Issue 1, Vol. 1, October 2013
HOT NEPAL
हट नेपाल
ग्लेमर क्षेत्रका
इतिहास निर्माता
मिस वर्ल्डमा नेपालको
सफलता
निशाको
सगरमाथा अनुभव
मार्सलआर्टसका
बादशाह

Wide coverage of more than 20 districts from Himal to Terai

Coverage beyond border via www.cfmonair.com with 100,000 listeners/visitors.

capitalFM™ 92.4 cent percent yours.....

P.O.Box.11276
Thapagaun, New Baneshwor, Kathmandu
Ph.01-4475345/01-4475346
Email: info@cfmonair.com

का.जि.का.द.नं. २१६/०७०/०७१

प्रधान सम्पादक
व्याकुल पाठक

सम्पादक
श्याम स्मृत

फोटोग्राफर
संदिप श्रेष्ठ
सबिन महर्जन

ले-आउट र डिजाइन
बिपिन मानन्धर
डिजाइन फ्याक्ट्री प्रा.लि.
भोटेबहाल, काठमाडौं

मुद्रण
प्रिजम कलर स्क्यानिङ्ग एण्ड प्रेस सर्पोट प्रा. लि.
कुलेश्वर, कालीमाटी

प्रमुख अधिकृत वितरक
काष्ठमण्डप डिस्ट्रिब्युसन प्रा.लि.
काठमाडौं
फो. नं.: ०१-४२४७२४१

प्रकाशक
ड्रिम नेपाल पब्लिकेशन्स प्रा.लि.
गोंगबु, काठमाडौं ।
फो. नं.: ०१-४३५६१४१

Registration number DAO KTM 216/070/071
Hot Nepal, a monthly magazine is published by
Dream Nepal Publications Pvt. Ltd.
Address: Gongabu, Kathmandu.
Phone : 01-4356141
Email: hotdreamnepal@gmail.com

Chairman and Editor-in-Chief:
Byakul Pathak

जोस्ना फुयाँल

संस्कार, अदृश्य घाउ, जिन्दगी, घर-परिवार, खुशी पलभरको जस्ता हिट टेलिसिरियलकी बोल्ड नायिका जोस्ना फुयाँल अचेल हैरान बनेकी छन्। हैरान बन्नुको एउटै कारण रहेको छ। त्यो हो- सेलुलाइड फिल्म प्रायःमा नायिका होइन, खलनायिकामा बढी अफर आउनु। हुन त उनी केही सेलुलाइड फिल्ममा बोल्ड क्यारेक्टरमा खलनायिका नबनेकी पनि होइनन् । खलनायिका बन्ने उनको रहर होइन । बाध्यता हो । जोस्नाको वास्तविक रहर त नायिका बन्नु हो । सेलुलाइड फिल्ममा नायिका बन्न जीउलाई फिट एण्ड फाइन राख्न सफल जोसिली जोस्नाको जोशमा रिलिज हुन लागेको फिल्म "छविलाल कन्जुस छैन", "सलाम छ मायालाई", "जीवन-मृत्यु" नामक तीन फिल्मले अपग्रेड गर्ने विश्वास गरिएको छ। तर, यसै भन्न सकिने अवस्था भने छैन । किनकि नेपाली फिल्म लाइनमा नायक-नायिका बन्न सबैखाले शक्ति प्रयोग गर्नुपर्ने प्रायः कलाकारलाई बाध्यता छ। त्यो बाध्यताबाट जोस्ना पर त नहोलिन् भन्नेहरुको कमी छैन ।

नयाँ थालनी

नेपालीहरूको महान् चाड बडादसैँमा ड्रिम नेपाल पब्लिकेशन्स प्रालि प्रकाशन संस्थाले 'हट नेपाल' मासिक पत्रिका कोसेली ल्याएको छ । बडादसैँ राम्रो लगाउने र मीठो खाने चाड मात्र हैन, केही नयाँ कुरा पढ्ने र नयाँ काम थाल्ने पर्व पनि हो । यही कुरालाई दृष्टिगत गरी 'हट नेपाल'को पहिलो अंक बडादसैंकै कोसेलीका रूपमा प्रकाशन गर्ने निधो हामीले गरेका हौँ । २०४६ सालको खुला राजनीतिक परिवेशमा सबभन्दा बढी फस्टाएको क्षेत्र कुन हो भन्ने प्रश्न गरियो भने एक नम्बरमा मिडिया नै आउँछ । यत्रो मिडियाको भीडमा अर्को म्यागाजिन किन त ? यो प्रश्न पनि उठ्न सक्छ तर भीड जतिसुकै ठूलो भए पनि खास मानिसको खोजी सधैँ हुने गरेझैँ पत्रपत्रिकाको संख्या जतिसुकै धेरै भए पनि नेपालीहरूको रुचिलाई महत्व दिने पत्रिकाको खाँचो अझै पूरा भइसकेको छैन भन्ने हाम्रो बुझाइ हो ।

नेपालमा स्तरीय पत्रपत्रिकाको प्रकाशन र मिडियासँग सम्बन्धित अन्य काम अन्तर्राष्ट्रिय गुणस्तर अनुसार गर्ने उद्देश्यले ड्रिम नेपाल पब्लिकेशन्स प्रालिको स्थापना भएको हो । थालनी सानो रूपबाट गरिएको भए पनि यसको उद्देश्य निकै ठूलो राखिएको छ । संसार बदल्ने कामको थालनी सामान्य ढंगबाटै गरिएका थिए र ती सुरुमा गुमनामजस्तै थिए । यो प्रकाशन संस्थाले संसारै फेर्ने किसिमको 'क्रान्तिकारी' उद्देश्य नलिएको भए पनि नेपालको प्रकाशन क्षेत्रमा सानै किन नहोस्, केही नौलो गरेरै देखाउने अठोट लिएको छ । यो संस्था जन्मिएको जानकारी पाउनेवित्तिकै विभिन्न क्षेत्रका शुभेच्छुक र शुभचिन्तकहरूले हामीलाई प्रेरणा र सहयोग गर्ने वचन दिनुभएको छ । यसबाट हामीलाई आफ्नो उद्देश्य प्राप्तिमा अझै हौशला जागेको छ । ड्रिम नेपालको यही प्रकाशनबाट यस संस्थाले पाठकहरूलाई कस्तो सेवा दिन खोजेको छ भन्ने संकेत यहाँहरूले पाउन सक्नुहुने छ भन्ने हाम्रो विश्वास छ ।

ड्रिम नेपाल पब्लिकेशन्स प्रालिको पहिलो प्रकाशनका रूपमा पाठकमाझ ल्याइएको 'हट नेपाल'लाई हामीले मनोरञ्जन र जीवनशैलीमूलक बनाउने उद्देश्य लिएका छौँ । पहिले मनोरञ्जन भन्नाले मुख्यतः फिल्म भन्ने बुझिन्थ्यो तर अहिले यसको परिभाषा विस्तारित भइसकेको छ । मनोरञ्जन र जीवनशैलीका विविध आयाम अटाउने उद्देश्य 'हट नेपाल'ले लिएको छ । यसै सन्दर्भमा यो पहिलो अंकमा यस क्षेत्रमा पहिलो बन्न सफल केही व्यक्तित्वलाई पाठकहरू समक्ष ल्याउने प्रयत्न हामीले गरेका छौँ । 'हट नेपाल'को विषयवस्तु स्वदेशी मात्र नभएर छरछिमेकी र विदेशी पनि हुनेछ । यो अंकमा विदेशका पनि केही विषयवस्तु राखिएको छ । ड्रिम नेपालको तर्फबाट ल्याइएको दसैंको यो कोसेली पाठकहरूले ग्रहण गरि दिनुहुनेछ भन्ने विश्वास लिँदै सम्बन्धित क्षेत्रबाट पूर्ण सहयोग पाउने आशा गरेका छौँ ।

व्याकुल पाठक
प्रधान सम्पादक

यस अंकमा

६ .. दसैं योजना

८ .. मिस वर्ल्ड

१०.. पहिलेका मिस नेपालको दौड

१२.. मेरो कलेज

१४.. भुवन चन्द

१६.. रुवी राणा

१८.. ज्ञानीशोभा तुलाधर

२०.. भैरवबहादुर थापा

२२.. लक्ष्मी शर्मा

२४.. ब्युटी टिप्स

२५.. राम्रो हुन हाँसौं

२८.. निशाको सगरमाथा अनुभव

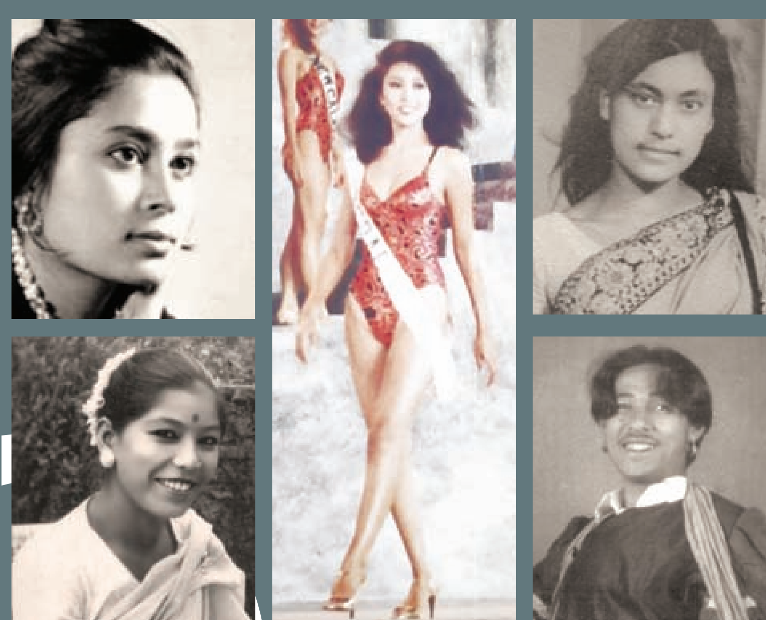
३०.. सन्नीको हल्लीखल्ली

३२.. मार्सलआर्ट्सका बादशाह

३४.. ग्रेट वालको कथा

३८.. रकको रमझम

ग्लेमर क्षेत्रका
इतिहास निर्माता



१३

करिश्मा र हमालको सम्बन्ध सुधार

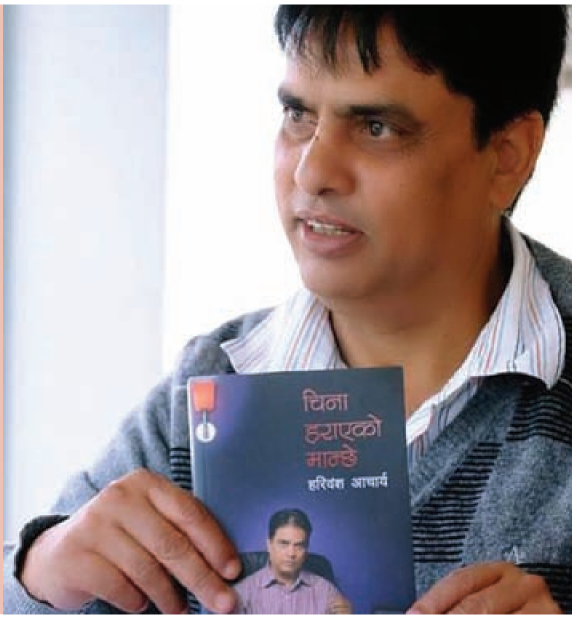
नायिका करिश्मा मानन्धर र नायक राजेश हमालबीचको सम्बन्धमा हाल सुधार आएको छ। पहिला चलचित्रको सेटमा बाहेक अन्यत्र बोलचाल नगर्ने यो जोडीले हाल बोलचाल सुरु गरेको पाइएको छ। नायक हमाललाई एकतर्फी रुपमा प्रेम गर्ने करिश्माको करिश्मालाई हमालले बुझेर समेत बुझ पचाएको पाइन्छ । यसो हुनुको पछाडि करिश्मा विवाहित भएरै हुनुपर्ने ठहर पनि धेरैको छ । लामो समय अमेरिका बसेर पोहोर साल नेपाल फर्केकी करिश्मा वर्षको एकपल्ट अमेरिका जाने गरेकी छन् ।

सेक्सी हिरोइन भर्जिन !

नेपाली चलचित्र 'एटीएम'को बोल्ड सिनले निक्कै चर्चामा आएकी नायिका जिया केसीको अर्को चलचित्र 'बर्बाद' पनि रिलिज भएको छ। बर्बादमा उनले परपुरुषवाट यौनप्यास मेटाउने हिरोइनको रोल गरेकी छन्। फिल्मको कथावस्तु त्यस्तो भए पनि बर्बाद सेक्सी नभएको दाबी गर्ने जियाले सेक्सको बारेमा सबै ज्ञान भए पनि सेक्सको हालसम्म अनुभव नभएको बताएर सबैलाई चकित पारेकी छन् । उनको परिभाषामा उनी अझै भर्जिन रहेकी छन् । उनको गडफादर दीपक श्रेष्ठले निर्माण गरेको पछिल्लो चलचित्र रङ्ग-वेमा उनले दिएको बोल्ड सेक्सी दृश्यले हालसम्मको सर्वाधिक सेक्स दृश्य मानिन्छ। जसमा उनको भित्री बस्त्र खोल्ने कार्यदेखि स्तनबाट ब्रा समेत निकाल्न लगाएको कामुक दृश्य उनले गरेकी छन् ।

चिना हराएको मान्छेलाई सम्मान

लोकप्रिय कलाकार हरिवंश आचार्यले पत्नी मीरा आचार्यको वियोग पश्चात लेखेको आत्मकथा "चिना हराएको मान्छे" यतिखेर चर्चाको शिखरमा रहेको छ। कलाकारितावाट जसरी हरिवंश आचार्य चुलिए, त्यसरी नै उनको आत्मकथाले उनलाई अझ शिखरमा पुऱ्याएको छ। हालसम्म पाँच हजारभन्दा बढी प्रति बिक्री भइसकेको बताइएको चिना हराएको मान्छे प्रकाशनको वर्ष दिन नपुग्दै दोस्रो संस्करण निकाल्न माग आइसकेको हरिवंशले बताएका छन् । "चिना हराएको मान्छे"कै कारण नेपालगंज लगायतका विभिन्न स्थानवाट हरिवंशले सम्मान पाउन पनि थालेका छन्। उक्त कृतिमाथि व्यापक समीक्षात्मक कार्यक्रम हुन थालेको छ। "चिना हराएको मान्छे"बाट राम्रै कमाइ भएको र त्यो कमाइ मीरा फाउण्डेसनलाई जाने पनि बताइएको छ।



राम्रो लाउने मीठो खाने नानीदेखिको बानी

रातो राम्रो गुलियो मीठो भन्ने नेपाली पुरानो उखान हालसम्म पनि चरितार्थ भएको छ । प्रायः सबैको पाएसम्म रातो लाउने तथा मीठो खाने सोच हुने गर्दछ । जुन सोचले गर्दा नै सबै मेहनत गरिरहेको पाइन्छ । दसैंको बेला अझ त्यो चरितार्थ हुँदै गएको पनि पाइन्छ । त्यसमाथि भन्नेहरु भन्ने गर्दछन्- “मेहनतको फल मीठो हुन्छ ।”

बाल संरक्षण नेपाल मञ्चकी उपाध्यक्ष साधना रंजितकार पनि रातो राम्रो लाउने तथा गुलियो मीठो खाने मानिस मात्रको चाहना हो भन्छिन् । रंजितकार आबद्ध बाल संरक्षण नेपाल मञ्चले सडक बाल-बालिकाको सरोकार विषयमा कार्य गर्दै आएको छ । हात-खुट्टा धोएर आउने सडक बाल-बालिकालाई प्रत्येक विहान काठमाडौंको बसन्तपुरमा मीठो चिया र खाजा खुवाउने कार्य केही महिना यतावाट उक्त मञ्चले प्रारम्भ गरेको छ ।

मीठो चिया र खाजा खानको लागि पनि सडक बाल-बालिकाले हात-खुट्टा धोएर आउने गरेको तथ्यलाई औंल्याउदै मञ्चकी उपाध्यक्ष रंजितकारले यसलाई स्व भाविक मानेकी छन् । मीठो खान पाइने लोभले पनि सफा-सुग्घरी हुन सडक बाल-बालिकाले जानेकोमा बाल संरक्षण मञ्च नेपालले खोजेको उद्देश्य लगभग पूरा हुन थालेको छ । यसले गर्दा रंजितकारको मुहारमा खुशी देखिएको छ ।

अर्को तर्फ, काठमाडौंको भीमसेनस्थानमा विगत २९ वर्षदेखि घडी पसल चलाउँदै आएका मातातीर्थका रमेशकुमार श्रेष्ठ घर्किदो उमेरमा पनि रसिक छन् । रातो लाउने र मीठो खाने श्रेष्ठको बचपनदेखिको शौख हो । खल्तीमा पैसा हुनासाथ आफू र परिवारको लागि राम्रा छरिता पहिरन खरीद गर्नमा रुचि राख्छन् ।

त्यसमाथि, रातो उनको मन पर्ने कलर हो । ‘उमेरमा त म असाध्यै झिल्के थिएँ । पचपन्न बर्षे यो उमेरमा पनि सोह्र वर्षे उमेरमा जस्तो कलरफुल ड्रेस लाएर चिटिक्क हुने चाहना मरेको छैन’ उनी भन्छन् । अझै पनि हलुवा-स्वारी जस्ता मीठा परिकार खान उनले छाडेका छैनन् र भन्छन्-‘अझ हरेक दसैंमा मीठो खान र राम्रो लाउन कसलाई मन पर्दैन ?’

रमेशकुमारलाई जस्तै कुलेश्वरकी दीपिका थापालाई पनि रातो पहिरन असाध्यै मन पर्ने गरेको सुनाउँछिन् । झन् यो दसैंको अवसरमा रातै भएर हिंड्नुको बेग्लै मज्जा हुने गरेको यथार्थ पस्कन उनी पछि परेकी छैनन् । जिफन्ट आवद्ध सौन्दर्यकर्मी संघकी अध्यक्ष शारदा शाक्य पनि दुई दिनको जिन्दगीमा राम्रो लाउने र मीठो खानु पर्दछ भन्छिन् ।

कमाइको आधाभन्दा बढी मीठो खाने तथा राम्रो लाउनेमा खर्च हुने गरेको यथार्थ उनले नलुकाइकन

भनेकी छन्-“मेरो त बढी खर्च लाउने र खानेमा नै हुने गर्दछ । त्यसमाथि, बजारमा आएका नयाँ फेसन राम्रा फेसन त मेरो च्वाइस नै हो । त्यसैमा मेरो बढी खर्च हुने गरेको छ ।”

कृषि मन्त्रालयमा कार्यरत सह-सचिव आनन्दरत्न बज्राचार्य पनि दसैंमा राम्रो लाउने र मीठो खाने मानव मात्रको स्वभाव हो । यसलाई म पनि नकार्न सक्तिन । यसवाट म पनि अछुतो हुन सक्तिन भनेर प्रतिक्रिया व्यक्त गरेका छन् । र भन्छन्-‘मलाई पनि मीठो खान मन लाग्छ । परिवारका साथ कहिले राम भण्डार जाने गर्दछु । मीठा-मीठा परिकार खाने गर्दछु । रातो राम्रो लाउने रहर हुन्छ । विदाको दिन बजार-मल घुम्छु र किन्छु । यो मेरो स्वभाव हो ।’

रातो राम्रो लाउने र गुलियो मीठो खाने यो पुरातन परम्परा एवम् फेसन हो । जुन मानवीय स्वाभाविकताको रुपमा पनि लिइने गरेको छ । त्यसमाथि, विभिन्न उत्सव र पर्वहरुमा यो कुरा अझ लागु हुने गरेको पाइन्छ । दुःख गरेर कमाएको रकम पनि दसैं-तिहार जस्ता उत्सव तथा पर्वहरुमा रातो राम्रो लाउन तथा गुलियो मीठो खान खर्च गर्न चाहे जति नै किफायती व्यक्ति किन नहुन् कन्जुस्याइँ गर्दैनन् । यसलाई हामी स्वाभाविक फेसन भन्न सक्छौं ।

मिस वर्ल्ड-२०१३

मेगन योङ्ग

मिस नेपाललाई ऐतिहासिक सफलता

यो वर्ष इन्डोनेसियाको बालीमा असोज १२ गते (सेप्टेम्बर २८) राति आयोजित मिस वर्ल्डमा फिलिपिन्सकी मेगन योङ्ग मिस वर्ल्ड-२०१३ बन्न सफलता पाएकी छन् । उनलाई मिस वर्ल्ड-२०१२ की विजेता चिनिया सुन्दरी वेनजियाले ताज पहिऱ्याइकी थिइन् । ताज पहिरिँदै मेगनले आफूसँग कुनै शब्द नरहेको बताइन् । उनले अगाडि भनिन्- “मसँग कुनै शब्द छैन । मलाई छान्नुभएकोमा धेरै धेरै धन्वयाद ! हालसम्मकै राम्रो मिस वर्ल्ड बनेर देखाउनेछु । यो मेरो प्रतिबद्धता नै हो ।”

यस्तै फ्रान्सकी सुन्दरी मरिना फस्ट रनर अप र घानाकी सुन्दरी कारेन्जा सेकेन्ड रनर अप भएकी थिइन् । मिस वर्ल्डको ६३ वर्षे इतिहासमा मिस नेपालले पनि १९ वर्षको इतिहास कायम गरिसकेको छ । यसअघि, मिस नेपालले कुनै पनि अन्तर्राष्ट्रिय ब्युटी पेजेन्टमा इतिहास रच्न सफल भएकी थिइनन् । बालीमा आयोजित मिस वर्ल्डमा मिस नेपाल-२०१३ इशानी श्रेष्ठ टप फाइभ पुग्न सक्नु नै ठूलो सफलता हो । यसअघि भाग लिने प्रायः सबै मिस नेपाल टप ट्वेन्टी-फाइभ पनि पुग्न सकेका थिएनन् ।

१ सय २७ मुलुकका सुन्दरीबीचको एक से एक प्रतिस्पर्धामा मिस नेपाल इशानी टप फाइभसम्म पुग्नु नै ठूलो गर्वको विषय बन्न पुग्यो । त्यसमाथि, इशानीले मिस वर्ल्डमा ‘ब्युटी विथ द प्रपोज च्यालेन्ज’ नामक टाइटल अवार्ड जितेर इतिहास नै रचिन् । मिस वर्ल्डमा सहभागी सुन्दरीहरुले गरेको सामाजिक कामको आधारमा उक्त टाइटल अवार्ड दिइने गरेको छ । इशानीले जुम्लामा मुख तथा दाँतको स्वास्थ्य शिविर गर्नका लागि सञ्चालन गरेको प्रोजेक्ट र उनको उक्त सामाजिक कार्यको मूल्यांकन गर्दै ब्युटी विथ द प्रपोज च्यालेन्ज अवार्ड दिइएको हो ।

निकट भविष्यमा दन्त चिकित्सक बन्ने सोचमा रहेकी मिस नेपाल-२०१३ इशानी श्रेष्ठको यो सफलताले मिस वर्ल्डमा नेपाल र नेपालीको पहिचान राख्ने कार्य भएको छ । नेपाली सुन्दरीले पनि मिस वर्ल्डमा नेपाल र नेपालीको पहिचान राख्न सक्छन् । भन्ने ताजा उदाहरण दिन सफलता प्राप्त गरेको छ । इशानीभन्दा अगाडिकी मिस नेपाल-२०१२ सृष्टि श्रेष्ठबाट अझ धेरै अपेक्षा गरिएको थियो । तर, उनले यस कार्यमा सफलता पाउन सकेकी थिइनन् ।

पूर्वमिस वर्ल्डको अनुभव

पूर्वमिस वर्ल्ड-२०१२ वेनजिया यु यतिखेर इन्डोनेसियाको बालीमा नयाँ मिस वर्ल्डलाई ताज हस्तान्तरण गरेर चीन फर्केकी छन् । यो वर्षकी मिस वर्ल्ड मेनन योङलाई मिस वर्ल्ड-२०१३ को ताज हस्तान्तरण गरेर उनी स्वदेश फर्केकी हुन्। चिनिया सुन्दरी वेनजियाको अनुभवमा मिस वर्ल्ड कस्तो रह्यो त ? उनकै शब्दमा यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ –

मेरो मिस वर्ल्डको यात्रा अरूको भन्दा लामो रह्यो । ताज जितेको समयदेखि हस्तान्तरण गर्ने समयसम्म समग्रमा मिस वर्ल्डको प्याकेजभित्र पर्छ। त्यसका लागि धेरै समय लागोस् वा थोरै, त्यसले कुनै प्रभाव पार्दैन । मेरो कार्यकाल आधिकारिक रूपमा नयाँ मिस वर्ल्डलाई ताज हस्तान्तरण गरेपछि समाप्त हुन्छ। इमानदारीपूर्वक भन्नुपर्दा ताज छाड्न मलाई गाह्रो भयो ।

मिस वर्ल्डको ताज हस्तान्तरणसँगै मैले नयाँ जीवनयात्रा सुरु गरेको अनुभव भएको छ। मेरो अभिभावकसँग यतिखेर आम्दानीको कुनै स्रोत छैन । त्यसैले यतिखेर म जागिर खोजिरहेकी छु। मेरो गायन विषयको अध्ययनलाई अघि बढाउने सोचमा छु। सम्भवतः म राम्रो जागिरे हुने कोशिशमा छु। त्यसको अलावा चीनको उत्कृष्ट गायिका बनेर नाम कमाउने छु।

मिस वर्ल्ड बनेपछि नयाँ वातावरणमा घुलमिल हुन सिकेँ । मैले सिक्नुपर्ने धेरै रहेछ भन्ने महसुस भयो। मिस वर्ल्ड भएपछि मेरो दायित्व बढेको छ। यो एक वर्षमा धेरै परिपक्व भएकी छु। जति पनि प्रोजेक्ट छन्, सबै च्यारिटीका लागि उपयुक्त छन्। जस्तै, हैटीको यात्रा होस् वा इवाको फन्ड रेजिङ। हाम्रो प्रोजेक्ट अन्तर्गत बालबालिकालाई सहयोग गरेकी छु।

पहिलेका मिस नेपालको दौड

सन् १९९४ बाट नेपालमा मिस नेपाल प्रतियोगिता प्रारम्भ भएको हो । पहिलो मिस नेपाल रुवी राणादेखि पछिल्लो मिस नेपाल इशानी श्रेष्ठसम्म आइपुग्दा १८ जना मिस नेपाल भैसकेको अवस्था रहेको छ । हुन त मिस नेपालको इतिहास १९ वर्ष पुगिसकेको छ । एक वर्ष चाहिँ माओवादी अवरोधको कारण आयोजना हुन सकेन । त्यसवाहेक मिस नेपालको निरन्तरता कायमै रहेको छ ।

मिस नेपाल भएपछि मिस नेपालले पाउने मिडिया कभरेजदेखि उनलाई समाजले हेर्ने बेग्लै इमेजले गर्दा अन्य व्युटी पेजेन्टको भन्दा मिस नेपालको नेपालमा महत्व बढ्ेको देखिन्छ । मिस नेपाल भएपछि मिस नेपाल हुने कतिपयले सुगाले रटेजस्तो ठूला-ठूला कुरा गरे पनि उनीहरुवाट खासै कार्य नभएको सवैको अगाडि छर्लङ भैसकेको छ । कतिपय मिस नेपाल आम संचारमा, कोही फिल्मलाइनमा त कोही घर गृहस्थ बाहेकका घेरा उनीहरुले तोड्न नसकेको यथार्थ उनीहरुवाटै छिपेका छैन ।

गत वर्ष जयन सुब्बाको कोरियोग्राफीमा होटल र्‍याडिसनमा पूर्वमिस नेपालहरुको क्याटवाक दौडको पनि आयोजना भयो । त्यस दौडमा कतिपय पूर्वमिस नेपालहरुको विविध कारणले सहभागिता देखिएन । पहिलो मिस नेपाल रुवी राणादेखि नीलिमा गुरुङ, उषा खड्गी, माल्विका सुव्वा, श्वेता शर्माहरु मात्र देखिए । उनीहरुको क्याटवाक देख्दा सबैले अब यी मिस नेपालहरुको आकर्षण घटिसकेको महसुस गरे ।

कतिपय मिस नेपालले आफ्नो शरीरलाई त्यति मेन्टेन नगरेको प्रतिक्रिया आयो । उनीहरुको भनाइ रहेको छ- पूर्व मिस नेपाल मध्ये घर गृहस्थमा लाग्दालाग्दै उनीहरुले जीउको मेन्टेन गर्नै सकेनन् । ज्यादै भद्दा र मोटो देखिए । रुवी राणाको आकर्षण पनि कम आंकन गरियो । उषा र माल्विकाको मात्र प्रशंसा गरिए पनि मिस नेपालवाट पूर्वमिस नेपाल भएपछि उनीहरुको खासै आकर्षण नहुने प्रमाण त्यस दौडमा देखियो ।

Photo by: Sabin Maharjan

अनुशासनमा फक्रिएको आत्मीयता

- सुमित्रा पाठक
pathaksumitra4@gmail.com

स्कुले जीवनका पछिल्ला दिनहरूमा मनमा एउटा चन्चलता दौडिने गर्थ्यो-यो स्कुल कहिले छाड्न पाइएला र कलेज प्रवेशको ढोका कहिले खुल्ला ? जब त्यो दिन आयो, अनि अतीत नै प्यारो लाग्न थाल्यो । दश वर्षभन्दा बढीसँगै हाँसखेल गरेका साथीहरूसँग छुट्टिनु पर्दा साँच्चै मन भारी हुँदो रहेछ । सबै साथीहरू आ-आफ्ना लक्ष्य र उद्देश्य अनुसार कलेज छनोटमा जुटे अनि म पनि आफ्नो रुचिको विषय पढाइ हुने कलेजतिर लागें ।

जब मैले आफ्नो जीवनयात्रा अगाडि बढाउने क्रममा नेशनल कलेज अफ कम्प्युटर स्टडिज पकनाजोलमा पाइला राखें, सुरुमा त आफूलाई अस्वाभाविक पाएँ । नयाँ वातावरण, नयाँ साथी अनि नयाँ शिक्षकशिक्षिका । त्यतिबेला मलाई स्कुल पढ्दाका आत्मीय साथीहरू, स्कुलको त्यो मायालु वातावरण र शिक्षक-शिक्षिकाको अपनत्वले झनै सताएको थियो । तर मलाई कलेजको वातावरणमा भिज्न लामो समय लागेन । नयाँ साथीहरूसँग छोटो समयमै घुलमिल हुन सकें अनि शिक्षक-शिक्षिका पनि निकै आत्मीय पाएँ । विस्तारै कलेज जाँदा स्कुलको न्यास्रो मेटिन थाल्यो ।

स्थापनाकालदेखि नै यहाँको व्यवस्थापन, शिक्षक-शिक्षिका तथा कर्मचारी वर्गले कडा मेहनत गरेकाले होला नेशनल कलेज अफ कम्प्युटर स्टडिज नेपालकै एउटा टप कलेजमा गणना हुन सफल भएको छ । यहाँ अध्ययन गरेको दुई वर्षको अवधिमै मैले आफूमा ज्ञान, बुद्धि र विवेक भरिएको अनुभव गरेकी छु । हो, यहाँको नियमकानुन केही कडा नै छ । सुरुमा यस्तो कडाइले अप्ठ्यारो पनि लाग्नसक्छ तर गम्भीर भएर सोच्दा कलेजले विद्यार्थीकै भलाइका लागि अनुशासनमा कडाइ गरेकोमा गर्व पनि अनुभव हुन्छ । अहिले हामी कलेजले निर्धारण गरेको सामान्य अनुशासनलाई त बन्धन भन्छौं भने पछि कार्यक्षेत्रमा बेहोर्नुपर्ने थुप्रै कठिनाइहरूलाई कसरी सामना गर्न सक्छौं ? यस्तो सोचाइले कडा अनुशासनका कारण पहिले लाग्ने दिक्दारी पनि बिर्सिइँदो रहेछ ।

म स्कुलदेखि नै राम्रो पढ्ने विद्यार्थीको सूचीमा परिनँ । यो कलेजमा प्रवेश गरेपछि मैले पढाइमा मेहनत गर्नुपर्छ भन्ने सिक्न पाएँ र थोरबहुत व्यवहारमै उतार्न सकें । मैले आफ्नो पढाइलाई जुन स्थानमा पुऱ्याएकी छु, त्यसमा यही कलेजको वातावरण र शिक्षक-शिक्षिकालाई जस जान्छ । सायद म यस कलेजमा भर्ना नभएकी भए मेरो पढाइ यो स्तरको हुँदैन थियो । मेरो पढाइको स्तर सुध्रिनुमा आफ्नो मेहनत त छ नै, योभन्दा बढी कलेजको वातावरणले बढी साथ दिएको छ । यसो भन्दा मैले आफ्नो कलेजको अनावश्यक प्रशंसा गरेको जस्तो ठहर्न सक्छ तर यो नै सत्य हो ।

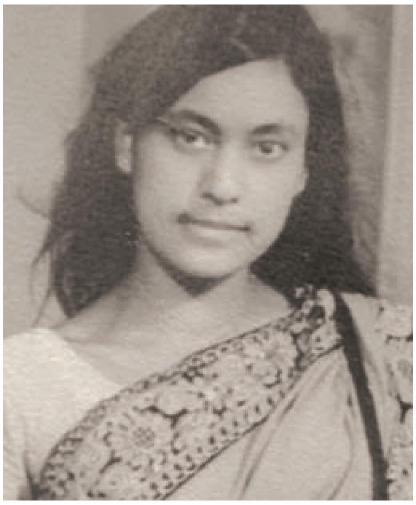
मेरा साथीहरू

असल साथी बन्न एकअर्काबीच आत्मीय सम्बन्ध हुनुपर्छ भन्ने विश्वास गरिन्छ । स्कुले जीवन सकिएपछि त्यतिबेलाका जस्ता साथी जीवनमा कहिल्यै भेटिँदैन भन्ने अनुमान मेरो थियो अनि त्यतिबेलाका साथीसँग जस्तो आत्मीयता कसैसँग विकसित हुँदैन भन्ने सोचाइले पनि ममा घर गरेको थियो । तर दुई वर्षमा यी कुरा सबै भ्रम भएको मलाई अनुभव भइरहेछ । कलेज मलाई परिवार जस्तै आत्मीय लाग्न थालेको छ अनि साथीहरूसँग यति गहिरो मित्रता विकास भएको छ कि यसलाई टुटाउन कसैले पनि सक्दैन । साथीहरूसँग फन पार्क, भक्तपुर लगायत र मणीय स्थल घुमेका स्मरण मलाई अहिले यो लेख लेख्न बस्दा ताजा भएर आएको छ । यसअलावा हरेक दिनको हाँसो-ठट्टा, रमाइला कुराकानी अनि जोक्सहरूको पनि याद आइरहेछ । यस्तै घटनाहरू हुन् जसले साथीहरूबीचको मित्रतालाई कहिल्यै नबिर्सने गरी ताजा बनाइराख्दछ ।

मैले यो कलेजमा असल साथीको चिनारी पनि भेटेकी छु अनि अरुलाई तल पारेर खुसी हुने प्रवृत्तिका केही मित्रलाई पनि पहिचान गरेकी छु । चाहे साथीहरू जस्ता प्रवृत्तिका हुन्, मैले सबैबाट असल कुरा नै सिक्ने प्रयत्न गरिरहेकी छु । कलेजको वातावरणले नै मलाई यही सिकाएको छ । जब हामी कलेज पनि छाडेर कार्यक्षेत्रमा प्रवेश गर्ने छौं अनि जीवनले फेरि अर्को मोड लिनेछ, सायद त्यतिबेला अहिलेका साथीहरूको याद झनै बढ्नेछ ।

(यस स्तम्भमा आफ्ना कलेज अनुभव पठाउन कलेज अध्ययनरत विद्यार्थीलाई आग्रह गरिन्छ ।
hotdreamnepal@gmail.com

ग्लेमर क्षेत्रका इतिहास निर्माता



ग्लेमर हरेक क्षेत्रमा हुने गर्दछ । त्यसको पहिचान गर्न मात्र सक्नु पर्दछ । ग्लेमरलाई कतिपयले नकारात्मक रुपमा हेर्ने गर्छन् । तर, ग्लेमर मानिसको व्यक्तित्वलाई माथि उकास्ने अभिन्न अंग हो । नेपाली सेलिब्रेटीहरु जसले बेग्लै किसिमले इतिहास रचिसकेका छन्, ती व्यक्तित्वहरुलाई यो पहिलो अंकदेखि नै समेट्ने प्रयास भएको छ । उनीहरुको ऐतिहासिक पृष्ठभूमिदेखि उनीहरुले दिएको यो गदान तथा थाहै नपाइकन उनीहरु ग्लेमर क्षेत्रका इतिहास निर्माता बनेको त्यो गर्विलो प्रसंगलाई जोड्ने प्रयास पनि क्रमिक रुपमा हुनेछ । यस अंकमा पहिलो नेपाली चलचित्रको नायिका भुवन चन्ददेखि पहिलो फेसन डिजाइनर ज्ञानीशोभा तुलाधर, नृत्य-निर्देशक भैरबबहादुर थापा, प्रथम महिला टेम्पो चालक लक्ष्मी शर्मा तथा मिस नेपाल रुवी राणासम्मलाई समेट्ने प्रयास भएको छ । क्रमिक रुपमा आगामी अंकहरुमा ग्लेमर क्षेत्रका इतिहास निर्माताहरुको खोजी गरेर उनीहरुको इतिहास जनसमक्ष ल्याउने प्रयास जारी नै रहनेछ ।

भुवन चन्द

पहिलो नायिका

उस्ताद भैरवबहादुर थापाकी प्रथम सुपुत्री भुवन चन्दले चार वर्षको उमेरबाट कलाकारिता प्रारम्भ गरेकी थिइन् । बालकृष्ण समको अन्धबेग नामक नाटकमा २०१० सालमा बालकलाकारको रुपमा अभिनय गरेकी उनले २०१८ सालमा नगद १ सय रुपैयाँको जागिरे जीवन राष्ट्रिय नाचघरमा सुरु गरेकी भए पनि उनी २०३३ सालबाट स्थायी जागिरे बनेकी थिइन् । लामो समय नाटक प्रबन्धक पदमा कार्यरत भएर हाल सेवा निवृत्त बनेकी उनी २०२२ सालमा निर्मित पहिलो नेपाली चलचित्र 'आमा'को नायिका बन्न सफल भएकी थिइन् ।

आमाको नायिका बन्दा उनी केवल १६ वर्ष मात्र लागेकी थिइन् । चलचित्र आमामा नायिका बन्न उनीसँगै अन्तरवार्ता दिने कलाकारमा चैत्यदेवी र विमलादेवी पनि रहे पनि उनी छनौटमा परेर नायिका बनेको त्यो क्षण तथा पल ऐतिहासिक भएको उनले सम्झना गरिन् । चलचित्र आमामा उनीसँगै प्रतिस्पर्धामा अन्तरवार्ता दिने चैत्यदेवी आमाको भूमिका तथा विमलादेवी साइड हिरोइनको रोलमा छानिएका थिए । उनको हिरोको रुपमा गायक एवम् संगीतकार शिवशंकर मानन्धर चयन भएका थिए । पिता उस्तादको साथीलाई आफ्नो फिल्मी करिअरको हिरो बनाउन पाउँदाको मज्जालाई अझै रमाइलो प्रसंगको रुपमा उनले लिएकी छन् ।

रूवी राणा

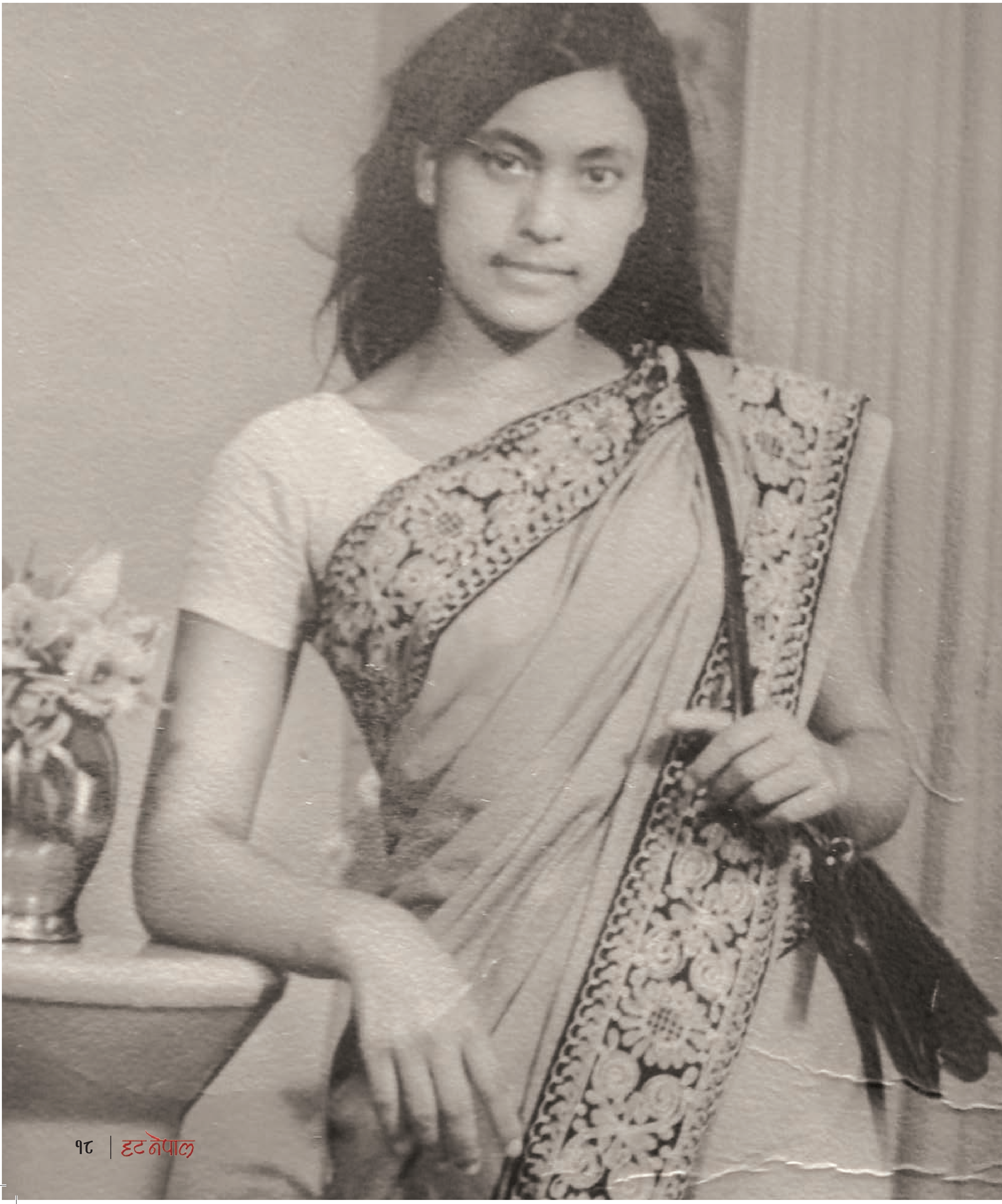
पहिलो मिस नेपाल

भारतको देहरादुनमा जन्मेकी रुवी राणा पहिलो मिस नेपाल हुन् । १९ वर्षअगाडि सन् १९९४ मा भएको मिस नेपालमा पर्सा जिल्लाबाट प्रतिनिधित्व गर्ने बेला रुवी २१ वर्षकी थिइन् । वीरगन्जको ज्ञानज्योति स्कुलमा टिचिङ्ग कार्य गर्दै रहेकी उनलाई साथीभाइले तिमी यति सुन्दरी अनि ट्यालेन्टेडले त मिस नेपालमा भाग लिनु न भनेपछि उत्साहित भएर मिस नेपालमा भाग लिएको त्यो क्षणलाई ४० वर्षको उमेरमा फ्ल्यास-ब्याकमा उनले सम्झेकी छन् ।

साथीभाइको प्रोत्साहनले आफूभित्रको हिडन-ट्यालेन्टलाई मिस नेपालको ग्राउण्डमा प्रस्तुत गरेर मिस नेपाल-१९९४ को पहिलो क्राउन शिरमा पर्दा अत्यन्त गौरब लागेको पललाई जिन्दगीमा भुल्न नसक्ने उनले बताएकी छन् । पहिलो मिस नेपालको हैसियतले अन्तर्राष्ट्रिय ब्युटी पेजेन्टमा पहिलो पटक भाग लिने मिस नेपालमा उनी नै हुन् ।

सन् १९९४ मा सम्पन्न मिस एसियाप्यासिफिकमा उनले नेपालबाट प्रतिनिधित्व गरेकी थिइन्, जसमा उनले कुनै प्रकारको सफलता नपाए पनि अनुभव मात्र भयो । मिस नेपाल भएको दशौं वर्षपछि दुई नेपाली चलचित्र ‘अनमोल’ र ‘भुतक्कै भएँ नि’मा उनले अभिनय गरेकी छन् । यद्यपि, चलचित्रमा उनी त्यति जम्न सकिनन् । ब्युटी पार्लर व्यवसायमा लागेकी उनले शृंगार ब्युटी पार्लर संचालन गर्नुको अलावा ब्युटी-कस्मेटिकको व्यापार श्रीमान्सँग मिलेर गरिरहेकी छन् । उनको टिनएजमा पुगिसकेकी एक छोरी पनि रहेकी छन् ।

ज्ञानीशोभा तुलाधर



पहिलो फेसन डिजाइनर

कसैले अलि फरक डिजाइनको लुगा लगाएर चिटिक्क परेर हिँड्यो भने अहिले पनि भन्ने गरिन्छ- यो त कस्तो फेसनेवल नक्कले/नक्कली रहेछ। नेपालमा 'फेसन डिजाइन'लाई व्यवसायको रूपमा सुरु गर्ने ज्ञानीशोभाले यस विधामा हात हाल्दाको अवस्था कस्तो थियो होला, स्वतः अनुमान गर्न सकिन्छ। अझ त्यस बेला त सिलाइबुनाइ निश्चित जातका मानिसले मात्र गर्ने भन्ने मान्यता थियो। कुनै पनि क्षेत्रमा सफल हुनका लागि नयाँ चुनौती सामना गर्नुपर्छ र जस्तासुकै बाधा-अवरोध आइलागे पनि पछाडि हट्नु हुँदैन भन्ने भावना युवा ज्ञानीशोभामा जागृत भइसकेको थियो । त्यसैले उनले मुम्बईमा गएर फेसन डिजाइन पढ्ने आफ्नो इच्छामा अनेकौं अवरोध आए पनि पार लगाएरै छाडिन् ।

सन् १९७० मा तुलसी मेहर श्रेष्ठले व्यावसायिक तालिम लिन पठाएको पाँच चेलीमा सुनिता मलेगु, गीता मलेगु, रमा प्रजापति, इन्दिरा प्रजापति र ज्ञानीशोभा थिए । यीमध्ये ज्ञानीशोभाले नेपालमा सुरु नै नभएको क्षेत्रमा हात हालिन् र निरन्तरता दिइरहिन् । मुम्बईबाट फर्केर केही समय तुलसी मेहरकै आश्रममा सिलाइ तालिम दिएपछि उनलाई तत्कालीन शाही नेपाल वायु सेवा निगमका एयर होस्टेसका लागि फेसन डिजाइन गर्ने अर्डर आयो । उनले सिल्क सारीमा आँखीझ्यालको बोर्डर राखेर डिजाइन गरिदिइन्। यो डिजाइन नेपालको एक मात्र राष्ट्रिय ध्वजाबाहकमा निकै रुचाइयो। यसको केही समयपछि नेपाली चलचित्र 'सिन्दुर'मा पनि त्यस्तै प्रस्ताव आयो । उनले त्यो चुनौती पनि स्वीकार गरिन् । सिन्दुरकी नायिका मीनाक्षीले सुरुमा त नेपाली डिजाइनरले बनाएको कपडा लगाउन इन्कार गरेकी थिइन् तर जब ज्ञानीशोभाले डिजाइन गरेको लुगा लगाइन्, उनी मुम्बईवालाले बनाएको भन्दा राम्रो भनेर प्रशंसा गर्न थालिन् ।

नेपालमा पहिलो फेसन कलेज स्थापना गर्ने श्रेय पनि ज्ञानीशोभालाई नै जान्छ । २०५९ बाट उनको परिचयले विस्तारित रूप लिएको थियो पहिलो फेसन कलेजको पहिलो प्रिन्सिपलका रूपमा। एक दशकको बीचमा नमुना कलेज अफ फेसन

टेक्नोलोजी स्थापित मात्र भएको छैन, यहाँबाट उत्पादन भएका डिजाइनरहरू पनि स्वावलम्बी र आत्मनिर्भर भएर दाम मात्र हैन नाम पनि कमाइरहेका छन्। यो देख्दा असीम सन्तुष्टि प्राप्त हुने ज्ञानीशोभाको अनुभव छ । सफलताको रहस्य जान्न खोज्दा उनको साधारण अभिव्यक्ति प्रकट हुन्छ- "म कामप्रति इमानदार छु, व्यक्तिप्रति इमानदार छु अनि देशप्रति इमानदार छु। इमानदारीता नै मेरो सफलताको कारण हो।"

भैरवबहादुर थापा

पहिलो नृत्यनिर्देशक

ब्रिटिस गोर्खा आर्मीमा भर्ना भएका भैरवबहादुर थापा छुट्टीमा नेपाल आएको बेला भीमनिधि तिवारी तथा बालकृष्ण समजस्ता साहित्यका महारथीसँग भेटघाट नभएको भए सायद नेपालको नृत्यकला निकै पछाडि नै रहने थियो । नेपालका जाति र जनजातिमा प्रचलित लोक र आधुनिक नाचको विकास एवं संरक्षण जुन रूपमा हुनुपर्ने थियो, त्यो सन्तोषजनक छैन तर भैरवबहादुरजस्ता नाचकै लागि समर्पित व्यक्तित्वको अभाव भइदिएको भए यो क्षेत्र झनै पछाडि पर्नेमा कुनै शंका छैन ।

ब्रिटिस गोर्खा राइफलको क्लर्क पोष्टमा रहेर सिंगापुर र मलायामा काम गरेको अवधि उनको स्मृतिमा अझै ताजा छ- ३ वर्ष ३ महिना ७ दिन । छुट्टीमा घर आउँदा सर्वप्रथम उनको भेट साहित्यकार भीमनिधिसँग भयो । नाटक लेख्ने भीमनिधिलाई एकजना नृत्यनिर्देशकको जरुरत थियो । उनले भैरवबहादुरलाई पट्याइहाले । नृत्य भनेपछि मरिमेट्ने भैरवबहादुर २०१० असार ८ गते भीमनिधि तिवारीको नेपाल नाटक संघमा प्रवेश गरे । भैरवबहादुरको प्रवेशले तिवारीको नाटक लोकप्रिय हुन थाल्यो । सोही वर्षको असोज ८ गते उनी समको शोखी कलाकार समुदायमा प्रवेश गरे । ०१० सालमै उनले समको नेतृत्वमा छुट्टै भैरव नृत्य दलको स्थापना गरे ।

भैरव नृत्य दलले तत्कालीन समाजमा तहल्कै मच्चाएको थियो । यो नृत्य प्रशिक्षण केन्द्र युवाहरूको आकर्षण बनेपछि अभिभावकले आफ्ना छोराछोरी बिगार्न थाल्यो भनेर भैरवबहादुरलाई 'चारभञ्ज्याङ कटाउने अभियान' पनि थालेका थिए । जस्तोसुकै कठिनाइ आए पनि उनले नृत्यप्रतिको लगाव त्यागेनन् । बरु यस क्षेत्रमा नयाँ नयाँ खोज, अनुसन्धान र प्रयोग गरिरहे । उनले नेपाली लोकनृत्यहरूको अनुसन्धन गरेर परिस्कृत गर्दै कथात्मक रूपमा 'एकता', 'बाँच्नका निम्ति', 'विद्या', 'प्रतिध्वनि', 'अँध्यारोमा' र 'भुइँचालो' जस्ता नेपाली ब्यालेको सिर्जना गरे । यस्तै 'फूलबारी' नामको नेपाली अपेरा तथा मयूर नृत्य पनि उनकै सिर्जना हो, जुन आजसम्म पर्यटकका लागि प्रमुख आकर्षण बन्ने गरेको छ ।

लामो समय गुमनाम रहेका थापा यस वर्ष फेरि जुरमुराउन थालेका छन् । ८१ वर्षको उमेरमा पनि नृत्यक्षेत्रमा उनको लगाव घटेको छैन र यस क्षेत्रमा केही नयाँ गर्ने चाहनामा कमी आएको छैन । त्यसैले उनी अहिले 'नाटचशास्त्र' पुस्तकलाई अन्तिम रूप दिन जुटिरहेका छन् । यो पुस्तक प्रकाशित भएपछि नाटच क्षेत्रमा नयाँ इतिहास कायम हुने उनको विश्वास छ । 'अहिले नेपालीहरू नृत्य सिक्न भारतलगायत मुलुकमा जाने गर्छन् तर मेरो यो शास्त्र पूर्ण भएपछि अरू देशका मानिस नृत्य अध्ययन गर्न नेपाल आउनेछन्', उनी दाबी गर्छन् ।

लक्ष्मी शर्मा

पहिलो महिला टेम्पो चालक

करिब ६ दशकको संघर्षशील यात्रामा लक्ष्मी शर्माको परिचय अनेक आयाममा फैलिएको छ तर उनलाई आफ्नो नामको अगाडि 'पहिलो महिला टेम्पो चालक' जोडिएको नै प्यारो लाग्छ। बालककालमा दरबार र युवा अवस्थामा विदेशीकहाँ भाँडासमेत माझेर संघर्ष गर्दै अगाडि बढेकी लक्ष्मी शर्माले रहरले हैन आवश्यकताले टेम्पो चलाउनु परेको थियो । आफू र सन्तानको भरणपोषणका लागि उपयुक्त विकल्प खोजी गर्ने क्रममा उनले लाइसेन्सविना नै २०३५ तिरबाटै टेम्पो चलाउन थाले पनि २०४१ चैत १४ गते क्षेत्रीय प्रहरी इकाई कार्यालय काठमाडौंबाट चालक अनुमति पत्र प्राप्त गरेकी थिइन्। पहिलो महिना टेम्पो चालकका रूपमा नेपाल सरकारले नै सम्मान गरिसकेको अवस्थामा अझै पनि केही पत्रपत्रिकामा पहिलो महिला टेम्पो चालकको नाममा अर्कैले गर्ने गरेको दावी प्रकाशित हुने गरेकोमा उनको चित्त दुखाइ हुने गरेको छ।

टेम्पो चालक, टेम्पो व्यवसायी हुँदै उनी ह्यान्डीक्रचाफ्ट व्यवसायी पनि बन्न पुगिन् । राँगाभैंसीका फालिएका हाड-सिङबाट हस्तकलाका कलात्मक सामग्री र टाँक उत्पादन गर्ने पनि उनी नै पहिलो महिला उद्यमी हुन् । २०४३ सालमा उनी यो क्षेत्रमा प्रवेश गरेकी थिइन्। यस अवधिमा उनको उद्योग र उनीबाट उत्पादित सामग्री विश्वका प्रमुख शहरमा पुगेका छन् र उनी विदेशमा 'बटन क्वीन'का रूपमा पनि चिनिन थालेकी छन्। यो सफलतासँगै उद्योगमा ट्रेड युनियनले समस्या सिर्जना गरेको कारण उनले कठिनाइ पनि भोग्नु परिरहेको छ। 'यदि उद्योगमा राजनीतिले समस्या सिर्जना नगरिदिएको भए दशौं हजारलाई रोजगारी दिन सक्थें र करोडौं डलर भित्र्याउन सक्थें', यो सपना मात्र हैन कार्यान्वयन गर्न सक्ने स्पष्ट खाका नै छ उनीसँग।

हस्तकलामा सिद्धहस्त लक्ष्मीले ललितकलामा पनि हात हालेकी छन्। उनका केही चित्रहरू विशेष अर्थवोधक र कलाका दृष्टिले पनि सम्झनलायक छन्। यस्तै चलचित्र क्षेत्रमा पनि उनको प्रत्यक्ष्य/अप्रत्यक्ष्य सम्बन्ध छ । नेपाली चलचित्र सुटिङका लागि उपयुक्त स्थल अभाव रहेको बेला उनले वीरेन्द्र युनिभर्सल स्टुडियो कलिउडको

स्थापना गरेकी थिइन् । यो पनि महिलाले स्थापना गरेको पहिलो नेपाली फिल्म सुटिङ स्टुडियो थियो। उनले 'प्रेमयुद्ध' नामको फिल्म निर्माण गरेकी थिइन्, जुन फिल्मबाट सुचित्रा श्रेष्ठ पहिलो महिला निर्देशकका रूपमा उदाएकी थिइन् । पछिल्लो समय उनी गायन क्षेत्रमा पनि प्रवेश गरेकी छन् । यसै वर्ष निस्किएको उनको गीति एल्बम 'मनको रहर' संगीतप्रेमीबीच लोकप्रिय बनिरहेको छ।

फलफूल अनुहारमा लगाउनुको फाइदा

– *शारदा श्रेष्ठ*
(ब्युटीसियन)
संकल्प विकास केन्द्र नेपाल

फलफूल खाने मात्र नगरिकन यसलाई अनुहारको सुन्दरता वढाउनको लागि प्रयोग पनि गर्न सकिन्छ। जसले गर्दा अनुहारमा निखारता मात्र नआइकन अनुहारमा देखा पर्ने विविधखाले समस्यावाट मुक्त हुन समेत मद्दत गर्ने गर्दछ। त्यसकारण, तपाइँ हामी तागत बढाउनको लागि जसरी फलफूल खाने गर्दछौ-त्यसरी नै अनुहारमा फलफूल दल्नाले अनुहारको सुन्दरतामा वृद्धि हुने गर्दछ। नियमित रुपमा अल्छी नमानिकन यसो गर्न सकेमा रसायनयुक्त कस्मेटिक प्रयोग गर्नै पर्दैन ।

गोलभेडा - अचारको रुपमा प्राय: हरेकको घरमा पाइने गोलभेडा अर्थात् टमाटरलाई अनुहारमा आएको चिल्लोपना तथा कालो दागलाई हटाउन प्रयोग गर्न सकिन्छ । रातो गोलभेडालाई लेदो बनाएर त्यसलाई पूरै अनुहारमा लगाउने। १५ मिनेटसम्म राख्ने। त्यसपछि, चिसो पानीले मज्जाले पखाल्ने । यो प्रकृया अल्छी नमानिकन नियमित रुपमा गर्न सकेमा अनुहारको चिल्लोपना तथा कालो दाग क्रमिक रुपमा हटेर जान्छ ।

मेवा - मेवामा पाइने एक किसिमको इन्जाइमले छालाको मृत कोषलाई जीवित पार्ने मात्र नभइकन नयाँ कोष पनि खडा गर्न मद्दत गर्ने गर्दछ। त्यसकारण, मेवाको लेप बनाएर लगातार केही महिना लगाउने हो भने, छाला मुलायम हुने मात्र नभईकन छालाको सबै दाग हराएर जाने गर्दछ।

कागती - कागती निचोरेर त्यसबाट निस्केको रसलाई दिनहुँ चिल्लो छालामा लगाउनाले छाला सफा हुने गर्दछ। सफा भएपछि निश्चित रुपमा गोरोपन पनि देखिने छन् । यदि छाला सुख्खा भएमा कागतीको रसमा दूधको तर मिसाउने अनि अनुहारमा लगाउनाले छालाको फोहोर निस्कने गर्दछ। फोहोर निस्केपछि छाला नरम तथा मुलायम हुने गर्दछ।

केरा - सुख्खा छालामा केरालाई दूधमा मिसाई वनाएको लेप लगाएर २५ मिनेट पश्चात सफा पानीले पखाल्दा छालामा एक प्रकारको चमक आउने गर्दछ। छालालाई छिटै चाउरीपना हुनबाट समेत बचाउने गर्दछ । यो उपाय केही महिना भने अवश्य गर्नुपर्दछ।

बदाम - बेलुका आधा कप दूधमा दुई तीन दाना बदाम भिजाएर राख्ने र बिहान मसिनो गरेर पेष्ट वनाउने। उक्त पेष्टलाई सुख्खा छाला भएकाहरुको अनुहारमा लगाउने । २५ मिनेट पछि सफा पानीले पखाल्ने । केही दिनको यसप्रकारको प्रकृयाबाट छालालाई मुलायम एवम् चमकदार बनाउने मात्र नगरिकन चाउरीपनवाट पनि बचाउने गर्दछ।

राम्रो हुन हाँसौँ

- मधु शर्मा

हाँसो प्रकृतिले मानिसलाई दिएको सबैभन्दा ठूलो बरदान हो र यो मानिसलाई सुन्दर र स्वस्थ हुन प्रकृतिले सित्तैमा दिएको औषधी पनि हो । हाँसोले हाम्रो मनमा भएको तनावलाई कम गर्छ र शरीरमा उत्पन्न हुने तनाव बढाउने रसायनहरू र त्यस्ता हार्मोनलाई कम गराइदिन्छ। उन्मुक्त हाँसोले तनमनमा एक प्रकारको खुसीका तरंगहरू दौडन थाल्छन् । यसले पाचन प्रणालीलाई ठीक अवस्थामा राख्न मद्धत गर्छ। शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली बढाउँछ अनि चिन्ता, तनाव, भय, भावनात्मक समस्याहरू आदिबाट टाढा राख्छ र मानिसलाई रचनात्मक काम गर्न प्रेरित गर्दछ। हाँसो र खुसीले मानिसलाई जीवनमा आइलाग्ने अनगिन्ती चुनौतीहरू सामना गर्ने शक्ति प्रदान गर्छ ।

जीवनमा सुखी हुने र समृद्ध जीवन बाँच्ने अभिलाषा कसको हुँदैन र ! यस्तो चाहना राख्नाले मात्र सोचेको कुरा पूरा हुँदैन, त्यसका लागि सर्वप्रथम स्वस्थ र खुसी हुनु जरुरी छ। जब मानिस भित्रैदेखि खुसी छैन भने बाहिरी आवरणलाई मात्र सजाएर केही हुँदैन । चिन्तित, अँध्यारो, दुःखी अनुहारमा शृंगारले पनि सही रंग देखाउन सक्दैन । हँसिलो अनुहारले मानिसको व्यक्तित्वमा एक प्रकारको आर्कषण उत्पन्न गर्छ । कुनै पनि मानिसको अनुहारमा झल्किएको मीठो मुस्कानले अर्को मानिसको अगाडि जादुको काम गर्न सक्छ। हँसिला मानिसहरू निरोगी जीवन जिउँछन् र लामो समय खुसीसाथ बाँच्छन्। अनुहारमा झल्किएको खुसी र प्रसन्नता मानिसको लक्षण र शौभाग्यको सूचक पनि हो । जो मानिस हरहमेसा खुसी हुन्छ, उसैको घरमा सदैव लक्ष्मीको बास हुन्छ। प्रसन्न रहने मानिसको अनुहारमा एकप्रकारको चमक हुन्छ। यस्ता मानिसहरू तेजिला र चम्किला हुने भएकाले संसारको सम्पूर्ण सुख र वैभवलाई आफूतिर आकर्षित गर्न सफल हुन्छन्। सबै मानिस यस्ता हँसिला मानिससँग मित्रता गाँस्न तयार हुन्छन्।

जस्तोसुकै परिस्थितिमा हाँस्न सक्नु भनेको अध्यात्मिक सुख प्राप्त गर्नु जस्तै हो। त्यसैले यस्ता मानिसले आफ्ना सारा दुःख, पीर व्यथा बिर्सिएर जतिखेर पनि सुख र सन्तोषको अनुभव गरिरहेका हुन्छन् । त्यसैले मानिसलाई जतिखेर हाँस्ने मौका मिल्छ त्यो मौका नगुमाई हाँसिहाल्नु पर्छ। जो हाँस्न जान्दैन त्यो बाँच्न जान्दैन। खुसी हुनु, हाँस्नु, प्रसन्न चित्त भएर बाँच्नु भनेको स्वस्थ हुनु, सुन्दर हुनु र चिर यौवन भएर बाँच्नु हो। यस्ता मानिस बुढेसकालमा पनि युवाजस्ता देखिन्छन् र युवा जस्तो जोसिला र जाँगरिला पनि हुन्छन् ।

त्यति मात्र आँसु खसाल्नु पर्छ जति जरुरी छ। सम्पूर्ण जीवनलाई नै आँसुको भेलमा बगाउनु कुनै हालतमा बुद्धिमानी हुँदैन। हाँसोलाई आफ्नो सहयात्री बनाउनु पर्छ भने आँसुलाई पाहुना जस्तो बनाउनु पर्छ। त्यसकारण जति सकेको हाँस्नुहोस्, खितखिताएर सक्दो हाँस्नुहोस्, अट्टाहास गर्नुहोस्, मुस्कुराउनुहोस्। जसरी हास्न मन लाग्छ त्यसरी हाँस्नुहोस्। हाँसोलाई नै आफ्नो सुखदुःखको साथी बनाउनुहोस् । यसले तपाईंको शारीरिक र मानसिक सुन्दरता बढाउने काम गर्छ ।

Model:
Sara

Photographer:
Sandeep Shrestha

Wardrobe:
Belisi
DurbarMarg, Kathmandu

BELISI
Complement Your Beauty

सगरमाथाको त्यो अनुभव

- निशा अधिकारी

प्रकृतिले कहिले पनि महिला र पुरुष भनेर विभेद गरेको पाइँदैन । प्रकृतिको लागि महिला र पुरुष दुवै बराबर हुन् । यदि म महिला भएको कारणले प्रकृतिले भेदभाव गरेको भए, अवश्य पनि विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथाको सफल आरोहण गर्न नै सक्तिन थिएँ होला ! त्यसमाथि, सगरमाथा आरोहण गर्ने अघिल्लो दिन गत जेठ ६ गते सोमबार म 'नछुने' भएकी थिएँ । मिन्स भएको दिन अरु दिनभन्दा स्वाभाविक रुपमा कठिन दिन पनि हो ।

यसो भए पनि मैले सगरमाथा यनी हाउ आरोहण गर्नु पर्दछ । मैले मिति २०७० साल जेठ ७ गते सगरमाथा चढ्न नसके अढाई महिना लामो सगरमाथा आधार शिविरमा गरेको मेहनत खेर जाने निश्चित थियो । त्यसले गर्दा मभित्र दरिलो आँट बढ्यो । मलाई यस्ता झीना-मसिना कुराले केही असर पार्दैन भनेर दरिलो संकल्प गरें ।

त्यो संकल्प नै मेरो सगरमाथा आरोहणको शक्ति बन्यो । त्यही शक्तिबाट म सगरमाथा आरोहण गर्न सफल भएँ । सगरमाथा आरोहणको ६० वर्ष यो वर्ष पुग्यो । सन् १९५३ मा न्युजल्याण्डका नागरिक सर एडमण्ड हिलारी तथा नेपाली नागरिक तेन्जिङ शेर्पाले सगरमाथा सफल रुपमा आरोहण गरेको वर्षबाट गणना गर्दा सगरमाथा आरोहणको यो वर्षबाट ६० वर्ष पुगिसकेको छ । नेपाल सरकारले यस अवसरलाई मध्यनजर गरेर सगरमाथा आरोहणको हीरक वर्ष मनाइरहेको बेला सगरमाथा आरोहण गर्न सक्नु आफैमा गर्वको विषय हो ।

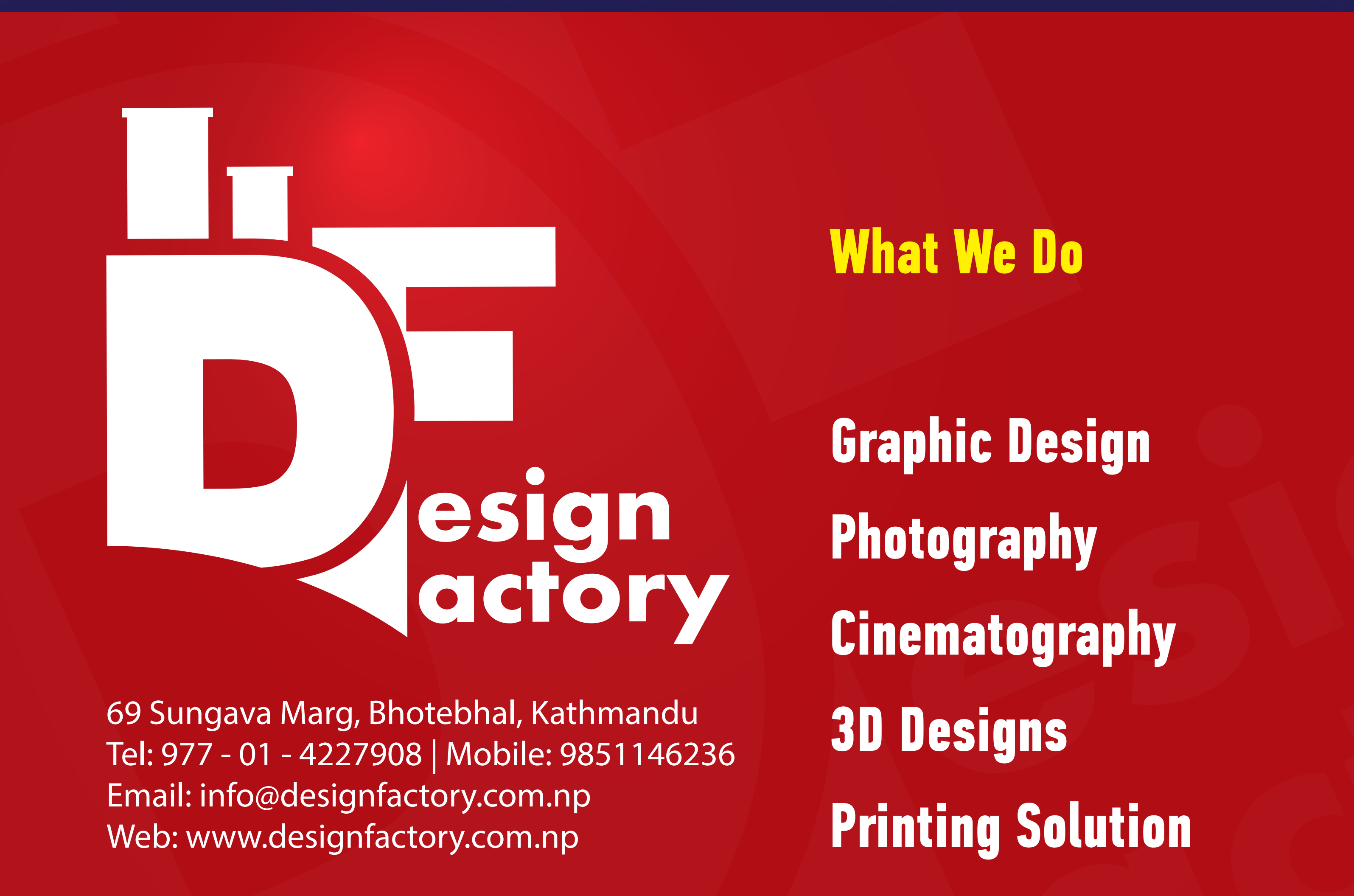
एउटा गजबको संयोगको रुपमा सगरमाथा आरोहण रह्यो । मैले सगरमाथा आरोहण गरेको दुई दिनअगाडि मात्र नेपाली चलचित्र उद्योगका नायक अर्जुन कार्कीले पनि सफल आरोहण गर्नुभएको थियो । उहाँले त सगरमाथाको टुप्पोमा टाउकोले टेकेर दुई मिनेट उभिने प्रयास गर्नुभएको थियो । जुन गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डमा दर्ता हुनुपर्दछ भन्ने मेरो पनि मान्यता रहेको छ ।

यस अर्थमा पनि, नेपाली चलचित्र उद्योगबाट पहिलोपल्ट सगरमाथा आरोहण गर्ने पुरुष कलाकारमा अर्जुन कार्की बन्नुभयो भने महिला कलाकारबाट पहिलोपल्ट सगरमाथा आरोहण गर्ने पहिलो नायिका म हुन पाएकोमा गजबको गर्व महसुस भैरहेको छ । सगरमाथाको टुप्पोमा पुग्दा मैले एकैचोटि स्वर्ग र नर्क दुवै महसुस गरें ।

चुचुरोमा पुग्नासाथ मैले आफूलाई स्वर्ग पुगेको अनुभव नै गरें । सूर्योदय सगरमाथाभन्दा निक्कै तलबाट भैरहेको अनुपम दृश्य देखें । जुन दृश्यबाट मलाई स्वर्ग पुगेको हो कि भन्ने महसुस भयो । आत्मविभोर भएँ । अर्कोतर्फ मेरा सहयोगी शेर्पा दाजु मभन्दा २५ मिनेट ढिला हुँदा मलाई त्यहाँ अत्यन्त गाह्रो भयो । चिसोले झण्डै मर्न लागेकी थिएँ । उहाँ आएपछि हतार-हतार फर्कदा नर्कबाटै फर्केको अनुभव भयो ।

एकसाथ स्वर्ग र नर्क अनुभव भएको यो मेरो जीवनको लागि पहिलो नै भन्नु पर्दछ । हुन त सगरमाथा चढ्ने मेरो दुई वर्ष अगाडिदेखिको पूर्वनियोजित योजना थियो । त्यसको तयारी डेढ वर्षयता रक क्लाइम्बिङदेखि सानातिना हिमाल आरोहण गर्ने अभ्यास मैले गर्दै आएकी थिएँ । जसले गर्दा सगरमाथाको सफल आरोहण गर्न मलाई सहज भयो । शेर्पा दाजुभाइहरुको अथाह सहयोग र साथलाई म कहिले पनि बिर्सन्न । उहाँहरुको सहयोगले सगरमाथाको सफल आरोहण गर्न सफल भएँ ।

प्रस्तुति : श्याम स्मृत

Nepal's First Internationally Certified Airhostess Academy
making dreams come true...
With Globally Recognized Certificate & 100% Job Assistance
OUR PLACEMENTS
Qatar Airways • Air Arabia • Oman Air • Bahrain Air • Etihad Airways • Gulf Air • Silk Airways • Air Emirates • Spice Jet • Jet Airways • Fly Dubai • Fly Yeti • RAK Airways • IndiGo • Air New Zealand • Dubai Duty Free • Nepal Airlines • Buddha Air • Yeti Airlines • Agni Air • Guna Airlines • Sita Air • Air Kasthamandap • Namaste Air • BB Airways • Tribhuwan International Airport and many more...
INTERNATIONAL
AIRHOSTESS
TRAINING
Duration: 3 Months | Education: 12 Grade
Height: 5'2" | Age: 18-28 Years
Real Flight Experience
During Training
3 Int'l Accreditations ◆ ISO 9001:2008 Certified ◆ IATA/ICAO Based Curriculum ◆ Best Placement Record ◆ Best Faculties ◆ Aircraft-themed Classroom ◆ Worldwide Network ◆
FLYTECH INTERNATIONAL
NEPAL's NO. 1 AIRHOSTESS ACADEMY
ISO 9001:2008 CERTIFIED
ACCREDITED & CERTIFIED BY
IAO
IAF
JAS-ANZ
airarabia.com
GULF AIR
Bahrain Air
SAUDI ARABIAN AIRLINES
QATAR
ETIHAD
OMAN AIR
SILK AIR
ROYAL JORDANIAN
AIR NEW ZEALAND
firefly
WELCOME TO FLYTECH
Flytech International is an ISO 9001:2008 Certified Airhostess Training Academy located at New Plaza, Putalisadak, Kathmandu. It is the first and only airhostess academy in Nepal awarded by three International Organizations. It is accredited and certified by International Accreditation Organization (IAO-USA), International Accreditation Forum (IAF-CANADA) and Joint Accreditation System of Australia & New Zealand (JAS-ANZ) for the very first time in the history of Nepalese Aviation Industry. Flytech became first Internationally Accredited Airhostess Academy in Nepal.
SOME FACTS WHICH MAKE US NO.1
◆ 3 International Accreditation Awards ◆
◆ Best Placement Record Since 2006 ◆
◆ ISO 9001:2008 Certified Company ◆
◆ Certified & Experienced Trainers ◆
◆ IATA/ICAO Based Course Curriculum ◆
◆ Aircraft-themed Classroom ◆
◆ Worldwide Placement Network ◆
Free Designer Uniform • Free Stationeries & Handouts • Free Self Defense Classes • Free Swimming & Hiking • Free Aerobics, Zumba & Yoga
Call: 4432169, 9841245427 | www.flytech.com.np | New Plaza, Putalisadak

Design Factory
69 Sungava Marg, Bhotebhal, Kathmandu
Tel: 977 - 01 - 4227908 | Mobile: 9851146236
Email: info@designfactory.com.np
Web: www.designfactory.com.np
What We Do
Graphic Design
Photography
Cinematography
3D Designs
Printing Solution

सन्नी लियोनको बलिउड हल्लीखल्ली

दर्जनौं ब्लु-फिल्म खेलेर बेग्लै इमेज राख्न सफल सन्नी लियोनको आफ्नै पहिचान रहेको छ। ब्लु-फिल्मबाट बलिउडका फिल्ममा प्रवेश पाएपछि सन्नीको बारेमा प्रत्येक दिनजसो टिकाटिप्पणी हुने गरेको छ। बलिउडको पहिलो फिल्म 'जिस्म-२' मा अभिनय गर्दा उक्त चलचित्रका नायकसँग बेडसिन दिनुअगाडि ती नायकको हेल्थ-सर्टिफिकेट माग्न पछि नपरेकी उनलाई उक्त चलचित्रकी निर्माता पूजा भट्टले ब्लु-फिल्ममा जस्तो बास्तविक अभिनय गर्न नपर्ने, केबल हाउभाउ मात्र गर्ने हो भनेपछि हिस्स परेकी सन्नी बलिउडका फिल्ममा ब्लु-फिल्ममा जस्तो वास्तविक दृश्य दिन पनि तयार रहेको यो घटनाले प्रमाणित गरेको छ । उनै नायिका सन्नी लियोनको ब्लु-फिल्मदेखि बलिउडका फिल्मसम्मको फिल्मी यात्रा रोचक र रोमाञ्चक पनि रहेको छ।

सन्नीको जन्म १३ मे १९८१ मा क्यानडाको सार्निया सिटीमा भएको थियो। उनका बाबु चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बतका र आमा भारत हिमाञ्चल प्रदेशका हुन् । सन्नी जन्मनुभन्दा केही पहिले उनीहरु क्यानडा पुगेका थिए। सन्नी बाल्यकालमा बास्केटबल खेलमा निकै पोख्त थिइन् । उनले पहिलो किस स्कुलमा पढ्दा ११ वर्षको हुँदा गरेकी थिइन् भने १६ वर्षमै आफ्नो भर्जिनिटी गुमाइसकेकी थिइन्। त्यतिबेलादेखि सेक्सप्रति उत्सुक हुँदै गएको उनले मिडियालाई बताएकी थिइन् । पोर्न फिल्म खेल्न थाल्दा सन्नी जम्मा १९ वर्षकी थिइन्। जब उनले आफ्नो पेसाको बारेमा परिवारलाई भनिन्, तब उनको पञ्जाबी परिवारले ठाडै अस्वीकार गरे। तर उनले परिवारलाई ढाँटेरै काम गर्न थालिन् । एकैपटक सन् २००३ मा पेन्टहाउस अफ द इयर घोषित भएपछि मात्र परिवारले सन्नीले पोर्न फिल्म खेलेको थाहा पाएका थिए ।

पेन्टहाउस अफ द इयरको उपाधि पाएपछि पोर्न उद्योगमा सन्नीको माग निकै बढेको थियो । सोही कारण उनलाई चर्चित वीवीद प्रोडक्सनले तीन वर्षको कन्ट्र्याक साइन गराएको थियो। जतिबेला पोर्न

उद्योग आर्थिक रुपमा संकटमा परेका थियो। सन्नी पोर्न फिल्मकी हिरोइन मात्र होइन, निर्मात्री पनि हुन् । सनलस्ट पिक्चर नामक उनको आफ्नो प्रोडक्सन कम्पनी रहेको छ। सन्नीका पति डानियल बेबर पनि पोर्न स्टार हुन्। उनले पनि बलिउडमा डेब्यु गरिसकेका छन् । सन्नीकै लिड रोल रहेको ज्याकपटमा डानियललाई पनि देख्न सकिन्छ । डानिलय पतिका अलावा उनको पर्सनल म्यानेजर पनि हुन् ।

सन्नी इटालियन परिकारकी पारखी हुन् । खासगरी पास्ता भनेपछि उनी हुरुक्कै हुन्छिन्। भ्रमण उनको अर्को सोख हो। वासिङ्टन डिसी उनको मन पर्ने स्थान हो। कुकुर उनको मिल्ने साथी हो। सन्नीले हालसम्म करिब ३० भन्दा बढी पोर्न फिल्म खेलिसकेकी छन् । तर अब उनी बलिउडको मेनस्ट्रिम हिरोइन बन्न चाहन्छिन्। त्यसैले हाल उनी बलिउडमा संघर्ष गर्दै छिन्। उनी अभिनीत 'जिस्म २' रिलिज भइसकेको छ भने 'रागिनी एमएमस २', 'ज्याकपट' र 'टिना एण्ड लोला' प्रदर्शनको क्रममा छन्।

मार्सलआर्ट्सका बादशाह

चीनमा मार्सलआर्ट्सको धेरै लामो इतिहास रहेको छ । गत शताब्दीदेखि यता चिनियाँ खेलाडी ब्रुस ली विश्वमा मार्सलआर्ट्सका सबैभन्दा प्रसिद्ध व्यक्तिमा पर्दछन् । ब्रुस ली सन् १९४० को नोभेम्बरका दिन अमेरिकाको सन्फ्रानसिस्कोमा जन्मिएका हुन् । पहिले उनको बोलाउने नाम लि जन फान भए पनि पछि अंग्रेजी नाम ब्रुस ली रहनगएको हो । लि हाइ छचाआनका पाँच सन्तानमध्ये ली काइँलो थिए । ब्रुस लीका बाबु छचाआन चीनको क्वान तुङ्ग प्रान्तका एक जना प्रसिद्ध कलाकार थिए, उनले परिवारका सबै सदस्यहरूसँगसँगै विश्वको विभिन्न क्षेत्रमा कार्यक्रममा अभिनय गरेका छन्, त्यसै क्रममा ब्रुस ली अमेरिकामा जन्मिएका हुन् । ब्रुस ली जन्मिएको तीन महिनापछि उनी परिवारका सबै सदस्यसहित हङकङ आए । यसपछिका १८ वर्षसम्म उनी हङकङमा नै बसे ।

ब्रुस लीको युवावस्था निकै भद्र थियो । छ वर्षको उमेरमा उनी चलचित्र 'फु क्वी फु युन'मा पहिलो पटक अभिनेता बने । ब्रुस ली हङकङका २२ वटा चलचित्रमा अभिनेता बनेका थिए । उनी कलाक्षेत्रमा लागेपछि लि लोन, स्यआउ लि हाइ छचाआन आदि नामले चिनिएका थिए ।

१८ वर्षको उमेरमा ब्रुस ली शन फान जी स्कुलको उच्च माध्यमिक विभागमा भर्ना भए । त्यस समयमा उनको नाच्ने रुचि थियो । सन् १९५८ मा उनले हङकङको छचा-छचा प्रतियोगितामा च्याम्पिनसिप बन्न सफल भए । उनको सबैभन्दा ठूलो रुचि उशुमा थियो । उनको पहिलो शिक्षक उनका बाबु लि हाइ छचाआन नै थिए । लि हाइ छचाआनले ताइ जि छचाआनमा प्रवीणता देखाएका थिए । ब्रुस लीले सात वर्षको उमेरदेखि आफ्नो बाबुसँग ताइ जि छचाआनमा व्यायाम गर्न थालेका थिए । ब्रुस ली १३ वर्षको उमेरमा योन छोन छचाआनका प्रवीण व्यक्ति ये वनको चेला बन्ने । ये वनको शिक्षा पाएर ब्रुस लीले राम्रो रुपमा योन छोन छचाआन पढ्न थाले । यसबाहेक ब्रुस लीले होन छचाआन, बाइ ह छचाआन, थाइन छचाआन, शाउ लिन छचाआन आदि चीनका विभिन्न किसिमको 'छचाआन'हरू सिकेका थिए । शाउ हान शन उनको अर्का शिक्षक हुन् । त्यो समय ब्रुस लीले हङकङका विभिन्न स्कुलले संयुक्त रुपमा आयोजना गरेको मुक्कावाज प्रतियोगितामा च्याम्पिएन्स पुरस्कार पाएका थिए ।

सन् १९५९ को मे महिनामा ब्रुस ली अमेरिका गए । सेप्टेम्बर महिनामा उनी सियाटमा गएर एडिसन प्राविधिक स्कुलमा भर्ना भए, उनी दिनमा स्कुल पढ्थे भने रातिको समयमा चाइना थानमा काम गर्थे । सन् १९६१ मा उच्च माध्यमिक स्कुलबाट पास भएपछि उनी वाशिङ्टन राज्यको विश्वविद्यालयमा भर्ना भए । विश्वविद्यालयमा उनले मुख्य विषय दर्शनशास्त्र लिएर अध्ययन गरे । ब्रुस ली दर्शनशास्त्रलाई निकै मन पराउँथे । त्यसैले उनले पढाइको विषय पनि त्यही छानेका थिए । मार्सलआर्ट्स र दर्शनशास्त्रको तालमेल नमिल्न सक्छ तर ब्रुस लीको जीवनमा

दर्शनशास्त्र भिजेको थियो ।

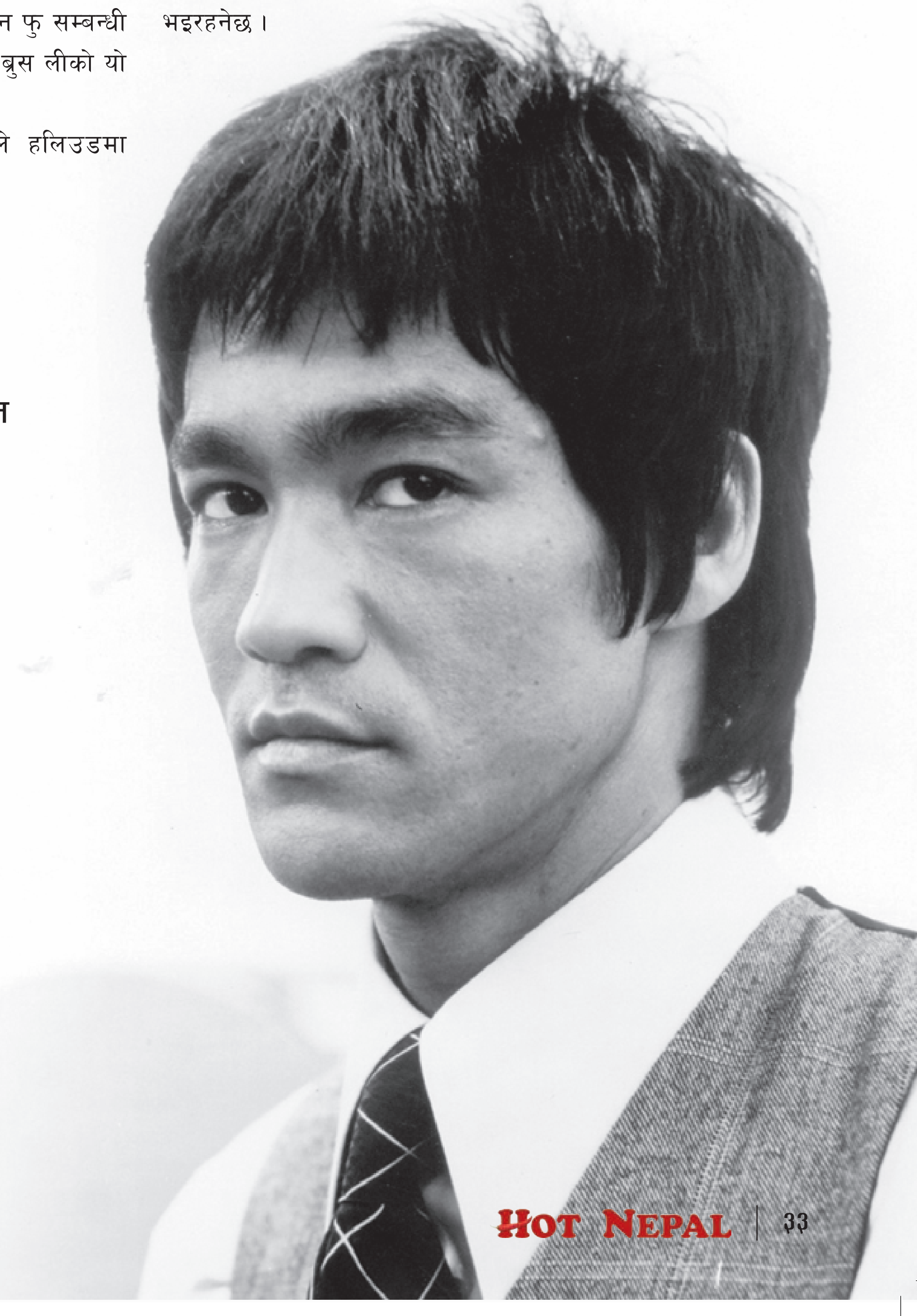
विश्वविद्यालय अध्ययनको समयमा उनले कोन फु खेलेका थिए। उनले विभिन्न किसिमको छ्याआनहरूमार्फत विजय प्राप्त गरेका थिए । यसबाहेक उनले लछ्री, नानछाकुस आदि उपकरणमाथि विजय प्रात गर्नुका साथै उनले छिकोन, यिन कोनको पनि अध्ययन गरेका थिए। सो समयमा चीनको उ शुको आधारमा उनी आफैले एक किसिमको छ्याआनको सिर्जना गरेका थिए । यसमध्येको 'लि सान ज्याउ', 'छुन छ्याआन', 'कौ लौ शौ' आदि छ्याआनहरू वास्तवमा उनकै सीपको उपज हो ।

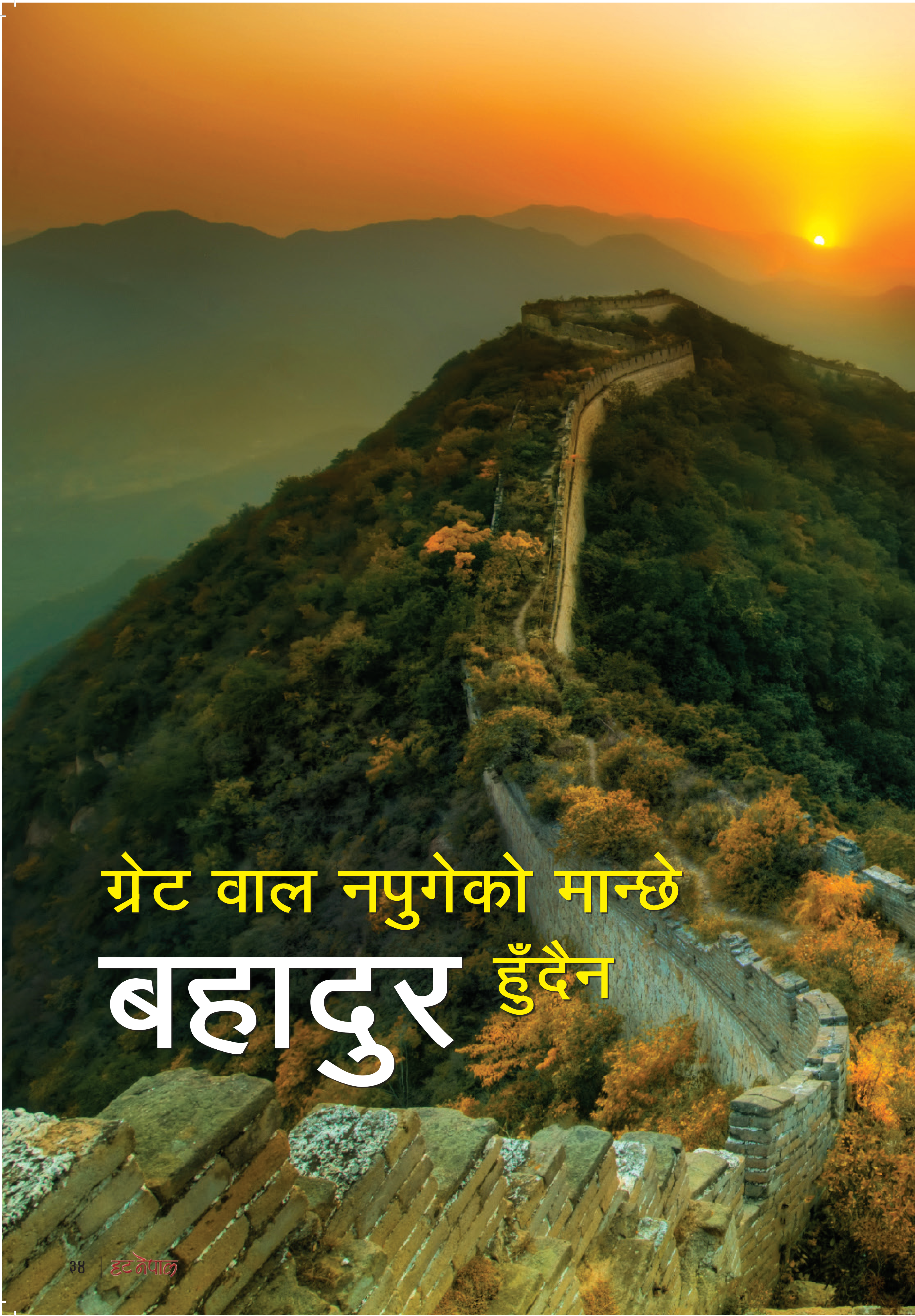
सन् १९६२ को अप्रिल महिनामा २१ वर्षीय ब्रुस लीले सेआत्तलेको चाइना थानमा 'जन फान को शु दूतावास' स्थापना गरी त्यहाँका जनतालाई चिनियाँ कोन फु सिकाउन थाले । सन् १९६४ मा अमेरिकाको क्यालिफोर्निया राज्यमा आयोजित अमेरिकी कराते पुरस्कारमा २४ वर्षीय ब्रुस ली च्याम्पियन बन्न सफल भए। गत शताब्दीको ७० को दशकमा चिनियाँ कोन फु सम्बन्धी चलचित्र विश्वमा लोकप्रिय भएको थियो। त्यसमा ब्रुस लीको यो गदान महत्वपूर्ण छ ।

सन् १९६५-१९७१ को समयमा ब्रुस लीले हलिउडमा 'उषाकालमा पुनः आइपुगी', 'चमेरा सरको उपाधि पाउने व्यक्ति' आदि टिभी नाटकहरूमा अभिनय गरे । उनले अमेरिकी फु छि, मिकाउमे आदि चलचित्र कम्पनीका धेरै चलचित्रमा अभिनेताको रुपमा खेलेका थिए। तर उनले अभिनय गरेका प्रसिद्ध चलचित्रमा सन् १९५५ मा प्रदर्शित 'कु सिन स्यो लै', सन् १९५७ मा प्रदर्शित 'लै यु', सन् १९७१ मा प्रदर्शित 'शान शान ताइ स्योन', सन् १९७२ मा प्रदर्शित 'जिन उ मन', सन् १९७२ मै प्रदर्शित 'मन लोन को ज्यान', सन् १९७८ मा प्रदर्शित 'सि वान यौ सी' आदि पर्दछन्।

युवावस्थामै संसारलाई ठूलो योगदान पुऱ्याउने थोरै व्यक्तिमा ब्रुस ली पनि पर्दछन् । ३३ वर्षको अल्पायुमै सन् १९७३ को जुलाई २० का दिन औषधिबाट शरीरमा हुने एलर्जीका कारण उनको निधन भएको थियो । उनले छोटो जीवन पाए पनि आधुनिक 'जि जी शु' र चलचित्रकलामा धेरै ठूलो योग्दान पँऱ्याएका छन् । उनको योगदानको कदर युगयुगसम्म भइरहनेछ ।

युवावस्थामै संसारलाई ठूलो योगदान पुऱ्याउने थोरै व्यक्तिमा ब्रुस ली पनि पर्दछन्। ३३ वर्षको अल्पायुमै सन् १९७३ को जुलाई २० का दिन औषधिबाट शरीरमा हुने एलर्जीका कारण उनको निधन भएको थियो ।





ग्रेट वाल नपुगेको मान्छे बहादुर हुँदैन

विश्वका सातवटा चमत्कारमध्येको एक हो चीनको लामो पर्खाल, जसलाई संसारभरि 'ग्रेट वाल' भनेर चिनिन्छ । विश्वमा सबैभन्दा लामो समय लगाएर निर्माण गरिएको यो पर्खाल प्राचीन कालको सबैभन्दा ठूलो सैनिक प्रतिरक्षात्मक संरचना पनि हो । यो शानदार पर्खालको लम्बाई ७ हजार किलोमिटरभन्दा बढी छ। लामो पर्खालको निर्माण इशापूर्व नौको दशकमा गरिएको थियो । त्यसबेला चीनको मध्य भागको प्रशासनले उत्तरी भागमा रहेका अल्पसंख्यक जातिहरूको प्रतिरोधका लागि सीमावर्ती क्षेत्रमा रहेका दरबार र बुर्जाहरूलाई पर्खालद्वारा जोडिदिएको थियो। यसबाट नै लामो पर्खालको निर्माणकार्यको सुरुवात भएको थियो । 'छ्वन छचौ' र 'चान को' को शासन कालमा विभिन्न देशहरूबीच समय-समयमा लडाइँ भइरहेकाले ठूला देशले एकले अर्काको प्रतिरोधका लागि सीमावरिपरिका पहाडलाई जोड्ने गरी लामो पर्खालको निर्माण गरेका थिए। ईशापूर्व २२१ मा चीनका प्रथम सम्राट छिंग श ह्वांगले चीनको एकीकरण गरेर साना-साना देशहद्वारा बनाइएका लामो पर्खाललाई जोडेर चीनको उत्तरी भागको सीमावर्ती क्षेत्रमा सशक्त प्रतिरक्षात्मक संरचना तयार पारेका थिए। त्यस बेलाको लामो पर्खाल पाँच हजार किलोमिटरभन्दा लामो थियो । त्यसपछिका चीनका विभिन्न शासकहरुले छुट्टाछुट्टै रुपमा लामो पर्खालको निर्माण गरेका थिए। यसैले लामो पर्खालको कूल लम्बाई पृथ्वीको एक चक्रभन्दा बढी छ।

हाल चर्चा गरिने लामो पर्खाल सामान्य रूपमा मिङ वंशमा निर्माण गरिएको लामो पर्खाल हो । त्यो पश्चिमी चीनको कान्सु प्रान्तको च्या यु क्वान नाकाबाट उत्तर-पूर्वी चीनको ल्याऊ निंग प्रान्तको या लु नदीको छेउसम्म फैलिएको छ । लामो पर्खालले चीनका नौ वटा प्रान्त, शहर र स्वायत्त प्रदेशलाई जोडेको छ। मानिसले यसलाई दश हजार किलोमिटर लामो पर्खाल भन्ने गरेका छन्। लामो पर्खाल प्रतिरक्षात्मक संरचनाका रुपमा रही पहाड, खोला, नदी, मरुभूमि र घाँसे मैदान हुँदै गएको छ । निर्माणमा संलग्न व्यक्तिहरूले जटिल भौगोलिक स्थितिका कारण विभिन्न क्षेत्रमा विभिन्न आकारको पर्खाल निर्माण गरेका थिए। लामो पर्खालबाट प्राचीन चीनका जनताको बुद्धि र सामर्थ्य प्रतिबिम्बित भएको छ।

लामो पर्खालका पर्खालहरू पहाडको आकार अनुसार फैलिएका छन्। पर्खाल र पहाडले एकअर्कालाई आधार दिएका छन्। यो पर्खाल ठूला इँटाद्वारा बनाइएको छ। इँटा, माटो र टुक्रा टुक्रा ढुङ्गाबाट बनाइएकोले यो पर्खाल मजबुत छ। यस पर्खालको उचाइ लगभग दश मिटर छ भने पर्खालमाथिको चौडाइ चार वा पाँच मिटर छ। त्यसमा जम्मा चारवटा घोडा एकैसाथ हिंडाउन सकिन्छ, जसबाट सैनिकहरूलाई अन्न वा हतियार ढुवानी गर्न सजिलो हुन्छ। पर्खालको बीच-बीचमा निश्चित दूरीमा बुर्जा बनाइएका छन् । ती बुर्जाहरूमध्ये केहीमा हतियार र अन्न राख्ने वा सैनिकहरूले आराम गर्ने व्यवस्था मिलाइएको हुन्थ्यो । शत्रुको आक्रमणका बेलामा केही बुर्जामा आगो बालेर सम्बन्धित सूचना छिटोभन्दा छिटो देशभरि फैलाउने गरिन्थ्यो ।

हाल लामो पर्खालको सैनिक भूमिका नरहे पनि त्यसको विशेषतायुक्त वास्तुले पर्यटकलाई आकर्षित गरिरहेको छ। लामो पर्खाल निकै शानदार, भव्य र आकर्षक देखिन्छ । टाढाबाट हेर्दा यो एउटा ठूलो नदीजस्तो देखिन्छ। नजिकबाट हेर्दा लामो पर्खाल एउटा अनौठो तस्वीर जस्तै अनुभव हुन्छ।

लामो पर्खालको ज्यादै उच्च ऐतिहासिक अर्थ छ । साथै पर्यटनका लागि यसको मूल्य पनि छ । चीनमा एउटा उखान पनि प्रचलित छ- लामो पर्खाल नपुगेको मान्छे बहादुर मान्छे होइन । चिनियाँ र विदेशी पर्यटकहरूले लामो पर्खाल चढ्ने कुरालाई गौरवको प्रतीक मान्ने गरेका छन् । चीन भ्रमणमा जाने विदेशी नेताहरूले पनि लामो पर्खालको अवलोकन गर्ने इच्छा व्यक्त गर्ने गरेका छन् । लामो पर्खालमा राम्रोसँग संरक्षित गरिएका केही भागहरू छन्, जस्तै : पैचिंगको प्रसिद्ध 'पा ता लींग', 'स मा थाई', 'मु थेन यू' आदि। लामो पर्खालको पूर्वी भागमा अवस्थित 'शान हाई' अर्थात् 'चीनको प्रथम नाका' र सबैभन्दा पश्चिमी भाग अर्थात् कान्सु प्रान्तको 'च्या यु' नाका आदि ठाउँ विश्वप्रख्यात पर्यटकील स्थल हुन् । हरेक वर्षको चारै ऋतुमा लामो पर्खालको भ्रमण गर्ने पर्यटकको संख्या निकै बढी छ।

लामो पर्खालमा चीनका युगौंयुगदेखिका श्रमिकहरूको बुद्धि र मेहनत समावेश छ। यो चीन राष्ट्र र चिनियाँ जनताको मूल भावनाको द्योतक पनि हो । सन् १९८७ मा 'चिनियाँ राष्ट्रको द्योतक' को रूपमा लामो पर्खाललाई विश्व सम्पदा सूचीमा समावेश गरिएको छ।

रन छिन गाउँको फेरिएको मुहार

मा छ्यु जिल्ला चीनको कान सु प्रान्तको कान नान तिब्बती जातीय स्वायत्त प्रिफेक्चरको दक्षिण-पश्चिमी भागमा पर्दछ । यहाँका बासिन्दा पशुपालन र घुमन्ते जीवनमा रहन्थे । तर अहिले उनीहरू स्थिर बसोबास क्षेत्रमा रहेका छन् ।

सन् २००८ मा पशुपालक नो र छाइ राङले आफ्नी श्रीमती र चार नातिनातिना लिएर रन छिन गाउँमा बसाइँ सरेका थिए । सन् २००६ मा निर्मित रन छिन गाउँमा छ्यु जिल्लाको 'सुखी जीवन बसोबास क्षेत्र' परियोजना पूर्ण रूपमा सम्पन्न भएको थियो । त्यसमा जम्मा १ सय ४४ सेट घर छन् भने हरेक घरको क्षेत्रफल लगभग ८० वर्गमिटर रहेको छ । एक सेट घर निर्माण गर्नका लागि ७० हजार चिनियाँ युआन खर्च भए पनि स्थानीयले २० हजार चिनियाँ युआन मात्रै तिरे पुग्छ । बाँकी ५० हजार चिनियाँ युआन सरकारले अनुदानमा उपलब्ध गराएको हो । नो र छाइ राङले भने- 'सन् २००८ मा यहाँ सरेका थियौँ, मेरा दुई छोरी र एक छोरा छन्, साथै चार नातिनातिनी पनि छन् ।'

मा छ्यु जिल्लाका एकजना अधिकारी लि चङ आनले उक्त पशुपालक बसोबास क्षेत्रबारे जानकारी दिँदै भने- 'हाल जिल्लाभरि पशुपालक बसोबास क्षेत्र ११ वटा छन् । सार्वजनिक सवारीसाधन पुगेको ठाउँ र जिल्ला सरकार वरिपरि बसोबास क्षेत्र छन् । सन् २००७ देखि सरकारले सो क्षेत्रमा निर्माण कार्य थालेको थियो, हाल जम्मा गरी ४ हजार ९ सय सेटभन्दा बढी घर निर्माण भइसके का छन् । हाल २० हजारभन्दा बढी जनता यहाँ बसोबास गर्छन् । यसलाई आधारभूत रूपमा स्थिर बसोबास गरेको भन्न सकिन्छ ।'

पशुपालकको मुख्य आय घुमन्ते पशुपालनबाट हुने आम्दानी हो । तर अहिले युवा वर्ग पशुपालनसँगै धेरैजसो बूढापाका र बच्चाहरू सरकारद्वारा निर्मित स्थिर बसोबास क्षेत्रमा सरेका छन् । यो क्षेत्रमा बसोवास गर्ने वासिन्दाले पानी, बिजुली, चिकित्सा, पढाइजस्ता सुविधा प्राप्त गर्नमा कुनै कठिनाइ बेहोर्नु पर्दैन ।

नो र छाइ राङले भने- 'सरकारले बसोबास क्षेत्रमा सर्न आह्वान गरेपछि हामी यहाँ सरेका हौँ । यो क्षेत्र जिल्ला सदरमुकामबाट नजिक छ र चिकित्सा, शिक्षा, यातायातलगायत सबै सुविधा यहाँ उपलब्ध छ । सरकारको नीति राम्रो भएकोले बसोबास क्षेत्रमा सरेपछि हामीमा कुनै कठिनाइ देखिएको छैन ।'

बसोबास क्षेत्रको डिजाइन निकै वैज्ञानिक तरिकाले गरिएको छ । जिल्लामा पर्ने दुई वटा बसोबास क्षेत्रबाहेक मा छ्यु जिल्लाका अरु नौ वटा बसोबास क्षेत्रलाई पशुपालकहरू बसेकै क्षेत्रमा निर्माण गरिएको छ । घर निर्माण गरेपछि वरिपरि स्कुल, अस्पताल, सरकारी कार्यालयजस्ता आवश्यक संरचनाको निर्माण पनि गरिएको छ । यसले पशुपालकको दैनिकीलाई सहज बनाएको छ ।

लि चङ आनका अनुसार सन् २०१० सम्म सम्पूर्ण बसोबास क्षेत्र परियोजना समाप्त भइसकेको थियो । सबै बसोबास क्षेत्रमा पानी, बिजुली, बाटो पुऱ्याइएको छ । बाटोका दुवैपट्टी सौर्य बत्ती जडान गरिएको छ । हरेक गाउँमा तिब्बती विशेषतायुक्त फोहोर फाल्ने स्थान पनि निर्माण गरिएको छ । तसर्थ यहाँका बासिन्दाको जीवनस्तर क्रमशः सुधार हुँदै छ ।

घोडा चढेर जीवन बिताउने बानी परेका पशुपालकलाई बसोबास क्षेत्रको सुविधा बुझाउनका लागि सरकारले धेरै विश्वविद्यालयबाट स्नातक गरेकाहरूलाई त्यहाँ काम गर्न पठाएको छ । ती व्यक्तिहरूले पशुपालकको शिक्षा, चिकित्सा, बिमा आदि जनजीवनसँग सम्बन्धित विषयमा काम गर्छन् । लान चौ वाणिज्य संस्थानका स्नातक लि युङ शङ यिनीहरूमध्येका एक हन् । सन् २००५ मा स्नातक भएका उनले सन् २००७ मा छ्यु जिल्लामा

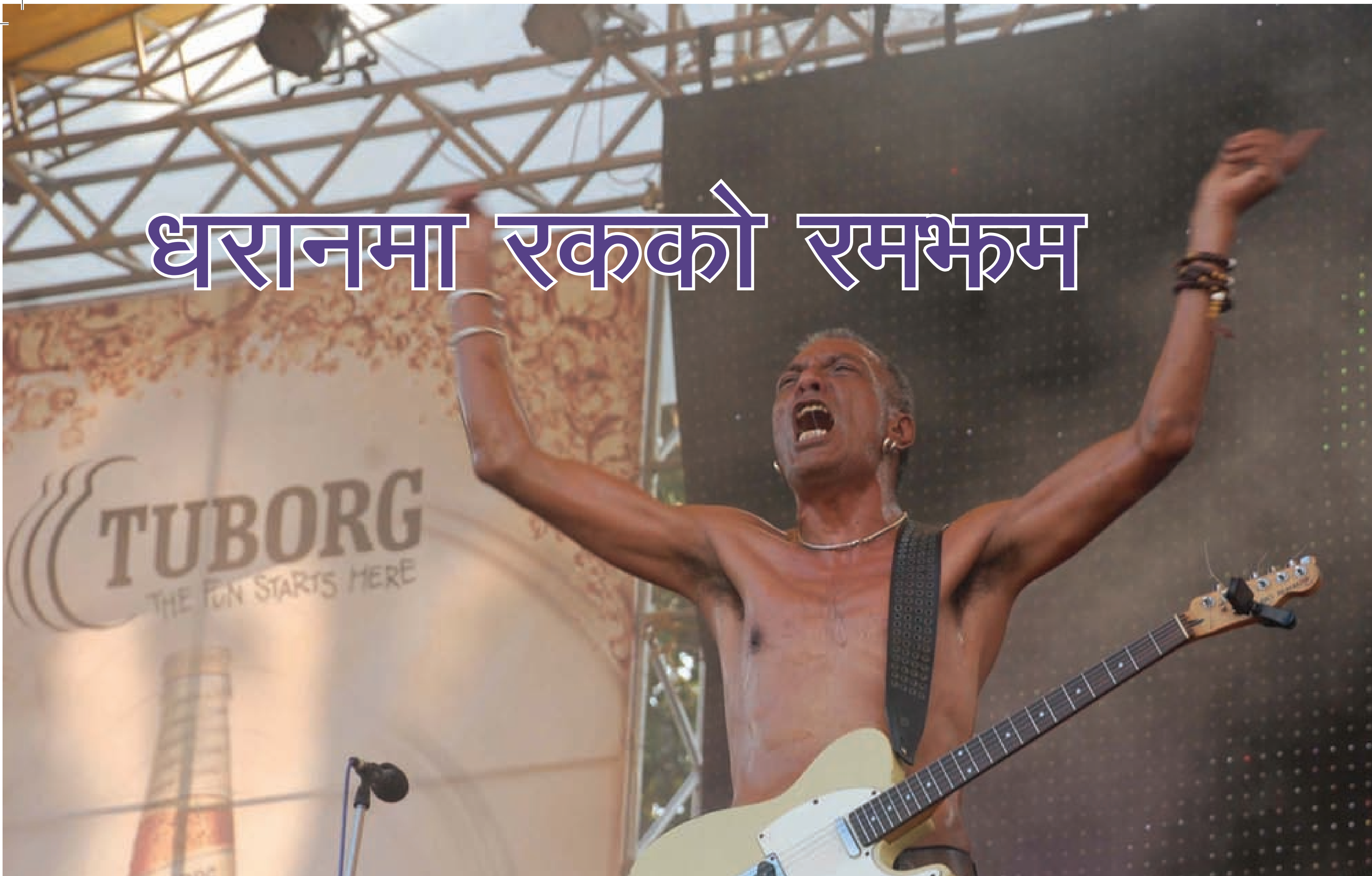
आएर पशुपालक बसोबास क्षेत्रसँग सम्बन्धित काम गर्न थाले । ली युङ शङले भने- 'सुरुमा निकै कठिनाइ थियो, कुनै पशुपालकले सम्बन्धित नीतिबारे त्यति बुझ्दैनथ्ये, कुनै पशुपालकको लागि घर किन्ने रकम संलग्न गर्न पनि गाह्रो थियो, त्यसैले उनीहरू सक्रिय रुपमा सहभागी हुँदैनथे । तर एकपछि अर्को गरी बसोबास क्षेत्रमा सरेपछि बाँकी पशुपालक आफैले बसोबास क्षेत्रमा सर्न माग गर्न थाले ।'

धैर्यपूर्वक बुझाउने र सल्लाह गर्ने गर्दा पशुपालकले क्रमशः सरकारको नीतिबारे बुझेका र उनीहरूबीच राम्रो सम्बन्ध स्थापना भएको लि युङ शङको भनाइ छ ।

सरकारको ठूलो सहयोग, उच्च गुणस्तरीय दक्षताको ज्ञान र सरकारी कामका लागि पशुपालकको समर्थन रहेकाले पशुपालक बसोबास क्षेत्रको विकास भएको छ अनि पशुपालकको जीवनस्तर पनि सुधार भएको छ । नो र छाइ राङले भने- 'हाम्रो गाउँमा १ सय ६० परिवार छन्, बसोबास क्षेत्रमा सरेपछि सरकारले हामीलाई निकै ध्यान दिएको छ । गाउँ कार्यालयले हाम्रा लागि एक स्थानीय 'जीवित बुद्ध'लाई निमन्त्रणा गरेको छ । जीवित बुद्धले हामीलाई हरेक व्यक्ति दयालु हुनैपर्छ, बूढापाकालाई सम्मान गर्नुपर्छ र बालबच्चालाई माया गर्नुपर्छ भन्ने कुरा सिकाउनुभयो । यस्ता कुराले सबैको बसाइ र कार्यलाई सुखमय बनाउँछ । पहिला धेरै पुरानो अवस्था देखिन्थ्यो तर अहिले सबै आधुनिक जीवनमा अभ्यस्त देखिन्छन् ।'

बच्चाहरूले नियमित शिक्षा पाएपछि भविष्यमा पशुपालन गर्नेछन् कि छैनन् भन्नेबारे चर्चा गर्दै लि चङ आनले यदि बच्चाले अझ राम्रो रोजगार पाएमा यो घाँसे मैदानबाहिर गएर अझै राम्रो जीवन बिताउनसक्ने आशा आफूले लिएको बताए ।

धरानमा रकको रमझम



२९ भदौमा टुबोर्ग स्टेज लेट्स गेट लाउड कार्यक्रम अन्तर्गत नेपालका चर्चित ब्याण्ड एवं पप, रक गायकगायिकाहरु धरानमा आउने खबरले धरानका सगीतप्रेमीहरु मैदानमा कार्यक्रम सुरु हुनुअघि नै भेला भएका थिए ।

धराने युवाहरुको प्रतीक्षाको घडी सकिँदा स्थानीय मात्रै होइन, धरान १२ स्थित पब्लिक उच्चमाविको मैदानमा पुरै पूर्वेली युवाहरुको घुइँचो थियो । आयोजकले दिउँसो १ बजदेखि गेट खुल्ने बताए पनि त्यसअघिदेखि नै युवायुवती एवं संगीतप्रेमीहरुको लाम लागेको थियो । कार्यक्रम निर्धारित समयभन्दा एक घण्टा ढिला सुरु हुँदा पनि गीत, संगीतका पारखी युवायुवतीहरु मैदानभित्र प्रवेश पाउन लामबद्ध भएर भित्र छिरेका थिए ।

कार्यक्रमको सुरुवात नै चर्चित गायक निमा रुम्बाको रकिङ प्रस्तुतीबाट भयो । नमस्ते धरान भन्दै स्टेजमा झुल्किएका गायक निमाले लेट्स गेट लाउड भन्दै प्रियसी..बोलको गीतबाट आफ्ना फ्यानहरुलाई उफार्न सुरु गरे । उनले क्रमशः मिस क्याटवक.., आउ आउ न.. र हुरी बतास..गीत प्रस्तुत गर्दा भीडमा संगीतको तिर्खा झनै बढाइदिए । सुरक्षाकर्मीलाई दर्शकको भीडलाई नियन्त्रण गर्न हम्मे पऱ्यो । सुरक्षा घेराको बार नै भाँचिन खोजेपछि थप प्रहरी परिचालन गर्नुपऱ्यो ।

निमापछि स्टेजमा आएका ब्याण्ड रविन एण्ड द न्यु रिभल्युसनले पब्लिकको मैदानलाई झनै उचाल्यो । तपाईंहरु नै हो हाम्रो देशको भविष्य भन्दै रविनले सुरु गरे केटाकेटी..बोलको गीत । त्यसपछि क्रमशः उनले गाए- जति माया लाए पनि.., यो हाम्रो देशमा.., चिसो चिसो हावामा.., नेपाल मेरो गुलाबको काँडा.. र भेटें मैले शिवजी... । अन्तिम प्रस्तुतीमा आइपुग्दा रविनले आफनो जीउबाट कालो रंगको टि सर्ट उतारिसकेका थिए । उनका हरेक गीतमा युवाहरुले सँगसँगै गाएर साथ दिए ।

उनीपछि अभया एण्ड स्टिम इञ्जिन ब्याण्डले पनि युवाहरुलाई निराश पारेन । शून्यता..बाट प्रस्तुती सुरु गरेकी अभयाले तिम्रो लागि.., रमाउन देऊ न.., नाच्यो झिल्के नाच्यो.. र सिरिमा सिरि..बोलको गीतले युवाहरुलाई जुरुक जुरुक उफारिन् । त्यसपछि, स्टेजमा झुल्कियो अर्को चर्चित ब्याण्ड १९७४ एडी । पुरानो तर ब्याण्डको कालजयी गीत तिमीलाई पिरतीले बाँधौंला..बाट प्रस्तुती सुरु गरेको ब्याण्डले क्रमशः वरिपरि गाउँमा हल्ला छ.., गुरासै फुल्यो.., सम्बोधन र यो मन त मेरो नेपाली हो..प्रस्तुत गरे । ब्याण्डको हरेक गीतमा युवाहरुले साथ दिएका थिए । मेगा कन्सर्टको अन्तिम प्रस्तुतीको रुपमा स्टेजमा गायक सविन राई उभिँदा साँझ झमक्कै परिसकेको थियो । तर, दर्शक-श्रोताको घुइँचो घट्नुको सट्टा झनै बढ्दै थियो । गृहनगरमा सविनले माया जालैमा..बाट आफ्नो रकिङ प्रस्तुती सुरु गरे । उनले आफ्ना चर्चित गीतहरु चपली हाइट.., तिमी नै भन.., किनकि म माया गर्छु.., गुरासको फेदमुनि..लगायत गाएर हजारौं संगीतका प्यासीहरुको तिर्खा मेट्ने प्रयास गरेका थिए । आयोजकका अनुसार धरानको मेगा कन्सर्टमा १० हजारभन्दा बढी श्रोता सहभागी थिए ।

शब्द / तस्बीर : सोहन श्रेष्ठ

TUBORG

TAMA

हार्दिक बधाई तथा शुभकामना

समाजसेवी श्री सुशील अग्रवाल अखिल भारत मानव कल्याण परिषद् दिल्लीद्वारा राजीव गान्धी एक्सीलेन्सी अवार्ड–२०१३ बाट सम्मानित हुनुभएकोमा उहाँलाई हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दछौं । राजीव गान्धीका नाममा स्थापित अन्तर्राष्ट्रियस्तरको यो अवार्ड एकजना नेपाली समाजसेवीले प्राप्त गर्दा देशकै इज्जत बढेको महसुस हामीले गरेका छौं । आगामी दिनमा पनि यहाँको सत्कर्मले उचाई प्राप्त गरिरहोस् भन्ने शुभकामना पनि व्यक्त गर्दछौं ।

शंकर पौडेल
अध्यक्ष
योगी नरहरिनाथ आध्यात्मिक परिषद् परिवार