यकर्म अर्थात् नयाँ-नयाँ सांगीतिक सिर्जना गर्ने काम नै प्रमुख हो । विद्यालयमा विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई संगीत सिकाउने काम पनि जारी रहनेछ ।

आनन्द राई, संगीतकार

प्रस्तुति : महेश तिमल्सिना

टर्निङ प्वाइन्ट

सांगीतिक क्षेत्रलाई नबुझ्दै एल्बम निकालें

म बाग्लुङको गलकोट उमाविमा कक्षा १२ मा अध्ययन गर्दै थिएँ । त्यही क्रममा मैले करूवाको पानी गीत सिर्जना गरेँ । त्यति बेला मलाई सांगीतिक क्षेत्रका बारेमा केही थाहा थिएन, तैपनि अरूको सिर्जना हेरेर आफ्नै लय, शब्द तथा स्वरमा ०५८ सालमा उक्त गीत रेकर्ड गराएँ । कक्षा १२ को अध्ययन पूरा भएपछि स्नातक तह अध्ययन गर्न म काठमाडौं आएँ । त्यसपछि मैले उक्त गीतलाई ०६१ सालमा बजारमा ल्याएँ । पञ्चेबाजामा आधारित यो गीतले खासै चर्चा त पाएन, तर मलाई यही गीतले सांगीतिक क्षेत्रमा लाग्न हौसला प्रदान गर्‍यो । यो गीतलाई मैले आफ्नो जीवनको पहिलो टर्निङ प्वाइन्टका रूपमा लिएको छु ।

नीलो फेवातालले चर्चामा ल्यायो

पहिलो गीत लगत्तै नीलो फेवाताल गीत सिर्जना गरें, जसमा मेरै शब्द, संगीत तथा स्वर छ, उक्त गीत मैले गायिका लक्ष्मी न्यौपानेसँग गाएको थिएँ । यो गीतले अत्यधिक मात्रामा चर्चा पायो । त्यसपछि मैले पछाडि फर्केर हेर्नु परेन ।

बरबर आँसुले मजबुत बनायो

यही सिलसिलामा म धौलागिरि क्यासेट सेन्टरमा आबद्ध भएँ । ०६३/६४ मा धौलागिरि क्यासेट सेन्टरबाट बरबर आँसु झर्दाखेरि गीत सार्वजनिक भयो । यही गीत सार्वजनिक भएपछि म आर्थिक रूपमा समेत मजबुत हुन थाले, त्यसपछि मात्र मलाई काठमाडौंमा बाँच्न सहज भयो ।

०६७ सालमा म्युजिक कम्पनी खोलें

मलाई म्युजिक कम्पनीहरूले चिन्न थालिसेकेका थिए । धौलागिरि क्यासेट सेन्टरबाट मेरा थुप्रै सिर्जना बजारमा आए । यही क्रममा हामीले समर्पण म्युजिक कम्पनीको परिकल्पना गर्‍यौं, जहाँबाट चाहिं फूल राम्रो गुलाफको, यस्तै रै'छ माया, शीतल दिने पीपल समी छ, धेरै आँसु खसे आदि गीत बजारमा आए । यही क्रममा म श्रोता संगीत म्युजिक कम्पनीमा समेत आबद्ध भएँ, त्यहाँ पनि चर्चित गीतहरू सिर्जना भए । त्यसपछि मैले ०६७ सालमा अभ्यास डिजिटल म्युजिक कम्पनी दर्ता गरें । अहिले यसैबाट विभिन्न सिर्जना बजारमा ल्याइरहेको छु । यो कम्पनी खोल्नु मेरो जीवनको अर्को महत्वपूर्ण टर्निङ प्वाइन्ट हो ।

● वसन्त थापा, गायक तथा संगीतकार

संगीत

शम्भुजितको पुनरागमन

कृष्ण भट्टराई

कुनै बेला 'अच्छा लेकिन लन्डनको चिसोले समाउला...' गीत तयार पारेर लन्डनको चिसोलाई संगीतमा प्रस्तुत गर्ने गायक तथा संगीतकार शम्भुजित बासकोटाले लामो समयपछि पुनः एकपटक चलचित्र संगीतमा पुनरागमन गरेका छन् । यसपटकको उनको पुनरागमनले सांगीतिक बजारलाई नै तताएको छ । दसैं-तिहारजस्ता ठूला चाडपर्वमा शम्भुजितका दुई नयाँ सिर्जनाले दर्शक तथा श्रोताहरूलाई मोहनी मात्र लगाएनन्, देउसी-भैलोमा नाच्ने नयाँ गीतसमेत तयार भएको अनुभव गरियो ।

संगीतकार बासकोटाद्वारा नै निर्माण गरिएको नयाँ नेपाली चलचित्र 'चौका दाउ' यतिबेला चर्चामा छ । उक्त चलचित्रलाई चर्चामा ल्याउने काम गरेका छन् यही चलचित्रमा समावेश दुई भिन्न स्वादका गीतले । झन्डै दुई महिनाअघि नै युट्युबमार्फत सार्वजनिक गरिएको चलचित्रको पहिलो गीत 'राधा पियारी...' मौलिक शब्दहरूले भरिएको छ । संगीतकार बासकोटाकै स्वरको उक्त गीतमा गायिका कोमल राजभण्डारीको समेत स्वर सुन्न सकिन्छ । युट्युबमा झन्डै १३ लाख पटक हेरिएको उक्त गीत झट्ट सुन्दा जति कर्णप्रिय लाग्छ, त्यसको भिज्युअल पनि उत्तिकै चाखलाग्दो छ । वर्षा राउत, विल्सनविक्रम राई, सन्तोष पन्त, तैयब शाह तथा रवीन्द्र झाका साथमा भीमफेदी गाइजले उक्त गीतमा रमाइलो नृत्य गरेको छ । उक्त गीत श्रीपुरुष ढकाल तथा दयाराम पाण्डेले रचना गरेका हुन् । राधापियारीको नृत्यमा भीमफेदी गाइजको कोरियोग्राफी छ । 'यसपटकको दसैं-तिहारमा राधा पियारी गीतमा दर्शक-श्रोताहरूले इन्जोय गरेको अनुभवगरेको छु, गायक तथा संगीतकार बासकोटा भन्छन्– ठेट नेपाली शब्द, परम्परागत शैली तथा मौलिक धुनले यो गीतलाई कर्णप्रिय बनाएको छ । गीतमा संगीतकार बासकोटाले झन्डै तीन दशकअघिको सांगीतिक फ्लेवर दिने प्रयास गरेका छन् ।

तिहारअघि युट्युबबाटै सार्वजनिक गरिएको चलचित्रको आइटम गीत 'मेरो माया कतारमा...' लाई दर्शकले अझ बढी मन पराएका छन् । 'यो हरेक अवसरमा नाच्न मिल्ने आइटम गीत हो, गीतका गायक तथा संगीतकार बासकोटा भन्छन्- 'विगतमा हे संगीता जस्तो आइटम गीत तयार पारेको थिएँ, अहिले त्यसकै निरन्तरतास्वरूप मेरा माया कतारमा तयार पारिएको हो ।' संगीतकार बासकोटाले यो गीतमा काठमाडौंका दुई पर्यटकीय स्थल ठमेल तथा झमेल (झम्सिखेल) को वर्णन गरेका छन् ।

'नेपाली दाजुभाइका लागि कतार वैदेशिक रोजगारीको सबैभन्दा आकर्षक गन्तव्य हो, बासकोटा भन्छन्– त्यहाँ रोजगारीमा जाने नेपाली युवा छोटो समयका लागि स्वदेश आउने तथा हतार-हतार फर्किने प्रसंगलाई यो गीतमा समावेश गरिएको छ ।

मेरो माया कतारमा.. ले एकै साथ दुई नयाँ प्रतिभालाई मनोरञ्जन क्षेत्रमा स्थापित गराएको छ । उक्त गीतकी गायिका सुमन गुरुङ सांगीतिक क्षेत्रका लागि नयाँ नाम हो । 'सांगीतिक कार्यक्रमका क्रममा गोरखा पुगेका बेला मैले उनको स्वर सुन्न मौका पाएको थिएँ, संगीतकार बासकोटा सम्झन्छन्- 'उनको स्वर आइटम गीतका लागि उपयुक्त हुन्छ जस्तो लागेर यो गीतमा मौका प्रदान गरेको हुँ, उनले मेरो अपेक्षाभन्दा उत्कृष्ट गीत गाएकी छिन् । सुमनको सांगीतिक भविष्य उज्वल छ ।' यही गीतको भिडियोमार्फत मोडल सोनिका केसी रजतपटमा पदार्पण गरेकी छिन् । उक्त गीतमा अभिनेत्री वर्षा राउतसँगै मोडल सोनिका केसीले कामुक नृत्य गरेकी छिन् । श्रीपुरुष ढकालका शब्दको उक्त गीतको भिडियोमा वर्षा र सोनिकासँगै विल्सन विक्रम राई, सन्तोष पन्त, रवीन्द्र झा, अजम्र ढुंगाना, तैयब शाह आदि कलाकारले नृत्य गरेका छन् । यो गीतका कोरियोग्राफर वसन्त श्रेष्ठ हुन् ।

राधा पियारीमा स्वर दिने गायिका कोमल राजभण्डारीले संगीतकार शम्भुजित बासकोटासँगको गायन अविस्मरणीय रहेको प्रतिक्रिया दिएकी छिन् । मेरो माया कतारमा गीतकी गायिका सुमन गुरुङ भने उक्त गीतमार्फत पार्श्व गायनको क्षेत्रमा आफ्नो करियरको ढोका खुलेको धारणा व्यक्त गर्छिन् । 'दर्शक तथा श्रोताहरूबाट पाएको सकारात्मक प्रतिक्रियाबाट उत्साहित भएकी छु, सुमन भन्छिन्- 'चलचित्रको पार्श्व गायनले निरन्तरता पाउने कुरामा ढुक्क छु ।'

म्युजिक अपडेट

त्रिसारामा म्युजिकल ज्यामिङ

लियो क्लब अफ मीनभवनले अघिल्लो साता काठमाडौंको लाजिम्पाटस्थित त्रिसारामा म्युजिकल ज्यामिङ शीर्षकको सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न गर्‍यो । कार्यक्रममा गायकहरू सञ्जय श्रेष्ठ, रविनम महर्जन, प्रशन्त अधिकारी, विकास श्रेष्ठ, सृजन बराइलीका साथमा सांगीतिक समूहहरू द कभियन्स, द इकोल्स, आर्य बर्थ आदिले प्रस्तुति दिएका थिए ।

सुनाकोठीमा कन्सर्ट

ललितपुरको सुनाकोठीस्थित महर्जन कम्प्लेक्समा बृहत् सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । प्रदेश नम्बर-३ का सांसद दिनेश महर्जनद्वारा आयोजित उक्त कार्यक्रममा नयाँ तथा पुराना गायक-गायिकाहरूले लोकप्रिय गीत-संगीत प्रस्तुत गरे । कार्यक्रममा ज्योति घिमिरे, भीम तुलाधर, सञ्जय श्रेष्ठ, बबिन प्रधान, जेम्स प्रधान, सचिन रौनियार, राम श्रेष्ठ, विजय गुरुङ, रबिन महर्जन, रुपेश डङ्गोल आदि कलाकार सहभागी थिए ।

थापालाई सम्मान

गायक, गीतकार तथा संगीतकार जगतमर्दन थापालाई काठमाडौं महानगरपालिका वडा नम्बर ३ ले सम्मान गरेको छ । सांगीतिक क्षेत्रमा ६ दशकदेखि पुर्‍याउँदै आएको योगदानको कदर गर्दै संगीतकर्मी थापालाई सम्मान गरिएको हो । गायक थापा ८३ वर्षको उमेरमा पनि गायनमा सक्रिय छन् । केही समयअघि मात्र गायक थापाले भारतीय गायिका उषा मंगेशकरसंग गाएका गीतहरूको एल्बम 'म पतझड तिमी मधुमास' सार्वजनिक गरेका थिए ।

एकल गायनमा गुरुङ

झन्डै तीन दशकदेखि सक्रिय संगीतकार प्रकाश गुरुङ एकल गायन कार्यक्रममा प्रस्तुत हुने भएका छन् । मंसिर १५ गते राष्ट्रिय नाचघरमा आयोजना हुने एकल गायन कार्यक्रममा गुरुङद्वारा संगीतबद्ध गीतहरू प्रस्तुत हुनेछन् । लामो समयदेखि संगीत प्रशिक्षकका रूपमा सक्रिय गुरुङलाई गुरु दक्षिणा स्वरूप उनका शिष्यहरूले यो कार्यक्रम आयोजना गर्न लागेका हुन् । कार्यक्रममा गायिका चन्दा देवान, राई नवीनसहित विभिन्न गायक-गायिकाहरू सहभागी हुने बताइएको छ ।

दोहारी गीत एवार्ड

नेपाली लोक तथा दोहोरी गीतका क्षेत्रमा योगदान पुर्‍याउने स्रष्टालाई राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरी गीत प्रतिष्ठान नेपाल, उपत्यका समन्वय समितिले आयोजना गर्ने छैटौं राष्ट्रिय लोकदोहोरी एवार्ड-२०७५ मा सम्मानित गरिने भएको छ । 'अग्रजलाई सम्मान नव प्रतिभालाई प्रोत्साहन' भन्ने नारासहित मंसिर २९ गते आयोजना हुन लागेको समारोहमा यसपटक विभिन्न ३२ वटा विधामा एवार्ड प्रदान गरिनेछ ।

विमोचन

नबिर्स सार्वजनिक

गीतकार घनबहादुर थापाले रचना गरेका आधुनिक गीतहरूको एल्बम नबिर्सको लोकार्पण काठमाडौंमा सम्पन्न भएको छ । एल्बमका गीतमा आनन्द कार्की, अञ्जु पन्त, सविना कार्की तथा निखिता थापाको स्वर समावेश छ । ती गीतलाई शक्ति वल्लभ, शिखर सन्तोष, दीपक शर्मा, अर्जुन पोखरेल, राजनराज शिवाकोटी तथा ताराप्रकाश लिम्बूले संगीतबद्ध गरेका छन् ।

दिनेशको नयाँ

एक दशकअघि 'पैसा कसले बनायो' गीत गाएर चर्चामा आएका गायक दिनेश गौतम नयाँ गीत 'फर्केर आएन मायालु' को म्युजिक भिडियो लिएर आएका छन् । पुस्तक प्रसादको शब्द तथा संगीतको उक्त भिडियोमा नाजिर हुसेन तथा सृष्टि खड्काले अभिनय गरेका छन् भने त्यसको निर्देशन निशान कश्यपले गरेका हुन् ।

पद्मिनी सार्वजनिक

गजलकार निश्चल पिएसको गजल एल्बम पद्मिनी सार्वजनिक भएको छ । यो एल्बमका गजलमा अञ्जु पन्त, स्वरूपराज आचार्य, दीपक लिम्बू, ताराप्रकाश लिम्बू, नीरा रानाभाट तथा सुनीता थेगेमको स्वर सुन्न सकिन्छ । ती गजललाई हरि लम्साल, महेश खड्का, गैरे सुरेश एवं ताराप्रकाश लिम्बूले संगीतबद्ध गरेका छन् । समारोहमा एल्बममा समावेश कहाँ-कहाँ खाजें गजलको म्युजिक भिडियो प्रिमियर गरिएको थियो ।

जुनुको चोली

गायिका जुनु रिजाल काफ्ले 'चोलीको तुना कसेर' गीतको म्युजिक भिडियोमार्फत दर्शकमाझ आएकी छिन् । रामचन्द्र काफ्लेद्वारा निर्देशित उक्त म्युजिक भिडियोलाई काजिश श्रेष्ठले निर्देशन गरेका हुन् जसमा अञ्जली अधिकारीले आकर्षक नृत्य गरेकी छिन् ।

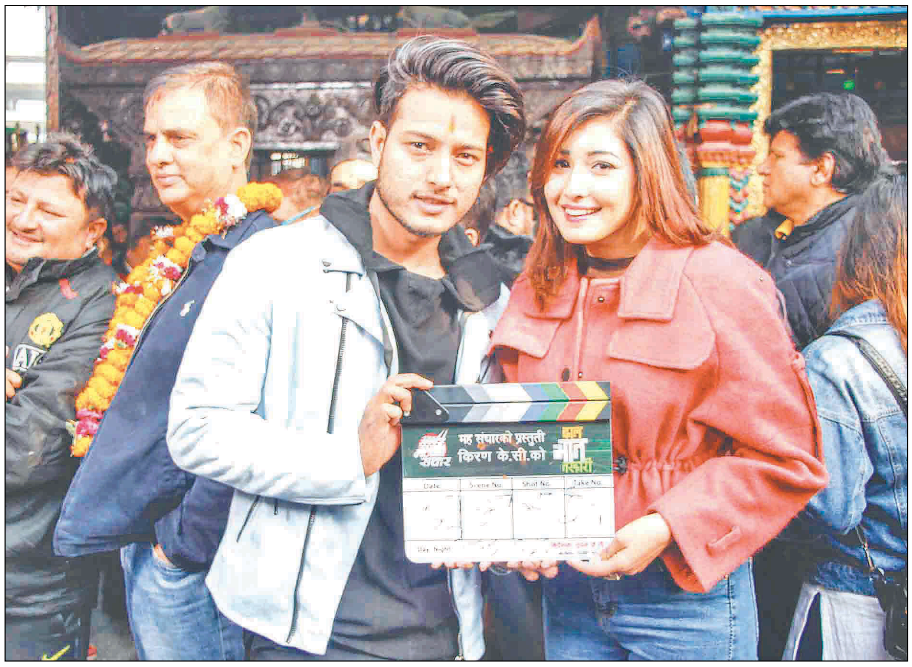
फिल्मी डायरी

पल इन, आकाश आउट

लामो समयदेखि स्टारकास्टका कारण चर्चामा रहेको चलचित्र वीरविक्रम-२ बाट अभिनेता आकाश श्रेष्ठले पारिवारिक कारण देखाउँदै हात झिकेका छन् । केही साताअघि उनकै उपस्थितिमा चलचित्रको औपचारिक घोषणा गरिएको थियो । श्रेष्ठले फेसबुकमा एउटा स्टाटस लेख्दै चलचित्र छाडेको जानकारी दिएका हुन् । उनको ठाउँमा अब अभिनेता पल शाह भित्रिएका छन् । निर्माण टिम र पलबीच सम्झौतामसेत भैसकेको छ । चलचित्रमा बालकलाकार क्रिजन गौतमसमेत भित्रिएका छन् । यसअघि घोषणा गरिएका नाजिर हुसेन, वर्षा शिवाकोटी, बुद्धि तामाङ, विनिशा भण्डारी, शिशिर राणा, क्षितिज सुवेदी आदि कलाकार भने यथावत् छन् । चलचित्रलाई मिलन चाम्सले निर्माण एवं निर्देशन गर्दैछन् भने यो चलचित्रको कथा प्रदीप भारद्वाजले लेखेका हुन् । चलचित्र वीरविक्रम-२ आगामी साता छायांकनमा जाँदैछ ।

मनीषा कोइरालाको आत्मकथा

पाठेघरको क्यान्सरलाई मात दिएकी नेपाली मूलकी बलिउड अभिनेत्री मनीषा कोइरालाले आफ्नो आत्मकथा सार्वजनिक गरेकी छिन् । उनले आफ्नो संघर्ष एवं निजी कुरा 'हिल्ड' शीर्षकको पुस्तकमा बयान गरेकी छिन् । अभिनेत्री कोइरालाले पुस्तकको मुख्यपृष्ठका साथ ट्विट गरेकी छिन्, 'क्यान्सरबाट बचेर जीवनलाई फेरि जिउनु र आफूलाई फेरि पाउनु एउटा सबक हो ।' उनले नीलम कुमारसँग मिलेर उक्त पुस्तक तयार पारेकी हुन् । पुस्तकको उपशीर्षक छ, 'क्यान्सरले मलाई नयाँ जीवन दियो ।' लामो समयदेखि बलिउडमा काम गरिरहेकी यी नेपाली अभिनेत्रीले सन् १९८९ देखि चलचित्र यात्रा थालेकी थिइन् ।



दाल भात तरकारीमा आँचल : अभिनेत्री आँचल शर्मा चलचित्र दाल भात तरकारीमा भित्रिएकी छिन् । निर्माण टिमले यसअघि फाइनल भएकी अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्कालाई आउट गरेर आँचललाई भित्र्याएको हो । आँचलले चलचित्रको विषयवस्तु मन परेकाले काम गर्न राजी भएको बताएकी छिन् । यो चलचित्रको यसै साता शुभमुहूर्त गरी छायांकनमा गएको छ ।

सम्हालिन्छ कहिले मन

सुदर्शन थापाको निर्देशनमा चलचित्र 'सम्हालिन्छ कहिले मन' निर्माण हुने भएको छ । ए.बी. प्रोडक्सनको ब्यानरमा निर्माण हुने यो चलचित्रलाई अमितकुमार बस्नेत तथा अजितकुमार थापाले संयुक्त रूपमा निर्माण गर्न लागेका हुन् । हालै मात्र चलचित्रका लागि अभिनेत्री पूजा शर्माले १५ लाख रुपैयाँ पारिश्रमिक बुझेको निर्माण पक्षले जानकारी गराएको छ । डेढ महिनापछि छायांकनमा जाने चलचित्र सम्हालिन्छ कहिले मनमा अन्य दुई अभिनेता रहनेछन्, जसमध्ये अहिलेसम्म सोनम तोप्देन मात्र फाइनल भएका छन् । म्युजिकल लभ स्टोरी 'सम्हालिन्छ कहिले मन' का लागि अर्जुन पोखरेल, ताराप्रकाश लिम्बू तथा सुगम पोखरेलले संगीत दिएका छन् ।

साम्राज्ञीले लिइन् १५ लाख

नवल नेपालको निर्देशनमा तयार हुने चलचित्रमा अभिनेत्री साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह भित्रिएकी छिन् । पूनम गौतमले निर्माण गर्ने उक्त चलचित्रमा यसअघि अभिनेता पुष्प खड्का फाइनल भएका थिए । यो चलचित्रमा साम्राज्ञीले १५ लाख रुपैयाँ पारिश्रमिक लिएको निर्माण पक्षले बताएको छ । निर्देशक नेपालले यो चलचित्र त्रिकोणात्मक प्रेमकथामा आधारित हुने बताएका छन् । चलचित्र चाँडै छायांकनमा जाने बताइएको छ ।

घनचक्करको प्रदर्शन मिति

छायांकन सकिएर सम्पादनमा रहेको चलचित्र 'घनचक्कर'को प्रदर्शन पुस १३ गते हुने बताइएको छ । यो चलचित्रमा अभिनेताद्वय सौगात मल्ल र सलोन बस्नेत प्रमुख भूमिकामा छन् । गाउँले दाजु-भाइका रूपमा प्रस्तुत भएका उनीहरूको भूमिका हेर्न लायक रहेको निर्देशक जितेन्द्र राजोपाध्यायले बताए ।

गोपी समयभन्दा पहिले

यसअघि चैत १५ मा प्रदर्शन हुने भनिएको चलचित्र गोपी अब माघ १८ मै रिलिज हुने भएको छ । दीपेन्द्र लामाद्वारा निर्देशित चलचित्र गोपीमा विपिन कार्की, वर्षा राउत तथा सुरक्षा पन्तको मुख्य भूमिका छ । विपिन र सुरक्षाले पहिलो पटक सँगै काम गरेका हुन् । यो चलचित्र एमए पढेर पनि गाईपालनमा होमिएका एक युवकको संघर्षकथामा केन्द्रित भएको पटकथा लेखक सामीप्यराज तिमल्सिना बताउँछन् ।

सानो पर्दा

मुन्द्रेको कमेडी क्लब

अभिनेता जितु नेपालको नयाँ कार्यक्रम 'मुन्द्रेको कमेडी क्लब' कम समयमै लोकप्रिय भएको छ । नेपाल टेलिभिजनबाट प्रत्येक सोमबार राति ८:५० बजे प्रसारण हुने यो रमाइलो कार्यक्रम आमा अग्निकुमारी शीर्षकको युट्युब च्यानलमा समेत उपलब्ध छ । नेपाल टेलिभिजनबाटै प्रसारित हास्य शृंखला जिरे खुर्सानीमा मुन्द्रेको चरित्र निर्वाह गरेपछि जितुलाई दर्शकहरू यही उपनामले चिन्छन् । चलचित्रमा समेत सक्रिय जितुले आफ्नै उपनाम प्रयोग गर्दै यो कार्यक्रम तयार पारेका हुन् । मुन्द्रेको कमेडी क्लबमा जितुसँगै दीपाश्री निरौला, राजाराम पौडेल, राजेन्द्र नेपाली, उमेश राई आदि कलाकार पनि नियमित प्रस्तुत हुनेछन् । कार्यक्रममा मुन्द्रे अर्थात जितुले एक जना सेलिब्रेटीसँग रमाइलो कुराकानीसमेत गर्छन् ।

अघि बढ्दै मेनुका

नेपाली गायिका मेनुका पौडेलले भारतीय च्यानल जिटिभीको लोकप्रिय रियालिटी शो सारेगमपमा फेरि एकपटक उत्कृष्ट प्रस्तुति दिएकी छिन् । पौडेल दुई साताअघिको प्रतिस्पर्धामा लता मंगेसकरको 'लुका छुपी' गीत उत्कृष्ट शैलीमा प्रस्तुत गरेर निर्णायकको मन जित्दै उत्कृष्ट १५ मा पर्न सफल भएकी थिइन् । गत साता प्रसारित उत्कृष्ट १५ अन्तर्गतको प्रतिस्पर्धामा समेत मेनुकाले दमदार प्रस्तुति दिँदै निर्णायकबाट सकारात्मक प्रतिक्रिया पाएकी छिन् । त्यसक्रममा उनलाई गायनमा सुमेधा करमहेले साथ दिएकी थिइन् । उत्कृष्ट १५ मा समावेश भएपछि उनी निर्णायक शेखरको घरानामा परेकी छिन् । मेनुकालाई निर्णायक शेखर रवजानी तथा वादिन खानले स्ट्यान्डिङ ओडिसन दिएका थिए । प्रतियोगिताका क्रममा कार्यक्रम प्रस्तोता आदित्य नारायण झाले समेत मेनुकाको खुलेर प्रसंसा गर्दै उनीसँग नेपाली भाषामै कुराकानी गर्छन् । दर्शकदीर्घामा बसेकी मेनुकाकी आमासमेत छोरीको प्रस्तुतिमा खुसी देखिन्छिन् ।

पोस्टर/ट्रेलर

जात्रैजात्राको टिजर

दुई वर्षअघि प्रदर्शनमा आएको चलचित्र जात्राको सिक्वेल जात्रैजात्राको टिजर सार्वजनिक भएको छ । टिजर रिलिजसँगै चलचित्रको औपचारिक छायांकन समेत प्रारम्भ भएको छ । प्रदीप भट्टराईको निर्देशन रहने चलचित्र जात्रैजात्रामा कलाकारहरूको ठूलै भीड छ ।

दि ब्रेकअप पोस्टर रिलिज

निर्देशक हेमराज विसी निर्देशित चलचित्र दि ब्रेकअपको पोस्टर सार्वजनिक भएको छ । पोस्टरमा आशिरमान देशराज जोशी तथा अभिनेत्री शिल्पा मास्केको प्रेम देखाइएको छ । यो चलचित्र पुस २७ गते प्रदर्शनमा आउँदैछ ।

प्रसादको पोस्टर

लैलै गीतले चलचित्र प्रसादको राम्रो हाइप निर्माण गरेको छ । यसअघिको गीत वनकी चरीले पनि यसलाई पर्याप्त चर्चा दिलाएको थियो । हालै सार्वजनिक भएको ट्रेलरले दर्शकमा चलचित्रप्रति कौतूहलता बढाएको छ । निर्माण टिमले विपिन कार्की, निश्चल बस्नेत एवं नम्रता श्रेष्ठलाई समेटेर पोस्टर सार्वजनिक गरेको हो ।

सुश्री सम्पत्तिको झुम्की

मंसिर २८ गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र 'सुश्री सम्पत्ति' को दोस्रो गीत सार्वजनिक भएको छ । निर्माण टिमले एक कार्यक्रमका बीच अभिनेत्री प्रियंका कार्की फिचर्ड गीत 'झुम्की हराए' सार्वजनिक गरेको हो ।

गोर्खेको सिन्की अचार

प्रदर्शन मिति घोषणा नगर्दै चलचित्र गोर्खेले पहिलो गीत सिन्की अचार इन्टरनेटबाट सार्वजनिक गरेको छ । गीतमा अभिनेता रवीन्द्र प्रताप सेन तथा अभिनेत्री अञ्जली अधिकारी देखिएका छन् । उक्त गीतमा अन्जु पन्त एवं आरसी रिमालको स्वर सुन्न सकिन्छ ।

भिलेनमा निखिलको यस्तो लुक्स

एक्सन स्टार निखिल उप्रेती अभिनीत चलचित्र भिलेनको फस्ट लुक सार्वजनिक भएको छ । पोस्टरमार्फत उप्रेतीको चरित्र प्रस्ट्याउन खोजिएको छ । पोस्टरमा आँखामा रातो चस्मा र निधारमा रातो टिका लगाएका उप्रेतीलाई लामो जुँगामा देख्न सकिन्छ ।

डोलीको फस्ट लुक

सामाजिक प्रेमकथामा आधारित चलचित्र डोलीको फस्टलुक पोस्टर सार्वजनिक भएको छ । राजबहादुर सानेद्वारा निर्देशित चलचित्रको पोस्टरसँगै प्रदर्शन मितिसमेत घोषणा गरिएको छ । किरण नेपालीले निर्माण गरेको यो चलचित्र मंसिर २८ गते प्रदर्शनमा आउनेछ ।

समर लभको पोस्टर

युवा लेखक सुबिन भट्टराईद्वारा लिखित 'समर लभ' मा आधारित चलचित्र समर लभको फस्टलुक पोस्टर सार्वजनिक भएकोछ । माघ २५ मा प्रदर्शनमा आउने उक्त चलचित्रको पोस्टरमा सुरज सिंह ठकुरी, नम्रता सापकोटा, आशिष पिया तथा रेवती क्षेत्री अटाएका छन् ।

सलमानलाई होला त सात वर्षको जेल !

बलिउड अभिनेता सलमान खान फेरि लफडामा परेका छन् । पटक-पटक अदालत र जेलको चक्कर काटिरहेका यी चर्चित अभिनेताले प्रहरीमा दिएको दुईवटा झूटो बयानको विषयमा जोधपुर अदालतमा मुद्दा परेको छ, जसमा यही २९ नोभेम्बरमा बहस हुँदैछ । केही समयअघि सलमानसँग भएको व्यक्तिगत हतियारको विषयमा जवाफ दिन अदालतले बोलाएका बेला सलमानले आफ्नो स्वास्थ्य अवस्था ठीक नभएको र कानमा समस्या भएको बताएका थिए । त्यही समयमा सलमान कस्मिरमा चलचित्र वजरंगी भाइजानको छायांकनमा व्यस्त थिए । यो विषयलाई लिएर वन अधिकारी ललित बोडाले सलमानका विरुद्धमा अदालतमा मुद्दा दायर गरेका थिए । सलमानले ८ अगस्ट २००३ मा मुम्बईस्थित वाद्रा पुलिस स्टेसनलाई आफ्नो हतियार हराएको जानकारी दिएका थिए, तर सलमानले जब त्यसको केही समयपछि आफूसँग रहेको हतियारको लाइसेन्स नवीकरणका लागि आवेदन दिए । उनले यसमा पनि झूटो बोलेको पत्ता लाग्यो । यो मुद्दा अहिले विचाराधीन छ । यदि सलमान यो मुद्दामा दोषी सावित भए भने ७ वर्ष जेल पर्नसक्छन् ।

वायोपिकमा श्रद्धा

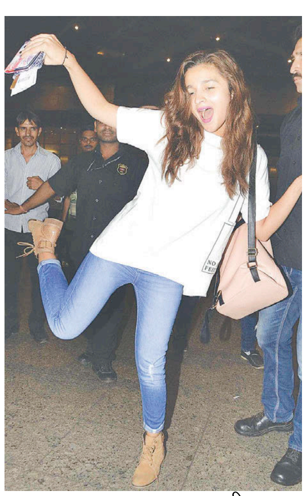
श्रद्धा कपुर प्रेम कथामा निर्माण हुने चलचित्रका लागि हिट नाम हो । श्रद्धा स्त्रिको सफलतापछि अहिले एउटा नयाँ चलचित्रमा व्यस्त छिन् । उनी लामो समयदेखि साइना नेहवालको वायोपिकका लागि तयारी गरिरहेकी छिन् । अब चाँडै उक्त चलचित्र छायांकनमा जाने बताइएको छ । साइना नेहवाल भारतकी चर्चित ब्याडमिन्टन खेलाडी हुन् । उनले छोटो समयमै अन्तर्राष्ट्रिय रूपमै आफ्नो राम्रो पहिचान बनाएकी थिइन् । चलचित्रको फस्ट लुक्स केही समयअघि सार्वजनिक गरिएको थियो । उक्त लुक्समा श्रद्धा मात्र अटाएकी थिइन् । चलचित्रको छायांकन यही डिसेम्बरमा सुरु हुँदैछ र श्रद्धासँग इशान नकवीले स्क्रिन सेयर गर्ने पक्का भएको छ । अमोल गुप्तेले निर्देशन गर्ने यो चलचित्र साइनाको जीवन संघर्ष तथा प्रेममा केन्द्रित हुने बताइएको छ ।

कंगना सर्वाधिक महँगी अभिनेत्री

बलिउडमा अभिनेता अभिनेत्रीको पारिश्रमिकको विषयमा निकै चर्चा हुन्छ । चलचित्र पद्मावतको प्रदर्शनसँगै दीपिका पादुकोण सर्वाधिक महँगी अभिनेत्री भएकी थिइन् । उनले त्यसमा लिएको रकम उक्त मितिसम्म अन्य अभिनेत्रीले लिएका थिएनन् । हालै बलिउड क्विन कंगना रणावतले दीपिकालाई उछिनेको बताइन्छ । कंगनाले मणिकर्णिका : दि क्विन अफ झाँसीका लागि २२ करोड पारिश्रमिक बुझेकी छिन् । यो रकम हालसम्म बलिउडका कुनै पनि अभिनेत्रीले लिएका छैनन् । चलचित्र पद्मावतका लागि दीपिकाले १२ करोड पारिश्रमिक बुझेकी थिइन् । कंगनाको नयाँ चलचित्र मणिकर्णिकार आगामी वर्षको जनवरी २५ मा प्रदर्शनमा आउँदैछ ।

एयरपोर्टमा सेलिब्रेटी चमक

दिपिका पादुकोण



आलीया भट्ट

साहिद कपुर

अनुश्का शर्मा

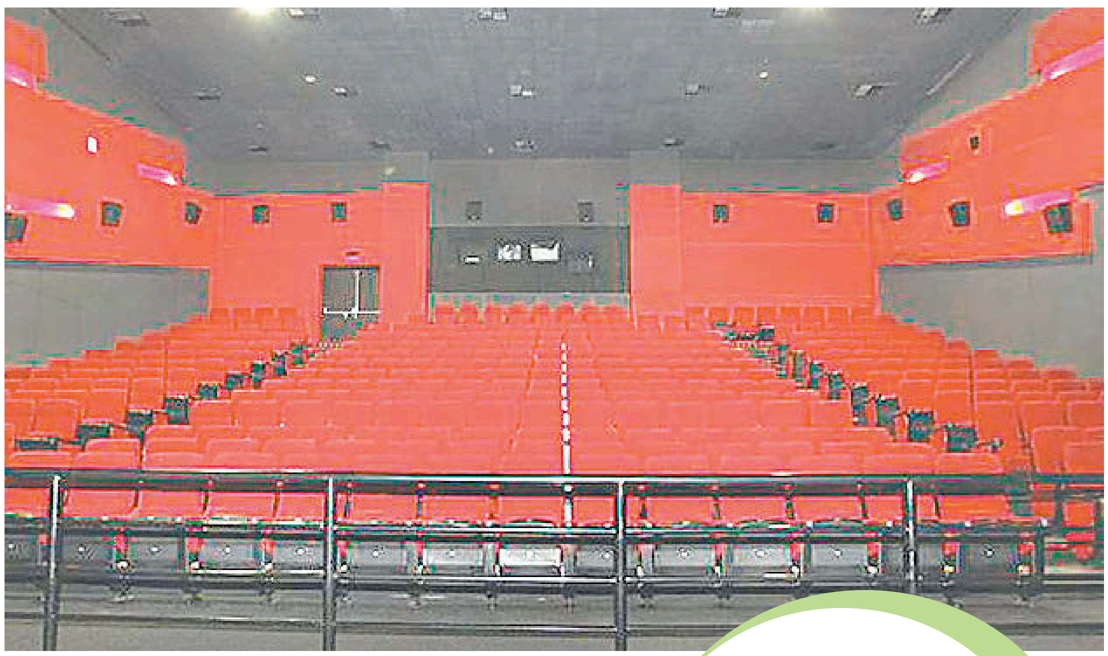
ऋतिक रोशन

श्रद्धा कपुर

नेपाली चलचित्रमा लगानी
बालुवामा पानी

रामजी ज्ञवाली

नेपाली चलचित्र उद्योगका सक्रिय निर्माताहरु आजभोलि सेलाएका छन् । धेरै निर्माता पलायन भैसकेका छन् भने थोरै निर्माता कहिलेकाहीं चलचित्र बनाउँछन् तर पहिलेजस्तो सक्रिय छैनन् ।



२०७४ सालको अन्तिम दिन प्रदर्शित चलचित्र नेप्टेका निर्माता तथा अभिनेता रोहित रुम्बाले सोही दिन एक मिडियामा भावुक हुँदै भने, 'दुई रोपनी जग्गा बेचेर चलचित्र बनाएको थिएँ, तर न चलचित्रले हल पायो न दर्शकले हेर्न पाए । केही हलमा चलचित्र त चल्यो तर दर्शक आएनन् । अब ज्यान जाला चलचित्र बनाउँदिनँ ।' रुम्बाले अब फेरि चलचित्र निर्माण गर्छन्/गर्दैनन् त्यो भविष्यको गर्भमा छ, तर उनले आजका दिनसम्म चलचित्र बनाउने सुरसार कसेका छैनन् । आफ्नो चलचित्र षड्यन्त्रपूर्वक असफल बनाइएको उनको दाबी छ । पत्रकारिताबाट चलचित्र निर्माणमा होमिएका ऋषि धमलाले विभिन्न दलका नेता, प्रहरीका हाकिमदेखि चर्चित चलचित्रकर्मीहरूलाई अनुराग देखाए । पहिलो दिनदेखि नै दिनैपिच्छे धमलाले नाम चलेका व्यक्ति ओसार्दै चलचित्र हल पुऱ्याए । अतिथिका रूपमा चलचित्र हेर्ने सबैले राम्रै प्रतिक्रिया दिए । त्यसरी हलमा पुऱ्याइएका उच्चपदस्थ व्यक्तिहरूले धमलाको चलचित्र हेरे तर आमदर्शकले हेरिदिएनन् । डेढ करोड लगानी गरिएको उनको चलचित्रले पानीसम्म मागेन । धमलाले आफ्नो चलचित्रले देशभरबाट कति कलेक्सन गऱ्यो, पत्तोसमेत पाएनन् । कुमारी हलको टिकट काउन्टरअगाडि भेटिएका धमलाले भने, 'यसपालि यस्तै भयो, अर्को पटक बबाल चलचित्र बनाउँछु, जुन चलचित्रले नेपालको इतिहास बोल्नेछ । संसारभरका मानिसले हेर्न लायक चलचित्र बन्नेछ ।' उनले भने, 'पृथ्वीनारायण शाहदेखि अहिलेसम्मको नेपालको घटनालाई उक्त चलचित्रमा निकै सूक्ष्म ढंगबाट उतारिनेछ ।'

यही वर्ष प्रदर्शनमा आएको चलचित्र 'बाँध मायाले' का निर्माता तथा निर्देशक सविर श्रेष्ठ आफ्नो चलचित्रले लगानी उठाउन नसकेको स्वीकार गर्छन् । चलचित्र प्रदर्शनको दुई हप्तापछि भेटिएका श्रेष्ठ भन्छन्, 'चलचित्र राम्रो बनाउन निकै मेहनत गरेको हुँ, खै किन चलेन कुन्नि !' अब चलचित्र निर्माण गर्नुपूर्व पर्याप्त गृहकार्य गरेर मात्र काम अघि बढाउने उनको सोच छ ।

यी केही प्रतिनिधि पात्र मात्र हुन् । पछिल्ला केही वर्षदेखि नेपालमा चलचित्र निर्माणको क्रम त बढेको छ, तर ती चलचित्रले दिने नतिजा भने निराशजनक छ । धमाधम चलचित्र फ्लप हुँदा निर्माताहरू मात्र होइन, समग्र चलचित्रकर्मीहरूको टाउको दुःखेको छ । यद्यपि दिनैपिच्छे चलचित्रको छायांकन भैरहेको छ । हप्ताको ३ देखि ४ वटासम्म चलचित्र प्रदर्शन भैरहेका छन् । हप्तैपिच्छे नयाँ चलचित्र निर्माणको घोषणा भैरहेको छ ।

कहाँबाट आउँछ लगानी ?

एउटा सामान्य पसल खोल्दासमेत यो ठाउँ ठीक छ कि छैन भनेर राम्रोसँग सोचविचार गरिन्छ । कुनै सामान्य उद्योग खोल्दा बजार के कस्तो छ, राम्रोसँग अध्ययन गरिन्छ । सामान्य लगानी गरिने ठाउँमा त यति धेरै गृहकार्य हुन्छ भने करोडौं लगानी हुने चलचित्र उद्योगमा किन सामान्य तयारी बिनै चलचित्र निर्माण भैरहेका छन् ? चलचित्र धमाधम असफल हुँदासमेत किन नयाँ निर्माताको भीड लागिरहेको छ ? यो आफैंमा ठूलो प्रश्न हो ।

यसको जवाफ पनि गज्जबको छ । नाम चलेका एक कलाकार यसको रहस्य खोल्छन्, 'एकपटक आफू ठगिएपछि ऊ आफ्नो लगानी फर्काउन पनि चलचित्र क्षेत्रमै क्रियाशील हुन्छ ।' उनले थपे, 'यहाँ थुप्रै बिचौलिया छन्, जसले ठग्नकै लागि दिनरात हावादारी गफ दिइरहेका छन् र अरूलाई जोगी बनाइरहेका छन् । थोरै निर्माता मात्र आफूखुसी ठूलो अध्ययन गरेर मात्रै चलचित्र निर्माणमा आएका हुन्छन्, जसले नाम र दाम दुवै कमाएका छन् । यसको पछिल्लो उदाहरण हो, छक्कापन्जा टिम ।' दीपकराज गिरी र दीपाश्री निरौलाले नेपालको चलचित्र यात्रालाई यसरी मोडिदिए कि, चलचित्रको बजार खर्लप्पै उनीहरूको पोल्टामा गएको छ । विगतमा निरन्तर चलचित्र निर्माण गर्ने निर्माताहरू हिजोआज निकै सुस्ताएका छन् ।

६ महिनामा ५६ करोड स्वाह !

यो ६ महिनामा लिलिबिली, बोबी, रामकहानी, रोज, नाइँ नभन्नु ल-५ ले मात्र सन्तोषजनक व्यापार गरेका छन् भने अन्य ४९ चलचित्र पछारिएका छन् । एक चलचित्रमा औसतमा १ करोड १० लाख रुपैयाँ लगानी हुँदा पनि ६ महिनामा ५६ करोड ३५ लाख रुपैयाँ नेपाली चलचित्र उद्योगले गुमाएको छ ।

किन डुब्छन् चलचित्र ?

कथा चलचित्रको आत्मा हो, त्यसैमा चुकेको छ नेपाली चलचित्र । नेपाली चलचित्रका जानकारहरूका अनुसार अब्बल कथाको अभावमा निर्माताको लगानी डुबेको डुब्यै छ । अभिनेता सुनिल थापा भन्छन्, 'कलाकारको पारिश्रमिक बढ्नु नराम्रो कुरा होइन, तर त्यसअनुसार चलचित्रले व्यापार गरेन भने परिणाम त राम्रो भएन नि !' निर्माताको लगानी सुरक्षित गर्न सके अरू चलचित्र पनि बन्छन्, थापा भन्छन्, 'निर्माता जोगी हुँदै गए भोली कसले चलचित्र बनाउँछ ?' अभिनेता थापाका अनुसार राम्रो कथा र प्रस्तुतीकरण राम्रो भएका चलचित्र चलेका छन्, तर समग्र चलचित्र उद्योगको विकासका लागी भने सबै सुरक्षित हुनुपर्ने उनको तर्क छ ।

वरिष्ठ कलाकार नीर शाह जो-कसैले बुझेर मात्र चलचित्र क्षेत्रमा आउनुपर्ने तर्क गर्छन् । शाह भन्छन्, 'कुनै चलचित्रको लगानी डुब्नु भनेको समग्र चलचित्र उद्योगको पैसा डुब्नु हो, त्यसकारण चलचित्रलाई पनि एउटा व्यवसायकै हिसाबले लिएर ठूलो अध्ययन तथा तयारी गरेर मात्र आउनुपर्छ ।' स्क्रिप्ट राइटर प्रदीप भारद्वाजका अनुसार जबसम्म नेपाली चलचित्रको कथामा मेहनत गरिँदैन, तबसम्म स्थिति यस्तै हुनेछ । लामो समयदेखि स्क्रिप्ट लेख्दै आएका भारद्वाज भन्छन्, 'एक हप्तामा यस्तो यस्तो खालको लभ स्टोरीको स्क्रिप्ट तयार पार्नुपऱ्यो भनेर निर्देशन आउँछ, एक वर्षसम्म बनाउनुपऱ्यो भनेर कसैले भन्दैन । यदि स्क्रिप्टमा मेहनत गर्न दिने हो भने चलचित्रको कथासमेत बलियो बनाउन सकिन्छ !' भारद्वाज त्यस्ता प्रस्तावमा आफूहरू अलिकति व्यवसायिक भएको कुरा पनि स्वीकार गर्छन् । उनी भन्छन्, 'उनीहरूले तोकेको समयमा स्क्रिप्ट तयार गर्न भन्छन्, हामीले पनि त्यसैअनुसार कम मेहनतमा काम सक्छौं अनि पैसा बुझ्छौं ।' स्क्रिप्ट राइटर मौनता श्रेष्ठको भनाइ पनि त्यस्तै छ । चलचित्रको कथाभन्दा बाहिरी रंगीचंगी कुरामा बढी ध्यान दिँदा निर्माताको लगानी बालुवामा पानी भएको श्रेष्ठको दाबी छ । श्रेष्ठले भने, 'दर्शकको ध्यान तान्ने पहिलो हतियार कथा हो, कथा बलियो नभएसम्म लगानी कहिल्यै सुरक्षित हुनेछैन ।' यी दुई स्क्रिप्ट राइटरको कुरा सुन्ने हो भने पछिल्लो समय प्रदर्शित अधिकांश चलचित्र 'निष्प्राण' लाग्छन्, अर्थात् आत्मा नभएका चलचित्र । नाम चलेका एक चलचित्रकर्मी भन्छन्, 'प्रि-प्रोडक्सनमा मेहनत छैन, चलचित्र निर्माण भएपछि पब्लिसिटीमा भएभरको शक्ति र सम्पत्ति खर्च गर्ने चलन छ, यहीं नै छ समस्या ।' चलचित्र भनेको सन्देशका साथ मनोरन्जन पनि प्रदान गर्ने खालको हुनुपर्छ ।

■ केही वर्षदेखि नेपालमा चलचित्र निर्माणको क्रम त बढेको छ, तर ती चलचित्रले दिने नतिजा भने निराशजनक छ । धमाधम चलचित्र फ्लप हुँदा निर्माताहरू मात्र होइन, समग्र चलचित्रकर्मीहरूको टाउको दुःखेको छ ।

चलचित्र भाँडाकुटी खेल होइन

कस्ता चलचित्र चल्छन् ? कस्ता चलचित्र चल्दैनन् भन्ने कुरामा पर्याप्त सोच-विचार गरेर यो क्षेत्रमा प्रवेश गर्नुपर्छ । चलचित्रका आयाम र अवयवहरूलाई बुझेको हुनुपर्छ । यो कुरा कसैले सोच्दैन । कलाकार निर्मल शर्मा भन्छन्, 'कतिपय चलचित्र निर्मातालाई त यो क्षेत्रको न्यूनतम आधारभूत ज्ञान समेत छैन, चलचित्र निर्माण भनेको केटाकेटी खेल्ने ठाउँ होइन ।'

निर्माता सन्तोष सेन चलचित्र उद्योगमा प्रोफेसनल ढगंवाट काम गर्ने मानिसको कमी भएको बताउँछन् । सेन भन्छन्, 'सामान्य ज्ञानबिनै हावाको भरमा चलचित्र निर्माणमा होमिने अधिकार कसैलाई छैन ।' कोठाभित्र बसेर अनुमान, कल्पना वा अन्दाजको भरमा निर्माण हुने नेपाली चलचित्रको नतिजा उक्त चलचित्रको प्रदर्शनका दिन छरप्रस्ट हुन्छ । अभिनेता राजेश हमालले दुई वर्षदेखि चलचित्रमा अभिनय गरेका छैनन् । राम्रो स्क्रिप्ट नभएकाले नै कसैलाई ओके नभनेको हमाल बताउँछन् । चलचित्र शकुन्तलापछि अन्य प्रोजेक्टमा नदेखिएका हमाललाई चलचित्र बाग्मतीबाट ठूलो आशा थियो, यद्यपि उक्त चलचित्र पनि नराम्रोसँग फ्लप भयो भने शकुन्तला पनि डुब्यो । हमालले भने, 'पछिल्लो समय सम्भावना भएका कलाकारको जमात पनि छ, राम्रो बनाउँछन् कि भन्ने चलचित्रकर्मीले पनि खराब चलचित्र बनाउँदा अलिकति डर पो लाग्न थालेको छ ।' हमालका अनुसार विगतमा अधिकांश नेपाली चलचित्रले लगानी उठाउँथे । उनले भने, 'चलचित्र उद्योग चल्यो भने सयौंको परिवार पालिन्छ । यदि यो उद्योगलाई हामीले सुरक्षित गर्न सकेनौं भने हजारौंको रोजीरोटी गुम्छ ।' हमाल अहिले चलचित्रको लगानी तथा कलाकारको पारिश्रमिक बढेकोमा आश्चर्यचकित छन् । उनी चलचित्रले कति रिटर्न दिन सक्छ, त्यसअनुसार मात्र लगानी गर्न निर्माताहरूसँग आग्रह गर्छन् । निर्माता प्रदीप उदय नेपाली चलचित्रमा 'मुर्गा फसाउने' प्रवृत्तिको अन्त्य नभएसम्म यो क्रम जारी नै रहने बताउँछन् । उदय भन्छन्, 'हावाको भरमा विभिन्न अनलाइनमा करोडौं आम्दानी देखाएर समाचार आउँदा नयाँ निर्माता प्रलोभनमा फस्ने गरेका छन् ।' चलचित्र कसले बनाउने हो, सुरुमा त्यो मान्छे इमान्दार हुनुपर्छ, उदय भन्छन्, 'यहाँ ठग्नेहरूको जमात ठूलो छ, नयाँ निर्माता नबुझी सामान्य प्रलोभनको भरमा आउनु आफैंमा घातक हुन सक्छ ।' निर्देशक सुरज सुब्बा नाल्बो भन्छन्, 'यो एउटा बिजनेस हो, कहिले घाटा कहिले नाफा हुनु स्वभाविक पनि हो तर धमाधम चलचित्र फ्लप हुनु राम्रो कुरा पक्कै होइन ।'

धमाधम चलचित्र किन बने ?

नेपाली चलचित्र उद्योगमा वर्षमा १० वटाले पनि राम्रो व्यापार गर्न सकिरहेका छैनन् । चलचित्रको बजार दयनीय अवस्थामा भए पनि यदाकदा केही चलचित्रकर्मीले विश्व बजारको सपना पनि देखेका छन् । अभिनेता आर्यन सिग्देल भन्छन्, 'आफ्नो तर्फबाट राम्रो काम गरेर नेपाली चलचित्रलाई विश्वबजारमा चिनाउने सपना छ, तर यसका लागि म एक्लो र अरू एक्लो ज्यानले खासै अर्थ राख्दैन ।' आर्यनका अनुसार नेपाली चलचित्र उद्योगले कतिसम्म चलचित्र थेग्न सक्छ भन्ने यकिन नभै चलचित्र निर्माण हुँदा त्यसको असरसमेत निर्माताहरूमा परेको छ । एक निर्देशक भन्छन्, 'मिडियामा छाउन पाइन्छ भनेर धेरै निर्माताहरू चलचित्र क्षेत्रमा होमिएका छन्, यो सस्तो लोकप्रियताको माध्यम साबित हुँदै आएको छ ।'

विकेन्ड नाइट

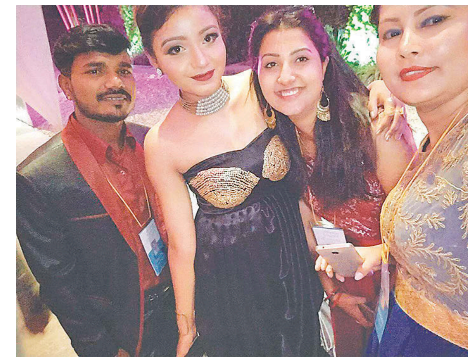
बलिउड नाइट

भोलि शनिबार द भिक्ट्री लाउन्जमा भारत, नयाँ दिल्लीकी डिजे आना प्रस्तुत हुँदै छिन् । भारतकै उत्कृष्ट डिजेभित्र पर्ने आना आफ्नो प्रस्तुतिका लागि संसारका थुप्रै देश पुगिसकेकी छिन् । डिजे तथा प्रोड्युसरको पहिचान बनाएकी आना पहिलो पटक सांगीतिक कार्यक्रमका लागि काठमाडौं आउन लागेकी हुन् । आनासँगै डिजे रबिन, डिजे नानी तथा डिजे सिजनले समेत स्टेज तताउनेछन् । यो पार्टी स्काई रोलिङ इभेन्ट्स नेपालको आयोजनामा हुन लागेको हो ।

समय : ७ बजे
स्थान : द भिक्ट्री लाउन्ज, दरबारमार्ग

विकेन्ड डिस्को

साइलेन्ट डिस्को



आजको शुक्रबार फुर्सदमा हुनुहुन्छ भने साइलेन्ट डिस्कोमा पुगेर मस्ती लिन सक्नुहुन्छ । यो डिस्को नाइटमा तपाईंले आफ्नो रोजाइका गीतहरु सुन्न सक्नुहुनेछ भने ड्रमको धुनमा नाच्न सक्नुहुनेछ । यो डिस्को नाइटमा सरिक हुन आयोजकका केही सर्त छन् । बोक्न मिल्ने म्युजिक डिभाइस, फुल चार्ज मोबाइल तथा इयरफोन । पेय पदार्थका साथै मीठा परिकारहरु अर्डर गर्दै डिस्कोको सांगीतिक धुनमा रमाउन चाहने हो भने साइलेन्ट डिस्कोमा सहभागी हुन सकिन्छ ।

समय : साँझ ७ बजे
स्थान : अरुण थापा चोक, झम्सिखेल
आयोजक : बेस क्याम्प : आउटडोर लाइफ स्टायल

विकेन्ड फेस्टिवल

म्युजिक मेला

सिंगापुरलाई कर्मथलो बनाएकी गायिका तथा गीतकार न्याली पहिलो पटक काठमाडौंमा प्रस्तुत हुँदैछिन् । खासगरी पप र ज्याज विधाका गीत सुनाएर दर्शकहरूलाई झुमाउने तयारीमा छिन् उनी । भोलि शनिबार उक्त स्टेजमा पियानोबादक युभाष वैद्यले समेत प्रस्तुति दिनेछन् । न्यालीले काठमाडौंका विभिन्न ठाउँमा सांगीतिक प्रस्तुति दिँदैछिन् । हिमाली देशमा सांगीतिक प्रस्तुति दिन पाउँदा आफू एकदमै उत्साहित भएको उनले बताएकी छिन् । न्याली अराउन्ड द वर्ल्ड कार्यक्रमअन्तर्गत विभिन्न देशमा सांगीतिक प्रस्तुति दिइरहेकी छिन् ।

समय : ८ बजे
आयोजक : वेलसुडप्ले (वास्प कन्सर्ट्स) र बेस
क्याम्प : आउटडोर लाइफस्टायल
स्थान : सोफार साउन्ड्स, काठमाडौं

विकेन्ड लाइभ

लाइभ @ ओदान

भोलि शनिबार कलाकार प्रज्ज्वल लामाले चक्रपथस्थित ओदान रेस्टुराँ एन्ड लाउन्ज, बाँसबारी रोडमा प्रस्तुति दिँदैछन् । उनलाई संगीतकार राजेश नेपालीले स्वरमा साथ दिनेछन् । युवा संगीतकार, युट्युबर तथा गायकको संयुक्त सांगीतिक माहोलमा झुम्न चाहने हो भने ओदानमा हुन लागेको यो लाइभ कार्यक्रममा सहभागी बन्न सकिन्छ ।

समय : साढे ७ बजे
स्थान : ओदान रेस्टुराँ एन्ड लाउन्ज, बाँसबारी रोड

विकेन्ड कन्सर्ट

टुबोर्ग ओपन फेस्ट-२०१८

भोलि मंसिर १ गते शनिबार काठमाडौंमा टुबोर्ग ओपन फेस्ट-२०१८ आयोजना हुँदैछ । नेपाली कलाकारहरु लाउरे तथा विपुल क्षेत्री अन्तर्राष्ट्रिय कलाकारहरु डिजे डिप्लो तथा मोसँग सहकार्य गर्दै कोल्याबोरेटिभ टुबोर्ग ओपन फेस्ट-२०१८ शीर्षकको कन्सर्टमा प्रस्तुत हुँदैछन् । उक्त कन्सर्टमा नितेशजङ कुँवर, रोहित शाक्य तथा त्रिशला गुरुङको पनि प्रस्तुति रहनेछ । उक्त कोल्याबोरेसनले संगीतको कुनै सिमाना हुँदैन र संगीतले सिमानाहरु नाघी नयाँ सिर्जनात्मक विचार ल्याउने प्रमाणित गर्छ भन्ने सन्देश दिनेछ । यो परियोजना गत मार्चमा प्रारम्भ भएको थियो । त्यसपछि विपुल र लाउरे कोपेनहागेन पुगेर डेनिस कलाकार मोसँग भेटेपछि उक्त गीतको नेपाली संस्करण तयार गरेका थिए । स्टे ओपन गीतको विश्वव्यापी ट्र्याक सन् २०१८ को मे ११ का दिन प्रदर्शनी भएको थियो भने नेपाली संस्करणको लिरिकल भिडियो जुन महिनामा सार्वजनिक भएको थियो । डिप्लो र मोको साथमा लाउरे र विपुल सहभागी म्युजिक भिडियो भने गत सेप्टेम्बरमा सार्वजनिक भएको थियो ।

मुख्य आकर्षण : डिजे डिप्लो, लो, विपुल, लाउरे, रोहित, त्रिशाला, नितेश ।
स्थान : होटल अन्नपूर्ण, दरबारमार्ग । **मिति** : मंसिर १ गते शनिबार ।
समय : राति १० बजेपछि । **शुल्क** : दुई हजार रुपैयाँ ।

विकेन्ड गन्तव्य

भोलि मन्त्र ब्यान्ड घन्कँदै

भोलि मंसिर १ गते शनिबार पोखरा महानगरपालिकाको भण्डारढिक, लेखनाथमा दार्जीलिङको ब्यान्ड मन्त्र घन्कँदैछ जहाँ नेपाली रक गीतका पारखीहरुमाझ बेग्लै पहिचान बनाउन सफल मन्त्र ब्यान्डले आफ्ना लोकलयमा आधारित नेपाली रक-पप गीत सुनाउँदै वातावरण तताउनेछ । साँझ हुने कन्सर्टमा मन्त्रसँगै स्थानीय ब्यान्डले समेत प्रस्तुति दिनेछन् । शनिबार दिउँसो हुने कार्यक्रममा भने प्रकाश सपूत, भूमिका गिरी, चोलेन्द्र पौडेल, हास्यकलाकार युवराज भण्डारी तथा राजेन्द्र नेपाली प्रस्तुत हुनेछन् । आदर्श युवा क्लबले पहिलो पटक आयोजना गरेको आदर्श महोत्सवका हरेक दिन सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरिने बताइएको छ । आज शुक्रबार सुरु हुने महोत्सव मंसिर ९ गतेसम्म चल्नेछ । आज पहिलो दिन प्रजापति पराजुलीको प्रस्तुति मुख्य आकर्षणका रुपमा रहनेछ भने साँझ हुने कन्सर्टलाई योगेश काजी तथा डिमर्ज ब्यान्डले तताउनेछन् । महोत्सवको अन्य आकर्षण विद्यालयस्तरीय नृत्य प्रतियोगिता तथा आदर्श आइडल छन् ।

स्थान : भण्डारढिक खेल मैदान, लेखनाथ
समय : बिहान ११ बजेदेखि राति ९ बजेसम्म
टिकट दर : लोकदोहोरीका लागि ५० रुपैयाँ, पप कन्सर्टका लागि १ सय रुपैयाँ

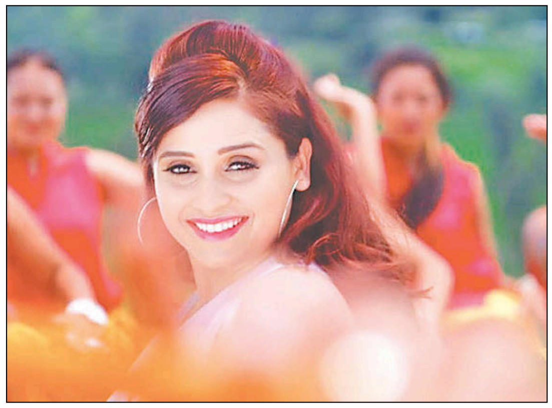
चलचित्र

दैलो

निर्देशक : सुरेश उप्रेती
कलाकार : सुरेश उप्रेती, दुर्गा साउद, विकाश चापागाईं, दीपक डोटेल, मुना प्रसाईं आदि ।
संगीत : नीलम उप्रेती

यो शीर्षकको अर्थ घरको ढोका हुन्छ । निर्माण टिमले अहिलेसम्म यो चलचित्रको विश्लेषणात्मक ढंगले जानकारी त दिएको छैन, संक्षेपमा यो चलचित्र शिक्षण पेसामा लागेकाहरूको वरिपरि घुमेको छ । चलचित्र दैलोको ट्रेलर एक महिनाअघि सार्वजनिक गरिएको थियो । जमुनादेवी फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण भएको यो चलचित्रलाई विमल भट्टराईले खिचेका हुन् भने तारा थापाले त्यसको सम्पादन गरेका हुन् । झन्डै ८० लाख खर्चिएर निर्माण भएको चलचित्र दैलोका अधिकांश कलाकार नयाँ छन् । निर्माण टिमले कलाकार नयाँ भए पनि कथा र प्रस्तुतीकरण गज्जबको रहेको दाबी गरेको छ । यो चलचित्रको छायांकन काठमाडौं र बाहिरका जिल्लामा झन्डै दुई महिना लगाएर गरिएको थियो । चलचित्र दैलोमा थोरै मात्रामा कमेडीसमेत मिसाइएको छ । केही समयअघि युट्युबमार्फत सार्वजनिक यो चलचित्रको आइटम गीतलाई अहिलेसम्म झन्डै ५ लाखले हेरेका छन् ।

गुनगुन



निर्देशक : पुकार भट्टराई
कलाकार : सञ्चिता लुइँटेल, सुवास मेचे, रवीन्द्रप्रताप सेन, नवीन श्रेष्ठ, गणेश जिसी, देशभक्त खनाल, अनु भण्डारी, सुमेश श्रेष्ठ, राधा दाहाल आदि ।
संगीत : विकास चौधरी तथा महाराज थापा

सञ्चिता लुइँटेल आमा बनिसकेपछिको पहिलो चलचित्र थियो– राधा । यद्यपि चलचित्र राधाले सञ्चिताको करिअरमा एउटा असफल चलचित्र मात्र थपिदियो, कुनै कमाल गर्न सकेन । अहिले उनको कमब्याकपछिको दोस्रो चलचित्र गुनगुन प्रदर्शनका लागि तयार छ । यो चलचित्रबाट उनले धेरै आशा राखेकी छिन् । चलचित्रले समाजको घटनालाई सूक्ष्म ढंगबाट उठान गरेको निर्देशक भट्टराई बताउँछन् । प्रेम, द्वन्द्व एवं अपहरणमा केन्द्रित चलचित्र गुनगुनमा अभिनेत्री सञ्चिताले चलचित्र नायिक हुन गरेको संघर्ष तथा परिवारको अवरोध चित्रित गरिएको बताइन्छ । प्रार्थना फिल्म्सको प्रस्तुतिमा तयार भएको यो चलचित्रमा एकराज उप्रेती र सहदेव पौडेलको लगानी छ । गुनगुनको लगभग सबैजसो छायांकन काठमाडौंबाहिर गरिएको छ । १ करोडभित्र निर्माण गरिएको गुनगुन देशका ७० भन्दा बढी हलमा प्रदर्शन हुने निर्देशक उप्रेतीले बताएका छन् ।

अनुग्रह

निर्देशक : कुमार केसी
कलाकार : रोहन सेन्चुरी, आरती गुप्ता, दीपशिखा सिलवाल, सञ्जय न्यौपाने, सुवास मेचे, राजन गिरी, कृष्टिना सेन्चुरी आदी ।
संगीत : नवीन सुब्बा

आज शुक्रबार अर्थात् ३० गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र हो– अनुग्रह । खासै प्रमोसन नगरिएको यो चलचित्र निर्माण गर्ने टिम नयाँ हो, जसका कलाकारहरू पनि खासै चर्चामा छैनन् । लक्ष्मी बैक्वेट्स सिने मेकर्स तथा अनुग्रह फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण गरिएको यो चलचित्रमा करिब १ करोड लगानी गरिएको निर्माण पक्षको दाबी छ । चलचित्रको कथा अभिनेता सेन्चुरीले नै लेखेका हुन्, जुन सामाजिक विषयवस्तुमा आधारित छ । अनुग्रहले विशेष गरी युवायुवतीको प्रेमको बीचमा आउने विभिन्न आरोह-अवरोहलाई उठान गरेको निर्देशक केसीले बताए । यो चलचित्रका छायाँकार

विक्रम डीसी हुन् । चलचित्र निर्माण गर्न झन्डै आठ महिना लागेको निर्माण टिमको भनाइ छ ।

रंगमञ्च

अ प्लेस इन माइ हर्ट

पोखरा थिएटरको गन्धर्व नाटकघरमा आज शुक्रबारदेखि 'अ प्लेस इन माई हर्ट' नाटक मञ्चन हुँदैछ । अमेरिकन थिएटर आर्टिष्ट रिर्चड क्लारेमोन्टको निर्देशनमा मञ्चन हुने यो नाटकमा बबिता मल्ल ठकुरी, देव बस्नेत, धीरेन्द्र पुन, धुर्व रोका, निश्चल विमल, परिवर्तन, रेवन राई, रोशन ज्ञवाली, सूर्य सुवेदी तथा योजना पहारीले अभिनय गर्दैछन् । दस साताको अभ्यासपश्चात् मञ्चनका लागि तयार पारिएको उक्त नाटक मंसिर ७ गतेसम्म नियमित मञ्चन हुने बताइएको छ ।

कुञ्जमा लिलामे माइलो

नयाँ बानेश्वर,
थापागाउँस्थित कुञ्ज थिएटरमा लिलामे माइलो नाटक मञ्चन हुने भएको छ । प्रभाकर न्यौपानेको कथा तथा निर्देशनको उक्त नाटक मंसिर १४ गतेदेखि पुस ७ गतेसम्म मञ्चन हुने बताइएको छ । मोरङको लेटाङ आसपासका मानिसहरूमा लक्षित गरेर तयार पारिएको उक्त नाटकलाई राज थापा काउचाले नाट्य रूपान्तरण गरेका हुन् । नाटकमा माइलो सन्तानलाई समुदायले हेर्ने दृष्टिकोण एवं माइलो भएर जन्मिएपछि पाउने सुख-दुःख समेटिएको नाटकका निर्माता राजाराम गौतम बताउँछन् । उक्त नाटक मंसिर १२ गते सुकुम्बासी बालबालिका तथा १३ गते वृद्धाश्रमका बाआमालाई निःशुल्क देखाइनेछ । उक्त नाटक माइला र माइली सन्तानले निःशुल्क हेर्न पाउने व्यवस्था मिलाइएको निर्माता गौतमले बताए, तर त्यसका लागि भने माइलो आउँदा जेठो र कान्छोलाई समेत ल्याउनुपर्नेछ । यो नाटकमा विजय नेपाल, विरेन्द्र खातिन, निशा पाखिन तामाङ, पुष्प अवस्थी, सलमान गुरुङ, अल्बिना न्यौपाने, राजन भुजेल आदि कलाकारले अभिनय गर्नेछन् ।

ग्यालरी

सिद्धार्थमा चेन्जिङ लेन्स

बबरमहलस्थित सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा कला प्रदर्शनी भैरहेको छ । अघिल्लो मंगलबार प्रारम्भ भएको उक्त प्रदर्शनीमा कलाकारद्वय टुल्कु ज्यामयाङ तथा डेभिड डग्लामा कला प्रदर्शित छन् । प्रदर्शनीमा ज्यामयाङका चित्र चेन्जिङ लेन्स तथा डग्लाका चित्र लेभिटेसन शीर्षकमा प्रदर्शनमा राखिएका छन् । यो प्रदर्शनी मंसिर १३ गतेसम्म चल्नेछ ।

सेलिब्रेटी @इन्स्टाग्राम

प्रियंका कार्की, अभिनेत्री
(भेरिफाइड एकाउन्ट)
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : priyanka.karki
फलोअर्स : ६ लाख ५२ हजार ७ सय १०
फलोइङ : ७ सय ९१

पोस्ट : ४ हजार २ सय ८०

प्रबल गुरुङ,
फेसन डिजाइनर
(भेरिफाइड एकाउन्ट)
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : prabalgurung
फलोअर्स : ६ लाख १८ हजार ९ सय ४१
फलोइङ : ६ सय ३

पोस्ट : ५ हजार ८ सय ६

अदिती बुढाथोकी, अभिनेत्री
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : aditi_budhathoki
फलोअर्स : ५ लाख ४१ हजार ८ सय ८८
फलोइङ : ५ सय ७२

पोस्ट : ९ सय ९६

नम्रता श्रेष्ठ, अभिनेत्री
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : namrataashrestha
फलोअर्स : ४ लाख १ हजार ७ सय ६२
फलोइङ : ८८

पोस्ट : ६ सय ५७

सुशान्त खत्री,
नृत्य कलाकार
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : sushantkhatri148
फलोअर्स : ४ लाख २८ हजार ४ सय ९१
फलोइङ : ३ सय ३२

पोस्ट : ५ सय ३४

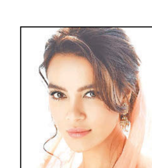
स्वस्तिमा खड्का, अभिनेत्री
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : swastimakhadka
फलोअर्स : ४ लाख ३३ हजार ३ सय ४४
फलोइङ : १ सय ७५

पोस्ट : ४ हजार २१

केकी अधिकारी, अभिनेत्री
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : kekiadhikari
फलोअर्स : ३ लाख ६ हजार ६ सय
फलोइङ : ५ सय ५१ पोस्ट : २ हजार २ सय ६८

साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह, अभिनेत्री
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : srls_samragyeerlshah
फलोअर्स : ३ लाख ६३ हजार ९ सय ९२
फलोइङ : १ हजार ५ सय ३६
पोस्ट : ८ सय ७३

सृष्टि श्रेष्ठ, अभिनेत्री
इन्स्टाग्राम एकाउन्ट : shristishrestha
फलोअर्स : ४ लाख ९ हजार ८ सय ८०
फलोइङ : १ सय २४
पोस्ट : १ हजार १ सय ५



तस्बिर : महेश प्रधान
लोकेशन : भृकुटीमण्डप, काठमाडौं
मेकअप : आरती सुनुवार

Log on to :
facebook
www.facebook.com\kantipursaptahik

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक
बिनु शाक्य

वचन बिर्सने स्वस्तिमा

बुटवलको होटल दियालो । अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्का सुटिङमा जानुअघि एक मिडियाकर्मीसँग गफिदै थिइन्, ‘चलचित्रमा प्रवेश गर्दैछु, तपाईंहरूको साथ र सहयोग भयो भने पक्कै पनि अगाडि पुग्नेछु । मिडियाको सहयोग भएन भने त केही पनि सम्भव हुँदैन नि हैन र ?’ चलचित्र होस्टेल रिर्टन्सको छायांकनमा जानुअघि उनले भनेका यी कुरा अहिले यी अभिनेत्रीको दिमागमा आउँछ/आउँदैन त्यो उनैलाई थाहा होला, तर स्वस्तिमाको एटिच्युड आजभोलि असाध्यै बढेको छ । भनिन्छ, स्वस्तिमा खड्काको खुट्टा भुइँमा छैन । कतिपय मिडियाकर्मी भन्छन्, ‘चलचित्र प्रदर्शनका बेलामा मिडियामा धाउने स्वस्तिमाले अरू बेला देखाउने व्यवहारले उनैलाई अधोगतिमा लाने पक्का छ ।’ केही वर्षअघि चर्चित अभिनेता आमिर खानले भनेका थिए, मलाई स्टारडम भन्ने कुराको घमन्ड कहिल्यै भएन, यो भोलि नहुन पनि सक्छ तर म काममा सधैं प्रतिबद्ध रहन्छु, कामलाई नै पूजा मान्छु ।’ आमिरले थपेका छन्- म काम त गर्न सक्छु तर मिडिया थिएन भने आमिर खान यो स्थानमा आउने थिएन ।’ अब स्वस्तिमाले यो कुरालाई मनन गर्छिन् की गर्दिनन् त्यो उनैले जानून् ।

परमिताको फेरि ब्रेकअप

अभिनेत्री परमिता आरएल राणाको प्रेमसम्बन्ध टुंगिएको छ । परमिताले दसैंको सेरोफेरोमा मात्र इन्गेज्मेन्ट गरेका आफ्ना प्रेमी हिसी लोसाङसँग ब्रेकअप गरेकी हुन् । हिसीसँग प्रेमसम्बन्ध गाँसिनुअघि परमिताको नाम अभिनेता आयुष्मान देशराज जोशीसँग जोडिएको थियो । यद्यपि आयुष्मान र प्रियंकाको जोडी बाँधिएपछि परमिता एक्लिएकी थिइन् । लोसाङसँग परमिताले आफ्नो जन्मदिनको अवसर पारेर इन्गेज्मेन्ट गरेको बताइँदै आएको थियो । इन्गेज्मेन्टको खबर सेलाउन नपाउँदै उनीहरूको ब्रेकअप भएको जानकारी परमिता आफैंले दिएकी हुन् । इन्स्टाग्राममा एउटा स्टाटस लेख्दै परमिताले भनेकी छिन्- ‘यो सबैका लागि हिसी तिमीलाई धन्यवाद छ । तिमीले मलाई पीडा सहन सिकाएका छौ । म अहिले पहिलेको तुलनामा थप शक्तिशाली भएकी छु । म प्रेममा अन्धो भएकी रहेछु, तर मैले अहिले बल्ल बुझें कि म यो भन्दा पनि निकै राम्रो कुरा प्राप्त गर्न योग्य छु । यो सबै पीडाका लागि तिमीलाई धन्यवाद ।’ परमिताले हिसीसँग इन्गेज्मेन्ट औंठी साटेको नभै उपहारमात्र ग्रहण गरेको स्पष्ट पारेकी छिन् ।

पहिलो नम्बरका गायक

डेविड शंकर सांगीतिक क्षेत्रमा सक्रिय भएको झण्डै एक दशक भयो । तीन वटा एकल एल्बम सार्वजनिक गरिसकेका यी गायकले दर्जनौं गीत रेकर्ड गराइसकेका छन् भने ५० भन्दा बढी चलचित्रमा पार्श्व गायनसमेत गरिसकेका छन् । यद्यपि उनलाई दर्शक, श्रोता, चलचित्रकर्मी तथा संगीतकर्मीहरूको मन जित्न जम्मा एउटा गीत पर्याप्त भयो । व्यवसायिक रूपमा अत्यधिक सफल भैरहेको चलचित्र ‘छक्कापञ्जा-३’ को लोकप्रिय गीत ‘पहिलो नम्बरमा...’ लोकप्रिय भएपछि गायक शंकरको नाम नै परिवर्तन भएको छ । अचेल उनलाई ‘पहिलो नम्बरको गायक’ भनेर सम्बोधन गर्न थालिएको छ । संगीतकार दीपक शर्मासंग एउटा आधुनिक गीतको धुनका लागि अनुरोध गर्न गएका बेला शर्माले शंकरसँग पहिलो नम्बरमा गीतको डमी भोकल भर्न आग्रह गरे । शंकर त के संगीतकार शर्मालाई पनि थाहा थिएन, त्यही डमी भोकल चलचित्रमा समावेश गर्न योग्य हुन्छ भन्ने कुरा । रेकर्डिङको दोस्रो दिन नै दीपकराज गिरी, दीपाश्री निरौला, जीतु नेपाल, केदार घिमिरेको सहितको समूहले डेविड शंकरको स्वरमा रेकर्ड भएको उक्त गीत सुन्यो । पहिलो पटक सुन्ने बित्तिकै सबैले सामुहिक स्वरमा भने-‘यही गीत नै फाइनल ।’ त्यसपछि गायक शंकरलाई के चाहियो र ? कुनै बेला मेची आइडलको उपाधि जितेका यी गायकले पछिल्लो दुई महिनाको अवधिमा चार दर्जनभन्दा बढी सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागिता जनाइसकेका छन् भने सातवटा चलचित्रका गीतमा स्वर दिइसकेका छन् । सांगीतिक व्यस्तता बढे पनि उनी हौसिएका छैनन्, शंकर भन्छन्- ‘अझै उत्कृष्ट गीत गाउने धोको पुरा भएको छैन ।’

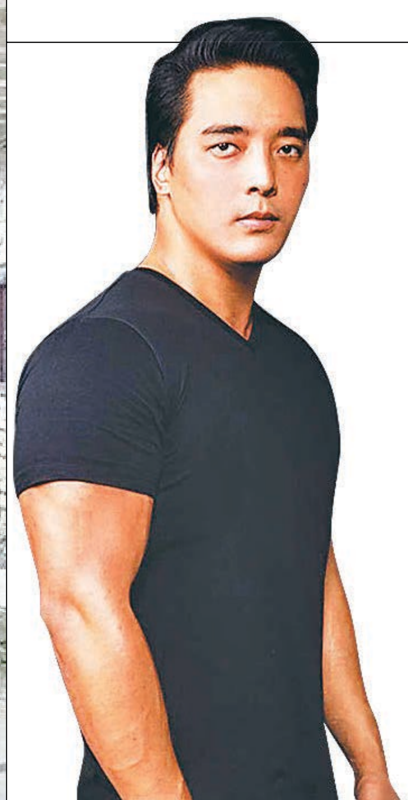
पोजेटिभ भाइब्स

नम्र स्वभाव

- नम्र स्वभाव
- अरूले गरेको कुराकानी राम्रोसँग सुन्ने
- इमान्दारिता
- मिलनसार
- वचनको पक्का
- समयप्रति जिम्मेवार

निमा रुम्बा, गायक

डेब्यु गर्दै डेनी पुत्र



नेपालीमूलका बलिउड अभिनेता डेनी डेङ्जोङ्पाले थुप्रै नेपाली गीत गाएका छन् भने केही नेपाली चलचित्रमा अभिनयसमेत गरेका छन् । बलिउडमा त उनलाई ‘खरतनाक खलनायक’ को उपाधि नै प्राप्त छ । तिनै डेनी अहिले आएर आफ्ना छोरा रिन्जिङ डेङ्जोङ्पाको बलिउड पदार्पणका कारण चर्चामा छन् । डेनीका ६ फिट अग्ला छोरा रिन्जिङले हिन्दी चलचित्र ‘स्क्वाड’ मार्फत बलिउडमा पदार्पण गर्न लागेको पुष्टि भैसकेको छ । ज्याकी श्राफका छोरा टाइगर श्राफका बाल्यकालदेखिकै साथी हुन् रिन्जिङ । टाइगरको पहिलो चलचित्र ‘हिरोपन्थी’ को छायांकनस्थलमा पुगेको दिनदेखि नै आफूमा पनि चलचित्रमा अभिनय गर्ने रहर जागेको रिन्जिङले बताएका छन् । लन्डनमा उच्च शिक्षा हासिल गरेका रिन्जिङले अभिनय गर्ने पहिलो चलचित्रको छायांकन आगामी वैशाखतिर प्रारम्भ हुनेछ । छोराले चलचित्रमा अभिनय गर्न लागेको कुरा पुष्टि गर्दै डेनीले भनेका छन्-‘रिन्जिङले चलचित्रमा अभिनय गर्न लागेको कुराले म हर्षित छु । यो मेरो परिवारका लागि गौरवको क्षण हो । यद्यपि रिन्जिङले अहिले धेरै मेहनत गर्न बाँकी नै छ ।’ स्क्वाड एक्सन-थ्रिलर चलचित्र हो । ‘चलचित्रको स्क्रिप्ट पढेपछि यो मेरो लन्चिङका लागि उत्कृष्ट चलचित्र हो भन्ने लागेको छ, रिन्जिङले भनेका छन्- ‘यो चलचित्रका लागि म अहिले कडा प्रशिक्षण लिइरहेको छु ।’

के खेल्छन् अनमोल ?

अभिनेता अनमोल केसी यतिबेला चलचित्र ए मेरो हजुर-३ को छायांकनमा व्यस्त छन् । दसैंअघि नै प्रारम्भ भएको उक्त चलचित्रको छायांकन तिहारपछि पनि जारी रहनेछ । झरना थापाद्वारा निर्देशित उक्त चलचित्रमा उनकै छोरी सुहाना थापा अनमोलको जोडीका रूपमा रंगीन संसारमा पदार्पण गर्दैछिन् । गत शुक्रबार तथा शनिबार चलचित्रको महत्वपूर्ण दृश्यको छायांकन हरिसिद्धिस्थित एक अस्पतालमा गरियो । छायांकनस्थलमा पुगेका साप्ताहिककर्मीले अनमोलसँग केही समय बिताए । फरक गेटअपमा सजिएका अनमोल आफ्नो सट नहुँदा प्रायः मोबाइलमा व्यस्त भएको देखियो । नजिकबाट नियालेपछि थाहा भयो उनी त मोबाइलमा अंग्रेजी शब्दहरू मिलाउने खेल 'वर्डलिंक' खेल्दा रहेछन् । 'यसले दिमागलाई मजबुत बनाउँछ, अंग्रेजीको ज्ञान थप वृद्धि हुन्छ, अनमोल भन्दैथिए-'फुटबल मलाई मनपर्ने आउटडोर गेम भए पनि मोबाइलमा भने म प्रायः शब्दहरू नै मिलाइरहेको हुन्छु ।'

यता पनि मिटू

सार्वजनिक स्थल अथवा कुनै गोप्य स्थानमा कुनै पुरुषद्वारा महिलामाथि हुने यौनजन्य हिंसाविरुद्ध बोल्ने विश्वव्यापी अभियान मिटूले यतिबेला नेपालमा समेत प्रवेश पाएको छ । भारतमा मिटूले तहल्का मच्चाएपछि केही महिला सञ्चारकर्मीमार्फत यो अभियान नेपालमा प्रवेश गरेको हो । पछिल्लो समय अभिनेत्री बेनिशा हमालले मिटू अभियानलाई नेपालमा लोकप्रिय बनाउने सम्भावना देखाएकी छिन् । हालै एउटा यूट्युब च्यानललाई अन्तर्वार्ता दिने क्रममा बेनिशाले केही वर्षअघि आफूलाई एउटा बैंकका सिइओले नगरकोट जाने प्रस्ताव राखेको खुलाशा गरेकी छिन् । बेनिशाले उक्त बैंकको फोटोसुट सम्पन्न भए लगत्तै सिईओले नगरकोट जाने प्रस्ताव राखेको बताए पनि ती व्यक्ति तथा बैंकको नाम भने गोप्य राखेकी छिन् । त्यतिबेला आफूमा प्रसस्त हिम्मत नभएकाले उक्त प्रकरणका बारेमा परिवारका सदस्यलाई समेत बताउन नसकेको बेनिशाले उल्लेख गरेकी छिन् ।

एक वर्षपछिको भिडन्त

हरेक वर्षको दसैं नेपाली चलचित्रका लागि सुखद सावित हुन्छ । यो वर्षको दसैं छक्का पञ्जा-३ का लागि अत्यन्त सुखद रह्यो भने जय भोलेका लागि औषत रह्यो । दसैंमा राम्रो चलचित्रको व्यवसाय उत्कृष्ट हुन्छ भन्ने प्रमाणित भएकैले होला यो वर्षको दसैं सकिएको एक साता नबित्दै अर्को वर्षको दसैंका लागि तीन वटा चलचित्रले प्रदर्शन मिति घोषणा गरिसकेका छन् । प्रकाश सुवेदीको बकम्फुसे राजा, रेनशा बान्तवा राईको आई एम ट्वान्टि वान तथा अशोक शर्माको रातो टीका निधारमा अर्को वर्ष दसैंमा प्रदर्शन हुने चलचित्र हुन् । रमाइलो कुरा के छ भने यी तीनवटै चलचित्र निर्माण हुने घोषणा मात्र भएको छ, छायांकनको अत्तो-पत्तो छैन । सुवेदी, राई तथा शर्माले दसैंका लागि आफ्नो चलचित्र प्रदर्शनको बुकिङमात्र गरेका हुन् । त्यसो त दसैं आउन अझै एक वर्ष बाँकी रहेकाले यी चलचित्र निर्धारित मितिमै प्रदर्शन हुनेमा शंका छैन, यद्यपि राम्रो व्यवसाय गर्ने अनुमानमा एउटै मितिमा तीन-तीन वटा ठूला बजेटका चलचित्र जुधाउनु चाहिँ सुखद नहोला कि ?

मलाई मनपर्ने

जाडो मौसममा मेरो फेभरेट

ऋचा शर्मा, अभिनेत्री

घुम्ने ठाउँ

जाडो होस् या गर्मी, मलाई घुम्न मन पर्ने ठाउँ भनेको पोखरा हो । त्यहाँ गएर ड्राइभिङ गर्न एकदमै रमाइलो लाग्छ । पोखरामा आफूलाई आवश्यक सबै सामान पाइन्छन् । त्यसका साथै फेवातालको मनोरम दृश्य त छँदै छ । त्यसैले यसपालिको जाडोमा पनि पोखरा घुम्न जाने सोचमा छु ।

खानपिन

जाडोयाममा यो, गर्मीयाममा त्यो खाने भन्ने छैन । आफूलाई मन लागेका खानेकुरा सधैं खाइरहेकी हुन्छु । यद्यपि जाडोयाममा थाई फुड ट्योमयोम विशेष मन पर्छ । त्यसका साथै झोल म:म पनि मेरो फेभरेट हो ।

कपडा

मलाई जिन्सका पहिरन नै मन पर्छन् । जाडो मौसममा विशेष गरी जिन्सको सर्ट तथा लङ कोट लगाउँछु ।

लोसन

जाडो मौसममा छाला सुख्खा हुने भएकाले लोसनचाहिँ प्रयोग गर्छु, तर त्यस्तो खासै कुनै ब्रान्ड छैन ।

ड्रिंक्स

मलाई हट लेमन एकदमै मनपर्छ । म अल्कोहल सेवन गर्दिनँ ।

एसेसरिज

जाडो मौसममा म कुनै स्पेसल एसेसरिज प्रयोग गर्दिनँ ।

मनोरञ्जनका न्यू ड्रिम गर्ल

कृष्ण भट्टराई

लगानीका हिसाबले एउटा नेपाली चलचित्रलाई १ करोड रुपैयाँ सामान्य हुन थालेको छ । अभिनेता-अभिनेत्रीहरूले नै १० लाख रुपैयाँभन्दा कम पारिश्रमिकमा अभिनय गर्न आनाकानी गर्न थालेपछि यो क्षेत्रमा करियर बनाउन चाहने नयाँ अनुहारको आकर्षण बढ्दो छ । यसका साथै सुविधासम्पन्न सिनेमा हल, डिजिटल प्रविधिमा आधारित गुणस्तरीय चलचित्र, स्वदेशदेखि विदेशसम्मको बजार तथा अनलाइन राइट्सले गर्दा नेपाली चलचित्रको बजार विस्तार हुँदै गएको छ । चलचित्रको बजार विस्तारसँगै यसमा राम्रो पारिवारिक तथा शैक्षिक पृष्ठभूमि एवं आकर्षक व्यक्तित्व भएका नयाँ अनुहारको प्रवेश हवात्तै बढेको छ । वर्ष २०७५ सालको बाँकी ६ महिनाभित्र प्रदर्शन हुने थुप्रै चलचित्रमार्फत दर्जनौं नयाँ अभिनेता-अभिनेत्री दर्शकमाझ पुग्दैछन् । तीमध्ये सम्भावना बोकेका नौ नयाँ नायिकाको कथा :

आस्मा गिरी, ड्रिम गर्ल

युट्युबको वेब सिरिज रङ टाइममा अभिनय गरेर चर्चामा आएकी मोडल आस्मा गिरीले केही म्युजिक भिडियो तथा विज्ञापनमा समेत अभिनय गरिसकेकी छिन् । मोडलिङमा सक्रिय रहेकै बेला आस्मालाई दर्शकले यही वर्षदेखि अभिनेत्रीका रूपमा समेत चिन्न थालेका हुन् । असोज १९ गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र 'ड्रिम गर्ल' मा उनी शीर्ष भूमिकामा प्रस्तुत भएकी छिन् । निर्देशक ऋषिराज आचार्यले आफ्नो महत्वाकांक्षी चलचित्रका लागि दर्जनौं नयाँ अनुहारबाट आस्मालाई छनौट गरेका हुन् । भारतमा अध्ययन पूरा गरेर स्वदेश फर्किएपछि आस्मा मोडलिङमा सक्रिय थिइन् । फुर्सदमा घुमघाम गर्न रुचाउने आस्माले कोरियोग्राफर गम्भीर विष्टसँग नृत्यको प्रशिक्षण लिने क्रममा चलचित्र 'ड्रिम गर्ल' मा अभिनय गर्ने प्रस्ताव पाएकी हुन् । चलचित्रको स्क्रिप्ट मन परेपछि मात्र आफू उक्त चलचित्रमा अभिनय गर्न तयार भएको आस्मा बताउँछिन् । वेब सिरिज, म्युजिक भिडियो तथा टिभिसीका लागि क्यामेराअघि प्रस्तुत भैसकेकाले 'ड्रिम गर्ल' मा काम गर्न आस्मालाई खासै असहज भएन । कुर्ता-सलवार र टिसर्ट-पाइन्टमा सजिन रुचाउने आस्मा बजारमा चलेको फेसन खासै फलो गर्दिनन् । 'ड्रिम गर्ल' को प्रदर्शनपछि आउने प्रतिक्रियापछि मात्र आस्माले दोस्रो-तेस्रो चलचित्रका बारेमा सोच्ने बताएकी छिन् ।

ड्रिम गर्लका लागि हामी नयाँ अनुहारको खोजीमा थियौं, अडिसन चलिरहेको थियो । त्यही क्रममा आस्मा पनि अडिसनका लागि आइन् । धेरै जनाले अडिसन दिए पनि आस्मा मात्र छनौट भइन् । छनौट भएपछि हामीले उनलाई ४५ दिनको कार्यशालामा सहभागी गरायौं । कार्यशालामा आस्माले विभिन्न विधामा ज्ञान हासिल गरिन् । त्यसपछि मात्र हामी फ्लोरमा गएका हौं । छायांकनमा जानुअघि कुन सिन कसरी गर्ने भन्ने कुरा बुझ्न खोज्नु आस्माको विशेषता हो । आस्मा नेपाली चलचित्र उद्योगमा प्रतिभाशाली अभिनेत्रीका रूपमा उदाउने कुरामा दुईमत छैन ।

ऋषिराज आचार्य, निर्देशक

कामना भुजेल, छिरिङ

असोज १२ गते प्रदर्शनमा आएको चलचित्र 'छिरिङ' मार्फत रजतपटमा उदाउने अभिनेत्री हुन्– कामना भुजेल । मुस्ताङमा छायांकन गरिएको यो चलचित्र बहुपति प्रथाको कथा प्रस्तुत गरिएको छ । चलचित्रमा कामनाले गायक निमा रुम्बा तथा यश कुमारका साथ जोडी बाँधेकी छिन् । छिरिङमा दुई अभिनेताले एउटी अभिनेत्रीलाई आफ्नो दाबी गर्ने रोचक कथा समावेश छ । त्यसकारण पनि यसमा कामनाको भूमिका महत्वपूर्ण थियो । चलचित्रमा कामनाले निमा र यशकी श्रीमतीको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । कामना स्थापित मोडल हुन्, अर्थात् कामना पनि मोडलिङबाटै चलचित्रमा आउने नयाँ अनुहार हुन् । गायक तथा अभिनेता यश कुमार नै यो चलचित्रका निर्देशक हुन् । कामना धरानकी स्थायी बासिन्दा हुन् । पहिलो चलचित्रमै निमा रुम्बा तथा यश कुमार जस्ता लोकप्रिय अनुहारसँग अभिनय गर्न पाउँदा आफू उत्साहित भएको कामना बताउँछिन् ।

चलचित्रमा दुई भिन्न समुदायका दुई श्रीमान्का श्रीमतीको भूमिकाका लागि हामी मंगोलियन र आर्यन दुवैको मिश्रण भएको अनुहारको खोजी गरिरहेका थियौं । खोजीकै क्रममा मोडल कामना भुजेलसँग भेट भयो । उनमा पनि अभिनय गर्ने चाहना रहेछ । हामीले खोजेको पात्र उनको अनुहारमा देखेपछि अभिनयको प्रस्ताव राख्यौं, उनले सहर्ष स्वीकार गरिन् । चलचित्रमा अनुबन्ध गरेपछि हामीले उनलाई अभिनय प्रशिक्षण दियौं । छोटो समयको कार्यशालापछि नै उनी कामका लागि तयार भइन् । कामना चलचित्रमा खारिएकी परिपक्व कलाकार लाग्छिन् ।

यश कुमार, निर्देशक

उपासना सिंह ठकुरी, क्याप्टेन

भुवन केसीको नयाँ चलचित्र 'क्याप्टेन' छायांकनको पहिलो दिनदेखि नै चर्चामा छ । अनमोल केसीको आगामी चलचित्र भएकाले पनि दर्शकले यो चलचित्रको प्रतीक्षा गरिरहेका छन् । आगामी तिहारमा सार्वजनिक हुने उक्त चलचित्रमार्फत उपसना सिंह ठकुरीका रूपमा एउटी नयाँ अनुहार चलचित्र उद्योगमा प्रवेश गर्दैछिन् । अनमोलसँग अनस्क्रिन रोमान्स गरेकी उपासना आफ्नो भूमिका तथा समग्र चलचित्रप्रति नै उत्साहित छिन् । अनमोलको जोडीका रूपमा पदार्पण गर्न पाउनुलाई उपासनाले निकै सुखद मानेकी छिन् । उपसनाले चलचित्रमा छनौट भएपछिको लामो समय कार्यशालामा बिताइन्, जहाँ उनलाई चलचित्रका निर्देशक दिवाकर भट्टराईले अभिनयका तौर-तरिका सिकाए । बूढानीलकण्ठ, काठमाडौंकी स्थायी बासिन्दा उपासना स्नातक पहिलो वर्षमा अध्ययनरत छिन् । उपासनाले इन्स्टाग्राममा अपलोड गरेका सुन्दर तस्बिरहरूले नै उनलाई चलचित्र क्याप्टेनको नायिका बनाएको हो । अनमोलको जोडीका रूपमा प्रस्तुत भएकाले आफू छोटो समयमै चलचित्र क्षेत्रमा स्थापित हुने कुरामा उनी ढुक्क छिन् । चलचित्रमा आफ्नो क्षमताले भ्याएसम्म मेहनत गरेको उपसनाको भनाइ छ ।

जब क्याप्टेनको स्क्रिप्टिङ हुँदै थियो, तब एउटी इनोसेन्ट, क्युट अनुहार भएकी नयाँ युवतीको खोजी थालियो । त्यसक्रममा हामीले धेरै नयाँ अनुहारलाई भेट्यौं, अडिसन लियौं । त्यही सिलसिलामा हामीले एक दिन उपासनालाई फेला पार्‍यौं । हाम्रो चलचित्रको चरित्रमा उपासना नै पर्फेक्ट लागिन् र उनलाई लिने निर्णय गर्‍यौं । हाम्रो अपेक्षाअनुरूप नै उपासनाले क्याप्टेनमा उत्कृष्ट काम गरेकी छिन् । उनी आफ्नो चरित्रप्रति न्याय गर्न सफल छिन् । चलचित्र प्रदर्शन भएपछि आमदर्शकसहित समिक्षकले समेत हाम्रो छनौट सही छ भन्ने प्रतिक्रिया दिनुहुनेछ । चलचित्र हेर्ने दर्शकहरू उपासनाको प्रशंसक हुने कुरामा म ढुक्क छु ।

दिवाकर भट्टराई, निर्देशक

सुहाना थापा, ए मेरो हजुर - ३

अमेरिकाबाट व्यवस्थापनमा स्नातक गरिरहेकी सुहाना थापा चलचित्रमा अभिनय गर्न ६ महिनाको अध्ययन विदा लिएर नेपाल फर्किएकी छिन् । चलचित्र निर्माता सुनिल कुमार थापा तथा अभिनेत्री/निर्देशक झरना थापाकी छोरी हुन्– सुहाना । एक वर्षअघि अध्ययनका लागि अमेरिका गएकी सुहाना आफ्नै बुवाले निर्माण गर्ने तथा आमाले निर्देशन गर्ने चलचित्र 'ए मेरो हजुर-३' मा अभिनय गर्न नै स्वदेश फर्किएकी हुन् । केही साताअघि पोखरामा शुभमुहूर्त गरिएको यो चलचित्र यही असोज १५ गते फ्लोरमा जाँदैछ । उक्त चलचित्रमा सुहानाले अभिनेता अनमोल केसीसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्नेछिन् । चलचित्रमा अनमोलले गायकको भूमिका निर्वाह गर्दैछन् भने सुहानाले उनकी प्रशंसक हुँदै प्रेमिकासम्मको भूमिका निर्वाह गर्नेछिन् । सन् १९९६ को मे महिनामा जन्मिएकी सुहाना अहिले २२ वर्षकी भइन् । अभिनेत्रीका रूपमा झरना थापा लोकप्रियताको शिखर उक्लिरहेकै बेला सुहाना जन्मिएकी थिइन् । अभिनेत्री आमा तथा निर्माता बुबाकी छोरी भएकाले पनि सुहानाको रगतमै अभिनय बगिरहेको छ भन्दा फरक पर्दैन । झरना र सुनिलले छोरीलाई कलाकार बनाउने योजना धेरै पहिले नै तयार पारेका थिए । अहिले आएर उनीहरूको सपना साकार भएको छ । ए मेरो हजुरका दुई संस्करण दर्शकले अत्यन्त रुचाएका कारण तेस्रो श्रृंखला पनि दर्शकको प्रतिक्षाको सूचीमा छ । आफ्नै नामको ब्यानरबाट ठूलो पर्दाको चलचित्रमा पदार्पण गर्न लागेकी सुहाना आफ्नो पहिलो चलचित्रको प्रदर्शनपछि मात्र यो क्षेत्रलाई निरन्तरता दिने कि अध्ययन पूरा गर्न अमेरिकातर्फ लाग्ने भन्ने कुराको निर्णय गर्नेछिन् ।

चलचित्रको स्क्रिप्ट तयार भएपछि अभिनेताका रूपमा अनमोल केसीलाई अनुबन्ध गर्ने निश्चित भयो । अनमोलले अभिनय गर्ने पक्का भएपछि अभिनेत्री को राख्ने भन्ने कुराको चर्चा चल्यो । छोरी सुहानालाई हामी एउटा राम्रो चलचित्रबाट लञ्च गर्ने योजना बनाइरहेका थियौं । ए मेरो हजुर-३ को स्क्रिप्ट अनुसार पनि सुहानाले उक्त भूमिका निर्वाह गर्न सक्ने भएपछि उनैलाई प्रस्ताव राखियो । हाम्रो प्रस्ताव स्वीकार गर्न उनलाई केही सेकेन्ड पनि लागेन । उनी अभिनयका लागि तयार भएपछि अनमोलको जोडीका रूपमा सुहानालाई प्रस्तुत गर्ने निर्णय भएको हो । म सुहानाकी आमा भए पनि उनले अभिनय गर्ने पहिलो चलचित्रकी निर्देशक पनि हुँ । मलाई आशा छ, उनले मेरो मात्र होइन, दर्शकको समेत चित्त बुझ्ने गरी अभिनय गर्नेछिन् ।

झरना थापा, निर्देशक

डा.सूर्या थापा, शुभ लभ/तिमी र म

नेपाली चलचित्रकी नयाँ अनुहार सूर्या थापाका दुई भिन्न परिचय छन् । पेसाले उनी दन्त चिकित्सक हुन् । त्यसबाहेक उनी पार्ट टाइम मोडलसमेत हुन् । डा. थापाले केही फेसन शोमा क्याटवाक गर्नुका साथै केही टिभिसीका लागि समेत मोडलिङ गरिसकेकी छिन् । यतिबेला भने उनी एउटा नयाँ चलचित्रको छायांकनमा व्यस्त छिन् । युवा ज्योतिष हरिहर अधिकारी अभिनेताका रूपमा पदार्पण हुन लागेको चलचित्र 'शुभ लभ' सूर्याको पहिलो चलचित्र हुनेछ । यो चलचित्रको निर्देशन सन्तोषबाबु लोहनीले गरिरहेका छन् । यो चलचित्र निर्माणकै क्रममा रहेका बेला सूर्या अर्को एउटा चलचित्रमा पनि अनुबन्धित भैसकेकी छिन् । केही साताअघि घोषणा गरिएको चलचित्र 'तिमी र म' मा सूर्याले अभिनेता कबिर खड्कासँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्ने निश्चित भएको हो । चलचित्र तिमी र मको छायांकन अस्ट्रेलियामा गरिनेछ, जसलाई सरोज पोखरेल तथा अस्ट्रेलियन निर्देशक मेट बिलियम्सले संयुक्त रूपमा निर्देशन गर्नेछन् । चिकित्सा पेसामा आबद्ध भए पनि सूर्याले राम्रो ब्यानरको चलचित्रका लागि समय निकाल्ने बताएकी छिन् ।

क्रिस्टिन पौडेल, शुभ लभ

क्रिस्टिन पौडेल अघिल्लो वर्ष सम्पन्न एउटा सौन्दर्य प्रतियोगिताकी विजेता हुन् । मिस टिन-२०१७ की विजेता क्रिस्टिन पनि डा. सूर्या थापासँगै चलचित्र 'शुभ लभ' मार्फत रजतपटमा पदार्पण गर्न लागेकी छिन् । चलचित्रमा उनले अभिनेता हरिहर अधिकारीकी प्रेमिकाको भूमिका निर्वाह गरिरहेकी छिन् । त्यसो त क्रिस्टिनलाई यसअघि पनि केही नेपाली चलचित्रबाट प्रस्ताव नआएको होइन । यद्यपि स्क्रिप्ट चित्त नबुझेका कारण उनले केही प्रोजेक्ट अस्वीकार गरिन् । शुभ लभको स्क्रिप्ट सुनेपछि भने उनलाई यो चलचित्र गुमाउनु हुँदैन भन्ने लाग्यो ।

ज्योतिष हरिहर अधिकारीको कथामा निर्माण हुने तथा उनैले अभिनय गर्ने चलचित्रका लागि दुई जना अभिनेत्री चाहिने भयो । त्यसका लागि हामीले अधिकारीसँग जोडी मिल्ने अनुहारको खोजी गर्न थाल्यौं । खोजिकै क्रममा सूर्या तथा क्रिस्टिनसँग भेट भयो । दुवैको अडिसन लिएपछि उनीहरू नै हाम्रो चलचित्रका लागि उपयुक्त हुनेछन् भन्ने लाग्यो । दुवै जना मोडलिङ पृष्ठभूमिबाट आएका कारण अभिनय गराउन खासै गाह्रो भएन । यो चलचित्रको प्रदर्शनपछि अभिनेताका रूपमा हरिहरसँगै अभिनेत्रीका रूपमा डा. सूर्या तथा क्रिस्टिन स्थापित हुने कुरामा म ढुक्क छु ।

सन्तोषबाबु लोहनी, निर्देशक

शिल्पा मास्के, कागजपत्र तथा द ब्रेकअप

सन् २०१४ मा निर्माण भएको छोटो चलचित्र 'सुटिङ फर एलिफेन्ट' मा अभिनय गरिसकेकी शिल्पा मास्के नृत्यमा अब्बल मानिन्छिन् । सन् २०१६ मा हलिउड चलचित्र 'डक्टर स्ट्रेन्ज' मा अभिनय गरेकी शिल्पाले बेलायतको सिटी एकेडेमी अफ पर्फर्मिङ आर्ट्स, लन्डनबाट अध्ययन पुरा गरेकी हुन् । शिल्पाले केही टिभिसीमा समेत अभिनय गरिसकेकी छिन् । यो वर्षदेखि उनी नेपाली चलचित्रकी नायिकाका रूपमा समेत चिनिनेछिन् । शिला कागजपत्र तथा द ब्रेकअप शीर्षकका दुई चलचित्रमार्फत दर्शकमाझ आउँदैछिन् । कागजपत्रमा उनले नाजिर हुसैनसँग काम गरेकी छिन् भने द ब्रेकअपमा उनलाई आशिरमान देशराज जोशीको जोडीका रूपमा पाइनेछ । कागजपत्रलाई अपिल विष्टले निर्देशन गरेका हुन् भने द ब्रेकअपका निर्देशक हेमराज बिसी हुन् ।

चलचित्र द ब्रेकअपका लागि म बिल्कुलै नयाँ अनुहारको खोजिमा थिएँ । शिल्पा मास्के नेपाली चलचित्रका लागि नयाँ भए पनि अभिनयका लागि नयाँ थिइनन् । इच्छा कार्कीलाई म मेकअप आर्टिस्टका रूपमा चिन्थें । चलचित्रमा एक जना अभिनेतासँग दुई अभिनेत्रीलाई अभिनय गराउनुपर्ने थियो । शिल्पा र इच्छाका रूपमा मैले द ब्रेकअपका दुई नयाँ अभिनेत्री पाएँ । दुवैले यो चलचित्रमा उत्कृष्ट काम गरेका छन् ।

हेमराज बिसी, निर्देशक

इच्छा कार्की, द ब्रेकअप

मेकअप आर्टिस्टका रूपमा व्यस्त इच्छा कार्की केही वर्षअघि एउटा सौन्दर्य प्रतियोगितामा विजयी भएकी थिइन् । अग्लो कदकी इच्छाले द ब्रेकअपमा आशिरमान देशराज जोशीसँग अनस्क्रिन रोमान्स गरेकी छिन् । इच्छाले आफ्नो पहिलो चलचित्रको चरित्र तथा आफ्नो व्यक्तिगत जीवनमा प्रशस्त समानता भएको बताएकी छिन् । उनी आफ्नो चलचित्र यात्राको सम्पूर्ण श्रेय निर्देशक हेमराज बिसीलाई दिन्छिन् । बिसीमार्फत नै उनी नेपाली चलचित्रमा आएकी हुन् ।

चलचित्रमार्फत नयाँ प्रतिभा भित्र्याउने क्रममा उकुषा गिरी पनि त्यसकै निरन्तरता हुन् । उनको व्यक्तित्व तथा अभिनय गर्न सक्ने क्षमताकै कारण हामीले उनलाई ब्याचलर बन्टीमा अनुबन्ध गरेका हौं । उकुषाको मोडलिङ अनुभवले पनि चलचित्रलाई फाइदा पुग्ने मैले अनुमान गरेको छु ।

मिलन चाम्स, निर्देशक

उकुषा गिरी, ब्याचलर बन्टी

व्यस्त निर्देशक मिलन चाम्सले निर्देशन गर्ने नयाँ चलचित्र 'ब्याचलर बन्टि' मार्फत रजतपटमा पदार्पण गर्न लागेकी नयाँ अनुहार हुन्– उकुषा गिरी । उकुषाले आफ्नो पहिलो चलचित्रमा अभिनेता अनमोल केसीसँग अन स्क्रिन रोमान्स गर्दैछिन् । प्रेम कथामा आधारित यो चलचित्रको छायांकन दसैंपछि प्रारम्भ हुनेछ, जसमा अधिकांश दृश्य युरोपको हुनेछ । उकुषा मोडलिङमार्फत चलचित्रमा आउन लागेकी कलाकार हुन् । अघिल्लो वर्ष काठमाडौंमा सम्पन्न मिस एसिया नेपालमा विजेता भएपछि गिरीले मिस एसिया ग्लोबल-२०१७ मा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै बेस्ट पर्सनालिटी तथा ब्युटिफूल आइजको शीर्षक उपाधि समेत जितेकी थिइन् । भीमसेनगोला, काठमाडौंकी उकुषा भरखर १९ वर्ष पुगिन् । छोटो समयमै र्‍याम्प तथा विज्ञापन मोडलिङ गरिसकेकी उकुषाले केही म्युजिक भिडियोमा समेत अभिनय गरेकी छिन् ।

ग्लोबल फेसन विकमा नेपाल

कोरियाको इन्चेनमा सम्पन्न ५ औं लक्जरी ब्रान्ड मोडल एवार्ड, ग्लोबल फेसन विक-२०१८ मा नेपाललाई ठूलो सफलता प्राप्त भएको छ । नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै एवार्डमा सहभागी उदीयमान मोडलहरू विक्रम आदित्य महासेठ, अदिति अधिकारी, रुविष्का श्रेष्ठ तथा आदर्श ज्ञवालीले विभिन्न एवार्ड हात पारेका छन् । कार्यक्रममा विक्रम र रुविष्का श्रेष्ठले 'ब्रान्ड अनररी एम्बेसडर अफ एलबिएमए' एवार्ड जित्दा अदिति अधिकारीले 'फेसनिन्स्टा एन्ड ब्रान्ड अनररी एम्बेसडर फर जे जुन कस्मेटिक प्रोडक्ट' तथा आदर्श ज्ञवालीले 'बेस्ट पर्सनालिटी' एवार्ड जितेका थिए । उक्त फेसन विकमा नेपालका प्रतिनिधिहरूले यहाँका विभिन्न कलासंस्कृति प्रस्तुत गरेका थिए ।

ग्याल्सेनलाई स्टाइलिस एवार्ड

अल्टिच्युड मेन इन्टरनेसनल-२०१८ का नेपाली सहभागी शेराप ग्याल्सेन लामालाई बेस्ट स्टाइलिस एवार्ड प्राप्त भएको छ । शेराप ग्याल्सेनले यसअघि मिस्टर एन्ड मिस ग्यामरस आइकन-२०१७ मा बेस्ट मोडल तथा मिस्टर काठमाडौं-२०१८ मा फोटोजेनिक विधाको एवार्ड हात पारेका थिए । अल्टिच्युड मेन इन्टरनेसनलमा लामाको सहभागिताको चयन, संयोजन एवं व्यवस्थापन ड्रिम सर्च एजेन्सीले गरेको हो । उक्त प्रतियोगिता थाइल्यान्डको बैंककमा सञ्चालन भएको थियो ।

मिस्टर कन्टिनेन्टल इन्टरनेसनल

आशिक ताम्राकार मिस्टर कन्टिनेन्टल इन्टरनेसनल-२०१८ मा सहभागी भएका छन्, जसमा उनले विश्वका अन्य २७ जनासँग प्रतिस्पर्धा गरेका थिए । प्रतियोगिताको ग्रान्ड फिनाले हिजो बिहीबार कात्तिक २९ गते फिलिपिन्सको सान जुआन सहरमा सञ्चालन गरिएको थियो । फेसन कोरियोग्राफरका रूपमा सक्रिय आशिक मिस्टर चितवन-२०१७ का विजेता तथा मिस्टर नेपाल-२०१७ का उपविजेता हुन् ।

कलेज क्विन नेपालको उपाधि

कलेज क्विन नेपाल-२०१८ को उपाधि रेशिमा थापाले जितेकी छिन् । थापाले मुख्य उपाधिसहित बेस्ट इन रिपोर्ट राइटिङको एवार्डसमेत हात पारिन् । प्रतियोगितामा बेस्ट वाकको एवार्डसहित तिसा ताम्राकार फस्ट रनर्सअप तथा फोटोजेनिक एवार्ड सहित कन्चन अधिकारी सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भएका थिए ।

सुधा भइन् मिस नेवाः

विराटनगरकी सुधा श्रेष्ठले दोस्रो संस्करणको मिस नेवाः कोसीको उपाधि जितेकी छिन् । मञ्जिना मुभिजको आयोजनामा विराटनगरमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा १३ जना प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै सुधाले उपाधि हात पारेकी हुन् । प्रतियोगिताको फस्ट रनर्सअप मनीषा शाक्य तथा सेकेन्ड रनर्सअप आस्मा तुलाधर घोषित भए । भ्युअर्स च्वाइस एलिना श्रेष्ठ, मिस ट्यालेन्टमा मनीषा शाक्य, मिस चार्मिङ तमन्ना श्रेष्ठ, बेस्ट फिजिक रुइना प्रधान, बेस्ट ड्रेसको एवार्ड नियति प्रधानले प्राप्त गरे भने मिस फोटोजेनिक आरजु श्रेष्ठ, मिस एथलेटिक शुभेक्षा ताम्राकार, मिस डिसिपिलिन स्नेहा श्रेष्ठ, मिस प्रसानालिटी आर्जु श्रेष्ठ, मिस क्याटवाक रुजा शाक्य, मिस फ्रेन्डसिप चेलिना श्रेष्ठ, बेस्ट स्माइल सिर्जना श्रेष्ठ घोषित भए ।

अनिल श्रेष्ठ

मिस्टर एन्ड मिस थारु

मिस्टर एन्ड मिस थारु-२०१८ मा रुपन्देहीका रविन चौधरीले बेस्ट ड्रेस एवार्डसहित मिस्टर थारु तथा मोरङकी आकृति चौधरीले पर्सनालिटी विधाको एवार्डसहित मिस थारुको उपाधि जितेका छन् । उक्त प्रतियोगितामा विवेक चौधरी र भ्युअर च्वाइस एवार्डसहित सुनेश्वरी कुमारी दास फस्ट रनर्सअप तथा फोटोजेनिक एवार्डसहित दिपेन कुमार चौधरी र पब्लिक च्वाइस एवार्डसहित आश्मा चौधरी सेकेन्ड रनर्सअप भएका छन् । यो प्रतियोगिता जह इन्टरटेनमेन्टको ब्यानरमा सञ्चालन गरिएको थियो ।

मिस एन्ड मिस्टर पूर्वाञ्चल

दोस्रो संस्करणको मिस एन्ड मिस्टर पूर्वाञ्चल-२०१८ को उपाधि प्रजिता तामाङ तथा संगम अधिकारीले जितेका छन् । जय मिडिया म्यानेजमेन्टको आयोजनामा विराटनगरमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगिताको फस्ट तथा सेकेन्ड रनर्सअप क्रमशः दीक्षा काफ्ले र जेनिस खड्का एवं सरिना घिमिरे र सिजन न्यौपाने घोषित भए ।

नरेन्द्र बस्नेत

वन्जलामा देखिए आर्शियाका बेहुली-बेहुला

कात्तिक महिनाको चिसिदै गएको साँझलाई फेसनमय बनाउने क्रममा नक्सालस्थित वन्जला मस्काभा रेस्टुराँको बगैंचामा फेसन डिजाइनर आर्शिया बानुका बेहुली-बेहुला मनमोहक पहिरनमा देखा परे । आर्शिया काउचर शीर्षकमा आफ्नो ब्राइडल वेयर कलेक्सन सार्वजनिक गरेकी डिजाइनर आर्शियाले तीन सिक्वेन्समार्फत आफ्ना सिर्जना प्रस्तुत गरेकी थिइन् । विभिन्न डिजाइनका लेहेंगा तथा गाउनको बाहुल्यता रहेको उक्त फेसन शोमा पुरुष मोडलले दौरा-सुरुवाल र शेरवानी प्रदर्शन गरेका थिए । दुई जना पुरुष तथा दस जना महिला मोडलको प्रस्तुतिमा सम्पन्न उक्त फेसन शोका शो-स्टपर मिस नेपाल इन्टरनेसनल-२०१७ नीति शाह तथा म्यानहन्ट इन्टरनेसनल नेपाल-२०१२ सनिश शाक्य थिए ।

मिस नेवा लुम्बिनी

कला-संस्कृति जगेर्ना गर्दै युवाहरूमा भएको प्रतिभा प्रस्फुटन गर्ने लक्ष्यका साथ बुटवलमा मिस नेवा लुम्बिनी तथा मिस लिटिल नेवा लुम्बिनी-१९३९ प्रतियोगिताको शुभारम्भ भएको छ । बरबरी फेसन एन्ड इभेन्ट म्यानेजमेन्टको आयोजनामा दोस्रो पटक बुटवलमा यो प्रतियोगिता हुन लागेको हो ।

लुम्बिनी अञ्चलका सबै नेवार युवती तथा बालबालिकाहरूलाई समेट्ने गरी यो प्रतिस्पर्धा सञ्चालन गरिने बताइएको छ । प्रतियोगिताअन्तर्गत पहिलो चरणमा विभिन्न स्थानमा छनौटका कार्यक्रम सम्पन्न हुनेछन् भने पहिलो चरणमा छनौटपछि सहभागीहरूलाई नेपाल भाषा, पहिरन, परिकार एवं पर्वहरूका बारेमा तालिम प्रदान गरेर उत्कृष्ट सहभागी छनौट गरिनेछ ।

स्वस्तिक श्रेष्ठ

मिस बुटवल नेपाल-२०१८

बुटवलमा आयोजित मिस बुटवल नेपाल-२०१८ मा १९ देखि २५ वर्ष उमेर समूहका युवतीहरूले प्रतिस्पर्धा गर्दैछन् । द नेक्स रेभुलेसन नेपालले आयोजना गर्ने उक्त प्रतियोगिताकी विजेताले द हिडेन ट्रेजर नेपालले सञ्चालन गर्ने मिस नेपालमा सीधै प्रतिस्पर्धा गर्न पाउने बताइएको छ ।

मिस बुटवल नेपालका सहभागीहरूको छनौटका लागि मंसिर २ गतेदेखि कलेज भ्रमण तथा अडिसन प्रारम्भ हुनेछ जसमा छानिएका २५ जना प्रतिस्पर्धीलाई मिस नेपालका प्रशिक्षक महेश दाहाल, पूर्व मिस नेपालकी जज तथा गाइनोकोलोजिस्ट ज्योति राना, मिस नेपालकी कोरियोग्राफर रचना गुरुङ, महिला अधिकारकर्मी उषा मल्ल सिंह तथा युथ स्पिकर रोहीत मल्लले विभिन्न विधामा प्रशिक्षण प्रदान गर्ने छन् । मिस बुटवलको फाइनल पुस ७ गते हुने बताइएको छ ।

कन्डम एक सुरक्षा अनेक

परिवार नियोजनको अस्थायी साधनका रूपमा प्रयोग हुने कन्डमलाई यौन रोगबाट जोगिने भरपर्दो साधन पनि मानिन्छ। परिवार नियोजनको यो साधन नेपाल भित्रिँदा यसको नामसमेत भन्न अप्ठ्यारो मान्ने स्थिति थियो। गैरसरकारी संस्था परिवार नियोजन संघले २०१६ सालमा पहिलो पटक कन्डम नेपाल भित्र्याएको हो। संघलगायत अन्य संस्थाहरूको उक्त कार्यक्रम सफल भएसँगै नेपाल सरकार (तत्कालीन श्री ५ को सरकार) ले परिवार नियोजन तथा मातृशिशु कल्याण योजनाका रूपमा २०२३ सालमा औपचारिक रूपमा कन्डमको प्रयोगलाई जनस्तरमा लगेको हो।

उतिबेला कन्डमको प्रवर्द्धनका लागि रेडियो नेपालबाट सूचना सम्प्रेषण गर्दा केटाकेटीले थाहा पाउँछन् भनेर सरकारले राति १० बजेपछि मात्र विज्ञापन बजाउन अनुमति दिएको लामो समय स्वास्थ्य मन्त्रालयअन्तर्गत काम गरी भर्खरै सेवानिवृत भएका डा. बाबुराम मरासिनि बताउँछन्। त्यतिबेला लुकी-लुकी प्रचार गर्नुपर्ने कन्डम अहिले नेपाली बजारमा बर्सेनि ५ करोड थान खपत हुन थालेको छ। यद्यपि यो पनि हुनुपर्ने जति पर्याप्त नभएको स्वास्थ्य अधिकारीहरूको भनाइ छ। अझै पनि खुल्ला रूपमा कन्डम उपलब्ध नहुनु, यौन शिक्षाका विषयमा खुलेर बहस नहुनु मुख्य समस्याका रूपमा रहेको डा. मरासिनीको अनुभव छ।

विश्व बजारमा महिला र पुरुषले प्रयोग गर्ने दुई फरक खालका कन्डम उपलब्ध छन्। नेपाली बजारमा करिब १० वर्ष पहिलेदेखि महिला कन्डमले प्रवेश पाए पनि अझै यसले व्यापकता प्राप्त गर्न सकेको छैन। नेपाली समाजमा महिलाहरूले खुलेर किन्न वा लिन सक्ने अवस्था नआइसकेकाले यसको प्रयोग पुरुष कन्डमको जति हुन नसकेको परिवार स्वास्थ्य महाशाखाका पूर्व निर्देशक डा. नरेशप्रताप केशी बताउँछन्। खुल्ला बिक्री-वितरणमा देखा परेको साथै पुरुष कन्डमभन्दा महँगो पर्ने हुँदा यसको प्रयोग अपेक्षा गरिएजति नभएको जानकारहरू बताउँछन्।

विश्वका १० उत्कृष्ट

प्रत्येक वर्ष विश्वमा चलेका कन्डमसम्बन्धी जानकारी दिने दिज नाइन डटकमले २०१७ का लागि गरेको रिभ्युमा परेका उत्कृष्ट १० कन्डम :

- ट्रोजन अल्ट्रा रिबिड म्यालु प्याक कन्डम
- ट्रोजन सेन्सेटिभ जिरीसी लुब्रिकेटेड कन्डम
- लाइफस्टाइल्स स्केनी ओर्जिनल कन्डम
- ओकामोटो क्राउन कन्डम
- ट्रोजन न्यू मिक्स प्रिमियम लुब्रिकेटेड कन्डम
- ट्रोजन मेग्नयिम थिन कन्डम
- स्किनी सेलेक्सन कन्डम
- ड्युरेक्स एक्ट्रा सेन्सेटिभ कन्डम
- लिलो हेक्स रि इन्जिनियरिड लक्जरी कन्डम
- ट्रोजन मेग्नियम लुब्रिकेटेड कन्डम

कन्डम र नेपाल

- नेपालमा प्रत्येक वर्ष ५ करोड थान कन्डम खपत हुने गरेको छ। त्यो नेपालको आवश्यकताको ५० प्रतिशत मात्र भएको स्वास्थ्य मन्त्रालयको तथ्यांकमा उल्लेख छ। नेपालमा हरेक वर्ष सरकारले २ करोड ५० लाख कन्डम निःशुल्क वितरण गर्छ भने निजी क्षेत्रले पनि सोही अनुपातमा बिक्री गर्ने बताइन्छ।
- नेपाल सरकारको एक अध्ययनअनुसार कात्तिक र मंसिर महिनामा नेपालमा कन्डमको खपत बढी हुने गरेको छ। अन्य महिनामा सरदर २५ लाख कन्डम खपत हुन्छ भने ती दुई महिनामा झन्डै ३२ लाख कन्डम खपत हुने राष्ट्रिय एड्स तथा यौन रोग नियन्त्रण केन्द्र टेकुले जनाएको छ। ती दुई महिना रोजगारीका लागि स्वदेशभित्रै अन्य सहरमा वा विदेश गएकाहरू घर फर्कने हुँदा कन्डमको माग बढ्ने गरेको जानकारहरू बताउँछन्।
- नेपालमा ४० प्रतिशत युवा विवाह अघि नै यौनसम्पर्कमा संलग्न हुन्छन्। तीमध्ये ४० प्रतिशतले मात्र कन्डम प्रयोग गर्ने नेपाल परिवार नियोजन संघको एक अध्ययनले देखाएको छ।
- नेपालमा निःशुल्कदेखि ८ सय रुपैयाँसम्मका कन्डम पाइन्छन्। सिलिकनले बनेका अन्तर्राष्ट्रिय ब्रान्डका ८ सय रुपैयाँसम्मका कन्डम नेपाली बजारमा उपलब्ध छन्।

सामाजिक सञ्जालमा कन्डम

कान्तिपुर कन्डम हाउसका बिक्रेता लेख्छन्– धेरै मित्रहरू कन्डम साहुजीचाहिँ कस्तो हुनुहुन्छ भनेर सोधिरहनुहुन्छ। उहाँहरूमा समर्पित यो फोटो :

महेश्वर तामाङ : भारतले अचार फ्लेभरको कन्डम ल्याएपछि सोसल मिडियामा हंगामा नै मच्चियो र भनियो– अब नास्ता र सेक्स दुवै एकैचोटि।

समत श्रेष्ठ : साथीहरू कन्डम वा अरू अस्थायी साधनबिना यौनसम्पर्क गरिसकेपछि आइ पिल, इकोन एम एह सेभेन्टी टु वा अन्य नाम गरेका आकस्मिक गर्भ निरोधक औषधी नियमित जसो खाँदै हुनुहुन्छ भने सम्झनुहोस् तपाईंले काललाई निम्तो दिँदै हुनुहुन्छ।

नोभेम्भर रेन : जनसंख्या नियन्त्रणका लागि कन्डम साथमा बोकेर हिँड्ने पो मर्द, बाँकी अरू नामर्द।

शिखा अधिकारी : मेडिकलमा केटी बस्या छिन् भने कन्डम किन्न लाज मान्ने केटाहरूले सामाजिक सञ्जालतिर चै छाउपडीका बारेमा ज्ञान दिन्छन्।

हरिहर सिंह राठौर : 'भूकम्प आउदाँ नबोलाए पनि दोब्बर भाडा दिएर हेलिकप्टर नै चार्टर गरी राहतमा कन्डमसमेत बाँड्न आउने संस्थाहरू बाढीग्रस्त जिल्लामा जान्छन् कि जाँदैनन्, हेर्न बाँकी नै छ।

'र आज पनि ऊ। खल्तीमा एक प्याकेट कन्डम बोकेर प्रेमको खोजीमा निस्कियो... ' *रोशन ढकाल* युथ जक्सन नेपालमा लेख्छन्।

गोविन्द श्रेष्ठ अनसनरत गोविन्द केसीप्रति सरकारले गरेको बेवास्ताप्रति कटाक्ष गर्दै लेख्छन्। हुन त उपचार गर्नदेखि लिएर कन्डम प्रयोग गर्नसम्म अर्काको मुलुक पस्ने नेपालले कहाँ आफ्नो देश रोएको अनि डाक्टर सडेको देख्यो र ?

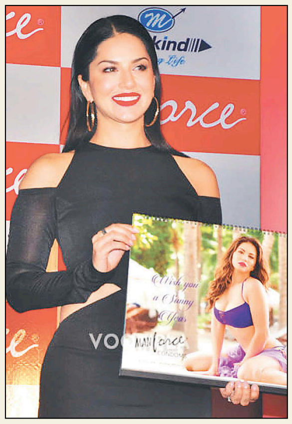
एकल यात्रा : निराशाको हद, जब कुनै मान्छे कन्डम किनेर मेडिकल स्टोरबाट निस्कँदै हुन्छ तब बूढीको म्यासेज आउँछ.... मेरो महिनावारी सुरु भयो प्याड किनेर ल्याइदिनुहोस् है।

विश्व कीर्तिमान

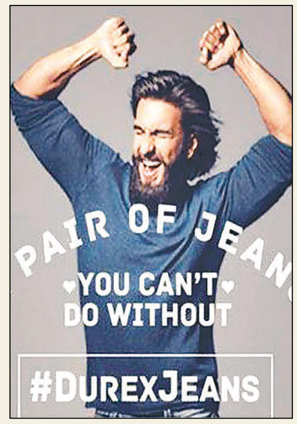
- नाकबाट सबैभन्दा धेरै कन्डम छिराउने व्यक्ति रेनी स्टक हुन्। उनले तीनवटा कन्डम एकैपटक नाकबाट छिराएर मुखबाट निकालेको विश्व कीर्तिमान छ। यो कीर्तिमान उनले सन् २०१२ मा बनाएका हुन्।
- रूसका कार्लोमाले कन्डम प्रयोग गरी सबैभन्दा अग्लो ठाउँबाट बन्जीजम्प गरेर विश्व कीर्तिमान बनाएका छन्। ३० मिटर अग्लो उक्त बन्जीजम्पका लागि १८ हजार ५ सय कन्डम प्रयोग गरिएको थियो। उक्त कीर्तिमान तोड्न त्यस्तै अर्को जोखिम नमोल्न सर्वसाधरणलाई चेतावनीसमेत दिइएको छ।
- एक मिनेटमा १२ पटकसम्म नाकबाट कन्डम छिराएर मुखबाट निकालेको विश्व कीर्तिमान केभिन गिट्सामको नाममा छ।
- हालसम्म निर्माण गरिएको सबैभन्दा लामो कन्डमको लम्बाइ २२ दशमलव ९५ मिटर (२ सय ४७ फिट) छ। भारतमा निर्माण भएको उक्त कन्डम १८ नोभेम्बर २०१६ मा कन्डमसम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धिका लागि नमुनाको रूपमा प्रदर्शन गरिएको थियो।
- संसारकै सबैभन्दा सानो कन्डम चीनको जिडीयुआर कम्पनीले निर्माण गरेको छ, जुन शून्य दशमलव ००१४ इन्चको भएको गिनिज वर्ल्ड रेकर्ड्सले जनाएको छ। यसअघि उक्त कीर्तिमान जापानमा बनेको कन्डमको नाममा थियो। उक्त जापानी कन्डम शून्य दशमलव ०३८ मिलिमिटरको थियो।
- सन् २०१५ को तथ्यांकअनुसार महिला तथा पुरुष दुवैले प्रयोग गर्ने कन्डम सबैभन्दा बढी खपत गर्ने देश जिम्बावे हो। सन् २०१५ मा जिम्बावेमा १५ करोड ७० लाख थान महिला तथा पुरुष कन्डम वितरण गरिएको थियो।

कन्डमका चर्चित ब्राण्ड एम्बेस्डर

ब्रिटिस कलाकार चार्ली सिन लिलो हेक्सले कन्डमको ब्राण्ड एम्बेस्डरका रूपमा काम गरेका छन् ।



पूर्व पोर्नस्टार तथा भारतीय अभिनेत्री सन्नी लियोन मेनफोर्स कन्डमको ब्राण्ड एम्बेस्डरका रूपमा अनुबन्धित छिन् ।



भारतीय अभिनेता रनवीर सिं ड्युरेक्स कन्डमको ब्राण्ड एम्बस्डरका रूपमा कार्यरत छन् ।

वेस्टइन्डिजका क्रिकेटरद्वय डेन ब्रिभो तथा कृष गेयल स्कोर कन्डमका ब्राण्ड एम्बेस्डर हुन् ।

कामसूत्र कन्डमको पहिलो मोडलिङ भारतीय अभिनेत्री पूजा वेदीले मार्क रेबिन्ससँग गरेकी थिइन् ।

उत्कृष्ट कन्डम छान्ने आधार

निर्माण सामग्री

कन्डम किन्नुअघि त्यसमा के-कस्तो सामग्री प्रयोग भएको छ भन्ने कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ । प्रत्येक कन्डमको खोलमा प्रयोग भएका मेटरियलका सम्बन्धमा जानकारी गराइएको हुन्छ । कन्डम किन्नुअघि उक्त जानकारी पढ्नुपर्छ तर हामीमध्ये धेरैलाई त्यो हेर्ने फुर्सद हुँदैन ।

कन्डमको साइज

विश्वभरनै उत्कृष्ट कन्डम छान्दा तीन कुरालाई प्राथमिकता दिइन्छ । त्यसमा कन्डमको साइज पहिलो नम्बरमा आउँछ । कन्डम किन्दा त्यसको खोलमा साइज पनि उल्लेख गरिएको हुन्छ तर धेरैले त्यसमा ध्यान दिँदैनन् ।

लुब्रिकेन्ट र वासना

कन्डमको सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा नै त्यसको लचकता हो । यौन प्रक्रियामा जति लचकदार तथा मुलायम कन्डम प्रयोग गरियो यौनसम्बन्ध त्यत्तिकै आनन्द दायक हुने जानकारहरूको दाबी छ । यौनलाई सुमधुर बनाउन कन्डममा प्रयोग भएको वासनाले पनि महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ ।

महिला कन्डम

पुरुष कन्डमजस्तै महिलाले प्रयोग गर्ने कन्डमको पनि विकास भएको पनि लामो समय बितिसकेको छ । यसलाइ फेमिडोम भनिन्छ ।

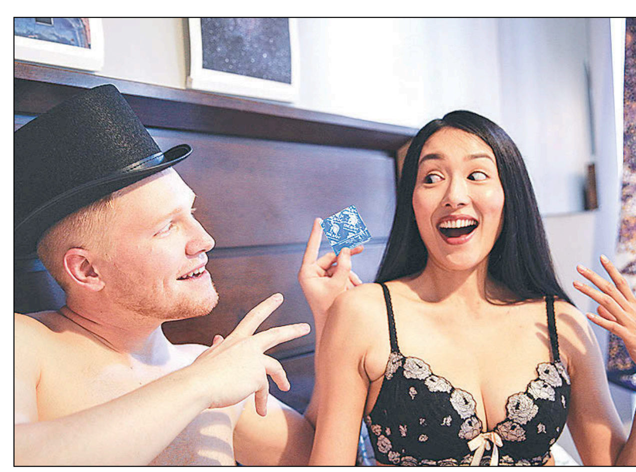
जसरी पुरुष कन्डमले अस्थायी साधनको कामसँगै यौनरोगहरू सर्नबाट जोगाउँछ, महिला कन्डमले पनि त्यस्तै काम गर्छ । महिला कन्डम यौनसम्पर्क गर्नुअघि महिलाको योनिमा लगाइन्छ । सामान्य पुरुष कन्डमको तुलनामा महँगो हुने भएकाले विकासोन्मुख देशमा भन्दा विकसित देशमा यसको प्रयोगदर बढी छ ।

कन्डममा कुनै हार्मोन नहुने हुँदा शरीरमा साइड इफेक्ट नहुने विज्ञहरू बताउँछन् । नेपालमा भी अमोर ब्राण्डमा फेमिडोम उपलब्ध छन् ।

कन्डमसम्बन्धी रोचक तथ्य

- बनारसी साडी नेपाल तथा भारतमा प्रख्यात छ तर त्यही साडी बनाउन कन्डम प्रयोग हुन्छ भन्दा पत्याउन गाह्रो पर्छ । सिल्कबाट बन्ने बनारसी साडीमा कन्डम पनि प्रयोग हुने एक सर्वेक्षणले देखाएको छ । भारतमा निःशुल्क वितरण हुने कन्डमको खपत बढेपछि त्यसको प्रयोग र असरका सम्बन्धमा गरिएको सर्वेक्षणमा त्यस्तो खुलासा भएको हो । सर्वेक्षणका क्रममा एउटा बनारसी साडीमा १४ वटा कन्डम प्रयोग भएको पाइएको थियो । बनारसी सारी बनाउने क्रममा कन्डमलाई बीचमा काटेर चर्खामा राख्दा सारी बुन्न मद्दत पुग्ने बताइन्छ ।

- कन्डम उत्पादन भएको मितिले ४ वर्षसम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- एक अन्तर्राष्ट्रिय अध्ययनअनुसार विद्यालयमा अध्ययन गर्ने ३९ प्रतिशत विद्यार्थी कन्डम कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने कुरा जान्दछन् ।
- महिलाहरू सुरक्षित यौनसम्पर्कमा बढी आनन्द मान्छन् । त्यही भएर विश्व बजारमा ५० प्रतिशतभन्दा बढी कन्डम महिलाले किनेको पाइएको छ ।
- कन्डमलाई 'कोल्ड बार' जित्ने एउटा माध्यम बनाइएको थियो । अमेरिकाको जासुसी संस्था सीआईएले तत्कालीन सोभियत युनियन टुक्र्याउन पनि कन्डमलाई समेत माध्यम बनाएको थियो । सोभियत महिलाहरूलाई अमेरिकाका पुरुषहरू प्रभावशाली छन् भन्ने कुरा देखाउन यो उपाय अपनाइएको आरोप अमेरिकामाथि लाग्ने गरेको छ ।
- कुनै एक समय थियो, स्वीडेनलाई 'कन्डम एम्बुलेन्स' को देश भनिन्थ्यो । त्यतिबेला स्वीडेनमा कन्डमको आवश्यकता परे कन्डम एम्बुलेन्सलाई फोन गरे तत्काल उपलब्ध हुन्थ्यो ।
- स्वीडेनले पनि आफूलाई पहिलो कन्डम प्रयोग गर्ने देशका रूपमा दाबी गर्दै आएको छ ।



- केही दशकअघिसम्म पनि अमेरिकामा कन्डम प्रयोग गर्न चिकित्सकको पुर्जी आवश्यक हुन्थ्यो ।
- रूसमा भएको ओलम्पिकका क्रममा खेलाडीहरूलाई १ लाख कन्डम बाँडिएको थियो ।
- कन्डम सुरुमा वनस्पतिको दूधबाट बनाइन्थ्यो, पछि त्यसका लागि जनावरको आन्द्रा प्रयोग गर्न थालियो भने बिस्तारै कपडा सिल्क तथा छाला पनि प्रयोग गरियो ।
- सोह्रौं शताब्दीमा जनावरको आन्द्राबाट कन्डम निर्माण गरिन्थ्यो जुन महँगो पनि थियो ।

नेपाली कन्डम गीत

कन्डमले गर्ने दोहोरो सुरक्षा दर्साउँदै वी फर चेन्ज समूहले 'ओ माई डियर युज कन्डम' भिडियो गीत सार्वजनिक गरेको छ । ३ मिनेट ३४ सेकेन्डको उक्त गीतले यौन सम्पर्कका क्रममा कन्डम प्रयोग गर्दा हुने फाइदा बताउँछ ।

केही महँगा कन्डम

इयुरेक्स एक्ट्रा सेफ : ३ वटाको प्याक २ दशमलव ९९ युरो
स्कैनी : १० वटाको प्याक ८ दशमलव ४९ युरो
लिलो हेक्स : ६ वटाको प्याक ११ दशमलव ३९ युरो
बुद्स ओन थिन टच : ३ वटाको प्याक २ दशमलव २९ युरो
इयुरेक्स इनभिजिवल एक्स्ट्रा थिन : ६ वटाको प्याक ९ दशमलव ९९ युरो
ट्रोजन : १० वटा प्याके ११ दशमलव ९९ युरो

संयोजन : भिषा काफ्ले
तस्बिरहरू : एजेन्सी

पहिलो विश्व

खुल्यो उल्टो घर

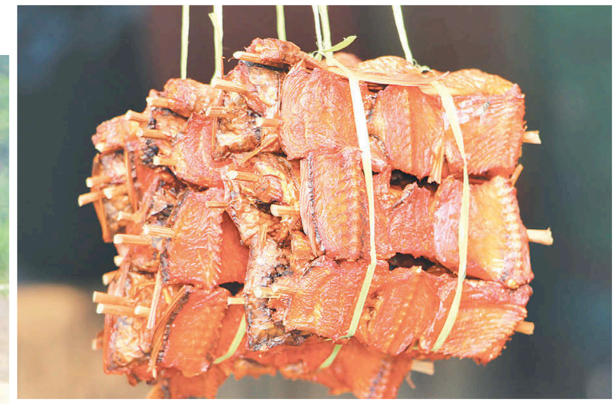
लिथुबानियाँको एउटा उल्टो घरले वार्षिक हजारौं पर्यटकलाई आकर्षित गर्न थालेपछि सोही शैलीको घर बेलायतको बोर्नेमाउथमा संचालनमा आएको छ । आगामी जून महिनासम्म रहने उक्त उल्टो घरले पर्यटकहरूलाई आकर्षित गर्न थालिसकेको छ । उक्त उल्टो घरको विशेषता घरको धुरीले जमिन छुनु मात्र नभएर बेडरुम, ट्वाइलेट, अफिस आदिका सबै सरसामान उल्टो अवस्थामा राखिनु हो । उल्टो अवस्थामा रहेका सामग्रीहरूसँग खिचिएका तस्बिर छक्क पार्ने खालका हुनाले पनि यहाँ खिचिएका तस्बिर सामाजिक सञ्जालमा निकै रुचाइन्छ ।

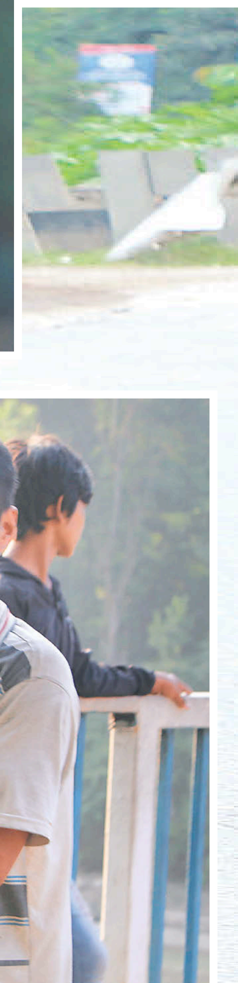
खुट्टाको कमाल

लन्डनमा बसेर घरजग्गामा लगानी गर्दै आएकी रोक्सी सेकिसलाई अहिले उनको खुट्टाले मालामाल बनाइरहेको छ । ३३ वर्षीया रोक्सीका खुट्टा यति राम्रा छन् कि उनले लगाएको जुत्ता र मोजा किन्न उनका फलोअर्सहरूले प्रतीक्षा नै गर्नुपर्ने हुन्छ । रोक्सीले कसैले आफ्ना खुट्टा धेरै आकर्षक भएको बताएपछि उक्त कुरा साँचो हो कि होइन भनेर विभिन्न पोजिसनमा खिचिएका आफ्ना खुट्टाका तस्बिर इन्स्टाग्राममा अपलोड गरिन् । खुट्टाको फोटो मात्र अपलोड गर्दा उनले राम्रै प्रतिक्रिया पाइन् भने एक महिनामै १० हजार फलोअर्स नाघे । सोही क्रममा उनले आफूले एकदिन लगाएको मोजालाई ३ हजार रुपैंयाँ तथा २ महिना लगाएको जुत्तालाई ३० हजार रुपैंयाँमा बिक्रीमा राखिन् । उनको यो प्रस्ताव केही बेरमै सकार भयो । लिलामीमार्फत भएको आम्दानी देखेर उनी आफैं छक्क परिन् । उनले कुनै महिना प्रयोग गरेको जुत्ता र मोजा मात्र बिक्री गरेर १२ लाख रुपैयाँ कमाइन् । आफ्ना खुट्टा हेरेर कामोत्तेजक हुनेहरूको संख्या बढेपछि अहिले रोक्सीको आम्दानीसमेत बढ्दै गएको छ । रोक्सीले आफ्नो अलग्गै वेबसाइटसमेत खोलेकी छिन् । त्यसमा उनको खुट्टा हल्लाएका भिडियो १५ हजार रुपैंयाँमा बिक्री हुने गरेका छन् । करिब ४ वर्षदेखि आफ्नो खुट्टाको सौन्दर्यमा पुरुषहरूलाई लट्ठ बनाउँदै आएकी रोक्सीले अहिलेसम्म यसैबाट १ करोड ५० लाख रुपैयाँ आम्दानी गरिसकेको बताइन्छ ।

गुगल म्यापले गरायो पारपाचुके

सबैलाई बाटो पहिल्याउन सजिलो बनाउँदै आएको गुगल म्याप एपले एक जोडीको दाम्पत्य जीवन भने टुङ्ग्याइदिएको छ । पेरुभियनको राजधानी लिमाको नक्सांकन गर्ने क्रममा गुगल म्यापको क्यामेराले खिचेको तस्बिरमा एक पुरुष सडक पेटीको बेन्चमा महिलाको काखमा सुतेको र महिलाले उनको केश सुमसुम्याएको दृश्य कैद भएको थियो । सन् २०१३ मा खिचिएको उक्त म्याप हेर्दै जाँदा बेन्चमा केटालाई आफ्नो तिघ्रामा सुताएर केश सुमसुम्याउने महिला आफ्नै श्रीमती भएको थाहा पाएपछि उनका श्रीमान्ले पारपाचुकेको प्रस्ताव राखेका थिए । तस्बिरमा देखिएजस्तै कपडा लगाउने भएका कारण ती श्रीमान्ले ती महिला आफ्नै श्रीमती हुन् भनेर ठम्याएको अदालतलाई बताए । उनको कुरा सत्य होइन भन्न सकिने स्थिति भए पनि ती महिलाले आफू अरुसँग प्रेममा रहेको बताउँदै श्रीमान्सँग पारपाचुके गर्न सहमति जनाएकी थिइन् । हालै कानुनी रूपमा पारपाचुके भएको यो जोडीको नाम भने सार्वजनिक गरिएको छैन ।





मलेखुका स्वादिष्ट माछा

हरिहरसिंह राठौर

मलेखु (धादिङ)- त्रिशूली नदीमा मारिएका माछा हुन् वा तराईबाट आयात गरिएका माछा, मलेखुका होटलमा विशेष प्रकारले तारिएका माछाको स्वाद बेग्लै हुन्छ । काठमाडौं भित्रिने र बाहिरिने नाका भएका कारण पनि मलेखको माछाले पर्याप्त बजार पाएको हो । मलेखुमा दैनिक सयौं मानिस माछा खानकै लागि पुग्छन् । मलेखुमा विगत १६ वर्ष देखि तराईबाट आएका २० जना युवा माछा मारेर वा बेचेर दैनिक २ देखि ४ हजारसम्म आम्दानी गर्छन् । मलेखुमा त्रिशूलीको माछा बेच्ने निश्चित पसल छन् । सहर र वाम माछा केही महँगोमा बिक्री हुन्छन् भने ती माछा आफन्तहरूलाई उपहारका रूपमा समेत पठाइन्छ ।

पृथ्वी राजमार्ग भएर जाने र आउने जो-कोहीलाई मलेखुको माछाको स्वादले तान्छ । त्रिशूली नदीको चिसो पानीमा पाइने माछा विशेष स्वादको हुने भएकाले पनि धेरैको मन लोभिने गरेको छ । जाडो मौसममा माछा खानु स्वास्थ्यका दृष्टिले समेत उपयोगी मानिने र स्थानीय स्तरमा उत्पादित माछाका साथै त्रिशूली नदीमा जाल हानेर निकालिएका लोकल माछा पाइने हुनाले मलेखु क्षेत्रमा माछा खान आउनेहरूको चहल पहल बाक्लिन्छ ।

माछाका परिकार मात्र बनाउने मलेखुका ६० वटा जति होटल लगायत मुग्लिनसम्मका २ सय होटल तथा रेस्टुराँले माछाका परिकार बेच्छन् । मलेखुमा मात्र दैनिक ८ देखि १० क्विन्टल ताजा माछा बोकेको गाडी पुग्छन् ।

राजमार्ग वरपरका अन्य होटलमा दैनिक ५ देखि ७ क्विन्टल साना माछा भित्र्याइन्छ । मलेखु बजारमा मलेखु खोला, त्रिशूली नदी, स्थानीय पोखरी तथा चितवनबाट ल्याइएका माछा पाइन्छन् । सुरुका दिनहरूमा मलेखु खोला र त्रिशुली नदीको मात्र माछा पाइने यो बजारमा २०५० साल साउन ४ गते मलेखु खोलामा गएको बाढीका कारण खोलाको ढड्यानहरू बगाएपछि माछा बस्ने कुरहरू भत्किए भने त्यसपछि तराई क्षेत्रका माछाले प्रवेश पाए । अहिले मलेखुमा असला, कत्ले, भिंगे, वाम आदि माछा समेत उपलब्ध हुँदै आएका छन् ।

जाडो मौसम सुरु भएसँगै पृथ्वी राजमार्ग हुँदै यात्रा गर्ने यात्रुहरू पनि माछा खान मलेखुमा रोकिने क्रम बढेको छ । अफ सिजनमा समेत दैनिक ५ सय किलो माछा खपत हुने मलेखु क्षेत्रमा अहिले भन्डै १ हजार किलो माछा खपत हुने स्थानीय व्यवसायी सुशील थापा बताउँछन् । थापाका अनुसार जाडो मौसम सुरु भएपछि सुकेका र नसुकाइएका सिल माछाको व्यापार समेत वृद्धि हुन्छ ।

मलेखुका होटलमा माछाका पारखीहरूको चाहनाविपरीत त्रिशूलीका माछा कमै पाइन्छन् । जिल्लामा उत्पादित माछाले मात्र बजारको माग धान्न नसकेपछि तराईका विभिन्न जिल्ला तथा भारतबाट समेत माछा आयात गर्नुपर्ने बाध्यता रहेको व्यवसायीहरू बताउँछन् । व्यवसायी लक्ष्मी मगरले भनिन्- माग बढेसँगै अन्यत्रबाट माछा आयात गर्नुपर्ने अवस्था छ । त्रिशूली नदीमा पाइने स्थानीय प्रजातीका माछा विभिन्न कारणले लोप हुँदै गएकाले पनि मलेखु बजारमा तराईका माछा आयात गर्नुपरेको हो ।

सबैभन्दा पहिले माछा बेच्ने छविलाल

मलेखुमा छविलाल मरहट्ठाले माछाको व्यवसाय प्रारम्भ गरेका हुन् । उनले स्थानीय खोलाको आधा किलो माछा तथा १ किलो आलुबाट सुरु गरेको माछा तथा चपको व्यवसायले आज मलेखु बजारलाई देश विदेशसम्म प्रसिद्ध बनाएको छ । छविलालले वि.सं. २०३५ को फागुन महिनामा माछाको व्यवसाय सुरु गरेपछि यहाँ वरपर माछाको व्यवसाय गर्नेहरूको संख्या बढ्दै गएको हो ।

एक दिन एक जना चेपाङले त्रिशूली नदीमा जालमा पारेको माछा बेच्न ल्याए । मैले त्यही माछा तारेर बेच्न राखे । पहिलो दिननै उक्त आधा किलो माछा बिक्यो । भोलिपल्ट ती चेपाङलाई पुनः माछा मारेर ल्याउन आग्रह गरे भने उनले ल्याएको माछा तारेर र सिलमा सुकाएर बेच्न थाले । त्यसपछि माछा र चप खानेहरूको संख्या बढ्न थाल्यो, –महरठ्ठाले बताए ।

त्यतिबेला पोखरा-काठमाडौंको बाटो भर्खर-भर्खर खुलेको थियो । त्यो रुटमा दैनिक ८ वटा गाडी मात्र चल्थे । त्यति वेला उनी ५० पैसा प्रतिगोटा चप र ५ रुपैयाँ प्रति प्लेट माछा बेच्थे भने अहिले १० रुपैयाँ प्रतिगोटा चप र १ सय ६० रुपैयाँ प्रतिप्लेट माछा बेच्छन् । विगत सम्झँदै मरहठ्ठाले राजदरबारका सदस्यसमेतले आफूसँग माछा किनेको दाबी गरे भने पूर्वप्रधानमन्त्री सूर्यबहादुर थापा शर्मा होटलको नाम लिएर माछा किन्न आएको समेत बताए । छविलालले माछा-चप बेच्न थालेपछि अरूले पनि त्यसको सिको गर्न थाले । बिस्तारै पसल र ग्राहक थपिँदै गए । अहिले यहाँ माछा-चप मात्र बेच्ने करिब १ सयवटा होटल छन् ।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

मेष

अध्ययनका निम्ति देखिएको दोधारे प्रवृत्ति स्वतः निष्क्रिय हुनेछ। यात्राको अवसरसँगै चुनौती सामना गर्नुपर्ने हुन सक्छ। पारिवारिक वातावरण खलबल्याउने प्रयास हुनेछ। व्यक्तिगत छविसमेत ओझेलमा पर्न सक्छ। मंगलबारपछिका दिनमा सहजता महसुस हुनेछ।

वृष

विवाहको प्रस्ताव आइलाग्न सक्छ, अभिभावकको सुझावमुताविक निर्णय लिंदा आफ्नो कल्याण हुनेछ। तपाईंको लगनशीलतालाई भित्रभित्रै मन पराइएको अवस्था छ। स्वरोजगारीका लागि दौडधुप गर्नुपर्ने हुन सक्छ। कर्मचारीहरूलाई अन्य नयाँ अवसर प्राप्त हुने सम्भावना छ।

मिथुन

जालझेल गरी आफूलाई प्रभावित तुल्याउने प्रयास हुनेछ, सचेत रहनुहोला। करियर बनाउन मन मिल्ने साथीको सुझावले महत्वपूर्ण भुमिका निर्वाह गर्नेछ। पहिरनले अरूको नजर आफूमाथि पार्नेछ। साताको अन्त्यमा खानपानको फेरबदलका कारण स्वास्थ्य प्रतिकूल हुन सक्छ।

कर्कट

पुर्खौली धन लगानी गरी प्रारम्भ गरिएको व्यवसाय मौलाउने स्थिति छ। अरूको काममा बढी समय खर्चिनुपर्ला। काममा जस नपाइन सक्छ। आफूसँग रुष्ट भै काम बिगार्न चाहनेहरू अगाडि बढ्न सक्छन्। सेतो रंग तथा पश्चिमतर्फको यात्राले प्रफुल्लित तुल्याउनेछ।

सिंह

सामाजिक मान-प्रतिष्ठा कायम राख्न गोपनियतामा ध्यान पुऱ्याउनुहोला। जुक्ति-बुद्धिको प्रयोगले समस्या सुल्झाउन सकिनेछ। आफन्तहरूसँग मनमुटाव हुन सक्छ। आर्थिक पक्ष सबल हुँदै विदेश भ्रमण गर्ने अवसर जुट्न सक्छ। मन पराएको बहाना गर्नेहरूले झुक्याउन सक्छन्, समयमै सचेत हुनुहोला।

कन्या

नयाँ सवारी साधन खरिद गर्ने वातावरण केही समय पछाडि धकेलिन सक्छ। भावी योजना तर्जुमा गर्न समय खर्चिनुपर्ने अवस्था छ। धन प्राप्तिका निम्ति पेसा, व्यवसाय वा स्थान परिवर्तन हुन सक्छ। साताको अन्त्यमा परिवारका सदस्यहरूसँगै मांगलिक कार्यमा उपस्थिति भइनेछ।

तुला

रोजगारीका लागि विदेश भ्रमणको अवसर प्राप्त हुने सम्भावना छ। प्रेमिकाको सहयोगमा अनपेक्षित धन आर्जन हुनेछ। जोडी नम्बरको सवारी साधनले विशेष फाइदा पुऱ्याउन सक्छ। गणेश भगवान्को आराधना गर्दा विघ्नहरू समाप्त हुनेछन्। राति अबेरसम्म यात्रा गर्दा होसियारी अपनाउनुहोला।

वृश्चिक

कार्यक्षेत्रमा झिनामसिना व्यवधान आइलाग्न सक्छन्। आकस्मिक निमन्त्रणका क्रममा मिष्ठान्न भोजन गर्दा स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्नेछ। ब्रह्ममुहूर्तमा भगवान्को स्मरण एवं योग ध्यान गरे मानसिक तनाव कम होला। सुनौलो रंगको पहिरनले ठूलो उपलब्धि हात पार्न सहयोग पुऱ्याउनेछ।

धनु

योजना कार्यान्वयनमा ढिलाइ गर्नाले आफैं पछि परिनेछ। उत्ताउलोपनले परिणाममुखी कार्य सम्पन्न गर्न ढिलासुस्ती हुनेछ। भ्रमण, खानपान तथा फेसनमा राम्रै धन खर्च होला। नगद सापटी लिएकाहरूले वचन पूरा नगर्दा आर्थिक झन्झट आइलाग्नेछ। साताको अन्त्यमा परोपकारमा संलग्न भइनेछ।

मकर

टाढा रहेका साथीभाइहरूसँग मनोरञ्जक भेटघाट हुनेछ। साताको अन्त्यमा पूर्वतर्फको यात्रा गर्न सके फलिफाप हुनेछ। अभिभावकले स-साना त्रुटि औंल्याउँदा मन खिन्न होला। मेहनतपूर्वक गरिएको काममा अपजस आइलाग्दा निराशाले सताउनेछ। स्वास्थ्यको समेत हेक्का राख्नुपर्नेछ।

कुम्भ

क्षमता प्रदर्शन गर्ने क्रममा उचित स्थान प्राप्त गर्दै पदोन्नतिको ढोका खोलिनेछ। अभिभावकको सुझावले उचाइमा पुऱ्याउन सहयोग गर्नेछ। वैदेशिक रोजगारी एवं भ्रमणका क्षेत्रमा गरिएका कार्यले अनन्तः फाइदा नै पुऱ्याउनेछ। साताको अन्त्यमा मन पराउनेहरूले प्रेम प्रस्ताव राख्न सक्छन्।

मीन

विश्वासपात्रलाई वचन दिंदा संयम अपनाउनुहोला। होसियारीपूर्वक गरिएका कार्यबाट पर्याप्त आर्थिक लाभ लिन सकिनेछ। उन्नतिको मार्ग प्रशस्त हुनेछ। बाहिरी खानपान तथा मनोरञ्जनका क्रममा समयको ख्याल गर्नुपर्नेछ। साताको अन्त्यमा भौतिक साधन खरिद गर्ने अवसर जुट्न सक्छ।

यो साता

कात्तिक ३० गते
विश्व सहनशिलता दिवस

मंसिर १ गते
मार्ग संक्रान्ति, विद्यार्थी दिवस

मंसिर ३ गते
हरिबोधिनी एकादशी
तुलसी विवाह
शौचालय दिवस

मंसिर ४ गते
विश्व बालअधिकार दिवस

मंसिर ५ गते
विश्व टेलिभिजन दिवस

अब हाम्रो पालो

मोबाइलबिनाको जीवन कल्पना गर्न सकिन्छ ?

आफ्नो पहिलो बूढी भनेकै मोबाइल हो। कल्पना, सपना यही एउटा मोबाइल न हो।
मिलन बोहरा

किन नसकिनु ? मोबाइल आउनुभन्दा पहिलेको जस्तै हुन्थ्यो।
कैलाश भट्टराई

मोबाइल जिन्दगी नै त होइन नि। यो बिनाको जीवन कल्पना गर्न नसकिने त होइन तर जिन्दगी सार्थक भने अवश्य बनाएको छ यसले।
आशा उप्रेती

कल्पना त गर्न सकिन्छ। मोबाइल छोड्न पो सकिन्न त।
जिबन

बरु गर्लफ्रेन्ड वा बूढीबिना बस्न सकिएला तर मोबाइलबिना बस्न सकिंदैन।
दीपक कडायत

सकिन्छ नि, हिजोअस्तिसम्म हामीसँग मोबाइल थियो र ?
कमल

सकिन्छ, तर समयसँगै अघि बढ्न नसकिएला।
डीपी तिम्सिना

१५ वर्षअघि तपाईंले कुन मोबाइल चलाउनुभा'को थ्यो र ?
सरोज कटवाल

सकिंदैन।
शीतल

मोबाइलबिनाको जीवन कल्पना गर्न सकिन्छ।
सरोज ठकुरी

२०७२ को भूकम्पमा मोबाइलको नेटवर्क जाँदा अनि घरमा फोन नलाग्दाचाहिँ मरिन्छ कि जस्तै भएको थियो।
सन्दीप

> यो स्तम्भमा हामीले राखेका प्रश्नको ३० शब्दमा नबढाई उत्तर पठाउनुपर्नेछ। उत्तर चिठ्ठी वा एसएमएस मार्फत पठाउन सकिनेछ।
> १. तपाईं फुटबलको पक्षमा कि क्रिकेटको ? किन ?

अबचाहिँ मोबाइलबिनाको मान्छे शरीरको एउटा अंग नभएको मान्छेजस्तै हुन्छ।
लोकराज भट्ट

किन नसकिनु ? मोबाइल अक्सिजन हो र जीवन नै सकिन ?
सुरेश ठगुन्ना

सकिन्छ किन नसकिनु ? जन्मजातै मोबाइल चलाउँदै को निस्किएको छ र ?
ठुटे साहित्यकार कुमारजी

कल्पना मात्र गर्न त सकिहालिन्छ नि, तर मोबाइल नबोकी बस्न पो सकिन्न त।
बस्नेत काजी

सकिन्छ नि, किन नसकिनु ? उदाहरणका लागि केही वर्षअघिको समय हेरे पुग्छ।
मनिष तिमिल्सना

सकिन्छ तर ल्यापटप र नेट भयो भने।
सुजन

ल्यान्डलाइन खोज्न कहाँ जाऊँ अब ?
जय शम्भु

प्रेमिका र श्रीमती गुमाउन सकिन्छ मोबाइलका लागि। जिन्दगी यस्तो भैसक्यो जीवन सङ्गिनीले भन्दा बढी साथ दिन्छ मोबाइलले।
डा. लुतेप्रसाद

कल्पना होइन हजुर, बरु कल्पनाकी बैनीलाई चाहिँ ट्राइ गरिन्छ।
राम्रो मुन्छे

यो जमानामा त मिल्दैन, तर वास्तवमै भन्नुपर्दा यो मोबाइल भन्ने चिजको आविष्कार नै नभैदिएको भए निकै जाती हुने थियो।
दीपक तामाङ

त्यो पहिलेको जमाना भएको भए सकिन्थ्यो, तर अब सकिंदैन। मोबाइल बिनाको जिन्दगी कल्पना पनि गर्न सकिंदैन अहिले त।
सुरज राना

दिउँसै चन्द्रमा पुगेको कल्पना गर्ने मान्छेका लागि, नाथे मोबाइलबिनाको जीवन कल्पना गर्न कुन ठुलो कुरा हो र ?
सुयोग जी

सकिंदैन।
नारायण अधिकारी

इन्टरनेट झ्याप्पै बन्द भयो भने नेपालका धेरै मानिस पागल हुन्छन्।
मुन लाइट ठकुरी मल्ल

कल्पना गर्न त सकिन्छ तर त्यस्तो जीवन जिउन चैं सकिंदैन।
विश्व गौतम

मज्जाले सकिन्छ। पहिले नहुँदा नि भ'कै थियो त।
विक्रम रावत

सजिलै सकिन्थ्यो नि।
मदन गुरुङ

बूढी नभए नि ठिकै होला तर मोबाइलबिनाको जीवन त कल्पना पनि गर्न सक्दिनं।
पाखिन केटो म

कठिन छ।
लेखनाथ सापकोटा

सकिन्छ किन नसकिनु ?
भूपेन्द्र बरुवाल

यौन जिज्ञासा र समाधान

डा. राजेन्द्र भट्ट

म बितेका साढे ३ वर्षदेखि यौनसम्बन्धी गम्भीर समस्या भोगिरहेको छु र मैले आफ्नो यो समस्याका सम्बन्धमा थाहै नपाई विवाह गरें। यो स्तम्भमा प्रकाशित कुरा पढेपछि मेरा समस्यासँग मिल्दोजुल्दो लाग्यो। मैले श्रीमतीसँग यौनसम्पर्क गर्दा निम्न समस्या हुने गरेका छन्। शीघ्र स्खलन, यौनसम्पर्क गर्दा र वीर्य स्खलन हुँदा पीडा, यौनसम्पर्कपछि चिलाउने, घाँटी दुख्ने तथा सुन्निएजस्तो हुने, तल्लो पेट र पाखुराको पछिल्तिर दुख्ने अनि सधैं यौन सम्पर्क चाहिने। गत दुई वर्षदेखि हामीले सन्तान पनि चाहेका छौं तर अहिलेसम्म सफल भएका छैनौं। कृपया समाधानको उपाय बताइदिनुहुन अनुरोध छ।

१२३४५

तपाईंले भोग्नुभएका समस्यामा छोटकरीमा समाधान दिने प्रयास गर्दैछु।

शीघ्र स्खलन : शीघ्र स्खलनको मूल कारण मानसिक नै भएको पाइन्छ। कतिपय मानिसमा यौनसम्पर्क वा क्रियाकलापमा 'राम्रो' गर्न नसक्नु गम्भीर चिन्ताको कारण हुन सक्छ। आफ्नो यौन जोडीलाई सन्तुष्ट तुल्याउन सक्दिनँ कि भन्ने चिन्ता (performance anxiety) भए त्यसले समस्या थप चर्काउँछ। विरलै भए पनि केही psychotropic drug को प्रयोग कतै यस्तो समस्याको कारण त होइन भनेर केलाउन बिर्सनु हुँदैन। आफैंले गर्न सकिने केही उपायमा १. यौनसम्पर्क रोक्ने- सुरु गर्ने, २. आशन परिवर्तन गर्ने, ३. लिङ्ग अँठ्याउने (स्खलन होलाजस्तो भएपछि), ४. कन्डमको प्रयोग गर्ने, ५.मांशपेशीको प्रयोग गर्ने (पिसाब आउँदा रोक्न प्रयोग गर्ने मांसपेशी) ६.औषधीको प्रयोग (छालाको संवेदनशीलता कम गर्ने) अनि सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा केही लामो समय लाग्ने भए पनि वीर्य स्खलनमा स्व: नियन्त्रण गर्ने अभ्यास गर्न सकिन्छ।

> लामो समय सम्म यौन उत्तेजनामा रहँदा यौनाङ्गमा रगतको प्रवाह बढी हुन्छ। पौरुष ग्रन्थिमा यस्तो हुँदा लिङ्गको टुप्पातिर दुखेको अनुभव हुन सक्छ। पौरुष ग्रन्थिको संक्रमणमा पनि यस्तो लक्षण देखा पर्न सक्छ। वीर्य स्खलनका बेलामा मुत्रनलीको श्लेष्म पखालिने हुँदा, पिसाब फेर्दा मूत्रनलीको भित्री भागमा अम्लीय गुणको पिसावसंग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा आउँदा पोलेको तथा दुखेको अनुभव हुन सक्छ।

यौनसम्पर्क र स्खलनमा पीडा

लिङ्गमा केही समस्या छ भने यौनसम्पर्क पनि पीडादायक हुन्छ। यस विषयमा तपाईंले केही नलेख्नुभएकाले यसै भन्न सकिएन। लिङ्ग दुख्ने वा असजिलो हुने अनेक कारण हुन सक्छन्। ती कारणमध्ये कतिपय लिङ्गसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित हुन्छन् भने अन्य कतिपयसमस्याका लक्षण लिङ्गमा हुने पीडाका रूपमा देखिन्छ। छोटकरीमा भन्दा मूत्रथैलीको पत्थर, लिङ्गमा चोट लाग्नु, कुनै किराले टोक्नु, लिङ्गको क्यान्सर, priapism, यौनाङ्गको हर्पिस, छालामा पिलो वा घाउ आउनु, अग्रचर्मको संक्रमण वा शोथ (balanitis), प्रोस्टेट ग्रन्थिको संक्रमण, peyronies's disease, Reiter syndrome, sickle cell anemia, यौनरोग (syphilis) तथा chlamydia वा gonorrhea का कारणले हुने मूत्रनलीको शोथ लिङ्गमा पीडा हुने कारण हुन्।

यौन सम्पर्क वा हस्तमैथुन अत्यधिक रूपमा लगातार गरिएको स्थितिमा पनि छाला पाच्छिएर लिङ्ग दुख्छ। त्यसैगरी fungus को संक्रमण होस् वा एलर्जी भएर बेस्सरी चिलाएको अवस्थामा लिङ्ग पोल्ने वा दुख्ने हुन्छ। छालाका अन्य केही समस्या पनि यस्तो पीडाको कारण हुनसक्छ। जनेन्द्रियको हर्पिस, अत्यधिक घर्षण, कुनै वस्तुको एलर्जी, लुतो जस्ता कतिपय स्थितिमा लिङ्गमा रातोपन देखिन्छ।

लामो समय सम्म यौन उत्तेजनामा रहँदा यौनाङ्गमा रगतको प्रवाह बढी हुन्छ। पौरुष ग्रन्थिमा यस्तो हुँदा लिङ्गको टुप्पातिर दुखेको अनुभव हुन सक्छ। पौरुष ग्रन्थिको संक्रमणमा पनि यस्तो लक्षण देखा पर्न सक्छ। वीर्य स्खलनका बेलामा मुत्रनलीको श्लेष्म (mucus) पखालिने हुँदा, पिसाब फेर्दा मूत्रनलीको भित्री भागमा अम्लीय गुणको पिसावसंग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा आउँदा पोलेको तथा दुखेको अनुभव हुन सक्छ।

तल्लो पेट र पाखुराको पेट दुख्ने : विशेष गरेर तल्लो पछाडि दुख्ने सन्दर्भमा कुरा गर्दा हामी महिलाको पाठेघरलाई केन्द्रित गरेर कुरा गर्छौं तर पुरुषको सन्दर्भमा यो त्यस प्रकार लागू हुँदैन। पेटको तल्लो भाग तिर दुख्ने प्रमुख कारणमा पाचन प्रणाली (विशेष गरेर आन्द्रा तथा यसका अवयव) सम्बन्धी तथा मूत्र प्रणाली हुनसक्छ। त्यसैगरी पाखुराको पछिल्तिरको दुखाइको सन्दर्भमा आसन, शारिरीक क्रियाकलापका कारणले कतै अस्थि-मांसपेशीमा कुनै चोट लागेको छ कि विचार गर्नुहोला।

सन्तान नभएको कुरा : गर्भको सुरुवात पुरुषबाट निस्कने शुक्रकीट र स्त्रीमा विकसित भएका डिम्बको मिलनबाट हुन्छ। सामान्य रूपमा भन्नुपर्दा गर्भधारण हुन मुख्य रूपमा १. डिम्ब निस्कासन, २. यौन सम्पर्क, ३. वीर्य स्खलन, ४. डिम्ब निषेचन तथा ५. डिम्ब रोपणजस्ता कुराहरू हुनु आवश्यक छ। गर्भनिरोधको कुनै साधन प्रयोग नगरी गर्भ रहोस् भन्ने कुरा चाहेर एक वर्षभन्दा बढी यौनसम्पर्क गर्दा पनि गर्भ नरहेको स्थितिमा परीक्षण गराउनु मनासिब हुन्छ। सन्तान जन्माउन नसक्नुमा केही कारण पुरुषमा हुन्छ भने केही कारण महिलामा हुन्छन्। त्यसैगरी केहीकारण दुवै जनामा संयुक्त रूपमा हुन्छन्। करिब १० प्रतिशतजति यस्ता घटनामा सन्तानहिनताको कारण नै पत्ता लाग्दैन। श्रीमान्-श्रीमती दुवै जनाको प्रजनन अङ्ग तथा कार्य ठीक तरिकाले चलेका छन्/छैन भनेर परिक्षण गराउनु बेस हुन्छ। यसको सुरुवात तपाईंले आफ्नो वीर्य परीक्षण गराएर गर्न सक्नुहुन्छ। वीर्य सामान्य छ भने तपाईंको श्रीमतीको परीक्षण गराउनुपर्छ।

अन्त्यमा, तपाईंले भन्नु भएअनुसार यो स्तम्भमा समस्याका बारेमा पढ्नुभयो। यस्तो स्थितिमा पक्कै पनि त्यसका कारण तथा समाधान पनि राम्रोसँग पढ्नु भयो होला। यो सन्दर्भमा तपाईंको सोच र क्रियाकलाप समस्या कम गर्नेतर्फ निर्देशित हुनुपर्ने हो, तर त्यसो नभै अझ बढी चिन्ता गर्न थाल्नुभएजस्तो लाग्यो। कतिपय व्यक्ति रोग वा बिमारीका बारेमा जानकारी हुँदै गए पछि आफूलाई पनि त्यो भयो कि भनेर चिन्ता गर्न थाल्छन्। यस किसिमको चिन्ता बढी भए स्थिति Illness Anxiety Disorder सम्म पुग्न सक्छ। त्यसैले अनावश्यक रूपमा चिन्ता नगर्न अनुरोध छ। अति भए मनोचिकित्सकको सहयोग लिनुपर्ने हुनसक्छ।

सूचना

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

महिला स्वास्थ्य

म ३२ वर्षीया गृहिणी हुँ। मेरी जेठी छोरी १५ वर्षकी भइन्। विगत दुई वर्षदेखि मैले तीनमहिने सुई प्रयोग गर्दै आएकी थिएँ, तर सुईले महिनावारी रोकिएपछि मैले गत जेठमा सुई लगाइनँ। सुई छोडेको चार महिना भए पनि मेरो महिनावारी भएको छैन। अहिले आएर वाकवाक लाग्ने तथा खाना नरुच्ने भएपछि घरमै पिसाब परीक्षण गर्दा गर्भ रहेको देखियो। के यसरी महिनावारी नै नभै गर्भ रहन सक्छ ? मेरी छोरी नै ठूली भैसकिन्, अब मैले के गर्ने ?

पी.

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

परिवार नियोजनका लागि प्रयोग गरिने तीनमहिने सुई (संगिनी, डिपो) मा एक किसिमको हार्मोन प्रयोग गरिएको हुन्छ। नेपालमा प्रयोग गरिने अस्थायी साधनहरूमध्ये सबैभन्दा बढी दम्पतीले रुचाएको तीनमहिने सुईले महिलाहरूमा अण्डा उत्पादन हुन नदिनुका साथै शुक्रकीटलाई पाठेघरमा प्रवेश गर्नबाट रोक्ने तथा पाठेघरको भित्री तहलाई गर्भका लागि आवश्यक तयारी गर्न नदिने भएकाले यो अत्यन्त प्रभावकारी साधनका रूपमा स्थापित छ। यद्यपि तीन महिने सुई प्रयोग गरेका महिलाहरूमा सुई छाडेको ३ देखि १० महिनासम्म महिनावारी नहुन हुन सक्छ। उक्त समयमा सामान्यत: गर्भ रहदैन, तर कसै-कसैमा महिनावारी सुरु नभए पनि गर्भ रहन सक्छ। त्यसैले तपाईंको गर्भ रहेको हुनसक्छ। यद्यपि गर्भ रहँदैमा आत्तिनु पर्दैन। नेपालमा गर्भपतन गराउन पाइने कानुनी अधिकार भएकाले १२ हप्तासम्मको गर्भ आफूलाई पायक पर्ने स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा सूचीकृत चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श गरेर पतन गराउन सकिन्छ। तपाईंको उमेर ३२ वर्ष मात्र भएकाले गर्भपतनपछि फेरि गर्भ रहन सक्ने सम्भावना हुन्छ, त्यसैले फेरि परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गर्नुपर्छ। तपाईंहरूलाई सन्तान पुगिसकेको भए स्थायी बन्ध्याकरण वा लामो समयसम्मलाई हुने साधन कपर टी वा ज्याडेल (इम्प्लान्ट) प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ।

महिला फुटबलको ठूलो उपलब्धि

'सबै खेलाडीलाई बधाई !' प्रशिक्षक हरि खड्काले सामाजिक सञ्जालमा यो सन्देश छाडेपछि मात्र ढुक्क हुन सक्ने स्थिति बन्यो । एसियाली ओलम्पिक महिला फुटबल छनौट-२०२० को नियमका सम्बन्धमा अन्त्यसम्म पनि अन्यौल थियो । कति टिम कसरी अघि बढ्ने हुन्, प्रस्ट हुन सकेको थिएन । त्यसबीच प्रशिक्षक खड्काको सन्देशले केही राहत दियो । आखिर त्यो नै सत्य साबित भयो र नेपालले महिला फुटबलमा ऐतिहासिक फड्को मार्‍यो ।

यो नेपाली फुटबलले महिलातर्फ हात पारेको अहिलेसम्मकै सबैभन्दा ठूलो उपलब्धि हो । नेपालमा महिला फुटबलको लामो इतिहास छ, तर गुनासो रहने गरेको छ, महिला फुटबलको वर्तमान गतिविधि निकै कमजोर स्थितिमा छ । केही भैरहेकै छैन, विशेषतः घरेलु फुटबल । त्यसमाथि नेपालले जति पनि अन्तर्राष्ट्रिय फुटबल खेल्यो, अन्त्यमा भारतको हातबाट पराजित हुँदै निराश हुनुपरेको थियो ।

यसपटक स्थिति केही फेरिएको छ । नेपालले महिला फुटबलको ओलम्पिक छनौटमा सहभागिता जनाएको यो नै पहिलो अवसर हो । छनौट म्यानमारको यान्गुनमा भएको थियो र त्यहाँ जानुअघि प्रशिक्षक खड्काले भनेका थिए, हाम्रो उद्देश्य छनौट नै हो । उनले आफ्नो वचन राखेका छन् । यान्गुन जानुअघि नेपालले तीन मैत्रीपूर्ण खेलका लागि चीनको भ्रमण गरेको थियो र यसले पनि नेपालको प्रदर्शनमा सुधार ल्याउन प्रशस्त मद्दत पुर्‍यायो ।

नेपालको समूहमा थिए, आयोजक म्यानमारसँग भारत र बंगलादेश । नेपालका लागि धेरै हदसम्म यो कठिन समूह नै थियो । नेपालले आफ्नो पहिलो खेल भारतसँग १-१ को बराबरीमा टुङ्ग्यायो । बाँकी दुई खेलको कथा पनि त्यही रह्यो । म्यानमारसँग पनि १-१, अन्त्यमा बंगलादेशविरुद्ध पनि १-१ । तीनै खेलमा नेपालले सुरुवाती अग्रता त लियो, तर त्यसलाई अन्त्यसम्म कायम राख्न सकेन । यो दृष्टिकोणले नेपालको रक्षापंक्तिको मानसिकताका सम्बन्धमा प्रश्न उठाउने स्थान पनि हुन सक्छ ।

यद्यपि त्योभन्दा पनि महत्त्वपूर्ण तथ्य के हो भने नेपालले प्रत्येक खेलमा गोल गरेको थियो र कुनै पनि खेलमा हार बेहोरेन । यही दुई तथ्यले नेपाललाई अन्ततः सन् २०२० मा जापानको टोकियोमा हुने ओलम्पिकको छनौटको दोस्रो चरण पुर्‍याएको छ । नेपालका लागि गोल गर्ने खेलाडीमा म्यानमारविरुद्ध निरु थापा, भारतविरुद्ध सावित्री भण्डारी र बंगलादेशविरुद्ध फेरि कप्तान निरु नै रहिन् । लिग चरणको समाप्तीमा म्यानमार पहिलो तथा भारत दोस्रो स्थानमा रहे ।

नेपालको छनौट सम्भव हुनुका पछाडि सबै समूहको तेस्रो स्थानमा रहेका टिममध्ये उत्कृष्ट दुईभित्र रहन सक्नु हो । नेपाल जस्तै तेस्रो स्थानमा रहने टिम थिए, ताजाकिस्तान, लेबनान र प्यालेस्टान । नतिजा र गोल अन्तरको आधारमा नेपाल र प्यालेस्टाइन उत्कृष्ट दुई टिम साबित भए, तेस्रो स्थानमा रहने । प्रशिक्षक खड्काको नेपाली महिला फुटबलका सम्बन्धमा निचोड छ– 'अवसर र सुविधा दुवै मिल्ने हो भने नेपाली महिला फुटबलले यो भन्दा धेरै राम्रो गर्न सक्छ ।'

याक अट्याक माउन्टेन बाइक रेस

याक अट्याक माउन्टेन बाइक रेस प्रतियोगिता-२०१८ को उपाधि क्यानाडाका करी वालेसले जितेका छन् । उनले १ सय ५८ किलोमिटरको दूरी १२ घण्टा ३० मिनेट ५० सेकेन्डमा पूरा गरेका हुन् । प्रतियोगितामा १३ घण्टा ३१ मिनेट ४६ सकेन्डमा निर्धारित दूरी पूरा गर्दै नेपालका रोहन तामाङ द्वितीय तथा १३ घण्टा ३५ मिनेटमा निर्धारित दूरी पूरा गर्दै ओकेस बज्राचार्य तृतीय भए । यो प्रतियोगिता लमजुङको बेसीसहरबाट सुरु भै समुद्री सतहभन्दा ५ हजार ४ सय १६ मिटर उचाइको थोरङ्ला पास हुँदै म्याग्दीको तातोपानीमा पुगेर टुंगिएको थियो । प्रतियोगिताको खुल्ला महिलातर्फ अस्ट्रेलियाकी करिन हिल प्रथम भइन् भने नेपालकी लक्ष्मी मगर द्वितीय तथा हल्यान्डकी निएन्के ओस्त्रो तृतीय भए ।

४० वर्षमाथिको उमेर समूहको प्रतिस्पर्धामा नेपालका हर्क लामा प्रथम, पोर्चुगलका जोस टिक्जेरिया द्वितीय तथा स्पेनका जोस मरिया ओर्देजन तृतीय भए । पुरुष ५० वर्ष उमेर समूहबाट जर्मनीका पियर कास्तान्गे प्रथम, बेल्जियमका सर्भ भेन द्वितीय तथा बेल्जियमके भिन्सेन्ट गौभर्निअर तृतिय भए । माउन्टेन बाइकिङ वर्ल्ड वाइडद्वारा आयोजित उक्त प्रतियोगितामा विभिन्न देशका २९ जना खेलाडी सहभागी थिए ।

राजाराम पौडेल

मैदान बाहिर

कतारमा एसीयुक्त रंगशाला

अर्को वर्ष हुने वर्ल्ड एथलेटिक्स च्याम्पियनसिपका लागि कतारको खलिफा रंगशाला तयार भएको छ । उक्त रंगशालामा अर्को वर्षको सेप्टेम्बर २७ देखि अक्टोबर ६ सम्म ४७औं एथलेटिक्स च्याम्पियनसिप हुनेछ । त्यतिबेला त्यहाँको तापक्रम ४० डिग्री सेल्सियस पुग्ने भएकाले रंगशालालाई एसीयुक्त बनाइएको हो । ४८ हजार दर्शक क्षमतायुक्त उक्त रंगशालाको तापक्रम २४ डिग्री आसपास हुनेछ । यस प्रकारको च्याम्पियनसिप वातानुकूलित रंगशालामा हुन लागेको यो पहिलो अवसर हो । च्याम्पियनसिपको इतिहासमा पहिलो पटक खेल विहान हुने छैन । गर्मीका कारण बेलुका सवा ४ बजेपश्चात् मात्र खेल हुनेछ भने पहिलो पटक म्याराथनको फाइनल राती १२ बजे हुनेछ । मध्यपूर्वको कुनै देशमा पहिलो पटक विश्व एथलेटिक्स च्याम्पियनसिप हुन लागेको हो ।

रंगशालाबाट १ किलोमिटर टाढा उक्त एसीको कुलिङ सेन्टर निर्माण गरिएको छ ।

रंगशालामा राखिएका ५ सय नोजल्सलाई उक्त सेन्टरसँग जोडिएको छ । सबै नोजल्सबाट स्टेडियममा चिसो हावा प्रवाह गरिन्छ । सन् २०२२ मा हुने फिफा विश्वकपको मुख्य इभेन्ट पनि यही रंगशालामा हुनेछ ।

गल्फर रोजकी पत्नीले तोडिन् कीर्तिमान

फेड एक्स कप विजेता जस्टिन रोजकी पत्नी केटको एक भिडियोले एक दिनका लागि मात्र भए पनि नयाँ कीर्तिमान बनाएको छ । केटका श्रीमान्ले १ करोड डलर पुरस्कार पाएपछि खुसी व्यक्त गरिएको भिडियो यति चर्चित भयो कि सोसल साइट र गुगल सर्चमा सर्वाधिक सर्च गरिएको सेलिब्रेटीको सूचीमा एक दिन मात्र भए पनि रहन सफल भयो । जस्टिन रोजले प्रसिद्ध गल्फर टाइगर उड्सलाई हराएर उक्त उपाधि जितेका थिए । यसभन्दा पहिले सर्वाधिक चर्चित गर्लफ्रेन्डसको सूचीमा एन्जेला गार्सिया पहिलो नम्बरमा थिइन् । एन्जेलाका १ करोड ७७ लाख फलोअर थिए । जबकी केटले त्यसकै आधारमा ६ करोड २५ लाख फलोअर पाइन् । यद्यपि सोसल साइटमा केटका २ हजार ५ सय फलोअर मात्र छन्, तर गुगलमा उनको नाममा ६ करोड २० लाख पटक सर्च गरियो र उनी रातारात स्टार भइन् ।

६ सातामा ३ सन्तानका पिता

इंग्ल्यान्डका फुटबलर साइडो बेराहिनोका लागि पछिल्ला ६ साता सरप्राइजले भरिएको साता रहे । यही समयमा एक-एक गरी तीन महिलाले आफ्ना सन्तानका पिता साइडो नै भएको दाबी गरे । तीमध्ये दुई बालिकाको जन्म प्रमाणपत्रमा समेत बुवाको नाममा साइडोको नाम लेखिएको छ । उनको पहिलो छोरालाई मे ३० मा २७ वर्षीया स्टेफानिया क्रिस्टोफौरोले बर्मिङघमको एक अस्पतालमा जन्म दिएकी थिइन् । उनी साइडोकी पूर्व मंगेतरसमेत हुन् । उनीहरूबीच किन सम्बन्ध समाप्त भयो भन्ने कुरा स्पष्ट नभए पनि अहिले स्टेफानियाको छोराको बुवा साइडो नै भएको प्रमाणित भएको छ । दोस्रो सन्तानका रूपमा अफ्रिकी मूलकी एक नर्सले जुलाई १५ मा छोरी जन्माइन् । उनी साइडोकी बाल्यकालदेखिकी साथी भएकी बताइएको छ । कानुनी अड्चनका कारण उनको नाम गोप्य राखिएको छ । त्यसैगरी जुलाई १७ मा अमेरिकी मोडल चेल्सी लभलेसले छोरी जन्माइन् । ती छोरीको बुवाको नाम पनि साइडो नै लेखिएको छ । स्मरणीय के छ भने सिजनमा अहिलेसम्म एक गोल मात्र गरेका साइडोले अहिलेसम्म बालबालिकासँग सम्बन्धित यी समाचारको खण्डन गरेका छैनन् ।

राष्ट्रिय खेलकुद घोषणा गर्दै पछि सर्दै

सबै कुरा घोषणाअनुरूप नै भएको भए अहिले पूरा नेपाल खेलकुदमय हुनुपर्थ्यो । चारैतिर १३ औं दक्षिण एसियाली खेलकुद (साग) को चहलपहल हुन्थ्यो, तर त्यस्तो केही छैन । एकपटक घोषणा भएको मितिअनुसार प्रतियोगिता नहुने त भयो नै, त्यसभन्दा ठूलो कुरा अब यो प्रतियोगिता कहिले हुन्छ, त्यो पनि तय छैन । नेपाली खेलकुदको कामै भएको छ, प्रतियोगिताको मिति घोषणा गर्ने, कुनै पूर्व तयारीबिना, अनि लाचारीमा त्यसलाई पछि सार्ने ।

पूर्वनिर्धारित कार्यक्रमअनुसार दक्षिण एसियाली खेलकुदको सर्वोच्च प्रतियोगिता फागुनमा हुनुपर्थ्यो । दक्षिण एसियाका अरू देशतिर बुझ्नुपर्छ, त्यहाँका खेलाडी, खेल पदाधिकारी तथा मिडिया सबैको एउटै चासो छ, साग कहिले हुन्छ ? उनीहरूले लगातार ताकेता पनि गरिरहेका छन्, तर नेपाली खेलकुदको नेतृत्व गरिरहेकाहरू भने लाज पचाएर चुपचाप बसिरहेका छन् । एउटा तथ्य निश्चित थियो, फागुनमा कुनै पनि स्थितिमा साग हुन सक्दैनथ्यो । त्यसैले यसलाई ६ महिना पछाडि सारिएको छ । युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयको हालै बसेको बैठकले सागको नयाँ मिति पनि अगाडि सारेको छ र त्यो हो, सन् २०१९ को सेप्टेम्बर र अक्टोबरको समय, तर जुन प्रकारले नेपालमा प्रतियोगितासम्बन्धी तयारी चलिरहेको छ, दाबी गर्न सकिन्छ, सारिएको उक्त मितिमा पनि साग हुनेछैन । यसले दक्षिण एसियामै नेपाली खेलकुदको साख कमजोर बनाएको छ । साग नियमित नहुनुमा सबैभन्दा बढी जिम्मेवार नेपाल नै साबित हुँदैछ ।

इतिहास पल्टाउने हो भने नेपालले पहिलो दक्षिण एसियाली खेलकुद सन् १९८४ मा आयोजना गरेर सुरुवातको श्रेय त लियो, तर सन् १९९९ मा आठौं साग आयोजना गर्न उत्तिकै सुस्तता देखायो । त्यतिबेला साग खेलकुदको मिति घोषणा गर्दै सार्दै अन्ततः प्रतियोगिता लगभग तीन वर्षपछि धकेलिएको थियो । त्यसयता यो रोगले पूरा प्रतियोगितालाई च्याप्यो । अब स्थिति कस्तो छ भने अबको साग कहिले हुन्छ, तय छैन । प्रतियोगिता जति पछाडि धकेलिन्छ, उत्तिकै नयाँ मितिका लागि गाह्रो हुने तय छ ।

यसबीच श्रीलंकाले १३ औं साग आफूले गर्ने इच्छा देखाएको थियो । श्रीलंकाली मिडियाले यस्तै खाले समाचारसमेत दिए । श्रीलंकाको दाबी थियो, नेपालले समयमै साग गर्न सक्दैन भने यसपटक हामीलाई अवसर दिनु उपयुक्त हुन्छ, त्यसपछि फेरि नेपालले यो प्रतियोगिता आयोजना गर्न सक्छ, तर अहिले यसको पनि सम्भावना समाप्त भएको छ । श्रीलंकामा अहिले ठूलो राजनैतिक संकट छ र त्यसकै कारण त्यहाँको खेलकुद पनि पछाडि जान बाध्य हुनेछ ।

नेपाल ओलम्पिक कमिटीका अध्यक्ष जीवनराम श्रेष्ठले यस विषयमा औपचारिक रूपमा केही बोलेका छैनन्, तर उनले अनौपचारिक रूपमा भने निर्धारित समयमै साग नहुने मात्र होइन, अब कहिले हुने हो, त्यसका सम्बन्धमा पनि बोल्न सकिरहेका छैनन् । यता राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को स्थिति पनि उस्तै दयनीय छ । परिषद्का सदस्य सचिव केशवबहादुर विष्टले पनि लगातार ठूला-ठूला दाबी त गरिरहेका छन्, तर त्यसलाई पूरा गर्ने कुनै काम देखाउन सकेका छैनन् ।

दशरथ रंगशालाको सुस्त पुनर्निर्माण

लामो समययता नेपालमा कुनै पनि ठूलो अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता हुन सकेको छैन र यसको कारण हो, समयमै दशरथ रंगशालाको पुनर्निर्माण हुन नसक्नु । विशेषतः फुटबलले धेरै ठूलो अवसर गुमाइरहेको छ । फुटबलमा साना-ठूला प्रतियोगिता त भैरहेका छन्, तर दशरथ रंगशाला खेल्न योग्य नहुँदा धेरै अप्ठ्यारो स्थिति छ । आर्थिक रूपमा पनि नेपाली फुटबललाई उत्तिकै घाटा भैरहेको छ, तर दशरथ रंगशालाको पुनर्निर्माण आफैमा सुस्त छ ।

नेपालको एक मात्र अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको भनेर दाबी गरिएको दशरथ रंगशाला ०७२ को भुकम्पले जीर्ण भएको थियो । नेपालमा १३ औं साग समयमै हुन नसक्नुको सबैभन्दा ठूलो कारण पनि यही हो । परिषद्कै दाबी मान्ने हो भने दशरथ रंगशाला पूर्ण रूपमा तयार हुन्, अझै असारसम्म कुर्नुपर्ने हुन्छ, फागुनसम्म तयार हुने त प्यारापिट र कभर्ड हल मात्र हो । भीआईपी प्यारापिट र ट्र्याक कहिले तयार हुने हो, त्यो कुरा स्वयं सदस्य-सचिव विष्टलाई समेत थाहा छैन ।

अहिले चीन सरकारको प्राविधिक सहयोगमा दशरथ रंगशालाको पुनर्निर्माण भैरहेको छ । दशरथ रंगशालाको पुनर्निर्माणकै लागि भनेर यसपटकको बजेटमा १८ करोड रुपैयाँ छुट्याइएको छ । दशरथ रंगशाला समयमै तयार नहुनुको एउटा कारण सुरुमा यसको पुनर्निर्माणको जिम्मा सेनाले लिनु र पछि त्यसबाट पछाडि हट्नु हो । भूकम्प आउनुभन्दा धेरै अघि नै दशरथ रंगशालाको पुनर्निर्माण सुरु भएको थियो, तर त्यसले कहिल्यै गति लिन सकेन ।

राष्ट्रिय प्रतियोगिता पनि अनिश्चित

जसरी दक्षिण एसियाली खेलकुदका लागि अहिले काठमाडौं व्यस्त हुनुपर्थ्यो, त्यस्तै नेपालगन्ज र त्यस वरिपरिको केही स्थान आठौं राष्ट्रिय खेलकुदका लागि व्यस्त हुनुपर्ने हो, तर आठौं राष्ट्रिय खेलकुद पनि घोषित समयमै नहुने निश्चित भैसकेको छ । सुरुमा भनिएको थियो, यसपटकको राष्ट्रिय खेलकुद मंसिर २१ देखि २९ गतेसम्म हुनेछ, तर राखेप आफैंले भनिसकेको छ, अब उक्त समयमा प्रतियोगिता हुँदैन । अब कहिले हुन्छ, ठोस रूपमा दाबी गर्न सकिने स्थिति पनि छैन ।

यस पछाडिको प्रमुख कारण भौतिक पूर्वाधार समयमै निर्माण नहुनु नै हो अथवा गर्ने कार्यक्रम भए पनि त्यसअनुसारको बजेट नआउनु हो । बाँके र बर्दियाका अधिकांश खेल स्थल निर्माणधीन अवस्थामै सीमित छन् । अझ अधिकांश पूर्वाधारको निर्माण प्रगति २५ प्रतिशत मात्र भएको तथ्य पनि बाहिर आएको छ, त्यहाँका आयोजकले अझै पनि ठूलठूला दाबी गरिरहेका छन्, तर साँच्चै प्रतियोगिता कहिले हुने हो, त्यो भने अनिश्चित नै छ ।

खेलाडी मारमा

प्रतियोगिताको मिति घोषणा हुने र पछि त्यसलाई सार्ने परम्पराले सबैभन्दा बढी मारमा कोही परेका छन् भने ती खेलाडी नै हुन् । अब प्रतियोगिताका लागि कहिले तयारी गर्ने, कति समयका लागि अभ्यासरत रहने, त्यो सबैमा खेलाडीहरूबीच अन्यौल छ । नेपालमा राष्ट्रिय खेलकुद घोषित समय अन्तरमा नियमित हुन्थ्यो भने त यसका धेरै संस्करण सम्पन्न भैसकेका हुन्थे, तर समयमै नहुने रोगका कारण नेपाली खेलकुदमा अनेकौं पुस्ताले यो प्रतियोगिता नै खेल्न पाएन ।

यस्तै स्थिति दक्षिण एसियाली खेलकुदलाई लिएर पनि छ । नियमित आयोजना नहुँदा धेरै खेलाडीले नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै साग खेल्ने सपना पूरा गर्न सकेका छैनन् । दीपक विष्ट नेपाली खेलकुदका सबैभन्दा सफल खेलाडी हुन् । उनले तेक्वान्दोमा ४ वटा स्वर्ण पदक जिते । साग नियमित भएको भए उनले त्योभन्दा बढी स्वर्ण जित्न सक्थे । विष्ट मात्र होइन, नेपाली खेलकुदका अधिकांश खेलाडीलाई यसमा सधैं गुनासो रहनेछ ।

च्याम्पियन पोखरा पल्टन : पोखरा प्रिमियर लिग (पीपीएल) टी–२० क्रिकेटको उपाधि घरेलु टिम पोखरा पल्टनले जितेको छ । पोखरा रंगशालाको क्रिकेट मैदानमा भएको फाइनल खेलमा पारस खड्काको नेतृत्वमा रहेको चितवन राइनोजलाई ३ विकेटले पराजित गर्दै शरद भेषवाकर नेतृत्वको टिम पोखरा पल्टनले उपाधि जितेको हो । उपाधिसहित पोखराले २७ लाख रुपैयाँ नगद पुरस्कारका साथ ट्रफी प्राप्त गर्दा उपविजेता भएको चितवनले १० लाख रुपैयाँ पुरस्कारमा चित्त बुझायो ।

उपाधि कोरियालाई : स्याङ्जामा सम्पन्न प्रथम नेपाल प्याराग्लाइडिङ एकुरेसी (स्पोट ल्यान्डिङ) विश्वकप-२०१८ को उपाधि दक्षिण कोरियाले जितेको छ । यसका लागि दक्षिण कोरियाले खुल्ला, एकल तथा समूह चरणको खेलमा आफ्नो वचर्श्व जमाउँदै ३ वटा स्वर्ण पदक जितेको थियो ।

तीन दिनको खेलमा दक्षिण कोरियाले ६ राउन्ड पूरा गर्दा १२ अंकसहित उपाधि जितेको हो । स्याङ्जाको स्वरेक मैदान (भिरकोट) बाट उडान गरी वालिङको डौंवाफाँटमा अवतरण गरेका कोरियाका स्याङ्ज्यू लिमले खुल्लातर्फ ६ राउण्डको खेलमा १२ अंक प्राप्त गर्दै उपाधि जिते । महिलातर्फ पनि कोरियाका खेलाडीहरूले उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै स्वर्ण पदक जिते । कोरियाकी हुनही किमले ६ राउन्डको खेलमा ५९ अंक ल्याउँदै महिलातर्फको उपाधि जितिन् ।

मिसेज इन्टरनेसनलमा नेपाल

सिंगापुरमा सम्पन्न टीकेएस मिसेज इन्टरनेसनलको १२ औं संस्करणमा नेपालका तर्फबाट सहभागिता जनाएका तीन महिलामध्ये चन्दा थापा गिरीले मिसेज एसिया प्यासिफिक इन्टरनेसनल-२०१८ को उपाधि जितेकी छिन् । अर्की सहभागी सुरुचि पाण्डेले मिसेज इन्टरनेसनल बेस्ट ट्यालेन्ट, एलिगेन्स ब्युटी तथा ब्युटी एम्बेसडरको एवार्ड जितिन् भने एलिजा महर्जनले कन्टेस्टेन्ट अफ द इयर, इन्टिलेक्चुअल ब्युटी र बेस्ट सेल्फ इन्ट्रोडक्सनको एवार्ड आफ्नो पक्षमा पारिन् । प्रतियोगितामा टिम नेपाल बेस्ट टेबल सेट अपको एवार्ड पनि जित्न सफल भएको थियो । टीकेएस मिसेज इन्टरनेसनल-२०१८ अन्तर्गतको विविध गतिविधि इन्डोनेसिया, मलेसिया तथा सिंगापुरमा सञ्चालन भएको थियो भने प्रतियोगिताको ग्रान्ड फिनाले सिंगापुर स्थित अर्किड कन्ट्री क्लबमा सम्पन्न भएको थियो । प्रतियोगितामा नेपाललगायत विश्वका दुई दर्जनभन्दा बढी मिसेज सुन्दरीको सहभागिता थियो ।

मिसेज एसिया इन्टरनेसनलमा परिकल्पना

परिकल्पना राईले क्लासिक एन्ड मिसेज एसिया इन्टरनेसनल-२०१८ मा नेपालका तर्फबाट सहभागिता जनाएकी छिन् । परिकल्पनाले उक्त प्रतियोगिताअन्तर्गत ४० वर्ष माथिका विवाहित महिलाहरूको उमेर समूहको क्लासिक मिसेज एसिया इन्टरनेसनलमा प्रतिस्पर्धा गरेकी हुन् । ४४ वर्षीया परिकल्पना राई दुई छोरा तथा एक छोरीकी आमा हुन् । नयाँ बानेश्वर निवासी राईले स्नातकोत्तर गरेकी छिन् भने उनी दस वर्षसम्म एम्बेसी अफ डेनमार्कमा भिसा एन्ड कन्सुलर अफिसरका रूपमा कार्यरत थिइन् । यसअघि मिसेज नेपाल इन्टरनेसनल-२०१५ मा सेकेन्ड रनर्सअप रहिसकेकी राई भ्रमणमा रुचि राख्छिन् । सन् २०१२ मा प्रारम्भ भएको क्लासिक एन्ड मिसेज एशिया प्यासिफिक इन्टरनेसनल-२०१८ को संस्करण कात्तिक २२ देखि २९ गतेसम्म थाइल्यान्डको रायोङमा सञ्चालन भएको थियो ।

टप अफ द वर्ल्ड प्लस साइजमा

टप अफ द वर्ल्ड प्लस साइज-२०१८ मा नेपालका तर्फबाट सहभागिता जनाएकी सपना राईले मिस स्माइलको उपाधि जितेकी छिन् । विश्वका दुई दर्जनभन्दा बढी मुलुकका प्लस साइज सुन्दरीहरूको सहभागिता रहेको उक्त प्रतियोगिता फिलिपिन्सको सेबुमा कात्तिक २१ देखि २५ गतेसम्म सञ्चालन गरिएको थियो । प्लस साइज महिलाहरूको अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा नेपालका तर्फबाट पहिलो सहभागिता जनाएकी आरजे सपना मोडल सङ्स नेपालद्वारा सञ्चालित सुपर प्लस साइज मोडल नेपाल-२०१८ की विजेता हुन् ।

मिस अर्थमा प्रियालाई एवार्ड

मिस नेपाल अर्थ-२०१८ प्रिया सिग्देल फिलिपिन्समा सम्पन्न १८ औं संस्करणको मिस अर्थ प्रतियोगितामा बेस्ट इको भिडियो एवार्डसँगै आफूलाई प्रतियोगिताको उत्कृष्ट १८ मा उभ्याउन सफल भएकी छिन् । प्रतियोगिताको मुख्य प्रि-कम्पिटिसनमध्येको एक मानिएको इन्टेलिजेन्स एन्ड एड्भोकेसीमा प्रियाको पर्फमेन्सले पाँचौं स्थान प्राप्त गरेको थियो । प्रतियोगिताअन्तर्गत फायर ग्रुपमा रहेकी प्रियाले उक्त समूहको ट्यालेन्ट राउन्डमा सिल्भर मेडल हात पारेकी थिइन् । प्रियालाई मिस अर्थ-२०१८ को स्पेसल एवार्डतर्फ डिभी बोएर एम्बासा ड्रेसको एवार्डसमेत प्राप्त भएको छ । मिस अर्थको नेसनल कस्ट्युम राउन्डमा भने प्रियाले विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथाबाट प्रेरित पहिरन प्रस्तुत गरेकी थिइन् । विश्वका ८० भन्दा बढी मुलुकका सुन्दरीहरू सहभागी भएको मिस अर्थ-२०१८ को ग्रान्ड फिनालेमा भियतनामकी नुगेन फुओङ खाँ मुख्य उपाधि विजेता घोषित भएकी थिइन् ।

STUDY IN
JAPAN/AUSTRALIA
CANADA/NEWZEALAND
LANGUAGE OFFER
JAPANESE/KOREAN
ENGLISH/CHINESE
IELTS/SAT/GMAT
TOEFL/NAT/NAT/JLPT
Good Life Education & Job Center
Samakhushi-kathmandu
ph:- 01-4354558,9864493914

KANTIPUR INTERNATIONAL COLLEGE
Paid Internship
China, UAE, Thailand, Malaysia, India & many more ...
For Hotel Management
Admission Open
We prepare you for success
With experienced, qualified & renowned foreign degree holders professors/lecturere from Australia, Russia, USA, India & multimedia classroom. KIC envision preparing the graduates who want to get ahead in the value of lifelong learning & leadership in global business organization.
BHM Bachelor of Hotel Management
BHCM Bachelor of Hospitality & Catering Management
BBA Bachelor of Business Adminstration
MBA Master of Business Adminstration
MHHM Master of Hotel & Hospitality Mgmt.
BID Bachelor of Interior Design
BE Civil Bachelor of Civil Engineering
B.Arch Bachelor of Architecture
International Membership
Kantipur International College
COLLEGE OF MANAGEMENT
Buddhanagar, New Baneshwor
Tel: 4780564, 4783904
COLLEGE OF ENGINEERING
Tel: 5582564, 5582565
www.kantipurinternational.edu.np
नोटः जेहेन्दार तथा विश्वविद्यालय आरक्षित छात्रावृतिको व्यवस्था छ ।

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 ।**