कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.ekantipur.com

● वर्ष २५ ● अंक ९ ● FRIDAY, 12 JULY 2019 ● काठमाडौं शुक्रबार, असार मूल्य रु. १५/-

तस्बिर : महेश प्रधान

साउनमा रतिराग

अपराध संसारका बादशाह

शिल्पा र छविको लफडा

प्लस साइजमा सुन्दरता

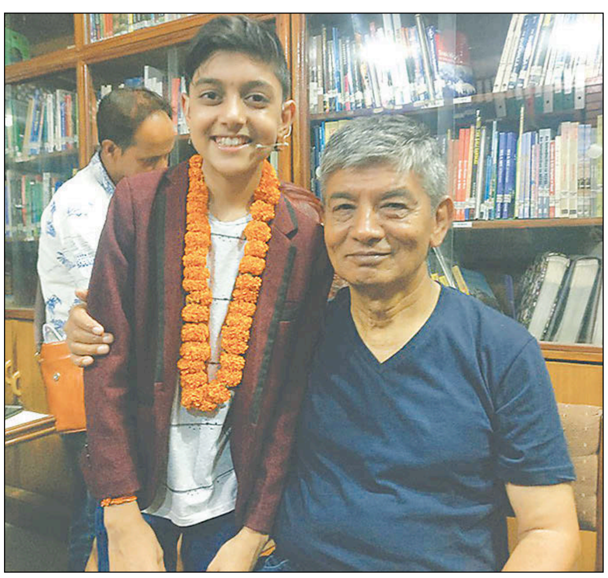
तस्बिर : नवराज बार्ले

YouTube ट्रेन्डिङ

१	दमदार खेलाडी	च्यानल: अदित्य मुभिज
२	फाटेको जुत्ता	च्यानल: हाइलाइट्स नेपाल
३	गुड ब्रोदर नन्दलाई	च्यानल: माउन्टेन फिल्म्स
४	रामकहानी	च्यानल: बूढासुब्बा
५	थडक-२	च्यानल: गोल्डमाइन्स
६	दयालु	च्यानल: पेन मुभिज
७	द मम्मी	च्यानल: आशिष चन्चलानी
८	भद्रगोल	च्यानल: मिडिया हब
९	तेरा बन जाउङगा	च्यानल: टी सिरिज
१०	कबड्डी कबड्डी	च्यानल: ओ.एस.आर

फोटो अफ दि विक

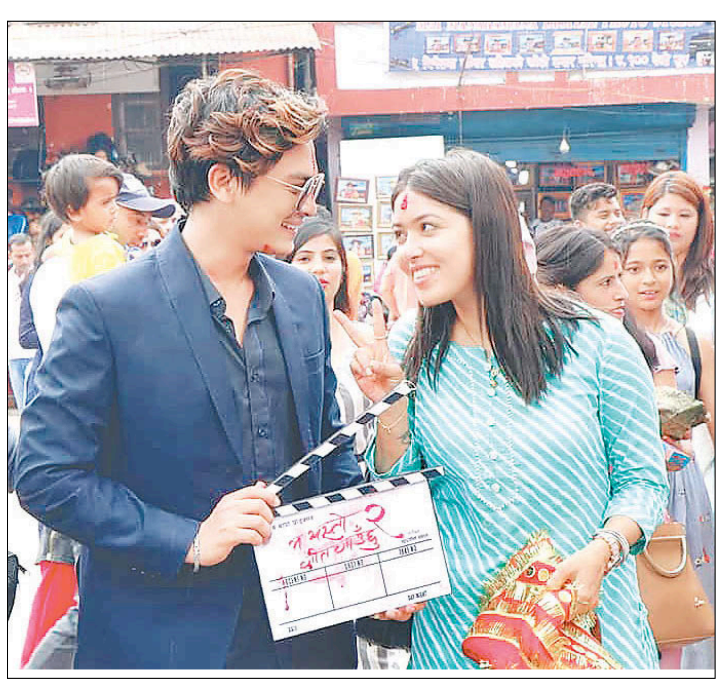
■ स्वागतको तरिका : त्रिभुवन विश्वविद्यालयको ६० औं वार्षिकोत्सवको शुभारम्भ गर्न हिलाम्य बाटोमा ओछ्याइएको रेडकार्पेटमा हिँड्दै प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओली ।



■ फ्युचर स्टार : वरिष्ठ कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठसँग भारतीय रियालिटी शो सारेगमपका उपविजेता आयुष केसी ।

■ सलामीबाज : जिल्ला खेलकुद विकास समिति गोरखाको खेलकुद कार्यक्रममा सलामी लिँदै जिल्ला समन्वय समितिका पदाधिकारी (माथी) । सुदूरपश्चिम प्रदेशका भौतिक योजनामन्त्री पठानसिंह बोहोरा स्थानीय खेलकुद कार्यक्रममा सलामी खाँदै ।

■ सबै कुरा मंगल होस् : पूर्वप्रधानमन्त्री तथा नेपाली कांग्रेसका सभापति शेरबहादुर देउवा तथा पूर्वसांसद् आरजु देउवा बुढानिलकण्ठस्थित निवासमा लगाएको सप्ताह पुराणमा पूजाआजा गर्दै । गत साता देउवा दम्पतीको विवाहको वार्षिकोत्सव पनि थियो ।



■ माताको आशिर्वाद : चलचित्र म यस्तो गीत गाउँछु-२ को शुभसाइतपछि गोरखाको मनकामनामा अभिनेता पल शाह तथा अभिनेत्री पूजा शर्मा ।

विष्णु रिमालले छौंडा भनेर आफ्नै पार्टीभित्रका प्रचण्ड गुटलाई संकेत गरेका त हैनन् ?

क्रिष्टिना पुरी

ती सल्लाहकारले 'छौंडा' कविता त दुई वर्ष पहिले शेर बादुर्को पालामा लेखेका रे । ड्राफ्टमा थियो रे अनि आज झुक्किएर पोस्ट भैच्च रे ।

सरोज पोखरेल

विष्णु रिमाल लाइब्रेरीमा गएर सोध्छन्, 'आत्महत्या गर्ने तरिका सिकाउने किताब छ ? लाइब्रेरियनले घुरेर हेर्दै भन्छ, 'फिर्ता गर्न कुन छौंडा आउँछ नि बे ।'

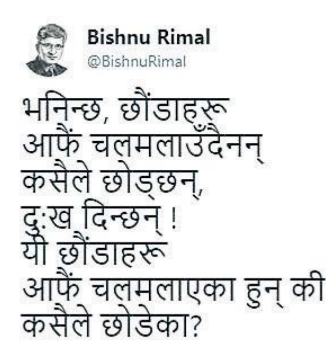
द सुनभाले

एक्काइसौं शताब्दीमा नि केही अन्धकारहरू अझै छौंडा, बोक्सीको आरोप लगाउँदैछन् । अन्धविश्वास अज्ञानतामा मात्र होइन, उन्मत्ततामा नि हलक्कै मौलाउँदो रहेछ । बालुवाटारको सेपबाट फुरेको चैते कविताले यसै भन्छ ।

रवि मिश्र

हामी सानो हुँदा छिमेककी हजुरआमाले 'बच्चाबच्ची बिरामी परे, भैँसीले दूध नदिए भने अस्ति फलानी आकी थिई, छौंडा लगाएर गइछ, बच्चाबच्ची बिरामी परे, भैंसीले सेतोकालो केही देखाएन' भन्नुहुन्थ्यो । उहाँले चाहिँ कसरी त्यो शब्द सजिलै प्रयोग गर्न सक्नुभो होला ।

इन्दु



देख्नुभो त ! राजसी गाँथगद्दीमा आरामले सुकला होइबक्सन नसकिबक्सेपछि हिजो महाराजले एक छौंडा सामाजिक सञ्जालमा छोडेको...

यश उपाध्याय

हिजो संसदीय दलमा नेकपा सांसदले नै सरकारको विरोध गरेपछि एकाबिहानै सल्लाहकार विष्णु रिमालज्यूले उनीहरूलाई पो छौंडा भनिस्येको रै'छ, दिनभरि सोच्दा-सोच्दाको निष्कर्ष ।

सुफल काफ्ले

'यो छौंडा शब्दको अर्थ चैं रिमाल भन्ने ब्रोसँगै सोध्नुस है !

रोनिश साम्री घले

विष्णु रिमाल प्रधानमन्त्रीको मात्र नभए हामी सबैको सल्लाहकार हो । उहाँले दिने सल्लाह गलत हुनै सक्दैन । प्रतिपक्ष र सरकारविरोधीहरू 'छौंडा' नै हुन् । तसर्थ उहाँले गर्नुभएको ट्विटको गलत व्याख्या गरेर आफैंलाई लज्जित बनाउने काम नगरौं ।

प्रदीप भट्टराई

छौंडा शब्दले आज न घोच्या हो । नत्र त सर्वेसर्वा ओलीजीले नाकाकस्सी ताका आन्दोलनकारी र मधेस केन्द्रित दललाई होच्याउन छिमेकीले छौंडा खेलाएको' भनेकै हुन् ।

अनार्य

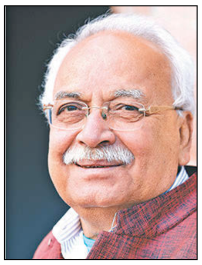
बोक्सी-छौंडा आदि शब्द प्रयोग गर्नेलाई त नेपालको कानुनअनुसार सजाय हुन्छ भन्ने पढेको थिएँ मैले त । @Bibs nu rimal लाई कारबाही हुन्छ-हुन्न सरकार ?

कल्पना अधिकारी

KANTIPUR PUBLICATIONS PVT. LTD.
KMG
कान्तिपुर को
करोडपति
सिजन-३
कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक वा द काठमाडौं पोष्टको
वार्षिक ग्राहक बन्नुहोस् र लक्की ड्र बाट जित्नुहोस्
१० लाख
मासिक पुरस्कार
१ करोड
बम्पर पुरस्कार
१ लाख
साप्ताहिक पुरस्कार
* शर्तहरु लागू हुनेछन् ।
पक्का पुरस्कार
• शिखर ईन्स्योरेन्सको रु.५ लाखको दुर्घटना बीमा • स्वास्थ्य बीमामा रु.७५० छुट
Shikhar Insurance
Happysurance
स्क्र्याच कार्ड मार्फत् रु.२०० देखि रु.२५०० सम्मको छुटका साथै जित्न सक्नुहुनेछ
BALTRA
BALTRA एलइडी टिभी.
ASUS
ASUS ल्यापटप
स्मार्ट फोन
ब्लुटुथ स्पीकर
वायरलेस हेडफोन
स्मार्ट वाच
10
35
ग्राहक अवधि बाँकी रहेकाहरुले पनि समय बढाएर यस योजनामा सहभागी हुन सक्नुहुनेछ । "जति छिटो ग्राहक बन्नुहुनेछ, जित्ने मौका त्यति नै बढ्नेछ ।"
कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक वा द काठमाडौं पोष्टको वार्षिक ग्राहक बन्नको लागि SUB<space> आफ्नो नाम टाइप गरी ३८०८० मा पठाउनुहोस (NTC प्रयोगकर्ताकालागि मात्र) । एस.एम.एस र अनलाईन सब्सक्रीप्सनका लागि २४ घण्टा भित्र विस्तृत विवरण सहित हाम्रा प्रतिनिधिहरुले तपाईंलाई सम्पर्क गर्नेछन् ।
We Accept
fonepay payments फटाफट
KANTIPUR DAILY
THE KATHMANDU POST
1 Open your mobile banking / eSewa app
2 Scan this code, confirm the payment details and make quick payment.
eSewa
www.esewa.com.np
कान्तिपुर
kathmandupost
टोल फ्रि नम्बर: १६६० ०१ २२२२२ (NTC), ९८०१ ५७ २२२२ (Ncell) काठमाडौं: शिशिर राज पाण्डे ९८४११६६७८४, राम कृष्ण घिमिरे ९८५१०९८९४४ चितवन: शंकर न्यौपाने ९८५६०४४१४० पोखरा: राजेश पौडेल ९८५६०२५८८५, नेपालगंज: अशोक श्रेष्ठ ९८५८०३०६७७, विराटनगर: अनुज लाल कर्ण ९८५२०२८१२३

कान्तिपुर गाथा

भीमबहादुर दाइ : एक शब्दचित्र



किशोर नेपाल

भीमबहादुर दाइको जन्मजयन्ती यसै साता परेको थियो । नीतिका ढुंगानाले फेसबुकमा नलेखेको भए धेरैले थाहा पाउने थिएनन् यो कुरा । कांग्रेस पार्टीले त यो कुरा थाहै पाएन । अचेल कांग्रेसका संचालकहरूको सम्झनाबाट मूल्य, मान्यता र आदर्शका कुरा हट्दै गएका छन् । भीमबहादुर तामाङ मूल्य-मान्यता र आदर्शका प्रतीक थिए । भीमबहादुर दाइसँग २०२६ सालको जाडो मौसममा जनकपुरधामको ब्रह्मपुरीमा भेट हुँदा नेपालको प्रजातान्त्रिक राजनीतिमा उनी एक प्रकारको मिथक बनिसकेका थिए । त्यतिबेलाको युवापुस्ताले उनलाई गुरिल्ला युद्धका जानकारका रूपमा चिन्थ्यो । सधैं सामान्य पहिरनमा देखिने भीमबहादुर दाइको काँधमा एउटा झोला हुन्थ्यो । चे ग्वेभारा र फिडेल कास्त्रोका क्रान्तिको मोहनीमा लट्टू भएका हामी केटाहरूका लागि बोलिभियाको जंगलबाट चेले नेतृत्व गरेको क्रान्तिकथाको विवरण दिन्थे भीमबहादुर दाइ ।

चिनजानसँगै म घनिष्ठ भएको थिएँ भीमबहादुर दाइसँग । एक दिन उहाँले आफ्नो झोलाबाट चे ग्वेभाराको डायरी र रेगिस देब्रेको पुस्तक 'रेभोल्युसन अफ दि रेभोल्युसन' झिकेर देखाएका थिए । उनले मलाई चे ग्वेभाराको डायरी पढ्न दिएपछि म गद्गद भएको थिएँ । त्यो पुस्तक मैले अत्यन्त लगावका साथ, त्यहाँ प्रयोग भएका अंग्रेजी शब्दहरूको भार्गव डिक्सनरीमा अर्थ खोजी-खोजी पढेको थिएँ । रेगिस देब्रेको पुस्तक पढ्ने आँट आएन । फ्रेन्च भाषाबाट अंग्रेजीमा अनुवाद गरिएको त्यो राजनीतिक-दर्शनको पुस्तक मेरा लागि हाडे ओखरसरह भएको थियो । झन्डै दुई दशकपछि मात्र मैले त्यो पुस्तक बुझेर पढें ।

अजीवका थिए भीमबहादुर दाइ । हामी दुवैका प्रेरक पुरुष एकै हुनुहुन्थ्यो- सहिद सरोजप्रसाद कोइराला । नेपाल विद्यार्थी संघ गठनको सिलसिलामा दमन ढुंगाना र स्वर्गीय शंकर घिमिरेले मलाई जनकपुर पठाएका थिए । त्यतिबेला काठमाडौं आन्दोलित थियो । म भर्खर जेलबाट छुटेको थिएँ । जनकपुर मेरा लागि नयाँ ठाउँ थियो । भारतीय रेलको बाटोबाट मात्र पुगिन्थ्यो त्यहाँ । सुवर्णशमशेरले सुरु गर्नुभएको राजालाई सहयोग गर्ने अभियानअन्तर्गत ०१७ सालपछि भारतमा निर्वासित कांग्रेसजनहरू स्वदेश फर्कंदै थिए । त्यही क्रमको पछिल्लो लटमा सरोज कोइराला पनि स्वदेश फर्कनुभएको थियो ।

सरोज कोइरालाको क्रियाशील राजनीतिक जीवनका अभिन्न सहयोगी थिए भीमबहादुर दाइ । उनले कति पढेका थिए र परिवार कहाँ थियो ? त्यो हामीलाई थाहा थिएन । भीमबहादुर दाइ भनेपछि भीमबहादुर दाइ । त्यही क्रममा सरोज कोइरालाले स्थानीय जन-आकांक्षा साप्ताहिक पत्रिकालाई प्रजातान्त्रिक आन्दोलनको मुखपत्रका रूपमा सञ्चालन गर्ने योजना बनाउनुभयो । त्यसका लागि म खटिएँ प्रधान सम्पादक माधव आचार्यलाई सघाउन । भीमबहादुर दाइ त्यतिबेला जनकपुरमै थिए । उनले हामीलाई पत्रिकाको ले-आउटको आधारभूत ज्ञान दिए । पत्रिका निस्कियो । त्यसको खास हैसियत र लक्ष्य देखियो । जनकपुरधामको सानो ट्रेडिल प्रेसबाट निस्किएको पत्रिका जति राम्रो हुन सक्थ्यो त्यति भयो, तर त्यसले नियमित हुन पाएन । प्रशासनिक कोपको सिकार भयो जन-आकांक्षा ।

त्यसपछि राजनीतिक क्रियाशीलताका क्रममा धेरै हुनु नपर्ने घटना भए । सरोज कोइरालाको हत्या भयो । कांग्रेसले सशस्त्र क्रान्ति सुरु गऱ्यो । प्रजातान्त्रिक राजनीति अँध्यारो खाडलतर्फ धकेलियो । भीमबहादुर दाइ हराए । त्यो कालखण्डमा मेरो उनीसँग गौशालामा भेट भयो । गोधूलि साँझको समय थियो । उही स्वाभाविक भीमबहादुर दाइ । शिरमा कालो टोपी । उही पहिरन र काँधमा उस्तै झोला । बीपी कोइराला राष्ट्रिय एकता र मेलमिलापको नीति लिएर काठमाडौं आउने अघिल्लो दिन । भीमबहादुर दाइ भूमिगत थिए - पुलिसको लिस्टमा मोस्ट वारेन्टेड पर्सन । हामीले हतार-हतार चिया पियौं । हतार-हतार थोरै कुरा गऱ्यौं । त्यसपछि उनी हराए ।

बीपी फर्किइसक्नुभएपछि भीमबहादुर दाइसँग नियमितजस्तै भेट हुन थाल्यो । जनमत-संग्रहका बेला बीपी राजनीतिक बहसमा सक्रिय हुँदा भीमबहादुर दाइ जयवागेश्वरीस्थित कोइराला निवासमा फूल गोडिरहेका देखिन्थे । उनलाई यी बहसहरूमा मानौं कि कुनै चासो नै थिएन । मानिसहरू आउने-जाने गरिरहेका हुन्थे । उनी फूलसँगै मस्त हुन्थे । फूलको स्याहार-सम्भार र गोडमेल उनको सबैभन्दा रुचिकर विषय थियो । अलिकति माटो पायो कि खोस्रिएर गोडमेल गरिहाल्ने । आफूले गर्न लागेको काममा यतिविघ्न एकाग्र मानिस निकै थोरै देखेको छु ।

भीमबहादुर दाइको व्यक्तित्व निकै रहस्यमय थियो धेरैका लागि । उनको निजी जीवनका बारेका थाहा पाउने मानिसको संख्या पक्कै पनि कम थियो । उनको निजी जीवनका बारेमा थाहा पाउनैपर्ने त्यस्तो खास कुरा केही थिएन । एउटा सरल र सहज जीवन, जसका आवश्यकताहरू अत्यन्त सीमित थिए, सम्पत्तिको नाममा जोसँग देखाउनु र लुकाउनुपर्ने केही थिएन, जसका आशक्तिहरू थिएनन् र जसको कुनै पनि खराब आदत थिएन । नेपाली कांग्रेसका नेताहरूमा किशुनजी र भीमबहादुर दाइ नै दुई यस्ता व्यक्तित्व हुन् जो लोभ र मोहबाट विरत रहे ।

भीमबहादुर दाइमा प्रखर राजनीतिक चेतना थियो र उनी तीक्ष्ण राजनीतिक विश्लेषणमा खप्पिस थिए । उनमा कूटनीतिक दक्षता पनि उत्तिकै थियो । खास गरेर साथीभाइहरूसँग गफगाफमा बस्दा उनी अरूको विचार ध्यानपूर्वक सुन्थे । आफूलाई टिप्पणी गर्न मन नलागेको विषय पऱ्यो भने निदाएको बहाना गरिदिन्थे । त्यसबाहेक भीमबहादुर दाइमा अन्य कुनै प्रकारको राजनीतिक कलाकारिता थिएन । साहित्यमा गहिरो रुचि थियो । नेपाली साहित्यका कतिपय कथा र आख्यानहरूको विवेचनामा रमाउने भीमबहादुर दाइ क्यामु, सार्त्र र डीएच लरेन्सका रचनाधर्मिताको चर्चा गर्थे ।

दोलखा उनको पुर्ख्यौली थलो थियो । दोलखेलीहरू उनको माया र सत्कार गर्थे । जिरीका कतिपय जिरेल तन्नेरीहरूलाई उनले प्रगतिपथमा अघि बढाइदिएका थिए । राजनीतिमा धेरै कम व्यक्तित्वले मात्र सर्वमान्यता प्राप्त गर्न सक्छन् । दोलखेलीहरूले उनको नाम राखेका थिए पानीमुसा । बिरालाहरूबाट जोगिँदै उनी आफ्नो राजनीतिक यात्रामा निरन्तर खटिन्थे । जसले जति बेला चाह्यो त्यहीं पुग्ने चटकी शैली थियो उनको ।

चुनावको परिणाम मात्र व्यक्तिको लोकप्रियताको कसी हुँदैन । भीमबहादुर दाइले चुनाव जिते पनि र हारे पनि । चुनाव जित्दा र हार्दाको दुवै स्थितिमा भीमबहादुर दाइ मानिसले सक्नेजति निरपेक्ष रहे ।

'गोबुलढोक' यो शब्दको अर्थ मलाई थाहा छैन । भीमबहादुर दाइको प्रिय शब्द थियो यो । कुनै पनि बेढंगे काम गर्ने व्यक्तिलाई मायालु पाराले 'कस्तो गोबुलढोक रहेछ' भन्ने गोबुलढोक भीमबहादुर तामाङलाई लोकले बिर्सन सक्दैन । उनका साथी र सहयोगीहरूको मनमा सम्झनाका पहाडहरू होलान् । नेपाली राजनीतिमा यो एउटा यस्तो मानिस पनि थियो भन्ने उदाहरणका रूपमा प्रस्तुत हुने सत्पात्रका रूपमा अब भीमबहादुर दाइ मानिसका स्मृतिमा थुपुक्क बसेका छन्, नेपाली लोकतान्त्रिक इतिहासको सिरानी हालेर ।

पाठक मञ्च

साप्ताहिकले उत्कृष्ट माविहरू छानेर हामीजस्ता विद्यार्थीलाई मावि छनोटमा सहजता प्रदान गरेको छ । (उत्कृष्ट माविहरू) राम्रा विद्यालयहरूका बारेमा फरक तरिकाले साप्ताहिकले प्रस्तुत गरेको सामग्री मन पऱ्यो ।

आशिष पौडेल

अबको नेतृत्वले व्यवस्थापनको शिक्षा लिन आवश्यक देखिन्छ । (करिश्मालाई शैक्षिक सुझाव) करिश्माजीले अब म्यानेजमेन्ट पढ्नु बेस होला । नेपालको समस्या व्यवस्थापनमा व्यवस्थापकीय स्कीलको आवश्यकता छ ।

एस.के. बम

अमेरिकादेखि चलचित्रका लागि नै भनेर आएकी कृष्टिनालाई धेरै-धेरै शुभकामना । (कृष्टिनाले मारिन् बाजी) चलचित्र राम्रो बनोस्, मन खाने खालको ।

सुनिल थापा

विवाहभन्दा पहिले नै धेरै हल्लाखल्ला भएर हुन सक्छ आयुष्मानलाई विवाहको चिन्ताले सताएको छ । (विवाहको चिन्ता किन ?) नेपालमा कामभन्दा बढी हल्ला हुन्छ ।

काजल शर्मा

बलिउडमा मात्र होइन, हाम्रो नेपालमा पनि धेरै कलाकार अल्पशिक्षित छन् । (अल्पशिक्षित बलिउड स्टार) उनीहरूका बारेमा पनि लेख्नुपऱ्यो ।

नवीन बानियाँ

वर्षाले आफ्नो अभिनयमा पनि ध्यान दिनुपऱ्यो । (वर्षालाई झट्का) अनि पाइयो भन्दैमा जस्तोसुकै चलचित्रमा अभिनय गर्नु भएन ।

आकाश सुनार

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

समय सन्दर्भ

अचम्मको चिनाजानी

अधिकारी रवीन्द्र

मानिस मानिसबीच हुने कुनै सम्बन्ध सामान्य भैकन पनि अचम्मका हुन्छन् । सबैका हुन्छन् यस्ता चिनजान, स्थान र पात्र फरक भए पनि यस्ता घटना घटिरहेका हुन्छन् । यस्ता कुरा जो-कसैले भोगे पनि कसैलाई भनिँदैन । धेरै अघि मेरा एक शिक्षक थिए । खासै राम्रो पढाउँदैनथे । धेरै विद्यार्थी फेल भएपछि आक्रोशमा उनको नाम के-के मात्र राख्न भ्याएनन् विद्यार्थीहरूले । मेरो भने उनीसँगको सम्बन्ध मध्यम नै थियो । जीवनमा धेरै उतारचढाव आयो । कसैबाट सुनेथें, उनका लागि बितेका वर्षहरू त्यति राम्रा रहेनन् । करिब १२-१३ वर्षपछि उनी एक दिन कामविशेषले म काम गर्ने अफिसमा आए । म भएको ठाउँमा आएर सिधै भने- कति पैसा दियो भने यो जागिर पक्का हुन्छ ? मेरी वाइफलाई लगाउनुपर्‍यो । श्रीमतीका लागि जागिरको आवेदन दिन आएका रहेछन् । मैले यहाँ खुला प्रतिस्पर्धा हुन्छ, यहाँ दायाँबायाँ हुँदैन भनेँ । उनले अझै जिद्दी गरे । क-कसलाई कतिकति दिनुपर्ने हो देऊ, काम मिलाएबापत तिमी पनि राख तर जसरी नि मिलाऊ । म पन्छिन खोजेपछि उनी हतोत्साहित हुँदै जोडजोडले कराउन र गाली गर्न थाले । मैले पनि जवाफ फर्काएँ । केही बेरको चर्काचर्कीपछि मैले यही दिन देख्न तिमीहरूजस्ता चेलालाई पढाएछु, धन्यवाद भन्दै बाहिरिए । कोहीकोही मानिस शत्रु भएकै राम्रा हुन्छन्, त्यसपछि हामी खुसीराजी एक-अर्काका शत्रु भयौं ।

विडम्बना, जिन्दगी त्यति छोटो पनि छैन कि आफूलाई मन नपर्ने मानिस दोहोर्‍याएर कहिल्यै नभेटिऊन् । त्यसो हुन यो विश्व त्यति विराट पनि छैन । केही वर्ष बिते । प्राय:जसो, खास भन्नुपर्दा दिनमा दुई पटक उनको र मेरो बाटो काटिन्छ । भन्नुपर्दा उनीसँग अब मेरो कुनै वैरभाव छैन तर म कामना गर्छु कि हामी नभेटिएकै राम्रो । म बिहान अफिस जाँदा बाटोमा उनलाई भेट्छु । फर्कँदा पनि जम्काभेट हुन्छ । उनको घर र मेरो अफिस अनि उनको अफिस र मेरो घर लगभग एकै ठाउँमा छ । दुईमध्ये कुनै एकले समय, डेरा वा जागिर बदलिएन भने बाँचुन्जेल हाम्रो भेट निश्चित छ ।

जब उनले मलाई देख्छन् तुरुन्त नजर परिवर्तन गरेर अन्तै कतै हेरेजस्तो गर्छन् अनि म पनि भुइँतिर हेरेर बेवास्ता गरेको छनक दिन्छु । हामी दुवै एक अर्कालाई मन पराउदैनौँ साँचो हो तर त्यति धेरै घृणा पनि गर्दैनौँ कि कानुनी राज्य नभएको भए एक-अर्काको ज्यान नै लिऊँ । एक दिन मेरो मोटरसाइकल दुर्घटना हुँदा उनी केही मिटर पर थिए । म हिलोमा जाकिएर थल न बल भएको थिएँ । उनी सहयोग गर्न पनि आएनन् न त हाँसे नै, तर आँखाको कुनाबाट म अन्दाज गर्न सक्थेँ कि उनको ओठमा नजाँनिदो मुस्कान फैलिएको थियो । म यो कुरामा पनि ढुक्क थिएँ कि यदि मेरो दुर्घटना गम्भीर भएको भए उनी हेरेर मात्र त पक्कै बस्दैनथे । किनभने यदि म उनको ठाउँमा भैदिएको भए पनि आपत्कालिन अवस्थामा जरुर अस्पताल लान सहयोग गर्थे । हामी एक-अर्कालाई घृणा गर्छौं तर त्यति धेरै पनि गर्दैनौँ कि आफ्नै आँखाअगाडि अर्कोले मृत्युवरण गरेको देख्न परोस् । मानिसको जातको खासियत के छ भने ऊ आफ्नो शत्रुका बारेमा खुबै चासो राख्छ । बरु उसलाई आफ्नो घनिष्ठ भनिने मित्रका बारेमा त्यति कुरा थाहा हुँदैन जति शत्रुका बारेमा थाहा हुन्छ । उसले हरतरह र स्रोतबाट आफ्नो शत्रुका बारेमा जानकारी बटुलिरहेको हुन्छ । मलाई उनको सबै नालिबेली थाहा छ : उनी कहाँ के काम गर्छन्, छोराछोरी कहाँ के पढ्दै छन्, उनी कहाँ गएर अधिकांश समय बिताउँछन् इत्यादि । म निश्चिन्त छु कि उनलाई पनि मेरो बारेमा केही बढी नै जानकारी छ । कसैको बारेमा प्रचुर जानकारी पाउन उसँग वर्षौंसम्म नबोले पनि केही फरक नपर्ने रहेछ । हामी दुईबीच वैरभावको सीमा यतिसम्म छ कि उहासँग यदि कोही बोल्यो भने म त्यो व्यक्तिसँग सम्भव भएसम्म नबोल्ने वातावरण सिर्जना गर्न लागिपरेको हुन्छु अर्थात् निरर्थक भए पनि हामी दुई आफ्नो वरिपरि एकअर्का बिनाको छुट्टै संसार बनाउन चाहन्छौं ।

हाम्रा बाटाहरू एक-आपसमा दिनहुँजस्तो काटिए पनि हाम्रा जिन्दगीहरू भने समानान्तर भएर अघि बढिरहेका छन्, तसर्थ म जब मलाई मन पर्ने एउटा पसलमा किनमेल गर्न जाँदै थिएँ, मैले उनलाई केहि कुरा किन्न बार्गेनिङ गरिरहेको देखेँ । मैले त्यहाँ जानुको सट्टा अर्कै पसलमा गएर सब्जी किनेँ । त्यस्तै एक दिन म केही साथीसँग मुभि हेर्न सिनेमा हल गएको थिए । मेरो हातमा टिकट देखेपछि ती सरले काउन्टरमा गएर जबरजस्ती टिकट साटे अनि अर्कै मुभि हेर्न हल 'बी' मा छिरे । तसर्थ हामी एक अर्कालाई यतिसम्म मन पराउँदैनौँ कि सिनेमाको असली आनन्द लिन हामी कम्तीमा एक हल पर अर्कै मुभि हेरिरहेको हुनुपर्छ । त्यसै पनि उनी कसरी निर्धक्कसँग चलचित्रको आनन्द लिन सक्छन् र जब आफूले मन नपराएको मानिसपनि त्यहीँ कतै बसेर सोही फिलिम हेरिरहेको छ भन्ने थाहा छ । हामी दुईको जिन्दगी यस अर्थमा समानान्तर छ– परबाट देखिए पनि हामी आपसमा कहिल्यै बोल्दैनौँ । एक-अर्काको सबै कुरा थाहा पाए पनि थाहा नपाएजस्तो गर्छौं ।

fae book o m/raiv nems

नेपाल-अमेरिका अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र महोत्सव

नेपाल अमेरिका फिल्म सोसाइटीले गत साता अमेरिकाको मेरिल्यान्डमा सम्पन्न गरेको नेपाल अमेरिका अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र महोत्सवमा ११ वटा चलचित्रलाई विभिन्न विधाका पुरस्कार प्रदान गरिएको छ ।

महोत्सवमा ग्रान्ड जुरी एवार्डमा निर्देशक मनोज बाबु पन्तको अवशेष, कथानकतर्फ उत्कृष्ट निर्देशक तौकिर अहमदको फागुनहावे, स्पेशल मेन्सनमा निर्देशक जेफ्रे स्कट कोलिनको पोर ग्रेग ड्रोनिंग, उत्कृष्ट डकुमेन्ट्री निर्देशक युकीकाङको अ लिटल विस्डम, स्पेशल मेन्समा निर्देशक दीपक तोलंगेको टहरा, उत्कृष्ट सर्ट फिल्ममा निर्देशक मोहमद बक्सीको अर यु भलिबल, स्पेसल मेन्सन निर्देशक श्रेनांग ग्याम्जो तामाङको सुपर मोंक, स्पेसल मेन्सनमा निर्देशक अविनासविक्रम शाहको तातिनी, डिएमभी एप्रिसिएसन एवार्डमा निर्देशक स्टेन्ली प्रेस्टनको डाक्टर सी तथा निर्देशक संगीता अग्रवालको फाइभ अक्लक श्याडो तथा निर्देशक बारबारा के असारे बिडियाको ब्यालेट एफटर डार्कले स्पेसल मेन्सन एवार्ड जितेका थिए ।

नेपाललगायत विभिन्न देशका कुल ३४ वटा चलचित्र प्रदर्शन गरिएको उक्त महोत्सव विनोद पौडेलद्वारा निर्देशित बुलबुलको प्रदर्शनबाट सुरु भएको थियो भने प्रविन स्याङ्बोद्वारा निर्देशित चलचित्र कथा-७२ प्रदर्शन गर्दै सम्पन्न भएको थियो ।

शिव शर्मा

थाइल्यान्ड इन्टरनेसनल फेसन फेस्ट

थाइल्यान्डको बैंककमा सम्पन्न दुईदिने थाइल्यान्ड इन्टरनेसनल फेसन फेस्टमा नेपाली डिजाइनर अन्जु पाण्डे तथा मिस्टर मोडल अफ द वर्ल्ड-२०१८ दिक्पाल कार्कीको सहभागिता रह्यो । बैंककस्थित जिएमएम ग्रामी प्लेस अशोकमा संचालित फेसन फेस्टमा नेपाली मोडल दिक्पाल कार्कीले नेपाली डिजाइनर अन्जु पाण्डे तथा थाई डिजाइनरहरूका पहिरन प्रस्तुत गरेका थिए । नेपाली डिजाइनर अन्जु पाण्डेले नेपालको सांस्कृतिक विविधताबाट प्रभावित पहिरनसँगै फर्मल वेयरहरू प्रस्तुत गरेका थिए । उक्त फेसन शोमा विभिन्न देशका मोडलदेखि किड्स मोडलहरू सहभागी थिए ।

पारिश्रमिक लिएर चलचित्र निर्देशन गर्दिनँ

तस्बिर : श्रुती श्रेष्ठ

प्रदीप भट्टराई अहिले नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा सफल निर्देशकका रुपमा स्थापित छन् । भट्टराईद्वारा निर्देशित चलचित्र जात्रा, शत्रुगते तथा जात्रैजात्राले प्रदर्शनको ५१ औं दिन मनाउनुका साथै व्यावसायिक रूपमा सफल नेपाली चलचित्रमा दरिएका छन् । भर्खरै ३५ वर्ष पुगेका भट्टराईको यो सफलताको सूत्र, चलचित्र छनौटको उनको मापदण्डका साथै, नेपाली चलचित्रका विविध विषयमा भट्टराईसँग महेश तिमल्सिनाले गरेको कुराकानी :

तपाईंले निर्देशन गरेका चलचित्रले व्यवसायिक रूपमा ह्याट्रिक नै गरे, यसको रहस्य के हो ?

यसको मुख्य रहस्य मैले निर्देशन गरेका चलचित्र दर्शकले रुचाइदिनु हो । अर्को कुरा, चलचित्र राम्रो हुनुमा मेकरको इमान्दारिता प्रमुख रूपमा जिम्मेवार हुन्छ । चलचित्रमा जसले पनि मेहनत गरेको हुन्छ, तैपनि चलचित्रको एउटा बाटो हुन्छ, त्यो बाटोमा नहिँडी उत्कृष्ट चलचित्र बन्दैन । यति हुँदाहुँदै पनि बाटोमा सही तरिकाले हिँडेको छ कि छैन, त्यसमा कत्तिको इमान्दारिता छ ? अथवा नियम मिचेर हिँडेको छ कि ? भन्ने हुन्छ । मेरो विचारमा चलचित्र राम्रो हुनु भनेको नै मेकरको इमान्दारिता देखिनु हो । मैले पनि तीनवटै चलचित्रमा आफ्नो इमान्दारिता र लगनशीलता देखाएको छु, मेरो सफलताको रहस्य यही नै हो ।

तीनवटै चलचित्र सफल बनाउन कस्तो सूत्र प्रयोग गर्नुभयो ?

पहिलो कुरा त स्क्रिप्ट नै हो । त्यसपछि निर्देशकले अर्को बठ्याइँ गर्ने भनेको टिम छनौटमा हो । चलचित्र एउटा व्यक्तिको दिमागले बन्ने होइन र एक्लैले बनाउने पनि होइन । चलचित्र साहित्य, कला, विज्ञान, प्रविधि आदि अनेक कुरा मिसिएर बन्ने चिज हो । त्यसैले पनि यो महासागर हो । सयौं विधा मिसिएर एउटा चलचित्र बन्छ, जसका लागि टिम छनौट गर्दा विषयवस्तुलाई मिल्ने, सुहाउने कलाकारहरू एवं त्यसलाई प्रोजेक्सन गर्ने प्राविधिकहरू सबल हुनुपर्छ । एउटा चलचित्र राम्रो बन्न स्क्रिप्टका साथै प्राविधिक तथा कलाकारहरूको टिम बलियो हुनुपर्छ । अर्को कुरा चलचित्र भनेको एउटा युद्ध हो र निर्देशक त्यसको सेनापति । युद्ध त्यतिबेला मात्र जितिन्छ, जब सेना मजबुत हुन्छ । म जहिले पनि मजबुत सेना लिएर हिँड्छु ।

चलचित्र निर्देशन गर्दा कुन पक्षलाई कति प्राथमिकता दिनुहुन्छ ?

म स्क्रिप्टलाई ६० प्रतिशत र स्क्रिप्टले मागेको कलाकारलाई २० प्रतिशत प्राथमिकता दिन्छु । त्यसबाहेक चलचित्रले मागेको खर्च, क्यानभास, क्यामेराम्यान, मेकअप आर्टिस्ट, लाइटिङ आदि सबै कुरालाई २० प्रतिशत प्राथमिकतामा राख्छु । मुख्य कुरा त स्क्रिप्ट नै हो ।

जात्राबाट जात्रैजात्रासम्म आइपुग्दाका केही अविस्मरणीय किस्सा सुनाइदिनुस् न ?

जात्रैजात्राको सुटिङ गर्ने क्रममा त धेरै नै जात्रा भएको थियो । जात्रापछि हामी त्यसको सिक्वेल बनाउने कि नबनाउने भन्ने दोधारमा थियौं । जात्रा रिलिज भएको पहिलो दिनदेखि नै दर्शकहरूले सिक्वेल बनाउनुपर्छ भन्नुभएको थियो, तर हामीले त्यसलाई मेटाउने कुरा नआएसम्म बनाउँदैनौं भनेका थियौं । त्यसैले हामीलाई त्यही कुरा चिर्न सबैभन्दा गाह्रो भयो । नेपालको सन्दर्भमा धेरै सिक्वेल बनेका छन्, तर सफल भएका एकदमै कम । राम्रा भनिएका सिक्वेलले पनि सकारात्मक प्रतिक्रिया पाउन सकेको अवस्था थिएन । त्यसैले त्यही कुरा हामी पनि नदोहोर्‍याऊँ र सिक्वेल नबनाऊँ भन्ने सहमति भएको थियो । यही कसमकसका बीच हामीले करिब तीन वर्षपछि जात्राको सिक्वेल जात्रैजात्रा बनायौं । जात्रापछि मैले शत्रुगते निर्देशन गरें । शत्रुगतेपछि जात्राको सिक्वेल बनाउने विषयमा मेरो दिमागमा एक-दुईवटा उपाय आयो । त्यसमा मैले पुरानो टिमसँग पनि सल्लाह गरें । सबैले मन पराउनुभयो । अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पनि सफल भएका सिक्वेल चलचित्र यही फर्म्याटमा बनेका हुन्छन् । त्यसैले यसरी बनायो भने जात्रैजात्रा सफल हुन्छ भन्ने सल्लाह-सुझाव सबैबाट पाएपछि म जात्रैजात्राको कथा लेख्न बसेको थिएँ ।

कथा लेख्न कति समय लाग्यो ?

विषयवस्तुका बारेमा निष्कर्षमा पुग्न त करिब अढाइ वर्ष नै लाग्यो । विषयवस्तुको निक्यौंल भैसकेपछि स्क्रिप्ट लेख्न करिब आठ महिना लागेको थियो ।

चलचित्र सफल हुन कुन-कुन तत्वले काम गर्नुपर्छ ?

धेरै तत्वले काम गरेको हुनुपर्छ । पहिलो कुरा त चलचित्र बनाउनेले दर्शकको रुचि बुझ्न जरुरी छ । किनभने कुनै चलचित्र बनाउँदा बनाउनेलाई मात्र चित्त बुझेर हुँदैन, त्यो चलचित्रले दर्शकको मन जित्नुपर्छ । हलमा गएर दर्शक निराश हुने वातावरण भयो भने चलचित्रले राम्रो गर्न सक्दैन । त्यसैले सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा दर्शकको चाहना र उनीहरूले माग गरेको विषयवस्तुमा चलचित्र बन्न आवश्यक छ । अर्को कुरा, चलचित्र बनाउँदा त्यसमा मेकरको इमान्दारिता देखिनैपर्छ । यस्तै, चलचित्र बनाइसकेपछि प्रदर्शन गर्ने मिति, चलचित्र नजुध्ने अवस्थालगायतका थुप्रै कुराले कुनै पनि चलचित्रको सफलता वा असफलता निर्धारण गर्छ ।

निर्देशकले चलचित्रलाई कसरी न्याय गर्न सक्छन् ?

निर्देशकले चलचित्र निर्माण गर्दा कुनै पनि कुरामा कम्प्रोमाइज गर्नु हुँदैन । निर्देशकले आफ्नो विषयवस्तुप्रति न्याय गर्न सक्नु भनेकै उसले कुनै पनि कुरामा हेलचेक्र्याइँ नगर्नु हो । निर्देशकले आफूले सोचेको कुरा गर्ने हो, अरुले के भन्छन् कस्तो प्रतिक्रिया दिन्छन् भन्ने पछिको कुरा हो । त्यसैले आफूलाई भित्री मनदेखि लागेको कुरा शतप्रतिशत निकाल्न सक्ने काम गर्नुपर्छ । त्यो नै एउटा निर्देशक तथा सर्जकले आफ्नो सिर्जनाप्रति गर्ने न्याय हो ।

पहिलो चलचित्र जात्रा र अहिले जात्रैजात्रामा आएको प्रतिक्रियामा कस्तो भिन्नता छ ?

दर्शकको माया बढ्दै गएको छ । जात्राको निर्देशन गर्दा म सिकारु थिएँ । तैपनि मेरो पहिलो सिर्जनालाई दर्शकले मन पराइदिनुभयो । त्यसपछि पनि म त्यत्तिकै बसिरहन चाहिनँ । एउटा मान्छे जन्मँदा नाङ्गै जन्मन्छ, त्यसपछि अलिअलि लाज लाग्ने बेला भएपछि आफैं कट्टु लगाउन थाल्छ, वयस्क भएपछि सुट, टाई, कोट, पाइन्ट सबै लगाउँछ भनेजस्तै मैले पनि आफूलाई अपग्रेड गर्दै लगें । अर्को कुरा, दर्शकहरूले पनि मलाई सल्लाह-सुझाव दिँदै जानुभयो । उहाँहरूले मलाई देशको एउटा नागरिकले उठाउनुपर्ने मुद्दा धेरै छ, त्यसैले अब नयाँ-नयाँ विषयवस्तुमा लाग्नुस् भन्नेखालका प्रतिक्रिया दिनुहुन्थ्यो । त्यससँगै दर्शकहरूबाट बजारलाई मात्र हेरेर चलचित्र नबनाउनु अब केही रिक्स पनि लिएर चलचित्र बनाउनुहोस् भन्ने खालका प्रतिक्रिया आएका छन् । अहिलेको अवस्थामा दर्शकहरूले रिक्स लिने वातावरण पनि बनाइदिनुभएको छ । त्यसैले पक्कै पनि अब रिक्स लिन्छु ।

अहिलेसम्म जात्रैजात्राले कति व्यापार गर्‍यो ?

आजको दिनसम्म करिब ९ करोड ६० लाखको व्यापार गरिसक्यो । त्यसको अर्थ ९ करोड सबै हामीलाई आउने होइन । जे होस्, नेपालमा मात्र ९ करोडको व्यापार गरिसक्यो जात्रैजात्राले ।

अहिले नेपाली चलचित्र दिनानुदिन खस्किँदै जानुको कारण के हो ?

मेरो विचारमा हामी सबैजना सिक्दैछौं । मेरो चाहिँ सिकाइ राम्रो ठाउँमा परेर राम्रो भएको हो जस्तो लाग्छ । हामी सिक्दै छौं, सिक्ने क्रममा अधिकांश मानिस फेल हुन्छन् । सिक्ने क्रममा जति गल्ती भयो त्यति नै अनुभव बटुल्ने मौका प्राप्त हुन्छ । त्यसैले चलचित्र बनाउने आधारभूत कुराहरू राम्रोसँग थाहा पाउनेबित्तिकै यस्तो नियती नेपाली चलचित्र उद्योगले भोग्नुपर्दैन र यो फेज चाँडै समाप्त हुन्छ भन्ने लाग्छ ।

जात्रैजात्रा प्रदर्शनका लागि विभिन्न देश पुग्नुभयो, विदेशमा नेपाली चलचित्रको क्रेज कस्तो छ ?

एकदमै राम्रो क्रेज छ । त्यहाँ नेपाली चलचित्र हेर्न आएका दर्शकको भीड देखेर हलवालाहरू नै तर्सिन्थे । हामी यहाँ विदेशी चलचित्रले यति करोड कमायो उति करोड कमायो भन्छौं, तर विदेशका मानिसहरू हलमा एकदमै कम जाँदा रहेछन् । अस्ट्रेलियामा जात्रैजात्रा चलिरहँदा एभेन्जर, भारतजस्ता चलचित्र हलमा लागिरहेका थिए । एउटै घरभित्र १३ वटा स्क्रिन भएको हलमा हाम्रो जात्रैजात्रा पनि चलिरहेको थियो । हामीले सबै हलमा हेर्दा त्यति मान्छे देखिएनन्, तर हाम्रो चलचित्र हेर्न ओइरिएका नेपाली दर्शक देखेर यो भीडलाई कसरी कन्ट्रोल गर्ने भनेर हलका म्यानेजर नै आत्तिएका थिए । विदेशमा नेपाली चलचित्रलाई माया गर्ने दर्शक प्रसस्तै हुनुहुन्छ, तर नेपाली चलचित्र राम्रो बन्नुपर्छ ।

विदेशमा रहेका नेपाली दर्शकको प्रतिक्रिया कस्तो पाउनुभयो ?

उहाँहरूले नेपाली चलचित्रबाट धेरै आशा पनि राख्नुभएको छैन । हामीलाई हाम्रो माटोको गन्ध भए पुग्छ । किनभने हामी यति टाढा आएर

पृष्ठ ७ मा

फराकिलो बन्दै प्राविधिक शिक्षा

युवराज गौतम

विज्ञान र प्रविधिलाई जीवन पद्धतिसँग जोड्ने मात्र नभै गरिखाने शिक्षाका रूपमा लोकप्रिय प्राविधिक शिक्षा अहिले थप फराकिलो बन्दै गएको छ । सरकारले बजेटमा वृद्धि गर्दै स्थानीय तह तथा प्रदेशस्तरमा प्राविधिक शिक्षालाई थप विस्तार गर्दै लगेपछि विद्यार्थीको पहुँच पनि वृद्धि भएको तथ्याकंहरूले देखाएका छन् । एसईई परीक्षाको नतिजा सार्वजनिक भएलगत्तै प्राविधिक शिक्षाका लागि ठूला सहरहरूमा भौंतारिनुपर्ने बाध्यताको अन्त्यका लागि नयाँ प्रयासहरू प्रारम्भ भएका छन् ।

यतिबेला विश्वविद्यालयहरूमा पढाइ हुने विषयहरूमा धेरैको आकर्षण भए पनि व्यवसायिक तथा सीपमूलक शिक्षा आर्जन गर्न चाहने विद्यार्थीहरूको संख्या पनि ठूलो छ । विद्यालय स्तरबाटै प्राविधिक विषय पाठ्यक्रममा समेटिएको छ । एसईई परीक्षाको नतिजा ग्रेडिङ अर्थात् जीपीए प्रणालीअनुसार सार्वजनिक गर्न थालिएपछि विश्वविद्यालयस्तरका विषयसँगै प्राविधिक शिक्षाले पनि धेरैको मन तानेको छ, फलस्वरूप प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालीम परिषद (सिटिइभिटी)ले प्रदान गर्ने सीपमूलक तालीम तथा प्राविधिक कोर्सहरूमा विद्यार्थीको आकर्षण बढेको छ ।

सिटिइभिटीको तथ्यांकअनुसार प्राविधिक शिक्षा र तालिम प्राप्त जनशक्तिको रोजगारी दर ७० प्रतिशतभन्दा बढी छ । प्राविधिक कोर्स उत्तीर्ण गरिसकेपछि सरकारी जागिरमा समेत राम्रो अवसर पाइन्छ । तीनवर्षे डिप्लोमा उत्तीर्ण गरेपछि राजपत्र अनंकित प्रथम श्रेणी प्राविधिक (सुब्बा सरह) का लागि योग्य मानिन्छ । तीनवर्षे डिप्लोमा प्रमाणपत्र तहका विविध कोर्सलाई त्रिभुवन विश्वविद्यालयले प्रवीणता प्रमाणपत्र तहको सरह मान्यता प्रदान गरेको छ । डिप्लोमा कोर्सहरू पूरा गरेका विद्यार्थीले स्नातक तह अध्ययन गर्न पाउँछन् ।

एसईईमा 'डि' तथा 'ई' ल्याउनेले मात्र होइन, 'ए' प्लस ल्याउनेहरूले समेत प्राविधिक कोर्सहरूमा आफ्नो भविष्य देखेका छन् । भविष्यमा बेरोजगार भएर भौतारिनु नपरोस् भनेर रोजगारमूलक विषय छनौट गर्नेहरूको संख्या विगतको तुलनामा यो वर्ष अझ बढेको सिटिइभिटी अन्तर्गतको एनएसटिभीका उप-निर्देशक टैलेन्द्र आचार्य बताउँछन् । 'सूचना प्रविधिको विकासले विश्व एउटा सानो गाउँजस्तो भैसक्यो, यस्तो अवस्थामा प्राविधिक शिक्षा नपढे पछि परिन्छ भन्ने कुरा २१ औं शताब्दीका विद्यार्थीले बुझिसकेका छन्', आचार्य भन्छन्– 'हाम्रो लक्ष्य प्राविधिक शिक्षामा दक्ष बनाएर नेपाली विद्यार्थीलाई विश्वभर रोजगारी प्राप्त गर्न सक्ने बनाउनु नै हो ।'

नेपालमा वि.सं. २०४५ मा स्थापना भएको प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिम परिषद (सिटिइभिटी)ले ल्याएका विभिन्न रोजगारमूलक शिक्षा तथा तालिमले धेरैलाई जीवन धान्न सक्ने बनाएको छ । यसलाई 'बोली खाने होइन गरी खाने' शिक्षा मान्न थालिएको छ । नेपालमा पनि रोजगारमुलक शिक्षालाई प्राथमिकता दिँदै प्राविधिक शिक्षाका थुप्रै विषय पढ्न पाउने व्यवस्था छ । विभिन्न विश्वविद्यालय तथा राष्ट्रिय परीक्षा बोर्डले युग सुहाउँदो प्राविधिक शिक्षाका कोर्सहरू भित्र्याएका छन् । त्यसमध्ये सिटिइभिटीले प्रदान गर्ने प्राविधिक तथा व्यवसायिक शिक्षा एवं तालिमले व्यक्तिलाई 'गरी खान सक्ने' बनाउँछ भन्ने कुरा बुझेका विद्यार्थीहरू यसतर्फ आकर्षित छन् ।

खर्च कति लाग्छ ?

प्राविधिक विषय अध्ययन गर्न फरक-फरक विषयका लागि फरक-फरक शुल्क निर्धारण गरिएको छ । त्यसका साथै सरकारी तथा निजी शिक्षालयले फरक-फरक शुल्क लिन्छन् । जुनसुकै कोर्स पूरा गर्दा सरकारी तर्फका शिक्षालयमा १५ हजारदेखि १ लाख रुपैयाँको हाराहारीमा खर्च लाग्छ । निजी क्षेत्रमा भने ६० हजारदेखि ५ लाख रुपैयाँसम्म खर्च लाग्छ । कोर्स र अवधिअनुरूप शुल्क निर्धारण गरिएको छ । आर्थिक अवस्था कमजोर भएकाहरूलाई छात्रावृत्तिको सुविधासमेत उपलब्ध छ ।

छनौट प्रक्रिया

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिम परिषद्ले हालसम्म प्राविधिक एसएलसी तह र तीनवर्षे डिप्लोमा/प्रमाणपत्र तहका कोर्सहरू सञ्चालन गरेको छ । भर्नाका लागि छनौट हुन अंग्रेजी, विज्ञान, गणित, स्वास्थ्यजस्ता विषयमा केन्द्रित रहेर प्रवेश परीक्षा दिनुपर्छ । प्रवेश परीक्षामा सामेल भएर प्रतिस्पर्धाका आधारमा तोकिएको कोटामा विद्यार्थी छनौट गरिन्छ ।

छोटो अवधिको तालिम अर्थात सीप परीक्षणका लागि भने छुट्टै व्यवस्था गरिएको छ । जीपीए प्रणाली सुरु हुनुअघि एसएलसी उत्तीर्ण विद्यार्थीका लागि फरक व्यवस्था छ भने जीपीए अन्तर्गत 'ई' ग्रेडलाई मान्यता प्रदान गरेकाले प्रवेश परीक्षामा सामेल हुन पाउँछन् । टी-एसएलसीका सबै कोर्सका लागि जुनसुकै ग्रेड भए पनि अवसर प्राप्त हुन्छ । प्रमाणपत्र तथा डिप्लोमा तहका स्वास्थ्यतर्फका सम्पूर्ण कोर्सका लागि विज्ञान र गणितमा न्यूनतम सी ग्रेड तथा अंग्रेजीमा न्यूनतम डी ग्रेड ल्याएकै हुनुपर्छ ।

डिप्लोमा इन्जिनियरिङतर्फका सम्पूर्ण कोर्सका लागि विज्ञान र गणितमा न्यूनतम सी ग्रेड र अंग्रेजीमा डी ग्रेड प्राप्त गरेको हुनुपर्छ । त्यस्तै डिप्लोमा तर्फका कृषि फुड एन्ड डेरी टेक्नोलोजी र फरेष्ट्री कोर्सहरूको लागि अंग्रेजी, गणित र विज्ञानमध्ये कुनै २ वटा विषयमा न्यूनतम सी ग्रेड र कुनै एकमा डी ग्रेड प्राप्त गरेको हुनुपर्ने व्यवस्था छ । डिप्लोमा इन होटल म्यानेजम्यान्ट, सोसियल वर्क आदि विषयका लागि अंग्रेजी, विज्ञान तथा गणितमा न्यूनतम डी ग्रेड प्राप्त गरेको हुनुपर्छ ।

छात्रवृत्तिको व्यवस्था

सिटिइभिटीका विभिन्न कार्यक्रममा जेहेन्दार, वर्गीकृत र विशेष छात्रवृत्तिको व्यवस्था गरेको छ । वर्गीकृत र जेहेन्दार छात्रवृत्तिका लागि सम्बन्धित संस्थाको सोही कार्यक्रममा मात्र प्रतिस्पर्धा गर्न पाइन्छ । विशेष छात्रवृत्तिमा बेपत्ता पारिएका व्यक्ति तथा सहिद परिवार, जनआन्दोलनका घाइते, परिवार र द्वन्द्वबाट विस्थापित, महिला, अपाङ्ग, दलित, आदिवासी जनजाति, कमैया, मधेशी वा मुसलमान, मधेस आन्दोलन, भूकम्पपीडित, पिछडिएका वा दुर्गम क्षेत्रका युवायुवतीहरूलाई लक्षित गरिएको छ । सिटिइभिटीले आफ्नो बजेटबाट सबै तहमा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई बार्षीक करिब एकअर्व भन्दा बढीको छात्रवृत्ति प्रदान गर्छ ।

पृष्ठ ६ बाट

बसेका छौं, हामी नेपालको धेरै कुराको मिस गर्छौं । त्यसैले हामीलाई दुई घन्टा नेपाली चलचित्र हेर्दा पनि आनन्द आउँछ । त्यसकारण हामीलाई हाम्रै कुरा देखाइदिनुस्, यस्तै कुरा देखाइदिनुस् भन्ने थुप्रै मानिस भेटें । उहाँहरूको प्रतिक्रिया सुन्दा विदेशमा पनि नेपाली चलचित्रको राम्रो बजार छ जस्तो लाग्यो ।

चलचित्र छान्ने मापदण्ड के-के छन् ?

मेरो एउटैमात्र मापदन्ड भनेको मलाई स्क्रिप्ट चित्त बुझ्नुपर्छ। स्क्रिप्ट चित्त बुझ्यो भने म बिनासर्त काम गर्न तयार हुन्छु। त्यसैले स्क्रिप्ट नै मेरो मुख्य मापदण्ड हो।

चलचित्र निर्देशनमा चाहिं कसरी आउनुभयो ?

एसएलसीमा राम्रो नतिजा आएपछि म थप अध्ययनको सिलसिलामा २०५७ सालमा काठमाडौं प्रवेश गरेको थिएँ । यद्यपि विभिन्न कारणले अध्ययनलाई राम्रोसँग अघि बढाउन सकिनँ । कलेज अध्ययनलाई अघि बढाउन नपाएकोमा मलाई कुनै अफसोच छैन । किनभने कलेजमा राम्रोसँग नपढेपनि मदनकृष्ण, हरिवंश दाइसँग महसञ्चारजस्तो अर्को युनिभर्सिटिमा पढ्न पाएँ । महसञ्चारबाटै मेरो निर्देशनकलाको विकास भयो ।

भनेपछि, आफ्नो पेसाप्रति सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?

निकै सन्तुष्ट छु, सन्तुष्ट नभएको भए त छाडिसक्थें नि । म आफू सन्तुष्ट नहुने काम कहिल्यै गर्दिनँ ।

अहिलेसम्म पारिश्रमिक लिएर चलचित्र निर्देशन गर्नुभएको छैन, अब लिनुपर्‍यो भने कति पारिश्रमिक लिनुहुन्छ ?

अब पनि म पारिश्रमिक लिएर चलचित्र निर्देशन गर्दिनँ, किनभने पारिश्रमिक लिएर गरेको काम हाजिरीमा गरेजस्तो लाग्छ । अहिलेसम्म तीनवटा चलचित्र निर्देशन गर्दा मैले सबैमा सेयरमै काम गरेको छु । त्यसैले पारिश्रमिक लिएर चलचित्र निर्देशन गर्दिनँ ।

नेपाली चलचित्रमा देखा परेका नयाँ कलाकारहरू आउने-हराउने क्रम चलिरहेको छ नि किन होला ?

यसमा धेरै कुरा हुन्छ । यदि कसैले यसलाई नै करियर बनाउँछु भनेर लागेको छ भने उसले निकै मेहनत गर्नुपर्छ । त्यसरी मेहनत गर्ने मानिसले सपनामा पनि त्यही कुरा, आफ्नो काम देखिरहेको हुन्छ । चलचित्र क्षेत्रमा आएका मानिसहरूले मेहनती र लगनशील भएर काम गर्ने हो भने कोही पनि असफल हुँदैनन्, तर यसमा गम्भीर भइएन भने त नेपाली चलचित्रमा पनि मानिसहरू आउने-जाने क्रम चलिरहन्छ ।

तपाईंको आइडल को हो ?

मदनकृष्ण श्रेष्ठ र हरिवंश आचार्य ।

अब अर्को चलचित्रको तयारीमा हुनुहुन्छ होला ? तयारी कस्तो छ ?

हतारिएर यहि गर्नुपर्छ, गरिहाल्यो भने पैसा आउँछ भन्ने छैन । अहिले जात्रैजात्राले नै राम्रो गरिरहेको छ । त्यसैले अहिले यसैको मजा लिऊँ भन्ने लागिरहेको छ । किनभने म हरेक काम गर्दा मजा लिँदै काम गर्छु । यसका साथै परिवारलाई समय दिन नपाएको पनि धेरै भैसकेको छ । अब एक-दुई महिना परिवारलाई समय दिन्छु । त्यसपछि कुन विषयमा काम गर्दा ठीक हुन्छ, दर्शकलाई कसरी खुसी पार्न सकिन्छ र तीनवटा काममा जसरी सफल भएँ त्यो भन्दा पनि एक लेभल माथिको काम कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा टिममा बसेर सल्लाह गरेपछि मात्र काम सुरु हुन्छ ।

जात्रैजात्राको सिक्वेल आउने सम्भावना कत्तिको छ ?

यसमा त पूर्णविराम नै लागिसक्यो । सिक्वेल त आउँदै-आउँदैन, ढुक्क भए हुन्छ । जात्रैजात्रा लेख्ने बेलामा मलाई जतिको पीडा अरू कसैलाई भएको छैन । किनभने यो सिक्वेल जन्माउन धेरै गाह्रो भएको थियो । अब यो सिरिजका रूपमा आउन सक्छ, देशमा यति धेरै जात्रा भैरहेको छ कुनै एउटा जात्रा टिपेर देखाइदियो भने अवस्य पनि हिट हुनेवाला छ, तर सिक्वेल आउँदैन ।

तपाईंलाई कस्तो खानेकुरा मन पर्छ ?

चिल्लो, पिरो, मसलादारभन्दा पनि साधारण खानेकुरा ।

घुमघाममा कतिको रुचि राख्नुहुन्छ ?

फुर्सद भएका बेला परिवारका साथ घुमघामका लागि गैरहेको हुन्छु ।

पुस्तक कत्तिको पढ्नुहुन्छ ?

प्रसस्तै पढ्छु ।

सामाजिक सन्जालमा कत्तिको व्यस्त हुनुहुन्छ ?

आवश्यक परेका बेला चलाउँछु, तर अनावश्यक रूपमा सामाजिक सन्जालमा व्यस्त भएर समय बर्बाद गर्दिनँ ।

अरूले निर्देशन गरेका चलचित्र कत्तिको हेर्नुहुन्छ ?

एकदमै हेर्छु। म हरेक हप्ता जसो चलचित्र हेर्छु। अरूले के राम्रो गरेका छन्, त्यो कुरा जान्न पनि हेर्छु।

कुन सवारी साधन प्रयोग गर्नुहुन्छ ?

मोटरसाइकल ।

छात्रवृत्ति सहित रोजगारीमूलक प्राविधिक शिक्षा हासिल गर्ने
सुवर्ण अवसर

यस कलेजले विगतमा झै यस वर्ष पनि रोजगारीमूलक प्राविधिक शिक्षा हासिल गर्न चाहाने, छात्रवृति, नि:शुल्क र सशुल्क कोटामा अध्ययन गर्न इच्छुक SEE/SLC वा सो भन्दा माथिको शैक्षिक योग्यता भएका दुर्गम पहाडी क्षेत्रका, दलित महिला/पुरूष, जनजाती, गरिब, विपन्न, असहाय, जेहेन्दार र अन्य छात्र/छात्राहरूलाई समेत छात्रवृति दिलाउने उद्धेश्यले नि:शुल्क प्रवेश परिक्षा तयारीकक्षा संचालन गर्न लागेको हुदा मौकाको फाइदा उठाउन सम्बन्धित व्यक्तिले तु.सम्पर्क राख्नुहोस् ।

नोट: नेपाल सरकारको EVENT Project बाट दिईने रू ५०,०००|- र १,५०,०००|- को छात्रवृत्तिको PMT फारम समेत नि:शुल्क भराईन्छ ।

सम्पर्क :- कान्तिपुर टेक्निकल कलेज
बालाजु-१६(गंगा हल अगाडी),काठमाडौं । फोन नं:०१-४३६०६०५, ०१-४३८०८६४
कलेज खुल्ने समय बिहान ६:०० देखि बेलुका ६:०० सम्म ।
(शनिवार र सार्वजानिक विदाको दिनमा समेत कलेज खुल्ला हुनेछ ।)

फेसबुकको डिजिटल करेन्सी लिब्रा

फेसबुकले संसारलाई एक आपसमा जोड्ने मात्र होइन, अब कुनै पनि स्थानमा लेनदेन सहज बनाउन डिजिटल मुद्रा 'लिब्रा' सार्वजनिक गर्दैछ। फेसबुकले अर्को वर्ष उक्त मुद्राको कारोबार प्रारम्भ गर्ने योजना सार्वजनिक गरेको छ। फेसबुकका अनुसार इन्टरनेटको पहुँचमा भएका र स्मार्टफोन बोक्ने सबैले लिब्रा प्रयोग गर्न सक्नेछन्।

मानिसले पैसाको बचत, लेनदेन एवं खर्च मोबाइलमा म्यासेज पठाए जसरी नै सहज तरिकाले गर्न सकुन् भन्ने आफूले चाहेको फेसबुकले बताएको छ। कुनै पनि सामान किनबेच गर्दा र एक अर्कासँग लेनदेन गर्दा लिब्रा प्रयोग गर्न सकिनेछ। यद्यपि यसले वैधानिकता प्राप्त गर्न अझै बाँकी छ र त्यसमा विभिन्न कठिनाइ पनि छन्। यसभन्दा अघि डिजिटल भुक्तानीका लागि बिटक्वाइनले निकै चर्चा पाएको थियो, तर विभिन्न कठिनाइ र वैधानिकताका कारण बिटक्वाइन आमप्रयोगमा आउन सकेको छैन। लिब्रा भने दैनिक जीवनमा प्रयोग गर्न सकिने धेरैको अनुमान छ।

के हो लिब्रा ?

लिब्रा फेसबुकको डिजिटल मुद्रा वा क्रिप्टो करेन्सी हो। यो विश्वका सबै स्थानमा सहज तरिकाले मानिसहरूबीच एक-अर्कासँग कारोबार गर्न सकिने मुद्रा हो। यसका लागि स्थायी रूपमा पेमेन्ट नेटवर्क निर्माण गर्नुपर्ने हुन्छ भने त्यसका लागि विभिन्न कम्पनी फेसबुकसँग जोडिनुपर्छ।

कसरी बन्छ बजार ?

हामीले प्रयोग गरिरहेको ई-सेवा, खल्ती, भिसा कार्ड जस्तै लिब्रामार्फत पनि एक-अर्कासँग कारोबार गर्न सकिन्छ। यसले मोबाइल पेमेन्ट जस्तै कार्य गर्ने बताएको छ। यसबाट मानिसले बैंक पुगिरहनुपर्ने आवश्यकता हुनेछैन।

फाइदा के ?

यदि कुनै व्यक्ति अर्को देशमा जान्छ वा अर्को देशबाट उसको पैसा आउँछ भने विदेशी मुद्रा परिवर्तन गर्नुपर्ने हुन्छ, तर लिब्रामा मुद्रा परिवर्तन गर्नुपर्ने छैन। यसलाई फेसबुक चल्ने जुनसुकै देशमा सहज रुपमा चलाउन सकिनेछ।

भुक्तानी शुल्कको समस्या

लिब्रालाई व्यवहारिक रूपमा लागू गराउन भुक्तानी शुल्क निर्धारण गर्नु आवश्यक हुन्छ। अर्को देशको मुद्रा परिवर्तन गर्दा कति भुक्तानी शुल्क लिने भन्ने कुरा विश्व बैंकले निर्धारण गर्नुपर्छ। यसमा लिब्राको शुल्क कति हुने र कसरी भुक्तानी गर्ने अझै तय भएको छैन, तैपनि फेसुबकले उक्त शुल्क एकदमै कम अर्थात नभए बराबर हुने बताएको छ।

लक्ष्यमा भारत र अफ्रिकी देश

फेसबुकले लिब्रा प्रयोगका लागि विशेष गरी भारत जस्तो धेरै जनसंख्या भएको तथा पिछडिएका अफ्रिकी देशहरूमा ध्यान केन्द्रीत गरेको छ। अफ्रिकी देशहरूमा परम्परागत बैंक खाताको तुलनामा मोबाइल अनलाइन वा एपको प्रयोग बढी भैरहेको छ। त्यसैले अफ्रिकी मुलुकहरू लिब्राका लागि उपयुक्त मानिएका छन्। त्यसैगरी भारतको जनसंख्या निकै धेरै छ, तर भारतले क्रिप्टो करेन्सीलाई मान्यता दिएको छैन।

वैधानिकताको प्रश्न

लिब्राको प्रयोगबाट देश-विदेशमा भुक्तानी सहज हुने भए पनि यसको वैधानिकता र स्थिरताका बारेमा भने व्यवसायीहरूमा समेत अन्यौल छ। हाल कुनै पनि क्रिप्टो करेन्सीलाई कुनै पनि देशको केन्द्रीय बैंकले मान्यता दिएको छैन, तैपनि आफ्नो ठूलो प्लेटफर्म र ब्रान्डप्रति फेसबुकलाई पूर्ण भरोसा छ। त्यसैले फेसबुक आगामी दिनमा लिब्रालाई व्यवहारिक रूपमा प्रयोग गर्न सकिने कुरामा ढुक्क देखिन्छ।

के हो क्रिप्टो करेन्सी ?

क्रिप्टो करेन्सी एक प्रकारको डिजिटल मुद्रा हो। यसलाई एउटा कम्प्युटरबाट अर्को कम्प्युटरमार्फत लेनदेन गर्न सकिन्छ। यसलाई देख्न नसकिने तर अनुभव गर्न सकिने भएकाले आभासी मुद्रा पनि भनिन्छ।

मोबाइल एप्समा नेपालका ट्याक्सी

उपत्यका ट्याक्सी व्यवसायी तथा चालक सेवा समाजले मोबाइल एप्समा आधारित ट्याक्सी सेवा प्रारम्भ गरेको छ। उपत्यकाका ५ हजारभन्दा बढी स्वरोजगार ट्याक्सी चालक आबद्ध समाजले यात्रुहरूको सुविधाका लागि प्रविधिमा आधारित यो ट्याक्सी सेवा सुरु गरेको हो।

प्रविधिको बढ्दो प्रयोगलाई अंगिकार गर्दै समाजले मोबाइल एप्स 'इजी ट्याक्सी नेपाल' मार्फत वैशाखदेखि नै यात्रुहरूलाई प्रदान गर्ने सेवाको परीक्षण गर्दै आएको थियो। अब भने समाजले इजीट्याक्सी नेपालमार्फत प्रविधिमा आधारित रहेर सेवा लिन सकिने घोषणा गरेको छ।

इजी ट्याक्सी नेपाल काठमाडौं उपत्यकाभरी सञ्चालनमा आइसकेको छ। यसका लागि 'इजी ट्याक्सी नेपाल एप्स डाउनलोड गरेर आफूलाई दर्ता गर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसका लागि कस्टमर लगइन रजिस्टर उपलब्ध हुन्छ भने त्यसमा लगइन गरेपछि रियलटाइम म्यापमा आफू बसेको स्थान देखिन्छ जसबाट आफ्नो गन्तव्य छनौट गर्नुपर्छ।

यात्रुले एप्समा गरेको अनुरोधका आधारमा उक्त क्षेत्रमा नजिक भएका ट्याक्सी चालकले सोही एप्समार्फत अनुरोध स्विकार गर्छन् र त्यसमा भएको यात्रुको मोबाइल नम्बरमा फोन गरेर यात्रु भएको स्थानमा पुगी सेवा दिन्छन्।

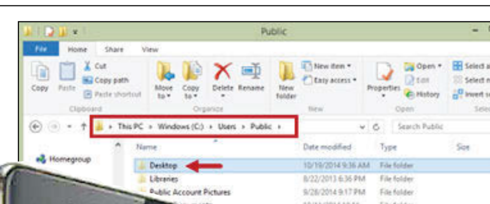
पहिलो चरणमा २७ सयभन्दा बढी ट्याक्सीमा यो सेवा उपलब्ध छ भने अन्य ट्याक्सी पनि यो एप्समा जोडिँदै छन्। हालका लागि यात्रुले यो एप्समा लगइन गरेर यात्रा गर्दा नगदमै भुक्तानी गर्नु पर्नेछ भने छिट्टै डिजिटल वालेटमार्फत पनि भाडा भुक्तानी गर्न सक्ने सुविधाको तयारीमा गराएको छ।

यात्रुले दिउँसो र राति दुवै सिफ्टमा सेवा प्राप्त गर्नेछन् भने यो एप्समा आबद्ध चालक तथा यो एप्समार्फत सेवा लिने यात्रु दुवैको ५ लाख रुपैयाँ बराबरको दुर्घटना बिमा गरिएको छ। समाजले इजी ट्याक्सी नेपाललाई अन्य सहरी क्षेत्रमा पनि विस्तार गर्ने योजना बनाएको छ। इजी ट्याक्सी नेपाल एप्स हाल एन्ड्रोइड प्ले स्टोरमा मात्र उपलब्ध छ भने निकट भविष्यमा यो एप्पलको एपस्टोरमा समेत उपलब्ध हुने बताइएको छ।

नयाँ रंगमा ओप्पो एफ-११

ओप्पोले गत अप्रिल महिनामा आफ्नो एफ-११ सिरिजअन्तर्गत नयाँ फ्ल्यागसिप मोडल सार्वजनिक गरेको थियो। एफ-११ प्रोअन्तर्गत कम्पनीले लगत्तै एफ-११ प्रो मार्वेल्स एभेन्जर्सको लिमिटेड एडिसनसमेत सार्वजनिक गरेको थियो। अब आएर ओप्पोले एफ-११ पनि नयाँ रंगमा उपलब्ध गराउने घोषणा गरेको छ। ओप्पोका अनुसार चाँडै नै कम्पनीले एफ-११ लाई ज्वेलरी ह्वाइट रंगमा उपलब्ध गराउने तयारी थालेको छ।

३७ हजार ९ सय ९० रुपैयाँ मूल्य निर्धारण गरिएको एफ-११ हाल मार्बल ग्रिन तथा फ्लोराइट पर्पल रंगमा उपलब्ध छन्। कम्पनीका अनुसार नयाँ रंगको एफ-११ (ज्वेलरी ह्वाइट) नेपाली बजारमा मध्य जुलाईदेखि उपलब्ध हुनेछ।



डेस्कटप डट आईएनआईको प्रकोप

डेस्कटप डट आईएनआई फाइल कहाँ-कहाँ बसेको हुन्छ भन्ने कुरा प्रयोगकर्तालाई थाहा नहुन सक्छ तर उक्त फाइलले यति हैरान पार्छ कि प्रोग्राम फोल्डरभित्र अरू आवश्यक फाइलहरूभन्दा बढी डेस्कटप डट आईएनआई नै बढी देखिन थाल्छ। यसलाई जतिपटक डिलिट गऱ्यो यो उति नै देखा पर्दै जान्छ। यसबाट मुक्ति पाउने उपाय :

सबैभन्दा पहिले विन्डोज एक्सप्लोररमा जानुपर्छ, त्यहाँ कम्प्युटरको किबोर्डबाट ALT दबाउनुपर्छ। ALT दबाएपछि त्यहाँ सबैभन्दा माथि मेनुमा टुल्स देखिन्छ त्यसमा क्लिक गरेर तल 'फोल्डर अप्सन' मा क्लिक गर्नुपर्छ। त्यसपछि फोल्डर अप्सन्सको पप अप विन्डोज खुल्छ जहाँ त्यस विन्डोजको माथी भ्यु (i⁄ ew) मा क्लिक गर्नुपर्छ। उक्त क्लिक पछि माउस स्क्रोल गरेर Hide protet ed operating ȝ em files –recommended कहाँ छ खोज्नुपर्छ र फेला परेपछि त्यसमा मार्क लगाउँदै 'अप्लाई' बटन थिचेर ओके गर्नुपर्छ।

५० प्रतिशत छुटमा नयाँ मोबाइल

काठमाडौंका तीन स्थानमा सञ्चालन भैरहेको मनसुन मोबाइल मेलामा एसईईका परीक्षार्थीले ५० प्रतिशत छुटमा मोबाइल किन्न पाइरहेका छन्। एसईईको परीक्षाफल सार्वजनिक भएको अवसर पारेर मोबाइलसँगै ल्यापटप किस्तावन्दीमा उक्त सुविधा उपलब्ध गराउन लागिएको हो। चाबहिल चुच्चेपाटीस्थित केएल मोबाइल हब, दरबारमार्गस्थित मर्कन्टाइल प्लाजाको पहिलो तलास्थित एप्पल वर्ल्ड मोबाइल तथा सिटिसी मल सुन्धाराको भुईंतलास्थित सिटिसी मोबाइल हबमा जारी मोबाइल मेलामा एसईईका परीक्षार्थीले ५० प्रतिशत छुटमा मोबाइल खरिद गर्न सक्छन्।

एसईई परीक्षार्थीले नुबिया जेट मिनी-१७, जेट-१७ मिनी एस, जेट-१७ लाइट, नुबिया भी १८ आदि मोडलका मोबाइलमा ५० प्रतिशत छुट पाउने सिटिसी मोबाइलले बताएको छ। त्यसैगरी सामसङ, हुवावे, भिभो, ओप्पो, अनर, एमआई, एप्पल, रियल मी, वानप्लस आदि ब्रान्डका विभिन्न मोडलका मोबाइलमा पनि ५ देखि ४० प्रतिशतसम्म छुट पाइने सिटिसीले जानकारी दिएको छ।

यसका साथै हरेक मोबाइल किन्दा मेरो सुरक्षाको मोबाइल प्रोटेक्सन प्लान तथा १ लाख बराबरको जीवन बिमा निःशुल्क पाइनेछ, त्यसका साथै सिनेमाको टिकटलगायतका अफरसमेत प्राप्त हुनेछ। ६ सय ५० रुपैयाँको किप्याड मोबाइल किन्दा पनि उल्लेखित अफरमा सहभागी हुन सकिनेछ। मेलामा जुनसुकै ब्रान्डका मोबाइल शून्य प्रतिशत ब्याजदरमा शून्य प्रतिशत डाउन पेमेन्टमा खरिद गर्न सकिन्छ। यस क्रममा पुरानो मोबाइलसँग नयाँ मोबाइल साट्ने व्यवस्थासमेत मिलाइएको सिटिसी मोबाइल हबले बताएको छ। यसमा एउटा मोबाइल किन्दा अर्को मोबाइल सित्तैंमा पाइने अफरको फाइदा पनि उठाउन सकिनेछ। मोइवालको खरिदमा हात खाली नजाने आकर्षक उपहारको व्यवस्थासमेत गरिएको छ भने गोलाप्रथाबाट प्रत्येक दिन एउटा मोबाइल निःशुल्क प्रदान गरिँदै आएको छ। यो मेला असार मसान्तसम्म चल्नेछ।

केवल एक प्रश्न

साउने सोमबारको व्रत बस्दा के माग्नुहुन्छ ?

साउनमा अहिलेसम्म व्रत बसेको छैन। यसपालि पनि व्रत बस्ने सोच छैन। त्यसैले केही माग्ने कुरा पनि भएन।

कुलेन्द्र विश्वकर्मा, गायक

म भगवान् शिवको भक्त हुँ। त्यसैले उहाँको नाममा व्रत बस्दा मनमा शान्ति प्राप्त। म भगवान् शिवसँग सुख, शान्ति एवं ऐश्वर्य आदि कुरा माग्छु।

विमल अधिकारी, मोडल

आफ्नो नराम्रो बानी हटेर जाओस्, छोरी शुपला तथा श्रीमती यमुनालाई राम्रो होस्, बाको स्वास्थ्य सधैं राम्रो रहोस् भन्ने कामना गर्छु।

भोलाराज सापकोटा, हास्यकलाकार

म साउनमा मात्र होइन अरू बेला पनि व्रत बस्छु, तर केही माग्ने उद्धेश्यले होइन। म आफ्नो स्वास्थ्य अनि आस्था र आत्मसन्तुष्टिका लागि व्रत बस्छु।

करिश्मा ढकाल, मोडल

म व्रत नै बस्दिनँ।

ऋचा शर्मा, अभिनेत्री

म व्रत बस्दिनँ अनि भगवान्सँग केही माग्दिनँ पनि।

पूजा शर्मा, अभिनेत्री

व्रत बस्छु, तर यो नै पुरा गरिदिनुस् भनेर केही कुरा माग्दिनँ बरु आफ्नो अनि परिवारको भलो होस् भन्ने कामना गर्छु।

बिनु शाक्य, मोडल

म व्रत बस्दिनँ, त्यसैले केही माग्दिनँ।

सुरक्षा पन्त, अभिनेत्री

केही पनि माग्दिनँ, पूजा-आराधना मात्र गर्छु।

सञ्चिता लुइँटेल, अभिनेत्री

नेपालमा प्रधानमन्त्रीको जोक्स सुनेर वाक्क भएँ, अमेरिकाको भिसा चाँडै लागोस् भनेर माग्थेँ नि ! के गर्नु दिँदैनन् महादेव बुढाले।

धिताल चिरिच्याँट्ट, हास्यकलाकार

साउनको सोमबार म कुनै व्रत बस्दिनँ, त्यसैले केही माग्दिनँ।

मलिका महत, अभिनेत्री

विवाह हुनुभन्दा पहिलेचाहिँ साउनको सोमबार निकै व्रत बस्थें, त्यतिबेला मेहेन्दी, हरियो चुरा आदि लगाउने रहरले पनि साउनको सोमबार व्रत बसिन्थ्यो। अविवाहित हुँदा राम्रो श्रीमान परोस् भनेर पनि भगवान् शिवसँग प्रार्थना गरिन्थ्यो, तर विवाहपछि भने आफ्नो परिवार र श्रीमानको सुख, शान्ति एवं दीर्घायुको कामना गर्छु।

जुनु रिजाल, गायिका

साउनको सोमबार व्रत बस्दिनँ, साउनको सोमबार व्रत बस्नैपर्छ जस्तो पनि लाग्दैन। धर्म-संस्कृतिप्रति आस्था छ, तर भोको बसेर, मागे मात्र भगवान्ले दिनुहुन्छ भन्ने कुरामा विश्वास छैन।

मिथिला शर्मा, अभिनेत्री

व्रत बस्दिनँ। अहिलेसम्म एकपटक मात्र साउनको सोमबार व्रत बसेको छु। त्यतिबेला केही माग्ने अभिलाषाले व्रत बसेको पनि होइन। अहिले पनि अरू व्रत बसेको देख्दा आफूलाई पनि बसूँ-बसूँ जस्तो लाग्छ तर, भोक खप्न सक्दिनँ।

सौगात मल्ल, अभिनेता

व्रत बसेर केही माग्नै पर्छ भन्ने लाग्दैन। यो आफ्नो धर्म-संस्कृतिप्रतिको आस्थामात्र हो।

रविना भन्डारी, मोडल

म व्रत बस्दिनँ र भगवान्सँग पनि केही माग्दिनँ। मलाई भगवान्प्रति आस्था छ, कहिलेकाहीँ मन्दिर जान्छु, बत्ती बाल्छु, घन्टी बजाउँछु, जसले आफ्नो मनलाई आनन्दित तुल्याउँछ।

दिपेन्द्र के खनाल, निर्देशक

म व्रत नै बस्दिनँ।

उपासनासिंह ठकुरी, अभिनेत्री

म साउनको हरेक सोमबार व्रत बस्छु। घरमा ममी र दिदी व्रत बस्ने भएकाले उहाँहरूलाई सजिलो होस् भनेर पनि व्रत बसेको हुँ, तर व्रत बसेर भगवान्सँग अहिलेसम्म केही मागेको छैन अब केही माग्नै पर्छ भने त्यो पनि मागौंला।

मुकुन भुसाल, अभिनेता

सामाजिक सञ्जाल

जितु नेपालको स्टाटसमाथि आएका प्रतिक्रिया

स्टाटस : विशुद्ध अर्गानिक बाटो, साइड इफेक्ट केही छैन, भएजति इफेक्ट बीचमै छ।

यो त सरकारले १ घर बराबर १ स्विमिङ पुलको व्यवस्था गरेको हो।

गोपाल गिरी

रेल आउँदै छ भनेर गाडी गुड्ने बाटो मर्मत हुनै छाड्यो।

नवराज वाग्ले

नेपालमा नयाँ युगको सुरुवात, घर-घरमा स्विमिङ पुलको व्यवस्था।

गंगा अधिकारी

भैंसीका लागि आ-आफ्नै आहाल।

महेश रावल

प्रत्येक घरको अगाडि स्विमिङ पुल, वाउ नेपाल

सरकारले यसरी नै विकासका काम गऱ्यो भने देश चाँडै बन्छ।

पन्च गुरुङ

माछा पाले कसो होला जितु दाइ ? हुर्किएपछि खान पनि पाइने रमाई-रमाई।

सुमन के. क्षेत्री

यो त पानीजहाज पार्किङ गर्ने ठाउँ बनाएको हो नि दाजु !

घनश्याम खतिवडा

कमेडी क्लबबाट कमाएको रकम यता पनि सहयोग गर्नुपऱ्यो जितु दाइ।

सन्तोष खनाल

जितुजी नेपालमा यस्तै बाटो भएर त हो नि सवारी चालक अनुमति पत्र लिन ८ को चक्कर लगाउनु पर्ने।

रिजन रिजाल

अब सरर पानीजहाज कुदाउँदा हुन्छ।

प्रकाश पाण्डे

सुगम संगीतको प्रवर्द्धनमा गायिकाहरू

राजाराम पौडेल

सुगम संगीत संगीतको सदावहार विधा हो । सुगम संगीतको महत्व बेग्लै छ । यी गीत कालजयी हुन्छन्– अजर-अमर हुन्छन् । सुगम संगीतको आफ्नै टेस्ट हुन्छ, सधैं सुनिरहौं जस्तो । पछिल्लो क्रममा विभिन्न खालका गीत आइरहेका छन् । यसरी आउने गीत क्षणमा आउने अनि क्षणमै बिलाएर जाने खालका हुन्छन् । यस्ता गीतका कारण श्रोता-दर्शकको मन-मुटुमा बस्न सफल सुगम संगीत ओझेलमा परेको हो कि भन्ने आशंका हुनु स्वभाविक हो । यसै क्रममा सुगम संगीतको उत्थान तथा प्रवर्द्धनका निम्ति २०७३ सालमा पोखरामा स्थापना भयो– 'हार्मोनी : द मोर्डन सङ्स्ट्रेसेस अफ पोखरा' । सुगम संगीतका क्षेत्रमा जिवन अर्पण गरेका महिलाहरूसँग सहकार्य गर्दै सुगम संगीतको यात्रा र क्षेत्रलाई लामो एवं फराकिलो वनाउने लक्ष्य यसले लियो ।

'सुरुदेखि नै सुगम संगीतको एउटा कार्यक्रम गर्ने लक्ष्य थियो, पहिले परिवारमा कुरा राखे, अनि गायिका कौशल्या गुरुङ, रुवी गौलीसँग कुरा भयो, कुराकानीकै क्रममा महिला गायिकाहरू मिलेर एउटा कार्यक्रम गरौ भन्ने भयो, अनि जन्मियो हार्मोनी ।' संस्थाकी अध्यक्ष इतु जोजीजुले भनिन् ।

यही संस्थाले गत शनिबार पोखरा सभागृहमा एउटा बृहत् कार्यक्रमको आयोजना गऱ्यो– 'टेस्ट अफ हार्मोनी : धुनहरूमा तारादेवी र अरुणा लामा' शीर्षकमा । यो संस्थाले आयोजना गरेको तेस्रो बृहत कार्यक्रम थियो । यसअघि 'लेजेन्डरी हार्मोनियस इभिनिङ' तथा 'टेस्ट अफ हार्मोनी' शीर्षकमा दुई कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न भैसकेका थिए ।

कार्यक्रम हेर्न पुग्ने दर्शकको अपेक्षा एउटै थिएन, फरक-फरक थिए । एकथरीले पुराना गीत सुन्दै आफ्ना युवा दिन सम्झिएँ, केहीले आफ्नो बाल्यकालमा रेडियो मार्फत सुनेका गीतलाई स्मरण गरे । केही भने नयाँ पुस्ता थिए । उनीहरूले पुराना गीतका बारेमा जाने, सुने अनि ती गीतका बारेमा आ-आफ्ना धारणा बनाए । त्यहाँ दिइएको प्रस्तुति एवं दर्शकको साथ हेर्दा सुगम संगीतको आफ्नै क्रेज छ भन्ने स्पष्ट झल्कन्थ्यो ।

नेपाली सांगीतीक फाँटका सफल स्रष्टा स्वरकिन्नरी तारादेवी तथा स्वरसाम्राज्ञी अरुणा लामाप्रति समर्पित उक्त कार्यक्रमको सुरुवातमा स्वर साम्राज्ञी अरुणा लामाको 'नेपाली गौरव गर्छौं आफ्नै पनमा' गीतलाई १२ जना पोखरेली गायिकाले सामुहिक स्वरमा प्रस्तुत गरेका थिए । त्यसपछि लगातार तीन घण्टासम्म अरुणा लामा तथा तारादेवीका गीत पोखरेली गायिकाहरूको आवाज गुन्जियो ।

हार्मोनीले सुगम संगीतका क्षेत्रमा रुचि भएका तर अवसर तथा विभिन्न परिस्थितिका कारण आफ्नो कला प्रस्तुत गर्न नपाएका महिला गायीकाहरूलाई प्रोत्साहित गर्न स्टेज प्रदान गर्दै आएको छ । यसै क्रममा पहिलो पटक गृहिणी रुमा तुम्रिहाङ राईले आफ्नो प्रस्तुति दिइन् । राईले भनिन् 'मेरो घरमा त मैले गीत गाउँछु भन्ने थाहा पनि छैन ।'

कार्यक्रमपश्चात् आयोजक संस्थाका अध्यक्ष इतु जोजिजू भनिन्– कलाकारहरूलाई सहजता प्रदान गर्ने, सुगम संगीतका कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिने हाम्रो लक्ष्म हो । सुगम संगीतको उत्थानका लागि महिला गायिका मात्र संगठित भएको यो नेपालमा पहिलो र एसियामा दोस्रो भएको साहित्यकार प्रकाश सायमीले बताए ।

नवौं बुद्धवीर लामा साँझ

वृद्धाश्रम, खेलकुद तथा शैक्षिक संस्थाको सहयोगार्थ वरिष्ठ गीतकार बुद्धवीर लामाको नवौं बुद्धवीर लामा साँझ सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रममा गीतकार लामाद्वारा लिखित गीतमा स्वर दिएका गायक-गायिका तथा कलाकारहरूले नृत्यसमेत प्रस्तुत गरे । चर्चित गायिक कुन्ति मोक्तानले दुईवटा गीत सुनाइन । गायक शम्भु राई र चन्द्रकुमार दोङले पनि एक-एकवटा गीत सुनाए । अमेरिकाबाट आएका मनोज राईले भुटानी पोसाकमा सजिएर गीतकार लामाद्वारा रचित गीत सुनाए भने हास्यकलाकार गणेश इशाराले पेट मिचुन्जेल हँसाए ।

उक्त अवसरमा युवा गायक रमेश राईले गीत तथा डान्सर भुवन लामाले व्यंग्यात्मक गीतमा नृत्य एवं ब्लुरेन इन्टरनेसनल स्कुल तथा ज्ञानोदर बालबाटिका स्कुलका विद्यार्थीहरूले रमाइलो नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए ।

युवराज गौतम

साउनदेखि भ्वाइस अफ नेपाल

गायनमा आधारित रियालिटी शो द भ्वाइस अफ नेपाल सिजन-२ को औपचारिक थालनी भएको छ । दोस्रो सिजनको यो प्रतियोगिताको अडिसनमा सहभागी २ हजार ३ सय प्रतिभामध्ये १ सय जनाभन्दा बढी ब्लाइन्ड अडिसनका लागि छानिएको बताइएको छ । छनौट भएका प्रतिस्पर्धीहरूले अब ब्लाइन्ड अडिसनमा प्रस्तुति दिनेछन् । अब कोचहरूले उनीहरूमध्येबाट उत्कृष्ट प्रतिभाहरूलाई अर्को चरणका लागि छनोट गर्नेछन् ।

द भ्वाइस अफ नेपाल सिजन-२ मा गायकत्रय दीप श्रेष्ठ, प्रमोद खरेल, राजु लामा तथा गायिका आस्था राउत कोचका रूपमा सहभागी छन् । अघिल्लो सिजनका दुई कोच सनूप पौडेल तथा अभाया सुब्बाको स्थानमा लामा र राउत समावेश भएका हुन् । यो कार्यक्रम साउनको पहिलो हप्तादेखि हिमालय टेलिभिजनबाट प्रसारण हुनेछ । द भ्वाइस अफ नेपाल सन् २०१० मा द भ्वाइस अफ हल्यान्डको नामबाट प्रारम्भ भएको गायन प्रतिभा खोज्ने रियालिटी शो द भ्वाइसको नेपाली संस्करण हो । 'द भ्वाइस' अहिले विश्वका १ सय ९१ देशमा फ्रेन्चाइज शोका रूपमा चलिरहेको छ । गत वर्ष भएको पहिलो सिजनको द भ्वाइस अफ नेपालमा सीडी विजय विजेता भएका थिए ।

लैबरी-४

नेपाली टेलिभिजन च्यानलको संख्या वृद्धिसँगै अहिले गायनमा आधारित रियालिटी शोको संख्या पनि बढिरहेको छ । नेपाल आइडल, द भ्वाइस अफ नेपाल, लोकस्टार, लोकतारासँगै लैबरी सिङगिङ स्टार शीर्षकको रियालिटी शोले पनि नयाँ-नयाँ प्रतिभा जन्माइरहेको छ । बालबालिकाको गायनमा निखार ल्याउने तथा आत्मविश्वास जगाउने यो रियालिटी शोको चौथो श्रृंखला प्रसारणको क्रममा छ । रियालिटी शोका लागि काठमाडौं, धादिङ तथा नुवाकोटमा अडिसन भैसकेको छ भने चितवन र सोलुखुम्बुमा यही साता अडिसन हुने बताइएको छ । यो शोमा गायक नारायण लामा, राज सिग्देल तथा गायिका प्रमिला तामाङ निर्णायक रहने बताइएको छ ।

शिल्पाले छविराजसँग डिभोर्स मागेपछि....

> एउटा अनलाइनमा प्रकाशित समाचार अनुसार केही दिनअघि छविराजले आपसी विवादका क्रममा शिल्पामाथि हातपात गर्दा उनको कानको जाली नै फुटेको थियो । श्रीमान्ले आफूमाथि हातपात गरी कानको जाली नै फुटाइदिएपछि शिल्पा गत सोमबार शान्ति सुरक्षाको माग गर्दै सिडियो कार्यालय पुगेकी थिइन् ।

अभिनेत्री शिल्पा पोखरेलले जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा आफ्ना श्रीमान् तथा निर्माता छविराज ओझाविरुद्ध घरेलु हिंसा गरेको भन्दै शान्ति सुरक्षा गरी पाउँ भन्ने बेहोराको उजुरी गरेको समाचार सार्वजनिक भएपछि काठमाडौंको मनोरन्जन उद्योग मात्र होइन यसमा चासोराख्नेहरूसमेत तरंगित भए ।

समाचार सार्वजनिक भए लगत्तै साप्ताहिकले टेकुस्थित महानगरिय प्रहरी प्रभागका प्रवक्ता तथा डिएसपी होबिन्द्र बोगटीसँग सम्पर्क गऱ्यो । डिएसपी बोगटीसँग शिल्पा पोखरेलको उजुरीका बारेमा जिज्ञासा राख्दा उनको भनाइ थियो- 'उहाँले केही दिनअघि जिल्ला प्रशासन कार्यालय, काठमाडौंमा शान्ति सुरक्षाको व्यवस्था गरी पाउँ भनेर पत्र (उजुरी) दर्ता गर्नु भएको रहेछ । त्यो उजुरी हामीकहाँ आइपुगेको छ । हामीले उहाँहरू दुवै जनालाई छलफलका लागि बोलाएका छौं । आज (बुधबार) साँझसम्ममा उहाँहरू आउनु होला भन्ने अनुमान गरेका छौं ।'

शिल्पा पोखरेल र छविराज ओझाबीच दुई वर्षअघि नै गोप्य विवाह भएको बताइन्छ । भनिन्छ, उक्त विवाहमा शिल्पाको कन्यादान फोटो पत्रकार विकास रौनियारले गरिदिएका थिए । शिल्पाले रौनियारलाई दाइ मानेर विगत केही वर्षदेखि भाइटीका समेत लगाइरहेकी छिन् । त्यही सम्बन्धका आधारमा रौनियारले शिल्पाको कन्यादान गरिदिएका हुन् ।

शिल्पाले श्रीमान् ओझाबाटै आफूमाथि घरेलु हिंसा भएको तथा जीउज्यान नै असुरक्षित भएको बेहोराको उजुरी दर्ता गरेपछि शिल्पा यतिबेला दाइ रौनियारकै संरक्षणमा छिन् ।

साप्ताहिकले शिल्पासँग मोबाइलमा सम्पर्क गर्दा उनको फोन उठेन । लगत्तै शिल्पाकी भाउजू अर्थात फोटो पत्रकार विकास रौनियारकी धर्मपत्नी तथा चलचित्र निर्देशक सम्झना उप्रेती रौनियारसँग सम्पर्क गरियो । 'शिल्पा केही दिनदेखि हाम्रै घरमा छिन्, रौनियारले भनिन्- 'शिल्पाले सञ्चो नभएको बताएकी छिन् ।' सम्झनाका अनुसार शिल्पाले आफूमाथि घरेलु हिंसा भएको भन्दै प्रहरीमा उजुरी दिएकी हुन् । 'यो घटनाक्रमको सम्पूर्ण जानकारी प्रहरी कार्यालयबाटै लिनु होला, रौनियारले भनिन्- 'प्रहरी दुवै पक्षलाई प्रहरीले बोलाएकाले त्यहींबाट थप जानकारी पाउन सकिएला ।'

शिल्पा र छविराजले २०७३ सालको दसैंताका विवाह गरेको बताइन्छ । यद्यपि, विवाह भएको केही समयपछि नै उनीहरूबीच खटपट प्रारम्भ भएको उनीहरूका निकट मित्रहरूले बताएका छन् । लामो समयको निकट सम्बन्धपछि दुवै वैवाहिक जीवनमा बाँधिएका थिए, यद्यपि आजको मितिसम्म उनीहरूले आफ्नो वैवाहिक सम्बन्धलाई गोप्य नै राखेका थिए । छविराजको यो चौथो विवाह थियो ।

यसबीच एउटा अनलाइनमा प्रकाशित समाचार अनुसार केही दिनअघि छविराजले आपसी विवादका क्रममा शिल्पामाथि हातपात गर्दा उनको कानको जाली नै फुटेको थियो । श्रीमान्ले आफूमाथि हातपात गरी कानको जाली नै फुटाइदिएपछि शिल्पा गत सोमबार शान्ति सुरक्षाको माग गर्दै सिडियो कार्यालय पुगेकी थिइन् । निर्देशक सम्झना रौनियारले पनि शिल्पाको कानको जाली फुटेको पुष्टि गरिसकेकी छिन् । उनको कानको जाली फुटेका कारण बोल्न सक्ने अवस्था नरहेको रौनियारको भनाइ छ ।

बढिरहेको थियो खटपट

शिल्पा तथा छविराजलाई नजिकबाट चिन्नेहरूका अनुसार पछिल्लो समय शिल्पा र छविराजबीचको सम्बन्ध सुमधुर रहन सकेको थिएन । शिल्पाले आफ्ना नजिकका साथीहरूसँग वैवाहिक जीवनमा खासै मिठास नरहेको प्रतिक्रिया दिइरहेकी थिइन् भने छविराज पनि आफ्ना सहकर्मीमाझ प्रायः मौन रहन्थे ।

छविराज ओझाको वैवाहिक पृष्ठभूमि

पूर्वपत्नी रेखा थापाबाट पाएको नाम 'बा' बाट परिचित निर्माता छविराज ओझाकी जेठी श्रीमती हेमा ओझा हुन् । ३५ वर्षअघि हेमासँग विवाह गरेका छविले उनीसँग त्यसको आठ वर्षपछि सम्बन्धविच्छेद गरेका थिए । हेमाबाट छविका दुई छोरा छन् । हेमासँगको सम्बन्धविच्छेदपछि नै अभिनेत्रीहरूसँग विवाह शृंखला सुरु भएको हो । आफ्नो चलचित्र नातामा काम गर्ने क्रममा छविको गीताञ्जली सुनुवारसँग छविको प्रेम-विवाह भएको थियो, तर डिप्रेसनका कारण केही समय पछिनै गीताञ्जलीले आत्महत्या गरिन् । छवि र गीताञ्जलीका एक छोरा साकार छन् । गीताञ्जलीपछि छविको तेस्रो विवाह अभिनेत्री रेखा थापासँग भयो । छविकै चलचित्र हिरोबाट ब्रेक पाएकी १६ वर्षीया रेखा झन्डै १२ वर्ष उनीसँग रहिन् । रेखाले २०७३ सालमा छविसँग कानुनी रूपमा सम्बन्धविच्छेद गरिन् । छविराजसँग विवाह गर्नुअघि शिल्पाले विकास बस्याल क्षेत्रीसँग प्रेमविवाह गरेकी थिइन् । विकाससँगको उनको विवाह चार वर्षजति चलेको बताइन्छ । थुप्रै म्युजिक भिडियोको मोडलिङमा सक्रिय शिल्पालाई छविले नै चलचित्र लज्जाबाट चलचित्रको अभिनयमा प्रवेश गराएका थिए । शिल्पाले छविको चलचित्र किस्मत-२, हवल्दार सुन्तली तथा मंगलम्मा अभिनय गरिसकेकी छिन् ।

डिभोर्सको चर्चा

वैवाहिक जीवन सुखद नभएकाले तथा छविराजको कथित घरेलु हिंसाबाट आजित भएपछि शिल्पाले श्रीमान्सँग डिभोर्स नै मागेकी थिइन् । शिल्पाले डिभोर्स मागे पनि छवि भने डिभोर्स दिन तयार नभएको बताइन्छ ।

स्मरणीय के छ भने विराटनगरमा जन्मिएकी शिल्पा पोखरेलले म्युजिक भिडियोबाट अभिनयको यात्रा प्रारम्भ गरेकी थिइन् । म्युजिक भिडियोमा अभिनय गर्ने क्रममै उनलाई निर्माता छविराज ओझाले चलचित्र 'लज्जा' मार्फत रजतपटमा भित्राएका हुन् । त्यसयता शिल्पाले छविराजकै ब्यानरमा निर्माण भएका चलचित्र हवल्दार सुन्तली, मंगलम आदिमा अभिनय गरेकी थिइन् ।

फेरिंदै हँसाउने शैली

नेमिष गौतम

एक समय दर्शकलाई हँसाउने माध्यम प्रहसन थियो । डबली, स्टेज होस् वा सार्वजनिक स्थान कलाकारहरू प्रहसन गरेर दर्शक हँसाउँथे । टेलिभिजनको सुरुवात भएपछि कलाकारले कमेडी रस भरिएका टेलिशृंखला बनाएर दर्शकलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्न थाले । तितो सत्य, जिरे खुर्सानी, भद्रगोल, मेरी बास्सै, हर्के हवल्दार, झ्याइँकुटी झ्याइँजस्ता टेलिशृंखलाले दर्शकलाई हँसाएरै मनोरञ्जन दिए । कसले बढी मनोरञ्जन दिने भनेर यी टेलिशृंखलाबीच एक हिसाबको प्रतिस्पर्धा नै हुन्थ्यो ।

यद्यपि अब त्यो अवस्था रहेन । झन्डै दर्जनको हाराहारीमा रहेका उतिबेलाका हास्य टेलिश्रृंखला अहिले हातका औंलामा गन्न सकिने अवस्थामा सीमित छन् । टेलिशृंखला निर्माणमा संलग्न जनशक्ति कमेडी शो तथा चलचित्र निर्माणमा सक्रिय हुन थालेपछि टेलिभिजनमा टेलिशृंखला सुस्ताउन थालेका हुन् ।

म्युजिक भिडियो तथा चलचित्र निर्देशक विशाल भण्डारी कमेडियनको खोजीका लागि नयाँ स्ट्यान्डअप कमेडी शो 'कमेडी च्याम्पियन' लिएर दर्शकमाझ आउने तयारीमा छन् । यो वर्षको गाईजात्राको छेको पारेर कान्तिपुर टेलिभिजनबाट यो शो प्रसारण हुँदैछ । 'मलाई कमेडी जनराका हरेक विषय मनपर्छ । मेरो बुझाइमा नेपालमा सन्दीप क्षेत्रीपछि स्टेन्डअप कमेडियनमा नयाँ कमेडियन जन्मिएनन्', विशाल भन्छन्, 'नेपालमा गायन तथा नृत्य विधाका धेरै शो भैसकेका छन् तर कमेडीकै छुट्टै शो भने छैन । त्यसकारण पनि हाम्रो समूहले नयाँ कमेडियन जन्माउने सोचका साथ कमेडी च्याम्पियनको निर्माण गर्न लागेको हो ।'

चलचित्र निर्माणभन्दा शोको निर्माण कठिन भए पनि आफूहरूले चुनौतीलाई पार गर्ने भण्डारीको दाबी छ । 'दर्शकलाई के दिने भन्ने मुख्य कुरा हो । टेलिभिजन कार्यक्रम हेर्ने क्रम घटिरहेको अवस्थामा अहिले आएका रियालिटी शोले दर्शकको संख्या बढाएको छ,' भण्डारी भन्छन्, 'हामी विशुद्ध नेपालीपन झल्काउने शो लिएर आउँदैछौं । यो कुनै अन्तर्राष्ट्रिय शोको फ्रेन्चाइजी होइन् ।' श्री प्रोडक्सनले निर्माण गर्न लागेको यो रियालिटी शोमा अभिनेता सन्तोष पन्त, मनोज गजुरेल, अभिनेत्री ऋचा शर्मा तथा चलचित्र निर्देशक प्रदीप भट्टराई निर्णायक रहनेछन् । कमेडी च्याम्पियन विजेताले २५ लाख रुपैयाँको कार तथा २५ लाख रुपैयाँ नगद प्राप्त गर्ने बताइएको छ ।

स्टेन्डअप कमेडीमा माहिर मनोज गजुरेल, सन्दीप क्षेत्री तथा जितु नेपाल यतिबेला कमेडी शोमा व्यस्त छन् । हिमालय टेलिभिजनमा 'हास्यव्यंग्य केन्द्र' नामक कमेडी शो सञ्चालन गरिरहेका मनोज हालका दिनमा नागरिक नेटवर्कको 'ढुक्क हुनुस् : केही नहुन्जेल, केही पनि हुँदैन' चलाइरहेका छन् । सन्दीप कान्तिपुर टेलिभिजनको 'ह्वाट अ फ्लप शो' तथा जितु नेपाल टेलिभिजनको 'मुन्द्रे कमेडी क्लब'मा व्यस्त छन् ।

'टेलिभिजनका दर्शकले नयाँ चिज खोज्दा रहेछन् । त्यो नयाँ चिज दिन सकियो भने मात्र दर्शकले स्वाद मान्छन्', मनोज भन्छन्, 'विश्वको अवस्था देखेर मानिसमा चिन्ता एवं निराशा छ । त्यो निराशा हटाउने माध्यम नै हास्यव्यंग्य हो । निराशा एवं चिन्ताको उपचार कमेडी नै हो तर त्यसलाई कुन शैलीमा कसरी प्रस्तुत गर्ने भन्ने कलाकारमा भर पर्छ ।' मनोजको बुझाईमा हास्यव्यंग्यले आम मानिसमाझ छिटो सन्देश प्रवाह गर्छ । 'आम दर्शकलाई लामा भाषण गरेर सम्झाइरहनु पर्दैन । समाजमा देखिएका, भोगिएका विषयलाई चोटिलो ढंगले प्रस्तुत गर्दा दर्शकले त्यसलाई बुझ्छन्,' गजुरेल भन्छन्, 'दर्शकले नयाँ चिज खोजिरहने क्रममा अहिले आइरहेका कमेडी शो त्यसको खुराक बन्छन् ।'

टेलिभिजनमा 'मुन्द्रे कमेडी क्लब' चलाइरहेका कलाकार जितु नेपाल हिजोआजका दर्शकको चासो कथात्मक टेलिशृंखलामा कम भएको दाबी गर्छन् । 'पहिले-पहिले कथात्मक टेलिशृंखलामा दर्शकको रुचि थियो । कथासहितको टेलिशृंखला हेरेपछि दर्शकहरू त्यसको अर्को भाग कहिले आउँछ भनेर पर्खिन्थे', नेपाल भन्छन्, 'तर अहिले स्थिति ठीक उल्टो छ । अहिले दर्शकहरू कथात्मकभन्दा पनि हेरुन्जेल रमाइलो कार्यक्रम खोजिरहेका छन् । उनीहरू टेलिशृंखला हेरेर त्यसको कथा सम्झिरहने फुर्सदमा छैनन् । दर्शकको स्वाद फेरिएकाले पनि हामी कलाकारलाई नयाँ-नयाँ सोचका कार्यक्रम ल्याउने चुनौती थपिएको छ ।' जितुका अनुसार उनको टेलिभिजन शोमा प्रत्यक्ष सहभागिता जनाउने दर्शकको संख्या उल्लेख्य छ । 'दिनमा २५ पटक फोन आउँछ । कुनै-कुनै शोमा दर्शक हाउसफुल भए अर्को कार्यक्रममा राख्नुपर्ने बाध्यता छ', जितुले भने ।

कलाकार दीपकराज गिरीको समूह विगत केही वर्षदेखि टेलिशृंखला तितो सत्यलाई रोकेर चलचित्र निर्माणमा सक्रिय छन् । गिरीको बुझाइमा अहिले दर्शक हँसाउने शैली फेरिएको छ । 'कुनै समय हामी नै टेलिभिजनमा देखिएर दर्शक हँसाउँथ्यौं । त्यो समयमा दर्शकसँग प्रत्यक्ष कुराकानी गर्ने मेसो थिएन,' दीपक भन्छन्, 'तर अहिले रियालिटी शोमार्फत पनि दर्शक हँसाउने चलन सुरु भएको छ । यस्तो कार्यक्रमले दर्शकसँग प्रत्यक्ष अन्तरसंवाद गर्न सहज भएको छ । नेपालमा यो चलन विस्तारै सुरु भए पनि अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा भने पुरानो भैसकेको छ ।' रियालिटी शोले शोका सञ्चालकलाई जिम्मेवारी र चुनौती दुवै दिने दीपकको बुझाइ छ । 'दर्शकसँग प्रत्यक्ष भेटेर उनीहरूको सल्लाह-सुझाव आत्मसात गर्दै शो चलाउँदाको आनन्द बेग्लै हुन्छ । दर्शककै अगाडि कार्यक्रम चलाउँदा सञ्चालकहरू जिम्मेवार पनि देखिन्छन्', दीपकले भने ।

कलाकार हरिवंश आचार्य समयअनुसार कमेडीको खुराक पनि परिवर्तन हुँदै गएको बताउँछन् । फस्टाउँदै गएको स्टेन्डअप कमेडीले कमेडीलाई आधुनिक धारमा पुर्‍याएको हरिवंशको बुझाइ छ । 'कमेडीको फेसनमा परिवर्तन आएको छ । टेलिभिजनले पनि त्यही शैली अपनाएको पाइन्छ,' हरिवंश भन्छन्, 'प्रहसनबाट सुरु भएको कमेडी अहिले स्टेन्डअप कमेडीमा पुगिसकेको छ । यद्यपि स्टेन्डप कमेडी पनि एउटा प्रहसन नै हो । टेलिभिजनमा बजेटको समस्याले गर्दा टेलिशृंखला बनाएर प्रसारण गर्न समस्या भएको छ । त्यसकारण पनि कलाकारहरू रियालिटी शोतर्फ आकर्षित भैरहेका छन् ।'

प्रविधि र समयको परिवर्तनसँगै हास्य कलाकारहरूले दर्शक हँसाउनकै लागि अनुहार बिगार्नेदेखि लिएर अभिनयमा जबरजस्तीपन छोड्दै गएका छन् । त्यसको उदाहरणका रूपमा कमेडी रियालिटी शोलाई लिन सकिन्छ ।

६ महिनाका ६

सन् २०१९ को पहिलो ६ महिना बितिसकेको छ । बलिउडमा प्रदर्शन हुने चलचित्रको व्यापारको दृष्टिकोणले बितेका ६ महिनालाई दशककै उत्कृष्ट पहिलो ६ महिना मानिएको छ । यो अवधिमा बलिउडका ६ वटा चलचित्र सय करोड क्लबमा इन्ट्री भए । ती सय करोड क्लब चलचित्रको औसत व्यापार लगभग अढाई सय करोड रुपैयाँभन्दा बढी रहेको छ ।

उरी : द सर्जिकल स्ट्राइक

वर्ष २०१९ को पहिलो सुपरहिट

चलचित्र उरी : द सर्जिकल स्ट्राइकले ४ सय करोडरुपैयाँ बराबरको कारोबार गऱ्यो । विक्की कौशल तथा यामी गौतम अभिनीत यो चलचित्र भारतीय सेनाद्वारा पाकिस्तान नियन्त्रित काश्मिरमा गरिएको सर्जिकल स्ट्राइकको कथामा आधारित छ ।

कबिर सिंह

साहिद कपुर तथा कियारा आडवाणीले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको चलचित्र कबिर सिंह पछिल्लो ६ महिनाकै उत्कृष्ट चलचित्रमा दरिएको छ । बक्स अफिसमा सवा ३ सय करोडभन्दा बढीको व्यापार गरिसकेको यो चलचित्र तेलुगु चलचित्र अर्जुन रेड्डीको हिन्दी रिमेक हो ।

भारत

सलमान खान तथा क्याट्रिना कैफ अभिनीत भारत इदको अवसरमा प्रदर्शन भएको थियो । यो चलचित्रले हालसम्म सवा ३ सय करोड रुपैयाँ बराबरको व्यापार गरिसकेको छ । चलचित्र निर्माणको लागत उच्च रहेकाले कतिपय समीक्षकले यो चलचित्रको व्यापारलाई औसत मानेका छन् ।

केसरी : द ब्याटल अफ सारागढी

अक्षयकुमारको मुख्य भूमिका रहेको यो चलचित्र तत्कालीन पन्जाबको

सारागढी किल्ला बचाउन २१ जना सिख सैनिकले १० हजारभन्दा बढी अफगान सैनिकसँग गरेको प्रतिकारको कथामा आधारित छ । यो चलचित्रले २ सय ५० करोड रुपैयाँ बराबरको व्यापार गरेको थियो ।

टोटल धमाल

अनिल कपुर, अजय देवगन तथा माधुरी दीक्षितद्वारा अभिनित कमेडी जनराको टोटल धमालले समालोचकहरूको नकारात्मक टिप्पणीका बाबजुद २ सय ५० करोड रुपैयाँजतिको व्यापार गरेर सबैलाई चकित तुल्याएको थियो ।

गली ब्वाय

जोया अख्तरले निर्देशन गरेको चलचित्र गलीब्वायमा रणविर सिंह तथा आलिया भट्टले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका थिए । चलचित्र गली ब्वायले चलचित्र समीक्षक एवं दर्शक सबैबाट उत्साहजनक प्रतिक्रिया पाएको थियो । यो चलचित्रले सवा २ सय करोड रुपैयाँ बराबरको व्यापार गरेको बताइन्छ ।

बलिउड

सम्झौताको बाटोमा

लामो समयदेखि एक-अर्का विरुद्ध शत्रुतापूर्ण व्यवहार गर्दै आएका ऋत्विक रोशन तथा कंगना रणावतबीच सम्झौता भएको संकेत देखिएको छ। आ-आफ्ना अपकमिङ चलचित्र 'सुपर ३०' र 'जजमेन्टल है क्या' को प्रमोसनमा रहेका ऋत्विक र कंगना वचको सम्बन्धका बारेमा बलिउडमा यसअघि ठूलै विवाद सिर्जना भैसकेको छ। खासगरी ऋत्विकले आफ्नो यौन शोषण गर्दै आएको आरोप लगाएकी कंगनाले यतिबेला ऋत्विक सँगको सम्बन्ध सुधार्न आफ्नो चलचित्र ऋत्विकको चलचित्रसँग नजुधाउने निर्णय गरेकी छिन्। कंगनाको उक्त निर्णयपछि ऋत्विकले पनि आफ्ना तर्फबाट कंगनाप्रति कुनै दुराग्रह नभएको बयान दिएका छन्।

ताराको पछुतो

बलिउडमा स्थापित हुन संघर्ष गरिरहेकी अभिनेत्री तारा सुतारिया यतिबेला पछुतोमा छिन्। उनको पछुतो गत साता सार्वजनिक भएको शाहिद कपुरको चलचित्र 'कविर सिंह'को सफलतापछि देखिएको हो। भनिन्छ उक्त चलचित्रमा मुख्य भूमिकाका लागि तारालाई नै प्रस्ताव गरिएको थियो, तर ताराले आफ्नो बलिउड पदार्पणका लागि 'कविर सिंह'लाई पन्छाएर करण जौहरको 'स्टुडेन्ट अफ द इयर-२' लाई चुनेकी थिइन। त्यतिबेला ताराले अस्विकारेको 'कविर सिंह'मा कियारा आडवाणीले मौका पाइन। 'कविर सिंह'को सुपर सफलतापछि अहिले कियारा आडवाणीको हाइ-हाइ छ भने तारा आफ्नो निर्णयमा पछुतो मानिरहेकी छिन्।

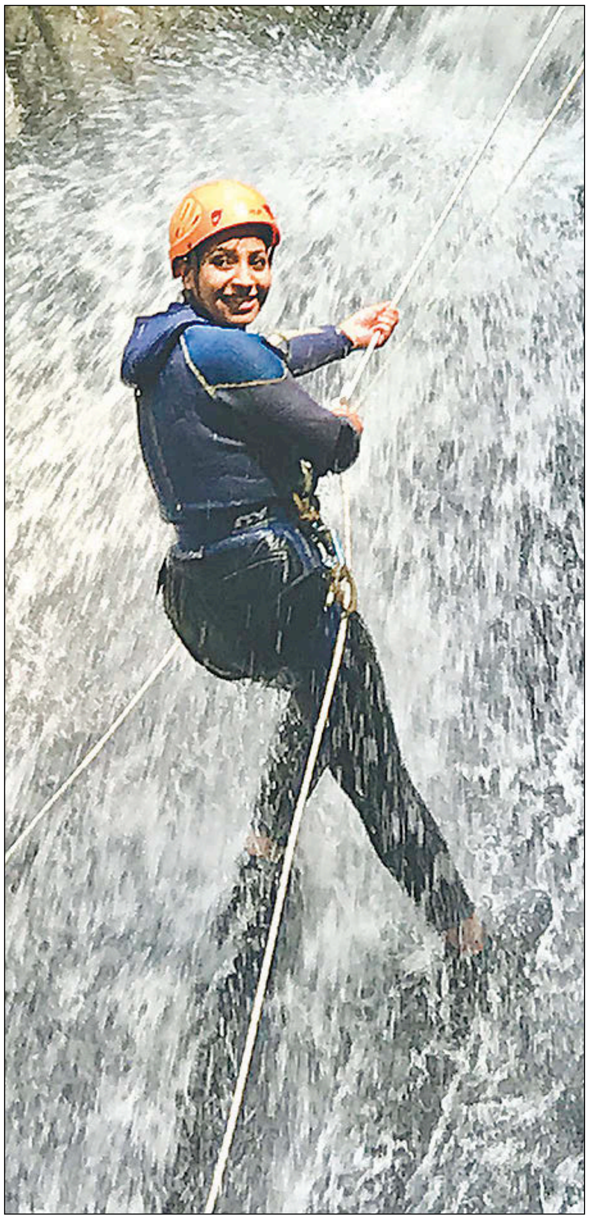
दीपिकाको समाजसेवा

चलचित्र छपाकको छायांकन सकेर फुर्सदमा रहेकी दीपिका पादुकोण यतिबेला एउटा फरक समाचारका कारण चर्चामा छिन्। दीपिका पादुकोण गत साता न्यूयोर्कमा थिइन्। उनी त्यहाँ प्रेस्बाइटेरियन अस्पतालद्वारा आयोजित एन्जाइटी युथ सेन्टर शीर्षकको पे डिनरमा सामेल भइन्। उक्त डिनरको लक्ष्य मानसिक स्वास्थ्यबाट पीडित मानिसहरूका लागि फन्ड जुटाउनु थियो। कुनैबेला मानसिक रोगबाट पीडित भैसकेकी दीपिकाले उक्त अवसरमा स्टार सेलिब्रिटी सुपर मोडल केन्डल जेनरसँग मिलेर मानसिक रोगविरुद्ध जागरुकता फैलाउने काम गर्ने घोषणासमेत गरिन्। यतिबेला दीपिका र केन्डल जेनरको मानसिक रोगविरुद्ध सहकार्य गर्ने यो घोषणाले अमेरिकी मिडियामा हाइप पाएको छ।

मोहभंगको स्थितिमा तापसी

फरक धारका चलचित्रका निर्माताहरूको रोजाइ बन्दै आएकी अभिनेत्री तापसी पन्नु यतिबेला चलचित्रप्रति मोहभंगको स्थितिमा छिन्। आफूले कुनै पनि बेला चलचित्रमा अभिनय गर्ने काम छोडने जानकारी दिँदै तापसीले भनेकी छिन्- अहिलेको चमक-दमक मेरो बैंस रहँदासम्मको हो। एक दिन यो सबै सकिने छ। त्यतिबेला चलचित्र उद्योगले मसँग कस्तो व्यवहार गर्ला त्यो सोचेर मलाई दिक्क लाग्छ किनभने हाम्रो चलचित्र क्षेत्र हाम्रो सामाजिक संस्कारबाट धेरै टाढा छ। त्यसैले म लामो समयसम्म अभिनयको संसारमा रहन्छु जस्तो लाग्दैन।

विकेन्ड फेस्टिभल

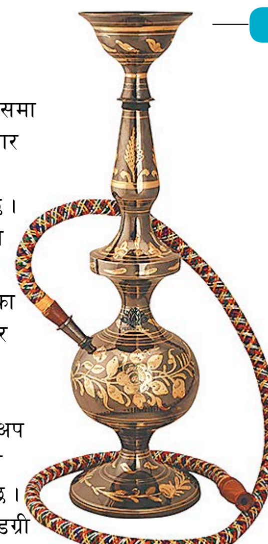


सुन्दरीजलमा क्यानोइङ

शिवपुरी राष्ट्रिय निकुञ्जअन्तर्गत पर्ने सुन्दरीजल छाँगामा नेपाल क्यानोइङ एसोसिएसनको आयोजनामा शनिबार क्यानोइङ फेस्टिभल हुँदैछ। फेस्टिभलका लागि नेपाल क्यानोइङ एसोसिएसनले प्रतिव्यक्ति १ हजार ५ सय शुल्क तोकेको छ। त्यसमा आयोजकहरूले गाडीमा लाने-ल्याउने व्यवस्था मिलाउनेछन् भने क्यानोइङ गर्नेहरूका लागि १ थान टिसर्टसमेत उपलब्ध गराइनेछ। त्यसका अतिरिक्त उक्त शुल्कमा एक छाक खाना एवं प्रवेश शुल्क पनि जोडिएको छ।

विकेन्ड पार्टी

हुक्का फेस्टिभल



कालिकास्थानस्थित एड्रेस लाउन्जसमा हुक्का फेस्टिभल हुँदैछ। आज शुक्रबार अपरान्ह ४ बजे प्रारम्भ हुने उक्त फेस्टिभल राति १०:३० सम्म चल्नेछ। हुक्का फेस्टिभलमा नि:शुल्क प्रवेशको व्यवस्था छ। 'हामी हुक्का फेस्टिभल गर्दैछौं। हामीकहाँ डिफ्रेन्ट किसिमका हुक्का पोर्ट छन्,' लाउन्जका म्यानेजर सन्तोष श्रेष्ठले भने, 'यो परिवारसँग रमाइलो गर्ने एउटा बहाना पनि हुनेछ।' हुक्का फेस्टिबेलमा स्ट्यान्डअप कमेडियन प्रनेश गौतमको प्रस्तुतिका साथै लाइभ डिजे सेसनसमेत चल्नेछ। एड्रेसबाट काठमाडौंको ३ सय ६० डिग्री भ्युजको आनन्द पनि उठाउन पाइन्छ।

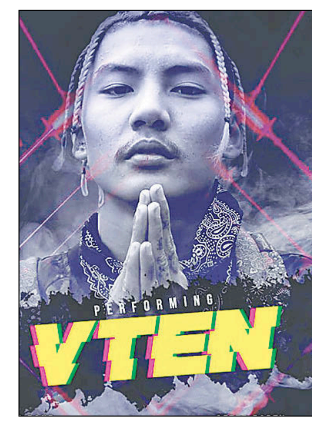
विकेन्ड कन्सर्ट

सुगमको नेपाल टुर

फेम नेपालको आयोजनामा गायक सुगम पोखरेलको 'वान एमबी फेरि त्यो दिन' नेपाल टुर देशका विभिन्न जिल्लामा प्रस्तुत हुने भएको छ। यो कन्सर्ट सुगमको पहिलो इन्डोर कन्सर्ट हुनेछ। साउन २७ गते पोखराको किड्स लाउन्जबाट सुरु हुने कन्सर्ट असार २८ गते बुटवलको द कन्सेप्ट, असार ३० गते नारायणगढको ग्यालेक्सी एम्पायर, साउन १ गते इटहरीको इम्पेरियल, साउन ३ गते धरानको भिन्टेज हुँदै साउन १० गते काठमाडौंको प्ले ब्वाइ क्लबमा पुगेर समापन हुने बताइएको छ। काठमाडौंबाहिर साँझ ६ देखि राति ११ बजेसम्म चल्ने कन्सर्ट काठमाडौंमा भने राति ९ देखि बिहान ४ बजेसम्म प्रस्तुत हुनेछ। उक्त कन्सर्टमा गायक पोखरेलले एक दर्जन बढी नयाँ-पुराना गीत प्रस्तुत गर्ने योजना बनाएका छन्।

विकेन्ड लाइभ

भिटेन लाइभ



चर्चित ऱ्यापर समीर घिसिङ (भिटेन) ले ठमेलस्थित टर्टल लाउन्ज एन्ड क्लबमा लाइभ प्रस्तुति दिँदैछन्। भोलि शनिबार १० बजे प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रमअघि ओपनिङ ब्यान्डका रूपमा एरियल्स नेपाल ब्यान्ड प्रस्तुत हुनेछ भने भिटेनको प्रस्तुतिपछि शनिबार बिहान ५ बजेसम्म डिजे ज्याक डि फोस्ट, डिजे विसोन तथा डिजे छयाङ्गाले सहभागीहरूलाई नचाउनेछन्। यो कार्यक्रममा प्रवेश पाउन टिकट तथा कभर चार्जका रूपमा १ हजार रुपैयाँ तिर्नुपर्ने क्लबका म्यानेजर सन्जु अधिकारीले बताए।

विकेन्ड ड्रिंक्स

साउन ड्रिंक्स

हल्क मोक्टेल

हलिउड क्यारेक्टर हल्कको शरीरको रंग हरियो छ भने यो मोक्टेलको रंग पनि हरियै छ। त्यसैले यसको नाम हल्क मोक्टेल राखिएको हो। यो मोक्टेल बनाउन २ वटा किवीको बोक्रा छोडाई सुगर सिरप हालेर ब्लेन्ड गर्ने वा कुनै गिलासमा हालेर पेल्ने। पेलेको किवीलाई डिजर्ट गिलासमा हाल्ने अनि त्यसमा थोरै एप्पल जुस तथा रेड बुल मिसाउने। त्यसमा आइस क्युब हालेर फेरि गिलासको आकारअनुसार रेड बुल तथा एप्पल जुस थप्दै चलाउने। डिजर्ट ग्लासमा एउटा कागतीको रस हालेर चलाउने र किवीको स्लाइस गरिएको टुक्रालाई गार्निस गरेर सर्भ गर्ने। यो मोक्टेलको रंग हरियो भएका कारण पिउँदा शीतल महसुस गराउनुका साथै यसमा प्रयोग भएको इन्ग्रिग्रेन्टले समेत शीतलता प्रदान गर्छ।

माटाडोर

माटाडोरलाई क्लासिक ककटेल ड्रिंक्स मानिन्छ। यो मार्गरिटाभन्दा केही कम मात्र लोकप्रिय ककटेल हो। मेक्सिकन एक्सपर्टले निर्माण गरेको यो ककटेल बनाउन टकिला ६० एमएल, लाइम जुस २० एमएल, पाइनएप्पल जुस ८० एमएल, आइस तथा गार्निस गर्न फुल आवश्यक हुन्छ।

ग्लासको आधा भागमा आइसक्युब राख्ने। त्यसमा २० एमएल लाइम जुस नभए कागतीको रस ४-५ चम्चा हाल्ने, त्यसमा ६० एमएल टकिला हाल्ने, त्यसपछि पाइनएप्पल जुस ८० एमएल हाली चलाउने। यसलाई फूलले सजाएर वा पाइनएप्पल गार्निस गरेर सर्भ गर्नुपर्छ।

यो टकिला चिसो र भुइँकटहरको स्वादको हुन्छ भने यसले महिला-पुरुष दुवैलाई आनन्द प्रदान गर्छ।

लाइम रिक्की

यो ककटेलको नाम अमेरिकाका कर्नेल जोय रिक्कीको सम्झनामा समर्पण गरिएको छ। सन् १८८३ को अमेरिकी गृहयुद्धताका महत्वपूर्ण योगदान दिएका रिक्की खाने-पिउने मामिलामा सौखिन भएकै कारण एक बारटेन्डरले उनको नाममा यो ककटेलको निर्माण गरेका हुन्।

यो ककटेल बनाउन ६० एमएल जिन, १५ एमएल कागतीको रस, १५ एमएल सिरप तथा मिनरल वाटर भएपुग्छ। डिजर्ट ग्लासमा आइसक्युब राख्ने। त्यसमाथि ६० एमएल जिन तथा १५ एमएल सिरप हालेर चलाउने। त्यसपछि १५ एमएल कागतीको रस हाल्ने र माथिबाट मिनरल वाटरले गिलास भर्ने अनि चलाउने। माथिबाट कागतीको टुक्राले सजाउने।

रंगमञ्च

अझै दुख्छ घाउ

शैली थिएटरले द्वन्द्वपीडितहरूको अवस्थालाई चित्रण गर्ने नाटक 'अझै दुख्छ घाउ' मञ्चन गरेको छ। महिला, कानुन र विकास मञ्चले आयोजना गरेको फोटो प्रदर्शनीको उद्घाटन समारोहमा उक्त नाटक मञ्चन गरिएको हो। राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोगका अध्यक्ष अनुपराज शर्माको प्रमुख आतिथ्यमा बबरमहलस्थित नेपाल आर्ट काउन्सिलमा सुरु भएको पाँचदिने उक्त कार्यक्रममा नाटक मञ्चनसँगै द्वन्द्व र द्वन्द्वपीडितसम्बन्धी फोटो प्रदर्शनी, वृत्तचित्र प्रदर्शन तथा छलफलसमेत चलाइएको थियो।

नाटकमा राधिका (प्रियंका चौधरी) तथा उनका बुवा लोकबहादुर (देवेन्द्र बब्लु) कुनै गाउँमा सरल जीवन बाँचिरहेका हुन्छन्। देशमा द्वन्द्व चलिरहेका बेला गाउँमा बस्न गाह्रो हुँदै जान्छ। लोकबहादुरलाई चन्दा नदिएको नाममा पटक-पटक धम्की दिने काम हुन्छ। राधिका पनि स्कुल जान पाउँदिन, उनका साथीहरूलाई कार्यक्रममा सहभागी गराउने नाममा जङ्गल लगेर बन्धुक बोक्न लगाइन्छ। राधिका त्यसमा भागेर बाँच्छिन्। यता उनका बुवा लोकप्रसादलाई भौतिक कारबाही गरिन्छ। बुवालाई खोज्ने क्रममा राधिकालाई प्रशासनले समात्छ र बुवाले विद्रोहीलाई सहयोग गरेको नाममा जेलमा राखिन्छ। जेलमा पटक-पटक उनको बलात्कार हुन्छ। राधिकाको अवस्था नाटकमा कवितामार्फत प्रस्तुत गरिएको छ।

देशमा शान्ति स्थापना भएपछि बुवा-छोरीको भेट हुन्छ। बुवा दुवै खुट्टाले काम नगर्ने अवस्थामा बैसाखी टेकेर आउँछन् भने छोरी राधिका अर्धबेहोस हुन्छिन्। उनीहरू न्याय माग्दै विभिन्न कार्यालय धाउँछन्। त्यस क्रममा द्वन्द्व व्यवस्थापन आयोगकी अध्यक्ष (करिश्मा केसी) ले उनीहरूलाई सहयोग गर्ने वाचा गर्दै भन्छिन्, 'किन चुप लागेकी राधिका ? मनको कुरा खोल।' मौन रहेकी राधिका झस्कन्छिन् अनि उनी भन्छिन्, 'म खोल्दिनँ। अब खोल्दिनँ मेरा कपडा। मैले भनें त, मसँग बम छैन।'

नाटकले द्वन्द्वका क्रममा मानसिक सन्तुलन गुमाएकी राधिका र तहसनहस भएको उनको परिवारको पीडा प्रस्तुत गरेको छ। शैली थिएटरका कार्यक्रम संयोजक नारायण न्यौपानेको लेखन तथा निर्देशनमा तयार भएको यो नाटकमा प्रियंका चौधरी, देवेन्द्र बब्लु, सुवास सुवेदी, रोबिन तामाङ, करिश्मा केसी, सुरन्जन शर्मा, राज सुवेदी, निर्भीक भट्टराई, रूपक काफ्ले तथा प्रकृष्ट रेग्मीले अभिनय गरेका थिए।

चलचित्र

सानो मन

२० असारमा प्रदर्शन हुने भनिएको चलचित्र 'सानो मन' २७ असारमा प्रदर्शनमा आउँदैछ। शिल्पा मास्केले यो चलचित्रमा आफूले निकै मेहनत गरेको र चलचित्र दर्शकहरूलाई मन पर्ने जिकिर गरेकी छिन्। नायिका मास्के आफूले लन्डन बसेर विदेशी फिल्ममा समेत काम गरेको कुरा बताउँदै स्वदेशमै केही गर्छु भनेर नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्न थालेको बताउँछिन्। कथा प्रभावशाली लागेर आफूले चलचित्र सानो मनमा काम गरेको र आफ्ना तर्फबाट सकेको काम गरेको कुरा बताउँदै मास्के भन्छिन्– अब दर्शकले यो चलचित्रको मूल्यांकन गर्नुहुनेछ।

यस्तै नवनायक सक्षम कृष्ण सुवेदी आफ्नो पहिलो चलचित्र भए पनि निकै मेहनत गरेको र यो चलचित्रबाट ठूलो आशा राखेको बताउँछन्। यता निर्माता राजेन्द्र मानन्धरले कथा मन परेर यो चलचित्र निर्माण गरेको बताएका छन्।

सुयोग गुरुङको निर्देशनमा निर्माण भएको चलचित्र 'सानो मन' मा आयुष्मान देशराज जोशी, शिल्पा मास्के, विशाल पहाडी, गौरी मल्ल, रश्मि भट्ट, शिशिर बाङ्देल, सक्षम कृष्ण सुवेदी, कृष्ण भक्त महर्जन, लक्ष्मी भुषाल आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्।

ओपिजी फिल्म्स, ए प्लस इन्टरटेन्मेन्ट तथा हाई टेक इन्टरटेन्मेन्टको संयुक्त ब्यानरमा निर्माण भएको सानो मनको सम्पादन सुयोग गुरुङ तथा मिलन श्रेष्ठले गरेका हुन्। यो चलचित्रका निर्माता योगेश गुरुङ, राजीव श्रेष्ठ, रमेश के. मित्तल तथा राजेन्द्र मानन्धर हुन्। रीत बोहरा मुख्य सहायक निर्देशक रहेको 'सानो मन' म्युजिकल लभस्टोरी विधाको चलचित्र हो, जसको छायांकन आलोक शुक्लाले गरेका छन्।

ह्याप्पी बर्थडे

५७ लाग्दै गायिका कुन्ती मोक्तान

लोक तथा आधुनिक गायनमा अग्रस्थानमा आउने नाम हो- कुन्ती मोक्तान। कक्षा ८ मा पढ्दा-पढ्दै १५ वर्षको कलिलो उमेरमै गीत-संगीतमा लागेकी मोक्तान आउँदो आइतबारदेखि ५७ वर्षमा प्रवेश गर्दै छिन्। सन् १९६२ मा भारतको दार्जिलिङमा जन्मिए पनि उनी सन् १९८३ मा संगीत क्षेत्रमा आफ्नो भविष्य खोज्दै दार्जिलिङ छोडेर काठमाडौं आएकी थिइन्। संगीतकार शिलाबहादुर मोक्तानसँग वैवाहिक सम्बन्धमा बाँधिएकी मोक्तानका २ छोरी (शीतल र सुवानी) पनि गीत-संगीतमै आबद्ध छन्। मोक्तानको जन्मदिनको अवसरमा विभिन्न क्षेत्रका कलाकर्मीले साप्ताहिक मार्फत दिएको शुभकामना :

कुन्ती आन्टी अग्रज भए पनि साथी जस्तै हुनुहुन्छ। मैले उहाँलाई पहिलो पटक राष्ट्रिय बाल गीत प्रतियोगितामा भेटेको थिएँ। त्यतिबेला उहाँ आफ्नो विद्यार्थीसँग आउनुभएको थियो। प्रतियोगितामा म सेकेन्ड र उहाँको विद्यार्थी प्रथम भएको अझै याद छ मलाई। स्कुलमा हुने कार्यक्रममा म आन्टीकै गीतमा नाच्ने गाउँथे। पछि-पछि गीत गाउने सिलसिलामा उहाँसँगै धेरै पटक मञ्च सेयर गर्न पाएँ। यी सबै कुराले गर्दा पनि होला मेरो उहाँसँग बेग्लै किसिमको आत्मियता छ, निकटता छ। गीत-संगीतमा त म उहाँलाई आमा नै मान्छु। उहाँ अझै पनि स-साना बालबालिकाहरूलाई संगीत सिकाउनु हुन्छ। उहाँले गीत गाएर होस् वा संगीत सिकाएर नेपाली गीत-संगीतलाई धेरै ठूलो गुन लगाउनु भएको छ। उहाँको आशीर्वाद नवकलाकारहरूले सधैं पाइरहुन्।

आस्था राउत, गायिका

कुन्ती दिदीले नेपाली गीत-संगीतमा पुऱ्याउनु भएको योगदान सराहनीय छ। दिदीको स्वर सधैं नेपाली श्रोताहरूको मन मस्तिष्कमा अविरल अनि अवरत रूपले गुन्जी रहोस्। दिदीको जन्मदिनको अवसरमा सुस्वास्थ्य एवं दीर्घायुको मंगलमय शुभकामना।

मीना निरौला, गायिका

सर्वप्रथम जन्मदिनको धेरै-धेरै शुभकामना। दिदीसँग मेरो भाइको सम्बन्ध त छ नै तर एउटा कलाकारका रूपमा

भन्नुपर्दा दिदीले नेपाली गीत-संगीतमा अतुलनीय योगदान पुऱ्याउनु भएको छ। उहाँ धेरै कलाकारहरूको अग्रज हुनुहुन्छ। कुन्ती दिदी आज जुन स्थानमा पुग्न सफल हुनुभएको छ, त्यो केवल उहाँको संघर्षले मात्र सम्भव भएको हो। कुन्ती दिदी नवकलाकारहरूका लागि पनि प्रेरणाको स्रोत हुनुहुन्छ।

आनन्द राई, संगीतकार

सुरुवाती दिनहरूमा मैले उहाँका धेरै गीत गाएकी छु। कुनै समय उहाँका गीतलाई पछ्याउँदै हुर्किएकी मान्छे म, अहिले बेला-बेला उहाँसँग स्टेज सेयर समेत गर्न पाउँछु। यी सबै कुरा सम्झदा निकै खुसी लाग्छ। उहाँ त पूरा नेपाली

गीत-संगीतकर्मीहरूका लागि प्रेरणाको स्रोत हुनुहुन्छ। मेरा लागि उहाँ धेरै नै स्पेशल हुनुहुन्छ। मलाई करियरका लागि दार्जिलिङबाट काठमाडौं आउन उहाँले नै प्रोत्साहित गर्नुभएको हो। त्यसैले आज म यो स्थानमा हुनुमा उहाँको ठूलो भूमिका छ।

बानिका प्रधान, गायिका

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक

भाविका उप्रेती

बेलायतका करिब एक दर्जन युवा-युवतीले नेपाली चलचित्रमा अभिनय गरिसकेका छन् भने केही राम्रैसँग स्थापित समेत भएका छन् । यही भीडमा छिन्– भाविका उप्रेती । दस वर्षकै उमेरमा बेलायत पुगेकी भाविका सानैदेखि नृत्य एवं अभिनयमा रूचि राख्थिन् ।

प्रेम गीतको तेस्रो संस्करणको नायिकाका लागि २ हजार ७ सय १४ जनाबाट टप २५ मा पर्न सफल ५ फिट ३ इन्च अग्ली उप्रेती आकर्षक शारीरिक बनावटका कारण जोकसैलाई प्रभावित तुल्याउने क्षँमता राख्छिन् । नृत्यमा प्रारंगत भाविका आफू अभिनयमा पनि सशक्त सावित हुने विश्वास व्यक्त गर्छिन् । चलचित्रमा अवसर पाए बेलायत छोड्न सक्छु, उत्साहित हुँदै उनले बताइन् ।

बेलायतमा हुने प्रायः सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा सहभागी भै अभिनय र नृत्यको भोक मेटाउँदै आएकी गोंगबु, काठमाडौंमा जन्मिएकी उप्रेती सानो छँदा खेलेको, घुमेको ठाउँ अझै आफ्नो मानसपटलमा ताजै रहेको बताउँछिन् ।

फुर्सदमा उनी युट्युबमा नेपाली चलचित्रहरु हेर्छिन् । चलचित्रमा नेपालकै विभिन्न भागका रमणीय दृश्य देखाइएका कारण अबको नेपाल बसाइमा उनी पोखरा र मुस्ताङ घुम्ने योजनामा छिन् । मिल्टन किन्स कलेजमा कक्षा १२ मा अध्ययनरत भाविका हाल एक भाइ तथा बुवाआमाका साथ बेलायतको मिल्टन किन्समा बसोबास गर्छिन् ।

शब्द तथा तस्बिर : कुशल श्रेष्ठ

मेकअप : दीपिका श्रेष्ठ

लोकेसन : लन्डन

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

लेस्बियन प्रियंका र सृष्टि

पछिल्लो चलचित्र 'प्रेम दिवस' व्यवसायिक रूपमा असफल भए पनि अभिनेत्री प्रियंका कार्की निराश छैनन् । राम्रो अभिनय गर्दा-गर्दै पनि चलचित्र चलेन भने त्यसको दोष कलाकारलाई दिइनु हुँदैन भन्ने आममान्यता रहँदै आएको छ । आफ्नो नयाँ चलचित्रको व्यवसायिक पक्ष जे-जस्तो भए पनि अभिनेत्री कार्की भने यतिबेला एउटा नयाँ काममा व्यस्त छिन् । उनी कलाकारबाट निर्मात्री तथा निर्देशकमा बढुवा भएकी छिन् । प्रियंकाले निर्माण गर्ने पहिलो चलचित्रलाई साम्तेन भुटियाले निर्देशन गर्दैछन् । यद्यपि, यसको कार्य भने प्रारम्भ भैसकेको छैन । त्यसअघि नै उनी एउटा वेभ सिरिजको निर्माण तथा निर्देशनमा सक्रिय छिन् । युवापुस्तालाई वेब सिरिजले आकर्षित गरिरहेको मौका पारेर प्रियंकाले 'जस्ट एनदर लभ स्टोरी' शीर्षकको वेबसिरिज निर्माण तथा निर्देशन गर्ने घोषणा गरेकी हुन् । आफ्नो निर्देशनको पहिलो सिरिजका लागि प्रियंकाले लेस्बियनहरूको प्रेम कथा रोजेकी छिन् । साउन ३१ गते सिरिजको पहिलो भाग सार्वजनिक हुने बताइएको छ । कम्तीमा १५ मिनेट लामो यो श्रृंखलामा प्रियंका स्वयं मुख्य भूमिकामा देखिने छिन् । उनलाई अभिनेत्री सृष्टि श्रेष्ठले साथ दिएकी छिन् । प्रियंकाका अनुसार उनको सिरिजले लेस्बियनहरूको मुद्दालाई सम्बोधन गर्नेछ ।

शिवहरि अब निर्देशक

शिवहरि पौडेल हास्य कलाकारितामा स्थापित नाम हो । हास्यश्रृंखला जिरे खुर्सानीका निर्देशक तथा अभिनेता पौडेल 'प्वाक्क मुखमा हान्नु' थेगोका कारण परिचित छन् । हास्य कलाकारितामा रमाइरहेका अधिकांश कलाकार चलचित्रको अभिनय, निर्माण तथा निर्देशनमा व्यस्त भैरहेका बेला कलाकार पौडेल भने हालका मितिसम्म अभिनयमा मात्र सीमित थिए । दीपक-दीपाको क्याम्पका अधिकांश चलचित्रमा अभिनय गरेका पौडेल अब भने निर्देशकका रूपमा दर्शकमाझ आउने भएका छन् । पौडेलले निर्माण तथा निर्देशन गर्ने चलचित्रको शीर्षक हो- लक्का जवान । उक्त चलचित्र हास्य प्रधान हुने निर्देशक पौडेलले स्पष्ट पारिसकेका छन् । यो चलचित्रमा अर्का हास्य अभिनेता किरण केसी तथा अभिनेता दिलीप रायमाझीसमेत सह-निर्माताका रूपमा आबद्ध हुँदैछन् । निर्देशक पौडेलले आफ्नो पहिलो निर्देशनको चलचित्र पारिवारिक तथा हास्यप्रधान हुने बताएका छन् । वास्तविकतामा आधारित चलचित्र बनाउने आफ्नो प्रयास रहने नव-निर्देशक पौडेलको भनाइ छ ।

निर्देशकमा खगेन्द्र

अभिनेता खगेन्द्र लामिछाने अभिनयमा अब्बल मानिन्छन् । पशुपतिप्रसाददेखि डमरुको डन्डिबियो र जय भोलेसम्म खगेन्द्रले विविध प्रकारका भूमिका निर्वाह गरेर आफूलाई स्थापित गरिसकेका छन् । अहिले आएर उनले अभिनयबाट एक कदम अघि बढ्दै निर्देशनमा हात हाल्ने तयारी गरेका छन् । लामिछानेले निर्देशन गर्ने पहिलो चलचित्र हो– पानीफोटो । करिब एक दशकअघि गुरुकुलमा मञ्चन भएको नाटक पानीफोटोकै कथामा आधारित यो चलचित्रमार्फत लामिछानेले निर्देशकका रुपमा नयाँ यात्रा प्रारम्भ गर्न लागेका हुन् । उक्त नाटकको निर्देशन उनैले गरेका थिए । यसै साता एउटा औपचारिक कार्यक्रममार्फत चलचित्र निर्माण हुने तथा त्यसको निर्देशन आफैंले गर्ने बताउँदा लामिछानेको अनुहारमा भिन्न प्रकारको उत्साह देखिन्थ्यो । भदौदेखि फ्लोरमा जाने उक्त चलचित्रमा खगेन्द्र आफैं मुख्य भूमिकामा प्रस्तुत हुँदैछन् भने उनलाई सुनिल पोखरेल, निशा शर्मा पोखरेल, अनुप बराल, मेनुका प्रधान, प्रकाश घिमिरे, माओत्से गुरुङ जस्ता रंगमञ्चका माझिएका कलाकारहरूले साथ दिँदैछन् । लामिछानेले अभिनयलाई भने पूर्ण बिराम नलगाउने स्पष्ट पारिसकेका छन् । 'यो चलचित्रपछि म अन्य चलचित्रका लागि पनि उपलब्ध हुनेछु, लामिछाने भन्छन्– पानीफोटो उनको ड्रिम प्रोजेक्ट भएकाले उनले यसको निर्देशन गर्न लागेका हुन् ।

मलाई मन पर्छ

नीता ढुंगाना, अभिनेत्री

राजेश हमाल

हमालको व्यक्तित्व एवं बौद्धिक व्यवहार राम्रो लाग्छ ।

आर्यन सिग्देल

आर्यनको काम गर्ने शैलीबाट प्रभावित छु । रोमान्टिक चलचित्रमा उनले निर्वाह गरेको लभरब्वाइको भूमिका प्रशंसनीय छ ।

विपिन कार्की

विपिन कुनै पनि चरित्रलाई न्याय दिनसक्ने कलाकार हुन् । चलचित्रको कथा अनुसारको चरित्रमा आफूलाई ढाल्न सक्ने कलाकार भएकाले पनि विपिन मलाई मन परेका हुन् ।

नाजिर हुसेन

नाजिरको काम गर्ने शैली उत्कृष्ट छ । उनले चलचित्रको जुनसुकै चरित्रलाई सजिलै न्याय दिन सक्छन् ।

अनमोल केसी

मलाई अनमोलको सालिनता मनपर्छ । उनको बानी-व्यवहार पनि राम्रो लाग्छ । उनी कसैका बारेमा नकारात्मक कुरा गर्दैनन् । व्यवहारिक हिसाबले उनले आफ्नो स्टारडमलाई पनि ऊँचो बनाएका छन् ।

साम्राज्ञी Vs उपासना

अनमोल केसीसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्दै रजतपटमा भित्रिएका दुई अभिनेत्री हुन्- साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह तथा उपासना सिंह ठकुरी । साम्राज्ञीले 'ड्रिम्स' बाट रजतपटमा पाइला राखेकी थिइन् भने उपासना अनमोलको पछिल्लो चलचित्र 'क्याप्टेन' बाट अभिनयमा पदार्पण गर्ने अभिनेत्री हुन् । दुवै अभिनेत्रीले पहिलो चलचित्रबाटै आफूलाई प्रमाणित गरे । साम्राज्ञीले त ड्रिम्सपछि थुप्रै चलचित्रमा अभिनय गरिसकिन् भने अधिकांश चलचित्रबाट उनले प्रशंसा नै पाएकी छिन् । साम्राज्ञी अहिले चलचित्र 'मारुनी' मा व्यस्त छिन् । उपासनाले भने क्याप्टेनपछि दोस्रो चलचित्र 'कबड्डी कबड्डी कबड्डी' मा मात्र अभिनय गरेकी छिन् । रामबाबु गुरुङको यो चलचित्रमा उनले दयाहाङ राईसँग स्क्रिन सेयर गरेकी छिन् । यहाँ चर्चा गर्न लागिएको प्रसंग साम्राज्ञी र उपासनासँग सम्बन्धित छ । यी दुवै अभिनेत्रीले अभिनय गरेका चलचित्र एकै दिन प्रदर्शनमा आउने भएका छन् । मारुनी र कबड्डी-३ एकै दिन प्रदर्शन हुने भएपछि यसलाई दुई सुन्दर अभिनेत्रीबीचको प्रतिस्पर्धाका रूपमा समेत हेर्न थालिएको छ । यद्यपि, दुवै चलचित्रको विधा र विषयवस्तु बिल्कुलै पृथक भएकाले दुवै चलचित्रबीच सोझो टक्कर भने नहुने बताइन्छ ।

स्वस्तिमालाई एवार्ड

नेपालमा आयोजना हुने चलचित्र एवार्डहरूमा सफलताको स्वाद नचाखेकी अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काले नेपाली चलचित्रकै लागि एउटा अन्तर्राष्ट्रिय एवार्ड प्राप्त गरेकी छिन् । श्रीलंकामा सम्पन्न नवौं सार्क फिल्म फेस्टिभलमा उनलाई चलचित्र 'बुलबुल' का लागि पुरस्कृत गरिएको हो । उक्त चलचित्रमा स्वस्तिमाले टेम्पो चालक रणकलाको भूमिका निर्वाह गरेकी थिइन् । समारोहमा उनलाई स्पेसल जुरी एवार्ड प्राप्त भएको हो । उक्त चलचित्र महोत्सवमा नेपालका तीनवटा चलचित्र प्रसाद, बुलबुल तथा हरि सहभागी थिए । हरि भने अप्रतियोगी चलचित्रका रूपमा महोत्सवमा सहभागी थियो । महोत्सवमा भाग लिन श्रीलंका पुगेकी स्वस्तिमा स्वदेश फर्किंदा आफूसँगै एवार्ड लिएर फर्किएकी हुन् । हरेक वर्ष आयोजना हुने उक्त महोत्सवमा यसअघि सन् २०१४ मा गरिमा पन्तले चलचित्र झोलाबाट सर्वोत्कृष्ट अभिनेत्रीको एवार्ड प्राप्त गरेकी थिइन् भने महोत्सवमा दोस्रो स्थान हासिल गरेको चलचित्र साँघुरोबाट निर्देशक जोएस पाण्डेले सिल्भर मेडल जितेका थिए । यही श्रृंखलामा दुई वर्षअघि भूपेन्द्र अधिकारीले चलचित्र डाइड क्यान्डलबाट उत्कृष्ट सम्पादकको एवार्ड जितेका थिए भने चलचित्र कालो पोथीले उत्कृष्ट फिल्म ओपन एवार्ड जितेको थियो ।

मेरो टिप्स

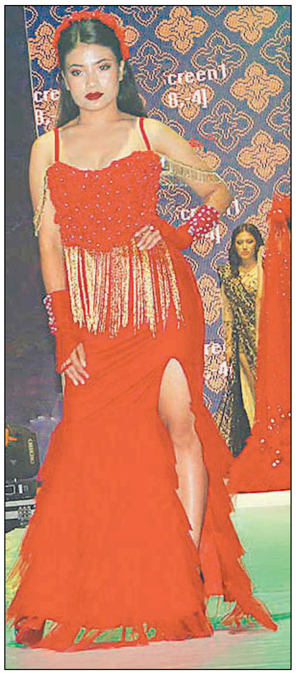
मिलन नेवारको ब्युटी सेक्रेट

- सनलोसन लोटस क्रिम प्रयोग गर्छु ।
- रोज पाउडर नियमित लगाउँछु ।
- नफैलिने किसिमको जेल गाजल प्रयोग गर्छु ।
- पानी भरपुर मात्रामा पिउँछु ।
- ग्रीन सलाद तथा हरिया तरकारीलाई प्राथमिकता दिन्छु ।
- तेल कम प्रयोग भएका फ्रेसफुड खान्छु ।

फुर्सदमा जस्सिता

अभिनेत्री जस्सिता गुरुङले अभिनय गरेका दुई चलचित्रमध्ये एउटा चलचित्र व्यवसायिक रूपमा सफल भयो भने अर्को असफल । चलचित्र लिलिबिलीमा जस्सिता र प्रदीप खड्काको जोडीको प्रशंसा समेत भयो । उनीहरूकै जोडीको दोस्रो चलचित्र लभ स्टेसनलाई भने दर्शकले त्यति रुचाएनन् । यो चलचित्रमा उनीहरूको जोडीले दर्शकको मन जित्न सकेन । केमेष्ट्री मिले पनि चलचित्रको कथा विदेशी चलचित्रसँग मिलेको प्रसंग सार्वजनिक भएपछि दर्शकले उक्त चलचित्रप्रति त्यति रुचि देखाएनन् । लभ स्टेसनपछि प्रदीप खड्का चलचित्र प्रेमगीत-३ को तयारीमा जुटे भने जस्सिता खाली भइन् । उनलाई अशोक शर्माले चलचित्र 'रातो टीका निधारमा' का लागि प्रस्ताव नराखेका होइनन् । यद्यपि, पारिश्रमिकमा कुरा नमिलेपछि जस्सिताको हातबाट उक्त चलचित्र उम्कियो । साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाहले उनलाई प्रस्ताव गरिएको भूमिकामा अभिनय गरिन् । अहिले आएर जस्सिता चलचित्रविहीन जस्तै भएकी छिन् । उनलाई नयाँ चलचित्रबाट प्रस्ताव नआएका त होइनन्, तर उनले पर्याप्त सोचेरमात्र नयाँ चलचित्रमा सहभागी हुने योजना बनाएकी छिन् । यसबीच, जस्सितालाई रेनशा वान्तवा राईले नयाँ चलचित्र 'आइ एम ट्वान्टी वान' मा अनुबन्ध गर्ने सम्भावना बढेको बताइन्छ ।

पोखरामा भोग फेसन शो



पब पेन्टबल ब्याटलफिल्डको प्रस्तुतिमा सम्पन्न फेसन शोमा पोखराका १६ जना मोडल र्‍याम्पमा देखिए, जसमा सेजल गुरुङ, निमृता घिमिरे, दिपु शेर्पा, साबित्रा घले, पूजा थापा मगर, नेली श्रेष्ठ, सुष्मा पुन, अञ्जली गिरी, सानिया साह क्षेत्री, शुभेक्छ्या तामाङ, सगुन गुरुङ, शोइशा गुरुङ, रक्षा क्षेत्री, नविना सुनार, कृतिका भुजेल तथा सुप्रिया गुरुङ थिए। उक्त अवसरमा नाइट गाउन सिक्वेन्स, फ्रिस्टाइल एवं डिजाइनर सिक्वेन्सहरू प्रस्तुत गरिएको थियो।

भोग सेक्रेट मोडल नाममा आयोजित फेसन शोको थप आकर्षण नृत्य एवं सांगीतिक प्रस्तुति थियो। पोखरा स्काई स्पोर्ट्स भाटभटेनीमा प्रस्तुत उक्त शोको कोरियोग्राफी विजय क्षेत्रीले गरेका थिए।

त्यही अवसरमा २३ जना फेसन डिजाइनरबीच भएको प्रतिस्पर्धामा सुमी सिंह गिरी विजेता भइन् भने लक्ष्मीकुमारी राइका मगर फस्ट रनर्सअप तथा सुप्रिमा कार्की सेकेन्ड रनर्सअप भएका थिए।

राजाराम पौडेल

इन्डोनेसियन फेसनको रौनक

दरबारमार्ग स्थित होटल अन्नपूर्णको पेभेलियनमा इन्डोनेसियन बाटिक फेस्टिभल सम्पन्न भएको छ। उक्त फेस्टिवलमा बाटिक फेसन शो, कार्यशाला, टक शो तथा प्रदर्शनी समेटिएको थियो, जसको मुख्य आकर्षण रह्यो– बाटिक फेसन शो। फेसन शोमा इन्डोसियाका कहलिएका डिजाइनर बेनी आड्रिआन्टो तथा आई स्यारिफले इन्डोनेसियन बाटिक कलाको समायोजन भएका पहिरनहरू प्रस्तुत गरेका थिए। आठ जना महिला तथा चार जना पुरुष मोडलले प्रस्तुति दिएको उक्त फेसन शोको कोरियोग्राफी रोजिन शाक्यले गरेका थिए। फेसन शोमा पूर्व मिस नेपाल अश्मि श्रेष्ठ शो स्टपर थिइन्। उक्त कार्यक्रमको आयोजना ढाकास्थित इन्डोनेसियन राजदूतावास तथा काठमाडौंस्थित इन्डोनेसियन कन्सुलेटले गरेका हुन्।

मिस्टर एन्ड मिस योङस्टार

पोखरामा सम्पन्न मिस्टर एन्ड मिस योङस्टार नेपाल-२०१९ को उपाधि समीक्षा क्षेत्री तथा बजिन्द्र बुढा मगरले जितेका छन्। रोयल आर्किनी हाउसले ओजन रेस्टुरेन्ट एन्ड लाउन्ज बारमा सञ्चालन गरेको उक्त प्रतियोगितामा पुष्पिता राजभाट फस्ट रनर्सअप भइन् भने भ्युअर च्वाइसको एवार्ड राजन तामाङले हात पारे। प्रतियोगितामा कुल ९ जना युवायुवती सहभागी थिए।

मिस्टर एन्ड मिस पूर्वको उपाधि

अनुसन्धान मिडियाले आयोजना गरेको मिस्टर एन्ड मिस पूर्व-२०१९ को उपाधि इटहरीकी सुप्रिया खनाल तथा मोरङका मोहन गुरागाईंले जितेका छन्। उनीहरूले १५ जना प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै उक्त उपाधि जितेका हुन्।

विष्णु सुब्बा

मिसेज इन्डिजिनियस

राजधानीको जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा संचालित मिस एन्ड मिसेज इन्डिजिनियस-२०१९ मा मिसतर्फ एलिजा गुरुङले भ्युअर च्वाइस तथा वेष्ट हेयरको एवार्डसहित शीर्ष उपाधि जितेकी छिन्। त्यस क्रममा एक्टिभ विधाको एवार्डसहित अप्सरा गोले फस्ट रनर्सअप तथा पब्लिक च्वाइस एवार्ड सहित प्रेम कुमारी सुनारी मगर सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भए। एसके इन्टरटेनमेन्टद्वारा आयोजित उक्त प्रतियोगिताको मिसेजतर्फको प्रतिस्पर्धामा मोस्ट ट्यालेन्ट तथा पपुलर विधाको एवार्ड सहित मिना मोक्तान विजेता भइन् भने पर्सनालिटी एवार्डसहित सुशिला थापा मगर फस्टर रनर्सअप तथा फ्रेन्डली एवार्ड सहित चेसाङ लामा सेकेन्ड रनर्सअप भए। उक्त अवसरमा कन्फिडेन्ट विधाको एवार्ड रोजिना गुरुङले तथा बेस्ट स्किन र भ्युअर च्वाइस विधाको एवार्ड रश्मि गुरुङले हात पारेका थिए।

टिनएजरहरूलाई अन्तर्राष्ट्रिय उपलब्धि

असार ११ गतेदेखि असार १६ गतेसम्म सिंगापुरमा सञ्चालित एसिया प्यासिफिक ब्युटी, फेसन एन्ड फ्रेन्डसिप फेस्टिभल-२०१९ मा सहभागी नेपाली किशोर-किशोरीहरूले विभिन्न पुरस्कार प्राप्त गरेका छन्।

उक्त कार्यक्रममा एरी तुलाधर मिस साउथ इस्ट एसिया इन्टरनेसनलतर्फ फस्ट रनर्सअप भइन् भने रमेश मगर मिस्टर प्रि-टिन इन्टरनेसनलतर्फ फस्ट रनर्सअप घोषित भए। यसैगरी इन्टरनेसनल टिन मिस एसिया अफ द इयरतर्फ मानषी तामाङ फस्ट रनर्सअप भइन् भने इन्टरनेसनल टिन मिस्टर अफ द इयरतर्फ अनिश श्रेष्ठ, प्रि-टिन एसिया प्यासिफिक प्रिन्सेसतर्फ प्रतिष्ठा, टिन एसिया प्यासिफिकतर्फ ज्वाला राई तथा मिस्टर टिन इन्टरनेसनलतर्फ युवराज गुरुङ फस्ट रनर्सअप भए।

उक्त अवसरमा प्रि-टिन एसिया प्यासिफिक प्रिन्सतर्फ धीरज राई, टिन एसिया प्यासिफिक प्रिन्स तर्फ अनिश के.सी. तथा मिस्टर टिन इन्टरनेसनल ब्रान्ड एम्बेसडरतर्फ शाश्वत महर्जन सेकेन्ड रनर्सअपका रूपमा पुरस्कृत भए।

यसैगरी सोही कार्यक्रमअन्तर्गत सञ्चालित लिटिल एसिया प्यासिफिक प्रिन्सेज-२०१९ को उपाधि ११ वर्षीया कृष्टिना खड्काले जितेकी छिन्। त्यस्तै मिनी एसिया प्यासिफिक प्रिन्सेज-२०१९ को एवार्ड ८ वर्षीया स्टेला शाहले जितेकी छिन्। अर्कातर्फ ११ वर्षीया यांशु श्रेष्ठले प्रिटिन समूहमा फस्ट रनर्सअप तथा बेस्ट पर्सनालिटी एवं बेस्ट इनबीच स्विम वेयर जितेकी छिन्। प्रतियोगितामा ८ वर्षीया मिनाल केसीले वेष्ट स्माइल एवार्ड तथा ९ वर्षिया सुखी प्रधानले बेस्ट पार्टी वेयरको एवार्ड हात पारे भने ट्यालेन्ट पर्फमेन्सतर्फ पनि दोस्रो स्थान प्राप्त गरेकी थिइन्।

पहिलो विश्व

थरीथरीका सौन्दर्य प्रतियोगिता

तेस्रोलिंगी र समलिंगी

लैंगिक समानताको प्रसंग उठेपछि धेरै देशले तेस्रोलिंगीहरूको सौन्दर्य प्रतियोगिता आयोजित गर्दै आएका छन् । नेपालमा पनि तेस्रोलिंगीहरूबीच मिस पिंक प्रतियोगिता सम्पन्न हुने गरेको छ भने अन्य देशमा विभिन्न शीर्षकमा यही प्रकृतिका

प्रतियोगिता सञ्चालन हुने गरेका छन् । तेस्रोलिंगीहरूको सौन्दर्य प्रतियोगिता देशभित्र मात्र नभएर अहिले अन्तर्राष्ट्रिय रूपमै समेत सञ्चालन गरिन्छ । यस्ता सौन्दर्य प्रतियोगिताका क्रममा तेस्रोलिंगी, लेस्बियन तथा गेको फरक-फरक प्रतियोगिता समेत आयोजित हुन्छन् । यसरी हुने अन्तर्राष्ट्रिय सौन्दर्य प्रतियोगितामा मिस कन्टिनेन्टल, मिस ग्यालेक्सी, मिस इन्टरनेसनल क्विन, मिस टि वर्ल्ड, मिस टिफ्यानी आदि छन् । यसैगरी गे (पुरुष समलिंगी) हरूका लागि इन्टरनेसनल मिस्टर गे, इन्टरनेसनल मिस्टर लेदर, मिस्टर गे वर्ल्डजस्ता प्रतियोगिता सञ्चालनमा छन् ।

मिस वन वन

ब्राजिलमा पछिल्ला केही वर्षदेखि कुन युवतीको पुठ्ठा आकर्षक भन्ने प्रतियोगिता आयोजित हुँदै आएको छ । पहिले ब्राजिलका युवतीहरूबीच मात्र हुने यो प्रतियोगितामा केही सहभागीले कृत्रिम

ढंगले पुठ्ठा ठूलो बनाएर सहभागी हुने क्रम बढेपछि प्रतियोगिता नै स्थगित गरिएको थियो । आयोजकले कृत्रिम रूपमा पुठ्ठा ठूलो बनाइएको हो-होइन परीक्षण गरेर मात्र प्रतियोगितामा सहभागी गराउन थालेपछि अहिले यो प्रतियोगितामा ब्राजिलका मात्र नभएर अन्य मुलुकका युवतीहरू समेत सहभागी हुन थालेका छन् । मिस वन वनको लोकप्रियता अन्य मुलुकमा पनि छ । केही वर्षयतादेखि चीनले पनि आकर्षक पुठ्ठा हुने युवतीहरूबीच प्रतिस्पर्धा गराउन थालेको छ ।

मिस प्लस

मोटी सुन्दरीहरूको प्रतियोगिता अहिले अधिकांश देशमा राष्ट्रिय रूपमा मात्र आयोजना हुने गरेको छ । यो प्रतियोगिताको कमै अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता हुन्छ । मोटीहरू पनि आकर्षक हुन्छन् भन्ने अवधारणामा मोटी युवतीहरूबीच सौन्दर्य प्रतियोगिता सञ्चालन गर्न थालिएको हो । युरोपका केही देशले सामूहिक रूपमा मिस प्लस सौन्दर्य प्रतियोगिता आयोजित गर्दै आएका छन् ।

अबको मोडलिङमा मोटाहरू

तस्बिर : नवराज बाग्ले

तौल घटाउने उपाय

मोटो शरीर भएका मानिसहरूले नियमित मर्निङ वाक गर्नुपर्छ भने पर्याप्त मात्रामा पानी पिउनुपर्छ। यसैगरी योग, स्टिम बाथ, एरोबिक्स, साउना आदिको माध्यमले शरीरको तौललाई सन्तुलित बनाउन सकिन्छ। सबैभन्दा ठूलो कुरा त खानपानमै ध्यान दिन जरुरी छ।

> सुन्दरी प्रतियोगिता महिलाको सौन्दर्य एवं आकर्षक शरीरमा केन्द्रित हुन्छन् । यस्ता प्रतियोगितामा मिलेको अनुहार, जिरो फिगर, ठिक्क तौल, क्याटवाक गर्न सक्ने, मिलेको जीउडाल भएका महिलाहरूलाई मात्र अडिसनपछि प्रवेश दिइन्छ । यद्यपि अहिले समय विभिन्न संस्थाले सहरमा विभिन्न शिर्षक (चब्बी, होचा-पुड्का, प्लस साइज) आदि नाममा विभिन्न रोचक प्रतियोगिताहरू सञ्चालन गर्दै आएका छन् ।

प्रकाश राणाभाट

सुन्दरी प्रतियोगिताको विश्व इतिहास सन् १९५१ मा बेलायतबाट सुरु भएको पाइन्छ। विश्वको सबैभन्दा पुरानो मानिएको सुन्दरी प्रतियोगिता बेलायतका एरिक मोर्लेले सुरु गरेका थिए। सन् १९५१ देखि निरन्तरता पाएको यो प्रतियोगिता अहिले प्रत्येक वर्ष विभिन्न देशमा आयोजना हुँदै आएको छ। यसैको सिको गर्दै नेपालमा पनि सन् १९९४ देखि हिडन ट्रेजरले प्रत्येक वर्ष मिस नेपाल प्रतियोगिताको आयोजना गर्दै आएको छ भने मिस नेपाललाई आत्मसात् गर्दै अरू सयौं नाममा विभिन्न प्रतियोगिता हुँदै आएका छन्। आज देशभर हुने क्षेत्रीय, जिल्लास्तरीय, कलेजस्तरीय,जातिस्तरीय तथा शैक्षिक प्रतियोगिता यसैका उदाहरण हुन्।

प्रायःजसो सुन्दरी प्रतियोगिता महिलाको सौन्दर्य एवं आकर्षक शरीरमा केन्द्रित हुन्छन्। यस्ता प्रतियोगितामा मिलेको अनुहार, जिरो फिगर, ठिक्क तौल, क्याटवाक गर्न सक्ने, मिलेको जीउडाल भएका युवतीहरूलाई मात्र अडिसनपछि प्रवेश दिइन्छ। यद्यपि अहिले समय विभिन्न संस्थाले सहरमा विभिन्न शिर्षक (चब्बी, होचा-पुड्का, प्लस साइज) आदि नाममा विभिन्न रोचक प्रतियोगिताहरू सञ्चालन गर्दै आएका छन्।

यस क्रममा अघिल्लो साता राष्ट्रिय नाचघर, जमलमा एउटा प्रतियोगिता सम्पन्न भयो जसको शीर्षक जुराइएको थियो, 'नेपाल प्लस साइज मोडल'। सिद्धि मिडियाले आयोजना गरेको उक्त प्रतिस्पर्धामा ६० किलोभन्दा बढी तौल भएका पुरुष तथा महिलाहरूको सहभागिता थियो। हुन त यस्ता प्रतियोगिता खासै नौला भने होइनन्। थाइल्यान्डमा मोटी सुन्दरीहरूका लागि 'जम्बो क्वीन' शीर्षकको सुन्दरी प्रतियोगिता आयोजित गरिन्छ। यद्यपि थाइल्यान्डमै मोटी भएको आलोचना खेपेपछि मिस युनिभर्स थाइल्यान्डले आफ्नो ताज नै परित्याग गरेको घोषणा गरेकी थिइन्। उनी थिइन्– वेलुरी डित्यासवट। यसको अर्थ विश्वमा सुन्दरी हुन स्लिम अर्थात् दुब्ली-पातली नै हुनुपर्ने मान्यता स्थापित भैसकेको छ।

हाम्रो जस्तो देशमा धेरैजसो प्रतियोगिता जिरो फिगरलाई मात्र लक्षित गरेर सञ्चालन गरिने भएकाले आफूहरूले यो प्रतियोगिताको आयोजना गरेको आयोजकहरूको भनाइ छ। मोटो भएकै कारण प्रतिभा प्रस्फुटन गर्न नसकेका र डराएका युवतीहरूलाई यो कार्यक्रममार्फत अघि बढाउन खोजेको तर्क आयोजकको छ। सुरु-सुरुमा प्रतियोगिताबाट मोटा मानिसहरूलाई प्रोत्साहित गरे पनि मोटोपन शरीरका लागि फाइदाजनक छैन, त्यसैले हामी प्रशिक्षणका क्रममै यस्ता कुराहरूको जानकारी गराउँछौं, आयोजक समितिका सदस्य अमित साहले बताए।

प्रतियोगितामा मोटा पुरुष र महिला दुवैलाई सहभागी गराइएको थियो। प्रतियोगितामा उषाकिरण नेपाल नेपाल्स प्लस साइज मोडलको विजेता घोषित भइन्। त्यस्तै विवेककुमार साह फस्ट रनर्सअप तथा शिल्पा घले सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भए। यो प्रतियोगितामा पहिलो पटक मोटा पुरुष तथा महिला दुवैलाई सहभागी गराइएको भए पनि यसको सुरुवात सन् २०१७ मै नेपालमा पहिलो पटक चब्बी मोडल सौन्दर्य प्रतियोगिता आयोजना गरेर गरिएको आयोजकहरूको भनाइ छ। नेपाली समाजमा मोटा मानिसहरूका बारेमा विभिन्न टीका-टिप्पणी भए पनि मोटोपनकै कारण आफूहरू यहाँ (मञ्च) सम्म आउन पाएको सहभागीहरूले साप्ताहिकलाई बताए।

मोटापनले दिएको परिचय

हुन त समाजमा मोटा मानिसको पहिचान अरूको भन्दा भिन्न हुन्छ। बाटोमा हिँड्दा होस् वा कतै सवारी साधनमा अनि कतै खाना खाने ठाउँमा वा सपिङ सेन्टरमा, मोटा मानिसलाई अरू साधारण दुब्ला, पातला मानिसहरूको तुलनामा केही असहज हुन्छ। अरू दुब्ला मानिसहरूको बराबरीमा हिँड्न नसक्ने, कतै बाहिर खाना खान जाँदा साहुजी तर्सने, रिक्सा वा गाडीमा बस्न सकस, शारीरिक रूपमा अनेकन् समस्या (मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मुटुसम्बन्धी) देखा पर्ने अनि शरीर अनुसारका पहिरन नपाइने जस्ता समस्या त मोटा मानिसहरूले अक्सर भोगिरहने साझा समस्या नै हुन्।

समस्या अब त्यो मात्र रहेन, न त समय नै त्यो रह्यो। परिवर्तन समय र सोचसँगै यसमा पनि विभिन्न आयामहरू देखा पर्न थालेका छन्। अहिले हुने गरेका मोटा मानिसहरूको मोडलिङ प्रतियोगिता यसैका उदाहरण हुन्। अझ अहिले त प्लस साइजकै लागि केन्द्रित गरेर पहिरनका सोरुमहरू समेत खुल्न थालेका छन् भने बुटिकहरू आफ्नो जीउडालअनुसारको पहिरनका लागि उपयुक्त थलो सावित भएका छन्। यसले गर्दा अहिले मोटाहरूको परिचयसमेत फेरिएको छ।

मोटोपनका बेफाइदा

अहिले सहरमा मोटा मानिसहरूका लागि विभिन्न प्रतियोगिता आयोजित भए पनि यस्ता प्रतिस्पर्धालाई केबल सुरुवाती अवसरका रूपमा मात्र लिनुपर्ने डा. प्रकाश पौडेल बताउँछन्। बीएमआई (शारीरिक वजन) धेरै भए मानिसहरूको शरीरमा बोसो बढ्नुका साथै मधुमेह, उच्च रक्तचाप, ढाडको समस्या, घुँडा दुख्ने समस्या, मुटुसम्बन्धी रोग तथा मृगौलासम्बन्धी रोग लाग्न सक्ने डा. पौडेलले बताए। बडी मास इन्डेक्समार्फत व्यक्तिको उचाइ र वजनको गणना निकालिन्छ। बीएमआई बढी भएका मानिसको मृत्यु अन्य मानिसको तुलनामा चाँडै हुने गरेको डा. पौडेल बताउँछन्। त्यस्तै दुब्ला व्यक्तिको तुलनामा मोटा व्यक्तिलाई धेरै रोगले सताउने, शरीर बोधो हुने, काम गर्न अल्छी लाग्ने जस्ता समस्या देखा पर्छन्। युवतीहरू सुन्दर देखिन खानेकुरा कम खाएर डाइटिङ गर्छन। खाना कम खानु स्वास्थ्यका दृष्टिले राम्रो भए पनि सुन्दर देखिने चाहनामा शरीरलाई चाहिनेभन्दा कम क्यालोरी हुँदा त्यसबाट समेत स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पर्ने डा. पौडेलले बताए। त्यसकारण मोटा हुन् वा जीरो फिगर सबैले नियमित व्यायाम गर्नुपर्ने र खानपान लगायत स्वास्थ्यमा पर्याप्त ध्यान दिनुपर्ने डा. पौडेलको सुझाव छ।

उषाकिरण नेपाल

राम्री तर मोटी, कति मोटी, क्युट बट फयाट् जस्ता शब्द सुन्दा-सुन्दा अभ्यस्त भैसकेकी उषाकिरणले आफ्नो परिचय बदल्ने सोच तब बनाइन् जब उनले प्लस साइज मोडल प्रतियोगिताका सम्बन्धमा जानकारी पाइन् । उनलाई यो आफ्नो सुन्दरता र क्षमता प्रस्फुटन गर्ने सुनौलो अवसर हो जस्तो लाग्यो । उषासँग राम्री भएर पनि आफ्नो तौलका कारणले अन्य सुन्दरी प्रतियोगितामा भाग लिन नपाएको तितो अनुभव थियो । नेपालका अधिकांश प्रतियोगिता दुब्ला-पातला मानिसहरूलाई फोकस गरेर सञ्चालन हुने भए पनि मोटा मानिसहरू पनि उनीहरू भन्दा फरक नहुने उषाको भनाइ छ । यस्ता कार्यक्रमले केवल असमानतालाई प्रश्रय दिने उनको बुझाइ छ । खासमा ब्युटी विथ ब्रेनजस्ता नारा दिएर यस्ता प्रतियोगिताको आयोजना गरिए पनि तिनले सबैलाई समेट्न नसकेको उषा बताउँछिन् । दुब्ला मानिसहरूले गर्न सक्ने सबै काम मोटा मानिसहरूले पनि गर्न सक्ने हुनाले यो विषयमा पनि ध्यान दिनुपर्ने उनको भनाइ छ । मोटा मानिसहरूलाई ड्रेसमा भने समस्या हुने उषा बताउँछिन् । कतिपय कपडा राम्रो हुँदाहुँदै पनि साइज नमिलेर छोड्नुपर्ने बाध्यता भएको उनको तर्क छ । ७८ किलोकी उषाकिरण आफू बाल्यकालदेखि नै मोटी भएको र आफू मोटी हुनुको कारण वशांनुगत भएको बताउँछिन् । कुनै बेला आफ्नो तौल ८३ किलोसम्म पुगेको तर तौल घटाउन जति नै जिम धाए पनि ७८ किलोभन्दा खासै कम नभएको उषाले बताइन् । उषा भन्छिन्– हुन त म जङ फुड र चिकेनमा कन्ट्रोल गर्न नसकेका कारण पनि मोटी भएकी हुँ । नेपाल्स प्लस साइज मोडल प्रतियोगिताकी विजेता उषाकिरण अब अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा हुने प्लस साइज मोडल प्रतियोगितामा नेपालका तर्फबाट प्रतिनिधित्व गर्न चाहन्छिन् ।

शिल्पा घले

प्लस साइज मोडल प्रतियोगिताकी सेकेन्ड रनर्सअप हुन्- शिल्पा घले । सुन्दरी प्रतियोगितामा सहभागी हुने इच्छा भए पनि आफ्नो मोटो शरीरकै कारण उनका लागि सुन्दरी प्रतियोगिताको ढोका सधैं बन्द रह्यो । एकपटक कुनै सुन्दरी प्रतियोगिताका लागि उनी तयार पनि भइन्, तर आयोजकले रोके र कारण थियो– उनको मोटो शरीर । यद्यपि शिल्पाले हरेस खाइनन् । आफ्नो क्षमता देखाउने अभिलाषाले उनलाई अन्ततः नेपाल प्लस साइज मोडल प्रतियोगितासम्म पु-यायो अनि उनी सफल पनि भइन् । एक समय ८० किलोसम्म पुगेकी शिल्पा अहिले ७६ किलोकी छिन् । मोटो हुँदा आफूलाई ड्रेसमा बाहेक अरू केहीमा खासै समस्या नपरेको तर ड्रेसको समस्या पनि अनलाइन मार्फत समाधान हुन थालेको घले बताउँछिन् । मोटी भएकै कारण घरका सदस्यले फर्सी भनेर बोलाउने, कस्तो केटाले हेर्ला, यसले केटा पाउन गाह्रो छ, कसले बिहे गर्ला जस्ता कुरा गर्दा आफू खिन्न हुने शिल्पाले बताइन् । यद्यपि अहिले त्यहीँ मोटोपन नै आफ्नो परिचय भएको उनको तर्क छ ।

विवेककुमार साह

कुनै समय १ सय ४ किलोसम्म पुगेका विवेक आफूलाई मेन्टेन गर्दा-गर्दा अहिले ९५ किलोको भएको बताउँछन् । उनका साथीहरूले उनलाई मोटे, हात्ती, बुङ्गुरजस्ता उपनामले सम्बोधन गर्थे । आफू सानैदेखि मोटो भएको तर बीचमा खाने, बस्ने अनि हिँड्ने बानी नभएपछि एक्कासि थप मोटाएको साह सम्झन्छन् । सानैदेखि मोडलिङको रहर लागेको र त्यही रहर पूरा गर्न बाराबाट काठमाडौंसम्मको यात्रा तय गरेको उनी बताउँछन् । आफ्नो सपना प्लस साइज मोडलिङ प्रतियोगिताले पूरा गर्ने आशाका साथ प्रतियोगितामा भाग लिएको र निरन्तरको परिश्रमले प्रतियोगितामा फस्ट रनर्सअप हुन सफल भएको विवेकको ठम्याइ छ । अब आफ्नो शरीरलाई ध्यानमा राखेर अभिनय तथा मोडलिङमा अघि बढ्ने उनको चाहना छ । मानिसहरूले मोटा मानिस विभिन्न रोगको भकारी हुन्छन् भनेर विभिन्न टीका-टिप्पणी गरे पनि आफूले अझैसम्म त्यस्तो अनुभव नगरेको उनले बताए । नियमित व्यायाम तथा मर्निङ वाक गर्ने अनि खानपानमा समेत प्रसस्त ध्यान दिएका कारण आफू रोगव्याधिबाट मुक्त भएको विवेकको भनाइ छ ।

साउन र रतिराग

मौसममा देखिने गरम मिजासका कारण साउन महिनाको आफ्नै महिमा छ । यो महिना मानिसमा देखिने उत्ताउलोपनलाई नियन्त्रणमा राख्न हिन्दू धर्मका कतिपय मान्यताले यो महिनामा यौनसम्बन्ध राख्न बर्जित गरेको पाइन्छ । यद्यपि पानीमा रुझेको शरीर कामकलाका दृष्टिकोणले त्यसै पनि मादक वा उत्तेजक मानिन्छ । साउन महिनामा झरी परिरहने र त्यस्तो झरीमा चाहेर वा नचाहेर पनि भिज्नैपर्ने बाध्यता आइलाग्छ । यस्तो बेला विपरीतलिंगीको आकर्षण भिजेको शरीरप्रति हुनुलाई विज्ञानसम्मत नै मानिन्छ । त्यसैले होला, साउनको झरीका बारेमा अनेकन रोमान्टिक गीत-संगीत रचिएका छन् । तिनै गीत-संगीत क्रमशः चलचित्रमा दृश्यांकन हुँदै जाँदा मानिसमा साउनको एउटा बेग्लै रोमान्टिक छवि स्थापित पुगेको हो । त्यसैको प्रभाव मान्नुपर्छ बलिउडका साथै कतिपय नेपाली चलचित्रमा समेत पानीमा रुझेको शरीरलाई मादकताको प्रतीकका रूपमा प्रस्तुत गरिएको पाइन्छ ।

हिन्दू धर्मशास्त्रले साउनलाई यौन बर्जित समयका रुपमा व्याख्या गर्नुका केही वैज्ञानिक कारण छन् । सामान्यतः हिन्दूहरू वसन्त ऋतुमा विवाह गर्छन् । अहिले पनि हाम्रो समाजमा अधिकांश विवाह माघदेखि वैशाखसम्मको समयमा भएको पाइन्छ । विवाहपछिको मैथुन समागम वा रतिरागपूर्ण सम्बन्धबाट गर्भधारण गरेका अधिकांश महिलाहरूको गर्भ साउनसम्म आइपुग्दा ४ देखि ६ महिना पुगेको हुन्छ । वैज्ञानिक वा मानव शरीरको दृष्टिकोणले ४ देखि ६ महिनाको गर्भलाई संवेदनशील समय मानिन्छ । सम्भवतः यही कारणले यो समयमा शारीरिक सम्पर्क बर्जित गरिएको हुनुपर्छ । यही वैज्ञानिक आधारमा टेकेर हिन्दू मान्यताले नवविवाहित जोडीलाई एकअर्कासँग अलग भएर बस्नुपर्ने प्रचलन प्रारम्भ गरेको बताइन्छ । अहिले पनि हाम्रो समाजमा नवविवाहिताहरू विवाहपछिको पहिलो साउनमा श्रीमान्सँग केही दिन अलग बस्छन् । पहिले-पहिले यो प्रचलन पूरै साउनभरिका लागि लागू हुन्थ्यो तर अहिले यो प्रचलनमा निकै कमी आइसकेको छ ।

> पोहोर तिम्रो नाम
> हत्केलामा लेख्नु थ्यो,
> अनि पो लाग्या थ्यो साउन ।
> यसपालि जिन्दगीमै
> नाम लेखियो, अब जुनसुकै
> महिना आउन् ।
> ऋचा भट्टराई

साउनलाई मानव समाजले मात्र यौन बर्जित नमानेर जीवजन्तुले समेत यौन वर्जित नै मानेको पाइन्छ । अधिकांश चराचुरुंगी एवं पशुहरूको मैथुनिक काल पनि वसन्त ऋतुलाई नै मानिन्छ । वसन्त ऋतुमा हुने मैथुनिक प्रक्रियाको परिणाम पशुपन्छीमा समेत साउन महिनामै देखिन्छ । यति बेला अधिकांश पशुपन्छी आफ्ना नवजातसँग हुन्छन् वा चल्ला कोरल्ने अवस्थामा हुन्छन् । त्यसैले साउन महिनामा पशुपन्छीको सिकार गर्दा त्यस्ता नवजात पशु वा भर्खर कोरलिएका पन्छीको बिजोग हुने सम्भावना हुन्छ । कतिपय अवस्थामा त फुल पारिरहेका पन्छी वा गर्भधारण गरेका पशुसमेत सिकार हुने अवस्था सिर्जना हुन्छ । यस्तो स्थितिले हाम्रो पारिस्थितिकी प्रणालीमा गम्भीर असन्तुलन ल्याउन सक्ने भएकाले हिन्दू धर्मशास्त्रले साउन महिनामा मांसाहार नगर्नु भनेको हो । साउन महिनामा मांसाहार नगर्नुका पछाडि वैज्ञानिक कारण पनि छ । यो महिना अत्यधिक गर्मी हुने वा मौसममा आर्द्रताको अधिकता हुने हुँदा सिकार गरिएको मासु चाँडै बिग्रिन्छ । त्यस्तो बिग्रिएको मासु जानेर वा नजानेर खाइँदा शरीरमा कतिपय विकार देखा पर्न सक्छ । त्यस्ता विकारबाट जोगिन पनि साउन महिनामा मासु नखानु भनिएको हो ।

मोडल : मरिष्का पोखरेल, तस्बिर : महेश प्रधान

झरीलाई कसरी सम्झन्छन् सेलिब्रेटी

नेमिष गौतम

साउनको झरी बनी तिमी आऊ न
मेरो मनको अँधेरीमा जून छाऊ न

दीपक जंगमको शब्द तथा नारायण गोपालको स्वर एवं संगीतको यो गीतले साउन महिनामा जो-कसैलाई आफ्नो प्रेमको सम्झना दिलाउँछ । किसानहरूका लागि साउने झरी माना छरेर मुरी फलाउने उत्सव हो भने केहीका लागि यो झरी मनोरञ्जनको माध्यम समेत हुन्छ ।

कलाकार शिवहरि पौडेललाई झरी असाध्यै मन पर्छ । बाल्यकालमा पुर्ख्यौली घर हेटौँडामा रहँदा उनी झरीको खुलेर मज्जा लिन्थे । 'गाउँमा हुँदा झरीमा खेतमा धान रोप्थ्यौं । झरी पऱ्यो कि बलेसीमा बगेको पानीमा दौडन्थ्यौं । सानैदेखि झरी मनपर्ने भएकाले खाली चौरमा पानी जमेको ठाउँमा खेल्थ्यौं', शिवहरि भन्छन्, 'सानातिना खोला बगेर आएको ठाउँमा खेल्दा निकै रमाइलो लाग्थ्यो । अहिले पनि पानी परेका बेला भिजौँ-भिजौँ लाग्छ । भगवान्को कृपा भन्नैपर्छ, झरीमा भिजेकै कारण ज्वरो नआएको ३६ वर्ष भैसक्यो ।'

एक समय टेलिशृंखला जिरे खुर्सानीमा व्यस्त शिवहरि टेलिशृंखला र चलचित्रको सुटिङको समयमा भने झरीले गरेको अवरोध सम्झन्छन् । 'झरी मन परे पनि झरीले काममा चाहिँ धेरैपटक अवरोध गरेको छ । सुटिङमा कति धेरै अवरोध गरेको छ भनिसाध्य छैन । झरीकै कारण एकदिनमा सकिनुपर्ने सुटिङ तीन दिन लागेको छ', शिवहरि सम्झन्छन्, 'यसपटकको झरीमा चाहिँ मोटरसाइकलबाट चिप्लिएर लडेको छु । घुँडामा अलिकति घाउ पनि भएको थियो, तर अहिले ठीक छु ।'

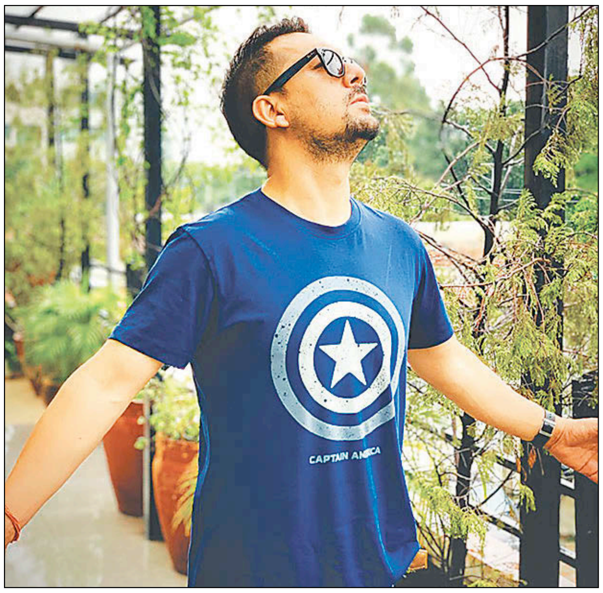
> असारे
> हिलो पो हो, साउने
> झरीसँगै पखालिएर
> जाने । मेरो त माया गर्ने
> मन हो मन, सास रहँदासम्म
> साथ रहन्छ प्रिय ।
> वसन्त राना

अभिनेत्री वेनिशा हमाल हिजोआज चलचित्रमा कमै देखिन्छिन् । उनको व्यस्तता चलचित्रमा भन्दा पनि म्युजिक भिडियोमा बढी छ । वर्षातमा पनि सुटिङमा व्यस्त हुने वेनिशालाई झरीले प्रशस्तै दुःख दिएको छ । 'झरीका कारण काममा अवरोध हुने गरेको छ । यो मौसममा कुन समयमा पानी पर्छ अनुमान गर्न सकिँदैन । हालै मात्र एउटा भिडियोको सुटिङ झरीकै कारण रोकियो । १५ मिनेटको आउटडोर सुटिङमा झरीले अवरोध गरेपछि पानी रोकिन्छ कि भनेर कुर्दाकुर्दै रातको १० बज्यो । केही सीप नलागेपछि सुटिङ रोक्यौं', वेनिशाले भनिन्, 'म झरीमा रुझ्न रुचाउँदिनँ, ज्वरो नै आउँछ । मनोवैज्ञानिक असरले गर्दा होला झरीको पानी राम्रो हुँदैन भन्ने मेरो सोच छ । किनभने झरीमा म सधैं बिरामी हुन्छु । बरु मलाई सावरमै रुझ्न मन लाग्छ ।'

साउने झरी पर्नासाथ गायिका कुन्ती मोक्तानलाई दार्जीलिङ पढ्दाताकाको एउटा घटनाले झस्काउँछ । बाल्यकालमा उनी र उनका साथीहरू पानीमा भिज्दै विद्यालय जाँदा शिक्षकले उनीहरूमाथि गरेको दयाभाव कुन्तीलाई अझै पनि सम्झना छ । 'दार्जीलिङमा पढ्दा घरबाट विद्यालय पुग्न तीनघण्टा समय लाग्थ्यो । त्यो समयमा गाडी हिँड्ने बाटो थिएन । त्यहाँ अति चिसो हुनाले बिहानैदेखि पानी पर्थ्यो । म र साथीहरू चियाबारीको बाटो हुँदै स्कुल पुग्थ्यौं । एक दिन स्कुल पुग्दा हामी पानीले निथ्रुक्कै भिजेका थियौं । स्कुलमा सरले पानीमा भिजेका विद्यार्थीलाई कक्षाकोठाबाट बाहिर निकालेर 'तिमीहरू भिजेका छौ । धेरै भिज्दा बिरामी भइन्छ । अब घर फर्क' भनेपछि हामी खुसी हुँदै घर फर्कियौं', कुन्तीले भनिन्, 'भिजेर स्कुल पुग्यो भनेर सरले घर जान दिने रहेछन् भन्ने लागेर त्यसको दुई दिनपछि त्यसरी नै भिज्दै स्कुल पुगेको त सरले दिनभरी कक्षा कोठामै राख्नुभयो । त्यतिबेला अलिक नरमाइलो पनि लाग्यो ।'

अहिले कुन्ती झरी 'इन्जोय' गर्दिनन्, बरु सडकमा मोटरसाइकल तथा गाडीले पानी फ्याकेर लुगा बिगारिदिँदा उल्टै रिसाउँछिन् । 'अहिले पानी पर्दा इन्जोय गर्दिनँ, बुढेसकालले पनि छोयो । त्यसकारण स्वास्थ्यप्रति सचेत छु । सकभर पानीमा नभिजौं जस्तो लाग्छ', कुन्तीले भनिन् ।

लोकदोहोरी गायिका राधिका हमालको अनुभव अलिक फरक छ । हमाल पानीमा भिज्न रुचाउँदिनन् । 'म वर्षात्मा छाता बोकेर बाहिर निस्कन्छु । त्यसकारण पानीमा भिज्नुपर्ने अवस्था छैन । अन्य साथीहरू पानीमा भिजेर बिरामी भएको सुनेकी छु,' राधिका भन्छिन्, 'भिडियो सुटिङ गर्दा पनि पानी नपर्ने मौसममा गर्छु । खासगरी दोहोरीको भिडियोको सुटिङ पार्टी प्यालेस तथा मन्दिरतिर गरिने भएकाले पनि पानी नपर्ने महिना पारेर सुटिङ गर्छु ।'



झरीमा यी गीत सुन्न नबिर्सनुहोस्

झमझम पानी पर्‍यो असारको रात	फत्तेमान
असारे महिनामा पानी पर्‍यो रुझाउने	छुजाङ डुक्पा
पानीको रिमझिम वर्षाको बेला	प्रकाश श्रेष्ठ
सिमसिमे पानीमा ज्यानले बेइमान गर्छ कि	रेखा शाह
ए झरी, नझरिदेऊ यसरी	नवीन भट्टराई
झरी परेको दिन आकाश हेरिरहें	बबिन प्रधान
यो पानी कस्तो बेइमानी	नलिना चित्रकार
साउने झरीमा त्यो गाउँको गोरेटो	आशा भोसले
पानी पर्‍यो असिना झर्‍यो	अल्मोडा राना उप्रेती
नाच फिरिरी	महेश काफ्ले
	मेलिना राई
मिर्मिरे साँझमा सिमसिमे पानी	उदित नारायण
	आशा भोसले
वर्षातमा उनी रुझ्दा	रामकृष्ण ढकाल

भजन-कीर्तन सहित बोलबम जलयात्रा

राजाराम पौडेल

साउनको सोमबार पोखरामा भजनकीर्तनसहितको बोलबम जलयात्रा हुन्छ । पोखरा महानगरपालिका वडा नम्बर-१, वगर शुक्लागण्डकीस्थित १ सय ८ धारामा स्नान गरी हातमा जल लिएर यो यात्रा सुरु हुन्छ । यात्रामा सहभागीहरूले बगरदेखि बैदामस्थित केदारेश्वर मन्दिरसम्म करिब ८ किलोमिटर पैदलयात्रा गर्छन् । हात-हातमा जल लिएर भगवान् शिवको भजन-कीर्तनमा रमाउँदै मुख्य सडक हुँदै अघि बढेको भीडले पोखरा गुञ्जयमान हुन्छ । उक्त जनसमूहले केदारेश्वर मन्दिर पुगेर १ सय ८ शिवलिंगमा जलार्पण गरेपछि यात्रा सम्पन्न भएको मानिन्छ ।

साउनलाई भगवान शिवको महिनाका रूपमा लिइन्छ । यसपालि साउनमा ४ वटा सोमबार परेका छन् । भगवान् शिवको भजनकीर्तन एवं नाचगानमा नयाँ पुस्तासमेत आकर्षित देखिन्छ । फलस्वरूप यहाँको बोलबम कार्यक्रममा

सहभागी हुनेहरूको संख्या बर्सेनि बढ्दै गएको छ ।

साउनमा भगवान् शिवको उपासना गरी नजिकको पवित्र नदी, कुण्ड तथा तलाउको जल शिवलिंगमा चढाउँदा मनोकांक्षा पूरा हुने भक्तजनको विश्वास छ । शिवलिङ्गमा जल चढाउन र पूजाआजा गर्न पोखराको केदारेश्वर मन्दिरको चारवटै द्वार बिहानैदेखि खुला गरिन्छ भने मन्दिर परिसरमा दिनभर भजन-कीर्तन चल्छ ।

पोखरामा आयोजना हुने बोलबम कार्यक्रममा नेपालका विभिन्न ठाउँका अतिरिक्त भारतका भक्तजनसमेत आउने गरेका छन् । भारतमा बढेको गर्मी छल्न यही समय पारेर भारतीय पर्यटक पोखरामा पुग्छन् । यसरी आएका पर्यटकसमेत बोलबम कार्यक्रम तथा शिव मन्दिरमा दर्शन गर्न पुग्छन् । भारतका अतिरिक्त अन्य मुलकबाट पोखरा घुम्न आएका तेस्रो मुलुकका पर्यटक समेत यहाँ आयोजना हुने बोलबम कार्यक्रममा सहभागी हुन्छन् ।

असार र साउनको झरीमा चलचित्र तथा म्युजिक भिडियोको दृश्य खिच्नु छायाँकारका लागि निकै चुनौतीपूर्ण हुन्छ । झरीको समयमा क्यामेराको फ्रेमिङदेखि लिएर कलाकारको अभिनय एवं नृत्यलाई क्यामेरामा कैद गर्नु छायाँकारका लागि चुनौती नै हो । चलचित्र तथा म्युजिक भिडियोको छायांकनमा सक्रिय छायाँकार हरि हुमागाईं, अर्जुन तिवारी तथा पुरुषोत्तम प्रधानले साप्ताहिकसँग आ-आफ्नो झरीको सुटिङ अनुभव साटेका छन् ।

नेपालमा झरीमा खिच्ने क्यामेरा छैन

झरीका बेला म क्यामेरालाई छाता वा प्लास्टिक ओढाएर खिच्छु । यसले केही डिस्टर्ब त गर्छ । यसरी खिच्दा केही गाह्रो पनि हुन्छ । हामी मोबाइलमा मौसमको अवस्था हेरेर छायांकन गर्छौं । यस्तो अवस्थामा कलाकारलाई तयारी अवस्थामा राखेका हुन्छौं । नेपालमा झरीमा खिच्ने क्यामेरा छैन । त्यसको मूल्य पनि महँगो छ । म युट्युब हेरेर पानी परेका बेला कसरी खिच्ने नयाँ-नयाँ आइडिया सिक्छु । सुटिङको समय-तालिका मिलाएर आउटडोर-इन्डोर खिच्ने गरेकाले पनि पानीले खासै डिस्टर्ब गरेको छैन ।

पुरुषोत्तम प्रधान

करेन्ट लाग्ने सम्भावना हुन्छ

पानी-झरीमा कसरी खिच्ने भन्ने कुरा क्यामेराम्यानको काम गर्ने तरिकामा पनि भर पर्छ । पानी परेका बेला राम्रो दृश्य निकाल्नुपर्‍यो भने राम्रो लाइटको आवश्यकता हुन्छ । यस्तो बेला बढी लाइट राखेर काम गर्‍यो भने करेन्ट लाग्ने सम्भावना हुन्छ । असारे झरीमा सामान्य किसिमले खिच्ने हो भने छाता ओढाएर खिच्नुपर्छ । नेचुरल पानीमा खिचियो भने आफू पनि भिजिन्छ । पानीमा म भरसक कमै मात्र लाइट प्रयोग गर्छु, जसले गर्दा करेन्ट लाग्ने सम्भावना हुँदैन । मनसुनमा आउटडोर सुटिङ गर्दा त्यहीअनुसारको माइन्डम्याप बनाउँछु । कहिलेकाहीं खुलेको मौसममा सुट गर्न जाँदा अचानक पानी परिदियो भनेचाहिँ नयाँ कन्सेप्ट बनाउन समय लाग्छ ।

हरि हुमागाईं

समयअनुसार सुटिङ गर्नुपर्छ

झरीमा भिडियो खिच्न एकदमै गाह्रो कुरा हो । केही दिनअघि पनि एउटा भिडियोको आउटडोर सुटिङ पानीकै कारण इन्डोरमा गर्नुपर्‍यो । यस्तो बेला गीतको सुटिङ गर्न निकै समय लाग्छ । एक दिनमा सकिने काम दुई-तीन दिनसम्म लाग्छ । पानी परेका बेला क्यामेरा जोगाउने माध्यम छाता वा प्लास्टिक नै हो । क्यामेरामा केही भयो भने त्यसले सुटिङ नै रोकिन्छ । निर्माता एवं कलाकारको समयअनुसार सुटिङ गर्नुपर्छ । वर्षात् र हिउँद केही भन्न पाइँदैन । किनभने उनीहरूले जुन समयमा फुर्सद मिलाउँछन्, त्यही समयमा खिच्नुपर्ने हुन्छ ।

अर्जुन तिवारी

अपराध

अपराध संसारका बादशाह

माओवादीविरुद्धको प्रतिकार समितिदेखि कम्युनिस्ट राजनीतिसम्मको कनेक्सन

जनकराज सापकोटा

एक दशक लामो सशस्त्र द्वन्द्वको 'बाइप्रोडक्ट'का रूपमा अपराध संसारमा उदाएका 'जाबेद' र 'बादशाह' उपनामले चिनिने नसिम खाँ मुसलमान २१ असारमा काठमाडौंबाट पक्राउ परे । व्यक्तिहत्याको श्रृंखला मच्चाएको आरोपमा प्रहरीको सर्वाधिक खोजीमा रहेका नसिमलाई प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरोले पक्राउ गरेको थियो । २०६३ देखि २०७४ को १२ वर्षको अवधिमा सात जनाको हत्या तथा लुटपाटको एउटा घटनामा उनको मुख्य संलग्नता रहेको प्रहरीको दाबी छ ।

माओवादी शान्ति-प्रक्रियामा आएलगत्तै २०६४ मा संयुक्त जनतान्त्रिक तराई मुक्ति मोर्चा नामक हिंसात्मक सशस्त्र समूह खोलेर श्रृखलाबद्ध व्यक्ति हत्या एवं लुटपाटमा संग्लन नसिमको पृष्ठभूमि एक दशक लामो माओवादीको हिंसात्मक राजनीतिसँग जेलिएको छ । कपिलवस्तुको साविक पिपरा गाविस तथा हालको मायादेवी गाउँपालिका–४ घर भएका नसिम सामान्य कृषक पृष्ठभूमिको परिवारका सदस्य हुन् ।

आईएस्सम्म पढेका खाँ द्वन्द्वकालमा स्थानीय रूपमा गठित माओवादी प्रतिकार समिति सदस्य भएपछि सबैको नजरमा परे । तत्कालीन समयमा दरबारको प्रत्यक्ष चासोमा गठित उक्त प्रतिकार समितिलाई सरकारले नै अनौपचारिक रूपमा हतियार उपलब्ध गराएको थियो । प्रतिकार समितिमा रहेकै बेला उनको माओवादीसँग दुस्मनी सुरु भएको थियो । माओवादी शान्ति वार्तामा आउनुभन्दा केही समयअघि एक रात नसिमको गाउँमा माओवादीले हिंसात्मक हमला गऱ्यो जसमा नसिमको घर तहसनहस भयो । उनको घरमा आगो लगाइयो र घरभित्र रहेका सबै सामान हिनामिना पारियो । प्रहरीका अनुसार त्यतिबेला माओवादी आक्रमणमा परी उनका काकाका छोराले ज्यानसमेत गुमाएका थिए ।

उक्त घटनापछि नसिम कपिलवस्तुमा बस्ने वातावरण भएन । उनी आफ्नो जग्गा र अन्य सम्पत्ति बेचेर सीमावर्ती भारतीय सहर सिद्धार्थनगर, अलिगढवामा गएर बस्न थाले । त्यहाँ बस्दाताका नै उनले भारतीय नागरिकता र आधार कार्ड बनाए अनि घरजग्गा पनि जोडे ।

माओवादी शान्ति प्रक्रियामा आएपछि तराई मधेसमा सशस्त्र समूहहरू जन्मन थाले । राजनीतिक नारा अघि सार्दै खुलेका अनेकन् नामधारी दर्जनौं सशस्त्र समूहमध्ये केहीले तराईमा व्यक्तिहत्या, अपहरण एवं फिरौतीको धन्दा चलाए । त्यही बेला संजय गुप्ताले जनतान्त्रिक तराई मुक्तिमोर्चा 'कौटिल्य समूह' खोलेका थिए । नसिम संजयकै आग्रहमा संगठनको कपिलवस्तु इन्चार्ज भए । त्यसपछि उनले माओवादीका नेता तथा कार्यकर्ताले आफ्नो घर जलाएको र आफूलाई विस्थापित तुल्याएको पुरानो घटनाको बदला लिन थाले ।

बदलाको भावनाबाट प्रेरित खाँ त्यतिमै अडिएनन्, सशस्त्र समूहमा रहेर उनले चन्दा आतंक, फिरौती संकलन र व्यक्तिहत्याको श्रृंखला नै मच्चाए । केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरोका अनुसार उनले २०६४ पछि व्यक्ति हत्याको श्रृंखला नै चलाएको पाइन्छ । प्रहरीका अनुसार त्यस क्रममा खाँले माओवादीमा आबद्ध स्थानीयदेखि जिल्लास्तरीय नेता-कार्यकर्तासम्मलाई धम्क्याउने, रकम माग्ने, नदिए हत्या गर्नेसम्म काम गरे ।

प्रहरीका अनुसार भारतमै रहँदा-बस्दा नसिमले भारतीय नागरिक फौजिया नसिमसँग विवाह गरे । त्यसपछि उनले फौजियालाई आफ्नै बलमा राजनीतिमा जबर्जस्ती स्थापित गराए । स्थानीय तहको निर्वाचनमा उनले श्रीमतीलाई गाउँपालिका प्रमुखका रूपमा निर्वाचित गराउने प्रयास गरेका थिए, तर त्यसमा सफल नभएपछि उनले श्रीमतीलाई तत्कालीन नेकपा एमालेका तर्फबाट प्रदेश सांसद बनाए । अहिले कपिलवस्तुको नेकपा जिल्ला कमिटीले नसिमलाई रिहा गर्नुपर्ने माग गर्दै विज्ञप्ति जारी गर्नुको प्रमुख कारण नेकपामा उनकी श्रीमतीको उपस्थितिलाई नै मानिन्छ ।

केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरोका अनुसार नसिम आबद्ध सशस्त्र समूहले गृह मन्त्रालयले गठन गरेको वार्ता कमिटीसँग तीन पटक वार्ता समेत गरेको थियो । त्यही वार्तालाई रणनीतिक रूपमा उपयोग गर्दै नसिम आफ्नो अपराध कर्मको सजायबाट जोगिँदै आएका थिए । पछिल्ला वर्षहरूमा नसिम भारतीय सहरमै लुक्दै आएका थिए । उनी कहिलेकाहीं नेपाल छिर्थे र राजनीतिक तहका उच्च नेताहरूसँग भेट्थे । कहिलेकाहीं त उनी उच्च तहका नेतासँगै सार्वजनिक वृत्तमा कुम जोडिरहेको अवस्थामा समेत देखिन्थे ।

प्रहरीका अनुसार पछिल्ला महिनाहरूमा नसिमले जननिर्वाचित स्थानीय प्रतिनिधिहरूसँग चन्दा उठाउन थालिसकेका थिए । उनले केही वडाध्यक्षलाई आफ्नो भाग छुट्याइदिन धम्की दिइरहेका थिए । ब्युरोका अनुसार केही साता पहिले मात्र कपिलवस्तुको स्थानीय तहका केही जनप्रतिनिधिले सामूहिक रूपमा प्रहरीमा नसिमको चन्दा आतंकका सम्बन्धमा जानकारी गराएका थिए ।

कृषिमन्त्री चक्रपाणी खनाल सहभागी एक कार्यक्रममा नसिम खाँ मुसलमान रातो घेरामा । तस्वीरः हिमालखबरबाट

हत्या र लुटको श्रृंखला

घटना १ : कपिलवस्तुको फुलिका–३ बस्ने धर्मराज बराईका छोरालाई २०६३ जेठ १९ गते धारिलो हतियार प्रहार गरी हत्या । उक्त मुद्दा हाल पुनरावेदन अदालतमा मुल्तबीमा छ ।

घटना २ : नसिम कपिलवस्तुका सन्दीपकुमार गुप्ता सवार महेन्द्रा जिप बन्दुक देखाउँदै रोकेर २ लाख रुपैयाँ लुटपाटको घटनामा पनि मुछिएका थिए । यो मुद्दा अहिले सर्वोच्च अदालतमा मुल्तबीमा छ ।

घटना ३ : नसिममाथि कपिलवस्तुको मोतीपुर-१ का भुव भन्ने प्रेम परियारलाई २०६४ फागुन ६ गते गोली हानी हत्या गरेको आरोप पनि छ । घटनाको १० महिनापछि यो मुद्दा अदालतमा पुगेको थियो । हाल यो मुद्दा पुनरावेदन अदालत बुटवलमा सुनुवाइका क्रममा छ ।

घटना ४ : कपिलवस्तु नगरपालिका-१० की अकला कोहार साँझको समयमा भान्छाको धन्दामा जुटेकी थिइन् । त्यही बेला उनलाई कसैले गोली प्रहार गऱ्यो । प्रहरीले अनुसन्धानपछि पत्ता लगायो, साँझको समयमा भान्छाको झ्यालबाट अकलामाथि गोली प्रहार गर्ने कोही नभएर अपराध संसारमा उदाइरहेका नसिम नै थिए । माओवादीमा आबद्ध अकलाका श्रीमान पारसनाथ कोहारसँग बदला लिन नसिमले हानेको गोलीले अकलाको ज्यान गएको थियो । २०६५ पुस २५ गते अदालतमा पेस भएको थियो, यो मुद्दा पुनरावेदन अदालत बुटवलमा चलिरहेको छ ।

घटना ५ : कपिलवस्तु नगरपालिका-७ बस्ने पिपरा गाविसका तत्कालीन सचिव राम मिलन प्रसाद गुप्ताको २०६५ कात्तिक ९ गते गोली हानी हत्या भयो । हत्याको यो घटनामा पनि नसिमकै नाम मुछियो । २०६५ मंसिर ७ गते अदालतमा पेस भएको यो मुद्दा अहिले पुनरावेदन अदालत बुटवलमा छ ।

घटना ६ : कपिलवस्तुको पकडी-६ बस्ने राजेन्द्रप्रसाद तिवारीको २०६७ वैशाख १३ गते हत्या भयो । यो घटनामा पनि नसिम नै संग्लन भएको प्रहरी अनुसन्धानले देखाएको थियो । यो मुद्दाको मिसिल अहिले कपिलवस्तु जिल्ला अदालतमा छ । राजेन्द्रका दाजु सुरेन्द्र माओवादीमा थिए । नसिमले आफ्नो घरमा भएको आक्रमणमा राजेन्द्रको पनि संग्लनता रहेको कुराको बदला लिन उनको हत्या गरेको आरोप छ ।

घटना ७ : २०७४ फागुन ३ गतेको कुरा हो । वडाध्यक्ष समेत रहेका फत्तेह मोहम्मद मुसलमानका ४ वर्षीय छोरा मोहम्मद अमेमान घरबाट बेपत्ता भए । घरबाहिर खेलिरहेका उनलाई एक जनाले मोटरसाइकलमा राखेर अज्ञातस्थलतर्फ लगेका थिए । हराएको तीन दिनपछि घर नजिकैको फोहोर पानी बग्ने नालामा मोहम्मदको शव फेला पऱ्यो । घटनाको अनुसन्धानमा जुटेको प्रहरीले पत्ता लगायो, उपभोक्ता समितिमा नराखेको रिस फेर्न नसिमले उनको हत्या गरेका रहेछन् । नसिमले समितिमा नराख्ने हो भने पैसा दिनुपर्ने भन्दै फत्तेहलाई धम्क्याउँदै आएका थिए । त्यसो त नसिम खान र वडाध्यक्ष फत्तेहबीच पुरानो दुस्मनी थियो । स्थानीय तहको निर्वाचनमा नसिमले आफ्नी कान्छी श्रीमती फौजियालाई गाउँपालिका प्रमुखका रूपमा उठाएका थिए, तर फौजियाले चुनाव हारिन् । नसिमले आफ्नी श्रीमतीलाई चुनावमा हराउन फत्तेहले भूमिका खेलेको आरोप लगाउँदै आएका थिए । यही पृष्ठभूमिमा उनले गाउँकै एक व्यक्ति प्रयोग गरेर बालकको अपहरण गराए र हत्यापछि नालीमा फालिदिए ।

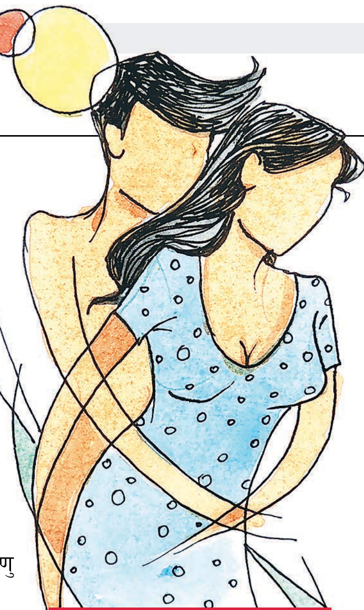
घटना ८ : २०६४ चैत ९ गतेको कुरा हो । कपिलवस्तु हथिहवा-३ का शिवपुजन कुर्मीको गोली हानी हत्या भयो । यो घटनामा पनि प्रहरीले शंकाको सुई नसिमतिर सोझ्याएको थियो ।

यौन जिज्ञासा र समाधान

डा. राजेन्द्र भद्रा

म ३० वर्षीय युवक हुँ । मेरो एक जना महिलासँग यौनसम्पर्क हुँदै आएको छ । उनी विवाहित हुन् । के मैले उनीसँग मुखमैथुन गर्न मिल्छ ? सुगरको बिरामीसँग मुखमैथुन गर्न हुन्छ कि हुँदैन ? सुगर भएको मानिससँग बिनाकन्डम शारीरिक सम्बन्ध राख्दा कुनै असर पर्छ ? मलाई गुदा मैथुन गर्न मन छ, के यो सुरक्षित हुन्छ ?

भु.दे.



तपाईंले किन विवाहित महिलासँग सम्बन्ध स्थापित गर्नुभयो, केही लेख्नुभएको छैन । तपाईंको उहाँसँगको सम्बन्ध कस्तो प्रकारको हो भन्ने कुरा पनि पत्रमा उल्लेख छैन । यो सिर्फ यौनेच्छा शान्त पार्ने मौका मात्र हो वा यसमा प्रेमसम्बन्ध पनि छ र यो सम्बन्धमा निरन्तरता खोजिएको छ भन्ने कुरा पनि स्पष्ट छैन । विचार गर्नुपर्ने कुरा के हो भने तपाईंहरूबीचको सम्बन्ध विवाहेत्तर भएकाले तपाईंले सजिलै यसलाई अघि बढाउन सजिलो भने छैन । उहाँको श्रीमान्सँगको सम्बन्ध के-कस्तो छ र तपाईंकी ती महिला मित्रको सोच के छ, भन्ने कुरा पनि स्पष्ट छैन । हाम्रो सामाजिक अनि कानुनी दृष्टिले पनि यस्तो सम्बन्धलाई जायज मान्न सकिने स्थिति छैन । यस्ता विवाहेत्तर सम्बन्धको असर तपाईंको यौनसाथी र तपाईंका साथै दुवै परिवारमा पर्न सक्छ भन्ने कुरा त सम्झाइरहनु नपर्ला ।

जहाँसम्म मुखमैथुनको कुरा छ, यो अविवाहितसँग गर्न हुने र विवाहितसँग गर्न नहुने भन्ने कुरा होइन । यदि दुवै यौनजोडी यसमा सहमत छन् भने आफूले चाहेअनुरूपको यौनसम्पर्क गर्न सक्छन्, चाहे त्यो योनि-लिङ्ग होस् वा गुदा-मैथुन होस् वा मुख-मैथुन होस् ।

चिनीरोग र यौनसम्पर्क

यो प्रश्न किन गर्नुभएको हो भन्ने कुरा स्पष्ट छैन । तपाईंलाई थाहै होला, चिनीरोग अर्थात् मधुमेह नसर्ने रोग हो, त्यसैले यो एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्दैन । चिनीरोग भएका व्यक्तिले पनि यौनसम्पर्क राख्छन् र यौन सुख लिइरहेका हुन्छन् । विशेष गरी चिनीरोग भएका व्यक्तिमा जीवाणु तथा फङ्स (इस्ट) को संक्रमण केही बढी देखिने भएकाले केही आशंका गरिएको हुन सक्छ । चिनीरोग नियन्त्रण गरिएको छैन भने त्यसको असर यौन सक्षमता, लिङ्ग उत्तेजना तथा यौनेच्छामा नकारात्मक रूपले पर्छ, जुन अर्कै विषय हो ।

के गुदा मैथुन सुरक्षित छ ?

आफ्नो यौन साथीको गुदानलीमा लिङ्ग पसाई गरिने यौनसम्पर्कलाई गुदामैथुन भनिन्छ । यो सुरक्षित छ कि छैन भन्ने सन्दर्भमा पहिले के कुरा बुझ्नुपर्छ भने योनिको तुलनामा गुदद्वारको संरचना निकै फरक हुन्छ । गुदद्वार यौन सम्पर्कका लागि प्राकृतिक रुपमा बनेको अङ्ग होइन । योनिमा यौन उत्तेजना भएपछि यौन सम्पर्कलाई सजिलो बनाउन योनिरस आएजस्तो गुदद्वारबाट कुनै रस आउँदैन । गुदद्वारमा यसलाई राम्रोसँग बन्द गर्ने मांसपेशी हुन्छ । वाहिरी मांसपेशीलाई हामीले चाहेअनुरुप संकुचित गर्न वा खोल्न (खुकुलो पार्न) सक्छौं भने भित्री मांसपेशीलाई सजिलै त्यसो गर्न सक्दैनौं । लामो अभ्यासपछि एक हदसम्म भित्री मांसपेशीलाई खुकुलो गर्न सकिन्छ । गुदद्वार वा गुदानलीमा कुनै कुरा प्रवेश गर्न खोजे यो मांसपेशी वेस्सरी संकुचित हुन्छ र जबरजस्ती गर्न खोजे पीडा हुन्छ अनि चोटसमेत लाग्न सक्छ । योनिमा जस्तो योनि रस पनि नहुने अनि गुदद्वार खुकुलो नभएको स्थितिले यौन सम्पर्कका दौरानमा चोटपटक लाग्ने र पीडा हुने समस्या हुन्छ ।

अर्को महत्वपूर्ण पक्ष संक्रमणको जोखिम हो । यदि आफ्नो यौन साथीमा कुनै संक्रमण छ भने कुनै पनि यौनसम्पर्कमा जस्तै त्यो सर्ने सम्भावना हुन्छ, अर्को शब्दमा यौनरोगहरू गुदामैथुन गर्दा पनि सर्छन् । एच.आई.भी. तथा अन्य यौनरोग सर्ने मामिलामा योनि-लिङ्ग मैथुनको तुलनामा गुदामैथुन बढी जोखिमयुक्त मानिन्छ । यसो हुनुको कारण गुदानलीमा योनिमा जस्तो रस निस्कँदैन र त्यसको भित्री छाला पनि पातलो र कमलो हुने भएकाले यौन सम्पर्कले चोट पुर्‍याउँछ र सजिलै रोगको संक्रमण हुनसक्छ । यौन रोगका अतिरिक्त मलाशयमा अन्य रोग उत्पन्न गराउने जीवाणु पनि हुन्छन् । यदि दुवै जनामा कुनै यौन रोग छैन भने पनि गुदामैथुन पछि लिङ्ग-योनि मैथुन गरे योनिमा वा मूत्र प्रणालीको संक्रमण हुनसक्छ ।

गुदा-मैथुनलाई स्वास्थ्यका लागि हानिकारक भन्न मिल्दैन, तर यसलाई थप सुरक्षित बनाउन विभिन्न किसिमका सावधानी अपनाउनुपर्ने हुन्छ । गुदामैथुनलाई सहज बनाउन गुदद्वारमा लिङ्ग, औंला वा अन्य केही वस्तु ग्रहण गर्ने व्यक्ति र उसको गुदद्वारको मांसपेशी तनाव रहित स्थितिमा हुनु आवश्यक हुन्छ । योनिमा जस्तो रस नआउने हुनाले पर्याप्त मात्रामा थप चिप्लो पदार्थ प्रयोग गर्नुपर्छ ।

गुदद्वारमा बढी हानीकारक कीटाणु हुने भएकाले यस्ता यौनसम्पर्कवाट यौनरोग वा अन्य संक्रमण नसरोस् भनेर कन्डमको नियमित तथा सही प्रयोगको उत्तिकै आवश्यकता पर्छ । योनिमा जस्तो प्राकृतिक चिप्लोपन नहुने भएकाले कन्डमलाई बिगार नगर्ने किसिमको चिप्लो पदार्थ प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । गुदद्वारमा प्रवेश गराएको लिङ्ग कन्डम नफेरी त्यसै योनिमा प्रवेश गराउनु हुँदैन, किनभने योनिमा ती जीवाणुको संक्रमण हुनसक्छ । जीवाणु कम गर्न गुदद्वार वरिपरि मात्र सफा गरेर पुग्दैन, भित्रतिर सफा गर्न झुसकै आवश्यकता पर्छ ।

सूचना

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

डा. सुमनको सल्लाह

डा. सुमनराज ताम्राकार

अल्ट्रासाउन्ड अर्थात् भिडियो एक्सरे

मानव शरीरभित्रका अङ्गप्रत्यङ्गहरू छुट्याउन, त्यहाँ उत्पन्न समस्या पत्ता लगाउन अल्ट्रासाउन्डको मद्दत लिइन्छ । एक विशेष खालको यन्त्रबाट मानव शरीरको बाहिरी सतह (छाला) बाट ध्वनि तरङ्ग पठाइएपछि पित्तथैली, कलेजो, मिर्गौला, पाठेघर, क्यान्सरको डल्लो, मासु पलाइएको भागमा जति विघ्न ती ध्वनिहरू ठोक्किएर फर्कन्छ त्यति नै ती अङ्गमा पानी भरिएको, हावा भरिएको, रगत जमेको भए प्रतिध्वनिको गुणस्तरमा भिन्नता आउँछ ।

कलेजो र फोक्सो, मिर्गौला र फियो जस्ता अङ्ग ठोस नै भए पनि त्यहाँ पनि तुलनात्मक रूपमा भिन्नता आउँछ र यी अङ्गले फर्काउने प्रतिध्वनिको गुणस्तर पनि फरक हुन्छ । यसरी अल्ट्रासाउन्डको माध्यमबाट मानव शरीरभित्रको कुन अङ्ग हो र त्यसमा के-कस्तो समस्या छ पत्ता लगाउन मद्दत मिल्छ । स्त्री तथा प्रसूति रोग, शल्यचिकित्सा, मेडिसिन एवं बालरोगका साथै चिकित्सा क्षेत्रका सबैजसो विधामा अल्ट्रासाउन्ड प्रयोग गरिन्छ ।

स्त्री रोग अन्तर्गत पाठेघरमा मासु पलाउने समस्या (फाइब्रोइड्स, पोलिप), डिम्बाशयमा पानी भरिने, रगत जम्ने वा मासु पलाउने समस्या (सिस्ट, ट्यमर), पाठेघर तथा त्यसै वरिपरिका (स्त्री जननेन्द्रियका) जन्मजात समस्याहरू, पाठेघरको आकार एवं त्यसको अवस्थिति तथा पाठेघरको भित्री तहमा केही खराबी छ भने अल्ट्रासाउन्डबाट पत्ता लगाउन सकिन्छ ।

यसैगरी प्रसूति रोगअन्तर्गत गर्भावस्थाको पहिलो त्रैमासिकमा भ्रूणको अवस्थिति, त्यसको धड्कन, जुम्ल्याहा छ कि सग्लो, भ्रूणको ठाउँमा अंगुरको दाना जस्तो हुने गर्भ एवं गर्भावस्था ताका रगत बग्दा गर्भ जोगाउन सकिन्छ/सकिँदैन थाहा पाउन अल्ट्रासाउन्डले सघाउँछ । अल्ट्रासाउन्डले गर्भावस्थाको दोस्रो तथा तेस्रो त्रैमासिकमा गर्भस्थ शिशु ठीक छ/छैन, गर्भस्थ शिशुमा जन्मजात कुनै समस्या छ/छैन, सालको अवस्थिति, गर्भस्थ शिशु वरिपरिको पानीको मात्रा, शिशुको मोटामोटी तौल, पाठेघरको मुखको लम्बाइ तथा त्यतिबेला रगत बग्नुको कारण आदि थाहा पाउन सकिन्छ । मूत्रनली एवं शल्यचिकित्सा विधाअन्तर्गत मिर्गौला, पित्तथैलीमा पत्थरी, कलेजो एपेन्डिक्स फियोको सुजन पेटभित्रका कुनै पनि अङ्गमा मासु पलाउने ट्युमर पलाउने, समस्या पेटभित्र पानी रगत पिप जम्ने समस्याको निदान अल्ट्रासाउन्डबाट गर्न सकिन्छ ।

मेडिसिन तथा बालरोगअन्तर्गत पेटभित्रका अङ्गहरू कलेजो तथा फियोको सुजन, पेटभित्र पानी भरिने समस्या, कलेजोको समस्या तथा पेटको क्षयरोगको कारणले फोक्सोको तल्लोभागमा एवं मुटु वरिपरि पानी जम्ने समस्या आदि पत्ता लगाउन पनि अल्ट्रासाउन्डले मद्दत गर्छ ।

अल्ट्रासाउन्डको मद्दतले पेटभित्रको पानी, रगत र पीप छुट्याउन सकिन्छ, कतिपय अवस्थामा अल्ट्रासाउन्डले माथि उल्लेखित समस्याहरूको शंकास्पद अवस्था मात्र देखाउँछ । त्यस्तो अवस्थामा पक्का निर्क्यौलका लागि थप परीक्षणहरू गराउनुपर्ने हुन्छ । हाडजोर्नी, दन्तरोग, नाक, कान, घाँटी, छाला, आँखा, मुटुका रोग आदिका सम्बन्धमा जानकारी लिन अन्य विशेष परीक्षण बढी प्रभावकारी हुन्छन् ।

अल्ट्रासाउन्ड गर्न सकभर केही नखाई अर्थात् भोको पेट गराउनु उपयुक्त हुन्छ, तर कतिपय अवस्थामा त्यस्तो परिस्थिति तत्क्षण सम्भव नहुन सक्छ । कहिलेकाहीं सम्बन्धित चिकित्सकको सल्लाहमा अघिल्लो दिन दिसा खुल्ने औषधी खाएर भोलिपल्ट अल्ट्रासाउन्ड गराउनु छ भने महिलाहरूले पिसाब रोकेर (पिसाब थैली भरिएको अवस्थामा) अल्ट्रासाउन्ड गराउनु बढी प्रभावकारी हुन्छ ।

अब हाम्रो पालो

झमझम पानी पर्दा मनमा कस्ता तर्कना उठ्छन् ?

त्यो वर्षा अनि हली-बाउसे अनि रोपाहारहरू सबै गीत सुन्दै अनि गाउँदै रमाएको क्षणको सम्झना आउँछ ।

आचार्य दिपेश

रमाइलो अनि आनन्द । बाल्यकाल र गाउँले जीवनमा झरीमा भिज्दै खेतबारीमा काम गरेको सम्झना आउँछ अनि काठमाडौंको जीवनदेखि वाक्क लाग्छ ।

नरिश्वर गौतम

हरेक पललाई सम्झाउने त्यही साउने झरी त रहेछ । उनको साथ अनि त्यो झरी, सधैं साथ भैदिए कस्तो हुन्थ्यो ?

गणेशमान सिंह ठकुरी

यो पानी असारमै यसरी झमझम परेको भए कति किसानले धान रोप्न पाउँथे भनेर सम्झन्छु ।

दीपक तामाङ

विदेशी भूमिमा ४५ डिग्रीमा पसिना बगाइरहेका छोराहरूको मनमा एउटै कुरा आउँछ– आमा बुवा कति खुसी हुनु भयो होला ? हाम्रो खेत कति हिलाम्मे भयो होला ?

दीपेन्द्र ओझा

गर्मी महिनाको रात अनि हाम्रो पहिलेको टिनको छाना भएको घरमा पानी पर्दा गुन्जिने त्यो छररर, आवाज आहा ! कति शीतल हुन्थ्यो ?

फोवाम्मा लिम्बू

कोदो रोप्दा बारी खनेको र उकाली-ओराली गर्दा प्लास्टिक ओढेर घाँस काटेको याद आउँछ– साउने झरीमा ।

प्रकाश आचार्य

खै के भनूँ, साउने झरीमा भिज्न नपाएको पनि १२ वर्ष भैसकेको छ ।

मेखलराज

त्यो रिमझिम वर्षा अनि साँझ परेपछिको जूनकीरीको लहर । फेरी भ्याउँकिरीको एकोहोरो आवाज आहा ती दिन, ती पल सम्झेर साउन बित्दैछ मेरो ।

नवीन संकल्प

साउनमा झमझम पानी पर्दा घुम ओढेर कोदो रोपेको सम्झना आउँछ ।

रिजन लिम्बु

झरीमा तन रुझाउनुमा त के छ र ? झरी परेका बेला कौसीबाट हेर्दै आफ्नै हातले बनाएको म:म खान मन लाग्छ ।

संर्षष क्षेत्री

पानी पर्दा बादल लाग्छ अनि बादल लागेपछि आकाश देखिँदैन । आकाश नै नदेखिएपछि पृथ्वी बरालिएर अन्तै गएजस्तो लाग्छ ।

हिमाल पुरी

अरूलाई कस्तो लाग्छ थाहा छैन तर यो परदेशीलाई साउन झरीमा हररात सपनीमा ऐठन हुन्छ,गाउँमा सायद पहिरो गयो कि भन्ने गीतले सताउँछ ।

वसन्त सापकोटा

झरी पर्दा लभवाला फिलिङस आउँछ । परीहरू भिजेको देख्न पाइन्छ । अझ भनौ छाता नलिई हिँडेकाहरू रुखको फेदमा ओत लागेको देख्दा, म किन बाहिर गईन घुम्न भन्ने भावना आउँछ ।

हरि थापा

किन पानी परेको होला नि त्यसका बाजे ? घाम लाग्नु नि जस्तो लाग्छ ।

प्रकाश जिरेल

भुटेको मकै खाँदै सिरक ओढेर सुतिरहूँजस्तो लाग्छ ।

तेकमान फेम्बु

मलाई त संगीत सिर्जना गर्न मन लाग्छ ।

दीपक पौडेल

बाढी पहिरो आउँछ कि भनेर रातभर निद्रा लाग्दैन ।

परी मगर

पहिले-पहिलेको याद आउँछ । हप्ता दिनसम्म झमझम पानी पर्थ्यो, आजभोलि त स्यारर दुई मिनेट पर्‍यो, सक्कियो ।

राजकुमार

ओहो ! कुरै नगरौ जंगलमा गोरु हेर्न जाँदा जानीजानी छाता नलगी गइन्थ्यो । जब झमझम पानी पर्थ्यो तब अरुको छातामा ओतिन छोडेर उनको छातामा घुस्दा कम मज्जा आउथ्यो ?

नवराज आचार्य

त्यो सब आफ्नो स्थितिमा भरपर्छ । खल्तीमा गाँठ भए मौसमलाई च्यालेन्ज गरिन्छ नभए मौसमको च्यालेन्ज सहिन्छ ।

रोहन राना

नेल आर्ट र ब्यूटीसियन ट्रेनिङ्गमा निशुल्क भर्ना

CTEVT बाट मान्यता प्राप्त २४ बर्ष देखी नेपालकै एक मात्र अन्तर्राष्ट्रियस्तरको ब्युटीसियन कोर्षहरुमा प्रशिक्षण गराउने: Basic, Advance Diploma, Beautician Teacher's Training, Nail Art Technician, Mehandi, Skin, Hair Cutting, Makeup Special र अन्य विविध Short Special कोर्षहरुका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

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

ITC प्रशिक्षण केन्द्र : डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, ठमेल: ४२१५६२८, लगनखेल बसपार्क: ९८६४२५८१८८, चावहिलचोक: ४४९३३६१, नयाँबानेश्वर: ९८६४२५८१७६, कोटेश्वरचोक: ४६०००१५, कलंकीचोक: ५२३४४८९, गोंगबुचोक: ४०२००९९, बुटवल: ०७१-५४१४६९, नारायणगढ: ०५६-५७२१४४, पोखरा: ०६१-५२४९८१, बाग्लुङ्ग: ०६८-५२२७१०, इटहरी चोक: ०२५-५८७१७५, दाङ घोराही: ०८२-५६३६११, बिर्तामोड: ०२३-५४६५२९, दमौली: ०६५-५६२३६०, दमक: ०२३-५८१६७३, बनेपा: ०११-६६०२२९

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

असार २७ गते
हरिशयनी एकादशी

असार २९ गते
भानुजयन्ती

असार ३० गते
विश्व युवा दक्षता दिवस

असार ३१ गते
गुरु पूर्णिमा
खण्डग्रास चन्द्रग्रहण

साउन १ गते
सूर्य दक्षिणायन हुने
लुतो फाल्ने दिन

मेष

स-साना अवरोध तथा आलोचना खेप्नुपरे पनि तपाईंको प्रखरताले सजिलै त्यसलाई निस्तेज तुल्याउनेछ । स्वास्थ्यमा देखा परेको थोरबहुत समस्या मंगलबारपछि क्रमिक रूपमा सुधिनेछ । साताको अन्त्यमा मन मिल्ने साथीहरूसँग जलक्रीडा वा घुमघाममा रमाउन पाइनेछ ।

वृष

सभा-सम्मेलनमा रुचि राख्न उत्प्रेरित भइनेछ । युवाहरूमाझ आफ्नो बोलीको प्रभाव बढ्नेछ भने प्रतिभाको कदर समेत हुनेछ । आफन्त तथा अभिभावकहरूको निगरानीले तपाईंलाई व्यवहारिक बन्न प्रेरणा दिनेछ । मन मिल्ने मित्रहरूको सुझाव आत्मसात् गर्दा गोपनियताको हेक्का राख्नुपर्नेछ ।

मिथुन

आवेशमा गरिएको कार्यले उल्टो परिणाम दिन सक्छ । व्यवसायले सहजै उचाइ लिंदा अरूको मुख ताक्नुपर्नेछैन । अचानक प्रेम प्रस्ताव प्राप्त हुनसक्छ, विवेक पुऱ्याएर निर्णय गर्नुहोला । तपाईंको निर्णय क्षमताले अवसरको ढोका खोल्नेछ । नयाँ मित्रहरूबाट प्राप्त सुझावले विदेश भ्रमण समेत गराउन सक्छ ।

कर्कट

बेलैमा सचेत भै अनुशासित रूपमा काम गर्दा षड्यन्त्रकारीहरूलाई परास्त गर्न सकिनेछ । अनौठा डिजाइनका पहिरनमा लगानी गर्दा मुनाफा हुनसक्छ । व्यवसायमा उपलब्धि हात पार्न केही समय कुर्नुपर्नेछ । पर्यटकीय क्षेत्रको काम लाभप्रद रहनेछ । राति यात्रा गर्दा सचेतता अपनाउनुहोला ।

सिंह

आफ्नो पहिरनको प्रशंसा हुनेछ । जवाफदेही कार्य सम्पन्न गरी नयाँ उचाइमा पुगिनेछ । काममा ढिलाइ भए पनि सही मार्ग पहिल्याउन सकिनेछ । मेहनत गरे स्वदेशमै अवसर हात लाग्नेछ । खानपान तथा स्वास्थ्यमा ध्यान पुऱ्याउनुहोला । भ्रमण गर्ने अवसर जुरे पनि त्यसले खर्च बढाउने छ ।

कन्या

अध्ययनको ठूलो अवसर पहिल्याइनेछ । कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन् । संयममै आफ्नो कल्याण छ । सानै लगानीबाट चित्तबुझ्दो मुनाफा हात लाग्नेछ । हरियो रंग प्रयोग गर्न सके काम सहज हुनेछ । सवारी साधन चलाउँदा सावधानी अपनाउनु होला । दुर्घटनाको सम्भावना देखिन्छ ।

तुला

उच्चपदस्थहरूसँगको भेटघाटले विविध क्षेत्रका अवसरहरूको जानकारी पाइनेछ । पूर्वसहपाठी एवं मित्रजनबाट मन पराएको प्रस्ताव प्राप्त हुनसक्छ, ढिलाइ नगरी निर्णय लिनुहोला । भ्रमणका क्रममा तपाईंले नै खर्च गर्नुपर्ने हुन्छ । यो साता पश्चिमतर्फको यात्रा लाभदायक देखिन्छ ।

वृश्चिक

आध्यात्मिक ज्ञान तथा योगतर्फ आकर्षित भइनेछ । जोस-जाँगर बढ्नेछ । भनेजस्तो आम्दानीको स्रोत फेला पार्न केही समय लाग्नेछ । पहिलेका समस्या सुल्झिँदै गएको अवस्था छ । सवारी साधन जुटाउने प्रयास गरिए पनि परिस्थितिले साथ नदिँदा उक्त योजना केही महिना पर सर्नसक्छ ।

धनु

तपाईंको व्यक्तित्व, प्रभाव तथा उन्नति देख्नेहरू लोभिनेछन् । स्वदेशमै उपलब्धि हात पार्न प्रेमिकाको सहयोग महत्वपूर्ण रहनेछ । पुर्ख्यौली धन खर्च गरी वैदेशिक यात्रा तय गरिनेछ । नातेदारको भोजभतेरमा सहभागी भइनेछ । साथीहरूसँग मनोरञ्जनमा सामेल हुँदा समय तथा स्वास्थको ख्याल राख्नुहोला ।

मकर

आफनो व्यवसायलाई उचाइमा पुऱ्याउन स्थान परिवर्तन जरुरी छ । ठूला खाले योजना तर्जुमा गर्दा थप समय खर्चिनुपर्नेछ । स-साना समस्या तथा बाधा सहजै निराकरण गर्न सकिनेछ । सामाजिक उत्सवमा सरिक हुँदा समय तथा स्वास्थ्यको विशेष ख्याल गर्नुपर्नेछ ।

कुम्भ

डाहा गर्नेहरूले पारिवारिक वातावरण खलबल्याउन सक्छन् । ढिलै भए पनि विदेश यात्राको सपना पूरा हुनेछ । साथीभाइमार्फत अपरिचित व्यक्तिबाट प्रेमको प्रस्ताव आइलाग्दा निर्णय गर्न गारो होला । प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुँदा परिणाम आफ्नो पोल्टामा पर्नसक्छ ।

मीन

सेतो तथा रातो रंगको अनुसरणले शुभलाभ दिनेछ भने कार्य सम्पन्न गर्न सहजसमेत होला । प्रियजनसँगको भेटघाटले मन प्रफुल्लित बनाउनेछ । परिवारका अग्रज सदस्यहरूको सुझावअनुरूप व्यवसाय गर्दा नोक्सान बेहोर्नु पर्नेछैन । शुभचिन्तकहरूसँगको पारस्परिक सहयोगले ऊर्जा प्रदान गर्नेछ ।

नयाँ सुरूवात गर्दै ब्राजिल

यसपटकको कोपा अमेरिका फुटबल सुरु हुनु केही अघिसम्म पनि ब्राजिलको तयारी राम्रो थिएन, टिमका स्टार खेलाडी नेयमारले खेल्ने अथवा नखेल्ने, टुंगो थिएन। बलात्कारको आरोपसँगै चोटबाट ग्रसित नेयमारले अन्ततः नखेल्ने भएपछि धेरैले भने, ब्राजिलको सम्भावना कमजोर भयो। सन् २०१४ को विश्वकप ब्राजिलमै भएको थियो र डर थियो, कोपा अमेरिकाको यो संस्करण पनि कतै आयोजक देशका लागि दुर्भाग्यपूर्ण हुने त होइन ?

यद्यपि त्यस्तो भएन, ब्राजिलले नेयमारको अनुपस्थिति अनुभव नै गर्नु परेन, भलै सुरुवात भने राम्रो रहन सकेन्। पहिलो खेलमा भेनेजुएलासँग गोलरहित बराबरी खेलेपछि टिमको आलोचना सुरु भैसकेको थियो, तर त्यसयता टिमले विस्तारै लय समात्न थाल्यो, नेयमारमाथिको निर्भरता पनि कम हुँदै गयो। आखिर प्रतियोगिताको च्याम्पियन ब्राजिल नै भयो। कप्तान ड्यानी एल्भेसको नेतृत्वमा रहेको ब्राजिलले फाइनलमा पेरुलाई ३-१ ले हरायो।

प्रसिद्ध माराकाना रंगशालामा प्राप्त जितपछि कसैले पनि नेयमारलाई सम्झन आवश्यक मानेनन्, बरु सबैले भने, यो त ब्राजिलका लागि नयाँ सुरुवात हो। तय भएको छ, अहिले ब्राजिलीयन फुटबल नयाँ पुस्तामा हस्तारण हुने क्रममा छ। ब्राजिलले प्रतियोगितामा उपाधि मात्र जितेन्, व्यक्तिगत एवार्डमा पनि क्लिन स्विप नै गर्‍यो। उत्कृष्ट खेलाडी रहे, कप्तान ड्यानी एल्भेस, सबैभन्दा बढी गोल गर्ने खेलाडी, एभरटन, अनि उत्कृष्ट गोलरक्षक एलिसन।

प्रतियोगिताअघि उपाधिको बलियो दावेदारका रूपमा ब्राजिलको पुरानो प्रतिद्वन्द्वी अर्जेन्टिना पनि थियो, तर प्रतियोगिताको अन्त्यमा अर्जेन्टिनाको प्रदर्शन धेरै हदसम्म निराशाजक रह्यो, त्यसमाथि टिमका स्टार खेलाडी लियोनल मेसीको व्यवहारलाई कसैले पनि मन पराएनन्। तेस्रो स्थानका लागि भएको खेलमा अर्जेन्टिनाले दुई पटकको डिफेन्डिङ च्याम्पियन चिलीलाई २-१ ले हराएको थियो। उक्त खेलपछि मेसी पदक नै थाप्न गएनन्।

उनको आरोप थियो, कोपा अमेरिकामा व्यापक भ्रष्टाचार छ। कोपा अमेरिका आयोजकको एक मात्र ध्यान अर्जेन्टिनालाई हराउनु हुन्छ। तेस्रो स्थानको खेलमा मेसीले रातो कार्ड पनि खाए। खासमा अर्जेन्टिना र मेसी दुवैको खेल प्रशंसा योग्य थिएन्। टिमको यस्तो प्रदर्शनपछि मेसीले आफ्नो देशका लागि उपाधि जित्ने अभियानमा थप धक्का लागेको छ। क्लब फुटबलमा जतिसुकै राम्रो खेले पनि मेसीले अर्जेन्टिनाका लागि कुनै ठूलो प्रतियोगिता जित्न सकेका छैनन्।

सेमिफाइनलमा ब्राजिलले नै अर्जेन्टिनालाई हराएको थियो। उक्त नतिजाले फेरि एकपटक सिद्ध गरेको छ, दक्षिण अमेरिकी फुटबलमा कुनै टिम खासमै बलियो छ भने त्यो ब्राजिल हो, अर्जेन्टिना होइन। अर्को सेमिफाइनलमा पेरुले चिलीलाई ३-० ले सजिलैसँग हरायो र त्यससँगै कोपा अमेरिकामा चिलीको जितको क्रममा पूर्ण विराम लाग्यो। यससँगै चिलीको फुटबलमा स्वर्णिम मानिने अहिलेको पुस्ताको पनि लगभग अन्त्य भएको छ। पछिल्ला दुवै संस्करणको फाइनलमा चिलीले अर्जेन्टिनालाई हराएको थियो।

विश्वमा जति पनि ठूला क्षेत्रीय प्रतियोगिता छन्, त्यसमध्ये पाहुना टिमलाई बोलाउने एक मात्र प्रतियोगिता कोपा अमेरिका नै हो। युरो, अफ्रिकी नेसन्स कप र एसियन च्याम्पियनसिपमा त्यस्तो हुँदैन। सन् ९० को दशकदेखि यो प्रतियोगितामा १२ टिम सहभागी हुँदै आएका छन्। यसपटक पाहुना दुई टिम संयोगले एसियाकै रहे र त्यो पनि एसिया कपका विजेता तथा उप-विजेता। एसियाली च्याम्पियन कतारले पहिलो पटक कोपा अमेरिका खेल्ने अवसर पाएको थियो, तर दुवै एसियाली प्रतिनिधिका लागि प्रतियोगिता सुखद रहन सकेन्। एसियाली च्याम्पियन कतार समूह 'बी' मा थियो र लिग चरणको समाप्तीमा पुछारमै सीमित भयो। कतार एक अंकमै सीमित रह्यो भने उसको अगाडि रहे, कोलम्बिया, अर्जेन्टिना र पाराग्वे। जापान भने समूह 'सी' मा थियो र उसको नकआउट चरण पुग्ने सम्भावना अन्तिम समयसम्म पनि कायमै थियो। उरुग्वे र चिलीको समूहमा जापान तेस्रो स्थानमा रह्यो, इक्वेडरको अगाडि। यसपटकको कोपा अमेरिका दुवै एसियाली टिमका लागि अनुभवमै सीमित भयो।

फरक स्वादको अमेरिकी जित

आखिरमा महिला विश्वकपको उपाधि फेरि एकपटक अमेरिकाले नै जितेको छ। समग्र विश्व फुटबलमा अमेरिकाको नाम अब्बल दर्जाको टिमका रूपमा विरलै आउँछ। पुरुष विश्वकपमै भनौं न, अमेरिकाले कुनै ठूलो उपलब्धि प्राप्त गरेको कसैलाई पनि सम्झना छैन। युरोपेली फुटबलमै पनि केही यस्ता नाम छन्, जसले लामो समयदेखि आफ्नो वर्चस्व कायम गरेका छन्, फ्रान्सदेखि लिएर स्पेन, इंग्ल्यान्ड, जर्मनी आदि, तर उही समीकरण महिला फुटबलमा ठ्याक्कै लागू हुँदैन।

महिला फुटबलमा सबैभन्दा बलियो टिम अमेरिका नै हो, इतिहासले यसै भन्छ। युरोपमा पुरुष फुटबलमा जति पारम्परिक शक्ति छन्, ती सबै महिला फुटबलमा त्यति साह्रो अगाडि छैनन्, एकाध अपवादलाई छाडेर। फ्रान्समा भएको यसपटकको महिला विश्वकपको फाइनलमा अमेरिकाले नेदरल्यान्ड्सलाई २-० ले सजिलै हरायो र कीर्तिमान चौथो पल्ट उपाधि जित्यो। अमेरिकाले डिफेन्डिङ च्याम्पियनका रूपमा प्रतियोगितामा सहभागिता जनाएको थियो।

उपाधिका लागि अमेरिका पूर्णतः हकदार पनि देखिन्थ्यो। अमेरिकाले सेमिफाइनलमा इंग्ल्यान्डलाई हराएको थियो।

त्यसअघि अमेरिकाले अन्तिम आठमा आयोजक फ्रान्सलाई पन्छाएको थियो। त्यसको ठीक अघि अमेरिकाले नकआउट चरणमा स्पेनलाई हराएको थियो। समूह 'एफ' मा रहेको अमेरिकाले लिग चरणमा सबै तीनै खेल जितेर अधिकतम ९ अंक बटुलेको थियो।

यस्तोमा प्रश्न उठ्छ, अमेरिकी महिला फुटबल किन बलियो छ ? यसका लागि सन् ९० को दशकमा पुग्नुपर्ने हुन्छ। सन् १९९१ मा पहिलो महिला विश्वकप फुटबल आयोजना भएको थियो र त्यही बेलादेखि महिला फुटबलले गति लिन थालेको थियो। ठीक त्यही बेला अमेरिकामा एक खालको आन्दोलन चलिरहेको थियो, स्वतन्त्रता र आत्मनिर्भरताका लागि खेलको सहयोग लिने। त्यति बेला अमेरिकामा फुटबल खेल्ने महिला कम थिए, तर जतिले खेल्थे राम्रै खेल्थे।

त्यही क्रममा अमेरिकाले पहिलो संस्करणको महिला विश्वकप जित्यो, त्यसपछि अमेरिकामा फुटबल खेल्ने महिलाहरूको संख्या नाटकीय रूपमा बढ्दै गयो। बिस्तारै त्यसले व्यवसायिक रूप पनि लिन थाल्यो। यही कारणले महिला फुटबलमा अमेरिका बलियो मानिन्छ। जर्मनीले पनि दुई अवसरमा विश्वकप जितेको छ, तर उसको महिला फुटबल अहिले ओरालो लागेको छ, बरु नर्वे, स्विडेन जस्ता देशको महिला फुटबल बलियो देखिन्छ।

फाइनलमा पराजित नेदरल्यान्ड्सको यात्रा पनि प्रशंसनीय छ। युरोपेली पुरुष फुटबलमा नेदरल्यान्ड्सलाई पनि महाशक्ति मानिन्छ, डच फुटबल पारम्परिक रूपमै समृद्ध छ। यद्यपि त्यही देशमा महिला फुटबल सुरुवात नै ढिला भएको थियो। नेदरल्यान्ड्समा महिला फुटबलको जग बसेको धेरै समय भएको छैन। केही वर्षअघि मात्र त्यहाँ व्यवस्थित ढंगले महिला फुटबल खेल्न थालिएको हो। त्यही कारणले दुई वर्षअघि नेदरल्यान्ड्सले युरोपेली उपाधि पनि जितेको थियो।

यसपटकको महिला विश्वकपको एउटा अर्को प्रमुख पक्ष पनि छ र यो सिधै जोडिएको छ, अमेरिकी टिमसँग। अमेरिकी टिमका अधिकांश खेलाडी यौनको मामिलाका उदार छन्। त्यति मात्र होइन, उनीहरू फरक धारणा समेत राख्छन्। जस्तो प्रतियोगिताकै उत्कृष्ट खेलाडी मेघना रिपोनेले गोल्डेन बल र गोल्डेन बुट दुवै जितिन्। उनी आफूलाई खुल्ला रूपमा 'लेस्बियन' घोषणा गर्ने खेलाडी हुन्। उनी यस विषयमा खुलेर कुरा गर्न रुचाउँछिन्।

रिपोने मात्र होइन, च्याम्पियन अमेरिकी टिमको सुरुवाती लाइनअपका आधाभन्दा बढी खेलाडी लेस्बियन नै हुन्। अमेरिकामा अझैसम्म पनि फरक यौन धारणालाई लिएर जुन जनमत छ, त्यो पुरानो मानिन्छ। अधिकांश अमेरिकीहरू अझै पनि पुरुष-पुरुष र महिला-महिलाबीचको सम्बन्धलाई निको मान्दैनन्, तर यस्तै सम्बन्ध रुचाउने खेलाडीको बाहुल्य रहेको अमेरिकाले विश्वकप जितेको छ। तय छ, अब केही न केही रूपमा अमेरिकीहरूको यौन धारणामा समेत परिवर्तन आउनेछ। त्यसैले यसलाई फरक स्वादको अमेरिकी जित पनि भनिएको छ।

ट्वान्टी-२० विश्वकप छनौटको यात्रा

अबको केही दिन नेपाली खेलकुद क्रिकेटमय हुनेछ, किनभने नेपाली टिमले खेल्दैछ, आईसीसी ट्वान्टी-२० विश्वकपको एसिया छनौट । नेपालले वर्ल्ड ट्वान्टी-२० मा प्रवेश पाउने दिशमा यो पहिलो खुड्किला हुनेछ । नेपालले त्यसक्रममा तय गर्ने यात्रा लामो छ, तर एउटा तथ्य के निश्चित छ भने नेपाल त्यसका लागि सक्षम पनि छ । नेपाली टिमका कप्तान पारस खड्काले भनेका पनि छन्, ‘अब हाम्रा लागि ट्वान्टी-२० विश्वकपको छनौट यात्रा सुरु भयो ।’

ट्वान्टी-२० एसियाली छनौट सिंगापुरमा हुँदैछ र त्यसअघि नेपाल मलेसिया पुगिसकेको छ र नेपालले त्यहाँ खेल्नेछ, दुई टिमबीचको ट्वान्टी-२० सिरिज । यसमा दुई खेल मात्र छन् । यी दुई खेल भोलि शनिबार र त्यसपछि आइतबार हुनेछन् । त्यसपछि मात्र नेपाल सिंगापुरका लागि उड्नेछ । एसिया छनौटमा भने नेपालसँगै आयोजक सिंगापुर, मलेसिया, कतार तथा कुवेत छन् । यसअघि यसमा छ टिम थिए जसमध्ये युएईले यो छनौट खेल्नु परेन ।

त्यसपछि हुने ग्लोबल छनौट युएईमा हुँदैछ, जसमा आयोजक देशका रूपमा उसले सिधै प्रवेश पाएको छ । एसिया छनौटमा रहेका पाँच टिममध्ये सुरुमा लिग चरणका खेल हुनेछन् । यसको अर्थ सबै टिम सबैसँग भिड्नेछन् । यो प्रतियोगिताको समाप्तिपछि शीर्ष स्थानमा रहने एकमात्र टिमले ग्लोबल छनौट खेल्न पाउनेछ । टिमको खेल स्तर अनुसार यो प्रतियोगिता नेपालले शीर्ष स्थानमा रहेर जित्ने अपेक्षा गर्न सकिन्छ । नेपाल सबै टिमको तुलनामा बलियो नै देखिन्छ, सँगै अनुभवी पनि ।

यद्यपि नेपाल सबै टिमसँग सजग भने रहनेछ । ‘हामीले शीर्ष स्थान हात पार्ने हो भने सबै खेल जित्नुपर्ने हुन्छ र त्यसका लागि हामी सक्षम पनि छौं । यसको अर्थ हामी कुनै पनि प्रतिद्वन्द्वीलाई सहज मान्ने पक्षमा छौं भन्ने होइन,’ मलेसिया जानुअघि कप्तान पारसले भनेका छन् । सन् २०१९ को सुरुमै अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट काउन्सिल (आईसीसी) ले जारी गरेको नयाँ नियमअनुसार अबदेखि कुनै पनि दुई देशका राष्ट्रिय टिम आपसमा प्रतिस्पर्धा गर्छन् भने त्यसले अन्तर्राष्ट्रिय ट्वान्टी-२० क्रिकेटको मान्यता पाउनेछ ।

यस आधारमा नेपालले अहिले खेल्न लागेका सबै प्रतिद्वन्द्वीसँग पहिलोपल्ट अन्तर्राष्ट्रिय मान्यताप्राप्त ट्वान्टी-२० प्रतिस्पर्धा गर्दैछ । नेपालले अहिलेसम्म मान्यता प्राप्त १५ वटा ट्वान्टी-२० खेलेको छ जसमध्ये तीन खेल टेस्ट मान्यता प्राप्त टिम बंगलादेश, अफगानिस्तान तथा आयरल्यान्डविरुद्ध थिए, बाँकी एसोसियट देशविरुद्ध । नेपालले अहिलेसम्म खेलेका एसोसियट देश हुन्– हङकङ, नेदरल्यान्ड्स, पपुवा न्युगिनी तथा युएई ।

एसियाली छनौटका खेलमध्ये नेपालले साउनको ७ मा कतारविरुद्ध, ८ मा मलेसियाविरुद्ध, ११ मा कुवेतविरुद्ध तथा १२ मा सिंगापुरविरुद्ध खेल्नेछ । ग्लोबल छनौट अक्टोबर ११ देखि नोभम्बर ३ सम्म हुनेछ । यसमा भने १४ टिम रहनेछन् र त्यसबाट ट्वान्टी-२० विश्वकपमा ६ टिमले प्रवेश पाउने छन् । उक्त छनौटमा जिम्बावेदेखि आयरल्यान्डसम्म सहभागी हुनेछन् । नेपालका लागि वास्तविक चुनौती यही छनौटमा हुनेछ । यद्यपि त्यसका लागि नेपालले पहिले एसियाली छनौट पार गर्नु पर्नेछ । अपेक्षा गर्न सकिन्छ, नेपाललाई यसमा खासै गाह्रो हुनेछैन ।

क्रिकेटरको गीत

क्रिकेटको मैदानमा आफ्नो स्पिन बलिङबाट विश्वप्रसिद्ध ब्याट्सम्यानहरूलाई हैरान बनाउन सफल नेपाली क्रिकेटर सन्दीप लामिछाने गायकका रूपमा समेत स्थापित हुने क्रममा छन् । केही महिनाअघि पहिलो गीत सार्वजनिक गरेका क्रिकेटर लामिछाने यतिबेला आफ्नो दोस्रो गीतको म्युजिक भिडियोमार्फत दर्शकमाझ आएका छन् । नेपाली राष्ट्रिय टिमका लेग स्पिनर सन्दीपको पछिल्लो गीत ‘मेमोरी...’ को यो म्युजिक भिडियोमा सन्दीपसँगै राष्ट्रिय टिमका खेलाडीहरू सोमपाल कामी, दिपेन्द्र सिंह ऐरी आदिले समेत अभिनय गरेका छन् । उक्त गीतमार्फत गायक लामिछानेले आफ्नो स्कुले दिनको सम्झना प्रस्तुत गरेका छन् जसको निर्देशन ज्ञानेन्द्र शर्मा हुमागाईंले गरेका हुन् ।

आमा बन्दै पूर्व टेनिस स्टार इभानोभिच

पूर्व टेनिस स्टार एना इभानोभिच फेरि एकपटक चर्चामा छिन् । यसपटक उनी खेलका कारण होइन, आमा बन्ने समाचारले चर्चामा आएकी हुन् । एनाले गत शनिबार इन्स्टाग्राममार्फत आफू आमा बन्न लागेको समाचार सार्वजनिक गरेकी थिइन् । उनले चार जोडी जुत्ताका साथ लेखेकी छिन्, ‘हाम्रो मन खुसीले भावविभोर भएको छ । हाम्रो परिवारमा एउटा सानो पाहुना आउने भएको छ ।’ पूर्व नम्बर एक महिला खेलाडी इभानोभिचले २००३ मा प्रोफेसनल करियर प्रारम्भ गरी २०१६ को डिसेम्बरमा टेनिस संसारलाई अलविदा गरेकी थिइन् ।

३१ वर्षीया इभानोभिचले दुई वर्षको डेटिङ पश्चात २०१६ मा जर्मन फुटबलर बास्टियन स्वेंग्सटिरसँग विवाह गरेकी थिइन् । गत वर्षको मार्च महिनामा उनीहरूका छोरा लुकाको जन्म भएको थियो । फुटबलर बास्टियनले पनि यही कुरा दर्शाउने पोष्ट इन्स्टाग्राममा राखेका छन् ।

छोराका लागि प्रार्थना

आफूले मन पराएको टिमले विश्वकप जितोस् भन्ने चाहना सबैको हुन्छ । अझ आफ्नो छोरो नै टिममा छ भने उसले नजितोस् भन्ने कुरा कसैले गर्न सक्छ ? सन् २०११ मा भारतलाई विश्वकप क्रिकेट जिताउँदा महेन्द्रसिंह धोनी टिमको कप्तान थिए, अहिले उनको ठाउँमा विराट कोहली छन् । सम्भवतः आफ्नो छोराको अन्तिम विश्वकप हुने देखेर यसपटक टिम इन्डियाले विश्वकप जितोस् भनेर धोनीकी आमाले जितका लागि विशेष पूजा लगाएकी छिन् । राँचीको प्राचीन दिउडी मन्दिरमा विश्वकप प्रारम्भ हुनुभन्दा अघि नै उनले उक्त पूजा सम्पन्न गराएकी थिइन् । मन्दिरका पुजारीले पत्रकारहरूलाई धोनीकी आमाले भारतले यसपटकको विश्वकप जितोस भनेर प्रार्थना गरेको बताएका छन् ।

भविष्यलाई लिएर ढुक्क

विश्व क्रिकेटमा यू-१९ स्तरको क्रिकेटलाई खुबै महत्त्व दिइन्छ, किनभने यसमै टिकेर कुनै पनि देशको राष्ट्रिय टिम बन्ने हो । अहिले चलिरहेको विश्वकपका अधिकांश स्टार खेलाडी यू-१९ स्तरमा चम्किएपछि यहाँसम्म आइपुगेका हुन् । विश्व क्रिकेटमा अहिलेका सबैभन्दा सफल र चर्चित खेलाडी विराट कोहली भारतीय टिमको यू-१९ का स्टार खेलाडी मानिन्थे । त्यसैले भनिन्छ, यू-१९ टिम नै भविष्यको क्रिकेटको आधार हो ।

नेपाल पनि यसको अपवाद होइन, अझ भन्ने हो भने अहिलेको नेपाली टिमका लगभग सबै खेलाडी उमेर समूहको क्रिकेटबाटै यहाँसम्म आइपुगेका हुन् । भारतीय क्रिकेटलाई लिएर जसरी कप्तान कोहलीको उदाहरण दिइन्छ, नेपाली टिमलाई लिएर पनि कप्तान पारस खड्काको उदाहरण पेस गर्न सकिन्छ । अझ नेपाली क्रिकेटले सुरुआती सफलता चाखेको भनेकै उमेर समूहको क्रिकेटबाट हो, अझ विशेष रूपमा यू-१९ बाट ।

नेपालले भर्खरै यू-१९ एर्स्टन रिजन क्रिकेटको उपाधि जितेको छ र भन्न सकिन्छ, आउने दिनमा नेपालका लागि स्तरीय खेलाडीको कमी हुनेछैन अर्थात् भविष्यको राष्ट्रिय क्रिकेट टिमलाई लिएर ढुक्क हुन सकिने स्थिति तयार हुँदैछ । यही टिमका अधिकांश खेलाडीले ठीक बाटो तय गर्ने हो भने अबको नेपाली टिम यसकै वरिपरि घुम्ने छ । नेपालले यो प्रतियोगिता निकै प्रभावशाली ढंगले जितेर के पनि सिद्ध गरेको छ भने टेस्ट नखेल्ने देशका टिममध्ये उमेर समूहमा नेपालको कुनै जवाफ छैन ।

नेपालले पूरा प्रतियोगिता जसरी खेल्यो त्यसको तुलनामा विपक्षी टिमको जस्तो प्रदर्शन रहयो, त्यसले देखाउँछ, यो स्तरमा हामी धेरै अगाडि छौं, त्यसैले हाम्रो उद्देश्य भनेको योभन्दा माथिको स्तरमा खेल्ने हो । त्यो भनेको, नेपालले अब टेस्ट खेल्ने देशका यू-१९ टिमसँग राम्रो खेल्नुपर्ने हुन्छ र यसका लागि नेपालले अवसर पनि पाएको छ ।

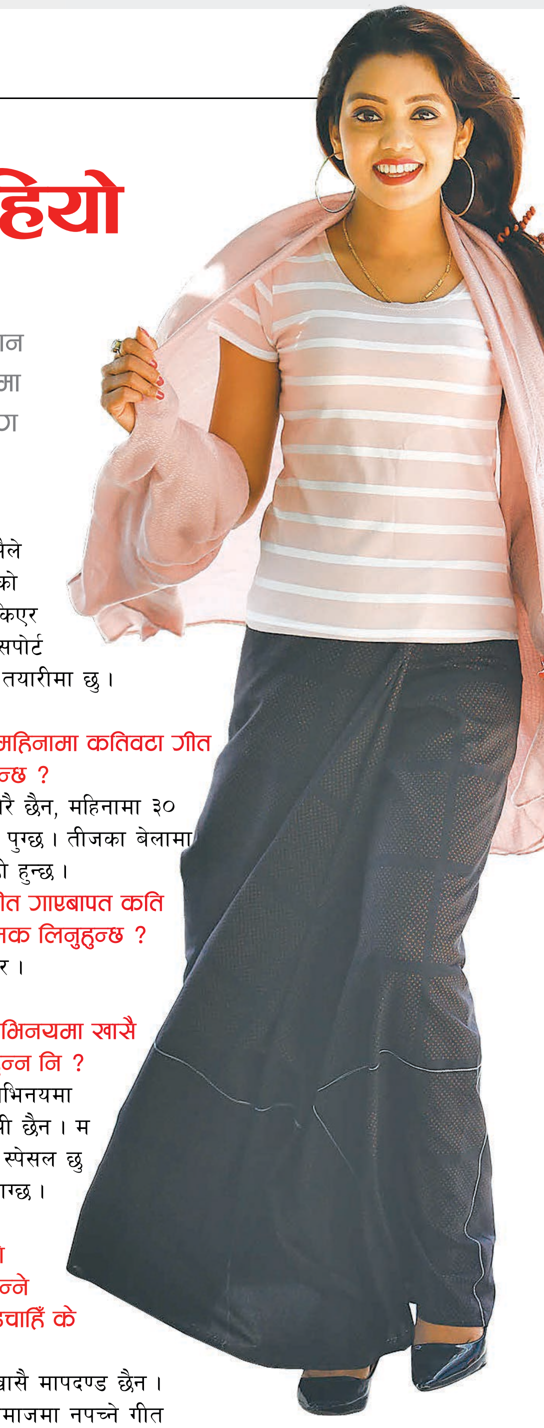
नेपाल मलेसियामा च्याम्पियन भएका आधारमा टिम अगस्ट २८ देखि सेप्टेम्बर ८ सम्म श्रीलंकामा हुने एसीसी यू-१९ एसियाकपका लागि छनौट भएको छ । उक्त प्रतियोगितामा नेपालसँगै खेल्ने टिम हुन्, भारत, पाकिस्तान, श्रीलंका, बंगलादेश, अफगानिस्तान, युएई तथा कुवेत । अब नेपालको तत्कालको लक्ष्य त्यसकै तयारी हुनेछ । अहिलेको प्रतियोगितामा भने नेपालका लागि केही खास खास खेलाडी चम्किए र त्यसमा पनि अगाडि रहे, लेग स्पिनर सागर ढकाल । उनी प्रतियोगिताकै म्यान अफ द सिरिज रहे । फाइनलमा उनले हङकङविरुद्ध पाँच विकेट लिए र उनको पनि मत थियो, यो स्तरमा नेपालसामु कसैले बलियो चुनौती पेस गर्न सक्दैनन् ।

नेपाली टिमका प्रशिक्षक हुन्– विनोद दास । उनी आफैं यू-१९ क्रिकेटबाट पहिलोपल्ट चर्चामा आएका हुन् । दास भन्छन्– अहिले प्राप्त जित त नेपालका लागि यू-१९ विश्वकपमा छनौट हुन नसकेको पीडा भुलाउने अवसर मात्र हो । नेपाल वर्षाले प्रभावित खेलमा युएईसँग चुकेपछि मात्र युवा विश्वकपमा छनौट हुन असफल भएको थियो । भाग्यले हदैसम्म साथ नदिएपछि नेपाल युवा विश्वकपबाट बाहिरिएको थियो ।

यद्यपि प्रशिक्षक दास ती पुराना दिन बिर्सिदै अघि बढ्न चाहन्छन् । दास भन्छन्, 'यो स्तरको प्रतियोगिता जित्नेमा हामी सुरुदेखि आत्मविश्वासी छौं ।' प्रतियोगितामा नेपालले फाइनलमा हङकङलाई सजिलै ६ विकेटले हराएको थियो । त्यसमा पहिले ब्याटिङ गरेको हङकङलाई नेपालले ९५ रनमा रोकेपछि नेपालको जित औपचारिकता मात्र भएको थियो । नेपालले सेमिफाइनलमा भने मलेसियालाई ७ विकेटले हराएको थियो । समूह चरणका दुवै खेलमा पनि नेपाल बलियो रहयो ।

जाँदा-जाँदै

गीतमा सेन्सरसिप चाहियो



लोकदोहोरी गायनमार्फत चर्चामा छिन्- शान्ति श्री परियार । केही समयअघि सार्वजनिक भएको गलबन्दी गीतबाट उनको बेग्लै पहिचान बनेको छ । उनी औपचारिक रुपमा विगत ८ वर्षयता सांगीतिक क्षेत्रमा सक्रिय छिन् । ५ सयभन्दा बढी गीतमा स्वर दिइसकेकी परियारसँग अनामनगरमा साप्ताहिककर्मी महेश तिमल्सिनाको जम्काभेट :

केमा व्यस्त हुनुहुन्छ हौ ?
अहिले त गीतसंगीतमै व्यस्त छु । गलबन्दी गीत सार्वजनिक भएपछि त व्यस्तता अझ बढेको छ ।

लोकदोहोरी क्षेत्रमा चर्चाको शिखरमा हुनुहुन्छ, कस्तो लागिरहेको छ ?
म गीतसंगीतमा लागेको करिव १२ वर्ष भयो, तर औपचारिक रूपमा लागेको चाहिँ ८ वर्ष पूरा हुँदैछ । मैले गीत-संगीतमा स्थापित हुन धेरै नै संघर्ष गरेकी छु । म अहिले जहाँ छु त्यो मेरो संघर्ष र दर्शक-श्रोताहरूको मायाको प्रतिफल हो ।

बोलमाया र गलबन्दी आउनुभन्दा अघि र पछिको दैनिकीमा कस्तो परिवर्तन आएको छ ?
बोलमाया र गलबन्दी अघि पनि मैले धेरै गीत गाएको थिएँ । पहिलो एल्बम 'घर छ तीनतले' र दोस्रो गीत 'एक तर्फी मायाले' नै मलाई लोकदोहोरी क्षेत्रमा चिनाएको हो । त्यसपछि पनि मेरा धेरै गीत हिट भएका थिए । यद्यपि अहिले बोलमाया र गलबन्दी आइसकेपछि भने असिमित दर्शक श्रोताको माया पाइरहेकी छु । गलबन्दी पछि त लोकदोहोरी नरुचाउने दर्शक-श्रोताहरूसम्म पनि पुग्न सफल भएकी छु । दैनिकीमै परिवर्तनभन्दा पनि दर्शक श्रोताको माया बढेको आभास भैरहेको छ ।

गलबन्दी पछि कस्तो प्रतिक्रिया पाइरहनुभएको छ ?
राम्रो भएपछि सबैले राम्रो नै भन्नुहुन्छ । सबैबाट एकदमै राम्रो प्रतिक्रिया पाइरहेकी छु । त्यसैले आफूले गरेको कामप्रति गर्व गरिरहेकी छु । त्यसमाथि पनि महिला दिदीबहिनीहरू मेरो काम देखेर गर्व गर्नुहुन्छ । उहाँहरू एउटा विकट गाउँबाट आएकी एउटी महिलाले यति राम्रो काम गर्नुभएको छ भन्नुहुन्छ । उहाँहरूको यस्ता प्रतिक्रिया सुन्दा काम गर्ने उत्साह बढेको छ ।

तीजका गीतका लागि कस्तो तयारी छ ?
तीजका लागि अरुको ३/४ वटा गीत गाइसकेकी छु, तर विगत चार वर्षयता मैले आफ्नै एउटा तीज गीत सार्वजनिक गर्दै आएकी छु । यसपाली पनि गीत ल्याउने सोँच त बनाएकी छु, तर देश-विदेशका कार्यक्रमको व्यस्तताले गर्दा तयारी भने गर्न पाएकी छैन ।

भनेपछि, देश-विदेशका कार्यक्रमको ओइरो नै लागेको छ ?
ओइरो नै त होइन । पहिलेको तुलनामा अलि बढेको छ ।

विदेशको एउटा कार्यक्रममा गीत गाएबापत कति पारिश्रमिक लिनुहुन्छ ?
यति नै नभनौं । जे होस् राम्रै लिन्छु ।

अहिलेसम्म कतिवटा देश पुग्नुभयो ?
१४ वटा देश पुगिसकें । एउटै देशमा दुई तीन पटक पनि पुगेकी छु । त्यसैले पासपोर्टको पाना सकिएर अर्को पासपोर्ट बनाउने तयारीमा छु ।

अहिले महिनामा कतिवटा गीत गाउनुहुन्छ ?
त्यस्तो धेरै छैन, महिनामा ३० वटाजति पुग्छ । तीजका बेलामा अलि बढी हुन्छ ।

एउटा गीत गाएबापत कति पारिश्रमिक लिनुहुन्छ ?
१० हजार ।

तपाईं अभिनयमा खासै देखिनुहुन्न नि ?
मलाई अभिनयमा खासै रुची छैन । म गाउनमै स्पेसल छु जस्तो लाग्छ ।

तपाईंको गीत छान्ने मापदण्डचाहिँ के हो ?
त्यस्तो खासै मापदण्ड छैन । यद्यपि समाजमा नपच्ने गीत गाउँदिनँ भन्ने प्रण गरेकी छु ।

व्यस्तता बढेपछि घरपरिवारको गुनासो त आउला नि ?
घरपरिवारले मेरो पेसालाई बुझ्नुभएको छ त्यसैले मलाई त्यति गाह्रो छैन ।

आफ्नो स्वरमा ताजगी ल्याउन के गर्नुहुन्छ ?
नियमित हार्मोनियममा रियाज गर्छु ।

सौन्दर्य स्याहारमा कतिको ध्यान दिनुहुन्छ ?
म त्यति धेरै राम्री छैन । सामान्यतः लिपस्टिक तथा गाजल लगाउँछु ।

नेपाली सांगीतिक क्षेत्रमा के भैदिए हुन्थ्यो भन्ने लाग्छ ?
गीतमा सेन्सरसिप छैन । सेन्सर सिस्टम लागू भैदिए सबै अनुशासित र नियमबद्ध हुन्थे कि ?

टुरिज्म एम्बेसडर युनिभर्समा विनायक र सपना

मलेसियामा सम्पन्न मिस्टर एन्ड मिस टुरिज्म एम्बेसडर युनिभर्स-२०१९ मा नेपालले शीर्ष उपाधि जितेको छ । नेपालका विनायकराज पोखरेलले मिस्टर टुरिज्म एम्बेडसर २०१९ को शीर्ष उपाधि जितेका हुन् । प्रतियोगिताको मिसतर्फको प्रतिस्पर्धामा सपना भण्डारीले मिस टुरिज्म एम्बेडसर २०१९ को शीर्ष उपाधि जितेकी छिन् ।

मिस्टर नेसनल युनिभर्समा

थाइल्यान्डमा सम्पन्न मिस्टर नेसनल युनिभर्स-२०१९ मा नेपालका तर्फबाट सहभागी सुवास चौधरीले फोटोजेनिक एवार्ड जितेका छन् । मिस्टर नेसनल युनिभर्स-२०१९ को शीर्ष उपाधि भने भारत, मणिपुरका विकास उसामले जितेका छन् ।

अमेरिकामा नेपाली मोडल

सबै विदेशी मोडल पालै-पालो र्‍याम्पमा क्याटवाक गर्दै निस्किए । गत साता अमेरिकाको टेक्सास राज्यको आर्लिङटनमा सम्पन्न फुड फन तथा फेसन फेस्टिबलमा नेपाली मूलकी बिना श्रेष्ठ पनि क्याटवाक गरिरहेकी थिइन् ।

गर्मीका विभिन्न पहिरन प्रस्तुत गर्ने क्रममा श्रेष्ठले इभिनिङ गाउन, वानपिस, पेन्ट, टिर्सट आदि पहिरन प्रस्तुत गरेकी थिइन् । उक्त शोमा ७० जना अमेरिकी मोडल सहभागी थिए ।

श्रेष्ठ अडिसनमार्फत उक्त फेसन शोका लागि छानिएकी थिइन । फेसन शोको सहभागितापछि श्रेष्ठले साप्ताहिकसँग भनिन्– 'यति ठूलो फेसन शोमा भाग लिने अवसर पाएँ, यसलाई ठूलो उपलब्धि मानेकी छु ।'

शिव शर्मा

मन्दिरमा भ्यागुताको विवाह

मध्यअसारमा समेत पानी नपरेपछि पानीको माग गर्दै मोरङको रंगेली नगरपालिका-७ स्थित श्री संन्सारी मन्दिरमा स्थानीय कृषकहरूले भ्यागुताको विवाह गरिदिएका छन् । उक्त अवसरमा बेहुला र बेहुली पक्षसहित वैवाहिक कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको थियो । मन्दिरका पुजारीले बौद्धिक मन्त्र पढेपछि भाले भ्यागुताका तर्फबाट पोथी भ्यागुतालाई चुरा पोते तथा श्रृंगारका सामान लगाइदिएर बेहुलीझैं सिँगारिएको थियो । विवाहमा रंगेली नगरपालिकाका वडा नम्बर-७ का अध्यक्ष रामचन्द्र मण्डल तथा मन्दिर व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष सञ्जवी श्रेष्ठले बेहुला र बेहुली पक्षको भूमिका निर्वाह गरेका थिए । कार्यक्रममा रंगेली, सुनवर्सी नगरपालिका तथा धनपालथान गाउँपालिकाका किसानहरूको सहभागिता थियो । समयमा वर्षा नभएका कारण मोरङमा अहिले सम्म १५ देखी २० प्रतिशतमात्र धान रोपाइँ भएको बताइन्छ ।

नरेन्द्र बस्नेत

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 ।**