Vol. 1, Issue 3, December 2013

HOT NEPAL Monthly

हट नेपाल

वर्ष १, अंक ३, पुस-माघ २०७०, मूल्य रू ३०।-

आङ्तेम्बाको उचाइ

मर्निङ सेक्सको फाइदा

२०१३ को मनोरञ्जन संसार

चर्चित चिनियाँ अभिनेत्री चाङ च यी

खप्पिस हिरोइनको खुलासा

Wide coverage of more than 20 districts from Himal to Terai

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

capitalFM™ 92.4 cent percent yours.....

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

Wherever you are, we are always at your service

KGH Hotels, Resorts & Spa

47 years in hospitality industry

Park Village Resort, Buddhanilkantha - 135 rooms; 7 conference halls; 3 restaurants; health club; wellness spa; 5 acres of wood and with lots of parking

Waterfront Resort, Lake Side, Pokhara - 60 rooms; 2 conference halls; 2 restaurants

Contact: Corporate head office, KGH Complex Thamel
Ph: 4700800, 9801033107 (Satish Shrestha), Email: info@ktmgh.com, Web: www.ktmgh.com

Vol. 1, Issue 3, December 2013

हट नेपाल

HOT NEPAL Monthly

वर्ष १, अंक ३, पुस-माघ २०७०

आवरण तस्वीर : राजीव श्रेष्ठ

का.जि.का.द.नं. २१६/०७०/०७१

प्रधान सम्पादक
व्याकुल पाठक

सम्पादक
श्याम स्मृत

फोटोग्राफर
राजीव श्रेष्ठ
अजय देशार

लेआउट/ग्राफिक
श्याम स्याङ्बो

प्रमुख अधिकृत वितरक/काठमाडौं
काष्ठमण्डप डिस्ट्रिब्युसन प्रालि
भोटेँ, काठमाडौं, फोन : ०१-४२४७२४१

प्रमुख अधिकृत वितरक/मोफसल
एलाइट न्यूजपेपर डिस्ट्रिब्युटर
नरदेवी, काठमाडौं, फोन : ०१-४२६१९४८

मुद्रण
प्रिजम कलर स्क्यानिङ
एण्ड प्रेस सपोर्ट प्रालि
कुलेश्वर, काठमाडौं

प्रकाशक
Dream Nepal Publications (P.) Ltd.
ड्रिम नेपाल पब्लिकेसन्स प्रालि
गोंगबु, काठमाडौं
फोन : ०१-४३५६१४१

१०

आङतेम्बाको उचाइ

आफ्नै पौरखले छोटो समयमै कल्पना गरेको जीवन जिउने संसारका थोरै मानिसमा पर्छन् आङतेम्बा शेर्पा। उनीसँग पैसा, प्रतिष्ठा अनि स्वास्थ्य सबै छ। यो उनले पुर्ख्यौली रुपमा प्राप्त गरेको नभई आफ्नै पौरखले आर्जन गरेका हुन्।

१४

दीपकको अनौठो संसार

अविवाहित हुँदा कोठामा एक्लै बस्ने दीपकले आफूजस्तै तेक्वान्दो खेलाडी आयशासँग बिहे गरेपछि जीवनमा फरक अनुभव गरे । केही महिनाअघि छोरा जन्मेपछि उनले अनौठो अनुभूति गरेका छन् ।

२१

मर्निङ सेक्सको फाइदा

विज्ञहरूले बिहानीपख सेक्स गर्नु मर्निङ वाक वा व्यायाम गर्नुभन्दा हितकर हुने बताएका छन् । बिहानीपखको सेक्सले शरीरका मांसपेसीलाई तन्दुरूस्त बनाउँछ, रक्तसञ्चार ठीक राख्छ र मुटुलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ ।

२८

नयाँ सुविधामा युवा आकर्षण

मोबाइल फोन प्रयोगकर्तामध्ये अधिकांश युवायुवतीले नयाँ र महंगा फोन लिने गरेका छन्। अहिलेको नयाँ पुस्ता स्मार्टफोन र आइफोनमा बढी आकर्षित हुने गरेका छन्।

३६

चर्चित चिनियाँ अभिनेत्री

चाङ च यीको जीवनमा सन् १९९८ कोसेढुङ्गा साबित भयो । उनले चीनका प्रसिद्ध निर्देशक चाङ यी मौको निमन्त्रणामा 'मेरा बुबा र आमा' नामक फिल्ममा अभिनय गर्ने मौका पाइन् । त्यही फिल्ममा अभिनय गरेवापत उनी चीनको २३औं लोकप्रिय फिल्म सयौँ फूल पुरस्कारअन्तर्गत सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन्।

Registration number **DAO KTM 216/070/71** | **Hot Nepal**, a monthly magazine is published by **Dream Nepal Publiications Pvt. Ltd.** | **Address:** Gongabu, Kathmandu, **Phone:** 01-4356141 | **Email :** hotdreamnepal@gmail.com | Chairman and Editor-in-Chief: **Byakul Pathak**

सम्पादकीय

मेहनतपछिको रमाइलो

नेपालीहरु रमाइलो गर्न मन पराउने समुदायमा पर्छन् । अहिलेको पुस्ता मात्र हैन अघिल्ला पुस्ता पनि रमाइलो गर्न पछि नपर्ने स्वभावका थिए भन्ने यथेष्ट प्रमाण पाउन सकिन्छ । विभिन्न जाति-जनजाति, धर्म सम्प्रदाय तथा भिन्न भौगोलिक क्षेत्रमा बस्ने नेपालीका रमाइलो गर्ने आफ्नै तरिका छन् । चाड, पर्व, जात्रा, उत्सव, तिथिका नाममा यति रमाइलो गर्ने अवसर सिर्जना गरिएको छ कि संसारका कुनै पनि देशमा यो अवस्था छैन । नेपालीले आफ्ना पुराना मौलिक परम्परालाई कायम राख्दै विदेशी परम्पराका पर्वलाई पनि अपनाएका छन् । यसले पनि पुष्टि गर्छ नेपालीहरु रमाइलो प्रिय हुन् । अहिलेको यो शिशिर याममा पनि चाहे जुनसुकै स्थानमा रहेका नेपाली हुन्, उनीहरूले आफ्नै किसिमले रमाइलो गरेका छन् र आनन्दमा झुमेका छन् । सधैंको काम काम अनि व्यक्तिवादी निरस जिन्दगीभन्दा शान्त, सुखी र रमाइलो जिन्दगीप्रति अहिले विश्वकै नागरिक आकर्षित भइरहेका छन् । नेपालीको यस्तो बहुसंस्कृति, बहुपहिचान र एकको संस्कृति र परम्परामा अर्को समुदाय रमाउन सक्ने विशेषताको विश्वबाटै प्रशंसा भइरहेको छ ।

शिशिर याममा नेपालको हिमालदेखि पहाड र तराईसम्म मनाइने चाडबाड र पर्वविशेषबाहेक विदेशबाट आयातीत क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्ष पनि पर्नेगर्छ । यी पर्व नेपालीका होइनन् । थोरै मात्र क्रिस्चियन समुदाय रहेको नेपालमा क्रिसमसको उल्लास कम हुनुपर्ने हो अनि विक्रम संवत्लाई राष्ट्रिय मान्यता दिइएकोले अंग्रेजी संवत्को नयाँ वर्षलाई महत्व नदिए पनि हुने हो तर यसो हुने गरेको छैन । चाहे जुनसुकै धर्मसंप्रदाय मान्ने व्यक्ति हुन् वा धर्म नमान्ने अथवा धर्मप्रति तटस्थ रहने समुदाय नै किन नहुन् क्रिसमस र नयाँ वर्षमा रमाइलो गर्न पछि पर्दैनन् । पछिल्ला वर्षमा यी पर्वमा रमाइलो गर्ने युवायुवतीको संख्या बढ्दै गएको छ । यही समयमा पर्ने तमु ल्होछारमा पनि केवल गुरुङहरु मात्र हैन अन्य जाति र संप्रदायका मानिस पनि आनन्द मनाइरहेका देखिन्थे । यस किसिमका पर्व नागरिकलाई एकताबद्ध गर्नका लागि पनि सहायकसिद्ध भइरहेका छन् । वास्तवमा जात्रा, पर्व, उत्सवहरु कुनै एक जाति संप्रदाय विशेषबाट थालनी भएका भए पनि ती जातिका मात्र हुँदैनन् । एउटाको पर्वमा अर्को संप्रदाय सहभागी भएर आनन्द लिनु सहिष्णुताको अनुपम उदाहरण हो ।

प्राचीनकालमा नेपाल अहिलेभन्दा समृद्ध थियो, यहाँका नागरिक सुखी र सन्तोषी थिए । राष्ट्र समृद्ध र जनता सुखी भएपछि आनन्द लिनका लागि अनेक प्रबन्धहरु गर्न थालिन्छ । त्यसैको प्रतिफल हो विविध किसिमका जात्रा, पर्व र उत्सवहरु । अहिले जे जति पर्व, उत्सव र जात्राहरु कायम रहेका छन्, ती सबै लिच्छवि र मल्ल कालमा सिर्जना भएका हुन् । त्यो युगमा एक बाली कृषि उपजले वर्षभरि खान पुग्थ्यो अनि अरू समय मानिसहरु जात्रा, पर्वमा रमाएर तथा कला सिर्जनामा डुबेर बिताउने गर्थे । पुर्खाको त्यसै योगदानको ब्याज अहिलेको पुस्ताले खाइरहेको छ । पुर्खाले जात्रा, पर्व र कलाकृति छाडेर नगइदिएको भए हामीसँग खुसी हुन र आनन्द लिन थोरै मात्र अवसर हुने थियो । विश्वकै अमूल्य दृश्य तथा अदृश्य सम्पदा छाडेर जाने हाम्रा पुर्खा धेरै विज्ञ र दूरदृष्टिसम्पन्न थिए ।

हाम्रो मौलिक र विदेशबाट आयातीत पर्वहरूको आनन्दमा मात्र रमिरहने हो भने त्यसकै लागि पनि समय अपुग हुनसक्छ । किनकि एउटै जातिको पनि विविध परम्परागत पर्व हुने गरेका छन् । अरूकोमा पनि सहभागिता जनाउँदा काम गर्नका लागि निकै थोरै समय मात्र बच्न सक्छ । त्यसैले अहिले विश्वले नेपालीलाई आनन्दमा रम्ने समुदायका रूपमा चिन्न थालेसँगै मेहनतीमा नम्बर एक जाति भनेर पनि चिनाउनु परेको छ । हाम्रो वीरता र मेहनती स्वभाव पनि विश्वमा अपरिचित छैन तर पछिल्लो समय भौतिक प्रगतिमा पछाडि परेकोले यो परिचय ओझेलमा परेको छ । अब युवापुस्ता यो छविलाई उजिल्याउन पनि अग्रसर हुनु परेको छ । काममा दिनरात नभन्ने अनि रमाइलो गर्न पछि नपर्ने यो परिचय नेपालीको कायम हुनुपर्छ ।

व्याकुल पाठक
प्रधान सम्पादक

हाम्रो मौलिक र विदेशबाट आयातीत पर्वहरूको आनन्दमा मात्र रमिरहने हो भने त्यसकै लागि पनि समय अपुग हुनसक्छ। किनकि एउटै जातिको पनि विविध परम्परागत पर्व हुने गरेका छन्। अरुकोमा पनि सहभागिता जनाउँदा काम गर्नका लागि निकै थोरै समय मात्र बच्न सक्छ। त्यसैले अहिले विश्वले नेपालीलाई आनन्दमा रम्ने समुदायका रुपमा चिन्न थालेसँगै मेहनतीमा नम्बर एक जाति भनेर पनि चिनाउनु परेको छ।

● महिमालाई मेरो सलाम

हट नेपालको दोस्रो अंक पनि हेर्ने मौका पाएँ । मज्जा लाग्यो । हट नेपालको कभर पेजको हट फोटोले नै मलाई यस पत्रिका किन्न आकर्षित बनाएको हो । मलाई मन पर्‍यो- हट कभर गर्ल महिमा सिलवालको भनाइ ! वर्तमान आधुनिक जमानामा महिमाले जे बोलेकी छन्, त्यो सही बोलेकी छन् । अविवाहित भए पनि भर्जिन नभएको यथार्थ बोल्नु नै उनको आँट हो । त्यस आँटलाई म सलाम गर्न चाहन्छु । प्रायः केटीहरूले भर्जिनिटी तोडिसकेको अवस्थामा पनि भर्जिन छु भनेर झूठ बोल्ने गरेको मलाई थाहा छ । ती जमातमा महिमा बेग्लै देखिएकी छन् । आँटिली महिमालाई मेरो बधाई !

-शशी राउत, कुलेश्वर

● उषाको अनौठो मोह

हुन त हट नेपालको दोस्रो अंकभित्रका सबै सामग्री एक से एक छन् । त्यसमध्ये मलाई घरानिया नारी डा. उषा अमात्य श्रेष्ठको संस्कृत मोहले मन छोयो । घरानिया नारीहरु केवल मोजमस्ती र मदिरामा डुब्ने गरेको अवस्थामा उषाजी गम्भीर अध्ययनतिर व्यस्त भएको खबर आफैमा गर्विलो हो । संस्कृत विषयबाट सबै टाढिरहेको बेलामा आएर संस्कृतकै अध्ययनमा लाग्नु उषाजीको अनौठो मोह भन्दा पनि हुन्छ । उषाजी संस्कृतको प्रकाण्ड विद्वान भएको चाँडै नै खबर आएको म हेर्न चाहन्छु ।

- शम्भु खनाल, पोखरा

● सूर्य थुलुङको सम्मान

नेपाली सांगीतिक आकाशका मूर्धन्य स्रष्टा गायक एवम् संगीतकार सूर्य थुलुङलाई नजिकबाट चिनाउने कार्य हट नेपालको दोस्रो अंकमा भएको पाएँ । उहाँका गीत-संगीत पहिलादेखि नै सुन्दै आएको हुँ । उहाँको बारेमा यति धेरै नजिकबाट जान्न पाइएको थिएन । त्यसमाथि, उहाँ वीर शहीद रत्नकुमार बान्तवाको आदर्श चेला भएको पनि यस अंकमा खुलासा भएको छ । शहीदको आदर्श चेला सूर्य थुलुङप्रति उहाँको जीवनकालमा नै हट नेपालले गरेको यसप्रकारको सम्मान साँच्चै अनुकरणीय रहेको छ ।

- निशा प्रधान, इलाम

● बुटिकको यथार्थ बुझेँ

कतिपय मानिस ढल्किदो उमेरमा पनि कसरी राम्री बन्दा रहेछन् भन्ने कुरा हट नेपालको कभर स्टोरी 'बुझ्नेलाई बुटिक 'पढेपछि थाहा पाएँ । उमेर तथा जीउ सुहाउँदो डिजाइन गर्ने बुटिकको यथार्थ मैले बल्ल बुझेँ । यसअघि मलाई बुटिकको बारेमा खासै जानकारी थिएन । बुटिकको बारेमा जानकारी दिएकोमा हट नेपाललाई हार्दिक धन्यवाद ! त्यसको अलावा ज्याकी चेनको व्यक्तित्व बारेमा लेखिएको लेख पनि मलाई मन पर्‍यो । कभर र ब्लोअप अलि बढी नै भएजस्तो लाग्यो । त्यसैले आगामी अंकमा अंग प्रदर्शन गरिएका फोटोहरूलाई कम प्राथमिकता दिन म सम्पादकलाई आग्रह गर्दछु ।

- कुमार नेपाल, बुटवल

● पठनीय पत्रिका

पाठकको चाहना बमोजिम प्रकाशित भएको हट नेपालको पहिलो र दोस्रो अंक हेर्ने मौका पाएँ । कम मूल्यमा यति धेरै राम्रो तथा पठनीय पत्रिका बजारमा आउनु नै बडा खुशीको कुरा हो । हामीले खोजेको अनि चाहेको पत्रिका हो- हट नेपाल ! हट नेपाल आम पत्रिकाको भीडमा बेग्लै देखिएको छ । साजसज्जामा अझै सुधार गर्ने र यसको नामको अक्षरलाई अझ परिमार्जित गरेर ल्याउन समेत यस पत्रिकाका सम्पादन टीमलाई म अनुरोध गर्दछु !

- विश्व जोशी, सुर्खेत

● रमाइलो जानकारी

हट नेपालको दोस्रो अंकमा चीनको पुरानो राजदरबार हाल कुकुङ संग्रहालयका रूपमा परिणत भएको स्मारकका बारेमा पढ्न पाउँदा खुसी लाग्यो । त्यस राजदरबारका रोचक कुराले राजाहरु चाहे जुनसुकै देशका भए पनि उनीहरूको सोख विचित्रको हुने रहेछ भन्ने जानकारी पनि प्राप्त भयो । एउटै पत्रिकामा मनोरञ्जनका साथै यस किसिमका संसारका विचित्र कुराहरु पनि पस्किनुभएकोमा यस पत्रिकाको टिमलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । साथै यस अंकमा क्याप्टेन वेद उप्रेतीले पानीमुनि पुगेर खिचेका तस्बिर र गरेको अनुभवलाई पनि समेटिएको रहेछ । यो विषय पनि नेपाली पत्रिकामा त्यति आएको थिएन । नौला नौला विषय समावेश गर्नुभएकोमा आभार व्यक्त गर्दछु । आगामी दिनमा पनि देश विदेशका यस्तै रमाइला सामग्रीहरु पढ्न पाइने आशा गरेको छु ।

- रामशरण बजगाईं, बालाजु

सल्लाह-सुझावका लागि : hotdreamnepal@gmail.com, facebook.com/pages/Hot-Nepal

Learn "ART" in your leisure time!

YOUNG PICASSO

A Community School of FINE ART

Our Services

Painting Classes - **Basic Drawings, Still Life, Landscape and Portraits**
Hobby Classes
Special Art Classes
Seasonal Art Classes for School Children

(contact hours : **10:00 AM - 4:00 PM**)

Contact

9841830748 (Ajaya Deshar)
youngpicasso12@gmail.com
www.youngpicasso12.webs.com

खप्पिस हिरोइनको खुलासा

तस्वीर : राजीव श्रेष्ठ

पहिलोपल्ट सन् २००५ मा आयोजित मिस टिन नेपालमा पहिलो मिस टिन नेपाल जितेकी प्रियंका कार्कीको प्रमुख उद्देश्य नै ग्लेमर पर्सन बन्नु थियो । सोही उदेश्य अनि चाहना बमोजिम मिस टिन भएको लगत्तै टिनएजमै कान्तिपुर टेलिभिजनबाट आएको भिजेको अफर तथा सोही टेलिभिजनको कमेडी सिरियल 'घरपेटी-बा'मा बोल्ड क्यारेक्टरमा अभिनय गरेपश्चात रातारात चर्चा पाएकी उनले दर्जनौं म्युजिक भिडियोमा अभिनय समेत गर्न भ्याएकी थिइन् ।

फिल्मी हिरोइन बन्ने रहरले कान्तिपुरको रहरलाग्दो भिजेको जागिर तथा घरपेटी-बा सिरियलको अभिनयलाई चटक्कै छाडेर अमेरिका हानिइन् । अमेरिकाको एलाबामास्थित युनिभर्सिटी अफ नर्थ एलाबामाबाट फिल्म एण्ड डिजिटल मिडिया प्रोडक्सन विषयमा स्नातक गरेकी उनको त्यहाँस्थित कम्प्यूटर इन्जिनियरिङ गर्दै गरेका नेपाली तन्नेरी रोचक मैनालीसँग माया-प्रेम बसेपछि त्यहीं प्रेम विवाह गरेकी थिइन् । पाँच वर्ष अमेरिका बसेर फिल्मी हिरोइन बन्न नेपाल फर्केकी प्रियंकाको पहिलो फिल्म 'मेरो बेस्ट फ्रेन्ड' हो ।

त्यसपछि उनले थ्री-लभर्स, कलिउड, भिजलान्ते, झोले र सुन्तलीमा अभिनय गरिसकेकी छन् । 'झोले' र 'सुन्तली' प्रियंकाको रिलिजको पर्खाइमा रहेका फिल्म हुन् । प्रियंका अभिनित हालसम्म रिलिज भएका कुनै पनि फिल्मले राम्रो बिजनेश नगर्दा उनमा निराशा नछाएको होइन यद्यपि, फिल्मलाई राम्रो बनाउन आफू पनि कम्मर कसेर लाग्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्ने उनी फिल्ममा हिरोइनको केवल क्यारेक्टर भन्दा भर्सटायल क्यारेक्टर गर्न रूचाउँछिन् । त्यसैले उनको दाबी छ- 'म हिरोइन होइन भर्सटायल आर्टिष्ट बन्न चाहन्छु !'

हाल चर्चामा रहेको गायक हेमन्त रानाको 'ऊ रातकी रानी' बोलको गीतको म्युजिक भिडियोमा उनले कलगर्लको भूमिका गरेकी छन् । आम मोडलले भन्दा बेग्लै रोल गरेर त्यस भिडियोका कारण उनी हाल फिल्मी अभिनयबाट भन्दा बढी चर्चामा आएकी छन् । आर्ट देखाउन खप्पिस हिरोइनको रूपमा चिनिएकी प्रियंकाको आँखामा बेग्लै मादकता पाइन्छ भन्नेहरु पनि छन् ।

आर्टलाई नै अन्तिम गन्तव्य बनाइसकेको बताउने उनी आफ्नो प्राइभेट लाइफको बारेमा बढी खुल्न चाहिनन् । रोचक मैनालीसँग अमेरिकामा गाँसिएको वैवाहिक सम्बन्ध त्यहीं नै टुंग्याएर फर्केको बारेमा खुल्न नचाहेकी उनले नेपाली फिल्मका लागि अमेरिकाको ग्रीनकार्ड पनि त्यागेको बताएकी छन् ।

अनाथ बालबालिकालाई सहयोग

क्यापिटल एफएम र सिआरआई कन्फ्युसियस क्लास रूमले अंग्रजी नयाँ वर्ष २०१४ फरक ढंगले मनाएका छन् । नयाँ वर्षको पूर्वसन्ध्यामा यी दुई संस्थाले राजधानीको बालमन्दिर नक्सालका अनाथ बालबालिकाको सहयोगार्थ एक विशेष कार्यक्रम आयोजना गरे । कार्यक्रममा बालगृहका अनाथ बालबालिकाहरूको सहयोगार्थ चीनको प्रसिद्ध टेलिकम्युनिकेसन कम्पनी हुवावईका निर्देशक लि चीले बाल मन्दिरका उपमहासचिव धर्मेन्द्र पासवानलाई रु १ लाखको चेक हस्तान्तरण गर्दै अनाथ बालबालिकालाई सहयोग गर्न पाउँदा खुसी लागेको बताए । सो कार्यक्रममा मन्तव्य राख्दै नेपाल सरकारका मुख्य सचिव लीलामणि पौड्यालले नेपाल र चीनबीचको सम्बन्धलाई जनस्तरसम्म अभिबृद्धि गर्न सिआरआई कन्फ्युसियस क्लास रूमले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको बताए । नेपालस्थित चिनियाँ राजदूतावासका साँस्कृतिक विभाग प्रमुख चाङ पिनले यस्ता कार्यक्रमको माध्यमबाट जनस्तरसँगको सम्बन्ध प्रगाढ पार्न ठूलो योगदान मिल्ने धारणा राखे । कार्यक्रममा कन्फ्युसियस क्लास रूमकी चिनियाँ निर्देशक लिउ सी (सन्ध्या) तथा उपाध्यक्ष ज्याङ मिङ (रवि) ले सम्पूर्ण सहभागीहरूमा नयाँ वर्षको शुभकामना दिए । त्यस्तै क्यापिटल एफएमका अध्यक्ष प्रकाशबाबु पौडेलले पनि नयाँ वर्षको शुभकामना दिँदै यस किसिमको कार्यक्रमलाई भविष्यमा पनि निरन्तरता दिने प्रतिबद्धता जनाए ।

सौन्दर्यकर्मीको नयाँ नेतृत्व

नेपाल ट्रेड युनियन महासंघ (जिफन्ट) आवद्ध घटक संस्था राष्ट्रिय सौन्दर्यकर्मी युनियन नेपालको दोस्रो अधिवेसनबाट पम्फा पहाडीको अध्यक्षतामा १५ सदस्यीय केन्द्रीय कार्यसमिति चयन भएको छ । कार्य समितिमा गोमा थापा महत उपाध्यक्ष तथा तीन जना राष्ट्रिय सचिवमा गंगा नकर्मी, शारदा शाक्य र पबि गुरूङ निर्विरोध चुनिएका छन् । महासचिवमा सुमन मिश्र चुनिएकी छन् । मुलुकभरका ब्युटीसियनहरूको हक-हित एवम् अधिकारको लागि ६ वर्षअगाडि पोखराका बरिष्ठ ब्युटिसियन मीना गुरूङको पहलमा पोखरामा नै स्थापित भएको उक्त संस्था हाल मुलुकभर विस्तार भइसकेको जानकारी पनि सोही अधिवेसनमा दिइएको छ । जिफन्टका अध्यक्ष विष्णु रिमालको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न अधिवेसनमा जिफन्टका उपाध्यक्ष चूडामणि जंगम, महिला कमिटीकी अध्यक्ष वीणा श्रेष्ठ तथा जिफन्ट स्वास्थ्य संयोजक कमल गौतमलगायतले ब्युटिसियन पेसाको मर्यादा र महत्वको बारेमा प्रकाश पारेका थिए । नव-निर्वाचित अध्यक्ष पंफा पहाडीले हरेक स्कुल तथा कलेजका पाठ्यक्रममा ब्युटिसियन पेसाको बारेमा प्रारम्भिक जानकारी राखिनुपर्ने आवश्यकतामा जोड दिइन् ।

मिसेस युनिभर्स नेपाल आउने

यस वर्षकी मिसेज नेपालले मिसेस युनिभर्सबाट ताज पहिरिन पाउने भएका छन् । मिसेस युनिभर्स विजेता क्यारोल ली मिसेज नेपालको तेस्रो संस्करणमा सहभागी हुन नेपाल आउने निश्चित भएपछि यो सौभाग्य जुर्न लागेको हो । मिसेज युनिभर्सका लागि नेपाल निर्देशक तथा इ-प्लानेटका अध्यक्ष सन्तोष सापकोटाको निम्तोमा क्यारोल आगामी फागुन ८ मा नेपाल आउने भएकी हुन् । तीनदिने नेपाल बसाइमा मलेसियाकी उनले रक्षा नेपालमा आश्रित बालबालिकालाई भेट्ने कार्यतालिका पनि बनाएकी छन् । २०१३ का लागि घरेलु हिंसाविरूद्धका लागि विश्व सद्भावना दूतसमेत रहेकी उनले मिसेज नेपालका प्रतिस्पर्धीलाई घरेलु हिंसाविरूद्धको प्रशिक्षण दिनेछिन् । क्यारोलले मिस युनिभर्स २०१३ मा शीर्ष उपाधिसहित मिस पपुलर स्पेसल अवार्ड जितेकी थिइन् । यसबाहेक उनी मिसेस मलेसिया युनिभर्स २०१३, पूर्व मिस मलेसियाजस्ता उपाधिबाट सम्मानित भइसकेकी छिन् । इ-प्लानेटले आउँदो फागुन-चैतमा चार हप्ता लगातार चार कार्यक्रम गर्ने जानकारी दिएको छ ।

शाम्भवीलाई मिस टिनको ताज

'मिस टिन-२०१३' को ताज शाम्भवी रिमालले पहिरिएकी छन् । 'लेस्टस् क्लच द फेम' भन्ने नाराका साथ आयोजित प्रतियोगितामा १७ वर्षीया शाम्भवीले उपाधि जित्न सफल भएकी हुन् । उनले शीर्ष उपाधिसँगै मिस ट्यालेन्ट र ड्रेसको उपाधि पनि हात पारेकी छन् । राजधानीमा आयोजित कार्यक्रममा क्रमशः फस्ट रनरअप र सेकेण्ड रनरअप ज्योति सुनुवार र मोक्षदा उप्रेती भए । काठमाडौं जेसिसद्वारा आयोजित प्रतियोगितामा २० प्रतिस्पर्धी थिए । विविध सांस्कृतिक कार्यक्रमसहित आयोजित प्रतियोगितामा 'मिस फोटोजेनिक' लक्ष्मी शाही, 'पर्सनालिटी' वर्षा थापा, 'फ्रेन्डसिप' विपास्ना श्रेष्ठ, 'डिसिप्लेन' ज्योति श्रेष्ठ र 'पपुलर' सुदीक्षा पुडासैनी घोषित भए । शीर्ष विजेता रिमालले नेपालको 'ग्रीन अफिसर एम्बेस्डर' बन्ने सौभाग्य पाएकी छन् ।

नवौं मिस नेवाको तयारी

नेप्लिज फेसन होमले सन् २००५ देखि नियमित संचालन गर्दै आएको मिस नेवा प्रतियोगिताको तयारी यस वर्ष पनि गरेको छ । नेपाल भाषा, नेवार समुदायको संस्कृति, प्रतिभाको प्रवर्द्धन र विकासका लागि मिस नेवा प्रतियोगिता आयोजना गर्दै आएको आयोजकले जनाएको छ । सोही परम्परालाई कायम राख्दै यस वर्ष धान्यपूर्णिमाको दिन नेवार परम्पराअनुसार योमरी खाएर नवौं मिस नेवाको तालिम सुरू गरिएको छ । एक महिने तालिममा नेपाल भाषा, संस्कृतीका साथै व्यक्तित्व विकास गराइने भएको छ । यस पटक २२ जना नेवार युवतीहरू प्रतियोगिताका लागि छनोट भएका छन् । यस पटक छनोट भएकाहरूमा समता बज्राचार्य, निलिशा तुलाधर, रूपा प्रजापति, प्रिया हाडा, रेविग्या जोशी, जेश्मी शाक्य, जेनु महर्जन, तृष्णा श्रेष्ठ, साइका श्रेष्ठ, हसिना प्रधान, जोस्ना महर्जन, प्रस्मिन श्रेष्ठ, आर्या श्रेष्ठ, निर्मिता डंगोल, विनिशा श्रेष्ठ, तिलसा बज्राचार्य, श्रीया शाक्य, रिया ताम्राकार, जेस्मिन महर्जन, सन्ध्या श्रेष्ठ, अनिशा बज्राचार्य र श्रद्धा शाक्य रहेका छन् । प्रतियोगितामा मिस नेवाका साथै वेष्ट नेपाल भाषा, मिस पर्सनालिटी, वेष्ट इस्किन, मिस डिसिपिलिन, मिस ट्यालेन्ट लगायतका अन्य सब टाइटलमा पनि विजेता घोषित गरिने छ । त्यसै गरी प्रतियोगितामा युवाको समाजप्रति दायित्ववोध गराउँदै समाजिक दूतको चयन पनि गरिने आयोजक संस्थाकी अध्यक्ष हेमा मानन्धरले जानकारी दिएकी छन् । यसअघिका प्रतियोगितामा सविता श्रेष्ठ, सुविता प्रधान, सुप्रिया तुलाधर, आकाशा बज्राचार्य, योगिता महर्जन, सुजिना शाक्य, सुनिता डंगोल र सुदिना श्रेष्ठले मिस नेवाको ताज पहिरिसकेका छन् । नवौं मिस नेवाको छनोट माघ १ गते हुने भएको छ ।

मिस नर्समा तीस प्रतिस्पर्धी

केही वर्षदेखि विभिन्न किसिमका सौन्दर्य प्रतियोगिता हुने गरेकोमा अब नर्सहरूबीच पनि सौन्दर्य प्रतियोगिता हुने भएको छ । 'मिस नर्स नेपाल' नाम दिइएको प्रतियोगिताका लागि ३० युवतीले पहिलो चरण पार गरेका छन् । नेक्स्ट मोडल नेपालले स्वास्थ्य खबर पत्रिकाको सहकार्यमा गर्न लागेको पेजेन्टको काठमाडौंमा भएको पहिलो अडिसनबाट उनीहरु छानिएका हुन् । नेक्स्ट मोडल नेपालका प्रमुख रवि धमलाका अनुसार देशभरबाट छानिने ३० जना नर्सबीच अन्तिम राउन्डमा प्रतिस्पर्धा हुनेछ । नर्सहरूलाई आफ्नो पेसाप्रति थप जिम्मेवार, समाजप्रति उत्तरदायी र उत्प्रेरित बनाउन कार्यक्रम गर्न लागिएको आयोजक संस्थाले जनाएको छ । प्रतियोगितामा टाइटल उपाधिसहित मिस ब्युटिफुल, बेस्ट स्माइल, मस्ट डिसिप्लेन, बेस्ट हेयर, बेस्ट स्किन, बेस्ट पर्सनालिटी, मस्ट चार्मिङ, मिस फोटोजेनिक, मस्ट ट्यालेन्ट, बेस्ट ड्रेस, मिस क्याटवाक र मस्ट पपुलर विधामा सहभागीलाई पुरस्कृत गरिनेछ । प्रतियोगिताको उपाधि विजेताले ५० हजार नगदसहित नेपाल र अस्ट्रेलियामा पढ्न छात्रवृत्ति पाउनेछन् भने उत्कृष्ट १० मा पर्नेलाई रोजगारीको व्यवस्था मिलाइने आयोजकले जानकारी गराएको छ ।

प्रज्ञा कलेज सुन्दरी

यस वर्षको 'यामाहा रेजी मिस ई-कलेज' को उपाधि सेन्ट जेभियर्स कलेजकी छात्रा प्रज्ञा लामिछानेले जितेकी छन् । उनले शीर्ष उपाधिसहित मिस ट्यालेन्ट र फेसबुक मल्टिमिडिया पनि हात पारिन् । उपाधिसँगै प्रज्ञाले स्कुटर तथा नगद एक लाख बराबरको छात्रवृत्ति पाएकी छन् । सिजन मिडियाद्वारा आयोजित प्रतियोगितामा सिपिएस कलेजकी छात्रा निशा पोखरेल फस्ट रनरअप र ललितपुर भ्याली कलेजकी पार्वती श्रेष्ठ सेकेण्ड रनरअप घोषित भएका छन् । निशा र पार्वतीले पचास हजार रूपैयाँ बराबरको छात्रवृत्ति पाए । प्रतियोगितामा मिस ब्युटिफुल आई शीतल कार्की, बेष्ट ड्रेस गायत्री खत्री, अर्गनाइजर च्वाइस नम्रता बलामी, भ्युअर च्वाइस अनिता श्रेष्ठ, ब्युटिफुल हेयर अनिता लामा, बेस्ट क्याटवाक इरीना केसी र मिस पर्सनालिटी श्रेया श्रेष्ठ भए । त्यस्तै मिस डिस्पिलिन मीना बास्कोटा र ब्युटिफुल स्माइलको उपाधि शृंखला जोशीले जितेका छन् ।

फरक क्षमतामा समाचार वाचन

दुई हात र एक खुट्टा नभएकी गायिका कमला श्रेष्ठ समाचारबाचिका बनेकी छन् । हिमालय टेलिभिजनमा आइतबार साँझ ६ बजे र शुक्रबार बिहान १० बजे समाचार वाचन कार्य गायिका श्रेष्ठले प्रारम्भ गरेकी छन् । समाचार वाचन गर्ने क्रममा दर्शकलाई उनी अपाङ्गता भएको भान हुन गरेको छैन । समाचार वाचन कार्य चुनौतीपूर्ण भए पनि चुनौतीसँग संघर्ष गर्नका लागि नै आम-संचारमा लागेको उनले बताएकी छन् । यसअघि उनले काठमाडौंबाट प्रसारित क्यापिटल एफएम ९२.४ मेगाहर्जमा अपाङ्ग रेडियो शिक्षा कार्यक्रम कमलो सपनाको कार्यक्रम प्रस्तोता भएर एक वर्ष कार्य गरिसकेकी छन् ।

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन
लोकेशन : गोकर्ण फरेष्ट रिसोर्ट

आफ्नै पौरखले छोटो समयमै कल्पना गरेको जीवन जिउने संसारका थोरै मानिसमा पर्छन् आङतेम्बा शेर्पा। उनीसँग पैसा, प्रतिष्ठा अनि स्वास्थ्य सबै छ। यो उनले पुर्ख्यौली रूपमा प्राप्त गरेको नभई आफ्नै पौरखले आर्जन गरेका हुन्। नेपालको हिमाली दुर्गम जिल्लामा जन्मेर पर्यटकको भारी बोक्ने काम गर्ने आङतेम्बा छोटै समयमा पर्यटक गाइड, पर्यटन व्यवसायी, उद्योगी, लेखक, उड्डयन विशेषज्ञ तथा पाइलट अनि समाजसेवीका रुपमा परिचित छन्।

आङतेम्बाको उचाइ

नाम, दाम, इज्जत, प्रतिष्ठा, स्वस्थ शरीर अनि सुखी जीवन सबैको कल्पना र चाहना हुन्छ तर संसारका थोरै मानिसले मात्र यो सबै प्राप्त गर्न सक्छन् । कसैसँग अर्बौंको सम्पत्ति हुन्छ तर प्रतिष्ठा हुँदैन, कसैलाई लाखौंले चिन्छन् तर बिहानबेलुका छाक टार्ने समस्याले त्यो प्रतिष्ठा निल्नु न ओकल्नु भइरहेको हुन्छ अनि केही मान्छे यस्ता हुन्छन् जोसँग पैसा र प्रतिष्ठा त हुन्छ तर स्वास्थ्य कमजोर भएकोले मनलागेको ठाउँमा जान र इच्छा लागेको खान पाइरहेका हुँदैनन् ।

आफ्नै पौरखले छोटो समयमै कल्पना गरेको जीवन जिउने संसारका थोरै मानिसमा पर्छन् आङतेम्बा शेर्पा । उनीसँग पैसा, प्रतिष्ठा अनि स्वास्थ्य सबै छ । यो उनले पुर्ख्यौली रूपमा प्राप्त गरेको नभई आफ्नै पौरखले आर्जन गरेका हुन् । नेपालको हिमाली दुर्गम जिल्लामा जन्मेर पर्यटकको भारी बोक्ने काम गर्ने आङतेम्बा छोटै समयमा पर्यटक गाइड, पर्यटन व्यवसायी, उद्योगी, लेखक, उड्डयन विशेषज्ञ तथा पाइलट अनि समाजसेवी कसरी बन्न सके त ? एकजना मानिसको जीवनकालमा यतिका विशेषता एउटै मानिसमा पाउनु दुर्लभ कुरा हो । तर उनले यसलाई साकार बनाइदिएका छन् ।

सोलुखुम्बुको चौरीखर्क छेप्लुङमा जन्मिएका आङतेम्बाले गरिबीका कारण बाल्यकालदेखि नै बाबुसँगै पर्यटकको भारी बोक्ने काम गर्नुपर्‍यो । एक दाइ र दुई बहिनीसहित उनलाई बिहान-बेलुका खान लाउनकै समस्या भएपछि कक्षा तीनभन्दा माथि उनको पढाइ जान सकेन । 'धेरै पढ्न त मन थियो नि, तर के गर्नु, आर्थिक अभावले त्यो संभव भएन अनि १४ वर्षकै उमेरमा पर्यटकको भारी बोक्ने काममा संलग्न हुनुपर्‍यो', उनी विगतको तीतो अनुभव सुनाउँछन् ।

पढाइ छाडेर भरिया बन्नुपरेको पीडा त छँदै थियो, त्यही पीडामा अर्को पीडा थपियो । १४ वर्षकै उमेरमा पोर्टर गाइडका रूपमा सगरमाथातिर जाँदै गर्दा दोस्रो क्याम्पमा पुगेपछि हिउँपहिरोमा उनी लड्न पुगे । त्यतिबेलै उनको हात र औंला भाँचिए । राम्रो उपचार पाएकाले अपाङ्ग त बन्नु परेन तर त्यसको अवशेष उनको अंगमा अझै देख्न पाइन्छ । सुरूवाती दिनकै पर्वतारोहण सुखद नरहे पनि उनले यो क्षेत्रलाई त्याग्न सकेनन् । स्वस्थ भएपछि फेरि पेसामा फर्किहाले । हिमाल र पाखापर्वतसँग उनी यसरी एकाकार भएका छन् कि नेपालका मात्र हैन संसारका प्रसिद्ध हिमाल र चुचुराहरूमा पाइला राखिसकेका छन् । सुरूमै दुर्घटना परेकोले सगरमाथा चुचुरोमा भने उनले पाइला राख्न सकेनन् तर धौलागिरी, मनास्लु, कञ्चनजंघा, भारतको कुनकुन, पाकिस्तानको केटुको सफल आरोहण उनले गरिसकेका छन् । यसै गरी उनी वर्षमा एक पटकजसो युरोप-अमेरिकामा विदेशी साथीहरूसँग त्यहाँका सानाठूला चुचुरा आरोहणका लागि गइरहन्छन् ।

हिमाल र अलि होचा चुचुरा चढ्नुलाई उनले शारीरिक अभ्यासकै रूपमा लिएका छन् । उनले वर्षमा तीन ठाउँमा समय बिताउने गरेका छन् । कहिले काठमाडौं, कहिले जन्मघर सोलुखुम्बु त कहिले विदेशमा उनी चहारिरहेका हुन्छन् । सोलुमा हुँदा दुई तीन घन्टा गाउँमा हिँडेर तथा विदेश हुँदा चुचुरा चढेर शरीर स्वस्थ राख्दै आएको उनी बताउँछन् । काठमाडौंमा रहँदा भने उनी कुनै शारीरिक अभ्यास गर्दैनन् । भन्छन्- 'काठमाडौंको वातावरण ठीक छैन । हामी हिमाल चढ्ने मानिसलाई यहाँको मर्निङ वाक, जिमजस्ता अभ्यासले पुग्दैन । यी सबै कृत्रिमजस्ता लाग्छन् ।'

उनले विदेशीसँगको संगत र सहकार्यबाट आफूलाई अगाडि बढाउँदै लगे । उनले दक्षिण अफ्रिका र युरोपबाट माउन्टेन गाइड प्रशिक्षणमा डिप्लोमा गरे । त्यसले उनको पेसालाई अगाडि बढाउन मात्र मद्दत गरेन, लेखक बन्ने बाटो पनि खोलिदियो । उनले नेपाल घुम्न आउने पर्यटकलाई लक्ष्यित गरी विदेशी मित्रको सहकार्यमा यहाँको धर्मसंस्कृति र रीतिरिवाजबारे पुस्तक लेखे, जुन किताबले उनलाई छोटै समयमा विदेशमा चिनिन मद्दत पुर्‍यायो । यसबाट उनको उत्साह झनै बढ्यो । उनले जर्मनीबाट सन् १९९० मा 'स्टेप बाइ स्टेप इन नेपाल' प्रकाशित गराए भने लगत्तै 'ट्रेकिङ गाइड इन नेपाल' प्रकाशनमा आयो । यी पुस्तकको टोनी हागनजस्ता विश्वप्रसिद्ध लेखकबाट पनि प्रशंसा हुनथाल्यो । यसबाट उनको नाम युरोपतिर चर्चित हुनथाल्यो । तीन कक्षा मात्र पढेको मान्छे

विदेशी भाषामा पुस्तक लेखेर कसरी विश्वमा चर्चा कमाउन सफल भयो ? यसलाई अनौठो मान्न सकिन्छ तर आङतेम्बाको जवाफ सरल छ- 'पढेलेखेका ठूला ठूला विद्वानले मात्र पुस्तक लेख्न सक्छन् भन्ने गलत कुरा हो । पढेकाले भन्दा परेकाले राम्रो पुस्तक लेख्न सक्छन् । पाठकले धेरै पढेको मानिसका विचार र दर्शन थोपरिएका पुस्तकभन्दा व्यावहारिक ज्ञान भएको पुस्तक बढी मन पराउँछन् भन्ने त मेरै पुस्तकको बिक्री र लोकप्रियताले प्रमाणित गरिसकेको छ ।'

मानिसमा इच्छाशक्ति भएमा र मेहनत गरेमा भाषा पनि छिट्टै सिक्न सकिने उदाहरण पनि आङतेम्बाले प्रस्तुत गरेका छन् । विदेशीसँगको लामो संगतबाटै उनले अंग्रेजी, इटाली, जापानी, जर्मन, हिन्दी, चिनियाँ, तिब्बती भाषामा दक्खल राखेका छन् । शेर्पा र नेपाली भाषा त उनको आफ्नै भइहाल्यो । कुनै पनि क्षेत्रमा अगाडि बढ्नका लागि बहुभाषाको ज्ञानले पनि ठूलो सहायता पुऱ्याउने उनको अनुभवजन्य ज्ञान छ । त्यसैले उनी नयाँ पुस्तालाई जतिसक्केको भाषाज्ञान बढाउन सुझाव दिन्छन् ।

लेखकको रूपमा स्थापित भएको परिचय विस्तारै व्यवसायतिर पनि विस्तार हुनथाल्यो । मेहनत र इमानदारितालाई आफ्नो सफलताको रथको दुई पाङ्ग्रा मान्ने उनले विदेशीसँगको सहकार्यमा पर्यटन व्यवसायमा हात हाले । अहिले उनको पर्यटन व्यवसाय नेपालको सीमा पार गरेर

आङतेम्बा खेलाडी र मोडल पनि हुन् । सन् १९८९ मा इटालीमा भएको स्वीमिङ प्रतियोगिता, सन् २००३ मा चेक गणतन्त्रमा भएको रक क्लाइम्बिङ प्रतियोगिता र सन् १९९५ मा स्वीट्जरल्यान्ड र फ्रान्समा भएको प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगिताका उनी च्याम्पियन हुन् । साथै, विश्वप्रसिद्ध स्वीस घडी कम्पनी वेष्ट एन्ड वाचका विभिन्न ब्रान्डका घडीमा उनले मोडलिङ पनि गरेका छन् । युरोपको विश्वप्रसिद्ध ब्रान्डको मोडलिङ गर्ने आङतेम्बा पहिलो नेपाली हुन् ।

अमेरिका, युरोप, अर्जेन्टिना, चिलीहुँदै अफ्रिकासम्म फैलिएको छ । यसबाट उनको निजी व्यापार विस्तार मात्र भएको छैन समग्रमा मुलुककै आर्थिक उन्नतिमा सहयोग पुगेको छ । उनी भन्छन्- 'मैले अफ्रिका, उत्तर अमेरिका र युरोपबाट अझै धेरै पर्यटक तान्ने प्रयास गरिरहेको छु, यसले मुलुकको समग्र अर्थतन्त्रमा नै सकारात्मक प्रभाव पर्नेछ ।'

उनी उन्नति र प्रगतिलाई सीमित घेरामा खुम्च्याउन चाहँदैनन् । त्यसैले उनले हस्पिटालिटी क्षेत्रमा पनि हात हाले । सन् १९८५ मा सोलुखुम्बुको चौंरीखर्कमा उनले पुमोरी लज खोलेकामा अहिले त्यसलाई आधुनिक स्वरूपमा ढाल्दै हिलिङ सेन्टरमा रूपान्तरण गरेका छन् । पुमोरीमा मात्र उनी सीमित रहन चाहने मान्छे होइनन् । उनले पोखरामा होटल नेचुरल ल्यान्ड र काठमाडौंको चुच्चेपाटीमा हिमचुतुवा होटल खोलेका छन् । उनले होटल र ट्रेकिङ व्यवसायलाई नेपालमा मात्र सीमित नराखी संसारभर विस्तार गर्ने लक्ष्य र योजना बनाएका छन् र त्यस अनुसार काम पनि अगाडि बढाइरहेका छन् । आफ्नो इन्टरनेशनल एडभेन्चर ट्राभलको शाखा युरोपमा स्वीट्जरल्यान्ड, अष्ट्रिया, इटाली, जर्मनी तथा अमेरिकाको बोष्टन, फ्लोरिडा, क्यालिफोर्नियामा खोलिसकेका उनले

रोकिने मनस्थिति बनाएका छैनन् । भन्छन् -'व्यवसायलाई अझै धेरै देशमा विस्तार गर्ने मेरो प्रयास जारी छ ।'

आङतेम्बा उडान विशेषज्ञका रूपमा पनि कहलिएको नाम हो । हेलिकप्टर तालिम र उडान सम्बन्धी कम्पनी अभिया क्लब नेपालका उनी निर्देशक हुन् । विश्व उडान संघका सदस्य उनलाई विश्वले विमान निर्माण र उडान सम्बन्धमा विशेष दक्खल राख्ने नेपालीका रूपमा पनि चिन्ने गरेको छ । स्वीट्जरल्यान्ड, अष्ट्रिया र फ्रान्सबाट उड्डयन सम्बनधी प्रशिक्षण लिएका उनले पोखराको सराङकोटबाट प्याराग्लाइडिङ उडानको पहिलो

चित्र कोरेका थिए । उनले राखेको प्रस्ताव स्वीकृत हुन लामो समय लागे पनि अहिले सराङकोटबाट प्याराग्लाइडिङ उडाएर पर्यटकले मनोरञ्जन लिइरहेको र त्यसबाट पर्यटन उद्योग फस्टाउन मद्दत पुगेकोमा उनलाई सन्तुष्टि मिल्ने गरेको छ ।

उड्डयनको क्षेत्रमा पछिल्लो उपलब्धि मानिएको पीपीजी अर्थात् पावर प्याराग्लाइडिङको आविष्कारकमध्ये एकजना उनी पनि हुन् । करिब डेढ दशकअघि यो प्रविधिको आविष्कार नेपालका आङतेम्बा शेर्पा,

अमेरिकाका स्टेफेन, चेक रिपब्लिकका भ्लादिमिर जदेनिक, रसियाका आन्द्रेयले संयुक्त रूपमा गरेका थिए । टेक अपका लागि थोरै इन्धन चाहिने भए पनि आकाशमा पुगेपछि विनाइन्धन उड्न सकिने यो प्रविधिको विकास विदेशमा निकै अगाडि बढेको छ तर नेपालमा त्यस्तो नभएकोमा उनको चित्त बुझेको छैन । उनी दृढता व्यक्त गर्छन्- 'इन्धनको कमी र सडक यातायातको कठिनाइका कारण विश्वका मानिसले अब यो प्रविधि नअपनाई सुखै छैन ।'

पखेटा लगाएर विनाइन्धन, विनाएयरपोर्ट मानिस चराजस्तै आकाशमा उड्न सकिने यो प्रविधि साँच्चै विचित्रकै छ । यो प्रविधिबाट अहिले विश्वका दसौं लाख मानिस सुरक्षित रूपमा उडिरहेको जानकारी दिने आङतेम्बा नेपालीले नै आविष्कार गरेको भए पनि यहाँ महत्व पाउन नसकेकोमा दुःखी अवश्य छन् तर निराश भने छैनन् ।

आङतेम्बाको परिचय यतिमा मात्र सीमित छैन । उनी खेलाडी र मोडल पनि हुन् । १९८९ मा इटालीमा भएको स्कीमिङ प्रतियोगितामा उनी च्याम्पियन भए भने सन् २००३ मा चेक गणतन्त्रमा भएको रक क्लाइम्बिङ प्रतियोगितामा पनि च्याम्पियन नै बने । यस्तै सन् १९९५ मा स्वीट्जरल्यान्ड र फ्रान्समा भएको प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगितामा पनि उनले च्याम्पियन उपाधि नै पाए । खेल जीवनमा सफलता पाएपछि उनको ख्याति विश्वमा झनै फैलियो अनि उनलाई विश्वविख्यात संस्था तथा व्यावसायिक कम्पनीहरूले सद्भावना दूत तथा मोडलका रूपमा बसिदिन आग्रह गर्न थाले । उनले विश्वका केही चर्चित कम्पनीहरूको प्रडक्टका लागि मोडलिङ गरेका छन् । त्यसमध्ये विश्वप्रसिद्ध स्वीस घडी कम्पनी वेष्ट एन्ड वाचका विभिन्न ब्रान्डका घडीमा उनले गरेको मोडलिङ विश्वमै चर्चित हुनपुग्यो । किनकि विश्वप्रसिद्ध त्यस कम्पनीले जो पायो त्यसलाई अवश्य मोडल बनाउँदैन । मोडल बन्नका लागि अवश्य पनि उसमा केही खूबी र विशेषता हुनैपर्छ । युरोपको विश्वप्रसिद्ध ब्रान्डको मोडलिङ गर्ने आङतेम्बा पहिलो नेपाली हुन् ।

आङतेम्बाको पछिल्लो प्रोजेक्ट सोलुखुम्बु हर्बल गार्डेन हो । नेपालमा अक्सिजन उत्पादन गरेर विदेशमा बेच्ने यो प्रोजेक्टबाट उनले डलर भित्र्याउने सोच पनि लिएका छन् । फलफूल, चिया, कफी, जडिबुटीका रूख रोपेर नेपालीलाई आम्दानी गराउने, विश्वलाई अक्सिजन पठाउने र त्यसबाट थप डलर भित्र्याउने सोचले उनले यो प्रोजेक्ट सुरू गरेका हुन् । हाल सोलुमा स्थापना गरेको यो प्रोजेक्ट देशभरि फैलाउने अभियान उनले सुरू गरेका छन् ।

आङतेम्बाले जुन क्षेत्रमा हात हाल्छन्, सफल बनाएरै छाड्छन् । खेल, लेखन, पर्यटन व्यवसायजस्ता क्षेत्रमा सफल भएका उनले बैंकिङ क्षेत्रमा पनि हात हालेका छन् । जनता बैंकको प्रमुख र संस्थापक शेयर धनी उनले पछिल्लो समय विभिन्न बैंकको शेयरमा पनि ठूलो रकम लगानी गरेका छन् । शेयरमा उतारचढाव आएर कतिपय व्यक्ति असफल भए पनि उनले त्यस्तो अनुभव गर्नुपरेको छैन । शेयरको ट्रेन्डबारे पनि गम्भीर चासो र जानकारी लिएकै कारण असफलताले चियाउन नपाएको उनको बुझाइ छ ।

एकजना व्यक्तिले यी विविध क्षेत्रमा सफलता हासिल गरेको सुन्दा अपत्यारिलो पनि लाग्न सक्छ तर उनले सफल बनाएरै देखाइदिएका छन् । सफलताको रहस्य कोट्याउँदा उनी मेहनत र इमानदारिताबाहेक अर्को सूत्र नभएको स्पष्ट पार्छन् । सफल हुनका लागि पढाइमा ठूलो डिग्री नै लिनुपर्ने आवश्यकता पनि उनी देख्दैनन् । उनको अनुभवले भन्छ- 'कोही पढेर घमण्डी छ, कोही नपढेर दुःखी छ । यो दुवै प्रवृत्ति राम्रो होइन । पढाइले मानिस सानो-ठूलो हुँदैन । त्यसैले पढाइकै कारण कसैलाई भेदभाव गर्नु हुँदैन ।'

आफ्नो यो दर्शनलाई उनले व्यवहारमै उतारेका छन् । विश्वमै चर्चा कमाएका खेलाडी र मोडल तथा अर्बपति व्यवसायी यति साधारण देखिन्छन् कि जो कोहीले विश्वासै गर्न सक्दैन । उनको जीवनशैली पनि त्यत्तिकै सामान्य छ । खानामा उनलाई आफ्नै गाउँमा फलेको उवाको ढिंडो नै बढी मनपर्छ । उवा नपाए मकै, कोदो, फापरको भए पनि ढिंढो नै पहिलो रोजाइ हुन्छ । हाम्रो आफ्नै गाउँठाउँमा पाइने अन्नले जति तागत विदेशबाट पाकेटबन्द भएर आउने खाद्यान्नमा हुनै नसक्ने उनको ठोकुवा छ ।

४८ वर्षीय आङतेम्बा विभिन्न क्षेत्रको प्रगतिपथमा अझै लम्किरहेकै छन् । त्यसैले उनले अहिलेसम्म के गरेभन्दा पनि अझै के गर्छन् भन्ने महत्वपूर्ण हुनसक्छ । आम्दानीको ३३ प्रतिशत सामाजिक सेवामा खर्चिँदै आएको बताउने उनले भविष्यमा आफूले आर्जन गरेको सम्पत्तिबाट मुलुकको संस्कृति संरक्षण, स्वास्थ्यसेवा तथा प्रविधिको विकासमा लगाउने योजना सुनाए ।

– व्याकुल पाठक

दीपकको अनौठो संसार

तेक्वान्डो खेलका कीर्तिमानी खेलाडी दीपक विष्ट नेपालका मात्र नभई दक्षिण एसियाकै गौरव हुन् । चारपल्ट दक्षिण एसियाली खेलकुदमा लगातार गोल्ड मेडल जितेर कीर्तिमान कायम गर्न सफल विष्ट हालसम्मकै एकमात्र नेपाली खेलाडी हुन् । आठौ, नवौं, दशौं र एघारौं साफ खेलमा तेक्वान्दोबाट नेपाललाई लगतार गोल्ड मेडल दिने विष्टअघि म्याराथन दौडमा तीनपल्ट गोल्ड मेडल दिलाउने बैकुण्ठ मानन्धर हुन् । मानन्धरको रेकर्डलाई ब्रेकअप गर्ने विष्ट र मानन्धर दुवैलाई यो वर्ष नेपाल सरकारले जनही २५ लाख नगद पुरस्कार दिने घोषणा गरेको छ ।

तीन पल्टसम्म गोल्ड मेडल दिलाउने नेपाली खेलाडीलाई दिने भनिएको उक्त पुरस्कारबाट मानन्धर जस्तै विष्ट पनि हौसिएका छन् । यद्यपि, पुरस्कार हात नपरेसम्म त्यसै भन्न नसक्ने स्थितिमा आफू रहेको विष्टले बताएका छन् । यसअघि पनि सरकारले दुवैलाई पुरस्कार प्रदान गर्ने भने पनि कार्यान्वयन नभएकोमा अहिले पक्कै होला भन्ने विश्वास नलागेको उनले सुनाए ।

आठौं र नवौं साफ खेलमा हात र खुट्टा भाँचे पनि नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाउन कुनै कसर बाँकी नराखेका उनको हात र खुट्टामा स्टील राखिएको छ । एघारौं साफ खेलपश्चात एक किसिमले तेक्वान्दो खेलबाट अघोषित रूपमा टाढिएका उनले नवौं साफमा एउटा खुट्टामा उभिएरै भए पनि नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाए । कोरिया र कतारमा आयोजित चौधौं र पन्धौं एसियन गेममा नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाउन नसके पनि ब्रोन्ज मेडल दिलाएका विष्टले हाल दुवै हात र खुट्टाको नियमित फिजियोथेरापी गरिरहेका छन् । त्यसको अलावा उनीजस्तै तेक्वान्डो खेलमा गोल्ड मेडलिष्ट खेलाडी जन्माउन नेशनल तेक्वान्डो कोच बनेर नियमित कार्य उनीबाट भैरहेको छ । बानेश्वरस्थित व्हाइटहाउस कलेजका स्पोर्टस् कोअर्डिनेटर समेत रहेका उनी खेल जीवनको अलावा यो वर्षबाट खेल बिजनेशमा समेत देखिएका छन् । उनले साझेदारीमा वानेश्वर शंखमूलमा खोलेको स्पोर्टस् सामग्री शोरुम अहिले खेलप्रेमीको रोजाइको किनमेल स्थल बनेको छ ।

एघारौं साफ खेलपश्चात एक किसिमले तेक्वान्दो खेलबाट अघोषित रूपमा टाढिएका दीपकले नवौं साफमा एउटा खुट्टामा उभिएरै भए पनि नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाए ।

तस्वीर : अजय देशार

जीवनमा खेल पहिलो प्राथमिकता बताउने उनी त्यसपछि मात्र बिजनेश हो भन्न पछि पर्दैनन् । १९ वर्षको उमेरबाट तेक्वान्डो खेल्न सुरू गरेका उनले यस क्षेत्रमा उच्च स्थान कायम गर्न सफल बनेका छन् । तेक्वान्दो खेल विशेषतः प्रायःले १२ वर्षको उमेरबाट प्रारम्भ गर्ने गरेको पाइए पनि विविध कारणले ७ वर्ष ढिला सुरू गरे पनि खेल जीवनको सुरूदेखि नै उनले हार्न जानेनन् । उनकै भनाइ सापट लिने हो भने दीपक विष्ट तेक्वान्डो खेलमा हार्न नजानेका खेलाडी हुन् ।

सुदूरपश्चिम नेपालको महाकाली अञ्चल कन्चनपुर जिल्लाको राइक्वार बिचवा-६ मा जन्मेका ३७ वर्षीय विष्टले अढाई दर्जनभन्दा बढी अन्तरराष्ट्रिय खेलमा सहभागिता जनाइसकेका छन् । दर्जनौं-दर्जन अवार्ड तथा सम्मान जितेका उनको वैवाहिक सम्बन्ध तेक्वान्दोकै गोल्ड मेडलिष्ट महिला खेलाडी आयशा शाक्यसँग केही वर्षअघि मात्र भयो । प्रेम विवाह गरेको यो जोडीको हाल एक छोरा समेत भइसकेको छ । आयशा र दीपक दुवैका नामबाट आएका शब्द मिश्रण गरेर छोराको नाम आदिस जुराएको बताउने दीपकको छोरालाई पनि आफूजस्तै गोल्ड मेडलिष्ट खेलाडी बनाउने इच्छा छ । 'पहिला म कोठामा एक्लै बस्थें, श्रीमती बिहे गरेपछि दुई जना भयौं । अहिले छोरा जन्मेपछि तीन भयौं । यो मलाई अनौठो लागिरहेको छ,' दीपक भन्छन् । उनी अहिले फुर्सद निकालेरै छोरालाई खेलाउन समय दिने गर्छन् ।

छोराको पछि रहर कस्तो हुने हो, त्यसमा भर पर्ने बताउने उनले आफूलाई पनि बुबा-आमाले इन्जिनियर बनाउने भने पनि खेलाडी भएँ भनेर मुसुक्क हाँस्ने उनी खेल जित्नेका लागि खेलेर बाँच्न सक्ने अवस्था आएको छ भन्छन् । जित्नेका लागि विभिन्न अवसर तथा पुरस्कार हुने भएकोले जीउन सक्ने अवस्था नेपालमा पनि सिर्जना भएको छ । खेल भनेको हार र जीत हो । जित्न नसक्नेको लागि पनि सरकारबाट ठोस व्यवस्था हुनुपर्ने उनको धारणा छ ।

खेल खेलाडीको लागि मात्र नभई सबैका लागि आवश्यक मानिन्छ । खेलले मानिसलाई हरदम स्वस्थ बनाउने गरेकोले खेल्नुपर्ने धारणा राख्ने उनले वाणिज्य शास्त्रमा स्नातक गरेका छन् । समाजशास्त्रमा एमएको पढाइलाई पनि जारी राखेका उनले खेल जीवनबाट अवकाश नलिने र सकुन्जेल खेलमा नै समर्पित रहेर कार्य गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे ।

– श्याम स्मृत

जित्नेका लागि अवसर तथा पुरस्कार हुने भएकोले जीउन सक्ने अवस्था नेपालमा पनि सिर्जना भएको छ । खेल भनेको हार र जीत हो । जित्न नसक्नेको लागि पनि सरकारबाट ठोस व्यवस्था हुनुपर्ने उनको धारणा छ ।

सौराहाको आकर्षण
मारुनी स्यान्चुरी

चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज विश्वको सबभन्दा राम्रो र व्यवस्थित राष्ट्रिय निकुञ्जमध्ये एक परेको हुँदा विश्वसम्पदा सूचीमा समेत समावेश गरिएको छ, जुन हाम्रो देशकै लागि गौरवको कुरा हो । चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज विदेशीहरूका लागि मात्र हैन प्रकृति र वन्य जीवजन्तु मन पराउने थुपै नेपाली आन्तरिक पर्यटकहरूका लागि पनि गन्तव्यस्थल बनिसकेको छ ।

सौराहाबाट डेढ किलोमिटर पर राष्ट्रिय निकुञ्जको सीमावर्ती क्षेत्रमा एउटा अत्यन्त सुन्दर, शान्त जंगल सफारी लज छ, जसको नाम मारूनी स्यान्चुरी लज हो । छ बिघा निजी वन क्षेत्रमा स्थापित यो जंगल लजमा जम्मा ३४ वटा कोठा रहेका छन् । तीमध्ये १४ वटा अलग अलग कुटीहरु बनाइएको छ भने अफ्रिकाको लङ हाउस शैलीमा निर्माण गरिएको एकतले भवनमा २० वटा सुविधासम्पन्न कोठा रहेका छन् । हराभरा जंगलको बीचमा निर्माण गरिएका मचान, सिमसार पोखरीमा लजभित्र बसेर पनि चराचुरूङ्गीहरू हेर्न पाइन्छ । त्योबाहेक रेष्टुरेन्ट, बार र खुला थियटर र फायर प्लेस यस होटलका विशेष आकर्षण हुन् ।

मारूनी जंगल सफारीमा धेरैजसो अष्ट्रेलिया, अमेरिका तथा युरोपबाट पर्यटकहरु आउने गरेका जानकारी यसका म्यानेजर गौरी मालाकारले दिएकी छन् । अप्रेसन म्यानेजर माधव कार्की थप्छन्- 'प्रकृतिलाई मन पराउने थुप्रै नेपाली पर्यटक र उनका परिवारहरु पनि अहिले यस जंगल सफारी लजमा आउन थालेका छन् ।'

यो होटलमा हरेक वर्ष बिदा मनाउन आउने गरेकी काठमाडौंकी सुजान वज्राचार्य भन्छिन्- 'म तीन वर्षअघि यहाँ आएको थिएँ, त्यसपछि हरेक क्रिसमसको दिन परिवारसहित आउने गरेकी छु । यो होटल रमाइलो गर्ने थलो मात्र होइन,

मेरो छोराका लागि देशको प्राकृतिक सम्पदाको पहिचान गराउने स्थल पनि भएको छ ।'

राष्ट्रिय निकुञ्ज र जनकौली सामुदायिक वनको सीमामा अवस्थित यो लजबाट हिंडेर चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जको सबभन्दा राम्रो क्यानोइङ गर्ने ठाउँमा जान सकिन्छ । डुंगा खियाएर राप्ती नदीमा गोही र अनेक सिमसार चराहरूको अवलोकन गर्नका लागि यो ठाउँ उपयुक्त छ । राती फायर प्लेसमा बसेर जंगलको अनुभव गर्न सकिनु मारुनी जंगल लजको सबभन्दा आकर्षक पक्ष हो । मारुनीमा सीधै गाडीबाट पुग्न सकिन्छ ।

केजीएच ग्रुप अफ होटल्स एण्ड रिजोर्टस्अन्तर्गत सञ्चालित यो होटल आजभन्दा ४५ वर्षअघि चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज स्थापना गर्न प्रारम्भिक काम थालनी गर्ने तत्कालीन वनविज्ञ कर्ण शाक्यले सन् २००२ मा सुरू गरेका हुन् ।

एक जोडीका लागि
एक दिन एक रातको
अनुमानित खर्च : रू. ३,५००।-

सम्पर्क
काठमाडौं : लुना शाक्य (९८४१००६५७)
चितवन : गौरी मालाकार (९८५१०१३६३८)

तस्वीर : अजय देशार

चाइना टाउन

चिनियाँ रेष्टुरेन्टमा छुट्टै विशेषता

नेपालमा रहेका रेष्टुरेन्टमा जिउँदो माछालाई तुरुन्तै पकाएर ग्राहकलाई सर्भ गर्ने गरेको पाइँदैन । विदेशतिर विशेष गरेर चीनमा ताजा अर्गानिक भोजन गराउने हिसाबले त्यसो गरेको पाइन्छ । नेपालमा यसको सुरूवात विगत १० महिनायता भएको देखिन्छ । काठमाडौंको ठमेलबाट ज्याठा आउने बाटैमा पर्ने चाइना टाउन रेष्टुरेन्टमा उक्त सुविधा रहेको छ । रेष्टुरेन्टमा रहेको माछा राख्ने ठूलो अक्वारियममा चितवनबाट ल्याइएका ठूल-ठूला माछा राखिएको छ । ती माछामध्ये एकलाई ग्राहकलाई रोज्न लगाइन्छ ।

ग्राहकले रोजेको ती माछामध्ये एउटालाई ग्राहककै सामुन्ने अक्वारियमबाट झिकेर मारिन्छ र त्यसलाई तुरुन्तै पकाउन लगाएर ग्राहकलाई सर्भ गर्ने गरिएको छ । त्यसरी

सर्भ गरिएको माछाको स्वादै बेग्लै हुन्छ । जिउँदो माछा र स्वादिष्ट चिनियाँ खानाको लागि चाइना टाउन रेष्टुरेन्ट जानेहरूको संख्यामा दिनानुदिन बृद्धि भइरहेको यस रेष्टुरेन्टका कन्ट्री मेनेजर क्वान जीन चुयी बताउँछन् ।

१५ वर्ष अगाडिदेखि चीनको क्वाङचुङमा रेष्टुरेन्ट व्यवसाय गर्दै आएका चुयीले तीन वर्षयता खासा व्यापारमा पनि हात हालेका थिए । खासा व्यापारको सिलसिलामा चुयीको गाढा मित्रता नेपाल-चीन वाणिज्य मैत्री संघका अध्यक्ष दुर्गाबहादुर श्रेष्ठसँग भयो । श्रेष्ठले नै चुयीको नेपाली नाम आछुङ राखिदिए । नाम जे-जस्तो भए पनि नेपाली राम्ररी बोल्ने आछुङसँग चिनियाँ सामानको व्यापारका सिलसिलामा २० वर्षदेखि मित्रता रहेको खुलासा गर्ने श्रेष्ठले आछुङसँगको पार्टनरसीपमा उक्त रेष्टुरेन्ट खोलेका हुन् ।

काठमाडौंको भाटभटेनीस्थित क्यू एण्ड फर्निचरका इन्टेरियर डिजाइनर समेत रहेका आछुङले ठमेलको थाइसाङ रेष्टुरेन्टको इन्टेरियर डिजाइन गर्ने क्रममा श्रेष्ठसँग ठमेलमै चिनियाँ रेष्टुरेन्ट खोल्ने आशय व्यक्त गरेपछि दुवैको कुरा मिल्यो । दीर्घकालीन सोच अनुरूप चिनियाँ पर्यटक र नेपालीलाई अर्गानिक चिनियाँ भोजन गराउने मूलभूत उद्देश्यअनुरूप यस रेष्टुरेन्टको खोलिएको हो । चिनियाँको अलावा नेपालीहरूको भीड पनि हाल यस रेष्टुरेन्टमा देखिन थालेको छ ।

'खुचो' चियाबाट स्वागत हुने चाइना टाउनको कुरै बेग्लै छ । चिनी राख्नै नपर्ने खुचो चियाको स्वाद हर्लिक्सको जस्तो हुन्छ । मकैबाट बनाइएको खुचोलाई यहाँ आउने धेरै नेपालीले मन पराएको पाइएको छ । चिनियाँहरु चिनी राखेको चिया पिउँदैनन् । आछुङ चिनी धेरै खानु हुँदैन, चिनीले चिनी रोग लाग्ने सम्भावना भएकोले खुचो चियाको अवधारणा ल्याएको रहस्य खोल्छन् । आम चिनियाँ रेष्टुरेन्टमा जस्तै चाइना टाउनमा पनि चीनको सिचुवानको मीठो, पिरो तथा टिमुरको बाहुल्य भएको खाना चिनियाँ तथा नेपालीको अलावा अरू मुलुकका ग्राहकले पनि रूचाउने गरेका छन् ।

टिमुरले पेट सफा गर्ने भएकोले चिनियाँ खानामा बढी टिमुर मिलाइने गरेको बताउने आछुङ उक्त रेष्टुरेन्टमा २ सय ५० जनासम्म ग्राहकलाई एकसाथ सेवा दिन सक्ने क्षमता रहेको दाबी गर्छन् । भीआइपी रूममा बसेर खाने सुविधासमेत रहेको यस रेष्टुरेन्टमा दुई जना चिनियाँ र चारजना नेपाली सहयोगी कुकले मीठा मीठा परिकार पकाउँछन् । यस रेष्टुरेन्टमा आवश्यक सामग्री चीनबाट सीधै ल्याइने गरेको भए पनि जिउँदो माछा भने चितवनबाट ल्याइने गरेको यसका अर्को संचालक दुर्गाबहादुर श्रेष्ठ बताउँछन् ।

अचेल नेपालीहरूले चिनियाँ खाना रूचाउन थालेको र चिनियाँ पर्यटक वृद्धि भएकाले पोखरामा पनि चाइना टाउनको ब्रान्च खोल्ने तयारी भइरहेको जानकारी श्रेष्ठले दिएका छन् । यस रेष्टुरेन्टमा खान जान नेपालीको लागि जोडी गएमा खल्तीमा १ हजार बोके पुग्छ । एक्लै जाने हो भने हालको बजार मूल्य अनुसार पाँच सय बोके पुग्छ ।

मीठो खाना

जिउँदो माछाको ताजा परिकार

अक्वारियममा रहेका जिउँदा माछामध्ये एउटा रोज्ने । त्यस माछालाई पानीबाट निकालेपछि केही क्षणमा नै मर्छ । नमरेमा मार्नुपर्छ । त्यसरी मारेको माछालाई सफा गर्नुपर्दछ । माछाभित्रको आन्द्राभुँडी सबै निकालेर फाल्नुपर्दछ । त्यसलाई हल्का ब्वाइल्ड गर्ने । पहिला नै ग्रेभी बनाएर राख्नु पर्दछ । त्यस ग्रेभीमा ब्वाइल्ड गरेको माछालाई डुबाउने र स्वादिष्ट मसलाहरु राख्ने । त्यसको केही समयपश्चात तुरुन्ता-तुरुन्तै सर्भ गर्ने ।

मेट्रो कलेज

सुवास बोहोरा

> भविष्यमा के गर्ने भन्नेबारे हामी कहिलेकाहीं साथीहरू माझ छलफल पनि गर्छौं अनि सबैले भविष्यका लागि आआफ्नो बाटोको एउटा रेखा कोरेका छौं । स्कुले जीवनमा आफूले जे सोच्यो त्यो नै सही हो भनेर गर्न सकिन्थ्यो तर अहिले कलेजमा आएर भने आफ्नो र साथीको समेत समस्याहरूमा सही बाटो देखाउन सकिने भइएको छ ।

भन् भाइ ज्यान दिन्छु

अध्ययनको सिलसिलामा विभिन्न खुड्किला उक्लिँदै गइन्छ । त्यस क्रममा पढाइको स्तर मात्र परिवर्तन नभई स्थान, साथीभाइ र शिक्षकहरु पनि फेरिने गर्छन् । यी विभिन्न चरणमध्ये सायद सबैका लागि स्कुले जीवन नै प्रिय हुन्छ होला । मेरो पनि अहिलेसम्मको अध्ययन यात्रामा स्कुले जीवन नै प्रिय रहेको छ । सानैबाट पढाइमा राम्रो भएकोले शिक्षकहरूले ज्यादै माया गर्ने, आमाले माया गरेर राखिदिएको खाजा खाँदै बिना कुनै जिम्मेवारी स्वच्छन्द भएर खेल्न पाउने समय, कति चाँडो बितेर १० कक्षाको परीक्षा आइपुग्यो पत्तै भएन ।

प्लस टु पढ्ने भएँ म पनि तर अब मसँग मेरा पहिलेका स्कुलका सथीहरु कोही भएनन् । सुरू सुरूमा एक्लै बस्थें म त्यो बेला, कोहीसँग पनि कुरा खासै मिल्दैनथ्यो र खासै मलाई कसैले चिनेका पनि थिएनन् । शिक्षकहरु पनि खासै मन परेन । त्यतिबेला म स्कुलका साथी र सरहरूलाई नै सम्झिरहेको हुन्थें । बिस्तारै साथीहरूसँग घुलमिल बढ्यो, भर्खर रमाउन मात्र के थालेको थिएँ, प्लस टुको समय पनि सकियो । तर त्यो समय जो जो हामी नजिक हुँदै थियौं, पछि स्नातकको लागि सबै जना युनिग्लोब कलेजमा बिबिएमा भर्ना भयौं ।

अहिलेको समय झन् पहिलेभन्दा पुरै बेग्लै छ । म अहिले पहिलेको जस्तो पटक्कै छैन । अहिले त अनुभवी सरहरूको पढाइसँगै आफ्ना भावनाहरूको आदानप्रदान गर्न पाउँदा बेग्लै रमाइलो हुन्छ । त्यसमध्ये पनि केशव आचार्य सरले गाली गर्दै रिसर्च मेथोडोलोजी पढाउँदा बीचबीचमा सोध्ने प्रश्नहरु हाम्रो एउटा टाउको दुखाइको विषय नै थियो तर अचेल त सबै सरको विषयमा अपडेट नै रहन्छौं । हामी साथीहरु पनि अत्यन्तै मिल्छौं, मेरा कलेजका सबै साथीहरूले मलाई चिन्छन् । यतिसम्म कि सन्चै छौ भन्ने प्रश्नबाट सुरु भएको हाम्रो मित्रता अहिले 'भन् भाइ ज्यान दिन्छु' भन्न कोही पनि पछि पर्दैन । मेरा साथीहरु नवीन, अमृत, श्याम, सरोज, आयशा र काजोल भनेपछि कलेजमा सबैले राम्रो विद्यार्थीको रुपमा लिन्छन् । सायद यो समयमा आफूमा पनि परिपक्वता आएर होला सबैसँग राम्रो मित्रता छ र शिक्षकहरु पनि हामीप्रति सकारात्मक नै हुनुहुन्छ । पढाइको साथसाथै अहिले आएर जिम्मेवारी बोध पनि हुन थालेको छ ।

भविष्यमा के गर्ने भन्नेबारे हामी कहिलेकाहीं साथीहरु माझ छलफल पनि गर्छौं अनि सबैले भविष्यका लागि आआफ्नो बाटोको एउटा रेखा कोरेका छौं । स्कुले जीवनमा आफूले जे सोच्यो त्यो नै सही हो भनेर गर्न सकिन्थ्यो तर अहिले कलेजमा आएर भने आफ्नो र साथीको समेत समस्याहरूमा सही बाटो देखाउन सकिने भइएको छ । अर्को कुरा कलेजभन्दा अघिको समयमा आफूलाई अरूले मार्गदर्शन गर्ने भएकोले आफूभित्र के खूबी छ भन्ने कुरा पनि ठम्याउनै गाह्रो हुँदो रहेछ तर कलेज आइसकेपछि भने आफूभित्र रहेका धेरै प्रतिभालाई निर्धक्क प्रस्तुत गर्न सक्ने आत्मविश्वास स्वतः आउँदो रहेछ । त्यसैले त पहिलेको त्यस्तो मौन मान्छे म अहिले सबलाई आफ्ना चुट्किला र गजलले हँसाइदिन्छु । त्यही भएर त कलेजको जुनसुकै कार्यक्रममा सबैले मेरो प्रस्तुतिको माग गर्छन् ।

अब कलेजको समय पनि सकिँदै छ । अत्यन्तै महत्वपूर्ण यो समयमा म र मेरा साथीहरूले आफ्नो पढाइलाई बढी महत्व दिएर यसलाई अघि बढाइरहेका छौं । लाग्छ सफलता हाम्रै अगाडि छ, अब त्यसलाई समाएर आउँदो दिनलाई उज्ज्वल बनाउनु छ । स्कुले जीवनले देखाएको गोरेटोबाट हिंडेको कलेजजीवनमा स्वविवेकले गरेका निर्णयहरूमा आफ्नो अगाडि उज्यालो बाटो देखिरहेको छ ।

(यस स्तम्भमा आफ्ना कलेज अनुभव पठाउन कलेज अध्ययनरत विद्यार्थीलाई आग्रह गरिन्छ ।)

hotdreamnepal@gmail.com

मर्निङ सेक्स
मर्निङ वाकभन्दा राम्रो

विज्ञहरूले बिहानीपख सेक्स गर्नु मर्निङ वाक वा व्यायाम गर्नुभन्दा हितकर हुने बताएका छन् । बिहानीपखको सेक्सले शरीरका मांसपेसीलाई तन्दुरुस्त बनाउँछ, रक्तसञ्चार ठीक राख्छ र मुटुलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ ।

सेक्सको लागि सबैभन्दा उत्तम समय कुन हुनसक्छ ? धेरैजसो जोडीको मनमा यो सबाल रहिरहेको पाइन्छ । जोडीको इच्छा र उपयुक्त वातावरण मिलेमा सेक्सका लागि कुनै समय कुरिरहनु आवश्यक त छैन तर लामो समयको अनुसन्धानपछि बिहानीपखको सेक्स सबभन्दा उत्तम भएको पुष्टि भएको छ । बिहानको सेक्स मर्निङ वाकभन्दा लाभदायक भएको अब प्रमाणित नै भइसकेको छ ।

शरीरलाई तन्दुस्त बनाउन तथा मोटोपन र अन्य स्वास्थ्य समस्याबाट बच्नका लागि मर्निङ वाक गर्ने आम प्रचलन छ । कतिपय मानिसले मर्निङ वाकसँगै बिहानीपख कसरत पनि गर्छन् । मर्निङ वाक वा कसरत दुवै स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक हुन्छ तर बढी परिश्रमविना नै स्वास्थ्यलाई फाइदा पुऱ्याउने अर्को उपायका बारेमा चाहिँ धेरैलाई पत्तो नहुन सक्छ । विज्ञहरूले बिहानीपख सेक्स गर्नु मर्निङ वाक वा व्यायाम गर्नुभन्दा हितकर हुने बताएका छन् । बिहानीपखको सेक्सले शरीरका मांसपेसीलाई तन्दुरुस्त बनाउँछ, रक्तसञ्चार ठीक राख्छ र मुटुलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ ।

बिहानीपखको राम्रो ब्रेकफास्टले दिनभर शरीर फुर्तिलो राख्न मद्दत गर्छ भन्ने भनाइ छ । यसलाई यौनक्रियासँग तुलना गर्दै अमेरिकी यौन सल्लाहकार डा. डेभी हरबेनिकले बिहानै गरिने सहवास स्वास्थ्यका लागि सबैभन्दा बढी लाभदायक हुने बताएका छन् । 'प्रायः मान्छेहरु बिहान खाइने एक कप मीठो चियालाई पनि दिनको राम्रो सुरुवातका रूपमा लिन्छन्', डा. डेभीको भनाइ छ- 'दिनको सुरुवात स्वस्थ यौनक्रियाबाट गर्ने मान्छेको स्वास्थ्य झन् राम्रो हुन्छ ।' उनका अनुसार उषाकालमा यौनक्रियामा संलग्न हुँदा शरीरबाट निस्किने एक प्रकारको रसायनले मानिसलाई अझ बढी सन्तुष्टि दिन्छ र खुसी बनाउँछ । खुसी मिलेपछि स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पर्ने कुरामा दुई मत छैन ।

अर्को अमेरिकी यौन सल्लाहकार जेन ग्रिगर पनि यो कुरामा सहमत छन् । 'बिहान सबैलाई अन्य काम गर्न हतार हुन्छ', उनी भन्छन्- 'यस्तोमा यौनक्रियासमेत छिटछिटो गरिन्छ । यसो गर्नाले शारीरिक गतिविधि बढी तीव्र भएर व्यायामबाट जस्तै फाइदा पाइन्छ ।'

डा. डेभीले आफ्नो अनुसन्धानको पक्षमा वेलफास्ट विश्वविद्यालयको अध्ययनलाई समेत उद्धृत गरेका छन् । उक्त अध्ययनका अनुसार सातामा तीनपटक यौनक्रिया गर्नाले कुनै पनि किसिमको स्ट्रोक हुने खतरा आधा घट्छ । सन् २००९ मा गरिएको अर्को अध्ययनका आधारमा डेभीले बिहानै यौनक्रियामा लिप्त हुँदा पुरुष र महिला दुवैको प्रजनन क्षमता बढ्ने निष्कर्ष पनि निकालेका छन् ।

'मिड डे' नामक पत्रिकामा प्रकाशित खबर अनुसार लामो समयको अनुसन्धानद्वारा बिहानको करिब ७:३० बजेतिर गरिएको सेक्स नै सबैभन्दा उत्तम हुन्छ र तपाईंको दिन स्वस्थ र आनन्द भएर बित्छ । उक्त अनुसन्धान अनुसार बिहान ७:३० तिरको समयमा वयष्क मानिसको शरीरमा सेक्स हार्मोन ठूलो मात्रामा उत्पादन हुन्छ । यति मात्र नभएर बिहान दुवै पार्टनरमा थकान र तनाब समेत टाढा भएको हुन्छ र ताजापन महसुस भएर प्रत्येक अंग संवेदनशील भएको हुन्छ ।

एक अर्को सर्वेक्षण अनुसार महिलाका तुलनामा पुरुषहरु बिहानीपखको सहवास धेरै मन पराउँछन् । प्रायः महिलाहरूलाई बिहान उठ्नासाथ सहवासको चाहना कम नै हुन्छ । यस्तो अवस्थामा पुरुषको प्रेमपूर्ण व्यबहारले महिलालाई मनाउन सक्नुपर्छ ।

क्यानडाको क्विन्स विश्वविद्यालयका शोधकर्ताहरूले गरेको अध्ययनले बिहानी सेक्सका अरू विभिन्न फाइदा समेत पत्ता लगाएको छ । ती फाइदा निम्नानुसार छन् :

- बिहानी सेक्सले माइग्रेन जस्तो टाउको दुख्ने समस्यालाई कम गर्छ ।
- सेक्सको समयमा एक घण्टामा तीन सय क्यालोरी इनर्जी खर्च हुन्छ, जसका कारण मधुमेह हुने खतरा पनि कम हुन्छ ।
- बिहानी सेक्सले शरीरमा रक्तसंचार सन्तुलित गर्छ र उच्च रक्तचापको खतरा कम गर्छ ।
- कण्डम नलगाई गरिने सेक्सले मानिसलाई प्रफुल्लित बनाउनुका साथै डिप्रेसनबाट पनि टाढा राख्दछ ।
- जोर्नी दुख्ने तथा अन्य हाडजन्य रोग पनि बिहानी सेक्सले कम गर्दछ ।
- बिहानी सेक्सले व्यक्तिमा प्राकृतिक प्रफुल्लता भर्दछ ।
- सेक्सका क्रममा व्यक्तिमा त्यस्तो हर्मोन निस्कन्छ जसले उसको कपाल समेत चमकदार तथा सिल्की बनाउँछ ।
- बिहानी सेक्सका क्रममा शरीरमा रोगप्रतिरोधी प्रोटिनको उत्पादन हुन्छ, जसले मानिसको रोगप्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ ।

- सन्ध्या भट्टराई

मोडल/नायिका
नम्रता श्रेष्ठ

तस्वीर
राजीव श्रेष्ठ, फोटो बैंक स्टुडियो

मेकअप
सन्तु तामाङ, मेकअप स्टुडियो
बागबजार

बिहे, सेक्स र राजनीति हावी

सन् २०१३ को सुरूवातसँगै नायक राजेश हमालको बिहेको बारेमा चर्चा चल्यो। अन्त्य पनि बिहेकै चर्चाबाट भयो। लुकीछिपी मायाप्रेममा अल्झेका नायक हमालको प्रेम यो वर्ष मज्जाले खुल्यो। विराटनगरकी प्रेमिका मधु भट्टराईलाई यो वर्ष मिडियासामु खुलाउने कार्य हमालबाट भयो। उमेरले ५५ नाघ्ने तयारीमा रहेका हमालले सन् २०१४ को फेब्रुअरी महिनाको अन्ततिर बिहे गर्ने घोषणासमेत गरे।

एकातिर नायक हमालको बिहेको कुराले बढी स्थान पाएको वर्ष भए पनि सन् २०१३ भर अर्का अविवाहित नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठको अविवाहित नायिका श्वेता खड्कासँगको सामीप्यको खबरले थप चर्चा पायो। यसै वर्ष यी दुई अविवाहित नायक र नायिकाको संयुक्त लगानीमा काठमाडौंको गौशालामा कलिउड प्लानेट नामक होटल संचालनमा ल्याइनुले दुईबीचको सामीप्यलाई थप पुष्टि गऱ्यो। सात वर्षअगाडि निर्माण भएको चलचित्र कहाँ भेटिएलाबाट जोडी बनेका यी अविवाहित जोडीको संयुक्त लगानीमा अर्को फिल्म कोहिनूर यसै वर्ष निर्माण हुनु र मुम्बईदेखि कतार-मलेसियासम्म दुवैको संयुक्त भ्रमणजस्ता कुराले यी दुईको निकट सम्बन्धको कुराले व्यापकै चर्चा पायो।

दुईबीच गोप्य बिहे भइसकेको हल्ला आएपनि दुवैले बिजनेश पार्टनर मात्र भएको स्टेटमेन्ट दिएका छन्। नायक श्रेष्ठ तथा नायिका खड्काका लाखौं दर्शकको चाहना यी दुईबीच चाँडै बिहे होस् भन्ने रहेको छ। दुवै यस बारेमा मौन भए पनि नायक श्रेष्ठ नायिका खड्कासँग बिहे गर्न तयार भएको तर, खड्का तयार नभएको चर्चा पनि चलेको छ। यी अविवाहितहरु सन् २०१४ को अन्तसम्ममा विवाहित बन्ने आंकलन गरिएको छ।

बिहेकै प्रसंगमा फिल्म चपली हाइटबाट आवश्यकताभन्दा बढी चर्चामा आएकी नायिका बिनीता बराल मोटाएको र फिल्म नपाएर कृषि व्यवसायमा लागेको खबरले उनी रिसाएको खबर प्रकाशमा आयो। यथार्थमा यो वर्ष बरालले गोप्य रूपमा एक फिल्म निर्देशकसँग बिहे गरेको भनिए पनि त्यसलाई बाहिर ल्याउने कार्य उनीबाट भएन। खेती-किसानीतिर पाइला बढाएर सबै सेलिब्रेटीलाई जोश र जाँगर भएमा यसबाट पनि मनग्गे फाइदा लिन सकिने उदाहरण पेश गर्न उनी सफल बनिन्।

कुनैबेला विवाह गरेर पनि नगरेको भनिदै आएकी नायिका सुमिना घिमिरे नाइन ओ क्लक, लभ-फरइभर र अप्रिलफुलबाट चर्चामा आइन्। ती सबै फिल्ममा सेक्सी रोलमा देखिएकी उनी सेक्सी सिनले गर्दा नै नराम्ररी चिप्लिइन्। एक मिडियाका सञ्चारकर्मीलाई छाडा गाली दिएबाट उनको व्यापक विरोध भयो। त्यसको लागि माफी माग्न उनी पछि परिनन्।

सुपरस्टार भनिएका नायक भुवन केसीसँगको डिभोर्स पश्चात नायिका सुस्मिता केसीले केसी थर त्यागेर माइतीकै थर

तामाङ बमजन राखिनुबाट यी दुईबीचको सम्बन्ध सदाको लागि अन्त भएको प्रमाणित हुन पुग्यो । सुस्मिताबाट एक्लिएका नायक केसीको यो वर्ष छाडा नायिकाको उपनाम पाएकी जिया केसीसँग सम्बन्ध बढी भयो । रातबिरात विभिन्न स्थानमा यी दुई भेटिनु तथा जियाले मौका पाएमा भुवन केसीसँग बिहे गर्न तयार अनि भुवनको जुँगामा आफू फसेको जस्ता स्टेटमेन्ट दिएर चर्चा पाउन ठूलै कसरत गरेको पाइयो । यसो गरे पनि व्यापक चर्चामा आएका उनको दुई फिल्म एटीएम र बर्बादलाई दर्शकले खासै मन पराएको देखिएन ।

सेक्सी फिल्म बिन्दासबाट नायिका सुष्मा कार्कीको सन् २०१२ मा खुबै चर्चा पाए पनि सन् २०१३ मा सोही फिल्मको सिक्वेल बिन्दास-२ बाट उनलाई खासै चर्चा दिलाउन सकेन । त्यसको अलावा निर्देशक सुदर्शन थापासँगको लिभिङ टुगेदरको सम्बन्धको यो वर्ष अन्त गरेर नायिका कार्कीले आफूलाई सिङ्गल भएको दाबी गर्न पनि चुकिनन् । जिरो फिगरकी

नायिका नम्रता श्रेष्ठ यो वर्ष एकाएक मोटाउनुको रहस्य स्पष्ट नभए पनि फिल्म नोभेम्बर-रेनको लागि मोटाउनै पर्ने भएकोले मोटाएकी भनिएको छ । उनको मोटोपनभन्दा उनले यो वर्ष रिलिज भएको एक मात्र फिल्म मौनबाट बढी चर्चा बटुलिन् ।

मौनमा नम्रताले बहिराको भूमिका गरेकी छन् । उनी केवल इशाराले मात्र बोल्ने गर्छिन् । त्यस भूमिकालाई जीवन्तता दिने कार्य उनीबाट भए पनि यस फिल्मले राम्रो व्यापार गर्न सकेन । सन् २०१३ मा १ सय ५ नेपाली फिल्म रिलिज भए । यी फिल्ममध्ये कुनैले पनि राम्रो व्यापार गर्न सकेनन् । नायिका रेखा थापाले निर्माण गरेको भनिएको चलचित्र कालीले आधिकारिक रूपमा १ करोडको व्यापार गरेको भनिए पनि सही आंकडा नआएकोले यस फिल्मले पनि भनेजस्तो व्यापार नगरेको आशंका गरिएको छ ।

दर्शकहरु नयाँ निर्देशकका फरक धारका भनिएका सेक्सी फिल्मबाट हैरान बनेको वर्षको रूपमा यो वर्षलाई लिइयो । त्यस्ता फरक

धारका भनिएका फिल्म दर्शकले भने रूचाइदिएनन् । वर्षको अन्तमा आएर डिसेम्बर महिनामा नेपाली चलचित्रका निर्माताहरूले नेपाली फिल्ममा आइसब्रेक गर्न नै बाध्य भए । तीन साताසम्म कुनै फिल्म रिलिज नगरेर दूध बेचुवाहरूले जसरी दूध नबिकेपछि मिल्क होलिडे गरेजस्तै उनीहरु बाध्य भएको वर्षको रूपमा पनि यो वर्षलाई लिइयो ।

फिल्म नचले पनि नायिका रेखा थापा यो वर्ष बढी चलेको नायिकाको रूपमा देखिइन् । एकीकृत नेकपा माओवादीमा उनको प्रवेशदेखि सोही पार्टीबाट संविधानसभाको चुनावमा पर्सा क्षेत्र नम्बर १ बाट टिकट पाउनु र प्राविधिक मिस्टेकले टिकट फिर्ता गर्न बाध्य हुनु तथा राजनीतिमा जम्न राउटे समुदायलाई सहयोगको सामल बाँड्नु एवम् राउटे बच्चाहरूको आमा बन्नु जस्ता कुराले चर्चामा आउन सफल भइन् ।

बोली फेर्नमा माहिर नायक भुवन केसीले बरू संविधानसभाको चुनावमा नेकपा एमालेले प्रत्यक्ष तथा समानुपातिक दुवैबाट जिल्लाए पनि एमालेको नीतिअनुसार आफू चल्ने र एमाले नछाड्ने प्रतिबद्धता जाहेर गरेर निष्ठाको राजनीति गर्ने कसरतमा नायक केसी लागेको देखियो ।

नेकपा एमालेले मात्र होइन प्रायः पार्टीले संविधानसभाको चुनावमा कलाकारलाई केवल चुनावमा प्रयोग मात्र गरे । कुनै पनि पार्टीले नेपाली फिल्मका कलाकारलाई उचित स्थान तथा सम्मान दिने कार्य भएन । यसबाट यो वर्ष नेपाली राजनीतिबाट फिल्म लाइन उपेक्षित नै भएको महसुस भयो ।

आमिर र कटरिनाकै बोलवाला

सन् २०१३ व्यापारका दृष्टिकोणले बलिउड फिल्म उद्योगले अघिल्ला वर्षलाई उछिनेको छ । बलिउडका प्रायः हिन्दी फिल्मले सन् २०१३ भर सय करोडभन्दा बढीको व्यापार गर्न सफलता प्राप्त गरे । यस हिसाबले बलिउडको व्यापार हरेक वर्ष बढ्दै गएको देखिएको छ । व्यापार भएअनुरूप बलिउड फिल्मका कलाकारको पारिश्रमिक पनि ह्वात्तै बढेको छ ।

नयाँ अनुहारको तुलनामा पुराना अनुहारका कलाकारकै बोलवाला यो बर्षमा पनि रह्यो । 'आशिकी २' का आदित्य रोय कपुर, 'भाग मिका भाग'का फरहान अख्तर भने यो वर्षको बलिउडको बक्स अफिसको पोजिसनमा परेका बलिउडमा करियर बनाउँदै गरेका नयाँ अनुहार हुन् । उदाउँदा नायकहरूमा रामलीलाका रनवीर सिंह र ये जवानी है दिवानीका रनवीर कपुरबाहेक पुरानै अभिनेताले बलिउडको टप टेनमा तहल्का मच्चाएका छन् । आमिर खान, शाहरूख खान, ऋतिक रोशन बलिउडमा सबैभन्दा अघि देखिएका छन् । अभिशेक बच्चन, सैफ अलि खान, विवेक ओवराय, जोन अब्राहम उनीहरूपछिको पोजिसनमा देखिए ।

सन् २०१३ को अन्ततिर रिलिज भएको धुम ३ ले बक्स अफिस तोड्ने क्रममा वर्षभरिकै सबै रेकर्ड तोड्दै नम्बर एक बनेको छ । धुमको सिक्वेलमा बनाइएको धुम-३ मा आमिर खानको मुख्य अभिनय रहेको छ । यस फिल्मले बडिमा धुमै मच्चायो । खानको पोजिसन वर्षको अन्तमा आएर अग्रपंक्तिमा देखियो । धुम-३ ले आमिरलाई अमिर नै बनायो ।

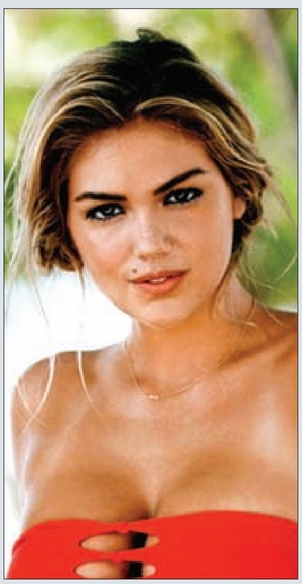
क्रिसको सिक्वेलमा बनेको क्रिस- ३ का ऋतिक रोशन दोस्रो नम्बरका भाग्यमानी हिरो बनेका छन् । चेन्नाई एक्सप्रेसका शाहरूख खान बलिउडको तेस्रो पोजिसनमा परे । चौथोमा रनवीर कपुर र पाँचौं नम्बरमा रामलीलाका रानवीरसिंहले कब्जा जमाए । रेस-२ ले बलिउडमा राम्रो रेस बढाए पनि यस फिल्मका सैफ अलि खान र जोन अब्राहम आठौं नम्बरमा सीमित बने । दबङ- २ र एक था टाइगरबाट बक्स आफिसमा धुम मच्चाए पनि सलमान खान यो वर्षको टपटेन पोजिसनबाट के ही तल परे । यद्यपि, यो वर्ष रिलिज भएका खान अभिनित सबै फिल्मले सय करोड भन्दा बढीको व्यापार गरेको छ ।

नायिकाहरूमा बक्स अफिस कलेक्सनमा सबै रेकर्ड तोड्न सफल धुम-३ की नायिका कट्रिना कैफ यो वर्षको अन्तमा आएर आमिर खानजस्तै नम्बर एक बन्न सफल भएकी छन् । धुम- ३ बाट कट्रिना सर्वाधिक चर्चामा आए पनि वास्तविक नम्बरी नायिकामा दिपिका पादुकोण नै हुन् । दिपिका अभिनित चेन्नाई एक्सप्रेस, ये जवानी है दिवानी, रामलीला र रेस-२ ले यो वर्ष सय करोडभन्दा बढीको व्यापार गरेर तहल्का मच्चाउन सफलता प्राप्त गऱ्यो ।

प्रियंका चोपडा र कंगना रनावत क्रिस- ३ बाट टपटेनको पोजिसनमा देखिएका छन् । आशिकी -२ की श्रद्धा कपुर बलिउडमा थपिएकी नयाँ अनुहार भए पनि टपटेनमा पुरानासँग यो वर्ष भिड्न सफलता प्राप्त गरेकी छन् । आर-राजकुमार जस्ता फिल्मबाट बक्स अफिसको कलेक्सनमा परेकी चटपटे नायिका सोनाक्षी सिन्हालाई दबङ- २, जोदा अकबर, लुटेरा लगायतका फिल्मले वर्षभर चर्चामा ल्याइरहे । करिना कपुर, प्रीति जिन्टा, रानी मुखर्जी र ऐश्वर्या राय भने यो वर्ष ओझेलमा परे ।

सेक्सी हिरो हिरोइन अगाडि

विशेषतः हलिउडको लागि यौन दाल-भात जस्तै बनेको छ । यौनविनाको फिल्म हलिउडमा कमै मात्र पाइने गरेको छ । मानिसको जिन्दगीमा यौन अति आवश्यक छ भन्ने दर्शाउने कार्य हलिउडका फिल्मबाट भएको छ । यौनलाई यहाँ सामान्य रूपमा लिइने गरेकोले अन्य स्थानमा जस्तो यौनकाण्ड हुने गरेको पाइँदैन । बरू, वर्षको कुन फिल्म हिटभन्दा पनि वर्षको कुन कलाकार सेक्सी भन्ने मापन गर्ने कार्य हलिउडमा हुने गरेको छ । सन् २०१३ मा पनि हलिउडमा अनेक किसिमका फिल्म बने । हजारौं फिल्मले बेग्लै स्थान हासिल गरे । त्यसको आफ्नै स्थान रहे पनि सेक्सी कलाकारको विशेषणले यो वर्ष पनि विशेष महत्व राखेको पाइयो । यौनजन्य दृश्य दिन खप्पिस हिरोइनको रूपमा मिला कुनिस नम्बर एकमा परेकी छन् । सन् १९८३ अगस्त १४ मा जन्मिएकी उनले विभिन्न फिल्म, विज्ञापन र टेलिभिजन-शोहरूमा गरेको हाउभाउ तथा बोल्ड-विचारले अब्बल दर्जामा परेकी हुन् । द काउन्ट अफ मोन्टे क्रिस्टो, स्टारडस्ट, इम्मोर्टलजस्ता फिल्मका कारण यो वर्ष हेनरी काभिललाई नम्बरी सेक्सी हिरोको रूपमा लिइएको छ ।



हलिउडमा नायिका मात्र होइन, गायिकाको पनि बोलवाला हुने गरेको छ । गायिका रोबिन रिहाना फेन्ट्रीले उत्तेजक पहिरन तथा फेसनेबल कपालले यो वर्ष निक्कै चर्चामा रहन सफलता प्राप्त गरिन् । रेगी र हिपहप गायिका रिहानालाई द न्यू इमेज नामक एल्बमले चर्चामा ल्याएको हो । रिहाना जस्तै गीत-संगीतको अलावा मोडलिङ तथा अभिनयबाट थप चर्चा पाउनेमा रोबर्ट पेटिन्सन देखिएका छन् । बेलायतमा जन्मेका यी कलाकारले फिल्म निर्माणमा समेत हात हालेको पाइएको छ । बेलायतकै हेलेन फ्लानागान पनि उत्तेजक पहिरन तथा हाउभाउले सेक्सी इमेज राख्न सफलता प्राप्त गरेकी छन् । सुपर स्पा शीर्षकको टेलिभिजन कार्यक्रमले हेलेनलाई यो वर्ष निक्कै चर्चामा ल्याएको हो ।

रोयल एकेडेमी अफ ड्रामेटिक आर्टबाट स्नातक टम हिडल्टनले टेलिभिजन-शो तथा विभिन्न फिल्महरूमा गरेको बेग्लै अभिनयले उनी सबैको मनमा बस्न सफल बने । केली ब्रुकले विशेष गरेर फिल्म तथा मोडलिङमा बेग्लै शैलीमा बेग्लै तवरले गर्ने गरेको क्याटवाकले यो वर्षको चर्चाको चुलीमा पर्न सफल बनिन् । अरूभन्दा ब्रुकको कामुक क्याटवाक यो वर्षको चर्चाको विषय नै बन्यो । स्वीनी टोड द डेमोन बारबर अफ फिलिट स्ट्रिट नामक फिल्मबाट यो वर्ष निक्कै नाम कमाएका जेमी क्याम्पबेल अभिनेताको अलावा गायक तथा मोडल पनि हुन् । गायन र मोडलिङबाट भन्दा उनले यो वर्ष अभिनयले नै सेक्सी इमेज राख्न सफलता प्राप्त गरेका छन् । अभिनयबाट भन्दा यो वर्ष फोटोसुटबाट चर्चामा आउने हिरोइनहरूमा केट अप्टन, जर्जिया साल्पा, चेरिल कोल देखिएका छन् । हिरोहरूमा जीसटन बिबर, इड्रिस एल्बा र ह्यारी स्टाइल्स पाइए । समष्टीगत रूपमा सन् २०१३ हलिउडका कलाकारहरूको हाउभाउले उनीहरूलाई चर्चाको शिखरमा पुऱ्याइरहयो । त्यसअनुरूप उनीहरूको डिमाण्ड अघिल्ला वर्षमा जस्तै बढेकै पाइयो ।

नयाँ सुविधामा युवा आकर्षण

मोबाइल फोन प्रयोगकर्तामध्ये अधिकांश युवायुवतीले नयाँ र महंगा फोन लिने गरेका छन्। अहिलेको नयाँ पुस्ता स्मार्टफोन र आइफोनमा बढी आकर्षित हुने गरेका छन्। विश्व बजारमा बढी प्रयोग भएका फोनको मूल्याङ्कन मोबाइलको क्षमता, क्यामेराको गुणस्तर, कुरा गर्न सकिने अवधि, ब्याट्री क्षमता, फोनको तौल, आकार, स्क्रिन साइज, सपोर्ट सिस्टमजस्ता विषयमा आधारित रहने गरेको छ। सन् २०१३ मा उपभोक्ताले रुचाएका मोबाइलहरूमा सामसुङको ग्यालेक्सी ४, एप्पलको आइफोन ५, सोनी इरिक्सनको एस्पेरिया १० लगायतका रहेका छन्।

सामसुङ ग्यालेक्सी एस ४

सामुसुङ कम्पनीको मोबाइलले पछिल्लो समय विश्व बजारमा आफ्नो वर्चस्व मजबुत बनाउँदै लगेको छ । यसले नेपाली बजारमा पनि आफ्नो बजार हिस्सा राम्रो स्थानमा राखेको छ । तर कसको उत्पादनले कति प्रतिशत बजार ओगटेको छ भन्ने आधिकारिक तथ्याङ्कको अभाव रहेको छ । यस्तै उत्पादनमध्ये ग्यालेक्सी एस ४ स्मार्टफोन उत्कृष्ट स्मार्ट फोनको सूचीमा रहेको छ, गत अप्रिलमा सार्वजनिक भएको यो फोन सामसुङकै ग्यालेक्सी एस मिनी तथा नोट थ्रीको प्रविधिमा बनेको छ । २६०० एमएएच ब्याट्री क्षमता भएको यो फोनको डिस्प्ले ५ इन्च छ । १३ मेगा पिक्सलको प्राइमरी क्यामेरा तथा २ मेगा पिक्सलको अगाडिको भागमा क्यामरा रहेको यसको प्रोसेसर १९०० मेगाहर्ज तथा र्‍याम २०४८ एमबीको छ । वाइफाइ, मोबाइल हटस्पट आदि सुविधा रहेकोले उपभोक्ताको मन जित्न सफल भएको छ ।

एप्पलको आइफोन ५

एप्पलको आइफोन ५ विश्व बजारको अर्को लोकप्रिय मोबाइल हो । ४ इन्चको मल्टी टचस्क्रिन डिस्प्लेसहितको यो फोनको तौल १ सय १२ ग्रामको छ । यो फोनको सीपीयु १३ गिगाहर्जको छ । यस्को र्‍याम १ हजार ६६ एमबीको छ । भण्डार क्षमता ६४ जीबी भएको यो फोनमा ८ मेगा पिक्सलको प्राइमरी क्यामेरा छ । यसमा ५ इलेमेन्ट लेन्स, इमेज स्टाब्लाइजेसन आदि सुविधा रहेको छ भने दोस्रो क्यामेरा १ दशमलब २ मेगापिक्सेलको छ । वाइफाइ, ब्लुटुथ, क्वाडब्यान्ड, अटो फोकस, भिडियो कलिङ, पीडीएफ रिडर, डकुमेन्ट भ्युयर जस्ता सुविधा रहेको छ । यो फोनमा सीडीएमए, जीएसएम आदि सुविधा पनि रहेको छ । यो फोनको ब्याट्री क्षमता १ हजार ४ सय ४० एमएएच रहेको छ ।

सामसुङ ग्यालेक्सी एस ३

सामसुङको यो स्मार्टफोन पनि धेरैको रोजाइमा पर्न सफल भएको छ । एन्ड्रोइड ४.१.२ अपरेटिङ सिस्टमबाट चल्ने यो फोनको तौल १ सय ३३ ग्रामको छ । ४ दशमलब ८ इन्च डिस्प्लेयुक्त मल्टिटच स्क्रिनयुक्त यो फोनमा ८ मेगा पिक्सको प्राइमेरी क्यामेरा छ भने १ दशमलब ९ मेगा पिक्सेलको दोस्रो क्यामरा रहेको छ । यो फोनमा इमेज सेन्सर, अटो फोकस, एक्सपोजर, आइएसओ कन्ट्रोल, बर्स्ट मोड, टाइमर आदि सुविधा रहेको छ । क्वाडकोर १४०० मेगाहर्ज प्रोसेसर भएको यो स्मार्टफोनमा १०२४ एमबी र्‍याम छ । ३२ जीबी मेमोरी क्षमता भएको ग्यालेक्सी एस ३ को ब्याट्री क्षमता २१०० एमएएच छ ।

सोनी एस्पेरिया १०

सोनी एरिक्सनले एस्पेरिया सिरिजमा ल्याएको 'सोनी एस्पेरिया १० ' उपभोक्ताले धैरै मन पराएका मोबाइल सेट हो । एक्स्पेरिया १० मोडलको यो सेट एन्ड्रोइड अपरेटिङ सिस्टममा बनेको छ । यसमा क्वालुकमको १ गिगाहर्जको स्नापड्रागन चिप सेट छ । ४ इन्चको टिएफटी टचस्क्रिनयुक्त यो सेटको स्क्र्याच नहुने स्क्रिन रहेको कम्पनीले दाबी गरेको छ । यो सेटमा १६ एक्स डिजिटल जुमसहितको ८ मेगापिक्सल क्यामरा छ । यसले खिचेको तस्बिर गुणस्तरीय आउने पनि कम्पनीले बताएको छ । यसमा अटो फोकस तथा फाइल स्टेबलाइजेसन सुविधा छ । एस्पेरिया १० मा फेसबुक, ट्वीटर स्ट्याटस अपडेट गर्नुका साथै कल्स वा टेक्स मेसेज, इमेल, म्युजिक, तस्बिर तथा भिडियो हेर्न सकिने सुविधा छ । १ जीबी आन्तरिक भण्डारण क्षमता भएको यो सेटले ८ जीबी मेमोरी सपोर्ट गर्छ । यसमा १० घण्टासम्म कुरा गर्न सकिन्छ । यसको बजार मूल्य ४९ हजार रूपैयाँ रहेको कम्पनीले जनाएको छ ।

सामसुङ ग्यालेक्सी एस

ग्यालेक्सी एस ४ इन्चको मोबाइलमा टचस्क्रिन डिस्प्ले रहेको छ । यसमा ५ मेगापिक्सेलको क्यामराका साथै भिडियो कलिङका लागि भीजीए क्यामेरा पनि जडान गरिएको छ । यसमा वाईफाई, जीपीएस तथा हाई डेफिनेसन भिडियो प्लेयर सुविधा रहेको छ । ८ जीबी आन्तरिक स्टोरेज क्षमतासहितको यो सेटले ३२ जीबी थप सपोर्ट गर्छ । यसमा एन्ड्रोइड अपरेटिङ सिस्टम छ । मोनो एफएम रेडियोयुक्त ग्यालेक्सी एसमा भिया थर्ड पार्टी एप्लिकेसन, सोसल नेटवकिर्ङ इन्टरगेसन, डिजिटल कम्पास, एमपी फोर प्लेयर, एमपीथ्री, टेलिभिजन, इमेज भिडियो एडिटरजस्ता सुविधा रहेका छन् । त्यस्तै यो सेटबाट वर्ल्ड, एक्सल पावरप्वाइन्ट, पीडीएफ पायल चलाउन सकिन्छ । यो सेटबाट १३ घण्टा ३० मिनेट लगातार कुराकानी गर्न सकिन्छ । यसको बजारमूल्य ५५ हजार रूपैयां रहेको छ ।

– उद्धव सिलवाल

रोजाइमा चाँदीका गहना

नेपाल घडी, मोबाइल, गाडीजस्ता आधुनिक यन्त्र-उपकरणको उत्पादनमा पछाडि परे पनि हस्तकलाका सामान उत्पादनमा भने विश्वमै अग्रणी हुनसक्ने अवस्था रहेको छ । ठूलो संभावना भएको यस क्षेत्रले पनि उपयुक्त वातावरण पाउन नसक्दा पछाडि परिरहेको छ । यसै यथार्थलाई दृष्टिगत गरी यस अवस्थाबाट मुक्ति पाउने प्रयास स्वरूप सिल्भर ज्वेलरीको निर्यात प्रबर्द्धन गर्ने उद्देश्यसहित राजधानीमा एकदिने 'सिल्भर ज्वेलरी एक्स्पो' आयोजना गरिएको थियो । जर्मन सहयोग नियोगको सहयोगमा ललितपुर हस्तकला संघले एक्स्पो आयोजना गरेको हो । एक्स्पोमा नेपालमा बनाइएका विभिन्न कलात्मक गरगहनासहितका २५ वटा स्टल रहेका थिए । एक्स्पोर्ट प्रमोशन क्याम्पियनका रूपमा आयोजना गरिएको मेलामा स्वदेशी तथा विदेशी अवलोकनकर्ताहरूको उपस्थिति बाक्लो रहेको थियो । सिल्भर ज्वेलरी व्यवसायीहरूबीच प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता बढाउने र निर्यात प्रवर्द्धनमा सहयोग पुऱ्याउने लक्ष्य राखिएको आयोजक संघका महासचिव जुनीरत्न बज्राचार्यले जानकारी दिए । नेपालमा परापूर्वकालदेखि सिल्भर ज्वेलरीका गरगहना बनाउन थालिएको भए पनि प्रचार-प्रसारको अभावले ओझेलमा पर्न गएको गुनासो उनले गरे ।

सरकारले यस्ता गरगहना र पत्थरहरूको महत्व नबुझेका कारण प्रचार-प्रसार तथा निर्यात प्रवर्द्धनमा सहयोग नगरेको बताउँदै वज्राचार्यले व्यवसायीहरु आफै तात्नुपरेको उल्लेख गरे । यसको महत्व बुझेर विदेशी संस्था सघाउन आइरहेको पनि नेपाल सरकारले महत्व नबुझेको उनले गुनासो गरे ।

यस्ता गरगहनाको निर्यात गर्नुको सट्टा अहिले भारत लगायतका देशबाट आयात गर्नुपर्ने अवस्था छ । नेपालमा सिल्भर ज्वेलरी र पत्थरका गरगहना बनाउने नयाँ प्रविधि नहुनु, कालिगढले परम्परागत ढर्राका गरगहना बनाउनु, गहनामा अपग्रेडिङका लागि तालिम लिन नपाउनु लगायतका कारणले नेपाल पछाडि परेको व्यवसायीहरूले बताएका छन् । परम्परागत शैली परिवर्तन गरी ग्राहकको चाहनाअनुरूप गरगहना बनाउन सके निर्यात बढाउन सकिने मेलामा सहभागी व्यवसायीहरूको धारणा रहेको थियो । सरकारले कालिगढहरूका लागि टेक्निकल इन्सिच्यूट खोलेर सीप सिकाई व्यवसायी बनाउन सहयोग गर्नुपर्ने माग पनि उनीहरूले राखेका छन् । एक्स्पोमा कालिगढहरूलाई पनि राखिएकोले आकर्षण बढेको थियो । कालिगढहरूले एक्स्पोमै गरगहना बनाउने र अवलोकनकर्तालाई आकर्षित गर्ने काम गरेका थिए । यस किसिमको मेलाबाट अपेक्षा गरेअनुसार प्रतिफल प्राप्त भएकोले यस्ता कृयाकलापलाई निरन्तरता दिने सोच बनाइएको आयोजक पक्षले जनाएको छ ।

■ **शब्द/तस्वीर : क्याप्टेन वेद उप्रेती**

रमाइलो टापु

संसारकै सबैभन्दा बढी मुस्लिम जनसंख्या भएको मुलुक इन्डोनेसियामा १७ हजारभन्दा बढी टापु छन् । तीमध्ये एउटा सुन्दर टापु हो बाली । यहाँ हिन्दूहरूको बाहुल्य भएकाले जोकोहीलाई पनि आश्चर्यमा पार्न सक्छ । यहाँ ९४ प्रतिशतभन्दा बढी जनसंख्या हिन्दू धर्म मान्छन् । बालीको ऐतिहासिक पाटो केलाउँदा तत्कालीन हिन्दू शासक मजापाहित मुस्लिमहरूसँग पराजित भएपछि इन्डोनेसियाका धेरैजसो हिन्दूहरु धर्म परिवर्तन गरेर मुस्लिम भएका थिए । परिवर्तन हुन नचाहने कट्टर हिन्दूहरु भने बालीमा आएर बसेका कारण यहाँ हिन्दू बाहुल्य बस्ती छन् । बालीमा भरिपूर्ण प्राकृतिक सुन्दरता त छँदै छ, सँगसँगै मुस्लिमहरूको बीचमा यो शहर इन्डोनेसियाकै समृद्ध र धनी शहरमध्ये पर्छ ।

पाइलटको नाताले गतवर्षदेखि इन्डोनेसिया र वरपरका देशहरूमा उडान भर्ने अवसर पाएपछि बाली क्षेत्रमाथि उड्न म जहिले पनि लालयित हुन्छु । आकाशबाट शहर त औधी सुन्दर देखिन्छ नै, जमिनमा उत्रिसकेपछि पनि यहाँका समुद्री तट, मन्दिर, संस्कृति, उत्सव, पर्यटनस्थल र पर्यटकले खचाखच भरिएको शहरले जोकोहीलाई आकर्षित गर्छ । बालीका हरेकजसो मन्दिर, समुद्री तट, वाटर एक्टिभिटीहरु (प्यारा ग्लाइडर, विन्ड सर्फिङ, स्कुबा डाइभिङ आदि), राम्रा रेष्टुरेन्टहरु जति पटक धाए पनि धित नमर्ने खालका छन् । बालिनिज मसाज, बालिनिज नाच र यहाँको संस्कृति संसारभर प्रसिद्ध छ । बालीका मन्दिरहरूको विशेषता भनेकै धोती लगाएर मात्र मन्दिरभित्र पस्न पाउनु हो ।

करिब ३० लाख जनसंख्या भएको बालीमा नोभेम्बरदेखि मार्चसम्म पानी पर्ने गर्छ भने अप्रिलदेखि अक्टोबरसम्म सुख्खा मौसम हुन्छ र त्यही समयमा बाली विदेशी पर्यटकले बढी भरिभराउ हुने गर्दछ । हप्ताको करिब दुई दिनजति बालीमा बस्दै आउँदा बालीका मान्छेहरूको आत्मीयता, बालीको जादू, यहाँ बस्दाको स्वर्गीय आनन्द, नजिकैको आगुङ ज्वालामुखी, सुन्दर समुद्री तटहरु र बालीको हिन्दू दर्शनले कयौं पर्यटकहरु शान्ति महसुस गर्दै फेरि बाली फर्कने बाचा गर्दै विमानतिर लागेका दृश्यहरु मैले यहाँबाट हुने प्रत्येक फ्लाइटमा देख्ने गरेको छु ।

आकाशबाट शहर त औधी सुन्दर देखिन्छ नै, जमिनमा उत्रिसकेपछि पनि
बालीका समुद्री तट, मन्दिर, संस्कृति, उत्सव, पर्यटनस्थल र पर्यटकले
खचाखच भरिएको शहरले जोकोहीलाई आकर्षित गर्छ।

शहरमा युवा उल्लास

■ **शम्भु दंगाल**

जिसस क्राइस्टको जन्मदिनका रुपमा इसाई धर्मावलम्बीहरुले क्रिसमस मनाउँदै आएका भए पनि अब यो पर्व कुनै धर्म र सम्प्रदाय विशेषमा मात्र सीमित छैन। २५ डिसेम्बरमा विश्वका धेरै देशमा क्रिसमसको सार्वजनिक बिदा दिइन्छ। नेपालमा पनि बिदा दिन सुरु गरिएकोले यो पर्वको उल्लास पछिल्ला दिनमा बढ्दै गएको छ।

क्रिसमस तथा अंग्रेजी नयाँ वर्षमा पछिल्लो समय नेपालमा आफन्त वा मित्रहरूलाई उपहार दिने, नाचगान र खानपान गरेर रमाउने प्रचलन बढेको छ । विशेषगरी शहरी क्षेत्रमा क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्षको रौनक बढ्न थालेको छ । विगतमा चर्चभित्र मात्र सीमित रहेको क्रिसमस अहिले बजारसम्म फैलिएको छ । नयाँ वर्ष र क्रिसमसका अवसरमा व्यापारिक क्षेत्रमा पनि चहलपहल बढ्न थालेको छ । क्रिस्चियन धर्म नअंगालेका युवापुस्ता पनि साथीभाइ भेला भएर क्रिसमसमा मनोरञ्जन गर्न थालेका छन् । क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्षका अवसरमा यस वर्ष पनि काठमाडौं उपत्यकामा धेरै रमाइला कार्यक्रम आयोजना गरिएका थिए ।

कलंकीकी १९ वर्षीया नीता राई पहिला किरात धर्मसँग आबद्ध रहेकीमा क्रिस्चियन भएको ३ वर्ष भयो । उनले ३ पटक क्रिसमस मनाएकी छिन् । यस वर्ष चर्चले आयोजना गरेको साँस्कृतिक कार्यक्रममा सहभागी भइन् । हिन्दुको तिहारमा खेलिने देउसी-भैलो जस्तै साथीहरूसँग क्यारोल खेलेको उनले बताइन ।

स्थायी घर भोजपुर भएका हेमन्त राईले अहिलेसम्म १३ पटक क्रिसमस मनाएका छन् । ललितपुरको ताल्छिखेलमा उनको खिष्टिय मन्डलीमा १० देखि १४ परिवार आबद्ध छन् । आजभन्दा लगभग दुई हजार वर्षपहिले यशु खिष्टको जन्म भएको दिनको सम्झनामा क्रिसमस मनाउन थालिएको भए पनि हरेक देशमा आआफ्नै किसिमका संस्कृति, खानपान र चालचलन भएकाले त्यही अनुसार क्रिसमस मनाइन्छ । नेपालमा पनि आफन्तहरु भेला भएर नेपाली मीठा मीठा परिकार बनाएर आफ्नो संस्कृति अँगाल्दै क्रिसमस मनाएको राईले बताए । पछिल्लो समय यो पर्वको महत्व नबुझ्ने मान्छेहरूका कारण क्रिसमसका बेला विकृति फैलाइरहेको उनको अनुभव छ ।

ललितपुर-१४ नख्खीपोटका सरिना महर्जन र रूदेन महर्जन पनि यस वर्ष क्रिसमस मनाउन ठमेल पुगेका थिए । १७ वर्ष अगाडि क्रिस्चियन बनेका उनीहरूको नख्खुमा सेवा मन्डली रहेको छ । सुरुमा उनले क्रिशियन धर्म अँगाल्दा चर्चभित्र मात्र सीमित रहेको क्रिसमसले अहिले आफ्नो दायरा बढाएको छ । यस वर्षको क्रिसमसमा बिहानै चर्चमा गएर अरू विश्वासीहरूलाई मीठा मीठा परिकार खुवाएर मनाएको सरिनाले बताइन् ।

बजारमा प्रभाव

अंग्रेजी नयाँ वर्ष र क्रिसमसको बजारमा पनि प्रभाव बढ्दै गएको छ । यी अवसरमा उपत्यकाका विभिन्न पसलहरूले ग्राहक तान्न सामानमा केही प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरेका थिए । विषेश गरी गिफ्ट पसल र कपडा पसलमा

पोखरामा छुट्टै रमाइलो

■ **धन बस्नेत**

पुसको जाडो । चिसो हावा तर सडक भने निकै तातो छ । सडकलाई तताउने काम अफ सिजनमा आन्तरिक पर्यटकले गरेका छन् । लक्ष्य बाह्य पर्यटक पनि हुन् । तर उपस्थितिको तुलना गर्दा आन्तरिक पर्यटक दोब्बर भन्दा बढी छन् । अर्थात ७०–३० प्रतिशत ।

अफ सिजनमा घरमै रमाउनुपर्छ । विदेशमा रमाइलो गरेर बिताउने भन्दा पनि आफ्नो ठाउँलाई केही गर्नुपर्छ भन्ने भावनाले पोखरामा सुरूवात गरिएको सडक महोत्सव १५ औं सस्करणसम्म आइपुगेको छ । थालनी भने बसुन्धरा पार्कमा ४० हजारको लागतमा गरिएको थियो । दायरा फराकिलो बन्दै जाने क्रममा सवा तीनकिलोमिटर क्षेत्रफलमा महोत्सव विस्तारित भएको छ ।

सडक महोत्सव फराकिलो बन्ने क्रममा लाइभ ब्याण्डलाई सहभागी गराउने काम पनि भएको छ । लाइभ ब्यान्डकै कारण पनि आन्तरिक पर्यटकको आगमन विस्तारै बढ्दै गएको व्यवसायीहरूको विश्वास छ । सन् २००० बाट महोत्सव सडकमा आइपुगेको थियो । त्यसभन्दा अघि केवल पार्कभित्र रेबान फुड फेष्टिबलको नाममा सुरूवात भएको थियो । महोत्सवले रौनक लिंदै गएपछि नामाकरणलाई समेत संकुचित दायराबाट निकाल्दै समग्र पोखराको पहिचान बनाउन पोखरा सडक महोत्सवमा रूपान्तरण गरियो । 'संस्थापक हरि गुरूङको संयोजकत्वमा तेस्रो संस्करणलाई सडकमा उतार्‍यौं', पोखरा पर्यटन परिषद्का अध्यक्ष समेत रहेका रेबानका पूर्व अध्यक्ष सूर्य भुजेल सुनाउँछन् ।

१६ वर्षअघि पोखरा जाडो सिजनमा शून्यजस्तै हुन्थ्यो । बाह्य पर्यटक सबै स्वदेश फिर्ता भइसकेका हुन्थे । रेष्टुरेन्डका स्टाफलाई पनि एक महिना बिदा दिइन्थ्यो । त्यही बिदामा पर्यटन व्यवसायी विदेश घुम्न निस्कन्थे । उनीहरु भारतको गोवादेखि थाइल्याण्डसम्म बिदा मनाउन हिड्थे तर अहिले स्थिति बदलिएको छ । विदेश गएर रमाइलो गर्ने पर्यटन व्यवसायी अहिले स्वागत र सत्कारमा व्यस्त छन् ।

महोत्सवले सीमित क्षेत्रलाई मात्रै फाईदा पुर्‍याएको छैन । अफ सिजनको समयमा पोखरामा हुने महोत्सवको लागि एयरलायन्स बुकिङदेखि होटल, प्याराग्ल्याडिङ, साइडसिन, ट्राभल्स, ट्याक्सी व्यवसाय लगायतलाई प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष फाइदा पुगेको छ । एकै ठाउँमा स्वदेशी मात्रै नभई विदेशी सँस्कृति समेत हेर्ने अवसर मिलेको छ । विदेशी समेत आफ्नो सस्कृति देखाउन इच्छुक छन् ।

नयाँ वर्ष आगमनको संघारमा पर्ने क्रिसमसले पनि पोखराको पर्यटनलाई उचाइ दिएको थियो । सडक किनारका रूखमा झिलिमिली बत्ती बालेर क्रिसमस गीत संगीतमा नाच्ने नचाउने अनि उपहारको आदान प्रदान गर्ने क्रमले पनि उत्साह थपेको थियो । पोखराका मात्रै नभई क्रिसमस बनाउन नेपालका विभिन्न शहरबाट नेपाली क्रिश्चियनहरूको उपस्थिति केही वर्षदेखि बाक्लै हुने गरेको छ । विदेशीले पनि पोखरामै बसेर क्रिसमस बनाएका थिए । केही वर्षदेखि पोखरामा चिनिया पर्यटक आकर्षित हुन थालेकाले उनीहरूलाई लक्षित गरी विशेष व्यवस्था गर्नुपर्ने खाँचो देखिएको छ । होटलहरु चिनिया पर्यटकमैत्री बन्नुपर्ने अवस्था छ । त्यसको लागि भाषाको तालिम दिनुपर्ने अनिवार्य छ । मजदुरलाई चिनिया भाषाको तालिम दिने विषयमा छलफल भइरहेको पर्यटन व्यवसायीहरूले बताएका छन् । प्रशासन समेत पर्यटक मैत्री बन्नुपर्ने जोड पर्यटन व्यवसायीको छ ।

नयाँ वर्ष २०१४ लाई स्वागत गर्दै यस वर्षको सडक महोत्सव टुंगिएको छ । नयाँ वर्षलाई अझ भव्य र सभ्य बनाउन रेबान मात्रै नभई पर्यटनसँग सम्बन्धित संघसंस्थाले विशेष प्याकेज दिनुपर्ने आवश्यकता छ । 'पर्यटक प्रवर्द्धन गर्न युनिफाईड प्याकेज दिनुपछ',' परिषद्का अध्यक्ष भुजेल भन्छन्- 'प्याकेज दिन नसक्नु नै हाम्रो कमजोरी हो । प्याकेजको मोडल ल्याई २०१४ मा पर्यटकको आगमनमा बृद्धि गर्ने लक्ष्यमा छौं । ग्रेटर पोखराको अवधारणा अनुसार बजारसँग जोडिएको ग्रामीण क्षेत्रको होमस्टेलाई समेत समाहित गर्नेछौं ।'

यस्तो व्यवस्था गरिएको थियो । साथै मदिरा पसलमा पनि अन्य बेलाको भन्दा ग्राहक बढेको मदिरा पसल संचालकहरूले बताएका छन् ।

मेसमराइज सपिङ कम्पेक्स ललितपुर कुमारीपाटीका विजय तुलाधरले यस पटकको क्रिसमस र अंग्रेजी जयाँ वर्षमा आफ्ना ग्राहकहरूका लागि सामान खरीदमा २० प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरेका थिए । अन्य बेलाको भन्दा क्रिसमस र नयाँ वर्षमा २५ प्रतिशत ग्राहक बढेको उनले बताए । यस पटक गिफ्ट, कपडा, मफलर, वालेट लगायतका सामान बढी बिक्री भएको जानकार उिनले दिए । उनको पसलमा रहेका ७ जना कर्मचारी पनि क्रिसमस टोपीमा सजिएका थिए ।

यता आर्किज पेपर रोज सप जाउलाखेलका समुन्द्र श्रेष्ठले भने पहिलाको तुलनामा व्यापारमा मन्दी आएको बताए । उनले पनि क्रिसमससँग सम्बन्धित विभिन्न गिफ्ट आइटमले आफ्नो पसल सजाएका थिए । (फोटो छ) । जाउलाखेलमै रहेको अर्को एयु गिफ्ट सपका संचालक गौतम शाक्यको भने पहिलाको तुलनामा क्रिसमसमा व्यापार बढेको उल्लेख गरे । १५ वर्ष अगाडिदेखि गीफ्ट पसल संचालन गरेका उनले आफ्नो पसलमा नियमित बिदेशी ग्राहक आउने गरेको बताए । 'अहिले क्रिसमस ड्रेस, टोपी बढी बिक्री

क्रिसमसमा डान्स पार्टी

क्रिश्चियन धर्मावलम्बीहरूमा क्रिसमसको दिन एक अर्कालाई उपहार बाँडेर खुशी मनाउने पर्वको रूपमा लिने गरिन्छ । क्रिसमस पर्व हँसिलो मुद्रा बनाएर शान्त वातावरणमा मानउने गरेको पाइन्छ । तर धरानमा यो वर्ष क्रिसमसमा स्थानीय डिजेहरूको आयोजनामा भएको क्रिसमस डान्स पार्टीमा क्रिस्चियन र अन्य धर्मावलम्बीहरूको पनि भिडभाड देखिन्थ्यो । धरानको विभिन्न चर्चहरूमा आआफनै तरिकाले क्रिसमस मनाए पनि धरानमा एक मात्र स्थान कन्चनजंघा होटलमा क्रिसमस इभ डान्स पार्टी भएको थियो । सो डान्स पार्टीमा धराने युवायुवतीको भिडभाड रहेको थियो । क्रिसमसइभ डान्स पार्टीमा यो चिसो मौसमको पनि कुनै परवाह नगरी धराने युवायुवतीहरु एकअर्कामा रमाइलो गर्दै खुलेर नाचिरहेका देखिन्थे । त्यसै गरी विराटनगर, इटहरीमा पनि धुमधामसँग क्रिसमसपार्टीमा युवायुवतीहरूले रमाइलो गरेका थिए । धरान १९ का पाष्टर भीषण थापा यस दिन साधरण क्रिसमस मनाउने गरेको बताउँछन् ।

गीतसंगीतमा मस्त

धरान पूर्वाञ्चलमा नै मनोरन्जन गर्ने युवायुवतीका लागि उर्वरभूमि मानिन्छ । अफ धराने युवायुवतीहरूका लागि त रमाइलो गर्ने भन्ने बित्तिकै तछाडमछाड गर्दै कार्यक्रममा सहभागी हुन पुग्छन् । उनीहरूमा गीतसंगीतको नशा नै लागेको छ । त्यसैले गीतसंगीत सुनेपछि धराने मस्तसँग नाच्छन् । यसै कारण पनि धरानमा हुने फेसन शो, कर्न्सट गीतसंगीतका कार्यक्रममा चर्चित सेलिब्रेटी, गायक गायिकहरु धराने संगीतप्रेमीहरूको क्रेज देखेर धरान आउँछन् । धरान र आसपासमा रहेका गाउँ शहरमा बर्सेनि युवायुवतीका लागि नै भनेर कार्यक्रमको आयोजना गर्ने गरिएको छ । धरानमा मात्र वर्षमा थुप्रै कर्न्सटहरु हुने गरेका छन् । स्थानीयले गरेको कार्यक्रममा काठमाडौंबाट सहभागी हुन नेपालका चर्चित सेलिब्रेटीहरूको ओइरो नै लाग्ने गरेको छ । धरानमा सेलिब्रेटीहरूले सहभागिता जनाउँदै पहिलो पटक निर्वाण कन्ट्री क्लबमा ०१३ अगष्ट ३० मा एष्ट्राभेगेन्जा ट्रेड फेशन शोको भव्य आयोजना भएको थियो । सो फेसन शोमा नेपालका चर्चित नायिका नम्रता श्रेष्ठ र टप मोडलहरूले स्टेजमा क्याटवाक गर्दा धराने युवायुवतीहरूमा रमाइलो छाएको थियो । त्यसपछि लगत्तै सेग्रामस फेशन ट्रेडमा पहिलो पटक उपथिस्ति जनाउँदै पहिलो मिस

नेपाल रूवी राणा, मिस नेपाल श्रृति श्रेष्ठ, सदीक्षा श्रेष्ठ, मोडल सहाना बज्राचार्य, नायिका तथा मोडल निशा अधिकारी, नम्रता श्रेष्ठ लगायत धरानका मिस पूर्वाञ्चल प्रतिभा श्रेष्ठ, अश्मिता गुरूङ, लगायतका धराने मोडलले क्याटवाक गरेका थिए । त्यसैगरी धरानमा सुन्दरी प्रतियोगिता पनि हुँदै आएको छ । यसमा सहभागी हुन पूर्वाञ्चलका विभिन्न जिल्लाबाट युवतीहरूको जमघट धरानमा हुने गरेको छ । धरानलाई मुख्य केन्द्रविन्दू बनाएर सन् २००२ देखि मिस पूर्वाञ्चलको आयोजना बर्सेनि हुने गरेको छ । त्यसैगरी युवायुवतीहरूका लागि सदैव खुल्ला रहने फ्युजन क्लबमा डिस्कोमा रमाइलो गर्ने पूर्वाञ्चलको धरानमा मात्र डिस्को बार रहेको छ । बार चलाएर बसेका धरानका डिजे तथा फ्युजन क्लबका प्रोपाइटर धरान ९ निवासी डिजे ललित राई भन्छन्- 'धराने युवायुवतीमा रमाइलो गर्ने इच्छा छ तर हिजोआज कार्यक्रम त्यति नभएकोले उनीहरूको सहभागिता नदेखिएको हो ।'

– सोहन श्रेष्ठ

हुन्छ, शुभकामना कार्डको बिक्रीमा भने मन्दी आएको छ', उनले भने ।

मध्यरातसम्म स्वदेशी र विदेशीको चहलपहल हुने ठमेलमा यस वर्ष पनि क्रिसमसको विशेष रौनक छाएको थियो । ठमेलका होटल तथा रेष्टुरेन्टमा स्वदेशी विदेशीको बाक्लै भीड रहेको थियो । ठमेल, नर्सिङ गेटमा रहेको माया कक्टेल बारका राजन थापाले क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्षका बेला पहिलाको तुलनामा ग्राहकको बढी भिड हुने बताए । कक्टेल, म्याक्सिकन खानाका साथमा ल्याटिन म्युजिक प्रस्तुत हुने २२ वर्ष पुरानो उनको बारमा क्रिसमसका अवसरमा नेपाली र विदेशी पाहुना भरिएका थिए । 'नेपालीहरूले पहिलाको तुलनामा अहिले अंग्रेजी नयाँ वर्ष र क्रिसमस पनि मनाउन थालेका छन्' थापाले भने ।

यता ठमेलकै किङ्स इभेन्ट हलमा क्रिसमसका अवसरमा भन्दै काठमाडौंका विभिन्न कलेज पढ्दै गरेका युवायुवती डान्स पार्टीमा रमाउँदै थिए । क्वीन्स अन डान्स एट क्रिसमस नाम दिइएको सो पार्टीमा दुई सयको हाराहारीमा युवायुवतीको उपस्थिति देखिन्थ्यो । दिउँसो २ बजेबाट सुरू भएको सो डान्स पार्टीमा राती १२ बजेसम्म युवायुवती जाडोमा पसिना निकालेर नाचिरहेकै देखिन्थे । आफूहरु क्रिस्चियन नभए पनि क्रिसमस मनाएको डान्समा सहभागी युवाहरूको भनाइ थियो ।

यस्तै अंग्रेजी नयाँ वर्षका अवसरमा पनि उपत्यकामा विभिन्न औपचारिक अनौपचारिक कार्यक्रमहरूको आयोजना भए । विगतमा झैं यस वर्ष पनि ठमेल पर्यटन विकास समितिले ठमेलको त्रिदेवी मार्गमा आन्तरिक र बाह्य पर्यटकलाई केन्द्रित गर्दै एक औपचारिक कार्यक्रमसहित सांगीतिक कार्यक्रमको आयोजना गर्‍यो । सो कार्यक्रममा संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्री रामकुमार श्रेष्ठ, काठमाडौं जिल्ला अधिकारी वसन्तराज शर्मासहित पर्यटन क्षेत्रसँग सम्बिन्धित अन्य व्यक्तित्वहरूको उपस्थिति थियो । राती साँढे १२ बजेसम्म भएको सो कार्यक्रममा स्वदेशीसहित विदेशीको बाक्लो उपस्थिति थियो । निकै लामो समयदेखि ठमेलमा स्वदेशी-विदेशीका लागि ठमेल विषयमा जानकारी दिन अंग्रेजी नयाँ वर्षका उपलक्ष्यमा विशेष कार्यक्रमहरूको आयोजना गर्दै आएको जानकारी ठमेल पर्यटन विकास समितिका अध्यक्ष रामशरण थपलियाले दिएका छन् । आन्तरिक पर्यटकका लागि पनि ठमेललाई परिवारिक वाताबरण दिने अवस्थामा पुर्‍याउनुका साथै यसबारे चिनाउनु पनि आफ्नो उद्देश्य रहेको उनले खुलाए । साँच्चै नै क्रिस्चियत धर्मावलम्बीको वा विदेशीहरूको चाड भए पनि स्वेदेशी विदेशी दुवैका लागि ठमेलबारे जानकारी गराउन क्रिसमस उपयुक्त अवसर बनेको थियो ।

विश्वका

कलाले जोडेको जातिका संस्कृति

विभिन्न मुलुकका संस्कृतिबीच प्राकृतिक, आर्थिक तथा सामाजिक समानता पाइन्छ । राष्ट्रिय एकीकृत र विभिन्न जातिबीच घनिष्ठतासँगै आदानप्रदान रहेको अवस्थामा चीनका छपन्न वटा जातिबीचमा सांस्कृतिक मेलमिलाप रहेको छ । ह ह्वा छ्याङ हाल ल्हासाको स्ये तुइ पाइ परम्परागत हस्तकला संस्कृति स्कुलमा तिब्बती गा छ शाखाको थाङ्का कलाबारे छ महिनासम्म पढेका विद्यार्थी हुन् । यो विद्यालय नै शिक्षा, उत्पादन र बिक्री गरी तिब्बती परम्परागत हस्तकलाको उत्तराधिकारी निर्माण गर्ने स्कुल हो । तर उनी युन नान प्रान्तको ली च्याङ तुङ पा सांस्कृतिक उत्तराधिकारी स्कुलका तुङ पा चित्र शिक्षक पनि हुन् । उनले भने- 'पहिला म तिब्बतको ल्हासा आएको थिइनँ । स्ये पाइ तुइ परम्परागत हस्तकला स्कुलबारे पनि थाहा थिएन । मेरो सौभाग्य भन्नुपर्छ मैले कलेजका प्राचार्य सुङ मिङलाई चिन्ने अवसर पाएँ । यहाँ थाङ्का कला सिक्नका लागि उहाँले हामीलाई निकै सहयोग गर्नुभएको छ ।'

सन् २०१३ जुलाईमा तिब्बतको ल्हासा शहर र युन नान प्रान्तको ली च्याङ शहरबीचको जातीय सांस्कृतिक आदान-प्रदानलाई प्रबर्द्धन गर्नका लागि ल्हासा शहरीय सरकारको आग्रहमा स्ये तुइ पाइ परम्परागत हस्तकला संस्कृति स्कुलले ल्हासा चुम्ला खाँ गुम्बाको काङ्युर ट्रिपिटाकाको प्रतिमा बनाएर ली च्याङ शहरलाई दिइएको थियो । जसबाट स्ये तुइ पाइ परम्परागत हस्तकला संस्कृति स्कुल र ली च्याङ तुङ पा सांस्कृतिक उत्तराधिकारी कलेजलाई एकआपसमा भावनात्मक रूपले आबद्ध गरिएको थियो । त्यसपछि दुई पक्षले दुई क्षेत्रका परम्परागत सांस्कृतिक आदानप्रदान गर्नका लागि सहयोगी सम्बन्ध स्थापना गर्ने निर्णय भएको थियो ।

ह ह्वा छ्याङका अनुसार तुङ पा संस्कृति ना सी जातीय संस्कृतिको मुख्य विषय रहेको छ । त्यसको एक हजारभन्दा लामो इतिहास छ । बलि, नाचगान, चित्र, प्रार्थना आदि क्षेत्रमा तुङ पा संस्कृतिको तत्व समावेश छ । केही वर्षयता स्थानीय सरकार र लोक संगठनले ना सी जातिको परम्परागत संस्कृतिको संरक्षण तथा जीवन्तताका लागि अझै बढी सहयोग गरेको छ । ली च्याङ शहरमा मात्रै तुङ पा संस्कृतिको उत्तराधिकार संस्था थुप्रै छन् । जस्तै तुङ पा संस्कृति अध्ययन इन्स्टिच्युट, तुङ पा संस्कृति संग्रहालय, तुङ पा संस्कृतिको उत्तराधिकार कलेज आदि ।

सोह्र वर्षको उमेरदेखि ह ह्वा छ्याङले तुङ पा संस्कृति सिक्न थालेका थिए । तुङ पा संस्कृति नै युगदेखि युगसम्म उत्तराधिकार भएर फैलिएको हो । आफ्ना बाजे र बुबाले तुङ पा संस्कृतिसम्बन्धी काम गर्दैनन् तर सानैदेखि तुङ पा संस्कृतिमा मन लागेको ह ह्वा छ्याङ तुङ पा चित्रमा अडिग रहेका छन् । ली च्याङ शहरमा तिब्बती थाङ्का कला सिक्ने तिब्बतीको तुलनामा तुङ पा चित्र सिक्ने ना सी जातिका मानिसको संख्या थोरै छ । ह ह्वा छ्याङको विचारमा ना सी जातिको जनसंख्या र ना सी जातीय संस्कृतिको विकास नै यसो हुनुको मुख्य कारण रहेको छ । यो नै उनले टाढाबाट ल्हासा आएर तिब्बती थाङ्का कला सिक्नुको कारण पनि हो । उनले भने- 'बुद्ध धर्म तिब्बतमा आउनुअघि तिब्बतमा बोन धर्म मानिन्थ्यो । उक्त बोन धर्म र हाम्रो तुङ पा धर्मबीच सम्बन्ध छ । तुङ पा चित्र र थाङ्का बनाउन केही समान उपाय छ । हाल थाङ्का बनाउने नाप मसिन छ । बुद्ध चित्र बनाउनका लागि नियमित साइज छ । तर तुङ पा चित्र बनाउनका लागि नियमित साइज छैन । त्यसैले मैले विशेष गरी यहाँ आएर थाङ्का बनाउने नाप मसिन र रंगबारे ज्ञान लिएको छु ।'

छ महिनासम्म सिकेपछि हाल ह ह्वा छ्याङले तिब्बती थाङ्काबारे अझ गहिरो र चौतर्फी रूपमा बुझेका छन् । उनको विचारमा थाङ्का र तुङ पा चित्रबीच समान तत्व छ अर्थात् मानिसले बुद्धलाई सम्मान गर्ने र घरलाई माया गर्ने देख्न सकिन्छ । आफूले थाङ्का कला सिकेर आफ्नो तुङ पा चित्रलाई अझ सुन्दर रूपमा बनाउन प्रयास गर्ने प्रतिबद्धता ह ह्वा छ्याङले जनाए । उनले अगाडि थपे- 'ल्हासाको पढाइ अवधिमा ह ह्वा छ्याङ एक विद्यार्थी मात्रै हुन्छन् तर उनले अरू विद्यार्थीलाई चित्र बनाउने सीप पनि सिकाउँछन् । साथै शिक्षा, विद्यार्थीसँग तिब्बती परम्परागत कलात्मक बस्तु पनि बनाउँछन् । उनलाई लाग्छ अझ मेहनत गरेर छिटै थाङ्का कला सिक्नुपर्छ । म सिक्नका लागि यहाँ आएको हुँ । प्राचार्य सुङ मिङले हामीलाई पनि धेरै माया गर्नुहुन्छ । यहाँ पनि धेरै सुविधा छ । यो मौका पाउन सजिलो छैन । यहाँ बसेको हरेक मिनेट खेर फाल्नुहुँदैन । त्यसैले यहाँ आएको छ महिनामा मैले छुट्टी लिएको छैन । हरेक बिहान साढे आठ बजेदेखि राति साढे दश बजेसम्म म सिकिरहन्छु ।'

ह ह्वा छ्याङको एउटा सपना छ, छिट्टै यो कला सिकेर आफ्नो घर फर्किने अनि थाङ्का कलाको सीप लिएर अझ बढी ना सी जातिका मानिसलाई सिकाउने, जसले तिब्बती जाति र ना सी जातीय संस्कृतिलाई मिलेर अझ सुन्दर जातीय कला बनाउन सिकाउने ।

थाङ्का र तुङ पा चित्रबीच समान तत्व छ अर्थात् मानिसले बुद्धलाई सम्मान गर्ने र घरलाई माया गर्ने देख्न सकिन्छ।

चाङ च यीको जीवनमा सन् १९९८ कोसेढुङ्गा साबित भयो। त्यही वर्ष चीनको केन्द्रीय नाटक कलेजमा उनले प्रवेश पाइन्। त्यहाँ अध्ययनरत रहँदा उनले चीनका प्रसिद्ध निर्देशक चाङ यी मौको निमन्त्रणामा 'मेरा बुबा र आमा' नामक फिल्ममा अभिनय गर्ने मौका पाइन्। त्यही फिल्ममा अभिनय गरेवापत उनी चीनको २३औं लोकप्रिय फिल्म सयौँ फूल पुरस्कारअन्तर्गत सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन्।

चाङ च यी चीनकी एकजना चर्चित अभिनेत्री हुन् । उनी सन् १९७९ को फेब्रुअरी ९ मा चीनको राजधानी पैचिङमा जन्मिएकी हुन् । सन् १९८७ मा ८ वर्षको कलिलो उमेरमै उनले पैचिङको सि छन् क्षेत्रको बालदरबारमा नृत्य कक्षा लिएकी थिइन् । उनले उसु सम्बन्धी फिल्मबाट आफ्नो नृत्यको शिलान्यास गरेकी थिइन् । सन् १९९० मा चाङले पैचिङ नृत्य कलेजमा सम्बन्धन प्राप्त विद्यालयमा प्रवेश गरी छ वर्षको जातीय नृत्यको अध्ययन गरिन् र सन् १९९४ मा आयोजित 'राष्ट्रिय थाउ लि पै' सम्बन्धी नृत्य प्रतियोगितामा प्रदर्शन पुरस्कार प्राप्त गरिन् ।

चाङ च यीको जीवनमा सन् १९९८ कोसेढुङ्गा साबित भयो । त्यही वर्ष चीनको केन्द्रीय नाटक कलेजमा उनले प्रवेश पाइन् । त्यहाँ अध्ययनरत रहँदा उनले चीनका प्रसिद्ध निर्देशक चाङ यी मौको निमन्त्रणामा 'मेरा बुबा र आमा' नामक फिल्ममा अभिनय गर्ने मौका पाइन् । अनि त्यही फिल्ममा अभिनय गरेवापत उनले चीनको २३ औं लोकप्रिय फिल्म सयौँ फूल पुरस्कार अन्तर्गत सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन् भने बर्लिन अन्तर्राष्ट्रिय फिल्म समारोहमा चाँदीको भालु पुरस्कार पाउन पनि सफल भइन् ।

सन् १९९९ मा निर्देशक चाङ यी मौको सिफारिसमा चाङ च यीले निर्देशक लि आनको 'क्राउचिंग टाइगर हिडन ड्रैगन' नामक युद्धकलाको फिल्ममा एउटा महत्वपूर्ण पात्रको अभिनय गरिन् । सन् २००१ मा अमेरिकी एकेडेमी अवार्ड प्रतियोगितामा 'क्राउचिंग टाइगर हिडन ड्रैगन'ले उत्कृष्ट विदेशी भाषाको चलचित्र पुरस्कार प्राप्त गर्‍यो । अमेरिकी एकेडेमी अवार्डको इतिहासमा उत्कृष्ट विदेशी भाषाको पुरस्कार प्राप्त गर्ने यो पहिलो चिनियाँ चलचित्र पनि रह्यो । यो फिल्मले विश्व र चीनमा धेरै प्रतियोगितामा थुप्रै पुरस्कार प्राप्त गरिसकेको छ । अहिलेसम्म यो चलचित्रले विश्वमा बीस करोड अमेरिकी डलर कमाइसकेको छ ।

सन् २००० मा चाङ च यी चीनको केन्द्रीय टेलिभिजनद्वारा आयोजित वसन्त चाडको समारोह सम्बन्धी कार्यक्रममा सहभागी भएकी थिइन् । सो वर्ष ज्याकी चानको मुख्य अभिनय भएको अमेरिकी हलिवुड फिल्म 'रस आवर २'मा चाङले पनि अभिनय गरेकी थिइन् । यही चलचित्रमार्फत उनले हलिउडमा प्रवेश गरेकी थिइन् । सन् २००२ देखि सन् २००४ सम्म निर्देशक चाङ यी मौको 'हिरो' र 'हाउस अफ फ्लाइङ ड्रागन' नामक युद्धकलाको फिल्ममा सहभागी भइन् । उनले प्रसिद्ध चलचित्रबाहेक विभिन्न कलात्मक चलचित्रमा पनि अभिनय गरेकी छन् । निर्देशक लौ येको 'पर्पल बटरफ्लाई' र निर्देशक हौ यौंको 'जस्मिन वुमन' मा चाङ च यीले पनि अभिनय गरेकी छन् ।

सन् २००५ को फेब्रुअरी १ मा ७७औं अमेरिकी एकेडेमी अवार्ड वितरण समारोहमा चाङ च यी उद्घोषकका रुपमा समारोहमा सहभागी भएकी थिइन् । चीनको हङकङका प्रसिद्ध निर्देशक वाङ च्या वैको '२०४६' नामक फिल्ममा उत्कृष्ट अभिनयमार्फत उनले हङकङ फिल्म अवार्ड पनि प्राप्त गर्न सफल भइन् । सन् २००६ मा 'मेमोरी अफ ब जेइसा' नामक फिल्ममा उत्कृष्ट अभिनयमार्फत चाङ च यीलाई अमेरिकी गोल्डन ग्लोब अवार्डमा सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीका रूपमा मनोनित गरिएको थियो ।

सन् २००९ मा उनी 'सोफीको बदला' नामक चलचित्रमा पहिलो पटक निर्मात्रीका साथै मुख्य अभिनेत्री पनि रहिन् । सोही वर्ष उनले निर्देशक वाङ च्या वैको उसु फिल्म 'द ग्राण्डमास्टर'मा अभिनय गरिन् । यो चलचित्र केही वर्षको तयारी र छायाङ्कनपछि सन् २०१३ को जनवरी ८ देखि चीनमा औपचारिक रुपमा प्रदर्शनमा आयो । यो फिल्ममा उत्कृष्ट अभिनयमार्फत सन् २०१३ को नोभेम्बर २२ मा चाङ च यीले ताइवानको गोल्डेन हर्स अवार्ड वितरण समारोहमा सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीको पुरस्कार प्राप्त गरिन् ।

चर्चित चिनियाँ अभिनेत्री
चाङ च यी

■ चेतनाथ आचार्य

उपन्यासमा चिनियाँ समाज

चिनियाँ साहित्य विशाल र धनी छ । हजारौं वर्षको इतिहास बोकेको चिनियाँ साहित्यलाई विश्वमा परिचित गराउनका लागि थुप्रै चिनियाँ साहित्यकारले परिश्रम गरेका छन् । फलतः थुप्रै चिनियाँ साहित्यकारका कृतिहरु विश्वका विभिन्न भाषामा अनुदित भएर संसारभरका पाठकले पढ्न पाएका छन् । सन् १९४९ को क्रान्तिपछि स्थापित नयाँ चीनमा देखिएका साहित्यकारहरुमध्ये लु सुन सर्वाधिक लोकप्रिय बने । अहिले चिनियाँ साहित्यमा आफूलाई लु सुनको उत्तराधिकारी ठान्ने मो यान बहुचर्चित छन् । उनका कृतिहरु चीनमा मात्र नभएर विश्वमा धेरै पढिने कृतिको सूचीमा अंकित भइसकेका छन् । त्यसो त पाठक, समालोचक र साहित्यकारहरुबीचमा मो यान लोकप्रिय मात्र होइन आलोचित पनि बनेका छन् । सन् २०१२ मा विश्वको सबैभन्दा प्रतिष्ठित र उच्च साहित्यिक सम्मान नोबेल पुरस्कारले मो यानलाई विभूषित गरेपछि उनका पाठक र प्रशंसकहरु ह्वात्तै वृद्धि भएका छन् । इन्टरनेट प्रयोग गरेर उनका बारेमा सोधखोज गर्ने अन्वेषक र समीक्षकहरु लाखौंको संख्यामा थपिएका छन् ।

मजदुर बने र सन् १९७६ मा चिनियाँ जनमुक्ति सेनामा भर्ना भए । जागिरसँगै सेनाको आन्तरिक अध्ययनबाट उनले स्नातक गरे । सेनामा कार्यरत भएकै समयमा उनी साहित्यिक लेखनमा लागेका थिए । उनले जनमुक्ति सेनामा सिपाहीका रुपमा कार्यरत रहँदा सन् १९८७ मा रातो जुनेलोघारी अर्थात् 'रेड सोर्घम' उपन्यास लेखे । जापानले चीनमाथि गरेको आक्रमणको विरोधमा लेखिएको यो उपन्यासबाट चलचित्र बनेर चर्चित बनिसकेको छ । उनले सेनाबाट अवकाश लिएपछि पैचिङ विश्वविद्यालयबाट स्नातकोत्तर गरे । मो यानका बहुचर्चित अन्य उपन्यासहरुमा लसुनको सवाइ, तेह्र पाइला, शाकाहारी परिवार, ठूला स्तन र चौडा नितम्ब, रक्सीको गणतन्त्र, रातो जंगल, रक्तचन्दनको मृत्यु आदि रहेका छन् ।

'जीवन र मृत्युको दोसाँधमा'

मो यानद्वारा लिखित 'जीवन र मृत्युको दोसाँधमा' उपन्यास सन् १९५० देखि सन् २००० सम्मको समग्र चिनियाँ समाजको कलात्मक सजावट हो । सन् १९४९ अक्टोबर १ मा नयाँ चीन स्थापना भएपछिको चिनियाँ समाज, संस्कृति, विकास र आरोहअवरोहको सूक्ष्म विश्लेषणका साथै चिनियाँ समाजमा विकसित सकारात्मक र नकारात्मक प्रवृत्तिको साङ्गोपाङ्गो लेखाजोखा पनि हो यो उपन्यास । लेखकले यो उपन्यासमार्फत लुकेका कुरालाई दर्पण छायाजस्तै छर्लङ्ग बनाइदिएका छन् । पाँस सय चालीस पृष्ठको यो उपन्यास उनले ४२ दिनमा लेखेका हुन् ।

चीनको सान्तोङ प्रान्तमा पर्ने उत्तर काउमी नगरबाट उपन्यास सुरु भएको छ । यो शहर नै उपन्यासकार मो यानको जन्मस्थान हो । काउमी क्षेत्रको सिमन गाउँबाट फक्रिएको उपन्यास सान्तोङ प्रान्त हुँदै चीनको राजधानी पैचिङ अनि सिआनसम्म ढकमक्क हुन्छ । चिनियाँ क्रान्तिपछि ग्रामीण क्षेत्रमा भएको विकास, कम्युन र सहकारी मार्फत जग्गाको अधिग्रहण र सार्वजनिक खेतीपातीको व्यवस्थाबाट समाजवादको व्यावहारिक प्रयोगसँगसँगै देखिएका नकारात्मक पक्षलाई समेत उपन्यासले समेटेको छ । उपन्यासले काउमी गाउँ कसरी शहरी क्षेत्रमा रुपान्तर भयो भन्ने कुरालाई रौंचिरा केलाएको छ । तर, पाठकले उपन्यास पढिसकेपछि मात्र त्यस क्षेत्रको समाज, संस्कृति, राजनीति र आर्थिक व्यवस्थाका बारेमा अध्ययन गरेको भेउ पाउँछन् ।

नोबेल पुरस्कार प्राप्त गर्ने मो यान पहिलो चिनियाँ साहित्यकार हुन् । उनले लेखेका एक दर्जनभन्दा बढी कृति विभिन्न भाषामा अनुदित भएका छन् भने कतिपय कृतिबाट चलचित्र बनेर महत्वपूर्ण पुरस्कारहरु पनि हात पारिसकेका छन् । मूलतः सर्जकका आँखा सत्ता र शक्तिको विपरीत हुनुपर्छ भन्ने मान्यता मो यानको लेखनशैलीबाट पनि पुष्टि भएको छ । उनले चिनियाँ समाज, संस्कृति र राजनीतिभित्र रहेका नकारात्मक प्रवृत्तिलाई आफ्ना सिर्जनामार्फत उजागर गरेका छन् ।

सन् १९५५ मा चीनको सान्तोङ प्रान्तको काउमी गाउँमा जन्मिएका मो यानको खास नाम क्वान मोए हो । उनी सानैदेखि चतुर र बोलक्कड थिए । उनी कथा वाचनमा विशेष रुचि राख्थे । सांस्कृतिक क्रान्तिको समयमा धेरै बोल्नु हुँदै भनेर उनका बुबाले उनलाई मो यान भन्दथे । चिनियाँ भाषामा मो यानको अर्थ 'नबोल' हुन्छ । पछि उनले साहित्यमा आफ्नो बुबाले दिएको नामलाई नै प्रयोग गरे र विश्वमै चर्चित बने । मो यान १२ वर्षको हुँदै सांस्कृतिक क्रान्तिको समयमा पढाइ छोडेर आफ्ना बुबासँगै कृषि पेसामा लागे । आर्थिक अवस्था कमजोर भएको हुनाले उनी पछि कारखानाका

उपन्यास मूलतः पाँच भागमा वर्गीकृत छ । काउमीमा जन्मिएका एकजना जमिन्दार सिमन नाओलाई क्रान्तिको सयममा मृत्युदण्ड दिइन्छ । आफू अनाहकमा मारिएको भन्दै उनले भगवानसमक्ष पुनर्जन्मका लागि फिराद गर्छन् र भगवानले उनलाई पहिले गधा, त्यसपछि गोरू हुँदै सुँगुर, कुकुर र बाँदरको रूपमा पुनर्जन्म गराइदिन्छन् । उपन्यासको सुरुमा गधाले भोगेको जीवनलाई राखिएको छ जहाँ गधा आफैले घटनालाई वाचन गर्छ । तत्कालीन अवस्थामा कम्युन र सहकारी निर्माण गरेर विकास निर्माण तीव्र गतिमा बढाइएको कुरासँगै युवा पुस्तामा जनमुक्ति सेनमा लाग्न पाउनु गौरव मान्दै विना सोचका कारण कतिपय दुर्घटना निम्तिएको विषय स्वस्फूर्त रूपमा उपन्यासले समेटेको छ ।

उपन्यासमा काउमीको सिमन गाउँका जमिनदार सिमन नाओ सुरूदेखि अन्तसम्म देखा पर्छन् तर उनले मानव शरीरमा नभएर विभिन्न जनावरको शरीरमा जन्म लिएकाले उनी सबैलाई चिन्छन् तर उनलाई कसैले पनि चिन्दैन । आफ्नी रखौटीले घरकै नोकरसँग बिहे गरेर बसेको देख्दा उनलाई सारै रिस उठ्छ तर एउटा जनावरको धर्म निर्वाह गर्दै टुलुटुलु हेर्नुबाहेक उनीसँग कुनै विकल्प रहँदैन ।

चीनमा सांस्कृतिक क्रान्ति सुरू हुनुभन्दा अगाडि गधाले भोगेको दुःखको वर्णन गधा आफैले गर्छ । गधाको जीवनी उपन्यासको पहिलो खण्ड हो । तत्कालीन चीनका जनताले भोगेको दुःख, गर्नुपरेको संघर्ष र समाजवादी चीनको पहिलो चरणको कारूणिक अवस्था उपन्यासमा गधाले आफ्नो कथाको रूपमा छर्लङ्ग बनाउँछ। खुट्टा भाँचिएर घाइते गधालाई स्थानीय व्यक्तिले काटेर खाएपछि सिमन नाओको पुनर्जन्म गोरूका रूपमा हुन्छ । गोरूको जीवनी उपन्यासको दोस्रो खण्ड हो । गोरूको जीवनी पनि सांस्कृतिक क्रान्ति सुरू हुनुभन्दा पहिले सकिन्छ । गधा र गोरूको जीवन सबैभन्दा पीडादायी रूपमा उपन्यासमा व्याख्या हुनु नै त्यो समयमा नयाँ चीन निर्माण गर्नका लागि भएको दुःखको दस्तावेज हो भन्ने कुरा पुष्टि हुन्छ ।

उपन्यासको चौथो भागमा सिमन नाओ सुँगुरको रूपमा जन्मन्छन् । सांस्कृतिक क्रान्तिताका चीनमा उत्पादन ब्रिगेड सुरू भएको र जनमिलिसियाले कृषि तथा पशुपालनमा सहकारी मार्फत राम्रो प्रगति हासिल गरेको कुरा उपन्यासले व्यक्त गरेको छ । सुँगुरपछि कुकुरको रूपमा पुनर्जन्म भएको भाग उपन्यासको चौथो भाग हो, जतिबेला चीनमा सुधार र खुलापनले प्रवेश पाएको हुन्छ । निजी क्षेत्रको भूमिकालाई स्वीकार्दै अधिग्रहण गरिएका जग्गाजमिन चाहेमा कृषकले फिर्ता लान सक्ने नीति अवलम्बन हुँदै चीनले अन्तर्राष्ट्रियस्तरको विकास अँगाल्छ । कुकुरपछि बाँदरको पुनर्जन्म पुस्तकको पाँचौं तथा अन्तिम खण्ड हो । यस खण्डलाई लेखकले उपन्यासको थालनी भनेर उल्लेख गरेका छन् । बाँदरको मृत्यसँगै सिमन नाओ ठूलो टाउको भएको बालकको रूपमा सन् २००० जनवरी १ मा शताब्दी पुरूषको रूपमा जन्मन्छन् । एक्काइसौं शताब्दीमा चीनले गरेको आर्थिक विकास नै ठूलो टाउको भएको बालक हो जुन दिनदिनै बढ्दै गएको प्रतीकको रूपमा उपन्यासमा प्रयोग भएको छ ।

उपन्यासमा पात्रहरूले अनौठो ढंगबाट कथा वाचन गरेका छन् । सिमन नाओले पुनर्जन्म लिएको गधा, सुँगुर र कुकुरले आफै कथा सुनाउँछन् । उनीहरूले आफूले भोगिरहेको अवस्था वाचन गरेर पाठकलाई तत्कालीन चिनियाँ समाजको समाजशास्त्रीय संरचनाको ऐना देखाएका छन् । त्यसैगरी उपन्यासमा घटनाक्रमलाई वर्णन गर्न लान चाइफाङ उपस्थित भएका छन् । उपन्यासका विभिन्न भागमा एउटा लेखक र साहित्यकारको प्रसंग उल्लेख गरिएको छ, त्यो साहित्यकार तथा लेखकको नाम पनि मो यान नै हुन्छ । उपन्यासकारले आफूलाई पनि एउटा पात्रका रूपमा उपन्यासमा उभ्याएका छन् । फरक के छ भने मो यानको खास उमेरभन्दा र उपन्यासमा देखिएको पात्र मो यानको उमेर पाँच वर्ष जेठो छ ।

उपन्यासमा सिमन नाओले बारम्बार पुनर्जन्म लिए पनि मुख्य पात्र उनी होइनन् । उपन्यासका मुख्य पात्र उनकै धर्मपुत्र लान लियान हुन् जो नयाँ चीन स्थापना भएको आधा शताब्दीसम्म कम्युन र सहकारीमा सहभागी नभई स्वतन्त्र किसानका रूपमा रहन्छन् । लान लियानलाई समाजवादी चीनको यात्रामा एउटा अवरोधका रूपमा स्थानीयले लिएका हुन्छन् । उनलाई कम्युन र सहकारीमा आवद्ध हुन बारम्बार दबाब दिइन्छ । यो दबाब उनकै छोराले दिंदा पनि उनी दृढताका साथ स्वतन्त्र किसानको पक्षमा उभिन्छन् । उपन्यासको सुरू र मध्यभागमा उनलाई झण्डै झण्डै खलनायकको रूपमा उभ्याइएको छ । तर पाठकबाट उनले कहिल्यै पनि घृणा पाउँदैनन् र जब उनको मृत्यु हुन्छ तब उनले सबैभन्दा बढी सहानुभूति प्राप्त गर्छन् ।

उपन्यासमा पात्रहरुले अनौठो ढंगबाट कथा वाचन गरेका छन् । सिमन नाओले पुनर्जन्म लिएको गधा, सुँगुर र कुकुरले आफै कथा सुनाउँछन् । उनीहरुले आफूले भोगिरहेको अवस्था वाचन गरेर पाठकलाई तत्कालीन चिनियाँ समाजको समाजशास्त्रीय संरचनाको ऐना देखाएका छन् ।

चीनको जीवन्त इतिहास

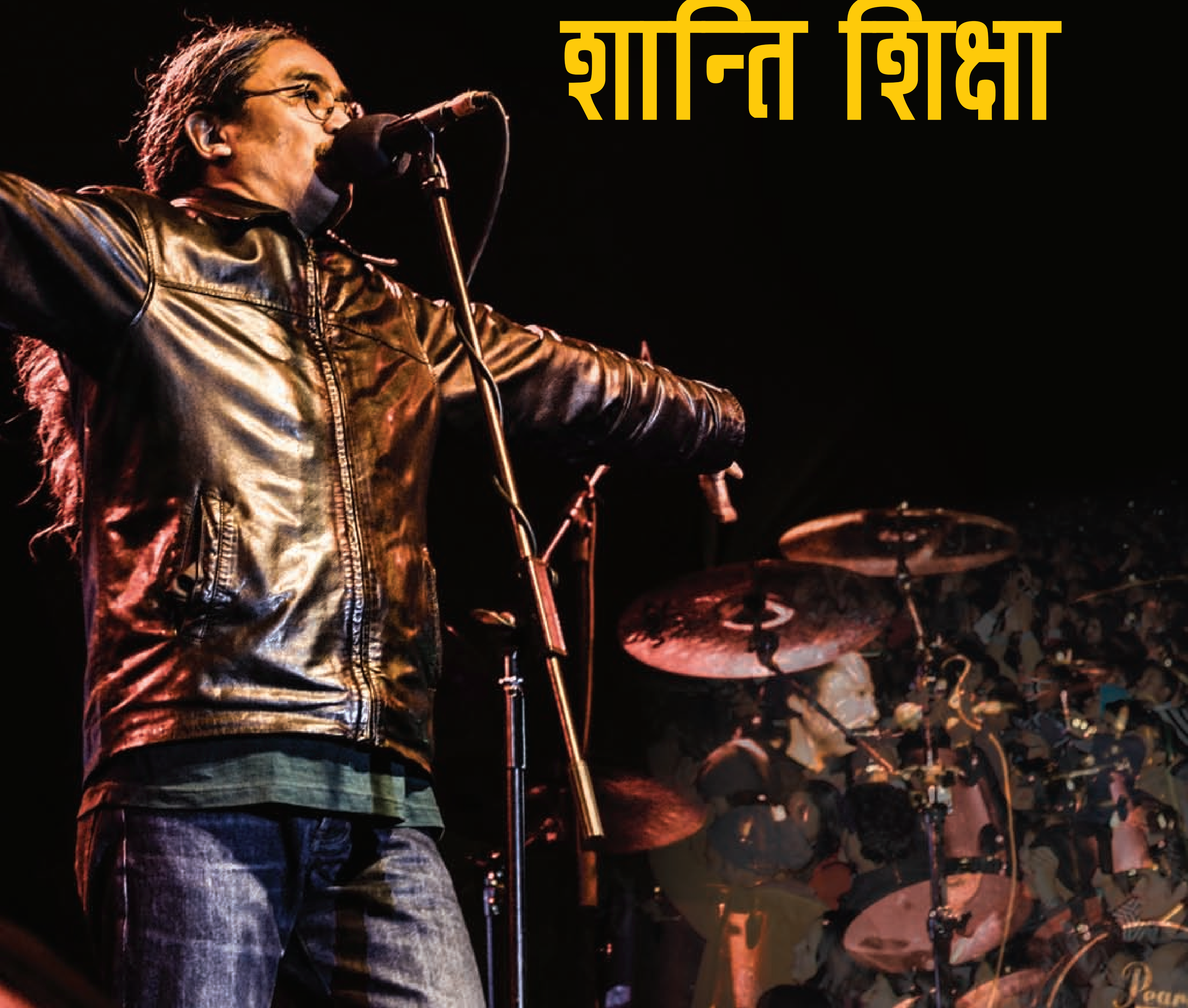
'जीवन र मृत्युको दोसाँधमा' एउटा विशुद्ध साहित्यिक उपन्यास हो । तर सर्जकले उपन्यासको मियोमा चिनियाँ रहनसहन, रीतिरिवाज, संस्कृति, समाज, राजनीति र अर्थ व्यवस्थालाई घुमाएका छन् । चिनियाँ परम्परा अनुसारको चाडपर्व र नयाँ चीन स्थापनापछि चिनियाँ जनताले चिनियाँ चरित्रको समाजवाद निर्माण गर्नका लागि गरेको प्रयास एउटा परिवार तथा गाउँसमाजका पात्र मार्फत उपन्यासमा व्यक्त गरिएको छ । यो उपन्यास हो तसर्थ पाठकले रूचि मानेर पढ्छन् तर कृति पढिसकेपछि उपन्यासको रसमा चिनियाँ संस्कृति र इतिहासका बारेमा पाठकले राम्रो ज्ञान प्राप्त गर्छन् । उपन्यासमा ५० वर्षको चिनियाँ समाजलाई जस्ताको तस्तै चित्रण गरिएको छ ।

बीसौं शताब्दीको अन्ततिर चीनले आर्थिक र सामाजिक क्षेत्रमा ठूलो सफलता प्राप्त गर्न सफल भएसँगै चिनियाँ नयाँ पुस्तामा आएको भड्कावलाई मो यानले आफ्नो उपन्यासमा सविस्तार वर्णन गर्न कन्जुस्याइँ गरेका छैनन् । सन् १९८५ पछि जन्मिएका व्यक्तिहरूमा देखिएको स्वच्छन्दता, आधुनिता र विश्वमा देखिएको उत्तरआधुनिक छलाङले चिनियाँ नयाँ पुस्तालाई गाँजेको कुरा प्रात्रको चरित्रचित्रण र घटनाद्वारा लेखकले पाठकलाई सूचित गराएका छन् ।

(आचार्य चिनियाँ अन्तर्राष्ट्रिय रेडियो नेपाली सेवा बेइजिङमा विदेशी विशेषज्ञका रूपमा कार्यरत छन्)

तस्वीर : अजय देशार/उज्ज्वल प्याकुरेल

संगीतबाट
शान्ति शिक्षा



नेपालयको व्यवस्थापनमा 'शान्तिको लागि शिक्षा' र 'सुन्दर शान्त नेपाल' भन्दै पटक-पटक यात्रामा निस्कने यो समूहको यस वर्ष पनि 'शान्तिको लागि शिक्षा' अन्तर्गतको यात्रा मंसिर २१मा सुरु भई पुस १४ गते सम्पन्न भएको छ ।

■ **मनोज केसी 'समय'**

इस्वीको नयाँ वर्ष, ल्होछारलगायतका सन्दर्भ परेकोले गत महिना मुलुकभर विभिन्न सांगीतिक कार्यक्रम भए पनि नेपथ्यले ठुलै अभियानसाथ गरेको सांगीतिक यात्राको चर्चा र महत्व बढी नै थियो । 'शान्तिका लागि शिक्षा' नाराका साथ सांगीतिक समूह नेपथ्यको सांगीतिक यात्रा सम्पन्न भएसँगै यस क्षेत्रमा उपलब्धिसमेत हासिल भएको छ । सन् १९९० मा स्थापना भएको यो समूहले शान्ति र शिक्षाको क्षेत्रलाई विशेष ध्यान दिँदै थुप्रै पटक देश-विदेशको यात्रा गरिसकेको छ । नेपालमा दिगो शान्ति कायम होस् र यहाँका प्रत्येक बालबालिकाले शिक्षाको उचित अवसर प्राप्त गरून् भन्दै समय समयमा यस्ता सांगीतिक कार्यक्रमको साथ देशको विभिन्न क्षेत्रको यात्रामा यो समूह निस्किने गरेको छ ।

नेपालयको व्यवस्थापनमा 'शान्तिको लागि शिक्षा' र 'सुन्दर शान्त नेपाल' भन्दै पटक पटक यात्रामा निस्कने यो समूहको यस वर्ष पनि 'शान्तिको लागि शिक्षा' अन्तर्गतको यात्रा मंसिर २१मा सुरू भई पुस १४ गते सम्पन्न भएको छ । समूह नेपथ्यले मंसिर २१ गते चितवनको रत्ननगर टाँडीबाट सुरू गरेको यो यात्रा २३ गते मोरङको विराटचोक, २५ गते झापाको दमक, २७ गते सर्लाहीको लालबन्दी, २९ गते कपिलवस्तुको तौलीहवा, पुस १ गते बर्दियाको गुलरिया, ३ गते दाङको लमही, ५ गते तनहुँको आँबुखैरेनी, ७ गते म्याग्दीको बेनी, ९ गते कास्कीको गगनगौंडा-लेखनाथ हुँदै राजधानी प्रवेश गरेर ललितपुरको पाटन दरबार स्क्वायरमा पुस १४ गते सम्पन्न गरेको छ ।

सबै स्थानमा स्थानीय आयोजकको सक्रिय सहभागिता रहेको उक्त कार्यक्रममा सबै उमेर समूहका दर्शकले नेपथ्यका प्रस्तुतिलाई उत्तिकै रूचाउँदै नेपथ्यको संगीतमा रमाएर घर फर्केका थिए । मोफसलका सबै स्थानमा टिकटको व्यवस्था गरिएको यो सांगीतिक यात्राको अन्तिम स्थल पाटन दरबार स्क्वायरमा भने टिकट नराखी खुला रूपमा गरिएको थियो । मुलुकभरका जति स्थानमा कार्यक्रम गरियो, सबै स्थानमा टिकटबाट उठेको रकम स्थानीय शैक्षिक क्षेत्रकै लागि प्रदान गर्दै यो समूह राजधानी प्रवेश गरेको हो ।

सुरूमा १९९० मा समूहको स्थापना हुँदाताकाका भीम पुन अहिले हङकङमा बसोबास गर्छन् भने दीपक राना अहिले पाइलट छन् । त्यहाँदेखि यहाँसम्मको अवधिभरमा थुप्रै संगीतकर्मी आउने र जाने क्रम जारी नै रहँदा समेत समूह नेपथ्य भने जस्ताको तस्तै नरहेर दिनप्रतिदिन बलियो बन्दै अगाडि बढि नै रह्यो । समूहको सम्पूर्ण नेतृत्वका साथमा अभिभावकत्व समेत गर्दै आइरहेका छन् समूहका गायक अमृत गुरूङ ।

आयो नून खाऊँ
स्वस्थ रहौं
आयोडिनयुक्त नून
मानसिक फुर्ति शारीरिक शक्ति
गाउँसम्म आयो, "आयो नून" यसले लगायो धेरै गुन
आयोडिनको कमीबाट हुने विकृतिहरु:
१. गर्भ तुहिने, मृत शिशु जन्मिने, अङ्ग भङ्ग भएको शिशु जन्मिने, जन्मेको शिशु चाँडै मर्न सक्ने ।
२. बच्चाहरु बहिरा, लाटा, लठ्‌उरा, बामपुड्के, डेडो आदि हुन सक्ने ।
३. पढाईमा कमजोर भई पटक पटक फेल हुनुको साथै खेलकुदमा समेत पछाडि पर्नसक्ने ।
४. गलगाँड आउने, सुस्तमनस्थिति हुने ।
५. आयोडिनको कमीले I.Q. Level कम हुने ।
६. आयोडिनको कमी भएमा मानिसहरुमा आलस्यपन आउने, काम गर्ने क्षमतामा कमी आउने ।
७. आयोडिनको कमीबाट गाईवस्तुले दुध कम दिने ।
आयोडिनको कमीबाट हुने विकतिहरु उपचार गरेर हटाउन सकिदैन । त्यस्ता विकृति आउन नदिन एकमात्र उपाय आजै देखि आयोडिनयुक्त दुई बालबालिकाको चिन्ह अंकित पाकेटको नून मात्र प्रयोग गरौं ।
दुई बालबालिका चिन्ह अंकित आयोडिनयुक्त पाकेटका नून सधैं प्रयोग गर्नुहोस् ।
आयो नून
नेपाल-भारत सहयोग
नेपाल सरकार तथा भारत सरकारको
सल्ट ट्रेडिङ्ग कर्पोरेशन लिमिटेड
केन्द्रीय कार्यालय: पो.ब.नं.: ४८३, कालिमाटी, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं.: ४२७०३१५
४२७१०१४, ४२७१२०८, फ्याक्स नं.: ९७७-१-४२७१७०४, ४२७१३९५

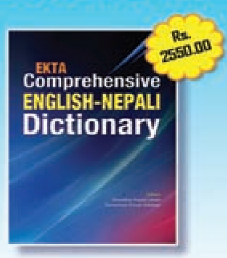
www·radiosarangi·com
RADIO SARANGI
101.3 MHZ
...पूर्वको उज्यालो
Radio Sarangi 101.3 MHz, Indrapur-8, Biratchowk, Morang
+977 021 546063, 546073
CORPORATE OFFICE : Radio Sarangi Network
Babarmahal, Kathmandu, Nepal, Ph.: 01-4241202
www.radiosarangi.com, info@radiosarangi.com

Wood Carving Industries Pvt. Ltd.
Patan Industrial Estate, Lagankhel, Lalitpur, Nepal
Tel:977-1-5521447, 5523768 Fax: 977-1-5527730
Email: info@woodcarving.com.np

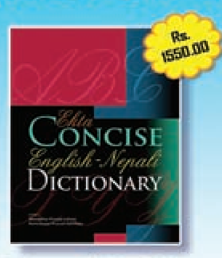
www.woodcarving.com.np

WE WISH YOU HAPPY NEW YEAR 2014

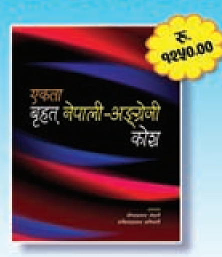
EKTA BILINGUAL DICTIONARY



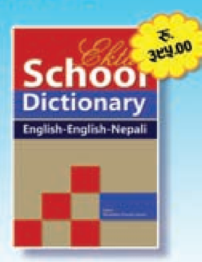
- Total entry 21,66,678
- Unrivalled coverage over 350,000 words
- General English Vocabulary plus technical and rare words
- Pictures to provide visual definitions
- Easy pronunciation based on Devanagari and IPA symbols



- Total entry 14,12 ,204
- Derivatives 23,000
- Idioms and Phrases 8,000
- Selection of words in terms of frequency of usage
- Easy pronunciation of words



- कुल प्रविष्टि ६,२०,४९७
- व्युत्पन्न शब्द ३९,०००
- श्याम श्वेत चित्र १७२
- रङ्गीन चित्र १४०
- छायाकोष्ठ २०१
- परिशिष्ट १२



- Total entry 15,000
- Definitions of words in simple English and in Nepali
- Pronunciation of headwords in IPA
- Grammatical markers for each entry
- 400 useful English idioms and phrases
- 300 illustrations

OUR OTHER DICTIONARIES

- Ekta Compact English-Nepali Dictionary – Rs. 375.00
- Ekta Shorter English-Nepali Dictionary – Rs. 275.00
- Ekta School English-English-Nepali Dictionary – Rs. 295.00
- Ekta School Dictionary English-English–Nepali – Rs. 375.00
- Ekta Junior English-English-Nepali Dictionary – Rs. 250.00
- एकता सङ्क्षिप्त नेपाली-अङ्ग्रेजी शब्दकोश – Rs. 1150.00

FORTHCOMING

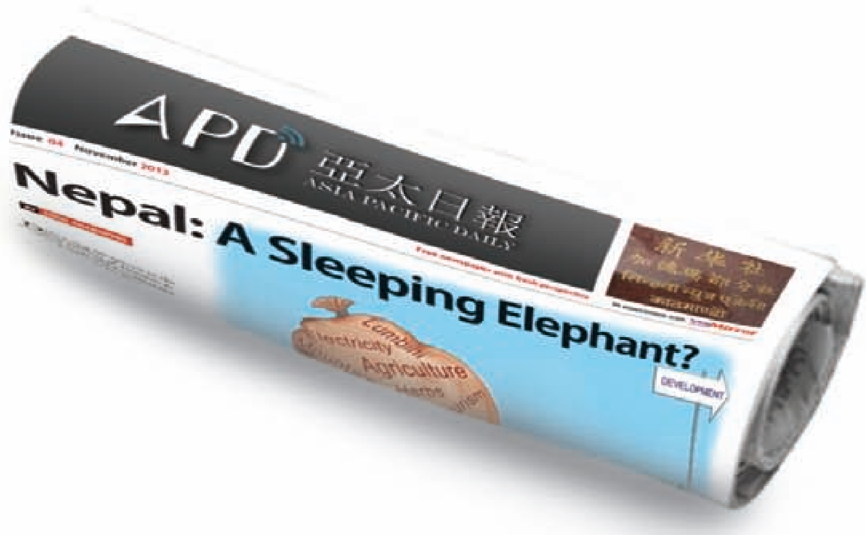
- Ekta Academic English-Enghlish–Nepali Dictionary
- एकता बृहत नेपाली-नेपाली शब्दकोश
- एकता गोजी नेपाली-अङ्ग्रेजी शब्दकोश
- एकता नेपाली-नेपाली शब्दकोशका विभिन्न श्रृङ्खलाहरु

Please pay us a visit at our showroom to experience the differences.

EKTA
Publishing House

EKTA BOOKS DISTRIBUTORS PVT. LTD.
Publishers and Distributors
Prashutigriha Marga, Thapathali, Kathmandu, Nepal
Phone: 4260482, 4262091, Showroom: 4245787, 4230729
Fax: (+00977-1) 4260744, E-mail: ektabook@mos.com.np; http://www.ektabooks.com

From Kathmandu to Beijing The shortest distance is to read and think



A New Window, A New Platform

Share Your Story
Promote Your Brand

APD ASIAPACIFIC DAILY

XINHUA

新华社
加德满都分社
सिन्हवा न्युज एजेन्सी
काठमाण्डौं