जीवनदेखि भाग्नेहरू

• जनकराज सापकोटा

> फ्रान्सेली समाजशास्त्री इमाइल दुर्खिमका अनुसार मानिसहरूले स्वेच्छाले समस्याको समाधान हो भन्ने निर्णय गरी गरिने प्राणत्याग नै आत्महत्या हो।

धार्दिङकी २२ वर्षकी गीता थापामगरले टंगालस्थित आफ्नै डेरामा झुन्डिएर आत्महत्या गर्लिन् भनेर कमैले सोंचेका थिए। थापामगरले आत्महत्या गर्नुअघि लेखेको डायरीमा आफ्ना आमाबाबुलाई सम्बोधन गर्दै सहर आएर आफ्नो र आफ्ना आमाबाबुको सपना पूरा गर्न नसकेकोमा क्षमायाचना गरेकी छिन्। उनले लेखेकी छिन्– 'तपाईंहरूको दुःख देख्न नसकेर केही गर्ने इच्छाले यो सहरमा आएकी थिएँ तर मबाट धेरै ठूलो भूल भयो।' उनले आफूले आत्महत्या गर्नुको ठोस कारण भने खुलाएकी छैनन्।

बालाजुस्थित खानेपानी कार्यालयका अस्थायी जागिरे ३५ वर्षका कुमार तामाङले अनामनगरस्थित आफ्नै डेरामा श्रीमतीको सलले पासो लगाएर आत्महत्या गरे। कुमारले किन आत्महत्या गरे भन्ने विषयमा कुनै प्रमाण फेला पर्न सकेन। उनकी श्रीमतीले अपराध अनुसन्धान महाशाखामा पेस गरेको पत्रमा लेखेकी छिन्, किन र के कारणले आत्महत्या गरे भन्ने विषयमा म कुनै अनुमान गर्न सक्दिनँ।

तीन वर्षअघि संखुवासभाको चैनपुरबाट काठमाडौं आएका ४१ वर्षका श्याम बराइली माइतीघरस्थित आफ्नै डेरामा झुन्डिएको अवस्थामा भेटिए। मोटरसाइकल पार्किङमा पैसा उठाउने काम गर्ने बराइलीले किन आत्महत्या गरे भन्ने कुरा पत्ता लाग्न सकेन।

विस्तृत पृष्ठ १० मा

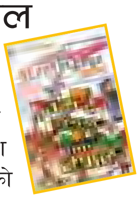
साप्ताहिक

सानिया

मध्यपृष्ठमा

क्यासेट

चकदे इन्डिया सकदे नेपाल



गायक कुमार न्यौपाने तथा रेडियो जक्की हेम सुवेदीका प्यारोडी गीतहरूको गाईजात्रे संग्रह पुनः बजारमा आएको छ। सारेगम रेकर्ड्सले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा रमाइला प्यारोडी गीतहरू समावेश छन्।

आकर्षण

जुम्ल्याहा गायक राम-लक्ष्मणका पप गीतहरूका म्युजिक भिडियोको भिसिडी संग्रह 'आकर्षण' लाई म्युजिक नेपालले बजारमा ल्याएको छ। म्युजिक नेपालले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा चारवटा म्युजिक भिडियो तथा प्रोमोहरू समावेश छन्।

इशान अमिन

भिन्न पेसा अँगालेका डा. इशान गौतम तथा अधिवक्ता अमिन पाण्डेयले संयुक्त रूपमा 'इशान अमिन' शीर्षकको गीतिसंग्रह बजारमा ल्याएका छन्। वैज्ञानिक भएर पनि कला-संगीतप्रति रुचि राख्ने इशानको यो दोस्रो संग्रह हो भने कानुन व्यवसायी अमिनको पहिलो। संग्रहमा जम्मा ११ वटा गीत रहेकोमा ६ वटा इशानले र ५ वटा अमिनले गाएका छन्। संग्रहका गीतकार एस्पी कोइराला, बलदेव शर्मा मजगैयाँ, डा. भोजराज घिमिरे, विनोद दीक्षित, वसन्त चौधरी तथा विशाल पहाडी छन्। वरिष्ठ संगीतकार बुलु मुकारुङले १० वटा गीतमा संगीतबद्ध गरेका छन् भने एउटा गीत सुरेन्द्र श्रेष्ठले। केही आधुनिक र केही लोक-आधुनिकको फ्युजन भएको गीत समग्रमा श्रवणयोग्य छ।

रंगमञ्च

सबाना र फारुकको नाटक

बलिउडका दुई स्थापित कलाकार नाटक प्रदर्शन गर्न काठमाडौं आउने भएका छन्। आगामी भदौ ३१ गते राजधानीमा मञ्चन हुने एउटा नाटकमा अभिनय गर्न अभिनेत्री शबाना आजमी तथा अभिनेता फारुख शेख काठमाडौं आउन लागेका हुन्। स्पाइनल इन्ज्युरी रिहेबलिटेसन सेन्टरको सहयोगार्थ मञ्चन हुन लागेको हिन्दी भाषाको नाटक 'तुम्हारी अमृता' मा मुख्य भूमिका निर्वाह गर्न यी दुई कलाकार काठमाडौं आउने भएका हुन्। राजधानीको रातो बंगला स्कूलको हलमा मञ्चन हुने उक्त नाटकको निर्देशन भारतका चर्चित नाटककार अब्बास खानले गर्दैछन्। खानले दुई वर्षअघि प्रदर्शन भएको हिन्दी चलचित्र 'गान्धी माई फादर' को निर्देशन गरेका थिए। यसअघि अघिल्लो महिना मात्र शबाना आजमी एचआईभी एड्सविरुद्धको राष्ट्रसंघीय सद्भावना दूतका रूपमा काठमाडौं आएकी थिइन्।

राजधानीमा धार्मिक नाटक

भगवान शिव तथा गणेशको महिमालाई नाटकका रूपमा मञ्चन गरिएको छ। गत साता राजधानीमा आयोजित एक समारोहमा भाव नाटकका रूपमा भगवान्को लीला मञ्चन गरिएको हो। आ□नै मयलबाट जन्मिएका पुत्र गणेशलाई श्रीमान् तथा भगवान शिवले वध गरिदिएपछि विलौनामा डुबेकी पार्वतीलाई शान्त पार्न गणेशलाई हात्तीको शिर लगाएर जीवित पारिन्छ। शिवपुराणको यही कथालाई गत शुक्रबार नाचघरको मञ्चमा प्रस्तुत गरिएको थियो। गणेश चौथीका अवसरमा पशुपति वंशीराम मण्डप नेपालले छात्रावास तथा अतिथिगृह निर्माणको सहयोगार्थ मञ्चन गरिएको उक्त नाटकमा भगवान् गणेशको महिमा तथा शिवको ताण्डव नृत्य पनि प्रस्तुत गरिएको थियो। वीरेन्द्र हमालद्वारा निर्देशित उक्त नाटकमा समावेश गरिएको नृत्यनाटिकाको प्रस्तुतिले दर्शकलाई धार्मिक लोकमा पुगेको अनुभव गराएको थियो। कैलाश हिमालमा शिवगण तथा अप्सरासहित विराजमान शिव तथा पार्वतीलाई भगवान् विष्णु, लक्ष्मी, ब्रम्हा तथा सरस्वतीका साथ प्रस्तुत गरिंदा रंगमञ्च नै शिवलोकमा परिणत भएको देखिन्थ्यो। गायक धरमदास बुढाथोकीको प्रत्यक्ष गायनमा १३ मन्त्रसहितको शिव-ताण्डव नृत्यले दर्शकहरूलाई मोहित बनाएको थियो। आकर्षक वेशभूषा, प्रस्तुति तथा प्रकाश संयोजनले नाटकलाई जीवन्तता प्रदान गरेको थियो।

कन्फरेन्स अफ दि बर्ड्स

राजधानीको बत्र होटलमा गत सोमबार चरा-चुरुङ्गीमा आधारित नाटक 'कन्फरेन्स अफ दि बर्ड्स' मञ्चन गरिएको छ। बाह्रौं शताब्दीमा एक फारसी कवि फरिद उदी अतरले लेखेको कवितामा आधारित उक्त नाटकमा अभिनय गर्ने सबै कलाकार चरा बनेका थिए। नाटकमा चलचित्र 'सानो संसार' का अभिनेता महेश शाक्य कर्मा सुगा बनेका थिए भने 'कागबेनी' की नायिका दीया मास्के फाप्रे चराको भेषमा प्रस्तुत भएकी थिइन्। नाटकमा कर्माले तीन चरित्रमा अभिनय गरेका थिए। सुरुमा सुगा बनेका कर्मा पछि गुड्न थालेका थिए। अन्तिममा उनी माग्नेका रूपमा प्रस्तुत भए। नाटकको निर्देशन अनुप बराल तथा अमेरिकी फिजिकल थिएटरका अभियन्ता स्टिभ क्लोरफिनले संयुक्त रूपमा गरेका हुन्। एक्टर्स स्टुडियोका कलाकारहरूले अभिनय गरेको यो नाटकका लागि उनीहरूलाई २१ दिनको शारीरिक अभ्यास शिविरमा सहभागी गराइएको थियो। यो काव्य नाटकको नेपाली अनुवाद पुष्पराज आचार्यले गरेका हुन्। नाटकमा विनिता लामा, हेमा श्रेष्ठ, हिराबिजुली नेपाली, कृतिसा जिसी, नम्रता सापकोटा, प्रसन्नमान गोपाली, सुशीला श्रेष्ठ तथा सुबिमा श्रेष्ठले पनि अभिनय गरेका थिए।

ग्यालरी

लीलाराजका चित्रकला

पत्रकारिता गर्दागर्दै चित्रकलातर्फ आकर्षित भएका कलाकार लीलाराज खतिवडाले तयार पारेका एकल चित्रहरूको प्रदर्शनी राजधानीमा सम्पन्न भएको छ। गत शुक्रबारदेखि नक्सालस्थित नाफा आर्ट ग्यालरीमा उनका चित्र प्रदर्शनमा राखिएका थिए। प्रदर्शनी चार दिन चल्यो। प्रदर्शनीमा राखिएका चित्रमार्फत खतिवडाले नयाँ खुराक पस्किएका छन्। 'जामुनको बोटमा अंगुर फल्दैन' शीर्षकमा आयोजित उक्त प्रदर्शनीमा राखिएका चित्रहरू हेर्दा सेतो र कालो रंगमा साधारण लागे पनि कलाकार लीलाराज कला-सिर्जनाको गहिराइसम्मै पुगेका छन्। अमूर्त तथा अर्धमूर्त शैलीमा तयार पारिएका चित्रमा उनले विभिन्न शैली अपनाएका छन्। जीवनका भोगाइ तर प्रस्तुति फरक, उनका चित्रकलामा भेटिने विभिन्न बिम्बको अर्थ पनि फरक छ। राष्ट्र तथा जीवनको पहिचान गराउने आफ्ना चित्रका सम्बन्धमा उनको प्रतिक्रिया छ– 'मानसिक उहापोहबाट बाहिर आउने क्रममा कोरिएका यी चित्रहरू रहस्यमयी पनि छन्।' वरिष्ठ साहित्यकार जगदीश घिमिरेको प्रमुख आतिथ्यमा आरम्भ गरिएको प्रदर्शनीले लीलाराजलाई कलाकारका रूपमा नयाँ पहिचान दिएको छ। प्रदर्शनी उद्घाटनको क्रममा कला समीक्षक रमेश खनाल तथा किरण मानन्धरले उनको कला सिर्जनामाथि चर्चा गरेका थिए।

साप्ताहिक लाइभ

सांगीतिक र हास्य महोत्सव

चाडपर्वको वातावरण नजिकिंदै गएसँगै सांगीतिक रमझमका कार्यक्रम हुने क्रम बढ्दो छ। यसबीच भोलि २० गते शनिबार दाङ उद्योग-वाणिज्य संघ र ई फोर इन्टरनेसनलको आयोजनामा दाङ दोहोरी तथा हास्य महोत्सव हुने भएको छ। ई फोर इन्टरटेनमेन्टका दीपक घिमिरेका अनुसार महोत्सवमा 'मेरे बास्सै' समूहका प्रमुख कलाकारहरूको हास्यप्रस्तुतिका साथमा बद्री पंगेनी, शिला आले, डिजराज पौडेल, हिमाल सागर, डम्बर नेपाली, महादेव त्रिपाठी आदि कलाकारको प्रस्तुति रहनेछ। यसैगरी आउँदो असोज ४ गते नवलपरासीमा अरुण खोला दोहोरी तथा हास्य महोत्सव सञ्चालन हुनेछ। नवलपरासीस्थित एसएसटी हस्पिटलको भवन निर्माणका लागि सहयोग रकम जुटाउन महोत्सव गर्न लागिएको इभेन्ट म्यानेजर दीपक घिमिरेले जानकारी गराए।

फ्राइडे फिवर

अ टिम ए/भी प्रोडक्सनको आयोजनामा आज शुक्रबार साँझ राजधानीमा 'फ्राइडे फिभर डान्स पार्टी एन्ड लाइभ कन्सर्ट' शीर्षकको कार्यक्रम हुँदैछ। प्रदर्शनीमार्गस्थित नेपाल पुलिस हेल्थ क्लबमा हुने यो कार्यक्रममा रक गायक विकास श्रेष्ठ, प्रवीण वज्राचार्य, दीपक, हेम, गायिका आगन्तुक खरेल तथा सांगीतिक समूह सिक्स एक्स सोलले गीत-संगीत प्रस्तुत गर्दैछन्। कार्यक्रममा डिजे एनआरले अत्याधुनिक गीत-संगीत बजाएर उपस्थित दर्शकलाई नचाउने जिम्मा लिएका छन्। महिला दर्शकलाई प्रवेश निःशुल्क रहेको यो कार्यक्रम साँझ छ बजे प्रारम्भ हुनेछ।

पुस्तक

नेपाल : नखुलेका पाटाहरू

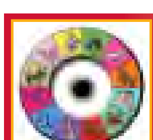
वातावरण तथा संस्कृतिविज्ञ तीर्थबहादुर श्रेष्ठले नेपाललाई नयाँ ढंगले केलाउन 'नेपाल : नखुलेका पाटाहरू' नामक पुस्तक सार्वजनिक गरेका छन्। पुस्तकमा नेपालको भौगोलिक अवस्थितिमा अटाएको विशालता र त्यसका विशेषताहरू मिहिन ढंगले केलाइएको छ। हरेक पक्ष र तथ्यलाई विज्ञानसम्मत ढंगले प्रमाणितसमेत गरिएकाले पुस्तकमा खोट लगाउने ठाउँ छैन। नेपालका बारेमा जान्न र बुझ्न खोज्नेहरूका लागि यो पुस्तक राम्रो सहयोगी हुन सक्छ। हिमाल किताबले प्रकाशन गरेको यो पुस्तकलाई राजेन्द्र दाहालले सम्पादन गरेका हुन्। १ सय ८३ पृष्ठको यो पुस्तकको मूल्य ५ सय २५ रुपैयाँ छ।

स्पर्श

कथाकार बन्दना खालिङका १५ वटा कथाको संग्रह स्पर्शलाई वाणी प्रकाशन, विराटनगरले प्रकाशित गरेको हो। सामाजिक उत्पीडन, विसंगति, पारिवारिक सम्बन्ध एवं प्रणय-प्रसंगजस्ता विषयमा आधारित कथाहरूले समसामयिक नेपाली समाजको प्रतिनिधित्व गर्ने दाबी गरिएको छ। यो कृतिको मूल्य १ सय १ रुपैयाँ छ।

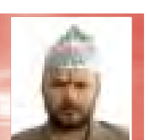
समीक्षा सन्दर्भ

समालोचना साहित्यको प्रमुख विधा भए पनि नेपाली भाषामा यो विधाका कृतिहरूको अभाव देखिन्छ। यस्तै अभावलाई टार्न तेजविलास अधिकारीले समालोचना संग्रहका रूपमा 'समीक्षा सन्दर्भ' सार्वजनिक गरेका छन्। विभिन्न साहित्यकार एवं उनीहरूका साहित्यिक कृतिको चिरफार गरिएको यो कृतिमा १८ वटा रचना समाहित छन्। विवेक सिर्जनशील प्रकाशनले प्रकाशित गरेको यो कृतिको मूल्य ७५ रुपैयाँ छ।



तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी



यो साताको पञ्चाङ्ग

भदौ १९ गते : चेपाङ चोनाम पर्व, भक्तपुर सिद्धपोखरी मेला, इन्द्र दह स्नान,
२० गते : सोह्रश्राद्ध प्रारम्भ, २२ गते : निजामती सेवा दिवस,
२३ गते : इन्द्रध्वजपतन, अन्तर्राष्ट्रिय शिक्षा दिवस।

मेष

धन आर्जन हुने योग छ भने अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। बौद्धिक सम्मान पनि पाउनुहोला। पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ। सानै प्रयासले पनि ठूलो काममा सफलता हात लाग्नेछ। भोजभतेर तथा सभा सम्मेलनमा सामेल हुने अवसर जुट्नेछ। खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्न देखिन्छ।

मिथुन

भाग्यले साथ दिनेछ भने जोस एवं जाँगरका साथै बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। अरूलाई विश्वास दिलाउन सकिनेछ। मानसम्मान पनि पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसरका साथै अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। व्यवसाय लाभप्रद रहनेछ। ठूला व्यक्तिको मन जित्न सकिनेछ। स्वास्थ्यको भने ख्याल गर्नु होला।

सिंह

मन प्रसन्न रहनेछ भने व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। रमाइलो यात्रा गर्ने अवसर जुट्न सक्छ। अरूको मन जित्न सकिनेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। भाग्यले साथ दिनेछ भने धन आर्जन हुने योग छ। आइतबार र सोमबार स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने देखिन्छ।

तुला

अरूको प्रशंसाले मनोबल बढ्नेछ। यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। धेरै काममा सफलता मिल्नेछ। आइतबार, सोमबार तथा बिहीबार रोग, शत्रु एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। साढेसात शनिको आरम्भ यसै सातादेखि हुने हुँदा संयमित रहनुहोला। आम्दानी भए पनि शनिका कारण खर्चको गति बढ्न सक्छ।

धनु

पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ। सानै प्रयासले धेरै काममा सफलता मिल्नेछ। नयाँ मित्रको आगमनले मनोबल बढ्नेछ। अध्ययनका लागि विदेश जाने योग छ। व्यवसायमा राम्रै सफलता पाउनुहोला। यात्रा रमाइलो हुनेछ। भेटघाटमा प्रसन्नता बढ्नेछ। आम्दानी त्यति हुने देखिंदैन, स्वास्थ्य क्षेत्रमा खर्च गर्नुपर्ला।

कुम्भ

अढैया शनिको प्रभाव यसै सातादेखि पर्नेछ। सफलताका लागि संयमित रहनुहोला। भोजभतेरमा संलग्न हुने अवसर जुट्नेछ। व्यावसायिक क्षेत्र सकारात्मक रहनेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता पाउन विशेष परिश्रम गर्नुपर्ला। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ।

वृष

प्रशंसा पाइनेछ भने मनोबल पनि बढ्नेछ। धेरै काममा सफलता मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम हात लाग्ने देखिन्छ। धन आर्जन हुन सक्छ। भाग्यले साथ दिनेछ। कर्म बलियो छ। मंगलबार र बुधबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। सफलताका लागि गोपनियता अपनाउनुहोला।

कर्कट

स्वास्थ्य बिग्रन सक्छ भने काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। प्रयत्न गर्दागर्दै पनि असफलता बेहोर्नुपर्नेछ। धनमाल हराउन सक्छ। आइतबारदेखि भाग्यले साथ दिन थाल्नेछ। साढे सात शनिको अन्त्य पनि यसै सातादेखि हुनेछ। मानसम्मान पनि पाउनुहोला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। विवादमा अघि नसर्नुहोला।

कन्या

स्वास्थ्यले धोका दिनेछ। शत्रुले पनि सताउनेछन्। मन चिन्तित रहला। सानो काममा सफलता पाउन पनि बढी प्रयास गर्नुपर्ला। शरीरमा चोटपटक लाग्न सक्छ। आइतबार र सोमबार व्यवसायमा सफलता मिल्नुका साथै यात्रामा भेटघाट हुने तथा प्रसन्नता बढ्ने योग छ।

वृश्चिक

आफन्तहरूबाट सहयोग मिल्नेछ। अप्ठ्याराहरूको समाधान मिल्ने साता छ। आर्थिक दृष्टिकोणले समय बलियो छ। व्यवसाय लाभप्रद रहनेछ। यात्रा गर्ने अवसर पनि जुट्नेछ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता हात लाग्नेछ। रोग एवं शत्रुले सताउन सक्ने हुँदा खाँदा तथा बोल्दा विचार पुऱ्याउनुहोला।

मकर

बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। अढैया शनिले यसै सातादेखि छाड्नेछ। स्वास्थ्यमा क्रमशः सुधार आउनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन पनि होला। व्यावसायले तपाईंलाई साथ दिनेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। अरूबाट प्रशंसा प्राप्त हुनेछ।

मीन

खर्च बढ्नुका साथै काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय रहनेछन्। झूटा आरोप पनि लाग्न सक्छ। घरेलु समस्याले सताउन सक्छ। आइतबारदेखि मानसम्मान मिल्ने, भोजभतेरमा सामेल हुने तथा काममा सुधार आउने योग छ। व्यवसाय लाभप्रद रहनेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ।

डी सिने एवार्डमा बोक्सी नै बोक्सी

● कृष्ण भट्टराई

काठमाडौं– सोमबार साँझ जमलस्थित सांस्कृतिक संस्थानको प्रेक्षालयमा नेपाली चलचित्रकर्मीको बाक्लो उपस्थिति देखियो। भुवन केसीदेखि ऋचा घिमिरेसम्म त्यहाँ उपस्थित थिए। अवसर थियो, मनोरञ्जन मासिक 'छायाँछवि' ले आयोजना गरेको डिजिटल प्रविधिबाट निर्माण भएका उत्कृष्ट नेपाली चलचित्रलाई प्रदान गरिने एवार्ड अर्थात् 'छायाँछवि डी सिने एवार्ड २०६६' वितरण समारोह।

आयोजनाका दृष्टिकोणले कार्यक्रम स्तरीय रह्यो, तर नरमाइलो पक्ष रह्यो एवार्ड विजेताहरूकै समारोहमा अनुपस्थिति □ घोषणा गरिएका अधिकांश एवार्ड विजेता कार्यक्रममा अनुपस्थित भएको देखेर दर्शक त निराश भए नै, एवार्ड प्रदान गर्न मञ्चमा उक्लिएका नायक भुवन केसीले 'कृपया घोषणा गरिएका कलाकार नै एवार्ड लिन आइदिनुहोला' भन्नसमेत बाध्य भए।

समारोहमा उत्कृष्ट पार्श्वसंगीतको एवार्ड विजेता संगीतकार लक्ष्मण शेष चलचित्र (स्वीकार), उत्कृष्ट गीतकार नवल नेपाल (चलचित्र तस्बिर), उत्कृष्ट गायिका अञ्जु पन्त (चलचित्र खबरदार), उत्कृष्ट गायक राजेशपायल राई (चलचित्र रिसिम), उत्कृष्ट नृत्य -निर्देशक गोविन्द राई (चलचित्र माहिला), उत्कृष्ट द्वन्द्व निर्देशक रोशन श्रेष्ठ (चलचित्र सहिद), उत्कृष्ट नायिका शुभेच्छा थापा (चलचित्र बोक्सी) आदि मात्र आफ्नो एवार्ड ग्रहण गर्न मञ्चमा पुगेका थिए। अन्य विधाका एवार्डहरू सम्बन्धित चलचित्रका अन्य कलाकारले ग्रहण गरेका थिए।

पहिलो पटक वितरण गरिएको डी सिने एवार्डमा चलचित्र 'बोक्सी' को वर्चस्व रह्यो। यो चलचित्रले उत्कृष्ट चलचित्र, उत्कृष्ट निर्देशक (गोपालचन्द्र लामिछाने), उत्कृष्ट नायिका (शुभेच्छा थापा), उत्कृष्ट सह-अभिनेता (शंकर लामिछाने) तथा उत्कृष्ट छायांकार (दीपक बज्राचार्य) गरी सर्वाधिक पाँचवटा एवार्ड जित्यो। समारोहमा सर्वाधिक १४ वटा विधामा मनोनीत भएको चलचित्र 'माइला' चार वटा एवार्ड जितेर दोस्रो स्थानमा रह्यो। यो चलचित्रले उत्कृष्ट सम्पादक (दिनेश श्रेष्ठ), उत्कृष्ट नृत्य निर्देशक (गोविन्द राई), उत्कृष्ट ध्वनि (सुनयमान श्रेष्ठ) तथा उत्कृष्ट चरित्र अभिनेता (विजय देउजा) मा कब्जा जमाएको थियो।

राजेशपायल राई, अञ्जु पन्त, आनन्द कार्की, प्रमीषा अधिकारी आदिको गायनसँगै अघि बढेको समारोहमा चलचित्र 'मैना' बाट गोविन्द प्रधानले उत्कृष्ट अभिनेताको एवार्ड जिते। यही चलचित्रबाट अनिता केसीले उत्कृष्ट सह-अभिनेत्रीको एवार्ड जितिन्। चलचित्र 'बाघचाल' का विवेकराज सिंहले उत्कृष्ट नवनायकको एवार्ड जिते भने चलचित्र 'वान डे' बाट उषा रजकले उत्कृष्ट नव-नायिकाको एवार्ड हात पारिन्। उत्कृष्ट चरित्र अभिनेता तथा चरित्र अभिनेत्रीको एवार्ड क्रमशः विजय देउजा (चलचित्र माहिला) तथा सपना श्रेष्ठ (स्वीकार) ले जिते। यसबाहेक पटकथातर्फको एवार्ड चलचित्र 'वृद्धबैंस' का रविराज अर्यालले जिते भने संवादतर्फको एवार्ड चलचित्र 'सहिद' का विजय बस्नेतले जिते। चलचित्र 'तस्बिर' का वसन्त सापकोटाले सर्वोत्कृष्ट संगीतकार एवार्ड हात पारे।

श्रृंगारतर्फ चलचित्र सहिदका मेघजंग थापा, कला निर्देशनतर्फ 'अपःसखः' का पासाङ टी शेर्पा, ड्रेस डिजाइनिङतर्फ 'अपःसखः' कै नाटेश्वरले जिते। पोखरामा निर्माण गरिएका चलचित्रमध्ये 'पाप', 'मार्केट' तथा 'कृपा' ले पनि एक-एकवटा एवार्ड जिते। विभिन्न ३० वटा चलचित्रबाट २९ विधामध्ये विभिन्न विधामा मनोनयनमा परेका पोखराका चलचित्रमध्ये 'पाप' बाट उत्कृष्ट कथाकार (शोभित बस्याल), 'कृपा' बाट उत्कृष्ट बालकलाकार (अनिशा गुरुङ) तथा 'मार्केट' बाट उत्कृष्ट हास्यकलाकार (पुष्कर थापा) तथा उत्कृष्ट खलपात्र (प्रतिभा सुवेदी) को एवार्ड जिते। टेलिभिजनकर्मी दिनेश डिसीले सञ्चालन गरेको उक्त समारोहमा दीपकराज गिरीको प्रस्तुतिले नेपाली चलचित्रकर्मीहरू प्रति नै व्यंग्य गरेको थियो।

● सम्पादकीय ●

अब चेतौं

यो वर्ष लामो खडेरीपछि भएको वर्षाले नेपाली किसानहरूलाई जसरी झुक्यायो त्यसैगरी नेपालको आर्थिक वृद्धिदरमा कृषिक्षेत्रको योगदान केलाइरहेका विज्ञहरू पनि कृषि उपज बढ्ने वा घट्ने विषयमा रणभुल्लमा परे। मौसमसँग सरोकार राख्नेहरूका लागि यो विषय बदलिँदो जलवायुको संकेत हो। पछिल्ला केही वर्षदेखि पृथ्वीमा बढिरहेको तापक्रमको असर अब बिस्तारै देखिन थालेको छ। पृथ्वीमा जलवायुको स्वभावको केन्द्रविन्दु मानिने हिमालय पर्वत श्रृंखलामा पछिल्लो समयमा देखा परेको मौसम परिवर्तनको संकेतले हामी निकट भविष्यमा गम्भीर वातावरणीय संकटमा पर्दैछौं भन्ने देखाएको छ। हिमाल पर्वत श्रृंखलाको अधिकांश क्षेत्र ओगटेको नेपालजस्तो अल्पविकसित मुलुकका लागि जलवायु परिवर्तन थप संकटको कारण हुन सक्छ भन्ने विषयमा सचेत हुनुपर्ने समय आइसकेको छ। पछिल्लो केही दशकदेखि वनक्षेत्रको व्यापक विनाश, जैविक इन्धनको उपयोगमा लगातार भएको वृद्धि, बढ्दो सहरीकरण, अव्यवस्थित बसोबासजस्ता मानवजन्य क्रियाकलापले प्रकृतिमाथि निर्मम प्रहार हुँदै गए नेपालजस्तो मुलुकले निकट भविष्यमा जलवायु परिवर्तनको सबैभन्दा ठूलो क्षति बेहोर्नुपर्नेछ।

जलवायु परिवर्तनले हिमालय क्षेत्रमा पारेको प्रभाव अध्ययन गर्न गत साता काठमाडौंमा दुईदिने सम्मेलन गरियो। सम्मेलनमा हिमालय क्षेत्रको वातावरण परिवर्तनले प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने नेपाललगायत भारत, चीन, भुटान, बंगालादेशजस्ता मुलुकको संलग्नता थियो। सम्मेलनले डेनमार्कको राजधानी कोपेनहेगनमा आगामी डिसेम्बरमा हुने जलवायु परिवर्तनसम्बन्धी विश्वसम्मेलनमा यो क्षेत्रको साझा समस्यालाई कसरी प्रस्तुत गर्ने भन्ने विषयमा छलफल गरेको थियो। यसै क्रममा सम्मेलनले 'हिमालय क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनको असर' विषयलाई विश्वसम्मेलनका लागि छनौट गरेर यो क्षेत्रका यावत् समस्याहरूको प्रतिनिधित्व गराउने भएको छ। कुरा सम्मेलन र सम्मेलनमा प्रस्तुत विषयवस्तुको मात्र होइन, हामी वातावरणप्रति कति सचेत छौं भन्ने हो। जबसम्म हामी जलवायुमाथि प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने मानवजन्य क्रियाकलापलाई इमान्दारीका साथ नियन्त्रण गर्ने विषयमा मन, वचन र कर्मले समर्पित हुँदैनौं तबसम्म यस्ता सम्मेलनहरूको उपलब्धि प्रतिवेदनमै सीमित हुनेछ।

अँध्यारोबाट उज्यालोतिर बढ्न, नछुटाऊँ साप्ताहिक पढ्न।
सौजन्य : साप्ताहिक-पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जाल

सत्तालिप्साले ओझेलमा परेको संविधान निर्माण

हरेक दिनको उज्यालोसँगै संविधान निर्माण गर्नुपर्ने तिथी छोटिँदो छ। २०६२/०६३ को जनआन्दोलन र संविधानसभाको निर्वाचनपछि हौसिएका जनता निराश हुँदै गएका छन्। बजारभाउ आकाशिएर केही निराशा अवश्य छ तर त्योभन्दा पनि निर्धारित समयमा संविधान नबन्ने भयो भनेर सबैको मुहार अँध्यारो भएको छ। बजारभाउ पनि यतिसारो कहिल्यै बढेको थिएन। बाग्मतीको लेदो पानीमा धोएर बेच्न राखिएको एकमुठ्ठा सागको बीस-पच्चीस रुपैयाँ पर्छ। खसीको मासु महिनाको एकपटक पनि खान सकिंदैन। चिन्तामाथि थप चिन्ता थप्ने काम एकीकृत नेकपा माओवादीका वरिष्ठ नेताहरूले पनि गरिरहेका छन्।

आफ्नो माग पूरा नभए संविधान बन्दैन भनेर दिइने धम्कीपूर्ण अभिव्यक्तिले जनतामा आशंका बढेको हो। माओवादीले धम्की, चेतावनी दिने र कांग्रेस, एमालेजस्ता दलहरूले माओवादीलाई सहमतिका लागि गरिरहने आग्रहले मात्र नयाँ संविधान छिटो निर्माण हुनसक्ला ? मधेसवादी दल एवं आदिवासी जनजातिका छुट्टै माग छन्। सबैले आफ्नै डम्फु बजाएको देखिन्छ। समयमा संविधान नबन्ने हो भने मुलुकमा अराजकता, बेथिती, अपराधीकरण, दण्डहीनता, मानवअधिकार हननका घटना अझ बढ्न सक्छ। नेपाली जनताले थप सकस बेहोर्नुपर्नेछ।

संविधान निर्माण कुर्सीमोहले गर्दा ढिलाइ भैरहेछ। निर्वाचनमा अप्रत्यशित नतिजा आएपछि कांग्रेसले लामो समयसम्म सरकार गठनका लागि वातावरण बन्न नदिएको कसैबाट छिपेको छैन। यसो हुनुमा गिरिजाप्रसाद कोइरालालाई राष्ट्रपति हुन नदिने जुन खेल प्रचण्डले खेले, त्यसकै तुष थियो। गिरिजाप्रसाद कोइरालाकै सदाशयताले प्रचण्ड तथा उनको दलले शान्तिपूर्ण राजनीतिमा अवतरण हुने अवसर पाएको हो। यो कुरा माओवादीले बिर्सन हुँदैनथ्यो। कसैको कुरा नसुन्ने गिरिजाप्रसादले माओवादीको कुरा सुनेकै हुन्। त्यो गुन प्रचण्डले राजनीतिमा जे पनि हुन्छ भनेर बिर्सन खोज्नु नै महाभूल सावित भयो। सरकार सञ्चालनमा अनुभवको कमीले सेनापति प्रकरणलाई गम्भीर मानेर माओवादी अध्यक्ष प्रचण्डले सरकारबाट राजीनामा गर्नु अर्को दुर्भाग्य भयो। अहिले पछुताउँदै आफ्नै दलको नेतृत्वमा राष्ट्रिय सरकार गठन हुनुपर्ने दाबी गरिरहेका छन्। के यो सत्तालिप्सा होइन ?

तोकिएको मितिमा संविधान नबन्ने हो भने ६ सय १ जना सभासद नैतिक बन्धनमा बाँधिन्छन्। अन्तरिम संविधान २०६३ ले गरेको व्यवस्थाभन्दा एक दिन पनि बढाएर आफूलाई जनताको प्रतिनिधि भन्न पाउने अधिकार छैन। त्यसकारण दलहरूले सरकार चलाउने कुरामा भन्दा पनि संविधान निर्माणमा लाग्नुपर्छ। मुलुकको मुख्य एजेन्डालाई गौण बनाउनु राजनैतिक बेइमानी हो।

● चिठीपत्र ●

अहिले विभिन्न बुद्धिजीवीवर्ग, कानुनविद् तथा विशेषज्ञहरूको दिनचर्या नयाँ नेपालको संविधान निर्माण बित्ने गरेको छ। दैनिक कहीं न कहीं संविधानका विषयमा अन्तर्क्रिया भैरहन्छन्। बेला-मौकामा म पनि त्यस्ता ठाउँमा पुग्छु। मैले यसलाई नागरिक दायित्व सम्झिएको छु। विज्ञहरूले दलका ठूला नेता र सभासदहरूलाई निम्त्याउँदा रहेछन्। छलफल हुन्छ देश-विदेशका अनुभवका बारेमा। विभिन्न देशका अनुभव र मोडलहरू सुन्न पाउँदा खुसी हुन्छु। माननीय सभासदहरू पनि दङ्ग हुन्छन्, तर त्यस्ता छलफलमा प्रायः दलका ठूला र नाम चलेका नेताहरू आउँदैनन्। एउटा दलको आए अर्को दलको आउँदैनन्। कस्तो अचम्म ? सौता-सौता एक ठाउँमा बस्न नमानेजस्तो।

औपचारिक निम्तामा ती नेताहरू एक ठाउँमा भेट गर्न मुस्किल पर्ने हुनाले त्यस्ता संस्थाहरूले अनौपचारिक निम्तामा विज्ञहरूसहित अन्यत्र कहीं भेट्ने प्रबन्ध मिलाउनु बेस होला। त्यसका लागि काठमाडौंबाहिर अझ उपयुक्त हुन सक्छ। सके सातामा, नसके दुई सातामा र त्यो पनि नसके महिनाको एकपटक होस्। दिनभरि छलफल र राति सँगै बास। यो नेताहरूबीच घुलमिल गराउने उपाय हुन सक्छ। यसबाट सहकार्य, सहमति र सहयात्राको नवीकरण हुन सक्छ। राजनैतिक दलहरूमा सहमति भए नयाँ संविधान जारी गर्न लामो समय कुर्नु पर्दैन। संविधानसभाका विषयगत समितिले तयार पारेका मस्यौदामा केही कुरामा सामान्य हेरफेर गरे पुग्छ। हामी नागरिक समाजले संविधान नबनुन्जेल कुनै पनि सभासद, नेता, मन्त्री अनि प्रधानमन्त्रीलाई संविधान निर्माण कार्यक्रमबाहेक अन्य कार्यक्रममा अतिथि, मुख्य अतिथि नबनाऔं, समयको पावन्दीलाई ख्याल गरौं।

फुर्पा तामाङ, रसुवा

● तीतो सत्य ●

● ज्ञान पाएर ज्ञान नदिनु पनि पाप हो।

● साथी सहयोगी र उपकारी होस् अनि आफूलाई चिन्न सकोस्।

● हराएको वस्तु पाउँदाको अवस्था रमाइलो हुन्छ।

धर्मराज पौडेल, पोखरा

● सिर्जना बिनाको कलम र घाउ बिनाको मल्हमको केही महत्त्व हुँदैन।

● अज्ञानी हुनु खुसी रहनु हो।

● प्रत्येक मानिसमा हिंसाको भाव हुन्छ, विरोधको भाव हुन्छ, नक्कलको भाव हुन्छ। वैंश देख्दा हिंसाको भाव जाग्छ, दमन देख्दा विरोधको भाव जाग्छ र अनुशासन देख्दा नक्कलको भाव।

● सहनुको फल अमृत हो।

शिवप्रसाद तिम्सेना, कीर्तिपुर

● जुन पुरुषले आफ्नी श्रीमतीको इज्जत गर्न सक्दैन उसले कुनै पनि नारीलाई सम्मान दिन जान्दैन।

● जुन व्यक्तिले प्रेम सम्बन्धमा पूरा गर्न नसक्ने कसम खान्छ, बुझ्नुहोस् उसले झूटो माया गरिहेको छ।

मीनबहादुर परियार, सिरहा

'तीतो सत्य' स्तम्भका लागि आफूले देखेका, भोगेका कटु सत्य पठाउन हार्दिक अनुरोध छ।
–सम्पादक

● सहर चर्चा ●

पोखराका हेयर डिजाइनर

सडकमा हिँड्दा धेरै जना उनलाई नियालेर हेर्छन्। उनको अनौठो हेयर स्टाइल र आकर्षक लुक्सले नजर दौडाउन करै पनि लाग्छ। आफ्नो अलग परिचय बनाउने उनी हुन्– पोखराका हेयर डिजाइनर दिल सिंह। स्याङ्जा, मालुङ स्थायी घर भए पनि सिंहले पोखरालाई नै आफ्नो कर्मथलो बनाएका छन्। आफूले भनेजस्तै हेयर स्टाइल बनाउन पाएपछि फेसनेबल युवाहरू अहिले उनलाई खोज्दै गुरुङ हेन्डसम पार्लर पुग्छन्। आफ्नो लुक्ससँगै थरी-थरीको हेयर स्टाइलमा आफूलाई ढाल्न उनीकहाँ युवाहरूको लाम लाग्छ।

स्वदेशी मात्र होइन, विदेशी पनि उनको कला देखेर मख्ख पर्छन्। सात वर्षअघि भारतको मुम्बईमा रहँदा उनले हेयर डिजाइनको अनुभव सँगालेका हुन्। अर्काको देशमा आफ्नो सीप किन खर्च गर्ने भनेर उनी स्वदेश फर्किए। सिंह तीन वर्षदेखि गुरुङ हेन्डसम पार्लरमा हेयर डिजाइनरका रूपमा कार्यरत छन्। कुनै समयका मार्सल आर्ट खेलाडी २६ वर्षीय सिंह युवाहरूलाई यो पेसातर्फ आकर्षित गर्न हेयर डिजाइनसम्बन्धी तालिम पनि दिइरहेका छन्।

● मोडल वाच ●

सुनयनाको प्रतीक्षा

पाटन क्याम्पसमा स्नातक तह अध्ययनरत सुनयना शाक्य मोडलिङ क्षेत्रमा नयाँ नाम हो। मोडलसंसार डटकमका लागि फोटोसेसन गरेपछि उनको मोडलिङ यात्रा प्रारम्भ भएको हो। केही वर्षअघि राजधानीमा सम्पन्न मेघा मोडल कन्टेस्टमा पनि उनले सहभागिता जनाएकी थिइन्, तर परीक्षाका कारण निर्णायक प्रतिस्पर्धामा उनले भाग लिन पाइनन्। त्यसयता उनले कुनै पनि मोडलिङ प्रतियोगितामा भाग लिएकी छैनन्। 'प्रतियोगितामा भन्दा पनि फेसन शोमै क्याटवाक गर्ने योजना छ,' सुनयना भन्छिन्– 'विज्ञापन र म्युजिक भिडियोमा पनि काम गर्न इच्छुक छु।' पाटन, सुन्धारानिवासी सुनयना ठ्याक्कै ५ फिट अग्ली छिन्। क्याजुअल पहिरन लगाउन रुचाउने सुनयना आफ्नो शारीरिक बनावट एउटा राम्रो मोडलका लागि उपयुक्त भएको धारणा व्यक्त गर्छिन्। फुर्सदको समय इन्टरनेट सर्फिङमा बिताउने सुनयना टेलिभिजनका हास्यकार्यक्रम नियमित हेर्छिन्। वेबसाइटमा आफ्नो तस्बिर प्रकाशित भएपछि उनले केही विज्ञापनमा काम गर्ने प्रस्ताव पाएको बताएकी छिन्। 'कुरा भैरहेको छ,' उनी आशावादी छिन्– 'हेरौं, के हुन्छ ?'

● मुखाले ●

हामीले माओवादीलाई एक्ल्याएका छैनौं।

माधवकुमार नेपाल

संविधानका मूलभूत सिद्धान्तका सम्बन्धमा शीर्षतहमा सहमति आवश्यक छ।

निलाम्बर आचार्य

सर्वोच्चको फैसलालाई उपराष्ट्रपतिजस्तो गरिमा बोकेका व्यक्तिले सम्मान गर्न नसक्नु दुर्भाग्य हो।

झलनाथ खनाल

वैधानिक बाटोबाट आए माओवादीलाई स्वागत गरिन्छ।

केपी शर्मा ओली

संविधान लेखिने सम्भावना कमै छ।

भीमार्जुन आचार्य

सहमतिका आधारमा माधवजीले छोड्नुभयो भने पुष्पकमलजी प्रधानमन्त्री बन्न सक्नुहुन्छ।

विजय गच्छदार

माओवादीलाई पाखा लगाउने खेल ज-जसले खेलिरहेका छन्, उनीहरू संविधान लेख्ने पक्षमा छैनन्।

वामदेव गौतम

सक्रिय भएकैले विवादहरूले मलाई पछ्याइरहन्छ।

सुजाता कोइराला

माओवादीलाई गल्ती गरेको महसुस भएको छ।

कृष्णप्रसाद सिटौला

जहाँ शिक्षा र चेतनाको स्तर माथि छ त्यहाँ महिला र पुरुषको अधिकार बराबर छ।

मोहम्मदी सिद्दिकी

देश बनाउन राजनीतिमा आउनैपर्छ

तस्बिर: नवराज बाग्ले

मोती दुगड, सभासद् तथा उद्यमी

नेपाल सद्भावना पार्टीका तर्फबाट समानुपातिक सभासद मोती दुगड युवा उद्यमी हुन्। दुगड ग्रुपबाट उत्पादित सेन्चुरी मसला, सेन्चुरी चिया, सेन्चुरी ग्लुकोज तथा कुरकुरेका प्रमुख कार्यकारी दुगडले केमिकल, प्रिन्टिङ युनिट तथा पाइपसँग सम्बन्धित उद्योगमा पनि हात हालेका छन्। समाजसेवा तथा साहित्यमा रुचि भएका दुगडले आफ्ना उद्योगमा करिब ५ सयलाई रोजगारी दिएका छन्।

चर्चित उद्योगी–व्यवसायीहरू राजनीतिमा प्रवेश गरेपछि व्यवसाय कसले गर्ने ?

अब पहिलेजस्तो गल्लामा बसेर व्यवसाय गर्ने दिन छैनन् । उद्योग चलाउनेको भिजनलाई साथ दिने व्यावसायिक व्यक्तिहरू तयार भएका छन् । उद्योगी–व्यवसायीहरू यो देशका भिजन भएका व्यक्ति हुन् । उनीहरूको देशप्रति जिम्मेवारी छ । यो कुरा राजनैतिक दलहरूले पनि बुझेका कारण उनीहरू राजनीतिमा आएका हुन् ।

राजनीति त राजनीतिज्ञले मात्र गर्नुपर्ने होइन र ?

यो देशमा अहिलेसम्म कसले शासन गर्‍यो ? राजनैतिक प्राणीहरूले नै गरेका होइनन् र ? खै त के परिवर्तन आयो ? देश चलाउन राजनीति र अर्थव्यवस्था सँगसँगै जानुपर्छ । जबसम्म देशमा द्रुत आर्थिक क्रान्ति हुँदैन, राजनैतिक स्थिरता आउन सक्दैन । त्यसका लागि आर्थिक ज्ञान भएका उद्यमी–व्यवसायी राजनीतिमा सक्रिय हुनैपर्छ । जबसम्म उद्यमी–व्यवसायीको कुरा सुनिँदैन, देशमा राम्रो आर्थिक नीति बन्न सक्दैन । राजनीतिमा समावेश नगरी आ□नो कुरा सुन्ने संस्कार नभएपछि उद्यमी–व्यवसायीहरू पनि बाध्य भएर राजनीतिमा प्रवेश गरेका हुन् ।

तपाई देशको आर्थिक नीति बनाउन राजनीतिमा प्रवेश गर्नुभएको हो ?

हो, मेरा कारणले देशमा औद्योगिक वातावरण बन्न सक्छ भनेर मैले यतातिर हात हालेको हुँ ।

तपाईको विचारमा नेपालको आर्थिक नीति के हुनुपर्छ ?

हामी ठूलो आर्थिक घाटामा छौं । आयातमुखी व्यापारका कारण हाम्रो आर्थिक व्यवस्था सुदृढ हुन नसकेको हो, तसर्थ हामीसँग भएको क्षमतालाई उपभोग गर्ने आर्थिक नीति हुनुपर्छ । जस्तो पानी, खानी, जंगल, जडिबुटी र पर्यटन हाम्रा प्लस प्वाइन्ट हुन् । हामीले यी कुरामा फोकस गर्नुपर्छ । मैले बुझेको महत्वपूर्ण कुरा नेपालका राजनीतिज्ञ हीनताबोधले ग्रस्त छन् । नेपालीहरूमा विलपावरको कमी छ । हामी पनि केही गर्न सक्छौं भन्ने हिम्मत आउन आत्मविश्वास भरिनुपर्छ ।

व्यवसायीहरू राजनीतिमा प्रवेश गर्नुको पछाडि आफ्नो व्यवसायलाई मल–जल गर्नु हो भन्ने आरोप लाग्ने गरेको छ नि ?

अहिले ११ जना उद्योगी–व्यवसायी सभासद् बनेका छन्, ती सबै आफ्नो स्थानका चर्चित व्यक्ति हुन् । उनीहरूले आफ्नो काम गर्न राजनीतिको सहारा लिनुपर्ने आवश्यकता छैन । गलत व्यवसायीहरू पैसाकै भरमा काम गर्न सक्छन् । उनीहरूले राजनीतिमा प्रवेश गर्नै पर्दैन । हामीकहाँ उद्योगी–व्यवसायीलाई इज्जत गर्ने परम्परा छैन । दुई–चार व्यवसायी गलत भए भन्दैमा सबैलाई गलत देख्ने परम्परा छ । विशेष गरी कर्मचारीतन्त्र र व्यवसायीबीच तीक्तता छ । राजनीतिमा प्रवेश गरेपछि व्यवसायीलाई गलत देख्ने परम्परा कम हुँदै गएको छ । संसारका धेरै देशमा जब उद्योगी–व्यवसायीहरू राजनीतिमा प्रवेश गरे, त्यसपछि देशले प्रगति गरेको उदाहरण छ । हाम्रो मूल मुद्दा स्थिर राजनीति हो । बन्द, हड्तालले सबैभन्दा पीडित कोही छन् भने ती उद्यमी–व्यवसायी हुन् । उनीहरू राजनीतिमा पसेपछि बन्द–हड्तालको राजनीतिलाई कम गर्न सकिन्छ ।

अब तपाई राजनैतिक प्राणी कि व्यवसायी ?

म उद्योगी नै हुँ । यद्यपि मेरो व्यवसायलाई मेरी श्रीमतीले राम्रोसँग हेन्डल गरेकीले अब राजनीतिमा पूर्ण रूपमा लाग्ने योजना बनाएको छु ।

तपाई आफ्नो क्षेत्रमा लोकप्रिय हुनुहुन्छ, पटक–पटक विभाजनको सिकार हुने सद्भावना पार्टीमै किन प्रवेश गर्नुभयो ?

मेरो बुबा हरिसिंह दुगड र सद्भावना पार्टीका संस्थापक अध्यक्ष गजेन्द्रनारायण सिंहबीच राम्रो मित्रता थियो । उहाँ हाम्रो घर आइरहनुहुन्थ्यो । अर्को कुरा, सद्भावना पार्टी मधेसी मुद्दा बोक्ने सबैभन्दा पुरानो दल हो । अहिले सद्भावना पार्टीमा प्रतिबद्ध व्यक्तिहरू मात्र छन् । खराब व्यक्तिहरू लाखापाखा लागे । असल व्यक्तिहरू भएको दलबाट केही गर्न सकिन्छ कि भनेर मैले यसलाई रोजेको हुँ ।

मधेसवादी दलले मधेसको मात्र मुद्दा उठाउँछ, यसले तपाईंको विचारलाई कुण्ठित बनाउँदैन ?

मधेसवादी दलले मधेसको मात्र मुद्दा उठाउँछ भन्ने कुरा गलत हो । हो, सद्भावना पार्टीको मुख्य उद्देश्य नेपालमा बस्ने झन्डै ५० प्रतिशत जनताको आवाज उठाउनु हो । यद्यपि यसले नेपालको चिन्तन गर्छ । नेपाल नै नरहे केको मधेस ? नेपाली नै नभए कहाँको मधेसी ? नेपालको विकास नभै मधेसको मात्र कसरी विकास हुन्छ ? त्यसैले सद्भावना पार्टीमा प्रवेश गर्नेबित्तिकै सबै जनताको मन जित्न सकिँदैन भन्ने कुरा म मान्दिनँ ।

राजनीतिमा प्रवेश गरेपछि एउटा व्यवसायीको जीवनमा के परिवर्तन आउँदो रहेछ ?

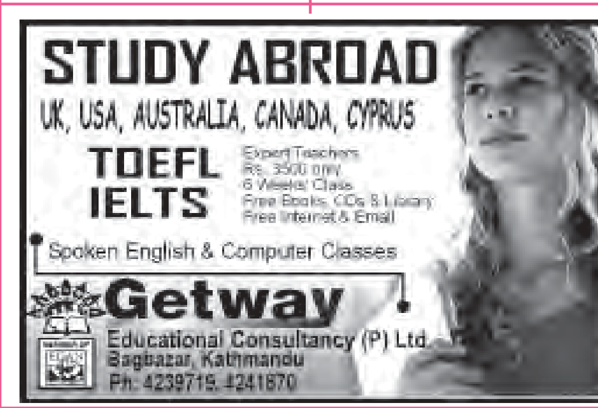
हिजो म १० घण्टा काम गर्थें । आज झन्डै १६ घण्टा खट्छु । हिजो आफ्नो व्यवसायलाई कसरी अघि बढाउने भन्ने चिन्ता हुन्थ्यो, आज समग्र आर्थिक मुद्दामा मेरो चिन्तन बढेको छ । राजनीति र अर्थव्यवस्थालाई कसरी मिलाउन सकिन्छ भनेर योजना बुन्छु ।

तपाईले उद्यमी व्यवसायी भिजन भएका व्यक्ति हुन् भनिरहनुभएको छ, अब उनीहरू राजनीतिमा आएपछि देशको अवस्था त राम्रो होला नि ?

देशको अवस्था त्यसबेला मात्र राम्रो हुन्छ, जुनबेला दण्डहीनताको अन्त्य हुन्छ, राजनैतिक स्थिरता हुन्छ, औद्योगिक वातावरण बन्छ, पूर्वाधारको विकास हुन्छ र वैदेशिक लगानी भित्रन्छ । यसका लागि उद्यमी–व्यवसायीहरू सहयोगी बन्न सक्छन् ।

– अश्विनी कोइराला

होटल तालीम
छुट्टा (%)
★Cook ★Waiter ★Bakery
★Housekeeping ★Front Office
★Bartender ★Coffee making ★Hotel Mgmt
★F & B Mgmt ★Airlines Ticketing
★Tour & Travel Mgmt ★Care giver
International Air Fares & Ticketing with
Abacus, Amadeus, Galileo
(International Certificate)
ओरिएण्टल हस्पिटालिटी (होटल)
एण्ड टुरिजम ट्रेनिङ्ग सेन्टर प्रा. लि.
नयाँ बानेश्वर (एभरेष्ट होटलसँगै)
फोन नं: ४४९३८०१, २०८२७३१
(बिहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)



बौद्धिक पलायन

शिव मुखिया

काठमाडौं– कहिले क्याम्पसका विद्यार्थीलाई विज्ञान पढाइरहेका त कहिले पुस्तक प्रकाशनको धपेडीमा। बेरोजगारीले थुप्रै युवा विदेश पलायन भैरहेका बेला उनलाई चाहिँ सधैं असारको पन्ध्र। 'फुर्सद निकाल्नै गाह्रो,' तेह्रथुममा जन्मी हुर्किएका अनि राजधानीलाई कर्मथलो बनाएका उद्धव चौलागाईंले सुनाए- 'बिहान-बेलुकी नै कामको धपेडी छ।' भौतिक विज्ञानमा स्नातकोत्तर चौलागाईं यो व्यस्त जीवनशैलीबाट मात्र पनि सन्तुष्ट छैनन्। त्यसैले त थप अध्ययनको बहानामा केहि वर्षभित्रै बिदेसिने योजनामा छन्। 'विद्यावारिधिका लागि विदेश जाने सोचमा छु' विशिष्ठ श्रेणिमा एमएस्सी गरेका चौलागाईंले भने- 'यहाँ बसेर शिक्षकसिवाय केही बन्न सकिँदैन।' सम्बन्धित विषय अध्ययनका लागि पर्याप्त स्रोत सामग्रीको अभाव हुने भएकाले बिदेसिने निर्णयमा पुगेका उनले बताए। त्यसो त आफूले चाहेको विषयमा विद्यावारिधि गर्न फ्रान्समा पूर्ण छात्रवृत्ति पाइने भएकाले पनि उनमा विदेश मोह जागेको रहेछ। 'त्यहाँ पूर्ण छात्रवृत्तिमा अध्ययन गर्न पाइन्छ,' चौलागाईंले भने- 'न अध्ययनका क्रममा स्रोत साधनको अभाव न त रोजगारीकै, त्यस्तो अवसर किन गुमाउने ?'

क्यारिबियन र जेभियर एकेडेमीमा पढाइरहेका लेखनाथ पौडेललाई आफ्नो कमाइप्रति कुनै गुनासो छैन। 'देशको स्थितिअनुसार यतिको कमाइलाई नराम्रो मान्न सकिँदैन,' केही वर्षअघि इटहरीबाट अध्ययनका सिलसिलामा राजधानी छिरेका पोखरेल भन्छन्- 'गुजारा चलिरहेकै छ।' तर यतिकै कमाइमा चित्त बुझाएर बसिरहने पक्षमा चाहिँ छैनन् उनी। 'अमेरिका जाने प्रक्रियामा छु,' खगोल विज्ञानमा स्नातकोत्तर पौडेल भन्छन्-'विद्यावारिधि गर्न त्यता जान लागेको,' कमाइ राम्रै छ, जीवन चलेकै छ तैपनि किन विदेश ? जवाफमा उनले दुईवटा कारण बताए- एक त नेपालको अन्यौलग्रस्त राजनैतिक अवस्था, अर्को 'प्रयोगात्मक एवं गुणस्तरीय शिक्षाले पनि विदेश मोह जागेको हो,' उनले थपे-'अवसरको खोजी त छँदैछ।' अध्ययनका लागि बाहिरिन लागेको बताउने पौडेल अध्ययन पूरा गरेपछि स्वदेश फर्कने कि नफर्कने कुनै टुंगोमा छैनन्।

रसायनशास्त्रमा स्नातकोत्तर रचना डाँगी पनि नेपाल बस्ने मनस्थितिमा छैनन्। झापाबाट स्नातकोत्तरका लागि राजधानी आएकी डाँगीले अमेरिकालाई आ□नो गन्तव्य बनाएकी छिन्। टोफेल र जीआरई गरिसकेपछि उनले अमेरिकाका लागि अप्लाई गर्नेछिन्। विद्यावारिधि गर्न अमेरिकाले पर्याप्त सेवा-सुविधा उपलब्ध गराउने भएकाले उनको मन यहाँ नअडिएको हो। 'यहाँ केही सुविधा छैन, कसरी विद्यावारिधि गर्ने ?' नेपालको अवस्थाप्रति तीतो पोख्दै उनले भनिन्- 'त्यसैले अमेरिका जाने सोच बनाएकी।' राजधानीकै नेसनल स्कुल अफ साइन्स र कोलम्बस इन्टरनेसनल कलेजमा पढाइरहेकी डाँगी अध्ययनपछि परिस्थिति अनुकूल रहे विदेशमै केही वर्ष बिताउने बताउँछिन्। 'राम्रै अवसर पाए किन छाड्ने ?' उनले भनिन्- 'दुई-चार वर्ष उतै बसिन्छ।' नेपालमा योग्यताअनुरूपको रोजगारी पाउन सम्भव नरहेको बताउँछिन् उनी। 'अध्ययनपछि नेपाल आएर पनि काम नपाइने भएकाले धेरै जना उतै बस्छन्,' -रचना भन्छिन्। अमेरिकाले स्नातकोत्तर गर्ने विद्यार्थीलाई पूर्ण छात्रवृत्ति दिने भएकाले पनि उनी नेपाल छाड्ने मनस्थितिमा पुगेका हुन्। 'खान, बस्न र पढ्न दिएको छात्रवृत्तिबाट बचत पनि गर्न सकिन्छ भन्ने सुनेकी छु' रचना भन्छिन्।

मोरङका धीरज थापा मगर नेपालको प्रतिकूल अवस्थाबाट चिन्तित छन्। सधैंको बन्द, हड्ताल, अकासिँदो महँगी र अस्थिर राजनीतिले गर्दा धेरै नेपालीको भविष्य असुरक्षित बनाएको उनको ठम्याइ छ। त्यसैले आफ्नो भविष्य सुरक्षित गर्न बिदेसिने सोचमा पुगेका छन् उनी। सूक्ष्म जीव विज्ञानमा स्नातकोत्तर थापाले पनि थप अध्ययनको बहानामा स्वदेश छाड्ने भएका हुन्। नेपालमा पर्याप्त उद्योगधन्दा भएको भए त्यसैमा रोजगारी मिल्न सक्थ्यो, तर भएका सीमित उद्योग-धन्दाहरू पनि धराशायी बन्दै गएपछि उनी नेपाल नबस्ने मनस्थितिमा पुगेका हुन्। 'सूक्ष्म जीवविज्ञान अध्ययन गरेकाले फार्मेसी, वाटर क्वालिटीजस्ता क्षेत्रमा काम गर्न सक्छन्,' उनले भने- 'तर यहाँ जनशक्तिको अभाव भए पनि कामको अवसर छैन।' छात्रवृत्तिमा अध्ययन पनि गरिने र कमाइ पनि राम्रै हुने भएकाले उनमा विदेश मोह जागेको हो।

ऋषि पौडेल र सुधा आचार्य अध्ययनको सिलसिलामा विराटनगरबाट राजधानी भित्रिएका हुन्। भौतिक विज्ञानमा स्नातकोत्तर गरिरहेका ऋषि परिस्थितिले साथ दिए अध्ययनलाई निरन्तरता दिन बिदेसिने सोचमा छन्। ऋषिको भन्दा भिन्न सोच छैन सुधाको पनि। प्राणीशास्त्रमा स्नातकोत्तर सुधा छात्रवृत्ति मिले अध्ययनका लागि बिदेसिने मुडमा छिन्। जेभियर इन्टरनेसनल कलेजमा प्राणीशास्त्र अध्यापन गराइरहेकी सुधा भन्छिन्- 'नेपालमै विद्यावारिधि गर्दा थुप्रै खर्च लाग्ने भएकाले पनि बिदेसिनुपरेको हो।' विगतदेखि नै जनावरको विषयमा खोज-अनुसन्धान गर्ने रहर पालेकी सुधाले स्नातकोत्तरमा पनि यही विषय रोजिन्। 'जीव विज्ञान अध्ययन गरेका व्यक्तिका लागि सरकारी सेवामा काम छैन,' उनी भन्छिन्-'त्यसैले कलेजमा पढाउनुभन्दा अर्को विकल्प छैन।'

यता ऋषि नेपालको शान्ति-सुरक्षा ठीक नभएकाले थुप्रै बौद्धिक जनशक्ति विदेश पलायन हुने गरेको बताउँछन्। 'यहाँ केही गर्छु भन्नेहरूका लागि सुरक्षा छैन,' ऋषि भन्छन्- 'सधैं डर-त्रास बोकेर कसरी बाँच्ने ?' विद्यावारिधि गर्न विदेश गएकाहरू नेपाल नफर्कनुको मुख्य कारण नै शान्ति-सुरक्षाको अभाव हो भन्छन् उनी। त्यसो त विदेशमा पर्याप्त आर्जन गर्न सकिने भएकाले पनि अध्ययनको सिलसिलामा बिदेसिएकाहरू नेपाल फर्कन नचाहेका उनको तर्क छ।

खासगरी विज्ञानमा स्नातकोत्तर गरिसकेका विद्यार्थीहरू अध्ययनको बहानामा देश छाड्ने गरेका छन्। नेपालमै विद्यावारिधि गर्दा सरकारी सहयोग नमिल्ने, स्रोत-साधनको अभाव हुने र पढाइसक्न वर्षौं लाग्न सक्ने भएकाले विदेश नै उपयुक्त गन्तव्य बन्ने गरेको अधिकांश विद्यार्थीको भनाइ छ। 'नेपालमै विद्यावारिधि गर्न सम्भव छैन,' अधिकांशको आरोप यस्तै छ। त्यसो त विज्ञानमा स्नातकोत्तरसम्मको अध्ययन पूरा गर्दा थुप्रै आर्थिक एवं बौद्धिक लगानी गर्नुपर्ने हुन्छ। 'ती सबै लगानी क्याम्पसमा पढाएकै भरमा उठाउनुपर्ने बाध्यता छ,' नयाँ बानेश्वरस्थित कोलम्बस इन्टरनेसनल कलेजमा पढाइरहेका उद्धव भन्छन्- 'यहाँ आफूले पढेको विषयमा थप अनुसन्धान छैन।' यस्तो अवस्थामा अमेरिकालगायत युरोपियन मुलुकका विश्वविद्यालयले उपलब्ध गराउने पूर्ण छात्रवृत्तिले प्रोत्साहन मिलेको छ। 'विद्यावारिधि गर्न ती मुलुकमा पूर्ण छात्रवृत्ति पाइन्छ,' धीरज भन्छन्- 'यसरी पाइएको छात्रवृत्तिले आफ्नो अध्ययन मात्र पूरा हुँदैन, पैसा पनि बचत हुन्छ।'

नराम्रो खबर पनि राम्रोसँग सुनाउन सकिन्छ

संसारमा सबैलाई विभिन्न समस्याले सताइरहन्छन्। दुखद् स्थितिलाई सहनु जति कठिन हुन्छ त्योभन्दा गाह्रो कार्य हो नराम्रो खबर सुनाउनु।

कतिपय अवस्थामा नराम्रो खबर कुबेलामा सुनाउन पुगिन्छ। त्यसले जीवनभरि पश्चाताप गर्नुपर्ने हुन सक्छ।

नराम्रो खबर कसैलाई सुनाउनुअघि आफ्नो मोबाइल अफ गर्नुपर्छ। नराम्रो खबर कसैलाई सुनाउनुअघि बीचमा व्यवधान गर्ने कुराबाट सतर्क रहनुपर्छ।

घटना सुनाउनुअघि घटनाको वास्तविकता राम्रोसँग बुझ्नुपर्छ। परिस्थितिको अवलोकन गर्नुपर्छ। सुन्ने व्यक्ति दुःखद् समाचार सुन्न मानसिक रूपमा तयार छ-छैन, भन्ने कुरामा विचार पुऱ्याउनुपर्छ।

स्वयं आफूलाई सुन्ने व्यक्तिको स्थितिमा राखेर, उक्त खबरले उसमाथि पर्नसक्ने असरका सम्बन्धमा अनुमान लगाउनुपर्छ। यो स्थितिमा विज्ञका रूपमा नभै एक सामान्य व्यक्तिसरह सोच्नुपर्छ। खबर सुनाउँदा, तपाईं स्वयंले पनि असहज महसुस गरिरहनुभएको छ भन्ने अनुभूति उक्त व्यक्तिमा पर्ने वातावरण बनाउनुपर्छ।

आफ्नो प्रारम्भिक वाक्यमा ध्यान दिनुपर्छ। आफूले भन्न खोजेको कुरा अलिकति घुमाउरो तर घटना स्पष्ट हुने गरी बताउनुपर्छ।

आफ्नो कुरा व्यक्त गर्नुपूर्व नराम्रो खबर सुन्ने व्यक्तिको उमेर, शारीरिक एवं मानसिक अवस्थाका सम्बन्धमा राम्रोसँग बुझ्नुपर्छ। नराम्रो खबर भरसक फोनबाट सुनाउनुहुँदैन। आफ्नो कुरालाई अत्यन्त सावधानी एवं संयमतापूर्वक व्यक्त गर्नु बुद्धिमानी हुन्छ।

पहिले व्यक्तिको कुरा सुन्नुपर्छ अनि आफ्नो कुरा भन्नुपर्छ, यसबाट वातावरण केही हदसम्म सहज बन्छ।

भरसक आफू स्वयं भावुक हुनुहुँदैन। आफूलाई सम्हाल्न सके मात्र अरूलाई सम्हाल्न सकिन्छ।

नराम्रो खबरलाई सीधै व्यक्त गर्नु राम्रो होइन। थोरै औपचारिकतापछि सहज रूपमा खबरलाई सम्प्रेषण गर्नुपर्छ। नराम्रो घटनाको सामना गर्नुभन्दा नराम्रो

खबर प्रवाह गर्नु कठिन कार्य हो। यो हतारमा गरिने कार्य होइन। नराम्रो खबर सुनाउनुपूर्व स्वयंलाई मानसिक एवं भावनात्मक रूपले तयार पार्नुपर्छ। त्यसपछि सहजता, संयमता एवं सावधानीपूर्वक सन्देश सुनाउनु राम्रो हुन्छ।

उद्घोषण तालिम
RJ/ VJ/ MC
पूर्णरुपले practical र स्टुडियो केन्द्रित रेडियो, टेलिभिजन, प्राविधिक तथा पत्रकारीता तालिम
रेडियो कर्मीद्वारा संचालित उद्घोषण तालिम केन्द्र
ख्याती प्राप्त संचारकर्मी दिनेश डि.सी.का साथमा
रुपेश श्रेष्ठ, मृदुला खनाल, मुनाल शिशिर
राज श्रेष्ठ, दिपक समिर, सन्तोष खनाल
केशबजङ्ग पाण्डे, नबिन लुंइटेल, अमित अधिकारी
BIKALPA THE OPTION फोन: ०१-४४९०१६८
बगबजार, काठमाडौं (श्रेष्ठ टेलरिङ्गको दाहिनेपट्टि)
रु.१०००/- छुट सहित
विकल्प FM TIME मा कार्यक्रम चलाउने १००% ग्यारेण्टी

अपूर्व धमाका !
के तपाई विदेश जान भनेर भौतारी रहनु भएको त छैन ? अथवा Part Time या Full Time Job को खोजीमा हुनुहुन्छ ? त्यसो भए आउनुहोस हामीसंग मिलेर आँफै लगानी गरी हाम्रो प्रोजेक्टमा काम गर्न सक्नु हुने छ। यदि प्रोजेक्टमा आँफै काम गर्न भएको खण्डमा तपाईले काम गरे बापत मासिक तलब पनि पाउनु हुने छ। यसबाट तपाईले ३ वर्षमै आफ्नो व्यक्तित्व बनाउन सक्नु हुने छ। साथै ग्यारेण्टीका साथ लगानीको मुनाफा ४ वर्षमा दोब्बर पाउन सक्नु हुने छ। ९७७१४३२९८५
E-mail: mtebde_nepal@yahoo.com

लाहुरे
के हजुरहरु U.K. Army, Singapore Police मा भर्ती हुनको लागि १५ दिने स्पेशल कोर्ष गर्न होम ट्यूशन चाहिएमा आफ्नो व्यक्तिगत विवरण सहित सम्पर्क राख्नुहोला। धरान, पोखरा, सुर्खेत र नेपालगञ्ज
तुल :- ९८४१९७३६९२
E-mail: cokies1@yahoo.com

अग्रजको अनुभव
पछिल्लालाई पृष्ठपोषण

राम्रो उच्च शिक्षा हासिल गरी आफ्नो भविष्य सुदृढ बनाउने मीठो आशा लिई विद्यार्थीहरू कलेजको यात्रा गरिरहेका छन्। फलामे ढोका खोलेर त्यसपछि देखिने प्रशस्त बाटामध्ये आफूलाई उपयुक्त हुने खालको विषय रोजेर विद्यार्थीहरूले आफ्नो उच्च शिक्षा सुरु गरिसकेका छन्। कक्षा ११ मा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई पढाइको महत्त्व त पक्कै हुन्छ तथापि विद्यार्थीहरूलाई पढ्न कस्तो विधि अपनाउनुपर्छ भन्ने विषयमा भने त्यतिसारो ज्ञान नहुन सक्छ। कसरी, कस्तो विधि अपनाएर आफ्नो रकम, किताब, कापी, कोठा, आफ्नै 'गेटअप', कपडा तथा महत्त्वपूर्ण रूपमा समयको व्यवस्थापन गर्ने भन्ने विषयमा आफूभन्दा ठूला दाइ-दिदीहरूको अनुभवलाई पृष्णपोषणका रूपमा लिएर अघि बढ्न सकिन्छ। सबै कुराको राम्रो व्यवस्थापन गर्न सके कलेज जीवन पनि उही पुरानै स्कुले जीवनसरह लाग्नुका साथै सरल रूपमा आफ्नो पढाइको गति बढाउन सकिन्छ।

एसएलसी परीक्षामा उत्तीर्ण भएपछि केहीले लक्ष्य निर्धारण गरेर आफूलाई उपयुक्त हुने खालको कलेज र विषय छनौट गरे पनि केहीले साथीभाइको लहैलहै, अज्ञानता तथा अभिभावकको दबाबमा परेर कुनै विचारै नगरी छनौट गरे। अर्कातर्फ कोही भने आफू प्रवेश गरेको संकायमा चित्त नबुझेर संकाय फेर्ने सुरमा समेत देखिन्छन्। बीचमा गएर संकाय फेर्नु, आफूलाई चित्त नबुझेको संकायमा अध्ययन गर्नु दुवैले हानि मात्र गर्छ। यही हुनाले नै पहिले आफ्नो लक्ष्य निर्धारणलाई प्राथमिकता दिइएको हो। अब भने रोजेको संकाय तथा विषयमा कसरी उत्कृष्टता हात पार्ने भन्ने विषयमा ध्यान दिने समय हो। समयमा ध्यान नपुऱ्याउनाले पछि गएर पछुतो मान्नुपर्ने समयसमेत आउन सक्छ। त्यसैले पनि अग्रजहरूको अनुभवलाई पनि प्रेरणाका रूपमा लिई आफ्नो बाटोमा विना बाधा-व्यवधान हिंड्नुपर्छ।

कक्षा ११ को परीक्षा दिएर बाह्र कक्षामा अध्ययनरत दिवस भण्डारी ११ को पढाइ त्यति राम्रो नभए पनि त्यो अनुभवबाट आफूले उपयुक्त ज्ञान प्राप्त गरेको भन्दै कक्षा १२ मा कसरी पढ्ने भन्ने कुरा थाहा पाएको बताउँछन्। 'सुरुमै कसरी पढ्ने भन्ने कुरा धेरैलाई थाहा नहुने रहेछ,' भण्डारी भन्छन्, 'कक्षा ११ मा प्रवेश गर्दा अल्लारेजस्तै भइने रहेछ। स्कुलजस्तै लाग्दो रहेछ, अलिअलि 'होमवर्क' मात्र गरियो। कलेजले लिने परीक्षालाई पनि त्यति महत्त्व दिइएन। अन्त्यमा 'बोर्ड इग्जाम' आएपछि मात्र पढ्न थाल्दा त दाँतबाटै पसिना आयो, तर अन्तिम चरणमै भए पनि एक महिना कतै नगै एकाग्र भएर पढें।' अन्तिम चरणमा मात्र पढेर परीक्षामा अपेक्षाअनुसारको प्रस्तुत गर्न नसकिने कुरा बताउँदै कक्षा बाह्रमा सुरुदेखि नै लगनशील भएर पढ्नुपर्ने कुराको बोध आफूलाई भएको भण्डारी बताउँछन्। उनले अबका दिनमा सफलता प्राप्तिका लागि अहिलेदेखि नै समयतालिकाअनुरूप पढ्न थालेको पनि बताए।

अर्का विद्यार्थी विष्णुप्रसाद पन्थी पढ्दै जाँदा अनुभव थपिँदै जाने कुरा बताउँदै पुराना अनुभवलाई व्यवहारमा लागू गर्न सके केही गाह्रो नहुने बताउँछन्। 'प्लस टु' उत्तीर्ण भैसकेका पन्थी भन्छन्, 'प्रत्येक फरक क्षणमा फरक-फरक अनुभव प्राप्त हुन्छ। अहिले म 'प्लस टु' उत्तीर्ण भएको छु, ११ र १२ मा छुट्टाछुट्टै अनुभव प्राप्त गरियो। 'प्लस टु' मा कसैबाट राम्रो दिशानिर्देश भएन भने अलि गाह्रै पर्ने रहेछ। अझ १६-१७ वर्षको उमेर भनेको लाऊँलाऊँ र खाऊँखाऊँ हुने उमेर रहेछ, सबैभन्दा मै ठूलो हुँ जस्तो लाग्दो रहेछ।' एघारको अन्तिम चरणमा दुःख पाएको सम्झंदै पन्थी भन्छन्, 'परीक्षाको समयमा मात्र खट्दा त धेरै गाह्रो हुने रहेछ। अन्तिम क्षणमा गएर चाहिँ अलिअलि पढ्नुपर्छ भन्ने लाग्न थाल्यो, अनि १२ मा सुरुदेखि नै पढाइमा ध्यान दिएर ११ मा भन्दा करिब नौ प्रतिशत बढी अंक ल्याएँ।'

स्कुल र कलेजका आन्तरिक परीक्षासमेत गन्दा करिब साठीवटा परीक्षा दिएका तथा अहिले स्नातक तहसमेत उत्तीर्ण भएका प्रेमप्रसाद श्रेष्ठ आफ्नो एक छिमेकी दाजुले प्रवीणता प्रमाणपत्र तहमा राम्रो मार्गनिर्देश गरेकाले आफू पढाइबाहेक अन्य बाह्य कुरामा नभड्केको बताउँछन्। एसएलसीपछिको समयमा आफूले मन नडुलाएकाले सफलता प्राप्त गरेको कुरा व्यक्त गर्ने श्रेष्ठ भन्छन्। केही कुरामा बाधा-व्यवधान आए म उहाँसँगै सोधखोज गर्थें। उहाँ पनि आफ्ना अनुभव सुनाएर मलाई प्रेरणा दिनुहुन्थ्यो।

अन्तिम चरणमा मात्र पढेर सफलता हात पार्न नसकिने कुरालाई ध्यानमा राखी पहिलेदेखि नै आफ्नो समय अध्ययनमा व्यतीत गर्नुपर्छ अनि आफ्नै दाजु, दिदी, कलेजका 'सिनियर' विद्यार्थी तथा अन्य नातेदारहरूसँगबाट कसरी पढ्दा उपयुक्त हुन्छ भन्ने कुरालाई नै आफ्नो कुराकानीको विषय बनाउनुपर्छ। उहाँहरूले कसरी पढ्दा कस्तो नतिजा प्राप्त गर्नुभयो भन्ने विषयमा पनि त्यत्तिकै ध्यान पुऱ्याई सबैका राम्रा पक्षलाई आफ्नो शैक्षिक जीवनमा लागू गर्नुपर्छ।

गन्तव्यको निर्धारण नगरी हिंड्दा पनि बीचैमा रोकिनुपर्ने स्थिति सिर्जना हुन सक्छ भने हतारमा हिंड्न खोज्दा पनि लड्न सकिन्छ। अर्कातर्फ बाटामा फूलहरू पनि छन् भने काँडाहरू झन् धेरै छन्। काँडाहरूसँग जोगिंदै हिंड्ने हो भने अवश्य पनि फूललाई भेट्न सकिन्छ। सबै कुरालाई मध्यनजर गर्दै अघि बढ्ने हो भने आफ्नो गन्तव्यमा पुग्न गाह्रो हुनेछैन।

सागर शर्मा

टेलिफोनबाट जागिर

हिंजोआज टेलिफोनबाट अन्तर्वार्ता लिने चलन बढ्दै गएको छ। कुनै पनि कम्पनीले नयाँ कर्मचारी राख्नुअघि यस्तो अन्तर्वार्ता लिन्छन्। प्रारम्भिक रूपमा यसरी अन्तर्वार्ता लिएपछि बल्ल अन्य प्रयोजनका लागि बोलाइन्छ। नयाँ चलन भएकाले अन्तर्वार्ता दिनेले पनि विशेष सतर्कता अपनाएर प्रश्नको उत्तर दिनु आवश्यक छ। त्यसैले टेलिफोन अन्तर्वार्ता दिंदा गर्न हुने र नहुने विषयका बारेमा केही जानकारी राखेर त्यसलाई व्यवहारमा उतार्नु आवश्यक छ।

- कुनै पनि कम्पनीका लागि आवेदन दिँदा आफ्नो सबैभन्दा पछिल्लो अर्थात् नयाँ फोन नम्बर र विस्तृत व्यक्तिगत विवरण दिनुपर्छ। यसो हुँदा अन्तर्वार्ता लिने व्यक्तिले चाहेको कुनै पनि समयमा आफूसँग सम्पर्क गर्न सक्छ।
- अन्तर्वार्ता दिनुअघि आफ्नो परिवारका सदस्यलाई यसको प्रयोजनका बारेमा जानकारी दिनुपर्छ। यसो हुँदा यो कति महत्त्वपूर्ण छ भन्ने कुरा सबैले थाहा पाउँछन् अनि अन्तर्वार्ताको बेला हल्ला नगरी सहयोग पनि पुऱ्याउँछन्।
- जुन कम्पनीका लागि अन्तर्वार्ता दिँदै हुनुहुन्छ, त्यसको प्रोफाइल थाहा पाउनुपर्छ। त्यसैगरी कम्पनी कस्तो छ भन्ने विषयमा पनि जानकारी राख्नुपर्छ।
- कुनै कुरामा खुसी लागे पनि, रिस उठे पनि आफ्नो आवाजलाई संयमित राख्ने प्रयास गर्नुपर्छ। आफूले अगाडि नै बसिरहेको कुनै व्यक्तिलाई अन्तर्वार्ता दिइरहेको सम्झनु उपयोगी हुन्छ। छिटो-छिटो नबोली बिस्तारै बोल्नुपर्छ।
- अन्तर्वार्ता दिंदा शान्त स्थानमा बस्नु आवश्यक छ। यस्तो स्थानमा सम्बन्धित कुनै नोट पढ्न सकिन्छ। त्यसैगरी आफ्नो ध्यान पनि एकीकृत हुन्छ।
- कुनै कुरामा अड्किने सम्भावना भए सहयोगका लागि डिक्सनरी वा अन्य पुस्तक अगाडि राख्न सकिन्छ।
- बायोडाटालाई आफ्नै अगाडि राख्नुपर्छ। त्यसो भए आफ्ना बारेमा जानकारी दिन सजिलो हुन्छ।
- टेलिफोन अन्तर्वार्तामा कुनै कुरा भन्न छुटेको भए पनि आत्तिनु हुँदैन। यदि आफ्नो कुरा व्यक्त गरिसक्नुभएको छ र अर्कातिरबाट कुनै प्रतिक्रिया आएन भने धेरै कुरा भन्नु आवश्यक छैन।
- यदि कान कम सुन्नुहुन्छ भने पनि नआत्तिई अन्तर्वार्ता दिनुहोस्। सुरुमै यो कुरा बताएर निश्चिन्त हुनुहोस्। कान कम सुन्नेहरूले पनि सजिलैसँग अन्तर्वार्ता दिन सक्छन्।
- टेलिफोन अन्तर्वार्तामा हाच्छिउँ गर्ने वा खोक्नेजस्ता समस्याबाट सकेसम्म बच्नुपर्छ। यदि त्यस्तो भैहाले पनि एक्स्क्युज मी भन्न छुटाउनु हुँदैन।
- टेलिफोन अन्तर्वार्ता दिंदा कुनै चीज खाने वा पिउने काम गर्नु हुँदैन।

होटेल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट अनुभव प्राप्त गरी आउनुभएका प्रशिक्षक द्वारा पनि प्रशिक्षण दिईन्छ
Cook, Waiter, Waitress, Bakery, Barman, Captain, Front Office, House keeping (Room Boy), Supervisor, Care Giver, Domestic Helper तथा सम्पूर्ण Hotel Management सम्बन्धि तालिम दिइन्छ।
www.modernhoteltraining.com.np
Modern Management Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center Pvt. Ltd. महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल- Ktm
Ph:- 4363215, 2315801

ENGLISH LANGUAGE TRAINING
छिटो अनि राम्रोसँग American Method मा सिकाइने १ मात्र English, Japanese, Spanish, Chinese, German तथा French Language Training संचालन गरिंदैछ।
३ महिना भित्र राम्रोसँग बोल्न सक्ने बनाउने विश्वास दिलाउछौं।
BUD LANGUAGE INSTITUTE
जमल रानी पोखरी, विश्वज्योति हलसँगै
Tel - 4249576

१०० % रोजगारमुलक
दशैं तिहारको विशेष अवसरमा
● कुक - ४५,०० /- ● वेटर - १५०० /-
● सेक्यूरीटी गार्ड -१५,०० /-
● हाउसकिपिङ/रुम ब्वाय - २,००० /-
होटल तालिम कामना
कोटेश्वर
४६०१८७८, ४६००३३५

सस्तो सौन्दर्यका सामानहरू
१) जाड रक्सी छुटाउन र चाउरीपना हटाउन
२) अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit)
३) स्तन बढाउने, घटाउने र टाईट गर्ने।
४) हाइट बढाउने
५) चाँया, पोतो डण्डीफोर हटाउने।
६) कपाल झर्न रोकी उमार्ने तेल।
७) मोटोपन घटाउन र बढाउन।
होम डेलिभरी
संजिवनी आयुर्वेद
कोटेश्वर, मोवाईल: ९८४१६४८९२७

केयर गिभर कुक र होटल तालिम
कुक, केयर गिभर, हिब्रु भषा, बेकरी, वेटर, रूममेड, सेल्स ब्वाई/गर्ल्स
अमेरिका, जापान, अष्ट्रेलिया जानेहरुको लागि विशेष तालिमको व्यवस्था
५ तारे होटलमा ट्रेनिङ्को व्यवस्था
इजरायल खुल्यो
KIHM
कुपण्डोल, थापाथली पुलनजिक, ललितपुर
Tel: 5523648, 2111340

होटल तालिम विशेष छुटमा
२००३ मा स्थापित
नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त, पाँचतारेको प्रशिक्षक
Worldwide valid Certificate
Japan, UK, Australia, Canada, Europen देशमा Working Visa, Student Visa मा जानेलाई
Part time & Full time job को लागि SPECIAL CLASS भैरहेछ
COOK (1, 2, 3, 6 month), WAITER (1, 2, 3 month) Barman, Bakery, Tandoori, Salesman, Receptionst, House Keeping, Diploma in Hotel Mgmt., F & B Mgmt., Coffee, Juice maker, Roomboy, Bellboy, House Wiring, Plumber etc.
- ३ महिने कुकमा FREE ENGLISH LANGUAGE
- थप Industrial Training लाई Star Hotel मा पठाइने
- आफ्नै FIVE STAR STANDARD RESTAURANT भएको
- जागिरको व्यवस्था स्वदेश र विदेशमा सहयोग गरिने।
- Student Visa, Work Permit, PR, DV lottery मा जानेलाई विशेष तालिम
Student Visa मा जानेलाई Special Discount
र्‍याडीसन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
बागबजार, पि.के.क्याम्पसपछिको दोस्रो घर रत्नपार्क तर्फ
4247165, 2200889, 9841-891131
साहारा होटल तालिम सेन्टर
(Sahara School of Hospitality Mangement and Toursim Nepal)
नयाँ बानेश्वर, शिवदर्शन हल अगाडि, अंखरबोट मार्ग
2040782, 016200757, 98510-93629
र्‍याडीसन होटल तालिम सेन्टर
नयाँ बानेश्वर, BICC पानी ट्याङ्किको ठीक अगाडि
4464720, 9841-891131, 98510-93629

ल्यापटप कसरी चलाउने ?

- ल्यापटपलाई सकेसम्म समतल कडा सतहमा राखेर चलाउनुपर्छ। प्रायः ल्यापटपको तल ताप घटाउने पंखा रहने हुनाले ओछ्यान तथा सोफाजस्ता नरम सतहमा उक्त प्वाल टालिई ल्यापटप बढी तात्छ। चिस्याउन पंखा धेरै चलाउँदा बढी ब्याट्री खपत हुनसक्छ।
- ल्यापटपको स्क्रिनको माथिल्लो भागलाई आँखाको समानान्तर पारेर २० देखि २५ सेन्टिमिटर दूरीमा राखेर चलाउँदा आँखालाई आराम मिल्छ।
- स्क्रिनको चहक सकेसम्म थोरै ५० प्रतिशतजति बनाएर चलाउँदा आँखा खाँदैन, साथै ब्याट्री बढी समय चल्न सक्छ।
- ल्यापटपको ट्र्याकप्याड चलाउदा सकेसम्म हात सुख्खा राखेर चलाउँदा बढी सजिलो र दाग लाग्ने सम्भावना कम हुन्छ।
- ल्यापटपलाई धेरै बेरसम्म काखमा राखेर चलाउँदा धेरै तातो भएर पर्न सक्ने असरप्रति सचेत हुनुपर्छ। केही बेर काखमै राखेर चलाउँदा फरक नपरे पनि लामो समयसम्म वा आफूलाई अप्ठ्यारो हुँदाहुँदै काखमा राखेर चलाउँदा प्रजनन स्वास्थ्यमा समेत नकारात्मक असर पर्नसक्छ।

ल्यापटपलाई आवश्यक पर्ने Accessories हरू :

प्रायः ल्यापटपको हार्ड डिक्सको आयतन थोरै हुने र ल्यापटपबाट कम्प्युटर वा अर्को ल्यापटपमा फाइलहरू आदान-प्रदान गरिरहनुपर्ने हुँदा एउटा पोर्टेबल भए निकै सजिलो हुन्छ। साथै पोर्टेबल हार्ड डिस्कमा आफ्ना महत्त्वपूर्ण फाइल एवं प्राविधिक गडबडीका कारण फाइल हराउनसक्ने समस्याबाट छुट्कारा पाउन सकिन्छ।

हेडफोन : प्रायः ल्यापटपका स्पिकरहरू साना र आवाज ठूलो नदिने खालका हुन्छन्। ल्यापटप अत्यन्तै निजी रहने हुनाले वरपरका मानिसहरूलाई आफ्नो व्यक्तिगत रुचिले असर नपरोस् भनेर एउटा हेडफोन साथमा राख्नु उचित हुन्छ।

एलसीडी मनिटर : यदि एकैपटक कम्प्युटरमा धेरै काम गर्नुपर्छ अथवा ल्यापटप डेस्कटपजस्तै प्रयोग गरिन्छ भने एउटा १७ वा १९ इन्चको एलसीडी मनिटर किन्ने। यसो गर्दा दुई छुट्टै स्क्रिनमा विभिन्न कार्य गर्न एकैसाथ सकिन्छ। यसबाट एउटा किबोर्ड र माउस पनि साथसाथै प्रयोग गर्न सकिन्छ।

एक्स्ट्रा ब्याट्री : बिजुली धेरै समयसम्म उपलब्ध नहुने अवस्थामा एक्स्ट्रा ब्याट्री किन्दा अर्थ धेरै काम र डबल फाइदा हुनसक्छ। साथै ल्यापटप लिएर जहाँ बस्दा पनि घुसार्ने ठाउँ खोजिरहनुपर्ने झन्झटबाट छुट्कारा पाइन्छ।

गतिलो झोला : सामान्यतः सधै अथवा विशेष परिस्थितिमा ल्यापटप बोकेर हिंडनुपर्ने हुन्छ, यसरी बोकेर हिंड्दा ल्यापटपको सुरक्षामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ। कमसल खालको झोलामा ल्यापटप बोकेर हिंड्दा हल्लिएर हुन सक्ने असर कम गर्न बलियो-छरितो झोला किन्नुपर्छ। आफूलाई चाहिने सामान राख्न यथेष्ट ठाउँ भएको झोला नर्थ फेस वान पोलर स्यामसोनाइट र डकोटाजस्ता मोडलमा उपलब्ध छ।

कन्भर्टर : भित्तामा हुने प्लगमा एकरूपता नहुने हुँदा ल्यापटप बोकेर हिंड्दा चार्ज गर्न नपाइने हुनसक्छ। यो झन्झटबाट मुक्त हुन सधैं एउटा कन्भर्टर प्लग साथै राख्नु उचित हुन्छ। सबै ल्यापटपको स्क्रिन अथवा प्रोजेक्टरसँग जोडने पोर्टमा समानता आफ्नो आवश्यकताअनुसारको s-video, miniDV cyjf VGA कन्भर्टर साथैमा हुन्छ।

राउटर : यदि एकभन्दा बढी कम्प्युटर वा ल्यापटपमा इन्टरनेट चलाउनुपर्छ भने राउटरको आवश्यकता पर्छ। प्रायः ल्यापटपमा वायरलेस प्रविधि हुने हुनाले राउटर लिंदा वायरलेस लिनु उपयुक्त हुन्छ। वायरलेस राउटरले सानो दूरी (१ सयदेखि २ सय मिटर) मा विना तार नै चलाउने सुविधा दिने हुँदा यो निकै उपयोगी र सजिलो हुन्छ।

ल्यापटपमा नभैनहुने सफटवेयरहरू

एन्टिभाइरस : एन्टिभाइरस ल्यापटपलाई नभैनहुने सफ्टवेयर हो। ल्यापटप जहाँ पनि हुने भएकाले र यसको संगत प्रायःजसो सिडी, पेनड्राइभ, इन्टरनेटजस्ता संक्रमणयुक्त भैरहने हुँदा एउटा राम्रो खालको एन्टिभाइरस सफटवेयर हालिराखे पेन ड्राइभ घुसाउँदा चेक गर्न सकिन्छ। यदि बजारमा प्रचलित एन्टिभाइरस किन्ने पैसा छैन भने सित्तैंमा पाइने bitdefender, avg जस्ता सफटवेयर प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ।

मिडिया प्लेयर : प्रायः ल्यापटप किन्दा त्यसमा भएको अपरेटिङ सिस्टम साथै मिडिया प्लेयर पनि आउँछ, तर त्यो प्लेयरले सबै खालको मिडिया बजाउन सकिन्छ साथै आइपड म्युजिक प्लेयरमा गीतहरू राख्न र आफूसँग भएका गीतहरू मिलाएर राख्न असम्भव हुन सक्छ।

अफिस प्याकेज : सबैजसो ल्यापटपमा अपेरटिङ सिस्टम मात्र हुन्छ। कम्प्युटर चलाउन सामान्य अफिस सफट्वेयर अत्यावश्यक हुन्छ। केही काम गर्नुपरे wordprocessor वा spreadsheet सफ्टवेयर नभै हुँदैन, साथै केही presentation गर्नुपर्दा सफ्टवेयर चाहिन्छ, यदि माइक्रोसफ्टको चर्चित प्याकेज किन्न सकिँदैन भने ओपन गर्न सकिन्छ। ओपन अफिसले doc का अतिरिक्त iso स्ट्यान्डडेको खुला डकुमेन्ट फारम खोल्छ।

इन्स्टयान्ट मेसेन्जर : इन्टरनेट चलाउँदा प्रायः सबै जनाले कुनै न कुनै मेसेन्जर खोलेकै हुन्छन्। याहु, एमएसएन, गुगल सबै एकैचोटि खोलेर कम्प्युटर नै स्लो बनाएर चलाउनुको सट्टा मल्टी म्यसेन्जर प्रयोग गर्दा उपयुक्त हुन्छ। इन्टरनेट आधारित meebo वा म्यासेन्जरहरू (जसमा याहु एमएसएन र गुगलजस्ता च्याट गर्ने ठाउँमा एकै पटकमा सकिन्छ) प्रयोग गरे सजिलो र कम्प्युटर छरितो हुन्छ।

मेल क्लाइन्ट : ल्यापटप व्यक्तिगत प्रयोजनका लागि प्रयोग गरिने हुँदा प्रत्येक पटक मेल ब्राउजरमा नयाँ साइट खोल्दै, पासवर्ड हाल्नुभन्दा आउट लुक अथवा थन्डर वर्ड आदि प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ। यस्ता इमेल सफ्वेयरहरू प्रयोग गर्दा आफ्ना सबै इमेल ठेगाना तानेर हेर्ने, इन्टरनेट नचल्दा पनि मेलको जवाफ पठाउने, धेरै मेलहरू एकैपटक पठाउने र पछिका लागि सुरक्षित राख्ने काम गर्न सकिन्छ।

इमेज एडिटर : ल्यापटपमा सामान्य फोटोसँग र सामान्य डिजाइनसम्बन्धी काम गर्नु फोटोसप र इलस्ट्रटोरजस्ता एडोबका सफटवेयरहरू यसका लागि निकै उपयुक्त मानिन्छ। यो सफटवेयर किन्न नसक्नेका लागि गिम्प र इन्कस्केपजस्ता सफटवेयर राम्रो विकल्प हो।

ल्यापटपको सुरक्षा

ल्यापटप सधैं आफैंसँग रहने हुँदा यो नजिकको डिजिटल साथी हुन्छ। महत्त्वपूर्ण फाइल तथा जानकारी संग्रह गरेर राखिने हुँदा यसको सुरक्षा निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

- सबै ल्यापटपमा kensilngston ताल्चा लगाउने ठाउँ हुन्छ, यदि विशेष असुरक्षा अथवा स्थानमा ल्यापटप चलाउनुपर्छ भने साइकिलको जस्तो नम्बर मिलाएर ताल्चा मार्ने मिलाई ताल्चा किन्नु उचित हुन्छ।
- राम्रो पासवर्ड त्यो हो जसमा अंक, सानो र ठूलो अंग्रेजीका अक्षर र किबोर्डमा भएका चिन्हहरूको राम्रो समायोजन हुन्छ। ल्यापटप खोल्दा वा कामको बीचैमा एकैछिन स्क्रीन ढप्क्याउँदा पनि पासवर्ड चाहिने गराउनुपर्छ। साथसाथै आफ्ना विशेष फोल्डर र फाइल पासवर्ड राखेर सुरक्षित गर्नुपर्छ।
- rohos जस्ता सफटवेयरहरूले पेन ड्राइभलाई कम्प्युटर चलाउने साँचोका रूपमा परिवर्तन सक्छन्। पेनड्राइभमा यस्तो सफटवेयर राखेपछि कम्प्युटर लक भएर बस्छ।
- जुन पायो त्यही स्थानमा ल्यापटप निकाल्नु उचित हुँदैन, साथै अँध्यारो गल्ली, सुनसान एकलास बाटोमा ल्यापटपको ठूलो झोला बोकेर हिंड्नु असुरक्षित हुन सक्छ। अबेर घर फर्कनुपर्ने अवस्थामा उज्यालो र सुरक्षित बाटो रोज्दा सम्भावित खतराबाट जोगिन सकिन्छ।

कस्तो ल्यापटप छान्ने ?

सामान्य प्रयोगकर्ताका लागि
मूल्य : सामान्य वा मध्यम
प्रोसेसर : इन्टेल कोर वा सेलेरोन प्रोसेसर २-२ दशमलव BHZ
ऱ्याम १-२ जीबी
स्क्रिन १४ दशमलव १-१५ दशमलव ४ इन्च
ब्रान्ड : एसर, एचपी, कम्प्याक, तोसीबा

शैक्षिक प्रयोगकर्ताका लागि
मूल्य : मध्यम
प्रोसेसर इन्टेल कोर २(duo) वा एएमडी एथलन (x2) प्रोसेसर (२ दशमलव ४)
ऱ्याम : २ जीबी
स्क्रिन : १३ दशमलव १-१५ दशमलव ४ इन्च
ब्रान्ड : एप्पल, एचपी, लेनोभो, डेल, तोसिवा

डिजाइनर प्रयोगकर्ताका लागि
मूल्य : उपल्लो वा मध्यम
प्रोसेसर : इन्टेल कोर (@ Duo) वा कोर (@–extreme) एएमडी एथलन
प्रोसेसर २ दशमलव ८ देखि ३ दशमलव २ BHZ
ऱ्याम २-४ जीबी
स्क्रिन : १५ दशमलव ४-१७ इन्च वा टचस्क्रिनसहित
ब्रान्ड : एप्पल (Macbook pro), एचपी, लेनोभो, डेल, Lattitude तोसिवा

फिल्ड प्रयोगकर्ताका लागि
मूल्य : सामान्य वा माथिल्लो
प्रोसेसर : इन्टेल एटम वा कोर (२-मगय), ए एम डी जियोड प्रोसेसर
ऱ्याम : १-२ जीबी
स्क्रीन १२-१४ दशमलव १ इन्च
ब्रान्ड : एप्पल macbook air, एसस् (eepc), एसर travelmate, सोनी (VAi0)

व्यापारिक प्रयोगकर्ताका लागि
मूल्य : मध्यम वा माथिल्लो
प्रोसेसर : इन्टेल कोर (२-due) वा एएमडी एथलन (x२)
ऱ्याम : २-४ जीबी
स्क्रीन १२-१५दशमलव २ इन्च वा टचस्क्रिनसहित
ब्रान्ड : एप्पल (Macbook Air, Macbook pro), सोनी VAI0) डेल

गेमर वा मल्टिमिडिया प्रयोगकर्ताका लागि
मूल्य : माथिल्लो
प्रोसेसर : इन्टेल कोर (2-extreme/quad core) वा एएमडी quad cosli सहित
ऱ्याम : ४ जीबी वा बढी
स्क्रिन : १५दशमलव ४-१७ इन्च
ब्रान्ड सोनी : (VAIO-VGN), 8]n XPS-M, एलियनवेयर, फेलकन (Envy)

दुई गायक, एउटी गायिका

काठमाडौं- गायन प्रतिभाको खोजी गर्ने कार्यक्रम 'भ्वाइस अफ टिन' को देशभरिका विभिन्न स्थानमा अडिसन लिई फर्किएपछि कार्यक्रमका दुई निर्णायक गायक रामकृष्ण ढकाल तथा गायिका देविका बन्दनाका साथ अर्का गायक जगदीश समालले शुक्रबार साँझ एक सांगीतिक कार्यक्रममा दर्शकलाई आफ्ना गीतहरू सुनाए। 'द कलर्स अफ म्युजिक' शीर्षकमा हास्यकलाकार निर्मल शर्मा 'गैंडा'ले सञ्चालन गरिरहेको बेङ्क्वेट क्लब परिसरमा उनीहरूले आफ्ना लोकप्रिय गीतहरू सुनाएर वातावरणलाई संगीतमय बनाए।

गायिका देविका बन्दनाले आफ्ना चर्चित गीतहरू 'यस्तै रहेछ यहाँको चलन', 'एउटा परदेशी आई', 'चिठ्ठी आएन' जस्ता गीत सुनाइन् भने रामकृष्ण ढकालले 'ओराली लागेको', 'रिसाउँदा नि आफ्नै', 'मन पराउने हजार भेटिन्छन्' लगायत आधा दर्जन गीत सुनाए। गायक जगदीश समालले पनि 'आओ यादहरू', 'आधा उमेर बित्थैमा बित्यो', 'तपोवनमा' जस्ता गजलबाट कार्यक्रममा रौनक थपे। प्रत्यक्ष संगीतका साथ प्रस्तुत उक्त कार्यक्रम रामकृष्ण र देविकाले युगल गीतहरू पनि सुनाएका थिए। गायक ढकालकी तीन वर्षीया छोरी रानी ढकालले बाबुसँगै गएर राष्ट्रिय गीत गाउँदा कार्यक्रम रोचक बनेको थियो। कार्यक्रम 'भ्वाइस अफ टिन'को प्रचारका लागि यस्तै प्रकृतिको कार्यक्रम निकट भविष्यमा बुटवलमा पनि गरिने जानकारी आयोजकका तर्फबाट अभ्युदय खनालले दिए।

¥्याम्पमा डिजाइनरको परीक्षा

नयाँ बानेश्वरस्थित एभरेस्ट होटलको ग्रान्ड बलरुम भोलि शनिबार परीक्षाकेन्द्र हुनेछ। त्यहाँ सजाइएको ¥याम्प दिने परीक्षा माध्यम र त्यसमाथि प्रस्तुत हुने मोडलमार्फत डिजाइनहरूद्वारा प्रस्तुत गरिने सिर्जनाहरू उत्तर पुस्तिका हुनेछन्। कुरा हो, नमुना कलेज अफ फेसन टेक्नोलजीबाट यस वर्ष बिएफडी कोर्सअन्तर्गत फेसन डिजाइनिङसम्बन्धी ब्याचलर शिक्षा पूरा गर्ने पाँचौं ब्याचका २३ जना डिजाइनर विद्यार्थीको। करिब तीन महिनायताबाट फेसन शोमार्फत आफ्नो परीक्षा दिने तयारीमा जुटेका यी विद्यार्थी डिजाइनले भोलि चारवटा विभिन्न सिक्वेन्समार्फत आफ्ना सिर्जना प्रस्तुत गर्नेछन्।

त्यसमध्ये पनि क्रिएटिभ राउन्ड महत्त्वपूर्ण हुनेछ। किनभने यही राउन्डबाट उनीहरूको मूल्यांकन हुनेछ। 'जेनियम अफ इन्चान्ट' शीर्षकअन्तर्गत सञ्चालन हुने यो फेसन शोमा साडीको सिक्वेन्स कार्यक्रमको थप आकर्षक पक्ष हुनेछ। २३ जना विद्यार्थी डिजाइनरका सिर्जनालाई ¥याम्पमा उतार्न कलेजमै अध्ययनरत जुनियर विद्यार्थी तथा केही मोडलले क्याटवाक गर्नेछन्।

गौरामा गाउँदै, झुम्दै

महेन्द्रनगर-देउडा गीतमार्फत शुभकामना आदान-प्रदान गर्दै गौरा पर्वको रमाइलो उत्कर्षमा पुगेको छ। सुदूर पश्चिममा दसैंजत्तिकै महत्त्व दिएर मनाइने धार्मिक तथा सांस्कृतिक पर्व गौराले वर्ष दिनको दुःख-पीडा बिर्साएर सबैलाई एकै ठाउँमा भेला गराएको छ।

पश्चिमेलीहरू गौरामा ठ्यांग-ठ्यांग गरी पैतालामा पैताला मिलाएर डेउडिया तालमा यसरी नै गाउँदै झुम्दै छन्। पर्वको मात यसरी चढेको छ कि उनीहरू एक सातायता रमझममै भुलेका छन्। वर्षभरिका पीडा बिर्साइदिएको छ, गौराले। देउडा, ठाडीखेल, चैतालो तथा धमारीले गाउँघर तताएको छ। सहर-बजारमा पनि गौरा महोत्सवको रंग चढेको छ। डडेलधुरा सदरमुकाममा पहिलो पटक गौरा संस्कृतिको जर्गेनाका लागि महोत्सव नै आयोजित गरिएको छ। महेन्द्रनगरको पुरानो बसपार्कमा महाकाली साहित्य संगमले स्थानीय देउडीयाहरूलाई मज्जैले देउडाको तालमा नचाइरहेको छ।

गौरा पर्व मुख्यतः शिव भगवान् अर्थात् महेश्वर र गौरी (पार्वती) को कथासँग जोडिएको छ। पार्वतीले शिवलाई पतिका रूपमा पाउन निराहार व्रत बसेर तपस्या गरेको कथन छ। त्यसैले गौरा विशेषतः महिलाको पर्व बन्न पुगेको छ। महिलाहरू निराहार व्रत बसेर पतिको दीर्घायुको कामना गर्छन्। गाउँका महिलाहरू स्थानीय मठ-मन्दिर तथा गोरियाखलोमा बसेर फाग तथा धार्मिक गीत गाउँछन्। पुरुषहरू ढोलकको तालमा ठाडी भाका तथा देउडाले साथ दिन्छन। महिलाहरू भाद्र पञ्चमीदेखि अष्टमीसम्म पूजाआजा गर्छन्, तर त्यसपछिको एक साता गौरा र देउडाको रौनक रहन्छ।

भाद्र पञ्चमीका दिन बिरुडा (मास, गहत, गुरास, केराउ मिसाइएका पन्च अन्न) भिजाएर सुरु गरिने गौरा पर्व सुदूर पश्चिमका ९ वटै जिल्लामा धूमधाम मनाइन्छ। कर्णाली र भारतको कुमाउ गडवालसम्मै गौरा मनाइने साहित्यकार हेमबाबु लेखकले बताए। षष्ठीका दिन गौरी (पार्वती) को प्रतीकका रूपमा सौ, तिल, कुस आदिको घाँसबाट पुतली बनाइन्छ। पुतलीलाई पार्वतीका रूपमा पुज्ने चलन छ। पञ्चमीदेखि गौराष्टमीसम्म गौरी महेश्वरको पूजा गरिन्छ।

–राजेन्द्र नाथ

क्षेत्रीय आदिवासी जनजाति चलचित्र उत्सव

धरान– धरानमा पूर्वाञ्चल क्षेत्रीय आदिवासी जनजाति चलचित्र उत्सव प्रारम्भ भएको छ। 'जातीय सहिष्णुता, सौहार्दता र सचेतना विकासका लागि जातीय चलचित्र' भन्ने नाराका साथ सुरु भएको उत्सवमा हरेक महिना विभिन्न जनजातिका चलचित्र प्रदर्शन गरी त्यसमा अन्तर्क्रिया गर्ने र त्यसबाट जनजातिका ज्ञान, सीप संकलन गरिने बताइएको छ। हरेक महिना एकपटक चलचित्र प्रदर्शन गरिने उत्सवको पहिलो महिना गत शनिबार शेर्पा जातिको संस्कृतिमा आधारित डकुमेन्ट्री वियुल (पवित्र गुफा) प्रदर्शन गरियो।

'रूख-बिरुवा मास्न पाइँदैन, जीव जनावर मार्न पनि पाइँदैन। रूखका सुकेका हाँगाबिँगा पनि देवकार्यमा मात्र चलाइन्छ।' चारैतिर वनविनाश र वातावरण प्रदूषण तीव्र भएको यो बेला यस्तो कुरा सुनाउँदा एकादेशको कथाजस्तै लाग्ला, तर यही नेपालमा यस्तो प्रचलन पनि ज्यूँदै रहेछ। हिमाली भेगमा बस्ने शेर्पा समुदायमा जीवित विपुल प्रथा अहिले विश्वमा चर्चित जलवायु परिवर्तनका लागि महत्त्वपूर्ण हुनसक्छ। छिरिङ रितार शेर्पाको निर्देशनमा निर्मित वियुल (पवित्र गुफा) नामका डकुमेन्ट्रीले शेर्पा समयुदायको यही वातावरण संस्करणको संस्कार देखाएको छ।

जनजाति संस्कारले प्रकृति संरक्षण गरिरहेकाले हरेक समुदायले यस्ता संस्कार-संस्कृति खोजेर बाहिर ल्याउनुपर्ने उत्सवका आयोजक याक्थुङ मुन्चइत चोक सयङका अध्यक्ष मौसम इम्बुङले बताए। उत्सवअन्तर्गत असोज ३ गते जनजाति नारीहरूको सशक्तीकरणका बारेको चलचित्र थाक्थाक्मा, असोज ३१ गते थारु भाषाको मुन्थलीहाय, कात्तिक २१ गते आदिवासी जनजातिको धार्मिक तथा सांस्कृतिक विश्वासमा आधारित चलचित्र, मंसिर १३ गते आदिवासी जनजातिको परम्परागत जीविकोपार्जनसम्बन्धी आर्ट अफ बिइङ विची तथा पुस ११ गते गुरुङ जातिको चलचित्र म्हैता प्रदर्शन गरिनेछ। सबै चलचित्र १० मिनेटका छन्। यी चलचित्रसँगै आदिवासी जनजातिका गीत तथा अन्य चलचित्रसमेत प्रदर्शन हुने इम्बुङले बताएका छन्।

जीवनदेखि भाग्नेहरू

एक दशक लामो द्वन्द्वपछि खुलेको नेपाली समाजको बदलिंदो जीवनशैली र चुलिँदो आकांक्षाहरूका कारणमात्र होइन आर्थिक, सामाजिक एवं राजनैतिक स्वरूप स्पष्ट नहुँदा मानिसहरू जीवनदेखि भाग्न थालेका छन्। काठमाडौं उपत्यकामा पछिल्लो समयमा देखिएको आत्महत्याका घटनाले नेपाली समाजको चरित्र बदलिंदै जान थालेको संकेत गर्छ। आत्महत्याका कारणहरू अध्ययन गर्ने हो भने धेरैजसो घटनामा आर्थिक एवं सामाजिक कारण जिम्मेवार देखिन्छन्। अपराध अनुसन्धान महाशाखा हनुमानढोकाबाट प्राप्त पछिल्लो तथ्यांकलाई हेर्ने हो भने अघिल्ला वर्षहरूको तुलनामा राजधानी काठमाडौंमा आत्महत्याको दर तुलनात्मक रूपले बढेको छ।

फ्रान्सेली समाजशास्त्री इमाइल दुर्खिमका अनुसार मानिसहरूले स्वेच्छाले समस्याको समाधान हो भन्ने निर्णय गरी गरिने प्राणत्याग नै आत्महत्या हो। मनोविश्लेषकहरू समाजमा आत्महत्याको दर बढ्नुमा समाजिक समस्याहरूलाई जिम्मेबार मान्छन्। मनोचिकित्सक कपिलदेव काफ्लेका अनुसार नेपालमा आत्महत्याको प्रमुख कारण गरिबी हो। का□ले भन्छन्, आर्थिक, सामाजिक एवं पारिवारिक कारणहरू आत्महत्याका लागि जिम्मेबार छन। बढ्दो सहरीकरण र घट्दो आर्थिक उत्पादनशीलताका कारण काठमाडौंमा आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या चुलिंदो छ। युवाहरूले गर्ने आत्महत्याका कारणहरूमा प्रेम र यौन समस्याहरू पनि रहने गरेका छन्। बेरोजगारी, गरिबी एवं पारिवारिक समस्याका कारण बढी आत्महत्या हुने गरेको छ। आत्महत्या नितान्त व्यक्तिगत मामिला हो तर यो समाजसँग जोडिएको हुन्छ। अपराध अनुसन्धान महाशाखा हनुमानढोकाले उठाएका मुचुल्काहरू अध्ययन गर्दा आत्महत्याको कारण व्यक्तिको निजी कुण्ठासँग जोडिएको देखिन्छ। व्यक्तिको निजी कुण्ठाका पछाडि समाजको बदलिंदो शैलीले काम गरेको छ। बढ्दो आधुनिकीकरण एवं फेरिंदो जीवनशैली आत्महत्याको प्रमुख कारण बन्न पुगेको छ। आत्महत्याका पछाडि महत्त्वाकांक्षाले पनि त्यत्तिकै काम गरेको घटनाहरूको प्रकृतिले देखाएको छ। अधिवक्ता टीकाराम भट्टराइको बुझाइमा आत्महत्या व्यक्तिको निजी कुण्ठा र आक्रोशको परिणाम हो। भट्टराई भन्छन्- आत्महत्याको विषयमा हाम्रो कानुनी व्यवस्था मौन छ। कानुनी व्यवस्था अनुसार आत्महत्याका पछाडि कुनै कारण रहे पनि कानुनी उपचार सम्भव छैन। कानुनी व्यवस्था मौन भएका कारण आत्महत्याको दर बढ्न सक्छ भन्ने तर्कसँग भने उनको असहमति छ। मुलुकी ऐनको एघारौं संशोधनपछि नेपालमा आत्महत्यालाई अपराधका रूपमा वर्गीकरण गरिएको छैन। एघारौं संशोधनले आत्महत्यालाई पापका रूपमा मात्र चित्रण गरेको छ तर अपराध अनुसन्धान महाशाखाले भने अहिलेसम्म पनि आत्महत्यालाई अपराध विधाअर्न्तगत नै राखेर वर्गीकरण गर्ने गरेको छ। छिमेकी मुलुक भारतमा आत्महत्याको प्रयास गर्नेलाई कानुनी रूपमा दण्ड दिन नसकिने व्यवस्था अदालतले गरेको छ।

महाशाखाबाट प्राप्त तथ्याकंलाई हेर्ने हो भने काठमाडौंमा हुने धेरैजसो आत्महत्या झुन्डिएर भएका छन् त्यसपछि विष खाएर आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या बढी छ। तथ्यांक विश्लेषण गर्दा अपराधको वृद्धिसँगै आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या पनि बढेको देखिन्छ। त्यस्तै आत्महत्या गर्नेहरूमा महिलाभन्दा पुरुषको संख्या बढी छ। धेरैजसो आत्महत्याका कारण खुल्न सकेका छैनन्। आत्महत्या गर्नेहरूमा शिक्षितहरूको वाहुल्यता छ। आर्थिक, सामाजिक एवं राजनैतिक संक्रमणसँगै आत्महत्याको दर पनि बढेको छ। पछिल्लो छ महिनाको तथ्यांकलाई आधार मान्दा काठमाडौंमा आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या बढ्ने देखिन्छ। सामाजिक जटिलता र भड्किलो जीवनशैलीका कारण यो दर अझ बढ्ने सम्भावना छ।

आत्महत्या गर्नेहरूमध्ये ८० प्रतिशत मानिसले डिप्रेसनका कारण त्यस्तो बाटो रोजेको वेभ्ड डिप्रेसन हेल्थ सेन्टरको पछिल्लो अध्ययनले बताएको छ। अध्ययनले कुनै पनि व्यक्तिको जीवनकालमा ८ देखि २० प्रतिशतसम्म डिप्रेसन हुनसक्ने सम्भावना हुन्छ। त्यस्तै विश्व स्वास्थ्य संगठनले विश्वका करिब आधाजसो मानिस डिप्रेसनको सिकार भएको बताएको छ। संगठनले आफ्नो अध्ययनमा भनेको छ विश्व जनसंख्यामा प्रत्येक वर्ष एक प्रतिशत व्यक्तिले आत्महत्या गर्छन्।

विश्वव्यापी प्रकृति

अमेरिका, बेल्जियम, स्वीटजरल्यान्ड, फ्रान्स र नेदरल्यान्डमा अशक्त रोगीहरूलाई इच्छामृत्युको अधिकार छ। अमेरिकामा भने ओरेगन राज्यमा मात्र इच्छामृत्युको अधिकार दिइएको छ। फ्रान्सले सन् २००५ मा विभिन्न सर्त तोकेर इच्छामृत्युको अधिकार प्रदान गरेको छ। इच्छामृत्यु मर्न चाहनेले केही सर्त पालना गर्नुपर्ने हुन्छ।

इच्छामृत्युलाई अंग्रेजीमा युथनेजिया वा भार्सिकिलिङ भनिन्छ। यसलाई अहिलेसम्म आत्महत्याको सूचीमा राखेर व्याख्या गरिएको छैन। सन् १९८० मा फ्रान्सको एक समूहले 'एसोसिएसन फर द राइट टु डाई विथ डिग्निटी' नामक संगठनले इच्छामृत्युवरणको अधिकारलाई संगठित रूपले अघि बढाएको छ। संगठनमा हाल करिब चालीस हजार सदस्य छन्। उक्त संगठनले इच्छामृत्युलाई व्यक्तिको नितान्त व्यक्तिगत अधिकारका रूपमा चित्रण गरेको छ।

सन् १९४२ देखि स्विटजरल्याण्डले विदेशीलाई इच्छामृत्युवरण गर्ने कानुनी अधिकार प्रदान गरेको छ। स्वीटजरल्याण्ड यसरी मृत्युवरणको अधिकार दिने एक मात्र देश हो। स्वीटजरल्याण्डको स्वेरजनवाकमा हरेक वर्ष सयभन्दा बढी व्यक्तिले इच्छामृत्युवरण गर्छन्। यहाँ पुग्नेमा जर्मनी, ब्रिटेन, अमेरिका र फ्रान्सका नागरिक धेरै हुन्छन्। इच्छामृत्युवरण गर्नेलाई 'बार्बिट्युरेटस' नामक खुराक ख्वाएर मत्युवरण गराइन्छ। त्यसैगरी चिकित्सकहरूले इच्छामृत्यु चाहनेहरूलाई 'सोडियम पेन्टाबार्बटिल' हालेको एक गिलास पानी ख्वाउँछन्। उक्त पानी खाएको पाँच मिनेटमा निद्रामा पुगेपछि व्यक्तिले आधा घन्टापछि देहत्याग गर्छ। स्वीटजरल्याण्डमा इच्छामृत्युवरणको सेवा दिने कैयन संस्था सञ्चालनमा छन्। सामान्यतः इच्छामृत्युवरण गर्ने व्यक्तिले उक्त सेवा बापत करिब आठ हजार डलर शुल्क तिर्नुपर्छ।

काठमाडौंमा आत्महत्याको श्रृङ्खला

आर्थिक वर्ष	आत्महत्या	पुरुष	महिला
०६१-०६२	२३७	१३६	१०१
०६२-०६३	२४५	१४६	९९
०६३-०६४	२४०	१३२	१०८
०६४-०६५	२४६	१४०	१०६

स्रोतः अपराध अनुसन्धान महाशाखा हनुमानढोका, काठमाडौं

छोराछोरीको हत्यापछि आत्महत्या

विश्वव्यापी आर्थिक मन्दीका कारण संयुक्तराज्य अमेरिकाका एक पिताले आफ्ना पाँच सन्तानको हत्या गरेर आत्महत्या गरेका छन्। श्रीमती र आफ्नो रोजगारी गुमेपछि आफूले आत्महत्याको बाटो रोजेको उनले मर्नुअघि एक टेलिभिजनलाई गरेको फ्याक्स पत्रमा उल्लेख छ।

यसरी आत्महत्या गर्ने ४० वर्षीय इर्भिन लुपो हुन्। लुपो दम्पती मेडिकल टेक्निसियनका रूपमा कार्यरत थिए। लुपोले आफ्नो अन्तिम पत्रमा उनले भनेका छन्- हे भगवान्, अब केही आशा बाँकी छैन। आर्थिक मन्दीका कारण अमेरिकामा पछिल्लो समयमा आफ्ना परिवारको हत्या गरेर आत्महत्या गर्ने प्रवृत्ति बढदै गएको छ। आर्थिक कारणले यसरी परिवारसहित आत्महत्या गर्नेहरू नेपाल, भारतसहितको दक्षिण एसियाली क्षेत्रमा पनि देखिन्छन्।

युवायुवतीमा बढ्दैछ आत्महत्या

शिव शर्मा

पोखरा- प्रेममा अभिभावकको सहमति जुट्न नसकेपछि आत्महत्या गर्ने युवा-युवतीको संख्या बढ्दै गएको छ। परिवारले आफ्नो चाहना बुझ्न नसक्दा एक-अर्कासँग छुट्टिनुको पीडा सहन नसकी युवायुवतीहरू आत्महत्याको कठोर निर्णयमा पुग्ने गरेको अनुसन्धानहरूले देखाएका छन्।

घर-परिवारको सहमति नभएपछि काजीपोखरी पोखराकी १७ वर्षीया सरिता लामा र म्याग्दी दानाका १९ वर्षीय शंकर पुनले एकैसाथ प्राणत्याग गरेको घटना यसको पछिल्लो उदाहरण हो। उनीहरू दुवैले पृथ्वीचोकस्थित एक होटलमा विषादी सेवन गरेका थिए।

सरिताले 'आई लभ यू शंकर प्लिज...' भनेर रगतले कागजमा लेखेको अधुरो सुसाइट नोट घटनास्थलमा फेला परेको थियो। शंकरले आफ्ना बाबुको नाममा 'म बाँच्नुको कुनै सार्थकता छैन' भनेर आत्महत्या गर्नुअघि पत्र लेखेका थिए। 'उनीहरूको आत्महत्याको पछाडि पारिवारिक दबाब कारण हुनसक्छ,' अनुसन्धानमा संलग्न प्रहरी अधिकृत भन्छन्- 'परिवारको रोक अनि एक-अर्कासँग छुट्टिन नसक्दा उनीहरूले आत्महत्या गरेको देखिन्छ।'

यसअघि युवा-युवतीबीच माया देखाउने सुसाइड नोट बढी पाइन्थे, तर हिजोआज भने अन्धो माया देखाउन मात्र नभै परिवार र अभिभावकको भूमिकाप्रति प्रश्न उठाइएका सुसाइड नोटसमेत (आत्महत्या गर्नेहरूबाट) फेला पर्न थालेका छन्। त्यस्तै केही महिनाअघि लमजुङ गाउँसहर घर भै पोखराको गणेशटोल बस्ने १८ वर्षीय महेन्द्र थापाले डोरीको पासो लागेर आफ्नै कोठामा आत्महत्या गरे। उनले पनि रगतले कोठाको भित्तामा 'यो जुनीमा तिम्रो हुन सकिनँ, आई हेट माई फादर' लेखेका थिए। आफ्नो प्रेम असफल हुनुमा उनले बाबुलाई दोष दिएका छन्।

एक महिनाअघि नै काजीपोखरी बस्ने वर्ष १८ की मीरा गुरुङले पनि घरकै कोठाभित्र झुन्डिएर आत्महत्या गरिन्। उनले आत्महत्याको कारण बाबु नामको व्यक्ति भएको दोष लगाएकी छिन्। कसैले आफूखुसी त कसैले अरूलाई दोषारोपण गरेर पनि आत्महत्या गर्ने गरेका छन्। सामाजिक मान्यतासँगै अभिभावकको स्वीकृति नपाएपछि युवायुवतीहरू आत्महत्या गर्न पुग्छन्,' समाजशास्त्री डा. विश्वकल्याण पराजुली भन्छन्- 'प्रेम सफल नभएर होइन, समाजिक मान्यता नपाएर प्रेमजोडीले आत्महत्या गर्छन्।'

कास्कीमा अघिल्लो वर्षको तुलनामा आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या तीन गुणाले बढेको छ। अघिल्लो वर्ष आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या १५ थियो भने यो वर्ष त्यो संख्या बढेर ४७ पुगेको छ। प्रेममा असफल भएर आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या दोब्बर छ। एकतर्फी प्रेम असफल हुँदा, परिवारले सहमति नदिँदा, मानसिक तनाव आदि कारणले युवा-युवतीले आत्महत्या गर्ने गरेको घटना धेरै छन्। डिप्रेसन, सिजोफेनियाजस्ता कारणले मानिसहरू आत्महत्या गर्न अग्रसर हुन्छन्,' पश्चिमाञ्चल क्षेत्रीय अस्पतालका मानसिक रोग विशेषज्ञ डा. लुमेश्वर आचार्य भन्छन्- 'डिप्रेसन यसको मूल कारण हो।'

सबैतिरबाट तिरष्कृत, पारिवारिक कलह, मानसिक सन्तुलन गुमाएकाहरू नै बढी आत्महत्या गर्न अग्रसर हुने गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी नायक निरीक्षक तुलसीप्रसाद अधिकारीले बताए। अधिकारीका अनुसार आत्महत्यामा झुन्डिएर मर्नेहरूको संख्या बढी छ। आत्महत्या गर्नेहरूमा युवायुवती नै बढी छन्। 'आत्महत्या गर्ने कतिपयले निर्दोषलाई समेत किटान गरी नाम लेखेर छाड्छन्' एक प्रहरीले भने- 'यस्ता प्रकृतिका घटना पनि भैरहेका छन्।'

'आत्महत्याका केही घटना विवादमा आउने आशंकामा आफन्तले प्रहरीमा दर्ता गराइँदैनन्', अपराध अनुसन्धान शाखाका प्रहरी हवल्दार भरत कोइरालाले भने- 'कतिपय आत्महत्या सार्वजनिक हुन सकेका छैनन्, ।'

● लभगुरु ●

पाठकहरूको प्रेम जिज्ञासा एवं समस्या समाधान गर्ने उद्देश्यले हामीले यो स्तम्भ सुरु गरेका हौं। आफ्ना प्रेमसम्बन्धी विभिन्न समस्या हामीलाई लेखिपठाउनु होस्। ती समस्याको समाधान विभिन्न विशेषज्ञको राय-सल्लाहअनुरूप नायिका रेखा थापाले खोज्ने प्रयास गर्नुहुनेछ। यो स्तम्भका लागि कुनै शुल्क लाग्नेछैन। आफ्नो समस्या साप्ताहिकको ठेगानामा पठाउनुहोला।

म १८ वर्षीया युवती हुँ। केही वर्षअघिदेखि मेरो सेनामा कार्यरत एक युवकसँग प्रेम थियो। उसको र मेरो घर एउटै जिल्लामा परे पनि गाउँ फरक छ। बिदामा घर आउँदा ऊ मकहाँ बस्थ्यो, तर एकपटक पनि उसले मलाई आफ्नो घर देखाएन। ऊ हाम्रो सम्बन्ध लुकाउन आग्रह गर्थ्यो। ऊसँग धेरै दिनदेखि भेटघाट र कुराकानी नभएपछि मैले उसको घरमा फोन गरें। उसको बुबाले फोन उठाए र उनलाई मैले आफ्नो परिचय दिएपछि भेट्न बोलाए। त्यसबेला मैले उसको यथार्थ थाहा पाएँ। उसको विवाह भैसकेको रहेछ। उसको दुई वर्षको छोरा पनि रहेछ। अहिलेकी श्रीमतीभन्दा अघि दुईवटीलाई विवाह गरेर छाडेको रहेछ। मैले उसलाई भेटेर गाली पनि गरें। उसले त्यो विवाह, विवाह नभएर बाध्यता भएको बतायो। उसलाई छोडपत्र गरेर मसँग विवाह गर्ने कुरा पनि गर्‍यो। त्यसपछि तीन वर्ष भयो म ऊसँग रोल्पा गएर बस्न थालें। अहिले मसँग उसको व्यवहार फरक भैसकेको छ। ऊ बेकारमा रिसाइरहन्छ। कुलतमा पनि लागेको छ। ऊ आफ्नो घरमा बस्न थालेको छ र म मेरै घरमा फर्किसकेकी छु। अब म ऊबाट छुट्कारा पाउन चाहन्छु। के उसलाई छाडेपछि मैले गुमाएको इज्जत, मानसम्मान फिर्ता पाउन सक्छु ? म उसलाई कसरी बिर्सूं ?

–एस.

गुमिसेकेको इज्जत र मानसम्मान त फिर्ता नहोला, तर सम्मानपूर्वक जिउने वातावरण भने बनाउन सकिन्छ। जब तपाईंले उसको बुबाबाट उसका सबै आनीबानी थाहा पाइसक्नुभएको थियो, त्यतिबेलै ऊबाट छुट्कारा पाउनेतर्फ नलागी किन ऊसँगै जीवनका तीन वर्ष बिताउनुभयो ? त्यहींनिर तपाईंले गल्ती गर्नुभयो। माया गर्ने र विश्वासिलो व्यक्ति भैदिएको भए सम्भवतः मायाका अगाडि अरू कुरालाई सामान्य मान्नुहुन्थ्यो होला। तपाईंको समस्यामा मेरा दुई सल्लाह छन्। पहिलो सल्लाह : त्यस्ता चरित्रहीन मानिसलाई पाठ पढाउनुपर्छ। यसै पनि तपाईं र तपाईंका परिवारको इज्जतमाथि उसले दाग लगाइसकेको छ। कानुनी पाठ पढाउन तपाईंले कुनै कानुनविद्सँग सल्लाह लिन सक्नुहुन्छ अथवा तपाईंजस्ता पीडित महिलाको हकहितका लागि कार्यरत अनेकौं संघसंस्था छन्, उनीहरूबाट पनि सरसल्लाह लिन सक्नुहुन्छ। दोस्रो सल्लाह : जे भयो भैगयो भनेर आजीवन कुण्ठित भएर बस्न चाहनुहुन्छ भने मेरो भन्नु केही छैन, तर अन्यत्र बसाइँ सरेर त्यहाँ आफ्नो जीवनलाई नयाँ शैलीबाट प्ररम्भ गर्न सक्नुहुन्छ। उसको सम्पर्कबाट टाढा रहेर जीवन उकास्ने पेसा अँगाल्न वा अध्ययन पूरा गर्नतर्फ लाग्न सक्नुहुन्छ।

● फिल्मी खबर ●

बेसक्याम्पमा साहसी

हरितालिका तीजका दिनदेखि पोखराबाट छायांकन थालिएको चलचित्र 'साहसी'का केही दृश्यको छायांकन अन्नपूर्ण बेसक्याम्पमा गरिने भएको छ। चलचित्रका निर्माण संयोजक सुवास काफ्ले 'दुःखी'ले जनाएअनुसार मौसम अनुकूल हुनेबित्तिकै छायांकन टोली त्यसतर्फ प्रस्थान गर्दैछ। राजेश हमाल, गणेश उप्रेती, स्नेहा शर्मा, भोजबहादुर गुरुङ तथा गोपालमान श्रेष्ठ 'ज्याक'ले अभिनय गरिरहेको यो चलचित्रका निर्माता भोजबहादुर गुरुङ हुन् भने चलचित्रको निर्देशन वासुदेव पोखरेलले गरिरहेका छन्।

ऋषिको चलचित्र

टेलिश्रृंखला 'परिचय'का निर्देशक ऋषि लामिछानेले अर्को चलचित्र निर्देशन गर्दैछन्। 'कहीं मिलन कहीं विछोड' पछि उनले 'आफ्नो मान्छे आफ्नै हुन्छ'को निर्देशन गर्न लागेका हुन्। यो चलचित्रमा विराज भट्ट, मुकेश ढकाल, रेखा थापा, अरुणिमा लम्साल, रवि गिरी, निर्मल शर्मा, दिनेश डीसी, देशभक्त खनाल, राजकुमार थापा, पुष्कर भट्ट, प्रकाश घिमिरे, अन्जु केसी, बालकलाकार इशान रावतले अभिनय गर्दैछन्।

दसैंमा अर्जुनदेव

जयप्रकाश रिजालको चलचित्र अर्जुनदेव दसैंको फूलपातिदेखि प्रदर्शन हुने भएको छ। उक्त चलचित्रमा विराज भट्ट दोहोरो भूमिकामा छन् भने गरिमा पन्त र रेजिना उप्रेती नायिकाको भूमिकामा छन्। यो चलचित्रको निर्देशन शिव रेग्मीले गरेका हुन् भने सुरेश अधिकारी यो चलचित्रका संगीतकार हुन्।

बिहे नगरेर सुखी भए राजेश

अभिनेता राजेश हमालले यो उमेरमा पनि विवाह नगरेकोमा चिन्ता गर्नेहरू प्रशस्तै छन्। उनका सहकर्मीदेखि दर्शकसम्मेतले मौका पर्दा भनिहाल्छन्– 'बिहे गर्नुस्, अब त ढिला भयो।' तर उनकै एक सहकर्मी अभिनेत्रीले भने अभिनेता हमालले विवाह नगरेर राम्रो गरेको धारणा व्यक्त गरेकी छिन्।

तीन दर्जनभन्दा बढी चलचित्रमा राजेशको जोडी भएर काम गरेकी करिष्मा मानन्धरले राजेशको एक्लो जीवनको प्रशंसा गर्दै भनिन्– 'उहाँले किन विवाह गर्नुभएन म सोध्दिनँ तर उहाँ मभन्दा धेरै सुखी हुनुहुन्छ।' केही वर्ष अमेरिका बसेर आएकी करिष्माले त्यहाँ पुगेपछि जीवनका बारेमा यावत् पक्ष बुझेको बताउँदै भनिन्– 'विवाहले मानिसलाई दुःखी बनाउँछ।' यदि विवाह नगरी बसेको भए आफू अहिलेभन्दा धेरै सुखी हुन सक्ने धारणा उनको थियो।

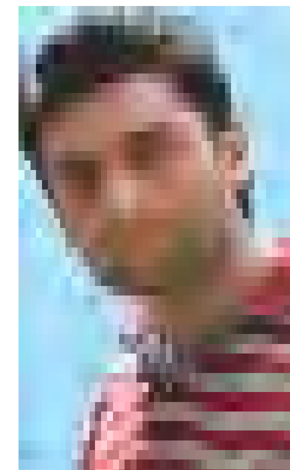
करिष्माको अनुभवले भन्छ, 'अविवाहित मानिस स्वतन्त्र हुन्छ, जहाँ भन्यो त्यहीं जान पाउँछ, जुन राजेशले उपभोग गरिरहेका छन्।' छ वर्ष अमेरिका बसेपछि नेपाल आएकी करिष्मा अब धेरैजसो यतै बस्ने अभियानमा छिन्। नेपाल बस्नुपर्ने बाध्यता विवाहकै कारण आइपरेको उनले बताइन्। 'मलाई हेर्नुस् न, मलाई श्रीमान्, छोरी र सासू-ससुराको माया लाग्छ। यदि एक्लै हुँदो हुँ त केही फरक पर्दैनथ्यो।'

ऋचा पनि निर्मात्री ?

मलाई फलानो भूमिकामा अभिनय गर्ने रहर छ- कुराकानीका क्रममा प्रायः कलाकारले आफूले गर्न चाहेको भूमिकाका बारेमा विस्तार लगाउँछन्। आफूले चाहेको भूमिका पाउन नायिकाहरू संघर्षरत छन्। उनीहरू चलचित्रमा दोस्रो दर्जाका कलाकार हुन्छन्। नायक भएन भने उनीहरूको अस्तित्व हुँदैन। एकाध नायिकाप्रधान चलचित्र नबनेका होइनन्, तर त्यसमा पनि नायक नै हावी भएको देखिन्छ। पोस्टर तथा प्रचार सामग्रीमा नायककै वर्चस्व देखिन्छ। त्यसैले पनि होला, चाहेको भूमिकामा अभिनय गर्ने रहरले नायिकाहरू पनि चलचित्र निर्माणमा संलग्न भएका। रेखा थापा र झरना थापा चलचित्र बनाउँछन् र आ□नो चलचित्रमा हावी पनि हुन्छन्। अरू नायिकाहरूका लागि भने त्यस्तो काम गाह्रो छ। निर्माता तथा निर्देशकले जस्तो भन्यो त्यस्तै भूमिका स्वीकार गर्न उनीहरू बाध्य छन्। ऋचा घिमिरे दुई वर्षयता चर्चामा छिन्। चलचित्रमा उनको भूमिका हुन्छ, तर केन्द्रीय भूमिकामा अरू नै देखिन्छन्। त्यसैले होला, उनी निर्माता तथा निर्देशक शंकर घिमिरेसँगको सह-लगानीमा आफ्नो केन्द्रीय भूमिका हुने चलचित्रको निर्माणमा जुटेकी छिन्। शीर्षक पनि नारीप्रधान नै छ- 'तुलसी'। ज्वाइँ अर्थात् तुलसी घिमिरेको नाममा शीर्षक राखिएको छ भने चलचित्रमा ससुरा रञ्जित घिमिरेलाई संगीतकार बनाइएको छ। त्यसो त ज्वाइँकै थरधारी निर्माता, निर्देशक र नायिका हुनु पनि संयोग नै हुनसक्छ।

राजबल्लभको राज

'म तिमीप्रति आकर्षित भएँ, तिमी मप्रति आकर्षित भयौ। अरूको आकर्षणका लागि हामी एक-अर्काप्रति आकर्षित भयौं।' यो कुनै दार्शनिकको भनाइ होइन, यो उदाउँदा नायक राजबल्लभ कोइरालाले फेसबुकमार्फत कसैलाई लक्षित गरेर लेखेको उद्गार हो। गत साता उनले फेरि उद्गार फेरे र लेखे- 'म तिम्रो पीडा कम गर्छु, तिमी मेरो पीडा कम गर। यसरी पीडा कम गर्दै हामी सबैको पीडा कम गरौं।' अंग्रेजीमा लेखिएका उद्गारमा उनले कसलाई सम्बोधन गरिरहेका छन्? बुझ्न गाह्रो पर्‍यो। उनले 'यू' भनेर कसलाई भनिरहेका छन्? अविवाहित यी नायकको 'यू' को होलिन् त? सोध्नैपर्‍यो भनेर उनको मोबाइलमा घण्टी बजायौं,



जवाफ आयो- 'ती उद्गार सबै मेरा सिर्जना हुन्।' अंग्रेजी साहित्यमा रुचि राख्ने राजबल्लभलाई कविता कोर्ने रहर पहिलेदेखि नै रहेछ। तब त उनी फेसबुकमा जे लेख्छन्, ती आफ्नै कविताका अंश हुँदा रहेछन्। भविष्यमा अंग्रेजी कविता-संग्रह प्रकाशित गर्ने लक्ष्य लिएका राज भन्छन्- 'फुर्सदमा म कविता फुराउँछु।'

नरेश दाइकोमा खुल्छिन्

नरेश पौडेलद्वारा निर्देशित प्रायः सबैजसो चलचित्र नायिका अरुणिमा लम्सालका लागि गज्जबको हुने गरेको छ। गज्जब यस अर्थमा कि पौडेल र अरुणिमाको ट्युनिङ मिल्ने गरेको छ। पौडेल निर्देशित अघिल्लो चलचत्र 'धड्कन' बाट अरुणिमाले राम्रै जस पाएकी थिइन्।

धड्कनको गीत-संगीतका अतिरिक्त उक्त चलचित्रको ड्रेसअपमा निर्माताले राम्रै खर्च गरेका थिए र नायिका अरुणिमा अलि बढी खुलेकी पनि थिइन्। धड्कनमा हिरोइनको ड्रेस छोटो बनाउनुको कारण बताउँदै निर्देशक पौडेल भन्छन्, 'त्यो चलचित्र तन्नेरी पुस्ताका लागि थियो। त्यसकारण अहिलेका केटाकेटीले जे-जस्तो लगाउँछन् त्यस्तै देखाउनु थियो, मैले देखाएँ।'

धड्कनको क्रेज अर्को चलचित्र दीपशिखाले धान्ने दावी निर्देशक पौडेलले गरेका छन्। यो चलचित्रको मुख्य भूमिकामा पनि अरुणिमा नै छिन्। अझ यसमा त पटकथा पनि अरुणिमा स्वयंले लेखेकी छिन्। लेखन-कार्यदेखि नै अरुणिमाको उपस्थिति भएकाले पनि उनको भूमिका दमदार भएको पौडेलले दाबी गरे। यसमा कति खुलेकी होलिन् अरुणिमा? निर्देशक पौडेलले भने– 'मेरो चलचित्रमा अरुणिमालाई छोटा पहिरन लगाएर काम गर्न आपत्ति छैन, किनभने म ढंग पुर्‍याएर काम गर्छु।' निर्देशक पौडेलको भनाइमा अरुणिमा पनि सहमति जनाउँछिन्। 'हो, नरेश दाइको चलचित्रमा काम गर्दा मलाई मज्जा आउँछ।'

हामी तीन साथी

म्युजिक भिडियो निर्देशक आसिफ शाह र टेलिभिजनकर्मी सुरजसिंह ठकुरी च्यानल नेपालमा काम गर्दादेखिकै मिल्ने साथी हुन्। सुगम पोखरेल पनि उनीहरूका मित्र हुन्। त्यसैले त सुगमले गाएको चर्चित गीत 'मेरो एउटा साथी छ'को म्युजिक भिडियोको निर्देशन आसिफले गरे भने त्यसमा सुरज र आसिफ मिल्ने साथीका रूपमा प्रस्तुत भए। म्युजिक भिडियो पनि एकताका निकै चर्चामा थियो। वास्तविकता के भने उनीहरू तीन जना त्यसरी नै मिल्ने साथी हुन्। संयोग नै भन्नुपर्छ– त्यही गीतलाई शीर्षक बनाएर चलचित्र निर्माण भयो, चलचित्र 'मेरो एउटा साथी छ'। अर्को संयोग उक्त चलचित्रका दुईमध्ये एक संगीतकार सुगम पोखरेल हुन्। त्योभन्दा पनि रमाइलो संयोग उक्त चलचित्रको म्युजिक एल्बम सार्वजनिक समारोहमा यी तीनै जना उपस्थित थिए र तीनै जनाले समारोहमा एक-एकवटा जिम्मेवारी सम्हालेका थिए। सुगम चलचित्रका संगीतकार भैहाले। यसै पनि म्युजिक एल्बम लोकार्पण हुँदा उनी त कार्यक्रमको केन्द्रविन्दु हुने नै भए। सुरजले कार्यक्रमको सञ्चालन गरे भने आसिफले कार्यक्रमको संयोजन गरेका थिए। यी तीनको उपस्थितिले धेरैलाई त्यो गीतको सम्झना आयो– 'कोही त छ जसलाई म आफ्नो भन्न सक्छु...मेरो एउटा साथी छ।'

● तीन प्रश्न ●

हास्यकलाकारिताको क्षेत्रमा राजाराम पौडेल लोकप्रिय नाम हो। खासगरी महजोडिका प्रायः सबै चलचित्र तथा टेलिश्रृंखलामा राजारामको उपस्थिति अनिवार्य नै हुन्थ्यो। ठ्याक्कै आठ महिना भयो, उनी अमेरिकाबाट स्वदेश फर्किएको। अमेरिकाबाट फर्किएलगत्तै हास्यश्रृंखला 'जीरे-खुर्सानी' मा 'परेको म बेहोरुँला...' भन्दै पुनः सानो पर्दामा झुल्किएका राजाराम अहिले पुरानै लयमा फर्किसकेका छन्। स्वदेश फर्किएपछि उनले 'जीरे-खुर्सानी', 'आमा-२' तथा चलचित्र 'हाँसिदेऊ एक फेर' तथा अर्जुन कुमारको 'द युगदेखि युगसम्म' मा पनि अभिनय गर्न भ्याइसकेका छन्। चाँडै नै महजोडीको नयाँ श्रृंखला 'साझा पृथ्वी' मा व्यस्त हुने राजारामसँग साप्ताहिकको तीन प्रश्न :

सात वर्षपछि दर्शकमाझ पुग्दा कस्तो अनुभव गरिरहनुभएको छ ?

असाध्यै रमाइलो लागेको छ। दर्शकहरूले मलाई बिर्सिए कि जस्तो लागेको थियो, तर म गलत रहेछु। दर्शकहरूले मलाई अझै बिर्सिएका रहेनेछन्। म उता गैसकेपछि हुर्किएका दर्शकले चाहिं राजाराम होइन, 'परेको म बेहोरुँला...' भनेर चिन्न थालेका छन्।

पहिले र अहिलेको हास्य कलाकारितामा के भिन्नता पाउनुभयो ?

ओहो □ कस्तो प्रगति गरेको यो क्षेत्रले ? अहिले टेलिभिजनमा सबैभन्दा बढी हेरिने नै हास्य कार्यक्रम रहेछन्। सातामा पाँच-छवटा हास्यश्रृंखला प्रसारण भैरहेका छन्, सबै उत्तिकै लोकप्रिय छन्, तर दुःखलाग्दो कुरा के पाएँ भने नेपाली चलचित्रको स्तरचाहिं साह्रै खस्किएछ। पहिले एउटा चलचित्रमा अभिनय गरेको ५०-६० हजार मैले नै पाउँथे, अहिले त ५-७ हजारमा खेलिदिनुपर्‍यो भन्दै आइरहेका छन् □

त्यसो भए अब अमेरिका नफर्किने ?

नफर्किने, हास्यक्षेत्रले प्रगति गरेकाले मात्र यहीं बस्ने भनेको होइन, कामै नपाएर बेरोजगार भए पनि अब स्वदेशमै बस्ने। संसारको जुनसुकै कुनामा गए पनि नेपालजस्तो राम्रो ठाउँ कहीं देखिन। शान्ति-सुरक्षा मात्र भयो भने अमेरिकाभन्दा नेपालको जीवन धेरै नै उत्कृष्ट हुन्छ।

● मेरो अनुभव ●

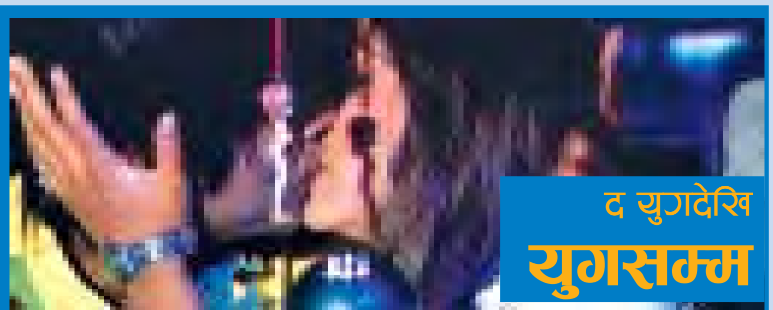
सुहागरात

सीताराम कट्टेल (धुर्मुस)

ओहो, मेरो भागमा शरम लाग्ने अनुभव परेछ। यो अनुभव बेलुकापख सोधिएको भए अझ खुलेर भन्थें होला कि, दिउँसै त कसरी भन्नु ? तर रमाइलो अनुभव सुनाउन पाउने भएँ। विवाह हुनुअघि सुहागरात भन्ने कुरा कस्तो होला ? के-के न होला ? जस्तो खुल्दुली सबैमा हुने गरेको पाएको छु। किन ढाँट्नु र ? मलाई पनि विवाह हुनअघिसम्म मेरो सुहागरात कस्तो होला ? भन्ने कौतूहलता थियो। चलचित्रहरूमा फूलैफूलले सजाइएको विस्तरामा घुम्टी ओढेर लजाएर बसेकी दुलहीका छेवैमा गएर गिलासमा राखेको दूध एकै सासमा पिएर उनको घुम्टो उघार्ने कार्य दुलाहाले गरेको देखेको थिएँ। स्वाभाविक रूपमा त्यो दुलाहाको स्थानमा आफू हुन पाउने कैले होला भन्ने सोचिन्थ्यो। यथार्थको धरातलमा भने पर्दामा देखिएजस्तो खासै नहुने मेरो अनुभव छ। कुञ्जना (सुन्तु) सँग मेरो प्रेमविवाह भएको हो। तसर्थ दुवैले खर्च मिलाएर विवाह गर्‍यौं। हाम्रो विवाहले चर्चा पनि पायो। परिवारप्रति जिम्मेवार उनको विदाइ निकै भावुक बन्यो। उनी रोएर बेहाल भएकी थिइन्। विवाहकै लागि भनेर पुरानो घर छाडेर नयाँ □ल्याटमा बस्न थालिसकेको थिएँ। घरमा उनलाई भित्र्याएपछि पछि सासू-बुहारीबीचका मानापाथी, नातेदारहरूसँगको ढोगभेटमा समय बितिरहेको थियो। घरमा हामीलाई जिस्क्याउने दिदीहरू पनि हुनुहुन्थ्यो। विवाहअघि हाम्रो प्रेमलाई टुटाउन खोज्ने, हामीप्रति गलत दृष्टिकोण राख्ने, सहकर्मी कलाकारसँग गलत काम गरेको भनेर धिक्कार्नेहरू हाम्रा लागि चुनौती थिए। उनीहरूले नै हामीले विवाहअघि नै सुहागरात मनाइसकेको जस्ता कथा बनाएका थिए। वास्तविकता त्यस्तो थिएन। अघिल्लो रात भाइ तथा मामाहरू मिलेर कोठा सिंगारेका थियौं। त्यही कोठामा उनलाई लगियो। म कोठामा पुगुन्जेल पनि सबैले गिज्याइरहनुभएको थियो। मध्यरात १२ बजेपछि म कोठामा गएँ। विवाहको व्यस्तताले हामी-तीन दिनदेखि राम्रोसँग निदाउन पाएको थिएनौं। त्यसैले केही बेर गफ गर्‍यौं, बत्ती निभाइयो र बिहानसम्म निदाइयो। सुहागरातलाई पहिलो यौन अनुभवसँग जोडिन्छ। यद्यपि मायाको गहिराइमा पुग्ने रात नै सुहागरात हो, तर मेरो सुहागरात निन्द्राको गहिराइमा पुगेर सकियो।

● चलचित्र ●

द युगदेखि युगसम्म



आस्मा फिल्म्सको ब्यानरमा गायक अर्जुन कुमारले निर्माण गरेको नयाँ चलचित्र 'द युगदेखि युगसम्म' मा राजेश हमाल नयाँ गेटअपमा प्रस्तुत भएका छन् । यो चलचित्र आज शुक्रबार सार्वजनिक हुँदैछ । उपत्यका बाहिरका झण्डै ३२ वटा भवनमा यो चलचित्र प्रदर्शन हुँदैछ ।

दीपेन्द्र के. खनालद्वारा निर्देशित यो पहिलो चलचित्रमा राजेश हमालसँगै नन्दिता केसी, अनु शाह, राजाराम पौडेल, श्याम अर्याल आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् । राजु सिंह, अर्जुन कुमार तथा सुरेश राईद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रमा पाँच वटा कर्णप्रिय गीत समावेश गरिएका छन् । ती गीत अर्जुन कुमार, राजेशपायल राई, सपनाश्री, प्रतिमाराज भण्डारी, स्वरुपराज आचार्य आदि गायक–गायिकाले गाएका छन् । चलचित्रमा कृष्ण अछामीले नृत्य निर्देशन गरेका छन् भने सँर्य देवले द्वन्द्व निर्देशन गरेका छन् । हरि हुमागाईंद्वारा छायांकन गरिएको यो चलचित्रमा काठमाडौं उपत्यकाभित्रका रमाइला लोकेसन कैद गरिएको छ ।

सामाजिक कथामा आधारित यो चलचित्रमा दाजु तथा बहिनीबीचको सम्बन्धलाई चित्रण गरिएको छ । आमा–बुबा नभएको एउटा परिवारमा दाजुले कस्तो भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ भन्ने विषयलाई चलचित्रमा संवेदनशील ढंगले उठाइएको छ । चलचित्रमा राजेश हमाल दाजुको भूमिकामा छन् भने अनु शाहले बहिनीको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । नन्दिता केसी भने राजेश हमालको जोडीका रूपमा प्रस्तुत भएकी छिन् । २ घन्टा १८ मिनेट लामो यो चलचित्रबाट दर्शकले सम्पूर्ण मनोरञ्जन पाउन सक्ने दाबी निर्देशक खनाल तथा निर्माता अर्जुन कुमारको छ । निर्माता अर्जुन कुमार भन्छन्– 'चलचित्र हेरेर निस्किएका दर्शकले शतप्रतिशत मनोरञ्जन पाएको अनुभव गर्नेछन् ।'

दीपक तिजोरीले निर्देशन गरेको चलचित्र 'फक्स' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि प्रारम्भ हुँदैछ । एक्सन तथा सस्पेन्स श्रेणीमा राखिएको यो चलचित्रमा सनी देओल, अर्जुन रामपाल, उदिता गोस्वामी, सागरिका घाट्गे, विपुल गुप्ता आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् । मोन्टी शर्माद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रका गीत कुणाल गाँजावाला, श्रेया घोषाल, आकृति कक्कड, सुनिधि चौहान तथा केकेले गाएका छन् । चलचित्रको कथा, पटकथा तथा संवाद पनि निर्देशक तिजोरीले नै तयार पारेका हुन् ।

चलचित्रको कथा अनुसार अर्जुन कपुर (अर्जुन रामपाल) एक सफल वकिल हुन् । जति नै जटिल मुद्दालाई पनि अर्जुन आफ्नो ज्ञान तथा अनुभवको आधारमा लड्दै विजय प्राप्त गर्छन् । आजसम्म उनले कुनै पनि मुद्दा हारेका छैनन् । अन्य वकिल उनले लिएका मुद्दाको विपक्षमा लड्न तयार हुँदैनन् । उनीहरू अर्जुनको अगाडि पर्नुपर्छ भनेर अदालतसमेत जाँदैनन् । अर्जुनलाई भने केवल आफ्नो मुद्दा जित्नुसँग मतलब छ । दोषीहरूको अपराधका बारेमा जानकारी हुँदाहुँदै पनि उनी कानुनी रूपमै उनीहरूलाई बचाउन सफल हुन्छन् । उनलाई नैतिकतासँग कुनै सरोकार छैन । वर्षौं अपराधीहरूलाई बचाइसकेपछि मात्र अर्जुनलाई आफूले गलत कार्य गरिरहेको महसुस हुन्छ । पश्चाताप गर्नका लागि उनले वकालत पेसा नै त्याग्ने निर्णय गर्छन् तर चलचित्रमा एकजना त्यस्ता पात्र छन् जो अर्जुनले अपराधीहरूलाई सजायमुक्त गराइरहोस् भन्ने चाहन्छन् । यसक्रममा उनी थुप्रै प्रकारका समस्यामा फस्छन् र त्यसबाट आफूलाई बचाउने प्रयास पनि गर्छन् । जसमा उनलाई प्रेमिका उर्वशी (सागरिका घाटगे) तथा प्रहरी अधिकृत यश देशमुख (सनी देओल) ले सहयोग गर्छन् ।

अल एबाउट स्टिभ

पछिल्ला केही सातादेखि हलिउडमा हास्य चलचित्र प्रदर्शन हुने क्रममा आज शुक्रबार प्रदर्शन हुने चलचित्र 'अल एबाउट स्टिभ' प्रदर्शन हुँदैछ । १ घन्टा ३८ मिनेट लामो यो चलचित्रको निर्माण ट्वान्टिथ सेन्चुरी फक्सले गरेको हो । फिल ट्रायलद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा लामो समयपछि चर्चित अभिनेत्री सान्द्रा बुलकको रिइन्ट्री हुँदैछ । चलचित्रमा बुलकका अतिरिक्त थोमस हेडन चर्च, ब्राड्ली कुपर, केन जेङ, डिजे किल्स आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् ।

चलचित्रमा नायिका बुलकले मेरीका रूपमा क्रसवर्ड पज्जल (कोठेपद) विशेषज्ञको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । उनलाई अंग्रेजी भाषाका प्रायः सबै शब्द तथा त्यसको अर्थ कण्ठस्त छ । एउटै शब्दका एक दर्जनभन्दा बढी अर्थ निकाल्न सक्ने क्षमता उनमा छ । बौद्धिक रूपमा सक्षम भए पनि उनी रोमान्स तथा प्रेमका बारेमा भने निकै उदार छिन् । महिला तथा पुरुषबीचको सम्बन्धलाई उनी खासै महत्त्व दिन्नन् । त्यसैले होला उनी एउटा टेलिभिजन स्टेसनका क्यामराम्यान स्टिभसँग सहजै रोमान्स गर्न थाल्छिन् । क्यामराम्यानले पनि उनलाई मन पराउँछन् तर उक्त च्यानलका संवाददातालाई स्टिभ तथा मेरीको रोमान्स मन परेको छैन । उनले मेरीलाई स्टिभ विरुद्ध भड्काउन खोज्छन् । केही समय मेरी संवाददाताको कुरामा विश्वास गर्छिन् तर अन्त्यमा प्रेमकै जित हुन्छ । मेरी तथा स्टिभ सदाका लागि एक हुन्छन् ।

● सानो पर्दा ●

झ्याइँकुटीको सय भाग

नेपाल टेलिभिजनबाट प्रत्येक शुक्रबार साँझ प्रसारण भैरहेको हास्यश्रृंखला 'झ्याइँकुटी झ्याइँ' ले आज प्रसारणको सय भाग पूरा गर्दैछ । हास्यकलाकार दमन रूपाखेतीद्वारा निर्देशित यो श्रृंखला शुक्रबार साँझ ७:३० बजे प्रसारण भैरहेकोमा आजैदेखि शुक्रबार राति ८:५० बजे प्रसारण हुनेछ । सय भाग पूरा गरेको उपलक्ष्यमा आजको श्रृंखलामा यसअघि प्रसारण भएका श्रृंखलाका आकर्षक दृश्य तथा विभिन्न क्षेत्रका व्यक्तित्वको शुभकामना प्रसारण गरिने निर्देशक रूपाखेतीले बताएका छन् ।

आउँदैछ रातो-पीरो

नेपाल टेलिभिजन– २ बाट नयाँ हास्य श्रृंखला प्रसारण हुने भएको छ । भदौको अन्तिम सातादेखि प्रसारण हुने यो श्रृंखलाको शीर्षक 'रातो-पीरो' राखिएको छ । समसामयिक विषयवस्तुमा आधारित यो श्रृंखलामा गाउँ तथा सहरमा घटिरहेका घटनाक्रमलाई आकर्षक ढंगले चित्रण गरिएको छ । श्रृंखलाको निर्देशन राजु पौडेलले गरेका हुन् । श्रृंखलामा सुभाष गजुरेल, रमा थपलिया, आरपी भट्टराई, खेम शर्मा, राजु पौडेल आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् ।

समयबजीको लोकप्रियता

इमेल च्यानलमा प्रत्येक बिहीबार राति ९:३० बजे प्रसारण हुँदै आएको नेपाल भाषाको कार्यक्रम 'समयबजी' ले साढे चार वर्षको यात्रा तय गरेको छ । समसामयिक विषयवस्तुमा व्यंग्यात्मक प्रस्तुति दिँदै आएको यो कार्यक्रम मूलतः नेवार समुदायमा लक्षित भए पनि नेपाली भाषामा सब-टाइटल राखी प्रसारण गरिने भएकाले गैर-नेवारहरूमाझ पनि यसको राम्रै छाप छ । प्रसारणको २ सय २५ औं श्रृंखला पूरा गरिसकेको 'समयबजी' को निर्देशन एवं लेखन सुरेन्द्र मानन्धरले गर्दै आएका छन् । सुरेन्द्र मानन्धर, रेवन्तलाल श्रेष्ठ, मैयाँ महर्जन, शुभलक्ष्मी मानन्धर,

राजेन्द्र श्रेष्ठ एवं योगेन्द्र मानन्धरको मुख्य अभिनय रहँदै आएको समयबजीलाई युस्मी मानन्धर, सिलु मानन्धर तथा ललिता महर्जनले सञ्चालन गरिरहेका छन् ।

नेता खोज्ने कार्यक्रम

स्टुडेन्ट पार्लियामेन्ट रिडइङ नेपाल (एसपीआरएन) ले कान्तिपुर टेलिभिजनमार्फत नेता छान्ने भएको छ । 'खोज : युवा नेतृत्वको' शीर्षकको टेलिभिजन कार्यक्रमार्फत युवा नेता छान्न लागिएको हो । नेपालमा छरिएर रहेका तथा ओझेलमा परेका योजना, विचार तथा प्रतिभाहरूका सशक्त तथा रचनात्मक आवाज तथा शक्तिहरूलाई संयुक्त रूपमा राष्ट्रहितमा समाहित गर्न उक्त रियालिटी शोले मद्दत पुऱ्याउने विश्वास निर्माता एसपीआरएनले लिएको छ । आगामी असोज ७ गतेदेखि प्रसारण गरिने यो रियालिटी शोमा सहभागी हुन इच्छुक व्यक्तिले गत भदौ ३ गतेदेखि आवेदन फारम भरी सहभागिता जनाइरहेका छन् । सहभागिताका लागि परेका आवेदनमध्येबाट सकेसम्म ७५ वटै जिल्लाबाट १० जना पर्ने गरी ७ सय ५० जनालाई छनौट गरिनेछ । छानिएका ७ सय ५० मध्येबाट अडिसनबाट ७५ जना सम्भावित नेता चुनिनेछ, जसमा लागि देशका ख्यातिप्राप्त १० जना निर्णायकको निर्णय रहनेछ ।

जम्का भेट

युवा निर्देशक मौसम इम्बुङ मौलिकताको खोजीमा छन्। उनी लामो समयदेखि आदिवासी चलचित्रमा अनुसन्धान र काम गरिरहेका छन्। मौसमले चेसुङलगायत थुप्रै चलचित्र निर्देशन गरिसकेका छन्। काठमाडौंमा विश्वका चलचित्रसम्बन्धी अध्ययन गरेर धरान फर्किएका मौसम धरानबाटै जनजाति चलचित्रको विकास अभियानमा लाग्दैछन्। हालै एउटा चलचित्रमा नायकका रूपमा समेत प्रस्तुत मौसमसँगाको जम्का भेट :

चार वर्षपछि धरान फर्कनुभयो, अब के गर्ने सोच छ ?

चलचित्रसम्बन्धी धेरै कुरा अध्ययन गरेर धरान फर्किएको छु। अब आफ्नै क्षेत्रमा बसेर चलचित्रको विकासमा लाग्नेछु। अहिले तत्काल एउटा योजना पनि लिएर आएको छु। धरानबाट 'पूर्वाञ्चल क्षेत्रीय आदिवासी चलचित्र उत्सव' सुरु पनि भएको छ।

यो चलचित्र उत्सवको उद्देश्य के हो ?

हरेक महिना विभिन्न जनजातिका चलचित्र प्रदर्शन गरी त्यसमाथि अन्तर्क्रिया गर्ने र त्यसबाट जनजातिका ज्ञान, सीप संकलन गर्ने उद्देश्य छ। अर्को उद्देश्य हरेक जातिलाई अन्य जातिका संस्कार-संस्कृतिहरू बुझाउने र जातीय सौहार्दताको विकास गर्ने।

यस्ता चलचित्र कहिलेसम्म र कहाँ कहाँ देखाइन्छ ?

सुरुमा धरानमा हरेक महिना देखाइन्छ। हाल ६ महिनासम्मका लागि राई, लिम्बू, तामाङ, गुरुङ, मगर र नेवारका चलचित्र तयार पारेका छौं। त्यसका लागि हामी जातीय संस्थाहरूको सहयोग लिन्छौं। त्यसैगरी मेची र कोसी अञ्चलका नौवटा जिल्लाका गाउँ-गाउँमा गएर जातीय चलचित्र देखाउँदै अनि अन्तर्क्रिया गराउँदै जान्छौं।

हालै एउटा चलचित्रम नायक पनि बन्नुभयो, यो कस्तो चलचित्र हो ?

दीपेन्द्र राईले निर्देशन गरेको चलचित्र 'द ब्रोकन विङ्स्'को कथा मन परेपछि अभिनयका लागि स्वीकार गरें। यो एउटा बेलायत पलायन हुने परिवारको देशभक्त छोराको कथा हो। सवै सुखसयलका लागि नेपाल छाडेर बेयालततिर गए पनि पेन्टिङमा ध्यान दिने एउटा छोरो देशको मायाले बेलायत जाँदैन।

भविष्यको सपना कस्तो देख्नुभएको छ ?

त्यस्तो ठूलो सपना त छैन, तर गाउँगाउँसम्म चलचित्रको प हुँच पुगोस्। गाउँमै हल बनाउन सकियोस्। हाम्रो मात्र होइन, राम्रो चलचित्र पनि बनाउन सकियोस्। हलिउड, बलिउडले दिमागले हेर्ने चलचित्र बनाउँछन्, हामी दिलले हेर्ने मात्र बनाइरहेका छौं। हामी पनि त्यस्तै चलचित्र बनाउन सकौं अनि अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा चलचित्रमार्फत नेपाललाई चिनाऔं।

प्रस्तुति : गोपाल दाहाल

तपाईं 'वन साइडेड लभ' मा पर्नु भएको छ ?

केवल एक प्रश्न

वन साइडेड लभ.... अँ केटीहरूले प्रायः त्यस्तो प्रेम गर्दैनन्। मलाई पनि त्यस्तो प्रेममा विश्वास छैन। मेरो पहिलो चलचित्र 'कहाँ भेटिएला' प्रदर्शन भएपछि चाहिं मलाई वन साइडेड लभ गर्नेहरू धेरै भेटेकी छु। मैले वन साइडेड लभ गर्ने मानिसचाहिं कहाँ भेटिएला...?

श्वेता खड्का (नायिका)

अँ...म अहिलेसम्म दुई पटक वन साइडेड लभमा परेको छु। पहिलो पटक आईएस्सी पढ्दा एउटी केटीलाई असाध्यै मन पराउँथे, तर प्रस्तावै राख्न सकिनँ। अर्को पटक शंकरदेव कलेजमा स्नातक गर्दा अर्की एउटीलाई मन पराएको थिएँ। उनलाई चाहिं प्रस्ताव राख्ने तयारी हुँदै थियो, स्वाट्ट अमेरिकातिर लागिन्...त्यसपछि अहिलेसम्म कसैलाई मन पराएको छैन।

नवीन के. भट्टराई (गायक)

आम्मै, यस्तो पनि प्रश्न ? मैले चाहिं अहिलेसम्म कसैलाई पनि वन साइडेड लभ गरेकी छैन तर मलाई त्यस्तो लव गर्नेहरूचाहिं धेरै देखेकी छु। गत वर्षको मात्र कुरा हो, एक जना व्यक्तिले मलाई बारम्बार फोन गरेर, एसएमएस पठाएर दिनुसम्म दुःख दिएको थियो। नचिनेका व्यक्तिले गर्ने वन साइडेड लभ त कति-कति ?

सुनिता दुलाल (गायिका)

त्यस्तो लभमा त म अहिलेसम्म परेकी छैन, तर मलाई कलेजका केही केटाले वन साइडेड लभ गर्छन् भन्नेचाहिं सुनेकी छु। प्रायः मिस कल गरेर दुःख दिइरहन्छन्। कहिलेकाहीं एसएमएस पनि पठाउँछन्। कल ब्याक गऱ्यो भने उठाउँदैनन्। सायद वन साइडेड लभ यस्तै हुन्छ।

रोशिका राशी (मोडल)

साह्रै रमाइलो प्रश्न सोध्नुभयो। एसएलसी दिनेबित्तिकै म युवतीसँगको वन साइडेड लभमा परेको थिएँ। गिटार किन्ने क्रममा एउटी युवतीसँग आँखा जुधेको थियो। वास्तवमा उनी र म एउटै कार्यालयमा काम गर्थ्यौं। पहिलो भेटमै उनले मेरो मन चोरेकी थिइन्। मैले प्रस्ताव राख्नुअघि नै हाम्रै कार्यालयको एउटा सिनियर स्टाफले प्रेम प्रस्ताव राखेछ।

– भरत सिटौला (गायक)

● साताको स्वर ●

आगन्तुक खरेल

'बयर बोटैमा...' कस्तो गीत हो ?

यो लोकभाकामा तयार पारिएको पपगीत हो।

गीतबाट के भन्न खोज्नुभएको छ ?

एउटी युवतीको पछ्यौरी बयरको बोटमा अल्झिँदा उनको अदालाई सबैले मन पराएकोमा उनी खुसी भएको कुरा छ।

यो गीतको सिर्जना कसरी भयो ?

लोकपप शैलीको गीत गाउन खोजिरहेकी थिएँ। कोमल सयपत्रीले रचेको यो गीतमा बिजु बज्रले संगीत दिएपछि मैले गाएँ। गीत राम्रो बनेकाले एल्बमको शीर्षक पनि 'बयर बोटैमा' राखें।

शीर्षक लोकदोहोरी एल्बमको जस्तो भएन र ?

लोकपप गीतहरूका साथै अन्य प्रकारका गीत यो एल्बममा छन्। नेपालीपनको शीर्षक लोकदोहोरी एल्बमको मात्र हुनुपर्छ भन्ने पनि त छैन।

म्युजिक भिडियो कस्तो बनेको छ ?

भूषण दाहालले निर्देशन गरेको भिडियोमा मोडल सविन श्रेष्ठसँग म आफैंले अभिनय गरेकी छु। चञ्चले युवती र उनलाई जिस्क्याउने युवकबीचको रमाइलो त्यसमा छ।

देशको मायाको विमोचन

नवराज सुब्बाले रचना गरेका देशभक्तिपूर्ण गीतहरूको गीति संग्रह 'देशको माया' को गत शनिबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहबीच लोकार्पण भएको छ। दसवटा गीतको यो संग्रहलाई राष्ट्रिय गीतका रचनाकार ब्याकुल माइलाले लोकार्पण गरेका हुन्। संग्रह गीतहरू अञ्जु पन्त, शिशिर योगी, स्वरूपराज आचार्य, सुमित खड्का, साजन राई, नीतु गोश्वामी, सरिता राई, विकेश विश्वकर्मा, डिबी राई, युनिषा लिम्बू, सुनीता कटुवाल तथा विमला राईले गाएका छन्। संग्रहका गीतलाई शक्ति वल्लभ, साजन राई, सुमित खड्का, धीरज श्रेष्ठ तथा वासु लामाले संगीतबद्ध गरेका छन्।

रेखाको लाइन सार्वजनिक

१४ वर्षको उमेरदेखि नेपाली सांगीतिक क्षेत्रमा सक्रिय गायिका रेखा शाहको नयाँ गीति संग्रह 'द लाइन' को विमोचन सम्पन्न भएको छ। यसअघि लोक गीत गाएर दर्शकको मन जितिसकेकी गायिका शाहले यसपटक आधुनिक तथा पप गीत गाएर 'द लाइन' तयार पारेकी हुन्। विमोचित संग्रहमा नौ वटा गीत सुन्न सकिन्छ। महिलामाथि हुने हिंसा विरुद्धको सामाजिक अभियानमा समर्पित यो गीति संग्रहमा स्व.राम थापा, राजु सिंह, सुरेश कुमार, उदय सोताङ, हरी लम्साल, केशव चौलागाईं तथा जबिकले संगीत दिएका छन्। विमोचन समारोहमा संग्रहका तीन वटा गीतको म्युजिक भिडियो पनि प्रदर्शन गरिएको थियो।

संगीतकारको पहिलो जमघट

नेपाली चलचित्रमा व्यस्त संगीतकारहरूको सामूहिक भेटघाट कमै हुन्छ। कहिलेकाहीं कुनै समारोहमा एक-दुई जना संगीतकारको भेट भैहाले पनि सबै संगीतकार एउटै थलोमा जुट्न गाह्रो छ। गत साता नायिका ऋचा घिमिरेले एउटा अनौपचारिक समारोहको आयोजना गर्दै प्रायः सबै चलचित्र संगीतकारलाई एकै ठाउँमा भेला गराइन्। अवसर थियो, नायिका घिमिरेकै लगानीमा निर्माण हुने चलचित्र 'तुलसी' को घोषणा। चलचित्रमा मुम्बईमा बसोबास गर्ने संगीतकार रञ्जित गजमेरले संगीत दिँदैछन्। समारोहमा संगीतकार गजमेरसँगै शम्भुजित बास्कोटा, लक्ष्मण शेष, चेतन सापकोटा, सुरेश अधिकारी तथा महेश खड्का भेला भएका थिए।

● म्युजिक अपडेट ●

भाइब्जको नयाँ भिडियो

'थाकी सकें' गीतको आकर्षक म्युजिक भिडियोमार्फत चर्चामा आएको नेपाली-अमेरिकन रक सांगीतिक समूह 'द भाइब्ज' ले अर्को एउटा महंगो भिडियो तयार पारेको छ। सनफ्रान्सिस्कोस्थित ट्रेजर आइल्याण्डमा छायांकन गरिएको 'त्यही पल...' गीतको नयाँ म्युजिक भिडियोमा मिस एएनए २००९ खुस्बु न्यौपाने तथा सुरज गौतमले अभिनय गरेका छन्। अमेरीकी राज्यहरूमा नेप्लिज अमेरिकन ब्यान्डका रूपमा स्थापित भैसकेपछि गत वर्ष नेपाली बजारमा पहिलोपटक 'द भाइब्ज जेनरेसन' शीर्षकको गीति संग्रह श्रोतामाझ ल्याएको थियो। यो समूहले यस वर्षको इमेज एवार्डमा उत्कृष्ठ म्युजिक भिडियो तथा उत्कृष्ठ समूह गायन गरी दुई विधामा मनोनीत भएको छ।

गजल सन्ध्याको रमाइलो

गत शनिबार राजधानीमा आयोजित 'गजल सन्ध्या...' शीर्षकको कार्यक्रममा गजलप्रेमीहरूले प्रसस्त मनोरञ्जन लिएका छन्। 'एक साँझ गजलसँग रमाउँदै' नारा राखिएको यो कार्यक्रममा गजल गायक रमेश पोखरेलले एकल गायन प्रस्तुत गरेका थिए। कार्यक्रममा गायक पोखरेललाई अर्का गायक सञ्जय तुम्रुकले पनि साथ दिएका थिए। समारोहमा म्युजिक भिडियोहरूको डिभिडी संग्रह 'सपना' को विमोचन गरिएको थियो। सप्रेम अर्चना तथा विभोर बरालले रचना गरेका गजलहरू रमेश पोखरेल, निर्मल म, मिलन सिंह, सञ्जय तुम्रुक, मनिषा पोखरेल आदि गायक-गायिकाले गाएका छन्।

अष्ट्रेलियामा गुरुङत्रय

अष्ट्रेलियामा गत साता सम्पन्न एउटा सांगीतिक कार्यक्रममा गुरुङ थरका तीन जना गायक-गायिकाले गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका छन्। अध्ययनको क्रममा अष्ट्रेलियामै बसोबास गरिरहेका गायक भद्रध्वज गुरुङसँगै गायक खेमराज गुरुङ तथा गायिका रीमा गुरुङ होडा उक्त कार्यक्रममा प्रस्तुत भएका थिए। 'लाइभ इन अष्ट्रेलिया' शीर्षकको कार्यक्रममा सहभागी भएर खेमराज तथा रीमा यसै साता स्वदेश फर्किएका छन्।

फत्तेमानको एकल गायन

गायक फत्तेमान राजभण्डारी पुनः एकपटक एकल गायन कार्यक्रम प्रस्तुत भए। गत शनिबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहमा फत्तेमानले आफ्ना लोकप्रिय गीत सुनाए। करिब एक घन्टासम्म स्टेजमा उभिएरै एक दर्जन गीत गाउँदा उनी युवा गायकभन्दा कम जोसिला देखिएनन्। कार्यक्रममा उनले 'यस्तो पनि हुँदो रै'छ जिन्दगीमा कहिले-कहिले', 'मर्न बरु गाह्रो हुन्न', 'सान्नानीको गालैमा...' जस्ता गीत गाएका थिए। संगीत शिला प्रतिष्ठानको छैठौं वार्षिकोत्सवका अवसरमा फत्तेमानको एकल गायन कार्यक्रम जुराइएको थियो। फत्तेमानको एकल गायनपछि रेश्मा सुनुवार, लेखराज गुरुङ, विजय खालिङ, टीका प्रसाईं, नारायण लामा तथा प्रकाश दीपले पनि आफ्ना गीत प्रस्तुत गरेका थिए।

● अफबिट ●

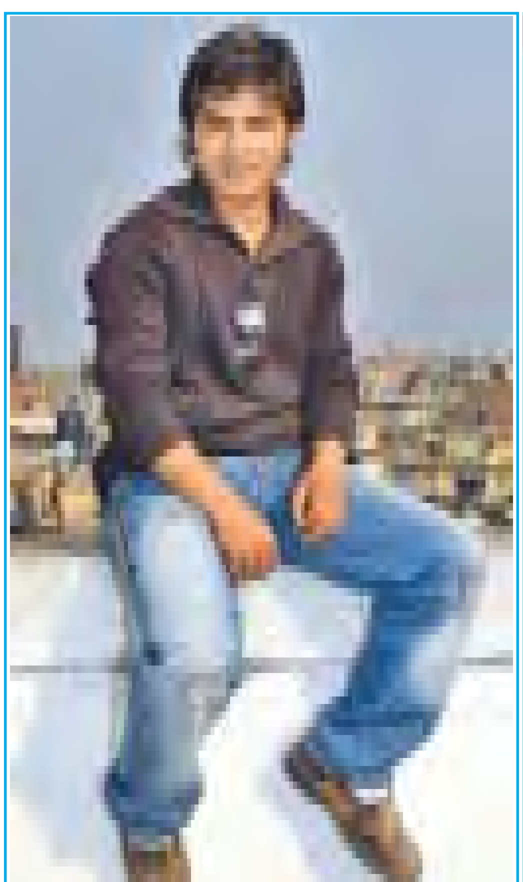
नायिकासँग गायक : गायक सीताराम पोखेलको आगामी गीतिसंग्रह 'अक्टोबर फोर' को तिमी आऊ मेरो नजिक गीतमा अभिनय गर्दै गायक पोखेल र अभिनेत्री झरना थापा। उक्त म्युजिक भिडियोको निर्देशन सिमोस सुनुवारले गरेका हुन्।

दुई संग्रहको विमोचन

गायक राजु लामा तथा नरेन लिम्बूका दुई नयाँ गीति-संग्रह एकसाथ विमोचित भएका छन्। गत सोमबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहबीच गायक लामाको 'मंगोलियन हार्ट भाग-४' तथा लिम्बूको 'आश' को विमोचन गरिएको हो। रियाज म्युजिकले आयोजना गरेको कार्यक्रममा संगीतकार न्ह्यू बज्राचार्य, शिलाबहादुर मोक्तान, गायक ओमविक्रम विष्ट, रविन तामाङ, राजु लामा, नरेन लिम्बू तथा सञ्चारकर्मी भरत शाक्यले सामूहिक रूपमा ती संग्रह विमोचन गरेका हुन्। विमोचन समारोहमा गायक लामाले चार तथा लिम्बूले तीनवटा गीत गाएर कार्यक्रमलाई संगीतमय बनाएका थिए। विमोचनकै लागि अमेरिकाबाट काठमाडौं आएका गायक लामाले काठमाडौंमै रहेका इन्डियन आइडल-३ प्रशान्त तामाङलाई विशेष अतिथिका रूपमा कार्यक्रममा निम्त्याएका थिए।

शम्भुजितको सांगीतिक धुन

संगीतकार शम्भुजित बास्कोटा गत साता भिन्न शैलीको संग्रहमार्फत झुल्किएका छन्। सनराइज बैंकले उत्पादन गरेको नेपाली सांगीतिक धुनहरूको संग्रह 'अ म्युजिकल जर्नी विथ सनराइज बैंक एन्ड शम्भुजित' मा संगीतकार बास्कोटाद्वारा सिर्जना गरिएका कर्णप्रिय धुनहरू समावेश छन्। बिहीबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहमा बैंकका अध्यक्ष तोलाराम दुगडले उक्त संग्रह विमोचन गरेका छन्। समारोहमा विमोचित संग्रहको संगीतमा मोडलहरूले क्याटवाक गरे भने अन्य संगीतमा नृत्यांगनाले आकर्षक नृत्य पनि प्रस्तुत गरे। विमोचित संग्रहमा स्वरसम्राट स्व. नारायण गोपाल, दीपक खरेल, उमेश पाण्डे, संगीता शाक्य, प्रकाश श्रेष्ठ, देविका वन्दना, अमर तण्डुकार, रामकृष्ण ढकाल, मिलन चख्खु, नगेन्द्र श्रेष्ठ, अञ्जु पन्त तथा सञ्जीवनीले गाएका सदावहार गीतका धुन समावेश गरिएको छ।

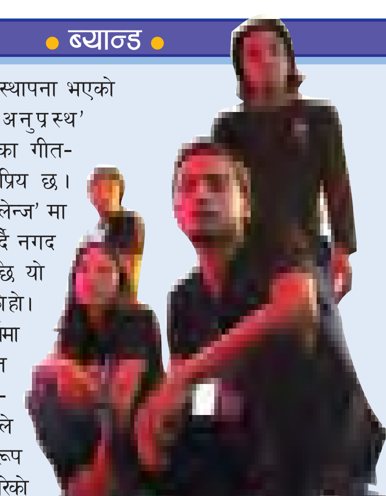


● नजिकबाट ●

सुन्दर श्रेष्ठ भिकेटी

जन्ममिति	:	०४२ चैत २५
परिचय	:	गायक
जन्मस्थान	:	तौथली-३ सिन्धुपाल्चोक
रुचि	:	गायन, संगीत
प्रकाशित एल्बम	:	राइड
सांगीतिक गुरु	:	नारायणगोपाल
नजिकका साथी	:	मनोज, रविन
मनपर्ने परिकार	:	दालभात, गुन्द्रुक
पकाउन जानेको परिकार	:	नेपाली परिकार सबै
मनपर्ने रंग	:	नीलो, कालो
मनपर्ने पहिरन	:	जिन्स, भेस्ट, कोट
मनपर्ने मौसम	:	वसन्त
मनपर्ने खेल	:	फुटबल
फुर्सदमा	:	घुमघाम, टेलिभिजन हेर्ने, गीत सुन्ने
मनपर्ने गीत	:	जति माया लाए पनि
रिस उठेको बेला	:	चुपचाप बस्छु
मनपर्ने आफ्नै बानी	:	रोमान्टिक छु
पहिलो चर्चित गीत	:	चौबन्दी चोली
सबैभन्दा बढी माया	:	आमा-बा र संगीत
पहिलो पटक बजाएको बाजा	:	गिटार
राम्रो बानी	:	मिलनसार
अन्य प्रतिभा	:	फुटबल र पौडी खेल्ने

● ब्यान्ड ●



अनुप्रस्थ

सन् २००२ मा स्थापना भएको सांगीतिक समूह 'अनुप्रस्थ' अत्याधुनिक रक शैलीका गीत-संगीतका कारण लोकप्रिय छ। गत वर्षको 'ब्यान्ड च्यालेन्ज' मा प्रथम स्थान हासिल गर्दै नगद १ लाख रुपैयाँ जितेपछि यो समूहको लोकप्रियता बढेको हो। सात वर्षअघि एउटा पार्टीमा चार जना युवाले गीत प्रस्तुत गरेर उपस्थित दर्शक-श्रोताको मन जितेपछि यसले सांगीतिक समूहको स्वरूप पाएको हो। समूह गठन गरेको एक वर्ष नबित्दै अन्तरकलेज सांगीतिक प्रतिस्पर्धामा विजयी भएपछि उनीहरूले समूहलाई दीर्घकालीन रूपमै अघि बढाउने निर्णय गरे।

समूहका चार सहकर्मीमध्ये नीरन शाही मुख्य गायक हुन्। जिमी जोशी बास गिटारिस्टका रूपमा सक्रिय छन्। सुन्दर महर्जन समूहका ड्रमर हुन् भने गोविन सुनुवार गिटारिस्टका रूपमा गीत-संगीत सिर्जनामा व्यस्त छन्। समूहका मुख्य गायक शाही केही समयपछि अध्ययनका लागि नर्वे प्रस्थान गर्दैछन्। यो समूहले अहिले पनि ठमेलका नमस्ते रेस्टुराँ, रेगी बार तथा ल्हासा बारमा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरिरहेको छ।ड्रमर महर्जन भन्छन्– 'अहिले दर्शकले रक संगीतका भिडियो हेर्न पाइरहेका छैनन्।' यो समूहले हालसम्म एउटा पनि गीतिसंग्रह तयार पारेको छैन। 'गीतिसंग्रह निकाल्नु ठूलो कुरा होइन, शाही भन्छन्– 'रोयल्टी, पाइरेसीजस्ता कुराले संग्रह निकाल्ने जाँगर चलेको छैन।'

ब्रा-पेन्टी फ्याँकी विरोध : महिलाले प्रयोग गर्ने भित्री पोसाक निर्माता कम्पनी ट्रियुम्प इन्टरनेसनलका मनिलास्थित कामदारहरू भित्री पोसाक फ्याँकेर विरोध गर्दै। जर्मनीमा केन्द्रीय कार्यालय रहेको उक्त कम्पनीले फिलिपिन्सस्थित कारखानाबाट १ हजार ६ सय कामदार कटौती गरेको थियो।

तस्बिर : टेड अल्जिब/एएफपी

● पहिलो विश्व ●

आफैं लिंग परिवर्तन

वेल्सका एक पूर्व सैनिकले लिंग परिवर्तन गर्न खोज्दा चिकित्सकले दुई वर्षपछि मात्र समय दिने बताएपछि आफैंले शल्यक्रिया सम्पन्न गरेका छन्। चार सन्तानका पिता रोल्यान्ड मेरीले अवकाशपछि लिंग परिवर्तन गरेर महिला हुने चाहना राखेका थिए। ६१ वर्षीय पूर्व सैनिकले आफू लिंग परिवर्तन गरेर महिला हुन चाहेको कुरा श्रीमतीलाई २३ वर्षदेखि भन्दै आएका थिए। महिला हुने कुरा सुन्दा-सुन्दा उनी हैरानसमेत भएकी थिइन्। उता चिकित्सकले पनि दुई वर्ष कुर्नुपर्ने बताएपछि उनले दुई पिन्ट रगत राखेर आफैंले घरमै शल्यक्रिया गरे। मेरीको शल्यक्रिया सफल पनि भयो र अहिले उनी स्वास्थ्यलाभ गरिरहेका छन्। शल्यक्रियापछि उनलाई अस्पताल लगी परीक्षण गराउँदा चिकित्सकहरूले राम्रो शल्यक्रिया गरिएको बताए। लिंग परिवर्तन गरेपछि उनले आफ्नो नाम परिवर्तन गरेर रोल्यान्डी राखेकी छिन्।

निर्वस्त्र तस्बिरमा अधिकार

सुमधुर दाम्पत्य जीवन पारपाचुकेमा परिणत भएपछि सँगै खिचेका निर्वस्त्र तस्बिरमा कसको अधिकार हुन्छ भन्ने मुद्दा अमेरिकाको फ्लोरिडा राज्यको स्यानफोर्ड अदालतमा परेको छ। सन् २००२ मा वैवाहिक जीवनमा बाँधिएका भ्यालेरिया जेन्टिल र इर्बिन काजामार्काले आफ्ना यौन गतिविधिको तस्बिर खिच्दै आएका थिए। अचानक वैवाहिक जीवन खटपट भएपछि इर्बिनले उक्त तस्बिर एक स्पेनिस अश्लील साइटलाई उपलब्ध गराए। उक्त साइटले भ्यालेरिया र इर्बिनका तस्बिर अन्य साइटलाई समेत सम्प्रेषण गऱ्यो। यो कुरा थाहा पाएपछि भ्यालेरियाले आफ्नो निर्वस्त्र तस्बिरमा आफ्नो अधिकार हुने र त्यसलाई कसैले वितरण गर्न नपाउने बताउँदै अदालतमा मुद्दा दायर गरेकी छिन्। उनीहरूको पारपाचुकेको मुद्दा हेरिरहेका एक कानुन व्यवसायी उक्त तस्बिरमा दुवैको अधिकार हुने बताउँछन् भने इबिनका अनुसार दाम्पत्य जीवन भंग हुनुअघि दुवैले उक्त तस्बिरलाई सार्वजनिक गर्ने कुरामा सहमति दिएको बताए। यस्तो किसिमको समस्या पारपाचुके गरेका दम्पतीहरूमा कमै आउने भएकाले यो केही नौलो किसिमको मुद्दा भएको छ। यस्ता घटनाले पुरुषलाई भन्दा महिलालाई बढी मर्माहत बनाउने गरेको छ। यसका लागि भ्यालेरियाले अदालतसमक्ष क्षतिपूर्ति पाउनुपर्ने एवं यौनक्रियाका सबै तस्बिर नष्ट गरिनुपर्ने जिकिर गरेकी छिन्।

अन्त्यमा...

सामान्यतः अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सर्वाधिक स्तरीय सेक्स टोयको मूल्य साढे ४० हजार पर्छ, तर साउदी अरेबियाका एक व्यापारीले ३८ लाख रुपैयाँ पर्ने सेक्स टोय खरिद गरेका छन्। सेक्स टोयको नियमित प्रयोगकर्ता ती व्यापारीलाई बजारमा पाइने स्टेनलेस स्टिलको सेक्स टोयले एलर्जी गरेपछि उनले सुनको सेक्स टोय खरिद गरेका हुन्। लिंग बढाउने त्यस्तो सेक्स टोय बनाउन ती व्यापारीले क्यानाडाको सेक्स टोय कम्पनीसँग अनुरोध गरेका थिए। कम्पनीले १८ क्यारेट सुनमा ४० वटा हीरा जडान गरेर उक्त उपकरण निर्माण गरिदिएको थियो।

स्वाद आ-आफ्नै : पूर्व मिस नेपाल सुगरिका केसी, नायिका अरुणिमा लम्साल, हास्य कलाकार कुञ्जना घिमिरे, माम्पी घोष (पवनकली), नायिका विपना थापा, नायकद्वय महेश शाक्य 'कर्मा' तथा जीवन लुइँटेल, गायिका नलिना चित्रकार, मोडल शिवानीसिंह थारु तथा महजोडी विभिन्न खानाको स्वाद लिदै।

तस्विरहरु : महेश प्रधान/नवराज वाग्ले

तीन चलचित्रमा प्रेम प्रतिस्पर्धा

'जीवनरेखा', 'सिन्दूर', 'मायालु', 'कुसुमे रुमाल', 'बाँसुरी', 'कान्छी' २०-२५ वर्षअघिका यी चलचित्र प्रेम गर्नेहरूका लागि प्रेरक थिए । रुमाल चिनो दिए विछोड हुन्छ भन्ने भनाइलाई चलचित्र 'कुसुमे रुमाल' हेरेपछि कैयन् प्रेमी-प्रेमिकाले पछ्याएका थिए । भागेर मन्दिरमा प्रेमविवाह गरे भगवान रिसाउन सक्छन् भन्ने डर 'जीवनरेखा' हेर्नेहरूलाई थियो । ती चलचित्रले त्यतिबेलाको पुस्तालाई प्रेम गर्ने तरिका सिकाए । 'दर्पणछायाँ', 'जिन्दगानी', 'आफ्नो मान्छे' जस्ता प्रेमकथामा बनेका चलचित्रलाई पनि दर्शकले रुचाए पनि । एक वर्षअघि प्रेमकथामा आधारित चलचित्र 'पर्खिबसें' र 'सानो संसार'ले चर्चा पायो । अबको दुई महिनाभित्र विशुद्ध प्रेमकथालाई नै आधार बनाइएका तीन चलचित्र सार्वजनिक हुँदैछन्- 'कुसुमे रुमाल', 'द युगदेखि युगसम्म' र 'मेरो एउटा साथी छ' । बहुप्रतिक्षित यी तीन चलचित्रले नेपाली चलचित्रको निर्माणमा प्रेमको पुनःप्रवेश गराउलान् ? सामान्य चलचित्र निर्माणमा लाग्ने लागतभन्दा दोब्बरदेखि चौबरसम्म खर्च गरिएका यी चलचित्रले अब नेपाली चलचित्रको निर्माण लागत बढाउनेतर्फ अरू निर्मातालाई सोच्न बाध्य पार्लान् ?

कुसुमे रुमाल

साढे दुई दशकअघि प्रदर्शन गरिएको त्रिकोणात्मक प्रेमकथामा आधारित चलचित्र 'कुसुमे रुमाल'को अन्तिम दृश्यमा भुवन केसी नायिका तृप्ति तथा अर्को नायक उदितनारायणलाई बचाउने क्रममा मारिन्छन् । उदित र तृप्तिको मिलन हुन्छ । त्यहाँ टुंगाइएको कथाको बाँकी भाग अर्थात् सिक्वेलका रूपमा नयाँ 'कुसुमे रुमाल' तयार पारिएको छ । पच्चीस वर्षपछि अत्याधुनिक भएको समाजमा तिनै तृप्तिकी छोरी बनेकी रुबी भट्टराईको एक युवक नीरज बरालसँग प्रेम हुन्छ, तर यो प्रेमकथामा पनि अर्को कोण छ नायिका उषा रजकका रूपमा । ऊ बेला बाबु उद्धव पौड्यालले निर्माण गरेको 'कुसुमे रुमाल'को प्रथम प्रदर्शनका दिन जन्मिएका निरक पौडेलको निर्देशनमा नयाँ 'कुसुमे रुमाल' निर्माता पौड्यालले निर्माण गरेका हुन् । झन्डै १ करोड रुपैयाँ लगानी गरिएको यो चलचित्रमा संगीतकार शम्भुजित बाँसकोटाका पुत्र सौर्यजित बाँसकोटाको संगीत छ, जसमा उदितनारायणका पुत्र आदित्यनारायण झाले पार्श्व स्वर दिएका छन् । चलचित्र ३५ एमएम सिनेमास्कोप प्रविधिमा निर्माण भएको छ । पुरानो कुसुमे रुमाल सार्वजनिक भएकै दिन अर्थात् २५ वर्ष अधिको फूलपातीकै अवसरमा नयाँ कुसुमे रुमाल पनि सार्वजनिक हुँदैछ ।

द युगदेखि युगसम्म

१८ वर्षअघि एउटा सुपरहिट प्रेमकथात्मक चलचित्र 'युगदेखि युगसम्म'बाट उदाएका नायक राजेश हमाल त्यसपछि निरन्तर नेपाली चलचित्रमा छन् । टिकाउ राजेशलाई नै नायक लिएर गायक निर्माता अर्जुनकुमारले चलचित्र 'द युगदेखि युगसम्म'को निर्माण गरेका हुन् । ७० लाखजति लगानी गरिएको यो चलचित्रमा निर्देशक दीपेन्द्र के. खनालले राजेशलाई फरक गेटअपमा अभिनय गराएका छन् । १८ वर्षदेखि एकपटक आमाको निधनमा कपाल खौरँदाबाहेक चलचित्रहरूमा उस्तै देखिएका राजेश हमाललाई यो चलचित्रमा कोरियन लुक्समा आधुनिक पाइन्ट र टिसर्टमा सजिएको देखिनेछ । यो चलचित्र तीनवटा चरित्रको वरपर घुमेको छ । राजेश त्यसका केन्द्रीय कोण हुन् भने दुई कोणमा क्रमशः नायिका नन्दिता केसी र अनु शाह छन् । नन्दिता राजेशकी प्रेमिकाको भूमिकामा छिन् भने अनु राजेशकी बहिनी बनेकी छिन् । एकातिर प्रेमिकासँगको प्रेम र अर्कातिर बहिनीको मायामा रुमल्लिएको कथा यो चलचित्रमा छ । सुरेश राई, राजु सिंह, अर्जुन कुमारको संगीत रहेको यो चलचित्र 'पुरानो बोतलमा नयाँ रक्सी'का रूपमा आउँदैछ । यो चलचित्र डिजिटल प्रविधिमा निर्माण भएको हो ।

मेरो एउटा साथी छ

'मेरो एउटा साथी छ' गायक सुगम पोखरेलले पाँच वर्षजति अघि गाएको यो गीत अहिले पनि उत्तिकै लोकप्रिय छ । रमाइलो संयोग भन्नुपर्छ, चलचित्र 'मेरो एउटा साथी छ'का संगीतकार पोखरेल नै भए । प्रभुशमशेर राणाले १ करोडभन्दा बढी लगानी गरेको यो चलचित्रमा नायक आर्यन सिग्देल तथा नायिका नम्रता श्रेष्ठ छन् । चलचित्रमा प्रेमको आरम्भ मित्रताबाट हुन्छ भन्ने कुरालाई निर्देशक सुदर्शन थापाले विस्तृत रूपमा देखाउने जमर्को गरेका छन् । जेनिषा मोक्तान, जीवन लुइँटेल आदि पनि यो चलचित्रमा छन् । विपिन आचार्यसमेत संगीतकार रहेको यो चलचित्रमा नायिका रेखा थापा विशेष भूमिकामा देखिँदै छिन् । यो चलचित्रलाई डिजिटल टुके क्यामेराबाट खिचेर डिजिटल प्रविधिमा तयार पारिएको छ ।

नो कम्प्रोमाइज

खर्चका हिसाबले चाहिने ठाउँमा खर्च गरिएको बताउँछन् यी तीनवटै चलचित्रका निर्माताहरू । 'कुसुमे रुमाल' तथा 'मेरो एउटा साथी छ'का लागि लाखौं खर्च गरेर सेट पनि बनाइएको थियो । भारतीय चलचित्रकै दाँजोमा ती सेटहरूमा खिचिएका दृश्य राम्रा पनि देखिएका छन् भने आउटडोर दृश्यहरू पनि आकर्षक छन् । यी चलचित्र निर्माणका क्रममा पहिरन, गेटअप, सेट, लोकेशन, प्रविधि तथा प्रविधिक, कलाकार आदिका हकमा तीनै जना निर्माताले एकै स्वरमा भनेका थिए- 'नो कम्प्रोमाइज' ।

'डेब्यु' निर्देशक

संयोग नै मान्नुपर्छ– यी तीनवटै चलचित्रका निर्देशकको यी पहिलो चलचित्र हुन् र यी तीनै जनाले ३० वर्ष काटेका छैनन् । कुसुमे रुमालका निर्देशक निरक पौडेलले अमेरिकाबाट चलचित्रसम्बन्धी अध्ययन पूरा गरेका हुन् । नेपाल फर्किएपछि बुबाले खडा गरिदिएको गोपीकृष्ण मुभिजलाई नौलो ढंगबाट सञ्चालन गर्ने जिम्मेवारी उनले बहन गर्न थाले । यही क्रममा चलचित्र 'कुसुमे रुमाल'को सिक्वेल बनाउने कुरा अघि बढेको हो । अडिसनबाट छनौट भएका चलचित्रका मुख्य कलाकारलाई उनले नाट्यकर्मी अनुप बरालमार्फत प्रशिक्षण पनि दिएका छन् । 'द युगदेखि युगसम्म'का निर्देशक दीपेन्द्र के. खनाल जापानबाट चलचित्रकै विषयमा दुई वर्ष अध्ययन पूरा गरी फर्किएका हुन् । उनी एक व्यावसायिक तथा स्तरीय चलचित्र निर्माणका लागि लगानीकर्ताको खोजीमा थिए । उनको जोस र विचार सुनेपछि गायक अर्जुनकुमार लगानीकर्ता बन्न तयार भए । उनीहरूले पहिले 'पहिलो-पहिलो माया' शीर्षकमा चलचित्र बनाउने निधो गरेका थिए । अनायासै 'द युगदेखि युगसम्म'को अवधारणा अगाडि आएपछि यो चलचित्र बनेको खनाल बताउँछन् । 'मेरो एउटा साथी छ'का निर्देशक सुदर्शन थापाले भने स्वदेशकै नेशनल स्टुडियो अफ फिल्म ट्रेनिङमा चलचित्रसम्बन्धी अध्ययन गरेका हुन् । थापाले कान्तिपुर टेलिभिजनको धारावाहिक 'हाउसफुल'को निर्देशन गरिसकेका छन् । दुई एक्सन चलचित्र 'घातक' तथा 'राज्य'को निर्माण अनुभव बटुलेका प्रभुशमशेर चलनचल्तीका चलचित्रभन्दा फरक चलचित्र निर्माण गर्ने विचारमा थिए । सुदर्शन थापालाई भेटेपछि उनले त्यो जिम्मेवारी थापालाई सुम्पिए ।

सुव्रत आचार्य

बाइकको संसार

तस्बिरहरू : नवराज बाग्ले

सुजुकी बि-किङ्ग

बाइकका पारखीहरूलाई लक्षित गरेर जापानको सुजुकी कम्पनीले बि-किङ्ग स्पोर्ट्स बाइक नेपालमा भित्र्याएको छ। १ हजार ३ सय ४० सीसीको इन्जिन रहेको यो बाइकमा ६ वटा सिलिन्डर छन्। ६ गियर सिस्टमको यो बाइकमा ९ हजार ५ सय आरपीएम छ, जसका कारण यो बाइकलाई २ सय ८० किलोमिटर प्रतिघन्टाको गतिमा कुदाउन सकिन्छ। अघिल्लो र पछिल्लो पाङ्ग्रामा हाइड्रोलिक डिस्क ब्रेक रहेका कारण यो बाइक सुरक्षित पनि छ। १६ लिटर क्षमताको फ्युल ट्यांक रहेको यो बाइकको माइलेज १५ किलोमिटर प्रतिलिटर छ। नेपालमा भित्रिएका बाइकहरूमध्ये सर्वाधिक महँगो मानिएको यो बाइकको अहिलेको बजार मूल्य २३ लाख ५० हजार रुपैयाँ छ।

हर्नेट स्पोर्ट्स बाइक

लामो यात्राका लागि उपयुक्त मानिएको होन्डा कम्पनीको हर्नेट सीबी ६०० मोडलको बाइक नेपाली बजारमा भित्रिएको छ। ६ सय सीसी क्षमताको यो बाइकमा ६ वटा गियर छ। १९ लिटरको फ्युल ट्यांकले युक्त यो बाइकमा ४ लिटर क्षमताको रिजर्भ ट्यांक छ। अघिल्लो र पछिल्लो पाङ्ग्रामा हाइड्रोलिक डिस्क ब्रेक भएको यो बाइकलाई १ सय ६५ माइल प्रतिघन्टाको गतिमा गुडाउन सकिन्छ। १ सय ९८ किलोग्राम तौलको यो बाइकको उचाइ ८ सय मिलिमिटर छ। यो बाइकको नेपाली बजार मूल्य १४ लाख रुपैयाँ छ।

सर्वाधिक तीव्र गुड्ने

सुजुकी हायाबुसा

सुजुकी कम्पनीले अन्तर्राष्ट्रिय बजारलाई लक्षित गरेर निर्माण गरेको हायाबुसा स्पोर्ट्स बाइक नेपाली बजारमा भित्रिएको छ। १ हजार ३ सय ४० सीसीको यो बाइकमा ६ वटा गियर छ। फोर स्ट्रोक इन्जिन रहेको यो बाइकमा ४ सिलिन्डर छ। यो बाइकको दुवै पाङ्ग्रामा हाइड्रोलिक ब्रेक छ। ८६ दशमलव ६ इन्च लम्बाइको यो बाइकको उचाइ ४६ इन्च छ। संसारकै तीव्र गतिमा कुद्ने बाइकमा दर्ता भएको यो बाइक २ सय ९८ किलोमिटर प्रतिघन्टाको गतिसम्म कुदाउन सकिने दाबी कम्पनीले गरेको छ। हालै नेपाली बजारमा यो बाइकको मूल्य २२ लाख रुपैयाँ छ।

युवतीका लागि युएफओ स्कुटर

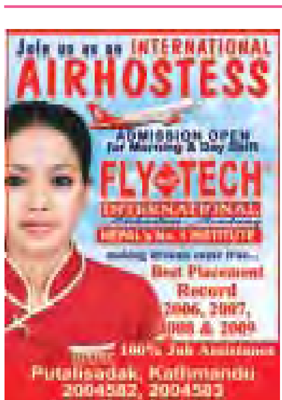
ग्लोबल अटोमोवाईलले निर्माण गरेको युएफओ ०१५० मोडलको स्कुटरले मुख्यतया युवतीहरूलाई आकर्षित गर्ने देखिन्छ। रातो, पहेंलो, सिल्भर र कालो रंगमा उपलब्ध यो स्कुटर १ सय ५० सीसीको छ। फोर स्ट्रोक इन्जिनले युक्त यो स्कुटरको फ्युल ट्यांक ४ दशमलव ८ लिटरको छ। १ हजार ८ सय ७० मिलिमिटर लम्बाइ भएको यो स्कुटर १ हजार २ सय २० मिलिमिटर अग्लो भएका कारण नेपाली महिलाहरूलाई उपयुक्त हुने देखिन्छ। १ सय ८ किलोग्राम तौलको यो स्कुटरको मूल्य १ लाख ४८ हजार ३ सय रुपैयाँ छ।

मेगालीको १५० आर

बेलायतको मोटरबाइक उत्पादक मेगलीको १५० आर मोडलको बाइक नेपाली बजारमा भित्रिएको छ। स्पोर्ट्स बाइकको मोडलमा रहेको यो बाइक १ सय ५० सीसी क्षमताको छ। सिंगल सिलिन्डरको यो बाइकमा डबल डिस्क ब्रेक छ। ट्युबलेस टायर रहेको यो बाइकको इन्जिनलाई तात्न नदिन एयर कुलर सिस्टम जडान गरिएको छ। १ सय २० किलोग्राम तौलको यो बाइकको उचाइ ८ सय मिलिमिटर छ। यो बाइकको नेपाली बजार मूल्य २ लाख ४५ हजार रुपैयाँ छ।

यामाहाको फेजर

यामाहा कम्पनीले भारतमा उत्पादन गरेको फेजर बाइक यसअघि उत्पादन गरिएका आरवान फाइभ र एफ जेडका विशेषताहरूलाई समायोजन गरी उत्पादन गरिएको हो। १ सय ५३ सीसी क्षमता भएको यो बाइकको फ्युल ट्यांक १२ लिटरको छ। फोर स्ट्रोक सिंगल सिलिन्डरले युक्त यो बाइकमा ५ वटा गियर छ। १ सय ३० किलोग्राम तौलको यो बाइक रातो, कालो र नीलो रंगमा उपलब्ध छ। मोरङ अटो वर्क्सले नेपाली बजारमा ल्याएको यो बाइकको बजार मूल्य अझै निर्धारण भएको छैन।



युवतीहरूको ध्यान फेसनतिर

धरानकी सजनी राई अचेल बढी नै व्यस्त हुन्छिन् । सजनीको ध्यान कहिले 'क्याजुअल टु पिस'मा हुन्छ त कहिले 'समर वेयर'मा । सजनीका साथीहरू सुजाता राई र अञ्जु राईको व्यस्तता पनि उस्तै छ, आखिर एउटै ग्रुपका साथी न परे । सुजाता र अञ्जु पनि दिनभर यस्तै आधुनिक पहिरनमै ध्यानमग्न हुन्छन् । हातभरि कपडाका टुक्रा, कैंची, धागो यस्तै के-के हुन्छन् उनीहरूसँग । सजनीले भनिन्– 'यो मेरो सानैदेखिको इच्छा हो ।'

सजनी, अञ्जु र सुजाता मात्र होइन, उनीहरूजस्ता धेरै युवतीको आकर्षण बनेको छ, फेसन डिजाइन । धरानका धेरै युवतीमा फेसनप्रति विशेष मोह देखिन्छ । दिनभरको घाममा छाता ओढ्दै भए पनि वा साँझमा बजार डुल्ने बहानामा नयाँ-नयाँ डिजाइनका पहिरन लगाउनु प्रतियोगिताजस्तै बनिरहेछ । यो लहर वरिपरिका गाउँमा पनि फैलँदै छ । यसरी आफैंलाई लगाउन मन पर्ने नयाँ-नयाँ डिजाइनका कपडा आफैं बनाउन कसलाई रहर नहोला ? त्यसैले पनि युवतीहरू यसतर्फ आकर्षित छन् । धरानमा डेढ वर्षअघि खुलेको आईईसी भेलोसिटी कलेजमा अध्ययनरत सजनी भन्छिन्– 'नयाँ डिजाइन बनाउने रहर पनि पूरा हुने, यसबाट व्यावसायिक पनि हुन सकिने समय आएको छ ।'

सजनी, सुजाता र अञ्जुले पुराना कपडाबाट पनि नयाँ-नयाँ डिजाईन गर्न थालेका छन् । उनीहरूले पुरानो सर्ट, नाइटी, नेट भेला पारेर उनीहरूले आकर्षक क्याजुअल टु पिस तयार गरेका छन् । यसरी पुराना कपडाका काम लाग्ने भाग निकालेर बनाइएका क्याजुअल पहिरन ५ सयभन्दा बढीमा बिक्री हुने सुजाताले बताइन् । अहिले पूर्वका सहर मात्र नभएर ग्रामीण क्षेत्रका युवतीहरू पनि फेसन डिजाइनलाई करियर बनाउन लागिपरेका छन् । भेलोसिटीका निर्देशक महेन्द्र श्रेष्ठ भन्छन्– 'नेपालका अन्य क्षेत्रभन्दा पूर्वमा फेसन डिजाइनको क्रेज बढी छ । यहाँका धेरै युवती यसैलाई व्यवसाय बनाउन चाहन्छन् ।' दुई महिनापछि यो कलेजबाट २५ विद्यार्थीले पढाइ सक्नेछन् । भेलोसिटीबाट उत्पादन हुने विद्यार्थीबाट पूर्वका विभिन्न स्थानमा आधुनिक बुटिक र इस्टिच्युट खोल्ने योजना रहेको कुरा बताउँदै महेन्द्रले भने– 'हाम्रै विद्यार्थीलाई ती स्थानमा सहभागी गराउँछौं ।'

फेसन डिजाइनका लागि पूर्वमा थुप्रै बुटिक खुलेका छन् र खुल्ने क्रम उत्तीकै छ । काठमाडौंस्थित आईईसीको सिलेबसमा पढाइ हुने भेलोसिटी कलेजमा अहिले धरान, विराटनगर, इटहरी, दमक, चकरघट्टी, उर्लाबारी र विराटचौक आदि क्षेत्रका ५५ विद्यार्थी अध्ययन गर्छन् । फेसन र इन्टेरियर डिजाइनका ३ महिने बेसिक, ६ महिने सर्टिफिकेट र १८ महिने डिप्लोमा पढाइ हुने भेलोसिटीले हरेक महिना भर्ना लिने गरेको छ । कलेजका अनुसार तीनमहिने बेसिकको जम्मा १० हजार, ६ महिने सर्टिफिकेट कोर्सको २० हजार र डिप्लोमाको ४१ हजार अनि इन्टेरियरमा ४३ हजार लिने गरिएको छ ।

फेसन कलेज खुलेपछि सुस्ताएको धरानको मोडलिङमा आशाको संकेत देखिएको छ । कलेजको सहयोगमा धरानमा फेसनसम्बन्धी कार्यक्रमहरू पनि हुन थालेका छन् । निर्देशक श्रेष्ठ भन्छन्– 'व्यावसायिकता नभएपछि मोडलहरू पलायन भएका छन्, हामी मोडलिङलाई पनि व्यावसायिक बनाउनुपर्छ भन्ने मान्यताअनुरूप काम गर्छौं ।' धरानमा विभिन्न कार्यक्रमसमेत आयोजना गरेको र काठमाडौंका प्रतियोगितामा पनि सहभागी हुँदै आएको भेलोसिटीले हालै 'एल्लो थिम' मा गेट टुगेदर पार्टीसमेत आयोजित गऱ्यो । आईईसीले काठमाडौंमा रेड डे मनाएझैं, भेलोसिटीले पनि पूर्वमै पहिलो पटक यस्तो परम्परा प्रारम्भ गरेको हो ।

मोफसलमा भने पार्टीमा कलर थिम वा ड्रेस कोडको त्यति चलन छैन । श्रेष्ठ भन्छन्– 'पार्टीमा एउटै कलरको कपडाले समानता देखाउँछ । धनी, गरिबबीचको असमानता हटाउन र सकारात्मक सोचको विकासका लागि यस्तो चलन भित्रिएको हो ।' कलेजले अब हरेक वर्ष एल्लो थिम (पहेंलो रंगको कपडा लगाउनुपर्ने) पार्टी आयोजित गर्ने श्रेष्ठले बताए । पहेलो रंगलाई मित्रता (फ्रेन्डसिप) को प्रतीकका रूपमा लिइन्छ ।

सुरुको वर्षमै ४० भन्दा बढी विद्यार्थी पाएका महेन्द्रले भने 'अहिले पनि दिनैपिच्छे एक-दुई जनाले फोनमा फेसन डिजाइनका सम्बन्धमा सोधिरहन्छन् । यो क्षेत्रको भविष्य राम्रो भएकाले पनि उनीहरू आकर्षित भएका हुन् ।'

गोपाल दाहाल

बडी टाइपअनुसार आउटफिट सेलेक्सन

टम ब्वाय फिगर

छोटो कद, ब्रेस्ट पोर्सन र नितम्ब दुवै फ्ल्याट हुनेहरू यो श्रेणीमा पर्छन् ।

उदाहरण : कंगना रणावत, जिया खान ।

ट्राउजर : बडी स्ट्रकचर फ्ल्याट भएकाले आफ्नो शरीरलाई हल्का कर्भ लुक दिने ट्राउजर छनौट गर्नु उचित हुन्छ । जस्तै- जोधपुरी वा प्लिट्सयुक्त प्यान्ट ।

स्कर्ट : शारीरिक बनावटअनुसार बेलुन, रफल्स, फ्रिल, पेग वा ट्युलिप प्याटर्नयुक्त स्कर्ट्स सुहाउँदो हुन्छ । यस्तो स्कर्ट्सले फ्ल्याट नितम्बलाई लुकाएर पातलो कम्मरलाई हाइलाइट गर्छ । यसप्रकारको बडी टाइपमा घुँडासम्म वा घुँडाभन्दा थोरै माथिको लम्बाइ उपयुक्त हुन्छ ।

प्रिन्ट : यस्तो फिगर सेपमा मिडियम साइजको प्रिन्ट शोभनीय हुन्छ । ब्राइट एवं डार्क प्रिन्ट दुवै उपयुक्त हुन्छ ।

टप एवं टि-सर्ट : होरिजेन्टल स्ट्राइप्सयुक्त टि-सर्ट वा फ्लेयर्ड कटयुक्त टप राम्रो हुन्छ । फंकी वा मोडर्न लुक चाहने हो भने टि-सर्टका साथमा स्रग वा सानो ज्याकेट लगाउनु उपयुक्त हुन्छ ।

मेकओभर मन्त्र : ट्राउजरका साथमा चौडा आकारको बेल्ट, फ्ल्याट फुटवेयर र सानो खालको पर्स वा ह्यान्ड ब्यागले व्यक्तित्वमा बोल्ड एन्ड ब्युटिफुल लुक प्रदान गर्छ ।

आवर ग्लास फिगर

काँध, कम्मर र नितम्ब सही अनुपातमा हुनेहरू यो श्रेणीमा पर्छन् ।

उदाहरण : लारा दत्ता, प्रियंका चोपडा

ट्राउजर : यस्तो फिगर भएकाहरूका लागि वाइड अर्थात् तलतर्फ हल्का चौडाइ भएको ट्राउजर सुट गर्छ तर टाइट फिटिङ ट्राउजर सुहाउँदैन ।

स्कर्ट : यसप्रकारको फिगर सेपमा घुँडासम्म आउने लामो एलाइन स्कर्ट सुहाउँदो हुन्छ ।

टप टि-सर्ट : भी नेकयुक्त टप सुहाउँदो हुन्छ । यस्तो टपले स्लिम लुक प्रदान गर्छ ।

जिन्स : यसखालको बडी टाइपमा वन पिस ड्रेस तथा हाइ वा मिडियम हिलयुक्त फुटवेयरबाट सेक्सी लुक प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

पियर सेप

यदि काँध र ब्रेस्ट आदि पातलो छ र लोअर बडी अर्थात् नितम्ब र जाँघ मोटो छ भने त्यस्तो फिगरलाई पियर सेप भनिन्छ ।

उदाहरण : मिनिशा लाम्बा, माधुरी दीक्षित

ट्राउजर : हिप्सबाट ध्यान हटाउन हल्का साइनिङयुक्त फ्याब्रिक छनौट गर्नु उचित हुन्छ । सिगरेट कट अर्थात् तलबाट क्लोज्ड डिजाइनयुक्त ट्राउजर लगाउनु हुँदैन । यसले ध्यान शरीरको तल्लो भागमा केन्द्रित गर्ने सम्भावना रहन्छ ।

जिन्स : स्ट्रेट कट जिन्स पहिरिनु उपयुक्त हुन्छ ।

टप : प्याडेड सोल्डरयुक्त भि-नेक, रोल स्लिम भएको टप वा टि-सर्ट सुहाउँदो हुन्छ । यस किसिमको टपले हेभी हिप्सलाई ब्यालेन्स प्रदान गर्न मद्दत गर्छ ।

स्कर्ट : यसप्रकारको फिगर सेपका लागि ए लाइन वा स्ट्रेट स्कर्ट बढी सुहाउँदो हुन्छ ।

मेकओभर मन्त्र : मिडियम साइज बेल्ट एवं एङ्कल लेन्थ बुट राम्रो हुन्छ । बडी टाइपअनुसार हल्का रंगको टप एवं लोअर बडी अर्थात् ट्राउजर, स्कर्ट आदिका लागि डार्क सेड्स छनौट गर्नुपर्छ । ह्यान्ड ब्याग र पर्सको लम्बाइ हिप एरियाभन्दा माथि राख्नु उचित हुन्छ ।

एप्पल सेप

ब्रेस्ट एवं काँधको भाग चौडा र हिप्स अपेक्षाकृत पातलो हुनेहरूलाई यो श्रेणीमा राखिन्छ ।

उदाहरण : मल्लिका शेरावत, राखी सावन्त ।

ट्राउजर : प्यान्ट खरिद गर्दा फल राम्रो होस् भन्नेमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ । थाई एरियामा कस्सिने ट्राउजर लगाउनु हुँदैन ।

जिन्स : यस्तो फिगर सेपमा लो वेस्ट, मिड वेस्ट जिन्स बढी शोभनीय हुन्छ ।

स्कर्ट : पेन्सिल र फ्लेयर्ड स्कर्ट सुहाउँदो हुन्छ ।

टप : यस्तो फिगर सेप भएकाहरूको व्यक्तित्वमा भी नेक, स्कुप वा बोट नेकयुक्त टप एवं टिसर्ट सुट गर्छ । यसका अतिरिक्त ए लाइन ड्रेस एवं अफ सोल्डर म्याक्सी पनि सुहाउँदो हुन्छ ।

मेकओभर मन्त्र : सेप लेस अर्थात् धेरै लुज वा धेरै टाइट पहिरन लगाउनु हुँदैन । सफ्ट मेटेरियलको कपडा चयन गर्नुपर्छ । यसप्रकारको कपडाको फल राम्रो हुन्छ जसले व्यक्तित्वलाई स्लिम लुक प्रदान गर्छ । मिडियम साइजको बेल्टबाट हट लुक पाउन सकिन्छ ।

प्लम्प सेप

शरीरको सबै भाग सही अनुपातमा हुनेहरू यो श्रेणीमा पर्छन् ।

उदाहरण : काजोल, रानी मुखर्जी, कोंकणा सेन

ट्राउजर : मिडियम साइज एवं अगाडिबाट फ्ल्याट भएको ट्राउजर्स यो फिगर सेपमा बढी सुहाउँछ ।

जिन्स : धेरै फिटिङ वा स्किनी जिन्स उचित हुँदैन ।

टप र टि-सर्ट : डिप भी नेक एवं एम्पायर कट्युक्त टिसर्ट र टप सुहाउँदो हुन्छ । फिटिङयुक्त टप लगाउनु हुँदैन । यसबाट टमी अर्थात् पेटमा केन्द्रित हुने सम्भावना बढ्छ ।

स्कर्ट : धेरै घेरा भएको र ठूलो आकारको स्कर्ट लगाउनु हुँदैन ।

मेकओभर सूत्र : मिडियम साइजको बेल्ट छनौट गर्नुपर्छ । धेरै सानो ब्याग वा पर्सबाट जोगिनुपर्छ । यसप्रकारको फिगर भएका व्यक्तित्वलाई मिडियम साइजको पर्स नै उपयुक्त हुन्छ ।

– रोजिन शाक्य

अधिकांश नवयुवक विवाहपश्चात् शारीरिक सुख प्राप्तिको मानसिकता राख्छन्। श्रीमतीलाई सुखको आभास प्रारम्भ हुनुपूर्व नै सबै कुरा सकिएको हुन्छ। चरम सुखको अनुभूति जीवनको आन्तरिक र रहस्यमय पक्ष भएकाले यस विषयमा उनले अरूसँग सोध्न पनि सक्दैनन्। सोध्ने स्थिति भए पनि उत्तर आइहाल्छ भन्ने अवस्था पनि कमै रहन्छ। धैर्यता अँगाल्ने, प्रतीक्षा गर्ने, सबैसँग सबै कुरा ठीक भैहाल्छ भन्ने सल्लाह र परामर्श बढी पाइन्छ। सही जानकारीको अभावमा उनीहरू गलत मान्यता र धारणाहरूको सञ्जालमा फस्न पुग्छन्। पुरुषले के कुरा बुझ्नुपर्छ भने आन्तरिक सम्बन्धमा महिलाको अनुभव पुरुषको जस्तै प्रारम्भ भएर तुरुन्तै सकिँदैन। तिनमा बिस्तारै प्रारम्भ हुने र लामो समयसम्म प्रेमको आदान-प्रदान भैरहोस् भन्ने चाहना हुन्छ।

चरम सुख र महिला शरीर

• रोजिन शाक्य

यो कुरा आश्चर्यजनक लाग्न सक्छ तर वास्तविकता के हो भने कैयन् महिलालाई वैवाहिक जीवनको लामो समयपछि पनि चरम सुखका बारेमा समुचित र सही जानकारी हुँदैन। अधिकांश पुरुष पनि महिला सन्तुष्टि र अनुभवका बारेमा जान्ने-बुझ्ने प्रयास गर्दैनन्। दुविधा तथा लाजका कारण अधिकांश महिला यो अनुभवबाट वञ्चित रहेको पाइन्छ। उनीहरू पढ्छन्, सोँच्छन् तर के हुन्छ, कसरी हुन्छ भन्ने बुझ्दैनन् किनभने यसलाई अभिव्यक्त गरेर बुझाउन सकिँदैन, अनुभव र अनुभूतिबाट मात्र महसुस गर्न सकिन्छ। ६ वर्ष पहिले विवाह बन्धनमा बाँधिएका ३० वर्षीया सीमा र ३५ वर्षीय समिर डाक्टरकहाँ जाँदा समिरमा केही शारीरिक कमी भएको र आफ्नो वैवाहिक जीवन सन्तुष्टदायक नभएको गुनासो सीमालाई थियो। सम्पूर्ण टेस्ट र एक-दुई सेसनपश्चात् समिरको प्रेम र क्षमतामा कुनै कमी नभएको कुरा पुष्टि भयो। शारीरिक सम्बन्धको सम्पूर्ण कुरा सामान्य देखियो। त्यसपछि भने सीमाको संकोचमा कमी आयो। उनी खुलेर कुरा गर्न थालिन्। कुराकानीका बखत उनले भनिन्- उनको नजिकको आफन्तले बताएअनुसार चरम सुख तब प्राप्त हुन्छ जब सर्विकसमा भएको युट्रसको टिपमा टप प्राप्त हुन्छ। ६ वर्षको अनुभवमा जुन सुखद् अनुभूति सीमालाई भैरहेको थियो, त्यसलाई इन्जोय गर्नुको साटो उनी त्यो काल्पनिक आनन्दको प्रतीक्षा गरिरहेकी थिइन् जुन निराधार थियो। वास्तविकता के हो भने योनीको एक तिहाइ भाग मात्र संवेदनशील हुन्छ। यसैगरी लिंगको आकारका सम्बन्धमा पनि कैयन् भ्रान्ति छन्। संवेदनशीलता योनीको एक तिहाइ भागमा नै हुने भएकाले सेक्स पोजिसनमा सामान्यभन्दा छोटो आकारको लिंगले पनि चरम सुख प्रदान गर्न सक्छ।

हाम्रो सामाजिक परिवेशमा महिलाहरूमाथि सानो उमेरमै उनको इज्जत काँच सरह भएको, सेक्स नराम्रो हो, पाप हो जस्ता भावना थुपारिन्छ। सही जानकारी सही ढंगबाट प्राप्त नहुनाले उनीहरू सहवासलाई लिएर एक किसिमको अपराधबोध, ग्लानी वा हीनताको भावना पाल्छन् र यौनावस्थासम्म आइपुग्दा पनि यो हीनता यथावत् रहन्छ। त्यतिबेला शरीरमा बढ्ने हार्मोन्सले आफ्नो प्रभाव देखाउन थाल्छ र पूरा शरीर स्पर्शलाई लिएर अत्यधिक संवेदनशील हुन्छ। जहाँ एकातिर स्पर्शको कामना बढ्दै जान्छ, त्यहीं अर्कातिर पुरुषको सामिप्यबाट मनमा डर उत्पन्न हुन्छ।

रहस्यमय अनुभूति

अधिकांश नवयुवक विवाहपश्चात् शारीरिक सुख प्राप्तिको मानसिकता राख्छन्। श्रीमतीलाई सुखको आभास प्रारम्भ हुनुपूर्व नै सबै कुरा सकिएको हुन्छ। चरम सुखको अनुभूति जीवनको आन्तरिक र रहस्यमय पक्ष भएकाले यस विषयमा उनले अरूसँग सोध्न पनि सक्दैनन्। सोध्ने स्थिति भए पनि उत्तर आइहाल्छ भन्ने अवस्था पनि कमै रहन्छ। धैर्यता अँगाल्ने, प्रतीक्षा गर्ने, सबैसँग सबै कुरा ठीक भैहाल्छ भन्ने सल्लाह र परामर्श बढी पाइन्छ। सही जानकारीको अभावमा उनीहरू गलत मान्यता र धारणाहरूको सञ्जालमा फस्न पुग्छन्। पुरुषले के कुरा बुझ्नुपर्छ भने आन्तरिक सम्बन्धमा महिलाको अनुभव पुरुषको जस्तै प्रारम्भ भएर तुरुन्तै सकिँदैन। तिनमा बिस्तारै प्रारम्भ हुने र लामो समयसम्म प्रेमको आदान-प्रदान भैरहोस् भन्ने चाहना हुन्छ। जति स्वतन्त्रतापूर्वक पुरुषले आफ्नो शरीरका माध्यमबाट प्रेम प्रदर्शन गर्छ त्यति नै उसलाई प्राप्त होस् भन्ने चाहना उनमा रहन्छ तर उनले त्यो अवसर प्राप्त गर्दैनन्। यही कारणले गर्दा अधिकांश महिलाको जीवनमा चरम सुखको अनुभव जहिले पनि रहस्यमय रहन्छ। अधिकांश पति-पत्नी यस विषयमा कुराकानी पनि गर्दैनन्।

कैयन् व्यक्तिमा चरम सुखका सम्बन्धमा अनेकन भ्रान्ति पाइन्छ। चलचित्रको पात्र वा पोर्नो चलचित्रका दृश्य वा सस्ता खालका किताब, पत्रपत्रिकामा विकृत रूपमा प्रस्तुत गरिएको जानकारी यसको कारण हुन्छ। विवाहित संगिनीद्वारा प्रभाव जमाउन बढाई-चढाई गरी व्यक्त गरिएका अनुभवका कारण पनि मनमा डर जन्मन्छ– के उनी आफू पनि संयम गुमाउँछिन् ? के उनी पनि आउट अफ कन्ट्रोल हुन पुग्छिन् ? के उनीबाट आवाज निस्कन्छ ? के उनलाई पनि अद्भूत आनन्द महसुस हुन्छ ? यी भयका कारण कैयन् महिला आफ्ना उत्तेजनात्मक अनुभव रोकेर राख्न बाध्य हुन्छन्। पतिका सामु आफ्नो इमेज खराब नहोस् भन्ने डर महिलामा हुन्छ तर वास्तविकता के हो भने यदि श्रीमती आफ्नो मनबाट डर निकाल्न सक्षम भए श्रीमान्बाट पनि सहयोग प्राप्त हुन्छ र जुन चरम सुख मात्र १५ देखि २० प्रतिशतको उचाइमा अनुभव भएको थियो त्यो शतप्रतिशत हुन पुग्छ। कैयन् अवस्थामा महिला स्वयं आफूलाई के कुराले उत्तेजित गर्छ भन्ने कुरा बुझ्न सक्दैनन्। अतः आफ्नो उत्तेजनाको विन्दु थाहा पाउनुपर्छ र त्यसलाई श्रीमान्समक्ष व्यक्त गर्नुपर्छ। यसबाट फोरप्लेमा सहजता एवं सुविधा प्राप्त हुन्छ।

सही जानकारी आवश्यक

कैयन् अवस्थामा श्रीमान्-श्रीमती दुवैलाई एकैपटक चरम सुखको अनुभूति हुँदैन तर यसले धेरै फरक भने पार्दैन। महिलालाई एकभन्दा बढीपटक चरम सुखको अनुभव हुन्छ। यस विषयमा महिला सजग हुनुपर्छ र यसलाई सुखद् अनुभव गर्नुपर्छ। मातृत्वको सुख प्राप्त भैसकेपछि महिलामा सहवासप्रति रुचि हुँदैन भन्ने कुरा पनि गलत हो। वास्तवमा शिशुको जन्मपश्चात् चरम सुखको इच्छा अझ बढ्छ किनभने गर्भावस्थापछि योनीमा रहेको नर्व एन्डिङ बढी संवेदनशील हुन्छ। महिला आफूले जे अनुभव गर्छिन् त्यसका सम्बन्धमा उनलाई ज्ञान हुनुपर्छ र यसका बारेमा जान्नु आवश्यक छ। कुन रूपमा र कसरी आफू 'अन' हुन्छ र कुन रूपमा हुँदैन, जानेर आफ्नो सुखलाई बढाउनुपर्छ। स्वयंसित प्रेम गर्नु र आत्मस्वीकृति वैवाहिक जीवनको महत्त्वपूर्ण पक्ष हो। यौन सम्बन्धमा आफ्नो सुखप्रति धेर-थोर स्वार्थी हुनु नराम्रो होइन। वैवाहिक जीवनको प्रारम्भिक समयमा नवयुवाहरू श्रीमतीलाई आफ्नो यौनसुखको साधन मान्छन् तर समय बित्दै जाँदा तिनमा जिम्मेबारीको अनुभूति बढ्छ र उनीहरू आफ्नी श्रीमतीको सन्तुष्टिलाई लिएर अघि बढ्ने प्रयास पनि गर्छन्।

यदि पुरुष थोरै समझदारी, संयम र अलि बढी प्रयास गर्न तत्पर रहे जीवनसंगिनी उनलाई प्रेम सम्बन्धको त्यो उचाइसम्म पुऱ्याउने क्षमता राख्छिन् जुन आम पुरुषले कल्पनासमेत गर्न सक्दैनन्। यद्यपि पुरुष आफ्नो अधीनता र स्वार्थबाट बाहिर निस्कनुपर्छ। आजको शिक्षित एवं समझदार पुस्ताले राम्रैसँग बुझ्नुपर्छ कि जति अधिकार, सुखको चाहना एवं आवश्यकता श्रीमान्लाई हुन्छ, त्यति श्रीमतीलाई पनि हुन्छ। हरेकले आफ्नोभन्दा दोस्रो पक्षको सन्तुष्टि र आनन्दलाई प्राथमिकता दिए, खुलेर कुराकानी गरे, दोस्रो पक्षको संकोच कम हुन्छ र दुवैले सुखद् रूपमा यौन जीवनलाई इन्जोय गर्न सक्छन्। महिलाले यौनसँग जोडिएका आफ्ना चाहनालाई श्रीमान्सँग अभिव्यक्त गर्नुपर्छ। यदि कुनै समस्या छ जसको समाधान स्वयंबाट भएको छैन, हुँदैन भने विशेषज्ञको राय लिन पछिपर्नु, लजाउनु वा हिचकिचाउनु हुँदैन।

नेपालीहरूको महान् पर्व बडादसैंका अवसरमा आफ्ना इष्टमित्र तथा आफन्तहरूलाई शुभकामना सन्देश पठाउन चाहने पाठकहरूले आफ्नो सन्देश साप्ताहिकको कार्यालयमा भदौ ३१ गतेसम्म आइपुग्ने गरी पठाउन हुन अनुरोध गरिन्छ।

–सम्पादक

• सन्देश •

प्यारी सञ्जुलाई जन्मदिनको लाखौं लाख शुभकामना। सफलताले सधैं तिम्रो पाइला चुमिरहोस्। मनका अधुरा इच्छाहरू पूरा हुन्।

बिजु

विनु, किन तिमी मदेखि यति टाढा भयौ ? कतै तिमी अन्जानमा भनेको शब्दले रिसायौ कि ? यादहरू मात्र साथ छन्, हाम्रो त्यो सामीप्यता यादगार छ। जे भए पनि मेरो जिन्दगीका हसिन पल तिमीसँग विताएका पलहरू नै थिए।

साजन

ईश्वरी दिदी, ढिलै भए पनि बधाई छ। आफ्नो इच्छा, आकांक्षा एवं उद्देश्य अनुसार सोंचविचार गरेर अघि बढ्नुहोला। भावी दिनहरूमा अझ सफल हुँदै जानु।

सोनाम लामा

सिर्जना, बाध्यताले गर्दा तिमीबाट टाढा भएँ, मलाई माफ गर। तिमीबिना मेरो सहाराको डोरी चुडिएको छ। समाउने हाँगा भाँचिएको छ। म एक्लो छु। प्लिज मेरो बाध्यतालाई बुझ्ने प्रयास गर, आइ लभ यु।

मुस्कान

यमुना, तिमीले चाहेको बेला म आउन सकिनँ। काम नै तिम्रो र मेरो बीचको बाटोमा काँडेतार भैदियो। मलाई माफ गर, जसरी पनि तिमीसँग भेट्ने इच्छा छ। आई रियल्ली लभ यु।

सुब्बा

कान्छु, तिमी सधैं मेरो सपनीमा आइरहन्छ्यौ। मलाई तिम्रो एकदमै माया लाग्छ। म तिमीबिना एकपल पनि बाँच्नै सक्दिनँ।

ननाम

आत्मीय मित्रहरूमा न्यानो भावनात्मक अभिवादन..., दूरी र गतिको हिसाबले हामी लाखौं कोश टाढा भए पनि भावनाको नाताले एउटै गोरेटोमा छौं। यो मित्रताको नातालाई निरन्तरता दिइरहनु। मित्रहरू, पत्र पढाइरहनुहोला।

विवश

सन्ध्या, किन मदेखि टाढा हुँदैछ्यौ ? मबाट के गल्ती भएको छ ? मलाई त्यो गल्ती सुधार्ने मौका देऊ। म तिमीबिना पानी बिनाको माछाजस्तै भएको छु। किन धोका दिन खोज्दैछ्यौ ? एक पटक सम्पूर्ण कुरा र तिम्रा समस्या एसएमएस मार्फत व्यक्त गर।

गफाडी

संगीता अधिकारी, भेट नभएको पनि पाँच वर्ष भयो। कलंकीमै छौ कि अन्यत्र गयौ ? तिम्रो घर त सिन्धुपाल्चोक हो तर मलाई पूरा ठेगाना थाहा भएन। कृपया पत्र पठाउन अनुरोध गर्दछु।

रविकला

• साथी •

गहुँगोरो वर्णका गणेश पौड्याल 'असल प्रेमी' चञ्चले स्वभावका छन्। ५ फिट ५ इन्च अग्ला गणेश हाल १८ वर्षका छन्। बीबीएस प्रथम वर्षमा अध्ययनरत उनी धेरै नयाँ साथी बनाउने अभिरुचि राख्छन्। हरेक किसिमको समस्यामा साथ दिने, सादा जीवन उच्च विचार भएको, साथी बनाइसकेपछि बीचमा नछोड्ने, अध्ययनमा विशेष ध्यान दिने साथीको खोजीमा रहेका गणेशलाई nisturimayali@yahoo.com मा इमेल गर्न सकिन्छ।

स्नातक तह उत्तीर्ण सुरजदिव्य थापाको उचाइ ५ फिट ४ इन्च छ। पेसाले कलाकार सुरजको स्वभाव गम्भीर छ। २५ वर्षीय सुरज संगीत तथा गायनमा अभिरुचि राख्छन्। गहुँगोरो वर्णका सुरज घमन्ड नगर्ने, मिलनसार, स्पष्टवक्ता, सत्यवादी एवं छलकपट नगर्ने साथीको खोजीमा रहेका सुरजलाई suraj_thapa14@yahoo.com मा इमेल गर्न सकिन्छ।

१८ वर्षीय राजन अधिकारी हाल प्लस टु अध्ययनरत छन्। ५ फिट ६ इन्च अग्ला राजन कम बोल्ने स्वभावका छन्। नोकरी गरिरहेका राजन धेरै साथी बनाउने अभिरुचि राख्छन्। धादिङ, मैदीका स्थायी बासिन्दा राजन सुखदुःखमा साथ दिने, धनको घमन्ड नगर्ने, मौलिकता नबिर्सने साथीको खोजीमा छन्। उनलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले rajan1947@hotmail.com मा इमेल गर्न सक्नुहुन्छ।

५ फिट ८ इन्च अग्ला जीवन दरेजी गोरो वर्णका छन्। २० वर्षीय दरेजी मिलनसार स्वभावका छन्। अभिनयमा रुचि भएका उनी धेरै सोच्ने कम बोल्ने, मन मिल्ने, पराई नसम्झने साथीको खोजीमा छन्। जीवनलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले चेरु माइस्थान-५, महोत्तरीमा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ।

सैनिक सेवामा कार्यरत फ्च्यु तमु गणेश भावुक स्वभावका छन्। पत्रमित्रता एवं स्वअध्ययनमा रुचि राख्ने तमुले एसएलसीसम्मको औपचारिक अध्ययन पूरा गरेका

छन्। २४ वर्षीय गणेश गहुँगोरो वर्णका छन्। सबैसँग सद्भाव राख्ने तथा घमन्ड नगर्ने साथीको खोजीमा रहेका गणेशलाई श्री कालीबहादुर गण, सपरिटार ब्यारेक, हेटौंडा 'ख' गुल्ममा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

गीता उप्रेती शिक्षण पेसामा आबद्ध छिन्। २४ वर्षीया गीताको उचाइ ५ फिट छ। आफ्नो काममा खुसी रहने गीता हाल बीएड प्रथम वर्षमा अध्ययनरत छिन्। नयाँ साथी बनाउने अभिरुचि राख्ने उनी गहुँगोरो वर्णकी छिन्। सुखमा नमात्तिने, दुःखमा नआत्तिने, धनी-गरिबको भेदभाव नगर्ने साथीको खोजीमा रहेकी गीतालाई नौबीसे-८, ठूलागाउँ, धादिङमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

कुपन सन्देश

सन्देशका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

साप्ताहिक साथीका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव :...................................... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : ....वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना :..

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ।

भुल्न नसकेको एउटा आकृति

• जीवनको गोरेटोमा •

जिन्दगी भोगाइमा फरक पर्ने एउटा अनौठो कुरा हो समयको गतिसँगै दौडिरहनुपर्ने तर पनि खै किन हो कुन्नि यो जिन्दगी भोगाइ र सोचाइमा आकाश-धर्तीको फरक हुँदोरहेछ। यो जिन्दगी न सोचेजस्तो हुन्छ न चाहे जस्तो नै। हुन्छ त केवल समय र परिस्थितिले डोऱ्याएजस्तै। जिन्दगीमा सोचेजस्तो वा चाहेजस्तो हुने भए कसैले पनि आँसुको सागरमा डुबेर बाँच्नु पर्दैनथ्यो। त्यसैले पनि मानिसहरूले जिन्दगीलाई भोगाइ र परिस्थितिअनुसार आ-आफ्नै शब्दमा परिभाषित गरिरहेका छन्। मलाई यो जिन्दगी यात्रा जस्तो लाग्छ। त्यसैले हरेक जिन्दगीमा कुनै प्रहर गोरेटोसँग भेट हुन्छ त कुनै प्रहर दोबाटोसँग। सायद गोरेटो र दोबाटोको संगम हो जिन्दगी। जिन्दगीका गोरेटोले खुसीका बहारहरू बोकेर जिउन सिकाउँछ अनि दोबाटोले यो संसारमा कहिल्यै नभेटिने गरी बिदाइका अन्तिम हातहरू हल्लाउन बाध्य बनाउँछ।

मैले पनि जिन्दगीको यात्रामा कैयौंको साथ पाएँ अनि कैयौसँग कहिल्यै नभेटिने गरी विदाइका अन्तिम हात हल्लाए। कहिले भेटाउने त कहिले छुटाउने त्यस्ता कैयौं गोरेटा अनि दोबाटाहरू पाएँ। कैयौंसँग भेटिएँ अनि फेरि कैयौसँग छुट्टिएँ। यही भेटिने अनि छुट्टिने समय र परिस्थितिको अधुरो रीतलाई नै मैले आफ्नो जिन्दगी सम्झिएँ। एकमुठी सास रहेसम्म निरन्तर चलिरहनुपर्थ्यो त्यसैले यहाँ कतिसँग भेटिनुपर्छ अनि कतिसँग छुटिनु।

यसरी भेटिने र छुट्टिने क्रमसँगै मैले जिन्दगीका पाइलाहरू चाल्दै जाँदा एउटा मोडमा यस्तो साथ पाएको थिएँ जुन साथ मेरा लागि जीवनभरिका लागि अमिट छाप बनेर रह्यो हृदयमा। बिर्सु भन्छु तर सक्दिनँ। हामी जिन्दगीको एउटा मोडमा भेटिएर अर्को मोडमै थाहै नपाई छुट्टियौं। मलाई राम्रोसँग थाहा छ कि यो जुनीमा मैले उनलाई चाहेर पनि पाउन सक्दिनँ। किनभने उनी हिंजो पनि कसैकी थिइन् र आज पनि। मैले उनलाई पाउनुभन्दा ६ वर्ष अघि नै कसैले उनलाई पाइसकेको थियो। त्यसैले अबदेखि उनीसँग चाहेर पनि यो संसारमा कहिल्यै नभेटिने गरी विदाइका अन्तिम हातहरू हल्लाइरहेको छु तर पनि उनले मलाई यो जुनीमा साथ नदिए पनि अर्को जुनीसम्म उनलाई पर्खिएर बसिरहेको हुनेछु। उनीबिनाको मेरो जिन्दगी सधैं अधुरो रहन्छ..., अपूरो रहन्छ त्यसैले म उनलाई भुलेर बाँच्न सक्दिनँ, त्यसैले उनको खुसीका लागि म उनीबाट धेरै टाढा हुँदैछु। यो मेरो जिन्दगीको अन्तिम पत्र केवल यो जुनीमा चाहेर पनि मेरी हुन नसकेकी उनीलाई....

मेरी प्यारी नानी, सहृदय-सप्रेम सम्झना साथै मुटुभरिको माया। म त बाँचेकै छु, तिमीलाई कस्तो छ ? आशा एवं विश्वास छ कि तिमी पनि सन्चै छ्यौ होला। खै कहाँबाट सुरुवात गरौं ? सुरुवात गरौं त अर्थहीन छन् शब्दहरू तर पनि जसोतसो यो सानो पत्र कोरिरहेको छु आशा छ पक्कै तिमीसम्म पुग्छ होला।

खै किन हो जिन्दगीमा पहिलोपल्ट तिमीलाई यति धेरै माया गरें, आँखामा सजाएँ अनि हृदयमा बसाएँ तर आज आएर थाहा पाएँ कि तिमीले पलपल मेरो चोखो मायाको खिल्ली उडायौ। हिंजोका दिनहरूमा हरेक पल मेरो शिरमाथि हात राखेर जुनीभर माया मार्दिनँ भनी खाएका वाचा-कसमहरू यति चाँडै बिर्सिदियौ ? ठीकै छ, तिमीसँग मेरो गुनासो त केही पनि छैन किनभने मैले आफूलाई भुलेर तिमीलाई पाउने सपना देख्नु सायद धर्तीमा बसेर आकाशको जून छुने सपना देखेजस्तै अधुरो थियो..., अपूरो थियो बस्। त्यसैले आज एउटै संसारमा रहे पनि फेरि कहिल्यै नभेटिने गरी टाढा भयौ एक खोलाका दुई किनाराझैं। जे नहुनु थियो त्यो भैसक्यो अब तिमी जहाँ रहे पनि सधैं खुसी रहनु। हामीबीच चाहेर पनि एक-अर्काको जिन्दगीमा आउन सक्दैनौं। यो जुनी यस्तै भयो बाँकी अर्को जन्ममा भेटौंला।

– एस.बी. रोदन

पैसा पाउनु ठूलो कुरा हो कि प्रेम पाउनु ? किन ?

• अब हाम्रो पालो •

यो स्तम्भमा हामीले राखेका प्रश्नको ३० शब्दमा नबढाई उत्तर पठाउनुपर्नेछ। प्रत्येक उत्तरका साथमा आफ्नो पूरा नाम, ठेगाना र उमेर लेख्न नबिर्सिनुहोला। प्रश्न नम्बर एक सधैं आगामी प्रश्नका रूपमा रहनेछ। एउटा पानामा एउटा उत्तर मात्र स्वीकार गरिनेछ।

१. तपाईंले जिन्दगीमा कोबाट कस्तो धोका पाउनुभएको छ ?
२. हामी नेपाली किन र के कारणले पिछडिएका छौं ?
३. मानिसहरूलाई अर्काका श्रीमान्/श्रीमती किन राम्रा लाग्छन् ?
४. पुरुषहरू महिलाको चरित्र र चालचलनको कुरा किन बढी गर्छन् ?
५. पढेर जानिन्छ कि परेर ?
६. नेपालको सबैभन्दा ठूलो समस्या के हो ?
७. वेश्यावृत्तिलाई कानुनी मान्यता दिनु हुन्छ कि हुँदैन ? किन ?
८. नेपालमा जातीय आधारमा राज्य बनाउनु कत्तिको उपयुक्त हुन्छ ? किन ?
९. कस्ता मान्छेले राजनीति गर्नुपर्छ ?
१०. तपाईं वान साइडेड लभमा पर्नुभएको छ ?

प्रेम पाउनु ठूलो कुरा हो नि। प्रेमका अगाडि धन सम्पत्ति पनि फिक्का हुन्छ।

अनिल विश्वकर्मा, सिरहा

प्रेम, किनभने प्रेम मनसँग हुन्छ फेरि मन (आत्मा) को मूल्य पनि त छैन।

प्रदीप चौलागाई (१९), तनहुँ

सम्पादकज्यू, तपाईं केका लागि काम गर्नुहुन्छ ?

सुदर्शन विश्वास, बाग्लुङ

प्रेम पाउनु ठूलो कुरा हो नि, स्वच्छ प्रेम पैसाले दिँदैन, पैसा त जुठा भाँडा माझ्ने पनि पाइन्छ, भिख मागे पनि पाइन्छ।

छवि निरास दिलजले (२४)

नारी-पुरुष एक रथका दुई पाङ्ग्रा भएसरि रुपैयाँ-पैसा र माया-प्रेम पनि उत्तिकै अपरिहार्य भएकाले आ-आफ्नो ठाउँमा उत्तिकै महान् र ठूलो कुरा हुन्।

एपी 'सुधा' (२५), बुटवल

पैसा त सबैले कमाउँछन् तर सच्चा प्रेम नपाएर कतिपय युवायुवतीले आत्महत्या नै गर्छन्। त्यसकारण प्रेम पाउनु नै ठूलो कुरा हो तर सच्चा प्रेम, बनावटी प्रेम होइन।

नारायण कुँवर

प्रेम पाउनु ठूलो कुरा हो। प्रेम पायो भने मान्छेले धेरै पैसा कमाउन सक्छ तर प्रेमबिनाको पैसाको कुनै महत्त्व हुँदैन। अर्थात् मान्छेलाई पैसाले मात्र सन्तुष्टि दिन सक्दैन, उसलाई प्रेमको पनि आवश्यकता पर्छ।

मीनबहादुर परियार

यो मानिसको सोचमा भर पर्ने कुरा हो। कसैलाई पैसा पाउनु ठूलो कुरा जस्तो लाग्छ भने कसैलाई प्रेम पाउनु ठूलो कुरा जस्तो लाग्छ। कसैलाई दुवै पाउनु ठूलो कुरा जस्तो लाग्ला तर मलाई प्रेम पाउनु ठूलो कुरा जस्तो लाग्छ। किनभने प्रेममा मान-सम्मान, इज्जत हुन्छ।

सञ्जीव खत्री (१७), रामेछाप

मेरो विचारमा पैसा भएपछि मायाप्रेम सबैथोक हुन्छ।

रामलगन चौधरी, लहान

पैसाले मानिसलाई सुखी बनाउँदैन तर वास्तविक प्रेमले मानिसलाई खुसी एवं सुख प्रदान गर्छ। त्यसैले पैसाभन्दा प्रेम पाउनु नै ठूलो कुरा हो।

वसन्त न्यौपाने, गल्मी

आजको संसार पैसामै टिकेको छ त्यसैले पैसा पाउनु नै ठूलो कुरा हो।

डीजी थापा (२०)

पैसा चोरले पनि कमाउँछ तर माया नपाएर विभिन्न युवायुवतीहरू लागू पदार्थ दुर्व्यसनमा फसेका छन्।

नारायण, वनस्थली

पैसामा अझैसम्म प्रेम किन्न पाइन्छ।

नारायणदत्त अवस्थी, कञ्चनपुर

• यौन जिज्ञासा र समाधान •

प्रश्न : हिजोआज सञ्चार-माध्यममा तेस्रो लिंगीका सम्बन्धमा निकै चर्चा सुनिन्छ। तेस्रो लिंगी भनेको के हो र उनीहरूको यौनांगको स्वरूप कस्तो हुन्छ ? साथै उनीहरूले कसरी आफ्नो यौनचाहना पूरा गर्छन् ?

– म

डा. राजेन्द्र भद्रा

उत्तर : तेस्रो लिङ्गी भनेको के हो ?

समाजमा हामीमध्ये धेरैजसोलाई यस्तो पनि होला भन्ने लाग्न सक्छ, तर सञ्चार-माध्यममा पर्याप्त मात्रामा यसको चर्चा हुन थालेपछि तपाईंजस्तै धेरैले केही बुझ्न थाल्नुभएको छ भने धेरैको चासो पनि बढेको छ। सामान्यतया कुनै पनि समाजमा जैविक रूपमा पुरुष शरीर भएपछि उसको लैङ्गिक भूमिका र पहिचान पनि पुरुषकै हुन्छ। त्यसैगरी महिलाको शरीर भएपछि उसको लैङ्गिक भूमिका पनि महिलाकै हुन्छ, तर सबै व्यक्तिमा त्यस्तो हुँदैन। अनि आफूमा केही कुरा असमान्य भएको अनुभव गरिन्छ। यस्तो स्थितिमा अरूले अप्राकृतिक कुरा गरेको मान्छन्, लाञ्छना लगाउँछन् र भेदभाव पनि गर्छन्। सन् १९५३ मा अमेरिकी नागरिक Christine Jorgenson ले डेनमार्कमा शल्यक्रियामार्फत लिङ्ग परिवर्तन गरी पुरुषबाट महिला बनेको कुराले संसार नै चकित भएको थियो। यो कुराचाहिँ पक्का हो कि स्पष्ट रूपमा पुरुष तथा महिला मात्र नभएर समाजमा यी दुईको भन्दा फरक लिङ्ग हुने स्थिति पनि छ। इतिहासलाई केलाएर हेर्ने हो भने पनि यसका अनेक उदाहरण पाइन्छन्। ग्रीक, मेसोपोटामिया होस् वा मिश्रको सभ्यता, पुरुष र महिलाभन्दा भिन्न लैङ्गिक स्थिति भएका व्यक्तिका उदाहरण पाइन्छन्। पुरुष र महिला मात्र नभएर तृतीय प्रकृतिको कुरा हिन्दू सभ्यतामा पनि उल्लेख छ। भारतवर्षको संस्कृति हेर्दा शिवको अर्धनारीश्वर रूप स्मरण गर्नुपर्ने हुन्छ।

मानवजाति तथा अन्य मेरुदण्ड भएका प्राणीहरूमा हेर्ने हो भने पुरुष वा भालेजाति तथा महिला वा पोथी जातिका विशिष्ट शारीरिक गुण वा जैविक चरित्र देखिन्छ। पुरुषले शुक्रकीट र महिलाले डिम्ब उत्पादन गर्नेजस्ता अति नै फरक कुराका अतिरिक्त शारीरिक रङ्गरूपमा पनि धेरै भिन्नता पाइन्छ। भाले वा पोथी दुवैको कार्य सम्पन्न गर्न सक्ने प्राणीलाई उभयलिङ्गी (hermaphrodite) भनिन्छ। केही जनावर तथा वनस्पतिका प्रजातिका लागि यो सामान्य भए पनि स्तनधारी प्राणीमा भने यो विरलै मात्र हुने कुरा हो।

मानवजातिमा पुरुष तथा महिलाका दुवै शारीरिक चारित्रिक विशेषता छन् भने उनीहरूलाई अंग्रेजीमा intersex भनिन्छ। उनीहरूलाई जन्मका बेलामा पुरुष वा महिलामध्ये कुनै एक लिङ्गका रूपमा लिइन्छ, तर वास्तविकता कतिपय स्थितिमा फरक पनि हुनसक्छ। जन्मको बेलामा जुन लिङ्गका रूपमा लिइयो त्यसैअनुरूपको सामाजिक व्यवहार हुन थाल्छ। शरीर स्पष्ट रूपमा पुरुष वा महिलाको भए पनि आफ्नो भन्दा विपरीत लिङ्गीको भूमिका रुचाउने व्यक्तिलाई Trans-sexual भनिन्छ। जैविक रूपमा पुरुष र महिला भए पनि विपरित लिङ्गी व्यक्तिप्रति नभै आफ्नै जस्तो समान लिङ्ग भएका व्यक्तिप्रति यौनका दृष्टिले आकर्षित हुने व्यक्तिलाई समलिङ्गी भनिन्छ। पुरुष समलिङ्गीलाई अंग्रेजीमा gay र महिला समलिङ्गीलाई lesbian भनिन्छ। केही व्यक्ति भने पुरुष तथा महिला दुवैसँग यौनको दृष्टिले आकर्षित हुन्छन् जसलाई हामी अंग्रेजीमा bi-sexual भन्छौं। अंग्रेजीमा lesbian, gay, bisexual, transexual तथा intersex सबैलाई नै छोटकरीमा LGBTI भनिन्छ। नेपालीमा भने LGBTI सबैलाई एकैसाथ बुझाउन तेस्रो लिङ्गी वा अंग्रेजीमा third gender भन्ने शब्दको प्रयोग भएको पाइन्छ, तर LGBTI लाई तेस्रो लिङ्गीका रूपमा परिभाषित गर्ने वा अन्य रूपमा भन्ने कुरामा सबै एकमत भएको पाइदैन। यसरी कतिपय कुरामा समानता भएको र आफ्ना आधारभूत अधिकारका लागि आबद्ध भएर तेस्रो लिङ्गी भनिए पनि प्रत्येकका केही फरक-फरक चारित्रिक विशेषता छन्।

विशेष गरेर बाल्य वा किशोरावस्थामा विपरीत लिङ्गी पहिरन लगाउन निकै रुचि राख्ने गरिएको पाइन्छ। कतिले transvestites लाई पनि ट्रान्स-सेक्सुअलभित्रै राख्ने गरेका छन्, तर ट्रान्स-सेक्सुअलहरूलाई transvestites मानिनु हुँदैन। उनीहरूले भने आफ्नो यौन उत्तेजना बढाउन विपरीत-लिङ्गी पहिरन प्रयोग गर्छन् तर शारीरिक तथा संरचनागत रूपमा सधैंका लागि लिङ्ग तथा लैङ्गिक परिवर्तन गर्न चाहँदैनन्।

यौनाङ्ग कस्तो हुन्छ ?

तेस्रो लिङ्गीमध्ये कतिपय शारीरिक रूपमा पूरै पुरुष वा महिला हुनसक्छन् र उनीहरूको यौनाङ्ग पनि त्यसैअनुरुप हुने नै भयो, तर Inter-sex मा भने पुरुष र नारी यौनाङ्गको विविध सम्मिश्रण देख्न पाइन्छ र अवस्था हेरी फरक-फरक हुन्छ। कतिपयको बाह्य यौनाङ्गलाई पुरुषको हो कि महिलाको छुट्याउन गाह्रो हुन्छ भने कसैमा भित्री प्रजनन अङ्गको राम्रोसँग विकास भएको हुँदैन। त्यसैगरी कसैको बाह्य यौनाङ्ग र भित्री प्रजनन अङ्ग मेल खाने किसिमका हुँदैनन्। उदाहरणका लागि भन्ने हो भने अण्डकोष भएर पनि पूर्ण विकसित लिङ्ग नभएको हुनु वा सानो हुनु वा भगाङ्कुर ठूलो हुनु, कसैमा दुवै अण्डकोष भए पनि डिम्बाशय पनि हुन सक्छ, त्यस्तै गरेर XY क्रोमोजोम भएर पनि उसमा योनि हुनसक्छ। अनि कतिपयमा sex chromosome मा खराबी हुन्छ भने अण्डकोष वा डिम्बाशयको विकास राम्रोसँग भएको हुँदैन। कतिपयमा sex hormones उत्पादन कि त निकै कम हुन्छ वा निकै बढी हुन्छ भने कतिपयमा सामान्य रूपमा शरीरमा जसरी हार्मोनका प्रभाव देखिनुपर्थ्यो देखिदैन।

कसरी यौनेच्छा पूरा गर्छन् ?

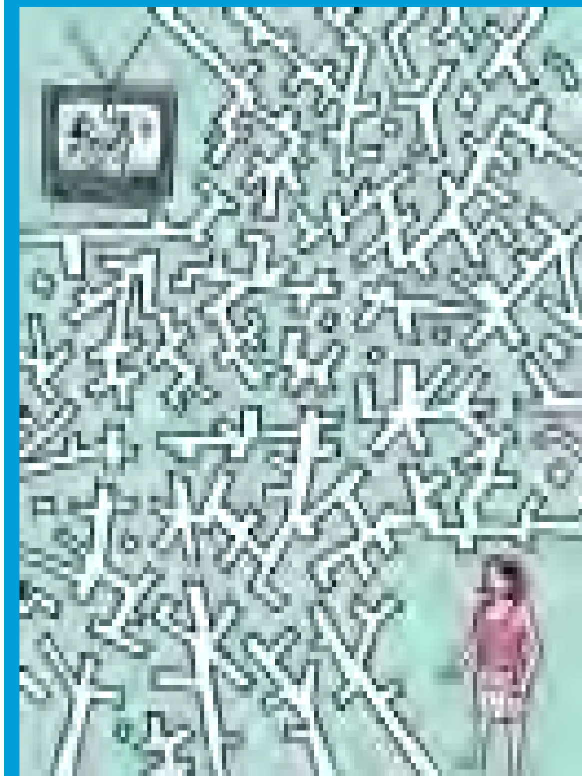
सामान्य व्यक्तिको जस्तै शरीर सुमसुम्याउने, यौन संवेदनशील अङ्गको घर्षण/मर्दन, चुम्बन अनि यौनसम्पर्क नै यौनेच्छा पूरा गर्ने तरिका हो। यसमा यौनसाथीको लिङ्ग हेरी योनि-लिङ्ग मैथुन, गुदा-मैथुन, मुख-मैथुन सबै पर्न सक्छन्। Inter-sex व्यक्तिहरूको हकमा पनि यो धेरै हदसम्म लागू हुन्छ। सांस्कृतिक वा अन्य कारणले यौनाङ्गमा कुनै शल्यक्रिया गरिएको भए यौन संवेदनशील तन्तु काटिएको वा निकालिएको हुनसक्छ। यस्तो स्थितिमा यौनसंवेदनशील तन्तु कत्तिको बाँकी छ भन्ने कुरामा यौनसुख प्राप्त गर्ने कुरा भर पर्छ। भगाङ्कुरको शल्यक्रिया गरिएका व्यक्तिहरूले केही यौन समस्या भएको उल्लेख गरेका छन्।

सौन्दर्यका सामानहरू
१.उचाई बढाउने जापानी YOKO Height increaser-रु.१,२५०/-
२.Souna Belt Price-रु.२,४९९/-
३.Breast घटाउने क्रिम -रु.१,३००/-
४.Breast बढाउने क्रिम -रु.१,३००/-
५.चुरोट खान छुटाउने Spray-रु.१,४९९/-
६.Roop Amrit -रु.१,३९९/-
७. अनुहारको चाया पोतो हटाउने -रु. २,५००/-
८. पेट घटाउन Abking pro -रु. ६,९९९/-
९. Home Jogger -रु. ६,९९९/-
१०. कपाल झर्न रोकी नयाँ कपाल पलाउने Herbal HairOil -रु. ७५०/-
११. Breast बढाउने pump -रु. २,०००/-
१२. जाड रक्सी छुटाउने औषधी -रु. १,४९९/-
Global TV. Product Shop
पुतलीसडक, (शंकरदेव क्याम्पस अगाडि)
कुमारीबैंकपछाडिफोन:४२४२०६१,४२३०८१५

केश
झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल Herbal44 Before Rs. 750 After
बैदाग गोरो मुहारको लागि रूपअमृत (दस फेसवास)-1650/
बाउरीपना हटाउने Cream -1250/-
स्तन बढाउने Cream (दस फ्रि)-1650/-
ग्याष्ट्रिक ▶ब्लडप्रेशर ▶दम प्रा.उपचार
शरीरको उचाई बढाउने -1250/-
शरीरको तौल बढाउने -1000/-
मोटोपना घटाउने (रूपअमृत फ्रि)-4000/-
No Side effect 100% Guaranteed
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, गौशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 9841330144
9842083409 Itahari 056-533929 Chitwan

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १६ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएको यौन रोग, शीघ्रपतन, यौनदुर्बलता, स्वप्नदोष, पिसाब सित धातु खस्ने, नपुंसकता, शुक्राणुको कमि, निःसन्तानपन आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोला।
भेट्ने ठेगाना: फोन नं.: ४-४६०७८५
पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल (पारिपट्टी) काठमाडौं

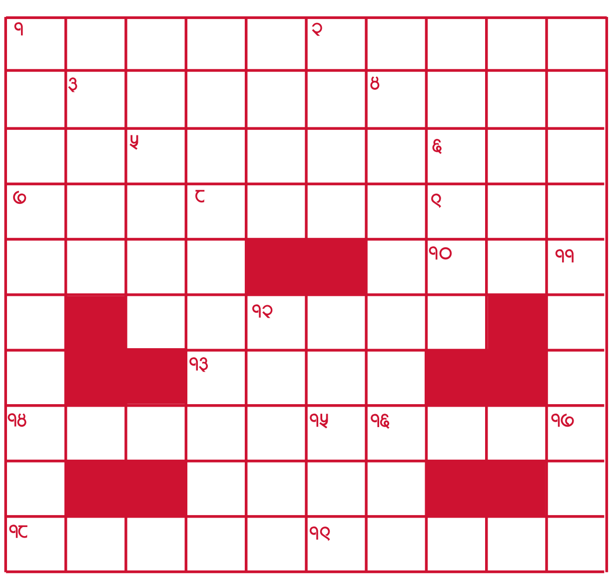
बाटो पत्ता लगाउनुहोस्



भन्न सक्नुहुन्छ ?

सरुन र संयम दाजुभाइ हुन । सरुन, संयमभन्दा चार वर्ष जेठो छ । अहिले सरुनको उमेर १० वर्ष भयो । संयम जन्मिँदा सरुन एलकेजीमा अध्ययन गर्थ्यो । अहिले संयम कक्षा १ मा अध्ययन गर्छ । उनीहरूले तीनवर्षे स्नातक तहलाई आधार मानेर नेपालको निजी क्षेत्रमा विद्यालय र उच्च शिक्षा पूरा गर्दा कति वर्षपछि समान योग्यता प्राप्त गर्लान् ? त्यसबेला उनीहरूको उमेर कति-कति वर्ष होला ?

साप्ताहिक कोठेपद



दायाँ

१. शपथ विवादमा (६)
२. तिरस्कार गर्ने अवस्था (५)
३. पूर्व नेपालको एक हिमश्रृंखला (४)
४. बालकृष्ण समको कृति (४)
५. कुचो बनाइने वनस्पति (३)
६. पश्चिम नेपालको एक जिल्ला (३)
८. पक्का निधो (३)
९. वेलायतको राजधानी (३)
१०. सानी बच्ची (३)
१२. सुकेर झरेको पात (३)
१३. मृत्यु, महानिद्रा (४)
१४. रावणसँग युद्ध गर्ने चरा (३)
१५. घुमन्ते, अस्थिर (४)
१८. नामहरूको सूची (४)
१९. सुरिलो स्वर (४)

तल

१. निराहार बस्ने काम (४)
२. कालिकोटको पुरानो नाम (४)
३. दूधको परिकार, खुवा (४)
४. चराको आवाज (४)
५. नाम नभएकी (४)
६. अरनिको (४)
७. शरद् ऋतुमा फुल्ने फूल (४)
८. निरन्तर, लगातार (४)
११. मुस्ताङको एक तीर्थ (४)
१२. विष्णुको छैटौं अवतार (५)
१३. चित्रहरूको श्रृंखला (४)
१४. स्त्री, महिला (३)
१५. भिखारी, माग्ने (३)
१६. जुम्ल्याहा (३)
१७. नीलो रंगको जवाहरात (३)

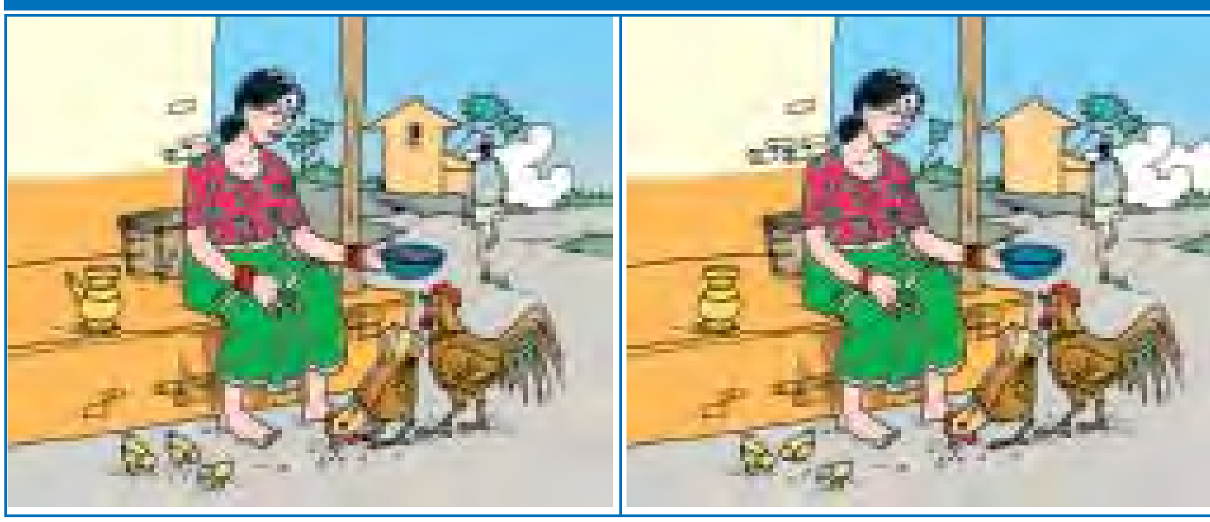
पत्याउनु हुन्छ ?

युक्रेनमा प्रत्येक वर्ष ३५ लाख जंगली जनावर छाला र हाडका लागि मारिन्छ । उक्त कार्यको विरोध गर्न जनावर अधिकारवादीहरूले किभमा प्रदर्शन गरेका थिए ।

विश्वको सर्वाधिक ठूलो पाखुरा ग्रेग भ्यालेन्टिनाको छ । १४ वर्षको उमेरदेखि जिम गर्न थालेका ग्रेगको पाखुरा २८ इन्चको छ ।

ध्रुवीय भालु हेर्दा लोसे देखिए पनि हिउँमा कुनै आक्रमण गर्नुपर्‍यो भने ४० किलोमिटर प्रतिघन्टाको गतिमा दौडन सक्छन् ।

१० वटा फरक खोज्न सक्नुहुन्छ ?



● तालुमा आलु ●

प्रकाश ओझा

लोकल पत्रिकामा आएको नयाँ खबर :

टोलका महिला-पुरुष सपरिवार आज खोला किनारमा पिकनिक गए। खानपिनका साथमा विभिन्न खेलकुद प्रतियोगिता भए।

महिलाहरूबीच बेलना फाल्ने प्रतियोगिता भयो जसमा मिसेज दाहाल ९९ मिटर परसम्म बेलना फ्याँकेर प्रथम भइन् भने मिस्टर दाहाल १०० मिटर दौड प्रतियोगितामा प्रथम भए।

०००

'एक जना नेता भाषण गर्नुपर्दा अप्ठ्यारो मान्थे। एकदिन उनलाई मञ्चमा उतारियो।

'दाइ, भाइ, दिदीबहिनीहरू □' उनले भाषण सुरु गरे- 'आज म जुन विषयमा बोल्न गैरहेको छु तपाईंहरूलाई थाहै छ।'

भीडबाट 'थाहा छ, थाहा छ' को आवाज आयो।

'जब तपाईंहरूलाई थाहा छ भने मैले के भनिराख्नुपर्छ र...' नेता हिंडे।

केही दिनपछि फेरि नेताले भाषण गरे...।

'दाजु, भाइ, दिदीबहिनी आज म जुन विषयमा बोल्न गैरहेको छु तपाईंहरूलाई थाहै छ' भीडबाट 'थाहा छैन थाहा छैन' को आवाज आयो।

'जब यत्रो भीडलाई त थाहा छैन भने मलाई कसरी थाहा हुन्छ' नेता फेरि हिंडे।

केही दिनपछि तेस्रोपटक नेताले भाषण गर्न सुरु गर्दा भीडलाई त्यही प्रश्न गरे तब आधा भीडले 'थाहा छ थाहा छ' भन्यो, अनि आधा भीडले 'थाहा छैन थाहा छैन' भन्यो।

अब नेतालाई आपत पर्‍यो, उनले भीडको सबैतिर ध्यान दिएर हेरे अनि गम्भीर भएर भने-

'म थाहा हुने महानुभावहरूले थाहा नहुने महानुभावहरूलाई बताइदिनुहुन विनम्र अनुरोध गर्दछु' नेता फेरि हिंडे।

०००

मेरो कुरो

विवाहित पुरुषलाई सल्लाह : श्रीमतीका कुरा नकाट्नुस्, केही बेर एक्लै बोल्न दिनुहोस्, त्यसपछि श्रीमतीले आफैं आफ्नो कुरा काट्न थाल्छिन्।

● कविता ●

मेरो रहर

तिम्रो सिउँदो रंगाउने मेरो केवल रहर भो
आफन्त भन्नु कोही छैन, दुस्मन सारा सहर भो
सृष्टि गर्दा विधाताले चोट मात्र लेखेछन् कि
यो जिन्दगी अब मलाई त अफाप नै ठहर भो
पीडारूपी छुराले मुटुभरि घाउ पारिसके
नयनबाट सावन खसी सधै बग्ने नहर भो
बाँझो भए मेरो मनका सब फाँट अनि बारीहरू
आशाको घाम डुबेर गई सुख्खा मेरो नजर भो
स्वार्थी छ यो दुनियाँ, स्वार्थी सबै साथीभाइ
साथ बिताएका कैयौं साल, तिमीलाई एकै प्रहर भो
वसन्तको हरियाली नै चाहन्थें सदा जिन्दगीमा
उडी गए सपना सबै जीवन आज बगर भो।

– आकाशचन्द्र न्यौपाने

तिम्रो वियोगमा

आँसुका भेलसँगै बगेछ जिन्दगी तिम्रो वियोगमा
धागोबिनाको चंगा झैं उडिरहेछ जिन्दगी तिम्रो अभावमा
कस्तो बाध्यता रहेछ जिन्दगी सम्झनामा बाँच्नुपर्ने
दिन-रात काटिरहेछ आजभोलि तिम्रो प्रतिबिम्बको साथमा
फूलेको लालुपाते माझमा पनि झरेको पात झैं म किन
तिमीबिनाको हरपल पलपल मेरो एक्लै मरुभूमि माझमा
कञ्चन झरनाजस्तै थियो जिन्दगी खहरेको भेलझैं लाग्छ
लक्ष्यबिनाको यात्री भएछु म तिम्रो अभावमा
चम्किए पनि तारा आकाशमा उज्यालो हुन्न धर्ती जून बिना
चोट सहन्छु बरु दैवका बाँच्न सक्दिन तिमी बिना।

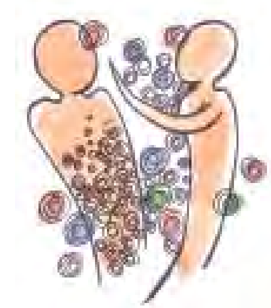
– अनिल एम.सी.

मुहान सुक्या छैन

निरन्तर बगिरहन्छ खोला गन्तव्य पुगी लुक्या छैन
आँसु त मेरो बगिनै रहन्छ मुहान त्यसको सुक्या छैन
घातै घातले मुटु मेरो पत्थर जस्तै बनिसक्यो
तीर चलाऊ भाला रोप साँच्चै मलाई दुख्या छैन
नशा जस्तै लागि सक्यो पीडाहरू सहनलाई
कति छ बाँकी दिनलाई पीडा देऊ अझै पुग्या छैन
हरेक कथा-व्यथाहरू मनमै लुकाइराखेको छु
कसै सामु तिम्रो झूटा बाचा-कसम फुक्या छैन
भैगो अब विषै पिलाउ डराएर झुक्या छैन
आँसु त मेरो बगिनै रहन्छ मुहान त्यसको सुक्या छैन

– घनश्याम गुरुङ

बित्यास पर्न सक्छ



बित्यास पर्न सक्छ नपुर्‍याए होस हजुर
दुखिरहन्छ छाती नसम्हाले जोश हजुर
रणभूमि हो जवानी यो जिन्दगीको
सित्तैमा पाइन्न उपलब्धि ठोस हजुर
लब्ध प्रतिष्ठा बेकार छ जिन्दगीमा
वाक्पटुताको पुगोस् परिपोष हजुर
लमी अरूको निम्ति बनिदिनु राम्रो हैन
पछि आउन सक्छ आफूलाई दोष हजुर।

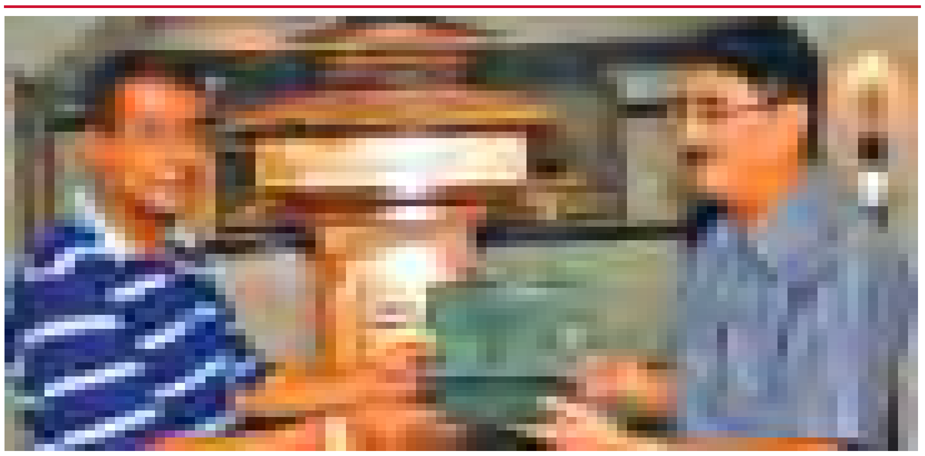
– रामेश्वर सिलवाल

● लघुकथा ●

सक्रिय अपांग

गाउँमा तनिषा नामकी एउटी अपाङ्ग युवती बस्थिन्। उनी जन्मैदेखि अपाङ्ग थिइन्। साढे ५ वर्षकी हुँदा पनि उनी राम्रोसँग हिंड्न सक्दैनथिन्। उनलाई अस्पताल लगेर देखाउँदा चिकित्सकले तपाईंकी छोरीलाई घरमै कसरत र व्यायाम गराउनुस् भनेर सल्लाह दिए। घरमै बाले कसरत गराउँदै जाँदा उनी हिंड्न थालिन्। हिंड्न थालेपछि उनी स्कुल जाने भइन्। उनी मेहनती थिइन्। फलस्वरूप पढाइमा राम्रो गर्दै गइन्। एसएलसी प्रथम श्रेणीमा उत्तीर्ण भइन्। अहिले उनका थुप्रै साथी छन्। पहिले हरेक क्रियाकलापमा साथीहरूले र सरहरूले तिमीले यो काम गर्न सक्दिनौ भन्थे भने अब उनलाई सर र साथीहरूले माया गर्न थाले। उनले उच्च शिक्षा हासिल गरी डाक्टर बनेर आफ्नै गाउँमा एउटा अस्पताल खोलिन्। गाउँका बिरामीलाई उपचार गराएर निको पारिन्। उनले किशोरकिशोरीहरूमा राम्रो बाटो हिंड्ने प्रेरणा जगाइन्। उनी समाजका विकृति एवं र अपाङ्गलाई हेला गर्ने व्यवहार हटाउन लागिन्। अहिले उनको काम देखेर परिवार र समाज खुसी छन्।

– कल्पना थापा



विज्ञापन एजेन्सीलाई साप्ताहिक उपहार

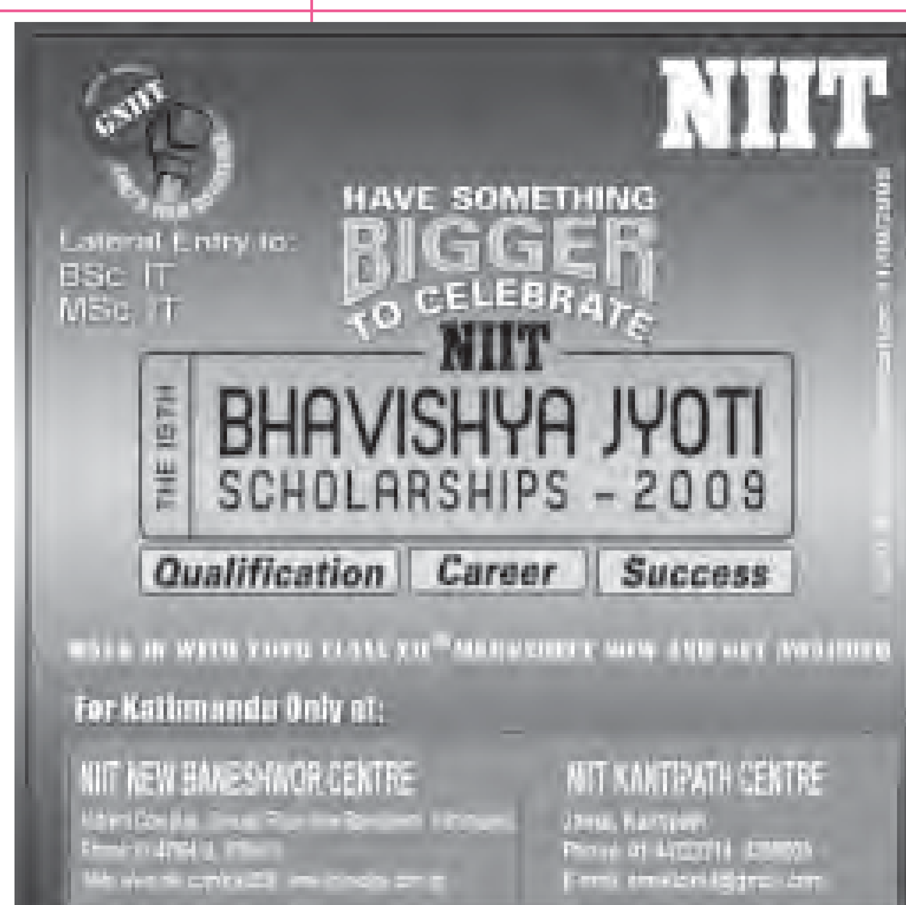
सबैभन्दा बढी रंगीन विज्ञापन उपलब्ध गराउने विज्ञापन एजेन्सीहरूलाई साप्ताहिकले विशेष पुरस्कार योजनाअन्तर्गतको पुरस्कृत गरेको छ। कान्तिपुर पब्लिकेसनको प्रकाशन साप्ताहिकमा प्रकाशित विज्ञापनका आधारमा धेरै रंगीन विज्ञापन दिने एजेन्सीहरूलाई उक्त पुरस्कार प्रदान गरिएको हो। उक्त योजनाअन्तर्गत प्रथम हुने थमसन नेपाल प्रा.लि.लाई लेनोभो ल्यापटप, द्वितीय हुने प्रिज्मार्क मार्केटिङ प्रा.लि.लाई स्पाइस मोबाइल D–1100 तथा तृतीय हुने विज्ञापन एजेन्सीहरू जेन मिडिया, सिडिसी एवं एनिग्मा एड तथा मार्केटिङ प्रा.लि.लाई स्पाइस मोबाइल D-90 प्रदान गरिएको थियो। साप्ताहिकका सम्पादक सुवास ढकाल, बजार प्रबन्धक गुण श्रेष्ठ तथा सहायक बजार प्रबन्धक सञ्जय गौतमले उक्त पुरस्कार वितरण गरेका थिए।

पिपुल्स च्वाइस एवार्ड

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– नेवारी भाषाको पाक्षिक पत्रिका 'पेज थ्रि' ले आफ्नै भाषाका चलचित्र, संगीत तथा म्युजिक भिडियोलाई पुरस्कृत गर्ने भएको छ। पत्रिकाले यी क्षेत्रका २५ विधामा पिपुल्स च्वाइस एवार्ड प्रदान गर्ने घोषणा गरेको छ।

नेपाल भाषा तथा कला क्षेत्रमा योगदान पुर्‍याउँदै आएका कला-व्यक्तित्वहरूलाई भोटिङका आधारमा एवार्ड प्रदान गरिने पत्रिकाका सम्पादक दर्शनवीर शाक्यले बताएका छन्। आगामी नेपाल संवत् ११३० (नववर्ष) को आगमनका अवसरमा आयोजना गरिन लागिएको उक्त अवार्डको मनोनयनका लागि नेपाल संवत् ११२४ देखि ११२८ (२०६० देखि २०६५) बीच निर्माण भएर प्रसारण भएका नेपाल भाषाका चलचित्र, गीति संग्रह, भीसीडी तथा म्युजिक भिडियो दर्ता गर्न पाइनेछ। घोषित अवार्डमा चलचित्रतर्फ उत्कृष्ट चलचित्र, नायक, नायिका, निर्देशक, कथा, संवाद, हास्य कलाकार, खलपात्र आदि १३ विधा छन्। संगीततर्फ उत्कृष्ट गायक, गायिका, संगीतकार, गीतकार, गीति संग्रह तथा संगीत संयोजक विधा छन्। म्युजिक भिडियोतर्फ उत्कृष्ट म्युजिक भिडियो, कोरियोग्राफर, निर्देशक, सम्पादक तथा क्यामेरा पर्सन छन्।



के तपाई
कोरीयन बर संग
बैबाहिक जिवन
बिताउन चाहानुहुन्छ ?
हामीलाई सम्झनुहोस्।
Nepal Korea Int'l
Marriage Bureau
Samakhusi: 4352555, 012291457
Pokhara: 9804122014

पोखरामा हुन थाले सौन्दर्य र फेसन शो

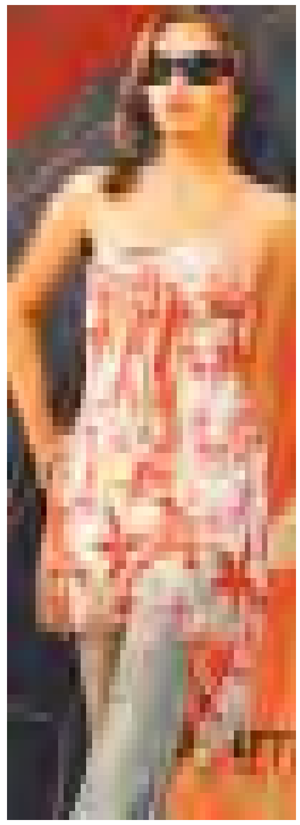
आफैंमा फेसनेबल सहर हो– पोखरा। अझ यहाँका युवायुवतीहरू फेसनप्रति उदार पनि देखिन्छन्। डेढ वर्षअघि अखिल नेपाल महिला संघ क्रान्तिकारीले मिस पश्चिमाञ्चल सौन्दर्य प्रतियोगिता बिथोलेपछि केही समय यहाँ फेसन तथा सौन्दर्यसम्बन्धी कार्यक्रमहरू ठप्प भएका थिए, तर अहिले स्थिति त्यस्तो छैन। यतिबेला इभेन्ट अर्गनाइजरहरू फेसन र सौन्दर्य प्रतियोगिता गर्न जुर्मुराएका छन्। पछिल्ला सात-आठ महिनायता पोखरामा महिना बिराएर यस्ता कार्यक्रमहरू हुन थालेका छन्।

कार्यक्रम जति नै भए पनि प्रतियोगितामा सहभागीहरूको कुनै कमी हुँदैन। फेसन शो र ब्युटिकन्टेस्टमा सहभागी हुन युवायुवतीहरू तूछाडमछाड नै गर्छन्। त्यसै गरी यस्ता प्रतियोगिता हेर्न दर्शकहरूको पनि भीड लाग्छ, तर आयोजकहरू अझै पनि प्रतियोगिता बिथोलिने डरमा छन्। महिना दिनअघि पोखरामा एउटा ब्युटिकन्टेस्ट सम्पन्न भयो। कार्यक्रम सकिएपछि मात्र केहीलाई कार्यक्रमका सम्बन्धमा थाहा भयो। सौन्दर्य प्रतियोगितालाई नारी अस्मितामाथिको खेलबाड भनेर विरोध जनाउँदै आएको माओवादीको त्रासले ढुक्कसँग कार्यक्रम गर्न नपाइएको कतिपय आयोजकको गुनासो छ।

पछिल्लो समयमा पोखरामा द लुक्स फेसन होम्सले सौन्दर्य एवं फेसनसम्बन्धी कार्यक्रमहरू आयोजना गरिरहेको छ। सात महिनाको अवधिमा होम्सले फेसन एवं सौन्दर्यसम्बन्धी कार्यक्रमहरू गरिसकेको छ, जसमा लिटिल क्विन, लिटिल प्रिन्स एन्ड प्रिन्सेस, लिटिल स्टार र इन्टर कलेज कन्टेस्ट छन्। पछिल्लो पटक लुक्स फेसन होम्सले मिस कल्चर सुन्दरी प्रतियोगिता सम्पन्न गऱ्यो। चहलपहल निकै बढेको छ, होम्सका प्रबन्धक तथा इभेन्ट अर्गनाइजर रवीन्द्र बज्राचार्यले भने- 'प्रतिभा र खुबी देखाउने प्रतियोगितामा सहभागी हुन युवायुवती निकै उत्साही हुने गरेका छन्।' फेसनसम्बन्धी कार्यक्रम र ब्युटिकन्टेस्टलाई बज्राचार्यले वर्षौंदेखि निरन्तरता दिँदै आएका छन्। अहिले उनी बालबालिकासम्बन्धी कान्छा-कान्छी पोखरा तथा मिस्टर एन्ड मिस पोखराको तयारीमा जुटेका छन्।

पछिल्लो समयमा केही ब्युटीपार्लरसमेत सौन्दर्य प्रतियोगिता गर्न कस्सिएको पाइन्छ। हडकङ ब्युटिपार्लरले पछिल्लो दुई महिनाको अवधिमा हडकङ ट्यालेन्ट कन्टेस्ट, फेसन शो र मिसेस ब्युटिसियन सम्पन्न गरिसकेको छ। त्यसै गरी आईईसी फेसन सेन्टर र गुलमोहर फेसनले पनि इभेन्टहरू गर्न थालेका छन्। गुलमोहरले पछिल्लो पटक मिस जनजाति प्रतियोगिता गरेको थियो भने अहिले मिस इन्टर कलेजको तयारीमा भैरहेको छ। त्यसै गरी आईईसी फेसन सेन्टर बृहत् फेसन शो गर्ने तयारीमा छ। हिडेन ट्रेजरले मिस नेपाल प्रतियोगिता गर्ने तयारी गरेपछि पोखरामा सौन्दर्य प्रतियोगिता गर्न विभिन्न संघ-संस्था पनि जुर्मुराउन थालेका छन्। 'आफ्नो खुबी देखाउने प्रतियोगिता रोक्नुको कुनै औचित्य छैन,' मोडल सुबी लामाले भनिन्– 'हामीलाई यस्तै प्रतियोगिताले जोगाएको हो।'

–शिव शर्मा



राजेश पायलको दर्शन नमस्ते

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– 'बल्ल-बल्ल भेट भो दर्शन नमस्ते....' गायक राजेशपायल राईको यो गीतले अहिले लोकप्रियताको शिखर चुमेको छ। गत शुक्रबार राजधानीको एभेरस्ट होटलमा आयोजित एउटा भव्य सांगीतिक कार्यक्रममा राजेशपायलले यही गीत गाउँदा उपस्थित दर्शकले पनि उनलाई ताली बजाएर साथ दिए। अवसर थियो, साप्ताहिकद्वारा प्रस्तुत गीति-संग्रह 'दर्शन नमस्ते' को विमोचन समारोहको।

वरिष्ठ संगीतकार अम्बर गुरुङको हातबाट 'दर्शन नमस्ते' विमोचन गर्न आयोजित समारोहमा नेपाली सांगीतिक तथा चलचित्र क्षेत्रका सक्रिय व्यक्तित्वको सहभागिता थियो। संगीतकार गुरुङ तथा मुटुरोगी बालिकाले संयुक्त रूपमा गीतिसंग्रह विमोचन गर्ने क्रममा राजेशपायलका समकालीन गायक रामकृष्ण ढकाल तथा यम बराल समारोहमा संगीतकार शम्भुजित बाँस्कोटा, प्रकाश गुरुङदेखि लिएर नायिका करिष्मा मानन्धर, अरुणिमा लम्साल, सिर्जना बस्नेतसम्मको उपस्थिति थियो। त्यसो त सिर्जनाले राजेशपायलको यही संग्रहमा समाविष्ट 'किन छाड्यौ' गीतको म्युजिक भिडियोमा मोडलिङ पनि गरेकी छिन्। भिडियोमा नायकका रूपमा गायक राई आफैंले अभिनय गरेका छन्।

चलचित्र निर्देशक सुरेन्द्र शाहले उक्त भिडियोको निर्देशन गरेका हुन्। विमोचन समारोहलाई संगीतमय बनाउने क्रममा राजेशपायलले 'दर्शन नमस्ते' का तीन वटा गीत गाए। विमोचन समारोहमा गीति-संग्रहलाई बजारसम्म ल्याउन सहयोग पुऱ्याउने सम्पूर्ण व्यक्ति तथा संस्थालाई राजेशपायलले मायाको चिनो वितरण गरेका थिए।

'दर्शन नमस्ते' मा नौवटा कर्णप्रिय गीत समावेश गरिएका छन्। रञ्जना क्यासेट सेन्टरले बजारमा ल्याएको यो संग्रहका गीत नवराज लम्साल, नरेश भट्टराई, विपिन किरण, केदार संकेत सुनुवार, बाबुराम दाहाल तथा सुरेश कुमारले रचना गरेका हुन्। सुरेशकुमार, सचिन सिंह, खेमराज गुरुङ, विनोद खुम्बू तथा राजेशपायलले संग्रहका गीतमा संगीत दिएका छन्। केही सातापछि नै कोरियामा 'दर्शन नमस्ते' को म्युजिक भिडियो छायांकन हुने गायक राई बताउँछन्। उनले यो गीत देशभित्र तथा बाहिर गरी करिब ५० वटा सांगीतिक कार्यक्रममा गाएर श्रोताहरूको मन जितिसकेका छन्। गायक राई भन्छन्– 'श्रोताहरूले यो संग्रहका गीतबाट भिन्नै प्रकारको स्वाद पाउनुहुनेछ।'

मेरी बास्सैका कलाकार हेर्नेहरूको ओइरो

गुल्मी- 'तीन दिन बास बसेर बल्ल मेरी बास्सैका कलाकारहरूलाई प्रत्यक्ष देखियो,' शनिबार कार्यक्रमस्थल चिदिचौरबाट बाहिरिने क्रममा पुर्कोटदहकी ५१ वर्षीया नरमाया शर्माले भनिन्- 'आखिर उस्तै त रहेछन् नि।' धुर्मुस र सुन्तलीको पहिरन अनि माग्नेबूढाको दाँत र टोपीले मात्र फरक देखाएको उनले बताइन्। सधैं गाउँले पहिरनमा देखिने सुन्तली, धुर्मुस र माग्नेबूढा गाउँकै होलान् भन्ने लागे पनि तीनै जना सहरकै भएको जानकारी पाएपछि उनी अझ अचम्ममा परिन्।

शर्माजस्तै माग्नेबूढा, धुर्मुस र

सुन्तलीको वास्तविक अनुहार र पहिरन हेर्न यस क्षेत्रका हजारौं दर्शकको खुल्दुली पूरा गरिदियो लोक तथा दोहोरी गीत प्रतिष्ठान नेपाल गुल्मीले। कार्यक्रमका संयोजक भन्छन्, 'यस क्षेत्रका धेरै दर्शकको मेरी बास्सैका कलाकारलाई नजिकैबाट हेर्ने र राष्ट्रिय स्तरका कलाकारहरूको प्रस्तुति हेर्ने चाहना पूरा गर्न कार्यक्रम आयोजना गरिएको हो।' दुईदिने कार्यक्रममा शनिबार मात्र ५० रुपैयाँ दरका १२ हजार टिकट बिक्री भएको आयोजकहरूले बताए।

धुर्मुस, माग्नेबूढा र सुन्तलीले शनिबारको कार्यक्रममा झन्डै आधा घन्टा १२ हजारभन्दा बढी दर्शकलाई पेट मिची-मिची हँसाए। मेरी बास्सैका कलाकारका साथमा कलाकारहरू राजु परियार, हेमन्त शर्मा, सिर्जनाविरही थापा, राजन ठकुरी, डम्बर नेपाली, स्थानीय बालकलाकार ममता थापा तथा सन्तु थापाले पनि दर्शकलाई पर्याप्त मनोरञ्जन प्रदान गरे। बालकलाकार ममताको प्रस्तुति दर्शकले निकै मन पराएका थिए।

–घनश्याम गौतम

वृत्तचित्रमा सप्तकोसी

धरान – एक वर्षअघि सप्तकोसी नदीमा आएको बाढीबाट भएको विनाशको घटनामा आधारित वृत्तचित्र 'इतिहासको पीडा सप्तकोसी' सार्वजनिक भएको छ। पत्रकार महेश श्रेष्ठले निर्माण गरेको वृत्तचित्रमा नेपाल तथा भारत सरकारबीच केसी सम्झौतामा भएको ऐतिहासिक भूलका कारण विनाश भएको कुरालाई देखाइएको छ।

गत वर्ष भदौ २ गते सुनसरीको पश्चिम कुशाहमा कोसी नदीले तटबन्ध भत्काएपछि नेपालीहरूले भोग्नुपरेको पीडालाई वृत्तचित्रको मुख्य विषय बनाइएको छ। वृत्तचित्रमा नदीले तटबन्ध भत्काउनु तीन घण्टाअघिसम्म नेपाल सरकारका कर्मचारीहरू भारतको मुख ताकेर बसेको दृश्य पनि समावेश छ।

कोसी नदी भदौ २ गतेदेखि माघ १३ गतेसम्म मानवबस्तीमा १ सय ६२ दिन बगेको थियो, त्यसबीच घटेका मुख्यमुख्य घटना वृत्तचित्रले समेटेको छ।

रोजगारी बढाउन सीपविकास मेला

नेपालको बढ्दो बेरोजगारीको मुख्य समस्याका रूपमा रहेको सीप अभावलाई न्यूनीकरण गर्न रोजगारीका लागि चाहिने आवश्यक सीपविकास तालिमको जानकारी गराउने उद्देश्यले सीप विकास मेला हुन लागेको छ। भदौ २४, २५ र २६ गते मेला काठमाडौंको डिरेक्सन हलमा हुन लागेको हो।

नेपालमा व्यावसायिक तालिम र सीपविकाससम्बन्धी गतिविधिहरू जनमानसमा पुऱ्याउने उद्देश्यका साथ आयोजना गर्न लागिएको मेलामा ५० वटा स्टलको व्यवस्था गरिएको आयोजक डिरेक्सन नेपालले जनाएको छ। सीपको खोजी गरेर आर्थिक उन्नति गर्न चाहनेहरू मेलाको अवलोकन गर्न सक्नेछन्। मेलामा उनीहरूले विद्युतीय सामग्री, माटाका सामान, सिलाइबुनाइ, कुकरी, मेकअप आर्टजस्ता दर्जनौं क्षेत्रका सीपमूलक तालिम प्रदायकका प्रतिनिधिहरूसँग एउटै छतमुनि भेटघाट गर्ने अवसर पाउनेछन्।

सीपालु मानिसहरूको खोजीमा रहेका सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरूमा सीपमूलक तालिम प्रदान गरिरहेका अधिकारीहरूका अनुसार यस किसिमको मेलाले बेराजगार भएर बसेका युवाहरूलाई सीपमूलक तालिम लिई रोजगार बन्न प्रेरणा मिल्नेछ।

मुड्स अन भयो

काठमाडौं- उद्घोषक चिच्याए- 'प्रस्तुत छ, रसियाकी बेली डान्सर मिस क्याटरिना।' एकसाथ धेरै ड्रम बजेको आवाज आयो। एउटा कुनाबाट बेली डान्स गर्दै क्याटरिना आइन्। उनको नाच हेर्नमै सबै लट्ठ भए। कलाकार, मोडल, व्यवसायी, पत्रकार तथा अन्य पेसाकर्मी उनको नाच हेर्दै दंग परे। संगीतको तालमा उनले शरीर हल्लाउन थालिन्। विश्वभर प्रसिद्ध अरबको यो 'बेली डान्स' संसारका 'सेक्सी डान्स'हरूमध्ये एक हो। उद्घाटनकै क्रममा रहेको 'मुड्स स्टुडियो लञ्ज'मा उद्घोषक फेरि उत्साहित हुँदै कराए- 'अब आउँदैछिन् युक्रेनकी बेली डान्सर भिक्टोरिया नोमास्का।' सुन्दरी गोरो वर्णकी भिक्टोरियाको नाच अझ 'सेक्सी' थियो। एकपटक त क्याटरिना र भिक्टोरिया सँगै नाचे। कुनामा रहेका एक भेटरान आगन्तुकले आफ्नो मन थाम्न सकेनन् र उनी क्याटरिनासँगै गएर सकी-नसकी बेली डान्सरले जस्तो आफ्नो स्थूलकाय शरीरमा कम्पन ल्याउँदै नाच्ने प्रयास गर्न थाले।

बिहीबार साँझ त्रिपुरेश्वरस्थित ब्ल्युबर्ड मलस्थित 'मुड्स स्टुडियो लञ्ज'को मूलढोकामा एक जना कलाकार आगो खाएजस्तो चटक गर्दै थिए। प्रवेशमै त्यस्तो स्वागत देखेर आगन्तुक दंग परे। इजिप्सीयन शैलीका पहिरन लगाएका मोडलहरू यताउति गरिरहेका थिए। मुड्स स्टुडियो लञ्जको अवधारणा नै प्राचीन इजिप्टको शैलीमा थियो। त्यसैले त आगन्तुकहरूको स्वागत गर्न प्राचीन इजिप्टका राजा अर्थात् फराहो र रानी अर्थात् नेफर्तिती स्वयं उपस्थित थिए। दुई मोडल उक्त गेटअपमा सजिएर सबैलाई अभिवादन गर्दै स्वागत गरिरहेका थिए। गायिका अभया सुब्बाले उनीहरूलाई आफू नजिक बोलाइन् र उनकै आग्रहमा सबैले उनीहरूको सम्मानार्थ ताली बजाए। त्यसपछि अभया आफ्नो समूह 'अभया एन्ड द स्टिम इन्जन्स'का साथ नेपाली तथा अंग्रेजी गीतहरू सुनाउन थालिन्।

'म्युजिक, फुड एन्ड आर्ट' थिममा सञ्चालन आरम्भ भएको 'मुड्स स्टुडियो लञ्ज'मा चित्रकला प्रदर्शनी पनि भैरहेको थियो। दुईवटा कर्नर बार र एउटा सेन्ट्रल बारसहित एकैथलोमा तीनवटा बार थिए। चाहेको बारमा गएर आगन्तुकहरू आफूले चाहेको ककटेल, मोक्टेल वा अन्य पेयपदार्थको स्वाद लिँदै थिए। लञ्जका सञ्चालक आगन्तुकहरूसँग भन्दै थिए- 'वास्तविक लञ्जको मज्जा यहाँ मात्र पाउनुहुनेछ।'

सुव्रत आचार्य

सरप्राइज डान्सपार्टी

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- कुनैपनि कार्यक्रम गर्नु अघि त्यस सम्बन्धि विस्तृत जानकारी दिएर आमन्त्रण गरिन्छ। अझ मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रममा त निमन्त्रणाबाहेक शुल्क पनि लिइन्छ, तर गएको साता काठमाडौंको कमलादीस्थित सीडब्लु पार्टीप्यालेसमा भएको डान्सपार्टी भने सबैका लागि सरप्राइज भएको छ। बिदाइ तथा रात्रि भोज कार्यक्रम भनेर बोलाइएको भए पनि कार्यक्रम स्थलमा पुगेपछि मात्र डान्सपार्टी भन्ने खुलासा भएको थियो।

एचआईभी एड्स महासंघले आयोजना गरेको डान्सपार्टी मनोरञ्जनका लागि मात्र नभै बिदाइ तथा सम्मानका लागि थियो। यूएनडीपीका नेपाल प्रमुख मोहमद सिद्धिकको नेपालबाट सरुवा भएकोमा बिदाइ तथा सम्मान र देशभरका पूर्व लागुऔषध प्रयोगकर्ताको स्वागतमा उक्त डान्सपार्टी आयोजित गरिएको हो। महासंघका अध्यक्ष राजीव का□लेले मोहमद सिद्धिकीलाई नेपाली टोपी, नेपालको झन्डा र खुकुरी दिएर सम्मान गर्दै सबैलाई डान्समा रमाउन आग्रह गरेका थिए।

कृत्रिम धूवाँ र मन्द प्रकाश भएको पार्टीप्यालेसमा देशभरका लागूऔषधका पूर्वप्रयोगकर्ताहरू सहभागी थिए। नेपाली, हिन्दी र अंग्रेजी गीतमा डिजेले सहभागी सबैलाई नाच्न प्रेरित गरेका थिए। लागूऔषधको दुर्व्यसन त्यागेर लागूऔषधमुक्त समाज बनाउन अग्रसर भएका युवायुवतीहरू झन्डै तीन घण्टा डान्समा रमाए।

त्यस्तै गएको शुक्रबार राजधानीको भीमसेनगोलास्थित गार्डेन रेस्टुराँले पनि डान्सपार्टीको आयोजना गरेको थियो। स्थानीय सांगीतिक ब्यान्डको संगीतमा युवायुवतीहरूले मध्यरातसम्म डान्स गरेका थिए। डान्सपार्टीमा अचानक आइपुगेका गायक प्रकाश ओझालाई प्रशंसकहरूले गाउन बाध्य पारे। स्थानीय ब्यान्डले प्रस्तुत गरेका पुराना गीतमा लोकल गायकलाई स्वरमा साथ दिए पनि ओझाले आ□ना गीत भने प्रस्तुत गरेनन्। आयोजक अम्बिका घिमिरेले मनोरञ्जनका साथै विभिन्न क्षेत्रका व्यक्तिहरूलाई भेला गराउन डान्सपार्टी आयोजना गरेको बताइन्। डान्स र मदिरामा रमाएका युवाहरूबीच विवाद बढ्दै गएर प्रहरी आएपछि ११ बजे राति पार्टी स्थगित गरिएको थियो।

वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटी

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– आगामी कात्तिक महिनाको दोस्रो साता कोरियामा हुने 'वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटी २००९' का लागि नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने सुन्दरीको खोजी प्रारम्भ भएको छ। यसअघि आयुशा श्रेष्ठ, उषा रजक तथा आयुषा कार्कीले उपाधि जितेको अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको सौन्दर्य प्रतियोगिता 'वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटी नेपाल' को २००९ को संस्करण आगामी असोज २२ गते हुँदैछ। कलेजस्तरमा अध्ययन गरिरहेका ३० जना युवतीहरूको सहभागिता रहने यो प्रतियोगिता प्रदर्शनीमार्गस्थित राष्ट्रिय सभागृहमा सम्पन्न गरिनेछ।

प्रतियोगितामा सहभागी हुन कक्षा १२ सम्मको अध्ययन पूरा गरेको तथा १७ वर्षदेखि २५ वर्ष उमेर समूहको हुनु अनिवार्य छ। पाँच फिट तीन इन्चभन्दा अग्ली युवतीले मात्र यो प्रतियोगितामा भाग लिन सक्नेछन्। प्रतियोगितामा 'वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटी नेपाल २००९' को उपाधि जित्ने सुन्दरीले कोरियामा अन्य ७० वटा देशबाट छानिएका मिस युनिभर्सिटीसँग प्रतिस्पर्धा गर्नेछन्। काठमाडौंमा आयोजना हुने प्रतिस्पर्धाबाट फस्ट रनर अप, सेकेन्ड रनर अप लगायत फोटोजेनिक, पर्सनालिटी, पपुलर, बेस्ट हेयर, बेस्ट स्माइल तथा फ्रेन्डसिप एवार्ड पनि प्रदान गरिनेछ।

जलवायुसम्बन्धी चलचित्र महोत्सव

नेपालले हरित गृह ग्याँसको नगन्य मात्रामा उत्सर्जन गर्ने गरेको छ, तर यहाँ नै जलवायु परिवर्तनको सबैभन्दा बढी नकारात्मक परिवर्तन हुने छाँट देखिएको छ। पूर्वानुमान गर्न नसकिने वर्षा, अत्यधिक सुख्खा हिउँद र हिमताल फुट्न सक्ने खतराहरूको मूल कारण नै जलवायु परिवर्तन हो।

नेपालका सेता हिमाली क्षेत्रका पर्यावरणलाई नोक्सान पुऱ्याउँदै आएको यस किसिमको परिवर्तनलाई मानव सिर्जित समस्याका रूपमा चित्रण गरिएको छ। मानवीय गल्तीहरूका कारण प्रकृति विनाश हुने सम्भावना बढेपछि नेपालमा जलवायु परिवर्तन विषयको चलचित्र महोत्सव हुने भएको छ। जलवायु परिवर्तनले मानवसमाजमा पुऱ्याउने क्षतिका बारेमा जनचेतना जगाउने खालका बढीमा तीन मिनेट लामा चलचित्रहरूको महोत्सव हिमाल एसोसियसनले गर्न लागेको हो। महोत्सवमा सहभागी हुने चलचित्रको नाम सोमबार घोषणा गरिएको छ। महोत्सब डिसेम्बर १० तारिखदेखि १४ तारिखसम्म काठमाडौंमा हुनेछ। उत्कृष्ट हुने प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने चलचित्रलाई क्रमश: ६० हजार, ४० हजार र ३० हजार रुपैयाँ पुरस्कार प्रदान गरिनेछ। उत्कृष्ट चलचित्रहरू काठमाडौंमा हुने जलवायु परिवर्तन क्षेत्रीय सम्मेलनमा देखाइनेछ। महोत्सव सकिएपछि चलचित्रहरू टेलिभिजन स्टेसनहरूबाट पनि प्रसारण गर्ने कार्यक्रम छ।

धरान नटराजमा सत्र छानिए

धरान– धरान नटराज प्रतियोगिताको चौथो चरणमा १७ प्रतियोगी छानिएका छन्। नृत्य प्रतिभाको खोजी गर्ने उद्देश्यले गरिमा डान्स सेन्टर धरानद्वारा आयोजित धरान नटराजको चौथो छनौटमा सहभागी २४ मध्ये ७ जना बाहिरिएपछि १७ जना पाचौं चरणमा प्रवेश गरेका छन्।

शनिबार धरानको ब्रिटिस सामुदायिक भवनमा सम्पन्न चौथो चरणको छनौट कार्यक्रममा निर्णायक माया सुनुवार, मणिकुमार लिम्बू, आईश्वर लिम्बु र नन्दा राई थिए। कार्यक्रममा विष्णु आङ्बुहाङ, तथा कञ्चन थलङ र रविकिरण लिम्बूले गीत प्रस्तुत गरेका थिए। प्रतियोगिताको फाइनल असोज २ गते धरान सभागृहमा हुनेछ। प्रतियोगितामा ज्ञानोदय, सुनाखरी, होलिल्यान्ड, क्यामेलिया, सुनगाभा, समिट, डिपोट, युरेका, विजयपुर, बुद्धआदर्श, पर्वत, विष्णुमेमोरियल तथा दिल्ली पब्लिक स्कुल सहभागी थिए।

वर्ष खेलाडीले तताएको मौसम

राजु घिसिङ

काठमाडौं- नेपाली खेलकुदमा सर्वाधिक चर्चित र प्रतिष्ठित 'एनएसजेएफ-पल्सर वर्ष खेलाडी-२०६५' को प्रतीक्षाको घडी नजिकिँदैछ। आउँदो बिहीबार वितरण गरिने एवार्डको रोमाञ्चक प्रतिस्पर्धा र कौतूहलता सुरु भैसकेको छ। वर्ष २०६५ मा गरेको प्रदर्शनका आधारमा उत्कृष्ट खेलाडी र प्रशिक्षकलाई एवार्ड दिने परम्परा छ।

वर्षका चर्चित खेलाडीको विधामा एसएमएस भोटिङमा प्रतिस्पर्धा हुनेछ। एवार्ड समारोहको अघिल्लो दिन भदौ २४ गतेसम्म हुने भोटिङमा सर्वाधिक एसएमएस प्राप्त गर्ने व्यक्ति वर्षका चर्चित खेलाडी-२०६५ हुनेछन्। एसएमएस भोटिङका लागि अहिले विभिन्न सहरमा कार्यक्रमको चहलपहल चुलिएको छ। एसएमएस गर्ने होडबाजी नै चलिरहेको छ। गत वर्षका चर्चित खेलाडीको एवार्ड जितेका फुटबल खेलाडी जुमानु राई यसपालि वर्ष खेलाडीको मनोनयनमा परेका छन्।

पुरुष र महिला वर्ष खेलाडी, युवा खेलाडी, प्रशिक्षक एवं चर्चित खेलाडीका विधामा आठ खेलका २३ व्यक्ति मनोनयनमा परेका छन्। त्यसमा सर्वाधिक ६ जना क्रिकेटका छन्। एसीसी यु-१७ च्याम्पियन नेपाली टिमका कप्तान पृथु बाँस्कोटा, एसीसी यु-१९ महिला च्याम्पियन नेपाली टिमका माया रावत तथा रेखा रावल, प्रशिक्षक जमिल अन्सारी विभिन्न विधामा मनोनयनमा परेका छन्। २०६२ को एवार्ड विजेता रोय लुक डायसले मनोनयनमा यसपालि पनि निरन्तरता पाए।

चर्चित खेलाडीको विधामा मनोनयनमा परेका राष्ट्रिय टिमका कप्तान विनोद दास २०६२ का वर्ष खेलाडी हुन्। आईसीसी वर्ल्ड क्रिकेट लिग डिभिजन-५ मा एकै इनिङमा १० विकेट लिई दुर्लभ कीर्तिमान राखेका महबुब आलम भने कुनै पनि विधामा मनोनयनमा पर्न सकेनन्। पाचौं राष्ट्रिय खेलकुदको एथलेटिक्समा ५ स्वर्ण जितेकी केशरी चौधरी पनि युवा खेलाडीका बलियो प्रत्याशी हुन्। उनी यू-१९ महिला क्रिकेटकी बलर पनि हुन्।

त्यस्तै एथलेटिक्स र फुटबलका ४-४, पौडी, जुडो, भारोत्तोलनका २-२ तथा बुद्धिचाल र गल्फका १-१ खेलाडी विभिन्न विधामा मनोनयनमा परेका छन्। मार्सल आर्ट्सको प्रतिनिधित्व जुडो खेलाडी सुनिता मगर र उनका प्रशिक्षक जितबहादुर चौधरीले गरे। अन्तर्राष्ट्रिय फुटबलमा डेब्यू गरेको वर्ष निरन्तर पहिलो रोजाइमा रहेर उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेका विराज महर्जनले युवा खेलाडीको मनोनयनमा स्थान बनाए। त्यसमा १४ वर्षीया जुम्ली विश्वरूपा बूढा पनि अटाइन्। उनले पाचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा १-१ स्वर्ण, रजत र कांस्य जितेकी थिइन्।

प्रमिला रिजाल चौधरी, मनीष हमाल र करिश्मा कार्की दुई-दुई विधामा मनोनयनमा परेका छन्। पौडी प्रशिक्षक ईश्वर कार्की र करिष्मा बाबु-छोरी हुन्। वर्ष खेलाडी हुने महिला र पुरुष खेलाडीले २५ हजार रुपैयाँ नगद र ५० हजार बराबरको गिफ्ट ह्याम्पर पाउनेछन्। वर्षका युवा खेलाडी, प्रशिक्षक एवं चर्चित खेलाडीले १५ हजार रुपैयाँ र ५० हजार बराबरको गिफ्ट ह्याम्पर प्रदान गरिनेछ। विशेष पुरस्कार र लाइफ टाइम एचिभमेन्ट पनि आकर्षक विधाका रूपमा छन्।

लाइफ टाइम एचिभमेन्ट एवार्डलाई नेपाली खेलकुदमा विशिष्ट योगदान गरेका सम्मानित खेलकर्मीलाई प्रदान गरिन्छ। विगतमा यो एवार्ड एथलेटिक्सका जितबहादुर केसी र गजराज जोशी, बक्सिङका सुरेशसिंह आलेमगर र क्रिकेटका जयकुमारनाथ शाहलाई दिइएको थियो। जुम्लामा एथलेटिक्स प्रशिक्षण गराइरहेका हरिबहादुर रोकाय र पोखराको साहरा क्लबले विशेष पुरस्कार थापिसकेका छन्। नेपाल खेलकुद पत्रकार मञ्चले पहिलोपल्ट २०५४ सालमा वर्ष खेलाडीको पुरस्कार प्रदान गरेको थियो। २०६० सालदेखि मात्र यसले निरन्तरता पाएको हो।

वर्षका उत्कृष्ट प्रशिक्षक
जितबहादुर चौधरी, जुडो
जमिल अन्सारी, क्रिकेट
सुशीलनरसिंह राणा, एथलेटिक्स
रोय लुक डाएस, क्रिकेट
ईश्वर कार्की, पौडी

वर्षका उत्कृष्ट युवा खेलाडी
विश्वरूपा बूढा, एथलेटिक्स
माया रावत, क्रिकेट
केशरी चौधरी, क्रिकेट/एथलेटिक्स
विराज महर्जन, फुटबल
पृथु बास्कोटा, क्रिकेट

वर्षका चर्चित खेलाडी
राकेश श्रेष्ठ, फुटबल
प्रमिला रिजाल, एथलेटिक्स
करिश्मा कार्की, पौडी
विनोद दास, क्रिकेट
मनीष हमाल, बुद्धिचाल
विकास मल्ल, फुटबल
मञ्जु गुरुङ, भलिबल

वर्षको उत्कृष्ट खेलाडी को हुने ?

पुरुष

बालकृष्ण चौधरी, एथलेटिक्स

पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा चार स्वर्ण जितेर बालकृष्णले एथलेटिक्समा एपीएफको वर्चस्व कायम गर्न महत्त्वपूर्ण योगदान गरे। उनले हाईजम्पमा १ दशमलव ९६ मिटर उफ्रेर नयाा राष्ट्रिय कीर्तिमान पनि बनाएका थिए। गोर्खा रनर्स क्लबले आयोजना गरेको राष्ट्रिय खुल्ला एथलेटिक्समा पनि उनी विजयी भएका थिए।

मनीष हमाल, बुद्धिचाल

नेपालको पहिलो फिडे मास्टर बनेर २०६५ मा मनीषले नेपाली खेलकुदमा ऐतिहासिक सफलता हासिल गरे। जर्मनीमा सम्पन्न चेस ओलम्पियाडमा ७ दशमलव ५ अंक प्राप्त गर्दै उनले फिडे मास्टरको उपाधि पाएका थिए। २४ वर्षीय मनीषले यही वर्ष दोस्रो मदन स्मृति राष्ट्रिय युथ बुद्धिचालको उपाधि पनि जिते।

जुमानु राई, फुटबल

पाँच साताको अन्तरमा जुमनुले १० अन्तर्राष्ट्रिय गोल गरे। उनले एएफसी च्यालेन्ज कप छनौटमा ३ र पााचौं साफ च्याम्पियनसिपमा २ गोल गरेका थिए। नेपाल पुलिस क्लबलाई एएफसी प्रेसिडेन्ट कपको सेमिफाइनलसम्म पुऱ्याउने क्रममा उनी एक्लैले ५ गोल गरे। नेपाल रातोले प्रधानमन्त्री आमन्त्रण कप, पुलिसले आहा गोल्डकप तथा सहिद कप जित्दा उनी टिमका मुख्य खेलाडी थिए।

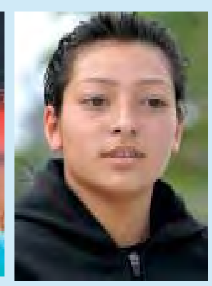
कमलबहादुर अधिकारी, भारोत्तोलन

बेइजिङ ओलम्पिकमा नेपालको सफलता कमलबहादुरले बनाएको नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान नै हो। उनले क्लिन एन्ड जर्कमा १ सय ५४ र स्न्याचमा १ सय १४ केजी गरी कुल २ सय ६८ केजी भार उचाले। ठूलो मेलामा ६९ केजीमा तीन तथा पााचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा एक राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाई स्वर्ण जितेका थिए। नेपाली भारोत्तोलनमा उनले २४ राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइसकेका छन्।

शिवराम श्रेष्ठ, गल्फ

शिवराम सर्वोत्कृष्ट नेपाली गल्फर हुन्। इन्डियन टुरको छनौटमा उपविजेता बनेका श्रेष्ठले २०६५ सालमा सँर्य नेपाल टुरका ९ मध्ये ५ उपाधि जिते। एक वर्षमा करिब ६ लाख रुपैयाँ आम्दानी गर्ने उनी पहिलो नेपाली खेलाडी हुन्। एसियन टुर खेल्ने उनको लक्ष्य छ।

महिला



प्रमिला रिजाल-चौधरी, एथलेटिक्स

पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा ३ स्वर्ण र ३ रजत जितेर उनी 'स्प्रिन्ट क्विन' का रूपमा उदाइन्। ४ सय मिटर दौड ५९ दशमलव ६ सेकेन्डमा पूरा गरेर उनले नयाा राष्ट्रिय कीर्तिमान लेखाइन्। हिटमा बनाएको कीर्तिमानलाई उनले फाइनलमा फेरि सुधारिन्। गोर्खा रनर्स क्लबद्वारा सञ्चालित राष्ट्रिय खुला एथलेटिक्समा उनले तीन स्वर्ण तथा एक रजतमा कब्जा जमाइन्।

करिश्मा कार्की, पौडी

पााचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा टिनएजर करिश्माले १२ स्वर्ण जितेर नेपाली खेलकुदमा सर्वाधिक स्वर्णको नयाा इतिहास कोरिन्। बेइजिङ ओलम्पिकमा ५० मिटर फ्रिस्टाइल ३२ दशमलव ३५ सेकेन्डमा पूरा गरेकी कार्कीले दसौं ग्यालेक्सी कपमा दुई राष्ट्रिय कीर्तिमान तोड्दै ७ स्वर्ण जितेकी थिइन्।

झन्ट कटुवाल, भारोत्तोलन

नेपालकी सबैभन्दा बलिया महिला झन्टले पाचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा तीन नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन्। उनले ७४ केजीमा स्वर्ण जित्ने क्रममा स्न्याचमा ७४ र क्लिन एन्ड जर्कमा ९० गरी कुल १ सय ६४ केजी तौल उठाएर आफ्नै नाममा रहेको तीन राष्ट्रिय कीर्तिमान तोडेकी हुन्। भारोत्तोलनको अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी हुने उनी पहिलो नेपाली महिला हुन्।

रेखा रावल, क्रिकेट

थाइल्यान्डमा नेपालले एसीसी यु-१९ महिला च्याम्पियनसिप जित्दा रेखाले सर्वाधिक १२ विकेट लिइन्। सात खेलमा ३३ ओभर बलिङ गरेर ५ दशमलव ७५ को औसत तथा २ दशमलव ०९ को इकोनोमीमा उनले उक्त सफलता प्राप्त गरेकी थिइन्। पहिलो महिला राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगितामा उनले ६ विकेट लिादै बैतडीलाई फाइनलसम्म पुऱ्याइन्। पााचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा बैतडीलाई विजेता बनाउन उनले प्रेरणादायी भूमिका निर्वाह गरिन्।

सुनिता मगर, जुडो

यमनमा सम्पन्न एसियन युथ जुडो च्याम्पियनसिपमा सुनिताले कांस्य पदक जितिन्। उनी यो प्रतियोगितामा कांस्य जित्ने लीला अधिकारीपछिकी पहिलो नेपाली हुन्। लेबनान र यमनका खेलाडीलाई पराजित गरेर ५७ केजी तौल समूहमा कांस्य जित्ने सुनिता नेपाली जुडोकी आशालाग्दी खेलाडी हुन्।

साप्ताहिक Classified Advertisement

रोजगार

NGO संस्थालाई साधारण SLC, +Basic Internet जानेका १३ कर्मचारी तलब ग्यारेन्टी 9500, 2072545, 9841493026, 9803075981 **चावहिल**

Nepal Govt. द्वारा सञ्चालित एक प्रतिष्ठित संस्थाकोलागि Basic Computer साथै Internet जानेको ६ महिला ७ पुरुष कर्मचारीको आवश्यकता पार्टटाइम फुलटाइम जब ग्यारेन्टी ९५००, ४३५१८३४, बालाजु

part time job contact 9803604737

सम्पर्क

कार, माइक्रोबस, रिजर्व गर्नुपरेमा ५५५४७५५, ९८४१५१८२०६

Korean Marriage बधुहरुले सम्पर्क गर्नुहोला ०१२२९२२३४, ९८०८०३३१४१

SLC/+2 pass Aupair Girls 9741056886, 9803386712

ग्यारेन्टीका साथ हेयरस्ट्रेट सौन्दर्य सम्बन्धि सम्पूर्ण कार्यमा विषेश छुट साथै जेन्सहरुको लागि पनि धरान्ज जुन ब्युटि होम ४२३२१९४, ९८४१७४३७६१

१३ वर्ष पुरानो राजटेक्नीकलमा ३०% छुटमा मोवाइल, Chinese Mobile को software गराइन्छ, टेलिभिजन, हार्डवेयर, इलेक्ट्रीकल्स, एसिफ्रीज तालिमहरु (टुल्सहरु निशुल्क) नयाँबानेश्वर ४४९५५८१ कालिमाटी, ०१६२२४७९

उपचार

स्तन घटाउन बढाउन गुप्ताङ्ग टाइट गर्न, यौन सन्तुष्टिको विकास तथा तालिम प्राप्त अनुभवी चिकित्सकद्वारा सुरक्षित गर्भ पतन साथै, आकस्मिक गर्भ निरोधक साधन, 9841981976, 9849051161

वर्षौं पुरानो पिनास गन्ध रहित नाक बन्द, मासु हड्डी बडेको, एर्लजी लगायत विभिन्न जिर्ण रोगहरुको ख्याती प्राप्त आर्युवेदिक चिकित्सकहरुबाट विशेष उपचार ४४६७५६९

लिङ्गको लम्बाई, मोटाई, उत्तेजना बढाउन सम्पर्क ९८४१५०६१३४

बिज्ञापन दिन र बुझ्नका लागि आफ्नो नजिकैका कान्तिपुर बर्गीकृत संकलन काउण्टर तथा सिधा मोवाइल ९८४१-२०५९७७ मा सम्पर्क गर्न अनुरोध गरिन्छ।

जीउ बनाउन जिम हल

धरान– ठूलो छाती, बलिया पाखुरा हेर्दै लोभ लाग्दो होस् ज्यान, अनि त्यही ज्यानतिर तानियोस् सबैको ध्यान। अधिकांश युवाहरूको चाहना हुन्छ- आकर्षक र बलिष्ठ शरीर बनाउने। त्यसैले सहरका बहुसंख्यक युवाहरू अहिले आफ्नो शरीरलाई आकर्षक र बलियो बनाउन असिनपसिन हुँदै मेहनत गरिरहेका छन्। तिनै युवामध्येका एक हुन् धरान, विजयपुरका शंकर पाण्डे। 'म जीउ बनाउँन चाहन्छु। बनेको जीउमा सबैको लुक्स जान्छ।' स्थानीय बिसी हेल्थ क्लबमा करिब १ वर्षदेखि जिम गरिरहेका शंकर भन्छन्- 'राम्रो जीउको महत्त्व छ, डरलाग्दो जीउ भएकालाई कसैले हेप्ने आँट गर्दैन।'

शंकरजस्तै सयौं युवा आफ्नो शरीर, सुन्दर बनाउने लक्ष्यका साथ बिहान-बेलुका जिम हल धाउने गरेका छन्। मोटो वा पातलो सबै प्रकारका शरीरलाई सुहाउँदो बनाउन पनि जिमको मुख्य भूमिका हुन्छ। कतिपय युवा भविष्यमा सफल खेलाडी बन्ने उद्देश्य लिएर जिम गरिरहेका छन् त कतिपय आफ्नो शरीरलाई फिट राख्नका लागि त कतिपयले फेसनका रूपमा पच्छ्याएका छन्। नियमित जिमले शरीर स्वस्थ मात्र राख्दैन आकर्षक र सुन्दर पनि बनाउँछ। त्यसैले पनि यस्तो आकर्षण बढेको हो। जीउ बनाउन जिम जाने युवाहरूको भीड देखेरै हुनुपर्छ एकताका गायक प्रकाश ओझाले गीतै गाएका थिए 'जाऊँ कि क्या हो म पनि जिमखाना...।'

नेपालमै पहिलो पटक २०२७ सालदेखि औपचारिक रूपमा शारीरिक सुगठन खेलको प्रतियोगिता सुरु भएको धरानमा अहिले साना-ठूला गरी दुई दर्जनभन्दा बढी जिम छन्। ती जिममा दैनिक युवाहरूको भीड हुन्छ। 'शारीरिक सुगठन खेलको क्रेज अहिलेका युवा वर्गमा अत्यधिक मात्रामा छ। यसले युवाहरूलाई स्वस्थ राख्नुका साथै दुर्व्यसनमा खर्चिने समयलाई शारीरिक व्यायम गर्न प्रेरित गरेको छ।' सुनसरी शारीरिक सुगठन संघका सचिव सुयोग पाख्रिन भन्छन्- 'यहाँ खुलेका केही क्लब व्यावसायिक रूपमा पनि सफल छन्।'

ठ्याक्कै तथ्याङ्क नभए पनि राजधानीमा १० हजार तथा मोफसलमा ५ हजारभन्दा बढी शारीरिक सुगठनका खेलाडी रहेको अनुमान छ। देशभर दर्जनौं क्लब सक्रिय छन्। पोखरा, वीरगञ्ज, बुटवल, विराटनगर र झापामा जिम क्रेज बढ्दै गएको छ। पाख्रिन भन्छन्- 'एक दशकअघिसम्म सहरमै सीमित यो खेल अब गाउँ-गाउँसम्म पनि पुगिसकेको छ।'

बडी बिल्डिङका एसियन जज राजभगत प्रधानाङ्ग भन्छन्- 'बढी बिल्डिङका खेलाडीका लागि अहिले राम्रा अवसरहरू पनि छन्।' २०३३ सालमा भएको दोस्रो मिस्टर धरानका विजेता तथा हाल धरानमै व्यावसायिक रूपमा धरान फिजिकल फिट्नेस सेन्टर सञ्चालन गरिरहेका प्रधानाङ्ग भन्छन्- 'अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सफलतासँगै इज्जत, नाम, दाम र सम्मान पाइने हुनाले युवाहरूमा जिम जाने लहर चलेको हो।'

धरानमा मिस्टर धरान, मिस्टर सुनसरी, मिस्टर हरकुलस, मिस्टर सगरमाथा, मिस्टर जोइडर, मिस्टर सम्राट आदि अधिराज्यव्यापी मिस्टर हिमालय खुला शारीरिक सुगठन प्रतियोगिता भैसकेका छन्। राष्ट्रिय स्तरको शारीरिक सुगठन प्रतियोगिता 'मिस्टर नेपाल' २०३४ सालमा सुरु भए पनि त्यसअघि नै २०२७ सालमा प्रथम मिस्टर धरान शारीरिक सुगठन प्रतियोगिता भएको थियो।

गोपाल दाहाल

युवाहरूमा शरीर बनाउने

पोखरा- हट्टाकट्टा शरीर र जाँगरिलो मन। अल्छीपन र रोग सबै टाढा। यस्तो भएपछि शरीर बनाउन तन्नेरीहरू भीड व्यायामशालामा नधुइरिने कुरै भएन। यतिबेला जिमखाना पुग्ने युवाहरू बढेका बढ्यै छन्। चार वर्षदेखि नियमित जिमखाना धाइरहेका लालीगुराँस टोलका अशोक रोक्काको शरीर आकर्षक भएको छ भने उनलाई रोगले समेत आक्रमण गर्न छाडेको छ। पेसाले शिक्षक रोक्काको ५५ किलोग्राम तौल जिम गरेर नै ७६ पुगेको छ। जिम खानामा असिनपसिन भेटिएकाले रोक्काले भने- 'जिम गर्न थालेपछि सानातिनो रोगसमेत लाग्न छाड्यो।'

शरीरलाई आकर्षक बनाउन र स्वास्थ्य पनि राम्रो हुने देखेर नै युवाहरूमा व्यायामशालाप्रतिको आकर्षण ह्वात्तै बढेको स्थानीय व्यायमशाला सञ्चालकहरू बताउँछन्। पोखरामा आधा दर्जनभन्दा बढी सार्वजनिक व्यायमशाला छन्। यस्तै तारे होटलहरूले पनि व्यायमशालाको व्यवस्था गरेका छन्।

व्यायमशालामा बिहान र बेलुका दुवै समयमा त्यत्तिकै भिड देखिन्छ। 'रेस्लिङलगायत खेलकुद तथा टिभी च्यानलको बढ्दो विकासले पनि युवाहरूमा शरीर बनाउने मोह बढेको हुनसक्छ,' रत्नश्री जिमका सञ्चालक शंकरमान उदासले भने- 'बेला-बेलामा हुने शारीरिक सुगठन प्रतियोगिताले पनि युवाहरूलाई जिमतर्फ आकर्षित गरेको छ।' रत्नश्रीमा अहिले करिब ३ सय युवाले नियमित व्यायाम गरिरहेका छन्।

सात वर्षदेखि व्यायामशालामा जिम गर्दै आएका न्युरोडका सुजन शिल्पकार आफ्नो आकर्षक शरीर देखेर आफैं दंग छन्। 'जिम नगर्दा शरीर दुब्लो थियो,' मसल फुलाउँदै उनले भने- 'अहिले त शरीर कसिलो भएको छ।' शरीरमा आलस्यता बढ्ने, खानामा अरुचि हुने समस्या अहिले टरेको छ, सृजनाचोकका युवराज गिरीले भने- 'मांसपेशी ठीक ठाउँमा आएर रोग पनि हट्यो।' कुलत तथा लागूपदार्थको दुर्व्यसनमा फसेकाहरू पनि आफ्नो बानी सुधार्न जिम आउन थालेका छन्। एक युवाले नाम उल्लेख नगर्ने शर्तमा भने- 'जिम आएपछि नै मेरो कुलत छुट्यो।'

पोखरामा समर डान्सपार्टी

पोखरा- शनिबारको दिन उत्साह नै बेग्लै । त्यसमाथि हरेकका लागि बिदाको दिन । गएको साता पोखराको लेकसाइडस्थित क्लब प्याराडिसोमा पार्टी पल्सले डान्सपार्टी आयोजित गरियो । बेलुका ६ बजे प्रारम्भ हुने भनिएको कार्यक्रममा एक घण्टाअगावै डान्सपारखीहरूको आगमन हुन थालिसकेको थियो । स्कुलेदेखि कलेज पढ्ने तन्नेरी-तरुनीहरू लस्करै आउने क्रम बढ्यो । भारी वर्षापछि खुलेको दिन उस्तै घमाइलो देखिन्थ्यो ।

साँझ सात बजे डिस्को थेगको पृष्ठभूमिमा संगीतको धुन बज्न थाल्यो । डाइनिङ टेबलमा आरामले बसेका डिस्को पारखीहरू बिस्तारै सलबलाउन थाले । त्यसपछि अंग्रेजी, हिन्दी र नेपाली रिमिक्स गीतहरू बज्न थाले । असिनपसिन हुँदासम्म पनि नाच्नेहरू बिल्कुलै थाकेनन् । डान्सपार्टी राति १ बजेसम्म चलेको थियो । डान्सपार्टीको प्रवेश टिकटमा गायक विवश पौडेलको गीतिएल्बमको सिडी निःशुल्क प्रदान गरिएको थियो ।

शिव शर्मा

तस्बिर : सुरज श्रेष्ठ

Language/Computer

TOEFL/IELTS (Free Books, CDs, Lab Practics, Weekly Tests)

Language: English, Chinese, French, German, Korean, Hebrew, Japanese, Spanish, Italian & Others

विशेष व्यवस्था: विदेश जाने र जान्दै नजान्नेहरुका लागि

Computer: Hardware & Networking

Basic, Graphics, WebPage, Office Package, Q-Basic, C, C++, Access Programming, Account (Tally, Fact, Tata)

Osish Language & Computer Center (OLC)

New Baneshwor (Opp. BICC पानी ट्याङ्की): Tel: 4483414 | New Baneshwor Chock (Opp. New Baneshwor Dept. store): Tel: 4785226 | Adwait Marg (Bagbazar): Tel: 4232866 | Lagankhel (Bus Park): Tel: 5004018

Worldwide Valid Certificate

होटल तालिम

यो छुट सिमित अवधिको लागि मात्र ।

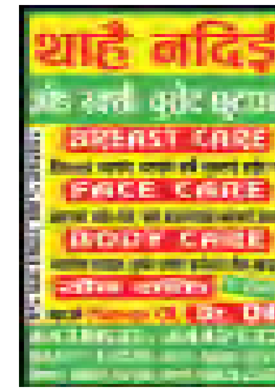
- कुक १ ½ महिना रू. २७००/-
- कुक ३ महिना रू. ३७००/-
- वेटर र बारमेन रू. १३००/-

१. 5 star लेभलको आफ्नै रेष्टुरेन्ट भएको ।
२. थप तालिमको लागि 5 star होटलमा तथा आफ्नै रेष्टुरेन्टमा पनि गराइने ब्यवस्था छ ।
३. तालिमपछि कुक, वेटर-वेट्रेस, बारमेनलाई USA, EUROPE को ship मा पठाउने ब्यवस्था छ ।

माउण्टेन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर

चावहिल, गोपीकृष्ण हलको पूर्व गेट संगै

Ph:016212336,9841812055



कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : कान्तिपुर कम्प्लेक्स, सुविधानगर, पो.ब.नं. ६०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ४४८०१००, फ्याक्स : ९७७-१-४४७०१७८, email:saptahik@kantipur.com.np
दर्ता नं. ९९/०५१/५२, सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.)लि. सँग सुरक्षित । अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक : **कैलाश सिरोहिया**, निर्देशक : **स्वस्तिका सिरोहिया** तथा **रामेश्वर थापा**, सम्पादक : **सुवास ढकाल ।**