कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.ekantipur.com

● वर्ष २४ ● अंक २७ ● FRIDAY, 30 NOVEMBAR 2… …मंसिर १४, २०७५ ● पृष्ठ ३२ ● मूल्य रु. १५/-

YouTube ट्रेन्डिङ

क्रम	गीत/भिडियो	च्यानल
१	प्रेम गीत-२	हाइलाइट्स नेपाल
२	मिस इन्डिया भीएस मिस नेपाल	पेजेन्टबज
३	मिस वर्ल्ड हेड	मिस वर्ल्ड
४	टिक टिक टिक	गोल्डमाइन्स
५	बाँस काट्ने बाली	हिन्दी फेरी टेल्स
६	वर्षा राउतसँग	न्युज फिल्मी
७	गुडिया जस्ती	मिडियाएनपी
८	भद्रगोल-१८६	मिडिया हब
९	क्रसिङ क्रन्ची	हेल्लोमाफी
१०	सिलसिला	कलर्स टिभी

फोटो अफ दि विक

■ **ग्ल्यामरस सृजना** : अभिनेत्री सृजना सुब्बाको हट फोटो पोज ।

■ **खै □ खै □ म मिलाउँछु** : माग्ने बूढा अर्थात् केदार घिमिरे महात्मा गान्धीको स्ट्याचुमा जनै मिलाउँदै ।

■ **कुन गीत गाऊँ भन्नुस्** : गायक तथा संगीतकार अर्जुन पोखरेल गीत गाउने मुडमा ।

■ **कोभन्दा को कम** : बेलायतमा चार्ली चाप्लिनको वाक्स स्ट्याचुमा तस्बिर खिचाउँदै नेता माधवकुमार नेपाल तथा व्यंग्यकार मनोज गजुरेल ।

■ **न्यु लुक्स** : अभिनेता राजेश हमालको ताजा तस्बिर ।

क्रसको बर्थडे रै'छ आज, तर विस गर्न सकिएन । यतै सम्झेर मन बुझाइयो ।

सन्ध्या न्यौपाने

८४ लाख जीवमध्ये मानिसले मात्र धन कमाउँछन् तर विडम्बना अरू कुनै जीव भोको मर्दैनन् तर मानिसको पेट कहिल्यै भरिँदैन, असन्तुष्ट जन्तु ।

सञ्जय कोइराला

साँचो बोलेर केटी पट्याउँछु भन्नु र मुतेर मान्छे बगाउँछु भन्नु एउटै कुरा हो ।

दिलीप

दाजुहरू पनि साच्चै हुतिहारा निक्लिए । उनीहरूलाई बिहे गर्न केटी मैले खोज्दिन पर्‍यो रे । तिनीहरूको ऋण खा'को छ र ? एउटी केटी खोज्न नसक्ने तोरीहरूले के गरिखालान् र जिन्दगीमा ?

माल्दाइ

एक जनाले जति पटक नि भोट दिन मिल्ने भएपछि त्यो भोटको के मूल्य हुन्छ ? जोसँग धेरै पैसा भो, उसैले जित्ने भो नि– नेपाल आइडल ।

सम्झना

एउटै उचाइमा उडिरहेका चराहरूमध्ये परेवाले आँगनमा तोरीको दाना देख्छ, कागले रछ्यानको जुठो भात देख्छ र गिद्धले बारीको सिनो देख्छ– जस्तो सोच, त्यस्तै दृष्टि ।

सन्तोष देवकोटा

कहिलेकाहीँ आफैंलाई अग्रिम श्रद्धाञ्जली दिनुहोस् । कता-कता ओभरटाइम बाँचेजस्तो लाग्छ र अलि सजिलो हुन्छ ।

ज्योति

जिन्दगीको लामो समय तिमीसँग बिताएको छु, अब अहिले मलाई छाडेर जाने कुरा नगर है ।

मनिता सुब्बा राई

श्रीमती र सूर्यमा के समानता छ ? तपाईंहरू दुवैलाई घुरेर हेर्न सक्नु हुन्न ।

इभा सिंह

मंसिर लाग्यो भनेर अविवाहितहरू खुसी हुनु त स्वभाविक हो, तर बिहे भैसक्याहरू चैं के खान उफ्रिएका हुन् ?

सञ्जु आले

सोच बदलौं, देश आफैं बदलिन्छ भनेर आफूले आफूलाई एउटा सामान्य मानिसबाट देशको प्रधानमन्त्रीसम्म सोचिसकें, खै केही हुँदैन त ?

सचिन पोखरेल

बरु काल नै आओस् तर कसैप्रति लभवाला फिलिङ्सचाहिँ नआओस् ।

अञ्जना अधिकारी

चिसो-चिसो मौसममा स्वास्थ्यको बढी ख्याल गर्नुहोस् । न्यानो कपडा लगाउनुहोस्, हरेक बिहान मनतातो पानी पिउनुहोस् । चिसो मन र मुटुलाई तातो बनाउनुहोस् । स्वस्थ जीवन, खुसी मन ।

मञ्जु कटुवाल

यो त्यही महिना हो जहाँ कैयौं प्रेमी छुट्छन् र सँगै मर्ने-बाँच्ने वाचाहरू टुट्छन् ।

मनोज मनु

भाग्यको कुनै भरोसा हुँदैन । हिजो मेरो बीएफ थियो, आज अर्कैको बूढो भयो भन्दैछिन् साइँली ।

दिव्या

मनमा बसेको भए थोरै ख्याल राख्नु, समय मिल्यो भने याद गर्नु, मेरो त बानी छ, तपाईंलाई याद गर्ने । तपाईंको मन दुखाएको भए माफ गर्दिनु ।

सुन भाले

नेताले देश बनाउँछु भन्नु र मैले जिएफ बनाउँछु भन्नु उस्तै-उस्तै भा'छ । बन्न त बन्छ तर कहिले भन्ने अत्तोपत्तो छैनन् भन्या ।

जोरस पौडेल

ए माया कहिले भक्तपुर, ए माया कहिले ललितपुर...भन्ने गीतचैं कोठा सर्दा-सर्दा दिक्क भा'को मान्छेले बना'को हुनुपर्छ ।

सरस्वती ढकाल

राम्रो नजरले हेर्नु भन्दैमा बाग्मतीको पानीलाई मिनिरल वाटर देख्नु पनि त भएन नि ।

बिन्ठु

मंसिरमा बे गरेर जाडो कम हुन्छ भन्ने बोको सोच राख्ने जातलाई केटा भनिन्छ रेन्त ।

आश्मा

चार-पाँच जना केटासँग अन्धाधुन्ध माया गर्छन् अनि भन्छन्– माया अन्धो हुन्छ रे । हाय यी केटीहरू !

मीत बा

जिन्दगी आफ्नै तरिकाले जिउने हो । मन मिल्नेहरू जोडिँदै जान्छन्, मन नमिल्नेहरू छोडिँदै जान्छन् ।

सपु देवकोटा

नुहाउन भनेर पानी तताएको, झुक्किएर चिनी र च्यापत्ती हाल्न पुगेछु । अब कहिले खाइसक्ने होला एक बाल्टिन च्या ?

सुनिलबाबु श्रेष्ठ

मंगल होस्

सामाजिक सुरक्षामा, असामाजिक खतरा

मनोज गजुरेल

सामाजिक सुरक्षाको असामाजिक खतरा..... उसले तपाईंको केही बिगारेको छैन, तर पनि त्यसको अनुहार देख्यो कि झनक्क रिस उठ्छ ! कोही हामीप्रति सधैं सकारात्मक छ, तर पनि ऊप्रति हामी जहिल्यै नकारात्मक हुन्छौं ! यस्तो किन हुन्छ, त्यसका थुप्रै कारण होलान् । एउटा कारण ग्रह हुन सक्छ । ग्रह नमिल्दा काटाकाट, मिलेपछि चाटाचाट भनेको यही होला । ग्रह भन्नाले कुण्डलीको ग्रह मात्र बुझ्नु हुँदैन, यो हाम्रो आन्तरिक स्वभाव पनि हो । स्वभाव सकारात्मक छ भने नकारात्मकताभित्र पनि थुप्रै राम्रा कुरा भेटिन्छ । नकारात्मक दृष्टिले मात्र हेर्ने हो भने जति नै राम्रो कुरा आए पनि नराम्रो बाहेक केही फेला पर्दैन ।

प्रसङ्ग, सरकारले ल्याएको 'सामाजिक सुरक्षा योजना'को हो । नेपाली मजदुरहरूको जीवनमा दूरगामी प्रभाव पार्ने यो योजना गाली गर्नुपर्ने, विरोध गर्नुपर्ने योजना पटक्कै होइन, तर पनि हामी यसलाई हाँसो र व्यंग्यको विषय बनाइरहेका छौं । किन होला ? यसका दुईवटा कारण छन् । एउटा विरोधका लागि विरोध । अर्को कार्यान्वयनका लागि दबाब । जनताको आलोचना जायज छ, तर विपक्षले केवल विरोधका लागि विरोध मात्र गरेको देखिन्छ । स्वस्थ आलोचना प्रतिपक्षको धर्म हो । विरोधका लागि विरोध गैरजिम्मेवारपन हो । अझ आमसमुदायका निम्ति दूरगामी प्रभाव पार्ने योजना हो भन्ने कुरा बुझेर पनि बुझ पचाउनु थप गैरजिम्मेवारी हो ।

हो, प्रचार भड्किलो भयो । यसको आलोचना गर्नुपर्छ । हल्लाभन्दा पहिले काम गर्नुपर्थ्यो । यसमा विरोध गर्न सकिन्छ, तर यो सम्पूर्ण अभियान नै गलत छ भनेर भड्किनु र भड्काउनु विपक्षको धर्म होइन, विपक्षको धर्मका नाममा अन्धविश्वासको प्रचार हो । जहाँसम्म मैले बुझेको छु, सामाजिक सुरक्षा योजनाको यो जुन कार्यक्रम छ, यो युगौंदेखि चल्दै आएको 'हुने खाने र हुँदा खाने' बीचको खाडल पुर्न ल्याइएको योजना हो ।

यो विभेदलाई अन्त्य गर्न आएको सामाजिक न्यायको अवधारणा हो । यसको कार्यान्वयन हुन्छ कि हुँदैन ? नेताहरू कति इमान्दार हुन्छन् ? बोलेका कुरा पुऱ्याउँछन् कि पुऱ्याउँदैनन् ? बोली र व्यवहार कति इमान्दारिताका साथ मिलाउँछन् ? हो, यी कुरामा चाहिँ शंका छ । त्यही खबरदारी, दबाब, व्यंग्यको हतियार उठेको सही हो, तर यो योजना नै गलत हो भन्ने किसिमका कुरालाई सही मान्न सकिँदैन । योगदानमा आधारित सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमले श्रमिकहरूको जीवनमा दूरगामी प्रभाव पार्ने कुरामा शंका छैन । यसले समुदायमै जन्मदेखि मृत्युसम्म सामाजिक सुरक्षाको प्रत्याभूति गर्न सक्छ । यसको कार्यान्वयनमा सरकारको प्रभावकारिता र सम्बन्धित सबैको इमान्दारिता रह्यो भने साँच्चै एउटा नयाँ युगको थालनी हुनेछ । होइन भने जनताले भनेझैं समृद्धि नयाँ टोल-टोलमा होइन, केवल बिजुलीका पोल-पोलमा मात्र आउनेछ । कार्यान्वयनका बाधक तत्व धेरै छन् । तीमध्ये पहिलो, सरकारमा रहेको प्रचारमुखी शैली हो । पहिले हल्ला गर्नु र काम गर्ने बेला निदाउनु सत्ताधारीहरूको पुरानै स्वभाव हो । जनता जागेका बेला केही गरेजस्तो गर्ने, जनता निदाएका बेला मस्ती गर्न थाल्ने बानी नत्याग्ने हो भने यो योजना पनि हात्ती आयो हात्ती आयो– फुस्सा हुनेछ ।

त्यसबाहेक सरकारी पार्टीभित्रकै खिचातानी, प्रतिपक्षको पराजित कुण्ठा, विरोधी मानसिकता, नेपालको दुरावस्था देख्न लालायित देशी-विदेशी पक्ष, विकृत तथा भ्रष्ट कर्मचारीतन्त्र, कामचोर र अल्छे श्रमिकहरूकै कारण यो कार्यक्रम प्रभावकारी नहुने खतरा पनि छ । सामाजिक सुरक्षा दिवस घोषणा भएको दिन एकातिर प्रधानमन्त्री भाषण गर्दै थिए भने अर्को कुनामा सहभागीहरू नै भन्दै थिए, 'हामी कुरा जनताका गर्छौं, तर यो सहर प्रधानमन्त्रीको फोटोले भरिएको छ । मुलुकका लागि काम गर्दैछौं कि आफ्नो प्रचार ?' यति भनेपछि बुझ्नेलाई इसारा काफी छ । बरु त्यसको खर्च त्यही योजनाको कोषमा राखेको भए हुन्थ्यो ।

पुऱ्याउनुपर्नेले बुद्धि पुऱ्याएन भने अब हामीले त पुऱ्याउनुपऱ्यो । भड्किलो प्रचार यो योजनाको असुन्दर पक्ष हो, तर पनि यही आधारमा जनतामा नैराश्यता भर्नु हुँदैन । यदि सरकारको यो सुनौलो र ऐतिहासिक अभियान असफल भयो भने यसको कारक हाम्रो नकारात्मक सोच र प्रवृत्ति हुनेछ । सामाजिक सुरक्षा सबैको सरोकारको विषय हो, त्यसैले यो व्यवहारमा लागू होस् । सबैको घैंटोमा घाम लागोस्– शुभकामना !

समा चकेवा महोत्सव

उदयपुरमा समा चकेवा महोत्सव-२०७५ शनिबार सम्पन्न भएको छ । त्रियुगा नगरपालिका-८ स्थित फूलबारी टोल विकास संस्था तथा सरस्वती युवा क्लब उत्तरवारिटोल देउरीले संयुक्त रूपमा समा चकेवा महोत्सवको आयोजना गरेका हुन् । महोत्सवमा थारु जातिको मौलिक, संस्कृतिक समा चकेवाको प्रदर्शनीका साथै आधुनिक तथा पौराणिक थारु नृत्य प्रतियोगिता सम्पन्न गरिएको फूलबारी टोल विकास संस्थाका अध्यक्ष श्रवण चौधरीले बताए । महोत्सवमा आयोजित जिल्ला स्तरीय खुला नृत्य प्रतियोगितामा नमुना युवा क्लब, कुमारी चोक प्रथम, चन्द्रमा युवा क्लब खैजनपुर दोस्रो तथा सिर्जनसिल युवा क्लब देउरी तेस्रो भएका थिए ।

दाजुबहिनीको प्रेमको प्रतीकका रूपमा रहेको तराईको मौलिक पर्व समा चकेवाको प्रवर्द्धनका लागि यो महोत्सव सञ्चालनगरिएको थियो । यो पर्व तराईका जिल्ला तथा भारत बिहारका विभिन्न गाउँ एवं सहरी क्षेत्रमा बसोबास गर्ने मधेसी तथा थारू मूलका अविवाहित किशोरीहरूले मनाउँछन् ।

ऋषि राई

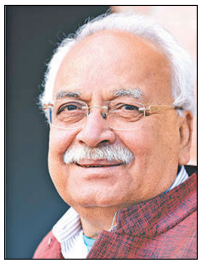
नवलपरासीमा औद्योगिक व्यापार मेला

उद्योग वाणिज्य संघ नवलपरासी तथा औद्योगिक शान्ति नेपाल संस्थाको संयुक्त आयोजनामा कृषि, पर्यटन, उद्योग, व्यापार एवं सूचना प्रविधिको बृहत् प्रदर्शनीसहित उक्त मेला सञ्चालन भैरहेको छ । हिजो मंसिर १३ देखि प्रारम्भ भएको नवलपरासी औद्योगिक व्यापार मेला-२०७५ मंसिर २३ गतेसम्म चल्ने छ । मेलामा धार्मिक, पर्यटकीय स्थलको चिनारी, संस्कृति झल्किने गरी जातजातिको वेशभूषाको झाँकी, कला, कृषि उपज, घरेलु, हस्तकला तथा लघु उद्यमका उत्पादन राखिएका छन् ।

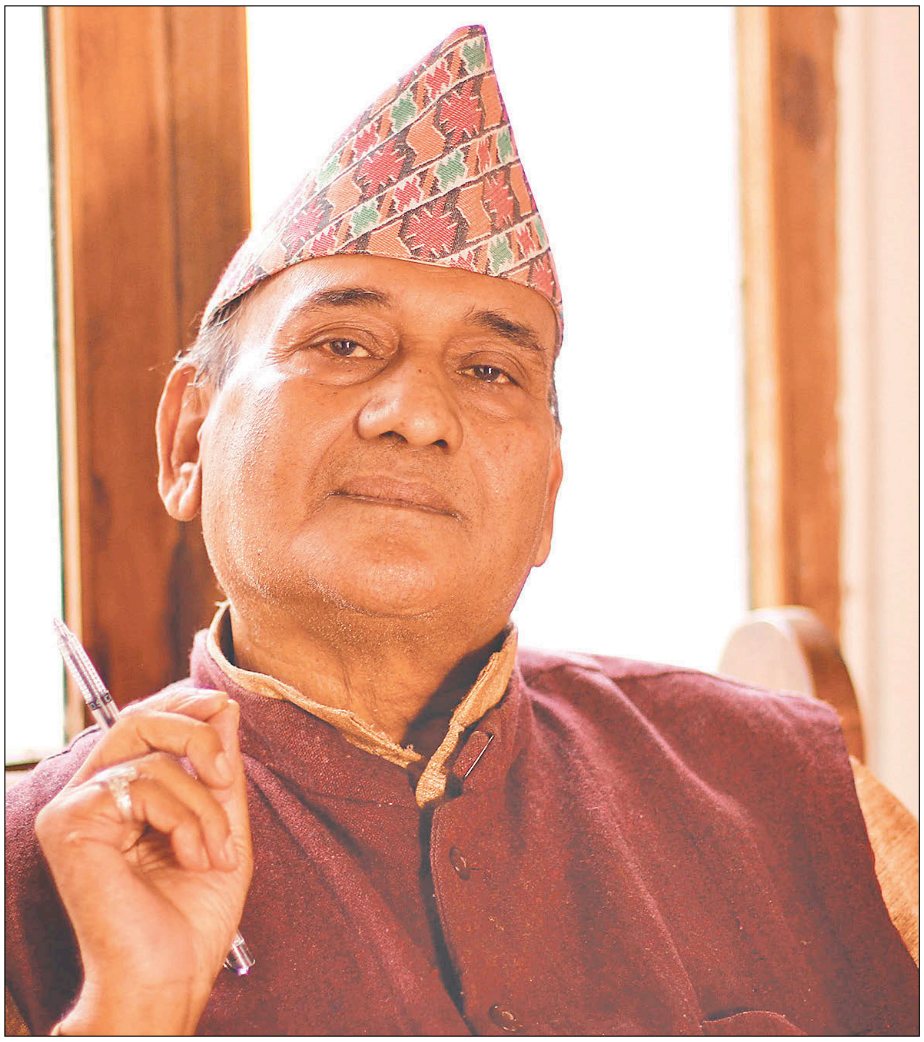
यो मेलामा २ सयभन्दा बढी स्टल छन् जहाँ सम्पूर्ण दैनिक उपभोग्य खाद्यान्नदेखि लिएर लत्ता कपडा, जुत्ता, कृषि तथा हस्तकलाका समान एवं भाँडाकुँडाहरू एकै ठाउँमा सर्वसुलभ ढंगले प्राप्त गर्न सकिनुका साथै अटो मोबाइल, विभिन्न ब्रान्डका मोबाइल तथा अन्य इलोक्ट्रोनिक्स सामानहरूसमेत उपलब्ध छन् । मेलामा दिनहुँजसो राष्ट्रिय तथा स्थानीय कलाकारले आ-आफ्नो कला प्रदर्शन गरिरहेका छन् ।

यात्रा सन्दर्भ

रंगीला साहित्यकार राजेन्द्र



किशोर नेपाल



राजेन्द्र विमल
ठेगाना : देवी चोक, जनकपुरधाम
पेसा : प्राध्यापन

राजेन्द्र विमल एउटा नाम मात्र होइन। देशको सशक्त अभिव्यक्ति हो। एउटा बौद्धिक। प्राज्ञ। कवि। कथाकार। अनुवादक। शिक्षक। पति। पिता। हजुरबुवा...

राजेन्द्र विमल कक्षामा पढाइरहेका छन् र कतै पात मात्र हल्लिएर आवाज आओस्। त्यो असम्भव कुरा हुन्थ्यो। यो त्यो जमानाको कुरा हो जब राजेन्द्र उमेरको परिपक्व क्षेत्रमा प्रवेश गरेका थिएनन्। कक्षामा उनी जब लेक्चर दिइरहेका हुन्थे, त्यो लेक्चर सुन्न आतुर युवावर्ग झ्याल, ढोकाका चौकोसमा अडेस लागेर उभिन्थे। स्तब्ध। यस्तो लाग्थ्यो, कक्षामा कुनै प्राध्यापक होइन, कोही सद्‌गुरु जीवनका अनमोल रहस्यहरूको गुत्थी सुल्झाउन युवावर्गलाई मद्दत गर्दैछन्। उनको त्यो धाराप्रवाह शैली अहिले पनि कायम नै छ।

'उतिबेला कसरी लोकप्रिय शिक्षक बन्ने ? भन्ने प्रश्न दिमागमा आइराख्थ्यो। भाषा बोधगम्य भयो भने मानिसले कुरा बुझ्छन् र मन पराउँछन्। मन पराए। पछ्याए। मलाई सुने।' राजेन्द्रको अनुहारमा गर्वको ताप देखिन्छ। उनको दृढता। उनको आत्मसम्मान।

यसपटक बल्ल बल्ल मेरो उनीसँग भेट भयो। हामी दुवै पर्‍यौं विन्दास जातिका मनुष्य। हाम्रो भेट लामो विछोडपछिको मिलन जस्तो भयो। हामी दुवै एक-अर्कालाई देखेर रमायौं। उमेरको एक हद नाघेपछि मानिस कचकचे हुन्छ। धेरै गनगन गर्छ। उसका लागि सकसको कुरा हुन्छ समय बिताउनु, तर सरी, राजेन्द्रले उमेरको हद नाघेका छैनन्। शरीरमा पनि त्यस्तो कुनै परिवर्तन छैन। उनी मज्जाले बिताउँछन् आफ्नो समय। पढ्छन्। लेख्छन् र रमाउँछन्। अहिले उनी 'पागल बस्ती' को हिन्दी अनुवादमा लागेका छन्। साथी सरुभक्तले आग्रह गरे। राजेन्द्रले उक्त आग्रह टार्न सकेनन्।

अनि प्रकाशन कम्पनी साङ्ग्रिलाका स्वत्वाधिकारी मनी शर्माको अनुरोधमा उनी आफ्नै बारेमा पुस्तक लेख्दैछन्। आफूलाई 'डिसअर्गनाइज' बताउँछन्, तर विचारको मामिलामा छन् एकदमै संगठित। उनी आफनो बाल्यकाल, विवाह, जीवनदृष्टि र देशको राजनैतिक अवस्थाका बारेमा आफ्ना दृष्टिकोण समावेश गर्दैछन् पुस्तकमा। विमल भन्छन्– मुख्य कुरा हो विचार। मेरो जीवनी मात्र त किन पढ्नु र ?

'जीवनलाई खण्ड-खण्डमा बुझ्न सकिँदैन,' राजेन्द्रको धारणा छ, 'यद्यपि हाम्रो जमानाको मज्जा अलराउन्डर हुनुमा थियो। मैले केही 'त्यस्तो' लेख्न सकेको छु जस्तो त लाग्दैन, तर मनले पनि लेखेको छैन त भन्दैन।'

राजेन्द्रले 'मिथिला गौरव' नाममा एउटा बृहत् ग्रन्थ तयार पारेका छन्। संस्कृत विश्वविद्यालयले प्रकाशित गरेको उक्त पुस्तक उनी आफैंले पनि देख्न पाएका छैनन्।

जीवन कतिबेला रमाइलो छ। कतिबेला धोकाजस्तो। धोका त्यस्तो बेला जब आफूलाई मन पर्ने कुनै पनि आहारमा विहार गर्न पाइँदैन। दही वर्जित। माछा-मासु वर्जित। पिज्जा वर्जित। अब के बाँकी रह्यो त खाने ? राजेन्द्र प्रश्न गर्छन्। रंगीला राजेन्द्रलाई म मनमनै जवाफ दिन्छु : काठमाडौं आएका बेला भेटौं अनि जाउँला कोतेत्सु रेस्टुराँमा मन फुकाएर सालमोन खान अथवा जाउँला फायर एण्ड आइस पिज्जा खान।

भाषाका बारेमा राजेन्द्रका विचार स्पष्ट छन्। भन्छन्- नेपाली भाषा लिंगुआ फ्रांका हो नेपालको। यो कुनै जातको भाषा नभएर साझा भाषा हो, तर मानिसहरूले यो कुरा बुझ्न सकेका छैनन। पिंडारी चोकमा स्थापित महाकवि देवकोटाको सालिक तोड्नेहरूले मैथिली भाषाको ऐतिहासिक महत्व पनि बुझेका छैनन्। मैथिलीमा साहित्यको सिर्जना हुन सकेको छैन। त्यत्रो इतिहास बोकेको भाषा अहिले टाउकाले टेकेर हिंड्दैछ। निगेटिभ प्रोभोकेसनले भाषाको विकास गर्दैन।

राजेन्द्रमा चिन्ता नभएका होइनन्। समस्या नभएका होइनन्, तर मस्त छन् उनी। मस्त रहन चाहन्छन्। जीवनको महत्व बुझेका छन् उनले।

प्रतिक्रिया

शृंखला खतिवडाको काम उदाहरणीय छ (कभर स्टोरी : सम्भावना देखाउँदै शृंखला)। उनी अन्य मिस नेपालभन्दा फरक काम गरेर त्यसको नमुना साबित भैसकेकी छिन्। मकवानपुरमा चेपाङ समुदायको भलाइका लागि उनले थालनी गरेको काम साँच्चिकै नमुना छ। पिछडिएको चेपाङ समुदायजस्तै विपन्न र गरिब नेपालीहरूका लागि उनले थप योजना ल्याउनु जरुरी छ। उनको काममा साथ दिनेहरूको कुनै कमी हुनेछैन।

ज्योति शाह

मिस नेपाल वर्ल्ड-२०१८ की विजेता शृंखला खतिवडामाथि बनेको भिडियो हेरें (कभर स्टोरी : सम्भावना देखाउँदै शृंखला) एकदम खुलेर प्रस्तुत हुनुभएको छ। तपाईमा बाहिरी सुन्दरता मात्र होइन, भित्री बौद्धिकता पनि छ। तपाईमा प्रतिभासँगै राम्रो सम्भावना छ। एकदमै जिम्मेवार रूपमा प्रस्तुत भएको देख्दा खुसी लागेको छ।

डेभिड सापकोटा, तपेन्द्र रोकाया, प्रियंका भण्डारी, आर्यन ढकाल

मिस्टर युनिभर्सल एम्बेसडर-२०१८ मा सहभागी हुन लागेका सुसन महर्जनलाई अग्रिम शुभकामना (मिस्टर युनिभर्सल एम्बेसडर)। ठूलो प्रतिस्पर्धामा भाग लिंदै हुनुहुन्छ, आफ्नो बलियो उपस्थिति देखाउनुहोला।

शीतल घिमिरे

मिस नेपाल शृंखला खतिवडाले देखेको सपना तमाम नेपालीहरूको सपना हो (कभर स्टोरी : सम्भावना देखाउँदै शृंखला)। सबै नेपालीले उनको सपना पूरा गर्न पक्कै साथ दिनेछन्।

डेभिड गुरुङ, विनोद खड्का, जयराम सापकोटा

सामाजिक सञ्जालमा फरक देखिनकै लागि पनि अनेक प्रचलन बढ्दो छ (फरक देखिने लहड)। चर्चाका लागि जे पनि गर्नुभन्दा आफूमा भएको प्रतिभा, क्षमता देखाएर पाएको चर्चा दिगो हुन्छ। क्षणिक चर्चा र नामका लागि गरिएको काम सस्तो लोकप्रियताबाहेक अरू केही होइन।

विक्रम बुढाथोकी

सपना त धेरैले देख्छन्, तर त्यसलाई पूरा गर्न मेहनत भने कमैले मात्र गर्छन् (मुक्त आकाश : दिउँसै सपना देख्नेहरू)। सपना यस्तो होस्, जुन पूरा गर्न निद्रा, लोभ, मोह आदि त्याग्नु परोस्। सपना देख्न भने छाड्नु हुँदैन। आफ्ना सपना पूरा गरेर देखाउन त्याग-तपस्या गर्न तयार हुनुपर्छ।

सुरज मानन्धर

अभिनेत्री निरुता सिंह फेरि नेपाली चलचित्रमा फर्कने कुराले खुसी तुल्यायो (अन्तरवार्ता : म कसैको पर्खाइमै छु)। सबै खालका चलचित्रमा सुहाउँदो भूमिका निर्वाह गर्ने निरुताले विगतका चलचित्रमा जस्तै बुलन्द अभिनय गर्नेछिन् भन्ने आशा छ।

विजय बस्नेत

न्युजिल्यान्डको पढाइका बारेमा धेरथोर जानकारी मिल्यो (नयाँ र सुरक्षित गन्तव्य न्युजिल्यान्ड)। न्युजिल्याण्डमै बसेर पढिरहेका विद्यार्थीहरूको अनुभव तथा लेख पढ्न पाए थप प्रभावकारी हुने थियो।

लक्ष्मी खनाल

यो सामग्री उपयोगी लाग्यो (साइन्स एन्ड टेक्नो : फेक एकाउन्ट पत्ता लगाउन)। धेरैजसो मानिस फेक एकाउन्टका कारण समस्या भोगिरहेका छन्। खासगरी सेलिब्रिटीहरू यो समस्याबाट पीडित छन्। यो रिपोर्टमा उल्लेख गरिएअनुसार चल्ने हो भने फेक एकाउन्ट बन्द हुनेछन्।

विशाल चालिसे

द भ्वाइस अफ नेपालजस्ता कार्यक्रम हाम्रो देशका लागि अत्यन्त जरुरी छ (संगीत : द भ्वाइस अफ नेपालको कोचका अनुभव)। यसले गीत-संगीतको प्रवर्द्धनमा सघाउ त पुर्‍याएकै छ, अर्कातिर नयाँ-नयाँ प्रतिभाहरूलाई अवसर प्रदान गर्न पनि उत्तिकै मद्दत पुगेको छ। यो अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको कार्यक्रमले निरन्तरता पाओस्।

भारती अधिकारी

नेता बन्ने लहडमा नेपालगन्जमा बम राखिएको कुराले दुःखी बनायो (अपराध : नेता बन्ने लहडमा बम)। हाम्रो समाज कता जाँदैछ भन्ने कुरा सोच्न बाध्य भइयो। बढीभन्दा बढीलाई रोजगारी दिने हो भने यस्ता खालका समस्या आफैं निर्मूल हुनेछन्।

लक्ष्मी मल्ल

जाडोका टिप्स उपयोगी लाग्यो (जाडो महिनामा देखिने प्रमुख रोग)। यसैगरी जाडोयाममा लाग्ने रोग तथा त्यसका समाधानका बारेमा पढ्न पाए हुन्थ्यो।

हेमभक्त जोशी

मिस्टर एन्ड मिस राजवंशीको उपाधि पाएकोमा सुष्मा राजवंशीलाई बधाई (मिस्टर एन्ड मिस राजवंशी)। पिछडिएको राजवंशी समुदायमा केही उदाहरणीय काम गर्न सक्नुहोस्-शुभकामना।

कपिल उप्रेती

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

तस्बिर : नवराज बाम्ले

■ सीताराम हाछेथू

राम्रो प्रहरी हुनुअघि राम्रो मान्छे बन्नुपर्छ

सीताराम हाछेथू काठमाडौंका सेलिब्रेटी ट्राफिक प्रहरी मानिन्छन् । हालै उनले ३० वर्षे सेवा अवधिका कारण इन्स्पेक्टर पदबाट अवकाश प्राप्त गरे । ट्राफिकमै २९ वर्ष बिताउने उनी सम्भवत: एक्ला प्रहरी हुन् । २४ जना ट्राफिक इन्चार्जसँग काम गर्ने अवसर पाएका हाछेथूले काठमाडौं उपत्यकाका सडकमा मात्र २६ वर्ष बिताए । यस अवधिमा नयाँ र राम्रा कामका कारण सेलिब्रेटी ट्राफिकको छवि बनाएका हाछेथू अन्य व्यक्तिभन्दा फरक छन् । हाछेथूले सञ्चारमाध्यममा आफ्ना बारेमा प्रकाशित समाचार तथा लेख संकलन गरेर पुस्तक नै प्रकाशित गरेका छन् । विभिन्न व्यवसायी, सामाजिक संस्था तथा जनसहयोगमा उनले आफ्नो सेवा अवधिमा ४ वटा ट्राफिक भवन निर्माण गर्नुका साथै ड्राइभरदेखि सिपाहीसम्म आफूभन्दा तलका सबैलाई तपाईं भनेर सम्मान गर्दा कोही सानो नहुने उदाहरण प्रस्तुत गरे । उनले आफ्नो सेवाअवधिमा वर्षमा दुई दिन (बिस्केट जात्रामा) मात्र बिदा लिए भने सेवा अवधिभर कहिल्यै बिरामी भएनन् । हरेक विहान साढे ६ बजे ट्राफिक व्यवस्थापनमा खटिने हाछेथू राति साढे ९ बजे मात्र युनिफर्म खोल्थे । घर जाँदा होस् वा ससुरालीमा टीका थाप्न जाँदा उनी युनिफर्ममै देखिन्थे । अवकाश प्राप्त गरेपछि सबैभन्दा पहिले उनले साधारण पहिरन सिलाए अनि सामान्य जुत्ता लगाए । उनलाई यो कामले अनौठो अनुभूति दिलायो । अवकाश प्राप्त गरेपछि हाछेथुसँग साप्ताहिकले गरेको कुराकानी :

ट्राफिकमा कहाँ–कहाँ बस्नुभयो ?

नेपालमा २९ वर्ष लगातार ट्राफिकमा बस्ने म एक्लो व्यक्ति हुँ । २ वर्षबाहेक सबै समय काठमाडौं उपत्यकाको ट्राफिकमै बिताएँ । भक्तपुर ४ वर्ष, कोटेश्वर ६ वर्ष, गौशाला ३ वर्ष, दरबारमार्ग ५ वर्ष, कालिमाटी ४ वर्ष तथा सातदोबाटो ४ वर्ष बसें ।

यति लामो अवधि ट्राफिकमा बिताउनुभयो । अरुतिर जान मन लागेन ?

मलाई सिभिल प्रहरीमा जान मन लागेन, किनभने सिभिल प्रहरीमा सिट्ठी बजाउँदा खतरा हुने रहेछ । सिट्ठी हानेपछि कि लाठीचार्ज गर्नुपर्‍यो कि गोली चलाउनुपर्‍यो, तर ट्राफिकको सिट्ठीले सबैलाई समयमा घर पुर्‍याउने काम गर्छ ।

भनेपछि सिट्ठीसँग तपाईंको लभ पर्‍यो ?

एकदम सही । सिट्ठीले चाँडै घर पुर्‍याउने र कतिपय मानिसको ज्यान बचाउने कुराले मलाई तान्यो । आज अवकाश पाएको तीन दिन भएको छ, अहिले पनि म सपनामा सिट्ठी बजाउँछु ।

२९ वर्षको ट्राफिक प्रहरी जीवनमा तपाईंका अविस्मरणीय क्षण ?

२०५४ सालमा कालिमाटी ट्राफिकमा सईका रुपमा इन्चार्ज भएर गएको थिएँ । म त्यहाँ जाँदा एसपी ज्ञानविक्रम महत हुनुहुन्थ्यो । कालीमाटीको बाटोमा गाडी हिड्न नसक्ने गरी सडकमै तरकारी राखिएको हुन्थ्यो । म तरकारी हटाउन थालें, धादिङकी एउटी तरकारी बेच्ने बूढी आमाले मेरो टाई तानिदिइन्, घाँटी कस्सियो । बल्लतल्ल छुटाएर मैले एसपीसा'पलाई म कालिमाटीमा बस्दिनँ भनेर फोन गरे । त्यहाँ गएको चार दिन मात्र भएको थियो, त्यसैले उहाँले किन नबस्ने भनेर सोध्नुभयो । मैले सवारी दुर्घटना हुने गरी सडकमै तरकारी राखिएको छ, हटाउँदा टाइ तानियो सर भने । कसले तान्यो भनेर सोध्नुभयो । मैले २ किलो गोलभेडा बेचिरहेकी बूढी आमैले भने । उहाँले २ किलो गोलभेंडा लिएर सडकमा बसेको मान्छेलाई हप्काएर हुँदैन, कारण देखाएर हटाउनुपर्छ भनेर सम्झाएपछि म रोकिए । त्यसपछि मैले बाटोमा सामान बेच्दा दुर्घटना हुन्छ भनेर पर्चा छपाए, त्यसमा एउटा दुर्घटनाको तस्बिर पनि राखिदिए । त्यसको तीन दिनपछि तरकारी पसल सडकबाट पेटीमा सर्‍यो । डर देखाएर होइन, सम्झाएपछि काम हुँदो रहेछ भन्ने कुरा उक्त घटनाबाट सिकें । त्यहींबाट मैले पुरस्कार पाउन थालें, सर्वसाधारण तथा व्यवसायीहरूले नै मेरो नागरिक अभिनन्दन गर्न थाले ।

नेपाली चालकहरूको स्वभाव कस्तो छ ?

एउटा रमाइलो घटना छ, टेकुमा मैले एक जनालाई रोकें । तपाईंले यहाँ यसरी किन चलाउनुभएको भनेर सोधे । उहाँ तपाई मलाई यसरी हेप्ने भनेर जगिनुभयो । 'तपाई भनेर किन हेपेको मलाई ?' पो भन्छन् त ? ट्राफिक प्रहरीले ड्राइभरलाई मुख छाड्ने, गाली गर्ने त्यो जमानामा तपाई भनेको नै पो नराम्रो भएछ । पहिले-पहिले ट्राफिक प्रहरीको बोली खराब थियो । चालकलाई तिमी, तँ नभनेकै कारणले पछि धेरैले मलाई मन पराए । अचम्मको कुरा जथाभावी यात्रु हुल्ने र झार्ने क्रम चलिरहेकै छ, १५ रुपैयाँका लागि ५ सय जरिवाना तिर्न तयार हुने चालक पनि देखेको छु । पहिलेको तुलनामा अहिले चालकहरू गल्ती गरेपछि भाग्छन् ।

कतिपय ड्राइभरले सवारी साधन ब्याक गरेर मान्छे मार्छन् भनिन्छ नि ?

२९ वर्षको करिअरमा मैले कुनै चालकले ब्याक गरेर मान्छे मारेको देखेको छैन । ड्राइभिङका क्रममा हाँस, मुसा, कमिलाहरूलाई त हामी बचाउन प्रयास गर्छौं भने मान्छे त मान्छे हो नि । दुर्घटना त दुर्घटना हो । दुर्घटना भयो भने मान्छे आत्तिने रहेछ, दिमागले काम नगर्ने रहेछ । सडकमा मैले धेरै अनुभव गरे, दुर्घटना भएपछि चालकको हंस उड्दो रहेछ । मान्छे हान्यो- मान्छे हान्यो भनेपछि ड्राइभरले म गएँ, म सिद्धिएँ भन्ने मान्दो रहेछ, उसले भाग्नलाई अगाडि गेयर हान्न खोज्दा कहिलेकाहीं ब्याक गेयर पर्दो रहेछ । अहिले त ब्याक गरेर मार्नुको अर्थ नै छैन, ५ लाख क्षतिपूर्ति, औषधी खर्च सबै बिमाले दिन्छ । त्यसबाहेक केही गरी बढी खर्च भयो भने समितिले बेहोर्छ ।

झन्डै तीन दशकको समय सेलिब्रेटीको जीवन बिताउनुभयो । सेलिब्रेटी छवि कसरी बनाउनुभयो ?

२०५९ सालमा कोटेश्वरको इन्चार्ज हुँदा 'जहाँ जाम त्यहाँ सीताराम' शीर्षकको समाचार प्रकाशित भयो । उक्त समाचार पढेर धेरैतिरबाट फोन आउन थाले । त्यसपछि मैले उक्त समाचार लेख्ने पत्रकारसंग सोधे, सधैं यसरी नै समाचारमा आइरहन के गर्नुपर्छ ? उहाँले भन्नुभयो, 'नयाँ काम, राम्रो काम' त्यति भएपछि पत्रपत्रिका आफैं तपाईंलाई खोज्दै आइहाल्छन् । त्यो प्रतिउत्तरले मलाई ट्राफिकमा नयाँ र राम्रो काम गर्न प्रेरित गर्‍यो । अरूले नगरेको राम्रो काम र जनतालाई राम्रो हुने काम के हो ? म त्यही-त्यही गर्न थालें । भोजभतेर र पार्टीतिर पनि कहिल्यै गइनँ । छोरीको विवाहमा त मैले एक दिन मात्र बिदा लिएँ । प्रहरीका कसैलाई बोलाइनँ ।

सेलिब्रेटी हुन त्यसबाहेक अरू के चाहिंदो रहेछ ?

राम्रो प्रहरी हुनु पहिले राम्रो मान्छे हुनुपर्छ । व्यवहार एवं काम कारवाहीमा राम्रो हुनुपर्छ, जनतालाई नचाहिने सबै काम बन्द गर्ने राम्रो मान्छे । दिइएका सबै जिम्मेवारी पूरा गर्ने । नम्र व्यवहार गर्ने, पैसा नखाने, कसैप्रति पक्षपात नगर्ने, न्यान दिने, गल्तीमा कसैलाई पनि नछाड्ने, जाम हटाउने, गाडी बिग्रियो भने ठेलेर साइड लगाउने, जाम कम गर्ने उपायहरू खोज्ने, जनचेतना जगाउने जस्ता प्रहरीबाट आम नागरिकले गर्ने अपेक्षा पूरा गर्न सकियो भने प्रहरी आफैं सेलिब्रेटी हुने रहेछ ।

ट्राफिकमा यो मापसे चाहिं कसरी भित्रिएको हो ?

म जापानमा हुने एक महिने तालिमका लागि छानिएर त्यहाँ पुगेको थिएँ । जापान मै भएका बेला गणेश शाहीले फोन गर्नुभएको थियो, उहाँले– हाछेथू, जापानबाट नयाँ कुरा लिएर आऊ, लागू गर्नुपर्छ भन्नुभयो । जापानमा मापसे गरेको मानिसले ड्राइभ गरेको छ भने त्यसको पछाडि बस्नेलाई समेत कारवाही हुँदो रहेछ । उनीहरूको तर्क के रहेछ भने थाहा हुँदाहुँदै तपाईं रक्सी पिएको मानिसले चलाएको सवारी साधनमा किन चढेको ? त्यतिबेला मैले जापानबाट फर्कदा नेपालमा पनि मापसे लागू गर्न पाए हुन्थ्यो

पृष्ठ ७ मा

करिअर

साल्साबाट राम्रो आम्दानी गर्न सकिन्छ

०५८ मा रामेछापको रामपुरबाट काठमाडौं आएका योगेशराज श्रेष्ठ साल्सा डान्सका प्रशिक्षक हुन् । नेपालमा मात्र होइन, उनी नेपालबाहिर पनि साल्सा डान्स सिकाउँछन् । नेपालमा तीनवटा साल्सा डान्स सिकाउने इन्स्टिच्युट छन्- साल्सा डान्स एकेडेमी, द डान्स फ्लोर तथा फोर्ट साल्सा स्टुडियो । योगेशराजले सन् २०१६ मा खोलेको फोर्ट साल्सा स्टुडियोबाट हालसम्म २ सय ५० जनाभन्दा बढीले साल्सा डान्स कोर्स पूरा गरिसकेका छन् । सुरुमा सिंगापुर, न्युजिल्यान्डबाट प्रशिक्षक झिकाएर काठमाडौं वर्कसप चलाएका थिए । हालै मात्र उनले काठमाडौंमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको साल्सा फेस्टिभल पनि सम्पन्न गरे, जसमा मलेसिया तथा क्यानाडाका प्रशिक्षकलाई काठमाडौं निम्त्याइएको थियो । नेपालमा साल्साको सम्भावना, अवसर र चुनौतीका सम्बन्धमा योगेशराजसँग नरेन्द्र रौलेको कुराकानी :

तपाईंमा साल्साप्रतिको प्रेम कसरी पलायो ?

म विदेशी टिभी, चलचित्र हेरेर साल्साप्रति आकर्षित भएँ । म सानैदेखी नाच्न खोज्थें, तर आउँदैनथ्यो । एसएलसी सकेपछि एक दिन पत्रिकामा एउटा विज्ञापन देखें । १२ वर्षअघिको कुरा हो । उक्त विज्ञापनमा साल्सा डान्सको तालिम हुँदैछ भन्ने जानकारी थियो । त्यसमा भारतबाट प्रशिक्षक आएर सिकाउने कुरा उल्लेख थियो । मैले उक्त कक्षामा भर्ना हुने अवसर त पाइनँ, तर कहाँ सिकाइन्छ भन्ने थाहा भयो । पछि मैले साल्सा डान्स एकेडेमीमा तीन वर्ष कोर्स गरें ।

> एक घण्टाको ८ सयदेखि १ हजार ५ सय रुपैयाँ आम्दानी हुन्छ । प्रशिक्षकको चाहिँ २ हजार ५ सय रुपैयाँ हुन्छ । एउटा इभेन्टकै जिम्मा लिदा १५ हजारदेखि २५ हजार रुपैंयाँमा डिल हुन्छ ।

खासमा साल्सा डान्स के हो ?

यो एक प्रकारको नाच हो, जसमार्फत समाजमा घुलमिल हुन सकिन्छ । नयाँ ठाउँ, नयाँ परिवेश तथा नयाँ देशमा गएर अपरिचित मानिसहरूसँग साल्सामार्फत चिनजान, घुलमिल हुन सकिन्छ । यो त्यसका लागि सजिलो बाटो हो ।

त्यो कसरी सम्भव छ ?

हरेक देशमा अचेल साल्सा पार्टी आयोजित भैरहेका हुन्छन् । कतै न कतै कुनै इभेन्ट पनि भैरहेकै हुन्छ । त्यहाँ साल्सामा रुचि भएका मानिसहरू आउँछन् । त्यहाँ गएर नाच्न सकिन्छ । अरू नाचेको हेर्न सकिन्छ । नेपालमै पनि अचेल महिनामा १० वटा जति इभेन्ट आयोजित हुन्छन्, जहाँ विभिन्न देशका नागरिक भेला हुन्छन् । यस्ता इभेन्ट सबैका लागि खुल्ला हुन्छन् जहाँ जो पनि आएर एक-अर्कासँग चिनजान गर्न सक्छन्, सिक्न सक्छन्, साथी बनाउन सक्छन् ।

साल्साको कोर्स गर्न कति समय लाग्छ ?

राम्रो स्तरको साल्सा प्रशिक्षक बन्न तीन वर्ष पनि कम समय हो । साधारण तरिकाले सिक्छु, राम्रो शिक्षक बन्छु भन्दा त्यति समय पनि लाग्दैन, सिक्ने क्रम त जीवनभर चलिरहन्छ ।

साल्सा डान्स सिकेर प्रशिक्षक बन्नुभयो । त्यसको पछाडिको संघर्ष सुनौं न ।

सन् २०११ मा साल्सा फेस्टिभल भयो । म त्यसमा सक्रिय रूपमा सहभागी भएँ । त्यो फेस्टिभल दुई दिन चल्यो । त्यतिबेला नेपालमा यस्तो फेस्टिभल मनाउने चलन थिएन । त्यही समयमा भारतीय प्रशिक्षक विनित नायडुसँग मेरो परिचय भयो । एक महिना उनी यतै बस्ने भएकाले मैले उनीसँग साल्सा सिकें । विनितसँगको चिनजानले मलाई दिल्लीसम्म पुऱ्यायो । त्यहाँ साल्सा डान्सको फेस्टिभल आयोजित गरिएको थियो । कोलकाता पुग्ने अवसर पाउँदा अझ बढी सिक्न पाइयो, जसले गर्दा नेपाल फर्केर साल्सान्डो नेपालमा आबद्ध भएर प्रशिक्षकका रुपमा साल्सा सिकाउन थालें ।

साल्सा प्रशिक्षकका रूपमा थुप्रै देश पुग्नुभयो । कसरी त्यहाँसम्मको यात्रा तय भयो ?

सुरुमा थाइल्यान्ड जाने अवसर मिल्यो । त्यसपछि साल्सा डान्स फेस्टिभलका लागि टर्कीको इस्तानबुल पुगियो । यस्ता फेस्टिभलमा भाग लिँदा बनेको सम्बन्ध, सम्पर्कले नै मलाई साल्सा प्रशिक्षक बनायो । साल्सा डान्स सिकाउन म जापानसमेत पुगें । त्यसपछि बाटाहरू खुल्दै गए । मलेसिया, सिंगापुर तथा इन्डोनेसियामा पनि प्रशिक्षकका रूपमा काम गर्न पाइयो ।

सबैभन्दा सम्झिनलायक क्षण कहाँको रह्यो ?

जापान र सिंगापुरको । दुवै देशका इमिग्रेसनमा मलाई रोकियो । नेपालमा पनि ल्याटिन डान्स सिकाउने मान्छे र ? भनेर सोधे, केरकार गरे । पछि आयोजकहरू मलाई लिन आफैं आइपुगे । सिंगापुरका प्रहरी अधिकृत पनि साल्सा प्रशिक्षक रहेछन्, उनले मलाई चिने, त्यही कारणले मलाई सजिलो भयो ।

साल्सामा नेपालीहरूको क्रेज कत्तिको छ ?

क्रेज बढिरहेको छ । मैले सुरु गर्दा साल्सान्डोमा तीन जनाले सिकिरहेका थिए । त्यतिबेला थोरै मानिस थिए । म दाइ र बहिनीलाई लिएर जान्थें । अहिले ५०-५५ जनाले सिकिरहेका छन् । साल्सामा २२ देखि ३० वर्षका युवाको रुचि बढी पाइन्छ ।

साल्सामा के-कस्ता सम्भावना छन् ?

करिअरका हिसाबले राम्रो भएर गयो भने अन्तर्राष्ट्रिय प्रशिक्षक बन्न सकिन्छ । राम्रो प्रशिक्षक बन्छु, सिकाउँछु भन्ने हो भने ठाउँ छ । आफू राम्रो डान्सर भयो भने कर्पोरेट हाउसहरूले आयोजना गर्ने इभेन्टहरूमा शो गरेर पनि आय आर्जन गर्न सकिन्छ । अहिले साल्सा डान्स गर्नेहरूको ठूलो माग छ भने कमाइ पनि निकै राम्रो छ ।

नेपालमा साल्सा सिकाउने इन्स्टिच्युट थोरै छन् । किन यसको संख्या अझै कम भएको होला ?

नेपालमा साल्सा प्रचलनमा आएको १४ वर्षजति भयो । राम्रो प्रशिक्षक बन्न, सिक्न समय लाग्छ । सिकाउनका लागि पनि दक्ष जनशक्ति चाहियो । साल्सा सिक्न केही महँगो छ । त्यसमाथि समाजको सोच बेग्लै छ । पश्चिमेली संस्कृति भएकाले पहिल्यै डान्स क्षेत्रमा अवसर थिएनन् । अहिले रियालिटी शो, बिभिन्न इभेन्टहरू हुन थाले । सरकारी निकायबाट यो नेपाली संस्कृति होईन भनेर टारिन्छ । सरकारी स्तरबाट सहयोग भएन भने अघि बढ्न गाऱ्हो हुन्छ ।

साल्सा डान्सरको कमाइ कस्तो हुन्छ ?

अरुको कार्यक्रममा जाँदा एक घण्टाको ८ सयदेखि १ हजार ५ सय रुपैयाँ आम्दानी हुन्छ । प्रशिक्षकको चाहिँ २ हजार ५ सय रुपैयाँ हुन्छ । एउटा इभेन्टकै जिम्मा लिदा १५ हजारदेखि २५ हजार रुपैंयाँमा डिल हुन्छ । समग्रमा यो राम्रो आम्दानी हो ।

तपाई साल्सामा लाग्न कसबाट प्रेरित हुनुभएको हो ?

रोनाल्ड र एल्बा, त्यसैगरी डेनियल र डेजायरबाट । यीसँगै जोडिएका नाम साल्सा डान्स पार्टनर हुन् ।

तपाईंले काठमाडौंमा साल्सा फेस्टिभल सम्पन्न गर्नुभयो । यसको खास उद्देश्य के थियो ?

नेपालको पर्यटनमा यसले केही टेवा देओस् भन्ने हो । मलेसियाबाट काल्निस र क्यानाडाबाट गुप्चनजस्ता नामी साल्सा प्रशिक्षकलाई काठमाडौं ल्याउन सफल भए । उनीहरूलाई यहाँ ल्याउन झन्डै एक वर्ष मेहनत गर्नुपरेको थियो । दुई दिन चलेको उक्त फेस्टिभलमा चीन, क्यानाडा, अमेरिका, जर्मनी, फ्रान्स तथा स्वीजरल्यान्डबाट समेत सहभागिता थियो ।

युरोप, अमेरिकातिर साल्सा डान्सको अवस्था कस्तो छ ?

त्यहाँ स्कुल, कलेजदेखि नै यही बाटोमा लाग्छन् । साल्सा सिकाउने शिक्षकहरू छन् । त्यही क्षेत्रमा निखारिएर जाने सम्भावना हुन्छ । बजार र यसको क्षेत्र पनि फराकिलो हुन्छ ।

आफ्नो पेसाप्रति सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?

म एकदमै खुसी छु । भविष्यमा यसको बजार ठूलो हुन्छ भन्ने लागेको छ ।

राम्रो प्रहरी हुनुअघि ...

पृष्ठ ५ बाट

भन्ने सोचें। पछि लामो गृहकार्यपश्चात् नेपालमा पनि मापसे लागू भयो।

मदिराप्रेमी युवतीहरू कत्तिको फेला परे ?

दरबारमार्गमा बस्दा सरदर दिनको नौ जना मापसे गरेका युवती भेट्थ्यौ। सुरु-सुरुमा मापसे जाँच्ने मेसिन थिएन त्यसैले साह्रै अप्ठ्यारो भयो। बेलुका ९-१० बजेपछि अलि हाइफाई भएर निस्कने कोही पनि नपिएका हुँदैनथे। त्यति बेलासम्म काठमाडौंमा केटीहरूले खुला रूपमा पिउने चलन सुरु भैसकेको थियो।

मापसे गरेकाहरूसँगका रमाइला क्षण पनि होलान् ?

मैले आफू मातहतका सबैलाइ भनेको थिएँ, कसैप्रति पनि नराम्रो व्यवहार नगर्नु। एक पटक के भयो भने एक जना सिपाहीले सर मेरो गाला समायो भन्नुभयो वाकीटकीमा। किन भनेर सोधे ? हा गर भन्दा गर्दिनँ, लाइसेन्स देऊ भन्दा पनि दिन्नँ भन्दै गाला समातिन्, तपाई आउनुपऱ्यो भन्नुभयो। म गएर बोल न बैनी भनेको बोल्दै बोलिनन् बोलेपछि थाहा पाउँछ भनेर मुन्टो मात्र हल्लाइरहिन्।

ट्राफिक जीवनका अन्य केही रमाइला घटना छन् कि ?

एकपटक त्यस्तै मापसे गरेकी युवतीलाई समाएर ल्याइएको थियो। लाइसेन्स लिएर चिट काट्ने बेला सम्म चुप्प लागिरहेकी युवतीले एक्कासि दौडँदै आएर लाइसेन्स खोसिन्। सबैले हल्ला गरे– लाइसेन्स खोसी, लाइसेन्स खोसी भनेर। मैले सोधें– किन लाइसेन्स खोसेको ? ती युवतीले भनिन्– मैले विवाह गर्नु पर्दैन ? म छक्क परें, राति १० वजे विवाह गर्नुपर्ने ? विवाह र लाइसेन्सको के सम्बन्ध छ ? मैले सोधे। चिट काटेपछि भोलि तपाईंहरूले मलाई बग्गी खाना पठाउनुहुन्छ, लाइसेन्समा प्वाल पार्नुहुन्छ, भोलि विवाह गर्ने बेलामा जँड्याहा केटी भनेर मसँग कसैले विवाह गर्न मानेनन् भने त्यसको जिम्मेवार को हुन्छ ? अर्को त्यस्तै केस थियो, दुई युवती मापसे गरेर स्कुटरमा आएका थिए, मैले समाएर चौकीमा ल्याएँ। उनीहरूले लाइसेन्स राख्नुहोस्, स्कुटर लिएर जान्छौं भने। मापसे गरेका व्यक्तिलाई स्कुटर दिने कुरै भएन, मैले नै ट्याक्सी बोलाएर पठाइदिएँ। बाहिर पुगिसकेकी एउटी युवती फेरि आएर हामी मातेका छौं यो ट्याक्सीले घर पुऱ्याइदिन्छ भन्ने के ग्यारेन्टी ? भनिन्, म त झसंग भए। त्यसले मलाई एउटा पाठ सिकायो। साँच्चै हो, एक त तरुनी, त्यसमाथि मातेका अनि मैले त्यो ड्राइभरको लाइसेन्स नम्बर, ट्याक्सी नम्बर आदि लिएर उहाँहरूलाई घर पठाएँ। बाहिरबाट हेर्दा मापसे जाँच सहज जस्तो लाग्छ, तर मातेका मानिससँग डिल गर्नु भनेको अर्धवेहोस मानिससँग डिल गर्नु बराबर हो।

पावरवालाको कल कतिको आउँथ्यो ?

आउँदैनथ्यो, एकपटक स्यामसुङको नेपाली डिलर हाकिमले त्यतिबेलाका डिआइजी उपेन्द्रकान्त अर्यालको रिफरेन्स दिँदै मापसेमा परेका व्यक्तिको कागजात छोडीदिन फोन गर्नुभयो। मैले सरी सर कागजात हामीले राख्नुपर्छ। उहाँलाई कहाँ पुऱ्याउनुपर्ने हो, म सुरक्षित साथ पुऱ्याइदिन्छु भनेपछि फोन राख्नुभयो। पछि एउटा मिटिङमा उपेन्द्र सरले मसँग भन्नुभयो, मैले हुन्न भनेको, तिमीले पनि त्यही भन्छौ भन्ने मलाई थाहा थियो।

नेताहरूको दबाब कतिको आउँथ्यो ?

मलाई आउँदैनथ्यो। मैले नेता त के मेरो दाइ, मेरो छोरासम्मलाई छोडिनँ।

छोरालाई किन कार्बाही गर्नुभयो ?

मेरो छोराले लेन क्रस गरेछ, ट्राफिकले समाएछ। ट्राफिकले सर, हजुरको छोरा रहेछ के गरौं भने। मैले चिट काट्नु, क्लास लिन बाध्य पार भनें। भोलिपल्ट आफैं छोरालाई लिएर गएर क्लास लिन लगाए।

अरूबाट कत्तिको प्रेरणा पाउनुहुन्छ ?

आइजीपी सर्वेन्द्र खनालले पनि मेरो जोशको प्रशंशा गर्नुभयो। जनार्दन शर्मा गृहमन्त्री भएका बेला मसँग हात मिलाउन सातदोबाटो चोकमा गाडीबाट ओर्लिएर आउनुभयो। उहाँले ट्राफिक भनेको तपाईं जस्तै हुनुपर्छ, केही छ भने मलाई भन्नुहोस् भन्नुभयो। सातदोबाटोमा रहँदा एक वर्षमा मैले ट्राफिक कारबाही मार्फत १ करोड ८५ लाख रुपैयाँ राजस्व उठाएँ। यो आफैंमा एउटा रेकर्ड हो।

कमिसन कति पाउनुभयो ?

एकपटक मैले १ हजार २ सय रुपैयाँ बुझें, अर्को पटक ५ हजार रुपैयाँ बुझें। मैले बुझेको कमिसन त्यति नै हो। कमिसन हटाएको मलाई राम्रो लागेको छ।

आफैं कति पटक दुर्घटनामा पर्नुभयो ?

दुई पटक दुर्घटना भयो। म कालिमाटीमा छँदा गिरिजाप्रसाद कोइराला प्रधानमन्त्री हुनुहुन्थ्यो, सीतापाइलामा म नै उहाँको स्कर्टिङमा थिएँ। त्यतिबेला म सामान्य रूपमा लडें, खासै केही भएन। अर्को एकपटक कुलेश्वरमा स्पिडमा आएको मोटरसाइकलले मलाई हान्यो, चोटपटक केही लागेन। रोचक त के भने गिरिजाप्रसादले हाछेथूलाई के भयो भनेर हेर्न मान्छे नै पठाउनुभयो। उहाँले माया दर्साउनुभयो, मलाई प्रेरणा भयो।

तपाईंलाई खान–रमाउन मन लाग्दैन ?

किन नलाग्नु ? मेरो चाहिँ मन होइन र ? जाडोमा ह्विस्की, गर्मीमा बियर पिउन कसलाई मन नहोला र ? कतिपय युवतीले समेत अफर गर्थे, आउनुहोस् न भन्थे, तर मेरो र मेरो संस्थाको मर्यादा ठूलो कुरा हो भनेर म त्यस्तोमा लागिन।

तपाईंका कस्ता–कस्ता फ्यान थिए ?

ठ्याक्कै मितिचाहिँ बिर्सिएँ, महादेवस्थानमा गाडीबाट झर्ने क्रममा अगाडि स्कुटर ल्याएर एक युवतीले नमस्कार गरिन्। परैदेखि पछ्याउदै अटो लिन आएकी रहिछन्। कहाँ चिनेको भनेर सोधे। २०६३ सालमा गौशालामा चिनेको भनिन्। त्यही हुँदा मलाई मन पराएको रे अनि विवाह गरिसकेको भनेपछि आफैं साइड लागेको रे। चन्द्रनिगाहपुर बस्दा पनि तपाईं मन पर्नुहुन्छ भन्दै केही युवती आएका थिए।

तपाईं वर्षमा दुई दिनमात्र बिदा लिने, श्रीमतीलाई घुमाउन लानुभएन ?

जागिरे जीवन अवधिभर मैले श्रीमतीलाई चार ठाउँ मात्र घुमाउन लगें। उनी अहिले मौसम विभागमा उपसचिव छिन्। शुक्रबार बेलुका घर गएर शनिबार बसेर आइतबार काममा फर्किहाल्थें, बिदा नै लिइन मैले। सौराहमा एक दिन बसे, शुक्रबार गएर शनिबार फर्किहालें। त्यसबाहेक तातोपानी र पलान्चोक भगवती गएँ। छोराछोरीलाई कहिल्यै होमवर्क गराउन र स्कुल पुऱ्याउन सकिनँ। २०६१ सालमा परिवारका चारै जना पलान्चोक भगवती गयौं, छोराछोरीसँगै घुम्न गएको त्यो मेरो एक्लो घटना हो। मैले कहिल्यै उनीहरूलाई रेस्टुराँ लगिनँ। मेरा छोराछोरी दुवै इन्जिनियर छन्। छोराले पहिले पुल्चोकमा छात्रवृत्तिमा पढ्यो, अहिले एमई पढ्न पनि जापानको स्कलरसिप पाएको छ। मैले छोराछोरीलाई विदेश नपठाउने भनेको छु, ऊ पनि पढेर दुई वर्षभित्र नेपाल नै फर्किन्छ। श्रीमतीसँग अहिलेसम्म तीनवटा चलचित्र मात्र हेरेको छु, छक्का पन्जा, जबतक है जान र सन्जु।

श्रीमतीसँग कत्तिको झगडा हुन्थ्यो ?

मैले अहिलेसम्म श्रीमतीसँग झगडा गरेको छैन।

तपाईंको लभ म्यारिज हो ?

हो, मैले प्रेम विवाह गरेको हुँ।

मेरी श्रीमती बिएस्सी उत्तीर्ण, म आईए अनुत्तीर्ण। ससुराली जान पनि लाज लाग्थ्यो। मेरो काका लेक्चरर हुनुहुन्छ। उहाँले श्रीमती बिएस्सी उत्तीर्ण, तँचाहिँ एसएलसी पास मात्र भनेर जिस्क्याएपछि आईएको ब्याक लागेको एउटा विषयमा परीक्षा दिएँ। राम्रो हुनुपर्छ भन्ने ईख त्यहीँबाट बढ्यो।

कसरी पऱ्यो लभ ?

खै कसरी पऱ्यो भन्नु ? हेराइले नै माया लाग्दो रहेछ। प्रेममा परेको तीन महिनापछि मात्र मैले उनको हात छोएको थिएँ, त्यो पनि बसमा उभिएर यात्रा गर्ने क्रममा। म पछाडि थिए उनी अगाडि, बिस्तारै हात लगेर छोएको मात्र के थिएँ, उनले कर्के नजर लगाउँदा मेरो त सातै गयो।

सम्मान र पुरस्कारचाहिँ कति पाउनुभयो ?

मैले १ सय २९ वटा पुरस्कार पाए।

nari.ekantipur.com | narimagazine | @narimagazine

स्पेस स्टेसनको २० वर्ष

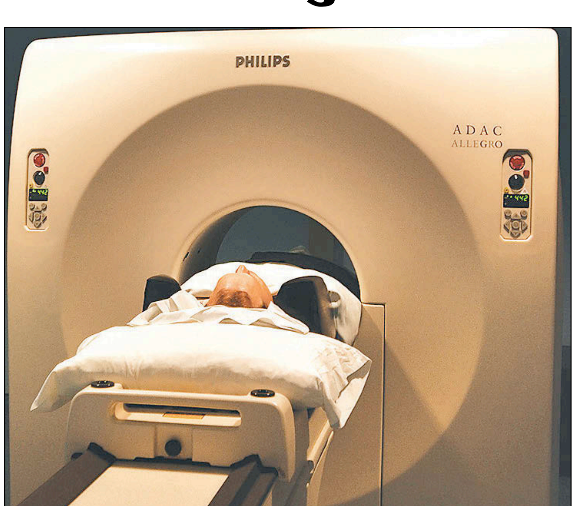
इन्टरनेसनल स्पेस स्टेसन (आईएसएस) अन्तरिक्षमा स्थापना भएको २० वर्ष पूरा भएको छ । उक्त स्टेसनलाई अमेरिकी अन्तरिक्ष एजेन्सी नासाले सन् १९९८ नोभेम्बर २० मा अन्तरिक्षमा पठाएको थियो । अन्तरिक्षलाई नजिकबाट अध्ययन गर्न यसको स्थापना गरिएको थियो । उक्त स्टेसनले सन् २०२४ सम्म काम गर्नेछ । अमेरिकाले त्यसपछि यसलाई सञ्चालनमा नल्याउने घोषणा गरिसकेको छ । उक्त स्पेस स्टेसनको तौल ४ लाख २० हजार किलोग्राम छ । यसले २८ हजार किलोमिटरको गतिमा पृथ्वीको परिक्रमा गरिरहेको छ । यसलाई पृथ्वीभन्दा ४ सय किलोमिटर माथि स्थापित गरिएको छ । उक्त स्पेसले हालसम्म १९ पटक स्याटेलाइट पठाएर यहाँ विभिन्न सुविधा उपलब्ध गराएको छ । यसका लागि १५ देशले सहयोग गरेका छन् । यी सबै कार्यका लागि १ खर्ब २० अर्ब डलर खर्च भैसकेको छ ।

अहिले नासाका अन्तरिक्ष यात्री लेराय शियाओ स्टेसनमा छन् । उनले स्पेस स्टेसनमा आउने खराबीहरूको समाधान गर्छन् । उक्त स्टेसनमा दुईवटा बाथरुम छन् । स्टेसनमा पिसाबलाई फिल्टर गरेर त्यसैलाई खानेपानीका रूपमा प्रयोग गरिन्छ । चन्द्रमा र शुक्र ग्रहपश्चात् आकाशमा देखिने सबैभन्दा चम्किलो वस्तु स्पेस स्टेसन नै हो । अलि तेज आँखा भएकाहरूले यसलाई तीव्र गतिमा चलिरहेको प्लेनका रूपमा आकाशमा देख्न सक्छन् ।

अब खाना खुवाउने रोबोटिक हात

इन्जीनियरहरूले यस्तो रोबोटिक हात बनाएका छन्, जसले मानिसलाई खाना खान सहयोग गर्छ । उक्त रोबोटिक हातलाई 'आर्म अ डाइन' नाम दिइएको छ । समाचारअनुसार यो रोबोटिक हातलाई कुनै पनि मानिसको छातीमा लगाउन सकिन्छ । यो रोबोटिक हातलाई अस्ट्रेलियाको आरएम आइटी युनिभर्सिटी तथा इन्डियन इन्स्टिच्युट अफ इन्फर्मेसन टेक्नोलोजीले निर्माण गरेको हो । निर्माताहरूका अनुसार यो रोबोटिक हातले खाना खाँदाको अनुभवमा समेत परिवर्तन ल्याउनेछ । रमाइलो कुरा त के छ भने यो रोबोटिक हातले मानिसको अनुहारको हाउभाउ बुझेर खाना खुवाउँछ ।

पहिलो फुल बडी मेडिकल स्क्यानर

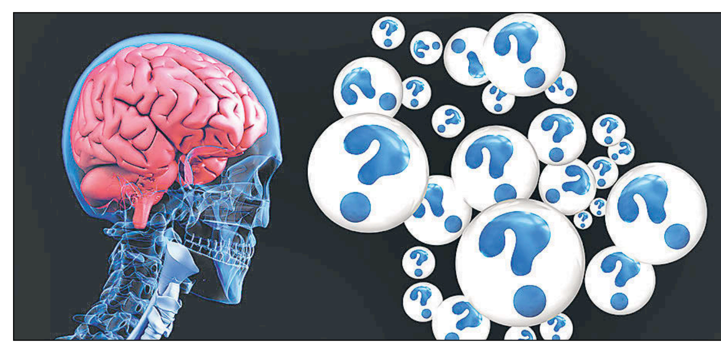


१० वर्षको कठीन मेहनतपश्चात् संसारकै पहिलो फुल बडी मेडिकल स्क्यानर तयार भएको छ । उक्त स्क्यानरले एकैपटक शरीरको थ्रीडी इमेज डेभलप गरेर शरीरको गहिराइसम्म पुगी सबै जानकारी लिन सक्छ । यसले हाल प्रचलित पीईटी स्क्यानको तुलनामा ४० गुणा तीव्र गतिमा काम गर्छ, जसका कारण एकदमै कम समय अर्थात २० देखि ३० सेकेन्डमै बिरामीको सबै रिपोर्ट उपलब्ध हुन्छ । अमेरिकाको युनिभर्सिटी अफ क्यालिफोर्निया तथा चीनको सांघाईस्थित मेडिकल प्रोडक्ट निर्माता कम्पनी युनाइटेड इमेजिङ हेल्थकेयर मिलेर उक्त स्क्यानर विकास गरेका हुन् । एक्स्प्लोरर नामक यो फुल बडी स्क्यानरले तयार गरेको पहिलो इमेज हालै सार्वजनिक भएको छ, जसमा बिरामीको शरीरको पूरै भागलाई थ्री डाइमेन्सनमा देखाइएको छ ।

मेनेन्जाइटिसबाट बचाउने नयाँ ड्रप

अब राम्रो ब्याक्टेरियाले नराम्रो ब्याक्टेरियाका कारण हुने संक्रमणबाट जोगाउने औषधि प्रचलनमा आउने भएको छ । बेलायतको नेसनल इन्टिच्युट फर हेल्थ रिसर्च तथा बेलायतकै साउथम्पटन बायोमेडिकल रिसर्च सेन्टरले विकास गरेको उक्त नयाँ नोज ड्रपमा अत्यधिक मात्रामा राम्रा ब्याक्टेरिया छन्, जसले मानिसलाई मेनेन्जाइटिसको संक्रमणबाट जोगाउने दाबी गरिएको छ । उक्त नोज ड्रपमा विशेष प्रकारका ब्याक्टेरिया समावेश गरिएको छ, जसले संक्रमणसँग लड्ने काम गर्छन् । मेनेन्जाइटिस जुनसुकै उमेर समूहका मानिसलाई लाग्न सक्छ, तर यसले बढीजसो नवजात शिशुलाई प्रभावित तुल्याउँछ ।

पार्किन्सनको उपचारमा सहयोगी मिमी



मानव मस्तिष्कमा २ मिलिमिटर आकारको एउटा नयाँ ठाउँ पत्ता लागेको छ, जसमा पार्किन्सनका रोगीहरूको उपचारमा सहयोगी मानिएको मिमी नामक तत्व राख्न सकिनेछ । अस्ट्रेलियाका न्युरोलोजिस्ट प्राध्यापक जर्ज पेक्सिनोसका अनुसार मानिसको मस्तिष्कमा रहेको उक्त ठाउँलाई एडोरोस्टिपर्म न्युक्लियस नाम दिइएको छ । यो विषयमा प्राध्यापक जर्ज पेक्सिनोसले आफ्नो पुस्तक ह्युमेन ब्रेन स्टेममा सविस्तार उल्लेख गरेका छन् । यो अध्ययनले पार्किन्सन रोगसँग सम्बन्धित विषयको उपचारमा नयाँ बहस चलाउने दाबी गरेको छ । यो नयाँ खोजले पार्किन्सन तथा मोटर न्युरोनका बिरामीहरूको उपचारमा सहयोग गर्ने बताइएको छ ।

प्रदूषण रोक्ने नोजल फिल्टर

अमेरिकी इन्जिनियरहरूले बढ्दो प्रदूषणलाइ ध्यान दिँदै वायुको दूषित कण रोक्ने एयर फिल्टर तयार गरेका छन् । इन्जिनियरहरूले उक्त फिल्टरले श्वास फेर्दा शरीरभित्र जाने ९० प्रतिशत प्रदूषण रोक्ने दाबी गरेका छन् भने त्यसले बाहिरि ब्याक्टेरियासमेत रोक्ने बताइएको छ । यसलाई अक्सिजन नोज फिल्टर नाम दिएको छ । यसको एक प्याकेटमा १० वटा फिल्टर हुन्छन् जसलाई नेपाली १५ सय रुपैयाँ पर्ने जनाइएको छ । यसलाइ नाकभित्र सामान्य तरीकाले फिट गर्न सकिनेछ । यो फिल्टर फरक-फरक चारवटा आकारमा उपलब्ध छ । यो एउटा फिल्टर १२ घण्टासम्म प्रयोग गर्न सकिने बताइएको छ ।

केवल एक प्रश्न

एकान्तमा बस्दा के कुरा बढी सोच्नुहुन्छ ?

● दीपिका प्रसाईं, अभिनेत्री

धेरैजसो आफूले भोलिपल्ट गर्नुपर्ने कामका बारेमा सोच्छु, साथै आफूले अहिलेसम्म गरेका कामका सम्बन्धमा पनि सोचिरहेको हुन्छु ।

अर्जुन तिवारी, छायाँकार

म प्रायः मानिसहरूसँगको व्यवहार र सम्बन्धका बारेमा सोच्छु । त्यसबाहेक तत्कालिन परिस्थिति र माहोलले पनि सोचाइमा फरक पार्छ ।

प्रकाश सपूत, गायक

म आफ्नो करियरलाई कसरी सफल बनाउन सक्छु भन्ने विषयमा सोचिरहेको हुन्छु ।

विनोद न्यौपाने, अभिनेता

धेरैजसो भविष्यका बारेमा सोचिरहेकी हुन्छु । व्यस्तताले गर्दा धेरैकुरा बिर्सिरहेको हुन्छु । एक्लै भएँ भने आफ्नो भविष्यका बारेमा सोच्दा तनाव हुन्छ ।

पूर्णिमा लामा, अभिनेत्री

कसरी पैसा कमाउने होला भनेर सोचिरहेको हुन्छु ।

रामचन्द्र काफ्ले, गायक

धेरैजसो आफ्नो घर-परिवारका बारेमा सोचिरहेकी हुन्छु ।

अशिष्मा नकर्मी, अभिनेत्री

जीवनको यो मोडसम्म आइपुग्न गरेको संघर्षका बारेमा सोचिरहेकी हुन्छु । त्यसका साथै दर्शकको माया, अब दर्शकलाई कुन कोसेली दिने, गीत-संगीतमा देखिएको विकृतिलाई आफ्ना तर्फबाट कसरी निर्मूल पार्ने भन्ने कुरा सोचिरहेकी हुन्छु, अनि थोरै घर परिवारको खुसीका बारेमा सोच्छु ।

सम्झना भण्डारी, गायिका

नेपाललाई कसरी समृद्धिको बाटोमा लान सकिन्छ, कसरी सकारात्मक सोचको विकास गराउन सकिन्छ भन्ने कुरा सोचिरहेको हुन्छु ।

राजाराम गौतम, रंगकर्मी

एकान्तमा लामो समय बस्नुपर्‍यो भने धेरैजसो घर परिवारका बारेमा सोचिरहेकी हुन्छु । काठमाडौंबाहिर घर भएर होला घर जान धेरै मन लाग्छ । यदि घरमा भएको भए यस्तो गर्दै हुन्थें होला भन्ने सोच्छु ।

पुजन थापा, मोडल

म कहिलेसम्म बाँचुँला । यदि म अहिले नै मरें भने मेरो परिवार अनि छोराछोरी कस्ता हुन्छन् होला भन्ने कुरा सोचिरहेको हुन्छु । अनि अर्को कुरा धनी बन्ने भन्दा पनि गरिबहरूलाई केही सहयोग गर्न पाए हुन्थ्यो भन्ने चिन्तन गर्छु ।

शंकर बिसी, निर्देशक

आफूले जिन्दगीमा भोगेका दुःख पीडाहरू सम्झेर बस्छु भने आफ्ना गल्ती-कमजोरीहरू पनि महसुस गरिरहेकी हुन्छु ।

ज्योति शर्मा, मोडल

सबैभन्दा बढी आफ्नै बारेमा सोचिरहेकी हुन्छु । भीडभाडमा हुँदा आफ्ना बारेमा सोच्ने समय नै पाउँदिन, त्यसैले कामको पीडा भुलेर आफ्ना लागि सोच्छु । जब म एक्लै हुन्छु त्यतिबेला सबैभन्दा बढी छुटेका बिर्सिएका दिन सम्झिएर पिरोलिन्छु फेरि भोलिपल्ट बिर्सिहाल्छु । यद्यपि म एकान्तमा बस्न एकदम रुचाउँछु । एक्लै आफैंमा रमाउनु मेरो सबैभन्दा खुसी र मनोरञ्जनको पाटो हो ।

सुप्रिया कटुवाल, मोडल

म एकान्तमा बसेका बेलामा अब आफ्नो करियर कसरी अघि बढाउने भनेर सोचिरहेको हुन्छु ।

विशाल थापा, मोडल

म गीत-संगीतको कामले राजधानीमा छु । बुबाआमा गाउँमा हुनुहुन्छ । उहाँहरू वृद्ध हुनुभयो । परिस्थितिवश सँगै बस्न पाइएको छैन । यतिबेला बुबा-आमाको साथमा रहेर बुढेसकालको सहारा बन्न पाए हुन्थ्यो भन्ने लाग्छ । बुबा आमाले एक्लो अनुभव गर्नु भयो कि भन्ने सोचिरहेको हुन्छु ।

याम क्षेत्री, लोकगायक

मुडअनुसार हुन्छ । त्यतिबेला दिमागमा कुन कुरा खेल्छ त्यसमै भर पर्छ ।

सुशीला गौतम, गायिका

म सानैदेखि गीतसंगीतमा लागेको भएर पनि होला होला, फुर्सदका बेला कतै एकान्तमा गएर बसें भने नयाँ सिर्जनाका बारेमा सोचिरहेको हुन्छु ।

कृष्ण काफ्ले, गायक

प्रस्तुति : महेश तिमल्सिना

मेरो रोजाइ

मलाई घुम्न मन लाग्ने ५ ठाउँ

धनगढी

धनगढी मलाई घुम्न जान मन लागिरहने ठाउँ मध्ये एक हो । म धनगढीमै जन्मिएँ, हुर्किएँ । त्यसैले पनि मलाई धनगढी एकदमै मनपर्छ । यसपालिको दसैंमा पनि म धनगढी गएकी थिएँ । अब फेरि फुर्सद मिले जाने योजनामा छु ।

पोखरा

चलचित्र छक्कापञ्जा-३ को सुटिङका क्रममा केही समय पोखरा बसेकी थिएँ । त्यति बेला खासै घुमघाम गर्ने मौका त मिलेन तर मलाई पोखराको मनमोहक प्राकृतिक दृश्यले लोभ्याएको छ । त्यसैले अब फेरि एकपटक घुम्ने योजना सहित पोखरा पुग्न मन लागिरहेको छ ।

झापा

मलाई झापा जान एकदमै मन लागेको छ । मेरो बुबाको जन्मस्थान भएकाले पनि ममा झापा जाने इच्छा जागेको हो ।

पाल्पा

पाल्पा मेरी मम्मीको जन्मस्थल हो । म सानैमा पाल्पा गएकी थिएँ । सानै भएकाले त्यहाँको धेरै कुरा सम्झना छैन । त्यसैले म एकपटक पाल्पा घुम्न जाने योजनामा छु ।

मुस्ताङ

म चलचित्र ऐश्वर्यको सुटिङका क्रममा मुस्ताङ पुगेकी थिएँ । त्यति बेला सुटिङले गर्दा त्यति घुम्न पाइनँ । अब चाहिँ घुम्ने योजनाका साथ मुस्ताङ पुग्न मन लागिरहेको छ ।

संगीत

मनमगनको अन्तर्राष्ट्रियकरण

गायक दीपक बज्राचार्य यतिबेला चर्चामा छन् । उनले गाएको गीत 'मन मगन' लोकप्रिय भएपछि उनी स्वदेशमा मात्र होइन विदेशमा समेत सांगीतिक प्रस्तुत दिइरहेका छन् । यसबीच मन मगनको हिन्दी संस्करणको म्युजिक भिडियो समेत लोकप्रिय भएपछि भारतीय सञ्चारमाध्यमले गायक बज्राचार्यका बारेमा समाचार बनाउन थालेका छन् । खासगरी केही हिन्दी पत्रिकाले दीपकका बारेमा रोचक जानकारीहरू प्रकाशित गरिरहेका छन् । यही क्रममा मन मगन गीत अब अंग्रेजी तथा स्पेनिश भाषामा समेत रेकर्ड गरिने भएको छ । रिदम ब्यान्डको संगीत संयोजन, गायक बज्राचार्यकै संगीत तथा रिक्की शाक्यको शब्दको म्युजिक भिडियो असाध्यै मन पराइएको छ । सुव्रतराज आचार्यले निर्देशन गरेको उक्त भिडियोमा पाटनको पुरानो कला, संस्कृति तथा जात्रालाई फिचर गरिएको छ । गीतमा धा, धीमे, नगडा, खिः जस्ता मौलिक बाजाको धुन समावेश छ । उक्त धुनका कारण पनि यो गीतलाई विदेशी स्रोताले रुचाएका हुन् ।

पुष्पनको कमब्याक

पुष्पन प्रधान प्रतिभाशाली गायक हुन् । दार्जिलिङ नजिकैको एउटा गाउँ डुवर्सका स्थायी वासिन्दा पुष्पन सुफी शैलीका गीत गाएर श्रोताहरूको मन जित्न सफल भएका हुन् । लामो समयदेखि सांगीतिक क्षेत्रमा रहे पनि उनी चर्चा-परिचर्चा भन्दा टाढै रहन रुचाउँछन् । यसबीच उनलाई नेपाल आइडलको एउटा श्रृंखलाले अचानक चर्चामा ल्याएको छ । अघिल्लो बिहीबार प्रसारण भएको नेपाल आइडलको उत्कृष्ट सातको जजिङ राउन्डमा गायक पुष्पनकै उपस्थितिमा प्रतिस्पर्धी अमित बरालले उनको कर्णप्रिय गीत 'पंक्षी' गाइदिए । अमितले झन्डै डेढ महिनाअघि पनि त्यही गीत गाएका थिए । त्यतिबेला उनको प्रस्तुति सुनेर दर्शकसहित निर्णायकसमेत भावुक भएका थिए । लक्ष्मीप्रसाद देवकोटाको शब्दको उक्त गीतको सुन्दर प्रस्तुति अधिकांशका आँखा रसाएका थिए । बरालको प्रस्तुतिपछि आफूलाई नेपाल आइडलले सम्झिने कुरामा ढुक्क पुष्पनलाई अन्ततः अघिल्लो साताको कार्यक्रममा निम्त्याइयो । अमितकै कारण पंक्षी गीतले पूर्णता पाएको पुष्पनको भनाइ छ । सुफी संगीतमा आधारित गीत गाउने पुष्पनले संगीत दिएको पछिल्लो चलचित्र समर लभ हो ।

आउँदैछिन् मल्लिका

सुरिलो स्वरसँगै सुन्दर मुहारकी धनी गायिका मल्लिका कार्की पछिल्लो समय सांगीतिक कार्यक्रममा व्यस्त रहिन् । अहिले आएर उनले दोस्रो एकल एल्बम सार्वजनिक गर्ने चाँजोपाँजो मिलाउँदैछिन् । अघिल्लो साता काठमाडौंमा साप्ताहिककर्मीसँगको जम्काभेटमा मल्लिकाले एक महिनाभित्रै नयाँ एकल एल्बममार्फत दर्शक तथा श्रोतामाझ आउन लागेको बताइन् । मल्लिकाले आफ्नो नयाँ एल्बमको शीर्षक 'मौसम' राखेकी छिन्, जसमा सुगम संगीतमा आधारित आधा दर्जन गीत समावेश गरिनेछ, जसमा आलोकश्रीको एकल संगीत सुन्न सकिन्छ । हाल गीत रेकर्डिङ भन्दा विदेशका सांगीतिक कार्यक्रमहरूमा व्यस्त मल्लिका केही समयअघि मात्र युरोपमा कार्यक्रम प्रस्तुत गरेर स्वदेश फर्किएकी हुन् । त्यसअघि उनी क्यानाडामा थिइन् ।

बाह्र वर्षपछि खोलो त फर्किन्छ

डेढ दशकअघि नै उच्च प्रविधियुक्त, खर्चिलो म्युजिक भिडियोमार्फत चर्चा कमाएका गायक सचिन रौनियार झन्डै १२ वर्षपछि पुनः सांगीतिक क्षेत्रमा फर्किएका छन् । 'ए मान्छे' शीर्षकको गीतको म्युजिक भिडियोसहित दर्शकमाझ आएका गायक रौनियारले यही शिर्षकको एकल एल्बमको तयारी अन्तिम चरणमा पुगेको बताएका छन् ।

सांगीतिक पुनरागमनमा धेरै समय लाग्यो नि ?

म सांगीतिक क्षेत्र वरिपरि नै थिएँ । गीतहरू रेकर्ड गराइरहेको थिएँ, सञ्चारमाध्यममा मात्र आएको थिइन । अहिले 'ए मान्छे...' गीतले त्यो संयोग जुराइदिएको हो ।

बाहिर आउन झण्डै एक दशक नै लगाउनुभयो नि ?

एक दशक होइन, १२ वर्ष । १२ वर्षमा खोलो त फर्किन्छ भन्छन्, म त गायक । श्रोता तथा दर्शकहरूमाझ नआई बस्नै सकिनँ ।

'ए मान्छे...' गीतको सिर्जना कसरी भयो ?

म आफ्नो पुनरागमनका लागि एउटा उत्कृष्ट गीतको प्रतिक्षामा थिएँ । त्यसक्रममा मैले झन्डै १७-१८ वटा गीत रेकर्ड गरेँ । अन्त्यमा ए मान्छे...मा पुगेपछि मन अडियो । गीतको सम्पूर्ण पक्ष उत्कृष्ट भएको अनुभव गरेपछि यही गीतमार्फत दर्शकमाझ आउँ भन्ने लाग्यो ।

गीतका शब्द कसरी फेला पार्नुभयो ?

समाजलाई सकारात्मक सन्देश दिने शैलीको शब्दको खोजिमा थिएँ । झैं झगडा भन्दा मेलमिलाप हुनुपर्छ भन्ने आशयको गीत गीतकार प्रकाश सापकोटाले रचना गर्नुभएको रहेछ । शब्द फेला पारेपछि युवा संगीतकार जितेन लेप्चालाई त्यसमा संगीत भर्न आग्रह गरेँ । धुन चित्त बुझेपछि रेकर्डिङमा गयौं ।

म्युजिक भिडियोमा प्रसस्त मेहनत गर्नुभएछ नि ?

हो, निर्देशक सुव्रत आचार्यसहितको समूहसँग मिलेर झन्डै दुई महिना त यसका लागि आवश्यक सर-सामानकै खोजी गरियो । लोकेसन खोज्न पनि समय लाग्यो । अन्त्यमा सञ्जय श्रेष्ठ, भीम तुलाधर तथा बबिन प्रधानजस्ता समकालीन गायकहरूलाई अतिथि कलाकार बनाउँदै झन्डै एक सय जना कोरससहित जहरसिंह पौवामा यो गीतको भिडियो छायांकन गरियो ।

● सचिन रौनियार, गायक

म्युजिक अपडेट

सुनाम सुमधुर साँझ

गायक अर्जुन सुनाम काठमाडौंमा एकल गायन कार्यक्रममा प्रस्तुत भएका छन् । अर्जुन सुनाम सुमधुर साँझ शीर्षकको उक्त कार्यक्रम सत्यावती फिल्म्सले आयोजना गरेको थियो । राष्ट्रिय नाचघरमा सम्पन्न सांगीतिक कार्यक्रममा गायक सुनामले शंका गर्ने तिम्रो बानी, मैले मन पराको, सलल बगेको भेरी, तिमी शिवाय, मलाई हेर्न, झुलायो मायाले आदि गीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

देश दौडाहामा नेपथ्य

सांगीतिक समूह नेपथ्यले देशव्यापी कन्सर्ट सम्पन्न गरेको छ । बिर्तामोडबाट प्रारम्भ भएको नेपथ्यको सांगीतिक यात्रा गत शुक्रबार धरान, सोमबार बुटवल हुँदै हिजो बिहीबार धनगढीमा पुगेर टुंगिएको छ । कन्सर्टमा गायक अमृत गुरुङले आफ्ना लोकप्रिय गीतहरूमार्फत दर्शक-श्रोतालाई मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए ।

सालको पातलाई वान्समोर

गायक कुलेन्द्र बिक तथा विष्णु माझीको स्वरको नयाँ लोकदोहोरी गीत 'सालको पातको टपरी' अहिले लोकप्रियताको शिखरमा छ । यो गीत लोकप्रिय भएपछि गायक बिक सांगीतिक कार्यक्रमहरूमा व्यस्त हुन थालेका छन् । पोखरामा जारी आदर्श महोत्सवमा गायक बिकले यही गीत प्रस्तुत गरेर दर्शकलाई नचाएका थिए । दर्शकले वान्स मोर भन्दै हुटिङ गरेपछि उनले यही गीत दोहोऱ्याएर गाउनु परेको थियो ।

नाच फिरिरीको सफलता

गायक महेश काफ्ले तथा गायिका मेलिना राईको युगल गीत नाच फिरिरीले छोटो समयमै यूट्युबमा तीन करोड भ्युज पाएको छ । उक्त गीतको म्युजिक भिडियोमा निश्चल बस्नेत तथा स्वस्तिमा खड्काले अभिनय गरेका छन् । निश्चल बस्नेतद्वारा निर्देशित उक्त भिडियो चलचित्रको गीतपछि धेरै भ्युज पाउने पहिलो आधुनिक गीत भएको गायक काफ्लेको दावी छ ।

विमोचन

एकैपटक सात एल्बम

गीतकार डी.आर. उपाध्यायका सातवटा गीति एल्बम तथा एउटा उपन्यासको विमोचन राष्ट्रकवि माधवप्रसाद घिमिरेले एउटै सांगीतिक समारोहबीच गरेका छन् । समारोहमा गीतकार उपाध्यायले राष्ट्रकवि घिमिरेलाई ५१ हजार रुपैयाँ नगदसहित सम्मान समेत गरे । एकै पटक सात वटा एल्बम सार्वजनिक गर्ने आफू सम्भवतः पहिलो गीतकार भएको बताउँदै उपाध्यायले यो अवसरलाई विश्व कीर्तिमानका लागिसमेत पहल गरिने बताए । समारोहमा जखम, माउन्टेन मेलोडी, नसालु नजर, जोहो, अन्तराप, प्रतिनाद तथा सहेली शीर्षकका एल्बमका साथै दगाबाज शीर्षकको उपन्यास सार्वजनिक गरिएको थियो । एल्बमका गीतमा बुलु मुकारुङ, सन्तोष श्रेष्ठ तथा सागर अधिकारीले संगीत दिएका छन् । प्रतिनाद सांगीतिक साँझ शीर्षक राखिएको विमोचन समारोहमा संगीतकार राजु सिंहको अगुवाईमा प्रत्यक्ष वाद्यवादन सहित ११ वटा गीत लाईभ प्रस्तुत गरिएको थियो भने ३ वटा म्युजिक भिडियो प्रदर्शन गरिएको थियो ।

झिम-झिम परेलीमा

गायिका अञ्जना गुरुङले आफ्नो नयाँ गीत 'झिम झिम परेली' को म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेकी छिन् । भिडियोमा उनकै छोरी अपेक्षाले अभिनय गरेकी छिन् । अपेक्षाको स्विट सिक्स्टिन बर्थडे सेलिब्रेसनकोका क्रममा अमेरिकामा उक्त भिडियो प्रिमियर गरिएको गायिका गुरुङले बताएकी छिन् । कन्हैया सिंह परियारको संगीत तथा मनोज गुरुङको शब्दको उक्त भिडियोको निर्देशन ओम कर्माचार्यले गरेका हुन् ।

प्राणनाथ सार्वजनिक

गीतकार तथा संगीतकार यदिन गजमेरको भजन एल्बम 'मेरो प्राणनाथ भाग-२' को लोकार्पण अमेरिकामा सम्पन्न भएको छ । एल्बममा सातवटा भजन समावेश छन्, जसमा शिव परियार, स्वरूपराज आचार्य, अनुप रेग्मी, विश्व नेपाली, नरेन्द्र प्यासी, बानिका प्रधान तथा प्रविशा अधिकारीको स्वर सुन्न सकिन्छ ।

फिल्मी डायरी

कालिङपोङको छायांकन : चलचित्र 'लभ यू हमेशा' को कालिङपोङमा भैरहेको छायांकनको एक दृश्य । भाष्कर प्रधानले निर्देशन गरिरहेको यो चलचित्रमा एसराज गराच, ऋचा थापा, शिशिर राणा, गोपाल ढकाल छन्दे, फिजा योञ्जन आदि कलाकारले अभिनय गरिरहेका छन् ।

भैरवको सिक्वेल बनाउँदै निखिल

अभिनेता निखिल उप्रेतीले केही वर्षअघि प्रदर्शित चलचित्र भैरवको सिक्वेल निर्माण गर्ने भएका छन् । चलचित्रको सिक्वेलमा उनी आफैं अभिनय गर्ने मुडमा भने छैनन् । स्रोतका अनुसार उनी नयाँ अभिनेता लञ्च गर्ने सोचमा छन् । निखिल आफैंले निर्देशन गर्ने सिक्वेलको छायांकन आगामी फागुनदेखि हुने बताइएको छ । भैरवको सिक्वेलमा काठमाडौंभित्रको अपराधलाई विशेष रूपमा उठान गर्ने तयारी भैरहेको निखिल निकट स्रोतले बताएको छ ।

आरुसी बन्ने

कलाकार तथा निर्देशक उदय सुब्बाले चलचित्र आरुसी निर्माण गर्ने घोषणा गरेका छन् । गणपति फिल्म्सको ब्यानरमा सुब्बा आफैंले निर्देशन गर्न लागेको उक्त चलचित्रको छायांकन यसै साता प्रारम्भ हुनेछ । त्रिकोणात्मक प्रेमकथामा आधारित रहने चलचित्र आरुसीमा इशक राईले नायकका रूपमा डेब्यु गर्दैछन् । सहारा प्रधान, बिरु गुरुङ तथा केशवकुमार श्रेष्ठको संयुक्त लगानी रहने उक्त चलचित्रको छायांकन ४० दिनमा सक्ने तयारी भैरहेको निर्देशक सुब्बाले बताए ।

लभ स्टेसन समापन

चलचित्र लभ स्टेसनको छायांकन सम्पन्न भएको छ । प्रदीप खड्का तथा जसिता गुरुङ अभिनित यो चलचित्रलाई गोविन्द शाहिले निर्माण तथा उज्वल घिमीरेले निर्देशन गरेका हुन् ।

प्रसादको नयाँ गीत

लै लै गीतका कारण चर्चामा रहेको चलचित्र प्रसादको तेस्रो गीतको रेकर्डिङ सम्पन्न भएको छ । काठमाडौंको एक स्टुडियोमा चलचित्रको बरै क्यारी बाँचौला गीत रेकर्ड गरिएको हो । नेपाल आइडलका उत्कृष्ट ७ प्रतिस्पर्धी मध्येका एक विक्रम बरालले उक्त गीतमा स्वर भरेका छन् । केही दिन अघि आइडलको मञ्चमै पुगेर निर्देशक दिनेश राउत तथा निर्माता सुवास थापाले उनलाई उक्त गीत अफर गरेका थिए ।

सकियो महोत्सव

फरक भूगोल, समाज र संस्कृतिमा आधारित चलचित्रको स्वाद चाख्न चाहनेहरूका लागि काठमाडौंमा नेपाल सांस्कृतिक अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र महोत्सव आयोजित गरिएको छ । शुक्रबार राष्ट्रिय सभागृहमा शताब्दीपुरुष सत्यमोहन जोशीले महोत्सवको औपचारिक उद्घाटन गरेका थिए । शनिबारदेखि नेपाल पर्यटन बोर्डको सभा हलमा सुरु भएको फेस्टिभलमा २० देशका ५ विधाका ४ सयभन्दा बढी चलचित्र सहभागी थिए ।

मुस्ताङको चिसोमा वीरविक्रम : चलचित्र वीरविक्रम-२ को छायांकन अहिले मुस्ताङमा भैरहेको छ । निर्माण टिमले चलचित्रको गीतबाट छायांकन प्रारम्भ गरेको छ । पल शाह, वर्षा सिवाकोटी, बिनिसा भण्डारी, बुद्धि तामाङ, क्रिजन गौतम, मनिष लिम्बु, देशभक्त खनाल आदि कलाकारले अभिनय गर्ने यो चलचित्रको कथा, पटकथा तथा संवाद प्रदीप भारद्वाजले लेखेका हुन् । सुदीप बरालले छायांकन गर्ने चलचित्र वीरविक्रमलाई मिलन चाम्सले निर्माण एवं निर्देशन गर्न लागेका हुन् ।

सानो पर्दा

आयुषलाई हिमालय रोडिज

हिमालय रोडिज सिजन टु 'वाइल्ड वाइल्ड वेस्ट' को उपाधि आयुश श्रेष्ठले जितेका छन् । ललितपुरको हात्तीवन सामुदायिक जंगलमा आयोजित ग्रान्ड फिनालेमा आयुश श्रेष्ठ, पिरबीर घले तथा तेजश बस्नेतबीच निर्णायक प्रतिस्पर्धा भएको थियो । हिमालय टेलिभिजनमा प्रसारण भएको उक्त एड्भेन्चर रियालिटी शोका लागि श्रेष्ठले बुटवलबाट अडिसन दिएका थिए । अडिसनबाटै जर्नी राउन्डमा छानिएका श्रेष्ठले उत्कृष्ट १३ प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै उपाधि जितेका हुन् । उपाधिसँगै आयुशले १० लाख ९० हजार रुपैयाँ नगद तथा यामाहाको एफजेड मोटरसाइकल पुरस्कारका रूपमा प्राप्त गरे । हिमालय रोडिजमा प्रतिस्पर्धिहरूको शारीरिक, मानसिक एवं बौद्धिक क्षमता मात्र नभएर उनीहरूको सामाजिक व्यवहारको समेत मूल्यांकन गरिएको थियो । भारतलगायत दक्षिण एसियामा निकै ख्याति पाएको यो एड्भेन्चर रियालटी शो एम टिभी रोडिजको फ्रेन्चाइज हो । उत्कृष्ट १३ जनालाई प्रतिस्पर्धाका लागि सुदुर पश्चिम लगिएको थियो, जहाँ उनीहरूबीच विभिन्न राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा अन्य आकर्षक ठाउँमा प्रतिस्पर्धा गराइएको थियो । यो प्रतियोगिताका निर्णायक रेमनदास श्रेष्ठ, दीया मास्के तथा आशिष राना लाउरे थिए । यो कार्यक्रमको निर्देशन अमनप्रताप अधिकारीले गरेका हुन् ।

नेपाल लोकस्टार

पुस १७ गतेदेखि नेपाल टेलिभिजन तथा एपी वानबाट गायनमा आधारित नयाँ रियालिटी शो नेपाल लोक स्टार प्रसारण हुने भएको छ । सर्वाधिक राशिको गायन प्रतियोगिता भनिएको यो शोमा विजेताले ५० लाख रुपैयाँ प्राप्त गर्ने बताइएको छ । दोस्रो तथा तेस्रो स्थान हासिल गर्ने प्रतिस्पर्धीले क्रमशः २५ लाख तथा १० लाख रुपैयाँ जित्न सक्नेछन् । चाहना मिडियाको यो कार्यक्रमका लागि भोलि मंसिर १५ गतेदेखि आवेदन फाराम खुल्ला गरिँदैछ । त्यसका लागि नेपाल लोक स्टारको एप तथा वेबसाइटबाट समेत फाराम भर्न सकिनेछ । लोकगायक जयनन्द लामा यो प्रतियोगिताका मुख्य निर्णायक रहनेछन् ।

पोस्टर/ट्रेलर

घनचक्करको गीत

पुस १३ गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र घनचक्करको दोस्रो गीत सार्वजनिक भएको छ । दाइको साला बोलको उक्त गीतमा नव-अभिनेत्री कश्मिरा लामासँग अभिनेता सलोन बस्नेत तथा नरेन खड्काले अभिनय गरेका छन् ।

रणवीरको पोस्टर

माघ १८ गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र रणवीरको पोस्टर सार्वजनिक भएको छ । अभिनेता सुशील सिटौलाको चरित्रलाई केन्द्रित गरेर सार्वजनिक गरिएको पोस्टरमा उनी एङ्ग्री लुक्समा देखिएका छन् ।

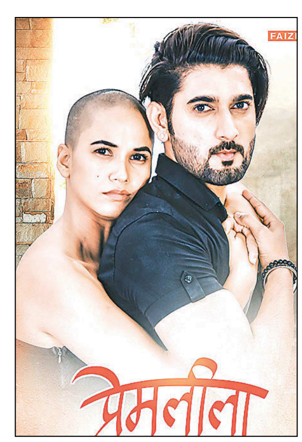
सुश्री सम्पत्तिको ट्रेलर

सुब्रत आचार्य निर्देशित चलचित्र सुश्री सम्पत्तिको ट्रेलर सार्वजनिक भएको छ । मंसिर २८ गते प्रदर्शन मिति घोषणा गरिएको चलचित्रको ट्रेलरमा दुई युवाले एक धनाढ्य युवतीलाई प्रेममा फसाएर सम्पत्ति कमाउन गर्ने संघर्ष देखाइएको छ । सुश्री सम्पत्तिको यो ट्रेलर कमेडीले भरिपूर्ण छ ।

समर लभको टिजर

युवा लेखक सुबिन भट्टराईद्वारा लिखित चर्चित पुस्तक समर लभको टिजर सार्वजनिक भएको छ । टिजरमा पुस्तकका केही घटलाग्दा संवादलाई स्थान दिइएको छ । सार्वजनिक टिजरले अतित र सायाको प्रेम तथा बिछोडको कथा भन्छ ।

प्रेमलीलाको पोस्टर



अभिनेत्री दीपशिखा खड्का एवं भारतीय मोडल अली खानले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको चलचित्र प्रेमलीलाको चारवटा पोस्टर सार्वजनिक भएको छ । पोस्टरमा चलचित्रका तीन मुख्य पात्र दीपशिखा, अलि तथा मौसम खड्का देखिएका छन् ।

डोलीको ट्रेलर

चलचित्र डोलीको औपचारिक ट्रेलर सार्वजनिक भएको छ । ट्रेलरमा लभ, एक्सन तथा कमेडीको समिश्रण हेर्न पाइन्छ । राजबहादुर सानेको लेखन तथा निर्देशनको चलचित्र डोली सामाजिक विषयमा निर्माण भएको बताइएको छ ।

गरुड पुराणको गीत

माघ ४ गते प्रदर्शनमा आउन लागेको चलचित्र गरुड पुराणको पहिलो गीत युट्युबमार्फत सार्वजनिक भएको छ । म त पिरिममा बोलको उक्त आइटम गीतमा निश्चल बस्नेत, कर्मा, प्रियंका सिंह ठकुरी तथा अन्जली योन्जनले अभिनय गरेका छन् ।

भजन शैलीको गीत

चलचित्र गोपीको पहिलो गीत सार्वजनिक भएको छ । भजन शैलीको कहिले लक्ष्मी कहिले काली शीर्षकको यो गीत साहित्यकार बुद्धिसागरले लेखेका हुन् । गीतको भिडियोमा अभिनेता विपिन कार्की तथा अभिनेत्री वर्षा राउत मुख्य भूमिकामा देखिएका छन् ।

ग्लोबल नेपाली फिल्म एवार्ड

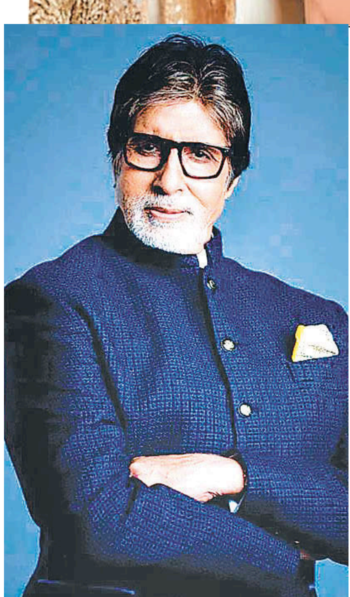
ग्लोवल नेपाली फिल्म एवार्डको तेस्रो संस्करण-२०१८ संयुक्त राज्य अमेरिकाको कोलोराडो राज्यको डेनभर सहरमा आगामी पुस २२ गते हुने भएको छ । नेपाली चलचित्रकर्मीहरूलाई प्रोत्साहित गर्ने हेतुले ग्लोबल नेपाली फिल्म एवार्डको आयोजना गर्दै आएको आयोजक संस्थाका अध्यक्ष नवराज श्रेष्ठले बताएका छन् । विगत दुई वर्षमा दुई संस्करण संयुक्त राज्य अमेरिकाको कोलोराडो राज्यको डेनभर सहरमै सफलतापूर्वक सम्पन्न यो एवार्डले 'नेपाली सिनेमा भिलेज टु ग्लोब' नारा अघि सारेको छ ।

बलिउड

फुर्सद मिल्यो कि डेटिङ !

अभिनेत्री सन्नी लियोनीको व्यस्तता अझ बढ्दो छ । बलिउडमा काम गर्न थालिसकेपछि उनले पछाडि फर्किएर हेर्नुपरेको छैन । यी अभिनेत्रीलाई चलचित्र तथा विज्ञापनको कामले भ्याइनभ्याइजस्तै छ । यद्यपि त्यसबाहेक घरपरिवारमा पनि सकेसम्म समय दिने गरेको सन्नीले बताएकी छिन् । सन्नीको परिवारमा उनी र श्रीमान्सँगै अन्य तीन बालबालिका छन् । हालै एक फिल्म म्यागजिनसँगको अन्तर्वार्तामा सन्नीले एउटा अचम्मको खुलासा गरेकी छिन् । उनले भनिन्, 'बच्चाबच्चीसँगको क्वालिटीयुक्त समय बिताउन एकदमै मन लाग्छ, समय मिल्यो भने श्रीमान्सँग डेटिङ पनि गैहाल्छु ।' सन्नीले श्रीमान् र आफ्नो फुर्सदमा घरबाट बाहिर निस्कने कुरासमेत बताएकी छिन् । उनीहरूको डेटिङ अलिकति अचम्म खालको हुँदो रहेछ । घरबाट कहाँ जाने ? कति घण्टा बाहिर समय बिताउने ? के-के गर्ने ? केही तयारी नगरिकनै उनीहरू कारमा निस्कन्छन् । सन्नीले भनेकी छिन्, 'हाम्रो कामको योजना र धेरै सल्लाह तत्काल कारमै तय हुन्छ !'

छोटकरी

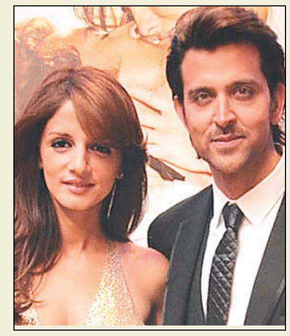


- बलिउडका महानायक अमिताभ बच्चनले भारतको उत्तर प्रदेशका १ हजार ३ सय ९८ जना किसानको ऋण तिरिदिएका छन् । उनले यही वर्ष महाराष्ट्रका ३ सय ५० किसानको ऋण पनि चुक्ता गरिदिएका थिए ।
- अभिनेता बरुण धवन आफ्नो नयाँ चलचित्र कलंकको छायांकनका क्रममा घाइते छन् । उनको पुठा र ढाडमा चोट लागेको बताइन्छ । एक्सन सिनको सुटिङका क्रममा धवन भुइँमा पछारिएका थिए ।
- शाहरूख खान तथा अनुष्का शर्मा अभिनीत चलचित्र जिरोको गीत 'मेरा नाम तु' सार्वजनिक भएको छ । यो चलचित्र २१ डिसेम्बरमा प्रदर्शनमा आउँदैछ ।
- अभिनेत्री प्रियंका चोपडाले आफ्ना प्रेमी निकसँग थ्यांक्स गिभिङ डे मनाएकी छिन् । निक केही दिनअघि मात्र प्रियंकालाई भेट्न भारत आएका थिए ।
- अभिनेत्री करिना कपुरले बलिउडका चर्चित निर्देशक सञ्जय लीला भन्सालीको नयाँ चलचित्रमा काम गर्ने भएकी छिन् । यद्यपि अहिलेसम्म उक्त चलचित्रको शीर्षक सार्वजनिक गरिएको छैन ।

बलिउडका महँगा डिभोर्स

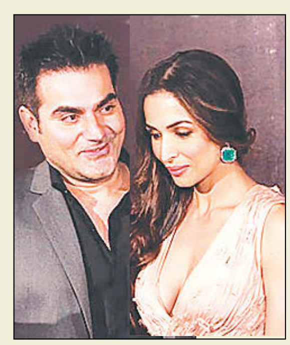
बलिउडमा प्रेम, डेट, विवाह र डिभोर्स सामान्य भैसकेको छ । बलिउडका केही त्यस्ता महँगा डिभोर्स, जसको हामी कल्पनासम्म पनि गर्न सक्दैनौं ।

ऋत्विक रोशन तथा सुजैन खान



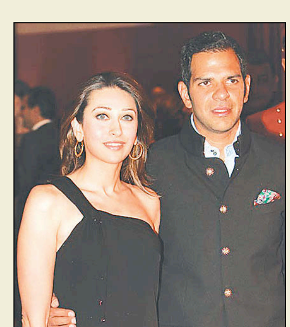
सन् २००० मा विवाह गरेका ऋत्विक रोशन तथा सुजैन खानको डिभोर्स बलिउडको सबैभन्दा महँगो डिभोर्स मानिन्छ । सुजैनले ऋत्विकसँग डिभोर्सबापत ६ सय करोड मागेकी थिइन्, आपसी सहमतिमा ऋत्विकले करिब ५ सय ५० करोड रुपैयाँ दिएका थिए ।

मलाइका अरोडा तथा अरबाज खान



अभिनेत्री मलाइका तथा अरबाज खानको विवाह १२ डिसेम्बर १९९८ मा भएको थियो । उनीहरूका एक सन्तान पनि छन्, तर उनीहरूको पारिवारिक जीवन खासै सन्तोषजनक भएन । अरबाजले मलाइकालाई डिभोर्सबापत २४ करोड रुपैयाँ दिएका थिए ।

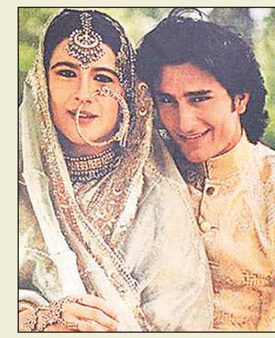
करिश्मा कपुर तथा सञ्जय कपुर



सन् २००३ मा बिजनेसम्यान संजय कपुरसँग विवाह गरेकी करिश्माले डिभोर्स गर्दा झन्डै ११ करोड रुपैयाँ मागेकी थिइन् । त्यसबाहेक दुई सन्तानको पढाइ र पालनपोषणका लागि प्रत्येक महिना १६ लाख रुपैयाँ दिने सर्तमा उनीहरूको डिभोर्स भएको थियो ।

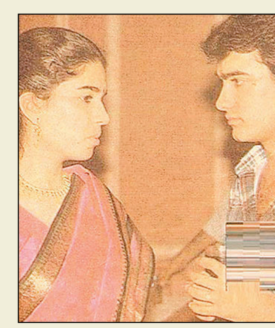
सैफ अली खान तथा अमृता सिंह

सन् २००१ मा विवाह गरेको यो जोडी झन्डै १३ वर्ष सँगै रह्यो, तर उनीहरूको सम्बन्ध राम्रोसँग अघि



बढ्न सकेन । सैफले अमृतालाई डिभोर्सबापत झन्डै १२ करोड नगद तथा आधा अचल सम्पत्ति दिएका थिए । त्यति मात्र होइन, १८ वर्ष नहुँदासम्म उनीहरूका सन्तानका लागि प्रत्येक महिना १ लाख ६० हजार रुपैयाँ दिने सर्त पनि थियो ।

आमिर खान तथा रिना दत्त



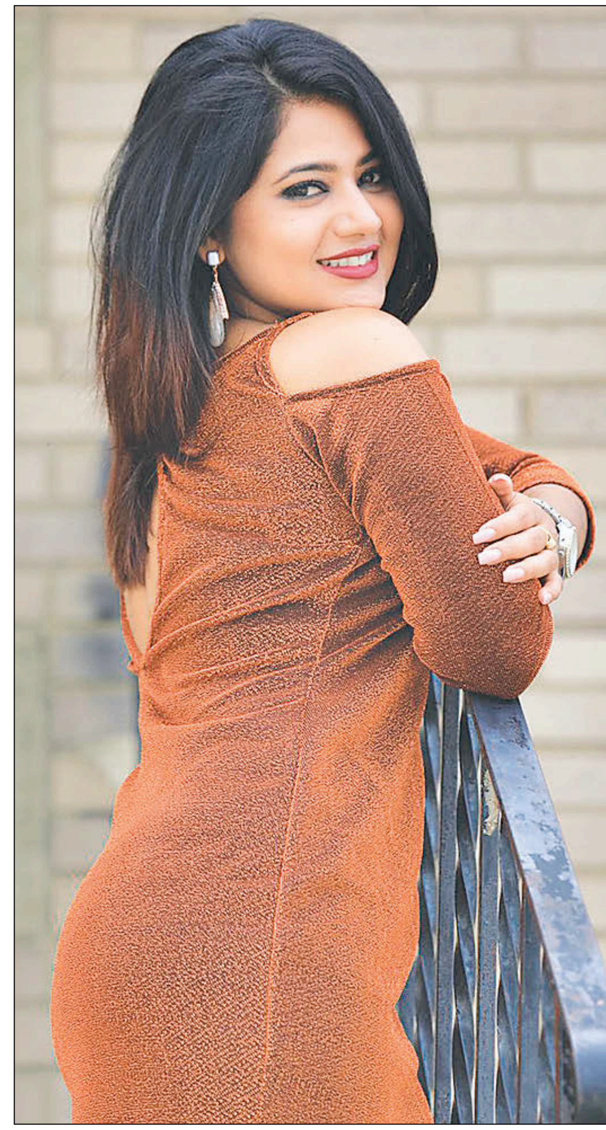
सन् १९८६ मा लभ म्यारेज गरेको यो जोडी सन् २००२ मा अलग भयो । आमिरले डिभोर्सबापत रिनालाई ८० करोड रुपैयाँ दिएका थिए ।

सञ्जय दत्त तथा रिया पिल्लई

सन् १९९८ मा सञ्जयले रिया पिल्लईसँग विवाह गरेका थिए । रिया उनकी दोस्रो पत्नी थिइन् । त्यसअघि उनले ऋचा शर्मासँग सन् १९८७ मा विवाह गरेका थिए । सन् १९९६ मा ब्रेन ट्युमरका कारण उनको मृत्यु भएपछि सञ्जयले रियासँग विवाह गरे । यद्यपि उनको दोस्रो विवाह पनि टिक्न सकेन । सञ्जयले पारपाचुके गर्दा रियालाई झन्डै १२ करोड रुपैयाँ दिएका थिए ।

पारिश्रमिक लफडा

रामजी ज्ञवाली



मोजमस्तीको जीवनशैली। टन्न फ्यान फलोइङ। जहाँ पुगे पनि भीडले घेर्छ। तस्बिर खिचाउन र भेट्न मरिहत्ते गर्नेहरू उत्तिकै हुन्छन्। सेलिब्रेटीहरूको जीवन बाहिरबाट देख्दा निकै चमक-दमकपूर्ण देखिन्छ, तर उनीहरूका आफ्नै पीडा छन्। कला बेचेर पेट पाल्नसमेत धौ-धौ हुने नेपाली कलाबजारमा कार्यरत कलाकारहरूले काम गरेको पारिश्रमिक नपाउनु त्यति नौलो कुरा होइन। कति कलाकारले पारिश्रमिक पाए पनि आधा रकममा चित्त बुझाउनुपरेको छ।

काम गरेको पारिश्रमिक नपाउने कलाकारको संख्या लगातार बढिरहेको छ। कतिले आफ्नो नाम खुलाएरै भने, कतिले गोप्य राख्ने सर्तमा, तर अधिकांशले चलचित्र, म्युजिक भिडियो तथा टेलिसिरियलमा काम गरेको पारिश्रमिक नपाएको बताए।

काठमाडौंको लाइफस्टाइलमा बाँच्न गाह्रो छ। कोठा निःशुल्क पाइँदैन, बाइक पानीले चल्दैन, साँझ-बिहान खानै पर्‍यो, कलाकार कमल देवकोटा दुःख पोख्दै भन्छन्- यस्तो महँगीमा निःशुल्क काम गर्नुपर्दा साह्रै दुःख लाग्छ। प्रहरीमा किन उजुरी नगरेको? उनले भने- प्रहरीमा उजुरी गर्ने हो भने त्यो रोकिएको पारिश्रमिक त पाइएला त्यसपछि यो क्षेत्रमा काम पाउन थप सकस् हुन्छ।

चर्चित कलाकार मात्रे बूढा (केदार घिमिरे) नेपालका कलाकारहरू पारिश्रमिक नपाउने समस्याबाट पीडित भएको बताउँछन्। उनी आफैंले समेत मेरीबास्सैबाट ठूलै रकम लिन बाँकी छ। उनले सबै कलाकारले सम्झौता गरेर मात्र काम गर्नुपर्ने बताए। एग्रिमेन्ट भयो भनेपछि पारिश्रमिक नपाएको खण्डमा प्रहरीमा उजुरी गर्न सहज हुने घिमिरेको तर्क छ।

चर्चित कलाकार राजाराम पौडेलले पछिल्लो समय अभिनय गरेको चलचित्र क्याप्टेनबाट पारिश्रमिक पाएका छैनन्। उनले पारिश्रमिक नपाएकै कारण चलचित्रको डबिङमा नगएको बताए। आफ्ना छोराको ५० लाख रे! मलाई फ्री मा गरिदिनुस्? कलाकार राजाराम भन्छन्, 'अहिलेसम्म १ रुपैयाँ पाएको छैन, पैसा नपाउँदासम्म डबिङमै जान्न।' आफ्नो क्यारेक्टरको डबिङ अर्कैले गरिदिए उनले प्रहरीमा उजुरी दिने बताए। उनी भन्छन्, 'भुवन मात्र होइन, यस्ता केही व्यक्ति छन्, जसले कलाकारको पारिश्रमिक नदिएरै श्रम शोषण गरिरहेका छन्।'

अभिनेत्री बेनिशा हमाल यस्तो समस्याबाट आफू पनि पीडित भएको बताउँछिन्। आफूसँग काम गर्ने साथीभाइको समस्या समेत उनले सुनिरहेकी छिन्। चलचित्रको त खासै छैन तर तीनवटाजति म्युजिक भिडियोको पैसा प्राप्त गर्न बाँकी छ, उनले भनिन्। बेनिशाजस्तै पीडित छिन् अभिनेत्री सुरक्षा पन्त। पन्त भन्छिन्- निकै दुःख गरेर काम गर्नुपर्छ तर काम गरेको पारिश्रमिक नपाउँदा जोसुकैलाई रिस उठ्छ।

पारिश्रमिक नपाएकी अभिनेत्रीको सूचीमा अहिलेकी लोकप्रिय अभिनेत्री केकी अधिकारी पनि छिन्। उनले केही चलचित्रबाट पारिश्रमिक पाएकी छैनन्। अधिकारी भन्छिन्- अन्य चलचित्र, म्युजिक भिडियो आदिमा समयमै रकम बुझेकी थिए तर केही चलचित्रबाट रकम प्राप्त गर्न निकै सकस भएको छ।

लफडा पनि कति पटक गर्नु भन्या ?

पारिश्रमिकको लफडामा राजेश हमाल पनि पटक-पटक परेका छन्। २७ वर्षे चलचित्र यात्रामा आफू धेरै पटक यस्तो समस्यामा परेको उनले बताए। हमाल भन्छन्- कुरा जति गरे पनि सकिँदैन, कहिले किच-किच गर्‍यो, कहिले पायो कहिले त्यतिकै चित्त बुझायो। आफूले कोसँग कति रकम लिनुछ भन्ने कुराको लेखाजोखा समेत नगरेको हमालले बताए। अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काले एउटा चलचित्रबाट पारिश्रमिक पाएकी छैनन्। ५ वर्षअघि प्रदर्शित एक चलचित्रबाट पूरा पारिश्रमिक नपाएको उनले बताइन्।

कलाकार विजय बरालले करियरको सुरुवातमा यस्तो पीडाबाट गुज्रिनुपरेको बताए। उनले वधशाला र कर्कस चलचित्रको पारिश्रमिक अहिलेसम्म पाएका छैनन्। हाउ फन्नीमा काम गरेबापतको पूरा पारिश्रमिक लिन बाँकी छ। यति मात्र होइन उनले एक विज्ञापनको समेत पारिश्रमिक पाएका छैनन्। तोकिएको पारिश्रमिक सबैले पाउनुपर्छ, बराल भन्छन्- यो विषयमा निर्माताहरू गम्भीर हुनुपर्छ।

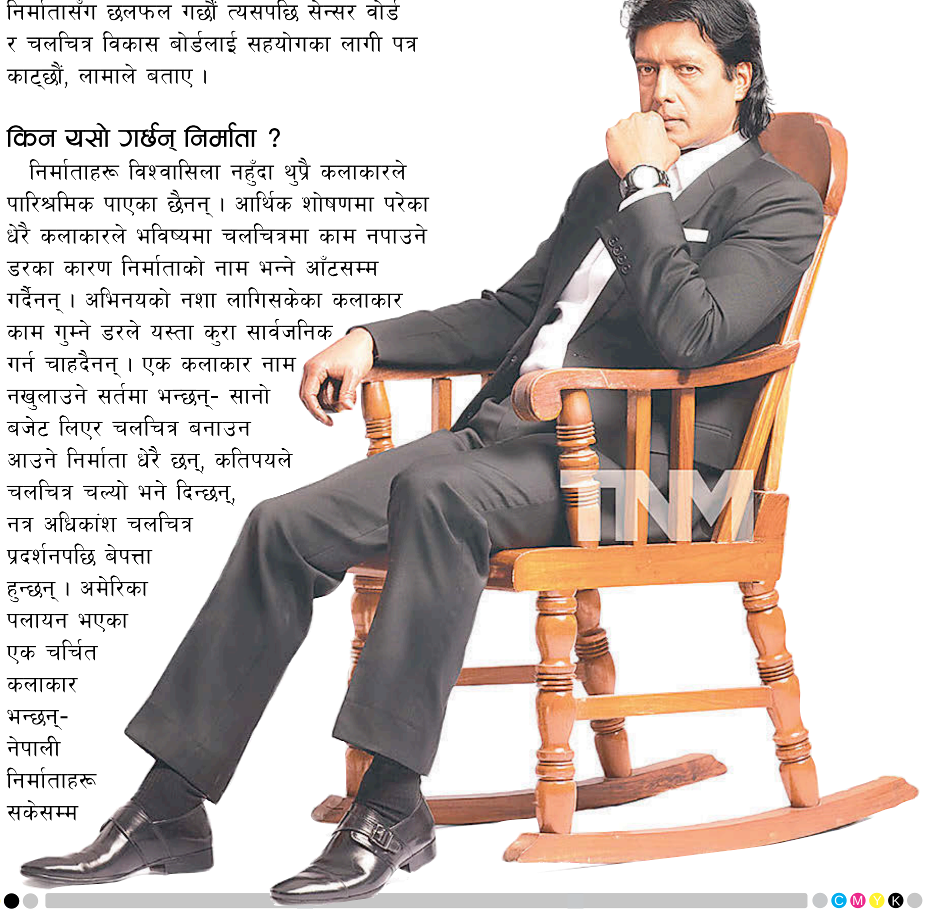
लामो समयदेखि अभिनयमा सक्रिय कलाकार सूरवीर पण्डित नेपाली चलचचित्रमा काम गरेपछि पैसा पाउन निकै गाह्रो हुने बताउँछन्। काम पाउनुभन्दा पारिश्रमिक प्राप्त गर्न गाह्रो छ, पण्डित भन्छन्- धेरै पटक उनीहरूको घरमा पुगेर घण्टौंसम्म बसेर पैसा असुलेको छु, कतिपयले भोलि दिन्छु भन्छन्, तर उनीहरूको भोलि कहिल्यै आएन। मौखिक सम्झौतामा काम गर्ने बानीले समेत आफू तनावमा परेको कलाकार पण्डित बताउँछन्। पण्डितका अनुसार कतिपय निर्माताको त नियतमै खोट छ।

अभिनेता सविन श्रेष्ठ भन्छन्- पारिश्रमिकको विषयमा कलाकार स्वयं चनाखो हुनुपर्छ। यस्ता घटना गल्ली-गल्लीमा भेटिन्छन्, उनले थपे- कसको नियत कस्तो छ भन्ने विषयमा सुरुमा थाहा हुँदैन, सकेसम्म एग्रिमेन्ट गरेको रकम सुरुमै लिने हो भने पछि दुःख पाउनु पर्दैन। क्यामेराम्यान सुदीप बराल नेपाली चलचित्रमा बलियो कानुन आवश्यक रहेको बताउँछन्। मैले सुनेको र देखेको कुरा के छ भने धेरैभन्दा धेरै कलाकार पारिश्रमिक नपाउने सूचीमा छन्।

प्राविधिकका समस्या पनि उस्तै

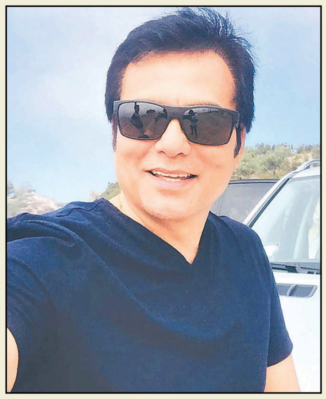
सिनेमाटोग्राफर शैलेन्द्र डी कार्कीले काम गरेको रकम नपाएका धेरै उदाहरण छन्। उनले वधशालामा काम गरेको पारिश्रमिक पाएका छैनन्। नियमित काम गरिरहेकाहरूसँग कहिल्यै किचलो हुँदैन, कार्की भन्छन्- पछिल्लो पटक चलचित्र ड्रिम्सको पारिश्रमिक नपाएको थाहा पाएर सेन्सरले उक्त चलचित्र रोकिदिएपछि पूरा रकम पाएको थिएँ। कलाकारहरूजस्तै चलचित्र क्षेत्रमा काम गर्ने प्राविधिकहरू पनि यस्तो समस्याबाट पीडित भएको कार्कीले बताए। दृश्य सम्पादक शाहिल खानले भाग्यवश आफूले लगभग सबै चलचित्रबाट रकम पाए पनि केही किच-किच गर्नुपरेको बताए। खानका अनुसार चलचित्र क्षेत्रमा कार्यरत अधिकांश प्राविधिक यस्तो समस्याबाट पीडित छन्। कुनै पनि चलचित्रमा काम गर्ने प्राविधिकले पारिश्रमिक नपाएको खण्डमा नेपाल चलचित्र प्राविधिक संघमा उजुरी हाल्न सकिन्छ, प्राविधिक संघका अध्यक्ष पुष्कर लामा भन्छन्- थुप्रै निर्माताले प्राविधिकहरूलाई काममा लगाएपछि पारिश्रमिक नदिएको पाएका छौं, कतिपय समस्या समाधान भएका छन् भने कतिपय भएका छैनन्। कोही पीडित छन् भने हामी सुरुमा निर्मातासँग छलफल गर्छौं त्यसपछि सेन्सर बोर्ड र चलचित्र विकास बोर्डलाई सहयोगका लागी पत्र काट्छौं, लामाले बताए।

किन यसो गर्छन् निर्माता ?



निर्माताहरू विश्वासिला नहुँदा थुप्रै कलाकारले पारिश्रमिक पाएका छैनन्। आर्थिक शोषणमा परेका धेरै कलाकारले भविष्यमा चलचित्रमा काम नपाउने डरका कारण निर्माताको नाम भन्ने आँटसम्म गर्दैनन्। अभिनयको नशा लागिसकेका कलाकार काम गुम्ने डरले यस्ता कुरा सार्वजनिक गर्न चाहँदैनन्। एक कलाकार नाम नखुलाउने सर्तमा भन्छन्- सानो बजेट लिएर चलचित्र बनाउन आउने निर्माता धेरै छन्, कतिपयले चलचित्र चल्यो भने दिन्छन्, नत्र अधिकांश चलचित्र प्रदर्शनपछि बेपत्ता हुन्छन्। अमेरिका पलायन भएका एक चर्चित कलाकार भन्छन्- नेपाली निर्माताहरू सकेसम्म निःशुल्क काम गराउन खोज्छन्, रकम दिए पनि आधा दिन्छन्। यसबाट क्षणिक लाभ त होला तर कालान्तरमा यसको नकारात्मक असर देखिने पक्का छ। एक अभिनेता भन्छन्- सकेसम्म आफ्नो पकेट ठूलो बनाउने नियतको मार कलाकार तथा प्राविधिकहरूमा परेको छ। बिचौलियाहरू यो क्षेत्रका बारेमा नबुझेका व्यापारी तथा एनआरएनलाई निर्माण क्षेत्रमा ल्याउने र सकेसम्म बढी रकम झ्वाम पार्ने नियतमा रहेको कतिपय कलाकार बताउँछन्।

उजुरी गर्नुहोस्, पैसा पाउनुहुन्छ



● आकाश अधिकारी, अध्यक्ष, निर्माता संघ

हामीले धेरै पटक यस्ता खालका घटना सुनेका छौं। धेरै निर्माताले पारिश्रमिक नदिएका घटना बाहिर आउँदा राम्रा चलचित्र बनाउने र सबै कलाकारलाई पारिश्रमिक दिने निर्माताको पनि इज्जतमा दाग लाग्छ। गलत सोच र नियतले चलचित्र बनाउन आउनेहरूका कारण नेपाली कलाकारहरूले यो समस्या भोग्नुपरेको छ। मैले यसअघि पनि भन्दै आएको कुरा के हो भने कुनै निर्माताबाट पारिश्रमिक नपाएको खण्डमा तुरुन्त संघमा निवेदन दिनुहोस्, पैसा निकाल्ने काममा हामी सहयोग गर्छौं। हामीसँग एउटा न्यायिक समिति छ, उक्त समितिले यो समस्याको समाधान गर्नेछ। समस्या भए आउनुहोस्, केही चिन्ता लिनुपर्दैन। पछि काम पाइँदैन कि, कसैले केही भन्ला कि भन्ने सोचले आफ्नो समस्या आफैँसँग राख्दा पनि यस्तो समस्या बढ्दै गएको हो।

विकेन्ड रेस्टुराँ

दाउरामा पाकेको खाना

काठमाडौंमा दाउरामा पाकेको खानाको स्वाद लिने ठाउँ बिरलै फेला पर्छ । धुम्बाराहीचोक नजिक ०६८ सालमा खुलेको नेपाली भान्छा घरमा भने दाउरामा पाकेको खानाको स्वाद लिन सकिन्छ । त्यही कारणले यो रेस्टुराँ धेरैको रोजाइमा पर्ने गरेको छ । यहाँ काठमाडौं उपत्यकाभित्र सञ्चालित काठका मिल र अन्य बिभिन्न ठाउँबाट दाउरा ल्याइन्छ । यो भान्छाघरमा उपलब्ध हुने सबै परिकार दाउरामै पकाइन्छ । सुकेधाराका बासुराम बस्नेतको पारिवारिक व्यापार हो- यो नेपाली भान्छा घर । उनका तीनै भाइ यही व्यापारमा होमिएका छन् । यहाँ तयार हुने नेपाली खाना सेट, ढिंडो सेट, लोकल कुखुरा, सेकुवा, म:म, मटन सेकुवा आदिको स्वाद लिन अमेरिकन, चाइनिज आदि विदेशी पर्यटक समेत पुग्छन् । उनीहरु यहाँको गुन्द्रुक, करेलाका साथै अन्य नेपाली परिकारको स्वाद अत्यधिक रूचाउँछन्, सञ्चालक बासुराम भन्छन्- अब हामी शाखा विस्तार गर्ने योजनामा छौं । यो भान्छा घरमा एक पटक-२ सय जनासम्म मानिस अटाउन सक्ने क्षमता छ । यहाँ रहेका तीनवटै फ्लोर प्रायः खाली रहँदैनन् । मध्यम वर्गीय मानिसहरूलाई लक्षित गरेर सुरु गरिएको यो भान्छा खासै महँगो छैन । यसको लोकप्रियता कति छ भने बिभिन्न ठाउँबाट यसको फ्रेन्चाइज लिन दिनहुँ मानिसहरु आउने गरेका छन् । ५ लाख रुपैयाँमा सुरू गरिएको यो रेस्टुराँमा अहिलेसम्म पौने एक करोड रुपैयाँ लगानी भैसकेको बासुरामले बताए ।

उपलब्ध परिकार

खाना सेट मटन	२ सय २० रुपैयाँ
चिकेन	२ सय रुपैयाँ
लोकल कुखुरा र ढिंडो	२ सय ५० रुपैयाँ
ढिंडो र मटन सेट	२ सय ८० रुपैयाँ
चिकेन सेकुवा प्रतिकेजी	७ सय रुपैयाँ
पोर्क	७ सय रुपैयाँ
मटन सेकुवा (प्रतिकेजी)	१ हजार ६ सय रुपैयाँ
बफ म:म	९० रुपैयाँ
चिकेन म:म	१ सय २० रुपैयाँ

विकेन्ड म्युजिक

बबाल फ्राइडे

आज ठमेलस्थित इबिजा लाउन्ज एन्ड बारमा ल्याट्भियाकी डिजे फक्सी म्यान्डीले स्टेज तताउँदैछिन् । उनले त्यहाँ रक गीत सुनाएर दर्शकहरूलाई मनोरन्जन प्रदान गर्नेछिन् । संसारका थुप्रै देशमा सांगीतिक प्रस्तुति दिइसककी म्यान्डी पहिलो पटक काठमाडौं आएकी हुन् ।

समय : साँझ ७ बजेदेखि बिहान ३ बजेसम्म ।
प्रवेश : नि:शुल्क

आज शुक्रबार भारत सिलगुडीकी नभनित आदित्य वाइवाले लाइभ म्युजिक प्रस्तुति दिँदैछिन् ।

समय : साँझ ६ बजे
स्थान : इभोक क्याफे एण्ड बिस्ट्रो, झम्सिखेल
प्रवेश : २ सय रुपैयाँ
आयोजक : इभोक क्याफे एन्ड बिस्ट्रो, बेसक्याम्प आउटडोर लाइफस्टाइल

विकेन्ड नाइट

दि भिक्ट्री लाउन्जमा डिजे स्यानन

भोलि शनिबार दरबारमार्गस्थित द भिक्ट्री लाउन्जमा नयाँ दिल्लीकी डिजे स्याननले आफ्नो लाइभ प्रस्तुति दिँदैछिन् । उनी भारतकै उत्कृष्ट डिजेमध्ये एक हुन् । प्रोड्युसर समेत रहेकी डिजे स्याननलाई डिजे नानी, डिजे रबिन, डिजे सिजन तथा डिजे श्यांकले साथ दिनेछन् । उक्त अवसरमा ब्यान्ड बिएनएसले समेत प्रस्तुति दिनेछ ।

स्थान : द भिक्ट्री लाउन्ज, दरबारमार्ग
समय : राति ९ बजे

विकेन्ड एनिभर्सरी

Trisara
Garden of Heaven

सातौं वर्षमा त्रिसारा

गतसाता पूर्वराजा ज्ञानेन्द्र सपरिवार आफ्ना नातेदारको जन्मदिन मनाउन त्रिसारा पुगेका थिए । उक्त अबसर मा उनी नाचेको तथा सर्वसाधारणसँग सेल्फी खिचेको प्रसंगले धेरैको ध्यान खिच्यो । बेलाबेला चर्चित व्यक्तिका कारण चर्चामा आइरहने त्रिसाराले भोलि शनिबार आफ्नो सातौं एनिभर्सरी मनाउँदैछ । यो विशेष अवसरमा नबिन के भट्टराईका साथै बिभिन्न ब्यान्डले त्रिसारामा सांगीतिक प्रस्तुति दिनेछन् ।

समय : ५ बजे
स्थान : त्रिसारा, लाजिम्पाट

विकेन्ड लाइभ

आज कर्णदास भोलि कालिप्रसाद

आज शुक्रबार कर्णदासको प्रस्तुति पोखरा प्रदर्शनी केन्द्र नयाँबजारमा हुँदैछ । साँझ ५ बजेपछि प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रममा अन्य कलाकारको प्रस्तुतिले समेत रौनक थप्नेछ भने आज दिउँसो हुने कार्यक्रमको मुख्य आकर्षण कुलेन्द्र विश्वकर्मा हुनेछन् । भोलि साँझ भने कालिप्रसाद बास्कोटाको प्रस्तुतिमा रम्न पाइनेछ । भोलि दिउँसो भने बसन्त थापा आकर्षणमा रहनेछन् । यो कार्यक्रमको आयो जना पोखरा उद्योग वाणिज्य संघले गरेको हो । सफल एक्स्पो पोखराका साथमा तेस्रो मोबाइल मेला-२०७५ मा हरेक दिन राष्ट्रिय तथा स्थानीय कलाकारको प्रस्तुति रहनेछ । मंसिर १३ गते प्रारम्भ भएको यो महोत्सव मंसिर २४ गतेसम्म चल्नेछ । महोत्सवको थप आकर्षणका रूपमा हरेक दिन प्रस्तुत हुने लो कदोहोरी प्रतियोगिता, लोकनृत्य, रत्यौली, विद्यालय स्तरीय नृत्य, लोपोन्मुख सांस्कृतिक झाँकी तथा हास्यव्यंग्य आदि छन् ।

समय : बिहान ११ बजेदेखि राति ८ बजेसम्म
प्रवेश शुल्क : विद्यार्थीका लागि ४० रुपैयाँ, सर्वसाधारणका लागि ६० रुपैयाँ

स्टाइल वार हिपहप फेस्टिबल

भोलि शनिबार पोखरामा स्टाइल वार हिपहप फेस्टिबल-२०१८ को आयोजना हुँदैछ । द सोलमेट्स क्रिउले पहिलोपटक आयोजना गर्न लागेको यो कार्यक्रममा विभिन्न देशको हिपहप कल्चर हेर्न पाइनेछ । चीन, भारत, कोरिया तथा अष्ट्रेलियासँगै नेपालका विभिन्न ठाउँका हिपहप कलाकार यो कार्यक्रममा सहभागी हुँदैछन् । यो एउटा अन्तर्राष्ट्रिय हिपहप फेस्टिबल हो भने यसमा उत्कृष्ट प्रस्तुति दिनेले पुरस्कार समेत जित्नेछन् ।

स्थान : पोखरा सभागृह
समय : बिहान ११ बजेदेखि
प्रवेश : नि:शुल्क

चलचित्र

शान्ति

निर्देशक : दिनेश लिङ्देन
कलाकार : सञ्जीव थेवे, सुप्रिया श्रेष्ठ, सुशील क्षेत्री, निशा पोमु, सुदिता लिङ्देन, बालदिप राई, शर्मिला शर्मा, खुस्बु चेम्जोङ, अजय खड्का, प्रदीप योङहाङ, महेन्द्रकुमार राई, सुमित्रा अधिकारी आदि ।
संगीत : विकास चौधरी

सामाजिक पारिवारिक कथामा आधारित चलचित्र शान्ति आज शुक्रबारदेखि प्रदर्शनमा आउँदैछ । फाल्गुनन्द लिङ्देन फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण भएको यो चलचित्रले वैदेशिक रोजगारीमा रहेका नेपालीहरूको यथार्थता, नारीको संवेदनाजस्ता विषय समेटेको निर्देशक लिङ्देनले बताए । यो चलचित्र पूर्व मिस लिम्बु निशा, सञ्जीव तथा सुप्रियाको डेब्यु चलचित्र हो । एक वर्षअघि नै निर्माण सम्पन्न भएको यो चलचित्र प्राविधिक कारणले ढिलो गरी प्रदर्शनमा आउन लागेको निर्माण टिमको भनाइ छ । कविता राई लिङ्देन प्रस्तुतकर्ता, वसन्त थेबे कार्यकारी निर्माता तथा शान्ता बखिम थेबे निर्माता रहेको चलचित्र शान्तिलाई ज्ञानु राईले खिचेका हुन् । चलचित्रका अधिकांश भाग सिन्धुली, काभ्रे, नुवाकोट आदि स्थानमा छायांकन गरिएको हो । यो चलचित्रको निर्माणमा ८० लाखभन्दा बढी लगानी भएको बताइएको छ ।

२.०

निर्देशक : एस. शंकर
कलाकार : रजनीकान्त, अक्षय कुमार, एमी ज्याक्सन, सुधांशु पाण्डे, आदिल हुसेन आदि ।
संगीत : ए.आर. रहमान

सुभाषकरन तथा राजु महालिंगमको लगानीमा निर्मित बलिउड इतिहासकै सबैभन्दा महँगो चलचित्र २.० हिजो बिहीबारदेखि प्रदर्शनमा आएको छ । यो केही वर्षअघि प्रदर्शनमा आएको चलचित्र रोबर्टको सिक्वेल हो, जुन रजनिकान्तको सुपरहिट चलचित्र थियो । रोबर्टको पहिलो भागको अन्तिममा रजनीकान्तको रोबर्ट रूप चिट्टीलाई ध्वस्त पारेर म्युजियममा राखिएको थियो । चलचित्रमा रजनीकान्तको रोबर्टको चिट्टीको दोस्रो संस्करण देख्न पाइनेछ । यो चलचित्रमा अक्षयकुमार खलनायकको भुमिकामा प्रस्तुत हुन लागेको बताइन्छ । २.० मा रजनीकान्तले म्युजियममा राखिएका चिट्टीको पुनः स्मरण गर्छन् । करिब ९ सय करोडमा निर्माण भएको यो चलचित्र हिन्दीबाहेक अन्य १४ भाषामा डबिङ भएको भारतीय मिडियाको भनाइ छ । चलचित्र २.० मा अक्षय कुमार एक जिनियस वैज्ञानिकको भूमिकामा छन् । ट्रेलरअनुसार अक्षयले सेलफोन राख्ने हरेक मानिसलाई हत्यारा सम्झन्छन् र उनीहरूको सेलफोन खोस्छन् । १ घण्टा ४७ मिनेट लामो यो चलचित्रको कथा तथा पटकथा निर्देशक एस शंकर स्वयंले लेखेका हुन् ।

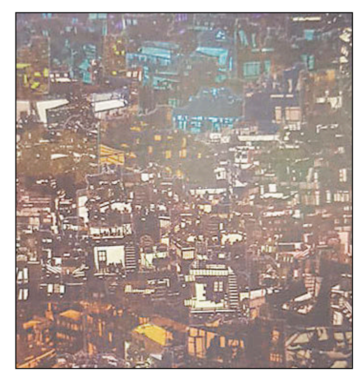
रंगमञ्च

शिल्पीमा शकुन्तलाको औंठी

बत्तीसपुतलीस्थित शिल्पी थिएटरमा शकुन्तलाको औंठी नाटक मञ्चन भैरहेको छ । सुरेन्द्र बर्माको लेखन तथा सुरज मल्लको निर्देशनको उक्त नाटकको मञ्चन गत शुक्रबार प्रारम्भ भएको हो । पुस ७ गतेसम्म चल्ने यो नाटकमा दिया मास्के, सुरज मल्ल, विकास न्यौपाने, आशिष श्रेष्ठ, प्रकृति रायामाझी आदि कलाकारले अभिनय गर्दैछन् । यो नाटक मंगलबारबाहेक हरेक दिन साँझ ५ बजे मञ्चन हुनेछ भने शनिबार त्यसको अतिरिक्त शो हुने बताइएको छ ।

ग्यालरी

सुनिताको बाँडिएको आकाश



बबरमहलस्थित सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा सुनिता महर्जनको बाँडिएको आकाश शीर्षकको कला प्रदर्शनी हुने भएको छ । सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीद्वारा आयोजित उक्त प्रदर्शनी मंसिर १६ गतेदेखि पुस २६ गतेसम्म चल्ने बताइएको छ । यो प्रदर्शनीको उद्घाटन शिक्षा फाउन्डेसनकी संस्थापक सदस्य श्रीमती कुमुदिनी गुरुङ श्रेष्ठले पर्सि आइतबार गर्दैछिन् ।

विन्ध्यवासिनी म्युजिक एवार्ड

नवौं संस्करणको विन्ध्यवासिनी म्युजिक एवार्ड-२०७५ मा गायक अजर जंगम तथा गायिका प्राश्ना शाक्य सर्वोत्कृष्ट भएका छन् । गायक जंगमले 'चाहिएन सागरबाट' तथा गायिका शाक्यले 'ए हावा' गीतबाट वर्षकै सर्वोत्कृष्ट गायक तथा गायिकाको एवार्ड जितेका हुन् ।

गीत, संगीत, नृत्य तथा उद्घोषक दिनेश डिसीको व्यंग्यात्मक शैलीको उद्घोषणले मनोरञ्जक बनेको एवार्ड वितरण समारोहमा दिलीप योञ्जन तामाङको 'आफ्नै छायाँले...' गीतले सुगम संगीततर्फ सर्वोत्कृष्ट गीतको एवार्ड जित्यो । सर्वोत्कृष्ट सुगम संगीतको एवार्ड 'माया गर्छु मनैबाट' गीतबाट संगीतकार श्रीकृष्ण बम मल्लले जिते भने रचनाकारतर्फको एवार्ड 'मुटु चोरी लाने' गीतबाट राजुबाबु श्रेष्ठले हात पारे । महिला गीतकारको एवार्ड पद्मा लिंखा मगरले 'सुन्दर फूलको थुंगा' बाट जितिन् । बीएम गुरुङको 'सृष्टिका बिम्ब' ले वर्षको सर्वोत्कृष्ट एल्बमको एवार्ड जित्यो भने संगीत संयोजकको एवार्ड तिमी एक प्रेमकथाका लागि मल सौरागले जिते ।

सर्वोत्कृष्ट पप गायकको एवार्डबाट गायक प्रेमप्रकाश ओली (तिम्रो कर्ली कपाल) पुरस्कृत हुँदा पप गायिकाको एवार्डबाट दुर्गा खरेल (भेटेरै भन्नु छ) पुरस्कृत भइन् । पप संगीतकारको एवार्ड राजु सिंह (तिमीलाई छुँदैछु) ले जित्दा युगल गायनतर्फको एवार्ड 'नौलाई शून्य नब्बे' गीतका लागि रुपकुमार राई तथा मेनुका राईको पोल्टामा पर्‍यो ।

लोकदोहोरीतर्फ सर्वोकृष्ट गायकको एवार्ड नवीन पौडेलले (बैंस आ'की छोरीलाई) ले जिते भने गायिकाको एवार्ड मीरा गिरी (लहै पार्‍यो तिम्रो मायाले) ले जितिन् । लोकदोहोरी भाकाको एवार्ड गणेश चौलागाई (मायाको लाजमा फसेको) ले जित्दा रचनाको एवार्ड प्रल्हाद सुवेदी (शब्दकोश) ले हात पारे । लोकदोहोरी गीतको एवार्डबाट धर्मराज पोखरेल (रुँदै धरर) पुरस्कृत भए ।

आधुनिक संगीतको म्युजिक भिडियोतर्फको सर्वोत्कृष्ट मोडलको एवार्ड बेहुला बनाउँछु भन्थी गीतबाट दुर्गेश थापा तथा निशा बोहराले जिते भने लोकतर्फ पापी कालबाट बिमल अधिकारी र रूपा कँडेलले प्राप्त गरे । लोकदोहोरी भिडियो निर्देशकको एवार्ड रातो अबिरबाट काजिस श्रेष्ठ, आधुनिक गीतको भिडियो निर्देशकको एवार्ड डन्ट किल मीबाट निशान घिमिरे, भिडियो छायाँकारको एवार्ड अजय रेग्मीले तथा भिडियो सम्पादकको एवार्ड हरेक साँझबाट विष्णु शर्माले जिते ।

चलचित्रतर्फ सर्वोत्कृष्ट गायक-गायिकाको एवार्ड चलचित्र राज्जारानीको 'चिपक चिपक' गीतका लागि नरहरि प्रेमी तथा चलचित्र मंगलमको भन के गरूँ मबाट गायिका जुनु रिजाल काफ्ले पुरस्कृत भए । चलचित्र 'मंगलम' कै पर्ख पर्ख मायालुबाट संगीतकार दीपक शर्माले सर्वोत्कृष्ट संगीतकारको एवार्ड जिते ।

राष्ट्रिय गीतको एवार्ड माटोबाट हरिराम महर्जनको पक्षमा गयो भने नवप्रतिभाको एवार्ड भिजन बासकोटाले प्राप्त गरे । सर्वोत्कृष्ट नवप्रतिभा लोकदोहोरीको एवार्ड पछ्यौरी तातो गीतकी शान्ता परियारले जितिन् भने एसएस डिजिटललाई वर्षको सर्वोत्कृष्ट म्युजिक कम्पनीको एवार्ड दिइयो । अमेरिकामा बसोबास गरिरहेका गायक बिमल डाँगीलाई विन्ध्यवासनी अन्तर्राष्ट्रिय संगीत सम्मान प्रदान गरियो । समारोहमा गायक बलराम राजवंशीलाई विन्ध्यवासिनी जुरी एवार्ड प्रदान गरियो भने भने सगुन शाही र देवेन्द्र क्षेत्रीले पब्लिक च्वाइस एवार्ड जिते । मोडल करिश्मा ढकाल र गायक रामजी खाँडले विन्ध्यवासिनी पपुलर एवार्ड हात पारे ।

समारोहमा संगीतकार शक्ति बल्लभ श्रेष्ठलाई १ लाख रुपैयाँ सहितको 'विन्ध्यवासिनी लाइफटाइम एचिमेन्ट एवार्ड-२०७५' बाट सम्मानित गरियो भने २५ हजार ५ सय २५ रुपैयाँसहितको संगीत पत्रकारिता पुस्कार-२०७५ पत्रकार रमण घिमिरेले प्राप्त गरे । १५ हजार ५ सय १५ रुपैयाँसहितको संगीत रत्न सम्मानबाट गायक सुगम पोखरेललाई तथा १० हजार १ सय १० रुपैयाँसहितको विन्ध्यवासिनी चलचित्र सम्मानबाट चलचित्र कालोपाथीका निर्देशक मिनबहादुर भामलाई सम्मानित गरियो ।

लाइफटाइम एचिभमेन्ट एवार्डबाट सम्मानित संगीतकार शक्ति बल्लभको सम्मानमा गायक आनन्द कार्की, सुमित खड्का तथा गायिका प्राश्ना शाक्यले बल्लभद्वारा संगीतबद्ध लोकप्रिय गीतहरू प्रस्तुत गरेका थिए भने गायक रामकृष्ण ढकाल तथा गायिका दुर्गा परियारले पनि प्रस्तुति दिएका थिए । समारोहमा नृत्य निर्देशक शिव विक, दीपासा बीसी, निर्मला निरौला, काजिस श्रेष्ठ, शंकर बीसी, रिना थापा मगर आदिको नृत्यले दर्शकहरूको मन जितेको थियो ।

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक

ज्योति प्रसाईं

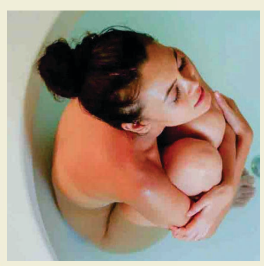
Log on to :
facebook
www.facebook.com\kantipursaptahik

तस्बिर : कुवेत तामाङ
मेकअप : सरिता थापा मगर
लोकेसन : मिराबेल रिसोर्ट, धुलिखेल

डाक्टर सुन्दरी

अभिनेत्रीहरूले चलचित्रमा डाक्टरको भूमिका निर्वाह गर्नु सामान्य हो। थुप्रै चलचित्रमा अभिनेत्रीहरूलाई चिकित्सकका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। विज्ञापनमा समेत मोडलहरूलाई डाक्टर बनाउनु सामान्य भैसकेको छ। नेपाली ग्ल्यामरको क्षेत्रमा भने एक जना डाक्टर नै मोडलका रूपमा स्थापित भएकी छिन्। हो, २२ वर्षीया इशु श्रेष्ठले यही वर्ष एमबीबीएसको अध्ययन पूरा गरेकी हुन्। नेपाली सेनाको मेडिकल कलेजबाट एमबीबीएस उत्तीर्ण इशु अहिले त्यही अस्पतालमा कार्यरत छिन्। अघिल्लो वर्ष सम्पन्न मिस नेवाः-११३७ को उपाधि जित्दा इशु एमबीबीएसको अन्तिम वर्षमा थिइन्। भविष्यमा छाला रोग विशेषज्ञ बन्ने लक्ष्य लिएकी इशुले चिकित्सा पेशासँगै मोडलिङलाई समेत निरन्तरता दिइरहेकी छिन्। आफूमा भएको आत्मविश्वासकै कारण सौन्दर्य प्रतियोगितामा सहभागिता जनाएर उपाधि जित्न सफल भएको बताउने इशुले यो अवधिमा केही विज्ञापनमा काम गरिसकेकी छिन्। भविष्यमा मिस नेपालमा समेत सहभागिता जनाउने योजना बनाएकी इशुले अध्ययनसँगै ग्ल्यामरको क्षेत्रको आफ्नो प्रवेश धेरैका लागि प्रेरणादायक हुन सक्ने अनुमान गरेकी छिन्।

चलचित्रका लागि न्यूड



हलिउड र बलिउड चलचित्रका कलाकारहरू चरित्रअनुसार न्यूड हुनु सामान्य मानिन्छ। नेपाली चलचित्रमा भने यस्तो प्रयोग निकै दुर्लभ मानिन्छ। केही वर्षअघि राजेश हमालको चलचित्र 'किन किन' का लागि उक्त चलचित्रकी अभिनेत्री अरुणिमा लामा न्यूड भएकी थिइन्। अहिले आएर उपन्यासकार सुविन भट्टराईको उपन्यास समरलभमा आधारित चलचित्रमा अर्कि एक अभिनेत्रीले न्यूड सिन दिएकी छिन्। अभिनेत्री रेवती क्षेत्री उक्त चलचित्रको एउटा दृश्यका लागि निर्वस्त्र भएकी हुन्। चलचित्रको हालै सार्वजनिक टिजरमा रेवती पूर्ण नग्न देखिन्छिन्। त्यसबाहेक चलचित्रका अन्य केही दृश्यमा रेवतीले चुम्बनका दृश्य समेत दिएकी छिन्। मुस्कान ढकालद्वारा निर्देशित यो चलचित्रका ती दृश्यमा सेन्सरले कैंची चलायो भने अचम्म नमाने हुन्छ।

भोजपुरीमा सुटुक्क नीता

भाइटीकाको केही दिनपछि अभिनेत्री नीता ढुंगानाले फेसबुकमा एउटा तस्बिर पोस्ट गर्दै लेखिन्- 'केही दिनका लागि नेपाल छाड्दै...'। तस्बिरमा उनी विमानभित्र देखिन्थिन्। धेरैले उनलाई शुभयात्रा भने पनि अधिकांशले उनी कहाँ गैरहेकी छिन् भन्ने पत्तो पाएनन्। त्यसको चार दिनपछि दुईवटा सेल्फी अपलोड गर्दै नीताले लेखिन्- 'एट राँची।' ह्यास ट्यागमा उनले इन्डिया तथा सुट टाइम पनि लेखिन्। यति भनेपछि धेरैले अनुमान गरे, उनी भारतको राँचीमा छायांकन भैरहेको कुनै चलचित्रका लागि त्यता गएकी हुन्। त्यसको दुई दिनपछि नीताले झारखण्डमा चलचित्रको छायांकन भैरहेका केही तस्बिर अपलोड गरिन्। ती तस्बिरमा भोजपुरी चलचित्रका सुपरस्टार निरहुवा पनि देखिन्छन्। यति भैसकेपछि के कुरा स्पष्ट भैसकेको थियो भने नीताले भोजपुरी चलचित्रमा अभिनय गरेकी हुन्, जसमा उनको जोडी छन्– निरहुवा। त्यसबीच अभिनेता निरहुवाले आफ्नो अफिसियल पेजमा नीतासहितको एउटा ग्रुप फोटो पोस्ट गर्दै 'शेरे हिन्दुस्तान' शीर्षकको उक्त चलचित्रको छायांकन सम्पन्न भएको उल्लेख गरेका छन्। रमाइलो कुरा के छ भने अभिनेत्री ढुंगानाले पहिलो पटक अभिनय गरेको भोजपुरी चलचित्रमै सुपरस्टारको साथ पाएकी छिन्। अब हेर्नु छ, उनले आफ्नो यो यात्रालाई कहाँसम्म पुऱ्याउने हुन् ?

साम्राज्ञीको मिड फिंगर

विभिन्न कारणले चर्चामा आइरहने अभिनेत्रीमध्येकी एक हुन्- साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह । उनको व्यवहार र अभिव्यक्तिका विषयमा बेला-बेलामा विभिन्न टीकाटिप्पणी हुन्छन् । गत साता अभिनेत्री शाहको जन्मदिन थियो । उनले जन्मदिन नजिकका साथीभाइ एवं प्रेमीका साथ मनाइन् । साम्राज्ञीले यसपालिको जन्मदिन आफ्नो प्रेमीको घरमा मनाएको खबर पनि बाहिरिएको छ भने शाह जन्मदिनको अवसरमा साथीभाइ एवं आफ्ना प्रेमीसँग मदिराको नशामा लठ्ठिएको भिडियोसमेत बाहिरिएको छ । सार्वजनिक भिडियोमा साम्राज्ञी मदिरामा लट्ठिएकी मात्र नभएर मिड फिंगर अर्थात माझी औंला देखाउँदै अभद्र शैलीमा प्रस्तुत भएकी छिन् । यसरी मिड फिंगर देखाउनुलाई पछिल्लो पूस्ताका युवायुवतीले फरक ढंगले बुझ्ने गरेका छन् ।

कर्णालीकी करिश्मा

कर्णाली प्रदेशमा हुर्किएकी गायिका करिश्मा घर्ती मगरको स्वरमा जादु छ भन्नेहरू बढ्न थालेका छन्। बाल्यकालदेखि नै गायनमा आकर्षित करिश्माले विद्यालयदेखि हाट बजार तथा मेला महोत्सवसम्म पुगेर आफ्नो गायकी प्रस्तुत गरिसकेकी छिन्। करिश्माले कर्णाली प्रदेशको राजधानी वीरेन्द्रनगरबाट निकै टाडा विकट एवं दुर्गम दाप्चा गाउँदेखि नेपालगन्ज हुँदै काठमाडौंसम्म आफ्नो गायन कला देखाउँदै आएकी छिन्। २०६३ तिरै सुर्खेतको पहिचान झल्काउने गीत काँक्रेबिहार ढुंगे दरबार गाएर चर्चामा आएकी करिश्माले झन्डै तीन दर्जन लोकगीत रेकर्ड गराइसकेकी छिन्।

घाइते भए पनि

अभिनेता बिपिन कार्की अहिले फुर्सदमा छन् । एउटा दुर्घटनामा खुट्टा भाँचिएपछि उनी अहिले बेड रेस्टमा छन् । चलचित्र जात्रैजात्राको छायांकनका लागि एकाबिहानै मोटरसाइकलमा कालीमाटी हुँदै अघि बढ्ने क्रममा उनी दुर्घटनामा परेका थिए । दुर्घटनापछि बल्खुस्थित एक अस्पतालमा भर्ना गरिएका बिपिनको खुट्टामा स्टिल नै हाल्नुपरेको बताइन्छ । यता चलचित्र जात्रैजात्राका निर्माता रवीन्द्र सिंह बानियाँले भने अभिनेता कार्की केही सातापछि नै छायांकनका लागि तयार हुने दावी गरेका छन् । चिकित्सकले तीन सातापछि छायांकनमा सहभागी हुन सक्ने बताएपछि आफ्नो चलचित्र पूर्वनिर्धारित मिति अर्थात् फागुन १७ गते नै प्रदर्शनमा आउने निर्माता बानियाँको भनाइ छ । निर्माता बानियाँका अनुसार यो तीन साताको अवधिमा बिपिनबाहेकका कलाकारको छायांकन गरिनेछ भने त्यसपछि बिपिनका दृश्य खिचिनेछ । प्रदीप भट्टराईद्वारा निर्देशित यो चलचित्रको टिजर सार्वजनिक भैसकेको छ ।

दिनहुँ दुर्व्यवहार !

स्टेज कार्यक्रममा निकै व्यस्त गायिका तथा मोडल ज्योति मगर हिजोआज निकै तनावमा छिन् । स्टेज कार्यक्रमका लागि देश-विदेशमा जाने क्रममा पटक-पटक विभिन्न आयोजक तथा व्यक्तिले आफूविरुद्ध दुर्व्यवहार गर्ने प्रयास गरेको ज्योति बताउँछिन् । यही साता ज्योति दुई स्थानमा नराम्रोसँग फसिन् । चितवनस्थित गैंडाकोटमा एक क्लबले आयोजना गरेको साँस्कृतिक कार्यक्रम सकिएपछि साँझ आयोजकमध्येका एक सदस्यले खानासँगै खाने भन्दै उनलाई होटलमा पुऱ्याए । होटलको खुला ठाउँमा खाना खाने इच्छा राखेकी ज्योतिलाई तपाईं सेलिब्रेटी जस्तो मान्छे खुला ठाउँमा भन्दा सेक्रेट ठाउँमा खाना खानुस् भन्दै बस्ने कोठामै खाना पुऱ्याइदिन होटल स्टाफलाई आग्रह गरे । ज्योति पनि आफू बस्ने कोठामै खाना आउने भएपछि मख्ख भइन् अनि ती व्यक्तिको आग्रह सहर्ष स्वीकारिन् । एकैछिन गफ गर्ने भन्दै आफूसँगै कोठामा छिरेका ती व्यक्तिले रातको ११ बजेसम्म कोठा नछोडेपछि ज्योतिले प्रहरीको सहारा लिएर उनलाई कोठाबाट निकालेकी थिइन् । ती व्यक्ति रातभर प्रहरीको हिरासतमा बसे । राति कोठाबाट निस्कन आग्रह गर्दा ज्योतिसँग रिसले चुर हुँदै नानाथरी बोले, धम्की दिए । अर्को दिन प्रहरी हिरासतमा रहेका ती व्यक्तिले अबदेखि कहिल्यै गलत काम नगर्ने भन्दै एक पटकलाई माफी दिन आग्रह गरेपछि ज्योतिले उनलाई माफी दिएकी थिइन् । फेरि उस्तै खालको घटना ज्योतिले चितवनमै बेहोरिन् । सांस्कृतिक कार्यक्रमपछि आफ्नो होटल भ्यु टावरको कोठामा पुगेकी ज्योतिलाई रातको २ बजे होटलका सञ्चालकले निरन्तर कोठा खोल्न आग्रह गरेपछि उनले ढोका खोलिन् । मस्त निद्रामा रहेकी ज्योतिले अन्ततः फेसबुकमा लाइभ गर्दै ती सञ्चालकलाई तुरुन्त कोठाबाट निस्कन आग्रह गरिन् । लाइभ गरिरहेको थाहा पाएपछि ती व्यक्ति होटलबाट निस्किएका थिए । ज्योतिले निरन्तर यस्तो खालको दुर्व्यवहारका कारण आफू मानसिक तनावमा परेको बताएकी छिन् ।

सेलाइन श्वेता

श्रीकृष्ण श्रेष्ठसँगको वियोगका कारण कोहिनूरपछि श्वेता खड्काले लामो समय विश्राम लिइन् । उनी चलचित्रबाट टाढा हुनेसम्मका हल्ला चले । त्यतिबेला श्वेतालाई फिल्मी कार्यक्रममा समेत फेला पार्न मुस्किल हुन्थ्यो । यद्यपि कुशल अभिनयका कारण आफ्नै पहिचान बनाएकी श्वेता चार वर्षपछि कान्छीमा देखा परिन् । अभिनय मात्र होइन, त्यसको निर्माणसमेत आफैंले गरिन् । नाम चलेका धेरै कलाकारका चलचित्रको व्यापार खस्किरहेका बेला कान्छीले नाफा कमायो । कान्छीले स्वदेशी बजारसँगै विदेशमा समेत लोभलाग्दो व्यापार गऱ्यो । त्यसैले अपेक्षा थियो, श्वेताले भटाभट चलचित्र साइन गर्ने छिन् तथा चलचित्र निर्माणलाई समेत निरन्तरता दिनेछिन् । अनुमानविपरीत अहिले सबैले के महसुस गर्न थालेका छन् भने व्यापार एवं सामाजिक कार्यमा समेत सक्रिय श्वेताले चलचित्रलाई प्राथमिकतामा राखेकी छैनन् । कारण, कान्छी प्रदर्शन भएको सात महिना बिते पनि उनी न कुनै नयाँ चलचित्रमा अनुबन्धित भएकी छिन्, न त कुनै नयाँ चलचित्र निर्माणको सुरसारमै देखिन्छिन् ।

मनपर्छ

एक्सन चलचित्र खेल्ने रहर छ

चपली हाइटबाट चम्किएका अभिनेता हुन् आमिर गौतम । मिसन पैसा, चपली हाइट, मिसन पैसा रिलोडेड, दिलमा सजाए तिमीलाई, बादशाह जुट तथा हलिउड चलचित्र द म्यान फ्रम काठमाडौंमा काम गरिसकेका गौतम अभिनय एवं आकर्षक ज्यानका कारण चिनिएका छन् ।

चलचित्र : आमिर खानको तारे जमिन पे
अभिनेता : रोबर्ट डि निरो
अभिनेत्री : सोनाली बेन्द्रे
भिलेन : सुनिल थापा
पहिलोपटक हेरेको चलचित्र : बास्केटबल डायरी
भावुक बनाएको चलचित्र : हिन्दी चलचित्र भगवान्
मन पर्ने ब्यानर : यशराज ब्यानर
अभिनय गर्न मन लागेको विधा : एक्सन तथा प्रेम मिश्रित चलचित्र ।

● अमिर गौतम, अभिनेता

मर्स्याङ्दीमा कायाकिङ प्रतियोगिता

लमजुङस्थित मर्स्याङ्दी नदीमा आयोजित १७ औं संस्करणको हिमालयन ह्वाइट वाटर च्यालेन्ज-२०१८ अन्तर्राष्ट्रिय कायाकिङ प्रतियोगिताको उपाधि प्रितम गुरुङले जितेका छन् । नेपाल एसोसिएसन अफ ऱ्याफ्टिङ एजेन्सी (नारा) ले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा सहभागी १८ प्रतिस्पर्धीमध्ये बेलायतमा स्थायी रूपमा बस्दै आएका प्रितम अब्बल साबित भएका हुन् । उनको पुख्यौली घर चितवन हो । 'स्ट्रिम स्लालम' तर्फको उपाधिसमेत जितेका प्रितम 'डाउन रिभर रेस स्प्रिन्ट'मा समेत अगाडि थिए । प्रतियोगितामा बेलायतका माट स्टेफन्सन द्वितीय तथा तनहुँका सोमबहादुर मगर तृतीय भए ।

महिलातर्फको उपाधि जर्मनीकी भेरा निसले हात पारिन् । महिलातर्फ सहभागी ६ प्रतियोगीमध्ये उनले 'स्ट्रिम स्लालम' को उपाधिसमेत जितेकी थिइन् ।

आयरल्यान्डकी सुसन डोय द्वितीय हुँदै महिलातर्फको 'डाउन रिभर रेस स्प्रिन्ट'मा समेत अग्रस्थानमा रहिन् भने आयरल्यान्डकै शीलघ हेन्नेस्सी तृतीय भइन् ।

यो प्रतियोगितामा नेपालसहित बेलायत, फ्रान्स, अमेरिका, क्यानाडा, नर्वे, स्वीडेन, स्पेन, न्युजिल्यान्ड, अस्ट्रेलिया आदि देशका पुरुष तथा महिला कायकरहरूले सहभागिता जनाएका थिए ।

राजाराम पौडेल

नेपाल्स लिटिल आइकन

विभिन्न उमेर समूहका बालबालिका लक्षित बाल सौन्दर्य प्रतियोगिता नेपाल्स लिटिल आइकन-२०१८ को लिटिल समूहमा बालिकातर्फ सेरियाना बेगम विजेता भएकी छिन् भने सिम्रन पुन मगर फस्ट रनर्सअप तथा अंशु बोहरा सेकेन्ड रनर्सअप भएका छन् । बालकतर्फ आयुष सुवेदी विजेता बने भने सृजन गौतम र नवोदित घिमिरे क्रमशः फस्ट तथा सेकेन्ड रनर्सअप चयन भए । प्रतियोगिताको टिन समूहमा किशोरीतर्फ प्राप्ति सिंह राठौर विजेता भइन् । प्रतियोगितामा सबनम गुरुङ फस्ट रनर्सअप तथा प्रियंका भण्डारी सेकेन्ड रनर्सअप छानिएका थिए । किशोरतर्फ भने विनिभ श्रेष्ठ विजेता छनौट भए । प्रतियोगितामा कृविप थापा फस्ट रनर्सअप तथा अनिश रायमाझी सेकेन्ड रनर्सअप छानिए । यी प्रतियोगिता एएनपी मिडिया हाउसको ब्यानरमा जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरको डबलीमा सम्पन्न भएका थिए ।

दुई दर्जन कलाकार एकै मञ्चमा

रग्बी वर्ल्डकप टुरअन्तर्गतको नेपाल रग्बी फेस्टिभल तथा लाइभ म्युजिक कार्यक्रममा नेपाली संगीत तथा चलचित्र क्षेत्रका दुई दर्जनभन्दा बढी कलाकारले प्रस्तुति दिने भएका छन् । नेपाल रग्बी एसोसिएसनले फेम नेपालको आयोजनामा गर्न लागेको उक्त कार्यक्रम मङ्सिर २२ गते शनिबार टुँडिखेलमा हुनेछ । कार्यक्रममा वर्ल्ड रग्बीको ट्रफीसमेत सार्वजनिक गरिनेछ । निःशुल्क प्रवेश रहेको उक्त लाइभ शोमा अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्का, गायक सुगम पोखरेल, प्रमोद खरेल, आशिष राना 'लाउरे', नितेशजंग कुँवर, स्वप्न सुमन, एक्स ब्यान्ड, अभया एन्ड द स्टिम ब्यान्ड, डिजे सुरेन, डिजे क्विन आदिले प्रस्तुति दिनेछन् । सन्दीप क्षेत्री एवं शुभेच्छा खड्काले सञ्चालन गर्ने उक्त कार्यक्रम बिहान १० बजेदेखि साँझ ७ बजेसम्म चल्नेछ ।

बुटवलको र्‍याम्पमा ४५ जना

विभिन्न फेसन शो गर्दै आएको पेजन्ट नेपालले बुटवलमा बुटवल फेसन शो सम्पन्न गरेको छ । बुटवल क्षेत्रमा फरक ढंगको फेसन शो आयोजना गर्न लागेको भन्दै इभेन्ट म्यानेजर ममता बस्नेतले कार्यक्रममा रुपन्देहीका विभिन्न क्षेत्रका साथै पाल्पा, नवलपरासी र कपिलवस्तुबाट ४५ जना सहभागी रहेको बताइन् । फेसन शोमा युवतीहरूका अतिरिक्त ५ जना पुरुष तथा ५ जना विवाहित महिला समेत सहभागी थिए ।

आविष्कार खनाल तथा स्मारिका तामाङले सञ्चालन गरेको उक्त कार्यक्रममा स्वस्तिका कार्कीको कोरियोग्राफीमा र्‍याम्पमा उत्रिएका मोडलहरूबीच नायक श्रीदेव भट्टराई, नायिका पूर्णिमा लामा एवं कलाकार दीपक लक्की शो-स्टपर्सका रूपमा प्रस्तुत भएका थिए ।

स्वस्तिक श्रेष्ठ

नेपाल्स किड्स आइकन

एएनपी मिडिया हाउसको आयोजनामा सञ्चालित नेपाल्स किड्स आइकन-२०१८ अन्तर्गत जुनियर उमेर समूहमा साइसा सेढाईं तथा अनुपम न्यौपाने विजेता छनौट भएका छन् भने फस्ट रनर्सअपमा राजश्वी क्षेत्री र दर्शन विष्ट, सेकेन्ड रनर्सअपमा बन्दना साउद र समिप कुँवरले बाजी मारेका छन् । प्रतियोगिताको सिनियर उमेर समूहमा नम्रता कँडेलले विजेताको ताज पहिरिन् भने फस्ट रनर्सअप स्वीकृति गौतम, सेकेन्ड रनर्सअप सुशाना तामाङ घोषित भए । यो प्रतियोगिता जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा सञ्चालन गरिएको थियो ।

आदर्श डान्स आइडल

कास्कीको भण्डारढिकमा आयोजित पहिलो संस्करणको आदर्श महोत्सवको मुख्य आकर्षणका रूपमा रहेको विद्यालयस्तरीय आदर्श डान्स आइडलको उपाधि सत्यसाई विद्याश्रम बोर्डिङ स्कुल नदीपुरकी प्रतिभा गुरुङले जितेकी छिन् । उक्त अवसरमा फाइनलमा पुगेका ७ जना प्रतिस्पर्धीमध्ये युनिभर्स बोर्डिङ स्कुल, पोखरा-३२ की कृतिका बोहोरा फस्ट रनर्सअप तथा डायमन्ड मोडल बोर्डिङ स्कुलकी मेरेजीन गुरुङ सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भएका थिए ।

महोत्सवमा आयोजित रत्यौली गीत प्रतियोगितामा शान्ति प्रेमी आमा समूह लेखनाथ-२६ प्रथम भयो भने बाग्लुङ आमा समूह सैनिक बस्तीले द्वितीय तथा लगनशील महिला समूह आदर्श टोलले तृतीय स्थान प्राप्त गरे । यता नमुना कृषक आमा समूहले उत्कृष्ट गायनको पुरस्कार जित्यो ।

फेस अफ द नेसन

क्रिएटिभ इन्साइट मिडियाले मिस्टर एन्ड मिस फेस अफ द नेसन-२०१८ प्रतियोगिता आयोजित गर्ने भएको छ । भोलि मंसिर १५ गते शनिबार पहिलो अडिसन हुने उक्त प्रतियोगितामा १६ देखि ३० वर्षसम्मका विवाहित-अविवाहित सबैले भाग लिन पाउनेछन् । प्रतियोगिताका लागि छनौट हुनेहरूलाई करिब एक महिना विशेष प्रशिक्षण प्रदान गरिने आयोजकहरूले बताएका छन् ।

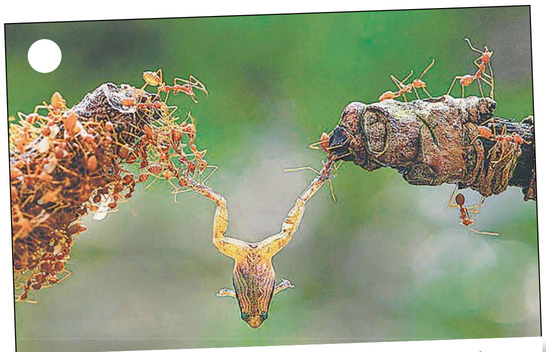
लाखबत्ती बाल्दै नेवाः सुन्दरी

१२ औं संस्करणको 'मिस लिटिल नेवाः-११३८' का प्रतियोगीहरूले गएको शनिबार काठमाडौंको एउटा मन्दिरमा लाखबत्ती बालेका छन् । नेप्लिज फेसन होमले आयोजना गर्दै आएको यो प्रतियोगिताका २० जना प्रतिस्पर्धीले शनिबार असनस्थित अन्नपूर्ण मन्दिरमा लाखबत्ती बालेका हुन् ।

यो प्रतियोगितामा ९ देखि १४ वर्ष उमेरका बालिकाहरूले सहभागिता जनाएका छन् ।

पहिलो विश्व

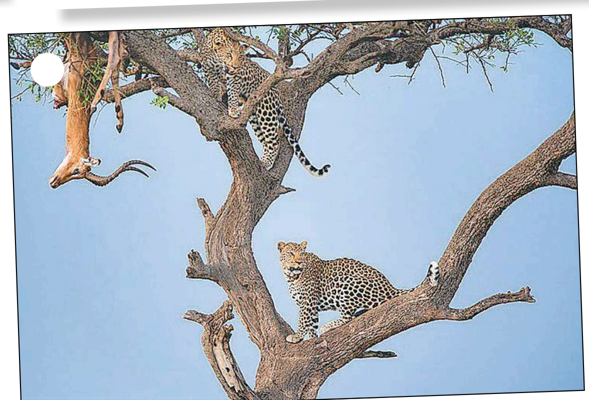
सिना इन्टरनेसनल एवार्डमा पुरस्कृत तस्बिर


फोटोग्राफर एमडी जाकिरुल मजेद कोनोकले बंगलादेशमा खिचेको यो तस्बिरले हनोरेबल मेन्सन अवार्ड प्राप्त गरेको थियो । कोनोकले कमिला खान गएको भ्यागुतो कमिलाहरूको ऐक्यबद्धताका कारण आफैं जोखिममा परेको क्षणलाई आफ्नो क्यामेरामा कैद गरेका थिए ।

जर्मन फोटोग्राफर थोमस कालाकले खिचेको दुबईस्थित बुर्ज खलिफाको यो तस्बिरले आर्किटेक्चर एन्ड अर्बन स्पेस क्याटोगरीमा रिमार्केबल एवार्ड प्राप्त गर्‍यो ।

अमेरिकी फोटोग्राफर एमोस नाचुमले एन्टार्टिक क्षेत्रमा लियोपर्ड सिलले पेन्गुइनलाई आफ्नो भोजन बनाउन गरेको आक्रमणको अन्तिम क्षणमा खिचिएको यो तस्बिर एलिमल्स इन देयर इन्भाइरोमेन्ट क्याटोगोरीमा पुरस्कृत भएको थियो ।

चिलीको लागोस प्रान्तमा विस्फोटन भएको काल्बुको ज्वालामुखीमा परेको चट्याङको दृश्य खिचेर फ्रान्सिस्को नेग्रोनी ब्युटी आफ नेचर विधामा पुरस्कृत भएका थिए ।


केन्याको जंगलमा एक जोडी चितुवाले आफूले आक्रमण गरेर पाएको जनावरलाई रुखको माथिल्लो भागमा लगेर राखेको क्षण क्यामेरामा कैद गर्ने फोटोग्राफर हेतल टिक्कु पेटल रिमार्केबल एवार्डबाट सम्मानित भए ।

म्यानमारमा जातीय विद्रोह भएपछि त्यहाँबाट भागेका रोहिंगा मुसलमानहरूको ठूलो संख्या बंगलादेशमा शरणार्थी जीवन बिताउन बाध्य भयो । त्यही शरणार्थी क्याम्पमा बंगलादेशका फोटोग्राफर केएम असदले शरणार्थी बालक अस्मत एराको भावुक मुद्रामा खिचेको यो तस्बिर प्रतियोगिताकै सर्वोकृष्ट तस्बिर घोषित भयो ।

तस्बिर स्रोत : सिना

बाँदरको पिकनिक

थाइल्यान्डको एक ग्रामीण क्षेत्रका बाँदरहरूका लागि पिकनिक सम्पन्न भएको छ । ग्रामीण क्षेत्र र छेवैमा रहेको जंगलमा स्वतन्त्र रूपमा विचरण गर्ने बाँदरहरूलाई भेला पारेर उक्त पिकनिक आयोजित गरिएको हो । थाइल्यान्डको लोपबुरीमा सञ्चालित बाँदरको उक्त पिकनिक उनीहरूको जन्मोत्सवजस्तो देखिएको थियो । बाँदरलाई खुसी तुल्याउन लामा-लामा टेबुलमा विभिन्न किसिमका फलफुल, आईसक्रिम, क्याण्डी, जुस आदि खानेकुरा राखिएको थियो । बुद्धिस्ट मन्दिरमा भएको यो पिकनिक स्थानीय बासिन्दाहरूले जनावरप्रति प्रेम दर्साउन आयोजना गरिएको बताइएको छ । यो कार्यक्रमको खबर पाएपछि धेरै पर्यटक उक्त मन्दिरमा पुगेका थिए । यो पिकनिकको भिडियो अहिले इन्टरनेटमा धेरै नै रुचाइएको छ ।

तस्बिर स्रोत : न्यूजफ्लेयर

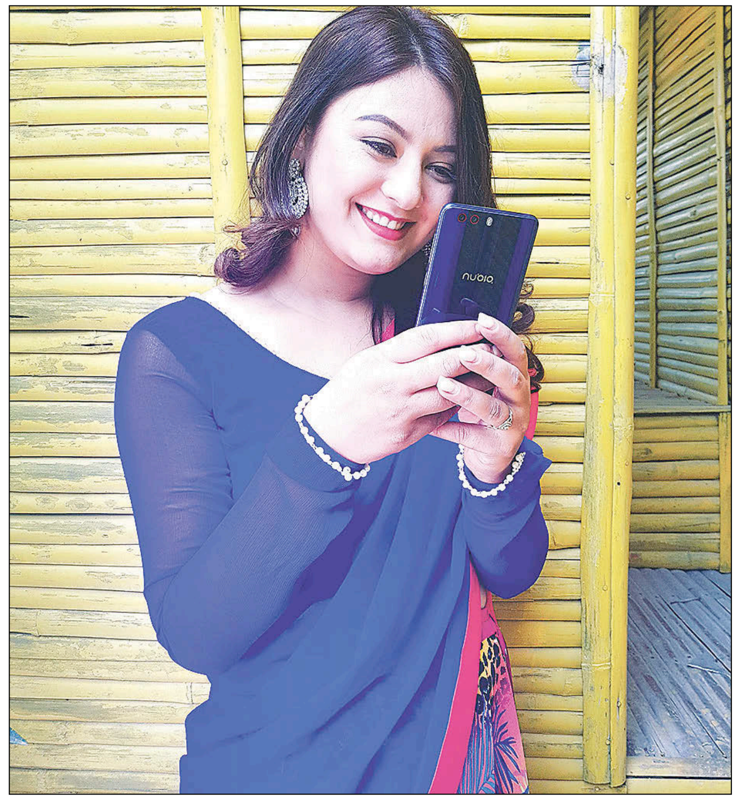
ज्याकी च्याङ्की छोरीको गर्लफ्रेन्डसँग

हलिउड, बलिउडलगायत हङकङमा निर्माण हुने चलचित्रमा मुख्य भूमिका निर्वाह गरेर विश्वकै चर्चित अभिनेता बनेका ज्याकी च्याङकी छोरीले हालै आफ्नी गर्लफ्रेन्डसँग विवाह गरेको घोषणा गरेकी छिन् । १९ वर्षीया इटा नुङ चोक लामले आफ्नो इन्स्टाग्राम एकाउन्टमा तस्बिर अपलोड गर्दै आफूले क्यानाडाकी इन्टरनेट सेलिब्रेटी ३१ वर्षीया एन्डी अटुमसँग विवाह गरेको घोषणा गरेकी हुन् । विवाहपछि एक-अर्कालाई चुम्बन गर्दै विवाहको प्रमाणपत्रले मुख छोपेको तस्बिरलाई नुङले इन्स्टाग्राममा पोस्ट गरेकी छिन् । उक्त पोस्टमा नुङले हामी प्रेम तथा कानुन दुवै रूपमा एक-अर्कासँग बाँधिएर विवाहित भएका छौं लेखेकी छिन् ।

तस्बिर स्रोत : नुङ इन्स्टाग्राम

टिकटक दुनियाँ

नरेन्द्र रौले



> फेसबुक बोरिङ हुन थाल्यो । फेक समाचारहरुको बिगबिगी छ, रेनुकाले भनिन्, तर टिकटकमा बोरिङ भन्ने हुँदैन । रमाइलै रमाइलो छ । रेनुकाले चलचित्रका डायलग तथा अरुले बोलेका रमाइला संवादमा आफूले अभिनय गरेर भिडियो अपलोड गर्दै आएकी छिन् ।

नेपाल आइडलमा सहभागी भएपछि धनगढी, कैलालीकी करिश्मा विष्ट एकाएक चर्चामा आइन् । धनगढी अडिसनमा उनले दिएको प्रस्तुतिले धेरैको मन जित्यो । फेसबुक र युट्युबमा मात्र होइन, उनले गाएको ग्याप गीतले टिकटक एप्समा अझ बढी स्थान पायो । खासगरी स्कुल, कलेज पढ्ने विद्यार्थीहरूले करिश्माको ग्याप गीतमा आफैंले अभिनय गर्दै टिकटकमा थुप्रै भिडियो अपलोड गरे, जसलाई अत्यधिक रुचाइयो ।

धनगढीकी करिश्मा मात्र होइन, नेपाल आइडलमा अडिसन दिएपछि चर्चामा आएका बझाङका नरेश पातली र नेपालगन्जका झक्कड थापाका गीत एवं उनले बोलेका डायलगलाई धेरैले भिडियो बनाएर टिकटकमा पोस्ट गरेका छन् । आफ्नै मोबाइलबाट टिकटकको सहयोगमा रमाइला भिडियो तयार पारेर अपलोड गर्ने चलन हिजोआज उत्कर्षमा छ । लोकप्रिय सामाजिक सञ्जाल फेसबुकपछि आएका ट्विटर, इन्स्टाग्रामपछि अहिले टिकटकले धेरैको ध्यान खिच्न थालेको छ । स्कुल पढ्ने विद्यार्थीदेखि कलाकार, पत्रकार, डाक्टर, चलचित्र निर्माता लगायत फरक पेसा, व्यवसायमा संलग्न सबै यो एपमा रमाउन थालेको पाइन्छ । अझ रमाइलो त के छ भने चर्चित सेलिब्रेटीहरूको तुलनामा सर्वसाधारणहरू नै टिकटकमा बढी हिट छन् ।

तिनैमध्येकी एक सर्वसाधारण हुन्– विराटनगरकी रेश्मा घिमिरे । आरके चिल्ड्रेन्स हस्पिटलमा कार्यरत नर्स रेश्माले जब भिडियो बनाएर टिकटकमा अपलोड गर्न थालिन्, उनका प्रशंसकहरू बढ्दै गए । रेश्माले विभिन्न गीत, संगीत, म्युजिक भिडियो, समसामयिक विषय तथा चलचित्रका डायलगहरूमा आफूले अभिनय गरेका भिडियो टिकटकमा अपलोड गर्दै आएकी छिन् । उनले अपलोड गरेका भिडियोहरूले ८४ हजारभन्दा बढी लाइक्स पाएका छन् । यो सामग्री तयार पार्दासम्म उनलाई फेसबुकमा १८ हजार ५ सय ८४ ले फलो गरेका छन् भने टिकटकमा उनका प्रशंसकको संख्या ५ लाख ५ सय ५२ भन्दा बढी पुगिसकेको छ । यसबाटै थाहा हुन्छ कि यो एपमा उनको लोकप्रियता कति छ ? त्यति मात्र होइन टिकटकका प्रयोगकर्ताको संख्या दिनहुँ कुन दरमा बढिरहेको छ भन्ने एउटा ज्वलन्त उदाहरण पनि हो यो ।

बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा कार्यरत नर्स रेनुका खड्का पनि टिकटकमा सक्रिय छिन् । विगत तीन महिना यता यो एप चलाउन थालेकी रेनुका फेसबुक चलाउँदा-चलाउँदा दिक्क लागेर टिकटकको संसारमा छिरेकी हुन् । 'फेसबुक बोरिङ हुन थाल्यो । फेक समाचारहरूको बिगबिगी छ,' रेनुकाले भनिन्, तर टिकटकमा बोरिङ भन्ने हुँदैन । रमाइलै रमाइलो छ । रेनुकाले चलचित्रका डायलग तथा अरूले बोलेका रमाइला संवादमा आफूले अभिनय गरेर भिडियो अपलोड गर्दै आएकी छिन् । रेनुका भारतीय अभिनेता सिद्धार्थ मल्होत्रा, कोरियोग्राफर गीता कपुर तथा नेपाली डान्सर शुसान्त खत्रीको टिकटक एकदमै पछ्याउँछिन् । स्वयं उनका नर्स साथीहरू शुभेच्छा पौडेल, इशा कार्की, एरिना कार्की, मर्सना लिम्बुहरू पनि टिकटकमा सक्रिय छन् । उनीहरूका भिडियो हेरेर पनि आनन्द लिन्छु, -रेनुका भन्छिन् ।

धरानस्थित नायिका वर्षा राउतले टिकटक चलाउन थालेको एक वर्ष पुग्न थाल्यो । टिकटकमा रमाइला खालका भिडियो अपलोड गर्ने वर्षाले सकारात्मक प्रतिक्रियाहरू प्राप्त गरिरहेकी छिन् । चलचित्रमा अभिनय गर्दाको आफ्नै खालको रमाइलो छ । वर्षा भन्छिन्– टिकटकका लागि भिडियो बनाउँदा पनि कम रमाइलो हुँदैन । उनीजस्तै अन्य नायिकाले पनि रमाइलो खालका भिडियो बनाएर टिकटकमा अपलोड गर्दै आएका छन् । मोडल रिया श्रेष्ठ र तिर्सना बुढाथोकीले अपलोड गरेका डान्स भिडियोले प्रयोगकर्ताहरूलाई राम्रैसँग इन्गेज गराएका छन् । विगत दुई महिनाको अवधिमा १ सयवटाजति भिडियो पोस्ट गरिसकेकी रिया टिकटकमा ग्ल्यामरस भिडियो बढी पोस्ट गर्छिन् । टाइम पास र रमाइलो लागि भिडियो अपलोड गर्ने रियाले टिकटकलाई फेसबुकजत्तिकै समय दिइरहेकी छिन् ।

आफ्नो मोबाइलमा टिकटक एप डाउनलोड गरेर साइन अप गरेपछि जोकसैले १५ सेकेन्डको भिडियो बनाउन सक्छन् । तपाईं डान्स गर्नुहोस् वा क्यारिकेचर, अरूको गीत र चलचित्रको डायलगमा अभिनय गर्नुहोस् वा चुपचाप अरूले अपलोड गरेका भिडियो हेरेर मजा लुट्नुहोस् । कुन व्यक्तिमा कस्तो खालको क्षमता– सीप छ भन्ने कुरा टिकटकको संसारमा प्रवेश गरेपछि छर्लङ्ग हुन्छ । बजारमा कुन विषयले चर्चा पाइरहेको छ, यसका प्रयोगकर्ताहरूले बनाएको भिडियो हेरेपछि थाहा लाग्छ । चाहे त्यो नाम कमाएर होस् वा बदनाम भएर, त्यो बेग्लै पाटो हो ।

मोबाइलमा एकपटक टिकटक एप डाउलोड गरेर प्रयोग गर्न थाल्नुभयो भने तपाईं यो दुनियाँमा हराउनुहुनेछ । त्यसैले पनि होला सानो उमेरका केटाकेटीदेखि सेलिब्रेटीसम्म टिकटकको प्रयोगमा भुलिएका छन् । कुनै बेला हाइफाइभ सर्वाधिक चर्चामा थियो, अहिले त्यो इतिहास भैसकेको छ । फेसबुकको लोकप्रियता संसारभर छ, यद्यपि फेसबुक पनि कुनै बेला हाइफाइभ जसरी नै इतिहास नबन्ला भन्न सकिँदैन । किनभने समयअनुसार टिकटकजस्ता नयाँ-नयाँ एप आफूलाई अपग्रेड गर्दै यसरी उदाइरहेका छन् कि नेपाल जस्ता तेस्रो विश्वका कुनाकन्दरादेखि बलियो अर्थतन्त्र भएका अमेरिका, चीनजस्ता देशका डिजिटल मार्केट यिनकै वरिपरि घुम्न थालेका छन् ।

मोबाइलबाट बनाउन सकिने छोटो भिडियोका लागि चर्चित एप्स हो– टिकटक । यसलाई सुरुवात गर्ने कम्पनिका अनुसार आफूले देखेको कुनै विशेष पल, सिर्जनात्मक र ज्ञानको विषयलाई मोबाइलबाटै कैद गरेर संसारसामु प्रस्तुत गर्ने उद्देश्यले टिकटकको प्रारम्भ गरिएको हो । टिकटकले हरेक व्यक्तिमा सिर्जनात्मक ढंगमा भिडियोमार्फत अभिव्यक्ति दिन तथा आफ्नो अभिरुचिको विषय संसारसामु देखाउन उत्प्रेरणा जगाउँछ । यसमा आफ्नो मोबाइलबाटै १५ सेकेन्डभित्र भिडियो तयार पार्न सकिन्छ । यसमा फ्यान, फलोइङ र हार्ट फिचरसमेत समावेश छ । तपाईंले अपलोड गरेका भिडियोको लाइक्सको संख्याका आधारमा हार्टको संख्या निर्धारण हुन्छ । एक-अर्कामा फलो, फलोअइङ छ भने यसबाट म्यासेज आदान-प्रदानसमेत गर्न सकिन्छ ।

आफूमा प्रतिभा छ भने त्यसलाई देखाउन अब ठूलै मिडिया साधमा हुनुपर्छ भन्ने रहेन । आफ्नो हातमा भएको स्मार्ट फोनको प्रयोगबाटै लाखौंको मन जित्न सकिन्छ । त्यसको एउटा उदाहरण हुन्, द कार्टुन्ज क्रुकि आश्मा विश्वकर्मा । आश्माले तयार पारेका भिडियो नेपालमा मात्र होइन, भारतका अतिरिक्त अन्य मुलुकमा समेत भाइरल भएका छन् ।

आश्माले टिकटकमा अपलोड गरेका भिडियो अत्यधिक रुचाइएका छन् । उनी प्रायः डान्सका भिडियो अपलोड गर्छिन् । आश्माले द कार्टुन्ज क्रुका प्रमुख सरोजसँग संयुक्त रूपमा निर्माण गरेका भिडियोले अत्यधिक लाइक्स पाएका छन् । युट्युबभरि टिकटकका यस्ता थुप्रै च्यानल खुलेका छन्, जहाँ टिकटक भिडियो हेर्न पाइन्छ । टिकटकका लागि

टिकटकमा आयोजना हुने प्रतिस्पर्धा

टिकटकमा विभिन्न शीर्षकमा प्रतिस्पर्धा सञ्चालन हुँदै आएका छन् । टिकटक ग्लोबल च्यालेन्जले संसारभरबाट तीन जना उत्कृष्टलाई पुरस्कृत गर्दै आएको छ । कुनै विषय दिएर भिडियो बनाइसकेपछि टिकटक ग्लोबल च्यालेन्जलाई ट्याग गर्नुपर्ने हुन्छ, जुन भिडियोमा सबैभन्दा लाइक्स र कमेन्ट आउँछ, त्यसमध्ये तीन वटालाई पुरस्कृत गर्ने चलन छ । त्यसबाहेक ५ लाख भ्युज कट्नेलाई पनि विभिन्न गिफ्ट अफर गरिएको हुन्छ । त्यस्तै कतै टिकटक गायन त कतै टिकटक भिडियो बनाउने प्रतिस्पर्धा आयोजना भैरहन्छन् ।

टिकटकमा भेटिने केही रमाइला डायलग

अम्बाको बोटमा परेवाको प्वाँख
तेरो बूढीभन्दा मेरो बूढी च्वाँक ।

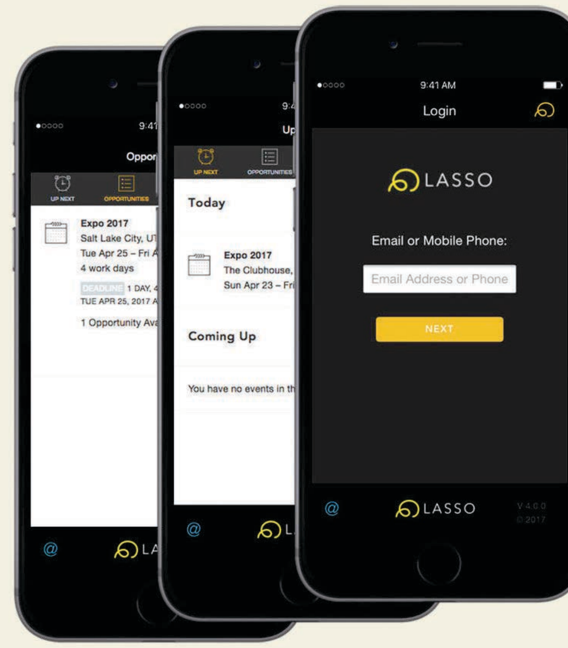
०००

हिमालको हिउँ, आलुको बीउ
मनपर्ने केटीलाई आइ लभ यू ।

०००

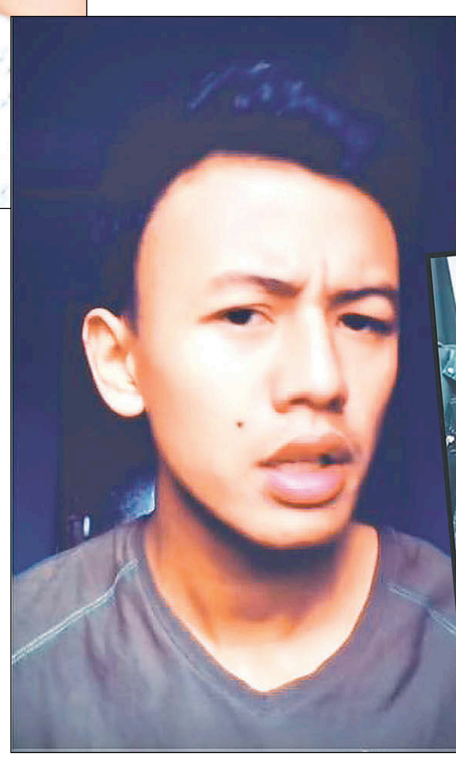
सालघारीमा पानी पर्‍यो ताले भएन
मेरो बूढी पोइला गई बाले भएन ।

फेसबुकले ल्यायो लास्सो



टिकटकले बजार तताइरहेका बेला फेसबुकले लास्सो एप सार्वजनिक गरेको छ। यसलाई टिकटकको प्रतिस्पर्धीका रूपमा हेर्न थालिएको छ। टिकटकमा जस्तै यसमा पनि फिल्टर्स तथा विशेष इफेक्टसहितका छोटो समयको भिडियो बनाउन तथा सेयर गर्न सकिन्छ। फेसबुकले दिएको जानकारीअनुसार हालै सार्वजनिक गरिएको नयाँ भिडियो एप लास्सो यतिबेला अमेरिकी प्रयोगकर्ताहरूका लागि मात्र उपलब्ध छ।

यो एपको भिडियो एडिटिङ टुल्समार्फत आफ्नो भिडियोमा टेक्स्ट तथा म्युजिक पनि थप गर्न सुविधा छ। ठूलो प्रचार-प्रसारबिना नै फेसबुकले यो नयाँ एप सार्वजनिक गरेको हो। फेसबुकका अनुसार छोटो तथा मनोरञ्जक भिडियोका लागि लास्सो निकै उपयोगी सावित हुनेछ। यतिबेला फेसबुकले यो एपका प्रयोगकर्ताबाट उनीहरूका गुनासा तथा सुझाव संकलन गरिरहेको छ। फेसबुकका अनुसार यो एप निःशुल्क रूपमा एन्ड्रोइड तथा आईओएस दुवै अपरेटिङमा उपलब्ध गराइनेछ। प्रयोगकर्ताले इस्टाग्राम र फेसबुक अकाउन्टमार्फत पनि यो एपमा लग-इन गर्न सक्छन्। लास्सो एपबाट भिडियो तयार गरेर आफ्नो फेसबुकमा सेयर गर्न सकिन्छ। फेसबुकले युट्युब तथा स्न्यापच्याटजस्ता चर्चित भिडियो सेवा उपलब्ध गराउने कम्पनीलाई जित्ने उद्देश्यले यो एप निर्माण गरेको हो।



टिकटकमा सक्रिय नेपाली सेलिब्रिटी

अभिनेत्री वर्षा राउत, आँचल शर्मा, नीता ढुंगाना, पूजा शर्मा, केकी अधिकारी प्रियंका कार्की, सारिका घिमिरे, मोडल तथा डान्सर आश्मा विश्वकर्मा, अनु शाह, गायिका इन्दिरा जोशी, अभिनेता, निर्माता तथा निर्देशक शोभित बस्नेत आदि टिकटकमा सक्रिय नेपाली सेलिब्रिटी हुन्। विभिन्न नेपाली एवं हिन्दी गीत, चलचित्रका डायलग तथा समसामयिक विषयहरूमाथि यी सेलिब्रेटीले टिकटक भिडियो बनाएर पोस्ट गरेको पाइन्छ।

> टिकटकले कतिसम्म ध्यान तानेको छ भने अस्ट्रेलियन युवती एमि फाल्जो तथा इलिसले नेपाली लोक गीत-संगीतमा नाचेको टिकटक भिडियो अपलोड गरेका छन्। उनीहरूको अभिनय निकै रुचाइएको छ। संसारभर छरिएर रहेको नेपाली समुदायमाझ ती दुई अस्ट्रेलियन युवति सेलिब्रेटी सावित भैसकेका छन्।

तयार पारिएका भिडियो डाउनलोड गरेर, युट्युबमा अपलोड गर्ने चलन पनि निकै छ। काठमाडौं, मीनभवन, तीनकुनेस्थित भीएस निकेतनमा कक्षा १० मा अध्ययनरत सोहन क्षेत्री पनि टिकटकमा निकै सक्रिय छन्। उनले आफ्ना साथीहरूसँग मिलेर तयार पारेका भिडियोले धेरैको ध्यान तान्दै गएका छन्। सोहनले युट्युबमा टिकटक इन्क्लुडिङ म्युजिकल्ली नामक च्यानल खोलेर भिडियोहरू त्यसमा अपलोड गर्दै आएका छन्। निकिता बस्नेतको डान्स र उनको अभिनय टिकटकमा यति रुचाइएको छ कि उनका प्रशंसकको संख्या ९६ हजार नाघिसकेको छ।

टिकटकले कतिसम्म ध्यान तानेको छ भने अस्ट्रेलियन युवती एमि फाल्जो तथा इलिसले नेपाली लोक गीत-संगीतमा नाचेको टिकटक भिडियो अपलोड गरेका छन्। उनीहरूको अभिनय निकै रुचाइएको छ। संसारभर छरिएर रहेको नेपाली समुदायमाझ ती दुई अस्ट्रेलियन युवति सेलिब्रेटी सावित भैसकेका छन्।

अहिले नेपाली चलचित्र निर्माताहरूले टिकटकका प्रयोगकर्ताहरूलाई लक्षित गर्दै आफ्नो चलचित्रको प्रचार-प्रसार गर्न थालिसकेका छन्। मंसिर ७ गते प्रदर्शनमा आएको चलचित्र ड्रिम गर्लले टिकटक म्युजिकल्ली च्यालेन्जको आयोजना गर्‍यो। यो च्यालेन्जका लागि उक्त चलचित्रको तिम्रो मायामा हराउन थालेको र फूल टिपेर चढाए बोलका दुईवटा गीतका ट्र्याक नेपाल म्युजिकल्ली अफिसियल र आवाज नेपालमा अपलोड गरिएका थिए। प्रतिस्पर्धीहरूले उक्त ट्र्याकमा भिडियो बनाउनुपर्ने र आफ्नो फेसबुक, इस्टाग्राम तथा टिकटकमा अपलोड गर्नुपर्ने थियो। त्यसमा बढी लाइक्स र कमेन्टका आधारमा विजेता छनौट गरिएको थियो। उक्त प्रतिस्पर्धाका विजेताहरूलाई साप्ताहिक रूपमा विभिन्न उपहार प्रदान गरिएको थियो, जसमा चलचित्रको निःशुल्क टिकटका साथै ड्रिम गर्ल टिमसँग डिनरको व्यवस्था थियो।

टिकटकले हालै १० हजार डलर (१० लाख रुपैयाँ) राशिसहितको टिकटक रियल सर्ट एवार्ड सार्वजनिक गरेको छ। फिल्म इन्डिपेन्डेन्टसँगको सहकार्यमा सञ्चालन हुने उक्त एवार्ड टिकटकको सबैभन्दा ठूलो राशिको एवार्ड हो। गत सेप्टेम्बर २४ मा सार्वजनिक प्रेस विज्ञप्तिअनुसार यति ठूलो एवार्ड हात पार्ने भाग्यमानी हुन्– अन्ना लुपो। मोबाइल फोनकै माध्यमबाट उनले तयार पारेको भिडियोको शीर्षक थियो, 'किन म फिल्ममेकर हुँ?' ९० भन्दा बढी फिल्ममेकरले भाग लिएको उक्त प्रतिस्पर्धाकी विजेता अन्ना न्युयोर्ककी हुन्।

अमेरिकाको लस एन्जलसलाई आधार बनाएर सञ्चालनमा आएको टिकटकको कार्यालय लण्डन, टोकियो, सिओल, संघाई, बेइजिङ, सिंगापुर, जकार्ता, मुम्बईका साथै मस्कोमा समेत स्थापना गरिएका छन्। सन् २०१८ को सुरुवाततिरै यो एप सबैभन्दा बढी डाउनलोड गरिएको एपभित्र परेको थियो। बेइजिङको स्टार्टअप बाइटडान्सले सुरु गरेको टिकटक एपले चीनका अन्य स्थापित सोसल मिडिया प्लेटफर्म टेनसेन्टको विच्याट, सिना वेइवो तथा अलिबाबाको योउकुलाई समेत पछि पारिसकेको छ।

टिकटकको इतिहास

सन् २०१६ को सेप्टेम्बरमा चीनबाट सुरु भएको टिकटक छोटो समयमै चर्चित भयो। बाइटडान्स नामक इन्टरनेट टेक्नोलोजी कम्पनीको यो सोसल मिडिया एप्स खासगरी एसियाका देशहरूमा बढी लोकप्रिय छ। चीनको संघाईबाट स्टार्टअप व्यापारका रूपमा सुरु भएको टिकटकको कार्यालय अमेरिकाको क्यालिफोर्नियामा पनि छ। अमेरिकाका टिनएजरलाई लक्षित गर्दै टिकटकको डिजिटल मार्केट अझ विस्तार गर्ने लक्ष्य लिइएको छ। विश्वका अन्य देशमा समेत यसका प्रयोगकर्ता निरन्तर बढ्दै गएका छन्। सबैभन्दा छोटो अवधिमा धेरै प्रयोगकर्ता बनाउन सफल यो एप्स अहिलेसम्म विश्वका ३४ भाषामा आईओएस र एन्ड्रोइड दुवै अपरेटिङ सिस्टममा उपलब्ध छ। सन् २०१४ को नोभेम्बरमा म्युजिकल्ली एप्सका रूपमा प्रयोगकर्तामाझ आएको यो एप्सको नाम सन् २०१८ को अगस्ट २ मा म्युजिकल्लीबाट टिकटक भएको हो। टिकटकले नोभेम्बर ९, २०१७ मा १ बिलियन अमेरिकन डलरमा बाइट्डान्स कम्पनीको म्युजिकल्ली खरिद गरेको हो। सन् २०१६ सम्म आइपुग्दा म्युजिकल्लीका प्रयोगकर्ता ९० लाख पुगिसकेका थिए। त्यसको एक वर्षमै प्रयोगकर्ताको संख्या २ सय मिलियन पुगेको थियो।

मोडल : समीक्षा न्यौपाने

आहा ! म:म

संयोजन : जनक तिमिल्सिना

तस्विरहरू : नवराज वाग्ले

छिटो, मीठो र सस्तो । यिनै तीनवटा गुणका कारण म:म नेपालीहरूका लागि सर्वाधिक लोकप्रिय खाजा बन्न पुगेको छ । नेपाली खाजाहरूमध्ये सबैभन्दा बढी रुचाइने परिकार म:म नै हो । के हिमाल, के पहाड, के तराई, के धनी, के गरिब सबैका लागि म:म उत्तिकै प्रिय परिकार हो ।

नेपालका ९० प्रतिशतभन्दा बढी रेस्टुराँ, क्याफे तथा होटलका मेनुमा म:मले ठाउँ पाएको छ । तारे होटलदेखि ठूला रेस्टुराँहरूमा मात्र होइन, सामान्य खाजा पसलहरूसम्म म:म पाकेकै हुन्छ । नेपाली बजारमा थरीथरीका मूल्य, स्वाद तथा स्वरूपका म:म उपलब्ध छन् ।

प्लेटका हिसाबले बेचिने म:मको मूल्यमा पनि उत्तिकै विविधता छ । म:म तारे होटलमा प्रतिप्लेट एक हजार रुपैयाँसम्म बिक्री हुन्छ भने सामान्य रेस्टुराँमा प्रतिप्लेट औसत १ सय रुपैयाँदेखि ३ सय रुपैयाँ पर्छ । नेपालमा उल्लेख्य व्यापार हुने म:मको दैनिक कारोबार कति हुन्छ भन्ने आधिकारिक तथ्यांक उपलब्ध नभए पनि दैनिक करोडौं रुपैयाँको म:मको कारोबार हुने गरेको अनुभव व्यवसायीहरूको छ । नेपालमा म:मलाई ब्रान्डिङ गरिरहेका बोताका सञ्चालक निभेन अमात्यका अनुसार म:मको कारोबार उच्च छ । 'नेपालमा म:मको बजार एकदमै राम्रो छ,' बोताका सातवटा आउटलेट खोलिसकेका अमात्य भन्छन्, 'लामो समयदेखि निकै रुचाइएको परिकार भएकाले पनि यसको व्यापार एकदमै राम्रो छ ।'

बफ, चिकेन र भेज बढी चल्तीका म:म हुन् ।सर्वाधिक रोजाइमा बफ म:म पर्छ । त्यसपछि चिकेन बढी बिक्री हुन्छ भने भेज, पोर्क तथा पनिर म:मको माग पनि उत्तिकै छ । भेराइटिजका हिसाबले स्टिम म:म सबैभन्दा लोकप्रिय छ । त्यसपछि, झोल, सी, कोथे अनि फ्राई म:म नेपाली जिब्रोले बढी खोज्ने म:म हुन् ।

ममको स्वाद बढाउन अचारको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । अचारका कारण म:म बढी बिक्री हुने भएकाले पछिल्लो समय काठमाडौंलगायत मुख्य सहरका म:म व्यवसायीहरू म:मको अचारमा विविधता मात्र थपिरहेका छैनन्, त्यसलाई स्वादिलो बनाउन पनि जोड दिइरहेका छन् । अझ रोचक त के भने काठमाडौंलगायत केही ठूला सहरका रेस्टुराँले फरक स्वादको झोल समेत निर्माण गरेर ग्राहक तानिरहेका छन् ।

म:मको क्रेज कतिसम्म छ भने भारतीय मिठाईका ब्रान्डका रूपमा ख्याति कमाएका आँगन, गुलाव, रामेश्वरम, कन्हैयाजस्ता शाकाहारी मिठाई पसलले समेत म:म बेचिरहेका छन् । अहिले नेपालमा म:मलाई ब्रान्डिङ गर्न विभिन्न म:म महोत्सव, म:म पार्टी मात्र होइन, म:म प्रतियोगितासमेत आयोजित हुन थालेका छन् ।

विकेण्डको साथी म:म

म:मको स्वाद स्वदेशमा मात्र सीमित छैन । नेपालीहरूले म:मलाई आफूसँगै विदेशका विभिन्न ठाउँसम्म पुऱ्याएका छन् । विदेशमा जहाँ-जहाँ नेपाली पुगेका छन्, उनीहरूले त्यहीं-त्यहीं म:म पुऱ्याएका छन् । अमेरिकादेखि बेलायतसम्म जापानदेखि अस्ट्रेलियासम्म । विदेशका नेपालीहरूले वीकेन्डमा म:मको स्वादमा हप्ता दिनको कामको तनाव बिर्सन प्रयास गर्छन् । त्यसैले हिजोआज म:म विकेण्ड कल्चरमा समेत छिरेको छ ।

थरीथरीका म:म

- फ्राई म:म
- छोयला म:म
- कोथे म:म
- ओपन म:म
- चंगा म:म
- सी म:म
- झोल म:म

- झानेको म:म
- घी म:म
- पिज्जा म:म
- साँधेको म:म
- पनिर म:म
- केराको म:म

- खुवाको म:म
- पोर्क म:म
- वर्गर म:म
- फिस म:म
- चिज म:म
- हाँसको म:म
- चाट म:म

- तन्दुरी म:म
- खोले म:म
- ग्रिन म:म
- फापर म:म
- पर्पल म:म
- मम चप्सी
- मम प्लाटर
- थाई करी म:म

२ करोडको म:म उद्योग

नयाँ बानेश्वरस्थित म:म संसारले फ्रोजन म:म उद्योग नै सञ्चालन गरेको छ । हेटौंडाका सुरेन्द्र श्रेष्ठले क्यान्सर रोकथाममा प्रतिप्लेट ३ रुपैयाँ योगदान दिने गरी यो उद्योग प्रारम्भ गरेका छन् । श्रेष्ठले चीनबाट प्रतिघण्टा १० हजार वटा म:म बनाउने मेसिन १५ लाख रुपैयाँमा नेपाल ल्याएका हुन् । अचार बनाउने मेसिनका लागि छुट्टै डेढ लाख रुपैयाँ लगानी गरिएको छ । अहिले उनी दैनिक २ हजार प्लेट म:म उत्पादन गरेर सप्लाई गर्छन् । भैरहवा, चितवन, पोखरा, हेटौंडा आदि स्थानमा उनको फ्रोजन म:म सप्लाई हुन्छ । श्रेष्ठ भविष्यमा मेसिनबाट उत्पादित फ्रोजन म:मलाई देशभर फैलाउने योजनामा छन् । उनले यो उद्योगमा झन्डै २ करोड रुपैयाँ लगानी भैसकेको बताए ।

स्ट्रिट म:मका पारखीहरू

बुटवलका विनोद भट्टराई नयाँ बानेश्वरस्थित संसद भवनको पश्चिमपट्टि रहेको ठेलामा म:मको स्वाद लिइरहेका थिए। एक कलेजमा बीबीएस अध्ययनरत भट्टराई शान्तिनगरबाट कहिले एक्लै त कहिले साथीहरूसँग म:म खानकै लागि नयाँ बानेश्वर आइपुग्छन्। हुनत, पहिले शान्तिनगरमै सडक पेटीमा म:मको स्वाद लिन पाइन्थ्यो। अहिले भने त्यहाँ सडकमै बसेर स्वाद लिन नपाइने भएपछि उनी बानेश्वर आइपुगेका हुन्। आखिर म:मकै लागि उनी हरेक साँझ किन शान्तिनगरबाट नयाँ बानेश्वर पुग्छन् त ? भट्टराई भन्छन्, 'सडक पेटीमा राखिएका म:ममा जुन स्वाद छ, त्यो क्याफे र रेस्टुराँका म:ममा पाइँदैन। सडकमै खुल्ला आकाशमुनि भीडभाडका बीच म:म खानुको आनन्द बेग्लै हुन्छ।'

विनोद त एक प्रतिनिधि पात्र मात्र हुन्, सुविधासम्पन्न क्याफे र रेस्टुराँको म:मलाई छाडेर सडकपेटीमा म:मको आनन्द लिने जमात ठूलै छ। म:मबाहेक ससेज, आलु, चाटजस्ता परिकारसँग झर्रोपिरो अचार पाइने भएकाले पनि स्ट्रिट फुडका पारखीहरू बढेका देखिन्छन्।

काठमाडौंमा स्ट्रिट म:म झन्डै २० वर्षअघि सुरु भएको मानिन्छ। म:म पारखीहरूका अनुसार त्यतिबेला एक जना व्यक्ति वसन्तपुर दरबार स्क्वायरमा स्टोभमा म:म पकाउँथे। मानिसहरू त्यो म:म स्वाद मानेर खान्थे। झन्डै दुई दशक नबित्दै अहिले स्ट्रिट म:मको स्वादिलो संसार काठमाडौंका धेरै ठाउँमा फैलिइसकेको छ।

अहिले सिभिल मल, सिटी सेन्टरलगायतका ठूला मल तथा सपिङ सेन्टर अगाडिका सडकपेटीमा बेचिने म:ममा मानिसहरूको उल्लेख्य घुइँचो हुन्छ। अझ रोचक त के भने नयाँ बानेश्वर, न्युरोडलगायतका केही ठाउँमा सडकमै म:म बेचिन्छ। म:मका पारखीहरू अहिले पनि सडकमै म:मको मज्जा लिइरहेका हुन्छन्। सडकपेटीमा म:म बेच्नेहरूले पनि दैनिक हजारौं रुपैयाँको कारोबार गर्छन्। व्यवसायीहरूका अनुसार सडकपेटीमा म:मबाट हुने आम्दानी पनि नपत्याउने किसिमको छ।

म:मको इतिहास

तस्बिर : भिम्याग

म:मको पहिलो प्रयोग तिब्बतमा भएको मानिन्छ भने कतिपय आख्यानमा यसलाई चीनको हुनान प्रान्तसँग जोडिएको छ, जहाँ म:मलाई डम्पलिङ भनिन्छ।

मल्लकालमा तिब्बतसँग नेपालको व्यापारिक सम्बन्ध उच्च तहमा थियो। त्यही बेला यो तीब्बतीय परिकार नेपाली व्यापारीका भान्सामा भित्रिएको अनुमान गरिन्छ। त्यसकारण मल्लकालीन व्यापारीहरूले नै नेपालमा म:म भित्र्याएको हुन सक्ने तर्क बलियो छ, तर त्यतिबेला म:म सम्बन्धित व्यापारीकै भान्सामा सीमित थियो।

ममलाई व्यवसायिक रुपमा नेपाल भित्र्याउने श्रेय भने त्यतिबेला तिब्बतमा व्यापार गर्ने अहिलेको ज्योति ग्रुपका संस्थापक भाजुरत्न कंसाकारलाई दिइएको छ। भनिन्छ, उनी साथीभाइहरूलाई घरमै बोलाएर म:म ख्वाउँथे।

नेपालको पहिलो म:म पसल भने न्यूरोड रन्जना गल्लीको आरसी म:मलाई मानिन्छ। पहिले म:मलाई ममचा भनिन्थ्यो। नेवारी भाषामा माया गरेर चा भन्ने चलन छ, म:मलाई माया गरेर म:म पारखीहरूले ममचा नाम दिएका थिए। त्यतिबेला म:म अहिलेको जस्तो ठूलो नभएर सानो गुच्चा आकारमा तयार पारिन्थ्यो। प्रचलित म:मको अचार माँसगल्लीको सानदार म:मले सुरु गरेको हो। अहिले यो गौशालामा नारायण दाइको म:म पसलका रूपमा चर्चित छ। पहिले काठमाडौंमा म:मको अचार गोलभेंडा पकाएको झोलका रूपमा पाइन्थ्यो। बजार विस्तारसँगै म:मको अचारमा समेत विविधता आयो।

त्यसो त सुरुवाती दिनहरूमा नेपालमा म:म बनाउने भाडा पाइँदैनथ्यो। माटाको हाँडी, कसौडी अथवा डेक्चीको मुखमा मलमलको कपडा बाधेर त्यसमाथि म:म राखेर बफ्याइन्थ्यो। पछि नेपालकै भाँडा उद्योगीहरूले तामाको म:म बफाउने भाँडाको आविष्कार गरे। कालान्तरमा त्यस्तै शैलीका सस्ता सिलाबर र स्टिलका म:म बफाउने भाँडाहरू पनि बजारमा उपलब्ध हुन थाले। अहिले बजारमा म:म बफ्याउने हाइजेनिक तथा डिजाइनर सिसाका भाँडासमेत पाइन्छन्।

तस्बिर : बोता

म:म ब्रान्ड

नेपालमा म:मलाई पहिलो पटक ब्रान्डिङ गर्ने श्रेय नाङ्लो बेकरीलाई जान्छ। पहिलो पटक नाङलोले आफ्नो मेनुमा म:मलाई ब्रान्डका रूपमा प्रस्तुत गरेको थियो। अहिले म:मलाई नयाँ-नयाँ तरिकाले ब्रान्डिङ गर्ने क्रम बढ्दो छ। बोताले थरिथरिका म:म सालको टपरीमा पस्केर अर्को तरिकाले ब्रान्डिङ गरिरहेको छ। त्यसबाहेक विभिन्न रेस्टुराँ तथा क्याफेहरूले पनि म:मलाई फरक र भिन्न प्रकारले ब्रान्डिङ गर्न थालेका छन्।

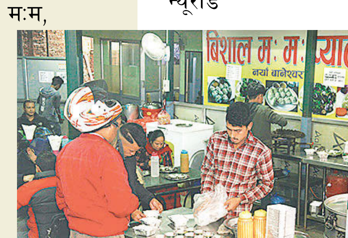
होटल अन्नपूर्ण, द्वारिकाज, र्‍याडिसन, साँग्रिला, हयात आदिको मेनुमा समेत म:म अटाएको छ। ठूला होटलहरूमा बेचिने म:म केही महँगो छ। यस्ता होटलहरूले प्रतिप्लेट म:मको ३ सयदेखि १ हजार रुपैयाँसम्म लिन्छन्। यसबाहेक साना ठूला सबैजसो क्याफे तथा रेस्टुराँहरूको मेनुमा म:मले स्थान ओगटेकै हुन्छ। यस्ता रेस्टुराँहरूमा १ सयदेखि ३ सय रुपैयाँ प्लेटसम्ममा म:म पाइन्छ।

म:म पसलका रूपमा कालिकास्थान र कमलपोखरीको एभरेस्ट म:म सर्वाधिक चर्चित छ। जिब्रो लठ्याउने खालको सुपकै कारण एभरेष्ट म:म ब्रान्डका रूपमा विकसित भएको हो। सुरुमा कालिकास्थानस्थित यो म:मपछि कमलपोखरीमा पनि खुलेको हो। म:ममा एभरेस्ट नाम चम्किएपछि काठमाडौंका अरू ठाउँमा पनि एभरेस्ट म:मको नाममा म:म पसल खुले।

अर्को निकै पुरानो नारायण दाइको माँसगल्लीको म:म हो, जुन अहिले गौशालाबाट रातोपुल जाने ओरालोमा सरेको छ। यस्तै, डेलिसियस म:म, जमल, धरहरा म:म सुन्धारा, कमलादीको डल्लेको म:म, कोटेश्वरको शिखर म:म तथा बानेश्वरको विशाल म:म प्यालेसले दैनिक लाखौंको व्यापार गर्छन्। यसबाहेक लैनचौरको न्यू एभरेस्ट म:म, वसन्तपुरको फाइभस्टार म:म, ललितपुरको ठूले दाइको टपरी म:म, नारायणचौरको क्लासिक म:म, मध्यबानेश्वरको म:म मन्त्र, बानेश्वरकै शानदार म:मले पनि दैनिक हजारौं रुपैयाँको कारोबार गर्छन्। कालिकास्थानको ओम म:म भेज म:मका पारखीहरूका लागि निकै पूरानो ब्रान्ड हो, यसको शाखा कालीमाटीमा समेत छ।

पुराना म:म पसल

कालिकास्थान ममः कालिकास्थान
एभरेष्ट म:म : नक्साल
नारायण दाइको म:म : माँसगल्ली हाल गौशाला
सुमाई ओपन म:म : टेकु
ओम भेज म:म : डिल्लीबजार
भैरव म:म : इन्द्रचोक
आरसी म:म : न्यूरोड



साहित्य

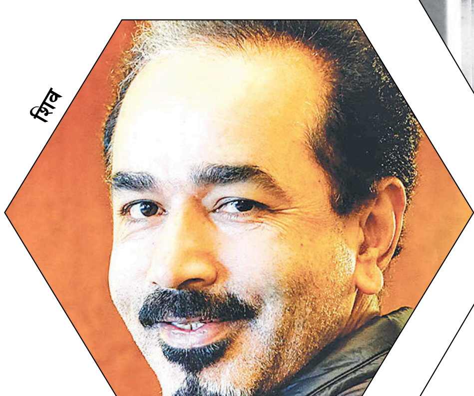
नेपालबाहिर बसेर साहित्य सिर्जना गर्नेहरू

गोविन्द

प्रकाश

बिमल

निष्प्रभ


शिव

निलम

दधि

नरेन्द्र रौले

विदेशको बसाइ, दिनभरिको काम, शारीरिक एवं मानसिक थकान उस्तै तर पनि मन भने साहित्यमा। केही कमाउन, केही बन्न, केही सिक्न देश छोडेर परदेशका कुनाकन्दरा पुगेका नेपालीहरूको संख्या ठूलो छ। तीमध्ये केही लेखनमा समेत सक्रिय छन्। जस्तो कि अमेरिकामा निलम कार्की 'निहारिका'।

घर होस् कि परदेश नारीलाई जहाँ पनि कठिन हुने उनको अनुभव छ। विभिन्न जिम्मेवारीले ब्यस्त बनाए पनि लेखनका लागि बचेको समय सदुपयोग गर्दै आएको उनले बताइन्। 'निद्रासँग र तमाम आफ्ना इच्छाहरूसँग सम्झौता गरेर समय छुट्याउँछु।' नीलमले भनिन्, 'राति र प्रायः घरमा कोही नभएका बेला लेख्छु।' नीलमले हरेक दुई वर्षमा एउटा पुस्तक प्रकाशित गर्दै आएकी छिन्।

अमेरिकामै रहेर लेखनमा सक्रिय अर्को नाम हो– शिव प्रकाश। विदेसमा काम गर्दै लेख्न कत्तिको गाह्रो हुन्छ ? नेपालका पत्रपत्रिका तथा अनलाइनहरूमा तिखो टिप्पणि गर्ने शिव प्रकाशसँग सोधियो। 'गाह्रो केलाई भन्ने ? कति मान्छेलाई पढ्न गाह्रो हुन्छ, जो पढ्न जान्दछन्। कतिपयलाई आफ्नै कट्टु धुन गाह्रो हुन्छ, जुन नसक्ने काम होइन।' उनले तिखो टिप्पणी गरे, गाह्रो भन्ने कुरा स्टेट अफ माइन्ड हो।' शिवको मान्यता छ, समयले हरेकलाई समय दिन्छ। उनी लेख्नका लागि समय छुट्याउदैनन्। बरु समयले उनलाई छुट्याउँछ। उनी समयको अधीनमा हुँदैनन्। अमेरिकामा बसेर गोलमाल र घागी पुस्तक लेखिसकेका शिव भोक, भोग र सम्भोग पुस्तक प्रकाशनको तयारीमा छन्।

शिव प्रकाशका कुनै प्रिय पुस्तक छैनन्, किनभने उनका लागी अप्रिय पनि कुनै छैनन्। प्रिय हुनका लागि अप्रिय पनि हुनु पर्छ भन्ने उनको तर्क छ। उनको नजरमा त्यतिसारो प्रिय लेखक कोही छैनन्। किनभने उनलाई कोही अप्रिय लाग्दैनन्। सबै प्रिय छन् तर पनि प्रियभित्रको उनको सबैभन्दा प्रिय लेखक एउटा छ, त्यो उनी आफैं हुन्। कुनै नेपालीबाट विदेस बसेर उत्कृष्ट पुस्तक लेखिन बाँकी छ जस्तो लाग्छ उनलाई।

परदेशको व्यस्तताबाट बचेको समयमा नेपाली भाषा साहित्यमा थोरबहुत योगदान दिदै आएका छन्– बिमल गिरीले। झापा स्थायी ठेगाना भएका गिरी बेल्जियम बसेको १८ वर्ष भयो। विदेशमा बस्दा लेख्ने समय कम हुन्छ। अध्ययनका लागि नेपाली साहित्यका पुस्तक तथा पत्रिकाहरू हुँदैनन्। 'हामीले जे लेखिरहेका छौं त्यसका बारेमा समालोचना र टिप्पणी गरेर सही बाटो देखाउने कोही हुँदैनन्।' बिमल भन्छन्, 'गाह्रो अवश्य हुन्छ तर पनि केही न केही समय उबारेर लेखिरहन्छु।' उनका लागि साहित्य साधना 'अम्मल' जस्तो भएको छ। खाने मुखलाई जुँगाले छेक्दैन भनेझैं उनले लेखनको गति रोकेका छैनन्। बिमलका सम्झनाका तरेलीहरू (गीति सङ्ग्रह), गोधूलि मन, स्पन्दनका छालहरू, विभाजित मनजस्ता पुस्तक प्रकाशित छन्।

प्रकाश पौडेल स्टुडेन्ट भिसामा जापान प्रवेश गरेको १३ वर्ष भयो। चार वर्षको अध्ययनपछि उनी रेस्टुराँ व्यवसायमा लागे। अहिले पनि रेस्टुराँ व्यवसायमै सक्रिय पौडेल साहित्यमा पनि रुचि राख्छन्। जति व्यस्त भए पनि विदेशमा बसेर लेख्नुको मजा बेग्लै हुने उनको अनुभव छ। देश बाहिर रहँदा स्वदेशको सम्झना र सम्मान खुलेर आउँछ भन्ने उनको धारणा छ। विगत १३ वर्षको अवधिमा उनको लेखन तथा सम्पादनमा हजार हाइकु, रातो साकुरा, तातेसिना, नेपाइ डायस्पोरा, जापानमा नेपाली कवि र कविता, हाइकुमाला, देश-विदेशबाट तथा नेपाइ हाइकु गरी आठ वटा पुस्तक प्रकाशित छन्। अब एकै पटक ३ वटा कृतीको तयारीमा रहेका पौडेल जापानमा नेपाली भाषा साहित्यको इतिहास पनि लेख्दै छन्। अहिले उनी हाइकुको सैद्धान्तिक पुस्तक तथा हाइकु सम्राट माचुओ बाशोको जीवनी लेखनमा व्यस्त छन्।

लामो समयदेखि फ्रान्सलाई कर्मथलो बनाएका लेखक हुन्– दधि सापकोटा। चित्त नबुझेको कुरामा तिखो टिप्पणी गर्ने दधिले युरोप बसाइमा तीनवटा पुस्तक लेखे पन्छी जगत, त्यो नेपाल र दुखेको युरोप। अनावश्यक, अनुत्पादक विषय र क्षेत्रमा समय खर्च नगर्ने, अलिकति समय हुँदा लेख्न बसिहाल्ने र सुत्ने समय अलिकति घटाएर त्यो समय लेखनमै सदुपयोग गरिरहेका छन् दधिले। अलि कम काम गरौं, थोरै कमाउँ, थोरैमा आत्मसन्तुष्टि लिऊँ, अलिकति कम कमाएर आफ्नो मातृभूमिका लागि पनि सोचौं भन्ने हो भने समय निकाल्न सकिन्छ भन्ने उनको धारणा छ। सापकोटाको अनुभवले भन्छ, काम, रमझम र बेकारमा बिताउने समय जोगाउने हो भने लेख्न सकिन्छ।

गोविन्द सिंह रावत क्यानाडा बसोबास गर्न थालेको १६ वर्ष भयो। क्यानाडामा रहँदा उनले गङ्गा (कथा-संग्रह) र विश्व रङ्गमञ्चमा सडक नाटक : परम्परा र प्रयोग (अनुसन्धान कृति) लेखेका थिए। सामुदायिक नाटक (सडक नाटक) मा विद्यावारिधिका लागि अध्ययन तथा अनुसन्धान कार्य क्यानाडाबाटै गरेका रावत तत्काल एउटा समीक्षा संग्रह प्रकाशित गर्ने तयारीमा छन्। रावत अहिले नेपाली साहित्यको विश्वव्यापीकरणअन्तर्गत विश्वभरिका नेपाली साहित्यको गतिविधिका बारेमा लेखिएका नेपाली साहित्यको इतिहासको सम्पादन गर्न लेखहरू संकलन गर्ने कार्यमा तल्लीन छन्। गोविन्दको नजरमा लेखन कार्य भनेको सिर्जना हो र आफुले भनेको वा चाहेको बेला सिर्जना हुँदैन। उनको नजरमा यो आफैंमा हुने स्वतःस्फूर्त अभिव्यक्ति हो। उनी प्रायः राति लेख्छन्। बिदाको दिन दिउँसो पनि लेखिन्छ, लेख्दा मलाई एकान्त चाहिन्छ। प्राय गद्य, अनुसन्धानमूलक तथा समीक्षात्मक लेखनमा रुचि भएकाले पहिले टिपोट गरेर पछि लेख्ने उनको बानी छ।

अस्ट्रेलिया पुगेर इजलासमा लाहुरे फूल (कविता-संग्रह) तथा डार्लिङ हार्बर (उपन्यास) लेखेका निष्प्रभ सजीको हप्ताको पाँच दिन, दिनको दुई घण्टाको समय यात्रामै सकिन्छ। काम गर्दै लेख्न कठिन हुने उनको अनुभव छ। 'परिवारको चित्त नदुख्ने गरी उनीहरूसँग बिताउनुपर्ने समय चोरिन्छ।' निष्प्रभ भन्छन्, जस्तो कि, मेरो हकमा, लेख्न बसेको बिदाको दिन, नानीहरू चौरमा खेल्न जान पाउँदैनन।' दोस्रो उपन्यासको तयारीमा रहेका निष्प्रभ काम नगरी विदेशको बसाई सोच्नै नसकिने बताउँछन्।

फुर्सदमा कलम चलाउँछु

कृष्ण कुसुम, अमेरिका

विदेशमा बसेर काम गर्दै लेख्न गारै हुन्छ, तर मेरो हकमा ४/५ वर्षयता म त्यति धेरै लेखिरहेको थिइनँ। नयाँ ठाउँमा घुलमिल हुने, कोर्सको पढाइ र पढाइ सकेपछि आफ्नै क्षेत्रको काम खोज्ने लगायतको कामले गर्दा। अहिले चाहिँ ४/५ वर्ष अलि सुस्ताएपछि पुरानै रफ्तारमा आउन गाह्रो भएको हो। कामले गर्दा होइन। अमेरिका आएको एक वर्ष जति स्टोरतिर काम गर्दै कलेजहरू एप्लाई गर्दा र पछि केही वर्ष पढ्दै गर्दा समय मिलाउन निकै गाऱ्हो थियो, तर बिगत केही वर्षदेखि चाहिँ त्यस्तो गाह्रो छैन। हप्ताको दुई दिन बिदा हुन्छ। अरु ५ दिन पनि बिहान ८ देखि दिउँसो ४:३० सम्म मात्र कार्यालयको काम भएकाले बाँकी समय लेखनमा उपयोग गर्ने गरेको छु।

मैले लेखेका कथा, गजल, लघुकथा तथा संस्मरणहरू फुटकर रूपमा मधुपर्क, गोरखापत्र, समकालीन साहित्य आदि पत्रपत्रिकामा आइरहेका छन्। मैले अनेसासको डिजिटल पत्रिकाको सम्पादन समूहमा बसेर काम पनि गरें। सिंगो पुस्तककै रूप दिन भने सकिएको छैन, तर ११ जना इन्जिनियरको संयुक्त गजल संग्रह 'अन्जुलीमा अभियन्ता २' (२०७३) मा हरेक सहभागिको झैं मेरा पनि नयाँ पुराना गरी १० वटा गजल समेटिएका छन्। मूलत : गजल र कविताको माध्यमबाट साहित्यमा प्रवेश गरे पनि म अहिले समय कथामा रमाइरहेको छु। त्यसैले कथामै केही काम गर्दैछु। प्रवासमा बसेर यतैको परिवेशमा लेखिएको प्रवासी कथाकारहरूको संयुक्त कथा संग्रह 'प्रवासका कथा' सम्पादनमा व्यस्त छु जुन यो वर्षको अन्त्यसम्ममा सार्वजनिक गर्ने गरी काम गर्दैछु। आफ्नै कथा-संग्रहको पनि तयारी गर्दैछु यो चाहिँ अर्को दशैं सम्ममा आउला।

पुस्तौनी व्यापारलाई नयाँ रूप दिन
बुटिक सञ्चालनमा ल्याएँ

राजेश धाख्वा, फेसन डिजाइनर

तस्बिर : श्रुति श्रेष्ठ

महेश तिमल्सिना

नेपालका वरिष्ठ फेसन डिजाइनर हुन्– राजेश धाख्वा । काठमाडौंको पुतलीसडकमा जन्मिएका धाख्वाको बाल्यकाल सामान्य ढंगले बित्यो । सहिद शुक्र माविबाट प्रारम्भिक शिक्षा लिएका धाख्वाले डिल्लिबजारस्थित विजय स्मारक स्कुलबाट एसएलसी उत्तीर्ण गरे । त्यसपछि उनी आईए अध्ययनका लागि पब्लिक युथ क्याम्पसमा भर्ना भए । धाख्वाका बाबु-बाजे कपडा व्यापारी थिए । उनीहरू ल्हासाबाट कपडा ल्याएर नेपालमा बिक्री गर्थे । यसरी बाबु-बाजेले गर्दै आएको पेसालाई आधुनिक ढंगले अघि बढाउने उद्देश्यले धाख्वा काठमाडौं पोलिटेक्निक इन्स्टिच्युटमा भर्ना भए, जहाँ उनले फेसन डिजाइनिङमा डिप्लोमा गरे । फेसन डिजाइनिङमा आफूलाई थप पोख्त बनाउने उद्देश्यले उनी सिंगापुर गए । सिंगापुरको सेलेजिया आर्ट एन्ड डिजाइन स्कुलमा उनले कलर मेकिङ तथा प्याटर्न मेकिङको स्पेसल कोर्स गरे ।

यतिबेलासम्म धाख्वाले विदेशतिरै फेसन डिजाइनिङको काम गरेर बस्ने सोच बनाएका थिए । यद्यपि जब उनले सिंगापुरको विकासलाई प्रत्यक्ष नियाले त्यसपछि आफ्नो सोंच बदलिएको धाख्वा बताउँछन् । सिंगापुरमा अध्ययन पूरा गरेपछि धाख्वा नेपाल फर्किए । त्यसपछि उनले २०५३ सालमा मध्यम वर्गलाई लक्षित गर्दै कुपण्डोलमा चाहत बुटिक सञ्चालनमा ल्याए । मध्यम वर्गलाई लक्षित गरी आफूले नै नेपालमा पहिलोपटक बुटिक सञ्चालनमा ल्याएको दाबी धाख्वाको छ । सुरु-सुरुमा बुटिक सञ्चालन गर्न निकै कठिन भएको धाख्वा बताउँछन् । पहिलो समस्या त उनलाई दक्ष कामदारको नै थियो । त्यतिबेला भारतबाट ४ जना कालिगढ ल्याएर बुटिक सञ्चालन गरेको धाख्वा बताउँछन्, जतिबेला नेपालीहरूमा बुटिकसम्बन्धी खासै जानकारी थिएन । यसले उनलाई थप समस्यामा पार्‍यो । धाख्वा भन्छन्- नेपालीहरूमा बुटिकका बारेमा जानकारी नहुँदा धेरै गाह्रो भयो, तर मैले हिम्मत हारिन नि:शुल्क रूपमा कस्तो वर्ण भएका मानिसले कस्तो रंग संयोजन गर्ने, मोटो मान्छेले दुब्लो देखिन कस्तो पहिरन लगाउने आदि कुराहरू बुझाउन थालेपछि भने केही सहज हुँदै गयो ।

त्यसपछि धाख्वा फेसन डिजाइनरका रूपमा चर्चामा आउन थाले । उनले बुटिक सञ्चालनमा ल्याएकै वर्ष मिस नेपालको आधिकारिक फेसन डिजाइनरका रूपमा काम गरे । त्यसयता धाख्वाले तीन पटक मिस नेपालको आधिकारिक फेसन डिजाइरका रूपमा काम गरिसकेका छन् । सोही वर्ष धाख्वाले बेस्ट डिजाइनर अफ द इयरको एवार्डसमेत प्राप्त गरेका थिए । कुपन्डोलमा बुटिक सञ्चालनमा ल्याएको केही समयपछि उनी जापान गए । जापानको टोकियोस्थित बुन्का गाकुयानमा उनी अन्तर्राष्ट्रिय वर्कसपमा सहभागी भए भने वर्कसपकै क्रममा उनले जापानमा पहिलो पटक फेसन सो गरे । त्यसपछि उनले फेसनसम्बन्धी अध्ययनका लागि जापानमै छात्रवृत्ति प्राप्त गरे । त्यतिबेला नेपाल-जापानबीच सांस्कृतिक आदान-प्रदान गर्ने उद्देश्यले आयोजित फेसन शोमा नेपालका विभिन्न जातजाति तथा जापानी राष्ट्रिय पोसाक किमोनो मिलाएर सांस्कृतिक विविधता झल्काउने खालको फेसन शो गरेको धाख्वा सम्झन्छन् । उक्त फेसन शो जापानमा नेपाली पहिरन प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले आयोजित गरिएको थियो । धाख्वा भन्छन्- मैले जापानमा विशेषगरी नेपाली पहिरन प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले उक्त फेसन शो गरेको थिएँ त्यसपछि, प्राकृतिक कपडा, रेशाबाट बनेका नेपाली कपडाको प्रवर्द्धनका लागि अरू थुप्रै फेसन शो गरेँ ।

जापानबाट फर्किएपछि उनले जापानको राष्ट्रिय पोसाक किमोनो बनाउन थालेँ । व्यवसायिक रूपमा किमोनो बनाउने पहिलो नेपाली आफू नै भएको धाख्वा बताउँछन् । त्यसक्रममा उनलाई जापानका थुप्रै गार्मेन्ट कम्पनीले जागिरका लागि अफर गरे । नेपालमै आफ्नो नाम स्थापित गर्छु भन्ने लागेर आफू नेपाल फर्किएका राजेश भन्छन्- म जापानमै बसेर मनग्य पैसा कमाउन सक्थें तर आफ्नो देशमै केही गरौं भनेर आफ्नै व्यवसायलाई अघि बढाएँ ।

नेपाल आएर उनले जापानमा सिकेका कुरालाई चाहत बुटिकमार्फत अघि बढाएँ । त्यसपछि उनको चर्चा जताततै हुन थाल्यो । पत्रपत्रिका तथा टेलिभिजनहरूमा उनका अन्तर्वार्ता आउन थाले । यही सिलसिलामा जापानी टेलिभिजन एनएचकेले उनको बायोग्राफी प्रसारण गर्‍यो । धाख्वाले हालसम्म १० वटा देशमा फेसन सो गरिसकेका छन् । यसका साथै नेपाली चलचित्र तथा म्युजिक भिडियोमा फेसन डिजाइनिङको सुरुवात पनि धाख्वाले नै गरेका हुन् । चलचित्र ए मेरो हजुरबाट आफूले नै पहिलोपटक चलचित्रमा ड्रेस डिजाइनिङ सुरु गरेको उनी बताउँछन् । त्यसयता उनले ५० भन्दा बढी चलचित्रमा आधिकारिक ड्रेस डिजाइनरका रूपमा काम गरिसकेका छन् ।

‘ नेपाल आएर उनले जापानमा सिकेका कुरालाई चाहत बुटिकमार्फत अघि बढाएँ । त्यसपछि उनको चर्चा जताततै हुन थाल्यो । पत्रपत्रिका तथा टेलिभिजनहरूमा उनका अन्तर्वार्ता आउन थाले । यही सिलसिलामा जापानी टेलिभिजन एनएचकेले उनको बायोग्राफी प्रसारण गर्‍यो । धाख्वाले हालसम्म १० वटा देशमा फेसन सो गरिसकेका छन् । यसका साथै नेपाली चलचित्र तथा म्युजिक भिडियोमा फेसन डिजाइनिङको सुरुवात पनि धाख्वाले नै गरेका हुन् । ’

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

मंसिर १५ गते
विश्व एड्स दिवस

मंसिर १६ गते
विश्व दासता उन्मूलन दिवस

मंसिर १७ गते
विश्व अपांग दिवस
एकादशी

मंसिर १९ गते
विश्व स्वयंसेविका दिवस
विश्व माटो दिवस

मंसिर २० गते
बाला चतुर्दशी,
सतबिज छर्ने दिन
विश्व नागरिक उड्डयन दिवस

मेष

कुरा नबुझी गरिएको व्यवहारका कारण प्रेमी-प्रेमिका चिढिन सक्छन् । सहयोगीहरूले समस्या सावधानको बाटो देखाइदिँदा अघि बढ्न सजिलो हुनेछ । अध्ययनका लागि विदेश जाने प्रक्रिया अघि बढ्नेछ । रातो रंगको पहिरनले उन्नतीको मार्ग पहिल्याउन सहज बनाउनेछ ।

वृष

परिवारका ज्येष्ठ सदस्यहरूले तपाईंको करियर तथा सम्भावनालाई मध्यनजर गरी महत्वपूर्ण सुझाव दिनेछन् । चिसो मौसमका कारण स्वास्थ्य समस्या सिर्जना हुनसक्छ । मान्यजनको भनाइ पालना गर्दा थोरबहुत मानसिक पीडा भए पनि अन्ततः फाइदा नै हुनेछ ।

मिथुन

सभा-सम्मेलनमा भाग लिने अवसर पाइनेछ । प्रतियोगितात्मक कार्यमा सहभागी हुँदा उच्च मूल्यांकनमा परिनेछ । परिवारका ज्येष्ठ सदस्यहरूको सुझावअनुरुप व्यवसाय गर्दा फाइदा होला । सेतो तथा निलो रंगको पहिरनले काम सम्पन्न गर्न सहज बनाउनेछ । सवारी साधन चलाउँदा संयमित रहनुहोला ।

कर्कट

लगनशीलताका कारण प्रतिस्पर्धीहरूलाई पछि पार्न सकिनेछ । भौतिक संसाधन जुट्नुका साथै दिगो फाइदा हुने काम हात लाग्नेछ । आर्थिक स्थितिमा परिवर्तन आउनेछ भने वैदेशिक भ्रमणको अवसर जुर्नेछ । आँटेको काममा उत्साह जाग्नेछ । अधिकार र प्रतिष्ठा जोगाउन गोपनियतामा ध्यान दिनुहोला ।

सिंह

महँगा सामग्री खरिद गर्ने मनसाय राख्दा अभिभावकले बेवास्ता गर्ने सम्भावना छ । मित्रहरूले अपेक्षाकृत सहयोग नगर्दा रोजगारीको नयाँ अवसर गुम्ने अवस्था सिर्जना हुन सक्छ । हनुमानको आराधनाले सोचेजस्तै फल प्रदान गर्न सक्छ । भोजभतेरमा सहभागी हुन पाइनेछ ।

कन्या

साता उन्नति गर्ने खालको तथा परिवर्तनकारी छ । उपल्लो दर्जाका व्यक्तिहरूले महत्वपूर्ण सुझाव एवं जिम्मेवारी दिनेछन् । कृषिक्षेत्रमा लगानी गर्ने प्रस्ताव प्राप्त हुनसक्छ । साताको अन्त्यमा विभिन्न परिकार तथा सुन्दर वस्त्रले आनन्दित तुल्याउनेछ ।

तुला

पारिवारिक विरोधका बाबजुद प्रेमजीवनले ठोस निर्णयको अपेक्षा गरेको छ । त्यही निर्णयले नै तपाईंको जीवनलाई निर्धारित गर्नेछ । सोमबारपछि आर्थिक समस्याबाट पार पाइनेछ । आफूले गर्नुपर्ने कामप्रति बेवास्ता गरियो भने त्यसले थप संकट निम्त्याउन सक्छ ।

वृश्चिक

विदेशबाट फर्किएका साथीभाइसँगको भेटघाटमा नौलो जानकारी पाइनेछ । मन पराउनेहरूसँग सावधानीपूर्वक व्यवहार गर्दा सार्थक परिणाम हात पर्नेछ । अभिभावकको सुझाव आत्मसात् गर्दा धन अभावले पिरोलिनुपर्ने छैन । साताको अन्त्यमा रातो रंग प्रयोग गरे नयाँ अवसर प्राप्त हुने देखिन्छ ।

धनु

आफन्त तथा अभिभावकको निगरानीले व्यवहारिक बन्न प्रेरणा दिनेछ । ठूला खालका योजनालाई परिणाममुखी बनाउन प्रेमी-प्रेमिकाले तन, मन तथा धनले सहयोग गर्नेछन् । मित्रहरूको सुझाव आत्मसात् गर्दा सफलता पाइनेछ । साताको अन्त्यमा परिवारजनको मांगलिक कार्यमा सहभागी भइनेछ ।

मकर

विविध क्षेत्रमा रोजगारीको अवसर प्राप्त हुने सम्भावना छ । सभा सम्मेलनमा सहभागी हुन पाइनेछ भने आफ्नो प्रतिभाका बलमा नाम तथा दाम कमाउन सकिनेछ । साथीभाइको सहयोगमा व्यवसायमा सफलता हात पर्नेछ । मौसमी फेरबदलका कारण देखा पर्ने शारिरिक कठिनाइप्रति सचेत रहनुहोला ।

कुम्भ

रोजगारीको स्थान पहिचान गरी नयाँ क्षेत्रबाट लाभ लिन सकिनेछ । सरोकार नभएका विषयमा चासो देखाउँदा फजुल खर्चले पिरोल्नेछ । नौला स्थानको भ्रमणमा संलग्न भइनेछ । सेतो रंग प्रयोग गर्नाले परिणाममुखी नतिजा हात लाग्न सक्छ । समकक्षीहरूसँगको भलाकुसारीमा समय खर्चिनुपर्नेछ ।

मीन

समय बलवान छ । द्रुतगतिमा कार्य सम्पन्न गर्नुहोला । तपाईंको प्रतिष्ठासँग जोडिएर कार्यक्षेत्रमा नयाँ चुनौती देखा पर्न सक्छ । आफ्ना लागि सवारी साधन खरिद गर्ने योजना बनाउनुभएको छ भने प्रक्रिया अघि बढाउँदा लाभ हुनेछ । चिसो मौसममा राति अबेरसम्म बस्नु आफ्नो हितमा हुनेछैन ।

अब हाम्रो पालो

मोबाइलबिनाको जीवन कल्पना गर्न सकिन्छ ?

कल्पनाचाहिँ गर्न सकिन्छ ।
कमल बलामी

सकिन्छ ।
रयुजकि लामा

मोबाइल सञ्चार र मनोरञ्जनको साधन हो ! यो बाँच्नै नसक्ने अक्सिजन हो र ? कि फोक्सो हो ? कस्तो प्रश्न गरेको ? मोबाइलले पेट त भरिँदैन । खाने त अन्न नै हो, अनि बाँच्न सकिँदैन ?
ब्रहिम विष्ट

सकिन्छ, तर माया गर्ने मायालु साथमा छ भने ।
नीलिमा ठकुरी

सकिन्छ, मज्जाले सकिन्छ
खेमप्रसाद

मज्जाले सकिन्छ, किन सकिँदैन ?
नीलकण्ठ सुवेदी

अहँ, सक्दै सक्दिनँ ।
पाखिन केटो म

किन सकिँदैन ? कल्पनै त हो नि, मज्जाले सकिन्छ ।
रोहन राना

पहिले यो प्रश्न सोध्नेको उत्तर चाहियो । तपाईं प्रभुले मोबाइल बोक्न थालेको कति भयो ? नेपालमा अधिकांश मानिसको हातमा मोबाइल पुगेको कति समय भयो ? मोबाइल आउनुभन्दा पहिले मानिसले जीवनलाई कसरी चलाउँथे । यस्ता आलु कुरा नगरे हुन्छ ।
नरबहादुर तिलिजा पुन

कल्पना गर्न सकिन्छ, बस्न सकिँदैन ।
अस्मिता गुरुङ

सबैको आ-आफ्नो विचार हो । नेपालमा सबै जनासँग मोबाइल छ भन्न सकिँदैन । कति ठाउँका मानिस मोबाइलबिना पनि बाँचेकै छन् ।
दुःखी आत्मा

मिनेट त सक्दिनँ, घण्टाको कुरा गर्नुहुन्छ यार !
मनोज तुम्बापो लिम्बू

मज्जाले सकिन्छ नि !
अशोक तिवारी

पहिले मसँग मोबाइल थिएन । खै बाँचेर यत्रो भैसकें त ।
लक्ष्मण आरसी

यो स्तम्भमा हामीले राखेका प्रश्नको ३० शब्दमा नबढाई उत्तर पठाउनुपर्नेछ । उत्तर चिठी वा एसएमएस मार्फत पठाउन सकिनेछ ।
१. जाडोमा के गर्दा सबैभन्दा रमाइलो हुन्छ ?

सकिन्छ भन्ने तिनै महान् व्यक्ति हुन्, जो अहिले पनि मोबाइलबाटै कमेन्ट गर्दैछन् ।
आभास सुवेदी

सकिन्छ, तर जीवनशैलीमा भने परिवर्तन गर्नुपर्छ ।
भूपेन्द्र बरुवाल

कल्पना त हो नि ! किन नसक्नु ?
रञ्जन

मोबाइल नहुँदा केही हुँदैन, तर इन्टरनेट भएन भनेचाहिँ म पागल हुन्छु ।
जगत घले

सकिन्छ, तर समय लाग्छ । धैरै-धैरै कुरा बदल्नुपर्छ ।
प्रदिप बगाले

ए हजुर ! कल्पना गर्दैमा त के बिग्रन्छ र ?
टाइटन सुमन

खै, एकछिन् मोबाइल भएन भने के छैन के छैन जस्तो हुन्छ ।
समीप राना मगर

गज्जबले सकिन्छ, पहिले पनि सकेकै हो ।
जुन

कल्पना मात्र गर्न त सकिहालिन्छ नि ।
सागर भट्टराई

चैबीसै घन्टा मोबाइलमा झुन्डिनेहरूका लागिचाहिँ मुस्किल होला ।
आरजे कुमार गौतम

एकपटक मोबाइल नदीमा फालेर हेर्नुहोस्, आफैं थाहा पाउनुहुन्छ ।
हरि मगर

सम्भव नहुने त कुरै छैन नि ।
एकल यात्री

सायद ।
कृष्ण काफ्लेली

पहिले त मोबाइल नै थिएन नि ।
उत्तम थापा

अवश्य सकिन्छ । किन नसकिनु र ?
नारायण चौलागाई

केही हदसम्म गाह्रो भए पनि सकिन्छ ।
डिएम राई

सकिँदैन जस्तो लाग्छ ।
कृष्ण घर्तीमगर

तपाईंको दिमागमा यस्तो कुरा किन आएको होला ?
योगेन गुरुङ

हिजो मोबाइल नहुँदा पनि त जीवन चलेकै थियो नि, किन नसक्नु ! केही समय गाह्रो होला, त्यो आफ्नै ठाउँमा छ तर सकिन्छ ।
कुमार बुढाथोकी

यौन जिज्ञासा र समाधान

डा. राजेन्द्र भद्रा

मेरो उमेर २० वर्ष भयो । मेरो लिंग ३ इन्च लामो छ । कन्डम लगाउँदा खुकुलो हुन्छ । त्यसकारण लिंगको साइज, लम्बाई बढाउन के-कस्तो घरेलु उपाय अपनाउन सकिएला ?

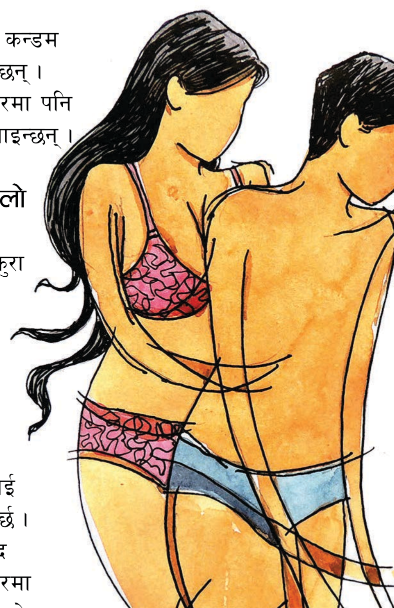
नाम गोप्य

कन्डमको नाप

पुरुषले लगाउने कन्डम ल्याटेक्स भनिने रबरबाट बनेको हुन्छ । यो निकै तन्कन सक्ने भएकाले धेरैजसो अवस्थामा केही सानो वा ठूलो भए पनि मिल्ने खालकै हुन्छ, तर यो सबै अवस्थामा फिट भने हुँदैन । विशेष रूपमा कन्डम तीनवटा नापमा पाइन्छन्, जसलाई मोटामोटी ठूलो (Large), सामान्य (Regular/Standard) तथा सानो (Small) भनेर वर्गीकरण गर्न सकिन्छ । कन्डमको वर्गीकरण विशेष गरेर यसको चौडाइ तथा लम्बाइका आधारमा गरिन्छ । विभिन्न संस्थाले गर्ने वर्गीकरणमा केही विविधता पाइए पनि मोटामोटी रूपमा भन्नुपर्दा च्याप्टो पार्दाको चौडाइ ठूलो कन्डमको २ इन्च (५० दशमलव ८ एम.एम.) भन्दा बढी, सामान्यको १ दशमलव ७५ (४४ दशमलव ४५ एम.एम.) देखि २ इन्चसम्म र सानो कन्डम १ दशमलव ७५ इन्चभन्दा कमको हुन्छ । केही कन्डम कम्पनीले त सातवटा विभिन्न नापका कन्डम समेत बजारमा ल्याएका छन् । त्यसैगरी लम्बाइका आधारमा पनि विभिन्न नापका कन्डम पाइन्छन् ।

लिंगको नाप र खुकुलो कन्डम

कन्डमको खुकुलोपनको कुरा गर्दा लिंगको नापको कुरा गर्नु आवश्यक हुन्छ । यसका लागि सर्वप्रथम रुलर (स्केल) अनि नाप्ने फित्ताको व्यवस्था गर्नुहोस् । उत्तेजित लिंगको नाप लिन लिंगलाई पूर्ण उत्तेजनामा ल्याउनुपर्छ । लम्बाइ नाप्न लिंगको फेद (base) अर्थात् लिंग शरीरमा टाँसिएको स्थान) मा राख्नुहोस् र जघनास्थी (pubic bone) मा थिचेर उत्तेजित लिंगको समानान्तर राख्दै लिंगमुण्डको टुप्पोसम्म नाप लिनुहोस् । यही नै लिंगको लम्बाइ हो । जघनास्थीमा राम्रोसँग नथिची नाप लिँदा विशेष गरेर मोटो व्यक्तिको लिंग वास्तविक लम्बाइभन्दा छोटो लाग्न सक्छ । लिंगको मोटाइ नाप्न लचिलो नाप्ने फित्ताले उत्तेजित लिंगको बीचतिर (shaft) को सबैभन्दा मोटो भागलाई बेर्नुपर्छ । यो नै लिंगको मोटाइ हो । तपाईंसँग लचिलो नाप्ने फित्ता छैन भने कुनै पातलो डोरीले यसरी नापेर रुलरमा कति रहेछ भनेर हेर्न सक्नुहुन्छ ।



कन्डम खुकुलो हुनुको मुख्य कारण कन्डमको चौडाइ र लिंगको मोटाइअनुसार ठूलो हुनु हो । विशेष गरेर यौनसम्पर्कका बेला कन्डम फुस्किन नदिन कन्डमको लम्बाइभन्दा चौडाइ महत्वपूर्ण हुन्छ । तपाईंले लिंगको लम्बाइ त लेख्नुभएको छ, तर मोटाइ लेख्नुभएको छैन । माथि भनेजस्तो गरी मोटाइ नाप्न अनुरोध छ ।

लिंगको लम्बाइ किन बढाउने ?

तपाईंको प्रश्नको जवाफ दिनुभन्दा पहिले लिंगको लम्बाइ किन बढाउने भन्ने प्रश्नमा स्पष्ट हुनु आवश्यक छ । धेरैजसो व्यक्तिमा यौन साथीलाई यौन सुख दिन नसकुँला भन्ने चिन्ता हुन्छ, तर यसको वास्तविकताका सम्बन्धमा केही चर्चा गरौं । मानव यौन प्रतिक्रिया चक्रका बारेमा त तपाईंलाई जानकारी होला नै । यौन उत्तेजनालाई निरन्तरता दिन सकिए व्यक्ति यौन चरमसुखको चरण सम्म पुग्छ । विचार गर्नुपर्ने कुरा यौन चरमसुख व्यक्ति आफैले प्राप्त गर्ने हो, अरू व्यक्तिले त त्यसमा सहयोग मात्र गर्न सक्छन् । यौन उत्तेजनालाई निरन्तरता दिन व्यक्तिको यौन संवेदनशील अङ्गका सम्बन्धमा जानकारी राख्नुपर्छ । तपाईंलाई थाहै होला– महिलाको सन्दर्भमा सबैभन्दा यौन संवेदनशील अङ्ग 'भगाङ्कुर' बाहिरतिर नै हुन्छ । यसलाई हात वा औंलाले नै चलाएर चरमसुख प्राप्त गर्न सहयोग गर्न सकिन्छ । योनि अर्को महत्वपूर्ण अङ्ग हो । यसको बाहिरतिरको भाग यौन संवेदनशील हुन्छ । योनिमा केही पसाई त्यसबाट घर्षण गराएर आनन्द प्राप्त गर्न सकिन्छ । स्तन तथा अन्य यौन संवेदनशील अङ्गको मर्दन, घर्षण, अनि चलाउने जस्ता अनेक क्रियालापमा संलग्न हुन सकिन्छ । त्यसबाहेक अन्य अनेक नयाँ प्रयोगहरू गर्न सकिन्छ । पुरुषहरूजस्तै महिलाहरू पनि यौन उत्तेजक दृश्य, स्पर्श अनि यहाँसम्म कि परिकल्पनाबाट उत्तेजित हुन्छन् । पाक्क्रीडामा संलग्न भए यौन उत्तेजना प्राप्त गर्न र चरमसुखसम्म पुग्न सजिलो हुन्छ । यसले यौनसम्पर्कमा संलग्न दुवै जनालाई यौन चरमसुख साथसाथै प्राप्त गर्न मद्दत गर्छ, साथसाथै चरमसुख प्राप्त गर्नु सजिलो कुरा होइन र यो नै हुनुपर्छ भन्ने पनि छैन । साथसाथै चरमसुख पाइएन भनेर पीर गर्नुपर्ने आवश्यकता छैन, पालोपालो गरेर यौन चरमसुख प्राप्त गरे पनि हुन्छ । साथसाथै चरमसुख प्राप्त गर्न सहवासलाई वास्तविक अर्थमा सम्भोग बनाउन सकिन्छ । सम्भोग अर्थात् 'सम+भोग', जसको अर्थ दुवै जना यौनसाथीले समान रूपमा यस सुखलाई भोग गर्न पाउने कुरा भयो । यौनसम्पर्क गर्दा लिंग प्रवेश गराएर सुरु गरिने सोचबाट बाहिर निस्कनुपर्छ । महिलाले पर्याप्त रूपमा पाक्क्रीडामा संलग्न हुने समय पाउनुपर्छ । विशेष गरेर यौन सम्पर्क गर्दा पुरुष माथितिर र महिला तलतिर रहने आसनमा महिलाको योनिमा घर्षण हुने भए पनि भगाङ्कुरमा घर्षण हुँदैन ।

समाधान

तपाईंले पाइन्ट वा सर्ट किन्दा वा सिलाउँदा तपाईंको शरीरको नापअनुसार नै लिनुहुन्छ, लामो पाइन्टलाई मिलाउन खुट्टा लम्ब्याउने काम त पक्कै गर्नुहुन्न । त्यसैगरी कन्डम खुकुलो भयो भन्दैमा लिंग लम्ब्याउनुपर्ने कुनै आवश्यकता छैन । बरु कन्डममध्ये आफूलाई ठिक्क हुने किसिमको सबैभन्दा सानो कन्डम प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ । आशा गर्छु, कुरा बुझ्नु भयो होला । विचार गर्नुपर्ने अर्को कुरा, कन्डमको प्याकेटमा सानो कन्डम नलेखिएको हुन सक्छ, त्यसको सट्टा tight fit वा snug fit लेखिएको हुनसक्छ । ठिक्कको कन्डम लगाउँदा फुस्कने समस्या पनि न्यून हुन्छ ।

सूचना

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

यौन समस्या : लाज मान्दा नोक्सानी

जितेन्द्र साह

यौन इच्छा निकै कम वा धेरै बढी हुनु पनि रोग हो भन्ने कमैलाई थाहा होला । दाम्पत्य जीवनमा यौन असन्तुष्टिले सम्बन्ध विच्छेदसम्मको स्थिति सिर्जना गर्न सक्छ भन्दा अचम्म पनि लाग्ला । मनोचिकित्सक एवं कानुनका जानकारहरू भने यसलाई सत्य मान्छन् ।

शारीरिक सम्बन्धको अत्यधिक चाहना हुने, अस्वाभाविक रूपले कम हुने वा बिल्कुलै नहुने मासिक औसत १५ जना बिरामी उपचारका लागि आउने विराटनगरस्थित कोसी अञ्चल अस्पतालका वरिष्ठ मानसिक रोग विशेषज्ञ डा.रोशन पोखरेल बताउँछन् । डा. पोखरेलका अनुसार यसमा औसत ५ जना महिला हुन्छन् ।

लाज मान्दा आफैंलाई नोक्सानी हुन्छ, यसले पतीपत्नीबीच सम्बन्ध विच्छेदसम्मको अवस्था आउँछ, डा. पोखरेल भन्छन्- त्यहि भएर विवेकी एवं बुद्धिमान महिला-पुरुषले उपचारको मार्ग रोज्छन् । विगत दुई वर्षदेखि स्त्री-पुरुषले यो विषयमा निकै खुलेर बोल्न थालेको आफूले पाएको डा.पोखरेलले बताए । शिक्षा, चेतना, ज्ञान एवं सूचनाको विस्तारसँगै खुल्दै गएको समाज यसको कारण हो, इच्छालाई दबाएर असन्तुष्ट रहनु वा मानसिक रोगी बन्नुभन्दा उपचारको बाटो रोज्नु उपयुक्त हुन्छ ।

यौन क्रीडाका चार चरण इच्छा जाग्नु, त्यो अनुरुपको शारीरिक एवं मानसिक गतिविधि हुनु, सन्तुष्टिमा पुग्नु र शरीर सामान्य अवस्थामा फर्कनु भन्ने हुन्छ । यी क्रियाहरू राम्रोसँग पूरा नभै असन्तुष्ट रहँदा महिलामा पनि शरीर एवं टाउको दुख्ने, झमझमाउने, पोल्ने तथा संभोगको चाहना कायमै रहने डा. पोखरेलले बताए ।

'सन्तुष्टिमा पुगेपछि पुरुषमा विर्य पतन हुन्छ भने महिलामा पानी झैं तरल पदार्थ स्राव हुन्छ, त्यसो नहुँदा महिलामा यौन असन्तुष्टिसँगै माथि उल्लेखित शारीरिक एवं मानसिक समस्याहरू देखा पर्छन्,' डा. पोखरेल भन्छन्- जोडीमध्ये एकमा वा दुवैमा यौन शिक्षाको कमी यसको प्रमुख कारण हो । अधिकांश पुरुष वीर्य पतन चाँडो हुने र संभोग गर्न मन नलाग्ने समस्या लिएर आउने गरेका छन् । डा.पोखरेलका अनुसार महिला बिरामीमा सन्तुष्टि नहुने वा चाहना कम हुने बढी हुन्छन् ।

डा.पोखरेलका अनुसार अत्यधिक यौन इच्छा भैरहनेहरूको आनीबानीको अध्ययनपछि औषधी सुरु गरिन्छ । यौन उत्तेजना बढाउने औषधीको सेवन, पारिवारिक एवं सामाजिक वातावरण, वंशानुगत पृष्ठभूमि, व्यक्तिगत सोच र त्योअनुरुपकै खानपिनले यौन चाहना बढाउने डा. पोखरेलले बताए ।

'बढ्दो यौन तृष्णासँगै बिरामीमा चाँडै रिसाउने, झोक्किने वा उत्तेजित हुने स्वभाव पनि छ कि छैन भन्ने हेरिन्छ,' डा. पोखरेल भन्छन्- लक्षणअनुरुप यौन चाहना र उत्तेजना कम गर्ने औषधी दिन्छौं, यौनमा असन्तुष्ट रहँदा पनि रिसाउने, झोक्किने वा कचकचे स्वभावको विकास हुन्छ । औषधी सेवन गर्न थालेको ६ महिनाभित्र इच्छा घटेर जान्छ ।

'औषधीसँगै जोडीको शारीरिक एवं मानसिक स्थितिले थाम्न सक्ने गरी सम्बन्ध जारी राख्न वा हस्तमैथुन गर्न सल्लाह दिन्छौं,' 'तर बिरामी १८ वर्ष मुनिका भए यौन संसर्गको सल्लाह दिँदैनौं, कानुनी एवं स्वास्थ्यको दृष्टिकोणले औषधीसँगै सही तरिकाले हस्तमैथुन गर्ने सुझाव दिन्छौं ।' यो समस्यामा योग-ध्यान आदिले पनि फाइदा पुग्ने डा. पोखरेलले बताए ।

डा. पोखरेल भन्छन्- उमेरअनुसार यौनप्रति रुचि नहुनु जटिल मानसिक रोग हो । यौन इच्छा कम हुँदा पारिवारिक एवं व्यक्तिगत जीवन निरस हुन्छ, बिरामीहरू डिप्रेसनमा जान्छन् भने दुर्व्यसनमा लाग्ने सम्भावनासमेत हुन्छ, ।

विभिन्न रोगले च्यापेका, डिप्रेसन, एन्जाइटी एवं मानसिक सन्तुलन गुमेर औषधी खाइरहेकाहरूमा पनि यौन आकांक्षा कम हुन्छ । 'यस्ता बिरामीलाई यौन इच्छा जगाउने औषधी दिन्छौं,' डा. पोखरेल भन्छन्- यी औषधीको झुमाउने वा लठ्याउने जस्तो असर हुँदैन र तिनले दिनचर्यामा कुनै असर गर्दैनन् ।

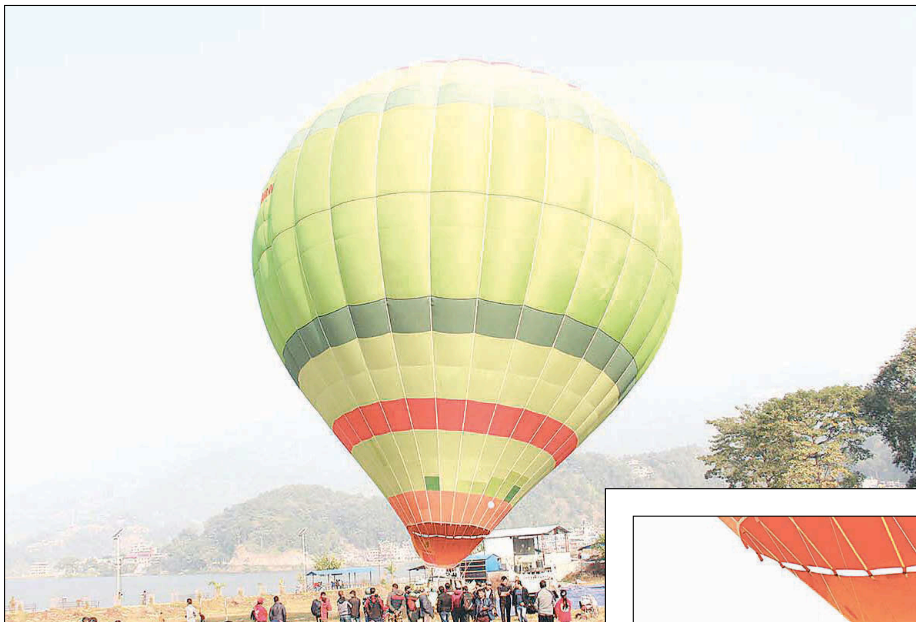
दाम्पत्य जीवनमा यौन असन्तुष्टि पनि सम्बन्ध-विच्छेदको कारण भएको विराटनगरका वरिष्ठ अधिवक्ता मोहन कोइरालाले बताए । 'एक/दुई अपवाद बाहेक यस्तो मुद्दामा कमैले असन्तुलित यौन जीवनका सम्बन्धमा उल्लेख गरेका छन्, सामाजिक लोकलाज वा सम्मानमा चोट पुग्ने डरले भन्दैनन्,' कोइराला भन्छन्- फरक पृष्ठभूमि वा अन्य किचलो उल्लेख गरी सम्बन्ध विच्छेद माग्छन् तर कतिपय मुद्दामा यौन असन्तुष्टि लुकेको कारण हुन्छ ।

कस्तो मुद्दामा सम्बन्ध विच्छेद गर्न चाहेको वास्तविक कारण बुझ्ने गरेको र यौनसँग सम्बन्धित भए मनोचिकित्सक कहाँ पठाउने गरेको कोइरालाले बताए । विराटनगरस्थित मोरङ जिल्ला अदालतका रजिष्ट्रार ईश्वरमणि ओझाले दिनहुँ औसत एक/दुई सम्बन्ध विच्छेदको मुद्दा दर्ता हुने गरेको बताए । ओझाका अनुसार एउटा मुद्दामा स्पष्ट रुपले यौन असन्तुष्टिलाई सम्बन्ध विच्छेदको आधार बनाइएको पायौं । 'त्यसबाहेक घरेलु हिंसा, मानसिक यातना, सासू-ससुराको अभद्र व्यवहार एवं परिवारजनले दिएको पीडा आदिलाई आधार बनाइएको छ,' ओझाले बताए ।

> उमेरअनुसार यौनप्रति रुचि नहुनु जटिल मानसिक रोग हो । यौन इच्छा कम हुँदा पारिवारिक एवं व्यक्तिगत जीवन निरस हुन्छ, बिरामीहरु डिप्रेसनमा जान्छन् भने दुर्व्यसनमा लाग्ने सम्भावनासमेत हुन्छ, । विभिन्न रोगले च्यापेका, डिप्रेसन, एन्जाइटी एवं मानसिक सन्तुलन गुमेर औषधी खाइरहेकाहरुमा पनि यौन आकांक्षा कम हुन्छ ।

एडभेन्चर्स

हट एयर बेलुनमा सरर



पोखरामा नयाँ साहसिक खेल थपिएको छ। बेलुन नेपाल प्रालिले पोखरामा 'हट एयर' बेलुन मार्फत आकाशमा कावा खाँदै पोखरा, फेवाताल तथा हिमालका मनोरम दृश्यावलोकन गर्न पाइने व्यवस्था मिलाएको छ। सुरुवातमा दुईवटा बेलुनबाट सेवा थालिएको बेलुन नेपालका प्रबन्ध निर्देशक प्रवीण महर्जनले बताएका छन्। दुईवटा बेलुनमध्ये एउटाको क्षमता ८ जना र अर्कोको क्षमता ६ जना छ। कास्कीको धम्पुस तथा लौरुकबाट उडान भरिने यो बेलुन मर्दीखोला किनार तथा हेम्जामा अवतरण हुन्छ। यो बेलुनलाई पामे र हल्लनेचोक क्याम्पिङ साइटबाट समेत उडान गर्ने तयारी गरिएको छ।

स्पेनको अल्ट्राम्याजिक बेलुन कम्पनीसँग खरिद गरिएको यो बेलुन उडानलाई सुरक्षित बनाउन भारतबाट तालिम प्राप्त पाइलट आएका छन्। ल्यान्डिङका लागि मात्र ल्यान्डिङ स्पटमा १० जना खटिन्छन्। ६० मिनेटको फ्री फ्लाइटका लागि नेपाली पर्यटकलाई प्रतिव्यक्ति ११ हजार तथा विदेशी पर्यटकलाई प्रतिव्यक्ति १ सय ६० अमेरिकी डलर शुल्क तोकिएको छ। स्पेसल फ्री फ्लाइटका लागि प्याकेजमा नेपालीले ६३ हजार तथा विदेशीको हकमा ८ सय ४० अमेरिकी डलर तिर्नुपर्नेछ।

यसैगरी २५ मिनेटको फ्लाइटका लागि नेपाली पर्यटकले प्रतिव्यक्ति ६ हजार तथा विदेशी पर्यटकले प्रतिव्यक्ति ९० अमेरिकी डलर शुल्क तिर्नुपर्नेछ। २५ मिनेटको स्पेसल फ्लाइटका लागि प्याकेजमा नेपालीले ३३ हजार तथा विदेशीको हकमा ४ सय ५० अमेरिकी डलर शुल्क तिरे पुग्छ। उडान गर्ने व्यक्तिको २० हजार डलर बराबरको बिमासमेत हुने कम्पनीले जनाएको छ। कम्पनीसँग ५ वटा बेलुन सञ्चालनको अनुमती छ।

१ करोड ५० लाख रुपैयाँको लगानीमा प्रारम्भ गरिएको यो बेलुन उडानमा २५ जनाले रोजगारी पाएका छन्। हट एयर बेलुनमा यात्रा गर्न बिहानको समय उपयुक्त हुन्छ। पोखरापश्चात् चितवन र लुम्बिनीमा समेत हट एयर बेलुन सम्भाव्यता अध्ययन भैरहेको कम्पनीले जनाएको छ।

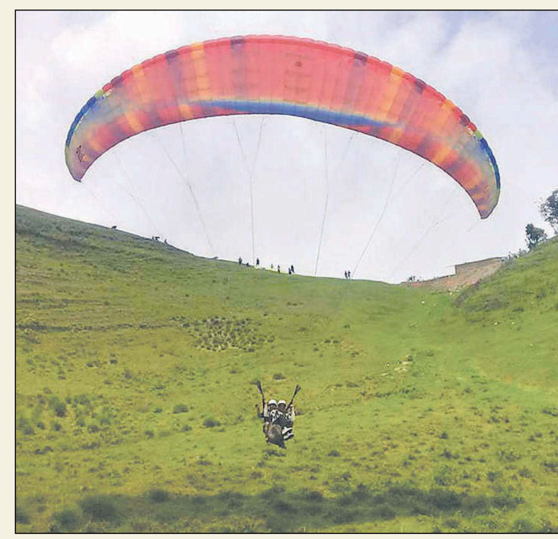
राजाराम पौडेल

इलाम र पाँचथरमा प्याराग्लाइडिङ

इलाम र पाँचथरका विभिन्न क्षेत्रमा प्याराग्लाइडिङको सफल परीक्षण उडान सम्पन्न भएको छ। सीमावर्ती क्षेत्रका नाम्तोक, एकचुले, फुम्ने र जुकेडाँडाबाट परीक्षण उडान गरिएको हो। सोलुखुम्बु जिल्लाका वाङ्चु शेर्पाले उक्त परीक्षण उडान गरेका हुन्।

शेर्पाले नाम्तोक डाँडाबाट करिब एक घण्टासम्म आकाशमा प्याराग्लाइडिङ उडाएर घुर्बिसे पञ्चमी बजार नजिकै रहेको ठिङ्गेपुरको पाण्डवधारा नजिक अवतरण गराएका थिए। उनले यसअघि विभिन्न ३८ देशमा प्याराग्लाइडिङको सफल उडान गरिसकेका छन्। शेर्पाले पर्यटकीयस्थल कन्याम तथा गजुरमुखीमा समेत प्याराग्लाइडिङको उडान भरेका छन्।

मणिराम दाहाल



मैदान बाहिर

लन्डनमा पनि उसेन बोल्टको रेस्टुराँ

संसारकै सर्वाधिक तीव्र गतिका धावक जमैकाका उसेन बोल्टले हालै लन्डनमा आफ्नो रेस्टुराँको शाखा खोलेका छन्। उनले यसअघि ट्र्याक एन्ड रेकर्ड्स नामक आफ्नो रेस्टुराँ जमैकाको सेन्ट एन्ड्र्यु, सेन्ट एन तथा मोन्टेगो बेमा स्थापना गरिसकेका छन्। हाले खोलिएको लन्डनस्थित रेस्टुराँको तस्बिर उनले इन्स्टाग्राममार्फत सार्वजनिक गरेका छन्। रेस्टुराँको रिसेप्सन डेस्कमा १ सय तथा २ सय मिटरको बोर्ड राखिएको छ। त्यसमा उसेन बोल्टले कायम गरेको विश्व कीर्तिमानका बारेमा लेखिएको छ। रेस्टुराँको तल्लो भागमा लाइभ डिजेको व्यवस्था छ। यो रेस्टुराँमा एउटा प्राइभेट एरिया पनि छ, जहाँ बोल्ट रातको अबेरसम्म बसेर पार्टीको मज्जा लिन सक्छन्। यो रेस्टुराँको इन्टेरियर डिजाइनमा जमैकाको संस्कृतिलाई प्राथमिकता दिइएको छ।

बिच फुटबलमा बुकार्डको क्रेज

क्यानाडाकी ग्ल्यामरस टेनिस खेलाडी युजिनी बुचार्ड खेलभन्दा पनि लाइफस्टाइलका कारण चर्चामा आउँछिन्। यस क्रममा अहिले उनी बिच फुटबलका कारण चर्चित छिन्। स्पोर्ट्स इलेस्ट्रेटेडले आयोजना गरेको पार्टीका क्रममा युजिनीले बिच फुटबल खेलिन्। टाइट कमिज र हाफ पाइन्ट लगाएकी बुचार्डले त्यहाँ उपस्थित सबैको मन जितेकी थिइन्। बिच फुटबलमा अन्य प्रतिष्ठित खेलाडीहरूसमेत सहभागी थिए। आफ्नो खेल कौशलका कारण त्यहाँ उनी सर्वश्रेष्ठ खेलाडीसमेत घोषित भइन्। सफलताको खुसीयालीमा उनले प्रशंसकहरूसँग तस्बिर पनि खिचाइन् भने त्यसपछि होटलको टप फ्लोरमा अवस्थित बारमा सेतो ड्रेसमा खिचिएको आफ्नो तस्बिर सामाजिक सञ्जालमा पोस्ट गरिन्।

दुर्घटना पश्चात्को नयाँ जीवन

जर्मनीकी फर्मुला थ्री रेसर सोफिया फ्लोरेस ८ दिनको अस्पताल बसाइपश्चात् गत सोमबार घर फर्किन्। यस पटकको मकाउ ग्रांपीमा प्रतिस्पर्धा गर्ने क्रममा उनी दुर्घटनामा परेकी थिइन्। १७ वर्षीया फ्लोरेस लामो उपचारपश्चात् ठीक अवस्थामा आएकी हुन्। यसलाई उनले आफ्नो दोस्रो जन्म भनेकी छिन्। दुर्घटनापश्चात् सोफियाको ढाडको हड्डी भाँचिएको थियो। चिकित्सकहरूले करिब १० घण्टाको कठिन शल्यक्रियापश्चात् उनलाई खतरामुक्त गराएका थिए। रेसका दौरान प्रतिस्पर्धी ड्राइभर जापानकी सुबोईलाई उछिन्ने प्रयास गर्दा सोफियाले कारको नियन्त्रण गुमाइन् र करिब २ सय ७६ किलोमिटर प्रतिघण्टाको गतिमा रहेको उनको कार सुबोईको कारसँग ठोक्किँदै मिडिया सेक्सन रहेको भवनमा गएर बजारिएको थियो। दुर्घटनामा सोफियाका अतिरिक्त जापानी ड्राइभर सुबोई, दुई जना फोटोग्राफर तथा एक मार्सलसमेत घाइते भएका थिए।

ट्याटुमय फुटबल खेलाडी

शरीरमा ट्याटु खोपाउनु फेसन हो, यसबाट नाम चलेका फुटबल खेलाडी मात्र कसरी अछुतो रहन सक्छन् र ? विश्व फुटबलमा ट्याटु बनाउनु फेसनजस्तै भएको छ र यी ट्याटु पनि कलात्मक रहने गरेका छन् । धेरै खेलाडीका लागि उनीहरूको शरीरमा खोपाइएको ट्याटुले विशेष अर्थ राख्छ ।

जस्तो ट्याटुकै कारण इंग्लिस फरवार्ड रहिम स्टर्लिङ चर्चामा आए । चर्चा मात्र कहाँ हो र ? उनको आलोचना नै बढी भयो । खासमा उनले आफ्नो दायाँ खुट्टाको तलतिर पूरा राइफलको ट्याटु बनाएका छन् । त्यो पनि एम-सिक्सटिन राइफल । पश्चिमेली देशमा गन-कल्चर वृद्धि भैरहेको र त्यसले ठूलै विपत्ति निम्त्याइ रहेको परिस्थितिमा स्टर्लिङले त्यसैलाई बढावा दिने खालको ट्याटु बनाएपछि उनको विरोध गर्ने धेरै निस्किए ।

यसमा स्टर्लिङको भने फरक मत रह्यो । जमैकामा जन्मिएका यी खेलाडी लन्डनमै हुर्किएका हुन् । उनका बुबाको सडकमै गोली हानेर हत्या गरिएको थियो । स्टर्लिङले यो तथ्यलाई अहिलेसम्म बिर्सन सकेका छैनन् । यस्तोमा उनी गन-कल्चरका समर्थन त होइनन् नै, बरु उनी आफ्नो ट्याटुको माध्यमबाट यसविरुद्ध सामाजिक चेतना फैलाउन चाहन्छन् । निकै चर्को विरोध भएपछि स्टर्लिङले यसरी नै आफ्नो धारणा व्यक्त गरे । पछि उनको यो कामलाई इंग्लिस एफएले नै समर्थन गर्नु पर्‍यो ।

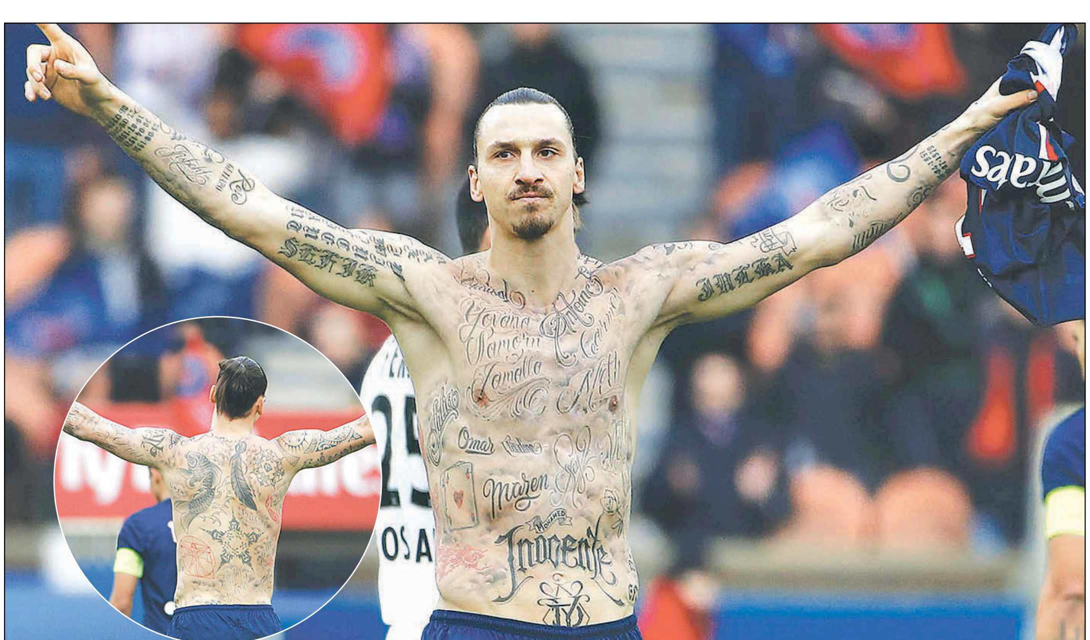
इंग्लिस फुटबलमा ट्याटु संस्कृति भित्र्याउने काम पूर्व खेलाडी डेभिड बेकह्यामले गरेका थिए । इंग्ल्यान्डतिर उनलाई 'फेसन-आइकन' मानिन्छ । उनको दुवै हात छोपिने गरी ट्याटु खोपाइएको छ । बेकह्यामलाई नै पछ्याउँदै अरुले पनि ट्याटु खोपाउन थालेको मानिन्छ ।

यसरी ट्याटु मन पराउनेमा इंग्लिस खेलाडी मात्र होइनन, अरु धेरै नाम चलेका खेलाडी पनि छन् । विश्व फुटबलमा अहिलेको पुस्ताका सबैभन्दा ठूला नाम हुन्- लियोनल मेसी । बार्सिलोनाका यी फरवार्ड पनि ट्याटु भनेपछि हुरुक्क हुने खेलाडी हुन् । चर्चित खेलाडी भएपछि उनको ट्याटुको चर्चा हुनु पनि स्वभाविक हो । मेसीले प्रत्येक वर्ष आफ्नो शरीरमा ट्याटुको संख्या बढाइरहेका छन् । उनको शरीरमा छोरादेखि आमासम्मको नाम छ । यस्तै उनले आफ्नो खुट्टामा १० नम्बर पनि खोपेका छन् । विश्व फुटबलमा प्रायः १० नम्बरका खेलाडी विशेष हुन्छन् । मेसी पनि १० नम्बरकै जर्सी लगाउँछन् ।

धेरै भन्दा धेरै ट्याटु बनाउनेमा ब्राजिलीयन खेलाडीहरू अग्रपंक्तिमा हन् । जस्तो, मार्सेलो । ब्राजिलीयन खेलाडीहरूमा यसरी ट्याटु संस्कृति भित्र्याउने श्रेय उनैलाई जान्छ । ट्याटु प्रेममा उनलाई उछिन्ने काम गरेका छन्, नेयमारले । नेयमारलाई विश्व फुटबलमा सर्वाधिक फेसन रूचाउने र 'फेसन-सेन्स' भएको खेलाडी मानिन्छ । उनले आफ्नो शरीरमा यति धेरै ट्याटु बनाएका छन् कि त्यसलाई गन्न गाह्रो हुने उनका साथीहरू बताउँछन् । नेयमार जत्तिकै ट्याटु बनाउने डानी एल्भास पनि हुन् । उनको शरीरमा परिवारका लगभग सबै सदस्यको नाम छ ।

एन्टोन ग्रिजमन फ्रान्सेली टिमका मुख्य खेलाडी हुन् । एटलेटिको म्याड्रिडका यी फरवार्डले दायाँ पाखुरामा जिसस क्राइस्टको अनुहार खोपाएका छन् । उनका औंलामा पनि 'होप' खोपिएको छ । पूरा शरीरमा ट्याटु खोपाएका खेलाडीमा पर्छन्– स्पेनका सर्जियो रामोस । रियल म्याड्रिडका रामोस धार्मिक स्वभावका छन् । त्यसैले उनको शरीरमा मदर मेरी र जिसस क्राइस्ट देख्न पाइन्छ ।

डेनमार्कका लिभरपुल खेलाडी ड्यानिएल एगरको ट्याटु रंगीन नै छ । उनले पूरा शरीरमा आफ्नो देश डेनमार्कका आस्था र संस्कृति झल्कने चित्र खोपाएका छन् । ज्लाटन इब्रामोभिचको शरीरमा पनि थुप्रै ट्याटु छन् । तीमध्ये सबैभन्दा चर्चित छ, एउटा वाक्य । त्यसमा लेखिएको छ, 'वनली गड क्यान जज मि' अर्थात् इब्रामोभिचलाई कसैले दाँजेर भन्न सक्छन् भने ती भगवान मात्र हुन्, अरु कोही होइनन् ।



समय सन्दर्भ

वृद्ध नेतृत्वले थलिएको देश

अधिकारी रवीन्द्र, बनेपा

बहुदल आएपछि नेपालको राजनीतिमा हालीमुहाली गर्ने शीर्ष चेहेराहरूमाथि विचार गरौं । समय बदलियो, व्यवस्था फेरियो तर राज्यसत्ताको वरिपरि घुम्ने अनुहार बदलिएनन् । धेरै नेताले पार्टी बदले, पार्टीको नाम बदले तर आफ्नो सत्तामोहको चाहलाई कहिल्यै बदल्न सकेनन् । पञ्चायत, प्रजातन्त्र, लोकतन्त्र, गणतन्त्र र सुन्दै आनन्द लाग्ने जुनसुकै तन्त्र आए पनि किन देश र जनताको स्थिति सधैं बेहाल ? यसको एउटा प्रमुख कारण हुन सक्छ : बूढा नेताहरूको बिगबिगी । कस्तो मोह त्यो कुर्सीको जसले गर्दा कसैले सत्र पटकसम्म प्रधानमन्त्री बन्ने आशा त्याग्दैन ? आफू धेरै पटक बहालवाला भैसक्दा पनि जतिपटक मौका आउँछ नयाँलाई अवसर दिनुको साटो त्यति नै पटक आफैं अघि सर्ने त सबै शीर्षस्थ नेताका आदतै हो । सत्तालोलुपता र सोच उही भएका त्यस्ता वृद्ध नेताहरूबाट परिवर्तनको आशा राख्नु बेकार हो । देशका जुनसुकै क्षेत्रमा राजनीतिक दलको वर्चस्व हुने र राजनीतिक दलभित्र सुशासन र प्रणालीभन्दा व्यक्ति हाबी हुने कुप्रथाका कारण वृद्धनेताहरू नेतृत्वबाट ओझेल पर्न चाहँदैनन् । सायद त्यसैले गर्दा होला, राजनीतिक दलहरूमा मुख्य नेतृत्व परिवर्तन हुन प्राकृतिक मृत्युकै प्रतीक्षा गर्नुसिवाय अरू विकल्प न्यून नै देखिन्छ ।

धेरै नेता योग्यताभन्दा पनि पूर्ववरिष्ठहरूको अनुग्रहका आधारमा वरियतामा परेका छन्, जसलाई ठूलालाई चाप्लुसी र सानालाई अनुकम्पाको राजनीति गर्नुबाहेक अरू थाहा छैन । बाँकी धेरै नेता इतिहासको कुनै बिन्दुमा केही योगदान दिएको वा जेलनेल खाएको आधारमा नेतृत्वपंक्तिमा सदैव कायम रहन्छन् ।

जहिले पनि सबै नेताको लक्ष्य मन्त्री वा प्रधानमन्त्री बन्नु नै हुन्छ जस्तो कि यो पद पालैपालो उनीहरूको रोजगारीका लागि सिर्जना गरिएको हो । कुनै दृढ विचार वा सुधारात्मक दृष्टिकोण लिएर उक्त विचारलाई कार्यान्वयन गर्न-गराउन देशको नेतृत्वमा पुग्न उत्कण्ठा राख्नुभन्दा पनि एउटा उमेरअनुसार पालो मैले पाउनुपर्छ भन्दै जागिरको हिसाबले वृद्ध नेताहरू उक्त गरिमामय पदमा पुग्नु देशका लागि ठूलो दुर्भाग्य हो । हुँदा-हुँदा देशको मुहारभन्दा मन्त्री र प्रधानमन्त्रीको अनुहार मात्र फेरिरहने भयो । बल्ल एउटा त्यो पदमा पुगेको हुन्छ अनि भोलिपल्टदेखि नै अब हुने पालो मेरो भनेर अरू नेताहरूको चक्रव्यूह सुरु भैहाल्छ ।

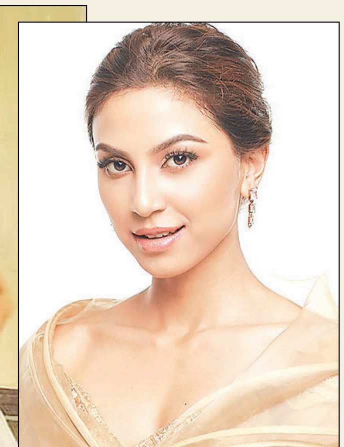
पार्टीले पनि पहिलेको विरासतका आधारमा भन्दा वर्तमान सक्रियताका आधारमा जिम्मेवारी दिने प्रथा सुरुवात गर्नैपर्छ । जो निरन्तर सक्रिय रहन्छ उसैले नेतृत्व सम्हाल्नुपर्छ । बूढा नेताहरूलाई उनीहरूको त्यागको उचित कदर गर्दै सल्लाहकारको भूमिका दिइनुपर्छ वा धेरै वृद्ध भए स-सम्मान माला लगाएर घर पठाउनुपर्छ । ए बाबा ! एउटा सामान्य कर्मचारीलाई त ५८ वर्ष उमेर हद राखेर जागिरबाट निवृत्त गरिन्छ भने सिङ्गो देश चलाउने जिम्मेवार एक मात्र पदमा रहने व्यक्तिलाई के उमेरले असर गर्दैन ? त्यो व्यक्ति पनि कुनै सुपरम्यान नभै मानव नै हो, जसले अरूजस्तै उमेर अनुसार बिर्सिने रोग (सेनाइल डेमेन्सिया) वा अन्य अनेकन शारीरिक दुर्बलता तथा मानसिक समस्याको सिकार हुन सक्ने प्रबल सम्भावना बोकेको हुन्छ । समय छउन्जेल प्रयास गर्ने हो, समय गुज्रिएपछि अरूलाई अवसर दिनुपर्छ । प्रकृतिको नियम सबैले मान्न हुने हाम्रा नेताले चाहिँ किन नहुने ? यसरी देशलाई बारम्बार दोहोरिरहने दुर्घटनाबाट जोगाउन उमेर हदबन्दीको नियम-कानुनै बनाएर अघि बढ्नुपरे पनि पछि हट्नु हुँदैन ।

आँखा कम देख्ने, अल्जाईमर्सले ग्रसित वा उठबस गर्नै गाह्रो हुने व्यक्तिलाई मुख्य नेता मानेर सभापति वा प्रधानमन्त्री नै दिइरहने पार्टीका अरू नेताहरूको मौनता वा फितलो संघर्षले पनि देशलाई पछाडि धकेलिरहेको छ । वृद्ध नेताहरूले वा आउने दिनहरूमा वृद्ध हुन लागेका नेताहरू किन विकास र समृद्धिको बाधक भैरहने ? वृद्धवृद्धाहरूको योगदानको कदर गर्नैपर्छ तर यथार्थ कुरा वर्तमानमा देश चलाउने युवा फौजले हो । देशको अर्थतन्त्रलाई सुचारु गराइरहेका युवा जमाततलाई प्रतिनिधित्व गर्ने पंक्ति किन उनीहरूजस्ता लाग्दैनन् ? कतिन्जेल त्यस्ता प्रतिनिधिपात्रहरू कपाल फुलेकै वा खुइलिएकै, अनुहार चाउरी परेर झोलिएकै वा दाँत झरेकै हुनुपर्ने ? नवजवानहरूको चाहना के ती वृद्ध मनस्थितिले सम्बोधन गर्न सक्लान् ? नेपाल छोड्ने युवाहरूको लर्को दिन दुईगुना रात चौगुना गरेर बढ्दै जानुको कारण कतै यो पनि हो कि ?

त्यसैले नेतागिरी गर्ने सम्पूर्णलाई सुझाव : एउटा मूल मुद्दा लिएर राजनीतिमा लाग्नुहोस् । सदैव आफूले विश्वास गरेको मुद्दालाई साकार गर्न लागिपर्नुहोस् र नेतृत्वपंक्तिमा पुगेको १० वा बढीमा १५ वर्षमा स्वघोषित अवकाश लिनुहोस् । नेतृत्वमा हुँदासमेत आफ्नो मुद्दालाई पूर्ण कार्यान्वयन गराउन सक्नुभएन भने त्यसका लागि पार्टीमा आबद्ध नयाँ पंक्तिलाई उत्तराधिकारी बनाई समयसापेक्ष सुझाव दिइरहने अभिभावकको भूमिकामा बस्नुहोस् अथवा त्यही मुद्दालाई सामाजिक अभियानमा परिणत गर्न कुनै ट्रस्ट वा सामाजिक संस्था खोल्नुहोस् । सधैं लिसो टाँसिएजस्तो पार्टी र अन्ततः देशलाई नै कमजोर बनाएर नेतृत्व लिइरहनुपर्छ भन्ने छैन । क्षणिक पदीय फाइदाभन्दा दीर्घकालका लागि आफ्नो नाम अमर बनाउने दिशातर्फ लाग्नुहोस् ।

ravinems@iom.edu.np

सुप्रानेसनल-२०१८ मा महिमा



मिस वर्ल्ड-२०१८ मा नेपाल सुन्दरी श्रृङ्खला खतिवडाले प्रतिस्पर्धा गरिरहेकै बेला अर्की चेली महिमा सिंह मिस सुप्रानेसनल-२०१८ मा नेपालका तर्फबाट प्रतिस्पर्धामा छिन् । विश्वका ७० भन्दा मुलुकका सुन्दरीहरूको सहभागिता रहेको मिस सुप्रानेसनल-२०१८ पोल्याण्डमा सञ्चालन भैरहेको छ ।

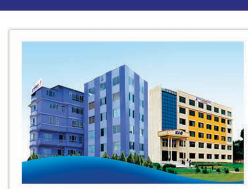
२३ वर्षीया महिमा सिंह मिस नेपाल-२०१८ की टप सेभेन प्रतिस्पर्धीमध्ये एक हुन् । मिस नेपालको आयोजक संस्थाले महिमालाई मिस नेपाल सुप्रानेसनल-२०१८ को ताज पहिर्‍याइदिएपछि महिमा अन्तर्राष्ट्रिय सौन्दर्य प्रतियोगिता मिस सुप्रानेसनलको दसौं संस्करणमा सहभागी भएकी हुन् । काठमाडौं निवासी ५ फिट ८ इन्च अग्ली महिमाले एस इन्स्टिच्युट अफ म्यानेज्मेन्टबाट बिबिएको अध्ययन पूरा गरेकी छिन् । मिस सुप्रानेसनल-२०१८ को ग्राण्ड फिनाले मिस वर्ल्ड-२०१८ को ग्रान्ड फिनालेको ठीक एक दिनअघि अर्थात् डिसेम्बर ७ तारिखमा सम्पन्न हुने बताइएको छ ।

म्यानहन्ट इन्टरनेसनलमा ध्रुव

अन्तर्राष्ट्रिय पुरुष सौन्दर्य प्रतियोगिताहरूमध्ये सबैभन्दा प्रतिष्ठित एवं चर्चित म्यानहन्ट इन्टरनेसनल-२०१८ मा नेपालका तर्फबाट ध्रुव बुढाथोकीले प्रतिनिधित्व गरेका छन् । गएको डिसेम्बर महिनामा राजधानीमा ग्रुप अफ इभेन्ट इन्टरटेनर्सको आयोजनामा सञ्चालित प्रोस्टाइल म्यानहन्ट इन्टरनेसनल नेपाल-२०१७ को विजेता भएपछि ध्रुव म्यानहन्ट इन्टरनेसनल-२०१८ का लागि छनौट भएका हुन् । म्यानहन्ट नेपाल विजेताको अवार्डसहित मिष्टर फिजिक र ट्यालेन्ट अवार्ड पनि जित्न सफल २४ वर्षिय ध्रुव ६ फिट अग्ला छन् । ललितपुर निवासी ध्रुव म्यानहन्ट इन्टरनेनसल नेपाल २०१७ का रूपमा चयन हुनुअघि मिष्टर नेपाल-२०१७ का फस्ट रनर्सअप तथा मिष्टर फिजिक अवार्ड विजेता भएका थिए ।

उनले म्यान अफ द इयर-२०१७ नामक अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा समेत सहभागिता जनाएका थिए, जसमा उनले मस्कुलिन विधाको अवार्ड जितेका थिए । १९ औं संस्करणको म्यानहन्ट इन्टरनेसनल ध्रुवले विश्वका अन्य २९ मुलुकका प्रतिनिधिसित प्रतिस्पर्धा गर्नेछन् । प्रतियोगिताको फाइनल पर्सि मंसिर १६ गते अष्ट्रेलियाको क्विन्सल्यान्डको गोल्डकोस्टमा संचालन हुनेछ ।

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
CHRIE | Griffith University | IIDA | Harrow International Business School

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** ।