Vol. 1, Issue 10, August-September, 2014

HOT NEPAL Monthly

हट नेपाल

वर्ष १, अंक १०, भदौ २०७१, मूल्य रू ३०।-

सिल्पाको सौन्दर्य

श्रीविनाकी श्वेता

श्रीनाथका रमानाथ

मिडिया भर्सेस स्टार

पृथ्वीमै चन्द्र अनुभव

सुदूर पठारमा सुमधुर स्वर

बदलिंदो तीजमा गहनाको प्रतिस्पर्धा

calvinklein.com
watches
SULUX CENTRE
Hotel Woodland Complex, Durbarmarg, Kathmandu, Nepal.
Calvin Klein
swiss made

Buddha Maya Garden Resort Hotel LUMBINI

भगवान बुद्धको जन्मस्थल मायादेवी मन्दिरको नजिक दश बिगाहा सुन्दर बनमा अवस्थित बुद्धमाया गार्डेन होटल लुम्बिनी क्षेत्रकै सबैभन्दा ठूलो होटल हो । वातानुकुलित आधुनिक सुविधायुक्त यस होटलमा ८७ वटा डिलक्स कोठा, कन्फरेन्स हल, रेस्टुरेन्ट, मन्दिर र ध्यानकेन्द्र छ । सम्पर्कको लागि 071580220

KGH HOTELS

Wherever you are, we are always at your service

Kathmandu Guest House, Thamel, 4700632
Park Village Resort, Budhanilkantha, 4375280
Waterfront Resort, Lake Side, Pokhara, 61466304
Buddha Maya Gardens, Lumbini, 71580220
Maruni Sanctuary Lodge, Chitwan, 56580160
Park Vision Inn, Nagarkot, 06205839

info@ktmgh.com | www.ktmgh.com | www.kghhotels.com

Vol. 1, Issue 10, August-September, 2014

हट नेपाल

HOT NEPAL Monthly

वर्ष १, अंक १०, भदौ २०७१

मनोरञ्जन र जीवनशैली मासिक

आवरण तस्वीर : शिवलाल श्रेष्ठ

प्रधान सम्पादक
व्याकुल पाठक

सम्पादक
श्याम स्मृत

फोटोग्राफर
शिवलाल श्रेष्ठ, अजय देशार

मार्केटिङ
बबिता सिंखडा

ग्राफिक/लेआउट
श्याम स्याङ्बो

प्रबन्ध निर्देशक
कल्पना उप्रेती

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

प्रमुख अधिकृत वितरक/मोफसल
एलाइट न्यूजपेपर डिस्ट्रिब्युटर
नरदेवी, काठमाडौं, फोन : ०१-४२६११९४८

मुद्रक
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 व्रत बस्ने श्रीमान्‌को खोजी

तीज नेपालीको मौलिक तथा पुरातन परम्परा भएकोले यसलाई जीवित राखिरहन युवाजमातले नै समय सुहाउँदो परिमार्जन गर्दै लैजानुपर्ने लोकदोहोरी कलाकार दीपिका थापाको राय छ । समयअनुसार हाम्रा परम्परा तथा संस्कृतिमा परिवर्तन गर्दै लानु पर्दछ । नयाँ सोचका साथ अगाडि बढाउन सके मात्र यसले कालान्तरसम्म जीवन्तता पाउनेछ ।

१४ श्रीनाथका रमानाथ

पोखरा विश्वविद्यालयबाट अंग्रेजी साहित्यमा मास्टर डिग्री हासिल गरेका रमानाथ श्रेष्ठ कवि तथा साहित्यकार बन्नुको सट्टा पिताको परम्परागत कपडा व्यवसायलाई आधुनिकीकरण गर्ने कार्यमा लागे ।

२६ श्रीविनाकी श्वेता

कहाँ भेटिएला चलचित्रबाट बनेको श्री-श्वेताको जोडीलाई वास्तविक जीवनमा ३२ दिनभन्दा बढी विवाहित हुन दैवले दिएन । श्रीविना अब कसरी यति लामो जिन्दगी बाँच्ने भनेर बारम्बार भक्कानिने श्वेता हरेक पल श्रीको सामिप्यता खोजिरहेकी छन् । श्रीका अधुरा रहर र चाहनालाई जसोतसो पूरा गर्ने कार्यमा अब आफू लागिपर्ने बताए पनि श्वेतालाई सामान्य जीवनमा फर्कन निकै कठिन भइरहेको छ ।

३२ पृथ्वीमै चन्द्र अनुभव

अस्ताउन लागेको सूर्यको किरण तरेली परेको बालुवाको सतहमा पर्दा अत्यन्तै मोहक लाग्थ्यो । त्यो चन्द्रमाको सतहमा सूर्यको किरण पर्दाको जस्तै लाग्थ्यो र कहिलेकाहीं मथिङ्गलमा सोचाइ आउँथ्यो, कतै म चन्द्र सतहमा त छैन ?

३६ सुदूर पठारमा सुमधुर स्वर

सबैभन्दा मीठो मध्यम बिटको स्वरकी धनी गायिका कहलिएकी च्याङ् याङ् चो तिब्बती क्षेत्रमा मात्रै परिचित नभई चीनका विभिन्न क्षेत्रका धेरै फ्यानका प्यारी छन् । उनको गीत सुनेपछि घाँसेमैदानको अनुभव गर्नसक्ने र तिब्बत जातिका केटाकेटीको खुशियालीको अनुभव गर्नसक्ने छन् ।

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

सम्पादकीय

श्रीकृष्ण चरित्र

संसारमा जन्म लिएपछि मृत्यु अवश्यम्भावी छ तर कोही मानिस उनीहरूको प्रतिभा र सत्कर्मले यस्ता बनिदिन्छन् जसको अन्त्यको कल्पना पनि गर्न सकिंदैन । त्यस्तै एक व्यक्तित्व थिए नेपाली चलचित्रका नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ । नेपाली चलचित्रको इतिहासमा निष्कलंक नायकको छवि बनाएका श्रीकृष्णको अल्पायुमै भएको दुःखद निधन नियतिको दर्दनाक खेल नै मानियो । ३२ दिनअगाडि मात्र नायिका श्वेता खड्कासँग दाम्पत्य जीवनमा बाँधिएका नायक श्रेष्ठको दाम्पत्य जीवन त्यति छोटो होला भनेर कसैले सोचेकै थिएन । २०७१ साउन २४ गते राति भारतको नयाँ दिल्लीस्थित एपोलो अस्पतालमा नायक श्रेष्ठको निधन भएको खबर संचारमाध्यममा आइसक्दा पनि उनका फ्यानहरु विश्वास गर्न सकिरहेका थिएनन् । नवविवाहित पत्नीसँग हनिमुन मनाउन गएको भनिएका प्रिय नायकको त्यो हविगत होला भनेर सायदै कसैले कल्पना गरेका थिए । जनैपूर्णिमाको दिन आएको त्यस खबरले सबैलाई पीडित बनाइदियो । कतिले गाईजात्राको अघिल्लो दिन गरेको नमीठो गाईजात्रे खबर भनेर खबर दिने संचारमाध्यमलाई गाली गर्न पनि पछि परेनन् । नायक श्रेष्ठलाई माया गर्नेहरूले उनको त्यसप्रकारको खबर सुन्ने कल्पनै गरेका थिएनन् । कसैले नचाहेको यो खबर आखिर सत्य नै भएको पुष्टि भएपछि जनैपूर्णिमा धुमधामसँग मनाउने मनस्थिति बनाएका सबै नेपाली चलचित्र प्रेमी दुःखित बन्न पुगे । नायक श्रेष्ठको अपत्यारिलो सत्यले सबैलाई ठूलो शोकमा डुबाइदियो । उनका सहकर्मी कलाकार मात्र हैन दर्शकहरूका आँखा पनि रसाउन पुग्यो ।

उनको अभिनय र व्यक्तित्वबाट कति धेरै नेपाली प्रभावित रहेछन् भन्ने कुरा उनको शवयात्राको दृश्यले प्रमाणित गर्‍यो । देशभरिबाट नायक श्रेष्ठको अन्त्यष्टिमा सहभागी बन्न नाइट बस चढेर रातारात आउने युवाहरूको संख्या पनि ठूलो थियो । साउन २६ गते नायक श्रेष्ठको पार्थिव शरीर एअर इण्डियाको विमानबाट दिउँसो २.५५ बजेको फ्लाइटबाट ल्याइएपछि त्रिभुवन विमानस्थलमा सर्वसाधारणदेखि आफन्तजन सबैको रूवावासी नै भयो । विमानस्थल हुँदै प्रज्ञाभवन परिसरसम्म पुर्‍याउन श्रद्धाञ्जलिका लागि उर्लेको मानवसागरले गर्दा हम्मेहम्मे नै भयो । प्रज्ञाभवनमा तीन घण्टा श्रद्धाञ्जलिका लागि राखिने भनिए पनि प्रहरीले सुरक्षाको कारण देखाएपछि ४५ मिनेट राखेर सीधै पशुपति आर्यघाटमा शव पुर्‍याइयो । हजारौं हजारको सहभागिता अनि आर्यघाटमा नायक श्रेष्ठलाई मृत्युपर्यन्त राष्ट्रिय सम्मान दिइनु नेपाली चलचित्र क्षेत्रकै ऐतिहासिक घटना भएको छ । नेपाली चलचित्रको इतिहासमा नेपाली चलचित्रका कलाकारलाई राष्ट्रको तर्फबाट दिइएको यो पहिलो सम्मान पनि हो । यस परम्पराले चलचित्रको पर्दामा अभिनय गर्ने कलाकारलाई मुलुकले केवल मुलुकको गहना भन्ने तर त्यसको उचित सम्मान तथा संवर्द्धन नगर्ने विगतका प्रवृत्तिलाई हटाउने कार्यको सुरुवात भएको महसुस कलाकर्मीले गरेका छन् ।

नायक श्रेष्ठको अन्तिम दर्शन गर्न उर्लिएको जनसागरले चलचित्र कलामा लागेर नायक श्रेष्ठले कतिको मन जितेका रहेछन् भन्ने प्रमाणित भएको छ । त्यति धेरै मलामी बटुल्न सफल कलाकारमा २०४७ साल मंसिर १९ गते निधन भएका स्वरसम्राट नारायणगोपालपछिको अर्को कलाकारमा श्रीकृष्ण श्रेष्ठ नै बने । नारायण गोपालको शवयात्रामा जति मलामी देखिएको थियो, त्योभन्दा तेब्बर मलामी कमाउन श्रेष्ठले सफलता पाएको टिप्पणी पनि शवयात्राका क्रममा सुनिएका थिए । त्यति धेरै माया गर्ने मान्छेहरूका अगाडि चुपचाप निर्जीव बनेका नायक श्रेष्ठ बिउँतिएर आइदिएको भए कति राम्रो हुन्थ्यो भनेर प्रार्थना गर्नेहरु पनि धेरै भए । नायक श्रेष्ठको दुःखद निधनको खबर झूठो भइदिएको भए भगवानलाई लाखलाख धन्यवाद दिन्छु भन्ने लाखौं शुभेच्छुकका अगाडि नायक श्रेष्ठको पार्थिव शरीर पशुपति आर्यघाटमा राति ९ बजे प्रकृतिमा समाहित भएको थियो । उनको भौतिक शरीर जलेर सदाका लागि हामी सबैबाट टाढा भए पनि हाम्रो मन-मन्दिरबाट कहिले पनि टाढा हुने छैन । उनको अभिनय कलालाई युगले सदा सम्झिरहने छ । उनी अभिनित पहिलो चलचित्र भुमरीदेखि पछिल्लो चलचित्र कोहिनूरसम्म दृष्टान्त बनेर सदा हामीसँगै रहने छन् । नायक श्रेष्ठको नश्वर शरीर हामीबाट टाढा भए पनि हामीबाट उनी कहिले पनि टाढा हुने छैनन् । सारा नेपालीको मनमनमा अजर-अमर भएर बस्नेछन् । नायक श्रेष्ठ नेपाली दर्शक माझ यति प्रिय बनेका केवल उनको सुगठित शरीर र अभिनय कौशलले मात्र हैन । अभिनय कौशल भइकन पनि उनमा कम मात्र कलाकारमा पाइने सद्चरित्र र सबैसँग आत्मीय व्यवहार गर्ने गुण थियो । यही कारण नै उनको अन्तिम दर्शनका लागि स्वतःस्फुर्त रूपमा मानवसागर उर्लिएको थियो । उनको लाखौं फ्यानका भावनालाई कदर गर्दै सरकार पनि राष्ट्रिय सम्मान दिन बाध्य भएको थियो । श्रीकृष्णको सद्चरित्र अन्य कलाकारले पनि अनुसरण गर्न सकुन् । नेपाली कलाक्षेत्रको लोकप्रियता र पवित्रता बढ्दै जाओस् । यही नै नायक श्रीकृष्णप्रति सच्चा श्रद्धाञ्जलि हुनेछ ।

व्याकुल पाठक
प्रधान सम्पादक

श्रीकृष्णको लाखौं फ्यानका भावनालाई कदर गर्दै सरकार पनि राष्ट्रिय सम्मान दिन बाध्य भएको थियो । श्रीकृष्णको सद्चरित्र अन्य कलाकारले पनि अनुसरण गर्न सकुन् । नेपाली कलाक्षेत्रको लोकप्रियता र पवित्रता बढ्दै जाओस् । यही नै नायक श्रीकृष्णप्रति सच्चा श्रद्धाञ्जलि हुनेछ ।

● हरियो हट नेपाल

हट नेपालको साउन अंक साउनमय हरियो नै बनेको छ । हरियो महिनाको हरियो फेसनको विशेष बोकेर आएको यो अंकले साउन महिना महिमालाई महत्व दिएको छ । साउनको हरियो फेसनको बारेमा कतिपय जानकारी नभएको म जस्तो पाठकलाई यसले ज्ञानअभिवृद्धि गर्ने कार्य गरेको छ । प्रत्येक महिना यस्तै प्रकारको विशेष अंक लिएर आउने कार्य हट नेपालले हरेक अंकमा गर्ने गरिरहेको महसुस मैले गरेको छु । मेन स्ट्रीमका पत्रिकाहरूको भीडमा बेग्लै जीवनशैलीको पत्रिका बनाउने कार्य हट नेपाल टीमबाट हुनुपर्ने मेरो राय पनि छ ।

- जश्मिन शर्मा, महाराजगञ्ज ।

● पूर्वमिस नेवाको जिम्मेवारी

हट नेपालको साउनमय अंक-९ को कभर पृष्ठमा सजिएकी पूर्वमिस नेवाको लामो परिचय नभए पनि क्याप्सन तथा स्टोरीभित्रको स्टेटमेन्टबाट सिम्पल तरिकाले दिएको परिचय ठीक लाग्यो । लामो परिचय दिएर झर्को लाग्दो उनीहरूको गनथन दिनुभन्दा यसप्रकारको परिचय पनि पर्याप्त देखिन्छ । हट नेपालको कभर पृष्ठमा सजिएपछि मिस नेवा तथा क्यापिटल एफएमकी कार्यक्रम प्रस्तोता बाहेक सामाजिक कार्यमा पनि अघि बढ्न सुनिता डंगोलको काँधमा थप दायित्व बढेको मैले महसुस गरेको छु । यसतर्फ पूर्वमिस नेवा सुनिता डंगोललाई सचेत भएर लाग्न मेरो विशेष अनुरोध छ ।

- सुमन तामाङ, बनेपा ।

●समय सुहाउँदो पहिरन

दिनानुदिन नेपाली तन्नेरीहरूको मूल आकर्षणको विषय बन्दै गएको बुटिकका नयाँ पहिरनका बजार मूल्य समेत राखेर प्रकाशन गर्ने कार्यको सुरूवात गर्ने कार्य हट नेपालको अंक-९ बाट भएको छ । जुन अत्यन्त सह्राहनीय तथा लाभदायक कार्य भएको महसुस मैले गरेको छु । जसबाट हामी तन्नेरी वर्गलाई समय सुहाउँदो पहिरनको बारेमा जानकारी तथा तिनको मूल्य समेत थाहा पाउँदा सोही अनुरूप रकमको व्यवस्था गरेर जान सरल भएको छ । त्यसको लागि हट नेपाल टीमलाई हार्दिक धन्यबाद व्यक्त गर्दछु ।

- जमुना महर्जन, चमती, काठमाडौं ।

● लोभलाग्दो लाइफस्टाइल

मुलुकको प्रतिष्ठित नोबेल कलेज तथा नोबेल अस्पतालका फाउन्डर डाइरेक्टर उत्तम भौकाजी गीतकार समेत भएको जानकारी हट नेपालको अंक-९ पढेपछि नै थाहा भयो । उहाँको तेस्रो गीति एल्बम मनमोहिनीका गीत पनि सुन्ने अवसर विभिन्न रेडियो तथा एफएमबाट प्राप्त भयो । एकातिर कलेज जस्तो जिम्मेवार पदमा र अर्कोतिर साहित्यलेखनमा लाग्नुभएका भौकाजीको लाइफस्टाइल मलाई लोभलाग्दो नै लाग्यो । आगामी अंकमा पनि यस्तै प्रेरणादायी व्यक्तित्वका लाइफस्टाइल पढ्न पाइने आशा मैले गरेको छु ।

- समय खनाल, पोखरा मालेपाटन ।

● परिपक्व हट नेपाल

नियमित रूपमा प्रकाशन हुँदै आएको हट नेपालको अंक-९ सम्म आइपुग्दा निक्कै परिपक्व भएको मैले महसुस गरेकी छु । अरू पत्रिकाले ३० वर्षमा रच्न नसकेको इतिहास यस पत्रिकाले नौ महिनामा नै रचेको पाएकी छु । यसको ताजा उदाहरण नै यस पत्रिकाको अनुकरण गर्ने पुराना पत्रिका देखिनु नै हो । छोटो समयको गर्विलो इतिहासलाई हट नेपालले प्रत्येक अंकबाट कायम गर्दै जानुपर्ने आवश्यकता मैले देखेकी छु । यसतर्फ सचेत भएर कार्य गर्न हट नेपाल टीमलाई मेरो विशेष आग्रह छ ।

- शान्ति श्रेष्ठ, घट्टेकुलो-३२, काठमाडौं ।

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

क्यापिटल एफएमको बिजनेश मिट

क्यापिटल एफएमको ८ औं बार्षिकोत्सवका अवसरमा क्यापिटल विजनेश मिट सम्पन्न भएको छ । राजधानीमा आयोजित विशेष कार्यक्रममा संस्थाका अध्यक्ष प्रकाशबाबु पौडेलले आफ्नो आठ वर्षे यात्रामा विभिन्न क्षेत्रबाट सहयोग, सद्भाव प्रकट गर्ने शुभेच्छुकहरूप्रति आभार प्रकट गर्दै आगामी दिनमा समेत यसको निरन्तरताको अपेक्षा रहेको बताए । वर्तमान अवस्थामा व्यावसायिक रेडियोको थुप्रै चुनौती हुंदाहुंदै पनि क्यापिटल एफएमले आफ्नो व्यावसायिक मूल्य र मान्यतालाई सदैव निरन्तरता दिने उनले बताए । कार्यक्रममा एफएमका प्रबन्ध निर्देशक सुशील राउतले क्यापिटल एफएमको वर्तमान अवस्था र आगामी दिनको योजनाका बारेमा जानकारी गराए । यस्तै निर्देशक व्याकुल पाठकले अहिलेको सन्दर्भमा व्यावसायिक रेडियोले आफ्नो मूल्य र मान्यतालाई जोगाइ राख्नु चुनौती भएको बताए । अर्का निर्देशकहरु बुद्धलाल श्रेष्ठ र सुवोधचन्द्र श्रेष्ठले आगामी दिनमा अझै सफलताका लागि पहल भइरहेको जानकारी दिंदै त्यस कार्यमा व्यवसायीहरूको साथ र सहयोगको अपेक्षा गरे । कार्यक्रममा विभिन्न क्षेत्रबाट सहयोग गर्ने निकाय, संघसंस्था तथा व्यक्तिहरूलाई सम्मान पत्र प्रदान गरिएको थियो ।

नेपाल–चीन सम्बन्धको ५९औं वार्षिकोत्सव

नेपाल–चीन कुटनीतिक सम्बन्ध स्थापना भएको ५९ औं वार्षिकोत्सवका अवसरमा सीआरआई क्लास रूम एलआरआईले विशेष कार्यक्रमको आयोजना गरेको छ । कार्यक्रममा चिनियाँ स्वयंसेवी शिक्षिकाले नेपाल र चीनबीचको कुटनीतिक सम्बन्ध र नेपालको विकासका बारेमा बोलेका थिए । दुई देशबीचको मैत्री सम्बन्ध स्थापना भएको यो अवधिमा दुवै देशका नेतृत्वले एकआपसमा मैत्री र सद्भाव कायम गर्दै आएको धारणा समेत सो अवसरमा राखिएको थियो । सोही अवसरमा विविध मनोरञ्जनात्मक गतिविधिका साथै टेबल टेनिस खेलको समेत आयोजना गरिएको थियो ।

राष्ट्रव्यापी चित्रकला प्रतियोगिता

नेपालमा नै पहिलो पटक निजी क्षेत्रको पहलमा राष्ट्रव्यापी चित्रकला तथा फोटोग्राफी प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ । ललितपुरको सौगलस्थित योङ् पिकासो कम्युनिटी स्कुलको आयोजनामा साउन २८ गते पाटन औद्योगिक क्षेत्रस्थित सिंह आर्ट ग्यालरीमा उक्त प्रतियोगिता भएको थियो । कार्यक्रमको उद्घाटन संस्कृतिविद सत्यमोहन जोशीबाट भएको थियो । विद्यालयस्तरको जुनियर चित्रकला प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय क्रमशः अक्सरा सिंह, सुभाषी श्रेष्ठ र उपास्थी महर्जन भए । यसैगरी सिनियरतर्फ पाटनकी कृपा जोशी प्रथम, संखुवासभाका दलबहादुर राई द्वितीय र पाटनका हेमरत्न शाक्य तृतीय भए । यस्तै फोटोग्राफीतर्फ ठेँचोकी अनु महर्जन प्रथम, मातातिर्थका निरञ्जन महर्जन द्वितीय र पाटनका गैलेश बाराही तृतीय भए । प्रतियोगितामा अपाङ्गता भएका तनहुँका सुरक्षा वाग्लेलाई विशेष पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो । प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने सबैलाई क्रमशः रू पाँच हजार, तीन हजार र दुई हजार नगदसहित प्रमाणपत्र प्रदान गरिएको थियो । योङ् पिकासोका निर्देशक अजय देशारले आफ्नो संस्थामा वार्षिक दुई सयदेखि तीन सय विद्यार्थी कला सिक्न आउने बताए ।

जुम्ल्याहा मेकअप आर्टिष्टको व्यस्तता

जुम्ल्याहा दिदीबहिनी गंगा श्रेष्ठ र जमुना श्रेष्ठ दुवै विगत १५ वर्षदेखि मेकअप आर्टिष्टको रूपमा कार्यरत रहेका छन् । दुवै यो पेसामा निकै व्यस्त देखिएका छन् । दुवैको शौख र चाहना एकै भएको र दुवैको व्यवसाय पनि एक भएकोले दुवै दंग पनि देखिएका छन् । २ मिनेटले जन्मको आधारमा बहिनी बनेकी जमुनाले ब्युटीसियन बन्ने सोच भएपछि त्यसको ठीक एक महिनापछि दिदी गंगामा पनि यो पेसा अपनाउने सोचको विकास भएको बताइएको छ । एकलाई भएको प्रभाव त्यसको ठीक एक महिनापछि यी दिदीबहिनीमा देखिने गरेको प्रकाशमा ल्याइएको छ । दिदी एक महिना अगाडि बिरामी भएमा बहिनी एक महिना पछि हुने जस्ता विभिन्न संयोग यी दिदीबहिनीमा देखिने गरेको छ । दुवैको अनुहार तथा जीउडाल एकै भएकोले उनीहरूका श्रीमान्हरु यदाकदा झुक्किने गरेको उनीहरूसँग रोमान्चक अनुभव समेत रहेको छ । दुवैको साझेदारीमा काठमाडौंको चमतीमा रिफ्रेस ब्युटीपार्लर एण्ड ट्रेनिङ्ग सेन्टर संचालनमा रहेको छ ।

सिल्पाको सौन्दर्य

मोडल : सिल्पा पोखरेल
मोडल/नायिका

तस्वीर : शिवलाल श्रेष्ठ
तस्वीर स्टुडियो, बागबजार

मेकअप : गंगा श्रेष्ठ
रिफ्रेस ब्युटीपार्लर, चमती

ड्रेस डिजाइन : अनिता श्रेष्ठ
फ्यासिनो बुटिक, चावहिल

१

सय ३५ वटा नेपाली आधुनिक तथा लोकगीतका भिडियोमा अभिनय गरिसक्दा मोरङ खरियाकी सिल्पा पोखरेललाई नेपाली चलचित्रमा अभिनयका लागि अफरको लर्को नै लागेको थियो । पहिलोपल्ट अफर गर्ने नाम चलेको निर्माता-निर्देशकले नै सिल्पालाई चलचित्रमा पहिलो ब्रेक दिएपछि सिल्पाबाट उनले के पाउने त भन्ने सर्तनामा तेर्साएपछि उनको मन भतभती पोलेको थियो ।

त्यस निर्माता-निर्देशकले चलचित्रमा नायिका बनाएबापत घुमाउरो ढंगबाट यौनसम्बन्धको प्रस्ताव राखेको सिल्पाले चाल पाएपछि 'सरी म यो फिल्म खेल्न असमर्थ छु' भनेर हिंडेको तीन वर्ष मात्र भएको छ । त्यसपछि म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरे पनि फिल्म त कहिले पनि खेल्दिनँ भनेर अडान लिएर बसेकी सिल्पालाई गीतका म्युजिक भिडियो तथा कान्तिपुर टेलिभिजनको घरबेटी-बा सिरियलमा उनले गरेको अभिनय हेरेको भरमा अफर गर्ने धेरै आए ।

सबैलाई 'सरी' नै भनेर पठाउने कार्य उनीबाट भयो । घरेबेटी-बा सिरियलको २६औं शृङ्खलासम्म अभिनय गर्दा कतिले उनलाई नायिका केकी अधिकारीको अनुहारसँग मिल्ने नायिका भने त कतिले रेखा थापाको अनुहारसँग मिलेको भन्न थालिसकेका थिए । जसले जे भने पनि आफूलाई कसैसँग नदाँज्न भनिरहेकी उनलाई लोकदोहरी म्युजिक भिडियोका नायक तथा डान्स-डाइरेक्टर शंकर बिसीले बीग प्रोजेक्टमा अब तिमीले काम गर्नुपर्दछ भनेर काठमाडौं बानेश्वर हाइटमा रहेको नमस्ते नेपाल नामक छविराज ओझाको फिल्म कम्पनीमा लगे ।

बिसी मार्फत नै नेपाली चलचित्रका बीगबोस छविराज ओझासँग चिनाजानी भयो, जसलाई उनले सामान्य नै मानेकी थिइन् । विगत १२ वर्षदेखि उक्त बीग ब्यानरबाट रेखा थापा मात्र नायिका भइरहेको कसैबाट छिपेको थिएन । त्यस्तो कम्पनीबाट कुनै अफर आउने संभावना पनि थिएन । शंकर बिसीको सिफारिसले मात्र काम हुने पनि होइन ।

त्यसमाथि, फिल्मलाइनप्रति उनको नकारात्मक धारणा नै पहिला पैदा भइसकेको थियो । यस हिसाबले सिल्पालाई छविराज ओझाको फिल्म खेल्ने कुनै रहर पनि थिएन । भेटको पहिलो दिनमा नै ओझाले एक हप्तापछि भेट्न आउनु भनेका थिए । त्यसलाई उनले बेवास्ता नै गरिदिइन् । भेट त परैको कुरा हो । छविराज ओझालाई सम्पर्क गर्ने कार्य उनले गरिनन् । एक हप्तापछि पनि जाँदै गइनन् । त्यो एकप्रकारको उनीभित्रको फिल्म लाइनप्रतिको वितृष्णा थियो ।

रेखा थापासँग डिभोर्स गरेर नयाँ फिल्मको लागि नयाँ नायिकाको खोजीमा रहेका छविराज ओझाले काटीकुटी रेखा थापाकै अनुहारकी सिल्पालाई देखेपछि एकक्षण त अलमलिएको बताएका छन् । त्यो बेला लोफर नामक चलचित्रको पोष्टप्रोडक्सनको कार्य भइरहेको थियो । त्यसपछि निर्माण गरिने चलचित्र लज्जाको लागि रेखाजस्ती नायिका चाहिएको थियो । डिभोर्सपछि छविराज ओझाका कुनै पनि चलचित्रमा रेखा थापाले अभिनय नगर्ने घोषणा भएपछि उनको विकल्प दिनु उनका लागि बाध्यता पनि थियो । त्यसमाथि, शंकर बिसीले रेखाकै अनुहारकी सिल्पासँग परिचय गराएपछि चुपचाप लज्जाको नायिकामा उनले मनमनै छानिसके पनि त्यसलाई प्रकट भने गरेका थिएनन् । एक हप्तापछि भेट्ने तय भए पनि सिल्पाबाट कुनै प्रकारको प्रतिक्रिया नआएपछि फेरि बिसी मार्फत नै सिल्पासँग कुरा चलाइयो । बिसीले तिमीलाई चलचित्र लज्जाको नायिकामा लिने पक्का भइसक्यो भन्दा पनि सिल्पाले विश्वासै गरिनन् । बिसीले पटक-पटक ओझालाई भेट्न भनेपछि घट्टेकुलो बस्ने सिल्पा आमासँग पुरानो बानेश्वर जाने क्रममा बानेश्वर हाइटमा रहेको ओझाको कम्पनीमा पुगिन् ।

ओझाले सिल्पाकी आमाकै अगाडि चलचित्र लज्जाको नायिकामा अफर गरे । उक्त चलचित्रमा साइन गराउने कार्य नभएसम्म विश्वासै नगरेकी सिल्पाले त्यस क्रममा तीन महिना सोही कम्पनीले संचालन गरेको लज्जाको वर्कसपमा भाग लिएर कथावस्तु अनुसार परिपक्व भएपछि मात्र विश्वास गरिन् । लज्जामा अभिनय गरेबापत डेढ लाख पारिश्रमिक चाहिने सुरूमा नै उनले डिमाण्ड गरेको बताएकी छन् । डेढलाख दिन नसके पनि एकलाख दिएको जानकारी ओझाले दिएका छन् ।

बीग ब्यानरको पहिलो बीग प्रोजेक्ट लज्जाबाट पाएको सबै पैसा ड्रेसमा नै खर्च गरेको सिल्पाले बताइन् । लज्जामा बिहान अफिसको लागि हिंड्ने युवतीले घर नफर्कदासम्म भोग्नुपर्ने सबै यथार्थ कथा रहेको छ । जसमा सोही मोडर्न अफिस होल्डर युवतीको भूमिकामा सिल्पाले अभिनय गरेकी छन् । लज्जाको रिलिज आगामी कात्तिक ७ गते हुने भएको छ । लज्जा रिलिज नहुँदै छविराज ओझा कम्पनीकै अर्को चलचित्र हवल्दार सुन्तलीमा पनि सिल्पाले नै लिडिङ् रोल गरेकी छन् ।

हवल्दार सुन्तली धामीको यथार्थ कथामा आधारित चलचित्र हवल्दार सुन्तलीको भूमिकामा सक्दो न्याय गरेको उनले बताएकी छन् । २२ वर्षीया यी नायिका सिल्पाले अब चाँडै तेस्रो चलचित्रमा अभिनय नगर्ने भएकी छन् । चलचित्र लज्जाको रिजल्ट हेरेपछि मात्र अर्को चलचित्रको साइन गर्ने उनले बताएकी छन् ।

हालसम्म कसैको प्रेम-रोमान्समा नफसेको बताउने उनले सात वर्षपछि मात्र बिहे गर्ने सोच रहेको प्रष्ट पारेकी छन् । 'बिहेअघिको सेक्स राम्रो होइन, बिहेपछि नै त्यसको अनुभव लिनुपर्दछ', सिल्पाले हट नेपाललाई भनेकी छन् । छविराज ओझाले उनलाई बिहेको प्रस्ताव राखेको भन्ने पछिल्लो मिडिया चर्चाका सम्बन्धमा त्यो सबै बकबास भएको र उहाँबाट त्यस्तो अफर नआएको उनले बताइन् । बाउजस्तो उमेरको मान्छेबाट त्यस्तो प्रस्ताव आउँदैन भन्ने विश्वासमा उनी रहेकी छन् । आएमा त्यसलाई आफूले 'नो' नै भन्ने उनले बताइन् ।

तस्वीर : शिवलाल श्रेष्ठ

तीजमा व्रत बस्ने श्रीमान्‌को खोजी

तीजको लहर आयो बरी लै भन्दै यो वर्षको तीज पनि आइसकेको छ । प्रत्येक वर्षको तीजले हिन्दूधर्मावलम्वी नेपाली चेलीवेटीको मनलाई तरंगित पार्ने गरेको छ । विवाह भइसकेका चेलीवेटी वर्षमा एकचोटि भए पनि माइत जान समय जुराउन कसरत गर्ने गर्दछन् । माइत जान नपाउने चेलीवेटीहरु गीतकै भाकाबाट आफ्ना विरह पोख्ने गर्दछन् । अविवाहित चेलीवेटी भने विवाहितकै सिकोमा तीजमा व्रत बस्ने गर्दछन् । चेलीवेटीले सुखदु:ख पोख्ने अनि नाचगान सहित रमाइलो गर्ने पर्वको रुपमा तीजलाई लिइने गरेको छ ।

तीजमा विशेषतः रातो सारी, रातै चुरा अनि रातै धागो पहिरेर व्रत बस्ने परम्परा एकातिर छ भने अर्कोतिर व्रतको बेला भोको पेटमा नै छमछमी नाच्ने परम्परा सदियौंदेखि कायम छ । पछिल्ला दिनमा नयाँ पुस्ताका युवतीहरु यो परम्पराप्रति अझै आकर्षित भएको पाइएको छ । तीजको व्रतमा पानी समेत खान नहुने भन्ने पुरातन सोच तथा परम्परामा हाल केही परिमार्जन भइसकेको बुझाइ प्रसिद्ध लोकदोहोरी गायिका मञ्जु पौडेलको छ ।

हिजोका दिनमा पानी समेत खान नहुने अन्ध परम्पराका कारण तीजकै दिन कतिपय चेलीवेटीको ज्यान समेत जाने गरेको तथ्य कसैबाट छिपेको छैन । ज्यानलाई नै कष्ट हुने गरेर व्रत बस्नुको औचित्य पनि छैन । ज्यान छ त सबै छ, ज्यान नभए कुनै अर्थ नहुने तर्क राख्ने पौडेल तीजको व्रतमा पानी तथा अरू व्रतमा जस्तो फलफूल खाँदा केही फरक नपर्ने राय पनि व्यक्त गर्छिन् ।

तीज लोकभाकाको पर्व पनि भएको तथा त्यसमाथि आफू लोकदोहोरी गायिका नै भएको कारण यो पर्वमा तीजको व्रत बस्दै लोकभाकामा रमाउने कार्य प्रत्येक वर्ष जस्तै यो वर्ष पनि हुने जानकारी उनले दिएकी छन् । गायिका पौडेल तीजको व्रत विशेषत: श्रीमान्‌को आयु तथा आरोग्यताका लागि विवाहितले लिने पर्व भए पनि आफू आफ्नो फिगर मेन्टन गर्न वर्षको एकपल्ट भए पनि पाँच वर्षयता लिंदै आएको जानकारी दिन्छिन् ।

हुन त अविवाहितले तीजको व्रत लिएमा राम्रो श्रीमान् पाउने भनिए पनि आफूलाई त्यस कुरामा खासै विश्वास नलागेको बताउने उनी जस्तै अर्की कलाकार एवम् मेकअप आर्टिष्ट रमा न्यौपाने पनि तीजको व्रत अरू कसैका लागि होइन आफ्नै लागि विगत दश वर्षयता बस्दै आएको स्पष्ट पार्छिन् । वर्षको एकपल्ट फलाहारी भएर व्रत लिनुको मज्जा बेग्लै हुने

गहना र फेसनको प्रतिस्पर्धा

मोडल : अभिरुचि बुढाथोकी
तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

हिन्दू महिलाहरूले तीजलाई धूमधामका साथ मनाउने गर्दछन् । विवाहित महिला आफ्नो पतिको दीर्घायुका लागि तथा अविवाहितले असल पतिको कामनाका लागि निराहार कठोर व्रत बस्ने गर्छन् । तीजको अघिल्लो दिन दर खाने प्रचलन छ । त्यस्तै दरको भोलिपल्ट तीजमा व्रत बस्नेहरु आफ्नो पतिको दीर्घायु, समृद्धि, श्रीवृद्धि तथा सुस्वास्थ्यको कामनाका लागि कठोर व्रत बस्दछन् । दिउँसोतिर भगवान् शिवजीको पूजाअर्चना गरी बेलुकी सूर्यास्तपश्चात् पतिको हात वा खुट्टाको जल सेवन गर्ने र पति बाहिर भएकाहरूले तिलहरी पानीमा डुबाई तुलसीसहित जलसेवन गरी व्रत तोड्ने गर्दछन् ।

रातो सारी ढल्काएर, पहेंला गहना टल्काएर तीजमा महिलाहरु जताततै रमाएर नाचगान गरिरहेको देख्न सकिन्छ । नेपाली समाजमा धार्मिक संस्कार र आस्थामा मनाइने तीजले अहिले तडकभडकको रूप धारण गरिसकेको छ । तीजमा फजुल खर्चलाई घटाउनु जरूरी भइसकेको छ । तसर्थ, परम्परा र धार्मिक श्रद्धा एवम् विश्वासका साथ विनाआडम्बर समयको मागअनुसार विकृतिरहित तीज मनाउनुपर्ने आजको आवश्यकता हो ।

तर, हाल यो पर्वमा थुप्रै परिवर्तन भएका छन् । तीजको परम्परागत रूपमा मनाउने शैलीमा अहिले परिवर्तन आएको छ । महिलाहरु तीजको एक दिनअघि खाने दरलाई अहिले महिनौंअघिदेखि आफन्त कहाँ गई खाने, खुवाउने कार्यमा व्यस्त हुन थालेका छन् । महिलाहरूको माइती घरबाट दाजुभाइ आई निम्तो दिने चलन छ । पहिला पारिवारिक दुःखसुखलाई गीतद्वारा साथीसंगीबीच व्यथा बाँड्ने गर्दथे तर हाल आधुनिक शैलीका न्याप र पपमिश्रित तीजको तर पानी समेत नखाई श्रीमान्को खुट्टा धोएर खुट्टाको पानी खाएर मात्र तीजको व्रत टुंग्याउने पुरातन संस्कृतिको उनी विरोधी हुन् ।

'कतिपयका श्रीमान् दिउँसै टन्न रक्सी खाएर बस्छन् । त्यस्ताका श्रीमती भने तिनै श्रीमान्का लागि भनेर अघिल्लो रातिदेखि भोकै बसेर अझ पानी समेत नखाई व्रत बस्नु न्यायोचित छैन', कलाकार न्यौपाने भन्छिन् । श्रीमतीको आयु तथा आरोग्यताका लागि कुनचाहिँ पुरूष व्रत बस्ने गरेको छ ? श्रीमती व्रत बसेजस्तै श्रीमान् पनि श्रीमतीको आयु तथा आरोग्यताका लागि व्रत बस्ने परम्परा तथा संस्कृतिको विकास हुनु पर्ने राय उनको छ ।

अर्की लोकदोहोरी कलाकार दीपिका थापा तीज नेपालीको मौलिक तथा पुरातन परम्परा भएकोले यसलाई जीवित राखिरहने हो भने समय सुहाउँदो परिमार्जन गर्दै लैजाने कार्य युवाहरूकै काँधमा आएको बताउँछिन् । उनी भन्छिन्- 'समय हिजोको जस्तो आज छैन । समय अनुसार हाम्रा परम्परा तथा संस्कृतिमा परिवर्तन गर्दै लानु पर्दछ । पुरानै सोचमा परम्परालाई अगाडि बढाउनुको सट्टा त्यस सोचमा नयाँ सोच पनि मिसाएर अगाडि बढाउन सके मात्र त्यो परम्परा तथा संस्कृतिले कालान्तरसम्म जीवन्तता पाउने निश्चित छ ।'

महाराजगन्जकी सौन्दर्यविज्ञ जस्मिन शर्मा पनि परम्परा तथा संस्कृतिको नाममा पुरातन सोच लाद्न नमिल्ने बताउँदै कतिपयलाई स्वास्थ्यको कारणले व्रत बस्न नमिल्ने भए पनि जबरजस्ती व्रत बस्न लगाएर झन् स्वास्थ्य बिगार्ने गरेकाले त्यस्तो कार्य कुनै पनि अर्थमा ठीक नभएको तर्क गर्छिन् । 'कसैलाई बस्न मन नलागे पनि बस्न बाध्य गराउने परम्पराको म विरोधी नै हुँ', उनले भनिन् । अरू बेला व्रत नबसे पनि तीजको बेला सबै जना व्रत बस्ने गरेकाले रहर पूरा गर्न मात्र व्रत बस्ने गरेको उनले स्पष्ट पारेकी छन् ।

यता स्वास्थ्य-सेवी निर्मला खड्का तीजको व्रत बस्दा अनिवार्य रूपमा पानी खानु आवश्यक छ र व्रतमा पानी तथा फलफूल खानु अति आवश्यक रहेको बताउँछिन् । तीजको व्रतमा पानी पनि नखाइने भएकोले पानीको मात्रामा निकै कमी हुने गर्दछ । पानीको मात्रामा कमी हुन गएपछि शरीरमा विभिन्न संक्रमण हुने गर्छ, जसका कारण अनेकन रोग जन्मिने डर हुन्छ । त्यसकारण सकभर पानी तथा पानीको मात्रा बढाउने फलफूल खाएर व्रत बस्दा स्वास्थ्यको दृष्टिकोणबाट निकै राम्रो हुने सुझाव स्वास्थ्य-सेवी खड्काको छ ।

तीजका गीतको व्यापार

तीज आउनु एक महिना अघिदेखि नै विभिन्न शैली र भाकाका तीजका गीत व्यापक रूपमा घन्किने गरेको छ । तीजका गीतको तयारीका लागि गायक-गायिकाहरु महिनौं अघिदेखि कम्मर कसेर लागेको यथार्थलाई प्रसिद्ध लोकदोहोरी गायिका कोमल ओलीको व्यस्तताले प्रमाणित गरेको छ । विगत एक दशकदेखि तीजको अवसर पारेर तीजे गीत निकाल्दै आएकी अविवाहित ओलीले बर्सेनि विवाहको प्रसंग जोडेर बजार तताउँदै आएकी छन् । यो वर्ष पनि 'शिवजीसँग प्रेम पन्या छ' नामक एल्बम निकालेकी ओलीलाई प्रत्येक वर्ष सोधिने प्रश्नमा भिन्नता खोजिनु आवश्यक भइसकेको छ ।

शिवजीसँग प्रेम भएको भन्ने ओलीले अब बिहे भन्ने शब्द जिन्दगीको पन्नाबाट हटिसकेकोले बिहेको बारेमा अब नसोधेकै राम्रो भनेकी छन् । तीजको अवसरमा तीजे गीतका एल्वम निकालेर चर्चामा आउने गायिका ओलीको तीजे गीतको भिडियो पनि आकर्षक हुने गरेको छ । तीजे गीतका एल्वम पहिला जस्तो ठूलो संख्यामा विक्री भएर कोही

पनि गायक-गायिकाले केही वर्षयता आर्थिक लाभ प्राप्त गर्न सक्ने अवस्था नभए पनि तीजे गीतको व्यापारमा भने खासै कमी नभएको बुझाइ प्रत्येक वर्ष तीजका गीतका एल्वम निकाल्दै आएकी सर्जक पवित्रा त्रिखत्रीको छ ।

व्यापारका लागि भन्दा पनि सर्जकहरूबीचको गायनको प्रतिष्ठा तथा तीजको परम्परा कायम राख्न साउन १७ गते एकसाथ पन्ध्रवटा एल्वम विमोचन गरिएको छ । संस्कृति पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री भीम आचार्यबाट विमोचन भएका ती तीजे गीतका एल्वममा चर्चित गायिकाहरूले नै स्वर दिएका छन् । सिन्धु मल्ल, मञ्जु पौडेल, टीका पुन, झलक संगीतम्, आशा लामा, जानकी मगर, नीता पुनमगर, चन्दा अर्याल, उमा श्रेष्ठ, लक्ष्मी ढकाल, सिर्जु अधिकारी, अप्सरा गुरूङ, भीमा सुवेदी र युनाज क्रियसनका ती एल्बम तथा भीसीडी रहेको छ ।

पन्ध्रवटा तीजे गीतका एल्वम तथा भीसीडीको एकसाथ विमोचन गर्ने मौका पाएका मन्त्री आचार्यले पछि परेका महिलाहरूको आवाजलाई प्रतिनिधित्व गर्ने खालका मौलिक तीजे गीत हराउँदै गएको, व्यापारको नाममा कोठे तीजे गीतको प्रभाव बढ्दै गएको धारणा राखेका थिए । हुनेखाले महिलाहरूले तीजे गीतलाई रमाइलो र मोजमस्तीको रूपमा प्रस्तुत गर्न थालेबाट विकृति आइरहेको सर्जकहरूकै भनाइ छ । तीजका नाममा देखिएको विकृति हटाई संस्कृति संरक्षण गर्न सर्जकहरु स्वयं सक्रिय हुन आवश्यक रहेको टिप्पणी संगीत समीक्षक बुलु मुकारूङको छ ।

तीजकै अवसर पारेर शंभु प्रधान निर्मित तथा निर्देशित चलचित्र रंग-बैजनीको तीज गीत पनि सार्वजनिक भएको छ । सुमिना सिंह र प्रविशा अधिकारीको गायन रहेको उक्त गीतमा दुई नायिका गरिमा पन्त र सुमिना घिमिरेको प्रतिस्पर्धात्मक अभिनय रहेको छ ।

यसपालिको तीजका लागि भनेर सयौं तीजे एल्वम बजारमा आएको छ । व्यापारमा यदाकदा तलमाथि हुने गरे पनि यसपालिको तीजको अवसर पारेर तीज सम्बन्धी तीनवटा एल्वम निकाल्ने विन्ध्यबासिनी म्युजिक कम्पनीका प्रबन्ध-निर्देशक सुवास रेग्मीले तीजका एल्वमबाट हालसम्म घाटा नपरेको बताएका छन् ।

रातो सारी, चुरा र पोतेको मागमा वृद्धि

तीजमा विशेष गरेर महिलाहरूको फेसन भन्नु नै रातो सारी, रातै चुरा तथा हरियो पोते नै रहेको छ । उच्च घरानिया महिलाहरूमा मोटो न मोटो तिलहरीलाई लामो पारेर लगाउने अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा नै चल्ने गरेको छ । यसले गर्दा सुन पसलहरूमा तिलहरी बनाउनेहरूको भीड एक महिना अगाडिबाट लाग्ने गरेको डिल्लीबजारका सुन व्यापारी अजय तुलाधर बताउँछन् ।

व्यापारी तुलाधरले त्यसरी तिलहरी बनाउन आउनेहरु घरानिया महिलाहरु नै बढी हुने गरेको जानकारी दिए । तीजको नाचगान तथा दरखाने दिनमा लामो तिलहरी लगाएर जानुको बेग्लै महत्व र प्रतिष्ठा हुने सानेपाकी माधुरी राणा बताउँछिन् । पर्वको नाममा घरानिया महिलाहरूबीच कपडा र गहना प्रदर्शनको व्यापक प्रतिस्पर्धा नै हुने गरेको तथ्यलाई राणाले स्वीकारेकी छन् । यसलाई अरूले विकृति भन्ने गरे पनि आफूहरूको समुदायले लाइफ स्टाइल भन्ने गरेको उनी बताउँछिन् ।

तीजका अवसरमा गहनाका साथै महंगा सारी तथा चुरा लगाउनेहरूको पनि कमी देखिंदैन । पाँच हजारदेखि डेढ लाखसम्मको गीतमा नाचगान सिकेका छन् । साथै, महिलाहरु एकसेएक महँगा पहिरनमा देखिने गरेकाले यसले गृहकलह पनि निम्त्याउन सक्छ, तसर्थ तीज आफ्नो गच्छेअनुसार मनाउँदा उपयुक्त हुन्छ ।

तीजमा नारीको शृङ्गार

पहिरन

तीजमा महिलाहरूले हरियो, रातो, उज्यालो पहिरन मन पराउँछन् । विवाहित महिलाले सारी, कुर्ता र लेहेंगाहरु मन पराउँछन् भने कोही भारी डिजाइनका पोशाक लगाउन रूचाउँछन् ।

गरगहना

तीजमा महिलाहरूले आफूले चयन गरेका पहिरनसँगै गरगहना पनि त्यसलाई सुहाउँदो गरी लगाउने गर्दछन् । सुन, हीरा र कृत्रिम गहनाहरूको बजारमा ठूलो माग हुन्छ । विवाहित महिलाले हार, चुरी, मंगलसूत्रहरु लगाउने गर्छन् ।

चुरा

फेसन र मागको सन्दर्भमा महिलाको मनपर्ने आभूषणमा चुराहरु र बालाहरु पनि समावेश हुन्छन् । कुनै पनि अवसरमा महिलाहरु रंगीन चुरामा सजिन रूचाउँछन् । पहिरनसँग चुराको रंग मिलाई लगाउनु महिलाको फेसन बनेको छ । पसलमा तीजका लागि विशेष रूपमा रंगीन काँच र धातुजडित चुरीहरु विभिन्न मूल्यमा पाउन सकिन्छ ।

तीजमा धेरै बिक्री हुने छड्के तिलहरी मंगलसूत्र र चुरा हुन् । ५/६ वर्षअगाडि निकै बिक्री हुने गरेको सुनको गहनाहरु हाल आएर निकै कम मात्रामा बिक्री हुने गरेको छ । व्यापार निकै कम छ । पहिले दिनमा सात वटासम्म बिक्री हुने तिलहरी हाल कम मात्र बिक्री हुने गरेको छ । बजारमा आएका कृत्रिम गहनामा महिलाको रूचि, सुरक्षाको दृष्टिकोणले बढेको छ । नक्कली गहनाप्रतिको आकर्षण बढ्दो छ । जसबाट सुनका गरगहनाको बिक्रीमा कमी हुन थालेको छ ।

रोजिना वज्राचार्य
रत्नश्री ज्यासः पसः

मेहेन्दी

महिलाको हात र खुट्टामा विभिन्न बुट्टा र डिजाइनका मेहेन्दीले तीजको रौनकलाई बढाउँदछ । मेहेन्दीले नारीको सौन्दर्यमा चमक थप्छ । विवाहित तथा अविवाहित महिलाले मेहेन्दी लगाउँदा आफ्नो पति वा प्रेमीको नाम पनि कोर्ने गर्दछन् । मेहेन्दीको अधिक गाढा रंग पतिको प्रेमको प्रतीक चिह्न मानिन्छ ।

सौन्दर्य बढाउन ब्युटीपार्लर

महिला तथा युवतीहरु सुन्दरता प्राप्त गर्न सालुन वा ब्युटीपार्लर गई केस शृङ्गार र मेकअपमा विशेष ध्यान दिन्छन् । यस महिना ब्युटीपार्लरमा भ्याइनभ्याई हुने गर्दछ ।

- अनुना चौधरी, सिनुना चौधरी

धरान

भड्किलो बन्दै तीज

गाउँ होस् या शहरमा चाडपर्व मनाउने तरिका फरक देखिन थालेको छ । यस्तै हरितालिका तीज मनाउने शैलीमा पनि व्यापक परिवर्तन आएको छ । तीज हिन्दु महिलाहरूको विशेष चाड भएकोले एक महिना अघिदेखि दर खाएर व्रत बस्ने गर्दछन् । पहिले तीज एक दुई दिन मनाइन्थ्यो अहिले एक महिना दर खाएर एक महिनासम्म मनाउन थालिएको छ । अन्य शहरी क्षेत्रमा जस्तै धरानमा पनि यो प्रवृत्ति देखिन थालेको छ ।

रातै रातोले भरिएको चाड तीजमा रातो चौबन्दी, रातो सारी,रातो चुरा र रातै पोतेमा सजिएर महिलाहरूले एक महिना धुमधामका साथ तीज मनाउँछन् । तीजका अवसरमा दिनहुँ महँगा होटलमा भोज खाने, नाचगान गर्ने र डान्स पार्टी समेत हुने गरेको छ । तीजकै अवसर पारेर तीज प्रतियोगिता, फेसन सोको आयोजना हुन थालेको छ । धरान लगायत इटहरी, दमक, विराटनगर र बिर्तामोडमा तीजका नाममा कार्यक्रमको होडबाजी नै चलेको छ । अहिले तीज रमाइलो गर्ने नाच्नेखानेमा मात्र सीमित भएको धरानकी ५६ वर्षीय विमला घिमिरे बताउँछिन । उनी भन्छिन् – 'तीजको मौलिक संस्कृति विलीन हुँदै छ । तीज हिजोआज भड्किलो र विकृति उन्मुख भएको छ ।' यसको सांस्कृतिक पक्ष ओझेल पर्दै आजकल तीज भोजभतेर गर्ने, गहना प्रदर्शन गर्ने, ठूला होटल, तारे होटलमा रमाइलो गर्ने चलनचल्ती बन्दै गइरहेको छ । उहिले महिलाहरूले वर्षभरिका दुःख वेदनाका कुराहरु तीजका अवसरमा गीत गाउँदै नाच्दै साट्थे, माइतीमा चेलीबेटीलाई घरमा बोलाएर दर खुवाउने गर्दथे । तर आजकल त्यस्तो रहेन । अहिले तीजका अवसरमा विभिन्न स्थानमा गायन प्रतियोगिता भइरहेको छ । यस्ता प्रतियोगिताले तीजका वास्तविक गीत अनि भाकालाई ओझेलमा पारेको छ ।

– सोहन श्रेष्ठ

सारी तीजको अवसरमा बिक्री हुने गरेको न्यूरोडका सारी व्यवसायी सवनम जोशीले जानकारी दिएकी छन् । उनका अनुसार तीजमा रातो सारीकै बिक्री बढी हुने गरेको छ ।

महिनौंअघि दरखाने चलन

केही वर्षयता तीज आउनु एक महिना अघिदेखि दरखाने तथा ख्वाउने प्रचलन विशेष गरेर घरानिया महिलाहरूमा व्यापक रूपमा सुरु भएको छ । संस्थागत रूपमा टिकट बेचेरै दर ख्वाउने प्रचलन पनि बढ्दै गएकाले पार्टी प्यालेस तथा विभिन्न ब्याङ्क्वीटहरूलाई साउन भदौको झरीको मौसममा पनि भ्याइनभ्याइ हुने गरेको पाइएको छ । दर खानेहरूको कार्यक्रमले एक महिना त आफ्नो ब्याङ्क्वीट बुक भइसकेको टेकुस्थित ब्याङ्क्वीटका प्रबन्ध-निर्देशक फिरोज शर्मा बताउँछन् ।

तीजको दर खाने परम्परालाई व्यापारिक रूप पनि दिन थालिएको छ । महिलासँग सम्बन्धित संघ-संस्था तथा कस्मेटिक कम्पनीहरूले टिकट बेचेरै दर खाने कार्यक्रम महिना दिनअघिबाट यो वर्ष पनि सुरु भएको छ ।

हुनेखानेहरूले रमाइलो तथा मोजमस्तीका लागि महंगो टिकट काटेरै त्यस्ता कार्यक्रमहरूमा सहभागिता जनाउने गरेको टिप्पणी महिला अधिकारकर्मी मञ्जु रानामगरको छ । तीजको व्रतको अघिल्लो राति मात्र खाइने दरलाई त्यसरी भड्किलो फेसनको रूपमा प्रस्तुति दिनु विकृति नै भएको उनको ठहर छ ।

-श्याम स्मृत

श्रीनाथका रमानाथ

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन

नेपालमा बर्सेनि सरदर २५ अर्ब रकमको सिलाईको काम हुने गर्दछ । ३३ करोड मिटर कपडाको आयात हुने गर्दछ । काठमाडौं बाहिर अझै पनि परम्परागत सिलाईबाट तयार गरिने कपडा लगाउने कार्यमा कमी आएको देखिंदैन । जातिय आधारमा कुनै एक जातले मात्र गरिने यो कार्य हो भनेर अवहेलना गर्नेहरूले नै यसलाई हाल पेसा बनाउन थालेका छन् । अर्बौं रकमको काम भइरहेको यो पेसाले हजारौं नेपालीलाई काम दिइरहेको छ । साथमा छिमेकी मुलुक भारतलगायतबाट आउनेहरूलाई पनि रोजगारी दिइरहेको छ । तर पनि सरकारले यसतर्फ लाग्नेहरूको हक, हित र कामप्रतिको ग्यारेन्टी गर्न कुनै प्रकारको नीति नलिएकोले यो पेसा फस्टाउन नसकेको सम्बन्धित व्यवसायीको भनाइ रहँदै आएको छ । परम्परागत रूपमा अझै सिलाई गरिरहने हजारौंको सीप अभिवृद्धिका लागि आधुनिक तालिम दिएर यस पेसालाई आधुनिकीरण गर्ने कार्य भने सोचे जति हुन नसकिरहेको गुनासो व्यवसायीहरूबाट आउने गरेको छ ।

यस अवस्थामा २०५५ सालमा स्थापना भएको नेपाल कपडा तथा सिलाई व्यवसायी संघले यस पेसामा लाग्नेहरूको हक, हितका लागि क्रान्तिकारी कार्य गर्न सफलता पाएको दाबी अध्यक्ष रमानाथ श्रेष्ठको छ । काठमाडौंबाट विस्तार भएको संघ यतिखेर कर्णालीमा समेत पुगिसकेको छ । ५० जिल्लाका कपडा तथा सिलाई व्यवसायीहरूले आफ्नो छाता संगठन पाउँदा सुरक्षा महसुस गर्न पाएका छन् । व्यवसाय मर्यादित तथा व्यवसायीलाई दक्ष बनाउने कार्यमा संस्थाले पहलकदमी समेत गरिरहेको छ ।

उक्त संस्थाले अध्यक्ष श्रेष्ठकै कार्यकालमा नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघको वस्तुगत परिषद्को कार्यसमिति सदस्यमा प्रतिनिधित्व गर्ने कार्य समेत भएको छ । संघमा आबद्ध २ हजारभन्दा बढीलाई सीप अभिवृद्धि तालिम प्रदान गरेर सीटीइभीटीबाट उनीहरूलाई सीपपरीक्षणको प्रमाणपत्र प्रदान गर्ने कार्य समेत भएको छ । परम्परागत व्यवसायलाई आधुनिकीरण गर्ने कार्यमा संघले महत्वपूर्ण नीति निर्माण गर्ने कार्य गरेको दाबी अध्यक्ष श्रेष्ठको छ ।

पोखरा विश्वविद्यालयबाट अंग्रेजी साहित्यमा मास्टर डिग्री हासिल गरेका श्रेष्ठ कवि तथा साहित्यकार बन्नुको सट्टा पिताको परम्परागत कपडा व्यवसायलाई आधुनिकीकरण गर्ने कार्यमा लागे । सोही उद्देश्य पूर्ति गर्न डेढ दशकअगाडि एकल प्रयासबाट काठमाडौंको चाबहिलमा स्थापना भएको श्रीनाथ

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन

पोखरा विश्वविद्यालयबाट अंग्रेजी साहित्यमा मास्टर डिग्री हासिल गरेका श्रेष्ठ कवि तथा साहित्यकार बन्नुको सट्टा पिताको परम्परागत कपडा व्यवसायलाई आधुनिकीकरण गर्ने कार्यमा लागे। सोही उद्देश्य पूर्ति गर्न डेढ दशकअगाडि एकल प्रयासबाट काठमाडौंको चाबहिलमा स्थापना भएको श्रीनाथ कलेक्सनको विस्तार त्रिपुरेश्वर तथा दरबारमार्गस्थित शेर्पा मलमा समेत भइसकेको छ।

कलेक्सनको विस्तार त्रिपुरेश्वर तथा दरबारमार्गस्थित शेर्पा मलमा समेत भइसकेको छ । सातजना कामदारबाट सुरू भएको सर्टिङ्-सुटिङ्को कारोबार गर्ने श्रीनाथ कलेक्सनमा हाल ५० जनाभन्दा बढी सिलाई सिल्पी कामदार रहेका छन् । यसका साथै श्रीनाथमा अप्रत्यक्ष रूपमा डेढ सयभन्दा बढीले काम पाएका छन् । भारत, चीन तथा थाइल्याण्डबाट टेक्सटाइल आयात गरेर दक्ष कालिगढको सीपबाट गुणस्तरीय सेवा पुऱ्याउने कार्य श्रीनाथ कलेक्सनबाट भइरहेको उक्त कलेक्सनका संस्थापक अध्यक्ष समेत रहेका श्रेष्ठले बताए । श्रीनाथले विशेषतः कर्पोरेट हाउस, बैंक-फाइनान्स तथा फाइभस्टार होटल र होटलहरूको युनिफर्म तयार गर्ने गर्छ । यसको अलावा तीनवटा शोरूमबाट सर्वसाधारणलाई सेवा पुऱ्याउनुका साथै २२ जिल्लामा श्रीनाथका उत्कृष्ट उत्पादन उपभोक्ता समक्ष पुऱ्याउने कार्य भएको छ ।

मानिसको व्यक्तित्व उसले लगाउने कपडाबाट झल्किरहेको हुन्छ । यस अर्थमा गुणस्तरीय कपडा र उच्चस्तरीय डिजाइनका सधैं माग भइरहेको हुन्छ । श्रीनाथको थ्री पिस सुट, सर्ट तथा टाई लगाएर सामाजिक रूपमा सजिन चाहने जो कोही पनि खल्तीमा न्यूनतम १० हजार बोकेर गएमा पुग्ने श्रेष्ठले बताएका छन् । योभन्दा बढी क्वालिटी र स्टाण्डर्ड चाहिएमा ३० हजारसम्म लाग्ने वर्तमान बजार मूल्यलाई आँकलन गरेर हिसाब निकाल्ने कार्य पनि उनीबाट भएको छ ।

कलेज पढ्ने बेला नै आजभन्दा २० वर्षअगाडि सरिता राईसँग अन्तरजातिय प्रेम विवाह गरेका श्रेष्ठका दुई छोरी छन् । जीवन संगिनी सरिता तथा भाइ उपेन्द्रनाथको विशेष सहयोग तथा साथले श्रीनाथ कलेक्सनलाई कर्पोरेट व्यवसायको लागि अगाडि बढाउन आफू सक्षम भएको उनी स्वीकार्छन् । वर्षमा आधा वर्ष काठमाडौं बाहिर व्यावसायिक तथा सामाजिक कार्यकै सिलसिलामा रहने गरेका उनी हेल्प नेपाल नेटवर्कका संस्थापक कोषाध्यक्ष समेत हुन् । स्वास्थ्य, शिक्षा र दैवी प्रकोप व्यवस्थापन कार्यमा १४ वर्षदेखि क्रियाशील हेल्प नेपालको कार्य विस्तार ५० जिल्लामा पुगिसकेको छ । 'नेपालीका लागि नेपालीको सहयोग' नारा बोकेर विदेशमा बसेका नेपालीबाट सहयोग संकलन गरेर नेपालमा रहेका नेपालीका लागि स्वास्थ्य, शिक्षा र दैवी प्रकोपमा सहयोग गर्ने कार्य हेल्प नेपालबाट भइरहेको उनले स्पष्ट पारेका छन् ।

हिमालयन फ्रन्ट होटल

आउँदो २०१५ सेप्टेम्बर महिनामा KGH होटल समूहले पोखराको सारनकोट जाने उकालोमा ९० शैया भएको अत्याधुनिक हिमालयनफ्रन्ट होटल (Himalayanfront Hotel) सुरू गर्दै छ । KGH समूहले पोखरामा सञ्चालन गरिरहेको फेवातालनजिकको वाटरफ्रन्ट होटल (Waterfront Hotel) विश्वप्रसिद्ध ट्रिप एडभाइजरको मूल्यांकन अनुसार नेपालकै १० लोकप्रिय होटलमध्ये चौथो स्थानमा पुग्न सफल भएको छ ।

हिमाललाई नजिकैबाट नियाल्न अब साँघुरो सडक छिचोल्दै डाँडाकाँडा कुँदनु पर्दैन किनभने पोखरा विमानस्थल र फेवा तालबाट मात्र ७ किलोमिटरको दूरीमा KGH समूहले तल्लो सारनकोट डाँडाको टुप्पैमा हिमालयनफ्रन्ट होटल बनाउँदै छ । Loft design बाट बनाइएको यो होटलको हरेक कोठामा पुरै बाक्लो ऐना लगाइएको हुँदा त्यहाँबाट सम्पूर्ण हिमालका शृंखलाहरु र सेती नदीको गहिरो मनोरम खोंचहरु मानौं हातैले छुन सकिने दूरीमा IMAX फिल्मको पर्दामा हेरेजस्तै छ्याङ्ङै देख्न सकिने छ । यो अत्याधुनिक सुविधायुक्त होटलमा वातावरणमैत्री सौर्यशक्तिको भरपूर प्रयोग गरिने छ ।

• **रमिता श्रेष्ठ**, ब्युटी एक्सपर्ट

मेकअप गर्न अक्कल चाहिन्छ

मेकअप गर्न पनि अक्कल चाहिन्छ । अक्कल गर्न नजानेमा त्यसको नक्कल गर्न जान्नु पर्दछ । यो भनाइ हिजोका दिनमा निकै व्याप्त थियो । यद्यपि, कतिपय स्थानमा अझै पनि मेकअप गर्ने भन्ने वित्तिकै नक्कल गर्ने र नक्कल पार्ने काम भन्ने गरेको पाइन्छ । परम्परागत रूपमा मेकअप गर्ने कार्यलाई जे-जस्तो भनिए पनि यो आफैभित्रको कला तथा सीप हो । जसले यो कला तथा सीप जानेको छ, उसको अनुहार तथा रूपको सुन्दरतामा निक्कै अभिवृद्धि भएको पाइन्छ । कतिपय अवस्थामा मेकअपले स्कीनमा भएको दाग तथा धब्बाहरूलाई छोप्ने कार्य पनि हुनेभएबाट अनुहारको सुन्दरतामा थप अभिवृद्धि हुने गर्दछ । यसबाट आत्मविश्वास पनि बढ्ने गरेको पाइएको छ । मेकअप गर्दा विशेषतः फेस टाइप, स्कीन कलर तथा स्कीन कन्सेप्टमा बढी ध्यान दिनु पर्दछ ।

मेकअप गर्ने तरिका

१ स्कीनको टाइप हेरेर मात्र क्लीन्जिङ् गर्ने ।

२ सुख्खा भएको खण्डमा स्कीन टोनर र मोस्चुराइजर क्रिमको प्रयोग गर्ने ।

३ स्कीनमा दाग वा पिम्पल भएमा कन्सेलेर पेनस्टीकको प्रयोग गर्ने ।

४ स्कीनको प्रकार हेरेर मात्र फाउन्डेसनको प्रयोग गर्ने ।

५ आवश्यकता अनुसारको फेसकट गर्ने र कट गर्दा डार्क कलरको प्रयोग गर्ने

६ लुज पाउडर वा ट्रैसलुशन्ट पाउडरको प्रयोग गर्ने ।

७ वाटर प्रुफ चाहेको खण्डमा त्यसैको माथि पानी स्प्रे गर्ने तथा हल्का डब गर्ने र टिस्सु पेपर वा पफले थिच्ने ।

८ लुगाको कलर अनुरूप वा रातो तथा हरियो स्याडो प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

९ आँखा सानो भएमा डार्क कलरबाट साइड कट गर्नुपर्दछ । आँखाको मुनि काजलको प्रयोग गर्ने र भित्र स्नीनमेस व्हाइटले कोर्ने ।

१० चेक बोनमा रूजको प्रयोग गर्ने तथा रातो रानी कलरभन्दा मार्वल रूजको प्रयोगले अझ बढी राम्री देखिन्छ ।

११ लिपिस्टिकको प्रयोग गर्नुअगाडि ओठमा हल्का फाउन्डेसनको प्रयोग गर्ने । ओठ सानो छ भने लिपलाइनरको बाहिरबाट प्रयोग गर्ने । यदि ठूलो छ भने भित्रबाट गर्ने । लिपिस्टिक प्रयोग गर्दा म्याटको प्रयोग गरेमा लामो समय टिक्ने गर्दछ । सिनी ग्लोसको प्रयोग गर्नु अझ राम्रो हुन्छ ।

मेकअप गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा

१. मेकअप गर्नुभन्दा पहिला अनुहारलाई सफा गर्नुपर्दछ । यदि मृतकोशिका छ भने त्यसलाई हटाएर मात्र मेकअप गर्नुपर्दछ ।

२. अनुहारमा धेरै रौंहरु छ भने वा थ्रेडिङ् गरिएको छैन भने गर्ने र सिल्भर कुल ब्लिचको प्रयोग गर्ने ।

३. स्कीन टोनभन्दा एक सेडलाइट अथवा एक सेड डार्क मेकअप गर्नुपर्दछ ।

४. गर्मीको समयमा ड्राइमेकअप गर्नुपर्दछ । ओइली प्रडक्टको प्रयोग कम गर्ने । जाडोमा भने ओइली वा ग्लोसीको बढी प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

५. जहिले पनि मेकअप प्रोडक्ट क्वालिटीको प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

६. मेकअपमा आइलाइनर र मस्करा वाटरप्रुफको प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ ।

७. मेकअपपछि ब्रसलाई सफा गर्नुपर्दछ ।

८. मेकअप गरिसकेपछि इन्फेक्सन नहोस् भनेर स्पंजलाई एन्टिसेप्टिकबाट सफा गर्नुपर्दछ ।

९. मेकअप गर्नेबेला कंसिलरको प्रयोग गर्दा विस्तारै स्प्रेड गर्नुपर्दछ ।

१०. मौसम अनुसारको मेकअपको चयन गर्नु उचित हुन्छ ।

सौन्दर्य समाचार

क्लासिक ब्युटीपार्लर एण्ड ट्रेनिङ सेन्टरको शाखा विस्तार

भारतको सुविख्यात कस्मेटिक विशेषज्ञ डाक्टर नरेश अरोराको नेपाल स्थित चेज कस्मेटिकको आधिकारिक सोल डिस्ट्रीब्युटर इम्प्लस ट्रेडिङ् कम्पनीमा ब्युटी एक्सपर्टको रूपमा कार्यरत रमिता श्रेष्ठले सोही कम्पनीमा क्लासिक ब्युटीपार्लर एन्ड ट्रेनिङ् सेन्टरको शाखा विस्तार गरेकी छन् । विशेष गरेर उक्त पार्लरमा कस्मेटिक उपचार तथा ब्युटीपार्लर सेवाको अलावा तालिम दिने उद्देश्यले काठमाडौंको खिचापोखरीमा शाखा विस्तार गरिएको हो । साउन महिनाबाट विधिवत रूपमा शुभारम्भ गरिएको उक्त क्लासिक ब्युटीपार्लरको इम्प्लस ट्रेडिङ्का मेनेजिङ् डाइरेक्टर बीपेन्द्रराज अमात्यबाट रिबन काटेर उद्घाटन भएको थियो । उद्घाटन समारोहमा विभिन्न क्षेत्रका व्यक्तित्वहरूको उपस्थिति रहेको थियो । उपस्थित सबैले सफलताको लागि शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

नव वर्ष २०७१ सालको बहार
कमाण्डर पोष्ट दैनिकको
उपहारै उपहार
अब कमाण्डर पोष्ट दैनिकको
वार्षिक ग्राहक बन्नुहोस् र
जित्नुहोस्
अष्ट्रेलियन इलेक्ट्रिक
लाल्टिन उपहार
ग्यास चुल्हो
बम्पर उपहार
लक्की ड्र
आकर्षक बेड
प्रथम १ जना
आकर्षक सोफा
द्वितीय १ जना
आकर्षक
डाइनिङ टेबल
तृतीय १ जना
वार्षिक ग्राहक दर रु. १५००/- मात्र
कमाण्डर पोष्ट
सम्पर्क ठेगाना
युग पब्लिकेशन प्रा. लि.

अप्ठ्यारो परिस्थितिमा सजिलो उपाय, econ

econ (आकस्मिक गर्भनिरोधक चक्की) भनेको असुरक्षित यौन सम्पर्क पछि गर्भ रहन नदिनको लागि खाने चक्की हो । यसलाई जति सक्दो चाँडो, ढिलोमा १२० घण्टा वा ५ दिन भित्र खानुपर्दछ । यसमा रहेका २ वटा चक्की एकैसाथ खान पनि सकिन्छ वा एक-एक चक्की गरी खाएमा पहिलो चक्की खाएको १२ घण्टा पछि दोस्रो चक्की खानुपर्दछ ।

सावधान :

* econ ले HIV र STI जसता संक्रमणहरूबाट बचाउँदैन । यसका लागि Condom जस्तै Dhaal/Panther/Dzire को अनिवार्य प्रयोग गर्नुपर्दछ ।
* econ आकस्मिक प्रयोजनको लागि मात्र हो यसलाई नियमित परिवार नियोजनको साधनका रूपमा प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

तल उल्लेखित फेसबुक पेज हेर्नुहोलाः
https://www.facebook.com/econ.ecp

नेपाल सि आर एस कम्पनी

उपभोक्ता मूल्य
रू १००/-

Model: Leena Shrestha
Photography: Sharad Maharjan
MUA: Ganga Shrestha
Wardrobe: Flourish Boutique (Rajita Gurung)

FLOURISH BOUTIQUE

Innovate Yourself with the Fabulous Design

Lazimpat (Opp. to Everest Bank Limited), Kathmandu, Nepal

Telephone: 01-4417436

अन्तर्राष्ट्रिय ब्राण्ड बन्दै बराह

'नुनदेखि सुनसम्म धरानदेखि काठमाडौं, पोखरा हुँदै युकेसम्म' भन्ने मूल नाराका साथ सुन्दर नगरी धरान नगरपालिकाको वडा नं. ५ मा आजभन्दा २० वर्ष अगाडि सानो सुन पसलबाट कारोबार सुरू गरेको बराह ज्वेलरीले यसबीचमा तीन सयभन्दा बढीलाई प्रत्यक्ष र ३ हजारलाई अप्रत्यक्ष रोजगारी दिँदै ISO प्राप्त कम्पनीमा रूपान्तरण भइसकेको छ । ०५२ भाद्र ५ मा धरानबाट सुरू भएको बराहको यात्रा काठमाडौं, पोखरा मात्र नभएर अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्र हङकङ, युकेमा समेत बराहको सम्पर्क कार्यालय रहेको छ । जहाँबाट रेमिटेन्सलगायत परम्परागत सुनचाँदीका गरगहना विक्री र अन्य विभिन्न कारोबार हुने गर्दछ । यहाँका सबै गहनाहरु २४ क्यारेट सुनबाट निर्माण गरिएका हुन्छन् । परम्परागत गरगहनाका लागि बराह ब्राण्ड नै हो । यहाँ निर्माण गरिएका अधिकांश गरगहना स्वदेशदेखि विदेशसम्म निर्यात गरिन्छ ।

गहनाको अत्यधिक मागलाई ध्यानमा राखेर बराहले ललितपुरस्थित पाटन औद्योगिक क्षेत्रमा परम्परागत गहना निर्माण गर्ने कारखाना नै सञ्चालन गरेको छ । उक्त कारखानामा १०० जना कालिगढले विभिन्न डिजाइनका गरगहना निर्माण गर्दछन् । बराहमा सुनचाँदीदेखि दैनिक घरायसी सामान, लत्ताकपडा, देश विदेशमा रकम पठाउने मनि ट्रान्सफर र सहकारी र बालबालिकाहरूको मनोरञ्जनका लागि बराह किन्डर जोन समेत सञ्चालनमा छ । दुई लिफ्ट सहित पूर्ण सुरक्षाका लागि सिसि क्यामरा जडित प्रालिमा नेपाल, भारत, चीन, हङकङ, युके, थाइल्याण्ड लगायतका देशका विभिन्न ब्राण्डेड सामान सुपथ मूल्यमा पाइन्छ । सुनचाँदीका परम्परागत तथा आधुनिक गरगहनालाई 'बराह ब्राण्ड' बनाउने कम्पनीको उद्देश्य छ । सुनचाँदीको कारोबारबाट सुरू भएको व्यवसायलाई यसका परिकल्पनाकार स्व. इन्द्रकुमार लामिछानेले कम्पनीमा रूपान्तरण गरेपछि डिपार्टमेन्ट स्टोर, रेमिटेन्स, सहकारी यातायात लगायत अन्य क्षेत्रमा समेत कम्पनीले हात हालेको हो । 'बराहलाई आजको अवस्थामा पुऱ्याउन यसका परिकल्पनाकार स्व. इन्द्र लामिछानेले धेरै मेहनत गर्नुभएको छ । उहाँको कुशल नेतृत्वले यसलाई राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय तहमा पुऱ्याउन सफल भएको हो', शाखा प्रमुख मानबहादुर दियाली भन्छन्- 'अहिले हामी सुनचाँदीमा मुलुकमै उत्कृष्ट ब्राण्ड भएका छौ भने डिपार्टमेण्ट स्टोर, रेमिट्यान्स, सहकारी, यातायात ट्राभल्स समेत संचालन गरेका छौं ।'

समुदायमा बराह

बराहले सामाजिक रूपमा गरेको कार्य प्रशंसायोग्य छ । बराहले सहकारीमार्फत विपन्न वर्गको उत्थानको लागि विभिन्न कार्यक्रम संञ्चालन गरेको छ । निम्न आयस्रोत भएका, सामाजिक रूपमा पछि रहेका समुदायलाई माथि उकास्न नेपाल सरकार स्वरोजगार कोष अन्तर्गत सरल किस्तामा कृषि क्षेत्र, घरेलु उद्योगमा समेत लगानी गरिदिएको छ । धरानका अधिकांश विपन्न समुदायमा कृषि उत्पादन, पशुपालन, घरेलु खुकुरी उत्पादनमा बराहले धेरैलाई रोजगारी दिएको छ । 'हामीले यो कम्पनी स्थापना गर्दा नै सामाजिक, आर्थिक रूपमा पछाडि परेका वर्ग समुदायलाई समेट्ने भनेका थियौं यसका लागि सहकारी मार्फत लगानी गरेका छौं । यसले रोजगारीको अवसर सिर्जना गरेको छ', बराह बचत तथा ऋण सहकारीका प्रबन्ध निर्देशक पूर्णकुमार कालिकोटे भन्छन् । यसैगरी सामुदायिक उत्तरदायित्व अन्तर्गत बराहले हरेक वर्ष भाद्र ३ गते स्थापना दिवसमा रक्तदान गर्दै आएको छ । गत वर्ष गरिएको रक्तदानमा पूर्वाञ्चलमै सबैभन्दा धेरै रगत संकलन गरिएको थियो । यसका साथै सहकारी मार्फत सञ्चालन गरिएको एम्बुलेन्सबाट सुनसरी र मोरङ्ग जिल्लामा कमजोर आर्थिक अवस्था भएका र शेयर सदस्य तथा ग्राहक सदस्यलाई निःशुल्क सेवा प्रदान गरेको छ । यस्तैगरी फरक क्षमता भएका व्यक्तिलाई सहयोग पुऱ्याउँदै आएको छ । 'हामीले मुनाफाको केही अंश सामाजिक क्षेत्रमा छुट्याएका छौं । धार्मिक, सामाजिक क्षेत्रको विकास र मानवीय सेवाका लागि हामी सदैव कृयाशील छौं । बराह नाफासँगै सामाजिक विकासमा बढी विश्वास राख्दछ । हामी यहाँसम्म आइपुग्नुमा यही समाजको देन हो', शाखा प्रमुख मानबहादुर दियाली भन्छन् । यसैगरी धरानको खानेपानी समस्यालाई न्यूनिकरण गर्न खानेपानी सेवा समेत प्रदान गरिरहेछ ।

धार्मिक पर्यटन प्रवर्द्धनमा जोड

बराहले धरान र पूर्वाञ्चलको पर्यटन विकासमा समेत आफ्नो सहभागिता जनाएको छ । धनकुटाको भेडेटारस्थित प्रसिद्ध पाथीभरा देवीको मन्दिरमा स्वागतद्वार निर्माण गरिदिएको छ भने धरानको प्रवेशद्वार तीनकुने विश्वकर्मा मन्दिर परिसरमा कम्पनीका संस्थापक स्व. इन्द्रकुमार लामिछानेको स्मृतिमा इन्द्रेश्वर महादेवको प्रतिमा स्थापना गरिएको छ । यसैगरी चतरास्थित बराहक्षेत्र मन्दिर प्रवेशद्वार निर्माणमा समेत सहयोग पुऱ्याएको छ । यसैगरी धरानका जातिय, धार्मिक समुदायका विभिन्न चाडपर्व र कार्यक्रममा समेत बराहले सक्दो सहभागिता जनाउने गर्दछ ।

शिक्षामा लगानी

बराहले शैक्षिक क्षेत्रमा समेत सहयोग पुऱ्याउँदै आएको छ । धरान ११ को अनन्त शिक्षा ज्योति प्रा. वि.को सञ्चालनमा कम्पनीले सहयोग गरेको छ । यसैगरी धरानका धेरै विद्यालयको भौतिक पूर्वाधार निर्माण र शैक्षिक स्तर उकास्न सहयोग पुऱ्याएको छ ।

बराह ज्वेलरी इण्डष्ट्रिज प्रा. लि. ले यही भाद्र ५ गते आफ्नो २०औं वार्षिकोत्सव कार्यक्रम भव्यताकासाथ मनाउँदै छ । उक्त अवसरमा बराह ज्वेलरी इ. प्रा. लिका १५४४ ग्राहक सदस्यहरूलाई पुरस्कृत गर्दै छ भने एक जना भाग्यशाली विजेतालाई डियो स्कूटी उपहार वितरण गर्ने कार्यक्रम रहेको बराहका सुपरभाइजर गंगा कालिकोटेले बताए । यसैगरी कम्पनीबाट स्थापनाकालदेखि हालसम्म सबैभन्दा बढी सुनचाँदी तथा पत्थरजन्य गरगहना खरिद गर्नुहुने ग्राहक सदस्यमध्ये तीन जनालाई पुरस्कृतसमेत गरिनेछ । बराहले वार्षिकोत्सवको अवसरमा यही भाद्र ३ गते धरानको भानुचोकमा बृहत् रक्तदान कार्यक्रमको समेत आयोजना गर्दै छ ।

बराह ज्वेलरीका सेवा तथा सुविधाहरू

धरान शाखा ग्राउण्ड फ्लोर, ज्वेलरी शोरूम र खाद्यान्न

१) आईएस ओ सर्टिफिकेट मान्यता प्राप्त परम्परागत तथा आधुनिक पत्थर जडित सुनचाँदीका गरगहना ।
२) स्वदेश तथा विदेशका ब्राण्डेडका कस्मेटिक्स आइटम
३) स्वदेश विदेशका लोकप्रिय ब्राण्डका पेय पदार्थ (मदिरा)
४) घरायसी सामान, भान्छामा प्रयोग हुने खाद्यान्न नुन चिनी, तेल, दाल चामल आदि

प्रथम तल्ला
१) गिफ्ट तथा खेलौनाका सामग्री, ग्रिटिङ्ग कार्ड ।
२) फेन्सी, थान र जातिय पहिरनका स्वदेशी विदेशी कपडा ।

दोस्रो तल्ला
१) चाइनिज सामान, विभिन्न इलेक्ट्रोनिक्स सामान
२) घरायसी सामानहरु, एशोसिरिज ।

तेस्रो तल्ला
१) वित्तीय कारोबार रेमिट्यान्स सेवा
२) बराह बचत तथा ऋण सहकारी सस्था लि.
३) राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय हवाई टिकट, बसको टिकट

चौथो तल्ला
१) बालबालिकाका मनोरञ्जनका लागि किन्डर जोन
२) डि स्वायर रेष्टुरेन्ट एण्ड क्याफे -नेपाली, इण्डियन, चाईनिज, कन्टिनेन्टल परिकार ।

काठमाडौ, पोखरा, हङकङ र युके

नुनदेखि सुनसम्म धरानदेखि काण्माडौं, पोखरा हङ्कङ्ग हुँदै युकेसम्म यो नारा जस्तै बराहले आफ्नो व्यवसायलाई विस्तार गरेको छ । काठमाडौं न्यूरोडस्थित पीपलबोटमा रहेको छ । पीपलबोटको न्यू बराह ज्वेलरी इ. प्रालिमार्फत सुनचाँदीका परम्परागत गरगहना बिक्री वितरण गर्ने गरिएको छ । यहाँको ग्राउण्ड फ्लोरमा सुनचाँदीको बिक्री हुन्छ भने पहिलो तल्लामा विभिन्न राशि अनुसार सुन, पत्थरका गहना, चाँदीका गरगहना, भाँडा, पूजाका सामग्रीहरु पाइन्छ । दोस्रो तल्लामा वित्तीय कारोबार र रेमिटेन्स सेवा तथा अभिमत बचत तथा ऋण सहकारी सस्था लि.र इन्द्र बराह ट्राभल्स एण्ड टुर, हवाई तथा बस टिकट रहेको छ ।

तेस्रो तल्लामा आदिवासी जनजातिहरूको जातिय गहनाहरूको संग्रहालय रहेको छ । तपाई परम्परागत जातिय गरगहनाको शोखिन हुनुहुन्छ भने यहाँको संग्रहालयमा आएर गहना हेरेर अर्डर गर्न सक्नुहुन्छ ।

चौथो तल्लामा बराहको सम्पूर्ण प्रशासनिक कारोबार हुन्छ ।

श्रीविनाकी श्वेता

बिहे भएको एक महिनामै नायिका श्वेता खड्काको सिउँदो पखालिएला भनेर कसैले सोचेको थिएन । नियतिको खेलमा नचिताएको वज्रपात नायिका खड्काको जिन्दगीमा भयो । बाँचुन्जेली नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठको साथ पाउने सपना साँचेर असार २३ गते नायक श्रेष्ठको हातबाट रंगाएको सिउँदो यति छिट्टै पखालिएला भनेर नसोचे पनि उनले साउन २४ गते भारतको नयाँदिल्लीस्थित एपोलो अस्पतालमा भोग्नुपर्‍यो । राति १ बजेसम्म मृत्युसँग कठोर लडाइँ लडिरहेका सबैका प्रिय नायक श्रेष्ठलाई मृत्युले पराजित बनाएरै छाड्यो ।

फिल्मी अभिनयको संघर्षमय करियरमा आफू र श्रीकृष्णको जोडी निक्कै हिट भएको त्यो पललाई हाल अमेरिकामा रहेकी नायिका सारंगा श्रेष्ठले झलझली सम्झेकी छन् । विवाह भएको यति छोटो अवधिमा श्रीलाई दैवले श्वेताबाट चुँडेर लगेकोमा उनी निकै दुःखी बनेकी छन् । नेपाली चलचित्रको इतिहासमा सबैको आँखाको नानी नै बन्न सफल निष्कलंक नायक श्रेष्ठको दुःखद निधनबाट उनलाई माया गर्ने उनका लाखौं शुभचिन्तक तथा आफन्तहरु मात्र नभई सारा नेपालीको आँखा ओभानो रहेन । नायक श्रेष्ठको शव साउन २६ गते दिउँसो २.५५ बजे काठमाडौंको त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलमा आइपुग्दा त्यहाँ उपस्थित सबैको मन पोलेको थियो । आँखाभरि आँसु भरिएको थियो ।

एअर इण्डियाको विमानबाट नायक श्रेष्ठको शवसँगै उत्रिएकी नायिका खड्काको अचेत अवस्थाले सबैभन्दा बढी वरिष्ठ अभिनेत्री बसुन्धरा भुसाललाई रुवायो । खड्कालाई सम्हाल्न भुसाललाई निक्कै गाह्रो भएको थियो । 'फिल्मको सेटमा तथा सेट बाहिर जतिखेर पनि मलाई बसु आमा भनेर संवोधन गर्ने श्रीको शवले बसुआमा मृत्युसँग पराजित बनेर शव भएर आएँ भनेजस्तो भयो', गहभरि आँसु पारेर अभिनेत्री भुसालले प्रतिक्रिया व्यक्त गरेकी छन् ।

मृत्युसँग लामो संघर्ष गरेर मृत्युलाई पराजित गरेर नयाँ जीवन बोकेर प्रज्ञाभवनको परिसरमा श्रीलाई श्रद्धाञ्जलि दिन आइपुगेका वरिष्ठ अभिनेता नीर शाहले नपत्याउने तरिकाले श्रीलाई दैवले हामीबाट चुँडाएर लग्यो भने । नायिका झरना थापा बलिन्द्र आँसु चुहाउँदै हिक्क-हिक्क गर्दै किन यति राम्रो मान्छे यति चाँडै भगवानको पनि प्यारो हुन्छ भनेर प्रतिप्रश्न गरिन् । श्रीलाई भाइको रूपमा मान्ने वरिष्ठ अभिनेत्री गौरी मल्ल त श्रीको शव हेर्न नसकेर झण्डै बेहोश जस्तो बनेकी थिइन् ।

श्रीको शवमा अन्तिम श्रद्धाञ्जलि चढाउन विमानस्थलदेखि प्रज्ञाभवन र प्रज्ञाभवनबाट पशुपति आर्यघाटसम्म त्यतिकै जनसागर उर्लिएको थियो । पचासौं हजारको मानवसागर उर्लिएर श्रीलाई अन्तिम श्रद्धाञ्जलि दिए । राज्य र सरकारको तर्फबाट राष्ट्रिय सम्मान पनि उनलाई दिइएको थियो । पूर्वराजा ज्ञानेन्द्रदेखि प्रधानमन्त्री सुशील कोइराला, विभिन्न पार्टीका नेतासम्मका सबैले शोक सन्देश तथा श्रद्धाञ्जलि दिएबाट पहिलो पल्ट कलाकारको मृत्युपछि भए पनि राष्ट्रले सम्मान तथा इज्जत गरेको प्रतिक्रिया वरिष्ठ गीतकार बालकृष्ण सजीवले दिए । सजीव भन्छन्- 'श्रीकृष्ण श्रेष्ठलाई मृत्युपर्यन्त राष्ट्रिय झण्डा ओढाएर राष्ट्रले पहिलो पल्ट सम्मान गर्ने परम्पराको कम से कम सुरूवात गर्‍यो । म यसको मुक्तकण्ठले प्रशंसा गर्दछु ।'

श्री वास्तविक कोहिनूर हिरो

नेपाली चलचित्रको इतिहासमा कुनै पनि प्रकारको स्क्याण्डलमा नहोमिएका नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ २५ वर्ष लामो अभिनय यात्रामा निष्कलंक नै मानिए । आम नायकहरूको अनेकन घटना तथा परिघटना हुने गरे पनि त्यस्ता नराम्रा घटना श्रीको अभिनय यात्राको क्रममा भएन ।

२०४५ सालमा 'भुमरी' नामक चलचित्रबाट नेपाली चलचित्रको अभिनय यात्रा प्रारम्भ गरे पनि चलचित्र 'नाता'ले उनलाई नायक बनाएको थियो । यसअघि नायक राजेश हमालको ग्रुपमा सहनायक बनेर 'कसम' फिल्म पनि उनले खेलेका थिए । जुन कुरालाई नायक हमालले पनि मेरो

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन

फिल्मी करियरको प्रारम्भका दिनमा मलाई सहयोग गर्ने मेरो भाइ हिरो भनेर चश्माभित्रबाट बगेको आँसुलाई पुछ्दै श्रीलाई अन्तिम श्रद्धान्जली दिन एकेडेमीमा उपस्थित हुँदा सम्भिएका थिए ।

नातापछिका सबै चलचित्रमा नायक बनेर अगाडि बढेका श्री चलचित्र ट्रक–ड्राइभर, आफन्त, आफ्नो मान्छे, गोरखाली, ए मेरो हजुर, सुखदुःख, कहाँ भेटिएलादेखि कोहिनूरसम्म आइपुग्दा नेपाली चलचित्र उद्योगकै कोहिनूर नै बने । सबैका आँखाका नानी नै बन्न सफल भए । पछिल्लो पल्ट उनले निर्माण गरेको चलचित्र कोहिनूर उनको जिन्दगीकै अन्तिम उपहार नै भयो ।

असारमा बिहे गर्नुको रहस्य

नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ र नायिका श्वेता खड्काको असारमा बिहे गर्ने खासै रहर थिएन । दुवैको चाहना चलचित्र कोहिनूरलाई साउन २३ गते रिलिज गरेर आरामका साथ मंसिरमा बिहे गर्ने थियो । सोही बमोजिम असारको पहिलो हप्ताबाट श्री र श्वेता कोहिनूरको प्रचार–प्रसारमा अहोरात्र खट्न थालेका थिए । व्यापक दौडधुपका कारण श्रीलाई सुख्खा खोकीले निक्कै सताउन थालेको थियो ।

नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ र नायिका श्वेता खड्काको असारमा बिहे गर्ने खासै रहर थिएन । दुवैको चाहना चलचित्र कोहिनूरलाई साउन २३ गते रिलिज गरेर आरामका साथ मंसीरमा बिहे गर्ने थियो । सोहीबमोजिम असारको पहिलो हप्ताबाट श्री र श्वेता कोहिनूरको प्रचार–प्रसारमा अहोरात्र खट्न थालेका थिए । व्यापक दौडधुपका कारण श्रीलाई सुख्खा खोकीले निकै सताउन थालेको थियो ।

तस्वीर : अजय देशार

कतिपय रेडियो–एफएममा प्रचारका क्रममा पुग्दा श्रीले धेरै बोल्न नसक्दा श्वेताले बोल्नु परेको थियो । रेडियोमा बोल्दा लगातार खोकी लाग्दा कतिपय रेडियो स्टेशनमा अन्तरवार्ता रोकेर गीत बजाउनु परेको कार्यक्रम प्रस्तोताहरूको अनुभव छ । काठमाडौंको धुलो–धूवाँको असर भनेर श्रीले सुख्खा खोकीलाई सामान्य मेडिसनबाट दबाउने कोसिस पनि गरेका थिए । श्वेताले बारम्बार श्रीलाई आराम गर्न भने पनि यति छोटो समयमा आराम कसरी गर्ने भनेर सुख्खा खोकीको परवाह नगरेको उनी निकटहरु सम्भन्छन् ।

त्यसमाथि, श्री र श्वेताको नमिलेको चिना–टिप्पणलाई मिलाउने कार्य गरिरहेका ज्योतिष–पण्डितहरूले असार २३ गतेपछि उनीहरूका लागि यो वर्ष लगन नै नभएको भनेपछि दुवैका परिवार आत्तिए । दुवैका परिवारको मिलोमतोमा असार २३ गते नै हतारमा बिहे गर्ने निर्णय भयो । परिवारको निर्णयमा दुवैले नाइँ भन्नै सकेनन् । त्यसमाथि, हरेक दिन कामबाट घर फर्कदा अनेकन केटीहरूका तस्बिर बोकेर बस्ने ८६ वर्षीया आमाको मर्नुअघि छोराको बिहे हेर्ने धोको पूरा गर्न पनि बिहे गर्न लागेको श्रीले बताएका थिए । श्वेताका वृद्ध आमाबुबाको पनि त्यस्तै चाहना भएकोले दुवैको परिवार हतारिएको हो ।

असार २३ गतेको बिहेपछिको रिसेप्सन पार्टीका दिनमा नै श्री निक्कै गलेको देखिएका थिए । सोही राति उनलाई भित्रभित्रै बल्भिदै गएको रोगले च्यापिसकेको थियो । बिहेलगत्तै श्री उपचारार्थ चिकित्सककोमा पुग्न बाध्य भए । चिकित्सकको सल्लाह बमोजिम उक्त रात प्राथमिक उपचार गरेर असार २७ गते प्लेनको फ्लाइट सेड्युल मिलाएर १३ वर्षअगाडि श्रीको पेटको क्यान्सरको उपचार गरिएको तत्कालीन दिल्लीस्थित गंगाराम अस्पताल तथा हालको एपोलो अस्पतालमा नवविवाहिता पत्नी श्वेताका साथ श्री पुगेका थिए ।

नेपालमा भने उनीहरु हनिमुन मनाउन पोखरा हुँदै भारतको सिम्ला पुगे भनेर प्रचार गर्न लगाइयो । यथार्थमा उनीहरु हनिमुनमा नभई उपचारार्थ एपोलो अस्पताल पुगेका थिए । एपोलो अस्पतालमा परीक्षणका क्रममा फोक्सोमा पानी जम्नुको समस्या लगायत बोन क्यान्सर भएको समेत देखियो । साउन २३ गते चलचित्र कोहिनूरको रिलिजपूर्व नेपाल फर्कने सोचमा पुगेका श्री र श्वेताको इच्छा अधुरै रह्यो ।

सात वर्ष लामो प्रेममा एक–आपसमा चुपचाप मन पराएर पनि कसैको सामुन्ने सस्तो प्रचार गर्ने कार्य श्री र श्वेताबाट भएन । दुवैबीच यति धेरै माया तथा प्रेम थियो भन्ने कुरा उनीहरु निकट आफन्त तथा शुभचिन्तक मात्र नभई चलचित्र कोहिनूरका लेखक तथा निर्देशक आकाश अधिकारीलाई समेत आभास नभएको बताइएको छ ।

चुपचाप एक–अर्कामा समर्पित भएर प्रेम गर्न जानेका यी जोडीको प्रेमलाई सबैले सराहना नै गर्ने गरेका थिए । उनीहरूको जोडी देख्ने सबैको मनमा हे भगवान यो जोडी वास्तविक जीवनकै जोडी बनून् भनेर प्रार्थना गर्नेहरु पनि धेरै पाइए । दुवैले आफूहरु एक अर्काको लागि बनेको जिकिर समेत गरेका थिए । चलचित्र 'कहाँ भेटिएला'बाट बनेको श्री र श्वेताको जोडी वास्तविक जीवनमा ३२ दिनभन्दा बढी विवाहित हुन दैवले दिएन । श्रीविना अब कसरी यति लामो जिन्दगी बाँच्ने भनेर बारम्बार भक्कानिने श्वेता हरेक पल श्रीको सामिप्यता खोजिरहेकी छन् । श्रीका अधुरा रहर र चाहनालाई जसोतसो पूरा गर्ने कार्यमा आफू अब लाग्ने भने पनि श्वेतालाई सामान्य जीवनमा फर्कन निक्कै कठिन भइरहेको छ ।

– श्याम स्मृत

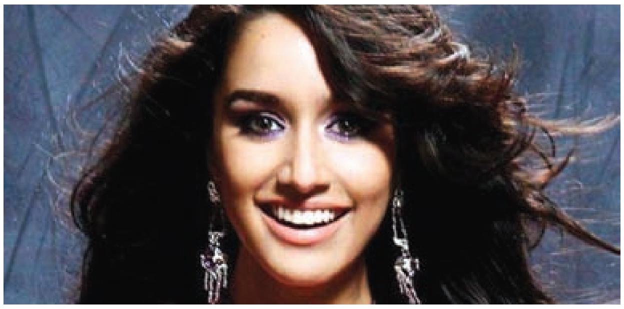
मिडिया भर्सेस स्टार

बलिउडका हस्तीहरुका लागि मिडिया एक फरक रोग बनेको छ । उनीहरु मिडियालाई मन पराउँदैनन् तर मिडियाविना बाँच्न पनि उनीहरुका लागि कठिन हुन्छ । मिडियाका बारेमा बलिउड हस्तीहरुले राम्रो कुरा बोलिरहेका हुँदैनन् । तर मिडिया पनि उनीहरुका वक्तव्यको विरोधमा उभिइरहेको हुन्छ । आफू चलेका बेला जोकोही स्टारले पनि मिडियासँगको सुधारको सम्बन्ध राख्ने गरेका छैनन् । चलेका समयमा मिडियासँग गतिलो सम्बन्ध देखिएको छैन । केही बलिउड हस्तीहरु जो मिडियासँग बारम्बार विवादमा आइरहन्छन्, उनीहरुबारेका केही तथ्य :

सलमान खान

किक स्टार सलमान खानको तस्बिर लिने क्रममा केही साताअघि मात्र उनका वडीगार्डको हर्कतको विरोधमा फोटो पत्रकारहरु उत्रिए । सलमानले पनि पत्रकारहरूसँग राम्रो व्यवहार गरेका थिएनन् । सलमानले उक्त घटनामा आफूलाई दोषी ठानेनन् र माफी पनि मागेनन् । फोटो पत्रकारलाई निकालियो तर त्यसका लागि अभिनेतालाई केही फरक परेन । फोटो पत्रकारहरूले सलमानलाई उभ्याएर तस्बिर लिने प्रयत्न गरे तर उनी मान्नु त परै जाओस् फोटो पत्रकारलाई कार्यक्रमबाट निकाल्ने विषयमा सकारात्मक देखिए ।

श्रद्धा कपुर



आशिकी २ र एक भिलेन हिट भएपछि चर्चाको शिखरमा पुगेकी अभिनेत्री श्रद्धा कपुरले पनि मिडियासँग अनेक प्रकारको हर्कत देखाइन् । एक कार्यक्रममा दुई घन्टा ढिलो पुगेकी उनले पत्रकारहरूलाई तस्बिर खिच्न दिइनन् । भर्खरै फिल्म इन्डष्ट्रीमा कदम राखेर दुई सफलता हात पारेकी श्रद्धाले एक इभेन्टमा यस्तो हर्कत देखाएपछि माफी समेत मागेकी थिइन् ।

सैफ अली खान र करिना कपुर

अभिनेता सैफ अली खानले आफ्नी पत्नी करिना कपुरका लागि मिडियासँग झगडा गरे । यो जोडीले नयाँ जुत्ताको विज्ञापनको कार्यक्रमका क्रममा मिडियासँग गलत व्यवहार गरेका थिए । उनीहरूले लामो समयसम्म सो गरेनन् । मिडियाले उनीहरूलाई पर्खिरहेको थियो तर जब मिडिया हिंड्यो अनि उनीहरु कार्यक्रममा पुगेका थिए ।

अमिताभ बच्चन

भारतका महानायक अमिताभ बच्चन पनि मिडियासँगको सम्बन्धमा नराम्रो व्यवहार राख्नेमध्ये पर्दछन् । उनी मिडियाबाट दिक्क भएको बताउँथे । उनले आफ्नो ब्लग मार्फत नै प्रेसले आफूलाई समस्यामा पारेको, बन्धनमा पारेको बताउँथे । दिवार, सरावी, मुकद्दरका सिकन्दर भन्ने फिल्महरु हिट भइरहेका बेला बच्चन यस्ता अभिव्यक्ति दिएर विवादमा आउने गर्दथे ।

टप टेन सुन्दरी

बलिउडले पनि हलिउडबाट धेरै कुरा सिकिरहेको छ । त्यो हलिउड जहाँ अनेक प्रकारका प्रयोगहरू भइरहन्छन् । २०१४ मा हलिउडमा निक्कै सुन्दरता र आफ्नो स्ट्यान्डर्ड मेन्टेन गर्ने १० सुन्दरीहरू यस्ता छन् :

१

मिरान्डा लाम्बर्ट

२००३ देखि हलिउडमा म्युजिकमा उत्रिएकी यी सुन्दरी आफ्नो व्यक्तित्वलाई कायम राख्न सफल छिन् । २०११ म ब्लेक सेल्टोनसँग विवाह गरेकी उनले पाँच एल्बम निकालेकी छन् । केरोसेन, फर द रेकर्ड, क्रेज एक्स गर्लफ्रेन्ड, रिभोलुसन र अटोमेटिक उनका चर्चित एल्बम हुन् ।

२

इमा स्टोन

यी मोडेलहरूबीच नै उदाहरणीय छिन् । उनले सुपरव्याड भन्ने फिल्मबाट हलिउडमा प्रवेश गरेकी हुन् । उनले हाउस बन्नी, घोस्ट अफ गर्लफ्रेन्ड पास्ट, जोम्बियालन्ड, पेपर म्यान, इजी ए, द हेल्प, ग्याङस्टर स्काडजस्ता फरक फिल्म खेलेकी छन् । स्पाइडर म्यानमा पनि उनी छिन् । जेभियर युनिभर्सिटी पढेकी उनी स्टाइलकी सौखिन हुन् ।

३

अन्ना केन्ड्रिक्ट

अन्नाको नाम अहिले संसारभरि चर्चाको शिखरमा छ । उनका आँखा र कालो खैरो कपाल र उनका अभियनको चर्चा नहुने ठाउँ छैन । ट्वीलाइट भन्ने फिल्मबाट अभिनय सुरू गरेकी अन्नाको करिअर नै उनको उच्चतम चम्किलो उपहारका रूपमा रहेको बताइएको छ ।

४

स्कारलेट जोहानसन

१९९४ मा क्यामेराअघि आएकी स्कारलेटको ठाउँमा क्लासी सेलिब्रिटीका रूपमा कोही पनि आउन नसकेको अध्ययनले देखाएको छ । उनको राम्रोपन, उनको सुन्दरता दुनियाँका लागि अचम्मित बनाउनेखालको छ । आइरन म्यानलगायतका विभिन्न फिल्ममा अभिनय गरेकी उनको चर्चा अहिले पनि उत्तिकै छ ।

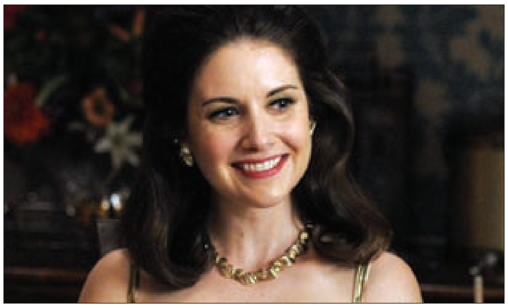
५ केरी वासिंगटन

टिभी सो स्क्यान्डलका लागि चर्चित छिन् केरी । राष्ट्रपतिका लागि आर्थिक समस्या समाधानको बाटोका रूपमा पनि उनको अभिनय प्रेरणा बनेपछि चर्चामा ह्वात्तै आएकी हुन् । अहिले उनी पहिलो सन्तानको पर्खाइमा छिन् ।

६ जीना देवान

यी अत्यन्तै सुन्दर डान्सर हुन् । हार्टफोर्टबाट आएकी यी सेलिब्रेटी, अभिनेत्री २००२ देखि क्यालिफोर्नियाबाट अभिनयमा मस्त छिन् । १० वर्षदेखि यही क्षेत्रमा उनी सक्रिय छिन् ।

७ एलीसन ब्रेइ



३१ वर्षीया एलीसन हलिउड अभिनेत्री हुन् । जेवीस कम्युनिटी सेन्टरबाट अभिनय थालेकी उनले ठूला भूमिकाहरु राम्रोसँग निर्वाह गरेकी छन् । म्याड मेनलगायतका सिरियलमा लामो अभिनय गरेकी उनले भर्खरै स्क्रीम ४, सेभ द डेटलगायतमा अभिनय गरेकी छन् ।

८ केट हुडसन

गोल्डाई हाव्न र विल हुडशनकी छोरी केट जन्मदेखि नै सेलिब्रेटी हुन् । उनका आमाबुवा नै फिल्मस्टार भएका कारण हलिउडमा उनका लागि नाम नै उच्च सेलिब्रेटीका लागि काफी भयो । उनले गोल्डेन ग्लोव अवार्ड पनि हात पारिसकेकी छिन् । उनी अहिले चल्तिकी नायिकाका रूपमा पनि चिनिन्छिन् ।

९ जेसिका बेइल

१९९७ देखि अभिनयमा छिरेकी जेसिका किशोर कलाकारिताबाट हलिउडमा प्रवेश गरेकी थिइन् । उनी टेलिभिजन सोमा लामो समय काम गरेकी कलाकार हुन् । सेभेन्थ ह्याभेनमा लामो समय काम गरेकी जेसिका जस्ती अभिनेत्री हलिउडले तत्कालै फेला पार्न नसक्ने पनि बताइएको छ । उनले अहिले ठूलाभन्दा ठूलो भूमिकामा आफूलाई सक्षम बनाइसकेकी छन् ।

१० सोफिया भर्गरा

यी स्पेनकी नायिका कोलम्बियाबाट आफ्नो अभिनय यात्रा गर्ने सफल अभिनेत्री हुन् । यी स्पेनको टेलिभिजनको होस्ट पनि थिइन् । अहिले अमेरिकामा रमाइरहेकी उनी २०१२ र २०१३ मा सवैभन्दा धेरै कमाउने अमेरिकाकी अभिनेत्री थिइन् । यिनको चार्मिङ अहिले पनि कायम रहेकाले उनी १ नम्बरमा नै रहेकी छन् ।

- विनोद ढकाल

pictures beyond your imagination...

Make your Wedding day ...
a day to Remember with

तस्वीर the studio

& Get Free photoshoot and 2 enlarged photo print (8x12 size)

Remember us for
Wedding Photography,
Videography,
live video and
other any programs

Also specialized making Photo books.

Bagbazar Plaza, Bagbazar, Kathmandu, NEPAL
Tel: +977-1-4245493
Mail: info@tasveer.com.np, Web: www.tasveer.com.np

प्रकाशबाबु पौडेल

पृथ्वीमै चन्द्र धरातलकोअनुभव

मंगोलिया मैले आफ्नो बालककालदेखि नै सुन्दै आएको देशको नाम हो । यो देशको नाम धेरै सुनेकोले नेपालसँग सिमाना जोडिएकै हो कि जस्तो पनि लाग्दथ्यो । पछि हाइस्कुलमा भूगोल पढ्दा थाहा भयो, यो देश पुग्न त विशाल चीनको भूभागलाई पार गर्नुपर्छ । जेहोस् भूगोलको अध्ययनपश्चात् यो देश ठूलो क्षेत्रफल भएको, नेपालको हिमाली क्षेत्रको भूबनोट, हावापानी, संस्कृति र जीवनसँग मिल्दोजुल्दो छ भन्ने सामान्य जानकारी पाएको थिएँ ।

सन् १९९५ तिर एक जना यूरोपेली यात्रुले चीनको (भित्री मंगोलिया) मा गरेको गोबी मरूभूमिको साहसिक यात्रा 'डेजर्ट सफारी'को तस्वीरहरू देखाउँदै बयान गरेका थिए । ती यात्रुसँग अनायास नै चितवनबाट काठमाडौं आउने क्रममा जम्काभेट भएको थियो । मैले उनीसँग जिज्ञासा राखेको थिएँ– 'होइन यो त अलग्गै देश होइन र ?' उनले उत्तर दिए– 'त्यो महान चगेज खाँको समयको साम्राज्य थियो मंगोलिया । अहिले त्यो विशाल मंगोलियाको आधाजसो भाग चीनमा पर्दछ, जसलाई भित्री मंगोलिया भनिन्छ र अर्को हिस्सा अलग्गै मंगोलिया राष्ट्रको रूपमा रहेको छ ।'

ती यात्रीको यात्रा वृत्तान्त र उनले देखाएका तस्वीरहरूबाट मलाई गहिरो प्रभाव पऱ्यो । फराकिलो घाँसे मैदान, घोडाका बथानहरू, गोलाकार टेन्टका अस्थायी घरहरू, गोबी मरूभूमि, उँटका लस्करहरू मंगोल महिला र तिनको भेषभूषा अत्यन्तै आकर्षक लाग्यो र मलाई यस्तो सुन्दर ठाउँमा एकचोटि पुग्नका लागि प्रेरित गऱ्यो ।

सन् १९९७ मा एउटा कार्यक्रममा भाग लिने सिलसिलामा म चीनको राजधानी पैचिङ पुगें । कार्यक्रम अखिल चीन युवा महासंघको अन्तर्राष्ट्रिय विभागले आयोजना गरेको थियो ।

एउटा सुखद संयोग नै भन्नुपर्छ, कार्यक्रमको एउटा भागमा भित्री मंगोलियाको भ्रमण र गोवी मरूभूमिवरपरको क्षेत्रमा बढ्न सक्ने मरूभूमीकरण प्रक्रियालाई रोक्न स्थानीय सरकारसँग मिलेर अखिल चीन युवा महासंघले गरेका प्रयासहरूको अवलोकन गर्ने र सक्दो सहयोग पनि पुऱ्याउने रहेछ । यो थाहा पाउँदा मेरो हर्षको सीमा नै रहेन । हाम्रो टिम सेप्टेम्बर १३ तारिख पैचिङबाट Baotou शहरका लागि प्रस्थान गऱ्यो । रात्रि रेलको रोमाञ्चक यात्रा गर्दै भोलिपल्ट हामी बिहानै Baotou उत्रियौं । Baotou भित्री मंगोलियाको एउटा प्रमुख शहर रहेछ । त्यस दिन हामी त्यहीं बस्यौं ।

१५ तारिख हाम्रो टोली गोवी मरूभूमि क्षेत्रको अवलोकन र मरूभूमीकरण प्रक्रियालाई रोक्नका लागि थालिएका परियोजनाहरूको अध्ययनका लागि Baotou बाट झण्डै ६० किमि दक्षिणमा पर्ने 'डलट ब्यानर'तर्फ लाग्यौं । यो एउटा औद्योगिक शहरको रूपमा विकसित भइरहेको स्थान रहेछ । हामीलाई त्यहाँको सबैभन्दा बढी सुविधासम्पन्न होटलमा बस्ने व्यवस्था मिलाइएको थियो । Dalat Banner मा हाम्रो टोलीलाई मंगोलियन संस्कृति/परम्पराअनुसार भव्य स्वागत गरियो ।

सुन्दर युवतीहरूको एउटा समूहले हातमा खादा र रक्सीको कचौरा लिएर गीत गाउँदै पाहुनालाई परिक्रमा गर्दा रहेछन् । गीत सकिएपछि खादा लगाइदिने र रक्सीको कचौरा पाहुनालाई दिइँदो रहेछ । त्यहाँको मान्यता के रहेछ भने 'साँचो मित्रले त्यो रक्सीको कचौरा एकैचोटि रित्याउँछ ।'

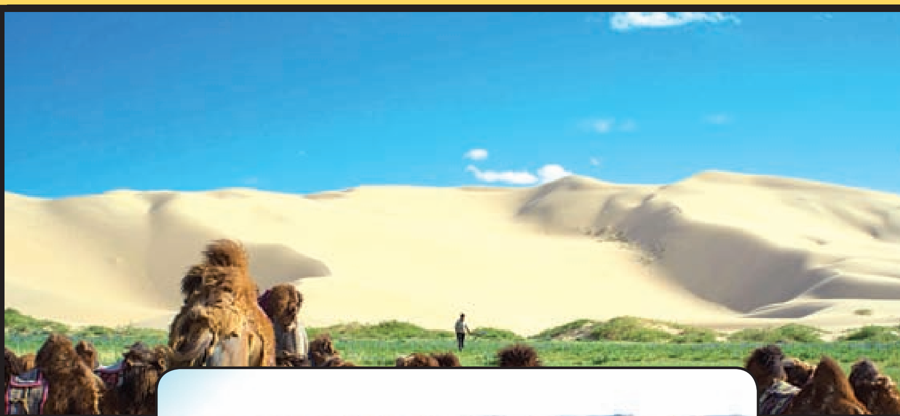
रक्सी कति कडा छ अन्दाज लगाउन गाह्रो थियो । मैले एकदुई चोटि नेवारी भोजमा साथीहरूको करले प्यालामा भरेको कडा रक्सी एक घुट्कोमा रित्याएको थिएँ, त्यस्तै होला भन्ने लाग्यो र रक्सीको कचौरालाई रित्याइदिएँ ।

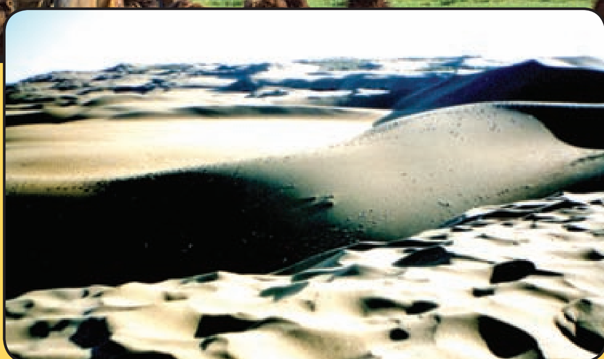
उफ ! रक्सी बेजोड कडा रहेछ र मात्रा पनि प्यालाको भन्दा झण्डै तीन गुणा बढी । मुस्किलले एकथोपा पनि बाहिर नपोखी कचौरा रित्याएँ । रक्सीले मेरो घाँटीदेखि पेटसम्म पोलेको थियो, रिङटा लागेर ढल्छुजस्तै भएको थियो ।

युवतीहरूको समूहले प्रेमपूर्वक मलाई फेरि खादा लगाइदियो र एकजना मात्र 'साँचो मित्र' घोषणा गर्दै भोजको सुरूवात मैले नै गर्नुपर्ने भन्दै मलाई विशाल डाइनिङ टेबलतिर लगे । त्यसपछि झण्डै बिहान २ बजेसमम पार्टी चली नै रह्यो । स्थानीय मंगोल नेताहरू अत्यन्तै मिलनसार, रमाइला र खानपिनका सौखिन रहेछन् । त्यो रात खुब नाचियो ।

हाम्रो टोली ५ दिनसम्म Dalat Banner मा रह्यो । ती ५ दिनहरूमा हामी स्थानीय बौद्ध मन्दिर, स्कूल, औद्योगिक तथा ग्रामीण क्षेत्रहरूमा पुग्यौं । जीवन र संस्कृति हाम्रो उच्च हिमाली क्षेत्रसँग मिल्दो रहेछ । बौद्ध मन्दिरहरूमा हाम्रोभन्दा फरक त्रिशूल ठड्याएको पाएँ । त्रिशूल महान चंगेज खाँको हतियार हो र उनले नै बुद्ध मन्दिरहरूमा त्रिशूल चढाउने परम्परा चलाएका हुन् भन्ने विश्वास गरिँदो रहेछ ।

Dalat Banner बसाइको अर्को रोमाञ्चक पक्ष भनेको विशाल गोवी मरूभूमिको यात्रा हो । हजारौं साहसिक पर्यटकहरू यहाँ 'डेजर्ट



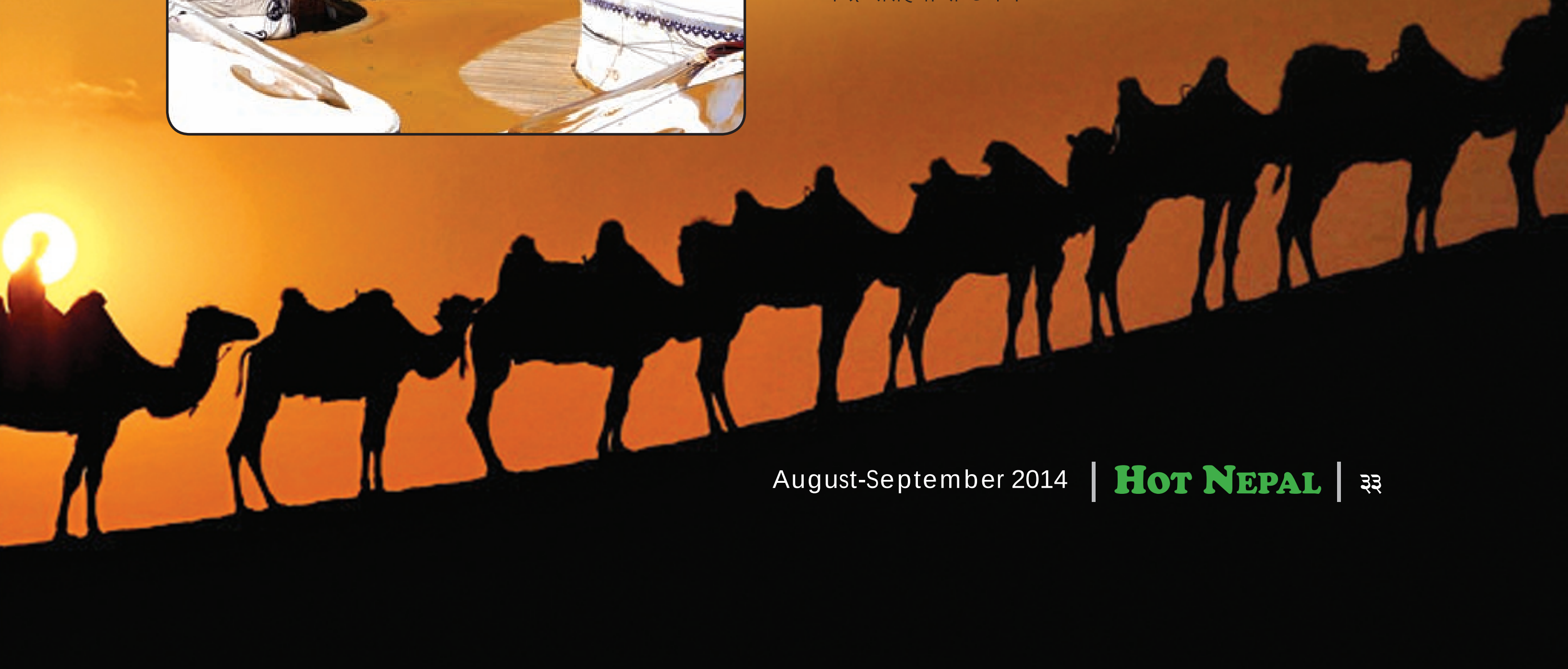


सफारी'का लागि आउँदा रहेछन् । हाम्रो टोलीका केही युवाहरूले भने हिंडेर नै मरूभूमिको यात्रा गर्न रूचाए । सेप्टेम्बर भएकोले तापक्रम निकै तल झरिसकेको थियो, तर हिउँ भनेको परेको थिएन । तीव्र चिसो बतास, पहेंलो बालुवाका तरेली परेका ढिस्का र उँटका लस्करहरू छिचोल्दै हामी अगाडि बढ्यौं । निकै पर क्षितिजसम्मै बालुवाका ढिस्काहरू देखिन्थे, बिल्कुलै 'भर्जिन सतह' जस्तै लाग्ने, मानव तथा कुनै पनि जीवको पदचिह्न नभएको जस्तो सतह ।

यात्राकै क्रममा एउटा अग्लो बालुवाको ढिस्कोको चढाइ पर्दोरहेछ । यो ढिस्को साना पहाडजस्तै लाग्थ्यो । झण्डै १०० मिटर जति चढ्नुपर्ने रहेछ । झट्ट हेर्दा मलाई त्यो सामान्य नै लाग्यो, हामी सगरमाथाको देशको बासिन्दालाई त्यो उचाइ केही पनि होइन जस्तो लाग्छ ।

तर, बालुवाको पहाडको चढाइ निकै गाह्रो हुँदोरहेछ । जति उक्लिए पनि उचाइ लिन नसकिने, हाम्रो टोलीका थोरै मात्रले उचाइसम्म पुग्न सके ।

उचाइमा पुगिसकेपछिको अनुभव अत्यन्तै सुखद र नौलो रह्यो । त्यहाँबाट निकै परसम्मको दृश्य देख्न सकिन्थ्यो । तरेली परेका बालुवाका ढिस्काहरूको शृङ्खला क्षितिज परसम्मै पुगेको थियो । सुदूरपश्चिमतिर कतै पनि वनस्पति देखिन्थेन, केवल बालुवै बालुवा । निकै पर एउटा उँटको लस्कर पश्चिमतर्फ अगाडि बढेको जस्तो लाग्थ्यो । ती सबै दृश्यहरू मेरा लागि नयाँ थिए । अस्ताउन लागेको सूर्यको किरण तरेली परेको बालुवाको सतहमा पर्दा अत्यन्तै मोहक लाग्थ्यो । त्यो चन्द्रमाको सतहमा सूर्यको किरण पर्दाको जस्तै लाग्थ्यो र कहिलेकाहीं मथिङ्गलमा सोचाइ आउँथ्यो, कतै म चन्द्र सतहमा त छैन ?



दीर्घजीवनका लागि चिनियाँ अभ्यास

चेतनाथ आचार्य

चीनको राजधानी पैचिङ शहरी इलाकाको बसोबास क्षेत्र अर्थात् अपार्टमेन्ट एरियामा कसरत गर्न निश्चित स्थल निर्माण गरिएको हुन्छ । हरेक अपार्टमेन्ट क्षेत्रमा बसोबास गर्ने चिनियाँ वृद्धवृद्धाहरु बिहान र साँझको समयमा त्यहाँ गएर विभिन्न कसरत गरिरहेका हुन्छन् । अन्य मुलुकको तुलनामा चिनियाँ कसरत फरक छ । चिनियाँ कसरतको साइनो ज्यादै पुरानो र चिनियाँ संस्कृतिसँग सम्बन्धित छ । त्यसकारण चिनियाँ वृद्धवृद्धाहरु कसरत गर्दा कुनै चिनियाँ लोकधुन अथवा गीत बजाएर सँगै थाइचीको नृत्य गरिरहेका हुन्छन् । झट्ट हेर्दा नाचिरहेजस्तो देखिए पनि खासमा उनीहरु कसरत गरिरहेका हुन्छन् । नाच्नु र कसरत गर्नुमा केही भिन्नताहरु छन् । नृत्य गर्दा गीत र सङ्गीतका नियम अनुसार शरीरको चाल निश्चित हुन्छ । तर कसरत गर्दा गीत र सङ्गीतको धुनसँगै शारीरिक अभ्यास गर्नुपर्छ । त्यसकारण गीत र सङ्गीत फरक भए पनि शारीरिक अभ्यासका चरणहरु एकै प्रकारका हुन सक्छन् । चिनियाँ परम्परामा कसरत गर्नु दैनिक जीवनको नियमित कार्य हो र यसले मानिसलाई दीर्घजीवी बनाउँछ । कसरतस्थलहरूमा अथवा सार्वजनिक पार्कहरूमा बिहान र बेलुका टहलिन जाँदा निकै रमाइला दृश्यहरु देख्न पाइन्छ । एक्लै अथवा सामूहिक रूपमा यसरी गरिने कसरतमा कहिलेकाहीँ तीसजनाभन्दा बढीको भीड पनि देख्न सकिन्छ ।

चीन सरकारले सबै चिनियाँ नागरिकले निःशुल्क रूपमा दैनिक कसरत गरून् भन्नका लागि यस प्रकारका पूर्वाधारहरूको निर्माण गरिदिएको छ । कसरत गरेपछि विश्रामस्थलसँगै कसरत हेर्न आउने व्यक्तिहरु बस्ने स्थलको समेत व्यवस्था गरिएको छ । त्यति मात्र हैन पानी पर्दा ओत लाग्ने स्थल र घाम लाग्दा छायामा बस्ने व्यवस्था समेत गरिएको छ । कसरतस्थल बाहेक सार्वजनिक पार्कहरूमा समेत अभ्यास गर्न र खेलहरु खेल्ने स्थान बनाइएको हुन्छ ।

युवापुस्ता भने ब्याडमिन्टन अथवा बास्केटबल खेल्न रूचाउँछन् । समयसीमा र पश्चिमा संस्कृतिको प्रभावले गर्दा युवापुस्ता त्यति चिनियाँ परम्परागत कसरतमा भुम्मिएको पाइँदैन । तर वृद्धवृद्धाहरूका लागि भने प्रशस्त समय हुने र परिचित-अपरिचित भेट भएर बिहान बेलुकाको समय कटाउँदै नियमित कसरत गर्दा उनीहरूले आफ्नो स्वास्थ्यलाई पनि प्रभावकारी रूपमा सुधार गरिरहेका हुन्छन् ।

कसरत गर्ने स्थलहरूमा छुट्टाछुट्टै रूपमा टुपीदेखि पैतालासम्मको

कसरत गर्ने औजार र स्थल निर्धारण गरिएको हुन्छ । घाँटी, कमर, घुँडा, जोर्नी, खुट्टा हात, छाती, औँला, कुर्कुच्चा लगायत शरीरको कुन भागलाई कस्तो प्रकारको कसरतको आवश्यकता छ त्यही अनुसारको कसरत गर्न सकिन्छ र ती सबै औजार तथा पूर्वाधारहरु त्यस्ता कसरतस्थलमा व्यवस्थित रहेका हुन्छन् । समुदायमा रहेका र सामुदायिक हेरचाहमै रहे पनि त्यस्ता स्थलहरु अत्यन्त व्यवस्थित र सुरक्षित छन् । आफूलाई चाहिएको अथवा आफ्ना चिकित्सकले सिफारिस गरे अनुसारको अभ्यास गर्नका लागि कुनै पालो कुर्नु पर्दैन । किनभने फराकिला स्थलमा धेरैवटा विकल्प सहितका कसरत औजार रहेकाले आरामले गर्न सकिन्छ । यसो हेर्दा यो एउटा जीमखाना अथवा फिजियोथेरापी सेन्टरजस्तो देखिन्छ ।

यस्ता कसरतस्थलमा स्वस्थ व्यक्तिसँगै विभिन्न स्वास्थ्य समस्या भएका वृद्धवृद्धाहरूसमेत मन्द गतिमा कसरत गरिरहेका हुन्छन् । पक्षघात भएका, श्वासप्रश्वासको समस्या भएका, मुटुको समस्या भएका, नसाको समस्या भएका जस्ता दीर्घरोगीहरूसमेत कसरत गरेर आफूलाई फुर्तिलो र गतिशील बनाइरहेका हुन्छन् ।

चिनियाँ संस्कृतिमा चङ्गा उडाउनु पनि शारीरिक अभ्याससँग सम्बन्धित छ र यो हजारौँ वर्ष पुरानो चिनियाँ प्रचलन हो । जसमा टाउको, घाँटी, हात, आँखाको एकैचोटि अभ्यास भइरहेको हुन्छ । त्यसैगरी थाइची खेलले एकाग्र

डिप्रेसनबाट जोगाउने, सामाजिक घुलमिलमा संलग्न गराउने र आफ्नो जीवनलाई ऊर्जाशील बनाउनका लागि कसरत केन्द्रहरु अर्थपूर्ण र फलदायी देखिएका छन् । त्यसो त यी कसरत केन्द्रहरु वृद्धवृद्धाका लागि मात्र होइन युवापुस्ताका लागि पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण र आवश्यक छन् । समय अभावका कारणले युवापुस्ता त्यस्ता अभ्यास र कसरतमा त्यति झुम्मिदैनन् तर चिनियाँ वृद्धवृद्धाहरूका लागि भने कसरत अत्यन्त लोकप्रिय छ । हाम्रो नेपाली समाजमा भए युवापुस्ताले मात्र कसरत गर्ने हो भन्दै वृद्धवृद्धाहरु बेलैमा ओछ्यान लाग्ने गर्छन् । फलतः नेपाली वृद्धवृद्धाहरु विविध स्वास्थ्य समस्या र शारीरिक पीडाबाट गुज्रिरहेका छन् ।

सन् १९४९ मा नयाँ चीन स्थापनापछि चिनियाँहरूको जीवनस्तर क्रमशः सुधारिँदै आएको छ । जीवनस्तर सुधारिँदै गएपछि चिनियाँहरूको औशत आयुमा पनि महत्वपूर्ण रूपमा सुधार आएको छ । चीन विश्वको सबैभन्दा ठूलो विकासोन्मुख मुलुक हो । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको २०१३ को तथ्याङ्कअनुसार चिनियाँ नागरिकको औशत आयु ७४.२ वर्ष रहेको छ । विश्वमा सबैभन्दा धेरै औशत आयुबाट गणना गर्दा चीनको स्थान ९७औँ रहन्छ । त्यसैगरी संयुक्त राष्ट्र संघको २०१० को तथ्याङ्कअनुसार चिनियाँ नागरिकको औशत आयु ७२.७१ वर्ष रहेको छ । संयुक्त राष्ट्र संघको तथ्याङ्कमा चीन विश्वमा ९५ औँ स्थानमा रहेको छ ।

गराउने, शरीरका सबै भागलाई तन्दुरूस्त राख्न मद्दत पुर्‍याउँछ, बिहान थाइची खेल्दा दिनभरि फुर्तीको महसुस हुने गर्छ । चिनियाँ ओपेराहरूमा प्रयोग हुने भाला नृत्य, मुकुण्डो नृत्य जस्ता नृत्यका चरणहरु पनि दैनिक नियमित कसरतमा प्रयोग हुने गर्छन् । टिनको पातामा कुखुराको प्वाँखलाई जोडेर बनाइएको चुङ्गीलाई खुट्टाले एक अर्कामा पास गरेर खेल्ने खेल पनि चिनियाँ कसरतको अर्को लोकप्रिय माध्यम हो । यी कसरतका लागि कुनै पूर्वाधारको आवश्यकता पर्दैन । तर विशेष शारीरिक व्यायाम गर्नका लागि भने निश्चित पूर्वाधारको आवश्यकता पर्छ । त्यसकारण चीन सरकारले समयमै लगानी गरेर नागरिकको स्वास्थ्य उपचारमा लाग्ने खर्चलाई बचत गरेको छ । हरेक व्यक्तिले नियमित रूपमा शारीरिक कसरत गर्‍यो भने उसले आफूलाई गतिशील राख्छ । अझ वृद्ध अवस्थामा पुगेका व्यक्तिका लागि यो अपरिहार्य छ । सामान्यतः सेवानिवृत्त व्यक्तिहरूले आफूलाई स्वस्थ राख्नका साथै समय कटाउने, एक्लोपनको महसुस हुन नदिने,

चीनमा ६५ वर्ष कटेका नागरिकको संख्या कुल जनसंख्याको दस प्रतिशतभन्दा बढी रहेको छ । यसरी हेर्दा अहिले चीनमा ६५ वर्षभन्दा माथिको जनसंख्या १३ करोडभन्दा बढी छ । आगामी वर्षहरूमा चिनियाँ वृद्धवृद्धाको संख्या अझै बढ्दै जाने अनुमान गरिएको छ । किनभने सुधारिएको चिनियाँ जीवनशैलीले सरदर आयुलाई बढाउँदै लगेको छ भने त्यसमाथि एक सन्तानको चिनियाँ नीतिले पनि वृद्ध उमेरका चिनियाँ नागरिकको संख्या अन्य राष्ट्रको तुलनामा बढी हुनेछ । बढी उमेरसम्म बचाउने अर्को पक्ष भनेको चिनियाँ संस्कृतिमा रहेको नियमित कसरत पनि हो । एकातिर वृद्धवृद्धा चिनियाँहरूका लागि कसरत अपरिहार्य बनेको छ भने त्यही कसरतले चिनियाँहरूलाई दीर्घजीवी पनि बनाउँदै छ ।

लेखक चिनियाँ अन्तर्राष्ट्रिय रेडियो (सीआरआई) नेपाली सेवा, बेइजिङमा विदेशी विशेषज्ञका रूपमा कार्यरत छन् ।

सुदूर पठारमा सुमधुर स्वर

तिब्बत जातिकी गायिका च्याङ् याङ् चो माले आफ्नो विशेष स्वरमार्फत् दर्शकहरूलाई फराकिलो छिङ् चाङ् पठारभूमिमा पुऱ्याएकी छिन् । 'सबैभन्दा मीठो मध्यम बिटको स्वरकी धनी गायिका' भनेर कहलाइएकी च्याङ् याङ् चो मा तिब्बती क्षेत्रमा मात्रै परिचित नभई सारा चीनका विभिन्न क्षेत्रका धेरै फ्यानहरूले मन पराइएकी छन् । मानिसहरूले उनको गीत सुनेपछि फराकिलो घाँसमैदानको अनुभव गर्न सक्ने र तिब्बत जातिका केटाकेटीको खुशियालीको अनुभव गर्नसक्ने छन् ।

च्याङ् याङ् चो माको जन्म सन् १९८४ मा स छ्वान प्रान्तीय कान च तिब्बती जातीय प्रशासनिक क्षेत्रको द क जिल्लामा भएको थियो । उनी एक सामान्य तिब्बती जातीय किसान परिवारमा हुर्केकी हुन् । जन्मथलोको जातीय सँस्कृतिको प्रभावमा उनमा सानो उमेरदेखि नै नाचगानप्रति गहिरो छाप परेको छ । उनले भनिन्- 'तिब्बत जातिलाई गीत मन पर्छ र नृत्य मन पर्छ भन्ने सबै जनाको विश्वास हो ।' उनकी आमालाई पनि नाचगान निकै मन पर्छ । आमाले च्याङ् याङ् चो मामाथि निकै गहिरो प्रभाव पारेकी छन् ।

हुर्केपछि च्याङ् याङ् चो मा जन्मथलोको एक होटेलकी वेटर काम गर्न थालेकी थिइन् । द क जिल्लाका एकजना नेताले उनको विशेष स्वर सुनेर उनलाई जिल्लाको कला मण्डलमा सिफारिश गरेका थिए । पछि उनले परीक्षामा उत्तीर्ण भई कान च तिब्बती जातीय प्रशासनिक क्षेत्रको नाचगान मण्डलमा प्रवेश पाइन् । त्यसपछि उनले स छ्वान संगीत विश्वविद्यालयमा तीन वर्षसम्म अध्ययन गरेकी थिइन् । स्नातक भएपछि उनी विविध गायन कार्यक्रमहरूमा सहभागी भइन् । विशेष खालको मीठो स्वरकी धनी उनको स्वर धेरै लोकप्रिय भएको छ । पछि च्याङ् याङ् चो मा चिनियाँ मुक्ति सेनाअन्तर्गत तिब्बत स्वायत्त प्रदेशको सैन्य कला मण्डलमा प्रवेश गरिन् । त्यसपछि उनले चिनियाँ मुक्ति सेनाअन्तर्गत कला प्रतिष्ठानमा दुई वर्षसम्म अध्ययन गरेकी थिइन् ।

च्याङ् याङ् चो माको विचारमा उनी एकजना भाग्यमानी मानिस हुन् । गायनको बाटोमा उनले धेरै जनाको मद्दत पाएकी छन् । उनले खास गरी एक जनाप्रति धन्यवाद दिएकी छिन् । ती हुन् उनका ध्वनि इन्जिनियर ।

च्याङ् याङ् चो मालाई तिब्बती जातिको परम्परागत वस्तु मन पर्छ । सन् २००९ देखि च्याङ् याङ् चो माले 'सि हाई प्रेम गीत', 'सुनौलो घाँसेमैदान', 'चीनको आवाज', 'सबैभन्दा मीठो मध्यम बिटको स्वरकी धनी' आदि आठ वटा गीत संग्रह निकालिसकेकी छन् । च्याङ् याङ् चो माले गाएको पहिलो गीत 'सुखमय मैनबत्ती' बोलको गीत हो । 'सुखमय मैनबत्ती' बोलको गीतमा च्याङ् याङ् चो माले आमाको भावना व्यक्त गरेकी छन् । वास्तवमा च्याङ् याङ् चो माले हरेक गीतमा आफ्नो भावना पोख्ने गरेकी छिन् । उनले खादा लिएर 'घाँसेमैदानमा अतिथिको स्वागत' बोलको गीत गाउँदा आकाशकी परी जस्तै लाग्छिन् । च्याङ् याङ् चो माले आफ्नो भावनादेखि नै हरेक गीत गाएकी छिन् । उनका गीतहरूमा सबै जनाले माया र शान्तिको अनुभव गर्न सक्छन् ।

च्याङ् याङ् चो मा स छ्वान प्रान्तीय कान च तिब्बती जातीय प्रशासनिक क्षेत्रको एक सानो जिल्लाबाट आएकी हुन् । जन्मथलो च्याङ् याङ् चो माले सधैं नै सम्झने ठाउँ हो । आफ्नो जन्मथलोबारे चर्चा गर्दा उनलाई गौरब लाग्छ । किनभने उनको जन्मथलो तिब्बत जातिका हीरो गेसार राजा जन्मेको ठाउँ हो । उनको जन्मथलो निकै सुन्दर छ । उनको जन्मथलो तिब्बत जातिको सँस्कृति सम्पूर्ण रूपमा संरक्षण गरिएको ठाउँ हो ।

च्याङ् याङ् चो मा एक जना साधारण तिब्बत जातीय केटीबाट 'सबैभन्दा मीठो मध्यम बिटको स्वरकी धनी गायिका' बनेकी छिन् । च्याङ् याङ् चो मा सफल भएकी छिन् । तिब्बत जातिका दर्शकहरूमा उनी लोकप्रयि छिन् । साथै उनी पनि अरू अल्पसंख्यक जातिका दर्शकहरूद्वारा मन पराइएकी छिन् । च्याङ् याङ् मो माका अनुसार उनको आजको सफलता र उपलब्धि तिब्बत जातिको सँस्कृतिसित सम्बन्धित छ । किनभने उनी तिब्बत जातिकी गायिका हुन् त्यसैले उनको आजको सफलता यसैमा निहित छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

केही वर्षदेखि थाङ्का संकलन गर्न थालेका माइकल काउसँग हाल तीन सयवटा नेपाली थाङ्का छन् । माइकल काउले आफ्ना थाङ्कालाई राम्रोसँग बेरेर सल्फ्यूरिक एसिड कागजमा अग्लो ठाउँमा राख्छन् । कहिलेकाहीं उनले थाङ्कालाई निकालेर हेर्ने गर्दछन् ।

नेपाली थाङ्काप्रति चिनियाँ आकर्षण

घुमिफिर, ट्रेकिङ, फोटो सुट तथा डाइभिङ यी सबै माइकलकाउका रूचि हुन् । शांघाईमा काम गर्ने पैचिङबासी माइकलकाउले सन् १९९८ पछि विदेशबाट चीन फर्केदेखि विश्वका सबभन्दा राम्रा पाँच सय व्यवसायमा काम गर्दै आएका छन् । प्रतिवर्ष सयौं पटक विमानद्वारा जानेआउने उनी हालसम्म युरोप, अफ्रिका, अमेरिका, अस्ट्रेलिया तथा एशियाका विभिन्न मुलुक पुगिसकेका छन् । यसबाहेक परम्परागत संस्कृतिप्रति रूचि राख्ने उनले फुर्सदमा विशेष गरी नेपाली थाङ्काको अध्ययन तथा संकलन कार्य गर्दै आएका छन् ।

पाँचौं शताब्दीमा पौभा तथा थाङ्का नेपालमा उत्पन्न भएको ऐतिहासिक तथ्याङ्कले पुष्टि गरेको छ । माइकलकाउ तथा नेपाली थाङ्काबीचको भेट योजनावद्ध रूपमा भएको होइन । लगभग दश वर्षअघि माइकलकाउले नेपालमा ट्रेकिङ गर्दा आफ्नो गाइडको परिवारले थाङ्का कोर्ने गरेको पत्ता लगाए । अन्य पर्यटकहरु जस्तै माइकलकाउले स्मारिका स्वरूप सामान्य थाङ्का किनेर आफ्नी आमा तथा अन्य साथी लगायतका बौद्ध धर्मावलम्बीलाई दिएका थिए । नेपालबाट चीन फर्केपछि थाङ्का संकलन सम्बन्धी एक समाचारले उनको ध्यानलाई आकर्षित गरायो :

'त्यति बेला चीनको मुख्य भूमिमा एक जना प्रसिद्ध थाङ्का गुरूको कृतिलाई संकलन गर्नेहरूले खोजिरहेको सुनें । कतिपय मानिसले सोही कृतिलाई पनि हेरेकै थिएनन् । अन्तमा मैले पत्ता लगाएँ कि त्यो प्रसिद्ध थाङ्का गुरू मेरो गाइडका काका हुन् । त्यति बेलादेखि हामीबीचमा प्रगाढ सम्बन्ध स्थापित भयो ।'

नेपाली थाङ्का गुरूसँग भेटेपछि माइकल काउले स्मारिका स्वरूप थाङ्का किन्ने कामबाट परिस्कृत नेपाली थाङ्काको संकलन गर्न थाले । आफूसँग सम्बन्ध राखेका पाँचजना थाङ्का गुरूका कृतिको संकलन गर्न माइकल काउले प्रतिवर्ष नियमित रूपमा दुईपटक नेपाल जाने गर्न थाले । थाङ्का गुरूसँगको समयमा माइकल काउले थाङ्का सम्बन्धी ज्ञान सिकेका साथै नक्कली र सक्कली छुट्याउने सीप पनि सिकेका छन् । वास्तवमा थाङ्का बनाउने सम्पूर्ण प्रक्रिया सूक्ष्म छ । थाङ्का कोरिने कपडा बनाउने प्रक्रिया पनि जटिल छ । यसबारे जानकारी दिंदै माइकल काउले भने :

'सर्वप्रथम छालालाई गमजस्तो हुने गरी पकाउनुपर्छ । त्यसपछि सेतो ढुंगालाई पाउडरजस्तै पिंधेर तरलमा हालिन्छ । यसरी मिसाइएको तरललाई थाङ्का बनाउने विशेष कपडामा लगाइन्छ । त्यसपछि ढुंगाले त्यो कपडालाई राम्रोसँग फैलाएर सात दिनसम्म राखिन्छ र थाङ्का कोरिने क्यानभास बल्ल तयार हुन्छ । यस्तो काम सामान्यतया थाङ्का गुरूका नातेदार, पत्नी, छोराछोरीले गर्दछन् । यस क्यानभासको कडापन, रंग चुस्ने क्षमता लगायतका सबै कुरा थाङ्का गुरूलाई मन पर्ने अवस्थामा हुनुपर्छ ।'

धेरै वर्षसम्म नेपाली थाङ्का गुरूसँग समय बिताएकाले आफूले पनि अध्ययन गरेपछि हाल आएर माइकल काउ थाङ्काबारे शून्य ज्ञानबाट थाङ्का संकलन गर्ने मास्टरस्तरसम्म पुगिसकेका छन् तर पनि यस क्रममा उतारचढाव पनि रहेको छ । थाङ्का गुरू ध्यान दिएर कृति

बनाउन प्रत्याभूति दिन माइकल काउले गुरूहरूका लागि ब्रस, खानीपदार्थका रंगहरु, सुनको पाउडर, क्यामरा तथा कम्प्युटर पनि तयार पारेका छन् । सबै तयार भएपछि माइकलले नसोचेको कुरा भयो :

'एकजना नेपाली थाङ्का गुरूका कृति मलाई अत्यन्तै मन पऱ्यो । उनको एक कृति सिध्याइएपछि मलाई दिने भनिसके तर एक दिन उनले मलाई नदिने बताए । त्यसमा खासै कारण पनि थिएन । मलाई निकै निराश लाग्यो । तर मैले शान्त भएर केही छैन भनें । मैले आफूसँग भनें कि ठीकै छ मसँग अरू गुरुका कृतिहरु पनि छन् । मैले चिनेका एक जना साथीले ती गुरूलाई राम्ररी चिन्दा रहेछन् । उनले एक दिन ती गुरूलाई राम्ररी सम्झाए । बल्ल ती गुरूले आफ्नो थाङ्का मलाई दिए । त्यसपछि त उनले आफ्ना थाङ्का मलाई मात्रै दिने सर्तसहितको सम्झौतामा हस्ताक्षर पनि गरे । हस्ताक्षर गर्न लगभग एक वर्ष लाग्यो । यो घटनाले मेरो मनलाई दुःख र सुख दुवै प्रेरणा दियो । यो नै मेरो भाग्यको खेल हो ।'

उक्त घटनापछि माइकल काउको मन अझ खुला तथा शान्त बन्यो । थाङ्का बजारमा भेटिने कृतिहरूको गुणस्तर भिन्नाभिन्नै छ । कोहीसँग थाङ्कासम्बन्धी समस्या पऱ्यो भने माइकल काउले संकोच नगरी सहयोग दिने गर्दछन् ।

केही वर्षदेखि थाङ्का संकलन गर्न थालेका माइकल काउसँग हाल तीन सयवटा नेपाली थाङ्का छन् । माइकल काउले आफ्ना थाङ्कालाई राम्रोसँग बेरेर सल्फ्यूरिक एसिड कागजमा अग्लो ठाउँमा राख्छन् । कहिलेकाहीं उनले थाङ्कालाई निकालेर हेर्ने गर्दछन् । आफूले थाङ्काको सुन्दरताको रसास्वादन लिनुका साथै पैचिङ तथा शाङ्घाईमा नेपाली थाङ्का प्रदर्शन हल खोलेर हरेक थाङ्कापछाडिको कथालाई सुनाउने योजना पनि माइकल काउले गरिरहेका छन् ।

'प्रदर्शनी म एक्लैले गर्ने हो भने यही वर्ष गर्ने योजना छ तर आजकल निकै व्यस्त भएकोले यो वर्षको अन्त्यअघि प्रदर्शन गर्न कोसिस गर्दै छु । म अधिकांश समय शाङ्घाईमा बस्दछु, त्यही भएर सर्वप्रथम शाङ्घाईमा थाङ्का प्रदर्शन हल खोल्ने विचार गरिरहेको छु । मान्छेको विश्वासलाई प्रचारप्रसार गर्नु राम्रो कुरा हो किनकि यो सकारात्मक ऊर्जा हो ।'

आफूले मासु खान नछोडेकाले बौद्ध धर्मावलम्बी भन्नु हुँदैन भन्ने कुरा माइकल काउले बताए । आफू बुद्ध तथा बौद्ध धर्मप्रति नजिकिंदै जाने मान्छे मात्र रहेको र एक दिन बौद्ध धर्मावलम्बी बन्ने लक्ष्य राखेका उनले प्रष्ट पारे । उनको मनमा थाङ्का आफू र बौद्ध धर्मसँग सम्पर्क गर्ने पुल भएको छ र थाङ्काको संकलन गर्नु बौद्ध धर्मलाई व्यवहारमा उतार्ने एक किसिमको अभ्यास भएको माइकल माउको ठम्याइ छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

सभासद्पत्नी मेनुकाको गायन

राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीबाट प्रतिनिधित्व गर्ने संविधान सभाका सभासद परशुराम तामाङ्की पत्नी गायिका मेनुका राई हुन् भन्ने कतिलाई थाहा नै छैन । गायिका राईले पनि श्रीमान संविधान सभाको सभासद् हुन् भनेर कसैको अगाडि भन्ने नगरेकोले पनि त्यसो भएको हुनुपर्दछ ।

दुई सन्तानकी आमा यी गायिका पाँच वर्षअघि नै आहरिसे माया नामक गीति-एल्बमबाट चर्चामा आइसकेकी छन् । आहरिसे माया बोलको गीतबाट उनी त्यो बेला निक्कै चर्चामा आए पनि छोरी जन्मेपछि केही वर्ष सांगीतिक क्षेत्रबाट अलग भएकी थिइन् । हाल दोस्रो गीति-एल्वम १,२,३ लिएर सांगीतिक बजार तताउने क्रममा रहेकी छन् ।

दोस्रो एल्बमको टाइटल नंबरबाटै चर्चा पाएकी गायिका राईको गायनबाट सभासद श्रीमान पनि दंग देखिएका छन् । सभासद तामाङ् श्रीमतीको गायन आफूलाई असाध्यै मन परेको प्रतिक्रिया दिन चुक्दैनन् । छोरी सानै भए पनि छोरो १२ वर्ष पुगिसकेको बताउने गायिका राई संगीतमा अझ राम्रो बन्न संगीत क्लास लिइरहेकी छन् । जति सिके पनि नपुग्ने संगीत त भवसागर नै हो भन्ने उनी गायनलाई निरन्तर अगाडि बढाउने पक्षमा देखिएकी छन् ।

सजीबको गजबको रेकर्ड

तीसको दशकदेखि नेपाली समसामयिक गीत लेखनमा क्रियाशील वरिष्ठ गीतकार बालकृष्ण सजीवलाई अजिब गीतकार नै मान्ने गरिएको छ । समकालीन गीतकारहरूभन्दा बेग्लै ढंगबाट प्रस्तुत हुने तथा फरक शैलीबाट प्रस्तुति दिने गीतकार भएकाले पनि सजीबलाई अजीब भन्ने गरिएको उनको समकक्षीहरूको भनाइ रहेको छ ।

सबैले गर्ने कार्यभन्दा कसैले नगरेको कार्य गर्न रूचाउने गीतकार सजीब कहिले वृद्धाश्रममा वृद्धाहरूलाई भोजन गराउने कार्यदेखि गरिबहरूलाई सक्दो सहयोग गर्ने कार्यमा लागिरहेको पाइन्छ । उनै गीतकार सजीवको चिया खाने गजबकै बानी रहेको छ । चिया भनेपछि असाध्यै हुरूक्क हुने उनी चियाबाट सत्कार नगर्नेको घरमा भुलेर पनि पछि नजाने गरेको बुझिएको छ ।

जीवनमा कुनै अम्मल नभए पनि जति पनि चिया खान रूचाउने बानीलाई के नाम दिने भन्ने सवालमा उनी आफै अलमलमा देखिएका छन् । एकदिनमा कुनैबेला १ सय ६ कपसम्म चिया खाने रेकर्ड राखिसकेका उनले हाल भने चिया खाने बानीमा कमी गर्न थालेका छन् । कमी गर्दा पनि दिनमा हाल ३० कपसम्म पुगेको उनले भनेका छन् ।

स्वास्थ्यको लागि अब त्यसबाट पनि घटाउने पक्षमा रहेका छन् । चुपचाप बस् तिमी, अंगालो-अंगालोमा, प्रीत विना यौवन अफाप नै भयो, साँझ ढलिगयो तिमी आएनौ जस्ता दर्जनौ-दर्जन कालजयी गीतका स्रष्टा गीतकार सजीब गीतमा प्रीत हुनुपर्दछ र श्रोताको ताली तथा गाली नै सर्टिफिकेट हो भन्छन् ।

गीतकार बिरही अब अमेरिका नजाने

नेपाली आधुनिक समसामयिक गीति-फाँटमा कालजयी गीतको सिर्जना गर्ने सिजर्नाधर्मी कवि एवम् गीतकार गगन बिरही ११ वर्ष लामो अमेरिका प्रवासपश्चात नेपाल फर्केका छन् । अब अमेरिका नफर्कने निर्णय गरेर नेपाल फर्केका कवि एवम् गीतकार बिरही नेपाली साहित्य सिर्जनामा निरन्तर कलम चलाएर अगाडि बढ्ने भएका छन् ।

प्रेमध्वज प्रधानको गोल्डेन भ्वाइस रहेको तिमीलाई अचेल कहाँ भेटु, प्रकाश श्रेष्ठको गायन रहेको पानीको रिमझिम वर्षाको बेला, यो मनले कहिले के भन्छ बोलको सुनिता सुब्बाको गायन रहेको दर्जनौं कालजयी गीतका अमर स्रष्टा बिरहीले अमेरिकाको न्यूयोर्कबाट नेपाल समाचार नामक साप्ताहिक पत्रिका पाँच वर्ष चलाएका थिए ।

कुनैबेला संकल्प, बादल, झझल्को, घर-आँगन, मितेरी-गाउँ र शिखरजस्ता चलचित्रका निर्माता तथा निर्देशकसमेत रहेका बिरहीले परिवारको भविष्यका लागि ११ वर्ष अमेरिका बसे पनि मन त सधैं नेपालमा नै रह्यो भनेर प्रतिक्रिया व्यक्त गरेका छन् ।

नेपाली सकिरा केटाको खोजीमा

रातो घाँघर तथा उध्रेको चोली बोलको हट गीत गाएर निक्कै चर्चामा रहेकी हट गायिका इन्दिरा जोशी जीवन साथीको खोजीमा रहेकी छन् । उनलाई बुझ्ने र माया गर्ने केटाको खोजीमा रहेको उनले खुलासा गरेकी छन् । उमेरले ३० वर्ष कट्न लागेपछि पारिवारिक प्रेसरले गर्दा बिहे गर्ने मूडमा उनी रहेको बुझिएको छ । केटाको कमाइ र भनाइ खान नपरोस् भन्ने उनलाई नेपाली सकिरा नै भन्ने गरिएको छ। आफ्नो यो चाहनालाई उजागर पार्ने किसिमको एक गीतलाई हालै उनले तयार पारेर विभिन्न रेडियो तथा एफएमबाट प्रसारणमा ल्याइसकेकी छन् ।

www.radiosarangi.com
RADIO
SARANGI
101.3 MHZ
...पूर्वको उज्यालो
Radio Sarangi 101.3 MHz
(Birat Sanchar Pvt. Ltd.)
Biratchowk, Morang
+977 021 546063, 546073
RADIO
SARANGI
93.8 MHz
राष्ट्को धुन...
Radio Sarangi 93.8 MHz
(Khulduli Media Network Pvt. Ltd.)
Mahendrapul, Pokhara
+977 061 541882, 541883

A COLORFUL FUTURE AHEAD

Unique Chance to Change Your Parlour to Beauty Academy

Get Experienced, Successful, Professional Make Up, Artist/Hair Stylist as your mentor

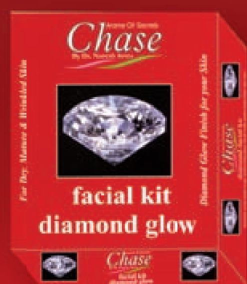
SILVER FACIAL KIT

FACIAL KIT FOR BLEMISHED SKIN

GOLD FACIAL KIT

HAIR KIT FOR SPA

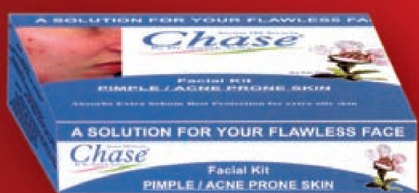
FRUIT FACIAL KIT



DIAMOND GLOW FACIAL KIT

BODY KIT FOR SPA

PEARL FACIAL KIT



Facial Kit
PIMPLE / ACNE PRONE SKIN

Facial Kit
INSTANT GLOW

FREE OFFER

Hot Oil Cap &
Oil Pot Vaccum

Impulse Trading Pvt. Ltd.

Khichapokhari, Kathmandu, Nepal | Phone: 977-01-4254081

Biratnagar	Butwal	Narayanghat	Rajula Manandhar
Aryan Store	Shree Asta Vinayak Traders	Aakriti Sukriti Beauty Parlour	Charm Beauty Care & Training Center
Ramesh- 9842088845, 9842494727	Santosh- 9807495773	9845244451	Banepa, Kavre. 9841735752/011662285

जि.प्र.का. काठमाडौं द.नं. २१६/२०७०/०७१

capitalFM™
92.4 cent percent yours.....

Capital FM 92.4 MHz (Malikarjun FM Pvt. Ltd.)
P.O.Box 11276, New Baneshwor, Kathmandu
Phone +977-1-4475345, 4475346
Fax: +977-1-4475344, E-mail: info@cfmonair.com

www.cfmonair.com