कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.com.np

● वर्ष २५ ● अंक १८ SEPTEMBER 2019 ● काठमाडौं शुक्रबार, भदौ ● मूल्य रु. १५/-

मध्यपृष्ठमा

मतिना ताम्राकार

अपराधमा
चाइनिज ग्याङ

जुम इन

प्रवेश र निशा कल्चर वर्ल्डमा

सेप्टेम्बर ८ देखि १३ सम्म भियतनाममा सञ्चालन हुने मिस्टर एन्ड मिस कल्चर वर्ल्ड इन्टरनेसनल-२०१९ शीर्षकको अन्तर्राष्ट्रिय सौन्दर्य प्रतियोगितामा प्रवेश थापा तथा निशा पाठकले सहभागिता जनाइरहेका छन् । डिजे आडामको नामले चिनिएका थापा मोडल पनि हुन् । निशा सञ्चारकर्मीका साथै फेसन कोरियोग्राफर तथा कार्यक्रम उद्घोषिका हुन् । यसअघि मिस ग्लोबल इन्टरनेसनल-२०१४ तथा मिस हेरिटेज इन्टरनेसनल-२०१५ मा थर्ड रनरसअप भैसकेकी निशा मिस नेपाल-२०१९ की मिस कन्फिडेन्ट एवार्ड विजेता पनि हुन् ।

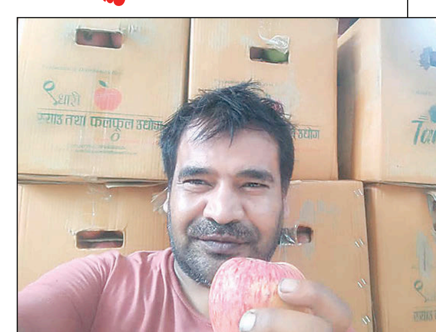
यो साता राजधानीमा इन्द्रजात्रा प्रारम्भ भएको छ । इन्द्रजात्राको १५ दिन पछि दसैंको घटस्थापना सुरु हुने परम्परा चल्दै आएको छ।

तस्बिर : महेश प्रधान

कार्टिन च्याम्पियन सुनिता

भारतको बैंग्लोरस्थित मेको कार्टोपिया रेसिङ ट्र्याकमा सम्पन्न जेके टायर एफएमएससीआई नेसनल कार्टिङ च्याम्पियनसिपअन्तर्गत गर्ल्स सलालोम बाइकिङमा नेपालकी सुनिता देशार विजयी भएकी छिन् । देशारले बाइकिङतर्फ उक्त उपाधि हासिल गरेकी हुन् । उक्त इभेन्टमा नेपालबाट नितु श्रेष्ठ, सुनिता देशार, आयुषा शाक्य, आकृति बेलवासे तथा दीक्षा गौतम सहभागी थिए । यसमा मोटर स्पोर्ट्सको अन्तर्राष्ट्रिय फेडरेसन एफआईको गर्ल्स अन ट्र्याक प्रोग्रामअन्तर्गत एफआईए विमेन अन मोटर स्पोर्ट्सको समेत सहयोग थियो । नेपालमा नेपाल अटोमोबाइल्स एसोसिएसन (नासा) ले केही दिन पहिले मात्र कार्टिङको सुरुवात गरेको थियो । नेपाली महिला कार्ट्स ड्राइभरको यो पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय सहभागिता हो ।

जुम्ली स्याउको उद्धार



जुम्लाको स्याउको नाम लिनेबित्तिकै मुख त रसाउँछ, तर जुम्लाको असली स्याउ भने आम उपभोक्ताले कमै खान पाइरहेका छन् । किनभने त्यहाँको स्याउ ठेकेदारी प्रथाका कारण पाक्ने बेला नहुँदै बजारमा पुग्छन् भने ढुवानीमा हेलचेक्र्याइँ गर्दा स्याउ एक-अर्कामा चेपिएर चोटग्रस्त हुन्छन् जसले गर्दा ती स्याउ खाँदा नमीठा र सौन्दर्यमा अनाकर्षक देखिन्छन् । यिनै कारणले गर्दा उपभोक्ताहरूले जुम्लाको स्याउको वर्णन नै गर्न बिर्सिसकेका छन् ।

यही कुरालाई मध्यनजर गरेर सुहृद चापागाईं लगायत उनको टिमले स्थापना गरेको सेफ फुडले जुम्लाको स्याउको असली स्वाद चखाउने जमर्को गरेको छ । मौसमअनुसार भदौमा जुम्लेली स्याउ पाक्छ, त्यही भएर उनले भदौ नलागी स्याउ नटिप्ने सम्झौता गरेका छन् । स्याउको सौन्दर्य नबिग्रियोस् भनेर बलियो कार्टुनको व्यवस्था मिलाइएको छ भने ढुवानी गर्ने क्रममा धेरै ठूलो चाङ बनाउँदा ट्रकमा स्याउ कुचिन्छ भनेर थोरै-थोरै गरेर काठमाडौं ल्याइन्छ ।

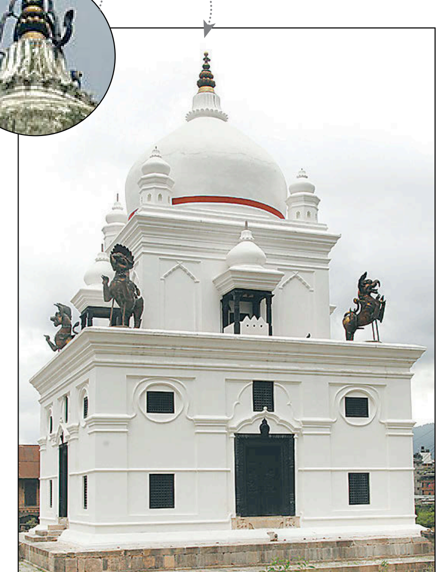
ए ग्रेडको यो स्याउको बजार व्यवस्थापनमा बीचमा कुनै किसिमको बिचौलिया नभएका कारण कृषकले स्याउको उचित मूल्य पाएका छन् भने स्याउको उपभोक्ता मूल्य तोकिएका कारण अहिले हाटबजारमा जुम्लाको वास्तविक रसिलो स्याउ उचित मूल्यमा बिक्री भैरहेको छ ।

जनसरोकार

नाग हरायो

जंगबहादुर राणाले सत्ता कब्जा गर्ने क्रममा सहगोत्रीलगायत धेरैको हत्या गरेपछि पापमोचनका लागि थापाथलीस्थित बाग्मतीको किनारमा कालमोचन घाट निर्माण गराए । उक्त घाटमा वि.सं. १९३१ मा गुम्बज शैलीमा जंग हिरण्य हेमनारायण मन्दिरसमेत निर्माण गरियो । वि.स. २०७२ को भूकम्पका कारण उक्त मन्दिर ध्वस्त भयो । हाले पुनर्निर्माण सम्पन्न भएको यो मन्दिरको जीर्णोद्धार गुणस्तरीय हुन नसकेको जनगुनासो आइरहेको छ । निर्माणकै क्रममा मन्दिरको छाना चर्किएर वर्षामा पानी चुहिने समस्या देखिएको छ भने मन्दिरको मूलढोकासमेत राम्रोसँग लाग्दैन । मन्दिरको माथिल्लो भागमा सिंहको खिया लागेको पुरानै मूर्ति छ । सिंहको मूर्तिको माथिल्लो भागमा चार दिशामा रहेको नागको मूर्ति भने पुनर्निर्माणका क्रममा हटाइएको छ । पुनर्निर्माण गर्दा निकै खेलाँचि गरिएको उक्त ऐतिहासिक मन्दिरका बारेमा अहिले कुनै पनि निकाय बोल्न चाहँदैनन् । पुनर्निर्माण हुनुअघि नाग रहेको मन्दिर र पुनर्निर्माण भएपछि नाग हराएको जंग हिरण्य हेमनारायण मन्दिर ।

पहिले



अहिले

विगत आठ वर्षदेखि विदेश पढ्न जाने विद्यार्थीको संख्या बर्सेनि वृद्धि हुँदै गएको छ । शिक्षा मन्त्रालयमा विदेश अध्ययनका निम्ति नो अब्जेक्सन सर्टिफिकेट (एनओसी) लिने विद्यार्थीहरूको तथ्याङ्क :

०६७/६८ -११९८२
०६८/६९ -१०३२४
०६९/७० -१६५०४
०७०/७१ -२८१२६
०७१/७२ -३०६९६
०७२/७३ -३२४८९
०७३/७४ -५०६५९
०७४/७५ -५८७५८
०७५/७६ -६३२५९

मुक्त आकाश

अविरल थापा

> युट्युबको प्रयोग कसले कुन प्रयोजनका लागि गर्छ भन्ने कुरा मुख्य हो । ज्ञानगुनका कुरा पनि यसैमा छन्, गीत-संगीत, चलचित्र पनि यसैमा छन्, भजन पनि यसैमा छन्, यौनका कुरा पनि यसैमा छन् । के हेर्ने र के नहेर्ने मानिसको उमेर र रुचिअनुसारको रोजाइ हो । बोली फुटेका बच्चादेखि लिएर कपाल फुलेका वृद्धसम्म यसैमा भुलेका देखिन्छन् ।

युट्युबेका खेतीपाती !

सन् २००५ मा अमेरिकाका तीन जना साथी मिलेर खोलेको 'युट्युब' यतिबेला संसारभरि नै समय बिताउने सशक्त माध्यम साबित हुँदै गएको छ । इन्टरनेटमार्फत जो-कसैले खाता खोलेर यो च्यानलमा आफ्ना व्यक्तिगत एवं व्यवसायिक भिडियोहरू राख्न सक्छन् । आफूले खोलेको युट्युब च्यानलमा हजार जना ग्राहक बनेपछि र सुरुमा चार हजार घण्टा हेरिसकेपछि उक्त च्यानल पैसा कमाउन योग्य मानिन्छ । त्यसरी पैसा कमाउन योग्य भएपछि गुगलले उक्त च्यानलमा विज्ञापन देखाउन थाल्छ र संसारभर उक्त च्यानल हेरिने देश र विज्ञापन हेराइ तथा दर्शक संख्याका आधारमा च्यानलले कमाइ गर्न थाल्छ ।

यसरी पैसा आर्जन गरिने भएपछि अहिले नेपालमा पनि बग्रेल्ती युट्युब च्यानल खोलिएका छन् । यकिन तथ्यांक त आएको छैन, तर हजारभन्दा माथिको संख्यामा नेपालबाट खोलिएका युट्युब च्यानलमध्ये कतिपयले मासिक रूपमा एक लाखभन्दा बढी कमाइ गर्छन् । युट्युब च्यानल चलाउनेहरूमध्ये अधिकांश युवा छन् । सरकारको कुनै निकायमा दर्ता पनि गर्नु नपर्ने, कर पनि तिर्नु नपर्ने र खासै लागत पनि नलाग्ने हुँदा युट्युब खेती हिजोआज खुबै फस्टाएको छ । पैसाकै लागि समाजका घटना तथा विषयहरूलाई अतिरञ्जित तरिकाले प्रस्तुत गरी भ्रम पैदा गरिँदा बेलाबेला के झूटो हो के साँचो हो भनेर समाज नै दिग्भ्रमित भएको पनि देखिएको छ । यो बेलाबेलामा सरकारका लागि पनि टाउको दुखाइको विषय हुँदै आएको छ र यसलाई नियन्त्रण एवं व्यवस्थित गरिनुपर्ने कुरा आउन थालेको छ । युट्युब आफैंमा केही होइन, फगत एउटा माध्यम हो । यसका पनि आफ्नै नीति-नियम छन् र समाजमा हिंसा भड्काउने वा अश्लील कुरा राखेको थाहा पाए वा उजुरी गरे सम्बन्धित भिडियो हटाउने वा च्यानल नै बन्द गरिदिनेसम्मको काम पनि युट्युब आफैंले गर्छ, तर पनि हरेक कुरा निगरानी गर्नु र रोक्न सक्नु उसकै वशमा पनि छैन ।

युट्युबको प्रयोग कसले कुन प्रयोजनका लागि गर्छ भन्ने कुरा मुख्य हो । ज्ञानगुनका कुरा पनि यसैमा छन्, गीत-संगीत, चलचित्र पनि यसैमा छन्, भजन पनि यसैमा छन्, यौनका कुरा पनि यसैमा छन् । के हेर्ने र के नहेर्ने मानिसको उमेर र रुचिअनुसारको रोजाइ हो । बोली फुटेका बच्चादेखि लिएर कपाल फुलेका वृद्धसम्म यसैमा भुलेका देखिन्छन् । युट्युबका भिडियो नदेखाई घरका बालबच्चाले खाना नखाने अवस्था आउन थालिसकेको छ । अभिभावकहरूलाई पनि तनाव लिइरहनुभन्दा देखाइदियो आनन्दै भन्ने परेको छ । बालबच्चा भुलाउन पनि सजिलो, आफूलाई काम गर्न पनि सजिलो भनेर सोच्नाले बालबालिका इन्टरनेटका भिडियो हेर्ने र खेल खेल्ने काम नगरी बस्नै नसक्ने अम्मली भैसकेका छन् । बच्चादेखि बूढासम्म मोबाइल वा कम्प्युटरमै घोप्टो परिरहेको दृश्य हरघरमा देख्न सकिन्छ । यसले सामाजिकीकरणमा पारेको असर तथा मानिसहरूबीच भेटेर गफ गर्दा हुने हार्दिकतामा ह्रास आइसकेको छ ।

कसको गीत कति चल्यो, कसको फिल्म कति चल्यो, को हिट को फ्लप भनेर नाप्ने माध्यम पनि युट्युब नै भएको छ । कसको गीत वा फिल्मको ट्रेलर युट्युबमा हालेको कति घण्टा वा दिनमा कति लाख वा करोड पुग्यो ? कसले युट्युबबाट कति कमायो भन्ने कुराले सफलता नाप्न थालिएको छ । हुँदाहुँदा मूलधारका रेडियो तथा टेलिभिजनले समेत दर्शकहरूको चाप युट्युबमा देखेर आफ्ना कार्यक्रमहरू यसैमा राख्न थालेका छन् । दर्शक-श्रोताको फेरिएको स्वाद र इन्टरनेट क्रान्तिका कारण आएको माध्यमको परिवर्तनले सबैलाई उत्तिकै प्रभाव पारेको छ । कुनै घटना घट्यो भने अब टिभी खोलौं वा रेडियो खोलौं भन्दा पनि युट्युबमा हेरौं न भन्ने समय आएको छ । कुन देशको समाजको चासो र रुचि केमा छ भनेर नाप्न मन लाग्यो भने अचेल युट्युबमा ट्रेन्डिङ आएका भिडियोहरू हेरे पुग्छ । नेपालकै हकमा हेर्ने हो भने अपराध वा यौनसम्बन्धी विषय भएका, कलाकारहरूका सम्बन्धका कुरा, छाडा बोलिएका कुरा सर्वाधिक हेरिएको पाइन्छ । युट्युबबाट कमाइ गर्न पल्किएकाहरूले कुनै बिकाउ व्यक्ति वा घटना पाए भने हप्तौंसम्म त्यही कुराको पछि लागि पक्ष-विपक्षमा पुगेर अनेक कोणबाट त्यो कुरा उछाली दर्शकहरूलाई भुलाइरहने र कमाइमा मात्र ध्यान दिएको देखिन्छ । सत्य-तथ्य देखाउनु राम्रै कुरा हो, तर भावना र संवेदनाको खेती गरेर पीडकलाई थप पीडा दिनु र घटनाको व्यापारीकरण गर्नु अपराध हो ।

के युट्युबमा खोलिएका सबै च्यानल व्यवसायिक हुन् र घटना देखाउने, कुराकानी गर्ने सबै पत्रकार हुन त ? पक्कै पनि होइनन् । युट्युबमा आएका सबै कुरा सत्य हुँदैनन् र देखाउने-बोल्ने सबै पत्रकार होइनन् । पत्रकारिताको आफ्नै मर्यादा र धर्म छ । युट्युबमा धेरै राम्रा पत्रकार पनि छन् भने पैसाकै लागि पत्रकारितालाई बदनाम गरिरहेका पत्रुकारहरू पनि छन् । को-कस्तो भन्ने कुरा छुट्याउने अभिभारा दर्शक-श्रोताकै हो । युट्युब च्यानलमा बोल्ने शैली, प्रस्तुतीकरणको शैली एवं कार्यक्रमका विषय तथा पात्र हेरेर कुन कस्तो खाले च्यानल हो र कुन प्रस्तोताको क्षमता र हैसियत के हो भनेर खुट्याउन सकिन्छ । प्रस्तोताले गर्ने प्रश्नको स्तर तथा कार्यक्रमको विषयले पनि गुणस्तर नाप्न सजिलो हुन्छ । सरकारले चाहँदैमा सबैलाई बन्द वा नियन्त्रण गर्न सक्दैन तर आवश्यक परे नियमीकरण जरुरी हुनसक्छ ।

दर्शक-श्रोताले चनाखो भएर को पत्रु हो र को असल हो भनेर छान्न थाल्ने हो भने धेरै युट्युबरेहरूको खेती आफैं सुकेर जान्छ । समाजलाई दिग्भ्रमित गर्नेहरूलाई बहिष्कार गर्नुको विकल्प छैन । भजन सुन्ने कि च्याप, ब्लू फिल्म हेर्ने कि कला दर्शककै रोजाइ हो । यसमा रोइलो गर्नुको साटो आफू सच्चियो भने आधा संसार आफैं सच्चिन्छ । असली फसललाई मलजल नगर्ने, गोडमेल नगर्ने अथवा वास्ता नगर्ने हो भने बन्सो त सप्रन्छ नै । विषवृक्ष हुर्काउने कि वटवृक्ष दर्शककै हातमा छ ।

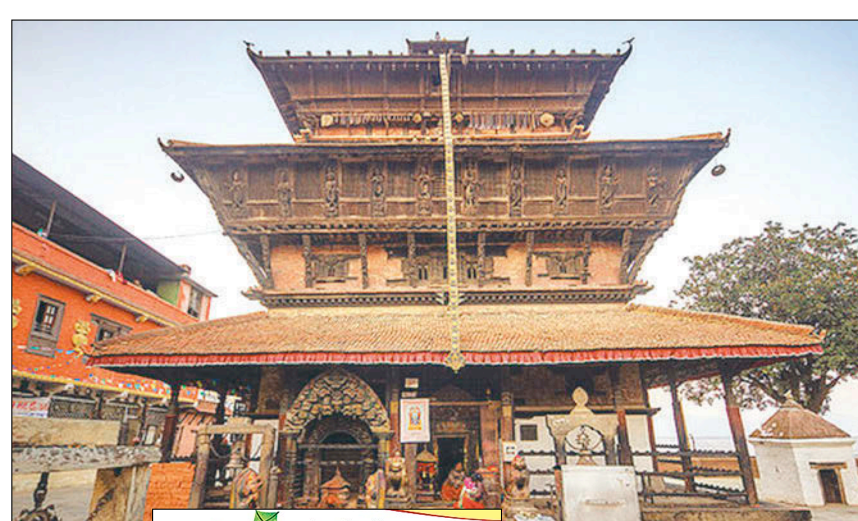
Fae book o m/abeeralthapa
Twitter@abeeralthapa

उल्टो मोटरसाइकल चलाएर विश्व कीर्तिमान

उल्टो मोटरसाइकल यात्रीका रूपमा परिचित चित्रकुमार कार्की भारतको नेसनल एक्सिलेन्ट पुरस्कारबाट सम्मानित भएका छन् । उनलाई विश्व कीर्तिमान कायम गरेको प्रमाणपत्रसमेत प्रदान गरिएको छ । खोटाङमा जन्मिएर उदयपुरको सदरमुकाम गाईघाटका विभिन्न हाटबजारमा उल्टो मोटरसाइकल यात्रा गरेर सबैलाई चकित बनाउँदै आएका कार्कीले सन् २०११ मा शान्ति र संविधान युवाको अभियान भ्रष्टाचार मुक्त राष्ट्र निर्माण गरौं पर्यटकलाई आकर्षित गरौं भन्ने नारासहित मेचीदेखि महाकालीसम्म उल्टो मोटरसाइकल यात्रा सम्पन्न गरेका थिए । कार्कीलाई विश्व रेकर्डको लण्डन कार्यालय तथा भारत शाखाले विश्व रेकर्डको प्रमाणपत्र समेत हस्तान्तरण गरेको छ ।

ऋषि राई

आजदेखि पाँचौं कीर्तिपुर महोत्सव



नेपालीहरूको महान् चाड बडादसैंको अवसरमा पर्यटकीय नगरी कीर्तिपुरमा पाँचौं कीर्तिपुर महोत्सव-२०७६ सञ्चालन हुने भएको छ । महोत्सव कीर्तिपुरको नयाँ बजारस्थित खेलकुद मैदानमा आज भदौ २७ गते शुक्रबारदेखि असोज ८ गते बुधबारसम्म चल्ने कुरा बताइएको छ । महोत्सवमा देवी-देवताको नृत्यसहित परम्परागत नृत्यहरूसमेत प्रस्तुत गरिनेछ ।

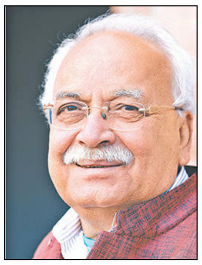
त्यसका साथै महोत्सवमा विविध सांस्कृतिक कार्यक्रम पनि समावेश हुनेछन् । महोत्सवमा कीर्तिपुरको संस्कृति एवं परम्परा झल्कने प्रस्तुतिहरू विशेष आकर्षणमा रहनेछन् भने मनोरञ्जक खेलहरूका साथ परम्परागत नेवारी परिकारहरू समाविष्ट फुड फेस्टिभलले पनि धेरैलाई लोभ्याउनेछ ।

मेलामा १ सय ५० भन्दा बढी स्टल रहनेछन् । त्यहाँ बिक्रीमा राखिएका सामानमा २५ देखि ५० प्रतिशतसम्म छुटको व्यवस्था हुने जानकारी व्यवस्थापन समितिले गराएको छ । पाँचौं कीर्तिपुर महोत्सवमा ३ देखि ५ लाख उपभोक्ता सहभागी हुने अनुमान गरिएको छ । उक्त मेलामा ४ दर्जनभन्दा बढी राष्ट्रिय तथा स्थानीय कलाकारले कला प्रदर्शन गर्नेछन् भने बालबालिकाहरूका लागि छुट्टै बालउद्यान, रोटेपिङ, सर्कस, कोलम्बस जादु तथा अन्य खेलसमेत रहने मेला समितिले बताएको छ ।

कान्तिपुर गाथा

अमर रहुन् विश्वेश्वर

किशोर नेपाल



नेपालको आधुनिकीकरणका नायक बीपी कोइरालाको जन्मजयन्तीको प्रसंगमा भदौ २४ गते नेपाली कांग्रेसले वृक्षरोपण कार्यक्रम राखेको हुन्छ। वृक्षरोपण आफैंमा सबै जनताको हितमा गरिने चित्तबुझ्दो कार्यक्रम हो। एउटा कार्यकर्ताले एउटा मात्र रूख रोप्यो भने पनि लाखौं कार्यकर्ताले रूख रोप्दा निकै राम्रो परिणाम आउँछ। कार्यक्रमको समय केही लामो हुने भएकाले कार्यकर्ताबीच आपसी छलफलको मौका मिल्ने स्वाभाविक सम्भावना हुन्छ। प्रकृतिसँग घुलमिल भएका बेला मन स्वच्छ हुन्छ। यिनीहरूले सत्यको निकट गएर आफूलाई खोज्न थाल्छन्। कांग्रेसमा अहिले सद्भावको त्यही वातावरण चाहिएको छ। पार्टी राजनीतिक व्यापारीहरूको कब्जामा जकडिएको छ। यसको राजनीतिक शुद्धता, पवित्रता, नीतिको मर्यादा सबका सब खलबलिएका छन्। पार्टी अनेकथरी गुट र समूहमा दुर्भाग्यपूर्ण हिसाबले बाँडिएको छ। त्यसैले नेपाली कांग्रेसले पहिले कांग्रेसको पहिचान गर्नुपर्छ।

वृक्षरोपणको प्रसंगमा, अहिले सरकारले निजगढको जंगल फाँडेर त्यहाँ अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल बनाउने नयाँ फन्डा अघि सारेको छ। त्यहाँको जंगल फाँडेर विमानस्थल बनाउनु भनेको देशलाई ठूलो वातावरणीय चुनौतीको सामना गर्न लगाउनु हो। हाम्रो परिस्थितिले त्यसलाई थेग्न सक्दैन। हामीले भएको जंगलको सुरक्षा र सम्भार गर्ने हो। हामीले नयाँ जंगल लगाएका छैनौं। भर्खरै मात्र हामीमा वृक्षरोपणको चेतना जागृत भएको छ। कांग्रेसले आफ्ना संस्थापक नेताको सम्मान र सम्झनामा वृक्षरोपणको प्रारम्भ गरेको छ। यो सही प्रारम्भ थियो। अहिले यसको सान्दर्भिकता र प्रासांगिकता दुवै बढेको छ। एउटा ठूलो राष्ट्रिय राजनीतिक दलले वृक्षरोपणलाई संस्थागत गरेर हरेक वर्ष लामो कार्यक्रमका साथ यसलाई मनाउनु आफैंमा गौरवको काम हो। विशेष गरेर, कांग्रेसले निजगढ प्रसंगमा व्यापक विरोधको आयोजना गर्न सकेको भए त्यो राम्रो हुने थियो।

नेपालमा राजनीतिक संस्कृतिको अभाव छ। राजनीतिमा आफ्नो योगदान दिएर दिवंगत भएका नेताहरूको सामूहिक सम्मानको चलन छैन। नेपालका सबै राष्ट्रिय दलमा देशले सम्मान गर्नुपर्ने व्यक्तित्वहरू छन। तिनीहरूको पहिचान गरेर सम्मान गर्ने परम्पराको सुरुवात सरकारले गर्नुपर्ने हो, तर, सरकारमा त्यो आँट छैन। पशुपतिनाथको मन्दिर परिसरमा रहेको मसानघाटको पल्लापट्टि भगवान्को भजन गाउने भक्तजनलाई भजन गाउनु पहिले राष्ट्रिय गान गाउन आदेश दिने सरकारलाई के भन्न सकिन्छ ?केही भन्न सकिँदैन। सरकारमा रहेका कल्पनाशील पुरुषहरूले दिवंगत व्यक्तिहरूको स्मृति दिवसमा एउटा धूप सल्काउने बुद्धि लगाउने हो भने त्यसले प्रशस्त सद्भाव बढाउँछ राजनीतिमा। यद्यपि त्यस्तो सद्भाव कसैलाई चाहिएको छैन।

बीपी कोइराला सशक्त र सबल राजनेता हुनुहुन्थ्यो। उहाँले आफ्नो राजनीतिक जीवनलाई जसरी निर्देशित गर्नुभयो, त्यो आफैमा अद्भूत छ। त्यसको चर्चा यहाँ गरी रहनु पनि पर्दैन। बीपी कोइरालाले बर्माको राजधानी रंगुनमा आयोजित समाजवादी सम्मेलनमा भाग लिनुभएको थियो। त्यतिबेला उहाँले एसियाका तीनवटा समस्याको चर्चा गर्नुभएको थियो। उहाँले भन्नुभएको थियो-एसियाका तीन समस्यामा पहिलो प्रशासनिक, दोस्रो कृषि विकास तथा तेस्रो औद्योगिक विकास हो जसमा समाजवादी सुधारको आवश्यकता छ। तर, एसियाको प्रशासनिक क्षेत्र, कृषि क्षेत्र र औद्योगिक क्षेत्रमा सक्रिय समाजवादी हस्तक्षेप हुन सकेन। एसियाका राष्ट्रहरू बिस्तारै पुँजीवादी सञ्जालमा गाँसिएको हामीले देखेकै छौं।

बीपी हाम्रो शताब्दीको गौरव हुनुहुन्थ्यो। उहाँले शासनमा अठार महिनाको थोरै समय मात्र बिताउनुभयो। उहाँलाई सैनिक हस्तक्षेप गरेर प्रधानमन्त्रीको पदबाट हटाइयो। त्यतिबेला एकजना मानिस पनि बीपीको पक्षमा उभिन नसकेको बताउने मानिसको कमी छैन तर, के तत्कालीन परिस्थितिमा त्यो सम्भव थियो ? पक्कै थिएन। मानिसले जतिबेला निर्वाचित प्रधानमन्त्रीलाई राजाले सैनिक हस्तक्षेप गरेर हटाएको समाचार पाए त्यतिबेला बीपीको समर्थनमा जन-आन्दोलनको सम्भावना हटिसकेको थियो।

नेपालको नयाँ पुस्ताले बीपीका बारेमा जानकारी राख्नु आवश्यक छ। बीपी नेता मात्र होइन देशमा आधुनिक पद्धति प्रवेश गराउने राजनेता हुनुहुन्थ्यो। उहाँको समर्थन र विरोधमा लेखिएका कुरालाई सन्तुलन मिलाएर हेर्नुपर्छ। बीपी जयन्तीका अवसरमा देशको लोकप्रिय नारा घन्काउनै पर्छ : वीर विश्वेश्वर-अमर रहुन्!

पाठक मञ्च

विकेन्ड परिकारमा भोजपुरे सुकुटी गज्जबको लाग्यो। आउने दिनहरूमा पनि यस्तै चाखलाग्दो विषयलाई स्थान दिनुहोला। भोजपुरे सुकुटीका बारेमा पढेपछि भोजपुर नै जाम-जाम भयो।

समुन्द्र पौडेल

दुई सुन्दर आत्महत्या

आत्महत्या एवं आत्मदाहलाई कहिल्यै राम्रो मानिँदैन। आत्महत्याका दृश्य भयभीत गर्ने किसिमका हुन्छन्, तर केही फोटोग्राफरले आत्महत्या र आत्मदाहका तस्बिरलाई यसरी कलात्मक ढंगले खिचे कि ती दृश्य मानिसको मानसपटलबाट हट्न सकेको छैन। कतिपय पारखीहरू तिनै तस्बिरलाई अहिलेसम्म देखेको आत्महत्या र आत्मदाहको सबैभन्दा आकर्षक

आत्महत्या कहिल्यै राम्रो नलाग्ने मलाई एभेलिन म्याकहाले तथा बौद्ध भिक्षुको आत्महत्याका बारेमा थाहा (दुई सुन्दर आत्महत्या) पाएपछि कुनै-कुनै आत्महत्या राम्रा पनि हुँदा रहेछन भन्ने लाग्यो। यद्यपि आत्महत्या कुनै पनि हालतमा राम्रो होइन र यसको रोकथामका लागि हामीले आ-आफ्नो ठाउँबाट पहल गर्नुपर्छ।

जेम्स श्रेष्ठ

विराज महर्जनको खुट्टामा पिलो आएपछि कप्तानी सम्हाल्न पुगेका (भाग्यमानी सुजल) सुजल श्रेष्ठलाई अब भाग्यमानी भनौं कि अभागी ? कुवेत विरुद्धको खेलमा उनैको कप्तानीमा नेपालले ७ गोल खायो।

अनिल थापा

नेपाली फुटबलमा पुस्तान्तरण

नेपाललाई पनि सिक्किम र काश्मिर जस्तो (नेपालमा राजतन्त्र हटाउन भारतीय जासुस) बनाउन बेर छैन। बाह्य मुलुकबाट हुने यस्ता जासुसी र षड्यन्त्रमा सबै नेपालीले सोच्ने अनि चासो राख्ने बेला आएको छ।

विशाल लामा

प्रमोद अग्रहरीलाई विदेशीसँग चाहिँ किन (हिरो बन्ने चाहना) तुलना गर्नुपर्‍यो ? यस्ता मेहनती नेपाली कलाकारलाई आफ्नो छुट्टै मौलिक पहिचान सहितको उपनाम दिने नि। उनलाई नेपाली इमरान हासमीको उपमा दिएर काम छैन।

शान्तना सापकोटा

युट्युबमा अपलोड हुने पट्यार लाग्दा भिडियोका (दर्शकको मन जित्दै ट्वान्टी फस्ट लभ) बीच धन्न 'ट्वान्टी फस्ट लभ'सिजन अफ लभ-२ जस्तो भिडियो सिरिजले दर्शकको मन जितेको छ। टेलिभिजनको चार्म कम भैरहेका बेला यस्ता भिडियोहरू आउन जरुरी छ।

सफल आचार्य

twitter follow us on twitter.com/saptahik
Like us on Facebook facebook.com/kantipursaptahik

नेपाली चलचित्रका दुस्मन नेपाली चलचित्र नै हुन्

नेपाली चलचित्रका स्थापित निर्देशक तथा निर्माता हुन्- दीपेन्द्र के खनाल । विगत एक दशकयता चलचित्र क्षेत्रमा सक्रिय खनालले करिब १ दर्जन चलचित्र निर्देशन गरिसकेका छन् । 'द युगदेखि युगसम्म' बाट निर्देशनमा डेब्यु गरेका खनाल यतिबेला चलचित्र 'आमा' मा व्यस्त छन् । दीपेन्द्रले निर्देशन गरेका द युगदेखि युगसम्म, पशुपतिप्रसाद, चपली हाइट, चपली हाइट-२, चङ्गाचेट, झोले आदि चलचित्र हिट मानिन्छन् । चलचित्र दिवसका सन्दर्भमा खनालसँग महेश तिमल्सिनाले गरेको कुराकानी :

अहिलेको चलचित्र बजारलाई कसरी विश्लेषण गर्नुहुन्छ ?

यसमा दुईवटा पाटो छ । कहिले राम्रो होला जस्तो लाग्छ, तर अहिलेको चलचित्र बजारको अवस्था विश्लेषण गर्दा आशाभन्दा निराशा बढी देखिरहेको छु । पहिलो कुरा त चलचित्र कम बनिरहेका छन् जसले गर्दा हलमा पनि कम चलिरहेका छन् । त्यसैले यतिबेलाको चलचित्र बजार अन्योलको स्थितिमा छ ।

नेपाली चलचित्रको बजार यसरी खस्किनुको कारण के हो ?

धेरै कुरा छन् । पहिलो कुरा त सबैले राम्रो चलचित्र बनाउने कुरामा जोड दिनुपर्छ । अर्को कुरा, नेपाली चलचित्र निर्माण भएर बजारमा आइसकेपछि त्यसले बजारमा कसरी स्थान पाउँछ भन्ने कुराले पनि महत्वपूर्ण अर्थ राख्छ । खासगरी अहिलेको सन्दर्भमा नेपाली चलचित्र विदेशी चलचित्रको चपेटामा परिरहेका छन् । अर्कातिर दर्शकले चाहेजस्तो नेपाली चलचित्र पनि बनिरहेका छैनन्, किनभने पछिल्लो समय एउटै जनराका चलचित्र आइरहेका छन् । त्यसले गर्दा पनि नेपाली चलचित्रको स्तर खस्किएको हो ।

कतिपय चलचित्र हलमा एक हप्ता पनि टिक्न सकिरहेका छैनन्, यसको मुख्य दोषी को हो ?

चलचित्रले दर्शकहरूमा आकर्षण पैदा गर्न नसक्नु मूल कारण हुनसक्छ । अर्को कुरा दर्शकले रुचाएका, दर्शक आकर्षित भएका कतिपय चलचित्र विदेशी चलचित्रको चेपुवामा परेको पाइन्छ । अहिलेको परिवेशमा सबैभन्दा डरलाग्दो कुरा नेपाली फिल्मको ठूलो दुस्मन भनेकै नेपाली फिल्म हुनु हो । विदेशी फिल्म त यो मितिमा आउँछ भन्ने कुरा पहिले नै थाहा हुन्छ, त्यो अनुसार प्लानिङ गर्न सकिन्छ, तर नेपाली फिल्ममा वितरकबीचको इगोका कारण एक-अर्कोको फिल्म चल्न नदिने विकृति देखा परेको छ । 'भाइ फुटे गवार लुटे' भनेजस्तै आफू-आफू जुद्धाजुद्धै सकिन लागिसके । पछिल्लो सिनारियो हेर्ने हो भने खाली समय छोड्ने, तर सम्भावना बोकेको अथवा राम्रो चलचित्र आउँछ भन्ने थाहा भएपछि त्यो चलचित्रमाथि तीन चारवटा नेपाली चलचित्र हालिदिने । यसले गर्दा सम्भावना बोकेको चलचित्रले हलमा पर्याप्त शो पाउँदैन । त्यसैले नेपाली चलचित्रलाई बढी चुनौति नेपाली चलचित्रबाटै छ ।

पृष्ठ ७ मा

कर्पोरेट

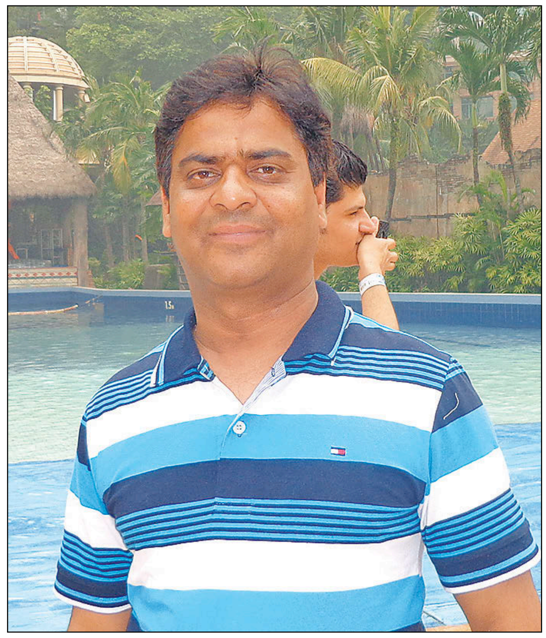
सरकारी अधिकृत छाडेर सेयर मार्केटमा

सेयरबाट करोडपति' भन्ने एउटा विश्वव्यापी भनाइ नै छ । सेयर विश्लेषक डा. रवीन्द्र भट्टराईले त 'सेयरबाट करोडपति' भन्ने पुस्तक नै लेखेका छन् । सेयरलाई छिटो पैसा कमाउने सजिलो माध्यमका रुपमा लिइन्छ । त्यसैले धेरैका लागि सेयर बजार आकर्षणको केन्द्र रहँदै आएको छ ।

विभिन्न क्षेत्रमा असफल भएर दिक्दार भएका कतिपय व्यक्ति सेयर बजारमा लगानी गरेर रातारात करोडपति बन्न पुगेका छन् । यसको गतिलो उदाहरण हुन्– अम्बिकाप्रसाद पौडेल । उनी हाल हाथवे इन्भेस्टमेन्ट नेपाल लिमिटेडको प्रबन्ध निर्देशक छन् । पौडेल पोखरामा आइकम सकेर थप अध्ययनका लागि ०४८ सालमा काठमाडौं आए । व्यवस्थापनका विद्यार्थी भएकाले उनको झुकाव मार्केटतर्फ थियो । सुरुवाती दिनमा उनले काठमाडौंमा एउटा निजी कम्पनीमा काम गरे । निजी कम्पनीमा काम गर्दा उनको पारिश्रमिक चित्तबुझ्दो थिएन । उनको झुकाव सेयर मार्केटतर्फ बढ्न थाल्यो । पहिलो पटक उनले हिमालयन बैंकमा आइपिओ भरे, तर उनलाई एक कित्ता सेयर पनि परेन ।

दोस्रो पटक उनले एसबीआई बैंक र नेपाल बंगलादेश बैंकमा ५०/५० कित्ता सेयर भरे । यद्यपि त्यसमा १०/१० कित्तामात्र सेयर परेको पौडेल सम्झन्छन् । सेयर मार्केटको भोक यतिमै सीमित भएन, उनले सेकन्डरी मार्केटमा आँखा डुलाउन थाले । सेयर बजारमा होमिएका पौडेलले पहिलो पटक २०५० सालमा नविल बैंकको ५० कित्ता सेयर ८ सय रुपैयाँमा सेकेन्डरी मार्केटबाट उठाए ।

उनी वि.सं. २०५५ सम्म सेयरको किनबेचमा निरन्तर लागिरहे । त्यसपछि उनले बैंक अफ काठमाडौं, नबिल बैंक, एसबीआई बैंक आदिको सेयर सेकेन्डरी मार्केटबाट लिए भने इन्स्युरेन्सहरूको आइपिओ भर्ने काम पनि गरिरहे । २०५४ सालतिर सेकेन्डरी मार्केटको भाउ चुर्लुम्मै घट्यो जसको प्रत्यक्ष मारमा पौडेल पनि परे । सेयरमा गरेको लगानी घाटामा गएपछि पौडेलले लोकसेवा आयोगको तयारी थाले । २०५५ सालमा उनले लेखा अधिकृतमा नाम निकाले । त्यसपछि



उनको सरकारी जागिरे जीवन सुरु भयो । निजामति क्षेत्रमा जागिर सुरु गरेपछि पौडेलले २०५९ सालसम्म सेयरको दोस्रो बजारमा कारोबार गरेनन् ।

विस्तारै विभिन्न संस्था सेयरबजारमा सुचिकृत हुन थाले । सेयरबजार फराकिलो बन्दै गयो । फेरि सेयर बजारमा लगानी हुन थाल्यो । पौडेलले पनि फेरि सेयर बजारमा लगानी गर्न थाले । त्यसपछि आफ्नो राम्रो कमाइ हुन थालेको पौडेल बताउँछन् । पौडेल भन्छन्, 'केही समय घाटामा गएको सेयर बजार उकालो लागेपछि मेरो पनि कमाइ राम्रो हुन थाल्यो ।' सेयर बजार उकालो लाग्न थालेपछि उनी धेरैजसो यतै व्यस्त हुन थाले । सेयर बजारमा राम्रो हुन थालेपछि उनले लेखा अधिकृत तहको सरकारी जागिर छाड्ने मनस्थिति बनाए । १० वर्ष निजामती जागिरबाट राजीनामा दिएर उनले केही साथीको सहकार्यमा २०६५ सालमा हाथवे इन्भेस्टमेन्ट नेपालको स्थापना गरे । व्यक्तिगत लगानीभन्दा संस्थागत लगानीलाई विशेष जोड दिने उद्देश्यले यो सस्था खोलिएको पौडेल बताउँछन् । उनी हाल यो संस्थाको प्रबन्ध निर्देशक छन् । यो संस्थाले दोस्रो बजारमा करिब ४२ वटा कम्पनीको सेयर कारोबार गर्दै आएको पौडेल बताउँछन् । उनको नेतृत्वमा १४ करोड लगानी गरेर सुरु गरिएको कम्पनीको पोर्टफोलियो अहिले डेढ अर्बको पुगिसकेको छ ।

सिइओ वार्ता

प्रतिस्पर्धामा विश्वास गर्दिनँ

अशोक शेरचन, सिइओ, प्रभु बैंक

सिइओ हुँदाको अनुभव कस्तो छ ?
जिम्मेवारी ठूलो छ । अर्थतन्त्रसँग जोडिएको क्षेत्र भएकाले उद्योग, व्यापार, जलविद्युत्, कृषि, पर्यटनलगायतका सबै क्षेत्रसँग बारम्बार भेटघाट, छलफल तथा भ्रमण आदि हुने भएकाले आर्थिक क्षेत्रका सम्पूर्ण कुरासँग जानकार हुन पाइएको छ, यद्यपि चुनौती धेरै छन् ।

सिइओ हुनुभएको कति भयो ?
फाइनान्समा १३ वर्ष सिइओ रहें, तर बैंकको सिइओ भएको चाहिँ साढे चार वर्ष भयो ।१२ वर्ष कर्मचारीका रूपमा पनि काम गरें ।

कर्मचारी र सिइओमा के फरक पाउनुहुन्छ ?
कर्मचारी हुँदा कम्पनीले दिएको जिम्मेवारी पूरा गरे पुग्छ, तर सिइओ नै भैसकेपछि भने सम्पूर्ण संगठनको योजना, रणनीति आदि बनाउनुपर्‍यो भने त्यसलाई कार्यान्वयनसमेत गराउनुपर्‍यो । त्यसैले कर्मचारी र सिइओको भूमिका ठ्याक्कै उल्टो हुन्छ ।

तनावलाई कसरी व्यवस्थापन गर्नुहुन्छ ?
सामान्यतः म काम गर्दा कुनै पनि तनाव लिन्नँ । काम गर्दै जाँदा समस्या उत्पन्न भयो भने त्यहाँ समाधानका उपाय पनि निस्कन्छन् । अर्को कुरा, म प्रतिस्पर्धामा विश्वास गर्दिनँ । प्रतिस्पर्धामा विश्वास नगरेपछि कुनै तनाव लिनु पर्दैन । यति हुँदाहुँदै पनि कतिपय अवस्थामा समस्या उत्पन्न भए उक्त समस्याको विश्लेषण गर्छु, समस्यासँग जोडिएका पक्षहरूसँग छलफल गरेर उनीहरूको कुरा बुझ्छु त्यसपछि आफूमा कुनै कमी-कमजोरी छ भने त्यसलाई सच्याएर अघि बढ्छु ।

फुर्सदको सदुपयोग कसरी गर्नुहुन्छ ?
लेखपढ तथा साथीभाइहरूसँगको भेटघाटमै बित्छ ।

घुमघाममा कत्तिको रुचि राख्नुहुन्छ ?
बेलाबखत घुमघामका लागि निस्किरहेको हुन्छु । कार्यालयको कामले पनि घुम्ने मौका मिलिरहेको हुन्छ ।

कस्तो खानपान मन पर्छ ?
कम कार्बोहाइड्रेड भएका खानेकुरा मन पराउन थालेको छु । भात, चिनी, माछा-मासु आदि खान छाडें ।

फिटनेसका लागि के गर्नुहुन्छ ?
बिहान एक घण्टा हिँड्छु ।

मद्यपान पनि गर्नुहुन्छ ?
कहिलेकाहीं ।

कुन ब्रान्डको मद्यपान मन पर्छ ?
जे भेटिन्छ त्यही ।

कस्तो पहिरन रुचाउनुहुन्छ ?
कार्यालयमा सर्ट-पाइन्ट नै लगाउँछु, त्यसबाहेक जिन्स र टिसर्ट ।

कुन सवारी साधन प्रयोग गर्नुहुन्छ ?
अहिले टोयोटाको न्याव फोर चढिरहेको छु ।

अफिस ड्रेसमा ध्यानदिनुपर्ने कुरा

मिनु श्रेष्ठ
फेसन डिजाइनर

अहिले अधिकांश कम्पनीले आफ्ना कर्मचारीका लागि कर्पोरेट ड्रेस कोड लागू गरिसकेका छन् । यद्यपि कतिपय कम्पनीले ड्रेस कोड लागू गरेका छैनन् । ड्रेस लागू भए पनि, नभए पनि एउटा कर्मचारीले कार्यालय जाँदा लगाउने पोसाकका सन्दर्भमा केही कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ ।

- अफिसियल ड्रेस शरीरमा सुहाउँदो अर्थात् फिट हुनुपर्छ ।
- अफिसियल वेयर धेरै ओपन वा भल्गर देखिनु हुँदैन ।
- पहिरन सधैं सफा र आइरन गरिएको हुनुपर्छ ।
- अफिसियल ड्रेसमा एसेसरिजको प्रयोग कम गर्नुपर्छ भने बटनहरू पनि साधारण प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- हल्का रङ तथा कम प्रिन्टेड पहिरन लगाउनुपर्छ ।
- अफिसियल वेयरसँग जुत्ता र ह्यान्ड ब्याग पनि साधारण नै प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।
- आफ्नो नियमित काममा जाँदा केशको स्टाइल तथा मेकअपसमेत साधारण हुनुपर्छ ।

किन गर्ने जीवन बिमा ?

उमापति पोखरेल, व. सहायक महाप्रबन्धक
नेपाल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लिमिटेड

१. कुनै पनि घटना वा दुर्घटनामा पर्न सक्ने क्षतिबाट सुरक्षण प्रदान गरी दायित्व निर्वाह गर्न ।
२. भविष्यमा आइपर्ने सम्भावित आर्थिक दुर्घटनाबाट जोगिन
३. भविष्यका लागि बचत तथा भरपर्दो लगानी गर्न ।
४. अकल्पनीय घटना भए परिवारका सदस्यलाई बिमा कम्पनीले आर्थिक क्षतिपुर्ति प्रदान गर्ने भएकाले ।
५. ऋणभारबाट मुक्त हुन
६. फजुल खर्चबाट जोगिन, बचत गर्ने बानीको विकास हुने भएकाले
७. बुढेसकालको सहारा ।
८. बालबच्चाको उच्च शिक्षामा टेवा पुऱ्याउन ।
९. अनिवार्य बचत गर्ने बानी विकास गर्न ।
१०. आश्रितहरूको भलाइका लागि ।
११. देश विकासमा टेवा पुग्ने भएकाले ।
१२. रोजगारीको अवसर प्राप्त हुने भएकाले ।
१३. ऋण लिने सुविधा प्राप्त गर्न ।
१४. सर्वोत्तम बचत भएकाले ।

नेपाली चलचित्रका दुस्मन ...

पृष्ठ ५ बाट

चलचित्र उद्योग भनिन्छ, तर यसको गतिविधि हेर्दा उद्योगको स्वरूप त पाएको देखिँदैन नि ?
नेपाली चलचित्र उद्योग त नितान्त व्यक्तिगत लगानीमा चलिरहेको छ नि ! न सरकारले न कुनै संघ-संस्थाले चलचित्र क्षेत्रलाई केही गरेका छन् । जति पनि चलचित्र बने नितान्त व्यक्तिगत लगानीमा बनेका छन् । त्यसैले यसको स्वरूप उद्योगको जस्तो नदेखिएको हुनसक्छ ।

सरकारले चलचित्र ऐन ल्याउने तयारी गरिरहेको छ, के यो ऐनले नेपाली चलचित्र उद्योग उकालो लाग्ला ?
हामीले कोरियाको कोटा सिस्टम हेर्ने हो भने त्यो विवादमा छ । भारतकै कुरा गर्ने हो भने पनि सम्बन्धित प्रान्तमा आफ्नो भाषा, परिवेशलाई प्राथमिकतामा राखिएको पाइन्छ । त्यसैले हाम्रोमा पनि खुला नीति त ठीकै हो, तर हलमा नेपाली फिल्ममात्र लाग्नुपर्छ, विदेशी फिल्म लाग्नुहुन्न भन्ने होइन । विदेशी चलचित्र पनि हलमा लाग्नुपर्छ । यस्तो नीतिमार्फत आफ्नो प्रोडक्टलाई केही स्थान दिँदा केही समयका लागि राम्रो नतिजा आउँछ कि भन्ने मेरो बुझाइ हो । कतिपय कुरा समय सान्दर्भिक भएनन् भन्ने कुरा पनि उठिरहेको छ । त्यसमा बहस चलिरहेको छ । जे होस् समग्रमा चलचित्र नीतिमा आएका केही कुरा राम्रा छन्, तर सान्दर्भिक नभएको कुरामा भने बहसबाट समाधान खोज्नुपर्छ । मुख्य कुरा हाम्रो आफ्नो प्रोडक्टलाई सकारात्मक तरिकाले स्थान दिने वातावरण बन्न जरुरी छ ।

सञ्चारमन्त्री गोकुल बाँस्कोटाले वर्षमा १ सय ८० दिन स्वदेशी फिल्म चल्नैपर्ने कुरा बताइरहेका छन्, के यस्तो नियमले नेपाली चलचित्रको उत्थान होला ?
यसमा चलचित्र संघले हामी १ सय ८० दिन चलाउँछौं, तर हाम्रो मितिमा चलाउँछौं भन्ने कुरा गरिरहेको छ भन्ने पनि सुनेको छु । त्यसैले यसमा कसैलाई पनि मर्का नपर्ने गरि कसरी आफ्नो प्रोडक्टलाई सकारात्मक हिसाबले स्थान दिन सकिन्छ भन्ने कुरामा ध्यान दिन जरुरी छ । फेरि हाम्रोमा नेपाली फिल्म मात्रले पनि हल धान्दैन । त्यसैले यसमा सबै पक्ष मिलेर एउटा मध्यबिन्दुमा आएर अघि बढ्दा फाइदा होला । अर्को कुरा, हामीले नेपाली चलचित्र भारतको कुनै ठाउँमा चलाउनुपर्‍यो भने सेन्सर पास हुन करिब तीन महिना लाग्छ, तर जुनसुकै विदेशी चलचित्र नेपालमा बिहीबार आयो भने एकै दिनमा सेन्सर पास भएर शुक्रबारदेखि हलमा चल्न थालिहाल्छ । बरु यहाँ नेपाली चलचित्र सेन्सर गराउन गाह्रो हुन्छ, तर विदेशी चलचित्र सहजै सेन्सर हुन्छन् । त्यसैले सबै चलचित्रप्रति समान व्यवहार गर्ने हो भने आफैं राम्रो हुन्छ ।

नेपाली फिल्मको बजार खस्किनुको कारण स्तरीय फिल्म नबनेर हो कि हलले पर्याप्त सो नदिएर हो ?
दुवै कुरा हो । एउटा दर्शकलाई आकर्षण गर्ने चलचित्र नआएर पनि हो । अर्को कुरा दर्शकलाई आकर्षण गराएका र सम्भावना बोकेका कतिपय चलचित्र हलमा पुगेपछि वितरक-वितरकबीचको लडाइँका कारण मर्छन् । अब मेरै कुरा गर्ने हो भने मैले 'आमा' चलचित्रको मुहुर्त भएको बेलादेखि नै फागुन ९ गते प्रदर्शन मिति तय गरेको थिएँ । मैले मिति तय गर्दा त्यो मितिमा कुनै पनि चलचित्र थिएनन्, मैले कसैसँग जुधाउन गएको पनि होइन । अब अहिले फागुन ९ मा अरू २ वटा चलचित्र आइसकेका छन् । मसँग कसको दुस्मनी छ, उसैले यसको फिल्म किन चल्न दिने भनेर जुधाउन ल्यायो । यसरी सम्भावना बोकेको फिल्मलाई कसरी सिध्याउने भन्ने कुराले नेपाली फिल्मको बजार खस्किएको हो । फेरि यस्तो कुरा निर्माता-निर्देशकलाई थाहा हुँदैन, वितरक-वितरकले एउटा कोठामा बसेर त्यो फिल्मलाई कसरी सिध्याउने भन्ने योजना बनाउँछन् ।

नेपाली चलचित्रको बजार खस्कनुमा मुख्य दोषी वितरकहरू नै हुन् त ?
नेपाली चलचित्रको सबैभन्दा ठूलो चुनौती नै नेपाली चलचित्र हो । अब अहिलेको अवस्थालाई हेर्ने हो भने 'आमा' चलचित्रलाई कहाँ राम्रोसँग चल्न दिने भए त ? मैले १५/२० सो पाउँथें भने अब घटेर ७ सो मा आउने भयो ! भनेपछि जसरी त्यो चलचित्रले बजार पाउँथ्यो त्यसले बजार लिन सक्दैन र अर्को हप्ता अर्कै चलचित्र आइसक्छ । त्यसैले यो अवस्था वितरकहरूले नै ल्याएका हुन् ।

कतिपय चलचित्रकर्मीले चलचित्र विकास बोर्ड चलायमान हुन सकेन भनिरहेका छन्, के भन्नुहुन्छ ?
केशव भट्टराई चलचित्र विकास बोर्डको अध्यक्षमा आएपछि, धेरै आशा थियो र अहिले पनि छ । उहाँसँग भेटघाट हुँदा केही सुधार गर्नुपर्‍यो भनिरहेको हुन्छु । केही महिनाअघि भेट हुँदा उहाँले साउन सकिएपछि चलचित्र विकास बोर्डको काम देखिने कुरा बताउनुभएको थियो । त्यो कहाँ पुग्यो, म पनि अहिले छायांकनमा व्यस्त छु, तर बोर्डले जति गर्नुपर्ने हो गर्छ जस्तो लाग्छ ।

विदेशी चलचित्र हलमा प्रवेश गर्ने कुरा थाहा पाएपछि नेपाली चलचित्रका निर्माताहरू आत्तिएर मिति सार्नतिर लाग्छन्, यस्तो अवस्था आउनुको मुख्य कारण के हो ?
राम्रो विदेशी चलचित्र नेपाली हलमा लागेपछि हलले नेपाली चलचित्रलाई पर्याप्त सो दिँदैनन् भने मिति नसारेर के गर्नु ? हालसालैको कुरा गर्ने हो भने, बलिउड चलचित्र साहो र मारुनीले हलमा पाएको सोको अन्तर धेरै छ । अर्को कुरा हिन्दी चलचित्र नेपालमा प्रवेश गर्नुपूर्व नै त्यसले नेपाली दर्शकलाई आकर्षण गरिसकेको हुन्छ । त्यसको तामझाम तथा बजेट पनि त्यस्तै राम्रो हुन्छ । त्यो बीचमा नेपाली फिल्मलाई यसै सो कम गरिसकिएको हुन्छ, जसमा नेपाली फिल्म मरिहाल्छ । त्यसपछि भागाभाग त भैहाल्छ नि ।

बलिउड चलचित्रसँग जुध्न नेपाली चलचित्रले सुधार्नुपर्ने कुरा के-के हुन् ?
पहिलो कुरा त बलियो चलचित्र नै बनाउनुपर्छ । दर्शकमा आकर्षण पैदा गर्न सक्नुपर्छ । यति हुँदाहुँदै पनि नेपाली चलचित्र र सँगै आएको विदेशी चलचित्र उत्तिकै राम्रा छन् भने हलले बराबर सो दिन्छ त ? हिन्दी चलचित्रले २० सो पाउँछ, तर त्यस्तै राम्रो नेपाली चलचित्रले ५ सो पाउँछ भने कसरी जुध्न सकिन्छ ? दुवै फिल्म उत्तिकै आकर्षक छन् र हलले पनि समान सो दिन तयार हुने हो भने न जुध्ने हो । समान सो नपाएपछि त कसरी जुध्न सकिन्छ र ?

फिल्म मेकिङको तपाईंको सूत्र के हो ?
मेरो तरिका सजिलो छ । म आफूलाई लागेको कुरा मनबाटै गर्छु । मलाई अहिले पनि विश्वका चर्चित निर्देशक, निर्माताको नाम भन भनेर सोधियो भने आउँदैन, तर म चलचित्रहरू हेर्छु, राम्रो लागेको कुरा मनमा हुन्छ, तर त्यसकै प्याटर्नमा जान्छु भनेर अहिलेसम्म त्यसरी काम गरेको छैन । म कुनै नयाँ विषयवस्तुमा काम गर्छु भने त्यसलाई आफ्नै तरिकाले गर्छु ।

एउटा सफल चलचित्रका लागि कुन-कुन तत्वले काम गर्नुपर्छ ?
सबैभन्दा ठूलो कुरा त अध्ययन हो । निर्देशकमा अध्ययनशीलता, लगाव तथा इमान्दारिता हुनुपर्छ । एउटा राम्रो चलचित्र बनाउन टिम राम्रो हुनुपर्छ । त्यसमा पनि निर्देशकको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । समग्र चलचित्रको माहोल निर्देशकले नै तयार गर्ने हो । किनभने फिल्म भनेको निर्देशकको सोच हो । त्यो सोच पूरा गर्न अरूले सहयोग गर्ने मात्र हुन् । त्यसैले सबैभन्दा पहिले निर्देशकको सोच क्लियर हुनुपर्छ । त्यही अनुसार टिम बनाउनुपर्छ । यति भएपछि एउटा राम्रो चलचित्र तयार हुन्छ ।

तपाई चलचित्र निर्माण/निर्देशन गर्दा दर्शक हेरेर गर्नुहुन्छ कि बजार ?
बाँच्नका लागि दुईचारवटा चलचित्र बजारकेन्द्रीत बनाएको छु र आफूलाई मनपर्ने चलचित्रका लागि भने केही पनि हेर्दिनँ । त्यसैले पहिलो कुरा मलाई कथा मन पर्नुपर्छ, म खुसी हुनुपर्छ ।

नेपाली चलचित्रका प्राविधिकहरूको अवस्था कस्तो छ ?
प्राविधिकहरूको अवस्था राम्रो छ । किनभने फिल्म हिट भए पनि फ्लप भएपनि प्राविधिकहरूले पैसा पाउँछन्, किनभने उनीहरूले फिल्म सुटिङ सकिने बित्तिकै पैसा लिन्छन् । त्यसैले प्राविधिकका लागि भने राम्रो छ । उनीहरूको कामको कुरा गर्दा नेपालमा टेक्निकल सामानहरू धेरै आए, तर त्यसलाई चलाउने टेक्निसियन तयार भएनन् । भन्नुको अर्थ प्राविधिकहरू अपग्रेड भएनन् । अहिलेपनि हामी साउन्ड, कलर ग्रेडिङ, सिनेम्याटिक लगायतका थुप्रै कुरामा कमजोर छौं । त्यसैले प्राविधिक सीप अभिवृद्धि हुन अझै बाँकी छ ।

चलचित्र निर्देशन गर्दा कुन पक्षलाई कति प्राथमिकता दिनुहुन्छ ?
म सबैभन्दा बढी प्राथमिकता कथालाई दिन्छु । कथा त सबै चलचित्रमा हुन्छ । सबैका कथामा केही न केही राम्रा कुरा त भैहाल्छन् । यद्यपि कथा यस्तो हुनुपर्छ, जसले आमदर्शकलाई कनेक्ट गर्न सकोस् ।

तस्बिर : नवराज बाले

■ दीपेन्द्र के खनाल

निर्देशकले चलचित्रको कथाप्रति कसरी न्याय गर्नसक्छ ?
कथालाई निर्देशकले कसरी प्रस्तुत गर्छ भन्ने कुरा महत्वपूर्ण हुन्छ । उसले न्याय गर्ने भनेको त्यही नै हो । कथालाई निर्देशकले कसरी पर्दामा उतार्न सक्छ त्यो नै उसको सीप हो र न्याय गर्ने भनेको पनि त्यही हो ।

चलचित्र निर्देशनमा कसरी आउनुभयो ?
म सन् २००४ मा जापान गएँ । मैले त्यहाँको काम गर्ने शैली सिक्ने मौका पाएँ । हामीकहाँ कसैले एउटा चोकमा म:म पसल खोल्यो र त्यो एकदमै चल्यो भने त्यहाँ अर्कोले आएर त्यस्तै म:म पसल खोलिहाल्छ, तर जापानमा त्यस्तो छैन । त्यहाँ कुनै काममा पूर्ण सीप छ भने मात्र काममा हात हालिन्छ । अर्को कुरा त्यहाँका मानिसलाई राजनीतिजस्ता बाहिरि कुराहरूसँग केही मतलब छैन । जसले जे पेसा गरेको छ ऊ त्यसमै तल्लीन हुन्छ । ती कुराबाट म निकै प्रभावित भएँ । त्यसपछि मैले पनि आफ्नो करियरलाई कसरी अघि लाने भन्ने कुरा सोचें । म बच्चैदेखि निकै फिल्म हेर्थें । फिल्म हेर्दा जहिले पनि यसको सबैभन्दा ठूलो मान्छेचाहिँ को होला भन्ने लाग्थ्यो । त्यो ठूलो मान्छे निर्देशक हो भन्ने कुरा मैले पछि मात्र थाहा पाएँ । त्यसपछि क्रमैसँग म चलचित्र निर्देशनमा होमिएँ ।

आफ्नो पेशाप्रति सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?
सन्तुष्ट छु । पैसा भनेको त्यस्तै रहेछ । फिल्मी क्षेत्रमा लागेर धेरै पैसा त कमाउन सकिएको छैन, तर मैले केही चलचित्र यस्तो राम्रो बनाएछु कि जसका कारणले दर्शकहरूले जहाँ भेट्दा पनि सम्मान गर्नुहुन्छ । त्यो नै मेरो ठूलो उपलब्धि हो ।

चपली हाइट र चपली हाइट-२ तपाईंले निर्देशन गर्नुभयो, तर चपली हाइट-३ बाट बाहिरिनुभयो किन ?
समयअनुसार मानिसको स्वभाव एवं बाटाहरू फरक हुँदा रहेछन् । म चलचित्र क्षेत्रमा आएको एक दशक भयो । यस दौरान म पहिले जस्तो थिएँ, बिस्तारै मेरो स्वभाव, बोल्ने तरिका तथा रुचिहरू परिवर्तन भैसकेका छन् । जुनबेला मैले चपली हाइट निर्देशन गरें त्यतिबेला म अर्कै थिएँ, चलचित्रका सम्बन्धमा मेरो बुझाइ अर्कै थियो । अहिलेको मेरो बुझाइ अर्कै छ । समाजप्रतिको दृष्टिकोण तथा दायित्वबोध छुट्टै छ । मेरो बाटो अन्तै मोडिइसकेको छ । मेरो बाटो अन्तै लागिसकेको छ, अब त्यो पुरानो कुरा छुटिसकेको छ ।

तपाईंमा यो फरकपन कसरी आयो ?
पशुपतिप्रसादपछि ममा धेरै परिवर्तन आयो । त्यसपछि मैले एक-दुईवटा कमर्सियल फिल्म पनि गरें । कमर्सियल फिल्म बाँच्नका लागि गरें, तर म बाट दर्शकहरूले गहन विषय भएको र गम्भीर हुने खालको चलचित्र खोज्नुहुँदो रहेछ भन्ने कुरा थाहा पाएँ । त्यसैले अब म जुन चलचित्र बनाउँछु त्यसमा समाजसँग सम्बन्धित कुनै गम्भीर मुद्दा आओस्, बहस सिर्जना होस् अथवा त्यसले समाजमा केही परिवर्तन ल्याओस् भन्ने चाहना राख्छु । त्यही अनुसार मैले कमर्सियल फिल्म बनाउन चटक्कै छोडें ।

चलचित्र आमामा व्यस्त हुनुहुन्छ, यो कस्तो चलचित्र हो ?
'आमा' चलचित्र आमाहरूको कथा हो । मेरी पनि आमा हुनुहुन्छ । मैले मेरी आमालाई यसो गर्दिन पाए हुन्थ्यो, उसो गर्दिन पाए हुन्थ्यो भन्ने थुप्रै सपना, चाहना राख्दै आएको छु, त्यस्ता धेरै सपना पूरा नहुँदा रहेछन् । आमाहरूको दुःख जहाँको त्यहीं छ । आमा भन्ने प्राणी जहिले पनि दिन मात्र खोज्ने कहिल्यै केही नमाग्ने तर दिँदा खुसी हुने । यो कुराले मलाई एकदमै छोयो । मैले पनि आमाका लागि त्यस्तो धेरै केही गर्न सकेको छैन ।

कला-वार्ता

परम्परागत चित्रकारितामै आत्मसन्तुष्टि

परम्परागत कलामा आफ्नो छुटै पहिचान बनाएर अघि बढी रहेका कलाकार हुन्- समुन्द्रमानसिंह श्रेष्ठ । सानैदेखि परम्परागत कलामा आकर्षित भै लागिपरेका समुन्द्रले केही समयदेखि कन्टेम्परी आर्टलाई पनि सँगै लगिरहेका छन् । ४ पटक राष्ट्रिय कला पुरस्कार तथा ३ वटा अन्तर्राष्ट्रिय पुरस्कार पाइसकेका समुन्द्रले २०१९ को अरनिको युवा पुरस्कारसमेत प्राप्त गरेका छन् ।

सानैमा परम्परागत चित्रकलामा लाग्नुको कारण के होला ?

म सानैदेखि कमिक्सका पात्रहरूको चित्र कोरिरहन्थें । माइला बुबा विकासानन्द पनि घरमा थान्का बनाउनुहुन्थ्यो । उहाँले साथी कलाकार दीपककुमार जोशीलाई चिनाई मेरा लागि कक्षाको व्यवस्था गरिदिनुभयो । त्यसपछि कलाकार प्रेममान चित्रकारसँग सिक्न पुगें । जहाँ मैले मेरो बालसुलभ कमिक्स पात्रलाई छोडेर उहाँको जस्तै परम्परागत कलामा कुचि चलाउँदै गएँ ।

त्यति बेला पेन्टिङका अरू विधामा कत्तिको रुचि थियो ?

त्यो समयमा मेरो शिरमा चित्र सिक्ने भूत थियो । प्रेममान सरसँग चित्र सिक्दा सिक्दै अनायासै परम्परागततिर मोडिएँ । पौभा कोर्न थालेपछि अरू चित्रतर्फ हातै गएन । म यसैमा रमाएँ ।

यसमा दाम बढी पाइने भएर हो कि ?

म आफ्नो कलालाई पैसासँग तुलना गर्न चाहन्नँ । जति मेहनत गरेर एउटा चित्र तयार हुन्छ, त्यो अनुपातमा त्यसको मूल्यलाई बढी भन्न मिल्दैन । मुख्यतः यस्ता कलामा मेरो रुचि बस्यो ।

तपाईंको सिर्जना कुन-कुन देशका कला संग्रहालयमा छन् ?

जर्मनी, चाइना, युके, अमेरिका, जापान, इन्डिया आदि देशमा छन् । आर्ट कलेक्टरहरूको हकमा त मुस्लिम देशहरू वाहेक प्रायः सबै देशमा मेरा कलेक्सन पुगेका छन् ।

तपाईंलाई त स्टाइलिस्ट कलाकारका रूपमा पनि चिनिन्छ नि ?

खोइ, हो र ? सम्भवतः यो विधामा युवापुस्ताको कमी भएर त्यसो भनिएको हो कि ? कलाकार हुँदैमा स्मार्ट देखिन नहुने भन्ने छैन । म उमेरअनुसारको गेटअपमा हिडेको मात्र हुँ, स्टाइलिस्ट नै त नभनौं ।

तपाईंका प्रशंसक कस्ता छन् ?

सबैजसो पुस्ताले मेरा चित्र मन पराएको पाएको छु । टिनएजरदेखि वृद्धवृद्धाहरूसम्म मेरो कलाका प्रशंसक छन् ।

तपाईंको चित्रको मूल्य कस्तो छ ?

म मेहनतका आधारमा मूल्य तोक्छु । अचेल विदेशी आर्ट कलेक्टरहरूले दिने मूल्य नेपाली कलेक्टरहरूबाट पनि पाउन थालेकी छु ।

नेपालमा बढी कसले तपाईंका चित्र किनेका छन् ?

नामै तोकेर भन्नुपर्दा पृथ्वीबहादुर पाण्डे, वीरेन्द्र शाही तथा बोधीसत्व ग्यालरी ।

पहिलो राष्ट्रिय पुरस्कार पाउँदाको अनुभव कस्तो रह्यो ?

मैले २२ वर्षको उमेरमा २०५३ सालमा राष्ट्रिय पुरस्कार पाएँ । हरहर बाहण लोकेश्वर चित्रबापत मैले उक्त पुरस्कार प्राप्त गरेको थिएँ, जसबाट म आर्ट कलेक्टरहरूमाझ परिचित भएँ । त्यो चित्र मैले त्यति बेला ११ हजार रुपैयाँमा बिक्री गरेको थिएँ ।

तपाईंका चित्रको कपी गर्नेहरू पनि उत्तिकै छन्, कलामा कपीराइट लाग्दैन ?

कपी गरेर कोही पनि राम्रो कलाकार बन्न सक्दैन । अहिले पेन्टिङका लागि धेरै राम्रो समय छ । प्रतिभावान् कलाकारहरू पनि आइरहेका छन् । सिक्नका लागि कपी गर्नु ठीक छ तर हुबहु नक्कल उतारेर बेच्नु गलत हो । यद्यपि जति नै कपी गरे पनि ओरजीनललाई बुझ्नेहरूले त्यस्ता कपी देख्नासाथ चिनिहाल्छन् । सुन र पित्तलमा फरक त हुन्छ नै । यसमा कपीराइट्स नलाग्ने कुरा त होइन, तर विभिन्न कारणले अहिलेसम्म म यस विषयमा मौन नै छु ।

अहिले आएर परम्परागतका साथमा कन्टेम्परी कलाकारका रूपमा पनि चिनिन थाल्नुभएको छ नि ?

मैले परम्परागत आधार लिई अहिलेको समसामयिक घटना र परिवेश देखाउन खोजेको हुँ । यसबाट पनि मलाई सन्तुष्टि मिलेको छ ।

अरू कलाकारको जस्तो तपाईंको त्यति कला प्रदर्शनी नहुनुको कारण ?

आफूसँग चित्रको कलेक्सन नभएर । केही वर्षअघि डिना वाङ्देलको सक्रियतामा विदेशबाट र बोधीसत्व ग्यालरीसँग भएका कलेक्सनहरू मगाएर प्रदर्शन गरें । बनाएका चित्रहरू स्टकमा नभएका कारण चाहेर पनि कला प्रदर्शनी गर्न सकिरहेको छैन ।

सिर्जना दुवाल श्रेष्ठ

नयाँ प्रविधि

विद्यार्थीले नबोलेरै दिएको गृहकार्य गुलाबी उमेर

‘सेतो धरती’ पुस्तकका लागि मदन पुरस्कार विजेता लेखक अमर न्यौपानेको नयाँ आख्यान बजारमा आएको छ । शनिबार राजधानीको कमलादीस्थित प्रज्ञा-प्रतिष्ठानको डबलीबाट आख्यानकार न्यौपानेले आफ्नो चौथो उपन्यासका रूपमा ‘गुलाबी उमेर’ सार्वजनिक गरे । न्यौपानेले उक्त उपन्यास साहित्यकार कृष्ण धरावासी तथा अभिनेत्री केकी अधिकारीका साथमा उभिएर सार्वजनिक गरेका हुन् ।

अमरको ‘गुलाबी उमेर’माथि टिप्पणी गर्दै साहित्यकार कृष्ण धरावासीले यो उपन्यास किशोर मनोविज्ञानमा आधारित रहेर लेखिएको बताए । धरावासीका अनुसार यो समयमा किशोरीहरूको मनोविज्ञान कसरी विकास हुन्छ, वर्षौंपिच्छे उनीहरूको व्यवहार कसरी परिवर्तन हुन्छ र उनीहरूले आफ्नो परिवारसँग कस्तो व्यवहार गर्छन्, पुस्तकले देखाउने प्रयास गरेको छ । ‘गुलाबी उमेर’मा फ्रायड प्रतिपादित इलेक्ट्रा कम्प्लेक्सलाई चित्रण गरिएको धराबसीको टिप्पणी थियो ।

कार्यक्रममा वक्ताका रूपमा पुगेकी केकी

अधिकारीले गुलाबी उमेरको कथा आफूलाई फरक र सरल लागेको बताइन् । पुस्तक पढ्ने क्रममा आफ्नो उमेर बिर्सिएर किशोरवयमै फर्किएको केकीको धारणा थियो । उनले भनिन्- ‘मलाई लाग्छ, यो पुस्तकमा प्रत्येक किशोरीले आफूलाई फेला पार्छन् भने महिलाहरूले आफ्नो किशोरावस्थाका हरेक कुरालाई पुनः स्मरण गर्नेछन् ।’

कार्यक्रममा लेखक न्यौपानेले आफूले १२ वर्षसम्म पढाउँदा किताबको कुरा पढाएको र किताबकै गृहकार्य दिए पनि विद्यार्थीहरूले भने आफूलाई जीवनको कुरा पढाएर जीवनकै गृहकार्य दिएको बताए । अमरले भने- ‘मैले भनेर गृहकार्य दिएँ, उनीहरूले नभनेरै मलाई गृहकार्य दिए । यो उपन्यास विद्यार्थीहरूले मलाई दिएको त्यही गृहकार्य हो ।’ पुस्तकमा लेखकले एउटी किशोरीको हुर्कंदो उमेरको कथा प्रस्तुत गरेका छन् जहाँ बाल्यकालबाट किशोर अवस्थामा प्रवेश गर्दा एउटी किशोरीमा देखा पर्ने मानसिक तथा शारीरिक परिवर्तन एवं उतारचढावको कथा बुनिएको छ ।

अमरले गुलाबी उमेरमा मानिसको उमेरलाई ५ भागमा विभाजन गरेका छन् । जन्मदेखि १२ वर्षसम्म पल्लवी उमेर, जुन सबैभन्दा अबोध र निश्चल हुन्छ । १३ देखि १९ वर्षसम्म गुलाबी उमेर, जुन सबैभन्दा तरल र कल्पनाशील उमेर हो । २० देखि ४० वर्षसम्म मखमली उमेर, जसलाई ऊर्जावान् र शक्तिशाली उमेरका रूपमा बुझ्न सकिन्छ । ४१ देखि ६० वर्षसम्म बैजनी उमेर, जुन सबैभन्दा चिन्तनशील र दार्शनिक उमेर हो । ६१ देखि मृत्युपर्यन्तको समयलाई लेखकले अस्मानी उमेरका रूपमा चित्रण गरेका छन्, जुन आध्यात्मिक अवस्था हो । गुलाबी उमेरलाई फाइन प्रिन्टले बजारमा ल्याएको हो ।

कविता

आमाको सम्झनामा

आस्था कोपिला

एक्कासि मनको बार्दलीबाट हराउँछ
खुसीका रंगीन चित्रहरू
जब आमाको आशीर्वाद दिने हातले साथ छोड्छ
आदिम प्रेमको सुगन्ध बोकेर हिँड्ने बतास टक्क रोकिन्छ
भर्खरै पखेटा पलाउन थालेको बचेरा गुँडमै
बेसेहार छट्पटाइ रहेछ ।

आमा हजुरले छाडिगएपछि
हरियो पातमा खसेर मोतीझैं टल्कने शीत पनि
मेरै आँखामा खस्न थालेको छ
यो एक हरफ जिन्दगी पनि घनाजङ्गल छेउ अलपत्र भएको छ
जुन टिप्ने सपना बादलभित्रै हराएको छ
इन्द्रेणी रहर फिक्का-फिक्का भएको छ ।

आमा हजुरको छातीको क्षेत्रफल कति हो ?
जहाँ दुनियाँ अटाएको थियो
सन्तानका रहरको अनगिन्ती बिस्कुन सुकाउने पनि त्यही
अभावहरू पोखिने पनि त्यही
बटुल्ने पनि त्यही
खुसीमा बुर्कुसी खेल्ने पनि त्यही
दुःखमा मुख लुकाएर रुने पनि त्यही
आमा हजुरको छातीको क्षेत्रफल कति थियो ???

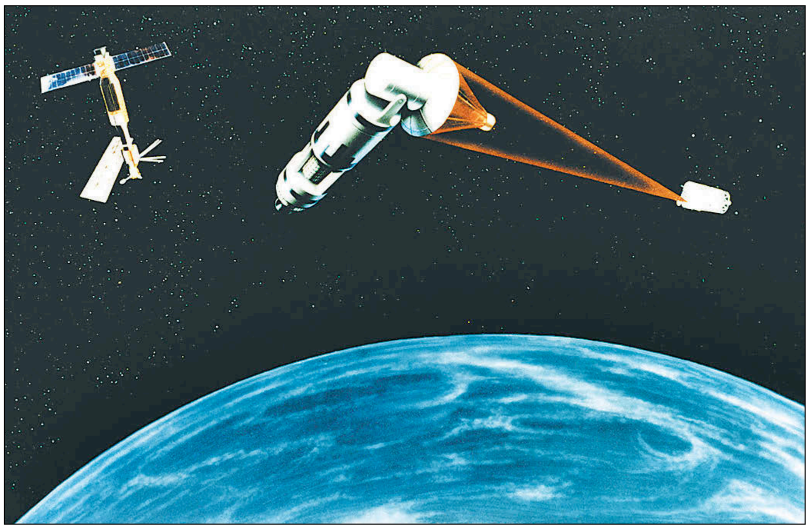
भगवान्ले दिएको त्यही फरकिलो भूगोल
आज मबाट भगवानले नै खोसेर लग्यो
अब मेरो खुसीमा रमाउने आँगन पनि छैन
दुःखमा बिसाउने चौतारी पनि छैन
यो स्वार्थले भरिएको संसारमा फगत एक्लो छु ।

आमाको पाइतलाको डोब मात्र देख्छु
यी मझेरी, आगन, करेसाबारी....जताततै
हावाले पनि आमाकै सारीको फेर हल्लाएझैं देख्छु
हरेक आवाजहरू आमाले बोलाएझैं सुन्छु
घरैभरी पोखिएका छन् हजुरकै झ-झल्काहरू
झझल्को पनि किन पो नआउन त ???
यो सृष्टिको सारा सर्वोच्चता हजुरकै देन न हो ।

आमा मलाई माफ गर्नुहोस्
मैले आफ्नै जीवनको आयु काटेर
हजुरको जीवनको अजम्बरी घर बनाउनै सकिन ।

आमा हजुरले पोहोरै एक दिन भन्नु’भा थियो–
‘मान्छे मरेपछि तारा बन्छ’
अचेल म हरेक रात ताराहरू हेर्छु
करोडौं ताराहरूको बीचमा
एउटा तारा खोजिरहन्छु
हजुररको अनुहारसँग मिल्ने र सम्झन्छु
सबैभन्दा चम्किलो तारा मेरी आमा हो ।

अन्तरिक्षमा उपग्रह पठाउने होड



अन्तरिक्षमा उपग्रह पठाउन अहिले निजी कम्पनीहरूसमेत प्रतिस्पर्धामा उत्रिएका छन् । टेलिभिजन, ब्रोडब्यान्डजस्ता सबै प्रविधिका लागि उपग्रह आवश्यक हुने भएकाले यो क्षेत्रमा प्रतिस्पर्धा समेत बढेको छ ।

पहिले अन्तरिक्ष कार्यक्रममा अमेरिका र रूसजस्ता शक्तिशाली देश अगाडि थिए । हाल यसको क्षेत्र कति व्यापक भएको छ भने निजी क्षेत्रका करिब १ सय ३० कम्पनी प्रतिस्पर्धाको यो दौडमा सामेल भएका छन् । अन्तरिक्ष अभियानमा निजी कम्पनीहरूको हिस्सा ३७ प्रतिशत छ, जुन सन् २०१४ मा करिब ८ दशमलव ७९ प्रतिशत मात्र थियो ।

एसिया प्यासिफिक एरोस्पेस कन्सल्टेन्ट्सले हालै प्रकाशित गरेको प्रतिवेदनअनुसार विश्वस्तरमा व्यवसायिक अन्तरिक्ष अभियानमा निजी कम्पनी सरकारी कम्पनीभन्दा अगाडि छन् । ब्रिटिस भर्जिन ग्यालेक्टिकको सहायक कम्पनी, ब्ल्यू ओरिजिन, बोइङ, लकहिड मार्टिन जस्ता ठूला कम्पनी यसमा अगाडि बढिरहेका छन् ।

सन् २०१६ को स्याटेलाइट इन्डस्ट्री प्रतिवेदनअनुसार २०१४ देखि २०१६ सम्ममा उपग्रह सेवाको राजस्व ४ प्रतिशत बढेर १० खर्ब २७ अर्ब ४० करोड डलर पुगेको थियो । उक्त समयमा स्याटेलाइट अर्थात् उपग्रह निर्माणको राजस्व पनि ४ प्रतिशत बढेर १६ अर्ब ६० करोड डलर पुगेको थियो । बजार विश्लेषण एवं अनुसन्धान संस्था फ्रोस्ट एन्ड सुलिभानको प्रतिवेदनअनुसार २०३० सम्म ११ हजार ७ सय ४६ साना उपग्रह छोडिने अनुमान छ । उक्त संस्थाका अनुसार साना उपग्रहको प्रक्षेपणबाट ६९ अर्ब डलर सम्म कमाई हुनेछ ।

इलोन मस्कले सन् २००२ मा स्पेसएक्स कम्पनीको स्थापना गरेका थिए । त्यसको आठ वर्षभित्रै स्पेसएक्स अन्तरिक्ष यानलाई कक्षमा छोड्ने र पृथ्वीमा फिर्ता ल्याउने पहिलो निजी कम्पनी बन्यो । मस्कले हाल पनि फेरि प्रयोग गर्न सकिने र मंगलमा समेत लाने योजनाका साथ रकेटको विकास गरिरहेको बताएका छन् । लकहिड मार्टिन तथा बोइङको साझेदारीमा निर्माण गरिएको युनाइटेड लन्च एलायन्सले धेरैजसो अमेरिकी सैन्य उपग्रह लन्च गर्छ । स्पेसएक्सपश्चात् अन्तर्राष्ट्रिय अन्तरिक्ष स्टेसनमा यात्री पुऱ्याउने दोस्रो कम्पनी बोइङ थियो ।

यसका साथै अमेजनका जेफ बेजोस तथा ब्ल्यू ओरिजिन पनि यो व्यवसायिक दौडमा अगाडि छन् । ब्ल्यू ओरिजिनले सस्तो अन्तरिक्ष पर्यटनमा आफ्नो ध्यान केन्द्रीत गरेको बताएको छ ।

खेलाडीका लागि पुमाले बनायो स्मार्टवाच

पुमाले खेलाडीहरूका लागि उपयुक्त स्मार्टवाच बजारमा उतार्ने घोषणा गरेको छ । उक्त स्मार्टवाचमा क्वालकम स्न्यापड्रागन वेयर ३१०० चिपसेट प्रयोग गरिएको छ, जसले गुगल वेयर ओएसमा आधारित भएर काम गर्छ । सामान्य मानिसले समेत व्यायाम वा विभिन्न तालिम गर्दा यसको प्रयोग गर्न सक्छन् । यसको बाहिरी केस आल्मुनियम तथा नाइलनबाट निर्माण गरिएको छ, त्यसैले यो निकै हल्का छ । यसमा प्रयोग गरिएको गुगल फिट फिचरका कारण हार्ट रेट र वर्कआउटलाई पनि ट्र्याक गर्न सकिन्छ । यसमा एनएफसी पेमेन्ट फिचरसमेत समावेश छ । स्विमिङ गर्दा समेत यसलाई प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो स्मार्टवाचको नाम अझै जुराइएको छैन, तर यसको अन्तर्राष्ट्रिय बजार मूल्य २ सय ७५ अमेरिकी डलर हुने तथा आगामी नोभेम्बरमा बिक्रीका लागि उपलब्ध गराइने बताइएको छ ।

स्न्यापच्याटको प्रतिस्पर्धामा फेसबुक

फेसबुकले स्न्यापच्याटसँगको प्रतिस्पर्धामा अघि बढ्न थ्रेड्स नामक म्यासेजिङ एपको विकास गर्दैछ । उक्त एपले आफ्ना नजिकका साथीलाई आफ्नो स्ट्याटस, लोकेसन आदि सेयर गर्ने सुविधा दिनेछ । फेसबुकले आफ्नो फोटो सेयरिङ एप इन्स्टाग्रामको साथीका रूपमा यसलाई प्रस्तुत गर्ने योजना बनाइरहेको छ । यसबाट लोकेसन, तस्बिर, भिडियो तथा टेक्स्ट आदिलाई नयाँ तरिकाले सेयर गर्न सकिनेछ । यसका लागि इन्स्टाग्रामको क्रिएटिभ टुल्स प्रयोग गरिनेछ । स्न्यापच्याट हाल फेसबुक र इन्स्टाग्राम दुवैका लागि चुनौती बनिरहेको छ । युवाहरूको ध्यान यी दुई सामाजिक सञ्जालभन्दा बढी स्न्यापच्याटतिर जान थालेको छ । त्यसैले पनि फेसबुकले आफ्नो आकर्षण कायम राख्न विभिन्न उपाय अपनाउने प्रयास गरिरहेको छ ।

हुवावेले लन्च गर्दैछ नयाँ चिप र इयरफोन

हुवावेले छिट्टै नै नयाँ स्मार्टफोन चिप 'द किरिन ९९०' तथा इयरपडजस्तै इयरफोन 'द फ्रिबड्स ३' बजारमा ल्याउँदैछ । बर्लिनमा आयोजना हुने आईएफए ट्रेड शोभन्दा पहिलेको मिडिया ब्रिफिङमा हुवावेले उक्त जानकारी दिएको हो । हुवावेको नयाँ चिपमा शक्तिशाली एआई चिप र फाइभजी चिप बिल्टइन हुनेछ । यो यस प्रकारको विश्वकै पहिलो चिप हो । पहिलेको तुलनामा यसले सिंगल कोरमा ९ प्रतिशत तथा मल्टिकोरमा १० प्रतिशतभन्दा बढी पर्फमेन्स दिने कम्पनीले बताएको छ । हुवावेको फ्रिबड्स ३ मा वायरलेस इयरबड हुनेछ, जुन पोर्टेबल चार्जिङ केस तथा एक्टिभ न्वाइज क्यान्सिलेसन सहित उपलब्ध हुने कुरा बताइएको छ । छिट्टै चार्ज हुन सक्ने यी डिभाइस एक पटक चार्ज गर्दा लगातार ४ घण्टा चलाउन सकिन्छ र यसलाई चार्जिङ केसको सहयोगले २० घण्टा सम्म बढाउन सकिन्छ ।

रेस एडिसनको टीभीएस अपाचे आरटीआर १६० टुभी

नेपाली बजारमा टीभीएसको डबल डिस्क ब्रेकसहितको नयाँ बाइक अपाचे आरटीआर १६० टुभी भित्रिएको छ । युवा पुस्तालाई लक्षित गरी यो बाइक नेपालमा उपलब्ध गराइएको कम्पनीको दाबी छ । रेसिङ डिकल्स, थ्रीडी लोगो, चम्किलो कलर एवं स्पिडोमिटरको नवीन डायलले यो बाइकलाई स्टाइलिस ढाँचा प्रदान गरेको छ । यो बाइकमा उच्च ग्रिप टायरहरूका साथ पांग्रामा नयाँ पिन स्ट्राइप तथा डबल डिस्क ब्रेकयुक्त छ । यसमा १५९ दशमलव ७ सीसीको सिंगल सिलिण्डर, फोर स्ट्रोक, एयर-कुल्ड इन्जिन जडान गरिएको छ, जसले १३ दशमलव ०३ एनएमको टर्कका साथ १५ दशमलव १२ पिएसको अधिकतम शक्ति उत्सर्जन गर्छ । त्यसका अतिरिक्त मोटरसाइकलले शक्ति र वजनको उत्कृष्ट अनुपात प्रदान गर्छ । यसले ५ दशमलव १५ सेकेन्डमा शून्य देखि ६० किलोमिटर प्रतिघण्टाको गति लिने दावी गरिएको छ । यो मोटरसाइकलको बजार मूल्य २ लाख ६४ हजार ९ सय रुपैयाँ छ ।

नयाँ ए सिरिज-२०२०

ओपोले नेपालमा ए सिरिज-२०२० अन्तर्गत नयाँ स्मार्टफोन सार्वजनिक गर्ने घोषणा गरेको छ । ए सिरिजअन्तर्गतका उत्पादनमा 'एनाइन-२०२०' तथा 'एफाइभ-२०२०' छन् । मध्यमवर्गीय स्मार्टफोन बजार लक्षित ओपोका यी उत्पादनले उत्कृष्ट फोटोग्राफीको अनुभव प्रदान गर्नुका साथै यसमा लामो समय टिक्ने ब्याट्री उपलब्ध गराइएको छ । ओपो एसिरिज-२०२० ले विभिन्न आवश्यकतासहितका उपभोक्ताहरूको माग सम्बोधन गर्नेछ । यो फोन विशेष गरी, जेनरेसन जी युवाहरूका लागि उत्कृष्ट हुने बताइएको छ । ओपो ए सिरिज-२०२० मा उपलब्ध परिष्कृत ४८ एमपी अल्ट्रा वाइड क्वाड क्यामेरा, डुअल स्टेरियो स्पिकर्स तथा ५ हजार एमएएच अल्ट्रा ब्याट्रीले प्रयोगकर्तालाई उत्कृष्टताको अनुभव गराउने दाबी गरिएको छ ।

सवारी दुर्घटनामा मन्त्र ब्यान्ड

दार्जीलिङको ब्यान्ड मन्त्रको टोली सवारी दुर्घटनामा घाइते भएको छ। उनीहरू सवार ग १ ञ ७९५ नम्बरको स्कर्पियो पोखराको सराङकोटमा आइतबार बेलुका ८ बजे दुर्घटनाग्रस्त भएको थियो। दुर्घटनामा मन्त्र ब्यान्डका मुख्य भोकलिष्ट भाष्कर देवान, गितारिष्ट प्रज्ञा लामा, निमा भुटिया तथा चालक धादिङका ईश्वर तामाङ घाइते भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय कास्कीले जनाएको छ। मुख्य भोकलिष्ट भाष्कर देवानले आफूहरू सबैजना सामान्य घाइते मात्र भएको जानकारी दिएका छन्। 'हामीलाई त्यस्तो मेजर इन्जुरी केही भएको छैन, हामी सेभ छौं,' भाष्करले भनेका छन्। भाष्करको निधारसहित टाउकोमा चोट लागेको छ। मन्त्र ब्यान्डको टिम कार्यक्रमका सिलसिलामा पोखरा आएको थियो। यो ब्यान्डले पोखरा, लेकसाइडस्थित रोलिङ स्टोन रक बारमा शनिबार प्रस्तुति दिएको थियो।

मानसको हिरो

करिव दुई वर्षअघि गायक मानस राजले एउटा गीत सार्वजनिक गरे, जसको शीर्षक थियो– भाइरल भैदियो। उक्त भिडियो हालसम्म करिब ३ करोड पटक हेरिएको छ। फरक शैलीको गीत तथा पृथक शैलीको म्युजिक भिडियोका कारण उक्त गीत लोकप्रिय भएको थियो, जसमा बाल नृत्यांगना दीक्षा ठकुरीदेखि सबिन कार्कीसम्मको आकर्षक नृत्य दर्शकले मन पराएका थिए। एउटै गीतका कारण सांगीतिक क्षेत्रमा स्थापित भएका गायक मानस राज यतिबेला पुनः त्यस्तै शैलीको गीत तथा म्युजिक भिडियो लिएर आएका छन्। 'हिरो...' शीर्षकको उक्त गीतमा मानसकै शब्द, संगीत तथा स्वर छ भने भिडियो पनि उनैले निर्देशन गरेका हुन्। उक्त भिडियोमा बाल-नृत्यांगना दीक्षा ठकुरीलाई नै मुख्य पात्रका रुपमा प्रस्तुत गरिएको छ।

उदितको नेवारी गायन

गायक उदित नारायण झाले हालसम्म नेपाली तथा हिन्दी बाहेक भोजपुरी, तेलुगू, तमिल, कन्नड, उडिया, बंगालीसहित विभिन्न ३५ भाषाका गीत गाइसकेका छन्। हालै मात्र उनले नेवारी भाषामा समेत गीत गाएर आफ्नो गीतको भाषाको संख्या ३६ पुऱ्याएका छन्। नेपाल भाषाको चलचित्र 'छंगु जिगु माया रतन' का लागि उदित तथा उनकी धर्मपत्नी गायिका दीपा नारायण झाको स्वरमा चलचित्रको शीर्षक गीत रेकर्ड गरिएको छ। चलचित्रका निर्देशक सुरेन्द्र तुलाधर, संगीतकार नील शाक्य तथा संगीत संयोजक भूपेन्द्र बज्राचार्यले मुम्बई नै पुगेर उदित र दीपाको स्वरमा उक्त गीत रेकर्ड गराएका हुन्। निर्देशक तुलाधरका अनुसार उदितले ३६ वटा भाषामा गीत रेकर्ड गराएको विषयलाई गिनिज बुकमै दर्ता गराउने इच्छा राखेका छन्।

लोक स्टारको टप टेनमा ?

लोक गीतमा आधारित रियालिटी शो 'नेपाल लोक स्टार' टप टेन चरणमा प्रवेश गरेको छ। विभिन्न चरणको अडिसन पार गर्दै बाजुराका पबिन्द्र सुनार, रामेछापका राजकुमार नेपाली, अर्घाखाँचीका सुशिल आचार्य,

रोल्पाका शनि विश्वकर्मा, भोजपुरका दीपेन्द्र राई, उदयरपुरका बिनोद दनुवार, चितवनकी मुना अर्याल, स्याङ्जाका चेतन गोतामे, बाजुराका प्रभुराज पाण्डे तथा सर्लाहीका रविराज शाह उत्कृष्ट १० मा पुग्न सफल भएका छन्। यसै हप्तादेखिका श्रृंखलामा यी दश प्रतिस्पर्धीबीच भिडन्त हुनेछ। यो प्रतियोगिताका लागि देशका सातै प्रदेशको प्रतिनिधित्व हुने गरी गरिएको अडिसनबाट ३ सय ५० जना छनोट भएका थिए।

कुराकानी

पन्छीले पहिचान दिलायो

पश्चिम बंगालको डुअर्सबाट म्युजिक करियर थालेका गायक पुष्पण प्रधान केही समय काठमाडौं बसेर डुअर्स फर्किएका थिए, तर गत वर्षको नेपाल आइडलका एक प्रतिस्पर्धी अमित वरालले उनको जीवनमा 'युटर्न' ल्याइदिए । अमितले त्यही चर्चित गीत पन्छी गाए, जसका कारण उनको भाग्य चम्कियो ।

पूर्वाञ्चल टुर कस्तो भयो ?

बियर कम्पनीले मलाई विश्वास गरेर टुर आयोजनाको प्रस्ताव गरेको थियो। मैले मूलतः दर्शक-श्रोताहरूको मायालाई नै यो टुरको उपलब्धि मानें।

तपाईंको व्यस्तता बढेको हो ?

हो, करिब एक वर्षदेखि मलाई यो क्षेत्रले धेरै व्यस्त बनाएको छ। भारत र नेपालसँगै अन्य विदेशी मुलुकबाट मलाई निरन्तर निम्तो आइरहेको छ। म यो एक वर्षभित्र अस्ट्रेलिया, सिंगापुर, हङकङ, युएई आदि देश पुगिसकेको छु। चाँडै दक्षिण कोरिया र अमेरिका टुरको तयारीमा छु।

केही समयअघिसम्म तपाई फुर्सदिलो हुनुहुन्थ्यो, यो व्यस्तताको कारण के हो ?

खासमा नेपाल आइडलमा अमित बरालले मेरो पन्छी गीत गाएका थिए। त्यो गीत साह्रै रुचाइयो। त्यसको शब्द एवं भावले दर्शक-श्रोताहरूको मन जित्यो। त्यही गीतले मलाई व्यस्त बनाएको हो। यसको श्रेय म अमित बराललाई दिन्छु। उनले त्यो गीत गाएकै कारण आज पुष्पण प्रधानलाई विश्वभरका नेपालीले चिन्न थालेका हुन्।

आफ्ना गीतमार्फत भुइँमान्छेका कथा सुनाउनुहुन्छ, यस्तो गीत गाउन के कुराले प्रेरित गर्छ ?

मलाई भुइँमान्छेहरूको दुःख-पीडाले छुन्छ। म डुअर्सको चिलाउने चियाबारीमा जन्मिएँ-हुर्किएँ। उनीहरूको श्रम र पसिनाको सुगन्धले मलाई बारम्बार छोइरह्यो। खासमा गीत यस्तै पात्रहरूको गाउनुपर्छ भन्ने लाग्न थाल्यो। फेरि कवि-साहित्यकारहरूको संगतका कारण पनि मेरो झुकाव यस्तै मानिसहरूप्रति भयो।

पन्छी गीत किन बढी मन पराइयो ?

खासमा यो वैदेशिक रोजगारीको व्यथा हो। नेपालका धेरै युवा वैदेशिक रोजगारीको सिलसिलामा विदेशमा छन्। त्यही भएर पनि नेपालतिर यो गीत बढी रुचाइयो।

आगामी योजना के छ ?

तत्काल नयाँ गीतहरू सार्वजनिक गर्दैछु।

गीतवाटै पहिचान बन्ला भन्ने लाग्थ्यो ?

त्यस्तो सोचेको थिइनँ। सानैदेखि गीत गुनगुनाउँथे। निरन्तर कर्म गरिरहनुपर्छ भन्ने मेरो मान्यता थियो। मानिसलाई निरन्तरको कर्मले नै परिचित गराउँछ भन्ने कुरा मेरो जीवनमा सार्थक भएको छ।

पर्वत पोर्तेल

केवल एक प्रश्न

तपाईंले बाल्यकालमा गरेको कुन काम सम्झँदा हाँसो उठ्छ ?

म ४/५ वर्षकी थिएँ होला । शनिबारको दिन नुहाइधुवाइ सकेपछि दाँत ब्रस गर्न मन लाग्यो । मलाई लाग्यो, साबुनले त सबै कुरा सफा गर्छ । त्यसपछि मैले लुगा धुने साबुनले दाँत ब्रस गरें, आखिर साबुनले ओठ काट्यो । त्यो कुरा सम्झँदा अहिले निकै हाँसो उठ्छ ।

टीका प्रसाई, गायिका

एक जना साथीले भन्यो, हाम्रो शरीर त कुखुराको शुली, खरानी र बालुवाबाट बनेको हो, नपत्याए हर्थुङ्गोमा थुक लगाएर मिच अनि सुँघ । हामी त्यसै गर्थ्यौं । सुँघ्दा कुखुराको सुलीजस्तै गन्हाउँथ्यो पनि । हो जस्तै लाग्थ्यो । त्यसरी मिच्दा बालुवाका कारणले घाउ पनि हुन्थ्यो । त्यसको दाग हर्थुङ्गोमा अझै छ । कहिलेकाहीं हर्थुङ्गोमा त्यो दाग देख्दा त्यो बेलाको समय सम्झेर हाँसो उठ्छ ।

अमर न्यौपाने, साहित्यकार

म बाल्यकालमा रेडियोभित्र मान्छे हुन्छ भन्ने सोच राख्थें । एक दिन मैले रेडियो फुटाएँ अनि भित्र तारहरू मात्र देखेर छक्क परें, तर अहिले त्यो कुरा सम्झिँदा हाँसो मात्र होइन, आफैसँग रिस पनि उठ्छ ।

राधिका हमाल, गायिका

सानैमा स्कुल जाने क्रममा बाटोमा ५ रुपैयाँ भेटें । उक्त पैसा देख्नेबित्तिकै म खुट्टाले च्यापेर बसें, साथीहरू गैसकेपछि मात्र त्यो पैसा टिपेर स्कुल गएको थिएँ म, यो कुरा सम्झिँदा अहिले एकदमै हाँसो उठ्छ ।

जेम्स बिसी, मोडल

त्यस्तै चार कक्षामा पढ्थें होला । गौरीघाटबाट कालोपुल ठूलो ममीको घर जाँदै थिएँ । बाटोमा एक सय रुपैयाँ भेटें । जाडो महिनाको छुट्टी भएकाले स्कुल जानुपर्ने थिएन । जुन समयमा जुन बाटोमा पैसा भेटेको थिएँ म ८-१० दिनसम्म फेरि पनि पैसा भेटिन्छ कि भनेर त्यति नै बजे त्यही बाटोमा पैसा खोज्दै हिँड्थें । त्यो बचपना सम्झिँदा अहिले पनि हाँसो उठ्छ ।

लक्ष्मी बर्देवा, अभिनेत्री

हाम्रो गाउँमा जेनरेटरबाट बिजुली बालेको देखेपछि केबाट बिजुली बल्छ भनेर अग्रजहरूसँग सोध्दा तेलबाट भन्ने उत्तर पाएँ अनि तोरीको तेलमा फलाम डुबाएर आगो बाली बिजुली निकाल्ने प्रयास गरेको सम्झिँदा अहिले एकदम हाँसो लाग्छ ।

बिनोद बाजुराली, संगीतकार

बेलुका खाना खाइसकेपछि घरको चोटामा जान डर लागेर, बा-आमालाई भ्याङमा कुरेर बसेको सम्झँदा म कति छेरभालु रै'छु भनेर अहिले पनि मज्जाले हाँस्छु ।

धिताल चिरिच्याट्ट, हास्यकलाकार

स्कुलबाट भागेर बाग्मती नदीमा पौडी खेल्न गएको कुरा सम्झँदा रमाइलो लाग्छ ।

सबिन श्रेष्ठ, अभिनेता

आफ्नै घरका लागि तरकारी किन्न जाँदा चार पाउ किनेर एक पाउको पैसाले म:म खाएको अनि घरमा चाहिँ एक किलो भनेर ढाँटेको कुरा सम्झँदा हाँसो उठ्छ ।

निर्मल शर्मा, अभिनेता

सानोमा म सुन्तला खाँदा त्यसको बियाँ पनि खान्थें । बुबाममीले तिम्रो पेटमा अब सुन्तलाको बोट उम्रिने भयो जसले गर्दा तिमीले अब गीत पनि गाउन सक्दिनौ भन्नुभयो । त्यसपछि म निकै रोएँ । बुबाममीले जति सम्झाउँदा पनि नमानेपछि डाक्टरलाई बोलाएर डाक्टरले त्यस्तो हुँदैन भनेपछि मात्र मानेकी थिएँ । अहिले पनि सुन्तला खाँदा त्यो घटना सम्झेर निकै हाँसो उठ्छ ।

एन्जिला रेग्मी, गायिका

मैले नरिवलको रुखमा चढेर साथीलाई नरिवलले हानें अनि साथीकी आमाले घरमा आएर कराउँदा घरमा पिटाइ खाएकी थिएँ । कस्तो होला त्यो बालापन ?

दीपाश्री निरौला, अभिनेत्री तथा निर्देशक

मेरो स्कुल घर नजिकै थियो । स्कुलमा घन्टी बजेको घरमै सुनिन्थ्यो । स्कुलमा घन्टी बजेपछि म कहिले पेट त कहिले टाउको दुख्यो भन्थें अनि मलाई २/३ जनाले झ्यानाकुटी पार्दै स्कुल पुर्‍याउनुपर्थ्यो । त्यो कुरा सम्झँदा अहिले पनि निकै हाँसो उठ्छ ।

ऋचा शर्मा, अभिनेत्री

बाल्यकालमा ढिके नुन भुटेर खाएको कुरा सम्झँदा निकै हाँसो उठ्छ । यो कुरा हरिवंश आचार्यद्वारा लिखित पुस्तक चिना हराएको मान्छेमा पनि उल्लेख छ ।

किरण केसी, हास्यअभिनेता

हाम्रो घरमाथि मगर बडाबाको आरुबखडा चोरेको कुरा सम्झेर हाँसो उठ्छ । दिदी र म एकदम डराउँदै एकदम टेकनिक लगाएर चोरेको तर झरेका काँचा, अमिला, तिता आरुबखडा । त्यो बिजोगको चोरी सम्झेर अहिलेसम्म घरमा हाँसो हुन्छ ।

राजाराजेन्द्र पोखरेल, हास्यकलाकार

हाम्रो गाउँमा लाखे नाच हुन्थ्यो, लाखे आयो भन्ने थाहा पाएपछि म डराएर खाटमुनि लुक्थें अनि पसिनै पसिना भएर निस्कन्थें । त्यो कुरा सम्झँदा मलाई हाँसो उठ्छ ।

पुजन घिमिरे, मोडल

म सानैमा खेल्दाखेल्दै भुइँमा पछारिएछु, पछारिसकेपछि पनि झन्डै लडेको भनेछु जुन कुरा मेरी ममी तथा अन्टीहरूले भन्नुहुन्छ, सम्झँदा निकै हाँसो उठ्छ ।

दीपिका प्रसाई, अभिनेत्री

कक्षा ४ मा पढ्दा एक जना सर मभन्दा पहिले ट्वाइलेटमा छिर्नुभयो । मलाई लास्टै पिसाब लागिरहेको थियो । मैले खोइ के सुरमा बाहिरबाट चुकुल लगाइदिएछु । त्यसपछि सरले मैले चुकुल लगाएको थाहा पाउनुभयो र मलाई तीन दिन उठ्न नसक्ने गरी पिट्नुभयो । त्यतिबेला साह्रै पीडा भएको थियो, तर अहिले सम्झँदा रमाइलो लाग्छ ।

विनोद न्यौपाने, अभिनेता

कालीगण्डकीमा पौडी खेल्दा साथीहरूको लुगा लुकाएर घर गएको कुरा सम्झँदा हाँसो उठ्छ ।

विमल अधिकारी, मोडल

सानोमा म नौनी घिउको रोटी चाहियो भनेर एकदम जिद्दी गर्थें । अहिले त्यो कुरा सम्झँदा हाँस उठ्छ कि नौनी त आगोमा राख्नासाथ पग्लिन्छ अनि कसरी त्यसको रोटी बन्नु !

सुशीला गौतम, गायिका

कक्षा ६ मा पढ्दा केटी साथीलाई लेखेको दुई पानाको प्रेमपत्र सरले भेट्नुभएको थियो । अहिले त्यो बालापन सम्झँदा हाँसो उठ्छ भने साथसाथै लाज पनि लाग्छ ।

महेश काफ्ले, गायक

चिरी गट्टी र उपहरी गट्टी खेलेको कुरा सम्झँदा हाँसो उठ्छ ।

बालिका थपलिया, लेखिका

लक्ष्मी बर्देवा, अभिनेत्री

ह्यापी बर्थ डे

सदाबहार अभिनेता भुवन केसीको जन्मदिन आउँदो मंगलबार हो भने अभिनेत्री नीता ढुंगाना भोलि शनिबारदेखि २८ वर्षमा प्रवेश गर्दैछिन् । त्यस्तै नेपाली संगीतमा अतुलनीय योगदान पुर्‍याएका न्ह्यू बज्राचार्य पनि आइतबारदेखि ५५ वर्षमा टेक्दैछन् । युवा पुस्ताका लोकप्रिय लोकगायक प्रकाश सपूत आइतबारदेखि २९ वर्ष लाग्दैछन् । जन्मदिनका अवसरमा उनीहरूका योजना तथा उनका साथीभाइ तथा सहकर्मीहरूले साप्ताहिककर्मी प्रकाश रानाभाटमार्फत दिएको प्रतिक्रिया :

भुवन केसीसँग मेरो पहिलो भेट चलचित्र विजय-पराजयका क्रममा भएको थियो । त्यसभन्दा पहिले म उहाँका चलचित्र हेरिरहेको हुन्थें । म चलचित्रमा काम गर्न उहाँबाटै प्रभावित भएको हुँ । नाट्यक्षेत्रबाट चलचित्रमा आउँदाका सुरुवाती दिनमा दाइले मलाई धेरै सहयोग गर्नुभएको थियो । मलाई उहाँ कलाकारिताकै लागि जन्मिएको मानिस हो जस्तो लाग्छ । अहिले उहाँ नायकबाट निर्माता तथा निर्देशक भैसक्नुभएको छ । मैले उहाँको चलचित्र कृ र क्याप्टेनमा काम गर्ने अवसर पनि पाएँ । उहाँ सबैलाई माया गर्ने, सहयोगी र मिलनसार हुनुहुन्छ । नयाँ पुस्तालाई अवसर दिनुका साथै नजानेको कुरा सिकाउनुहुन्छ । उहाँ लामो समयपछि चलचित्रमा देखिँदै हुनुहुन्छ, उहाँलाई चलचित्रको सफलता एवं जन्मदिनको एकमुस्ट शुभकामना ।

सरोज खनाल, अभिनेता

न्हू बज्राचार्य मेरा गुरु अनि अभिभावक पनि हुनुहुन्छ । उहाँ स्टेट फरवार्ड र फरासिलो स्वभावको हुनुहुन्छ । दाइ सफल म्युजिसियन हो । पछिल्लो पुस्ताका लागि उहाँ प्रेरणाको स्रोत हुनुहुन्छ । श्रोता तथा दर्शकहरूले आउने दिनहरूमा उहाँका सिर्जनाहरू निरन्तर सुन्न पाइरहून् ।

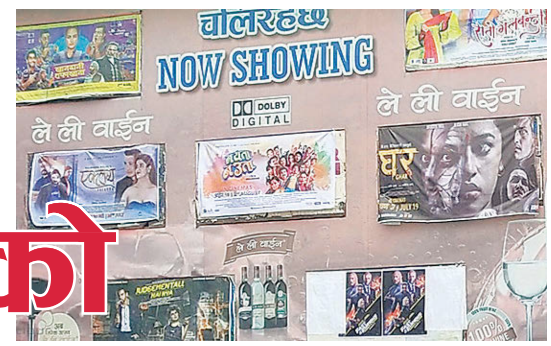
कालीप्रसाद बाँस्कोटा, गायक तथा गीतकार

नीता ढुंगाना एउटी राम्री अभिनेत्रीसँगै कुशल नृत्यांगना हुन् । उनी आफ्नो काममा पोख्त छिन् । उनी कामलाई बुझ्ने कलाकार हुन् । आफ्नो कामलाई प्राथमिकता दिने उनको बानी छ । नीता सुटिङको समयमा पनि दुःख नदिने, अरूको पीडा-मर्म बुझ्ने तथा एकदमै मिजासिलो स्वभावकी छिन् । मैले उनलाई चलचित्रमा देखिरहे पनि राम्रोसँग नजिकबाट भने '६ एकान ६' निर्माणका क्रममा चिनेको हुँ । ६ एकान ६ का लागि केही अभिनेत्रीले कमेडियनहरूको फिल्म भनेर अस्वीकार गर्दा उनले हाम्रो ब्यानरसँग सहकार्य गरिन् । चलचित्र हिट पनि भयो, यसले गर्दा पनि मलाई उनी चलचित्रको स्क्रिप्ट र ब्यानर चिन्न सक्ने अब्बल कलाकार हुन् भन्ने लाग्छ ।

दीपाश्री निरौला, कलाकार/निर्देशक

प्रकाश सपूत पूर्ण कलाकार हुन् । मान्छे एक प्रतिभा अनेक भनिन्छ नि, उनी त्यस्तै छन् । आजको दिनमा उनी गायन, गीत सिर्जना, नृत्य तथा भिडियो निर्देशन सबै विधामा सफल मानिन्छन् । प्रकाशसँग सुरु-सुरुमा गीत गाउने सिलसिलामा विभिन्न कार्यक्रममा भेट हुन्थ्यो । सँगै गीत गाउने अवसर भने दोहोरी ब्याटलमा आएर मिल्यो । गीतले चर्चा पनि कमायो । प्रकाश निकै सरल छन् तर मिडियामा आएका विवादलाई लिएर चाहिँ चाहिनेभन्दा बढी भावुक हुन्छन् । स-साना कुरामा धेरै सोच्ने उनको बानी छ । प्रकाशको सबैभन्दा राम्रो पक्ष भनेको उनी सिर्जनशील छन् । प्रत्यक्ष दोहोरी गाउँदा उनी दर्शक तथा श्रोताहरूको मनस्थिति बुझ्न सक्छन् ।

प्रीति आले, गायिका



कथा पोस्टर ब्वाइको

नेमिष गौतम

अभिनेता निखिल उप्रेती र पोस्टर ब्वाइ राजु भण्डारी दुवै चलचित्र क्षेत्रका प्रतिनिधि पात्र हुन्। चलचित्रका प्रतिनिधि पात्र भए पनि यी दुईबीच एउटा अर्को समानता छ। निखिलले सन् २००१ मा चलचित्र 'पिँजडा'बाट नेपाली रजतपटमा 'डेब्यू' गर्दा राजुले सोही वर्ष शिवदर्शन हलबाट चलचित्र क्षेत्रसँग सम्बन्ध जोडे। अभिनेता निखिल अहिले होम प्रोडक्सनको चलचित्र 'आयो भैरव'को प्रि-प्रोडक्सनमा गुपचुप सहभागी हुँदा राजु भने आफ्नो समूहमार्फत पोस्टरको वितरणदेखि त्यसलाई टाँस्ने काममै सक्रिय छन्।

तरकारी व्यापारबाट चलचित्रतिर

सिन्धुपाल्चोक घर भै हाल नयाँ बानेश्वर बस्दै आएका राजु चलचित्र क्षेत्रमा आउनु अघि तरकारी व्यापार गर्थे। तरकारी व्यापारकै क्रममा उनी दाईमार्फत शिवदर्शन हलमा काम गर्न थाले। 'चलचित्र क्षेत्रमा आउनु अघि तरकारी व्यापार गर्थें। गाउँकै चिनजानको दाइ शिवदर्शन हलमा काम गर्ने भएकाले उहाँमार्फत नै म चलचित्र लाइनमा आएँ', राजु भन्छन्, 'शिवदर्शन हलमा मैले झन्डै पाँच वर्ष काम गरेँ। त्यहाँ टिकटको देखि सबै काम गर्नुपर्थ्यो। त्यस क्रममा मैले चलचित्र क्षेत्रलाई बुझ्ने मौका पनि पाएँ।' शिवदर्शन हलमा काम गर्दा उनको चिनजान चलचित्र निर्माता तथा वितरक सुनिल मानन्धरसँग भयो। सुनिलसँग राम्रै चिनजान भएपछि उनैमार्फत राजु पोस्टरको वितरणदेखि टाँस्नेसम्ममा संलग्न भए।

दिदीभाइबाट पोस्टर यात्रा

राजुले २०६५ सालदेखि चलचित्र 'दिदीभाइ'बाट पोस्टर संकलनदेखि वितरण एवं टाँस्नेसम्मको काम सुरु गरे। प्रारम्भमा राजुले उनका पार्टनर सुरज खड्कासँग पोस्टरको काममा सहकार्य गरेका थिए। 'त्यो समयमा पोस्टरको काम गर्नु निकै गाह्रो र चुनौतिपूर्ण थियो। किनभने झन्डै ६० देखि ७० हजारसम्म पोस्टर छापिन्थ्यो। ती पोस्टरलाई उपत्यकामा टाँस्नेदेखि लिएर बाहिर पठाउनेसम्म काम गर्नुपर्थ्यो', राजु सम्झन्छन्, 'तर अहिले त्यस्तो अवस्था छैन। अहिले निकै कम संख्यामा पोस्टर छापिन्छन्। जसले गर्दा काममा केही असरसमेत परेको छ। अहिले फेसबुकसँगै डिजिटल प्रविधिको विकासले पोस्टरको सङ्ख्यामा निकै गिरावट आएको छ।' चलचित्र 'दिदी भाइ'देखि 'जाइरा'सम्म आइपुग्दा उनीहरूले दर्जनौं चलचित्रको पोस्टर वितरणदेखि टाँस्नेसम्म काम गरिसकेका छन्।

भूकम्पपछि साउदी

२०७२ सालको भूकम्प अघिसम्म राजु र सुरजले पोस्टरको सबै काम राम्रैसँग गरिरहेका थिए, तर भूकम्पपछि सबै क्षेत्रजस्तै चलचित्र क्षेत्रमा पनि उथलपुथल आयो। निर्माण भैरहेका चलचित्रका काम रोकिए भने प्रदर्शनका लागि तयार भएका चलचित्रले पनि प्रदर्शन मिति सारे, जसको असर राजुसँगै चलचित्र क्षेत्रका प्राविधिक, कलाकार, निर्माता, निर्देशक एवं प्रदर्शक सबैमा पर्‍यो। 'भूकम्पले गर्दा सबैतिर उथलपुथल नै ल्यायो। काम गर्ने वातावरण नभएपछि परिवारसँगको सल्लाहमा म साउदी अरब गएँ। त्यहाँ मैले दुई वर्ष बिताएँ', राजु भन्छन्, 'त्यहाँ जसोतसो काम गरेपछि नेपाल फर्किएर पुनः पोस्टरकै काम थालेँ।'

नेपाल फर्किएपछि उनले रमेश लामालाई पार्टनर बनाए। कुनै समय रमेश हलमा चेकिङको काम गर्थे। चलचित्रको भाषामा चेकिङ भनेको चलचित्र प्रदर्शनमा आएपछि हलमा दर्शकको उपस्थिति कस्तो छ भनेर हल-हल पुगेर अनुगमन गर्नु हो। उनी चलचित्र वितरक रोहित-रत्नअन्तर्गत रहेर हल चेकिङको काम गर्थे। राजु र रमेशको समूहमा हाल बुद्ध तामाङ, निरज अधिकारी, राम तामाङ, महेश तामाङ, सुमन राई तथा सुवास छन्।

कम छैन दुःख

राजु र रमेशको बुझाइमा पोस्टर टाँस्ने काम सजिलो देखिए पनि यो निकै झन्झटिलो काम हो। 'देख्दा पोस्टर टाँस्ने काम त हो नि भनिन्छ, तर यो काम निकै जोखिमपूर्ण छ। हाम्रो काम भित्तामा पोस्टर टाँस्ने मात्र होइन। हामीले उपत्यकाका हल-हलमा पोस्टर पुर्‍याउने, मोफसलका हलहरूका लागि पोस्टर पठाउने, सिटर राख्नेदेखि सबै काम गर्नुपर्छ', रमेश भन्छन्, 'राति पोस्टर टाँस्ने काम आफैंमा जोखिमपूर्ण हुन्छ।' मोफसलका लागि उनीहरू सार्वजनिक यातायातमार्फत आफैं पैसा तिरेर पोस्टर पठाउँछन्।

राजुका अनुसार पहिले-पहिले होर्डिङ बोर्डदेखि विभिन्न ठाउँमा पोस्टर टाँस्न कसैले अवरोध गर्दैनथे। चलचित्र निर्माताले महानगरपालिका र नगरपालिकाको स्वीकृति लिएपछि होर्डिङ बोर्डदेखि स्वीकृति लिएको ठाउँमा पोस्टर टाँस्न छुट थियो। 'तर अहिले त्यस्तो अवस्था छैन। राति पोस्टर टाँस्दा प्रहरीले पक्रने डर त छँदैछ, रातको समयमा बाटोमा भेटिने जँड्याहाहरूबाट जोगिन पनि गाह्रै हुन्छ। कति पटक त जँड्याहाहरूसँग झगडा नै परेको छ। प्रहरीले पनि पक्रेर लगेको छ', राजु भन्छन्, 'प्रहरीले पक्रँदा कोही पनि छुटाउन आउँदैनन्। आफै पैसा बुझाएर निस्कनुपर्छ। तलमाथि केही भयो भने हाम्रो पक्षमा आवाज उठाउने कोही छैन।'

उनीहरूलाई वर्षात् र जाडो याममा काम गर्न निकै गाह्रो हुन्छ। वर्षातमा निरन्तर परिरहने पानी र अप्ठ्यारो बाटो त छँदैछ, जाडोयाममा चिसोले गर्दा काम गर्न कठिन हुन्छ। 'एकपटक जाडो महिनामा हात कठ्याङ्ग्रिएपछि मैले हातमा पिसाब फेरेरै पोस्टर टाँसेको छु', राजु खुल्छन्, 'बाँडिएर राति पोस्टर टाँस्छौं। बिहान ती पोस्टर च्यातिएको देख्दा रिस उठ्नुका साथै दुःख पनि लाग्छ।' राजुको समूहले केही वर्षअघिसम्म बेलुकी आठ बजेदेखि बिहान पाँच बजेसम्म पोस्टर टाँस्ने काम गरे पनि अहिले भने उनीहरू बेलुकी नौ बजेदेखि बिहान एक बजेसम्म पोस्टर टाँस्छन्। 'पोस्टरको मात्रा पनि कम भएकाले पहिलेको जस्तो लामो समय काम गर्नु पर्दैन', राजु भन्छन्।

पैसाको पीडा बेग्लै

एकसातामा कहिले एउटा त कहिले चारवटासम्म चलचित्र रिलिज हुन्छन्। राजु र रमेशको अनुभवमा मानिसहरूले चलचित्रको पोस्टर भित्तामा देख्दा पोस्टर टाँस्नेले राम्रै पैसा कमाउँदा होलान् भन्ने अनुमान लगाउँछन्। यद्यपि उनीहरूको पीडा अर्कै छ। 'पहिले-पहिले पोस्टरको सबै काम गर्दा १ लाखसम्म पारिश्रमिक लिन्थ्यौं। अहिले अधिकतम भनेको ३५ हजारसम्म हो, तर त्यो पैसा उठाउन पनि सकस नै हुन्छ। केही राम्रा ब्यानरले पुरै पैसा दिन्छन्। अधिकांशले आधा पैसा दिन्छन्, बाँकी पैसा त माया नै मार्नुपर्छ', राजु भन्छन्, 'बिहीबारसम्म निर्माताले चिन्छन्, शुक्रबारदेखि त चिन्नै छाड्छन्। यस्तो अवस्था कति आयो, कति डुब्यो सम्झना नै छैन। चलचित्र राम्रैसँग चलिदिए त हामीलाई पनि राम्रो हुन्थ्यो, तर लगानी गरे अनुसार चलचित्र नचलेपछि त्यसको असर हामीले पनि भोग्नुपर्छ।'

राजु र उनको समूह अहिलेको कामबाट सन्तुष्टचाहिँ छ। पोस्टरका लागि प्राप्त पैसा राजु र रमेशले उनको समूहका सदस्यहरूलाई दिन्छन्। ती सदस्यले एक-आपसमा बाँडेको पैसाबाट उनीहरूले पनि भाग पाउँछन्। उनीहरू परिवारका कुनै पनि सदस्य चलचित्र क्षेत्रमा नआउन् भन्ने चाहना राख्छन्। 'हामीले धेरै दुःख पाइसक्यौं। यस्तो दुःख अब हाम्रो परिवारका सदस्यले नपाउन् भन्ने लाग्छ', राजु गुनासो गर्छन्, 'कोही आक्कलझुक्कल चलचित्र बनाउने विषयमा सल्लाह माग्न आउँदा यस्तो झन्झटिलो काम नगर भनेर फर्काइदिन्छौं।' चलचित्रका निर्माता, निर्देशक तथा कलाकारले आफूहरूलाई सम्मानको भावले हेरेको देख्दा भने उनीहरू खुसीले गद्गद हुन्छन्।

सबै पोस्टर राम्रा लाग्छन्

● राजु भण्डारी, पोस्टर ब्वाइ

अहिलेसम्म सबैभन्दा बढी पोस्टर कुन चलचित्रको टाँस्नुभयो ?
हामीले दिदीभाइ, होस्टल, सायद, रोमियो एन्ड मुना आदि चलचित्रको पोस्टर धेरै संख्यामा टाँसेका छौं।

तपाईलाई मन परेको पोस्टर कुन हो ?
चलचित्रको पोस्टर राम्रो वा नराम्रो भन्ने हुँदैन। सबै पोस्टर राम्रा लाग्छन्।

आफूले टाँसेका पोस्टरमध्ये सबै चलचित्र हेर्नुभएको छ ?
सबै चलचित्र त हेरिँदैन। योचाहिँ हेर्नुपर्छ भन्ने लागेको मात्र हेरिन्छ।

तपाईलाई माया गर्ने कलाकार को हो ?
मलाई निर्माता तथा कलाकार सुनिल रावल, सुवास मेचे, आर्यन सिग्देल, अर्जुन कुमार, हेमराज बिसी आदिले माया गर्नुहुन्छ।

अहिलेसम्म कुनै कलाकारबाट काम गरेबापत कुनै उपहार पाउनुभएको छ ?
पाएका छौं। निर्माता सुनिल रावलले हामीलाई मोबाइल उपहार दिनुभएको छ। चलचित्र चपली हाइटको प्रदर्शनको ५२ औं दिनको कार्यक्रममा हामीले अवार्ड पनि पाएका थियौं।

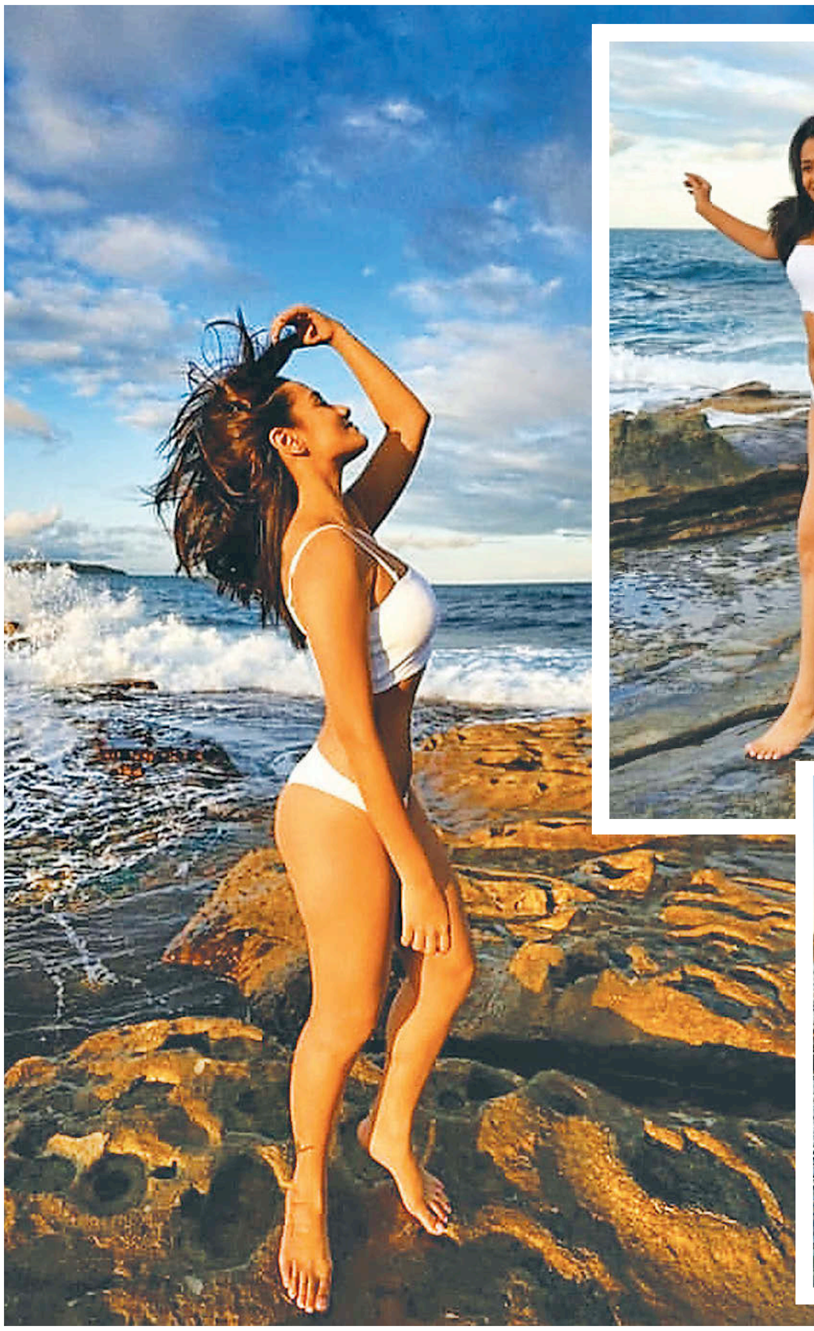
तपाईलाई मन पर्ने अभिनेता तथा अभिनेत्री ?
को राम्रा र को नराम्रा भन्नेमा त्यति चासो हुँदैन। हाम्रो ध्यान काममै बढी हुन्छ।

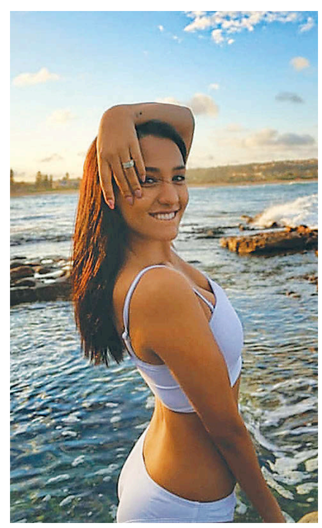
कुनै साता काम नपाएर बस्नुपरेको छ ?
धेरै छ। हालसालै मात्र दुई महिना खाली नै बस्नुपर्‍यो। धेरै चलचित्र चलेनन्। हामी खाली बसे पनि हामीसँगै काम गर्ने साथीहरूलाई काम खोजिदियौं।

पोस्टर टाँस्दा चलचित्रकर्मीको गाली कत्तिको खाइएको छ ?
गाली गरेको खासै घटना छैन।

चलचित्रमा काम गर्ने पनि रहर होला नि ?
पटक्कै छैन। आफ्नो पेसा जे हो, त्यसमै सन्तुष्ट छु।

सञ्जालमा सेलिब्रेटी





समुद्रको किनारमा प्रियंका : अभिनेत्री प्रियंका कार्कीले आफ्नो इन्स्टाग्राम एकाउन्टमा अपलोड गरेका पछिल्ला तीन तस्बिरले प्रशस्त लाइक तथा कमेन्ट पाएका छन् । अस्ट्रेलियाको समुद्री किनारमा खिचिएका ती तस्बिरमा प्रियंकालाई सेतो रंगको बिकिनीमा देख्न सकिन्छ । ती तीनवटै तस्बिर प्रियंकाका हुनेवाला श्रीमान् आयुष्मान देशराज जोशीले खिचेका हुन् । तीनवटै तस्बिरमा प्रियंकाले आफ्नो तुलना समुद्रसँग गर्दै तीन भिन्न क्याप्सन लेखेकी छिन् । सबैभन्दा पहिले अपलोड गरिएको तस्बिरले ४३ हजारवटा लाइक तथा २ सय १३ वटा प्रतिक्रिया पाएको छ भने दोस्रो पटक अपलोड गरिएको तस्बिरले ३९ हजार लाइक तथा १ सय ९१ वटा कमेन्ट पाएको छ । तेस्रो तस्बिरले भने ३५ हजार लाइक तथा १ सय ५६ वटा प्रतिक्रिया प्राप्त गरे । प्रियंकाले यी तस्बिर एक-दुई दिनको अन्तर पारेर गत साता अपलोड गरेकी हुन् ।

फेसबुक स्टाटस

भद्रगोल सिरियलको बिषयमा :

लोकप्रियताको शिखरमा रहेको भद्रगोल कार्यक्रमको निर्माण टिम र व्यवस्थापनबीचको मनमुटावको खबरले यस सिरियलका फ्यानहरूमा ठूलो अन्याय भएको महसुस गरेको छु । आफू हास्य-व्यङ्ग्य क्षेत्रकै कलाकार भएको नाताले पछिल्लो समयमा विकसित घटनाक्रम हेर्दा एकदमै असहज महसुस भएको छ । दुवै पक्षबीच सहमति कायम होस् र भद्रगोल पुरानै अवस्थामा प्रसारण होस् भन्ने आग्रह पनि गर्न चाहन्छु । भद्रगोलका लोकप्रिय पात्रहरूलाई दर्शकले हेर्न चाहेका हुन् । अतः दुवै पक्षलाई अन्याय नहोस्, समझदारीमा पुनः यो लोकप्रिय कार्यक्रम प्रसारण होस् भन्ने कामना पनि गर्न चाहन्छु । फुटेर होइन जुटेर अघि बढौं ।

दीपकराज गिरी

आज बिहान ओम दाइ (ओमविक्रम विष्ट) सँग कुरा गरें । म यति खुसी छु कि दाइको मृगौला प्रत्यारोपण सफल भयो । यो सुनेर दाइको आवाजमा त्यही जोस एवं जाँगरमा सरिष्मा अब दाइसँग गीत गाउनुपर्छ भन्दा मेरो खुसीको सीमा रहेन । आफू बिरामी अवस्थामा पनि सधैं हौसला दिनुहुने, आत्मविश्वास जगाइदिनुहुने, सबैलाई माया गर्नुहुने पप किङ ओमविक्रम दाइको अनुहारमा यसरी नै सधैं खुसी र उमंग देख्न पाऊँ । सुस्वास्थ्यको कामना गर्छु । छिट्टै नै दाइको गीत सुन्न पाऊँ ।

सरिष्मा अमात्य

सँगै हाँस्नका लागि रहेछ, सँगै रुनका लागि रहेछ । प्रिय बिन्दु, तिम्रो यो जन्म मेरी हुनका लागि रहेछ । यसैले यो जन्म तिम्ले मलाई र मैले तिम्लाई खुसी खुसी झेल्ने, हस् । अलिकति हिसाब तिम्ले सिकाउनु, अलिकति व्याख्या म गरौंला । यसरी मिलेर पास गरौला जीवनमा कठिन परीक्षाहरू । जन्म दिनको धेरै-धेरै शुभकामना दुलही ।

प्रकाश सपूत

ट्वीट्स अफ दि विक

Narendra Modi@narendramodi

नेपाल-भारत मित्रताको विशेष दिन ! मेरा मित्र, प्रधानमन्त्री ओली र मैले संयुक्त रूपमा भारतको मोतीहारीदेखि नेपालको अमलेखगन्जसम्म रहेको दक्षिण एसियाकै पहिलो अन्तरदेशीय पेट्रोलियम पदार्थ पाइपलाइनको उद्घाटन गर्‍यौं ।

(३ सय ७४ कमेन्ट, २ सय ७ रिट्विट तथा २० हजार लाइक)

(यो ट्वीट भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले मंगलबार दिउँसो ४:३५ मा नेपाली भाषामा पोस्ट गरेका थिए ।)

Subin Bhattarai@subinbhattarai1

पढ्दै नपढेको किताबलाई झुर भन्ने, हेर्दै नरहेको सिनेमालाई बकवास भन्ने, हिंड्दै नहिंडेको बाटोलाई अप्ठेरो भन्ने, खाँदै नखाएको खानेकुरालाई नमीठो भन्नेहरू दुःखी आत्मा हुन् ।

(२ सय ८३ कमेन्ट, २ सय ९८ रिट्विट तथा १ हजार ८ सय लाइक)

Vijay Kumar Panday@Vijaykumarko

आर्यघाटमा आरतीअघि राष्ट्रगान निर्णयले छक्क परेको छु । असल नियतले गरिएकै भए पनि, यो एक खराब निर्णय हो । राष्ट्रगानको आफ्नै औपचारिकता, मर्यादा र स्थान हुन्छ । हरठाउँमा यसलाई जबर्जस्ती घुसाएर, राष्ट्रको सौर्य बढ्दैन, न बढ्छ गरिमा । आराध्यदेव भगवान पशुपतिनाथकी जय ।

(४९ कमेन्ट, १ सय ५३ रिट्विट तथा ९ सय ७० लाइक)

सेलिब्रेटी इन्स्टा

सन्ध्या केसी,
अभिनेत्री/भिजे

इन्स्टा प्रोफाइल : sandhyaa.kc
पोस्ट : ६ सय ७८
फलोअर्स : २ लाख ७१ हजार १ सय ६३
फलोइङ : ५ सय ३५

विकेन्ड कमेडी

पोखरामा कमेडी तन्त्र

चिप्लेढुंगाको क्लाउड नाइन रेस्टुरेन्ट एन्ड बारमा कमेडी तन्त्र प्रस्तुत हुँदैछ। आज भदौ २७ गते शुक्रबार युट्युबमा उपलब्ध स्ट्यान्ड-अप कमेडीका पारखीहरू यो कार्यक्रममा पुगेर प्रत्यक्ष रूपमै रम्न सक्नेछन्। कमेडी तन्त्रको प्रस्तुति साँझ ७ बजे प्रारम्भ हुनेछ।

विकेन्ड लाइभ

ग्रिटा@ठमेल

रसियन डिजे ग्रिटाले आज शुक्रबार ठमेलस्थित सेनेट क्लबमा विशेष प्रस्तुति दिँदैछन्। साँझ ७ बजे प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रममा ग्रिटासँगै डिजेहरू फिन्जोक, नोर्चेन, आर्जन विधान, रोलेक्स समेत सहभागी हुनेछन्। इभेन्टमा भिमान ब्यान्डले लाइभ प्रस्तुति दिने कुरा पनि बताइएको छ।

विकेन्ड फेस्ट

दसैं कार्निभल फुड फेस्टिभल

भृकुटीमण्डपमा दसैं कार्निभल फुड फेस्टिभल हुँदैछ। भोलि शनिबार एक दिन चल्ने उक्त फेस्टिबलमा विभिन्न नेपाली परिकारको स्वाद लिन पाइनेछ। कार्यक्रममा गायिका केन्जल मेहर श्रेष्ठ तथा टाइप ब्याण्ड, मुक्ति एन्ड रिभाइभल तथा कुटुम्ब ब्यान्डले सांगीतिक प्रस्तुतिसमेत दिनेछन्। आईआईएमएस कलेजले नेपाली परिकारको प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले यो इभेन्ट आयोजित गरेको कलेजका प्रमुख सविन्द्र महर्जनले बताए। कार्यक्रममा प्रवेशका लागि २ सय रुपैयाँको टिकटको व्यवस्था गरिएको छ। फेस्टिभल बिहान १० बजेदेखि साँझ ६ बजेसम्म चल्नेछ।

● केन्जल मेहर श्रेष्ठ, गायिका

मनसुन फेसन परेड

दक्षिणकाली भिलेज रिसोर्टमा आज शुक्रबार मोडल बोटल्स तथा मनसुन फेसन परेड-३ गरी दुईवटा कार्यक्रम हुँदैछ, जसमा गायक आनन्द कार्की, अमित एन्ड परीक्षा ब्यान्ड, माधुरी सरु धिमाल एवं जादुगर महाराजले वातावरण तताउनेछन्। साँझ ७ बजे प्रारम्भ हुने उक्त इभेन्टमा लाइभ म्युजिक, मेलोडियस सङ, मिड नाइट फेसन शो तथा आइटम डान्ससमेत प्रस्तुत हुनेछ। यस्तै, भोलि शनिबार मनसुन फेसन परेड-३ सञ्चालन हुनेछ, जसमा गिरीश खतिवडा, बुलेट फेलो, मेनो चाम्लिङ, मल्लिका शाक्य आदिलाई फिचरिङ गरिएको छ। बिहान ११ बजेदेखि साँझ ८ बजेसम्म चल्ने उक्त कार्यक्रममा रेन फेसन शो, वाटर रुफ ड्रेसेज, अक्वा जुम्वा, बेली डान्स, बलिउड डान्स तथा डिजे सेसन समेत समेटिएको छ। यी दुवै इभेन्टका लागि ३ हजार ५ सय शुल्क तोकिएको छ।

विकेन्ड फिटनेस

एक्वा जुम्बा

मानिसहरू स्वस्थ एवं तन्दुरुस्त रहन विभिन्न किसिमका व्यायाम गरिरहेका हुन्छन्। परिवर्तित समयसँगै यसरी गरिने व्यायामको शैलीमा समेत भिन्नता आउन थालेको छ। यसैको कारण हुन सक्छ, केही समययता नेपालमा पनि एक्वा जुम्वा लोकप्रिय हुँदै गएको छ। संगीत प्रयोग गरेर स्वीमिङ पुलमा गरिने व्यायामलाई नै एक्वा जुम्वा भनिन्छ। विशेष गरी यो व्यायाम गर्मी मौसममा गरिन्छ। यो व्यायाम २५ वर्ष उमेर समूहभन्दा माथिका मानिसले गर्छन्। एक्वा जुम्वा दैनिक रूपमा नगरेर बेला-बेलामा गरिन्छ भने यसमा एरोबिक, एक्वा, योग, जुम्वा आदि १ देखि २ घण्टासम्म गर्नुपर्छ। एक्वा जुम्वामार्फत शरीरको तौल घटाउन, शरीरलाई लचिलो बनाउन, शरीर बलियो बनाउन तथा मानसिक तनाव हटाउन मद्दत मिल्छ भने शारीरिक पीडा हुनेहरूका लागि पनि यो व्यायाम लाभदायक हुन्छ। एक्वा जुम्वा काठमाडौंमा स्पलास स्मिङ पुल पेप्सीकोला, बानेश्वर स्पा, भिभान्ता काठमाडौं होटल, झम्सीखेल आदिमा उपलब्ध छ।

एक्वा जुम्बामा पानीभित्र बढी डान्स हुन्छ

एक्वा एरोबिक्स कस्तो खालको एरोबिक्स हो ?

एक्वा एरोबिक्स पानीभित्र बसेर गरिने एक्सरसाइज हो। जिममा एक्सरसाइज गर्दा कतिपयलाई बोर लाग्न सक्छ तर पुलभित्र पानीमा म्युजिकसँग एक्सरसाइज गर्दा रमाइलोका साथमा बढी क्यालोरी बर्न हुन्छ।

यसका मुख्य फाइदा के-के छन् ?

पानीभित्र मसल्स र ज्वाइनहरू हल्का हुन्छन्। यसले ब्लड सर्कुलेसनलाई पनि राम्रो गर्छ। यो मुटुका रोगी, ज्वाइनपेन भएका तथा प्रेसरका रोगीहरूका लागि एकदमै उपयुक्त छ। पानीभित्र एक्सरसाइज गर्दा छिटो थाकिँदैन।

यो एक्सरसाइजले प्रतिघन्टा कति क्यालोरी कम गर्छ ?

पानीभित्र बसेर एरोबिक्स गर्दा प्रतिघण्टा कम्तीमा २ सय ४० देखि ३ सय ६० सम्म क्यालोरी कम हुन्छ।

● सालिया खानवेलनेस म्यानेजर, भिभान्ता, काठमाडौं

एरोविक्स र एक्वा जुम्बामा के-कति भिन्नता छ ?

एक्वा जुम्वामा पानीभित्र बढी डान्स हुन्छ। यसले एरोबिक्सको तुलनामा क्यालोरी घटाउन बढी सहयोग पुऱ्याउँछ।

चलचित्र

पासवर्ड

बलिउड अभिनेत्री सनी लियोनीको आइटम नृत्य तथा केही सस्पेन्स दृश्य राखिएको चलचित्र 'पासवर्ड' आज शुक्रबार प्रदर्शनमा आउँदैछ। एबी इन्टरनेसनलको ब्यानरमा निर्माण भएको यो चलचित्रबाट द्वन्द्व निर्देशक सम्राट बस्नेतले चलचित्र निर्देशकका रूपमा 'डेब्यु' गर्दैछन्। चलचित्र पासवर्डमा विक्रम जोशी, अनुपविक्रम शाही, बुद्धि तामाङ, छुल्टिम गुरुङ, विक्रान्त बस्नेत, रवीन्द्र झा, प्रवीण खतिवडा, लिसा सुनार आदिको अभिनय छ।

सम्राट बस्नेत, निर्देशक

हामीले यो चलचित्र नेपालसहित लण्डन, स्कटल्याण्ड, वेल्स तथा युरोपका विभिन्न मुलुकमा खिचेका छौं। चलचित्रमा एक्सन, थ्रिलर तथा कमेडीको मिश्रण छ। यो चलचित्रमा पहिलोपटक भारतीय अभिनेत्री सनी लियोनीले पनि अभिनय गरेकी छिन्। उनको एउटा गीतमा आइटम र केही सस्पेन्स दृश्य छन्। हामीले अहिलेको प्रविधिको भरपुर प्रयोग गरेर राम्रो चलचित्र बनाउने प्रयास गरेका छौं। यो चलचित्र आगामी असोज १० गतेदेखि युके, अस्ट्रेलिया, अमेरिका, क्यानाडा, कोरिया आदि मुलुकमा पनि एकसाथ रिलिज हुँदैछ।

हिरो नं. १

अभिनेता जयकिशन बस्नेतको लेखन, निर्माण, निर्देशन तथा अभिनयको चलचित्र 'हिरो नं. १' यो साता प्रदर्शनमा आउँदैछ। यो चलचित्रले केन्द्रीय चलचित्र जाँच समितिबाट 'पिजी सर्टिफिकेट' पाएको छ। चलचित्र हिरो नं. १ मा जयकिशन बस्नेतका साथमा जाह्नवी बस्नेत, संघरत्न महर्जन, शोभित बस्नेत, लय संग्रौला, टार्जन आदिले अभिनय गरेका छन्।

जयकिशन बस्नेत, अभिनेता/निर्देशक

'हिरो नम्बर १' मैले यसअघि निर्माण गरेका चलचित्रको तुलनामा केही फरक छ। फरक यस अर्थमा कि चलचित्रमा कमेडी, एक्सन तथा सस्पेन्स त छ नै यसको कथा अघिल्ला चलचित्रको तुलनामा केही भिन्न छ। यो चलचित्र पूर्ण रूपमा एक्सनप्रधान छ। चलचित्रमा मेरी छोरी जाह्नवीले फूल प्याक एक्सन गरेकी छिन्। चलचित्रमा सबै कलाकारले राम्रो अभिनय गरेका छन्। हामीले काठमाडौं, पोखरा, स्याङ्जा, भिमाद तथा चरिकोटमा झन्डै ९२ दिन लगाएर यो चलचित्रको छायांकन गरेका हौं। चलचित्रको बजेट अहिले बनिरहेका चलचित्रको हाराहारीमै छ।

रंगमञ्च

नाटकलाई छैन दर्शक चिन्ता

नेमिष गौतम

सामान्यतः कुनै चलचित्र रिलिज भएको अवस्थामा चलचित्र प्रदर्शन हुने वा नहुने भन्ने कुरा दर्शकमा भर पर्छ। कुनै चलचित्र रिलिज भएकै दिन हलबाट उत्रन्छ त कुनै चलचित्र साता दिनसम्म चलिरहन्छ। चलचित्र घरले हलको सिट संख्याका आधारमा २० देखि २५ प्रतिशत अकुपेन्सी रहे मात्र चलचित्र चलाउँछन्। त्यो भन्दा कम भयो भने चलचित्र प्रदर्शन हुने सम्भावना अत्यन्तै कम हुन्छ।

यद्यपि नाटकको स्थिति भने फरक छ। नाटकघरलाई भने दर्शक नआउलान् भन्ने चिन्ता छैन। दर्शक संख्या ५ भए पनि वा सयभन्दा बढी भए पनि नाटक मञ्चन रोकिँदैन, निरन्तर चलिरहन्छ। काठमाडौंमा सञ्चालित प्रमुख नाटक घरमा दर्शकको अभाव छैन। नाटक घरका सञ्चालक तथा सदस्यहरूका अनुसार नाटक मञ्चनको दुई दिन जति दर्शक कम भए पनि तेस्रो दिनदेखि भने दर्शकको संख्या बढ्ने गरेको छ।

कीर्तिपुरस्थित थिएटर मलका केदार श्रेष्ठ नाटकघरमा दर्शकको अभाव नरहने दाबी गर्छन्। 'पाँच जना दर्शक भए पनि नाटक देखाइन्छ। किनभने नाटक पहिले नै यो मितिमा देखाइन्छ भनेर घोषणा गरिएको हुन्छ। त्यसमा फेरबदल हुँदैन', केदार भन्छन्, 'नाटक एउटै घरमा मञ्चन हुने भएकाले पनि दर्शक नआउलान् भन्ने चिन्ता रहँदैन। नाटक मञ्चन भएको एक दुईदिन कम दर्शक हुन्छन् भने तेस्रो दिनदेखि बढ्छन्। शनिबारको दिन हाउसफुल नै हुन्छ।'

श्रेष्ठको बुझाइमा नाटक बनाउन जति गाह्रो कुरा हो, दर्शक जुटाउन अझ गाह्रो हुन्छ। 'नाकाबन्दीको समयमा नाटक दर्शक निकै कम भएका थिए। त्यतिबेला अलिक तनाव पनि भयो', केदार सम्झन्छन्, 'कतिपय नाटकमा चाहिँ पहिलो शोदेखि नै दर्शकको भीड हुन्छ। त्यसकारण नाटक घरमा दर्शकको समस्या देखिँदैन।'

डिल्लीबजार, कालिकास्थानस्थित सर्वनाम थिएटरमा पनि दर्शकको अभाव छैन। थिएटरका राज शाह सर्वनाममा दर्शकको अभावले नाटक बन्द गर्नुपर्ने अवस्था नआएको बताउँछन्। 'अहिलेसम्म दर्शकको अभाव खड्किएको छैन। नाटकमा ३० देखि ४० जनासम्म दर्शक त नियमित नै हुन्छन्। तीन चार जना भए पनि नाटक चलिरहन्छ। हाम्रा लागि एकजना दर्शक पनि महत्वपूर्ण छन्', शाह भन्छन्, 'हामी बिहीबार प्रिमियर गर्छौं। त्यसमा हाउसफुल हुन्छ। सर्वसाधारणका लागि शुक्रबारदेखि खुल्ला हुन्छ। सामाजिक सञ्जालका कारण पनि थिएटर खाली चाहिँ हुँदैन।' सर्वनाममा १ सय ८० सिट भए पनि दर्शकको चाप बढी भए सुकुल वा कार्पेटमा तीन सयसम्म दर्शक अटाउने क्षमता छ।

थापागाउँस्थित कुञ्ज थिएटरका कमल ढकाल राज र केदारको भनाइसँग सहमत छन्। 'नाटकमा दर्शकको अभाव छैन। सुरुवाती दुई दिनचाहिँ दर्शक संख्या पातलो नै हुन्छ। त्यसपछि दर्शक बढ्छन्', कमल भन्छन्, 'कुञ्जामा मञ्चन भएको नाटक 'बर्बरिक' हेर्न झन्डै २० वर्षदेखि नाटक नै नहेरेका दर्शक पनि आए।' यो थिएटरमा झन्डै १ सय ५० दर्शक अटाउँछन्।

अनामनगरस्थित मण्डला थिएटरका कलाकार बुद्धि तामाङ दर्शकको अभावका कारण नाटक नदेखाएको घटना मण्डलामा नभएको दाबी गर्छन्। 'विविध कारणले दर्शक आएनन् भने पनि एक-दुईजना चाहिँ आइरहेकै हुन्छन्। कहिलेकाहीं त दर्शकभन्दा स्टेजका कलाकार बढी हुन्छन्। यस्तो अवस्थामा पनि नाटक देखाएकै छौं', तामाङ भन्छन्, 'शुक्रबारदेखि नाटक मञ्चन हुने हुँदा शुक्रवार, शनिबार र आइतबार थिएटर हाउसफूल नै हुन्छ। त्यसपछिका सोमबारदेखि बिहीबारसम्म अलिक कम दर्शक हुन्छन्। यद्यपि दर्शक नै नआएर शो अहिलेसम्म बन्द गर्नुपरेको छैन।' मण्डला थिएटरमा १ सय ५० सिट क्षमता छ।

बत्तीसपुतलीस्थित शिल्पी थिएटरमा पनि दर्शकको अभावमा नाटक रोकिएको कुनै क्षण छैन। थिएटरका एक कर्मचारीका अनुसार नाटकमा दर्शकको संख्या राम्रो छ। अहिलेसम्म दर्शक नै नभएर नाटक रोक्नुपरेको कुनै रेकर्ड छैन। बरु चलचित्र छोडेर नाटक हेर्न आउने दर्शकको संख्या उल्लेख्य छ। शिल्पी थिएटरमा दर्शक क्षमता १ सय ४४ भए पनि भुइँमा कार्पेट ओछ्याएर बस्दा झन्डै १ सय ८० जना अट्छन्।

नेपालमा पछिल्लो दशकमा चलचित्र भन्दा बढी नाटक रुचाउनेहरू प्रभावशाली छन्। नाटक र चलचित्रको टिकटको मूल्य करिब-करिब उस्तै हुने भएपनि समयावधिका कारण नाटक हेर्नेहरूको संख्या उल्लेख्य छ। एउटा चलचित्र औसत रूपमा १ घण्टा ३० मिनेटदेखि अधिकतम २ घण्टा ३० मिनेटको हुने भए पनि नाटकको समय अधिकतम् १ घण्टा ३० मिनेट मात्र हुन्छ।

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक

मतिना ताम्राकार

सात वर्षअघि नै मिस टिन-२०१२ मा प्रतिस्पर्धा गरेकी स्वयम्भू, काठमाडौंकी मतिना ताम्राकार त्यसयता मोडलिङमा सक्रिय छिन् । बिएसडब्लूमा स्नातक गरिरहेकी मतिनाले मोडलिङका प्रायः सबै विधामा काम गरिसकेकी छिन् । दर्जनौं फेसन शोमा देखापरेकी मतिनाले आधा दर्जन गीतका म्युजिक भिडियोमा पनि अभिनय गरेकी छिन् । उनले अभिनय गरेका विज्ञापनको संख्या नै एक दर्जनको हाराहारीमा छन् । यो अवधिमा उनले सिमेन्ट, बाइक आदिका टिभिसीमा समेत अभिनय गरेकी छिन् ।

५ फिट ७ इन्च अग्ली मतिना फुर्सदमा यात्रा तथा नृत्य गर्न रूचाउँछिन् । २४ वर्षीया मतिनाले ग्ल्यामरको क्षेत्रमा गर्न बाँकी काम एउटा मात्र छ । ताम्राकार भन्छिन्- 'चलचित्रमा अभिनय गर्न मात्र बाँकी छ ।' अहिले उनलाई चलचित्रमा आऊँ-आऊँभैं लागिरहेको पनि छ, यद्यपि उनले चलचित्रमा अभिनय गर्ने कुनै प्रस्ताव भने पाएकी छैनन् । उनी भन्छिन्- 'राम्रो ब्यानरबाट प्रस्ताव आयो भने विचार गर्नेछु ।

कृष्ण भट्टराई

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

तस्बिर : महेश प्रधान
लोकेसन : टाइम्स स्क्वायर, बालुवाटार
मेकअप : रुस्का श्रेष्ठ, आईपीसी ब्युटिपार्लर, नक्साल
पहिरन : पिजेज कलेक्सन, भाटभटेनी, नक्साल

फिल्मी डायरी

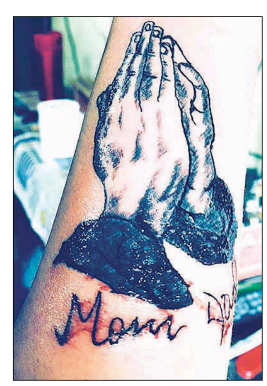
- अभिनेता सुशील श्रेष्ठको नयाँ चलचित्र 'लभ डायरिज' कात्तिक १५ गते प्रदर्शनमा आउने भएको छ । सोही दिन विराज भट्टको चलचित्र 'साङ्लो' पनि प्रदर्शन हुँदैछ ।
- शिवहरि पौडेलद्वारा निर्देशित चलचित्र 'लक्का जवान' को छायांकन काभ्रे जिल्लाका विभिन्न लोकेसनमा भैरहेको छ ।
- अभिनेता किशोर खतिवडा तथा अभिनेत्री सञ्जिता लुइँटेलको प्रमुख भूमिका रहेको रामकाजी घिमिरेद्वारा निर्देशित चलचित्र 'शिवा' को ट्रेलर सार्वजनिक भएको छ ।
- कात्तिक २२ गते प्रदर्शनमा आउने भनिएको चलचित्र 'लभ यू हमेसा' को शीर्षक गीत सार्वजनिक भएको छ, जसमा प्रताप दास तथा श्रेया सोताङको स्वर सुन्न सकिन्छ ।

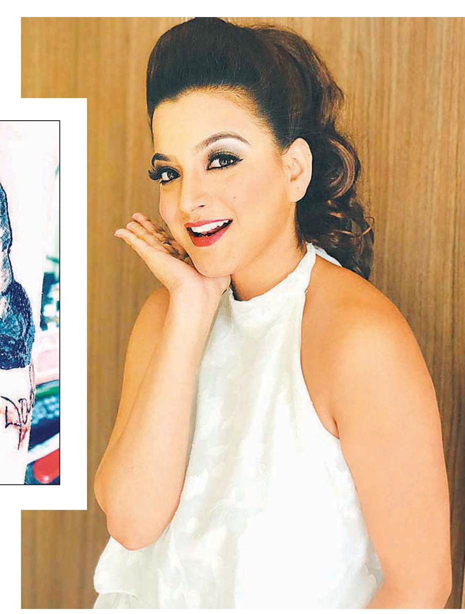
- टेलिश्रृंखलामा सीमित भैरहेकी अभिनेत्री सरिता लामिछानेको मुख्य भूमिका रहने चलचित्र 'म' को छायांकन प्रारम्भ भएको छ, जसलाई परिच्छेद सेनले निर्देशन गरिरहेकाछन् ।
- खगेन्द्र लामिछानेले आफ्नै निर्माण तथा निर्देशनको चलचित्र 'पानी फोटो' को छायांकन प्रारम्भ गरेका छन् जसमा खगेन्द्रसँग अनुप बराल, मेनुका प्रधान, सुनिल पोखरेल आदि कलाकारले पनि अभिनय गर्दैछन् ।
- चलचित्र 'पोइ पऱ्यो काले' को शीर्षक गीतको भिडियो सार्वजनिक भएको छ, जसमा अर्जुन पोखरेलको संगीत तथा रामचन्द्र काफ्ले र अञ्जु पन्तको स्वर सुन्न सकिन्छ ।

गोविन्दको चित्त दुखाइ

पूर्व अभिनेता तथा वर्तमान निर्माता/वितरक गोविन्द शाही हिरासतमुक्त भएका छन् । शाही झन्डै दुई साता लामो प्रहरी हिरासतबाट अघिल्लो बुधबार साँझ नै बाहिर आएका हुन् । निर्माता शाहीले फेसबुकमा स्टाटस लेख्दै सर्वोच्च अदालतले बुधबारकै मितिमा जारी गरेको आदेशअनुसार हिरासत मुक्त भएको कुरा बताएका छन् । शाहीले आफ्नो स्टाटसमा लेखेका छन्– 'योजनाबद्ध र नियतवश मेरा विरुद्ध जाहेरी दिई मलाई लगातार १४ दिनसम्म प्रहरी हिरासतमा राखिएको विषयलाई सम्मानित सर्वोच्च अदालतबाट आजैको मितिमा जारी भएको आदेशबाट म हिरासत मुक्त भएको छु र मेरा विरुद्धका सबै मुद्दा खारेज भएका छन् ।' निर्माता शाहीले शनिबार एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै 'अदालतले अन्तरिम आदेश दिएको अवस्थामा पनि शक्तिको दुरुपयोग गर्दै आफूलाई गैरकानुनी हिरासतमा राखिएको' बताएका छन् । शाहीसमेत निर्माता रहेको फिल्म 'लिलीबिली' दुई वर्षअघि नै प्रदर्शनमा आएको थियो । निर्मातामध्येकै सुदीप खड्का र मिलन चाम्लले फिल्मको सेयर लुकाएको आरोप लगाउँदै एक वर्षअघि नै महानगरीय अपराध महाशाखा टेकुमा उजुरी दिएका थिए । त्यसको एक वर्षपछि सोही उजुरीका आधारमा प्रहरीले हिरासतमा लिएको कुराप्रति आश्चर्य प्रकट गर्दै शाहीले व्यक्तिगत मनमुटावलाई ठूलो इबीका रूपमा लिई गृह प्रशासनको दुरुपयोग गरिएको आरोप लगाएका छन् । 'विदेशी चलचित्रको दबदबा बढ्दै गएका बेला यस्तो अस्वस्थ गतिविधिले नेपाली चलचित्र उद्योगमा सकारात्मक सन्देश जाँदैन,' शाहीले आफ्नो विज्ञप्तिमा भनेका छन्– 'तर, अदालतको आदेशले न्याय मरेको छैन भन्ने अनुभूति गराएको छ ।'

हातैमा आमाबुवा





नेपाली चलचित्रका अभिनेता अभिनेत्रीहरूमा ट्याटुको सौख निकै पाइन्छ । यस्तै सौख अभिनेत्री दीपिका प्रसाईमा पनि छ । उनले केही दिनअघि सामाजिक सञ्जालमा एउटा तस्बिर सार्वजनिक गरेकी थिइन् । सार्वजनिक तस्बिरलाई नियालेर हेर्दा उनको देब्रे हातको नाडीमा ट्याटु देखिन्थ्यो । ट्याटुको पूरै तस्बिर नदेखिएकाले कतिपयले श्रीमान् दिवाकरको नाम खोपेकी होलिन् भन्ने अनुमान गरेका थिए, तर प्रसाईंले हातमा नमस्कारको आकृतिको तल मम्-ड्याड लेखेकी छिन् । प्रसाईंले यो ट्याटु करिब आठ महिनाअघि खोपाएकी हुन् ।

अंकितको सम्भावना

बलिउडमा स्टार किड्सको चर्चा प्रायः भैरहन्छ । त्यस्तै चर्चा नेपालमा समेत प्रारम्भ भएको छ । नेपाली चलचित्रमा पनि अहिले दोस्रो पुस्ता हावी हुन थालेको छ । अनमोल केसी, सुहाना थापा, सलोन बस्नेत, केकी अधिकारी, संयम पुरी, गौरव पहारी, निरिषा बस्नेत आदि अभिनेता-अभिनेत्रीहरू क्रमशः अभिनेता भुवन केसी, निर्देशक झरना थापा, निर्देशक सोभित बस्नेत, निर्देशक बद्री अधिकारी, निर्देशक नारायण पुरी, अभिनेता टीका पहारी तथा निर्देशक विश्व बस्नेतका छोरा-छोरीहरू हुन् । यो सूचीमा यसै वर्षदेखि अर्को एउटा नाम थपिएको छ- अंकित शर्मा । उनी हुन् निर्माता-निर्देशक अशोक शर्माका छोरा । अमेरिकाबाट चलचित्रसम्बन्धी उच्च शिक्षा हासिल गरेर स्वदेश फर्किएपछि अंकितले आफ्नै बुवाको चलचित्र 'रातो टीका निधारमा' मार्फत अभिनयमा पदार्पण गरेका छन् । चलचित्रको एउटा गीत तथा ट्रेलरबाट अंकितले आफूमा अभिनयको प्रशस्त सम्भावना रहेको प्रमाणित गरिसकेका छन् । अभिनेत्री साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाहसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्दै पहिलो पटक चलचित्रको एउटा गीतमार्फत सार्वजनिक हुँदा अंकितको आलोचना गर्नेहरू प्रशस्तै भए । यद्यपि असोज १० गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्रको ट्रेलर सार्वजनिक भएपछि भने उनको कामको प्रशंसा गर्नेहरू बढे । निर्देशक शर्माको दाबी छ– 'चलचित्र प्रदर्शनमा आएपछि मात्र अंकितको वास्तविक मूल्यांकन हुनेछ ।'

पर्दामा पनि सँगै

चलचित्रमा अभिनय गर्ने अभिनेता तथा अभिनेत्री एक-अर्काप्रति आकर्षित हुनु स्वभाविक हो । हलिउडदेखि बलिउडसम्म पनि सँगै अभिनय गर्ने अभिनेता-अभिनेत्रीको नाम जोडिने चलन छ । चलचित्र प्रदर्शन भएर दुवै कलाकार अलग-अलग चलचित्रमा व्यस्त हुन थालेपछि उनीहरूको अफेयरको कुरा पनि त्यत्तिकै सेलाउँछ । यद्यपि नेपाली चलचित्रमा एउटा यस्तो रोमान्टिक जोडीको उदय भएको छ, जो पर्दा बाहिर त प्रेमी-प्रेमिकाका रूपमा चिनिन्छ नै, चलचित्रमा समेत जोडीका रूपमा मात्र अभिनय गर्न थालेका छन् । अभिनेता सौगात मल्ल तथा अभिनेत्री सृष्टि श्रेष्ठले एक-अर्का बिना चलचित्रमा अभिनय नगर्ने अडान लिएकै कारण कहिलेकाहीं उनीहरू समस्यामा समेत परेका छन् । यही अडानबीच उनीहरूले जोडीका रूपमा पहिलो चलचित्र 'मासु भात' मा अभिनय गरिसकेका छन् । उक्त चलचित्रमा अभिनय गरे लगत्तै दुवैले अभिनय गरेको चलचित्र 'पोइ पर्‍यो काले' प्रदर्शनका लागि तयार छ । रमाइलो कुरा के छ भने यी दुवै चलचित्रमा सौगातले नै अभिनेत्रीको भूमिकाका लागि सृष्टिको सिफारिस गरेको चर्चा छ । हाले आएर मधुसूदन भट्टराईले निर्देशन गर्ने शीर्षक राख्न बाँकी रहेको एउटा चलचित्रमा समेत सौगात र सृष्टि नै मुख्य भूमिकामा प्रस्तुत हुने बताइएको छ । यो चलचित्रको छायांकन तिहारपछि अस्ट्रेलियामा हुने बताइन्छ ।

बक्स अफिस

दर्शक बढाउँदै मारुनी

दुई साताअघि प्रदर्शनमा आएको चलचित्र 'मारुनी' ले ९ दिनको अवधिमा करिब १ करोड ८५ लाख रुपैयाँ बराबरको ग्रस कलेक्सन गरेको निर्मात्री पूनम गौतमले दाबी गरेकी छिन् । निर्मात्री गौतमका अनुसार चलचित्रमा १ करोड ७० लाख रुपैयाँ लगानी गरिएको छ । दोस्रो हप्तामा प्रवेश भएसँगै मल्टिप्लेक्सहरूले चलचित्रको शो बढाएपछि निर्माण पक्ष उत्साहित भएको छ । राम्रो माउथ पब्लिसिटीका कारण सिनेमा हलमा दर्शकको भीड बढिरहेको चलचित्रका निर्देशक नवल नेपाल बताउँछन् ।

फेरि हसाउँदै विपिन

राष्ट्रिय एवार्ड विजेता अभिनेता विपिन कार्की लामो समयको अन्तरालपछि नयाँ चलचित्रमा अनुबन्ध भएका छन् । जेठमा प्रदर्शित चलचित्र 'जात्रैजात्रा' पछि विपिनले अन्य कुनै पनि चलचित्र साइन गरेका छैनन् । अहिले आएर उनले आफ्नै मुख्य भूमिकाको सफल चलचित्र 'प्रसाद' को टिमले निर्माण गर्न लागेको चलचित्र 'सेल्फी किङ' मा अभिनय गर्न लागेका हुन् । उक्त चलचित्रमा विपिनले सेल्फी किङकै शिर्ष भूमिका निर्वाह गर्नेछन् । रमाइलो कुरा के छ भने यो चलचित्रमा अभिनेता विपिन कार्कीलाई अभिनेत्री लक्ष्मी बर्देवाले जोडीका रूपमा साथ दिँदैछिन् । बर्देवाका लागि यो मुख्य अभिनेत्रीका रूपमा पहिलो चलचित्र हुनेछ । चलचित्रले हास्य कलाकारको कथा भन्ने बताइएको छ । यो चलचित्र कुनै हास्यकलाकारको बायोपिक हो कि ? भन्ने अनुमानसमेत गरिएको छ । यद्यपि, निर्देशक विशाल सापकोटाले यसलाई हरेक हास्यकलाकारको बायोपिक हुन सक्ने दाबी गरेका छन् ।

६ महिनापछि बिहेको खबर

तम्से बुढाको उपनामले लोकप्रिय अभिनेता विल्सन विक्रम राईले विवाह गरेको ६ महिनापछि मात्र आफ्नी श्रीमतीलाई सार्वजनिक गरेका छन् । गत फागुनमै विवाह गरे पनि विल्सनले भदौको तेस्रो सातामा आएर आफ्नो विवाह भएको औपचारिक घोषणा गरेका हुन् । विल्सनले विवाह गरेको कुरा लुकाउनुपर्ने कारण समेत स्पष्ट पारेका छन् । राईका अनुसार उनले आफ्नो विवाहको कुरा लुकाउन चाहेका थिएनन्, तर दुलही पक्षले विभिन्न कारणले विवाहको कुरा सार्वजनिक गर्न नचाहेपछि उनीहरूले विवाहलाई लुकाएजस्तै भएको हो । झापाकी सरिना लामासँग विल्सनले परम्परागत विवाह गरेका हुन् । विल्सनका अनुसार उनीहरू स्कुलदेखिकै सहपाठी हुन् । विल्सनले स्कुल पढ्दै सरिनालाई मन पराएका थिए । सायद सरिनाले पनि उनलाई मन पराएकी थिइन् । यद्यपि, दुवैले उक्त कुरा व्यक्त गर्न सकेका थिएनन् । अहिले आएर सरिनासँगै मागी विवाह जुरेको विल्सनको भनाइ छ । विल्सनका अनुसार सरिनाको लामा परम्पराअनुसार विहे गर्नुपरेकाले तामझामसहित विवाह गर्न सम्भव भएन । झापामा सरिनाले भुटानी शरणार्थीसम्बन्धी संयुक्त राष्ट्र संघको एउटा प्रोजेक्टमा काम गरेकी थिइन् । विवाहलगत्तै विल्सन र सरिना हनिमुन मनाउन अस्ट्रेलिया पुगेका थिए ।

बलिउड

फेरि चर्चामा इलियाना

कुनै बेला बलिउडकी सर्वाधिक सुन्दर र कामुक अभिनेत्री इलियाना डिक्रुज फेरि चर्चामा छिन् । उनको चर्चा चलचित्रका कारणले नभै व्यक्तिगत कारणले हुन थालेको हो । बर्फी (रणवीर कपुर), रुस्तम (अक्षय कुमार), रेड (अजय देवगण) जस्ता चलचित्रमार्फत बलिउडमा स्थापित भएकी इलियाना अचानक अस्ट्रेलियन फोटोग्राफर एन्ड्रयु निबोनसँग विवाह गरेर बलिउडबाट हराएकी थिइन् । तिनै इलियाना यतिबेला एन्ड्रुसँग पारपाचुकेसँग गरेर फेरि चर्चामा छिन् । केही समयअघि इलियाना गर्भवती भएको समाचारले पनि बलिउड तताएको थियो ।

अभिमन्युको पदार्पण

सलमान खानको अझै विवाह हुन सकेको छैन, तपाईं-हामी सबैलाई थाहा छ, तर सलमान खानसँगै सन् १९८९ मा चलचित्र 'मैने प्यार किया' बाट बलिउडमा डेब्यु गरेकी अभिनेत्री भाग्यश्रीका छोरा अभिमन्यु दसानी यही वर्ष बलिउडमा पदार्पण गर्ने भएका छन् । अभिमन्युका लागि निर्माण भैरहेको चलचित्र 'निकम्मा'मा उनको जोडीका रूपमा शर्लि सेठिया देखा पर्दैछिन् । बलिउड सूत्रका अनुसार अहिले एक-अर्कासँग डेटिङमा रहेका अभिमन्यु र शर्लिको यो जोडीलाई चलचित्रमा शिल्पा सेट्टीले सपोर्ट गरिरहेकी छिन् । शिल्पा १३ वर्षपछि यही चलचित्रमार्फत रजतपटमा देखा पर्न लागेकी हुन् ।

मृणालको उदय

चलचित्रमा नयाँ कलाकार पदार्पण हुने क्रम चलिरहन्छ । यही सिलसिलामा मृणाल ठाकुर बलिउडमा नयाँ कलाकारका रूपमा उदाएकी छिन् । लो प्रोफाइलमा रहन रुचाउने मृणालले गत वर्ष लव सोनियाबाट बलिउडमा पदार्पण गरेकी थिइन । त्यतिबेला उनलाई कसैले नोटिस गरेन । गत अगस्ट महिनामा प्रदर्शनमा आएका दुई सुपर हिट चलचित्र 'सुपर-३०' र 'बाटला हाउस' पछि यतिबेला मृणाल बलिउडमा हाई-हाई भएकी छिन् । सुपर-३० मा ऋत्विक रोशन र बाटला हाउसमा जोन अब्राहमजस्ता कलाकारसँग स्क्रिन सेयर गरेकी मृणाल अहिले बलिउड हटकेक मानिन्छिन् ।

समाचारमा

● भारतको सिनेमा एन्ड टेलिभिजन आर्टिस्ट एसोसिएसन (सिन्टा)ले गत शनिबार अचानक ट्विटमार्फत् विख्यात निर्देशक महेश भट्टको निधन भएको कुरा सार्वजनिक गरेपछि यतिबेला बलिउड फेक न्युजको झमेलामा फसेको छ । सिन्टाको उक्त ट्विट सार्वजनिक हुनेबित्तिकै महेशका लागि समवेदना सन्देशहरू प्रवाहित हुन थाले । लगत्तै महेशका छोरीहरू पूजा र आलियाले उक्त समाचार फेक भएको र त्यस्तो समाचारले आफूहरू दुःखी भएको कुरा सार्वजनिक गरेपछि अहिले सिन्टाको नाममा त्यो घिनलाग्दो बदमासी गर्ने को रहेछ ? खोजी भैरहेको छ ।

● अहिलेसम्म चलचित्रमा लभर ब्वाइको इमेज बनाएका शारुख खानले अब एक्सन फिल्ममा काम गर्ने भएका छन् । यसका लागि उनले एक था टाइगर, टाइगर जिन्दा है जस्ता चलचित्रका निर्देशक तथा सलमान खानका प्रिय अलि अब्बास जफरसँग सहकार्य गर्दैछन् । केही दिनमै उनीहरूको नयाँ चलचित्रको विषयमा थप जानकारी सार्वजनिक हुने बताइएको छ ।

● सलमान खान संजय लीला भन्सालीको बहुप्रतीक्षित चलचित्र इन्साअल्लाहबाट हटाइएका छन् । निर्देशक भन्साली र खानबीच चलचित्रको प्लटका सम्बन्धमा विवाद सिर्जना भएपछि भन्सालीले उक्त निर्णय लिएका हुन् ।

● सन् १९८३ मा भारतले क्रिकेटको विश्वकप जित्दा टिमका लागि अमूल्य योगदान गरेका कीर्ति आजादको जीवनकथामा बन्न लागेको बायोपिक क्रिकेटरमा कीर्ति आजादले नै अभिनय गर्ने भएका छन् ।

हलिउड/बलिउड

क्रिस्टेनको फन्डा

हलिउड अभिनेत्री क्रिस्टेन स्टेवर्टले आफ्नो अपकमिङ्ग चलचित्र सिवर्गको प्रमोसनका लागि गजबको फन्डा अख्तियार गरेकी छिन् । क्यानाडाको टोरोन्टोमा चलिरहेको अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र महोत्सवमा पुगेकी स्वेवर्टले त्यहाँ छोटो सर्ट र त्यसमाथि ब्लेजर कोट त लगाइन् तर उनले उक्त गेटअपमा अन्तर्वस्त्र लगाउन नै बिर्सिएको खुलासा गरिन् । त्यसपछि के चाहियो, फोटो पत्रकारहरूले फटाफट उनको तस्बिर खिच्न थाले । प्रशंसकहरूले स्टेवर्टको यो फन्डालाई उनको आनीबानीसँग जोडेर हेरे भने आलोचकहरूले यसलाई सिवर्गको प्रमोसनका लागि अपनाइएको थर्ड क्लास फन्डा बताए ।

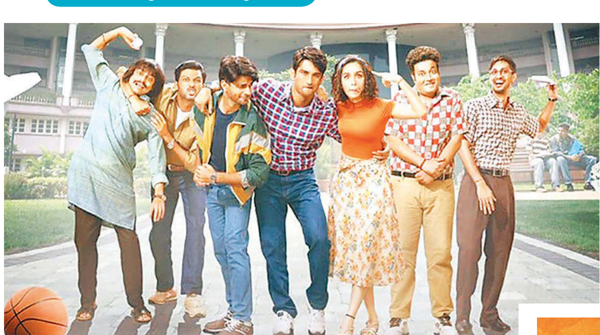
निक जोनास र प्रियंकालाई नयाँ पगरी

फेसनसँग सम्बन्धित चर्चित म्यागजिन पिपुलले यो वर्षका लागि बलिउड नायिका प्रियंका चोपडा तथा उनका अमेरिकन गायक श्रीमान् निक जोनासलाई बेस्ट ड्रेस सेलिब्रेटी कपलको उपमा दिएको छ ।

त्यसपछि रिसाइन् हेली वाल्डविन

गायक जस्टिन बिवरसँग डेटिङ गरिरहेकी हलिउड अभिनेत्री हेलि वाल्डविनको रिसको पारो यतिबेला उत्कर्षमा छ । वाल्डविन रिसाउनुको कारण भने गजबको छ । उनका प्रेमी जस्टिनले अनौपचारिक रूपमा खिचेको उनको मेकअपरहित तस्बिरलाई गत शुक्रबार अचानक सोसल मिडियामा अपलोड गरिदिएपछि वाल्डविनको पारो तातेको हो । यतिबेला बिवर वाल्डविनलाई फकाउने काममा व्यस्त छन् ।

बक्स अफिस



- गत शुक्रबार सार्वजनिक भएको हिन्दी चलचित्र छिछोरेले पहिलो सप्ताहन्तमा ४२ करोड ७५ लाख भारतीय रुपैयाँ बराबरको कारोबार गरेको छ । ६५ करोड भारतीय रुपैयाँमा निर्माण गरिएको यो चलचित्रले दोस्रो सप्ताहन्तसम्ममा आफ्नो लगानी उठाउने बताइएको छ ।
- अघिल्लो शुक्रबार सार्वजनिक भएको हिन्दी चलचित्र साहोले दोस्रो सप्ताहन्तसम्ममा १ अर्ब २८ करोड ४० लाख भारतीय रुपैयाँको कारोबार गरेको छ । यो कारोबार यो चलचित्रको हिन्दी भर्सनको कारोबार मात्र हो । दोस्रो सप्ताहन्तसम्म आइपुग्दा यो चलचित्रलाई सफल चलचित्रको पगरी गुथाइएको छ ।
- तीन साताअघि सार्वजनिक भएको मिसन मंगल र बाटला हाउस दुवैले सानदार व्यापार गरेका छन् । मिसन मंगलले तेस्रो सप्ताहन्तसम्ममा १ अर्ब ९१ करोड भारतीय रुपैयाँ बराबरको व्यापार गरेको छ भने बाटला हाउसले सोही अवधिमा ९९ करोड २० लाख भारतीय रुपैयाँ बराबरको व्यापार गरेको छ । मिसन मंगललाई सुपरहिट र बाटला हाउसलाई हिट चलचित्र मानिएको छ ।
- हलिउडमा गत शुक्रबार सार्वजनिक भएको आईटी : च्याप्टर-२ ले पहिलो सप्ताहन्तमा झन्डै १० करोड डलरको व्यापार गरेको छ । चलचित्रको यो व्यापारलाई व्यावसायिक रूपमा सफल मानिएको छ । सोही दिन सार्वजनिक भएको अर्को चलचित्र एन्जल ह्याज फलनले भने ५ करोड डलरको हाराहारीमा व्यापार गरेको छ ।

- हलिउडमा गत महिना रिलिज भएको द लायन किंगको जादु अझै कायम छ । अहिलेसम्म ५५ करोड डलर बराबरको व्यापार गरिसकेको यो चलचित्रले यो वर्षकै सर्वाधिक सफल हलिउड चलचित्रको उपमासमेत प्राप्त गरेको छ ।

पुरानो कुरा

हामी सबैलाई थाहा छ, सन् १९७१ मा सार्वजनिक भएको सुपरहिट चलचित्र आनन्दमा अमिताभ बच्चन र राजेश खन्ना प्रमुख भूमिकामा थिए । गत साता द कपिल शर्मा शोमा धर्मेन्द्रले सार्वजनिक गरेको अनुभवअनुसार यो चलचित्र बन्नुअघि यसका निर्देशक ऋषिकेश मुखर्जीले कोलकाताबाट मुम्बइ आउने फ्लाइटमा भेटिएका धर्मेन्द्रसँग उक्त चलचित्रको विषयमा कुरा गर्दै उनलाई नै लिड रोलमा अनुबन्ध गर्ने कुरा बताएका थिए । त्यसको केही दिनपछि मुखर्जीले धर्मेन्द्रको ठाउँमा राजेश खन्नालाई लिएर चलचित्रको घोषणा गरे । त्यसपछि के थियो र ? धर्मेन्द्र निकै रिसाए, उनले सारा रात रक्सी पिएर मुखर्जीलाई तथानाम गाली गरे । मुखर्जीले थाहा पाए धर्मेन्द्रले निकै रक्सी पिएका छन्, त्यसैले भोलिपल्ट भेट्ने वाचा गरे । भोलिपल्ट बिहानै धर्मेन्द्र मुखर्जीकहाँ पुगे । उक्त भेटमा मुखर्जीले आफ्नो गल्ती स्वीकार गर्दै धर्मेन्द्रसँग माफी मागे । त्यतिबेला मुखर्जीले अर्को चलचित्रमा पक्कै धर्मेन्द्रलाई काम दिने वाचा गरे । त्यसपछि नै निर्माण गरिएको हो, सुपरहिट चलचित्र– चुपके चुपके ।

अपराधमा चाइनिज ग्याङ्ग

जनकराज सापकोटा

भदौ १६ : एटिएम ह्याकिङमा संलग्न ५ चिनियाँ पक्राउ ।
भदौ १४ : मानव तस्करी गरेको आरोपमा चार चिनियाँ पक्राउ ।
साउन २० : एक किलो सुनसहित विमानस्थलबाट एक चिनियाँ पक्राउ ।
चैत २८ : मलद्वारमा लुकाएर ल्याएको साढे तीन किलो सुनसहित तीन चिनियाँ पक्राउ ।

एटीएम ह्याकिङमा संलग्न चिनियाँ समूह

माथि उल्लेखित घटनाले नेपालमा हुने अपराधमा चिनियाँहरूको बढ्दो उपस्थितिलाई मात्र देखाउँदैन, अपराधको संसारमा चिनियाँहरूको उपस्थिति दोहोरिरहने घटना हो भन्ने समेत देखाउँछ ।

हिमाली क्षेत्रको बहुमूल्य जडीबुटी तथा वन्यजन्तु तस्करीमा चिनियाँहरूको फाट्टफुट्ट उपस्थिति पछिल्ला वर्षहरूमा बदलिएर संगठित सुन तस्करी, अवैध डलर तस्करी, मानव तस्करी तथा फाइनान्सियल क्राइममा परिवर्तन हुँदै गएको छ । विवाहको नाममा नेपाली चेलीहरूको मानव तस्करी गरेको अभियोगमा समेत चिनियाँहरू पक्राउ परेको घटना सार्वजनिक भएपछि अपराधको चिनियाँ शैली नेपालका निम्ति टाउको दुखाइ बन्दै गएको छ ।

साउन २० गते त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल हुँदै काठमाडौं आएका २३ वर्षीय चिनियाँ नागरिक ली निङ ज पक्राउ परे । हङकङबाट १०:५० को फ्लाइटमा काठमाडौं ओर्लिएका लीले बोकेको ब्यागभित्र कपडाको बेल्टभित्र चारवटा बिस्कुट आकारको सुन थियो, जसको तौल ठ्याक्कै एक किलो थियो । अवैध सुन ओसार-पसारको घटनामा चिनियाँहरूको संलग्नता खुलेको यो न पहिलो घटना हो न अन्तिम नै ।

चैत २८ गते चीनको कुनमिङ हुँदै काठमाडौं आएका दुई चिनियाँ विमानस्थल भन्सारमै पक्राउ परे । एक्सरे मेसिन हुँदै बाहिरिने क्रममा उनीहरूको मलद्वार छेउको भागमा अनौठो आकृति देखिएपछि प्रहरीले थप केरकार गरेको थियो । प्रारम्भिक बयानमा केही नबताएपछि प्रहरी एक्सरे तस्बिरका आधारमा उनीहरूले अवैध वस्तु मलद्वारभित्र लुकाएर ल्याएको निष्कर्षमा पुगेको थियो । लगत्तै प्रहरीले सिनामंगलको एक अस्पतालमा लगेर उनीहरूलाई पखाला चलाउने औषधि खुवाएर दिसा गराएको थियो । तीनै जनाले दिशासँगै गह्रौं वस्तु निकालेपछि पुष्टि भयो, उनीहरूले साढे तीन किलो सुन मलद्वारभित्र लुकाएर नेपाल भित्र्याउन खोजेका थिए ।

भूकम्पअघि सिन्धुपाल्चोकको तातोपानी नाका हुँदै अवैध सुन भित्रिने क्रम उक्त नाका बन्द भएपछि रसुवाको केरुङ नाकातर्फ सोझिएको थियो । स्थल नाकाका अतिरिक्त चिनियाँहरूले त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाटै पनि अवैध रूपमा सुन भित्र्याइरहेको देखिन्छ । विमानस्थलका एक सुरक्षा अधिकारी भन्छन्, 'पछिल्ला घटनाहरूबाट चिनियाँहरूले अनेकन तवरबाट सुन भित्र्याउने प्रयास निरन्तर जारी राखेको पाइन्छ ।'

विगतमा ठूलो परिमाणमा भएका संगठित सुन तस्करीमा चिनियाँहरूको उल्लेख्य उपस्थिति रहेको घटनाक्रमहरूले देखाउँछ । हवाईमार्ग हुँदै गरिने सुन तस्करीका अतिरिक्त रसुवाको केरुङ नाका हुँदै गरिने सुन तस्करीका कैयन घटनामा पनि चिनियाँहरूको संलग्नता देखिन्छ । २०७४ भदौ १९ गते महानगरीय प्रहरी अपराध महाशाखाले क्षेत्रपाटीस्थित एक होटल बाहिर रोकी राखेको गाडीभित्र फल्स बटम बनाएर लुकाइएको ८८ किलो अवैध सुन बरामद गऱ्यो । केरुङ नाका हुँदै काठमाडौं भित्रिएको उक्त सुन ठमेलमै होटल सञ्चालन गरेर बसेका चिनियाँ नागरिक वान विई मिङको रहेको भन्दै प्रहरीले उनको खोजी गरेको थियो, तर मिङ प्रहरीलाई छक्याउँदै काठमाडौंबाट भाग्न सफल भए ।

चिनियाँहरूको संलग्नता सुनको अवैध धन्दामा मात्र छैन । सूचना र प्रविधिमा अब्बल चिनियाँहरू यही प्रविधिको दुरुपयोग गर्दै बैंकिङ कसुरका घटनामा समेत संलग्न भएको पाइन्छ ।

भदौ १६ गते काठमाडौंबाट पक्राउ परेका ५ जना चिनियाँ त्यसको पछिल्लो उदाहरण हुन् । प्रहरी परिसर काठमाडौंले ९ विभिन्न बैंकको एटिएम प्रणाली नै ह्याक गरेर अवैध भिसा कार्डमार्फत सवा करोडभन्दा बढी रकम चोरी गर्ने काममा संलग्न ५ जना चिनियाँ नागरिकलाई पक्राउ गऱ्यो । प्रहरीले एक जनालाई दरबारमार्गबाट र तीन जनालाई हात्तीसारको माया मनोहर बुटिक होटलबाट तथा थप एक जनालाई विमानस्थलबाट पक्राउ गरेको थियो । बैंकिङ ठगीको यो घटनामा देखिएको चिनियाँ संलग्नताले प्रहरीलाई त झस्काएको छ नै राष्ट्र बैंकका अधिकारीहरूलाई समेत चकित तुल्याएको छ । प्रहरी परिसर काठमाडौंका डिएसपी होबिन्द्र बोगटीले यसअघिका एटिएम ह्याकिङको तुलनामा पछिल्लो ठगी नौलो र अत्याधुनिक भएको बताए । बोगटीले बैंकिङ प्रणाली नै ह्याक गरेर गरिएको ठगीको घटना नेपालका

बाँकी पृष्ठ २३ मा

मानव तस्करीमा संलग्न भएको आरोपमा पक्राउ परेको चिनियाँ समूह

चिनियाँहरूको अपराध रोक्न सुरक्षा योजना नै चाहिन्छ

नवराज ढकाल, पूर्वडीआईजी, नेपाल प्रहरी

चिनियाँहरू व्यापार एवं सूचना प्रविधिको विकासमा जति नामुद छन्, अपराधको संसारमा पनि उनीहरूको पहुँच उत्तिकै छ । नेपालमा भैरहेका पछिल्ला अपराधमा चिनियाँहरूको संलग्नताको कुरा नयाँ देखिनुका पछाडि चीनसँगको नेपालको बढ्दो कनेक्टिभिटीको एउटा परिणाम हो । नेपाल हवाईमार्गमार्फत चीनका विभिन्न सहरसँग जोडिएको छ । नेपालभित्र व्यापार-व्यवसायका क्षेत्रमा पनि चिनियाँहरूको सहभागिता बढ्दो छ अनि नेपाल आउने चिनियाँ पर्यटकको संख्या पनि प्रत्येक वर्ष बढ्दो छ । यही अवसरको बीचमा अपराध र अपराधजन्य गतिविधि पनि फस्टाउँदो छ ।

राम्रा चिनियाँहरू अवसर खोज्दै नेपाल आए । यही मेसोमा अपराधको दुनियाँमा रहेका चिनियाँहरू भने अपराध गर्ने ठाउँ खोज्दै नेपाल प्रवेश गरे । संसारभर अवसर र विकृतिसँगसँगै जस्तो आउँछ । त्यही भएर अवसर, खुलापन र संसारसँग जोडिने अभ्याससँगै आउने अपराधहरू के-के हुन सक्छन्, त्यसको समाधान कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा पनि राज्यसँग पहिल्यै योजना हुनुपर्छ । प्रहरी र अनुसन्धान अधिकारीसँग यस विषयमा विशेष कार्ययोजना हुनुपर्छ ।

चीनभित्र भैरहेका वा चिनियाँ नागरिकले अन्य देशमा गरिरहेका अपराधका प्रकृति के-कस्ता छन् ? त्यसमा के-कस्तो प्रविधि प्रयोग भैरहेको छ भन्ने विषयमा नेपाल प्रहरीले जानकारी राख्नैपर्ने देखिन्छ । यस्तो जानकारीले नेपाल आउने चिनियाँहरूमाथि निगरानी गर्न वा उनीहरूका गतिविधिका सम्बन्धमा पहिल्यै सचेत हुन सहयोग मिल्छ । चिनियाँ प्रहरी तथा अनुसन्धान अधिकारीहरूसँग पनि नेपाल प्रहरीको संस्थागत तवरबाट ज्ञान र अनुभव आदान-प्रदान हुनैपर्ने देखिन्छ । यस्तो हुन सक्यो भने चिनियाँहरूले नेपालमा गर्ने अपराधका बारेमा चिनियाँ अधिकारीहरूले पनि सहयोग पुऱ्याउन सक्छन् अनि अपराध नियन्त्रणको पूर्वतयारीसमेत गर्न सकिन्छ ।

दक्षिणी छिमेकी भारतका प्रहरी तथा अनुसन्धान अधिकारीहरूसँग नेपाल प्रहरीको संस्थागत एवं व्यक्तिगत सम्बन्ध राम्रो छ । सीमा क्षेत्रमा हुने अपराध वा भारतमा अपराध गरेर नेपालमा लुक्ने र नेपालमा अपराध गरेर भारतमा लुक्ने प्रवृत्ति रोक्न दुई देशका सुरक्षा अधिकारीले संस्थागत एवं व्यक्तिगत समन्वय गरिरहेका छन्, तर यस्तो अभ्यास चीनसँग भने हुन सकेको पाइदैन । अब राज्यले चिनियाँ सुरक्षा अधिकारीहरूसँग पनि नेपाल प्रहरीको सम्बन्ध बनाउनेतर्फ पहल गर्नुपर्छ ।

नेपाल आउने चिनियाँहरूको पृष्ठभूमी जान्ने वा चीनको खोजी सूचीमा रहेकाहरूको विवरण लिने जस्ता सूचना आदान-प्रदान नगर्ने हो भने नेपालमा चिनियाँहरूको अपराध अझ बढ्न सक्ने अनुमान गर्न सकिन्छ । चीनबाट नेपालीलाई प्राप्त अवसरसँगै भित्रिने विकृतिको नियन्त्रणका लागि गम्भीर गुरुयोजना सरकारले नै निर्माण गर्नुपर्छ र त्यसमा चीन सरकारको भूमिका पनि महत्वपूर्ण हुन्छ ।

फेसबुक फन्डा

संकलक : जीवन भट्टराई

धेरै नै लागिपरेर खोजी र छानबिनपछि खडानन्दका छोराको विवाह भयो ।

खडु पत्नी : मलाई त नाति चाहिन्छ है छिट्टै ।

बुहारी : किन त्यस्तो हतार आमा, हतार नै लाग्या भए नाति नै लिएर आइदिन्थें नि, घरमै छाडेर आएकी छु नि त ।

२०४५ तिर खडानन्दले एउटा आवासीय माध्यमिक विद्यालय चलाएका थिए । १० कक्षाका विद्यार्थीको गुनासो ।

विद्यार्थी : सर बिजुली गैरहन्छ, त्यही भएर पढ्न पाइँदैन ।

खडानन्द : पख्, म केही बन्दोबस्त गर्छु ।

विद्यार्थी : बिजुली बत्तीको हो सर ?

खडानन्द : होइन, एसईई सर्टिफिकेटको ।

खडानन्द पत्रिका पसलमा गए ।

खडानन्द : भाइ मलाई पत्रिका देऊ त ।

पसले : नेपाली पत्रिका दिऊँ कि अंग्रेजी दिऊँ दाइ ?

खडानन्द : जुन दिए पनि हुन्छ भाइ, मलाई समोसा पोको पारेर घर लैजानु छ ।

जीएफ : तिमी चुरोट खाँदारैछौ अनि ।

खडानन्द : चुरोट त तिम्रा बुबाले पनि त खानुहुन्छ नि ।

खडानन्द कक्षामा पढाउँदै ।

खडानन्द : भन् त बिर्खे, भैंसीले किन पुच्छर हल्लाउँछ ?

बिर्खे : पुच्छरमा भैंसीलाई हल्लाउन सक्ने तागत हुँदैन त्यसैले भैंसीले नै पुच्छर हल्लाउँछ सर ।

खडानन्द र जीएफ पार्कमा बसेर गफ गरिरहेका थिए ।

खडानन्द : खोइ तिम्रो मोबाइल हेरुम त ।

जीएफ : भो पर्दैन, किन र ?

खडानन्द : यसो हेर्न मात्र हौ (खडानन्दले जबरजस्ती मोबाईल लिएर आफ्नो नम्बर डायल गरे)

मोबाइलको स्क्रिनमा देखाइरहेको थियो : रिचार्जवाला दाजु

खडानन्दको विवाह भा'को एक महिना चौध दिन भा'को थ्यो, हरिबोलसँग भेट भयो ।

हरिबोल : ओए खडु, तेरो पहिलेकी जीएफलाई पनि देखेको थिएँ त तेरो विवाहमा ।

खडानन्द : हो त यार, आएकी थिइ रे, ६ महिना अघिसम्म तिम्लाई पाइन भने बिष खान्छु भन्थी, मेरो विवाहभोजमा ३ पिलेट पुलाउ, ४ कचौरा मटन, १० वटा पकौडी, ४ डाडु अचार, २० वटा पानीपुरी र दुइटा आइसक्रीम खाएर गइ रे ।

जहिल्यै फेसबुकमा चुट्किला लेख्ने खडानन्दको भेट हरिबोलसँग भयो ।

हरिबोल : के हो यार, हिजोआज त तेरो जोक्स देख्दिन त ?

खडानन्द : धेरै फेसबूक चलायो भनेर आमाले मलाइ डिजिटल सजाय दिनुभो यार ।

हरिबोल : के भन्छ ? कस्तो हो यो डिजिटल सजाय भनेको ?

खडानन्द : ल्यापटप आँगनमा ल्याएर पाहा भ्यागुतो पछारेजस्तो पछार्दिनुभो, मोबाइल र चार्जर लुकाइदिनुभो ।

बरण्डामा राखिएको गमला खडानन्दकी पत्नीको गल्तीले फुट्यो । त्यही निहुँमा झगडा भयो ।

खडु पत्नी : तिम्रै गल्तीले हो, त्यो गमला राखेकै ठाउँ गलत थियो ।

खडानन्द : हो त, भइगो त अब, मैले सम्झिसकें त, आजभन्दा ठ्याक्कै छ वर्षअघि मैले त्यो गमला गलत ठाउँमै राख्या रै'छु भनेर मैले स्वीकारिसकें त ।

कुरा बुझ्नु भो त !

प्रस्तुती : योगेश कुमार खपाङ्गी
yogeshkhapangi@gmail.com

पृष्ठ २२ बाट

निम्ति नयाँ भएको बताउँदै भने, 'उनीहरूले अत्याधुनिक प्रविधि प्रयोग गरेर सिस्टमलाई नै बाईपास गरेर रकम निकालेको देखियो ।'

एटिएम ह्याक गरिएको घटनामा चिनियाँ नागरिकहरू पक्राउ भएको दुई दिनअघि प्रहरीको मानव बेचबिखन नियन्त्रण ब्युरोले ४ चिनियाँसहित ६ नेपालीलाई पक्राउ गरेको थियो । उक्त घटना भने नेपालमा भए गरेका अपराधमा चिनियाँहरूको विगतको संलग्नताभन्दा फरक खालको थियो । पक्राउ परेका चिनियाँमध्ये जंग सियाङ दोङ तथा जाङ दोङ एजेन्ट हुन भने छुवान झान फंग र छिन लियाङ नेपाली केटी बिहे गर्ने भन्दै नेपाल आएका थिए । चार वर्षअघि चिनियाँ केटासँग बिहे गरेर चीन पसेकी नेपाली महिला बीबी रानी भनिने रिना तामाङको सहयोगमा उनीहरू नेपाल आएका थिए । उनीहरूले योजनाअनुसार केटी खोजे, कानुनी प्रक्रिया पुऱ्याएर कोर्ट म्यारिज पनि गरे तर चीन उडने दिन प्रहरीको फन्दामा परे ।

कानुनी रूपमा छुवान झान फंग र छिन लियाङले नेपाली केटी बिहे गरेर चीन लैजान आँटे पनि ब्युरोले यसलाई मानव तस्करीकै नयाँ स्वरूपका रूपमा अर्थ्याएको छ । प्रहरीका अनुसार दस लाख रुपैयाँ पाउने सर्तमा बीबी रानीले रोज तामाङसहितका अन्य चार एजेन्टलाई केटी खोज्ने काममा सक्रिय गराएकी थिइन् । ब्युरोका प्रमुख एसएसपी ईश्वरबाबु कार्कीले नेपाल आएको केही दिनमै बिहे गर्नु, केटाकेटीबीच भाषाका कारण सामान्य कुराकानी पनि हुन नसक्नु र एजेन्टमार्फत केटी खोज्नुजस्ता कारणले कानुनी रूपमा विवाह भएपनि यसलाई मानव तस्करीकै रूपमा बुझ्नुपर्ने बताए । प्रहरीले पक्राउ परेका चिनियाँसहित सबैका विरुद्ध मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार नियन्त्रण ऐन २०६४ अर्न्तगत मुद्दा चलाएको छ ।

प्रहरीका अनुसार पक्राउ परेका जंग सियाङ दोङ लामो समयदेखि ठमेललाई केन्द्र बनाएर कारोबारमा सक्रिय थिए । आफूलाई बुद्धचित्तको कारोवारी बताए पनि जंगको गोप्य धन्दा चिनियाँका निम्ति नेपाली केटी खोजिदिने र बिहे गराइदिने थियो । केटा-केटीबीचको जनसंख्याको असन्तुलन तथा विवाहको खर्चिलो परम्पराका कारण चिनियाँहरू भियतनाम, कम्बोडिया तथा नेपालजस्ता देशमा विवाह गर्न चाहन्छन् । यस्तो विवाहलाई अन्तर्राष्ट्रिय संचारमाध्यमले 'ब्राइडल ट्राफिकिङ'का रूपमा अर्थ्याएका छन् । प्रहरीका अनुसार यसरी विवाह गरेर चीन पुगेकामध्ये धेरैजसो नेपाली मानसिक एवं शारीरिक यातनाका अतिरिक्त यौन शोषणमा पर्ने गरेको बताइएको छ ।

चिनियाँहरू अपराधका अनेकन आयाममा जोडिएका देखिन्छन् । जस्तो कि, विदेशी मुद्राको अवैध तस्करी । २०७३ माघ १ गते महानगरीय प्रहरी अपराध महाशाखाले थानकोट हुँदै केरुङ जान लागेको एउटा गाडी नियन्त्रणमा लियो । उक्त गाडीमा सवार थिए, ५० वर्षीय चिनियाँ नागरिक मिङ जाङ । पक्राउ परेका मिङबाट प्रहरीले झन्डै ३५ हजार अमेरिकी डलर, ३ लाख २७ हजार कोरियन वन तथा १ हजार ८५ हजार पाउन्ड स्टर्लिङ बरामद गरेको थियो । अपराध महाशाखाले मिङलाई पक्राउ गरेको ९ महिनापछि अर्थात् ५ असोज २०७४ मा केरुङ नाकामा खटिएको प्रहरी टोलीले चिनियाँ नागरिक ४७ वर्षीय दिल लिवानलाई ५० हजार अमेरिकी डलरसहित पक्राउ गरेको थियो । विदेशी मुद्राको अवैध ओसारपसारका घटनामा चिनियाँहरू पक्राउ परेका घटना बग्रेल्ती छन्, जसले चिनियाँहरू अवैध विदेशी मुद्राको कारोवारमा सक्रिय छन् भन्ने मात्र बुझाउँदैन, नेपालको कमजोर कानुन र प्रहरीको आँखा छल्दै कसरी चिनियाँहरू अपराध कर्ममा संलग्न छन् भन्ने पनि देखाउँछ ।

हिमाली भेगका बहुमूल्य जडीबुटी अवैध रूपमा तिब्बत छिराउने र हवाई मार्ग हुँदै अन्य देशमा अवैध रूपमा पठाउने काममा पनि चिनियाँहरूको संग्लनता पाइन्छ । २०७४ असारमा प्रहरीले ठमेलबाट ५० किलो बुद्धचित्त सहित विई वाङलाई पक्राउ गऱ्यो । अहिले पर्सामा एसपी रहेका सोमेन्द्र सिंह राठौर त्यतिबेला लैनचौर बृत्तमा डिएसपीका रूपमा कार्यरत थिए ।

अपराध र अध्यागमन
कानुन उल्लंघनमा चिनियाँ

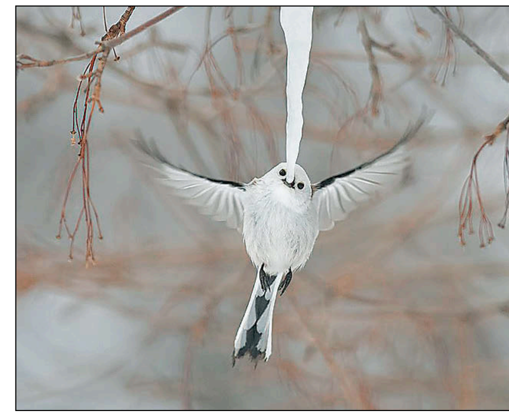
चिनियाँहरूलाई नेपाल प्रवेशमा भिषा शुल्क मिनाह गरिएसँगै चिनियाँहरूको नेपाल आगमन बढेको पाइन्छ । यही नीतिको फाइदा उठाउँदै केही चिनियाँ नेपालमा अपराध तथा तस्करीको धन्दामा सक्रिय छन् । कारागार व्यवस्थापन विभागका अनुसार देशभरका जेलमा रहेका २३ हजार कैदीमध्ये १ हजार १ सय ७२ विदेशी छन्, जसमा चिनियाँको संख्या ९ छ । तीमध्ये पनि सुन तस्करी र अवैध विदेशी मुद्राको कारोवारमा संग्लन भएकाहरूको संख्या उल्लेख्य छ ।

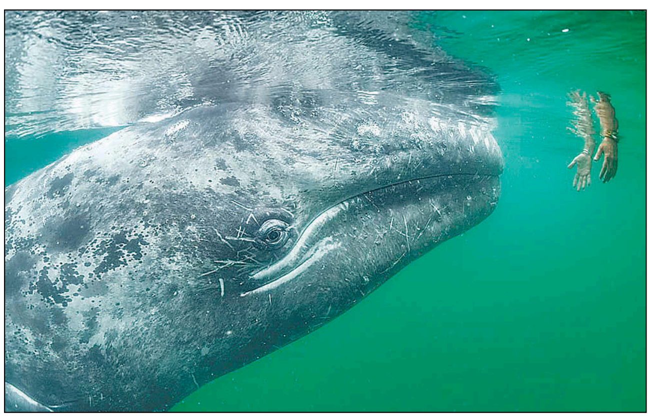
नेपालको अध्यागमन कानुन मिचेर ओभरस्टे बस्नेमा पनि चिनियाँहरूको संख्या उल्लेख्य पाइन्छ । अध्यागमन विभागका अनुसार २०१९ मा १ सय ९ चिनियाँ ओभरस्टेको कसुरमा परेका थिए । जबकी यो बर्ष अमेरिकाका १२ जना, बेलायतका ६ जना तथा पाकिस्तानका ५ जनाले ओभरस्टेको जरिवाना तिरेको देखिन्छ ।

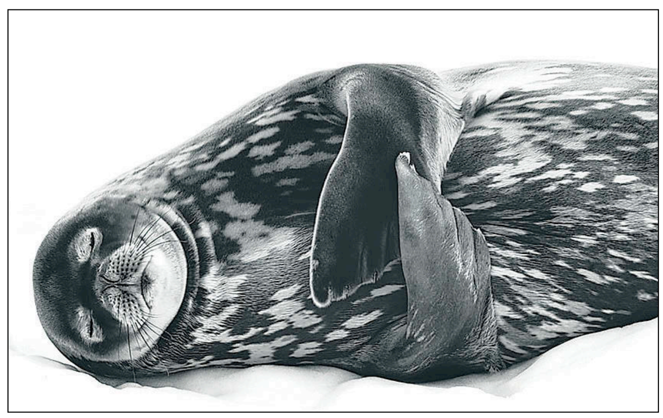
पहिलो विश्व

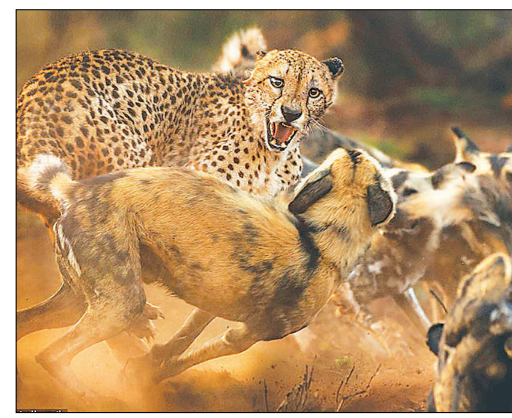
वर्षको सर्वोत्कृष्ट वाइल्ड लाइफ फोटो

नेचुरल हिस्ट्री म्युजियमले वार्षिक रूपमा आयोजना गर्दै आएको 'वाइल्ड लाइफ फोटोग्राफर अफ दि इयर' को उपाधि जित्न थुप्रै फोटोग्राफरले कल्पनाभन्दा बाहिरका तस्बिर प्रस्तुत गरे । नेचुरल हिस्ट्रीले विगत ५५ वर्षदेखि बर्सेनि आयोजना गर्दै आएको यो प्रतियोगितामा यसपटक ५५ हजार तस्बिर सहभागी छन् । सहभागी तस्बिरमध्ये केही उत्कृष्ट तस्बिर हालै म्युजियमले सार्वजनिक गरेको छ ।



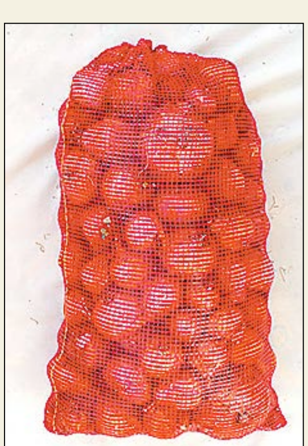






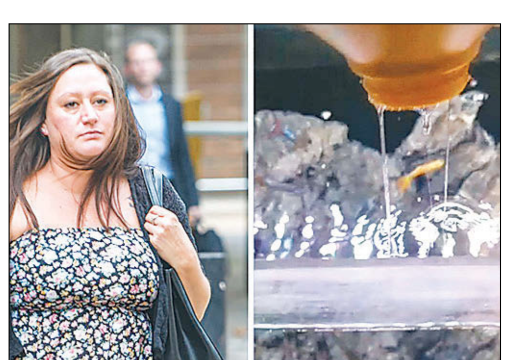
प्याज हाल्ने बोराको फेसन

ब्रिटिस फेसन अनलाइन स्टोर एसोस बेला-बेलामा विचित्रको डिजाइनका कारण चर्चामा आइरहन्छ । यसपटक यो फेसन स्टोरले प्याज हाल्ने बोराको आकृति झल्कने पहिरनलाई आफ्नो अनलाइन स्टोरमा बिक्रीका लागि राखेको थियो, जसको मूल्य ४९ हजार रुपैयाँ तोकिएको थियो । सामाजिक सञ्जालमा प्याजको बोरा पनि यति महँगो भनेर खिल्ली उडाउन थालिएपछि एसोस स्टोरले यसको मूल्य घटाएर साढे २९ हजार रुपैयाँमा झार्‍यो, तैपनि यो ड्रेसले सामाजिक सञ्जालमा चर्चा मात्र पायो, बिक्री भने भएन ।



अब सार्वजनिक शौचालयमा पनि

सार्वजनिक शौचालयमा हुने यौनहिंसा रोक्न वेल्सको समुद्री सहर पोर्सकलले नयाँ रणनीति र प्रविधि प्रयोगमा ल्याएको छ । २ लाख डलर अर्थात् २ करोड २६ लाख रुपैयाँ खर्च गरिएको यो प्रविधियुक्त शौचालयमा यौन वा अन्य कुनै किसिमको हिंसा भए अलार्म बज्छ । उक्त अलार्म बज्नेबित्तिकै पानीको फोहरा व्यापक रूपमा आउन थाल्छ र शौचालयका ढोकाहरू आफैं खोलिन्छन् । सुरक्षाकर्मीले थाहा पाऊन् भनेर अलार्मले अझ तीखो आवाज निकाल्न थाल्छ ।



कुमारी भएको प्रमाण नचाहिने

बंगलादेशका विवाहित युवतीले आफ्नो विवाह प्रमाणपत्रमा आफूलाई कुमारी लेखेर प्रमाणित गर्नुपर्ने नियमका विरुद्ध सफलता हात पारेका छन् । विवाह गर्नुभन्दा अघि भरिने फारममा कुनै पनि युवतीले आफू कुमारी, एकल वा पारपाचुके के हो उल्लेख गर्नुपर्ने प्रावधान थियो ।

महिला अधिकारवादीहरूले यो नियमले युवतीहरूको अपहेलना गरेको जिकिर गर्दै मुद्दा दायर गरेका थिए । मुद्दाको सुनवाइ गर्दै अदालतले कुमारीको सट्टा अविवाहित लेख्ने आदेश दिएको छ ।

रिसको झोकमा माछाको हत्या

आपसी खटपटका कारण एक पुरुषले आफ्नी प्रेमिकाले पालेको माछाको एक्वेरियममा ब्लिच हालेर ५० भन्दा बढी माछाको सामूहिक हत्या गरिदिएका छन् । सेरेना रेनोल्डसनको फ्ल्याटमा झगडा भएपछि प्रेमी जोन फिजप्याट्रिकले घरमा पालेको माछाको एक्वेरियममा ब्लिच हालेर ती माछा मारेका थिए । सेरेनाको उक्त हर्कत भिडियोमा रेकर्ड गरेकी थिइन् ।अदालतमा पुगेको यो घटनाको सुनवाइ गर्दै जोनलाई १८ साताको जेल सजाय, १ वर्ष कामबाट निलम्बन, १० वर्षसम्म कुनै पनि जनावर पाल्न नपाउने सजायका साथ ४२ हजार रुपैयाँ जरिवाना सुनाइएको छ ।

मिस नेपाल कर्भी

चिटिक्क मिलेको जीउडाल भएका युवतीहरूको सौन्दर्य प्रतियोगिताहरूमाझ सबै किसिमको जीउडाल भएका युवतीहरूको सहभागितामा पहिलो मिस नेपाल कर्भी सम्पन्न भएको छ। फरिया सेन्टरद्वारा आयोजित उक्त प्रतियोगिता ठमेलस्थित छायाँ सेन्टरमा सञ्चालन भएको थियो। ३० जना सहभागी उक्त प्रतियोगितामा सोनल शर्माले मिस नेपाल युनिभर्स, अनुराधा ढुंगानाले मिस नेपाल वर्ल्ड, सेविका बम्जन शाहीले मिस नेपाल अर्थ, माला कुमारी सुनारले मिस नेपाल इन्टरनेसनल तथा रक्षा प्रधानले मिस नेपाल सुप्रानेसनलको उपाधि जितेका थिए।

आदित्य र प्रिन्सेस लिटिल लुम्बिनी

रुपन्देहीमा सम्पन्न मास्टर एन्ड मिस लिटिल लुम्बिनी-२०१९ को उपाधि आइडियल इंग्लिस बोर्डिङ स्कुलमा कक्षा ३ मा अध्ययनरत आदित्यसिंह ठकुरीले जितेका छन्। मञ्जरी ग्रुपको आयोजनामा बुटवलमा भएको फिनालेमा ९ जना प्रतियोगीलाई पछि पार्दै उनले उपाधि चुमेका हुन्। ठकुरीले उपाधिसँगै आगामी जनवरी २० तारिखमा फिलिपिन्समा हुने लिटिल एन्ड टिन ग्लाम इन्टरनेसनलमा प्रतिस्पर्धा गर्ने अवसर प्राप्त गरेको मन्जरीका अध्यक्ष विशाल एच आलेले बताए। प्रतियोगितामा मिस मिनी लुम्बिनीको उपाधि अक्सफोर्ड स्कुल कक्षा १ मा अध्ययनरत प्रिन्सेस अर्यालले जितेकी थिइन्। उनले पनि जुनियर समूहमा सोही अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउनेछिन्। उक्त प्रतियोगिताका प्रतिस्पर्धीहरू नेभारा फेसनको पहिरनमा सजिएका थिए।

स्वस्तिक श्रेष्ठ

सौगातलाई मिस टिनको उपाधि

झापा बिर्तामोडकी १३ वर्षीया सौगात तिवारीले मिस टिन प्रदेश नम्बर-१ को उपाधि जितेकी छिन्। ड्रिम्स वर्ल्ड इन्टरटेन्टमेन्टले आयोजना गरेको प्रतियोगिताको पाँचौं संस्करण बिर्तामोडमा सम्पन्न भएको थियो। प्रतियोगिताको फस्ट रनर्सअप तेहथुमकी शीतल गुरुङ तथा सेकेन्ड रनर्सअप मेचीनगरकी प्रजिता श्रेष्ठ घोषित भए।

त्यस्तै लिटल मिस्टर एन्ड मिस बिर्तामोडको उपाधि आश्रेया बराल तथा युनिस अधिकारीले जितेका छन्। यो प्रतियोगिताको फस्ट रनर्सअपमा अंशु कोइराला र अनमोल लुइँटेल तथा सेकेन्ड रनरअपमा सन्ध्या राजवंशी र सुजलकुमार गुप्ताले कब्जा जमाए।

विष्णु सुब्बा

क्रिजेन्सालाई लिटिल आइडल

२३ वटा विद्यालयका ७७ जना छात्रा सहभागी लिटिल मिस आइडल-२०१९ को फाइनलमा क्रिजेन्सा सिलवालले शीर्ष उपाधि जितेकी छिन्। प्रतियोगितामा रचना राई फस्ट रनर्सअप तथा कुञ्जा कुँवर सेकेन्ड रनर्सअप छानिएका थिए। उक्त प्रतियोगिता प्याब्सन काठमाडौं तथा एक्सन इन्टरटेनमेन्टद्वारा संयुक्त रूपमा आयोजित थियो।

अर्वनलाई बिटुडी डान्स

दोस्रो संस्करणको बिटुडी डान्स च्याम्पियनसिपको उपाधि बिई अर्वन कल्चरल गुप्रले जितेको छ। बिटुडी डान्स एन्ड फिटनेस स्टुडियोले आयोजना गरेको यो प्रतियोगितामा दि थन्डेरिङ किड्ज फस्ट रनर्सअप तथा स्टार्स स्क्वायर क्रिउ सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भए भने बेस्ट कोरियोग्राफरको एवार्ड स्मृति गुरुङ तामाङले जितिन्।

प्रतियोगितामा अडियन्स पपुलर एवार्ड अक्षय भण्डारी तथा भ्युअर्स च्वाइस एवार्ड स्टार स्क्वायर क्रिउले हात पारे। पोखरा उद्योग वाणिज्य संघको हलमा सञ्चालित उक्त फाइनलमा प्रतियोगीहरूले सोलो तथा ग्रुपमा प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

मिस तामाङ प्रदेश नम्बर-१

युवापुस्तालाई तामाङ संस्कृति र संस्कारका सम्बन्धमा जानकारी दिनुका साथै तामाङ समुदायका युवतीहरूको व्यक्तित्व एवं नेतृत्व क्षमता अभिवृद्धिका लागि मिस तामाङ प्रदेश नम्बर-१ को आयोजना गरिएको छ।

नेपाल तामाङ घेदुङ उर्लाबारी नगर समितिद्वारा आयोजित मिस तामाङ प्रदेश नम्बर-१ को फाइनल यही भदौ २८ गते धनकुटाको हिलेमा हुने भएको बताइएको छ। प्रदेश नम्बर-१ का २२ जना तामाङ युवती बन्द प्रशिक्षणका लागि छनोट भएको समितिका अध्यक्ष राजु घिसिङले जानकारी दिए। बन्द प्रशिक्षण भदौ १ गते मोरङको उर्लाबारी-५ स्थित नेपाल बौद्ध गुम्बाबाट सुरु भैसकेको छ।

उक्त बन्द प्रशिक्षणलाई कोरियोग्राफर प्रियारानी लामाले सहजीकरण गरिरहेकी छिन्। मिस तामाङ प्रदेश नम्बर-१ को फाइनलमा मिस इन्डिया सिक्किमकी विजेता साङ्डोमा तामाङ, मिस तामाङ-२०१४ की विजेता सुमी मोक्तान, कलाकार छुल्ठिम डोल्मा आदिको सहभागिता रहने छ।

सरोज बस्नेत

तस्बिर : कृष्ण गुरुङ

हङकङमा प्रकाश र प्रीति

हङकङमा चितवन सुमधुर साँझ-२०१९ सम्पन्न भएको छ। एम्बुलेन्स खरिदका लागि अर्थ संकलन अभियानअन्तर्गत आयोजना गरिएको कार्यक्रममा गायक सुरेश लामा, प्रीति आले, प्रकाश सपूत तथा कमेडियन सुबोध गौतमले विभिन्न प्रस्तुति दिएका थिए।

कमेडियन सुबोधले समसामयिक राजनीतिसम्बन्धी व्यङ्ग्यका साथै विभिन्न चर्चित व्यक्तित्वहरूको क्यारिकेचर गर्दै सञ्चालन गरेको उक्त कार्यक्रममा तेस्रो पटक हङकङ आएका सुरेश लामाले आफ्ना चर्चित गीतहरूमार्फत पर्याप्त वाहवाही बटुले भने गायिका तथा डान्सर प्रीति आलेको बेली डान्समा हल तालीले गुन्जियो।

हङकङमा सबै कुरा पाइन्छ, तर आफ्नो देशको ढुङ्गेधाराको निर्मल पानी पाइँदैन, आमाले कराउँदै तयार गरेको खाजा पाइँदैन भन्दै स्टेजमा प्रवेश गरेका प्रकाश सपूतले आफ्ना चर्चित गीत बोल माया, गलबन्दी आदि प्रस्तुत गरे। पहिलो पटक हङकङ आएका प्रकाशका हरेक गीतमा दर्शकहरूले खुलेर रमाइलो गरे।

विदेश घुमघाम

दुबई : ४ रात, ५ दिनको सामान्य प्याकेज खर्च ६२ हजार रुपैयाँ टिकट सहित
इन्डोनेसिया : ४ रात, ५ दिनको सामान्य प्याकेज खर्च ५७ हजार रुपैयाँ
थाइल्यान्ड : ४ रात, ५ दिनको सामान्य प्याकेज ५७ रुपैयाँ
सिंगापुर : ४ रात, ५ दिनको सामान्य प्याकेज ६२ हजार रुपैयाँ

दुबई
सपिङ र घुमघामका लागि संयुक्त अरब इमिरेट्सको सहर दुबई निकै चर्चित छ। दुबई आधुनिक गगनचुम्बी भवन तथा जीवन्त नाइट लाइफका लागि प्रख्यात छ। त्यहाँ पुग्नेहरूले संसारकै सबैभन्दा अग्लो बुर्ज खलिफा टावर चढ्ने रहर पालेकै हुन्छन्। ८ सय ३० मिटर अग्लो यो टावरको १ सय २४ औं तलामा रहेको 'अब्जरभेसन डेस्क' बाट दुबई सहर नियाल्दाको खुसी शब्दमा व्यक्त गर्न कठिन हुन्छ। त्यहाँका गगनचुम्बी महल, द्रुत गतिमा अघि बढिरहेका विकासका संरचनाहरू देख्दा आकाश पनि सानो भएको हो कि जस्तो भान पर्छ।

बुर्ज खलिफा टावरमा विलासी होटल, सपिङ सेन्टर, अपार्टमेन्ट तथा कार्यालयहरू छन्। यहाँ ३ दशमलव २ किलोमिटर लामो दुबई वाटर क्यानलले पनि धेरैको मन तान्दै आएको छ। यो वाटर क्यानल तीन वर्षमै पर्यटकहरूको सबैभन्दा बढी भीड लाग्ने ठाउँ बनिसकेको छ। बुर्ज अल अरब, गुरु नानक दरबार सिख टेम्पल, दुबई क्रिक, मरीनाबीच, फेसनको राजधानी मानिने मीना बजार, दुबई बटरफ्लाई गार्डेन, जुमेरा आक्रियोलोजिकल साइट, पाम आइल्यान्ड, द दुबई फाउन्टेन, म्युजियमजस्ता ठाउँ दुबईका घुम्नलायक ठाउँ हुन्। दुबई घुम्नेहरू त्यहाँ युरोपको झझल्को पाइने बताउँछन्। दुबईमा डेजर्ट सफारी, हट एयर बेलुन फ्लाइट, पानीजहाज, बालुवामा चिप्लेटी आदि को समेत मजा लिन सकिन्छ। दुबई घुम्न विभिन्न एयरलायन्स तथा ट्राभल एजेन्सीहरूले प्याकेज तयार पारेका छन्।

यी सबै प्याकेज लिन ९ हजार रुपैयाँ तिरे पुग्छ। तीन रात, चार दिनको दु बईको भ्रमण सामान्य हुन्छ। ७० हजार रुपैयाँभन्दा बढी खर्च गरेर यो प्याकेज लिन सकिन्छ।

मलेसिया
दक्षिण एसियाको पूर्वी देश मलेसिया समुद्री किनारका कारण बढी चर्चित छ। यहाँ मलाया, चाइनिज, भारतीय तथा युरोपियनहरूको बसोबास छ। द क्वालालम्पुर टावर, पेट्रोनास ट्वीन टावर्स, जर्ज टाउन, पेनाङ टापु, पेडकर टापु, क्यामरुन हाइल्यान्ड्स, क्वालालम्पुर बर्ड पार्क, नेसनल म्युजियम, नेसनल मोनुमेन्ट आदि क्वालालम्पुरका घुम्नलायक ठाउँ हुन्। यहाँ गुफा, मन्दिर, पार्कजस्ता विविध धार्मिक तथा ऐतिहासिक आकर्षणहरू पनि छन्। केबलकारको मज्जा लिन होस् वा समुद्री किनारमा रमाउन मलेसिया उपयुक्त गन्तव्य हुन सक्छ। नेपालका विभिन्न ट्राभल एजेन्सीले मलेसिया घुमफिरको प्याकेज तयार पारेका छन्। यस्ता प्याकेज आफ्नो बजेटअनुसार छनोट गर्न सकिन्छ।

इन्डोनेसिया
१७ हजार ५ सय टापु भएको इन्डोनेसिया सुन्दर देश हो। इन्डोनेसियाको बाली हनिमुनका लागि प्रख्यात छ। हनिमुन मनाउन युरोप, अमेरिका तथा एसियाबाट ठूलो संख्यामा पर्यटकहरू इन्डोनेसिया पुग्छन्। सफा वातावरण, द्रुत रूपमा भैरहेको विकास, मन्दिर एवं टापुहरू इन्डोनेसियाका विशेष आकर्षण हुन्।

इन्डोनेसियाको मुख्य आयस्रोत पर्यटन नै हो। इन्डोनेसिया घुम्न त्यति महँगो पनि छैन। एक रात बिताउन ३ हजार रुपैयाँ भए पुग्छ। यहाँ सस्ता होटलहरू पनि उपलब्ध हुन्छन्। नेपालबाट इन्डोनेसिया पुग्न मलिन्दो तथा एयर एसियाले सस्तोमा टिकट उपलब्ध गराइरहेका छन्। यस बाहेक हिमालयन एयरलायन्स, नेपाल एयरलायन्स, मलेसियन तथा थाइ एयरलायन्सले पनि सेवा प्रदान गरिरहेका छन्। इन्डोनेसियामा अनएराइभल भिसा दिइन्छ र त्यो पनि निःशुल्क उपलब्ध हुन्छ।

इन्डोनेसियाको जकार्तामा तमन सफारी छ। त्यहाँ खुल्ला जंगलमा हात्ती, बाघ, भालुजस्ता वन्यजन्तुहरू हेर्न सकिन्छ। यसबाहेक त्यहाँ स्वीमिङ पुल तथा पोखरीहरू पनि छन्, जहाँ डल्फिनसमेत पाइन्छ। इन्डोनेसियामा ३ सयभन्दा बढी एथेनिक ग्रुप छन्। त्यहाँ बालीमा ठूला-ठूला गुम्बाहरू छन्। त्यहाँ पानीमुनि ड्राइभ गरेर समुद्री वनस्पति हेर्न सकिन्छ, जसलाई स्कोभा ड्राइभिङ भनिन्छ। त्यहाँ सुन्दर समुद्री तटहरू छन्। इन्डोनेसियामा महत्वपूर्ण हिन्दू मन्दिरहरू पनि छन् जसमा तनाहा, उलुवातो, वैशाखी मुख्य मन्दिर मानिन्छन्। त्यहाँ हिन्दू संस्कारअनुसार पर्यटकहरूलाई स्वागत गरिन्छ।

उबुद्ध आर्ट मार्केट, बाली सफारी, मरिन पार्क, बिभिन्न समुद्री तट इन्डोनेसियाका थप आकर्षण हुन्। त्यहाँ नसदुवा वाटर स्पोर्ट्स, बोटिङलगायतका सुविधा उपलब्ध छन्। चार वर्षअघि बालीको देम्पासार एयरपोर्ट र नसदुवा समुद्री किनार जोड्न समुद्रमाथि चार लेनको सडक बनाइएको छ। यसले पर्यटकहरूलाई थप सहज बनाएको छ। एक हप्ता इन्डोनेसिया घुम्न एयर टिकटसहित १ लाख रुपैयाँजति लाग्छ।

थाइल्यान्ड
थाइल्यान्ड सेक्स टुरिज्मका लागि संसारभर चर्चित छ। संसारको दोस्रो ठूलो टापु पनि थाइल्यान्डमै छ। नेपालको जस्तै हावापानी पाइने थाइल्यान्डमा मेडिकल टुरिज्म पनि फस्टाएको छ। त्यहाँ बस्न, खान पनि त्यति महँगो छैन।

थाइल्यान्ड ९५ प्रतिशत साक्षरता भएको देश हो। थाइल्यान्डको प्रतिव्यक्ति वार्षिक आय ३० हजार डलर छ। घुम्नका लागि बैंकक, पताया, फुकेट, चाङमाइ आदि लोकप्रिय छन्। थाइल्यान्डमा एयरपोर्ट पुगेदेखि नै धेरै कुरा सिकिन्छ। थाई खानेकुराको स्वाद धेरैको जिब्रोमा झुन्डिन्छ। वार्षिक १ करोड ९७ लाखभन्दा बढी पर्यटकले थाइल्यान्डको भ्रमण गर्छन्। समुद्रको हयाङग्लाइडिङ, समुद्रमुनिका माछा हेर्ने, समुद्रको छेउमा बसेर खाने-पिउने, टापुहरूको भ्रमण, रात्रिजीवन आदि थाइल्यान्डका केही आकर्षण हुन्।

श्रीलंका
हिन्द महासागरको उत्तरी भागमा अवस्थित श्रीलंका भारतको सीमाबाट ३१ किलोमिटरको दूरीमा छ। १९७२ सम्म श्रीलंकाको नाम 'सिलोन' थियो। सन् १९७२ मा 'लंका' बन्यो। त्यसको ६ वर्षपछि 'लंका' को अगाडि सम्मानजनक शब्द श्री थपेर श्रीलंका बनाइयो। श्रीलंका सफा र सुन्दर देश हो। श्रीलंकनहरूले स्थानीय पहिरन तथा खानपानमा जोड दिँदै आएका छन्। श्रीलंका परम्परागत संस्कारका लागि पनि उत्तिकै चर्चित छ। श्रीलंकाको समुद्री किनारमा राम्रा-राम्रा होटलहरू छन्। बाटाहरू पनि उत्तिकै राम्रा छन्। श्रीलंकाको कोलम्बो महत्वपूर्ण बन्दरगाह मानिन्छ। पार्क, मन्दिर तथा समुद्री तट यहाँका प्रमुख आकर्षण हुन्। श्रीलंका घुम्न खासै महँगो छैन अर्थात् नेपालीहरू भारत गएजस्तै छ।

गोवा
समुद्री किनारमा रमाउन चाहनेहरूका लागि भारतको गोवा उपयुक्त गन्तव्य हुन सक्छ। दूरीका हिसाबले नजिक र अन्य देशभन्दा कम खर्चिलो भएकाले गोवा धेरै नेपालीको गन्तव्य बन्ने गरेको छ। गर्मी महिनामा यहाँ पर्यटकहरूको ओइरो नै लाग्छ। गोवामा झन्डै ४० वटा समुद्री तट छन्। यस्तै कामाक्षी, सप्तकेटेश्वर, शांतादुर्गा, महालसा नाराईणी, भगवती, महालक्ष्मी मन्दिरहरूमा दर्शनार्थीहरूको भीड लागिरहन्छ। कुनै समय पोर्तुगलको उपनिवेश रहेको गोवामा सन् १९६१ पछि मात्र भारत सरकारको प्रशासन कायम भएको हो। क्षेत्रफलका हिसाबले ३ हजार ७ सय दुई वर्ग किलोमिटर फैलिएको गोवाको मुख्य आयस्रोत पर्यटन हो। यहाँको खनिज पदार्थ जापान तथा चीन निर्यात हुन्छ। त्यस्तै गोवा काजुका लागि पनि प्रसिद्ध छ। गोवाको काजु साउदी अरब, बेलायत तथा अन्य युरोपियन मुलुकहरूमा निर्यात हुन्छ।

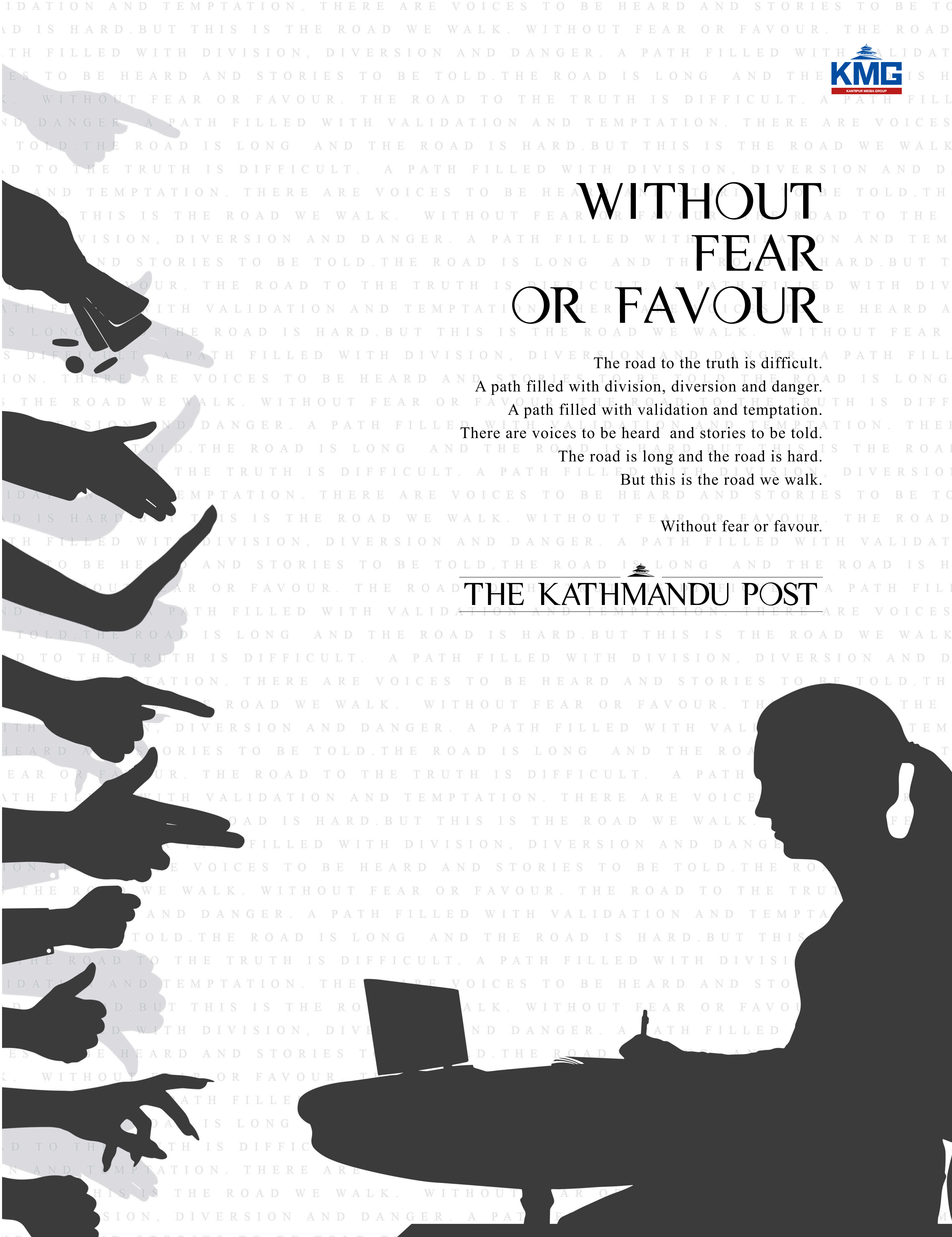
सिंगापुर
सानो तर सुन्दर देश हो– सिंगापुर। स्यान्तोषा टापु, फ्लाईएयर, युनिभर्सल स्टुडियो तथा बगैंचाहरू यहाँका प्रमुख आकर्षण हुन्। स्यान्तोषा टापु घुम्न दिनभर लाग्छ। त्यहाँ डल्फिन डान्स तथा पानीको फोहोराले मन्त्रमुग्ध तुल्याउँछ। सिंगापुरमा एक्वेरियममा राखिएका विभिन्न देशका माछा हेर्न सकिन्छ। सपिङ गर्न इच्छा हुनेहरू अरचर्ड पुग्न सक्छन्। सिंगापुर जु एसियाकै सबैभन्दा ठूलो चिडियाखाना मानिन्छ। जुरुङ बर्ड पार्कमा थरीथरीका चराचुरुङ्गी छन्। त्यहाँ चराको शोसमेत हेर्न पाइन्छ।

विश्वकै सुरक्षित देश मानिन्छ– सिंगापुर। यहाँको नाइट लाइफ अझ रमाइलो हुन्छ। मरीना वे स्यान्ड्स अर्को चर्चित ठाउँ हो जहाँ ब्रान्डेड सामानहरू पाइन्छन्। वाटर शो यहाँको अर्को प्रमुख आकर्षण हो। विश्वमा सबैभन्दा छिटो प्रगति गरेको देश हो– सिंगापुर, जहाँ कानुन बलियो छ।

नेपालबाट घुम्न जानेहरू मलेसिया हुँदै सिंगापुर पुग्छन्। नेपालबाट मलेसिया प्लेनमा तथा मलेसियाको क्वालालम्पुरबाट ५/६ घण्टा बस यात्रा गरेपछि सिंगापुर पुग्न सकिन्छ। सिंगापुरको बसाइ एवं खानपान केही महँगो छ। होटलमा एक रात बसेको ८ हजार रुपैयाँ तथा सस्तो होटलमा एक छाक खाएको १ हजार रुपैयाँ पर्छ। तीन दिन बिताउँदा लगभग सबै सिंगापुर घुम्न सकिन्छ, जसका लागि टिकट खर्चबाहेक ५० हजार रुपैयाँ भए पुग्छ।

कम्बोडिया
पछिल्ला दिनमा दक्षिण पूर्वी एसियाको प्रमुख देश कम्बोडिया घुम्नेहरूको संख्या निरन्तर बढिरहेको छ। राजधानी नोमपेन्हमा नेपालीहरूको पनि बसोबास छ। यो एसियाको एक मात्र देश हो, जहाँ खुला रूपमा अमेरिकन डलर चल्छ। थाइल्यान्डबाट एक घण्टाको उडानमा कम्बोडिया पुग्न सकिन्छ। म्युजियम, रोयल प्यालेस, तालतलैया, मन्दिर, सिल्भर प्यागोडा, बोकोर हिल स्टेसन यहाँका प्रमुख आकर्षण हुन्। लगानीको वातावरण बनेपछि कम्बोडियामा विदेशी लगानी गर्नेहरूको संख्या ह्वात्तै बढेको छ। कम्बोडिया नेपालबाट थाइल्यान्ड हुँदै जाँदा नजिक पर्छ। थाइल्यान्डबाट १ घण्टाको फ्लाइटमै कम्बोडिया पुग्न सकिन्छ। यस्तै मलेसिया वा सिंगापुर हुँदै पनि कम्बोडिया जान सकिन्छ।

भुटान
दक्षिण एसियाको सानो देश भुटान सुन्दर देश हो। यसको सिमाना भारत तथा चीनसँग जोडिएको छ। भुटानको उत्तरमा पहाड र दक्षिण केही भाग समतल छ। भुटानले आफूसँग भएका स्रोत-साधनहरूको पर्याप्त उपयोग गरेको छ। पारो भ्याली, टाइगर नेस्ट, राजधानी थिम्पु, पुनखा भ्याली, बुमथाङ भ्याली, बुद्ध प्वाइन्ट तथा गुम्बाहरू भुटानका घुम्नलायक ठाउँ हुन्। दि तासीछोदाङ (किल्ला) सरकारी कार्यालय रहेको भवन पनि आकर्षक छ। त्यस्तै दोचुला स्तूपा, पुनखा जङ, छिमिलाखाङ गुम्बा पर्यटकहरूले रमाइलो गर्ने ठाउँ हुन्। विश्वको सबैभन्दा ठूलो बुद्ध मूर्ति भुटानमै छ। भुटान हाइड्रोपावर प्रोजेक्टका लागि नमुना देश हो। भुटानको अर्थतन्त्रको मूल स्रोत पनि जल विद्युत् नै हो।


KMG
KANTIPUR MEDIA GROUP
WITHOUT FEAR OR FAVOUR
The road to the truth is difficult.
A path filled with division, diversion and danger.
A path filled with validation and temptation.
There are voices to be heard and stories to be told.
The road is long and the road is hard.
But this is the road we walk.
Without fear or favour.
THE KATHMANDU POST

हेल्थ एन्ड फिटनेस

ध्यान किन

ध्यान यस्तो विज्ञान हो, जसले जीवनका धेरै किसिमका समस्यालाई जरैदेखि समाधान गर्छ । यो आफैंप्रति फर्कने कला हो । यसले मन र हृदयलाई स्थायी रूपमा शान्त एवं सहज बनाउँछ । नियमित रूपमा कम्तीमा १० देखि ४५ मिनेट ध्यान गर्दा शारीरिक, मानसिक तथा आध्यात्मिक लाभ प्राप्त गर्न सकिने कुरा प्रमाणित भैसकेको छ ।

निर्मला केसी
योग शिक्षक, जीवन विज्ञान

के हुन्छ

- ध्यानले तनावका कारण बढेको उच्च रक्तचापलाई नियन्त्रण गरी हृदयघातबाट जोगाउँछ ।
- ध्यानले तनाव कम भै शरीरमा उत्पन्न हुने हार्मोनल असर कम हुने हुँदा मन शान्त, ताजा एवं स्वच्छ हुन्छ ।
- तनावका कारण उत्पन्न मुहारको चाउरी हटाउँछ ।
- ध्यानले शारीरिक सुन्दरता बढाउन सहयोग पुऱ्याउँछ । यसले गर्दा उमेरभन्दा पहिले बुढ्यौली देखिँदैन ।
- ध्यानले शरीर एवं मनलाई क्रियाशील बनाउँछ भने जीवनमा आइपर्ने अनेकन समस्यालाई सहज ढंगले समाधान गर्न सक्ने बनाउँछ ।
- स्मरणशक्ति बढाउनुका साथै एकाग्रता बढाउँछ ।
- आत्मविश्वास, आँट, जोश-जाँगर तथा निर्णय गर्न सक्ने क्षमतामा वृद्धि गर्छ ।
- ध्यानले इच्छा शक्ति बढाएर नकारात्मकता एवं कुलतबाट मुक्ति दिलाउँछ ।
- ध्यान गर्नाले अनिद्रा, रिस, चिढचिढापनजस्ता प्रवृत्ति नियन्त्रणमा आउँछ ।
- मनमा उत्पन्न स्वार्थ हटेर दया, करुणा एवं प्रेमको भाव उत्पन्न हुन्छ ।
- मनमा उत्पन्न हुने असुरक्षापन, अधुरोपन, भित्री डर, असन्तुष्टि जस्ता भावनालाई ध्यानद्वारा नियन्त्रण गर्न सकिन्छ ।
- बिग्रिएको सम्बन्धमा सुधार आउनुका साथै सम्बन्धमा मधुरता सिर्जना हुन्छ ।
- आत्मबोध सिर्जना गर्दै वर्तमानमा जिउने कला सिकिन्छ ।
- दिव्य प्रेमको उदय गराई परम आनन्दित तुल्याउँछ ।

दुखाइ सचेतनाको महिना

डा. निनादिनी श्रेष्ठ
उप प्रा.- एनेस्थेसियोलोजी विभाग, पेन युनिट, त्रि.वि., शिक्षण अस्पताल

हरेक वर्ष सेप्टेम्बर महिनालाई पेन अर्थात् दुखाइ सचेतना महिनाका रूपमा मनाइन्छ । इन्टरनेसनल एसोसियसन फर द स्टडी अफ पेनको आह्वानमा सेप्टेम्बरलाई दुखाइ सचेतना महिनाका रूपमा मनाइन थालेको हो । यसको सुरुवात सन् २००१ मा संयुक्त राज्य अमेरिकाबाट भएको हो । पहिले यसलाई सेप्टेम्बर २७ का दिन मात्र मनाइन्थ्यो । अहिले सेप्टेम्बर २७ मा चाहिँ ब्ल्यू डेका रूपमा नीलो कपडा लगाउने चलन छ । नेपालमा नेपाल एसोसियसन फर द स्टडी अफ पेनले दुखाइ व्यवस्थापनसम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रम गर्दै आएको छ । यो वर्षको नारा 'लेट्स टक अबाउट पेन सिस्टम' हो । अव्यवस्थित जीवनशैली तथा अस्वस्थकर खानेकुराका कारण दीर्घकालीन रोगको प्रकोप बढ्दै गएको छ । यसले गर्दा कतिपय बिरामीले लामो समयसम्म दुखाइको सामना गर्नुपर्छ । उचित उपचार नपाएर सामान्य रोगले पनि जटिल रुप लिन पुग्छ । कुनै पनि अंगमा आफ्नो दैनिक क्रियाकलाप गर्न नै बाधा हुने गरी लामो समयसम्म एकनासले वा तीन महिनाभन्दा बढी असह्य पीडा हुनु नै दीर्घकालीन दुखाइ हो । लामो समयदेखिको ढाड दुख्ने समस्या, सर्भिकल स्पोन्डिलोसिस, हाड जोर्नीको दुखाइ, बाथका कारण हुने दुखाइ, टाउको दुख्ने, क्यान्सर रोगका कारण हुने दुखाइ, जनैखटिरापछि हुने दुखाइ आदिलाई दीर्घकालीन दुखाइका उदाहरण मान्न सकिन्छ । कुनै रोगको उपचार गर्न आएका बिरामीको रोग निको भयो तर दुखाइ तीनमहिनासम्म पनि कायम रह्यो भने दुखाइ व्यवस्थापनको आवश्यकता हुन्छ । दुखाइको उपचार आवश्यकताअनुसार औषधी, व्यायाम, अकुपंचर, फिजियोथेरापी, इन्टरभेनसनल पेन म्यानेजमेन्ट एवं अपरेशनको माध्यमबाट गरिन्छ भने दुखाइको अवस्था तथा आवश्यकताअनुसार उपचार विधि अपनाइन्छ ।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

भदौ २७ गते
इन्द्रजात्रा

भदौ २८ गते
सोह्र श्राद्ध प्रारम्भ
प्राथमिक उपचार दिवस

भदौ २९ गते
राष्ट्रिय बाल दिवस

भदौ ३० गते
ओजोन तह बचाउ दिवस

असोज १ गते
विश्वकर्मा पूजा
राष्ट्रिय चलचित्र दिवस
राष्ट्रिय विज्ञान दिवस

मेष

बोलीको मधुरताका कारण विपरीतलिंगीहरू आफूतिर आकर्षित भएको अवस्था छ । होस नपुऱ्याई निर्णय गर्दा स-साना कुरामा पनि आलोचित हुनुपर्नेछ, जसले मर्यादामा चोट पुग्न सक्छ । साताको अन्त्यमा नयाँ अवसर प्राप्त होला ।

वृष

साथीभाइको सुझाव अनुसरण गर्दा थप उचाइमा पुगिनेछ । सामाजिक सक्रियताले परिवारकै प्रतिष्ठा बढाउनेछ । समकक्षी युवा-युवतीमाझ गुणस्तरीय परिचय दिने अवसर प्राप्त हुनेछ । मनोरञ्जन तथा भोजभतेरमा सहभागी हुँदा स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला ।

मिथुन

साता मध्यम तवरले बित्नेछ । जटिल कार्यमार्फत प्रतिष्ठा प्राप्त हुनेछ । मझौला किसिमका लगानीबाट धन आर्जन गरिनेछ । नयाँ स्थानको भ्रमण गर्नाले खर्च वृद्धि हुने परिस्थितिमा आवश्यक खर्चको जोहो गर्नुपर्नेछ । मन पराउने साथीले दोहोरो कुरा गरी नैराश्यता उत्पन्न गराउन सक्छन् ।

कर्कट

आर्थिक क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाई सोचेजस्तै लाभ लिन सकिनेछ । सिर्जनात्मक कार्यले जीवनसंगीसितको वैचारिक मतभिन्नता समाप्त गर्नेछ । विशिष्ट व्यक्तिहरूबाट पुरस्कार तथा हौसला प्राप्त हुनेछ । घरायसी व्यवहारमा संलग्न नहुनु नै उपयुक्त हुन्छ ।

सिंह

हेलचेक्र्याइँ गर्दा अवसरहरू स्वतः समाप्त हुनेछन् । करियर बनाउन विदेशी मित्रको सुझाव अनुसरण गर्दा थप सहज हुनेछ । रातो रंग प्रयोगमा ल्याउन सके सफलताको नजिक पुग्न सहज होला । साताको अन्त्यमा खानपानको फेरबदलले स्वास्थ्यमा प्रतिकूलता निम्त्याउन सक्छ ।

कन्या

भविष्यका निम्ति जग बसाउने कार्यको शुभारम्भ हुनेछ । छोटो समयमा परिचित नयाँ मित्रहरूसँग भ्रमण गर्दा सचेत रहनुपर्नेछ । अधुरै रहेको लामो समयदेखिको मनोरञ्जन तथा विलासी चाहना पूर्ण हुनेछ । मान्यजनको सुझाव आत्मसात् गर्दा चुनौतीहरूबाट पार पाइनेछ ।

तुला

नसोचेको अवसर प्राप्त हुने सम्भावना छ । नयाँ अवसरले थप मेहनतको अपेक्षा गरेको छ । उत्कृष्ट नतिजा प्राप्त हुँदा प्रेमी-प्रेमिका दंग पर्नेछन् । अभिभावकको सुझाव अनुसरण गर्दा शिखर छुन सकिनेछ । सप्ताहान्तमा अपांग तथा वृद्धवृद्धाहरूलाई सहयोग गरी पुण्य आर्जनमा समय खर्चनुपर्नेछ ।

वृश्चिक

रचनात्मक कामले आम्दानीको दिगो स्रोत जुटाउन सक्छ । साथी-संगीहरूसँग नगदको कारोबार गर्दा ध्यान पुऱ्याउनुपर्नेछ । मनोरञ्जनका क्रममा समयको ख्याल गर्नुहोला । सेतो रंगको प्रयोगले सहयोगी भूमिका निर्वाह गर्नेछ । साताको अन्त्यमा मित्रता एवं प्रेमको गाँठो कसिलो हुनसक्छ ।

धनु

अप्ठ्यारो परिस्थितिसँग सम्झौता गर्नुपरे पनि लगनशीलताले लक्ष्यमा पुऱ्याउनेछ । ईर्ष्या गर्नेहरूलाई पुरुषार्थ गरेर देखाउन सकिनेछ । दिगो फाइदा हुने कार्य वा नोकरी प्राप्त हुनेछ । मन मिल्ने साथी फेला पर्नुका साथै प्रेमको बन्धन कसिलो हुनेछ । साताको अन्त्यमा पूर्वतर्फको यात्रामा आकस्मिक लाभ होला ।

मकर

रोजगारी हुनेहरूले स्थान परिवर्तन गर्नुपर्ने हुन सक्छ । खर्च भए पनि फाइदाजनक काममा लगानी गर्ने अवसर जुट्नेछ । बुधबारपछिका दिनमा प्रतिष्ठित मित्रहरूसँग भलाकुसारी गरिनेछ । भूमि तथा सवारी साधन जोड्ने सम्भावना टरेको छैन ।

कुम्भ

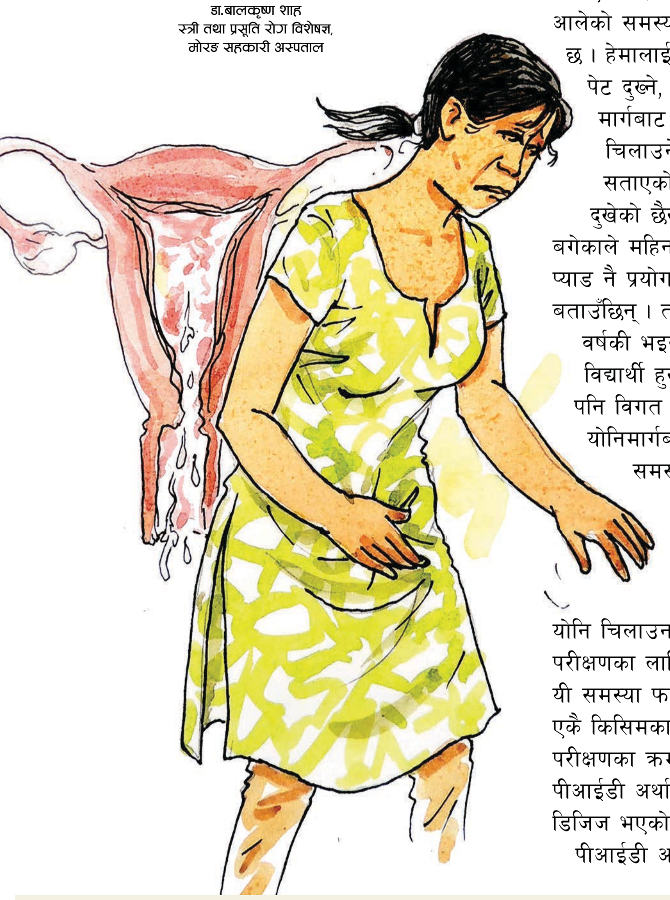
पारिवारिक सुझाव मुताबिक व्यवसाय सञ्चालन गर्दा उचाइ प्राप्त गर्न लामो समय कुर्नुपर्ने छैन । आकर्षक पहिरनमा ठाँटिएर अरूको मन लोभ्याउन सकिनेछ । प्रतिभा प्रदर्शन गरेर धेरैलाई आकर्षित गर्न सकिनेछ । यात्रा गर्दा स्वास्थ्यको ख्याल राख्नुहोला ।

मीन

साताको प्रारम्भमा केही दौडधुप गर्नुपरे पनि आफ्ना लागि विशेष अवसर जुटाउन सकिनेछ । खर्चको मात्रा बढे पनि धेरै आवश्यकता पूरा हुनेछन् । विदेश भ्रमणको प्रयत्न सफल हुन सक्छ । नजिकका साथीभाइ टाढिए पनि नयाँ साथी फेला पर्नेछन् । प्रतिस्पर्धाले प्रगतितर्फ उन्मुख गराउनेछ ।

सेतो पानी बग्ने समस्या

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



पवित्रा मगर २६ वर्षीया विवाहित गृहिणी हुन् । विगत केही समयदेखि उनलाई तल्लो पेट तथा ढाड दुख्ने समस्याले सताएको छ । ४० वर्षीया हेमा आलेको समस्या भने अलि फरक छ । हेमालाई केही समयदेखि तल्लो पेट दुख्ने, पिसाब पोल्ने, योनि मार्गबाट सेतो पानी जाने तथा चिलाउने जस्ता समस्याले सताएको छ, तर उनको ढाड दुखेको छैन, सेतो पानी धेरै बगेकाले महिनावारीमा प्रयोग गरिने प्याड नै प्रयोग गर्नु परेको हेमा बताउँछिन् । त्यस्तै लता शर्मा १९ वर्षकी भइन् । उनी अविवाहित विद्यार्थी हुन् । लतालाई पनि विगत केही समयदेखि योनिमार्गबाट सेतो पानी जाने समस्या छ । लाजका कारण धेरै दिनसम्म समस्या लुकाएर राखे पनि समस्या बढ्दै गएपछि तथा योनि चिलाउन थालेपछि मात्र उनी परीक्षणका लागि अस्पताल पुगिन् । यी समस्या फरक-फरक देखिए पनि एकै किसिमका रोग हुन् । विभिन्न परीक्षणका क्रममा उनीहरूलाई पीआईडी अर्थात् पेल्भिक ईन्फल्मेटरी डिजिज भएको थाहा भयो ।

पीआईडी अर्थात् पेल्भिक इन्फल्मेटरी डिजिज मुख्य रूपमा महिलाहरूको यौन अङ्गमा हुने सक्रंमण हो । यस्तो अवस्थामा एउटा जीवाणुले मात्र भन्दा पनि विभिन्न थरीका धेरैवटा जीवाणुले यौनाङ्गमा सक्रंमण गरेको हुन्छ । अण्डबाहिनी नली, अण्डाशय, पाठेघर तथा त्यसवरिपरिका अङ्गलाई जीवाणुले संक्रमण गरेको अवस्थालाई नै पीआईडी भनिन्छ । सामान्यतः विवाहित महिलाहरूमा अर्थात् यौनसम्पर्क गर्ने महिलाहरूलाई यो समस्याले बढि दुःख दिएको पाइन्छ । तुलनात्मक रूपमा अविवाहित वा यौनसम्पर्क नगर्ने किशोरीहरूमा यो कम देखिए पनि उनीहरूमा पीआईडी हुनै नसक्नेचाहिँ होइन । सरसफाइको कमी, पसिना नसोस्ने अन्तर्वस्त्र, फोहर पानीमा नुहाउने, गर्मी मौसम अनि अत्यधिक पसिनाजस्ता कारणले पिआईडी बढी हुन सक्ने भए पनि जीवाणुको संक्रमण बिना यो हुन सक्दैन । नाईसेरिया गोनोरिया, क्लामेडिया ट्राइकोमाटिस्, माईकोप्लाज्मा, ई.कोलाई, स्ट्रेप्टोकोकस आदि जीवाणुले पेल्भिक इन्फल्मेटरी डिजिज गराउँछन् ।

पीआईडी भएको अवस्थामा बिशेषगरी तल्लो पेट दुख्ने, ढाड दुख्ने, यौनाङ्ग चिलाउने, मन्द ज्वरो आउने हुन्छ । योनिमार्गबाट सेतो पानी तथा पीप बग्नु वा गन्हाउने पानी आउनु यो रोगको प्रमुख लक्षण हो । पीआईडी भएका महिलाहरूमा मानसिक तनाव पनि हुने गरेको पाइन्छ । कसै-कसैलाई यस्तो अवस्थामा खानामा रुचि नलाग्ने, टाउको दुख्ने आदि हुन सक्छ । एक पटक पीआईडी भएका महिलामा पटक-पटक यो समस्या दोहोरिने हुन सक्छ । यसले गर्दा महिलाहरूले अझ बढी मानसिक तनाव महसुस गरेको पाईन्छ । सबै महिलामा सबै लक्षण नदेखिए पनि अधिकांशमा सेतो पानी गएको पाइन्छ । कुनै-कुनै अवस्थामा महिलाहरू ढाड तथा कम्मरको पीडालाई लिएर हाड तथा जोर्नी विशेषज्ञकहाँ उपचार गराउन पुग्छन् अनि परीक्षणपछि कम्मरको दुखाइको कारण पीआईडी भएको पत्ता लाग्छ । पेट दुखेर जनरल फिजिसियनसँग परीक्षण गराउन पुगेका कतिपय महिलाको अल्ट्रासाउन्ड गराएपछि पाउच अफ डोग्लाज् (पिओडी) मा पानी देखिएको पाइन्छ ।

सामान्यतः पीआईडीलाई यौनरोग भने मानिँदैन, तर यौनसँग यसको गहिरो सम्बन्ध छ । त्यसैले यो विवाहित महिलाहरूलाई बढी हुन्छ । धेरै जनासँग यौनसम्पर्क गर्ने तथा धेरै यौनसाथी भएका महिलाहरूमा वा धेरै यौनसाथी बनाउने पुरुषका पत्नीहरूमा यो समस्या बढी देखा पर्छ । योनिमार्गमा रहेका जीवाणुहरू पनि यौनसम्पर्क गरेको अवस्थामा माथि उक्लने र पाठेघर तथा अन्य माथिल्लो अङ्गहरूसम्म पुग्ने तथा संक्रमण हुने हुन्छ । सामान्यतः पीआईडी भएका महिलाको उपचार गर्दा उनीहरूका यौनसाथी वा श्रीमान्‌को उपचार गरिँदैन । कुनै-कुनै अवस्थामा श्रीमान्‌मा कुनै समस्या नदेखिए पनि यसका जीवाणुहरू लुकेर बसेका हुन्छन् । त्यस्तो अवस्थामा उपचार सकिने बित्तिकै श्रीमान्‌बाट पुनः श्रीमतीलाई पीआईडी बल्झिन सक्छ ।

पीआईडीबाट जोगिन यौनाङ्गको सरसफाइ तथा यौन व्यवहारमा सर्तकता अपनाउनुपर्छ । भरसक तनावपूर्ण वातावरण सिर्जना नगर्ने, तनावबाट आफूलाई परै राख्ने तथा सुरक्षित यौनव्यवहार अपनाउने । त्यसबाहेक चिकित्सकको सल्लाहबमोजिम केहि एन्टिबायोटिक्सको प्रयोगले पीआईडीलाई सजिलै निको पार्न सकिन्छ, तर कतिपय अवस्थामा योनिमार्गबाट बगेको पानीको परीक्षण लगायत अन्य परीक्षण पनि गराउनुपर्ने हुन सक्छ । यसको उपचार गर्दा श्रीमान्‌ले पनि औषधि सेवन गर्नुपर्ने हुन सक्छ । उपचार गरेपछि पूर्ण रूपले निको हुने पीआईडीको उपचार नगराउँदा बाँझोपन तथा अन्य समस्या भोग्नुपर्ने हुन्छ ।

यौन संक्रमणबाट जोगाउँछ यी बानीले

रोजिन शाक्य

यौन प्रायः सबै व्यक्तिका लागि जीवनको महत्वपूर्ण पक्ष हुन्छ तर थोरै पनि लापरवाहीले उसका लागि यौन संक्रमण अर्थात् सेक्सुअल ट्रान्समिटेड डिजीस एसटीआईको जोखिम बढाउँछ । स्वस्थ यौन जीवनका लागि केही बानीलाई बिनासर्त अपनाउनुपर्छ । यसका लागि सुरक्षित र स्वस्थ दृष्टिकोण पनि आवश्यक हुन्छ । कैयन् अवस्थामा यौन सुरक्षाप्रति खासै वास्ता गरिँदैन र यौन संक्रमण एवं रोगहरू निम्तिन्छन् । सुरक्षित यौनको अभ्यास गर्नु र यस विषयमा आफूलाई शिक्षित तथा जानकार बनाउनु आफूलाई संक्रमित हुनबाट जोगाउनु हो । यसले महिलालाई गर्भवती हुने जोखिमबाट पनि जोगाउँछ ।

कन्डमको प्रयोग

एउटा कन्डमको प्रयोग एकपटक मात्र गर्नुपर्छ । त्यसबाहेक उपयोग गर्नुपूर्व कन्डमको एक्सपायरी डेट पनि जाँच गर्नु आवश्यक हुन्छ । दुईवटा कन्डमको प्रयोगलाई बढी सुरक्षित मानिनु मिथक मात्र हो र यो कन्डम फुट्ने सम्भावनाभन्दा बढी खतरनाक हुन्छ । दुईवटाको एकसाथ प्रयोगले कन्डम एक-अर्कोसित रगडिन्छ र त्यो फुट्ने सम्भावना पनि प्रबल हुन्छ ।

जोखिमबाट जोगिऔं

अत्यधिक नशामा हुँदा यौन क्रियाबाट जोगिनुपर्छ । नशाका कारणले यौन प्रक्रियामा सुरक्षित रहने कुरापट्टि ध्यान नजान सक्छ । त्यस्तो अवस्थामा टेस्टोस्टेरोनको स्तर पनि कम हुन्छ । आफ्नो आत्मविश्वास बढाएर कम जोखिम भएका गतिविधिको अभ्यास गर्नु उपयुक्त मानिन्छ । यसले विश्वास र सञ्चार कायम राख्न पनि सहयोग पुर्‍याउँछ ।

परामर्श पनि जरुरी

यदि कुनै पनि यौन दुर्व्यवहारको सिकार भइएको छ, जसले गर्दा यौन जीवन प्रभावित भएको छ र सेक्सका बेला असुरक्षित महसुस हुन्छ भने चिकित्सक वा परामर्शदाताको सल्लाह लिनु आवश्यक हुनसक्छ । यौन गतिविधि पश्चात् शारीरिक जाँच गर्नु राम्रो हुन्छ । शारीरिक जाँचमा एसटिडीलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ । जस्तै गोनोरिया, क्लेमिडिया, हेपेटाइटिस, एचआईभी, हर्पीस तथा सिफलिस जस्ता रोगहरू ।

सम्पर्कपश्चात् शौच जानु

यौन सम्भोगपश्चात् टोयलेट जानु राम्रो

हुन्छ । यसले युटीआई अर्थात् युरिनरी ट्रेक्ट इन्फेक्सनबाट जोगाउँछ । सम्भोगका बेला मूत्राशय प्रभावित हुने भएकाले संक्रमण हुने सम्भावना हुन्छ ।

कुराकानी आवश्यक

यौनका विषयमा आफ्नो इच्छा एवं आवश्यकता आफ्नो पार्टनरसमक्ष व्यक्त गर्न लजाउनु हुँदैन । आफ्नो पार्टनरलाई यौन क्रियामा कुन कुरा आरामदायक र रोमाञ्चक महसुस हुन्छ भन्ने कुराको जानकारी गराउनु उपयुक्त हुन्छ । आफूलाई असहज लाग्ने र इच्छा नभएको कुरा पनि सेयर गर्नु जरुरी हुन्छ । यसले यौन सम्बन्धलाई सुमधुर, रोमाञ्चक तथा सहज बनाउन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्छ ।

महिलाहरूको रहस्य

- यौनसम्पर्कपछि महिलाको शरीरमा प्रवेश गरेको वीर्य ५ एमएम प्रतिमिनेटको गतिमा पौडिन्छ ।
- महिलाहरूमा दुई किसिमले उत्तेजना उत्पन्न हुन्छ । पहिलो उत्तेजना योनिको क्लोटोरिसमार्फत् उत्पन्न हुन्छ भने दोस्रो उत्तेजना योनिमै उत्पन्न हुन्छ ।
- लगभग ७० प्रतिशत पुरुष मासिक धर्ममा रहेकी महिलासँग यौनसम्पर्क राख्न रुचाउँदैनन् तर एउटा अध्ययनले के भन्छ भने साधारण यौनसम्पर्कको तुलनामा मासिक धर्मका बेला गरिएको यौनसम्पर्क बढी आनन्ददायक हुन्छ ।
- यौनसम्पर्कका बेला लगभग ७५ प्रतिशत पुरुषले चरम सुखको अनुभव गर्छन् भने त्यस्तो सुखको अनुभव गर्ने महिलाहरूको संख्या ३० प्रतिशत मात्र छ । एक अनुसन्धानअनुसार पुरुषसँग यौनसम्पर्क राख्ने महिलाको तुलनामा समलिंगी यौनसम्पर्क राख्ने महिलाले बढी चरम सुख अनुभव गर्छन् ।
- चरम सुखका बेला महिलाहरूको शरीरमा प्रवाहित हुने एन्डोरफिन नामक हार्मोनले उनीहरूको शरीरमा पेनकिलरको जस्तो काम गर्छ ।
- हस्तमैथुनलाई अधिकांश यौनविज्ञले निजी कुरा मानेका छन् । अध्ययनले के देखाएको छ भने ९० प्रतिशत पुरुष तथा ६४ प्रतिशत महिला यौनसाथीको अभावमा प्रायःजसो हस्तमैथुनमा संलग्न हुन्छन् । हस्तमैथुनका लागि ९० प्रतिशतले महिलाले मैनबत्ती प्रयोग गर्छन् । हस्तमैथुनका क्रममा महिलाहरू ४ मिनेटमै चरमसुखको अवस्थामा पुग्छन्, जब कि उनीहरूलाई सामान्य यौनसम्पर्कका क्रममा चरमसुखमा पुग्न २० मिनेट लाग्छ ।
- एउटा औसत पुरुषले हरेक दिन १९ पटक यौनसम्पर्कका बारेमा सोच्छ भने महिलाहरूले १० पटकसम्म यौनसम्पर्कका विषयमा सोच्छन् ।
- होस्टलबुकर्स डटकमले अमेरिकामा आफ्ना ११ हजार उपभोक्तामाझ गरेको अध्ययनअनुसार त्यहाँका ५२ प्रतिशत पुरुष तथा ४१ प्रतिशत महिलाले जीवनको कुनै न कुनै समयमा अपरिचित महिला वा पुरुषसँग वन नाइट स्टे गरेका हुन्छन् ।

थचारिएपछि सम्हालिएको

अबका केही खेलले नेपालको फुटबलले कस्तो दिशा लिने हो भन्ने कुरा तय गर्नेछ । अहिले सारा विश्व फुटबल विश्वकपको छनोटमा अल्भिmएको छ र चारैतिर यसको चर्चा छ । दक्षिण एसियाका लगभग सबै देशले विश्वकप छनोट खेलिरहेका छन् र तिनको प्रदर्शनमा पनि यस्तै अन्यौलता पाइन्छ । अहिलेसम्म भएका छनोटका दुई चरणका खेलमा यी दक्षिण एसियाली टिमको प्रदर्शन उतारचढावपूर्ण नै छ ।

आफ्नै घरमा ओमानसँग २-१ ले पराजित भएको भारतले एसियाली च्याम्पियन कतारलाई उसकै घरमा गोलरहित बराबरीमा रोक्यो । बंगलादेश पहिलो खेलमा अफगानिस्तानसँग १-० ले निराश भयो । दक्षिण एसियाली च्याम्पियन माल्दिभ्स चीनको हातबाट ५-० ले पराजित भयो । श्रीलंकाले भने तुर्कमेनिस्तानसँग २-० तथा उत्तर कोरियासँग १-० को भिनो अन्तरले माथ खायो ।

पछिल्लो साफ च्याम्पियनसिपमा सेमिफाइनल खेलेको नेपालको खेलमा पनि यस्तै उतारचढाव देखियो, टिमको प्रदर्शन थचारिएपछि सम्हालिएको जस्तै रह्यो । नेपालको प्रदर्शनको विश्लेषण सबैभन्दा पहिले सुखद पक्षबाटै, छनोटको आफ्नो दोस्रो खेलमा नेपालले चाइनिज ताइपेईलाई उसकै घरेलु मैदानमा २-० ले हरायो जसमा दुवै गोल अञ्जन विष्टले गरेका थिए । यो जितको धेरै पक्ष ऐतिहासिक रह्यो । जस्तो, विश्वकप छनोटमा नेपालले दोस्रो चरणमा जित हात पारेको यो पहिलो पटक हो ।

विश्वकप छनोटमै नेपालको यो दुर्लभ पाँचौं जित हो । अझ सबैभन्दा ठूलो तथ्य त के भने होम एन्ड अवेका आधारमा भएको खेलमा नेपाल छनोट चरणमा घर बाहिर विजयी भएको यो पहिलो अवसर हो । त्यस्तै योहान कालिनले नेपाली टिम सम्हालेयताको पनि यो पहिलो जित हो, कालिनले यसअघिका चार खेलमा जितको मुख हेर्न पाएका थिएनन् । ताइपेईविरुद्धको पूरा खेल हेरेकाहरूले महसुस गरेको हुनु पर्छ, नेपालले लामो समयपछि राम्रो खेलेको थियो ।

नेपालको खेलमा गति थियो, पासमा सटीकपन देखिन्थ्यो । खेलाडीबीच आपसमा तालमेल देखिएको थियो । जितपछि निकै खुसी देखिएका प्रशिक्षक कालिनले पनि भने, 'मैले चाहेको नेपालको खेल यस्तै हो ।' तर यही टिमले कुवेतविरुद्ध गरेको प्रदर्शन भने कसैले चाहेको जस्तो थिएन् । नेपाल उक्त खेलमा नमज्जासँग ७-० ले पराजित भयो । नेपालले लामो समयपछि यति धेरै गोल अन्तरको हार बेहोरेको थियो । उक्त खेलमा भने नेपालको प्रदर्शनमा लाचार देखिन्थ्यो ।

कुवेतले बल अगाडि बढायो कि गोल हुने जस्तो स्थिति तयार हुन्थ्यो । उक्त खेल हेरेपछि भन्नै पर्ने हुन्छ, धन्न नेपालले सात गोल मात्र खायो, खेलको स्तरअनुसार नेपालले त्योभन्दा बढी गोल खान सक्थ्यो । यो खेललाई लिएर पनि कालिनको प्रतिक्रिया छ– ब्राजिलले पनि त ७ गोल खाएको थियो । त्यसैले निराश हुनु पर्ने कुनै स्थिति छैन । नेपालले चिनियाँ ताइपेईलाई हराएपछि अबको छनोटमा टिमले अझ राम्रो गर्ने छाँट देखाएको छ ।

नेपाल छनोटको समूह बीमा छ र यसमा बलियो न बलियो अस्ट्रेलियासँगै जोर्डन पनि छ । चिनियाँ ताइपेईले लगातार दोस्रो खेल गुमाएको छ । यसअघि उसलाई जोर्डनले हराएको थियो । अस्ट्रेलियाले पनि छनोटमा आफ्नो पहिलो खेल खेलिसकेको छ र त्यसमा उसले कुवेतलाई ३-० ले हराएको छ । अबका छनोट खेल ठ्याक्कै एक महिनापछि हुनेछन् । अब नेपाल तेस्रो खेलका लागि अस्ट्रेलिया जानेछ भने त्यसपछि जोर्डनको भ्रमण गर्नेछ ।

अबको एक महिना प्रशिक्षक कालिनसामु नेपाली टिमलाई अस्ट्रेलिया जस्तो टिमको सामना गर्न कसरी तयार गर्ने हो, त्यसको ठूलो चिन्ता हुनेछ । त्यो भन्दा पनि महत्त्वपूर्ण तथ्य के हो भने टिमको प्रदर्शनमा एकरूपता चाहिन्छ, धेरै उतारचढाव ठीक होइन । कुनै खेलमा धेरै राम्रो खेल्ने, तर लगतै उत्तिकै खराब खेल्ने प्रवृत्तिले कुनै अर्थ राख्दैन । त्यसैले नेपालले यो तथ्यमा ध्यान दिन आवश्यक छ । कालिन यो कुरामा पक्कै सजग होलान् नै ।

तेस्रो संस्करणको तिलोत्तमा प्रिमियर लिग क्रिकेट प्रतियोगिता

अक्सनमा खर्चिलो सियारी राइनोज

स्वस्तिक श्रेष्ठ

तिलोत्तमा प्रिमियर लिगको तेस्रो संस्करणमा १० वटा टिमले प्रतिस्पर्धा गर्दैछन् । प्रतियोगितामा गत वर्षका ४ सहित ६ नयाँ टिमले अक्सनमार्फत खेलाडी छनौट गरेका छन् । तिलोत्तमा क्रिकेट विकास समितिको आयोजनामा कात्तिकमा हुने प्रतियोगिताको अक्सनसँगै टिमहरूको तयारीसमेत सुरु भएको छ । प्रतियोगिताका पुराना ४ टिमले एक-एक जना रिटेन खेलाडी राख्न पाउने प्रावधान छ ।

यो प्रतियोगिताका लागि नयाँ टिम सियारी राईनोजले खेलाडी किन्न अक्सनमा सर्वाधिक रकम खर्च गरेको छ । सियारीले १ लाख ६७ हजार रुपैयाँ खेलाडीमा खर्च गरेको छ । गत वर्ष उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै उपाधि जितेको लुम्बिनी शाक्य ग्लाडियटर्सले अक्सनमा सबैभन्दा कम रकम खर्च गरेको छ । उसले १ लाख २१ हजार रुपैयाँ खर्च गरेको छ ।

अक्सनमा २ सय ४० खेलाडीमध्येबाट १ सय ३० जना खेलाडी १० टिमका लागि छनौट गरिएका छन् । यो वर्षकी मिस तिलोत्तमा-२०७५ रितु भण्डारीलाई प्रतियोगिताको ब्रान्ड एम्बेसडर बनाइएको छ । यो प्रतियोगितामा प्रथम हुने टिमले नगद ४ लाख प्राप्त गर्नेछ भने उप विजेता हुने टिमले २ लाख प्राप्त गर्नेछ । यसैगरी म्यान अफ दी सिरिजलाई नगद २० हजार, बेस्ट ब्याट्सम्यान, बेष्ट बलरलाई नगद १० हजार शिल्ड, इमर्जिङ प्लेयरलाई नगद ५ हजार तथा हरेक प्रतियोगितामा भ्यालुयवर प्लेयर र ५० रन बनाउने खेलाडीलाई नगद १ हजारबाट पुरस्कृत गरिने कुरा बताइएको छ । यसैगरी एक टिमलाई फेयर प्ले एवार्ड अन्तर्गत नगद ४० हजार तथा प्रत्येक खेलमा म्यान अफ दि म्याचलाई नगद १ हजार ५ सयबाट पुरस्कृत गरिनेछ ।

उनी पनि गर्न सक्छिन् पारा पावरलिफ्टिङ

करिब ८ वर्षअघि रामेछापकी लक्ष्मी घिमिरे घाँस काट्न जाँदा भीरबाट लडिन् । त्यसपछि उनी स्पाइल कर्ड इन्जुरीबाट ग्रसित भइन् । उनको कम्मरमुनिको भाग चल्न छोड्यो । बाँकी जीवन जिउन निकै कठिन हुन थाल्यो, तर पनि उनले हरेस खाइनन् । उनी अहिले खेलकुदमा सक्रिय छिन् । विकलाङ्ग लक्ष्मी ह्विलचेयरमै बसेर बास्केटबल, पौडी खेल्दै अहिले पावरलिफ्टिङतर्फ आकर्षित भएकी छिन् । घिमिरे विभिन्न जिम सेन्टरमा गएर पावरलिफ्टिङको प्रशिक्षण लिन थालिन् । पावरलिफ्टिङमा ६५ केजीमुनि उनले प्रतिस्पर्धा गर्ने समूह हो । राष्ट्रिय स्तरमा थुप्रै उपाधि जितेकी लक्ष्मीले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका प्रतिस्पर्धामा समेत सहभागिता जनाइसकेकी छिन् । उनी दुई वर्षअघि दुबई पारा ओलम्पिकमा सहभागी भइन् । राम्रो प्रशिक्षण र तयारीको अभावका कारण उनले त्यहाँ कुनै उपलब्धि भने हासिल गर्न सकिनन् । लक्ष्मी भन्छिन्-'हामीजस्ता खेलाडीका लागि खेल स्थानदेखि लिएर हरेक कुराको अभाव छ । यसले गर्दा हामी अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा कमजोर छौं ।'

घिमिरे जस्तै प्रतिभा भएका तथा अवसर नपाएका खेलाडीहरूलाई लक्षित गर्दै राष्ट्रिय पारा पावरलिफ्टिङ संघको आयोजनामा गत भदौ दोस्रो साता पारा महिला पावरलिफ्टिङको तीनदिने प्रशिक्षण सम्पन्न गरिएको छ । ठमेलस्थित होटल मर्स्याङ्दीमा अन्तर्राष्ट्रिय प्रशिक्षक मलेसियन नुर साहिदा माटले उक्त प्रशिक्षण प्रदान गरेकी थिइन् । प्रशिक्षणमा २५ जना विकलाङ्ग खेलाडी तथा प्रशिक्षक सहभागी थिए । नेपालमा पनि थुप्रै

विकलाङ्ग महिला खेलाडीहरू रहेका र उनीहरूलाई पनि यो खेलमा सक्षम बनाउन प्रशिक्षण कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको राष्ट्रिय पारा पावरलिफ्टिङ संघका अध्यक्ष टेकबहादुर गुरुङले बताए । गुरुङ भन्छन्-'यो प्रशिक्षणको मुख्य उद्देश्य आगामी २०२० मा आयोजना हुने ओलम्पिक खेलका लागि खेलाडीहरूलाई सक्षम बनाउनु हो, ताकि नेपाली महिलाहरूले पनि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा उपाधि जित्न सकून् ।'

प्रकृति दाहाल

के विराज फर्कनेछन् ?

नेपाली राष्ट्रिय टिमसँग लगातार जोडिएर आइरहने नाम हो– विराज महर्जन । उनी विश्वकप छनौटको सुरुवाती दुई खेलअघिसम्म नियमित कप्तान थिए । उनी नेपाली टिमका लागि सबैभन्दा बढी क्याप जित्ने खेलाडी पनि हुन् । महर्जनले कीर्तिमानी ७२ पटक नेपालका लागि खेलेका छन्, तर फिटनेसकै कारण उनी अहिले टिममा छैनन् । केहीले भने अमेरिका गएका कारण उनले टिममा स्थान नपाएको बताएका छन् । यिनै कारणले उनी सामाजिक सञ्चालमा ट्रोलको सिकारसमेत भए । यसबीच एउटा प्रश्न पनि उठेको छ, के विराज फेरि नेपाली टिममा फर्कन तयार हुनेछन् ? कि वास्तवमै उनले संन्यास लिने दिन आयो । विराजका बारेमा सुनिएको कुरा उनी अझै एकाध वर्ष सक्रिय भएर खेल्न चाहन्छन् । प्रश्न हो– के विराज फेरि नेपाली टिममा फर्कन सक्षम हुनेछन् त ?

सकिनन् मनिताले

सन् २००६ मा श्रीलंकामा भएको दक्षिण एसियाली खेलकुदमा मनिता शाहीले स्वर्ण पदक जितेकी थिइन् । त्यसपछि उनी लगातार चर्चामा रहिन् । मनिता तेक्वान्दोकी कति राम्री खेलाडी थिइन् भने उनलाई तेक्वान्दो क्विन पनि भनिन्थ्यो । यिनै खेलाडीले पछिल्लो समय पुनरागमनको प्रयास गरिन्, तर सकिनन् । अब हुने अर्को संस्करणको दक्षिण एसियाली खेलकुदको तेक्वान्दो छनोटमा यी ३३ वर्षीय खेलाडी पनि सहभागी थिइन्, तर असफल रहिन् । उनले छनोट चरण पार गर्न सकिनन् । त्यसअघि उनी अमेरिकामा थिइन् । मातृत्वको सुख भोगेपछि उनी फेरि तेक्वान्दोमा आफ्नो भविष्य खोज्न नेपाल फर्किएकी थिइन् । मनिताको प्रदर्शनलाई नजिकबाट हेर्न पाएका धेरैको प्रतिक्रिया थियो, मनितामा पहिलेको जस्तो फिटनेस छैन । फिटनेस नहुँदा अनुभवले मात्र काम नगर्ने रहेछ ।

विजयलाई स्यालुट

एन्फा एकेडेमीको पहिलो ब्याचका खेलाडी हुन्– विजय गुरुङ । उनका समकालीन खेलाडी कता हो कता भैसक्दा पनि उनी अझै मैदानमा सक्रिय छन् । यी पोखरेली खेलाडी अहिलेसम्म खेलिरहेका एन्फा एकेडेमीको पहिलो पुस्ताका एक मात्र खेलाडी हुन् । अहिले उनी ३३ वर्षका भए । यिनै खेलाडी पछिल्ला केही वर्ष लगभग हराएकै स्थितिमा थिए । धेरैको प्रश्न थियो– कता गए विजय ? यसको उत्तर गत साता पाइयो, जति बेला उनी नेपाली राष्ट्रिय टिममा फर्कन प्रयासरत थिए । नेपाली टिमका लागि घोषित सुरुआती टिममा उनको पनि नाम थियो । गुरुङ ०५४ सालमा एन्फा एकेडेमीमा आबद्ध भएका थिए र त्यसको २२ वर्षपछि पनि उनी उत्तिकै सक्रिय छन् । यसका लागि उनलाई स्यालुट त दिनैपर्छ ।

प्रशिक्षक नुर साहिदा

म विगत १० वर्षदेखि राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको पारा पावरलिफ्टिङको प्रशिक्षकका रूपमा सक्रिय छु । अहिले करिब १ सयभन्दा बढी देशमा पारा पावरलिफ्टिङको विकास हुँदै आएको छ । दुबई, काजकिस्तान हुँदै अहिले म विकलाङ्ग व्यक्तिहरूलाई पारा पावरलिफ्टिङको प्रशिक्षण दिन नेपालमा आइपुगेकी छु । विगत १३ वर्षदेखि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको प्रतियोगितामा सहभागी हुँदै आएका नेपाली खेलाडीहरूमा आत्मविश्वास बढाउनुका साथै नेपालमा पनि यो खेलको विकास एवं बिस्तार होस् भन्ने मेरो उद्देश्य हो । यो अवधिभर खेलाडीलाई खेल्ने नियमका बारेमा विशेष फोकस गरेकी छु ताकि प्रतिस्पर्धामा खेलाडीहरूले कतै अलमलिनु नपरोस् । तीनदिने नेपाल बसाइका क्रममा मैले खेलाडीहरूलाई योग्य खेलाडीभन्दा पनि योग्य प्रशिक्षणका लागि उत्प्रेरित गरेकी छु । यो अवधिभर खेलाडीहरूलाई खेल्ने नियमका सम्बन्धमा समेत अवगत गराएँ । यो प्रशिक्षणबाट खेलाडीहरूलाई थप आत्मविश्वास र ऊर्जा प्रदान गर्नेछ भन्ने मेरो विश्वास छ ।

भरतको सैन्य तालिम

नेपाली फुटबल टिमका नियमित सदस्य भरत खवासले विश्वकप छनौटको सुरुवाती खेल गुमाएका छन् । यसबीच उनी कहाँ थिए त ? यसको उत्तर हो, थाइल्यान्डमा । उनी सैन्य तालिमका लागि त्यहाँ थिए र समय अवधि थियो– १२ साता । उक्त तालिमपछि भरत दख्खल प्राप्त फ्लाइट डिसप्याचर तथा फ्लाइट अपरेसन भएका छन् । त्यसको अर्थ अब उनी कुनै न कुनै विमान स्थलमा बराबर देखिनेछन् । काठमाडौं फर्किएपछि उनले सैन्य तालिमका क्रममा खिचिएका तस्बिर आफ्नो फेसबुकमा राखेका छन् । तालिमका लागि उनलाई बधाई दिने पनि उत्तिकै थिए । अब भने उनको पूरा ध्यान नेपाली टिममा फर्कने हुनेछ । नेपालका लागि १० गोल गरिसकेका भरतको सबैभन्दा ठूलो लक्ष्य हो, नेपालका लागि सबैभन्दा बढी गोल गर्ने खेलाडी हुने ।

जाँदा-जाँदै

यो उपाधि मजस्ताका लागि ठूलो प्रेरणा हो

तस्बिर : नवराज बाजेल

अमेरिकाको वेस्टक्लिफ युनिभर्सिटीले अल्ट्रा धाविका मीरा राईको साहसको सम्मान गर्दै मानार्थ विद्यावारिधि प्रदान गरेको छ । आइतबार काठमाडौंको होटल याक एन्ड यतिमा आयोजित उक्त युनिभर्सिटीको सम्बन्धनमा सञ्चालित प्रेसिडेन्सियल विजनेश स्कुलको दीक्षान्त समारोहमा उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुन तथा युनिभर्सिटीका प्रा. डा. डेभिड मेकेनीले संयुक्त रूपमा राईलाई उक्त उपाधि हस्तान्तरण गरेका थिए । ३० वर्षीया राई उक्त उपाधि पाएपछि निकै भावुक तथा खुसी देखिएकी थिइन् ।

मानार्थ विद्यावारिधिको उपाधि लिनुभयो, कस्तो लागिरहेको छ ?

मैले डाक्टरको उपाधि लिने अवसर मिल्छ भनेर त कल्पनासम्म गरेकी थिइनँ । तर आज त्यो उपाधि पाएकी छु, यसका लागि वेस्टक्लिफ युनिभर्सिटी तथा प्रेसिडेन्सियल बिजनेस स्कुललाई धेरै-धेरै धन्यवाद । हाम्रो त एसएलसी पास गर्ने पनि ठूलो सपना हुन्छ । अहिलेका उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुन, जो पहिले हाम्रो लिडर पनि हुनुहुन्थ्यो, उहाँबाट यस्तो उपाधि पाउने कुरा ? ओ माई गड मैले त सोचेकै थिइनँ, यति खुसी लाग्यो कि खुसीको सीमै रहेन ।

यो उपाधि किन दिइएजस्तो लाग्छ ?

मेरो काम, मेहनत र अचिभमेन्टका कारण यो उपाधि प्रदान गरिएजस्तो लाग्छ । यो युवा पुस्ताका लागि उत्साह र प्रेरणा पनि हो ।

३० वर्षकै उमेरमा मानार्थ पिएचडीको उपाधि पाउनुभयो । सफलता कसरी प्राप्त हुँदो रहेछ ?

आ-आफ्नो इच्छाअनुसार हामी जुन फिल्डमा जान्छौं त्यसमै सफलता प्राप्त गर्न सकिन्छ, जसरी मैले गरें । फिल्डअनुसार हार्ड वर्क फरक हुन्छ । नडराई निरन्तर आफ्नो लक्ष्य प्राप्तिमा लाग्न सकियो भने एकदिन अवश्य सफल भइन्छ । लक्ष्य लिएर हिँड्दा बाटोमा आइपर्ने समस्या तथा बाधाहरू दृढतापूर्वक हटाउँदै अघि बढ्न सकियो भने सफलता प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

यो उपाधिले तपाईंलाई व्यक्तिगत रुपमा के दिन्छ ?

यो मेरो जीवनकै ऐतिहासिक क्षण हो । यस्तो उपाधि एकदमै थोरैले मात्र पाउँछन्, मलाई यो उमेरमै यस्तो सौभाग्य प्राप्त भयो । व्यक्तिगत रुपमा यसले ममा अथाहा उत्साह एवं प्रेरणा भरेको छ ।

अरुलाई यो उपाधिले के सन्देश दिन्छ जस्तो लाग्छ ?

यो उपाधि मजस्तै संघर्ष गरिरहेकाहरूका लागि ठूलो प्रेरणा हुन्छ । यसले संघर्ष गरेर सफल हुन पनि उत्साह भर्ने काम गर्छ । ८ कक्षा पनि पास नगरी म आफ्नो घरको स्थिति एवं गाउँको वातावरणका कारण स्कुल छाडेर माओवादी युद्धमा गए । युद्धबाट फर्किएर पुन: पढ्न थाले र एसएलसी पास गरे । पढ्नु एकदमै महत्वपूर्ण छ ।

उपाधि पाएपछि कसलाई सम्झनुभयो ?

मलाई सहयोग गर्ने देशदेखि विदेशसम्मका सहयोगी मन एवं हातहरूलाई सम्झिए । पहिले बुवाआमाले मलाई बाहिर जान र फैलिन अनुमति दिनुभयो, उहाँहरूलाई सम्झिएँ । त्यसपछि मलाई अघि बढाउने करौंते गुरु ध्रुवविक्रम मल्ल तथा मलाई यो ठाउँमा पुग्न सहयोग गर्ने ट्रेल रनिङ नेपालका फाउन्डर रिचर्ड बुललाई सम्झिएँ । त्यसबाहेक मेरा सबै गुरु पनि मेरो स्मृतिमा आउनुभयो । अंग्रेजी सिक्दाका सर एवं गाउँको स्कुलका लोकसरलाई पनि मैले खुबै मिस गरें ।

एकपछि अर्को खुसीका खबर थपिँदैछन् । अब बिहेचाहिँ कहिले गर्नुहुन्छ ?

बिहेका बारेमा अहिले सोचेकी छैन । यो त मेरो सुरुवात हो, मैले ट्रेल रनिङमा अझ धेरै गर्न बाँकी नै छ । बहिनीहरूलाई सपोर्ट गर्नुछ, आफू पनि धेरै दौड्नुछ । च्यालेन्ज पनि छ, सर्जरीबाट रिकभरी भएर फेरि प्रतिस्पर्धामा भाग लिनुछ, जितेर नेपालको नाम राख्नुछ ।

कुनै योजना पनि बनाउनुभएको छैन बिहेबारीको ?

अहिलेसम्म त्यस्तो प्लान बनाएकी छैन । परिवारलाई सपोर्ट गर्ने, बहिनीलाई पढाउने र मीरा राई इनिसियटिभबाट ट्रेल रनिङमा आउने बहिनीहरूलाई सपोर्ट गर्ने काम गरिरहेकी छु । मेरो सबै समय तिनै योजनामा केन्द्रित छ ।

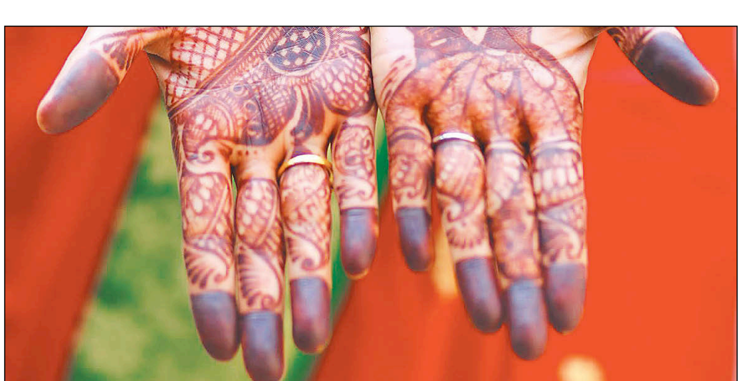
हिजोआज के गर्दै हुनुहुन्छ ?

आउने अक्टोबरमा रेस छ, अन्नपूर्ण म्याराथनको तयारीमा छु । मीरा राई इनिसियटिभमार्फत पाँच जना बहिनीलाई सहयोग गरिरहेका छौं । उनीहरूलाई तालिम दिने कामका साथै नेपालमा ट्रेल रनिङको प्रमोसनमा व्यस्त छु । त्यसबाहेक फिजियो पनि गरिरहेकी छु, दोस्रो पटक सर्जरी गरेको नौ महिना भयो । अहिले पनि रिकभर हुन संघर्षरत छु ।

दुलाहा बिनै घर भित्रिइन् दुलही

वैदेशिक रोजगारीका सिलसिलामा मलेसियामा रहेका सिन्धुली दुधौली नगरपालिका-८, शंखटारका भूपाल परियारसँग फेसबुकबाटै विवाह भएको भन्दै उदयपुर, गाईघाटकी सिर्जना भुजेलले शंखटार पुगेर परियारको घरगृहस्थी सम्हाल्न थालेकी छिन् ।

ग्रामीण भेगमा समेत इन्टरनेटको बढ्दो पहुँचसँगै सामाजिक सञ्जाल फेसबुकका प्रयोगकर्ता बढिरहेका बेला परियार र भुजेलले फेसबुकबाटै विवाह गरेको बताएका छन् । 'फेसबुकमै चिनजान भयो, फेसबुकमै मायाप्रेम बस्यो अनि फेसबुकमै सम्झौता भै सिर्जनालाई घर पठाएको हुँ,' फेसबुकमै परियारले भने, '१५ महिनापछि घर आउँदैछु अनि मात्र हाम्रो पहिलो भेट हुनेछ ।'



अन्तर्जातीय नै भए पनि फेसबुकको माया-प्रेमलाई सार्थकता प्रदान गर्दै दुवैको सहमतिमा सिर्जनालाई घरव्यवहार सम्हाल्न अनुमति दिएको पनि परियारले बताए । भूपालको यो तेस्रो विवाह हो भने सिर्जनाको दोस्रो । भूपालकी जेठी श्रीमती काठमाडौंमा आफैं व्यवहार गरेर बस्न थालेकी छिन् भने माइली श्रीमती अन्तै विवाह गरेर गैसकेकी छिन् । सिर्जनाका श्रीमान्ले पनि अर्को विवाह गरिसकेका छन् । फेसबुकमा दुवैको व्यवहार र मन मिलेपछि फेसबुकबाटै विवाह गर्ने सहमतिमा पुगेको परियारले बताए । फेसबुकबाटै भए पनि सहमतिमै विवाह भएको परियारले छरछिमेकमा पनि जानकारी गराइसकेकाले सिर्जनालाई घर-परिवार सबैले स्विकार गरेको छिमेकीहरूको भनाइ छ ।

ऋषि राई

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** ।