सर्वाधिक बिक्री हुने
साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका
कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

लभगुरू
रेखा थापा
पाठकहरूको समस्या समाधान गर्दैछिन्
पृष्ठ ११ मा

• वर्ष १२ • अंक २१ • काठमाडौं, … २०६३ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Friday, Oct. 13, 2006 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-

चाहना स्टाइलिस बाइकको

काठमाडौंका प्राय सबै सहरी चोकमा मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन गर्ने वर्कसप भेटिन्छन्। त्यसमा पनि टेकु यसको मुख्य केन्द्र हो। टेकुमा मोटरसाइकलका सामान बिक्री गर्ने पसलले नै ग्राहकको इच्छा पूरा गरिदिन्छन्। त्यसपछि त्रिपुरेश्वर अर्को सुपरिचित स्थान हो। त्रिपुरेश्वरका एक-दुई वर्कसपमा मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन गर्न जानेहरूको सानोतिनो ग्याली नै हुन्छ। अर्को परिचित ठाउँ सामाखुसी हो, जहाँ वर्कसपले उच्च शुल्कमा राम्रो गुणस्तरका आयातीत सामग्री परिवर्तन गरिदिन्छन्। यसबाहेक चाबहिल, गौशाला, बौद्ध, बालाजु, कलंकी, लगनखेल, बानेश्वर, बागबजारजस्ता स्थानमा यस्ता वर्कसप भेटिन्छन्। मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन गर्न 'लेथ' मेसिनले पनि प्रमुख भूमिका खेल्छ। बजारमा खरिद गर्न नपाइएका पाटपुर्जा लेथ मेसिनले नै तयार पारिदिन्छ। टेकुस्थित लेथ वर्कसप शमशेर अटो वर्क्स (मोर्डन इन्टरप्राईजेज) का दीपक पोद्धारका अनुसार उनी आफैं पनि मोटरसाइकलको स्वरूप भनेजस्तो रुपमा परिवर्तन गर्न सक्छन्।

विदुर खतिवडा

काठमाडौं– 'पुरानो हेन्डल हटाएर नयाँ थ्री पिस हेन्डल, जाली नभएको आवाज ठूलो आउने साइलेन्सर पाइप, पछाडि सानो आकारको टायर हटाएर ठूलो आकारको टायर, पछाडिको टायर छोप्ने टप पनि हटाएको, लुकिङ ग्लास हटाएको, सिट पार्टेसन गरेको, पछाडिको सिटलाई साविकभन्दा दुई इन्च माथि उठाएको तथा ट्रकको जस्तो हर्न ।'

त्रिपुरेश्वरस्थित एक वर्कसपमा माथि उल्लेख गरेबमोजिम मोटरसाइकललाई पुनर्स्वरूप दिएर फर्किरहेका खुम गुरुङलाई भेट्दा साप्ताहिकले जिज्ञासा राखेको थियो– 'कम्पनीबाट आएको स्वरूपलाई किन परिवर्तन गरेको?' गुरूङले सहजै जवाफ दिए– 'सौखका कारण ।'

'पत्याउनुहुन्न होला, केही समयअघि मात्र एक सातामै एक लाख रुपैयाँ सक्यौं', गर्विलो पारामा आफ्ना कुरा पत्याउन बाध्य बनाइरहेका एक जोडी युवा आफ्नो सौखका बारेमा बताउँदै थिए । हाम्रो उमेर नै यस्तै हो, बजारलाई चाहिएको पैसा हो र पैसाकै कारण हामी मोजमस्तीबाट किन टाढा हुने ? वर्कसपमै भेटिएको यो जोडी पनि गुरुङको विचारलाई अनुमोदन गर्दै थियो ।

सौखकै कारण हुनसक्छ, छेउमा उभ्याइएको पल्सर मोटरसाइकलले नयाँ रूपमा आफूलाई प्रस्तुत गर्दै थियो । भर्खरै मात्र किनेर ल्याएको यो मोटरसाइकलले नयाँ मालिक पाउनेबित्तिकै त्यसअनुरूप आफूलाई परिवर्तन गर्नुपरेको थियो । दिनहुँ नयाँ प्रविधि भित्र्याइरहेका विकसित मुलुकका मोटरसाइकल कम्पनीका वेबसाइट सर्फिङ गर्ने युवा जोडी आफ्नो देशमा त्यस्ता मोटरसाइकल नपाइने भएकाले नै आफैं त्यस्तो स्वरूप दिने निर्णयमा पुगेको बताउँछन् । उनीहरूले भने- 'हामीकहाँ रेसिङ बाइक छैन, त्यसैले युवाहरू पल्सर, सिविजी र करिज्माजस्ता बाइकलाई 'रेसिङ लुक' दिन बाध्य छन् ।' सामान पाइन्छ, बनाइदिने म्यानपावर र पैसा छ भने हामीले किन स्वरूप परिवर्तन नगर्ने ? भक्तपुर बालकोटका ललित कार्कीले कुराकानीका क्रममा भने- 'यदि यो काम गलत हो भने सुरुमा सामान आउन बन्द हुनुपर्‍यो ।'

विश्व बजारमा देखिने स्पोर्टस बाइकको सिकोमा अहिले राजधानीलगायत मुलुकका सहरी क्षेत्रका युवाहरूको मोटरसाइकल खरिद गर्नेबित्तिकै एउटै ध्याउन्न हुन्छ– अन्य मोटरसाइकलको तुलनामा आफ्नो मोटरसाइकललाई पृथक् देखाउने र स्पोर्ट्स बाइकको स्वरूप प्रदान गर्ने । भर्खरै प्लस टु सिध्याएका २१ वर्षीय कार्कीले भने– 'म एक महिनामा दुई पटक मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन गर्छु । मेरो जस्तै मोटरसाइकल अरू कसैले चढेको देखे भने त्यसको भन्दा फरक बनाउन पनि म वर्कसपमा पुगिसकेको हुन्छु ।'

साइलेन्सर पाइपकै कुरा गरौं न, काठमाडौंको व्यस्त सडकमा तीव्र गतिमा दगुर्ने मोटरसाइकलको आवाजले सडक प्रयोगकर्ताहरूलाई तर्साइरहेको हुन्छ । ट्रक वा हेलिकप्टरजस्तो आवाज । ध्वनि-प्रदूषण बढाउन यसले प्रमुख भूमिका खेलेको छ । सुरुका दिनमा साइलेन्सर पाइपको जाली हटाइए पनि अहिले मोडल-मोडलका साइलेन्सर पाइप बजारमा उपलब्ध छन् । त्यसैले पुरानो हटायो, नयाँ जोड्यो । त्यसमा पनि तल राखिने साइलेन्सर पाइपलाई ठाडो पारेर सिट छेउमा पुर्‍याइन्छ, जसका कारण बटुवाले धूवाँ खानुपर्ने हुन्छ । साइलेन्सर पाइपमा जालि नहुँदा मोटरसाइकलको 'माइलेज' पनि स्वतः कम हुन्छ । बजारमा यस्ता साइलेन्सर पाइपको मूल्य १ हजारदेखि २० हजार रुपैयाँसम्म पर्छ ।

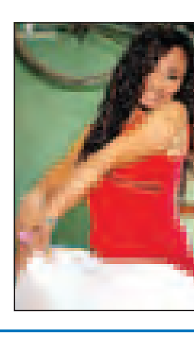
त्यति मात्र होइन, पछाडिको टायर छोप्ने टप हटाउँदा बर्खायाममा बटुवाले हिलोले निथ्रुक्कै हुनुपर्छ । गौशाला ट्राफिकका प्रहरी नायब निरीक्षक सीताराम हाछेथुका अनुसार उनीहरूलाई सडकका प्रयोगकर्ता अरू पनि छन् भन्ने नै थाहा छैन जस्तो छ । हाछेथु भन्छन्- प्लस टु पढिरहेका वा सकेकाहरूको एउटा सञ्जाल नै यसमा संलग्न छ, त्यसैले अहिले काठमाडौंमा हरेक दिन एउटा गम्भीर प्रकृतिको दुर्घटना हुने गरेको छ । यस्तै युवा चाहनाअन्तर्गत सानो टायरको सट्टा ठूलो टायर राख्ने सौख पनि देखिएको छ । ठूलो टायर राख्दा तेल बढी खाने त छँदै छ, दुर्घटना पनि त्यत्तिकै बढ्छ । यस्ता टायरको मूल्य पनि ७ सयदेखि ७ हजारसम्म पर्छ ।

आवाजकै प्रसङ्गमा बालकोटका कार्कीले भने– 'राति अबेर घर फर्कंदा छिमेकीको निद्रा खलबलिएको मैले पनि महसुस गरेको छु । दुर्घटना पनि ७५ प्रतिशतसम्म बढेको हुनसक्ने कुरामा मेरो पनि सहमति छ । पछिल्लो अवधिमा आएका बजाजको पल्सर, हिरो-होन्डाको सिविजी तथा करिज्मा होन्डाको युनिकर्न, हिरोको अपाचे मोटरसाइकल रेसिङ लुकमा तयार पारिएकाले पनि युवा पंक्ति यस प्रकारका मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन गर्ने गरेको बताउँछन् । 'यो सबै स्पोर्टस बाइकको क्रेज हो,' टेकुको अर्को वर्कसपमा भेटिएका राजकुमार सिजापतिले भने- 'स्पोर्ट्स बाइक ५ सय सीसीभन्दा माथिका हुन्छन्, जसलाई बाहिरबाट मगाउन सकिने भए पनि यहाँ त्यसलाई चलाउने सडक नै छैन । बजारमा मोटरसाइकल

बाँकी पृष्ठ १७ मा

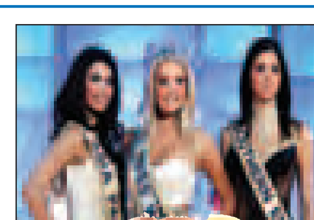
मध्यपृष्ठमा

चम्कियो चलचित्रको व्यापार
१५ पृष्ठमा

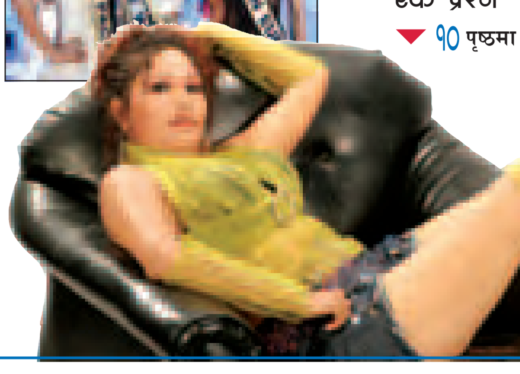


नजिकबाट मौसमी गुरुङ
पृष्ठमा १६

यसपटककी मिस वर्ल्ड
२४ पृष्ठमा



केवल एक प्रश्न
१० पृष्ठमा



तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

मेष

पराक्रम बढ्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम हासिल हुने योग छ। अरूको मन पनि जित्न सकिनेछ। भावुकता बढ्नेछ। शत्रुसित प्रतिस्पर्धा गर्नु परे पनि जित तपाईंकै हुनेछ। आइतबारदेखि घरेलु समस्याले सताउने, गलत विचार बढ्ने, काममा अवरोध आउने तथा स्वास्थ्यमा समस्या देखापर्ने योग छ। आर्थिक क्षेत्र बलियो भए पनि मन बेचैन रहनेछ ।

वृष

सुरुमा बोलीको प्रभाव बढ्नुका साथै अरूको मन जितेर नयाँ काम हात पार्न सफल हुनुहोला। शत्रुसित प्रतिस्पर्धा गर्नु परे पनि जित तपाईंकै हुनेछ। जोश एवं जाँगर बढ्नेछ। अधुरा कामहरू पूरा हुनेछन्। नयाँ काम प्राप्त हुने सम्भावना छ। साताको अन्त्यतिर अढैया शनि लाग्ने हुँदा घरेलु समस्या एवं चिन्ता बढ्ने तथा स्वास्थ्य गडबड हुने योग छ।

मिथुन

मान-सम्मान मिल्नेछ। भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर पनि प्राप्त हुनेछ। बौद्धिक सम्मान मिल्नुका साथै अरूबाट प्रशंसा पाउनुहोला। पराक्रम तीव्र हुनुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम हात लाग्ने योग छ। तपाईंको लगनशीलता एवं इमान्दारितामा सबैले भरोसा गर्नेछन्। अध्ययनमा विशेष लाभ मिल्नेछ। शत्रुदेखि सजग रहनुहोला।

कर्कट

खर्च एवं विवाद बढ्नुका साथै बिनाकारण चिन्तित हुनुपर्ला। कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन्। धनमाल हराउनुका साथै शरीरमा चोटपटक पनि लाग्न सक्छ। घरेलु समस्याले सताउनेछ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। आइतबार तथा सोमबार प्रसन्नता बढ्नेछ। काममा सफलता एवं भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर मिल्ने छ। मान-सम्मान पनि प्राप्त हुने योग छ।

सिंह

साता बलियो छ। धेरै समयदेखि बाह्रौंमा बसेको शनि हटेको छ। मन प्रसन्न रहनेछ। जोश एवं जाँगर बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। अरूबाट प्रशंसा पनि पाउनुहोला। धन आर्जन गर्न सक्ने अवसर जुट्नेछ। मान-सम्मानका साथै भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर मिल्नेछ। आइतबार तथा सोमबार खर्च एवं विवाद बढ्नेछ।

कन्या

मान-सम्मान प्राप्त हुनेछ। काममा सफलता मिल्नुका साथै मन पनि प्रसन्न रहला। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अरूको विश्वास पनि जित्न सकिनेछ। शत्रु पराजित हुनेछन्। महत्त्वपूर्ण जिम्मेबारी प्राप्त हुनुका साथै व्यवसायमा राम्रै सफलता मिल्नेछ। बुधबार तथा बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ।

तुला

धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। भाग्यले साथ दिनुका साथै कर्म पनि बलियो छ। आँटेको काम पूरा हुनेछ। मानसम्मान मिल्ने तथा आम्दानी बढ्ने योग छ। ठूला व्यक्तिसितको सम्बन्धले आफ्नो प्रभाव बढ्नेछ। व्यावसायमा लाभ हुनुका साथै यात्रा गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। चिताएको कुरा पूरा हुने योग छ।

वृश्चिक

सुरुमा अस्वस्थता एवं आलस्यता बढ्नेछ। कामको बीचमा अवरोध आउन सक्छ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। समयमा निर्णय नहुँदा हात परेको काम पनि फुत्कन सक्छ। आइतबारदेखि धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नुका साथै मान-स्मान मिल्नेछ। झूटा आरोप लाग्न सक्छ। खर्च पनि बढ्ने हुँदा संयम अपनाउनुहोला।

धनु

सुरुमा रमाइलो यात्रा गर्ने अवसर प्राप्त हुने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। अढैया शनिले यसै सातादेखि छाड्नेछ। अब समस्याहरू कम हुँदै जानेछन्। आइतबारदेखि स्वास्थ्यमा समस्या देखापर्नेछ। काममा अवरोध आउन सक्छ। कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन्। झूटा आरोप पनि लाग्ने हुँदा संयमित रहनुहोला।

मकर

समय राम्रो हुँदाहुँदै पनि अप्ठ्याराहरू पनि आउनेछन्। स्वास्थ्यमा समस्या देखापर्न सक्छ। शत्रुले खोइरो खन्नुका साथै अरूबाट आलोचना पनि हुनेछ। आइतबार तथा सोमबार प्रसन्नता बढ्ने, काममा सफलता प्राप्त हुने तथा मान-सम्मान मिल्ने योग छ। आवश्यक सहयोग पनि जुट्नेछ। व्यवसायमा सोचेजस्तै सफलता मिल्नेछ।

कुम्भ

सोच्ने शक्ति एवं बौद्धिक क्षमता बढ्नेछ। अध्ययनमा सोचेजस्तै सफलता प्राप्त हुनेछ। शत्रुसित प्रतिस्पर्धा गर्नु परे पनि अन्ततः जित तपाईंकै हुनेछ। व्यावसाय बढ्नुका साथै यात्रा गर्ने अवसर मिल्नेछ। धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। भाग्य बलियो बन्दै जानेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अरूको विश्वास सजिलै जित्न सकिनेछ।

मीन

घरेलु काममा रुचि बढे पनि साता प्रतिकूल रहनेछ। मन बेचैन रहनेछ। शरीरमा चोटपटक लाग्न सक्छ। लेनदेनमा विवाद एवं कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन्। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। धार्मिक कार्यतर्फ ध्यान दिनुहोला। विवादमा अघि बढ्नु उचित देखिँदैन। शत्रु बढे पनि जित तपाईंकै हुनेछ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

कात्तिक १ गते : गोवत्स द्वादशी, कात्तिक संक्रान्ति

वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटीका लागि नेपाली सुन्दरी

तीन प्रमुख ताजसहित पाँच सहायक पुरस्कारका लागि आज राजधानीको अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन केन्द्रमा वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटीका लागि अन्तिम प्रतिस्पर्धा हुनेछ। आज साँझ ८ बजेसम्ममा नेपाली क्याम्पसका हजारौं छात्राको प्रतिनिधित्व गर्दै एक जना छात्राको नाम घोषणा हुनेछ, जसले २२ दिनपछि कोरियामा हुने वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटीको उपाधिका लागि प्रतिस्पर्धा गर्नेछिन्। यसअघि सन् २००३ मा संसारभरिका कलेज सुन्दरीहरूको उक्त प्रतिस्पर्धामा नेपालकी आयुषा श्रेष्ठले मुख्य उपाधि हात पारेकी थिइन्।

यसअघि सानो दायरामा गरिने वर्ल्ड मिस युनिभर्सिटीको व्यवस्थापन यसैपटक देखि नेपालका लागि एक्सेल बिजनेस लिङ्कले गर्दैछ। प्रतिस्पर्धामा मिस युनिभर्सिटीबाहेक फस्ट रनरअप, सेकेन्ड रनरअपसहित फोटोजेनिक एवार्ड, ट्यालेक्ट एवार्ड, मिस पर्सनालिटी, बेस्ट फ्रेन्डसिप एवार्ड तथा मिस फेयर एन्ड लभ्ली एवार्डको पनि छनौट हुनेछ। फेयर एन्ड लभ्लीको मुख्य प्रायोजन रहने यो प्रतिस्पर्धामा प्रायोजक कम्पनीका प्रतिनिधि, पूर्व मिस युनिभर्सिटी, ड्रेस डिजाइनर, चर्चित मोडल, उद्योगपति, पत्रकार, फोटोग्राफर, कलाकार एवं क्यम्पसका प्राध्यापकसहित ११ जना निर्णायकले मिस युनिभर्सिटीको छनौट गर्नेछन्।

करिब तीन महिनाको आन्तरिक तयारीपछि हुन लागेको यो प्रतिस्पर्धाका लागि देशभरिका ६१ छात्राले निवेदन दिएका थिए। उचाइ, सुन्दरता, वक्तृत्व क्षमता, ज्ञान एवं औपचारिक शिक्षालाई आधार बनाएर राम्रो अङ्क प्राप्त गर्ने २७ जना युवती आजको अन्तिम प्रतिस्पर्धामा उत्रनेछन्। १७ देखि २५ वर्ष उमेरका छात्राहरूबीच गरिन लागेको उक्त प्रतिस्पर्धामा अधिकांश छात्रा २० वर्षको हाराहारीमा छन्। 'यसपटक फेरि सन् २००३ को घटना दोहोरिने आशामा छौं।' एक्सेल बिजनेसका विकास खरेलले साप्ताहिकसँग भने, 'प्रतिस्पर्धीहरू विगतको तुलनामा निकै खारिएका छन्।'

पोखरामा रात रङ्ग्याउने फेसन

शिव शर्मा

पोखरा– होटल फेवाप्रिन्समा रातलाई रंगीन बनाउन झकिझकाउ र्‍याम्पमा मोडलहरू क्याटवाक गर्दै निस्किए। दुई घन्टा ढिलो सुरु भएको कार्यक्रममा युवायुवती मात्र होइन, वयस्कहरू पनि उपस्थित थिए। दसैंको अवसर छोपेर साफ्ट फेसन सेन्टर तथा रोट्र्याक क्लब पोखराले आयोजना गरेको डिजाइन फेल्यासमा फेसन पारखीहरूको बाक्लो उपस्थिति थियो।

पोखरामा यस पटक मोडलहरूले बिल्कुलै नयाँ पहिरन प्रस्तुत गरे। खेर गएका वस्तुलाई उपयोग गरेर डिजाइनरहरूले फेसन सोका पहिरनहरू तयार गरेका थिए। रूखका बोक्रा, घाँस, प्लास्टिक आदि उपयोगभन्दा बाहिर रहेका चीजहरूलाई तयार पारेको पहिरनमा मोडलहरूले क्याटवाक गर्दा दर्शकहरू आनन्दित भए। पाँच सिक्वेन्समा विभाजित फेसन सोमा साफ्ट फेसन सेन्टरका डिजाइनरहरूले तयार पारेका थरी-थरीका डिजाइन तथा डोनास बुटिकको पहिरनसमेत प्रस्तुत भएको थियो। फेसन सोमा थाइल्यान्डको पहिरन पनि सबैको रोजाइमा पर्‍यो।

त्यस्तै राजधानीको डिजाइनर सोमा प्रस्तुत भएको पहिरन र समर कलेक्सनले फेसन पारखीहरूलाई तताएको थियो। श्रृजु उदास तथा राजेश जिसीको कोरियोग्राफीमा सम्पन्न उक्त फेसन सोको र्‍याम्पमा हिंड्नेसबै अनुहार नयाँ थिए। मोडलहरू कल्चरल ड्रेसमा पनि प्रस्तुत भए। फेसन सोको मुख्य आकर्षणसँगै सबैलाई झुम्म पार्ने कन्सर्ट पनि भयो। कन्सर्ट तताउन राजधानीबाट गायक-गायिका एडरिन प्रधान तथा पूजा राई आएका थिए। उनीहरूले आफ्ना हिट नम्बरहरूले दर्शकलाई उफारेका थिए। स्थानीय गायिका ज्योति गुरुङ तथा द एज ब्यान्डको प्रस्तुति पनि रोचक रह्यो।

पास हुनुभयो हो त ? मात्र १ महिनामै !
Private
Test-SLC Exempted
D.E.O.
I.A., I.Com.
T.U.

सेवाको १३ वर्ष

बाथ र दमको अचूक उपचार

साता संक्षेप

असोज २०– अमेरिकी सरकारले ६० हजार भुटानी शरणार्थीलाई आफ्नो मुलुक लाने एक अमेरिकी धारणाप्रति नेपालद्वारा अनभिज्ञता प्रकट, शरणार्थी नेताहरू आक्रोशित ।

– नेपाली कांग्रेसका संस्थापक नेता भट्टराई तथा सभापति कोइरालाबीच पार्टी एकीकरणको कुरामा सहमति, तिहारअघि नै दुवै दल एक भएको घोषणा हुन सक्ने ।

– युवराज पारस तथा युवराज्ञी हिमानीद्वारा गोरखा दरबारमा कुलको पूजा ।

असोज २१– कैलालीमा भएको बम विस्फोटमा ३ बालबालिकोको मृत्यु, ५ बालबालिका घाइते ।

– विश्व बैंकद्वारा नेपालको सिंचाइका लागि ३ अर्ब रुपैयाँको अनुदान ।

– सेनाद्वारा मोरङको बेलबारीमा बलात्कार एवं हत्या गरिएकी युवतीसहित अन्य मृतकलाई जनही १० लाख क्षतिपूर्ति दिन छानबिन समितिको आग्रह ।

असोज– २२ डँडेलधुराको खस्रेखानमा बस दुर्घटना हुँदा ६ को मृत्यु, ३४ घाइते ।

– कोजाग्रत पूर्णिमाका अवसरमा नेपाली कांग्रेसद्वारा चियापान, कार्यक्रम अव्यवस्थित भएको गुनासो ।

– अमेरिकाद्वारा नेपालमा रहेका भुटानी शरणार्थीलाई अमेरिका लाने घोषणाको राष्ट्रसंघीय उच्चायोगद्वारा स्वागत ।

– नेपालमा छोरीको जन्मदर्ता न्यून, कुल बालबालिकामध्ये ३३ प्रतिशतको मात्र जन्मदर्ता हुने गरेको अध्ययन-प्रतिवेदन सार्वजनिक ।

असोज २३– नुवाकोटको त्रिशूली बजारछेउ भएको मिनीट्रक दुर्घटनामा ४ को मृत्यु, २८ घाइते ।

– विवेक अपहरण काण्डका ७ जनामाथि मुद्दा दायर ।

– पूर्वाञ्चलमा निमोनियाँको प्रकोप, ३ बालकको मृत्यु ।

असोज २४– सडक दुर्घटनामा नेपाली कांग्रेस मोरङका क्षेत्रीय सभापति सनम पालुङसहित तीन नेताको निधन ।

असोज २५– डेङ्ग्यु नेपालमा पनि फैलने आशंका, विराटनगर, वीरगन्ज, चितवन तथा नेपालगन्जलाई जोखिम क्षेत्र घोषणा ।

– प्रतिनिधिसभा घोषणाविपरीतका पाठ्यवस्तु अध्यापनमा रोक ।

– माओवादीद्वारा सुनसरीका विभिन्न विद्यालयलाई ब्यारेकका रूपमा प्रयोग, पठन-पाठन प्रभावित ।

शान्तिवार्ता निष्कर्षतिर

अब कार्यान्वयन पक्ष प्रबल

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– एक साताभित्रमा तीन पटक औपचारिक एवं छ पटक अनौपचारिक बैठक बसेर यसपटक सात दल तथा माओवादीले स्थायी शान्तिवार्तालाई निष्कर्षमा पुर्‍याउन अग्रसरता देखाएपछि केही महत्त्वपूर्ण विषयमा ऐतिहासिक निर्णय भएका छन् । राज्यको पुनर्संरचना गर्न, राजसंस्थाका विषयमा जनताको निर्णय मान्न तथा माओवादीलाई सरकारमा लान सात दल सहमत छन् भने संविधानसभाअघि नै आफ्नो हतियार व्यवस्थापन गर्न माओवादी राजी देखिन्छ ।

माओवादी तथा सरकार दुवै पक्ष जेठभित्र संविधानसभाको निर्वाचन गर्न सहमत भएपछि शान्तिवार्ताका धेरैजसो विषय छिनोफानो भयो । यति हुँदाहुँदै पनि राजतन्त्र, हतियार व्यवस्थापन तथा राज्यको पुनर्संरचनाको मोडलका विषयमा अन्तिम निष्कर्ष निस्कन बाँकी छ । वार्ताकारहरूका अनुसार प्रक्रियागत विषयको छिनोफानो हुन वार्ता अझै केही समय जारी रहनेछ । वार्ताकारहरूबीच निर्णय भएका विषयलाई कार्यान्वयन गर्दै जाने सहमति पनि भएको छ । यही सहमतिअनुसार जेठभित्र संविधानसभाको निर्वाचन गर्न असोज मसान्तसम्म निर्वाचन आयोगको गठन एवं कर्मचारीहरूको नियुक्ति गर्ने निर्णय भएको छ भने संविधानसभा निर्वाचनको घोषणा आन्तरिम सरकारले गर्ने निर्णय भएको छ ।

एक वर्षअघि सात दलद्वारा दिल्लीमा माओवादीसँग भएको १२ बुँदे समझदारी तथा त्यसको बलमा सफल भएको जनआन्दोलनलाई दृष्टिगत गर्दै वार्ताले सात दल तथा माओवादीले उठाएका सबैजसो मुद्दालाई महत्त्व दिएको छ । जेठ ४ गते प्रतिनिधिसभाले गरेको ऐतिहासिक निर्णयको मर्मअनुसार सात दलले माओवादीसँग वार्ता गरेको नेपाली कांग्रेसका नेता तथा शिखरवार्तामा सहभागी अर्जुननरसिंह केसीले बताए । केसीका अनुसार कसले कति लिने भन्दा पनि नेपाली जनतालाई सकेसम्म बढी अधिकार दिने विषयमा वार्ता भएको छ ।

सहभागीहरूका अनुसार बिहीबारको वार्ताले सबैजसो विषयको समाधान निकालेको छ । वार्ताको कार्यान्वयनमा आइपर्ने समस्यालाई समाधान गर्न सरकारी तथा माओवादीको पुरानो वार्ताटोली बसेर समस्या सामाधान गर्ने निर्णय पनि भएको छ । नेपाली कांग्रेसबाहेक नेकपा (माओवादी), नेपाली कांग्रेस (प्रजातान्त्रिक), नेकपा (एमाले), नेपाल सद्भावना पार्टी (आनन्दीदेवी), नेपाल मजदुर किसान पार्टी तथा संयुक्त जनमोर्चाका नेताहरू राजसंस्थाको छिनोफानो जनमत सङ्ग्रहबाट गर्ने विषयमा एकमत देखिन्छन् ।

त्यसबाहेक नेकपा (माओवादी) बाहेक अन्य दलहरू संविधानसभाको निर्वाचनअघि नै माओवादीको हतियार उनीहरूको सेनाबाट अलग गर्ने कुरामा एकमत छन् । अन्तरिम संसद्मा नेकपा (माओवादी) ले आफूलाई ३३ प्रतिशत स्थान दिनुपर्ने माग गरेकोमा सात दलले २० प्रतिशत दिन सकिने उल्लेख गरे पनि अन्त्यमा अन्तरिम शासन विधान लागू हुनुअघि नै माओवादीका तर्फबाट अन्तरिम संसद्मा २५ प्रतिशतसम्म सहभागी गर्न सकिने निष्कर्ष निकालिएको छ ।

वार्तामा सहभागी नेकपा (एमाले) का नेता झलनाथ खनालले वार्ताले सामन्तवादका सबै अवशेष निर्मूल पारेको बताए । खनालले नेपाली सेनालाई लोकतान्त्रीकरण गर्न बाँकी रहेका सबै पक्षलाई अन्तरिम सरकारले थप सबल बनाउने सहमति भएको बताए । तीनवटै औपचारिक शिखरवार्तामा नागरिक समाजका सदस्यहरू पर्यवेक्षकका रूपमा उपस्थित थिए । ती पर्यवेक्षकहरूका अनुसार पहिलो शिखर वार्ताको तुलनामा दोस्रो तथा तेस्रो शिखरवार्ता गम्भीर थियो । दोस्रो शिखरवार्ताले संविधानसभाको निर्वाचन गर्ने टुङ्गो लगायो भने तेस्रो शिखर बैठकले हतियार व्यवस्थापन, अन्तरिम शासन विधान, अन्तरिम सरकारजस्ता महत्त्वपूर्ण विषयलाई टुङ्ग्यायो ।

वार्ता उत्साहजनक रहे पनि निर्णय भएका बुँदा कार्यान्वयन हुन फेरि पनि ढिलासुस्ती हुने आशङ्का नागरिक समाज एवं माओवादीले गरेका छन् । बालुवाटार परिसरमा दबाब दिइरहेका नागरिक समाजका प्रतिनिधिहरूले वार्ताको गति पहिलेको तुलनामा निष्कर्षतिर उन्मुख भए पनि कार्यान्वयन पक्षमा कमजोरी देखिँदै आएकाले सचेत हुन सरकारलाई आग्रह गरेका छन् ।

यसअघि भएका ८ बुँदे समझदारी पनि कार्यान्वयन हुन सकेको छैन । नेकपा (माओवादी) ले भने बृहत् शान्ति सम्झौतामा हस्ताक्षर गरेपछि सहमति कार्यान्वयन हुँदै जाने बताएको छ । बालुवाटार परिसरमा भेला भएका विभिन्न संघ-संगठनका प्रतिनिधिहरूले अबका दिनमासरकार तथा माओवादी दुवैले चनाखो हुनुपर्ने बताएका छन् । माओवादीले २५ बुँदे आचारसंहिता उल्लंघन गरिरहेकाले माओवादीले आफ्नो पुरानो चरित्र परिवर्तन नगरेसम्म शान्ति वार्ता स्थायी शान्तिमा रूपान्तर हुने कुरामा पनि नागरिक समाजका कतिपय प्रतिनिधिको आशंका थियो ।

मुखाले

सत्तामोहले प्रेरित भएर कांग्रेस एकताको कुरा नउठाए हुन्छ ।

मीनेन्द्र रिजाल
नेता, नेपाली कांग्रेस (प्रजातान्त्रिक)

शेरबहादुर देउवालाई कांग्रेस एकीकरणविरुद्ध भड्काउनेहरू पनि छन्, जसलाई चिर्न सक्नु नै उहाँको महान्ता हुनेछ ।

नारायण खड्का
नेता, नेपाली कांग्रेस (प्रजातान्त्रिक)

यदि कांग्रेस एकीकरणमा देउवाले चासो देखाएनन् भने म र गिरिजाबाबु मिलेर पार्टी एकीकरणको घोषणा गर्नेछौं ।

कृष्णप्रसाद भट्टराई
संस्थापक नेता, नेपाली कांग्रेस

गिरिजाप्रसाद कोइरालाको एउटा निर्णयले उनी खलनायक पनि बन्न सक्छन्, महानायक पनि बन्न सक्छन् ।

प्रचण्ड, अध्यक्ष, नेकपा (माओवादी)

वार्ता सफल भयो भने पनि संविधानसभाको चुनाव नहुन्जेलसम्म खुसीयाली मनाउनु हुँदैन ।

माधवकुमार नेपाल
महासचिव, नेकपा (एमाले)

शान्तिवार्ता सफल हुन्छ भन्ने कुरामा हाम्रो पार्टीलाई विश्वास लाग्न थालेको छ ।

कृष्णबहादुर महरा
प्रवक्ता, नेकपा माओवादी

शिखरवार्ताको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण पक्ष माओवादीले आफ्नो हतियारको व्यवस्थापन गर्न सहमत हुनु हो ।

प्रदीप ज्ञवाली
सरकारी वार्ता समिति सदस्य

विदेशमा बस्ने नेपालीलाई भोट दिने, उम्मेदवार हुने अधिकार चाहिएको छैन ।

कुलचन्द्र गौतम
राष्ट्र संघका सहायक महासचिव

तिहार अफर
Windows Package (Basic) Only
599/-
Mobile, Hardware, Networking, Web, Graphics, Tally
S& S 4412386

सि.एम.ए. अ.न.मी. तथा ल्याब असिष्टेन्ट कार्यक्रममा भर्ना खुल्यो ।

होटल तालिम
कुक/ वेटर/ बारमेन

प्राइभेट एक्जामिनेशन Test/SLC
English Language
लगनखेल 2120693, 9841-338476, 9841-306634 Small Heaven Academy
माइतीघर चोक 016214510, 4442957, 9841-207258 BMTC Academy

Learn English
TOEFL/IELTS Preps.

ROOP-अमृत

होटल तालिम
छिटो गर्नुहोस् ।
प्राइभेट SLC ०६३
4601876, 2120697, 9841264405, 9841394095

आन्तरिक सुरक्षाको खस्कँदो स्थिति

अहिले मुलुक राजनैतिक संकट निकासको सँघारमा छ । यस्तो अवस्थामा कतिपय परिस्थिति मुलुक र समाजका लागि सहज हुँदैनन् । राज्यसंयन्त्र राजनैतिक संकटको निकासमा सक्रिय रहेका बेला समाजमा सामाजिक अपराधहरू चुलिन थाल्छन् । नेतृत्वले मुलुकको राजनैतिक संकटलाई प्राथमिकताको उपल्लो सूचीमा राखेर काम गर्न थालेपछि आमजनतासँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने कतिपय दैनिकीप्रतिको राज्यको उत्तरदायित्व ओझेलमा पर्न थाल्छन् । अहिले नेपालको स्थिति लगभग यस्तै छ । चोरी, डकैती, अपहरण र हत्याजस्ता सामाजिक अपराधले अहिले मौलाउने अवसर पाएका छन् । सञ्चारमाध्यमहरूमा दिनहुँजसो यस्ता सामाजिक अपराधसँग सम्बन्धित खबरहरू बढ्न थालेका छन् । राजधानी काठमाडौँमै भएको विवेक हत्याकाण्ड, पोखरामा घटेको दाजुबहिनीको अपहरणपछि हत्याको प्रयास त्यसका केही उदाहरण मात्र हुन । त्यसबाहेक सहरी तथा ग्रामीण क्षेत्रमा दिनहुँ घट्ने गरेका चोरी–डकैतीका साना–ठूला घटनाले पनि अहिले राज्यको गृहप्रशासन सामाजिक अपराध नियन्त्रणको दिशामा सुस्त छ भन्ने कुरा प्रमाणित गर्छ ।

पछिल्लो पाँच वर्षमा नेपालमा अपहरणजस्तो अपराध उद्योगका रूपमा परिभाषित हुन थालेको छ । विराटनगर, वीरगन्ज, पोखरा, काठमाडौंजस्ता प्रमुख औद्योगिक तथा पर्यटकीय सहरहरूमा अहिले सबैभन्दा मौलाएको अपराध भनेकै अपहरण हो । अपहरणजस्तो गम्भीर प्रकृतिको अपराध मौलाउनुमा मुलुकको राजनैतिक घटनाक्रमहरू पनि जिम्मेवार देखिएको छ । केही वर्षअघिसम्म विरलै हुने अपहरणजस्तो अपराध अहिले नेपालमा एउटा उद्योगकै रूपमा बिस्तार हुनुमा माओवादीहरूको राजनैतिक क्रियाकलापमा व्यक्ति अपहरणको कामले पाएको चर्चा पनि मुख्य कारण हो । माओवादीहरूले आफ्नो राजनैतिक संगठन विस्तार तथा आमजनतामा आफ्नो उपस्थितिको आभास गराउन अपहरणलाई एउटा प्रमुख हतियारका रूपमा प्रयोग गरेका थिए । यो क्रम अझै रोकिएको छैन । माओवादीहरूले आफ्नो राजनैतिक अभीष्ट पूरा गर्न अपहरणलाई एउटा प्रमुख हतियारका रूपमा अगाडि सारेपछि अहिले त्यस्तो शैलीलाई अपराधी गिरोहले आफ्नो हतियारका रूपमा रूपान्तरण गरेका छन् । यो स्थिति निश्चय पनि राजनैतिक निराशाले विगतका दिनहरूमा जन्माएको अराजकताका कारण सिर्जिएको हो । यस्ता सामाजिक अपराध नियन्त्रण गर्ने दायित्व राज्यको हो ।

विगतमा राज्यले विभिन्न किसिमका सामाजिक अपराध नियन्त्रण गर्न नसकेकै कारणले तथा प्रहरी प्रशासनमा देखिएको नेतृत्व विहिनताका कारण पनि अहिले मुलुक सामाजिक अपराधको भुमरीमा परेको अनुभव गर्न सकिन्छ । सामाजिक अपराध जुनसुकै किसिमको भए पनि त्यसलाई नियन्त्रण गर्नु राज्यको दायित्व हो । विगतको निरङ्कुश सरकारले मुलुकमा राजनैतिक दलहरूको नेतृत्वलाई असफल प्रमाणित गर्न सामाजिक अपराधको जालो बुन्नेसम्मको काम गरेको थियो । त्यो क्रमले निरन्तरता पाउँदै जाँदा मुलुकमा यो अवस्थासम्म सामाजिक अपराध झाङ्गिएको सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ, तर त्यसो भन्दैमा सामाजिक अपराधलाई नियन्त्रण गर्ने कामबाट राज्यले पन्छिन मिल्दैन । कुनै पनि राज्यको पहिलो दायित्व भनेकै आमनागरिकलाई सबै किसिमका सामाजिक अपराधबाट मुक्त गराउनु हो । आफ्नो यो दायित्वबाट अहिलेको सरकारले कुनै पनि बहाना गरेर उन्मुक्ति पाउन सक्दैन । सरकारले सबै किसिमका अपराध नियन्त्रण गर्न सुरक्षा निकायलाई चुस्त र सक्रिय बनाउनुपर्छ । आमजनताले आफ्नो दैनिकीमा सुरक्षाको अनुभूति गरे मात्रै राज्यका अरू समस्याहरूको समाधानको बाटो सहज एवं सरल हुन्छ ।

शरद् ऋतुभित्रका तरंगहरू

कोई आँसु है या कोई तारा
वो उफक पार कुछ नजर आया ।
(त्यो क्षितिजपारि देखिने कुनै आँसुको थोपा हो या कुनै तारा हो ! –म विस्मित छु ।)

प्रिय गजलिका !

दुई ऋतुहरू– वसन्त र शरद् मेरो जीवनकथाभित्र अरू ऋतुहरूभन्दा बढी अर्थ, बढी महत्त्व राख्छन् । हुन त प्रत्येक ऋतु परिवर्तनभित्रको नियमित नूतनताको आफ्नै महत्त्व छँदैछ, तैपनि वसन्त र शरद्को मोहकता अकाट्य, अविस्मरणीय । यो पालिको शरद् यति अनुभूति-जटिलता लिएर आयो कि मधुर, तिक्त भावहरूलाई सबैले सजिलैसित नछुट्याउन सकिने खालको थियो । यो वर्षको शरद् ऋतुको अभिप्राय हुन्छ एकातिर असामान्य राजनैतिक परिस्थितिको उदय, अर्कातिर सामान्य उद्दीपनहरूको अन्तरक्रीडा । सायद, देश राजनैतिक दृष्टिले हेर्दा प्रसवपीडामा भएको भानले सिर्जित भएको हुनसक्छ, मेरो हेर्ने ढंगमा परिवर्तन आएको, तर थियो निश्चित रूपमा आन्तरिक र बाह्य परिवेशभित्र परिवर्तन । इतिहासले शुभ गति लिँदैछ भन्ने धेरै नेपाली इतिहास-उपभोक्ताहरूका अनुहारमा विश्वास टल्किन्थ्यो ।

जब कुनै देशको कथाभित्र विधायक नाटकीय घुम्ती आउँछ तब त्यहाँ उत्तेजना, उमंग, भावनात्मक चञ्चलता, बौद्धिक विलास, भविष्यदृष्टि, निकट भविष्टबारे बढी आशा, कम निराशाले रंगिएका वाणीहरू प्रस्फुटित हुन थाल्छन्– विशेष गरेर फुर्सदी समाजहरूमा । काठमाडौं र काठमाडौंबाहिरका चियापसल, चोक, चौतारी, अखबार विक्रेताका पेटीहरूमा र अरू कतिपय स्थलमा तीनै कालहरू– अतीत, वर्तमान र भविष्य– अति तीव्रतासित सामूहिक स्मृतिमा आइरहेका होलान् । यदि द्वन्द्वात्मकता इतिहासको आत्मा हो, केन्द्रीय चरित्र हो भने नेपालीमात्र होइन, अरू धेरै देशका वासीहरू पनि इतिहासमुक्त हुन सक्तैनन् ।

प्रिय ! बितेका एक-डेढ महिनाभित्र आएर स्मृतिभित्र जमेको भावराशीबारे केही औचित्य दिएर भन्ने चेष्टा गरौं भने अरू बढी अल्झिँदो रहेछु । तिम्रा भाव र अभावहरूको रहस्यमय मानचित्र अर्कै कोटिको छ । तिमी गजल राम्रो लेख्ने, एक मन छुने, हृदय स्पन्दित गर्न सक्ने कवि भएकी हुनाले तिम्रो नामकरण गजलिका गरिएको हो विजया दसैंको शुभअवसरमा । तिम्रो लामो अभाव काव्यात्मक भावहरू, लिरिकल मुडहरूको बलशाली स्रोत त हुँदो रहेछ, तर मेरो अभिव्यञ्जनाको नितान्त अभाव व्यवधान बन्दो रहेछ– एक कष्टदायी व्यवधान । तिम्रो भित्री-बाहिरी समग्र आभाको स्मृति मेरो सम्पूर्ण हुनु, बिइङ वा अस्तित्वगत नियतिलाई हल्लाइदिन्छ कहिलेकाहीँ ।

अनि पानीको अभावमा गोदावरीको तलाउमा माछा छटपटिएजस्तै छटपटिन थाल्छु । संसारका संसारीहरू छटपटिरहेछन् आफ्ना तृष्णाहरूका कारण । संसारको पर्यायवाची शब्दावली हो बेचैनी, छटपटी, दुष्पूर, तृष्णा, महत्त्वाकांक्षा, असीमित दौडधूप,

डा. डी.पी. भण्डारीसँग
अन्तरंग

धोकाधडी, अतृप्ति आदि । संसरति इति संसारः, प्रतिपल कालचक्रमा चलायमान भइरहनु र अतृप्त जगत्बाट छुट्टी लिनु । संसारको मूल स्वभावमाथि विजय पाउनेहरू नै बुद्धहरू हुन्छन् । तिमी र मजस्ताहरू समयचक्रको अलिखित नियमानुसार आ-आफ्नो नियति निभाउन अभिशप्त छौं । तिम्रा गीत-गजलहरू– तिमीले थाहा नपाईकन नै– त्यतातिर इंगित गरिरहेका हुन्छन् । कवि मूलतः एक वियोगी प्राणी हो । वियोगी भावदशामा नै तिम्राजस्ता सुन्दर कविता, गजल गीतहरूको जन्म हुन्छ ।

प्रिय ! हुन त हामी त्यही दिनदेखि मर्न सुरु गर्छौं जुन दिन हामी जन्मिन्छौं । वास्तवमा त्यही क्षणदेखि जीवन र मृत्यु सँगसँगै गैरहेका हुन्छन् जुन क्षण हामी गर्भस्थ हुन्छौं । जीवन र मृत्यु एक-अर्काका अत्यन्त घनिष्ठ सहचरहरू हुन्– एकबाट अर्कोलाई छुट्याउन असम्भव छ । भगवान् कृष्ण र अरू मुक्तात्माहरू त्यही भन्छन् । मृत्यु-चेतना जुन उग्रतासित यो शरद् मासभित्र हाम्रो सामूहिक स्मृतिमा आयो त्यति सायदै पहिलेका शरद् ऋतुमा, दसैंको उत्सवकालभित्र आयो होला । फाटफुट हत्याकाण्डहरू, आठवर्षे बालकको नृशंस, दानवीय हत्या, एक सज्जन राजनीतिकर्मी कृष्णचरण श्रेष्ठको हृदयहीन बध, अरू कतिपय हत्या, घातक दुर्घटनाहरू यसपालि– माओवादीहरू शान्तिपूर्ण सम्झौतामा आउन खोजेको पालि– केही बढी नै घटित भए ।

केही मानव-रचित, केही मानव-अरचित । बालक विवेकको हत्याले नेपाली समाजको सभ्य र सुसंस्कृत हुने प्रयासको केही परिचय दिन्छ । सुनिन त पत्याउनै नसकिने कुरा सुनिन्छ : शक्तिमा आसीनहरूमध्ये केहीको इसारा र स्वीकृतिसहित बालबालिका अपहरणजस्ता वर्णनातीत बर्बरताले युक्त हिंसाहरू भैरहेका छन् । बलात्कार, विदेशी रोजगारीको नाउँमा ठगी, चोरी, बेइमानी, निर्लज्ज, घूसखोरीको मात्रा र तीव्रतामा वृद्धि, असुरक्षाको भावनामा बढौती आदिजस्ता वैचारिक र भावनात्मक तरंगहरू खुब धूमधामसित खेल्न थाले मेरो मनभित्र शरद्यामको स्निग्ध सौन्दर्यका साथसाथै । सर्वाधिक विचलित भए ताप्लेजुङ हेलिकप्टर दुर्घटनाबाट । तीन-चार मेरा परिचित प्याराहरू पनि गए यो संतप्त लोकबाट अर्को शान्तिपूर्ण आलोकमा, तर ती चौबीस यात्रीको असामयिक निधनबाट जुन चोट पर्‍यो त्यो केही कालसम्म तिलमिलाउने खालको थियो ।

पुरानो कालदेखि परिचित मित्र डा. हर्क गुरुङको मरण बढी हृदय हल्लाउने खालको थियो । कहिलेकाहीँ हामीबीच भेट हुन्थ्यो, तर ठट्टा, व्यंग्य र स्वःस्फूर्त पर्वतीय आत्मीयताले रञ्जित । बौद्धिक रूपले जति चेतनशील डा. हर्क थिए त्यति नै सरल, निस्पृह, सरल चिन्तन आन्तरिक रूपले थिए । स्वस्थ देशप्रेम र जातिप्रेमले मण्डित डा. हर्कको असामयिक देहावसानले म मात्र केही कालसम्म विचलित भइनँ, उनलाई सम्यक मात्रामा बुझ्नेहरू सबै भए होलान् । जति खस्रा आफ्ना कुनै अभिव्यक्तिहरूमा देखिन्थे त्यति नै मुलायम उनी भित्र थिए । डा. हर्क यो पृथ्वीमा ६८ वर्षको आयुसम्म बास गर्ने एक प्यारा अतिथि थिए । मृत्युले उनलाई अरू बढी प्यारो बनाइदियो । सायद सबै बाँच्ने कला जान्नेहरू यो ग्रहबाट बिदा भैसकेपछि यसरी नै याद गरिइन्छन् सान्दर्भिक क्षणहरूमा । खस्रो खोलभित्र नरम दिल भएका मानिस थिए डा. हर्कबहादुर गुरुङ ।

प्रिय गजलिका !

धेरै छायाहरू, केही भावनात्मक लहर, संदिग्ध र असंदिग्ध छविहरू सुदूर क्षितिजमा देखा पर्थे स्वप्नमा देखिएजस्तै । कहिले ज्योतिपूर्ण तारा देखिन्थ्यो, कहिले तरल अश्रुहरू क्षितिजभन्दा धेरै परको गगनमा, आकाशमा । अहिले म चिन्तित छु सिद्धान्त योद्धाहरू, इतिहास पथिकहरू के देख्दै होलान्, के देख्दै होलान् क्षितिजपारि : आँसु कि तारा, गहन वेदना कि गहन संवेदना । संवेदनशीलहरू नै वेदनाप्रति ज्यादा रेस्पन्सिव, दायित्वपूर्ण हुन सक्छन् । भ्रष्टाचार, डकैती, बलात्कार, अपहरणजस्ता निकृष्ट कर्म गर्नेहरू तारा त स्वप्नमा पनि देख्न सक्दैनन्, किनकि प्रकाश तिनीहरूको व्यक्तित्व-विधानको एकदमै उल्टो ध्रुवको सत्य हो । आफ्ना कुकर्महरूको थुप्रोको माध्यमद्वारा अरू बढी आँसु ल्याउन सक्छन् ।

यहीबीच आइपुग्यो उत्तर आधुनिकताको बतास बोकेको एक हिन्दी चलचित्र : लगे रहो मुन्ना भाइ । चलचित्र रुचिकर थियो, महात्मा गान्धीको छाप बोकेको, आंशिक आदर्श लिएर आएको चलचित्र । शारदीय प्रभामा आउने तरंगहरू अरू ऋतुमा आउने छविहरूभन्दा मौलिक रूपले भिन्न हुँदा रहेछन् ।

कोई आँसु है या कोई तारा
वो उफक पार कुछ नजर आया
हेरौं इतिहास कहाँ लग्छ ।

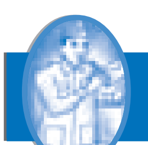
नीति-नियम

मबाट गल्ती भयो त के भयो, त्यतिले के बिग्रिएला ? जस्ता कुरा सम्झिएर कुनै पापको चिन्तन गर्नु हुँदैन । किनकि थोपा–थोपा पानीबाटै गाग्री भरिन्छ भनेजस्तै थोरै–थोरै पाप गर्दै गए एक दिन व्यक्तिको पापको घडा भरिन सक्छ ।

जसले दिनहुँ मेरो दिन–रात कसरी बितिरहेछ ? राम्रा वा नराम्रा कस्ता काम भैरहेछन् ? भन्ने स्मरण गरी खराब काम त्यागी असल काम गर्छ उसले कहिल्यै दुःख पाउँदैन ।

आगो लगाउने, विष ख्वाउने, हतियार लिएर काट्न–मार्न आउने, धन, खेत तथा महिलाको अस्मिता लुट्ने यी छ व्यक्तिलाई आततायी भनिन्छ ।

–शुक्रनीति
अनुवाद : रामहरि बन्जारा



चि ठी प त्र

चेलिबेटी बेचबिखन

नेपाल आफैं द्वन्द्वमा रुमल्लिरहेको छ । यो देशका धेरैजसो महिला अज्ञानता, सामाजिक कुरीति एवं संस्कारबाट पीडित छन् । आन्तरिक द्वन्द्वको परिस्थितिबाट पनि बढी मात्रामा महिलाहरू नै पीडित छन् । कसैका श्रीमान् मारिएका छन्, कसैका बुबा मारिएका छन् ।

महिलाहरूको निम्न सामाजिक स्तर, बालविवाह, बहुविवाह, वादी प्रथा, देउकी प्रथा, राजनैतिक प्रतिबद्धताको कमी, महिलासम्बन्धी असमान कानुन, बेरोजगारी, फितलो प्रशासन नीति, महिलामाथि हुने सामाजिक अपराधहरू, कुटपिट, बलात्कार, मानसिक तथा शारीरिक यातना, कानुनी कार्यान्वयनमा कमजोरी तथा भारतसँगको खुला बोर्डर एरिया चेलीबेटी बेचबिखनका प्रमुख कारण हुन् भने महिलाहरू पनि राम्रो लगाउने, मीठो खाने, सम्पत्ति कमाएर धनी कहलिने सपनामा जेलिएर बेचिन पुगेका छन् विदेशी मुलुकहरूमा ।

नेपालभित्र पनि गाउँबाट सहरमा कामको लोभमा आफैं वा आफन्तहरूबाट ल्याइएकामध्ये अधिकांश महिला देहव्यापारमा संलग्न भएको कुरा समय-समयमा प्रकाशमा आइरहेका छन् । खासगरी गरिबीले लखेटेको र अज्ञातताले जरा गाडेका क्षेत्रहरू चेलिबेटी बेचबिखन गर्नेहरूका लागि उर्वर भूमि भएका छन्, जसमध्ये केही क्षेत्रमा त देहव्यापारविरुद्ध बोल्नसमेत खतरा मानिँदै आएको छ । दलालहरूको संगठनले देहव्यापार वा दलालका विरुद्ध संगठित व्यक्तिहरूलाई पटक-पटक आक्रमण तथा चेतावनी दिँदै आएका छन् । अबको नेपालमा यस्ता गतिविधि रोकिनैपर्छ ।

रोहिणी थापा, धरान

अस्थायीलाई स्थायी

लोकतन्त्रको स्थापनापश्चात् नेपालका सरकारी तथा अर्धसरकारी कार्यालयहरूमा रहेका अस्थायी कर्मचारीहरूले स्वतः र प्रक्रिया मिलाएर स्थायी हुने अभियान नै चलाएका छन् । नेपाल टेलिकमजस्तो नेपालको अब्बल दर्जाको कम्पनीदेखि लिएर महिला विकास कार्यालयहरूसम्म यो लाममा संलग्न छन् । कतिपय कार्यालयमा यो प्रक्रिया प्रारम्भ पनि भैसकेको छ । अर्कातिर सरकारी कार्यालयहरूमा रहेका दरबन्दीमध्ये कतिपयमा आरक्षणका नाममा त कतिपय ज्येष्ठ कर्मचारीलाई बढुवा गर्ने नाममा भरिने अवस्था आएको छ । यो अवस्थामा आफ्नो मेहनतमा विश्वास गर्ने र पहुँच नभएकाहरूले के सरकारी जागिर खान नपाउने ? हिजो प्रजातन्त्रकालमा आफ्नो पहुँचको मानिस मन्त्री भएको समयमा तोक आदेशको भरमा जागिर खाएकाहरू नै आज विनामेहनत स्थायी हुने क्रम प्रारम्भ भएको छ । के लोकतन्त्र आएको त्यसैका लागि हो त ? नत्रभने एउटा सचेत नागरिकका नाताले लोकतन्त्रप्रति आस्था राख्ने सम्पूर्ण स्वाभिमानी नेपालीको ध्यान यसतर्फ पनि जानुपर्ने हो । यही तरिकाले भोलि पनि आफ्ना मान्छेहरू भर्ना गर्ने र स्थायी गराउने क्रम नचल्ला भन्न सकिँदैन । अहिले पनि खानेपानी संस्थानमा आफ्ना मान्छे भर्ना गर्ने क्रम चलिरहेको छ भन्ने समाचार आई नै रहेको छ । यो अवस्थामा कि त शिक्षित बेरोजगारको लाममा सामेल हुनुपर्‍यो, नत्र भने स्वाभिमानी मानिसले नेपालको सरकारी जागिर खाने अवस्थाको अन्त्य भएजस्तो छ । यसतर्फ सचेत हुन सम्बन्धित निकाय एवं युवावर्गलाई आग्रह गर्दछु ।

नवराज सुवेदी
त्रिभुवन विश्वविद्यालय, कीर्तिपुर

पाठकहरूको रहर

साप्ताहिकमा आएका परिवर्तनहरूलाई सामान्य रूपमा लिएको छु तर मध्यपृष्ठमा भने कहिल्यै परिवर्तन पाउन सकिएको छैन । यसलाई पनि परिवर्तनकै रूपमा अझ अश्लीलतातिरै धकेल्ने हो कि ? थोरै अंग ढाकिएका तस्बिर हेर्दाहेर्दा अब पाठकहरूलाई कतै नग्न तस्बिरहरू हेर्ने रहर त जागेको छैन ? पाठकको रहरमा पनि विशेष ध्यान पुर्‍याइयोस् । यदि पाठकहरूको रहर पूरा गर्न सक्नुहुन्न भने किन यस्ता अश्लील तस्बिरहरूलाई स्थान दिनुहुन्छ ? कि त पाठकहरूको रहर पूरा गरेर देखाउनुहोस्, हैन भने पाठकहरूको सल्लाह-सुझावलाई दृष्टिगत गर्नुहोस् ।

पेशल आचार्य, चक्रघट्टी, सुनसरी

तीतो सत्य

- मर्ने बेलाको प्रशंसा र मरिसकेपछिको सम्मानको प्रभाव शून्य हुन्छ ।

- मानिस बढी यथार्थवादी बन्नुपर्छ तर आदर्शलाई पनि भुल्नु हुँदैन, किनकि आदर्श नै अकाट्य यथार्थ हो ।

रिजिन राई

-प्रतिकूल समयमा मित्रले पनि धोखा दिन्छ ।

-साथीभाइलाई सदुपयोग गर्न सके मात्र त्यसको महत्त्व हुन्छ ।

-राम्रै कुरा भए पनि अनावश्यक प्रयोगले नोक्सान नै हुन्छ ।

-हाम्रो जीवन चोर र प्रहरीको खेल जस्तै हो ।

-मानिस आफू स्वतन्त्र भएर अरूलाई बन्धनमा राख्न चाहन्छ ।

-समयले साथ दिउन्जेल मानिस आफूलाई धेरै बुद्धिमान सम्झन्छ ।

धनरत्न शाक्य

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

शान्तिवार्ताको कार्यान्वयनमा युवाहरूको भूमिका

जनआन्दोलन–२ को सफलताको ६ महिना बितेपछि स्थायी शान्ति आउने कुरामा नेपालीहरू थप आशावादी हुँदै गएका छन् । गएको साता आठ दलबीच महत्त्वपूर्ण वार्ता भएपछि नेपालीहरू स्थायी शान्ति आउने कुरामा ढुक्क हुन थालेका हुन् । यति हुँदाहुँदै पनि विगतमा भएका १२ बुँदे, ८ बुँदे सम्झौता कार्यान्वयन नभएकाले वार्ता अवधिभर खबरदारी गर्नेहरूको सङ्ख्या पनि उल्लेख्य थियो । यही अवसर पारेर साप्ताहिकले स्थायी शान्तिको प्रक्रियामा युवाहरूले खेल्नुपर्ने भूमिकाका सम्बन्धमा चलाएको छलफल :

गायत्रीप्रसाद भट्टराई
कार्यक्रम संयोजक, युथ इनिसिएटिभ

विगतदेखि नै राष्ट्रको निर्णायक क्षेत्रमा युवाको उपस्थिति छैन । सधैंका युवालाई अघि लगाउने तर निर्णायक समयमा उनीहरूको भावनालाई उपेक्षा गरिन्छ । बन्दुक बोक्ने, आन्दोलन गर्नेदेखि लिएर हलो जोत्नेसम्मका कार्यमा युवाहरू सहभागी हुन्छन् । युवाहरू कुनै पनि कुरा छिट्टै ग्रहण गर्न सक्ने तथा कार्यान्वयनको पक्षमा खरो उत्रन सक्छन् तर अहिले वार्तामा बसेका हाम्रा पाका नेताहरूले युवाको भावनालाई 'एडजस्ट' गर्न सकिरहेका छैनन् । यसो भन्दैमा युवाहरूले हात बाँधेर बस्नुपर्छ भन्ने छैन । शान्ति वार्ता टुङ्गोमा पुग्ने अवस्थामा यसलाई कार्वान्यन गर्न हाम्रो भूमिका अझ महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

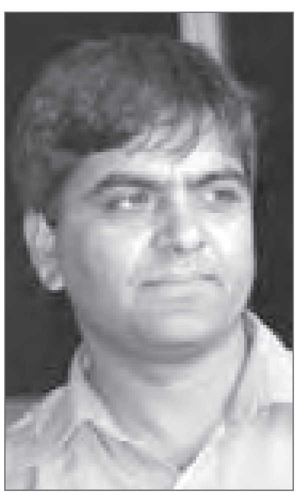
अहिलेको पहिलो आवश्यकता भनेको संवाद हो । त्यसैले शिक्षित युवा समूहले देशका राजनैतिक, सामाजिक एवं आर्थिक घटनाक्रमका बारेमा व्यापक छलफलमा जुट्नुपर्छ । संविधानसभाका विषयमा विभिन्न छलफल चलाउनुपर्छ । दलहरूका भातृ संगठनका प्रतिनिधिहरू पनि पार्टीको निर्णय भनेर नयाँ बाटोमा जान साहस गरिरहेका छैनन् । यो पनि युवाहरूको कमजोरी हो । एकातर्फ माओवादीहरू धेरै परिवर्तनको कुरा गरिरहेका छन् भने अर्कातर्फ सात दल यथास्थितिमा अल्झिरहेका छन् । यस्तो समयमा दलका युवा नेताहरूले दुवै पक्षमा सामञ्जस्यता स्थापित गर्दै परिवर्तनको बाटोमा अघि बढ्नुपर्छ । दलका युवा नेताले पनि उमेर छँदै नीतिगत तहमा पुग्ने साहस देखाउनुपर्छ । आन्दोलन गरेरै उमेर बिताएपछि उसको सृजनात्मक क्षमता पनि ह्रास हुँदै जान्छ । पारिवारिक बोझ नभएको समयमा युवालाई नेतृत्वमा स्थान दिइयो भने उसले सृजनात्मक कार्य गरेर देखाउन सक्छ । त्यसमाथि युवाहरू जुझारु हुने भएकाले उसले गलत कामको डटेर विरोध गर्ने सामर्थ्य राख्छ ।

हाम्रो देशमा युवाको परिभाषा पनि स्पष्ट छैन । ६० वर्ष पुगेकालाई पनि युवा नेता भनिन्छ । यसकारण युवाको परिभाषा स्पष्ट हुनु आवश्यक छ । त्यसका लागि पहिलो युवा उमेर यकिन गरिनु आवश्यक छ । दलका नेताहरूमा जड मानसिकता छ । जडमानसिकता विकासको अवरोधक हो ।

शान्तिवार्ता निष्कर्षमा पुग्नै लागेको अवस्थामा यसको कार्यान्वयनका लागि युवाहरूको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ । अब सबै ८ दलका नेताले जनतालाई स्पष्ट पार्ने गरी आफ्ना नीति तथा कार्यक्रम सार्वजनिक गर्नुपर्छ । यसले उनीहरूको मार्गचित्र स्पष्ट हुन्छ । अब युवाहरूले पनि सहरकेन्द्रित मात्र नभएर ग्रामीण क्षेत्रसम्म पुगेर देश विकासमा कुन बाटो उपयुक्त हुन्छ भनेर जनतालाई बुझाउन सक्नुपर्छ । काम गर्ने युवाले नै हो, यसकारण जनदबाब दिन पनि युवाको पहल आवश्यक छ । देश विकासका लागि सृजनात्मक क्षमता भएको नेताको आवश्यकता पर्छ । यसैले युवाहरूले आफ्नो सही नेता ठम्याउनु पनि अहिलेको आवश्यकता हो ।

चेतनारायण पौडेल, पर्यटनकर्मी

राजनैतिक सन्दर्भमा नेपालमा अहिलेसम्म युवाहरू युज एन्ड थ्रोको अवस्थामा छन् । सबै दलमा युवाहरू सक्रिय छन् । उनीहरूलाई दलहरूले आफ्नो तरिकाले प्रयोग गर्छन् तर कार्यान्वयनमा उनीहरूको आवाज बुझ्ने प्रयास गर्दैनन् । राजनैतिक दलले युवाहरूलाई राजनैतिक रूपमा सचेत बनाउनुभन्दा पनि आफ्नो दल वा नेताको अनुयायी बनाउने काम मात्र गर्दै आए ।



दलहरूलाई नेतृत्वप्रति आलोचनात्मक समर्थन गर्ने खालका युवाभन्दा नेताले लिएको नीतिलाई सहयोग गर्ने युवालाई काखी च्याप्ने प्रचलन छ । यसले गर्दा युवाहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा सोच्न दिने, प्रतिक्रिया दिन लगाउने एवं उनीहरूको चाहनाबमोजिम नेताहरू चल्ने खालको परिपाटी विकास भएन । यो परिपाटीमा युवाले बुढो चिन्तनको अनुयायी बन्न बाध्य हुनुपरेको छ । यो अवस्था लामो समयसम्म चलेपछि युवाहरू विद्रोह गर्न पनि सक्दैनन्, किनभने उनीहरूले त्यही दलमा धेरै समय एवं श्रम लगानी गरिसकेका हुन्छन् ।

अहिले भैरहेको शान्ति प्रक्रिया किन लामो भयो भन्ने विषयलाई ध्यान दिने हो भने माथिका कारण महत्त्वपूर्ण छन् । जनआन्दोलनमा जसरी युवाहरू सक्रिय भए, त्यसैगरी शान्तिवार्ता अवधिभर युवाहरू सक्रिय भएका भए शान्तिवार्ता यति लामो हुने थिएन । युवाहरूको आफ्नो स्वतन्त्र अस्तित्व नहुनु, कुनै न कुनै राजनैतिक दलको अनुयायी भएकाले आफ्नो दलविरुद्ध संघर्ष गर्न नसक्नु, आफ्ना नेताहरूलाई यथोचित दबाब दिन नसक्नु नै वार्ता लम्बिनुको प्रमुख कारण हो । युवाहरूका कारण १९ दिनमा राजाको शासन ढल्छ भने थप १९ दिनमा शान्तिवार्ताले निर्णायक निष्कर्ष दिन नसक्ने कुरा थिएन ।

ढिलै भए पनि शान्ति वार्ताले एउटा निर्दिष्ट दिशा पक्रिएको छ । ढिलै भए पनि नेपालीहरू स्थायी शान्ति आउने कुरामा ढुक्क हुन थालेका छन् । अब यसलाई कार्यान्वयन पक्षमा दबाब दिने काम युवाहरूको काँधमा आएको छ । युवाहरूले अब आफ्नो-आफ्नो स्थानबाट दललाई दबाब दिन सक्नुपर्छ । राजनैतिक दलले एउटा निर्णय गरे भन्दैमा दलले लिएको नीतिलाई शिरोपर गर्नुपर्छ भन्ने छैन । हरेक दलभित्र प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूपमा गाँसिएका युवाहरूले दलभित्रै भैरहेको गलत कुराको भण्डाफोर गर्न सक्नुपर्छ । गैर-राजनैतिक चेतना भएका युवाहरूको भिन्दै संगठन अहिलेका लागि टाढाको कुरा हो । राजनैतिक चेतना भएका युवाहरूबाट आफ्नै दलले गरेका गलत कुराको विरोध गर्दै अगाडि बढ्ने हो भने हामी संविधानसभासम्म सजिलै पुग्न सक्छौं ।

प्रेम भण्डारी, विद्यार्थी

शान्तिवार्ताको अवधिभर नेपाली जनताले राजनैतिक दलले खेलेको भूमिकाका बारेमा जसरी मूल्यांकन गरिरहेका छन्, त्यसले स्थायी शान्ति अझै टाढा छ भन्ने सन्देश दिएको छ । सात दलहरू अझै पनि नेपाली जनताले किन बन्दुक उठाए त्यसको प्रश्नतिर कम ध्यान दिइरहेका छन् । सात दलको ध्यान त्यो बन्दुक जनताले उठाएको नभै माओवादीले उठाएको भन्नेमा र उनीहरू माओवादीको बन्दुकलाई व्यवस्थापन गर्ने कुरामा बढी जोड दिइरहेका छन् । जबकि बन्दुक उठाउन माओवादीले प्रेरित गऱ्यो होला, नेतृत्व पनि दियो होला तर बन्दुक जनताले उठाएका हुन् । माओवादीले नेतृत्व नदिएको भए अर्को दलले त्यो मौका पाउँथ्यो । त्यसैले अहिलेका लागि माओवादीको बन्दुक व्यवस्थापन भैहाले पनि समग्र देशको आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक परिवर्तन नभै हतियार व्यवस्थापनको अर्थ छैन । अहिले माओवादीले हतियार बाधक होइन बरु राजनैतिक समाधान महत्त्वपूर्ण मान्नुको पछाडि यही कारणले काम गरेको छ । माओवादीहरू फिल्डमा पुगेका छन्, देशको समग्र अवस्थालाई नजिकबाट नियालेका छन् । यही कारण हतियारलाई भन्दा राजनैतिक समस्याको सामाधानलाई जोड दिएका हुन् कि भन्ने मेरो ठम्याइ छ ।

सात दलले प्रतिनिधिसभा भङ्ग गर्न नचाहनु, माओवादीलाई त्यही प्रतिनिधिसभामा स्थान दिन खोज्नु, शान्तिवार्ता लम्ब्याउनुका पछाडि माओवादीलाई मिलाउने तर समग्र समस्या सामाधान गर्न नखोज्नुमा सत्तामा कायम रहने सोचले काम गरेको छ । हिजो युवाहरू सडकमा थिए, त्यसैलेसरकारले पनि फटाफट काम गऱ्यो । जब युवाहरू सडकबाट आ-आफ्ना काममा लागे, सरकारले ढिलासुस्ती गर्न थाल्यो । वार्ता लम्ब्याउन थाल्यो । हतियार तथा माओवादी क्रियाकलापलाई निहुँ बनाएर जनआन्दोलनको भावनाविरोधी काम गर्न थाल्यो । यो देख्दा माओवादीले वार्तामा राखेको अडान नै सही हो कि भन्ने लाग्न थालेको छ । उनीहरूले नै जनताले चाहेको कुरा भनिरहेको जस्तो देखिन्छ ।

वार्ता सफल भए पनि समग्र राजनैतिक समस्या सामाधान नभए अर्को विशिष्ट तर शान्तिपूर्ण आन्दोलन हुन्छ भन्ने माओवादीको आधारलाई बलियो बनाउँदै लगेको छ । देशले यस्तो आन्दोलन सहनु नपरोस् भन्नेतर्फ युवाहरूले सचेत हुनुपर्छ । बरु यही वार्तालाई सफल बनाउन र यसले गरेका निर्णयलाई कार्वान्यवन गर्न युवाहरूले दबाब समूह गठन गर्नुपर्छ । वार्ताले गरेका निर्णयहरू कार्यान्वयन गर्दै जाने हो भने देशले सोचेजस्तो निकास दिनसक्छ । फेरि पनि आन्दोलन गर्नुपर्दैन । यस्तो

आन्दोलन नहोस् भनेर आठै दलले वार्तालाई छिटो टुङ्ग्याउने र स्थायी शान्तिमा हस्ताक्षर गर्नुपर्छ । सहमति भएका बुँदालाई ढिला नगरी धमाधम कार्यान्वयन गर्नुपर्छ । यो काम गर्न नेताहरूलाई युवाहरूले दबाब दिन सडकबाट लगातार खबरदारी गर्नुपर्छ। यो खबरदारी तबसम्म रोकिनु हुँदैन, जबसम्म संविधानसभाको निर्वाचन सम्पन्न हुँदैन ।

विनु काफ्ले, जनआन्दोलनका सहिद तथा घाइते मञ्च

म यतिखेर जनआन्दोलन-२ का सहिद परिवार तथा घाइतेहरूसँग नजिक छु । उनीहरूका लागि के गर्न सकिन्छ भनेर लागिरहेकी छु । यस क्रममा मैले करिब ५ सय घाइते तथा १० जना सहिद परिवारको भावना पनि बुझ्न पाएँ । जनआन्दोलन-२ मा जति पनि घाइते भए, तीमध्ये अधिकांश कुनै पनि दलसँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध राख्दैनन् । उनीहरू दलहरूले केही देलान् भनेर आन्दोलनमा लागेका पनि थिएनन् । उनीहरू शान्तिका लागि ज्यान हातमा राखेर कफ्र्यु तोड्दै आन्दोलनमा सरिक भए । उनीहरूको एउटै अभीष्ट स्थायी शान्ति थियो । उनीहरू दलहरूको पुरानै चरित्र, पुरानै मानसिकताका विरुद्ध पनि आन्दोलनमा उत्रिएका थिए । माओवादीको बन्दुकका विरुद्ध माओवादीसँग निकटता राख्ने मानिससँगै उनीहरू आन्दोलनमा होमिएका थिए ।

जब आन्दोलन सफल भयो, तत्कालका लागि युद्ध त रोकियो तर स्थायी शान्ति अझैसम्म आउन सकेको छैन । वार्ता सफल हुने कुरा सुन्नमा आएको छ तर स्थायी शान्तिका लागि आवश्यक कुरामा अझै पनि कमी-कमजोरी देखिन्छ । बरु आफ्नो दलका कुरालाई मात्र प्राथमिकता दिने कुरामा सबै दल लागे । सत्तामा जानेहरू सत्ता लम्ब्याउन तथा मओवादीहरूले सत्तामा जान मात्र वार्ता गरेको जस्तो देखियो । यी दुवै कुरा स्थायी शान्तिका बाधक हुन् । यी दुवै मानसिकताले वार्ता सफल भए पनि स्थायी शान्ति आउँदैन ।

यी कुरा देखिरहँदा पनि चुपचाप बस्ने युवाहरू सबैभन्दा दोषी हुन् । केही दिन सिंहदरबार घेर्नेहरू बिस्तारै आ-आफ्नो काममा लागेपछि जनआन्दोलनको भावनामाथि कुठाराघात हुन थाल्यो । कतिसम्म भने जनआन्दोलनका घाइतेलाई उपचार गर्ने क्रममा पनि अस्पतालहरूले दलको सिफरिस माग्न थाले । जनआन्दोलनलाई बिस्तारै राजनैतिक दलको आन्दोलनका रूपमा व्यख्या गर्न थालियो । यसले कुनै पनि दलप्रति नजिक नहुने वा हुन नचाहनेहरूलाई यो वार्ताले आकर्षित गर्न छाड्यो । अहिले चलिरहेको वार्ताको सबैभन्दा कमजोर पक्ष नै यही हो ।

जनआन्दोलनमा सक्रिय सहभागी हुनेहरू युवा थिए । सहिद हुने तथा घाइते हुनेहरू पनि युवा नै थिए, तर अहिले तिनै युवाहरू देशको राजनीति तथा वार्तामा सहमति भएका बुँदाहरूप्रति चासो देखाउन छाडेका छन् । यसले राजनैतिक प्रशिक्षण नभएका युवाहरूमा छटपटी सुरु भएको छ । स्थायी शान्तिका लागि यो सबैभन्दा ठूलो चुनौती हो । युवाहरूमा निराशा आउन नदिन विभिन्न प्याकेज सुरु गर्नु नै स्थायी शान्तिको लक्षण हो ।

अब टायर बालेर होइन, बौद्धिक खालको आन्दोलन गर्नुपर्छ । राजनैतिक दलको कार्यकर्ताका रूपमा होइन कि जनता भएर देशका बारेमा सोच्नुपर्छ । दलका नेताहरूले कार्यकता बनाउनुअघि उसको शैक्षिक योग्यता, उसको सिद्धान्त एवं देशप्रति उसको जिम्मेवारीलाई आधार बनाउनुपर्छ । युवालाई कार्यकर्ता होइन, राजनैतिक रूपमा सचेत नागरिक बनाउनेतिर पहल गर्नुपर्छ ।

प्रस्तुति : अश्विनी/विदुर

होटल तालिम
कुक-4100 वेटर-1300
नि शुल्क अंग्रेजी भाषा
गंगबु चोक
016214510
4442957 BMTC
लगनखेल
5532984 MMTC

समस्या अनेक ???
उपचार केन्द्र एक !
हर्वल पद्धतिबाट सबै प्रकारको रोग निदान

यौन: सबै किसिमका शारीरिक, मानसिक, यौन दुर्वलता, धातुरोग, गुप्तरोग र पुरूष-स्त्री दुवैका कारणबाट हुने नि:सन्तानपन, यौनाङ्को विकास, महिनावारीमा गडबडी आदि (पूर्ण गोप्यताका साथ)

सुन्दरता: अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर, चायाँ अनावश्यक कोठी वा फोकाहरू, अनुहारको चाउरिपन, दुवी, सेतो दुवी, मोटोपन दुब्लोपन, शारिरिक बनोट तथा उचाई (निश्चित उमेरमा) ।

कुलत: जाँड-रक्सी, लागुपदार्थको सेवन तथा इन्जेक्सन कुलतहरू छुटाउन

मानसिक : निराशा, उदासिनता, मानसिक डर, भय, दिमागको बोधोपन ।

बिना अपरेशन : सबै किसिमका पत्थरीहरू, हाइड्रोसिल, हर्निया, अल्काई आदि ।

दीर्घरोग: डायविटिज, बाथ, दम, जण्डिस, कपाल झर्ने, कपालको चायाँ तथा ग्याष्ट्रिक र अल्सरको सजिलो उपचारको लागि (ग्यारेण्टीका साथ) ।

ल्याव, एक्स-रे, अल्ट्रासाउण्ड तथा इन्डोस्कोपको पनि सुविधा छ ।

पोखरा:
नयाँ बजार, पुरानो कर कार्यालय नजिकै, न्यू बिवेक पेट्रोल पम्प माथिल्लो तल्ला
सम्पर्क: ०६१-५३९१९४
मोवाइल : ९८४६०-४११३१

नारायणघाट:
भरतपुर चितवन
चौबिस कोटी ट्राफिक प्रहरी अफिस संगै
सम्पर्क: ०५६-५३१२३६,
मोवाइल: ९८४५०-२३३३५

बुटवल:
चौराहामार्ग, ओम मिष्ठान्न भण्डारको माथिल्लो तल्ला ।
सम्पर्क:०७१-५४८४९७,
मोबाइल : ९८४१-४९११८५

इटहरी :
ओम साई मनकामना आरोग्य सेन्टर इटहरी - १
सम्पर्क:०२५-५८४०८८

फत्तेपुर :
ओम साई मनकामना आरोग्य सेन्टर उपचार क्लिनिक
सम्पर्क:०३१-५५०११२

मातामनकामना आरोग्य केन्द्र
पुतलीसडक, काठमाण्डौं (साडी प्यालेस माथि)
फोन : ४२४०३८१, ४२२५५३५

भावनाको आधारमा मानवीय जीवन

प्रसिद्ध दार्शनिक कार्ल डब्ल्यु बुसनरका अनुसार कसैले तपाईंले भनेका कुरा ढिलो-चाँडो बिर्सन सक्छ तर तपाईंले भनेका कुराले उसलाई कस्तो महसुस गरायो भन्ने कुरा सम्भवतः उसको मानसपटलमा सँदैव रहन्छ। भावनाले व्यक्तिको जीवनलाई परोक्ष रूपबाट सञ्चालित गर्छ। केही व्यक्ति भाव-प्रवण हुन्छन् जो आफ्नो भावनालाई शब्दमा अभिव्यक्त गर्न सक्छन् तर केहीमा उक्त क्षमता हुँदैन। परन्तु जीवनका सम्पूर्ण सुख-दुःख माया-प्रेम, सम्बन्ध आदि सबै कुराको अस्तित्व भावनामै निहित हुन्छ भन्ने तथ्यलाई नकार्न सकिँदैन।

हामी आफ्नो घर बाहिर अफिस कलेज, स्कुल, भोज, पार्टी, पिकनिक, सभा-सम्मेलन आदि विभिन्न वातावरणमा कैयन व्यक्तिसँग भेट्छौं। केही व्यक्ति पहिलो भेटघाटमै राम्रा लाग्छन् र मित्र बन्न पुग्छन् भने केही लामो समयसम्म पनि राम्रा लाग्दैनन्। पहिलो भेटमै जो आफ्नो नजिक आउँछ, मित्र बन्न पुग्छ ऊसित हामी भावनात्मक रूपले नजिकिन्छौं। आफ्नो उमेरभन्दा सानो वा ठूलो व्यक्तिसित हाम्रो मित्रता बढ्नुको कारण पनि यही नै हो। केही साथी यस्ता पनि हुन्छन् जो कैयन कारणले गर्दा लामो समयसम्म सम्पर्कमा रहँदैनन्। यद्यपि उनीहरूसित आफ्नोपन महसुस हुन्छ किनकि शारीरिक रूपले टाढिए पनि भावनात्मक रूपले हामी उनीहरूसित सधैं नजिक हुन्छौं।

कैयन अवस्थामा भावनालाई अनुभूति पनि भनिन्छ। प्रेम, घृणा, क्रोध, विश्वास, सुख-दुःख, डर, भय आदि सबै अनुभूति मनका भावना नै हुन्। भावनाको सम्बन्ध व्यक्तिको मुडसित पनि हुन्छ तर भावना र मुडमा अन्तर पनि हुन्छ। कुनै विशेष घटनाप्रति विशेष प्रतिक्रिया जुन छोटो अवधिसम्म रहन्छ त्यो भाव हो भने खुसी, उदासी, सन्तुष्टि, चिन्ता आदिको नाम मुड हो जुन लामो अवधिसम्म रहन्छ र तुरुन्तै हराउँदैन। हरेक व्यक्ति भावनात्मक उतार-चढावबाट गुज्रिएका हुन्छन्। हामीबीच कोही त्यस्तो छैन जो भावनात्मक द्वन्द्वबाट अछुतो होस्।

यद्यपि वैज्ञानिक दृष्टिकोणमा भावनाको अध्ययन, प्रभाव एवं परिभाषाको सम्बन्धमा विचारहरूको असमानता पाइन्छ। भावना जटिल हुन्छ र यो शारीरिक एवं मानसिक दुवै स्तरमा सक्रिय हुन्छ। कुनै पनि भावनालाई दुईजना व्यक्तिले महसुस गर्ने वा परिभाषित गर्ने तरिका फरक हुन्छ। यदि दुई जनाले प्रेम भावनालाई अभिव्यक्त गर्ने प्रयास गर्छन् भने त्यसमा अन्तर हुन्छ। किनकि दुवैजनाले प्रेममा एकै प्रकारको अनुभूति गर्नु आवश्यक छैन। केही भावना यस्ता पनि हुन्छन् जसको प्रभाव स्पष्ट रूपमा देख्न पाइन्छ। तिनको वैज्ञानिक पुष्टि पनि भएको छ। जब व्यक्ति तनावग्रस्त हुन्छ तब उसको शरीरबाट एड्रेनेलिन हार्मोन निस्कन्छ।

यो हार्मोनले सबैमा समानरूपले प्रभाव पार्छ। भावनाले व्यक्तिलाई शारीरिक एवं मानसिक दुवै स्तरमा प्रभाव पार्छ जीवनको गहिराइमा ल्याउँछ र प्रत्येक क्षण परिवर्तन ल्याइरहन्छ। कैयन् व्यक्तिका लागि भावना रचनात्मकतासँग जोडिएको हुन्छ। कला संगीत, नृत्य-साहित्य जस्ता विधाको मूल उद्देश्य व्यक्तिलाई भावनाको नजिक ल्याउनु हुन्छ। व्यक्तिको सामाजिक व्यवहार कस्तो हुन्छ वा उसले अरूसँग कस्तो व्यवहार गर्ला भन्ने कुराको निर्धारणसमेत भावनाले गर्छ। हरेक व्यक्तिले अज्ञानमै अरूको भावना पढ्ने प्रयास गर्छ र आफ्नो अध्ययनलाई भविष्यमा कुनै न कुनै रूपमा प्रयोग पनि गर्छ।

बडी ल्याङ्वेजबाट पनि व्यक्तिको मनस्थिति अनुमान लगाउन सकिन्छ। केही व्यक्ति आफ्नो भावनाअनुसार चल्छन् वा चल्न बाध्य हुन्छन् भने कैयन् व्यक्ति आफ्नो भावनालाई नियन्त्रणमा राख्ने कलामा माहिर हुन्छन्। भावनामाथि नियन्त्रण राख्नु सरल कार्य होइन किनकि त्यसले हामीलाई उद्वेलित गर्छ। भावनामा बगेर कुनै पनि काम गर्नाले भविष्यमा पश्चाताप गर्नुपर्ने हुनसक्छ। जबकि तार्किकता, मन एवं ध्यान दिएर गरिएको अधिकतर कार्य सफल हुन्छ। भावनाले जीवनमा रंग भर्छ। भावनालाई सही र उचित दिशामा प्रयोग गर्नाले व्यक्तित्वमा आकर्षण सञ्चार हुन्छ।

विभिन्न परिस्थितिमा स्वयं आफैले आफ्नो मनस्थिति बुझेर, अरूको मनोभावनालाई ध्यानमा राखेर गर्ने व्यवहार क्षमतालाई इमोसनल इन्टेलिजेन्स भनिन्छ। मनोवैज्ञानिकहरूका अनुसार चाहे व्यक्ति बौद्धिकरूपले सम्पन्न होस् वा नहोस् यदि इमोसनल इन्टेलिजेन्स विद्यमान छ भने उसले जीवनको हरेक क्षेत्रमा सुगमताका साथ आफ्नो मार्ग प्रशस्त गर्न सक्छ। जसमा इमोसनल इन्टेलिजेन्स छ, उसले सम्बन्धलाई सफलतापूर्वक निर्वाह गर्न सक्छ। इन्टेलेक्चुएल इन्टेलिजेन्स तथा रिलेसनसिप इन्टेलिजेन्सको अस्तित्व इमोसनल इन्टेलिजेन्स बिना सम्भव मानिँदैन। जीवनका हरेक सम्बन्धले आफ्नो दृष्टिकोणका सम्बन्धमा ज्ञान प्रदान गर्छ। ज्ञान, परिपक्व सोच, आत्मनियन्त्रण, प्रतिबद्धता जस्ता कुरालाई चाहेर पनि आफू नजिकका व्यक्तिबाट लुकाउन सकिँदैन। तपाईं कति राम्रोसँग आफ्नो कुरा अभिव्यक्त गर्नुहुन्छ ? तपाईंमा कति धैर्य छ, तपाईं कति राम्रो श्रोता हुनुहुन्छ, आकस्मिक समस्याको निदान कसरी खोज्नुहुन्छ ? यी सबै कुरा तपाईं कुनै पनि सम्बन्धलाई कति सुमधुरताका साथ निभाउनुहुन्छ भन्ने क्षमतामा निर्भर गर्छ। जीवनप्रति तपाईंको जस्तोसुकै दृष्टिकोण रहे पनि त्यो सबै तपाईंको कुनै पनि व्यक्तिसितको सम्बन्धमा झल्किन्छ। जब तपाईं आफूमा आफ्नो र अर्काको अनुभूतिको गहिराइका सम्बन्धमा बुझ्न थाल्नुहुन्छ तब अरूको विचारलाई प्रभावित गर्न सक्नुहुन्छ। अरूको मनस्थिति बुझेर सोही अनुरूप व्यवहार गर्नाले जहाँ ऊसितको सम्बन्धमा नयाँ ऊर्जा प्राप्त हुन्छ, त्यहीं सफलताको मार्ग पनि प्रशस्त हुन्छ। हामी कसरी सोच्छौं, के महसुस गर्छौं र के गर्न चाहन्छौं भन्ने कुरालाई सही ढंगबाट बुझ्न सक्नु नै इमोसनल इन्टेलिजेन्स हो। इमोसनल इन्टेलिजेन्सले जीवनका प्राथमिकतालाई निर्धारण गर्नमा अहम् भूमिका खेल्छ। विभिन्न अध्ययनअनुसार व्यक्तिले जीवनमा हासिल गर्ने विभिन्न सफलता ८० प्रतिशत हिस्सा उसको भावनात्मक परिपक्वता निर्भर गर्छ।

इमोसनल इन्टेलिजेन्सलाई ५ भागमा विभाजित गरिएको छ। यी गुणहरूको विकास गर्न सके व्यक्तिले आफ्ना सम्बन्धहरूमा सुमधुरता ल्याउन सक्छ र सफलताको मार्गमा निश्चितताका साथ अघि बढ्न सक्छ।

आफ्नै मनोभाव बुझ्नु

तपाईं कुन कुरामा कस्तो प्रतिक्रिया दिनुहुन्छ ? कुनै खराब अनुभूति तपाईंलाई किन हुन्छ ? आफ्ना भावना र क्रिया-प्रतिक्रियामा फरक छुट्याउन सक्ने क्षमता अत्यन्त उपयोगी हुन्छ। आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीलाई सानै उमेरदेखि नै मनोभावका सम्बन्धमा जानकारी दिनुपर्छ परन्तु सबैभन्दा पहिले स्वयं आफूलाई बुझ्नु आवश्यक छ।

आत्मनियन्त्रण

स्वयंमाथि नियन्त्रण राखेर अघि बढ्न सक्ने क्षमता अत्यन्त उपयोगी हुन्छ। कुनै पनि विशेष समयमा मनमा आफ्नो कुनै पनि भावनाको अधीनमा रहेको कुनै कदम उठाउनुपूर्व त्यसको परिणामका सम्बन्धमा सोच्नु आवश्यक हुन्छ। जबसम्म आफ्नो सार्थक लक्ष्यसम्म अघि बढिँदैन तबसम्म आफ्नो भावनामाथि नियन्त्रण राख्नु श्रेयस्कर हुन्छ।

अरूको भावना बुझ्न सक्नु

जो अरूको भावनालाई बुझ्न सक्छन् र सोही अनुसार व्यवहार गर्छन्, उनीहरू अत्यन्त लोकप्रिय हुन्छन् र सफल पनि। अर्काको दृष्टिकोण बुझ्न सक्नु आफैमा एउटा कला पनि हो।

भावनाको सामञ्जस्यता

आफ्नो भावना बुझेपछि त्यसलाई दबाउने हो कि त्यसको वास्ता नगर्ने भन्ने कुराको निर्णय गर्नु पनि आवश्यक छ। क्रोध जस्ता भावनालाई दबाउँदा कैयन् अवस्थामा अनुचित परिणाम आउँछ। त्यसैले कुनै पनि भावनालाई कति र कुन हदसम्म अभिव्यक्त गर्ने भन्ने विषयमा आफूमा सुझबुझ हुनु आवश्यक छ।

सम्बन्धको सामञ्जस्य

सम्बन्धमा कुनै मतभेद उत्पन्न हुन्छ भने त्यसलाई वास्ते नगर्नुभन्दा त्यसको उचित समाधान खोज्नु उत्तम हुन्छ। स्वस्थ र सुमधुर सम्बन्धका लागि संवाद कायम राख्नु आवश्यक हुन्छ।

जीवनशैली चाहे जतिसुकै गतिशील किन नहोस् भावनालाई जीवित राख्नुपर्छ, यसबाट जीवनको स्वाद कैयन गुणा बढ्छ। भावनामा आउने नीरसताले सम्बन्धमा गाँठो उत्पन्न हुन सक्छ। मतभेद वा मनमुटाव भए पनि सम्बन्धमा सम्मानको भावनालाई जीवित नै राख्नुपर्छ। सम्भव भएसम्म कसैको पनि अपमान गर्नु हुँदैन किनकि कुनै पनि व्यक्तिले तपाईंले भनेका शब्दलाई भुल्न सक्छ तर तपाईंका ती कुराले उसलाई कस्तो महसुस गरायो भन्ने उसले कहिल्यै भुल्दैन। सम्बन्धको स्वरूप चाहे जेसुकै वा जस्तोसुकै भए पनि त्यसको आयु लामो राख्न सक्नु बुद्धिमानी हो। प्रेम बिना सम्बन्धको दियो निभ्छ, त्यसैगरी सम्मान बिना सम्बन्धको अस्तित्व रहँदैन।

–रोजिन शाक्य

कस्तो हुनुपर्छ कार्यालय व्यवहार ?

जहाँसुकै भए पनि आफ्नो विषयमा थाहा पाउन र आफूलाई राम्रोसँग बुझ्न अत्यन्त आवश्यक छ, र उत्तिकै महत्वपूर्ण पनि। चाहे घरमा होस् अथवा कार्यालयमा हाम्रो व्यवहार सन्तुलित भयो भने वातावरण पनि सौहार्दपूर्ण रहन्छ। हाम्रो व्यवहार अथवा स्वभावमा देखापर्ने केही कुराले अर्कालाई होइन हामी आफैंलाई नाजुक बनाउँदै लान्छ।

समयको पावन्दी, चुस्ती, स्फूर्ति, इमान्दारी, कर्तव्यनिष्ठता, सदाशयता एवं सरलता यस्ता गुण हुन् जसले जीवनमा सहजता प्रदान गर्नुका साथै प्रतिष्ठासमेत कायम गर्छन्। कार्यालयमा काम गर्ने कर्मचारीले त झन् यी कुराहरू अपनाउनु अत्यावश्यक नै छ। आफ्ना सहकर्मीका साथ सामञ्जस्यता कायम गर्दा काम सफल हुने मात्र होइन सम्मानको समेत हकदार बन्न सकिन्छ।

कार्यालयहरूमा सानातिना कुराले पनि कर्मचारीहरूबीच तनाव उत्पन्न गराइरहेको हुन्छ। यही मनमुटाव र आपसी अन्तर्द्वन्द्वले गर्दा मारपिट अथवा झैझगडासमेत हुनपुग्छ। सानो कुरालाई पनि पहाड बनाए ठूलो समस्या निम्तिन सक्छ। कुनै न कुनै कुरालाई लिएर मनमुटाव हुने, एकअर्कालाई आँखा तर्ने कुरै कुरामा थाहै नपाई कहाँदेखि कहाँ पुगिने कारणले गर्दा स्थिति हात हालाहालसम्म पुग्नसक्छ। कहाँबाट सुरु भएको कुरा झगडासम्म पुगिसक्दा पनि हामीलाई पत्तै हुँदैन मैले के बोलें ? अथवा कसरी बोलें ?

जस्तै अफिसमा ढिलो आउने, कुनै काम समयमै नसिध्याउने, कुनै चिठी समयमै टाइप नगर्ने, ढिलो गर्ने अथवा अफिसबाट कतै निस्कन परे कसैलाई नसोधी फुत्त निस्केर हिँड्ने आदि कारणले गर्दा झगडा वा भनाभन हुन्छ, चाहे त्यो छोटो समयका लागि नै किन नहोस् ? यदि हामीमा कार्यालयमा एकअर्कासँग मिल्ने स्वभाव, एकअर्कालाई सहयोग गर्ने बानीका साथै एकअर्काको दुःख बुझ्ने क्षमता छ भने पक्कै पनि यी समस्याहरू आउँदैनन्। भनिन्छ, मानिसको कर्म नै पूजा हो जहाँ हामी असल रूपमा प्रस्तुत हुन्छौं त्यहाँ कहिल्यै टकराव उत्पन्न हुँदैन।

जहाँ हामी काम गर्छौं त्यो हाम्रो पूजास्थल हो, तसर्थ हामी आफ्नो पूजास्थलमा त्यस्तो कुनै काम नगरौं जसले कार्यालयको गरिमामा धक्का पुगोस्। किनकि कार्यालय हाम्रो रोजीरोटीको साधन हो। यसकै सहारामा हामीले हाम्रा आमाबुवा, भाइबहिनी एवं सम्पूर्ण परिवार पाल्नुपर्ने हुन्छ। हरतबरले आफ्नो कार्यालयको वातावरणलाई शान्त, सौहार्द्रपूर्ण एवं स्वच्छ राख्नु कर्मचारीहरूको दायित्वमात्र होइन परम कर्तव्य पनि हो।

बेरोजगार मञ्च

- २१ वर्षीय जयबहादुर बम काठमाडौंमा अस्थायी बसोबास गरिरहेका छन्। जागिरका खोजीमा रहेका बलले सानोठिमी क्याम्पसबाट अंग्रेजीमा आई.एड. उत्तीर्ण गरेका छन्। काठमाडौं तालिम केन्द्रबाट सामाजिक परिचालकको १५ महिने प्रशिक्षणसमेत लिएका बम कुनै पनि गैरसरकारी संस्थामा काम गर्न इच्छुक छन्। उनलाई फोन नम्बर ४४७९४४३ मा सम्पर्क राख्न सकिन्छ।
- जहदा, मोरङका स्थायी बासिन्दा यामबहादुर उपरकोटी अहिले बीबीएस दोस्रो वर्षमा अध्ययनरत छन्। मेडिकल ट्रान्सक्रिप्सनको प्रशिक्षण लिइरहेका उपरकोटीले कम्प्युटरको प्रशिक्षण पनि लिएका छन्। दुई वर्षसम्म शिक्षण पेसामा रहिसकेका २१ वर्षीय उपरकोटी शिक्षण वा सूचनाप्रविधिसम्बन्धी कामको खोजीमा छन्। उनलाई मोरङको फोन नम्बर ०२१-५५५२६५ मा सम्पर्क राख्न सकिन्छ।
- सर्लाही, मूर्तिया स्थाई घर भै हाल सानेपा, ललितपुर बस्दै आएका २० वर्षीय सोमराज गुरुङले प्लस टु उत्तीर्ण गरेका छन्। सानेपास्थित एक अटो वर्कसपमा गाडी सर्भिसिङसम्बन्धी दुईवर्षे अनुभव हासिल गरेका गुरुङ अटोमेकानिक कोर्स गर्ने तयारीमा छन्। कम्प्युटर र रेडियो-टिभी मर्मतसम्बन्धी सर्टिफिकेट तहको कोर्स गरेका तथा हलुका सवारी चालक अनुमतिपत्रसमेत लिइसकेका गुरुङ आफ्नो योग्यता र सीपअनुसारको जुनसुकै काम गर्न पनि तयार छन्। गुरुङलाई फोन नम्बर ५५४८१९१ तथा ९८०३२०२८९७ मा सम्पर्क गर्न सकिन्छ।
- इलाम, फिक्कल-३ निवासी दुर्गाप्रसाद ढुङ्गाना बीबीएस तेस्रो वर्षको परीक्षा दिएर बसेका छन्। दस जोड दुई ट्युसन सेन्टरमा एकाउन्टेन्ट शिक्षकका रूपमा दुई वर्षको अनुभव लिएका ढुङ्गाना लेखासम्बन्धी कार्य गर्न चाहन्छन्। २२ वर्षीय ढुङ्गाना योग्यताअनुसार अन्य क्षेत्रमा पनि काम गर्न इच्छुक छन्। ढुङ्गानालाई फोन नम्बर ०२७-५४०२६३, ५४०२६८ अथवा फिक्कल- ३ गहिरि गाउँ, इलाममा पत्राचार गर्न सकिन्छ।
- बारा कलैया पन्नाबाग-५ निवासी सञ्जय तिवारीले एसएलसीसम्मको अध्ययन गरेका छन्। कम्प्युटरसम्बन्धी साधारण ज्ञान हासिल गरेका १८ वर्षीय तिवारी कथा-कविताका साथै स्थानीय पत्रपत्रिकामा समाचार र स्तम्भकारका रूपमा रूपमा कार्यरत छन्। तिवारी पत्रपत्रिकामा समाचारदाता वा स्तम्भकारका रूपमा काम गर्न चाहन्छन्। स्थानीय दलित समुदाय एवं खेल क्षेत्रको समाचार लेखेको अनुभव बोकेका तिवारीलाई फोन नम्बर ०५३-५५०८२६ मा सम्पर्क गर्न सकिन्छ।
- सिराहा-८ लहाननिवासी प्रदीप शर्माले लहान टेक्निकल इन्स्टिच्युटबाट डिप्लोमा इन सिभिल इन्जिनियरिङको तीन वर्षे कोर्स पूरा गरेका छन्। अन्तिम वर्षको परीक्षा दिएर परिणाम कुरिरहेका २२ वर्षीय प्रदीप अहिले कुनै पनि संस्था तथा प्रोजेक्टमा काम गर्न इच्छुक छन्। प्रदीपलाई फोन नम्बर ०३३५६०९७८ वा मोबाइल नम्बर ९८४२८२७००९ मा सम्पर्क गर्न सकिन्छ।

बेरोजगारमञ्च बेरोजगार युवा तथा रोजगारदाताहरुका लागि हो। यो स्तम्भले रोजगारदाता एवं कामको खोजीमा रहेका दक्ष जनशक्तिबीच पुलको काम गर्नेछ। यो स्तम्भका लागि आफ्नो उमेर, योग्यता, काम गर्ने रुचिको क्षेत्र तथा अनुभवसहित आफ्नो सम्पर्क ठेगाना हामीलाई लेखी पठाउनुहोस्।

सन् २००६ को नोबेल पुरस्कार विजेताहरू

भौतिक शास्त्र

नोबेल पुरस्कार समितिले अमेरिकी वैज्ञानिकद्वय जोन सी माथर तथा जर्ज एफ स्मिथलाई भौतिकशास्त्रतर्फको नोबेल पुरस्कार प्रदान गर्ने घोषणा गरेको अकाशगंगामा परिणत भयो भने प्रकाश तरंगहरू चारैतिर फैलिए । ब्रह्माण्डमा विद्यमान यिनै प्रकाश तरंगहरूबाट ब्रह्माण्डको उत्पत्ति र सुरुको अवस्थाका बारेमा पत्ता लागेको हो । ब्रह्माण्डको उत्पत्ति कहिले भयो, यसको उमेर कति

छ । वैज्ञानिकद्वयले ब्रह्माण्ड, आकाशगंगा तथा ताराहरूको उत्पत्तिको प्रारम्भिक अवस्थाका सम्बन्धमा महत्वपूर्ण खोज गरेबापत उक्त पुरस्कार प्रदान गर्न लागिएको नोबेल पुरस्कार निर्णायक समितिले जनाएको छ । जोन तथा स्मिथले ब्रह्माण्डमा अन्तिम पटक महाविस्फोटन कहिले भयो ? त्यसबेलादेखि अहिलेसम्म कसरी पृथ्वीमा प्रकाश आइरहेको छ भन्ने कुरा पत्ता लगाएका छन् । वैज्ञानिकद्वयले बिग-ब्याङ्ग सिद्धान्त अन्तर्गत ब्रह्माण्डको प्रारम्भिक अवस्थाका बारेमा नयाँ रहस्य पत्ता लगाएका छन् । हाम्रो ब्रह्माण्ड लगभग १४ अर्ब वर्ष पहिले उत्पत्ति भएको हो । आकाश गंगासहितको हाम्रो ब्रह्माण्ड लगातार कयौं पल्ट विशाल विस्फोटन दोहोरिएपछि बनेको हो । यो विस्फोटनअघि ब्रह्माण्ड धेरै नै तातो थियो । जुन पुनः चिसियो जहाँ चिसा पदार्थहरू तथा हाइड्रोजनको उपस्थिति हुन पुग्यो र पुनः यो विस्फोट भयो । पदार्थहरू मिलेर विभिन्न ग्रह, तारा, नक्षत्र एवं सौर्य मण्डलसहितको हो ? विभिन्न ग्रह, नक्षत्र तथा ताराहरूको आयतन कति छ ? भन्ने तथ्य सेटेलाइटको मद्दतबाट यही प्रकाश तरंगको मूल्यांकन सिद्धान्तबाट पत्ता लागेको हो । वैज्ञानिकद्वयले अमेरिकी अन्तरिक्ष प्रशासन (नासा) ले सन् १९८९ मा प्रक्षेपण गरेको कोबे भू-उपग्रहको सहयोगमा ब्रह्माण्डबाट प्राप्त विकिरण मापनसम्बन्धी अनुसन्धान गरी अन्तरिक्ष विज्ञानमा महत्त्वपूर्ण देन दिएका छन् ।

नोबेल पुरस्कारबाट सम्मानित हुनेहरूमा क्यालिफोर्नियाको बर्कलेस्थित बर्कले नेसनल ल्याबरेटोरीमा कार्यरत जर्ज एफ स्मिथ ६१ वर्षका छन् भने मेरिल्यान्डको ग्रिनबेल्टस्थित नासाकै गोडार्ड स्पेस फ्लाइट सेन्टरमा कार्यरत जोन सी माथर ६० वर्षका छन् । वैज्ञानिकद्वयको यो अनुसन्धानमा १ हजार ५ सयभन्दा बढी व्यक्ति एवं अनुसन्धानकर्ताहरूले सघाएकाले नोबेल पुरस्कारको जस एक्लैलाई नदिन तथा यो पुरस्कारबाट आफूलाई कुनै आश्चर्य नलागेको प्रतिक्रिया स्मिथ एवं जोनले दिएका छन् ।

चिकित्साशास्त्र

चिकित्सा शास्त्रतर्फ नोबेल पुरस्कार अमेरिकी वैज्ञानिकद्वय एन्ड्रयु फायर तथा क्रेग मेलोलाई प्रदान गरिने भएको छ । वैज्ञानिकद्वयले जेनेटिक विषयमा नयाँ रहस्य उद्घाटन गरेका छन् । जिनहरूका कार्य अनियन्त्रित हुन्छन् र आरएनए इन्टरफ्रेन्सले ती जिनका कार्यलाई नियन्त्रण गर्छ । यसले बिरुवा तथा प्राणीमा एकैनासले काम गरेको हुन्छ । हाम्रो शरीरभित्र जिनोमहरूले डिएनएलाई सेलको केन्द्रविन्दुमा प्रोटिन उत्पादन गर्न निर्देशन पठाउँछ तर सन्देश आरएनए इन्टरफ्रेन्सद्वारा नियन्त्रित हुन्छ । यही नियन्त्रण विधिका कारण क्यान्सर लगायत संक्रामक रोगहरू लाग्ने कारण तथा त्यसको उपचार विधि पत्ता लगाउन सजिलो हुनेछ । जिनहरूको सक्रियता निष्क्रिय पार्न सकिन्छ र शरीरमा गम्भीर संक्रामक रोगहरू कसरी लाग्दा रहेछन् भन्ने कारण पत्ता लगाउँछ । आरएनए इन्टरफरेन्स जिन्सले कसरी अरू जिनलाई नियन्त्रण गर्छ भन्ने सम्बन्धमा वैज्ञानिकद्वयले महत्त्वपूर्ण अध्ययन गरेका थिए । नोबेल पुरस्कार समितिले उक्त अध्ययन-प्रतिवेदन प्रकाशित भएको आठ वर्षपछि वैज्ञानिकद्वयलाई पुरस्कृत गरेको हो । नोबेल एकेडेमी समितिले वैज्ञानिकद्वयले आरएनए इनटरफरेन्स जिन्सको सफल अध्ययनले असम्भव लाग्ने रोगहरूको पनि उपचारको मार्ग खोलिदिएको तथा यसबाट कैयौं रोगको उपचारका लागि औषधी बनाउन सम्भव भएको उल्लेख गरेको छ । यो अध्ययनले एचआईभी एड्स, ज्यानमारा हेपाटाइटिस तथा क्यान्सर आदि रोगको उपचारका लागि भविष्यमा उपयुक्त औषधी बनाउन सकिनेछ ।

एवं सूचना प्रवाहलाई कसरी आरएनए इन्टरफ्रेन्सले नियन्त्रण गर्छ र शरीरमा रहेका सम्पूर्ण जिनहरूको कार्यप्रणाली के हो भन्ने कुरा पुरस्कृत युवा वैज्ञानिकहरूले पत्ता लगाएका हुन् । यो अनुसन्धानले त्यो जिनलाई बाहिर निकाल्न वा बन्द गर्न सक्नेछ जुन जिनले शरीरमा हानि पुऱ्याउँछ ।

यो अध्ययनले मानवशरीरमा रहेका अनावश्यक जिनलाई कसरी क्रेग मेलो युनिभर्सिटी अफ म्यासाचुसेट्सको मेडिकल स्कूलका ४५ वर्षीय प्राध्यापक हुन् भने अमेरिकाकै स्टानफोर्ड विश्वविद्यालयको स्कुल अफ मेडिसिनमा प्राध्यापन गर्ने एन्ड्रयु फायर ४७ वर्षका छन् । एन्ड्रयु फायर तथा मेलोले आफूलाई नोबेल एकेडेमीले पुरस्कार दिने घोषणा गरेको कुरा सपना जस्तै लागेको र आफूहरू औधि खुसी भएको प्रतिक्रिया दिएका छन् ।

रसायनशास्त्र

रसायन शास्त्रतर्फको नोबेल पुरस्कार अमेरिकाको क्यालिफोर्नियास्थित स्टानफोर्ड विश्वविद्यालयका प्राध्यापक रोगर कोर्नबर्गलाई प्रदान गरिने घोषणा गरिएको छ । आनुवंशिक (डीएनए) अनुसन्धानका लागि प्राध्यापक रोगर उक्त पुरस्कारबाट सम्मानित हुने भएका छन् ।

प्राध्यापक रोगर कोर्नबर्गले डिएनएको अध्ययनका क्रममा कोषको सबैभन्दा सानो अंश (अणु) को गतिविधि तथा रासायनिक प्रतिक्रियाका सम्बन्धमा विश्लेषण गरी निचोड निकालेका थिए । कोषहरूमा अणुहरूको मात्रात्मक उपस्थिति र सक्रियता एउटा त्यस्तो महत्त्वपूर्ण प्रक्रिया हो, जसका कारण कोषहरूले डिएनएबाट प्रोटिन निर्माण गर्छ । रोगर कोरनबर्ग अनुवंशको अध्ययन गर्ने एक मात्र त्यस्ता व्यक्ति हुन्, जसले कोषहरूमा अनुवंशको उपस्थिति, गतिविधि तथा प्रतिक्रियाका सम्बन्धमा ठोस निचोड र तस्बिर प्रस्तुत गरेका थिए ।

प्राध्यापक रोगरको अध्ययनअनुसार कोषहरूमा अनुवंशको उपस्थिति, गतिविधि तथा प्रतिक्रिया मान्छे, अरू प्राणी एवं बोटबिरुवामा पनि एकैनासको हुन्छ । उक्त अध्ययनमा कसरी अनुवंशले सूचना उत्पादन, परिवर्तन र कोषसम्म प्रवाह गर्छ भन्ने कुरा स्पष्ट गरिएको छ । अनुवंशसम्बन्धी यो अध्ययनको पहिलो प्रतिवेदन सन् २००१ मा प्रकाशित भएको थियो । प्राध्यापक रोगरको अनुसन्धान

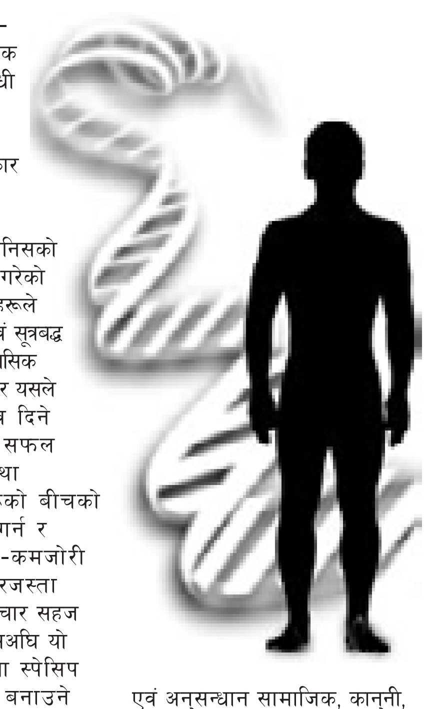
प्रतिवेदनले चिकित्साको क्षेत्रमा अधारभूत महत्त्व राखेको स्वीडिस एकेडेमीले उल्लेख गरेको छ । अणुवाशिक प्रक्रियामा गडबडी उत्पन्न हुनुले क्यान्सर, मुटुरोगलगायत विभिन्न प्रकारका रोग लाग्ने भएकाले पनि हरेक जीवनका लागि यो अध्ययनको विशेष महत्त्व छ ।

रोगर कोरनबर्गले सञ्चार-माध्यमहरूबाट नोबेल पुरस्कार पाएको खबर सुनेपछि आफू आश्चर्यचकित र अस्थिर भै अहिले पनि काँपिरहेको तथा बिस्तारै स्थिर हुने कुरा बताएका छन् । सन् १९५९ मा उनका बुबाले आर्थर कोर्नबर्गले पनि नोबेल पुरस्कार पाएका थिए । ५९ वर्षीय रोगर कोरनबर्ग क्यालिफोर्नियास्थित स्टानफोर्ड विश्वविद्यालयको स्कुल अफ मेडिसिन पालो अल्टोमा प्राध्यापन गर्छन् ।

प्रस्तुति : भोला महतो

अनुसन्धानका लागि एक करोड डलर

अमेरिकाको एक्स-प्राइज फाउन्डेसन नामक संस्थाले जेनेटिक्ससम्बन्धी अनुसन्धानका लागि एउटा निजी टिमलाई एक करोड डलर पुरस्कार दिने घोषणा गरेको छ, जुन समूहले मात्र दस दिनमा एक सयवटा मानिसको अनुवंशलाई रूपान्तरण गरेको थियो । अनुसन्धानकर्ताहरूले अनुवंशलाई परिवर्तन एवं सूत्रबद्ध गरी मिलाउने काम ऐतिहासिक तथा अग्रिम कार्य भएको र यसले शताब्दीलाई नै नेतृत्व दिने बताएका छन् । उक्त सफल अनुसन्धानले जिन तथा मानिसका बिमारीहरूको बीचको सम्बन्धको पहिचान गर्न र स्वास्थ्यसम्बन्धी कमी-कमजोरी तथा क्यान्सर, अल्जीमरजस्ता असाध्य रोगहरूको उपचार सहज हुने बताइएको छ । यसअघि यो पुरस्कार सन् २००४ मा स्पेसिप नामक अन्तरिक्षयान बनाउने टिमलाई प्रदान गरिएको थियो ।



कुनै पनि व्यक्तिको अनुवंशलाई डीएनएमा परिवर्तन गर्न करोडौं डलर रकम र वर्षौं लाग्न सक्छ, तर सो टिमले मात्र दश दिनमा अनुवंशलाई परिवर्तन गर्ने काम सम्पन्न गरेको छ । तथापि अनुवंश एवं डिएनएबीच प्रवाह हुने सूचनालाई नियन्त्रण र नियमन गर्ने विधिको विकास विभिन्न वंशानुगत तथा असाध्य रोग उपचार विधि सहज नभएसम्म जिनसम्बन्धी अनुसन्धान कार्य पूरा भएको मानिनेछैन । त्यसो त मानिसको अनुवंशको परिवर्तन कार्य एवं अनुसन्धान सामाजिक, कानुनी, नैतिकता एवं परम्पराको विपरीत र विवादास्पद छ । यो मानिसको व्यक्तिगत गोप्य सूचनाको विरुद्ध र भविष्यका लागि डर रहेको भए पनि असाध्य एवं वंशानुगत रोगहरूको निदान तथा विज्ञान अनुसन्धान र सूचनाका लागि अति आवश्यक भएको वैज्ञानिकहरूको तर्क छ । डीएनएमा भन्डै बीसदेखि पच्चीस हजारसम्म जिन गएर रूप परिवर्तन गर्छन् । मानवकोषले यिनै जिनबाट प्रोटिन उत्पादन गर्छन् । यही प्रक्रियाबाट हाम्रो शरिरका अङ्गप्रत्यङ्ग एवं तन्तुहरू चलायमान अनि व्यवस्थित हुन्छन् ।

चिमका लागि दस लाख युरो पुरस्कार

घरघरमा बल्ने बिजुली बल्ब (चिम) को आविष्कार गर्ने वैज्ञानिक थोमस एल्वा एडिसनलाई अहिलेसम्मकै सबैभन्दा ख्यातिप्राप्त वैज्ञानिक मानिन्छ, तर केही विश्लेषकहरू प्रोफेसर सुजी नाकामुरा वैज्ञानिक थोमस एल्वा एडिसनलाई पनि उछिनेर धेरै अगाडि पुगेको प्रतिक्रिया व्यक्त गर्न थालेका छन् । बत्ती बल्ने र प्रकाश फाल्ने बहुआयामिक तथा अनौठो प्रविधिको विकासका लागि जापानी प्राध्यापक सुजी नाकामुराले विश्वकै सर्वोत्कृष्ट पुरस्कार हासिल गरेपछि उनलाई यो दर्जा दिइएको हो । फिनल्यान्डको हेलसिन्कीमा आयोजित भव्य समारोहमा प्राध्यापक सुजी नाकामुरालाई प्रविधिको क्षेत्रमा प्रदान गरिने दस लाख युरोको शताब्दी प्रविधि पुरस्कार प्रदान गरिएको छ ।

नाकामुरालाई यो पुरस्कार फोटोभोल्टाइक सेल (सौर्य प्यानलबाट उत्पादन हुने) नवीकरणीय ऊर्जाबाट बाल्न सकिने अत्यन्तै चहकिलो, सस्तो र कम ऊर्जाबाट धेरै प्रकाश दिने प्रविधि तथा चिमको विकास गरे बापत दिइएको हो ।

बत्ती बल्ने तथा प्रकाश फाल्ने यो यस्तो अनौठो प्रविधि हो जसले हरियो, नीलो तथा सेतो प्रकाश फाल्नुका साथै नीलो रंगको लेजर प्रकाशसमेत उत्पादन गर्छ । यो प्रविधिको विकासलाई आधुनिक विज्ञानमा नीलो लेजर क्रान्तिको उपमा दिइएको छ । यो प्रविधिको प्रयोगका क्रममा जम्मा चार वाट विद्युत् खर्च गर्दा अहिलेको अवस्थामा ६० वाट बराबर प्रकाश प्राप्त हुन्छ । वैज्ञानिकहरूका अनुसार यो प्रविधिको प्रयोग भए सन् २०२५ सम्ममा विद्युत् उत्पादन गर्ने अमेरिकाका १ सय ३३ वटा आणविक भट्टी बन्द हुनेछन् र यसले विश्वमा बढ्दो तापमानको समस्यालाई समेत कम गर्नेछ । यसैगरी अत्यन्त कम ऊर्जा खर्च गरे पनि महिनौंसम्म बत्ती बाल्न पुग्ने, अत्यन्तै टिकाउ र सफा ऊर्जामा आधारित यो अविष्कार विकासोन्मुख देशका लागि वरदान साबित हुनेछ । यो बत्ती दीर्घकालीन, वातावरणअनुकूल तथा जोखिमविहीन छ । यसले विकासोन्मुख देशका दुर्गम ग्रामीण क्षेत्रमा सहजै विद्युत् पहुँच हुने र वन फडानी रोक्नुका साथै बत्तीका लागि तेल आयातमा हुने अरबौंको खर्चलाई चिताउन नसकिने गरी घटाउनेछ । यो प्रविधिले ऊर्जा बचाउने तथा ऊर्जामा भैरहेको अहिलेको विशाल खर्चलाई पनि कम गर्नेछ ।

यसको अर्को विशेषता के छ भने ब्लु लेजर प्रकाश प्रविधि कम्प्युटर, टेलिभिजन तथा भिडियो आदिको फ्ल्याट स्क्रिनमा पनि प्रयोग गर्न

सकिन्छ । यस्तै सेतो र नीलो लेजर प्रकाश उत्सर्जन प्रविधि आउँदो पुस्ताको डिभिडी प्लेयरमा प्रयोग हुनेछ । यो प्रविधिले बल्ब तथा ट्युबलाइट उत्पादन गर्ने उद्योगमा क्रान्तिकारी परिवर्तन ल्याउने विश्वास गरिन्छ । यसका अतिरिक्त माइको फोन, एमपी थ्री, तेस्रो पुस्ताको मोबाइल फोन, पेन ड्राइभ जस्ता स-साना विद्युतीय उपकरणको सञ्चालनमा पनि क्रान्तिकारी सुधार आउने विश्वास शताब्दी पुरस्कार संस्थाका अध्यक्ष जाक्को इहामुओटिलाले व्यक्त गरेका छन् । प्रोफेसर सुजी नाकामुराले विकास गरेको नीलो लेजर प्रकाश प्रविधि खास गरेर कम्प्युटर डाटाहरू रिड, राइट तथा संग्रहमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो प्रविधिको प्रयोगले टेलिभिजन, क्यामेरा तथा कम्प्युटरहरूको डिजिटल आवाज, तस्बिर तथा भिडियो दृश्यहरूको गुणस्तरमा पनि सुधार आउनेछ ।

प्राध्यापक सुजी नाकामुराले यो बत्ती तथा प्रविधिको विकासले करोडौं करोड मानिसको जीवनमा प्रगति, परिवर्तन एवं कायापलट हुने दाबी गरेका छन् । उनले यो प्रविधि केवल बत्ती र प्रकाशको स्रोत मात्र नभएर पानीको निर्मलीकरण तथा प्रकाशको सहायता एवं प्रकाशकै गतीमा चल्ने सूचना प्रविधि तथा कम्प्युटर डाटाहरूको संग्रह र संश्लेषणमा पनि चमत्कारिक देन साबित हुने कुरा बताए ।

मिलेनियम पुरस्कारलाई नोबेल पुरस्कारपछिको विश्वको दोस्रो ठूलो पुरस्कार मानिन्छ । यो पुरस्कार प्रविधिको क्षेत्रमा प्रदान गरिने विश्वको सबैभन्दा ठूलो पुरस्कार हो । यो पुरस्कार दुई वर्षमा एक पटक दिगो विकास तथा गुणस्तरीय जीवनका लागि उपयोगी प्रविधिको विकास गर्ने व्यक्ति वा संस्थालाई प्रदान गरिन्छ । यसअघि यो पुरस्कार सन् २००४ मा बेलायतका वैज्ञानिक तथा वर्ल्ड वाइड वेब (इन्टरनेट) का अविष्कारक टिम बर्नर लीलाई प्रदान गरिएको थियो ।

रिप्लेको अविश्वसनीय संसार

सर्वाधिक रकम जित्ने खेलाडी

घोडा दौडमार्फत सर्वाधिक रकम जापानकी होकुतो भेगाले जितेकी थिइन् । उनले सन् १९९३ देखि ९७ को बीचमा ६० करोड ५९ लाख रुपैयाँ जितेकि थिइन् । सन् १९९७ मा दुबई वर्ल्ड कपमा सहभागी भएर घोडचढी खेलबाट संन्यास लिने योजनामा रहेकी होकुतो सोही प्रतियोगितामा घोडाबाट लडेकी थिइन्, जसका कारण उनको मृत्यु भयो ।

सर्वाधिक आम्दानी

विभिन्न घोडचढी प्रतियोगिता आयोजना गर्ने अमेरिकाका एलेन पाउलसनले एक पटक प्रतियोगिता आयोजना गर्दा ६६ करोड ३२ लाख ७८ हजार रुपैयाँ आम्दानी गरे । सन् १९२२ मा जन्मिएका पाउलसनले अमेरिकालगायत दुबईमा घोडचढी दौड प्रतियोगिता आयोजना गर्थे । सन् २००० मा उनको मृत्यु भयो ।

सर्वाधिक उपाधि

सन् १९५५ मा अमेरिकाको म्यासाचुसेट राज्यमा जन्मिएका क्रिस म्याक्रोन घोडा दौडमा सर्वाधिक उपाधि जित्ने जक्कीका रूपमा गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्समा दर्ता भएका छन् । सन् १९७४ देखि घोडसवारको प्रशिक्षण लिएका क्रिसले अभ्यास गरेको १६ औं दिनमै उपाधि हात पारेका थिए ।

यो सफलतालाई निरन्तरता दिँदै क्रिसले आफ्नो खेलजीवनमा ५ सय ४६ वटा उपाधि जितेका थिए । एक श्रीमती तथा तीन सन्तानका पिता क्रिसले आफ्नो जीवनको अवकाश जीवन क्यालिफोर्नियाको बेभरली हिलमा बिताए । उनले पछि अपाङ्गहरूका लागि घोडसवारीको प्रशिक्षण केन्द्र पनि खोलेका थिए ।

डायनोसर किन लोप भयो ?

वैज्ञानिकहरू अहिले डाइनोसर पृथ्वीबाट कसरी लोप भए भन्ने विषयमा जोडतोडले अनुसन्धान गरिरहेका छन् । वैज्ञानिकहरूका अनुसार त्यस बेला पृथ्वीमा भएको भीषण उथलपुथलका कारण पृथ्वीबाट उनीहरू विनाश भएको हुनपर्छ । कतिपय प्रजातिका डायनोसर अरू डरलाग्दा डायनोसरको आक्रमणमा परी लोप भएको हुनुपर्छ ।

अमेरिकामा हालै मात्र डायनोसर प्रजातिको एक अवशेष प्राप्त भएको छ, जुन अकिलोसार डायनोसर हो । यो डायनोसर जंगलमा चरिहिंड्थ्यो । यसले आफ्नो पुच्छरलाई हतियारका रूपमा प्रयोग गर्थ्यो । १५ मिटर लामो अकिलोसारको पुच्छरको टुप्पोमा बलिया गोला थिए । अकिलोसारले यही पुच्छर घुमाएर प्रहार गर्थ्यो, जुन अरू डायनोसरले खप्न सक्दैनथे र मर्थे । त्यसैगरी टायनोसर नामक भीमकाय डायनोसर पनि थियो, जसले ठूल्ठूला ढुङ्गालाई चिउरा चपाएझैं चपाउँथ्यो ।

बलिया डायनोसरले आफ्नै प्रजातिका डायनोसरलाई भोजन बनाउने गरेकाले संसारबाट यो प्राणी लोप भएको हो । अर्का वैज्ञानिक जोन मेन्सफिल्ड भन्छन्- '६ करोड वर्षपहिले पृथ्वीमा उल्कापिण्डले ठक्कर खाएको थियो । त्यसकै ठक्करले पृथ्वीमा जलवायु परिवर्तन भयो, अग्ला-अग्ला शिखर बने । नयाँ मौसममा उनीहरूले आफूलाई परिवर्तन गर्न सकेनन् र मरेर गए । त्यसमा जति पनि डायनोसर बाँचे उनीहरू उल्कापिण्डको ठक्करबाट घाइते भएका थिए र उनीहरूको घाउ निको नभएपछि त्यसै तड्पिएर मरे । क्यानाडाको राष्ट्रिय संग्रहालयमा कार्यरत डायनोसरविज्ञ डा. डायल एरेल भन्छन्- 'यदि विशाल डायनोसरहरू लुप्त नभएका भए आज पृथ्वीभरि डायनोसरकै प्रभुत्व हुन्थ्यो ।

जन्मदिनको शुभकामना

स्नेहा गजुरेल २०६१ असोज २७ | सार्थक केसी २०६० असोज २७ | युनिका कालिराज २०६३ असोज २७ | निराज कर्माचार्य २०५६ असोज २८

प्रीतिका खड्का २०५८ असोज २८ | प्रीतिशा घिमिरे २०५९ असोज २९ | परिचय आचार्य २०६० असोज २९ | सक्षम पौडेल २०६० असोज ३०

रोनित गुरुङ २०५९ असोज ३० | सन्देश कुँवर २०५५ असोज ३१ | अनुज सेढाई २०५६ कात्तिक १ | सिचु मानन्धर २०५८ असोज २७

लव छन्त्याल २०५९ कात्तिक १ | कुश छन्त्याल २०५९ कात्तिक १ | रीना श्रेष्ठ २०५२ असोज २८

जन्मदिनको शुभकामना

कुपन

नाम :..

जन्म मिति :..

स्कुल :..

ठेगाना : ....

तस्बिर अनिवार्य

तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ ।

पहिलो विश्वविद्यालय

संसारको पहिलो विश्वविद्यालय तक्षशिला बौद्ध विश्वविद्यालयलाई मानिन्छ । हाल पाकिस्तानमा रहेको तक्षशिला विश्वविद्यालयको भग्नावशेषमा इसापूर्व ७ सय वर्षपहिले हरेक वर्ष १० हजार ५ सय विद्यार्थीले आफ्नो अध्ययन पूरा गर्थे ।

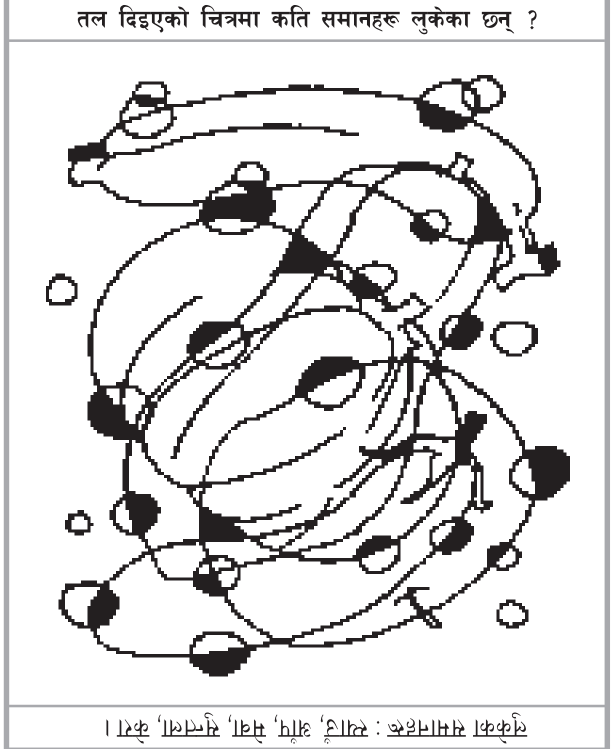
कार्टुनको बजार

कार्टुन अर्थात् एनिमेसन चलचित्रको सबैभन्दा ठूलो कारोबारमध्ये एक हो । गिनिस बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्सका अनुसार सन् २००५ मा संसारभरि एनिमेसन चलचित्रले ४० अर्ब डलर बराबरको कारोबार गरेको थियो, जुन आफैंमा एउटा कीर्तिमान थियो ।

तल दिइएको चित्रमा ६ वटा फरक छुट्याऊ

फरक- टिका, साडी, ब्लाउज, डालो, मन्दिर, चुरा ।

तल दिइएको चित्रमा कति समानहरू लुकेका छन् ?



लुकेका समानहरू : स्याउँ, आँप, मेवा, सुन्तला, केरा ।

साप्ताहिक शब्द जाल

म	न्दो	द	री	र	सु	न	को	कौ
दु	आ	म	द	वृ	ट	रा	न	श
र	भो	न	यु	धि	ता	रा	कु	ल्या
ला	कै	के	यी	रा	व	ण	ल	न
री	को	ह	थ	टं	सी	ता	र	का
कु	भी	ष्म	सु	क	वि	त्रि	शू	ली
उ	गु	म	मि	ङ्	भी	म	न	ग
र्मि	ए	न	त्रा	ख	ष	र	दी	ण्ड
ला	ले	खा	नी	लु	धृ	मा	ण्ड	वी

माथि दिइएका अक्षरहरूमा रामायणका आठ स्त्री पात्र नाम लुकेका छन् । ती नामहरू सायद तिमीले पनि सुनेको हुनुपर्छ । के तिमी ती नामहरू खोज्न सक्छौ ?

लुकेका नामहरू : सीता, उर्मिला, माण्डवी, मन्दोदरी, कौशल्या,कैकेयी, सुमित्रा, तारा ।

साप्ताहिक अंकजाल प्रतियोगिता-८४

१. सँगै दिइएको १६ वटा कोठाहरूमा ८३ देखि ९८ सम्मका अंकहरू नदोहोरिने गरी यसरी भर, जसबाट तिनीहरूको योगफल ठाडो, तेर्सो, छड्के जसरी जोड्दा पनि ३६२ होस् ।

२. अंकजाल साप्ताहिकको कार्यालयमा प्रकाशित भएको मितिले दुई साताभित्र पठाइसक्नुपर्नेछ ।

३. विजेतालाई २ सय रुपैयाँ पुरस्कार दिइनेछ ।

नाम : ....कक्षा : .....

स्कुल : ....

ठेगाना : ....

अंकजाल ८१ मा सहभागीहरूको संख्या : २९५

गोलाप्रथाबाट विजेता :

जगदीश गैरे, कक्षा-९, संस्कृत मावि, भैरहवा

साप्ताहिक झन्को

शुक्रबार, असोज २७, २०६३

राते काइँलाको रातो कपाल

कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको साप्ताहिक संगीत प्रतिस्पर्धा 'द ब्यान्ड भाष्कर'का संयोजक तथा खलनायक सुनील थापा कान्तिपुर परिसरमा देखिए । पर्दामा भिन्न गेटअपमा देखिने थापाको स्वरूप त्यो दिन पनि केही फरक देखिएको थियो । सेताम्मे फुलेका कपालमा कलप लगाउने थापाको केश त्यो दिन रातै थियो । सत्र वर्षअघिको चलचित्र 'चिनो'मा उनले निर्वाह गरेको खलचरित्र 'राते'को भूमिका फेरि गर्न दिने हो भने यसपटक उनलाई अझ बढी सुहाउँथ्यो होला । रातो कपाल, रातै मुहार भएका राते अर्थात् सुनिल थापाले आफूलाई बेग्लै देखाउन केशमा रातो कलप लगाएका रहेछन् । वसुदिदी अर्थात् अभिनेत्री बसुन्धरा भुषालले एउटा प्रतिक्रिया दिँदा रातेलाई त्यो रातो कपाल मनपर्न छाडेछ । नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको कार्यक्रम 'सुपर एक्टिङ कम्पिटिसन'को निर्णायक रहेका सुनीलको केशतर्फ इंगीत गर्दै कार्यक्रमकी अर्की निर्णायक बसुदिदीले 'सुनील भाइको केशको रंग र मेरो घरको कुकुरको रंग उस्तै देखिन्छ' भन्दा मनमनै मुर्मुरिएका सुनिलले कसो चिनो शैलीमा 'मलाई पनि यी दिदी मन परिनन्' भनेनन्। त्यसको केही दिनपछि हेयर स्टाइलिस्ट नील डेविडको सैलुनमा गएर उनले केशको रंग फेरे । बसुदिदी पनि कस्ती, अर्काको केशलाई कुकुरसँग दाँज्ने हो त ?

कलाकारहरू विदेशमा

दसैं-तिहारको अवसर छोपेर अहिले थुप्रै कलाकार विदेश पुगेका छन् । कोही कार्यक्रमका सिलसिलामा त कोही निजी भ्रमणमा । अहिले नायक राजेश हमाल निजी भ्रमणका सिलसिलामा अमेरिकामा छन् । आफ्नो करिब एक महिना लामो निजी विदेश भ्रमणका क्रममा राजेश बेलायत पनि पुग्नेछन् । यसैगरी नायिका उषा पौडेल जर्मनीमा छिन् भने अर्की नायिका अरुणिमा लम्साल न्युजिल्यान्डमा छिन् । उता गायक नवीन के. भट्टराई तथा राजु लामा केही सहयोगीका साथ अमेरिका पुगेका छन् । बाल्टीमोरबाट प्रारम्भ हुने भट्टराई तथा लामाको यो सांगीतिक यात्रा अढाइ महिना लामो हुनेछ । हास्य कलाकारद्वय मदनकृष्ण श्रेष्ठ तथा हरिवंश आचार्य पनि कार्यक्रम प्रस्तुत गर्न दसैंलगत्तै दक्षिण कोरियातर्फ प्रस्थान गरेका छन् । उता जापानमा रहेका रामकृष्ण ढकाल तथा गायिका रिमा गुरुङ होडा त्यहाँबाट दक्षिण कोरियामा सांगीतिक प्रस्तुति दिएर स्वदेश फर्किसकेका छन् । रामकृष्ण तथा रिमालाई नेपालबाट गएको कलाकारहरूको अर्को सांस्कृतिक टोलीले पनि साथ दिएका थिए ।

संगीतकार कि गायक ?

केही समयपहिले संगीतकार चेतन सापकोटा चलचित्र 'अभिमन्यु'को गीतमा उदितनारायण झाको स्वर रेकर्ड गर्न मुम्बई पुगे । उदितसँग विद्यार्थी जीवनदेखि नै प्रभावित चेतनलाई भेटेपछि उदितले ठट्टा गर्दै भनेछन्– 'किन मुम्बई आएको ? उतै आफ्नै स्वरमा गीत रेकर्ड गरे भैहाल्थ्यो त ।' एक दर्जनजति चलचित्रमा संगीत दिइसकेका संगीतकार चेतनले आफ्नै स्वरमा रेकर्ड गरेको एउटा गीत अहिले चर्चामा छ– 'तिम्रो आँखामा बस्ने रहर भो मलाई...' । चलचित्र 'दादागिरी'को त्यो गीत सुन्नेहरूले त्यसलाई उदितले गाएको भन्न सक्छन्, किनकि चेतनको स्वर धेरै हदसम्म उदित नारायणसँग मिल्छ । सायद त्यसैले पनि उदितले उनलाई गाउने सल्लाह दिएका हुन् । उत्साहित भएका चेतनले हाले चलचित्र 'दीपशिखा'मा पनि एउटा युगल गीत गाएका छन्, त्यो पनि उदितकै नक्कल गरेर । यी गीत चले भने आफ्नो चलचित्रमा संगीत दिलाउन उनको ढोकामा निर्माताहरूको लाम लाग्नेछ ।

आफ्नै प्रतिस्पर्धा

एकलौटी रूपमा बजार पिट्न पाइयो भने धेरै आम्दानी गर्न सकिन्छ भन्ने मान्यता आम निर्मातामा हुन्छ । आफ्नो चलचित्र जतिसुकै कमजोर किन नहोस् तैपनि तोकिएका हलहरूमा एक्लै चलाउन पाए हुन्थ्यो भन्ने मान्यता सबैमा हुन्छ । यसपाली दसैंमा आ-आफ्नै चलचित्रबीच प्रतिस्पर्धा चल्यो ।

शिव रेग्मी निर्देशति चलचित्र मानिस र दुनियाँ मोफसलका हलमा फूलपातीका दिनदेखि प्रदर्शन भए भने अर्को चलचित्र भरोसा पनि फूलपातीदेखि नै प्रदर्शन भयो । मानिस र दुनियाँका निर्देशक शिव रेग्मी हुन् भने भरोसाका निर्देशक राजेन्द्र उप्रेती पनि रेग्मीकै चेला हुन् । गुरु-चेलाबीचको यो प्रतिस्पर्धामा बाजी कसले मार्ने हो हेर्न भने बाँकी नै छ ।

शिव रेगमीको लगानी समेत रहेको मानिस र निर्देशन मात्र रहेको दुनियाँ विराटनगर, धरान, पोखरा, एकसाथ प्रदर्शन भयो भने भरोसा, तुलसीपुर, पोखरा, बुटवल, नारायणघाट, विर्तामोड आदि स्थानमा प्रदर्शन भयो । हाल प्रदर्शन भैरहेका तीनै चलचित्र अहिलेका राम्रा चलचित्रका रूपमा चिनिन्छन् ।

नेपाली क्रिस

बलिउडका नायक ऋतिक रोशन पछिल्लो समयमा सुपरहिरो 'क्रिस'का रूपमा चर्चित छन् । उक्त चलचित्रले उनको डुब्न लागेको क्यारियरलाई फेरि उचाइमा पुऱ्याएको छ । भारतीय चलचित्रबाट अति छिटो प्रभावित हुने नेपाली चलचित्रकर्मीहरू करोडौंको लगानी गरेर एनिमेसन र भिज्युअल इफेक्टस्को प्रयोग गरेर त्यस्तो चलचित्र बनाउन सक्ने स्थितिमा छैनन्, बरु त्यसबाट केही कुरा सिक्न भने सक्छन् । निर्देशक दीपक श्रेष्ठको प्रदर्शनोन्मुख चलचित्र 'तकदीर'मा नायक विराज भट्ट 'क्रिस'को गेटअपमा देखिँदैछन् । त्यो गेटअप चलचित्र 'क्रिस'मा मध्यान्तरअघि ऋतिक रोशनले अपनाएको गेटअप हो । त्यही गेटअपमा गाउँले भूमिकामा देखिने विराज उक्त चलचित्रमा 'क्रिस'मा ऋतिक घोडासँग दौडिएझैं दौडिएका छन् । हेरौं, नेपाली 'क्रिस'को यो रूपले 'तकदीर'को भाग्य कसरी चम्काउँछ ?

आकर्षण
फोटोसेसनको

शिव शर्मा

पोखरा- फोटोसेसन गर्नुअघिसम्म मोडल चन्दा थापालाई कमैले चिन्थे। जब उनले लभ्लीपोखरा डटकमबाट गराएको फोटोसेसनको परिणाम पत्रपत्रिकाहरूमा प्रकाशति भयो, चन्दाको घरमा फोनको लाइन लाग्यो। धेरैले उनलाई म्युजिक भिडियोमा अभिनय गर्न आग्रह गर्न थाले। उनले छानेर केही म्युजिक भिडियोमा काम पनि गरिन्।

अहिले उनी पोखराकी नाम चलेकी मोडल बनेकी छिन्। 'साप्ताहिकको मध्यपृष्ठमा तस्बिर प्रकाशित भएपछि धेरै अवसर आए,' चन्दाले फुरुङ्ग हुँदै भनिन्। अहिले उनीजस्तै धेरै फेसेनेवल युवतीहरू फोटोसेसनप्रति आकर्षित भैरहेका छन्। मोडलिङको बढ्दो चहलपहलले पनि फोटोसेसनको क्रेज बढेको हो।

अहिले जमाना नै सुन्दरताको छ। सुन्दर वा हेन्डसम देखिने चाहना कसलाई हुँदैन ? त्यही भएर युवायुवीतहरू फोटोसेसनप्रति तानिएका छन्। फोटोजेनिक फेसलाई विभिन्न विज्ञापन एजेन्सीहरूले आफ्नो व्यापार प्रवर्द्धन गर्ने क्रम पनि पछिल्लो समयमा निकै बढेको पाइन्छ। यस्ता थुप्रै अवसर र सम्भावनाका ढोकाहरू खुल्न थालेपछि फोटोसेसनको होडबाजी चल्न थालेको हो। फोटोसेसनमा युवाहरूको तुलनामा युवतीहरू नै अगाडि देखिएका छन्। तस्बिर हेरेरै अहिले चलचित्रदेखि म्युजिक भिडियोमा अफर गर्ने लहर चलेको छ। पत्रिकामै प्रकाशित तस्बिर हेरेर चलचित्रका निर्माता-निर्देशकहरूले अफर गरेर नायिका भएका प्रशस्त उदाहरण छन्।

पोखराकै मोडल अपेक्षा केसी पनि त्यसको ज्वलन्त उदाहरण हुन्। लभ्ली पोखरा डटकमले फोटो सेसन गरेपछि उनको तस्बिर पत्रिकामा प्रकाशित भयो। पत्रिकामै छापिएको तस्बिरका आधारमा उनलाई म्युजिक भिडियो अभिनय गर्ने तथा भिजे बन्ने अफरहरू आए। सानो पर्दाको चलचित्र 'कहाँ बिसाऊँ मनको भारी'मा उनले मुख्य नायिकाको भूमिका निर्वाह गर्ने अवसर पाइन्। यो सबैको देन उनी पनि साप्ताहिकमा प्रकाशित आफ्नो तस्बिर भएको स्वीकार गर्छिन्।

'फोटोसेसन गरेपछि पत्रिकामा प्रकाशित तस्बिर नै अवसरको पहिलो आधार बन्यो,' अपेक्षाले भनिन। हुन पनि फोटोसेसन नगरी आफूभित्रै खुम्चिएर बस्ने हो भने कसैले कसैलाई चिन्ने मौका पाउँदैन। मोडलिङप्रति रुचि राख्नेहरूका लागि फोटोसेसन नै प्रमुख आधार हो, स्थानिय कोरियोग्राफर रवीन्द्र बज्राचार्य भन्छन्- 'फोटोसेसनपछि पत्रिका र इन्टरनेटमा तस्बिर राखेपछि नै मोडलहरूले लोकप्रियता र अवसर पाउने हुन्।'

राजधानीमा मात्र होइन, फेसेनेबल सहर पोखरामा पनि फोटोसेसनको श्रृंखला नै सुरु भएको छ। फोटोसेसनपछि नै अधिकांश युवायुवतीले आफूलाई मोडलिङको क्षेत्रमा स्थापित गराएका छन्। मोडलिङमा आफूलाई स्थापित गराउन युवतीहरूले फोटोसेसनमा निकै चाख देखाउन थालेका छन्। मिस पश्चिमाञ्चल ब्युटीकन्टेस्टमा मिस फोटोजेनिकको उपाधि जितेकी इसिता जिरेल पनि मोडलिङमा सक्रिय हुन चाहन्छिन्। फोटोसेसनलाई उनले मोडलिङको प्रवेशद्वार बनाएकी छिन्।

थुप्रै मोडलको फोटोसेसन गराइसकेको स्थानिय वेबसाइड लभ्लीपोखरा डटकममा फोटोसेसनका लागि आउने युवायुवतीहरूको चाप यतिबेला निकै बढेको छ। हामी उनीहरूको खुबी र स्किन हेरेर फोटोसेसन गर्छौं, लभ्लीपोखरा डटकमका सञ्चालक गणेश खड्का भन्छन्- हामीकहाँ फोटोसेसन गर्न आउनेहरूको लाम नै लाग्न थालेको छ।

फेरि पछिल्लो समयमा आएर फोटोसेसनको शैली पनि परिवर्तन भएको छ। सामान्यभन्दा पनि ग्ल्यामरस फोटोसेसनप्रति युवायुवतिहरूको होडबाजी नै चलेको छ। मैले उसले भन्दा बढी ग्ल्यामर किन दिन सक्दिनँ भन्ने प्रतिस्पर्धा नै छ पोखरामा। हालसालै युवायुवतीहरूलाई केन्द्रित गरेर खोलिएको पोखरा पेज डटकम इन्टरनेट मोडलिङमा बढी केन्द्रित छ। वेबसाइटका सञ्चालक तथा वेभडिजाइनर सुरज श्रेष्ठ भन्छन्- छिटो चर्चामा आउन युवतीहरू फोटोसेसन गराउन आतुर हुन्छन्। विभिन्न वेबसाइटले खिचेका मोडलका तस्बिर पत्रपत्रिकाले प्रकाशित गर्न थालेपछि फोटोसेसनप्रतिको आकर्षण बढेको हो। पत्रपत्रिकाहरूले मोडलको तस्बिरलाई ठाउँ दिन थालेपछि विशेष गरी युवतीहरूलाई फोटोसेसनले तानेको छ।

फोटोसेसन गर्न त्यति सजिलो त कहाँ छ र ? तरिका मिलाएर फोटोसेसन गर्न समय पनि निकै लाग्छ। हालसालै लभ्लीपोखरा डटकमले मोडल सोनम विष्टको फोटो सेसन गराउँदा सात घण्टा बढी समय लगाएको थियो। 'मोडललाई मेकअप गर्दै भिन्न भिन्न ड्रेसअप गराउँदा त्यति समय त लाग्छ नै,' थुप्रै मोडलको फोटोसेसन गरिसकेका फोटोग्राफर सञ्जय शाक्यको अनुभव छ।

साइवर संसार डटकम लभ्लीपोखरा डटकम, परिचय डटकम, पोखरासिटी डटकम आदि साइट मोडलहरूको फोटोसेसन गरेर नै चर्चामा आएका हुन्। 'यसले मोडलिङप्रति उत्साह जगाएको छ,' कोरियोग्राफर रवीन्द्र बज्राचार्यले साप्ताहिकलाई बताए।

केवल एक प्रश्न

मेकअप गर्दा तपाईंलाई केले एलर्जी हुन्छ ?

मलाई मेकअप गरेको भन्दा नगरेकै सुहाउँछ, त्यसैले म ज्यादै कम मेकअप गर्छु। मेकअप कम गरेपछि एलर्जी पनि कमै हुन्छ। प्रायः म गाजल तथा लिपस्टिक मात्र लगाउने भएकाले पनि एलर्जीको समस्याबाट बचिरहेकी छु।

– तृष्णा गुरुङ (मिस टिन गुरुङ २००५)

मेकअप गर्दा फाउन्डेसन लगाएँ भने प्रायः एलर्जी हुन्छ। यसबाहेक कुनै टेलिभिजन कार्यक्रम तथा फोटोसेसनमा हेवी मेकअप गरियो भने पनि एलर्जी हुन्छ तर सामान्य अवस्थामा म गाजल र लिप ग्लस मात्र लगाउँछु। बढी मेकअप गरेको मलाई सुहाउँदैन। फेरि बढी गरियो भने एलर्जी होला भन्ने पनि डर लाग्छ।

–सुगरिका केसी (मिस नेपाल)

खासगरी चलचित्रको छायांकनका क्रममा गरिने मेकअपले मेरो गालाको छालामा एलर्जी हुन्छ। पामस्टिक तथा फाउन्डेसन लगाएपछि त एजर्ली भैहाल्छ। त्यसैले सुटिङ सम्पन्न हुनेबित्तिकै म अनुहार सफा गरिहाल्छु। एलर्जी भएपछि फोका आउने र चिलाउने हुन्छ, म त्यो सहनै सक्दिन। सामान्य मेकअपमा भने यो समस्या झेल्नुपर्दैन।

– जेनी कुँवर (नायिका)

म हल्का मेकअप गर्छु, त्यसैले एलर्जी हुनै पाउँदैन तर झुक्किएर फाउन्डेसन लगाएँ भनेचाहिं चिलाएर हैरान नै हुन्छ। त्यसैले म प्रायः मस्चराइजर तथा सनब्लक्स मात्र लगाउँछु।

– यमुना उप्रेती (नवनायिका)

सामान्य मेकअपले एलर्जी हुँदैन तर फोटोसेसनका क्रममा गरिने मेकअपले भने एलर्जी भैहाल्छ। फाउन्डेसनले एलर्जी भएको हो कि ?

– ईशा पोखरेल (नवनायिका)

गफै त हो

आफैंलाई चिन्दिनन्
नन्दिता

नन्दिता के.सी. नवनायिकामध्ये राम्री नायिकाका रूपमा चिनिन्छिन्। कम बोल्ने, मिडियाको त्यति वास्ता नगर्ने र पाएको काम सुरुसुरु गर्ने। उनका विशेषता यति नै हुन्। उनलाई काम गराउने निर्देशकहरू त अरू पनि धेरै राम्रा कुराको चर्चा गर्छन् तर दर्शकले विश्वास मान्लान्-नमान्लान्।

नन्दिताको सबै कुरा राम्रै होला, एउटा कुराचाहिँ खड्किएकै महसुस हुन्छ। उनी राम्रो नाच्छिन्, राम्रो हाँस्छिन् र अभिनय पनि राम्रै गर्छिन् तर ब्यानर छान्न सक्दिनन्। इन्द्रेणी, हामी तीन भाइलगायत राम्रै ब्यानरका राम्रा चलचित्रमा अभिनय गरेकी नन्दिताले आउँदा दिनमा स्थापित ब्यानरमा काम गरेर अझ धेरै ख्याति कमाउलिन् भन्ने आशा धेरैले गरेका थिए तर त्यसमा उनी आफैले पूर्णविराम लगाएजस्तो देखिन्छ।

सिरियलमा अभिनय गर्नुलाई नराम्रो भन्न मिल्दैन तर जस्तोसुकै भिडियो चलचित्रमा जे पायो त्यही भूमिका निर्वाह गरेको देख्दा नन्दिताले आफ्नो महत्त्व आफैले नबुझेकी त होइनन् ? आशंका उत्पन्न हुनु स्वाभाविक हो। क्षमता जतिसुकै कम किन नहोस्, राम्रो ब्यानरमा काम गरेपछि राम्रै उपलब्धि पाइन्छ भन्ने कुरा नन्दिताले नबुझेकी हुन् वा बुझेर पनि नबुझेजस्तो गरेकी हुन् ? बेलैमा बुद्धि नपुऱ्याए नन्दिता कहाँ पुग्ने हुन्, कसैले भन्न सक्दैन।

लभगुरु रेखा

प्रश्न : प्रेमलाई दिगो राख्न यौनसम्बन्ध कति महत्त्वपूर्ण हुन्छ ? कोही यौनसम्बन्धबिनाको प्रेम दिगो हुन्छ भन्छन् त कोही सम्पर्कबिनाको प्रेम दिगो हुँदैन भन्छन् । म द्विविधामा छु । म तपाईंको प्रशंसक भएकाले पनि तपाईंबाट यो द्विविधाको समाधानको अपेक्षा गर्छु । हित चिताएर जवाफ दिनुहोला ।

–जयराम भट्टराई, जनकपुर
–प्राकृतिक समर, स्याङ्जा

प्रेम गर्न प्रेम नै पर्याप्त हुन्छ । प्रेम निःस्वार्थ हुनुपर्छ । यौनसम्पर्कका लागि गरिने प्रेममा स्वार्थ हुन्छ । यौनसम्पर्कमा अड्ने प्रेम त टुट्न पनि सक्छ । यौनसम्बन्धलाई महत्त्व दिइने प्रेम, प्रेम नभएर शारीरिक आकर्षण मात्र हो । जहाँसम्म मानिसपिच्छेका धारणाहरू छन्, त्यसमा मेरो विचार मात्र बुझ्न खोज्नुभएको हो भने प्रेमबिनाको सम्पर्क वा सम्पर्कबिनाको प्रेम दुवै दिगो हुँदैन । शारीरिक आकर्षण वा यौनचाहना राखेर गरिने प्रेम 'इन्फ्याचुएसन' हो । त्यसमा प्रेमको निश्चित बिन्दु तोकिएको हुन्छ । प्रेम अनन्त हुन्छ, प्रेम जति गरे पनि सकिँदैन । बरु प्रेम जति पुरानो हुन्छ, त्यति नै बढ्दै जान्छ । कतिपय अवस्थामा यौनचाहना पूरा भएपछि प्रेमसम्बन्ध टुटेका उदाहरण पनि समाजमा निकै पाइन्छन् ।

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

नेपाली कलाकारहरू दार्जीलिङमा

कमल रिमाल

दार्जीलिङ– सिनेमा हलमा फिल्मको सोजस्तै सांगीतिक कार्यक्रम, एउटा सकिएलगत्तै अर्को सुरु हुने । यसपालिको दसैंमा भारत पश्चिम बंगालको दार्जीलिङ पुगेका पूर्वेली कलाकारहरूले लगातार चार दिनमा आठवटा सांगीतिक कार्यक्रम प्रदर्शन गरे । उनीहरूले एक दिनको विश्रामपछि दसैंको नवमीका दिन सिक्किमको रानीपुरस्थित रंगशालाको खुला चौरको विशाल जनसमूहबीच पुनः प्रतिभा देखाए ।

नेपाली मुलका भारतीयहरूको बाहुल्य रहेको दार्जीलिङेहरूको आग्रहलाई स्वीकार गर्दै उनीहरूले रातभरि पनि गाए । गायक श्रीकृष्ण लुइँटेलको नेतृत्वमा गएको टेलिश्रृङ्खला 'आयो बोकेदारी' का कलाकारको समूहले दसैंका चार दिन दार्जीलिङ र एक

दिन सिक्किममा भएको सांगीतिक कार्यक्रममा नेपालीपन प्रदर्शन गरे । त्यहाँका नेपालीभाषीको अत्यधिक माया पाएर मन खोलेर प्रतिभा देखाउन पाउँदा कलाकारहरू त्यति नै खुसी देखिन्थे जति दर्शक रमाएका थिए ।

नेपाली कालाकारको प्रतिभालाई सम्मान गर्दै त्यहाँका दर्शकले स्टेजमै आएर अँगालो हाल्दै चुम्बन गरे, कलाकारहरू नेपाल फर्कने बेलामा आँसु झारेर फेरि भेट्ने वाचा गर्दै बिदाइ गरे । त्यसैले पनि लुइँटेलको समूह कार्यक्रम लिएर बेलाबेला दार्जीलिङ पुग्ने गरेको छ ।

प्रभात म्युजिकल ग्रुपको आयोजनामा दार्जीलिङको कर्सियाङस्थित जिडिएलएसको हलमा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रम 'बोके दाह्री' दुई दिनमा चार शो प्रदर्शन गरियो । सेल्फ हेल्प ग्रुपको आयोजनामा दार्जीलिङकै चुङथुङ सल्लाबारीस्थित पारिजात रंगशालामा पनि 'बोके दाह्री' सांगीतिक कार्यक्रम दुई दिनमा चार सो चल्यो ।

उक्त अवसरमा विराटनगरको चर्चित स्मृति ब्यान्डको स्वर तथा संगीतमा लुइँटेलले आफ्ना चर्चित गीतहरू गाए । स्मृति ब्यान्डमा दीपेन थापा, ज्योति लिम्बू, इशान रेग्मी, प्रवीण खड्का, विजय राना, सुदीप थापा तथा संजय श्रेष्ठ संलग्न छन् । बोके दाह्री समूहका कलाकारहरू विलसनविक्रम राई, राजा श्रेष्ठ तथा राजन भण्डारीले प्रहसनमार्फत दर्शकलाई हँसाए । नेपाली कलाकार टोलीमा रहेकी एक मात्र महिला कलाकार कविता गिरीले नेपाली गीतमा नृत्य गरेर दर्शकहरूलाई खुसी पारिन् ।

फिल्मी खबर

-संगीतकार दीपकरमणले निर्माण गरेको चलचित्र 'मृत्युञ्जय'को सम्पादनकार्य सम्पन्न भएको छ । वैदेशिक रोजगारीमा आधारित यो चलचित्रमा रमित ढुंगाना नायक छन् भने उनको जोडीका रूपमा नायिका सञ्चिता लुइँटेल देखा पर्दैछिन् । मुकुन्द श्रेष्ठ, सुनील थापा आदि कलाकारको समेत मुख्य भूमिका रहेको उक्त चलचित्रको निर्देशन नारायण पुरीले गरेका हुन् । चलचित्रमा संगीतकार तथा निर्माता दीपक रमणको संगीतमा प्रदीप श्रेष्ठले नृत्य निर्देशन गरेका छन् ।

-निर्मात्रीका रूपमा एकपछि अर्को चलचित्र निर्माण गरिरहेकी नायिका रेखा थापाको पछिल्लो चलचित्र 'हिम्मत' प्रदर्शनको क्रममा छ । विराज भट्ट तथा रमित ढुंगानालाई नायक बनाइएको यो चलचित्रमा नायिका थापाले दोहोरो भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । चलचित्रमा चेतन सापकोटाको संगीतमा इन्डियन आइडल अभिजित सावन्त तथा नेपाली तारा दीपक लिम्बूले गीत गाएका छन् ।

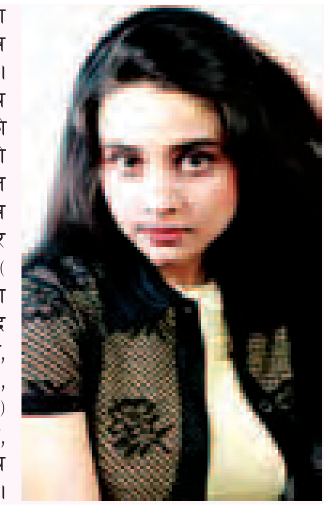
-'हामी तीन भाइ'को सफलतापछि सञ्चारकर्मी एवं निर्माता जयप्रकाश रिजालले निर्माण गरेको चलचित्र 'भरोसा' सफल चलचित्रमा दरिएको छ । सामाजिक कथा समेटिएको यो चलचित्रमा धेरैपछि नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ ठूलो पर्दामा देखा परे । चलचित्रमा दिलीप रायमाझी, अरुणिमा लम्साल, उषा पौडेल आदि कलाकारको पनि मुख्य भुमिका छ ।

– एलसिडी प्रविधिको चलचित्र 'कृष्ण बाबु' बनाएपछि निर्देशक प्रमोद भण्डारी अहिले ठूलो बजेटको ठूलै चलचित्र निर्माणमा व्यस्त छन् । उनले आफ्नो नयाँ चलचित्रको नाम 'महासंग्राम' राखेका छन् । ब्रिजेशकुमार यो चलचित्रका निर्माता हुन् । महेश खड्काको संगीत रहने चलचित्र महासंग्राममा राजेश हमाल तथा निरुता सिंहको प्रमुख भूमिका रहनेछ । योगेन्द्र श्रेष्ठको द्वन्द्व निर्देशन रहने यो चलचित्र द्वन्द्वप्रधान हुने कुरा निर्देशक भण्डारी बताउँछन् । चलचित्रको छायांकन तिहारपछि प्रारम्भ हुनेछ ।

-चलचित्र 'मैदान' तथा 'जीवनदाता'को प्रदर्शनपछि निर्माता सुशील पोखरेल चलचित्र 'जय शिवशंकर'को निर्माणमा जुटेका छन् । मदन घिमिरेको निर्देशन रहने यो चलचित्र द्वन्द्वप्रधान सामाजिक चलचित्र हुनेछ । विकास आचार्यद्वारा लिखित चलचित्र 'जय शिवशंकर'मा राजेश हमाल, निखिल उप्रेती तथा राजेश ढुंगाना क्रमशः जय, शिव र शंकरको भूमिकामा देखिनेछन् ।

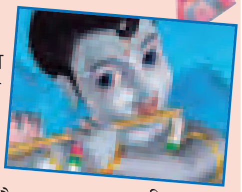
-'लहना' तथा 'दुई किनारा'बाट व्यावसायिक घाटा बेहोर्नुपरेपछि चलचित्र निर्माणका साथै निर्देशनबाट समेत टाढिएका तुलसी घिमिरे छिट्टै नै अर्को चलचित्र निर्माण गर्न गैरहेका छन् । उनको उक्त चलचित्रका बारेमा विस्तृत विवरण नबताइए पनि नायिकामा भने निरुता सिंह रहने कुरा लगभग तय छ । यसबीच निर्देशक घिमिरेले नृत्य-निर्देशक दिनेश अधिकारीद्वारा सञ्चालित राजधानी कलाकेन्द्रमा चलचित्रको विधागत प्रशिक्षण दिन थालेका छन् ।

– चलचित्र लेखकका रूपमा सक्रिय लेखकहरूले नेपाल चलचित्र लेखक संघको स्थापना गरेका छन् । चलचित्र लेखकहरूको बहुपक्षीय हकहितका लागि चलचित्रकर्मीहरूको यो नयाँ संगठन स्थापना गरिएको बताइन्छ । लेखन विधालाई समयानुकूल सशक्त तथा स्तरीय बनाउँदै चलचित्र उद्योगलाई समृद्धिको मार्गतर्फ अग्रसर गराउने लक्ष्य संघले लिएको छ । राजेन्द्र (युगेश) रायमाझीको अध्यक्षतामा स्थापना भएको यो संघमा गणेशप्रसाद उपाध्याय (देशभक्त खनाल) उपाध्यक्ष, अनिल संग्रौला महासचिव, ओमबहादुर गुरुङ (ओम प्रतीक) कोषाध्यक्ष तथा नयनराज पाण्डे, विकास आचार्य र सुरज सुब्बा सदस्य रहेको कार्यसमिति गठन गरिएको छ ।



चलचित्र

कृष्ण



हिन्दी चलचित्रमा एनिमेसनको प्रयोग बढ्दो छ। कुनै कलाकारबिना पात्रहरूलाई एनिमेसनकै माध्यमबाट सम्पूर्ण चलचित्र निर्माण गर्ने प्रक्रिया केही जटिल भए पनि हिन्दी चलचित्र उद्योगमा यस्तो प्रयोग हुन थालेको छ। हिन्दी भाषामा 'हनुमान' पछि एनिमेसनकै माध्यमबाट चलचित्र 'कृष्ण' को निर्माण पूरा भएको छ। हिन्दू धर्ममा भगवान्का रूपमा पुजिँदै आएका कृष्णको कथामा आधारित उक्त चलचित्रमा कृष्णको जन्म, उनको बाल्यकाल तथा आश्चर्यजनक घटनाहरूको श्रृंखला प्रस्तुत गरिएको छ। 'हनुमान' को सफलताबाट उत्साहित भएर शशिकान्त चड्डाले उक्त चलचित्रको निर्माण गरेका हुन्। कृष्णको निर्देशन अमन खानले गरेका हुन्। चलचित्रमा एनिमेसनका दृश्य आकर्षक छन्। कृष्णको बाँसुरी तथा पार्श्वसङ्गीत सुमधुर छ। बालबालिका एवं किशोर-किशोरीहरूको रुचिलाई दृष्टिगत गर्दै निर्माण गरिए पनि यो चलचित्रले वयस्क दर्शकलाई समेत समेट्ने आशा गरिएको छ।

स्नेक अन अ प्लेन

न्युयोर्क विमानस्थलबाट उडेको बिमान मध्यआकाशमा पुगेपछि त्यसभित्रका यात्रु अचानक कराउन थाल्छन्। परिचारिकाहरूले पाइलटलाई बिमानभरि डरलाग्दा सर्प पसेको खबर सुनाउँछन्। नभन्दै विमानमा अत्यन्त विषालु सर्पदेखि कहिल्यै नदेखिएका सर्पका झुन्ड यत्रतत्र भेटिन्छन्। सर्पले टोकेर केही यात्रुको मृत्यु हुन थालेपछि विमानमा त्रासको वातावरण फैलन्छ। विमानस्थलमा राम्रोसँग परीक्षण गरेर उडाइएको विमानमा कसरी सर्प पसे भन्ने कुराको खोज नासाका लागि चुनौतीका रूपमा खडा हुन्छ। नासाका वैज्ञानिकहरूले अन्य विमानभित्र पनि त्यस्तो सर्प देखिएको खबर प्राप्त भए पनि दर्शक पनि यसको कारण जान्न उत्सुक हुन्छन्। हलिउडका चर्चित नायक सामुअल ज्याक्सनको प्रमुख भूमिका रहेको यो चलचित्र अक्टुबरको तेस्रो सातादेखि विश्वभर प्रदर्शन हुनेछ।

ग्यालरी

-ललितकला क्याम्पसमा स्नातक तह प्रथम वर्षमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूको समूहले दसैंदेखि तिहारबीचको समयमा खोटाङ जिल्लाको स्थानीय परिवेशलाई समेट्दै चित्र कोर्ने भएको छ। खोटाङ कला यात्रा 'लार्भा' शीर्षक राखिएको उक्त कार्यक्रममा विद्यार्थी कलाकारहरूले पानीरंगको माध्यमबाट त्यहाँका रमणीय स्थल, संस्कृति, परम्परा एवं सामाजिक परिवेशलाई क्यानभासमा उतार्नेछन्, जसलाई तिहारपछि काठमाडौंका ग्यालरीमा प्रदर्शन गर्ने योजना बनाइएको छ। यात्रामा विद्यार्थीहरू प्रवीण अचानक, भीषण राजभण्डारी, नवीन राना, केशव मल्ल, गणेश नेपाल, कृष्ण राउत, टीकादन्त दहाल, सन्तोष सिग्देल तथा भेखबहादुर लिम्बू सहभागी छन्।

क्यासेट

लोकमाला भाग– ७

हरिदेवी कोइराला, बीमाकुमारी दुरा, चन्द्रकला शाह, सरला राई, पुस्तका खड्का, अच्युत दवाडी, खड्ग गर्बुजा मगर, राजु परियार, पुरुषोत्तम न्यौपाने, नवीन खड्का तथा बी.बी. ध्याबा गरी १२ जना गायक-गायिकाद्वारा स्वरबद्ध गीतिसंग्रह 'लोकमाला भाग– ७' बजारमा आएको छ। म्युजिक नेपालले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा विभिन्न भाकाका दसवटा लोकगीत सुन्न सकिन्छ। संग्रहका गीतहरूलाई दीपक ढुंगेल, शिवसंगम राई, शंकर पाण्डे, मदन दीपबिम, मधुबाबु थापा, खड्ग गर्बुजा मगर, मौसम पुन, मोहन मादेन, बीमाकुमारी दुरा तथा नेपाली लोकसांस्कृतिक केन्द्रले संगीतबद्ध गरेका छन्।

डम्फुरे

गायक रोज मोक्तानले गाएका सेलो लोक-पपगीतहरूको नयाँ संग्रह 'डम्फुरे' श्रोतामाझ आएको छ। संग्रहमा जयनन्द लामाको पुरानो गीत 'कलकत्ते काइँयो' को रिमिक्स भर्सन पनि समावेश छ। आठवटा गीतको यो संग्रहमा सुसन लामा, रोज मोक्तान, चन्द्र दोङ तथा अशोक मोक्तानद्वारा संगीतबद्ध गीतहरू सुन्न सकिन्छ। सुसन लामा तथा रोज मोक्तानले यो संग्रहका गीतहरू रचना गरेका हुन्।

पुस्तक

नेपाली संस्कृति झलक

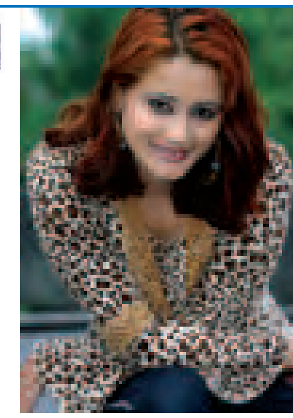
नेपाली संस्कृतिका सम्बन्धमा लेखक कृष्णराज अर्यालले नेपाली संस्कृति संक्षिप्त झलक नामक कृति प्रकाशमा ल्याएका छन्। रत्न पुस्तक भण्डारले प्रकाशमा ल्याएको सात खण्डमा विभाजित यो पुस्तक नेपाली संस्कृतिका बारेमा अध्ययन अनुसन्धान गर्न चाहने व्यक्तिका लागि हाते किताब हुनसक्छ। लगभग २ सय पृष्ठको यो पुस्तकको मूल्य १ सय ७५ रुपैयाँ छ।

रंगमञ्च

– शान्ति डरलाग्दो हुरीबीच त्रसित मुद्रामा भाग्दैछे। उनलाई दुई काला मानव आकृतिले आफ्नो वशमा पार्न खोज्दैछन्। आकृतिहरूसँगको ठूलै संघर्षपछि एकाएक शान्ति चिच्याउँछे। शान्तिको चिच्याहटपछि ती काला मानव आकृतिहरू बिस्तारै ओझेलमा पर्छन्। शान्ति आफूलाई काला मानव आकृतिहरूबाट जोगाउन सबैलाई आग्रह गर्छे। यो दृश्य गत शनिबार सर्लाहीको मलंगवाबाट प्रदर्शन प्रारम्भ गरिएको नाटक जनआवाजको हो। पूर्वी जिल्लाका प्रमुख सहरहरू हुँदै झापामा पुगेर टुङ्गिने यो नाटकमा स्थायी शान्ति तथा अग्रगमनका लागि सरकार-माओवादीबीच वार्ता लम्बिँदै जाँदा जनमानसमा बढेको संशय अनि शान्तिको चाहनालाई बेजोडसँग प्रस्तुत गरिएको छ। सन्तोष बराइलीको परिकल्पना तथा निर्देशन रहेको यो नाटकमा शान्तिको चाहनाविपरीत जानेलाई जनताले हुरी बनेर उडाउने कटु यथार्थ देख्न पाइन्छ। कसम लामा, नीरा सुब्बा, पवन विश्वकर्मा, हरेराम थापा, नारायण सुस्लिङको अभिनयले नाटकलाई जीवन्त तुल्याएको छ। नाटक प्रसास नेपालसँग सम्बद्ध इन्कलाब परिवारले प्रस्तुत गरेको हो।

–अमन कोइराला

सानो पर्दा



– चलचित्र नायिकाबाट भिडियो जक्की बनेकी कृति भट्टराईले इमेज च्यानलका लागि सञ्चालन गर्ने कार्यक्रम 'मानसी' दर्शकमाझ लोकप्रिय भैरहेको छ। महिलाहरूका लागि तयार पारिएको यो टक शो कार्यक्रममा महिला तथा जीवनशैलीका बारेमा जानकारी दिइन्छ। यो कार्यक्रम प्रत्येक सोमबार राति ८:१५ बजे प्रसारण हुन्छ।

-अहिले समय नै हाँस्ने-हँसाउने छ। धेरै निर्माता-निर्देशकले हास्यटेलिचलचित्र निर्माण गरी नाम र दाम कमाइरहेका छन्। यही लहरमा डीबी फिल्म्स प्रोडक्सनले 'ट्याक्ट्स' नामक हास्यटेलिचलचित्रको निर्माण प्रारम्भ गरेको छ। नौ भाग तयार भैसकेको सो टेलिचलचित्रको निर्देशन धनबहादुर हमालले गरेका हुन्। छुट्टै कथामा तयार गरिएको सो टेलिचलचित्रका लेखक तथा प्रमुख प्रस्तुतकर्ता पनि हमाल हुन्। टेलिचलचित्रको प्रमुख भूमिकामा कृष्ण पोखरेल, पदमप्रसाद पौडेल, आनन्द थापा, पारु गौतम, सरु श्रेष्ठ, प्रमिला पराजुली, तिनफुटे श्याम दाइ, सुवास मिश्रका अतिरिक्त जनकराम न्यौपाने, विर्पा सुब्बा, भीमा कार्की, राजु मल्ल तथा रत्न गदाल पनि देखा पर्नेछन्। निर्माता जनकराम न्यौपानेका अनुसार आगामी मङ्सिरको दोस्रो सातादेखि नै 'ट्याकटि्स' को प्रसारण हुन थाल्नेछ।

– कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको सांगीतिक कार्यक्रम 'म्युजिक मेला' तथा चलचित्रसम्बन्धी कार्यक्रम 'रजतपट' को प्रसारण समय परिवर्तन भएको छ। शुक्रबार राति ९:३० बजे प्रसारण भैरहेको 'म्युजिक मेला' अहिले बजे प्रसारण भैरहेको छ भने बिहीबार राति ९:३० बजे प्रसारण भैरहेको 'रजतपट' बुधबार राति ७:३० बजे प्रसारण हुन थालेको छ। काठमाडौं उपत्यकाबाहिरका दर्शकको अनुरोधमा रजतपटको प्रसारण समय परिवर्तन गरिएको बताइन्छ।

–भिडियो जक्की संज्ञा सिंह अब इमेज च्यानलमा देखिने छैनन्। इमेजका लागि 'अन द रोड' शीर्षकको कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने सिंह भिडियो जक्कीको पेसाबाट अलग हुँदै बिदेसिएको बताइन्छ।

– नेपाल टेलिभिजनले प्रत्येक शुक्रबार राति ११ बजे नेपाली चलचित्र प्रसारण गर्न थालेको छ, जसमा पुराना नेपाली चलचित्र प्रसारण गरिन्छ।

-वर्षौंदेखि टेलिभिजनका विभिन्न टेलिश्रृंखलामा चरित्र अभिनेत्रीको भूमिका निर्वाह गर्ने प्रज्ञा जोशी पनि टेलिश्रृंखला निर्मात्री भएकी छिन्। जोशीको निर्माणमा बनेको पारिवारिक टेलिश्रृंखला 'सिन्दूर'को प्रसारण नेपाल टेलिभिजनमा हरेक शनिबार राति सवा नौ बजे हुन थालेको छ। योगेश घिमिरेको निर्देशन रहेको उक्त श्रृंखलामा सुमन सिंह, गरिमा पन्त, हेमन्त बूढाथोकी, मुनाल घिमिरे, अञ्जु केसी तथा निर्मात्री जोशी स्वयंले अभिनय गरेका छन्।

चलचित्र व्यापारमा प्रगति

एक नजर र चट्टान बनाएर पन्ध्र लाखभन्दा बढी घाटा सहेका निर्माता-निर्देशक कृष्ण चापागाईं अहिले दंग छन्। उनी दंग पर्नुको कारण हो– उनको तेस्रो चलचित्र 'निखिल दाइ' को राम्रो व्यापार। मोफसलको पोखरा, नारायणघाट आदि स्थानमा प्रदर्शन भएको निखिल दाइले प्रदर्शनको तेस्रो सातासम्म पनि उस्तै व्यापार गरेको निर्देशक चापागाईं दाबी गर्छन्। चापागाईं भन्छन्- 'अरू बेलामा नेपाली चलचित्र नहेर्ने दर्शक पनि निखिल दाइ हेर्न आएका छन्। आफ्नो चलचित्रको व्यापार राम्रो भएपछि समग्र नेपाली चलचित्रको व्यापार राम्रो हुन लागेको अनुभव उनले गरेका छन्।'

जब मुलुकमा स्थायी शान्ति कायम हुन्छ तब चलचित्रको व्यापार पनि बढ्न थाल्छ। सशस्त्र माओवादीको दसवर्षे जनयुद्धका क्रममा पनि यस किसिमका घटना नघटेका होइनन्। युद्धको गति बढेको बेलामा चलचित्रको व्यापार घट्थ्यो भने युद्धविरामको संकेत देखिनेबित्तिकै व्यापार बढेको संकेत देखिन्थ्यो। यस वर्ष युद्धविराम अवधि लामो समयसम्म कायम रहेकाले काठमाडौंलगायत मोफसलका सरहमा प्रदर्शित चलचित्रको व्यापारमा सम्भावना देखिन थालेको छ।

मोफसलबाटै 'दादागिरी' प्रदर्शन सुरु गरेका निर्माता रोज राणा पनि दंग छन्। प्रदर्शन गर्नुअघि उनलाई पनि व्यापार कस्तो होला जस्तो लागेको थियो तर प्रदर्शन भएको पहिलो दिनमै सकारात्मक परिणाम पाए उनले। प्रदर्शित चलचित्रले आशातीत व्यापार गर्न थालेपछि प्रदशोन्मुख चलचित्रका निर्माता पनि खुसी हुन थालेका छन्। चलचित्र निर्माता संघका अध्यक्ष अशोक शर्मा भन्छन्- यदि मुलुकमा स्थायी शान्ति कायम भयो भने चालीस लाख लगानी गरेर चलचित्र बनाउने निर्माताले डराउनु पर्दैन।

मोफसलका मुख्य सहर पोखरा, नारायणघाट, विर्तामोड जस्ता मुख्य स्टेसनमा त राम्रो व्यापार भएको छ नै सानातिना स्टेसनमा समेत हलको व्यापारमा क्रमिक रूपमा सुधार आउन थालेको छ। निर्माता-निर्देशक शोभित बस्नेत भन्छन्- सरकार माओवादीबीच वार्ता प्रसंग अघि बढेपछि आमनागरिकले भयरहित वातावरणको अनुभव गर्न पाएका छन्। मनोरञ्जनको व्यापार उमंगको समयमा बढी हुने धारणा राख्ने सोभित सधैं यस्तै वातावरण कायम रहोस् भन्ने चाहन्छन्। यो भयरहित वातावरणमा चलचित्र प्रदर्शन गर्न चाहने निर्माताको ताँती लामै छ। अहिले सुटिङ सकेर बसेकाहरू चाँडो प्रदर्शनका लागि हतार गर्दैछन्।

चलचित्रको व्यापारसँगै हलको चहलपहल पनि बढ्न थालेको छ। मोफसलका कतिपय सहरमा दुई सो मात्रै चले पनि राजधानीका मुख्य हलमा भने तीनै सोको राम्रो व्यापार हुन थालेको छ। पहिले-पहिले रात्रि सो केवल चलाउनका लागि चलाएको धारणा राख्ने गोपीकृष्ण हलका प्रबन्ध निर्देशक तीर्थ पौडेल भन्छन्- 'पहिले त रात्रि सो चलाउँदा कार्बनको पैसा पनि उठ्दैनथ्यो तर अहिले सन्तोषजनक स्थिति छ। दर्शकको उपस्थिति पनि क्रमशः बढ्दै गएको छ। नयाँ फिल्म लागेका बेला त रात्रि सो पनि भरिभराउ हुन्छ।' शिवदर्शन हल सञ्चालक सुनील मानन्धर पनि केही समययता व्यापार बढेको स्वीकार गर्छन्। मानन्धर भन्छन्- 'एकदमै राम्रो त भएको छैन तर राम्रो हुने सम्भावना बढ्दै गएको छ।'

शिखर म्युजिक अपडेट

SHIKHAR MUSIC
SHIKHAR
Safalta ko life
STATUTORY DIRECTIVE: SMOKING IS INJURIOUS TO HEALTH

साताको स्वर

नवीन के. भट्टराई

यादले तिम्रो कस्तो प्रकारको गीत हो ?
–यो सेन्टिमेन्टल गीत हो ।

गीतको आकर्षक पक्ष ?
–यो गीतले राग यमनको रंग दिन्छ ।

एल्बमले कस्तो बजार पाएको छ ?
-एकदमै राम्रो रेस्पोन्स आएको छ । अघिल्लो एल्बमको तुलनामा बिक्री पनि बढेको छ ।

बजार पाएको भन्ने आधार ?
-इमेल तथा एफएम रेडियोमा श्रोताको चाहना देखेर र बजारमा एल्बम बिक्री भएको देखेर पनि यो एल्बमले राम्रो बजार पाएको छ भन्ने कुरा सावित हुन्छ ।

जी मेजरले नवीनलाई अझै माथि पुर्‍याउने विश्वास छ ?
-छ, अहिलेको ट्रेन्डभन्दा पृथक् भएकाले पनि श्रोताले यसलाई मन पराउनुहुनेछ भन्ने विश्वास लिएको छु ।

यो गीतको म्युजिक भिडियो कहिले आउँछ ?
-छिट्टै आउनेछ, जी मेजरकै 'कस्तो रहेछ बाटोको......' म्युजिक भिडियो तयार भैसकेको छ ।

एल्बमका अन्य गीत कुन शैलीका छन् ?
-क्लासिकल, नियो रक तथा सेन्टिमेन्टल शैलीका ।

-नेपाली लोकसंगीतका लोकप्रिय गायक एवं रेडियो नेपालका चर्चित कार्यक्रम सञ्चालक पाण्डव सुनुवारको ५४ वर्षको उमेरमा कलेजोसम्बन्धी रोगबाट निधन भएको छ । राजनीतिशास्त्रमा स्तानक गरेका सुनुवारले २०२९ सालदेखि रेडियो नेपालबाट गायन तथा कार्यक्रम सञ्चालका रूपमा सार्वजनिक यात्रा प्रारम्भ गरेका थिए । उनले बाँबरी फूलको बोट, बाइरोडको बाटोमा ट्याक्सी गुडाउँदै, यो दाजुको मिर्मिरे आँखा, भिझ्यो तिम्रो रातो पछ्यौरी नि लै लै, साउने खोला उर्लेर आउँदा जस्ता ५ दर्जनभन्दा बढी गीत गाएका छन् । सुनुवार कार्यक्रम सञ्चालकका रूपमा पनि उत्तिकै प्रख्यात थिए । सुनुवारले सञ्चालन गरेका फोन इन, चौतारी, रोधीं, झरना र झंकार, इन्द्रेणी, सुनगाभा जस्ता रेडियो कार्यक्रम रेडियो नेपालबाट प्रशारित उत्कृष्ट कार्यक्रममध्ये पर्छन् । रेडियो नेपालका आरोह अवरोह नामक पुस्तकसमेत प्रकाशित गरेका सुनुवार पाँच दाजुभाइमध्ये साँहिला हुन् । उनका एक श्रीमती, एक छोरा तथा दुई छोरी छन् ।

-दसैंको उपलक्ष्यमा मोरङको उर्लाबारीस्थित राधिका माध्यमिक विद्यालयमा राष्ट्रिय स्तरको सांगीतिक कार्यक्रम 'नक-दसैं विद म्युजिक' सम्पन्न गर्‍यो । घटस्थापनाका दिन अर्थात् असोज ७ गते आयोजित उक्त कार्यक्रममा गायकहरू सविन राई, दिव्य सुब्बा, डम्बर नेपाली, भुवन खनाल तथा सांगीतिक समूहहरू 'द एक्स' तथा 'ब्रह्मास्त्र' ले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे । कार्यक्रमको आयोजना इनिग्मा ब्वाइज उर्लाबारीले गरेको थियो ।

-दसैंको उपलक्ष्यमा पूर्वाञ्चलका कलाकारहरूले मोरङ तथा सुनसरीका विभिन्न स्थानमा 'दसैं शुभकामना आदान-प्रदान कार्यक्रम' सम्पन्न गरे । कार्यक्रममा सुमित खड्का, जुनु रिजाल, पारस थापा, मेघ लामा, प्रवलदीप विश्वास तथा सांगीतिक समूह स्मृतिले गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए । आयोजक एसपी इभेन्ट्सले जनाए अनुसार यो कार्यक्रम असोज ८, ९ तथा १० गते सम्पन्न भएको थियो ।

एक म्युजिक भिडियोको सुटिङका क्रममा गायिका नलिना चित्रकारको मेकअप मिलाइदिँदै पूर्व मिस नेपाल उषा खड्गी ।
तस्बिर : महेश प्रधान

-दसैंअघि सम्पन्न मिस टिन नेपालकी विजेता अर्थात् मिस टिन नेपाल खुश्बु ओलीले एक म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरेकी छिन् । खुस्बुले 'त्यो दिन कहिल्यै आएन जोगी...' गीत गाएर चर्चामा आएका गायक अमृत क्षेत्रीको दोस्रो गीतमा अभिनय गरेकी हुन् । उक्त भिडियोमा देखिएपछि उनलाई अन्य गायक/गायिका तथा म्युजिक भिडियो निर्माताहरूले पनि म्युजिक भिडियोहरूका लागि प्रस्ताव गरेका छन् ।

-दुई वर्षअघि 'लाग्छ तिमी सागर सरि..' गीत गाएर उदाएका आधुनिक गायक प्रमोद खरेलले पपगीत गाएका छन् । गायक भएपछि सबै प्रकारका गीत गाउन सक्नुपर्छ भन्ने विचार बोकेका गायक खरेलले आफ्नो दोस्रो एल्बममा पपगीतहरू मात्र रहने बताएका छन् । हालै एक अनौपचारिक भेटघाटमा खरेलले तिहारपछि धौलागिरि क्यासेट सेन्टरबाट बजारमा आउन लागेको उक्त एल्बमको शीर्षक 'रियलाइज' राखेको बताए भने एल्बममा पपगीतहरू मात्र भए पनि प्राय: गीतहरूलाई 'हाइ स्केल'मा गाएकाले त्यसलाई फरक शैलीको पपगीत भन्ने दाबीसमेत गरे ।

-डिजे राजुको रिमिक्स एल्बम 'डिजे राजु' र उक्त एल्बममा समावेश गीत 'च्याङ्बा है च्याङ्बा'ले पाएको सफलता एवं चर्चाबाट उत्प्रेरित संगीत कम्पनी रियाज म्युजिकले एकपछि अर्को एल्बम बजारमा ल्याउन थालेको छ । गएको दुई महिनामा उक्त कम्पनीबाट दीपेशकिशोर भट्टराईको 'भोकल', उदेश श्रेष्ठको 'रहस्य', टेलिश्रृंखला 'तीतो सत्य'को लोकदोहोरी 'फूलमा लाहुरे भैंसी', गोर्खाली ब्यान्डको 'गोर्खाली ब्यान्ड', डिजे सन्तोषको रिमिक्स 'एडिक्सन टु' तथा चार जना गायक क्रान्ति आले, अनिल सिंह, शिव मुखिया तथा बाबु बोगटीको संयुक्त एल्बम 'द नेक्स्ट स्टेप' बजारमा ल्याइसकेको छ । भविष्यमा अझै पनि राम्रा गीतहरू समावेश भएका एल्बम बजारमा ल्याउने योजना रहेको कम्पनीका सञ्चालक अनिल तुलाधरले साप्ताहिकलाई बताए ।

-जापानमा बसोबास गरिरहेका गायक रामकुमार अधिकारीले आफ्नो एल्बम 'मलाई अल्लारे नसम्झ'को विमोचन गीतकार डा. भोला रिजालबाट गराए । दीपचन्द्र मोक्तानद्वारा संगीतबद्ध उक्त एल्बमको विमोचनमा एक म्युजिक भिडियो पनि प्रदर्शन गरिएको थियो । क्षेत्रप्रताप अधिकारी, रमण घिमिरे, कृष्णहरि बराल, बद्री पाण्डे आदिका गीत समाविष्ट उक्त एल्बममा गायक अधिकारीलाई गायिकाद्धय रीमा गुरुङ र माण्डवी त्रिपाठीले साथ दिएका छन् ।

-लोकगायिका कोमल ओलीद्वारा गाइएको विवादास्पद गीत 'पोइल जान पाम' लाई जवाफ दिँदै अर्को गीत बजारमा आएको छ । सुमन बूढा तथा मिबम क्षेत्रीले गाएको उक्त गीतको बोलमा गायिका कोमल ओलीले 'पोइल जान पाम'को म्युजिक भिडियोमा गरेको गेटअपलाई इंगीत गर्दै 'छोटो कपाल दुई चुल्ठा बाटेकी, लाग्छ उमेर दुई बीसा काटेकी' भन्दै गायकद्वयले 'पोइल जान पाम शिव भन्नेलाई मैले लान पाम..' भनेका छन् । उक्त गीतको शब्द तथा लय प्रेम बरालले गरेका हुन् । गायिका ओलीले आफ्नो गीतको लय चोरिएको भन्दै 'जवाफ गीत'का रचनाकार तथा गायकविरुद्ध मुद्दा हाल्ने बताएकी छिन् । यसबीच गीतका रचनाकार बरालले ओलीको आरोपको छिनोफानो दर्शक एवं श्रोताले नै गर्ने बताए ।

लाइभ शो

– सांगीतिक समूह रोबिन एन्ड द न्यु रिभ्युलुसनलाई श्रोताहरूले एउटा रेस्टुराँमा सुन्न पाउँछन् । यो समूहले ठमेलस्थित बाम्बो क्लबमा प्रत्येक मंगलबार 'टिउस्डे इभ' का रूपमा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दै आएको छ । क्लबमा राति सात बजेपछि सांगीतिक कार्यक्रम प्रारम्भ हुन्छ ।

नजिकबाट

मौसमी गुरुङ

जन्ममिति	:	४ मार्च
घरमा बोलाउने नाम	:	मौसमी
जन्मस्थान	:	कोलकाता, भारत
पुर्ख्यौली घर	:	ओखलढुंगा, रुम्जाटार
अभिरुचि	:	फोटोग्राफी, फेसन डिजाइनिङ
पहिलो एल्बम	:	अनफर्गटेबल
सांगीतिक गुरु	:	चन्दन श्रेष्ठ
पहिलो कन्सर्ट	:	५९ सालमा अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन केन्द्रमा
पहिलो प्रेम	:	संगीत
पहिलो प्रेमी	:	जोसँग भविष्यमा विवाह होला
पहिलो प्रेमपत्र	:	प्रेमपत्र नै पठाउँदैनन्, डाइरेक्ट प्रपोज गर्छन्
पहिलो पटक बजाएको इन्स्टुमेन्ट	:	गितार
मनपर्ने परिकार	:	दाल, भात र तरकारी
मनपर्ने गायक	:	दीप श्रेष्ठ, कर्णदास
मनपर्ने गायिका	:	ज्ञानु राणा, रीमा गुरुङ
मनपर्ने रंग	:	हल्का रंग कुनै पनि
मनपर्ने पहिरन	:	साडी, कुर्ता, लेहंगा
मनपर्ने परफ्युम	:	म त्यति प्रयोग गर्दिनँ
पहिलो डेटिङ	:	विवाह गरेपछि होला
पहिलो फोटोसेसन	:	अनिल स्थापितसँग
मनपर्ने मौसम	:	जाडो र गर्मीको बीच
मनपर्ने खेल	:	ब्याडमिन्टन
फुर्सदमा	:	कपडामा कढाइ गर्दै टेलिभिजन हेरेर बस्छु
मनपर्ने संगीत	:	भजन, गजल
गायिका नभएको भए	:	फोटोग्राफर वा फेसन डिजाइनर हुन्थे
मनपरेको ठाउँ	:	मनाङ, पोखरा
भविष्यको लक्ष्य	:	सदावहार गीतहरू गाएर अमर हुने

पलैंटीमा फैलियो दावाको स्वर

तस्बिर : परिचय डटकम

काठमाडौं, सानो हल, थोरै तर गहन श्रोतालाई ८ महिनादेखि आकर्षित गर्दै आएको पलैंटी श्रृंङ्खलाले यसपटक रेडियो नेपालकी पुरानी गायिका दाबा ग्लाल्मोलाई प्रस्तुत गर्‍यो । दसैंको अवसरमा नेपा–लयको चिटिक्क परेको हलमा नर्वेजियन राजदूतको परिवार, प्रतिनिधिसभाका सदस्य रघुजी पन्त एवं दाबाको स्वरलाई वर्षौंदेखि सम्झिरहेका पाका दर्शकको सहभागिता थियो । पलैंटीको उक्त श्रृंङ्खला श्रोताहरूको मागका कारण दसैंअघिको बिहीबार र शुक्रबार दुई दिन चलेको थियो ।

५२ वर्षीया दावा ३० वर्षअघि रेडियो नेपालकी सर्वाधिक चर्चित गायिका मानिन्थिन् । उनले गाएका गीतमध्ये सहरभित्र केको हल्ला, रात गहिरिँदै जान्छ तथा मायाहरू...श्रोताहरूको ओठमा झुण्डिएका थिए । मधुर स्वरकी धनी दाबा रेडियो नेपालमा लाइभ स्टुमेन्टका साथ गीत गाउँदा उनका संगीतकारहरू समेत मख्ख हुन्थे । उनले गाएका 'मलाई रुखो सहानुभूति' तथा 'शुभकामना' रेडियो नेपालसँग रहेका एक सय राम्रा गीतमध्ये परिसकेका छन् ।

दसैंको अवसरमा पुरानै शैलीमा आफ्ना गीत गाउँदा दाबाले रेडियोमा गाएका गीतहरूको सम्झना हुन्थ्यो । रेडियोमा दाबाको स्वर सुनेर हुर्किएका ४५ वर्षीय रत्नदास श्रेष्ठले भने, 'मैले दाबालाई मेरो मनमा सजाएको थिएँ । उनी कस्ती छिन् भन्ने कौतुहल आज पूरा भयो ।' उमेर बढ्दै गए पनि उनको स्वर परिवर्तन नभएकोमा रत्नदास अचम्ममा परे । श्रेष्ठ जस्तै प्रत्येक दर्शक दाबाका बारेमा नयाँ-नयाँ धारणा बनाइरहेका थिए । सांसद रघुजी पन्तले भने, 'दाबाका कारण दार्जिलिङ र नेपालबीचको दूरी कम भएको छ । म पनि दाबाको प्रशंसक हुँ ।' कार्यक्रम अवधिभर दाबाले आफ्नो जीवनका १४ वटा चर्चित गीत गाइन् भने उनलाई राम्रा लागेका थप ३ वटा गीत प्रस्तुत गरिन् । गीत गाउँदागाउँदै उनले बेङ्लोरमा अध्ययनरत आफ्ना छोरा-छोरी तथा ब्रिटिस आर्मीमा कार्यरत आफ्ना श्रीमान्लाई सम्झिएको बताइन् । पहिलो दिनको कार्यक्रममा भएका केही कमजोरीलाई उनले दोस्रो दिन सुधारेकी थिइन् । दसैंको रमझमबीच सम्पन्न उक्त कार्यक्रम हेर्ने युवाहरूको संख्या पनि उल्लेख्य थियो ।

नेपा-लयले सञ्चालन गर्दै आएको पलैंटीमा दाबा ग्याल्मोभन्दा पहिले भीम विराग, शान्ति ठटाल, कुमार सुब्बा, कर्म योञ्जन, डेजी बराइली, मञ्जुल तथा फत्तेमानले आफ्नो स्वर गुञ्जाइसेका छन् ।

स्वीमिङ कस्टम लगाएर स्वीमिङ पुलको हाई डाइभ प्लेट फर्ममा हात-खुट्टा मिलाइरहेका विकुरामलाई देखेर आत्तिँदै एक जना मानिस : ए पख्नुस् पख्नुस्, कता डाइभ गर्न लागेको ? दिमाग खुस्कियो कि क्या हो ? डाइभ गर्नुअघि स्वीमिङ पुलमा पानी भए-नभएको बुझ्नु पर्दैन ?

विकुराम : आत्महत्या गर्नेलाई पानी भा'को-नभा'को के मतलब भाइ ?

०००

हातमा कुचो लिएको विकुरामलाई देखेर श्रीमतीले सोधिछन् : हैन, यो भ्याकुरीबाले जस्तो हातमा कुचो लिएर यता-उता दौडिँदै के गर्नुभा भन्या ?

विकुराम : झिँगा मारेको नि ! बुझिस् बूढी, मैले तीनवटा केटा झिँगा र एउटी केटी झिँगा मारिसके तीन मिनेटमा ।

विकुरामको कुरा सुनेर श्रीमती : अनि झिँगा केटा र केटी भनेर चाहिँ कसरी पत्ता लगाउनुभयो नि ?

विकुराम : तीनवटा झिँगा बियरको बोतलमा बसेका थिए भने एउटा झिँगा फोनमा बसेको थियो ।

०००

अप्रिल फूल मनाउने विचारले भुइँ तलामा बस्ने विकुरामलाई अप्रिल एक तारिखका दिन दसौं तलामा बस्ने जितुचाले खाना खान निम्ता गरेछ । विकुरामदाइ त्यसै पनि असी किलोको ज्यान, हस्याङ-फस्याङ गर्दै सातौं तलामा पुगेछन् तर जितुचाको कोठाको ढोकामा त भ्mोटेताल्चा लागेको रहेछ र ढोकामा ठूलो अक्षरमा 'देख्नु भो त विकुराम, मैले तपाईंलाई कसरी उल्लू बनाएर अप्रिल फूल मनाए' लेखेर झुन्ड्याइएको रहेछ । त्यो देखेर विकुराम दाइलाई निकै रिस उठेछ, त्यसपछि उनले ढोकामा लेखेको मेटेर आफूले थपेछन् : 'म त यहाँ आएकै थिइनँ ।'

०००

एक जना गफाडी गफ चुट्दै थियो : बुझिस्, एक पटक म पथलैयाको जङ्गलमा सिकार खेल्न गएको थिएँ, त्यतिबेला एउटा बडेमानको बाघ मेरो अगाडि ठ्याक्कै आइपुग्यो ।

गफ सुनिरहेका केटाहरू उत्सुक हुँदै : अनि-अनि के भयो ?

गफाडी : अनि के हुनु ? मैले मेरो दुईनाले बन्दुक उचालेर गोली ड्याम्म ठोकें नि । तर बाघ त यति चतुर रै'छ, मेरो गोली छलेर भाग्यो बा । त्यसपछि मेरो गोली पनि के कम ? गोलीले भागिरहेको बाघलाई लखेट्यो । बाघ अघि-अघि, मेरो गोली पछि-पछि । मेरो गोलीले भेट्टाउन मात्र के लागेको थियो त्यो बाघ एउटा ठूलो सिमलको रूखपछाडि फुत्त लुक्यो बा ! मेरो गोली पनि के कम, सिमलको रूख पछाडि नै गयो । बाघ त फेरि कुलेलाम ठोक्यो ।

केटाहरू गफाडीको कुरा सुनेर दङ्ग पर्दै : ओहो ! गोली त निकै तगडा रै'छ ।

गफाडी : त्यति मात्र कहाँ हो र ? त्यो कुलेलाम ठोकेको बाघलाई गोलीले फेरि लखेट्यो । मेरो बाघ त यति चालाक रै'छ, त्यो गाउँको एउटा घरमा छिरेर ढोका ढ्याम्म लगाइदियो । त्यसपछि मेरो गोलीलाई के गर्ने के गर्ने भयो । मेरो गोली पनि के कम ? ऊ ढोकाबाहिर नै पर्लेटी कसेर बाघलाई कुर्न थाल्यो । झन्डै एक-डेढ घण्टापछि बाघले अब त मेरो गोली गयो होला भनेर ढोकाबाट अलिकति मात्र के चियाएको थियो, गोली त निधारमा ढ्याम्म लागेर बाघ त खुत्रुक्कै ।

कविता

सम्बन्ध टुटाउनेलाई

तिम्रो-मेरो सम्बन्ध टुटाउनेलाई सलाम
मिथ्या आरोप लगाएर छुटाउनेलाई सलाम
डाहा गरे वैरागीहरूले तिम्रो मेरो नाताप्रति
अलग पारेपछि ताली चुटाउनेलाई सलाम
कस्तो सोच, यहाँ कसैको कोही साथी हुन्न ?
छुटाउनलाई भूटा दसी जुटाउनेलाई सलाम
श्रेणी, पद, उमेर हाम्रो केही पनि मिल्दैनथ्यो
गाली गरी तिम्रो आत्मा दुखाउनेलाई सलाम
जति शिक्षित भए पनि विचार फेरिँदैन रैछ
यही सोचमा हाम्रो ऐना फुटाउनेलाई सलाम
हामी पनि बुझ्ने थियौं, कुरा त बुझिहाल्थ्यौं
अनाहकमै चाहना लुटाउनेलाई सलाम !

–दुई थोपा आँसु

अपरिचित माया

बोली तिम्रो महँगो छ,
कौशीमा आई हेछ्यौ कति ?
मनमा हलचल हुन थाल्छ
तिमी मुस्कान छाड्छ्यौ जति
जोडिए नि हाम्रो घर छैन मन जोडिएको
तिमीलाई के थाहा
त्यही मुस्कानले मेरो हृदय फोडिएको
दिएर त हेर माया गुम्साएर
किन राख्छ्यौ ?
टाढा हुँदा बोल्न खोज्छ्यौ,
नजिक पर्दा किन भाग्छ्यौ ?
मान्छे सबै एउटै लाग्या होला जातको डर
अहिलेको शताब्दीमा मान्छेभन्दा नजाऊ पर
खुला छ दिलको ढोका माया गर्छ्यौ भनेदेखि
मन मिले बस्छ माया निधारमा हुन्न लेखी ।

–हीरारत्न श्री

मेरा प्रहरहरू

उदास छ छातीभरि तारा ओछ्याएर बस्छु
मिलनका पुराना यादहरू सजाएर बस्छु
आँसुको धाराले एउटा तस्विर खिइएर जान्छ
आँसुकै मसीले रेखाहरू फेरि चलाएर बस्छु
बादल हेर्छु जुल्फी चारैतिर फिँजाएझैं लाग्छ
एउटा फूल म पृथ्वीमा आँसुले भिजाएर बस्छु
जुनेली रात, पर कतै पाउजु बजेझैं लाग्छ
इसाराका लागि फेरि बाँसुरी बजाएर बस्छु
मर्ने रहर हुन्छ आउँदिनन् उनी अब भनी
नजरले तैपनि जिन्दगी बचाएर बस्छु ।

– प्रेमकृष्ण श्रेष्ठ

मेरो हजुर

प्रेमको सुवास छर्दै आउनुहुन्थ्यो हजुर
अरूकोभन्दा भिन्न माया लाउनुहुन्थ्यो हजुर
बहानाबाजी गरेर नबोली ठुस्किँदा म
हात जोडी मीठो गीत गाउनुहुन्थ्यो हजुर
विछोडको कल्पनाले सीमा नाघ्दा
विम्ब बनी आँखाभरि छाउनुहुन्थ्यो हजुर
बिपनीमा मायाहरू सँगालेर राखे पनि
कोल्टो फेर्दा सपनीको आउनुहुन्थ्यो हजुर
चाँडै डोली लिई आफ्नो बनाई हेर्नु
यो खानीको जम्मै माया पाउनुहुन्थ्यो हजुर

–विजय नेपाल

चलमलाउने छैनन्

तिमीले च्यातेका ती फूलका थुङ्गा
अब फेरि कहिल्यै कलकलाउने छैनन्
मायाका मुना मनका डालीमा
अब फेरि कहिल्यै पलाउने छैनन्
चुलबुले मनमा खुसीका लहरा
अब फेरि कहिल्यै सलबलाउने छैनन्
आफ्नो जीवन, आफ्नै भरोसा
सहाराको खोजीमा यी शरीर
अब फेरि कहिल्यै चलमलाउने छैनन् ।

– हिमबहादुर विष्ट

लघुकथा

अनुसन्धान

भद्रटोल भन्ने बित्तिकै दुर्व्यसनीहरूको अखडा र आपराधिक क्रियाकलाप हुने ठाउँ भनेर चिनिन्छ । त्यहाँ मान्छेको हत्या हुनु, लुटिनु, बलात्कार हुनु भनेको कुनै नौलो कुरा थिएन । त्यो ठाउँमा यस किसिमका घटना वर्षौंदेखि घट्दै आएको छ । त्यहाँको प्रहरीले यसलाई रोक्न सकिरहेको थिएन । एकपटक त्यहाँ एकजना विदेशी नागरिकको वीभत्स हत्या भयो । त्यहाँ अनुसन्धानका लागि प्रहरीहरू आए । प्रहरीले त्यहाँ जम्मा भएका सबैसँग सोधे । कसैले यो हत्याको हत्यारालाई देख्नुभयो ? यो हत्याका बारेमा कसैलाई केही थाहा छ ? आज तपाईंहरू थाहा भएर पनि केही बोल्नुहुन्न भने भोलि तपाईंकै घरमा अथवा समाजमा यस्ता घटना घटे भने प्रहरी तपाईंहरूको सहयोगका लागि आउनेछैन । अन्त्यमा प्रहरीहरू त्यहाँबाट जाने समयमा भीडबाट एउटी महिलाको आवाज आउँछ- मैले देखेकी छु त्यो हत्यारालाई, मलाई थाहा छ, हत्यारा को हो ? प्रहरीहरू ती महिलाको नजिक आउँछन् तर प्रहरी इन्स्पेक्टर ती महिलालाई देखेर झस्कन्छन् । उनको अनुहारको रङ बदलिन्छ र ती महिलालाई पाखुरामा समात्दै भन्छन्- तपाईंले केही पनि देख्नुभएको छैन । तपाईंलाई केही पनि थाहा छैन । तपाईंलाई यहाँ कसले आउन भन्यो ? भीडका मानिस आश्चर्यचकित हुन्छन्- किन प्रहरीले यसो भनिरहेको छ ? सबै एक-अर्काको मुखमा हेर्छन् । पछि थाहा हुन्छ उनी तिनै प्रहरी इन्स्पेक्टरकी श्रीमती थिइन् ।

–सुमन सत्याल

आँखाजुधाइ

जब टिफिन हुन्थ्यो तब हाम्रो कक्षामा एउटा खेल सुरु हुन्थ्यो- आँखाजुधाइ । केटाहरूमा त मलाई आँखाजुधाइमा कसैले पनि जित्न सक्दैनथ्यो । केटीहरूमा चाहिँ उनी थिइन् सबैभन्दा बढी आँखा नझिम्क्याईकन हेर्न सक्ने । अरू खेलमा त्यति जान्ने नभए पनि आँखाजुधाइमा अरू भन्दा टप भएकाले केही घमन्ड उनी र ममा थियो । एक दिन साथीहरूले उक्साएपछि उनी र म पनि आँखाजुधाइ खेल्ने भयौं । केटा साथीहरू मेरो पक्षमा थिए भने केटी साथीहरू उनको पक्षमा । एक छिनपछि खेल सुरु भयो । मैले उनको आँखामा मेरो आँखा नझिम्क्याई हेर्न थालें भने उनी मेरो आँखामा हेर्न थालिन् । हेर्दाहेर्दै प्रतिस्पर्धा खेल एक्कासि मायामा परिणत भएछ । न त उनले मेरो आँखाबाट आफ्नो आँखा हटाउन सक्छिन् न त म नै । यतिबेला हामीले भुलिसकेका थियौं कि हामी खेल खेलिरहेका छौं, हाम्रो वरिपरि साथीहरू छन् । पछि साथीहरूले झस्काएपछि पो थाहा भयो, हामी आँखाजुधाइ खेलिरहेका छौं । त्यस दिनदेखि त्यही खेल खेल्न मन लाग्न थाल्यो मात्र उनीसँग । अहिले टिफिनको समय होस् वा पढाइ भैरहेकै समय होस् जति खेर पनि उनी र म त्यही खेल खेलिरहेका हुन्छौं, सुटुक्क कसैले नदेख्ने गरी ।

–लक्ष्मण

चाहना स्टाइलिस बाइकको

पृष्ठ १ बाट जारी

छनौटमा विविधता नहुँदा 'मोडिफाई' धेरै भएको हो, सिजापतिले तर्क गर्दै भने- 'यदि भनेजस्तो बाइक पाइयो भने दुःख पाउने काम कसले गर्छ ? इन्जिनियरिङ दृष्टिकोणले पनि सवारी साधनलाई वर्कसपमा 'मोडिफाई' गर्नु गलत काम हो । मोटरसाइकल विक्रेताहरूले पनि आफूले दिएको दुई वर्षको 'वारेन्टी' परिवर्तन गरिएको मोटरसाइकलको हकमा लागू नहुने स्पष्ट पारेका छन् । त्यसो भए किन यसो गर्ने ? उनीहरूले घुमाउरो भाषामा भने- 'हामीले गरेको काम गलत हुनसक्ला, तर हाम्रो चाहनाअनुरूपको र नेपाली सडक सुहाउँदो रेसिङ बाइक नआएसम्म मोडिफाई रोकिँदैन ।'

अहिले मोडिफाई गरिएका प्रायः बाइकहरू १ सय ५० सीसीभन्दा माथिका हुन् । नेपालको सडकअनुसार १ सय ५० सीसीलाई रेसिङ लुक दिन मिल्ने युवाहरूको तर्क छ । त्यसो त कम्पनीहरूले पनि युवाहरूलाई लक्षित गरेर यस्ता मोटरसाइकलको लुकिङ रेसिङ बाइकको जस्तो बनाएका हुन् ।

हिरो होन्डाले केही समयअघि मात्र बजारमा ल्याएको करिज्मा २ सय २५ सीसीको भएकाले रेसिङ लुक दिँदा गजब हुने कार्की बताउँछन् । अहिले बजारमा मोडिफाई गरिएका बाइक वास्तवमा रेसिङ बाइक होइनन्, तर उनीहरू त्यसलाई रेसिङ बाइकको लुक दिन चाहन्छन् । स्वरूप परिवर्तनकै क्रममा इन्जिनको क्षमता पनि बढाइन्छ । इन्जिनको पिस्टन परिवर्तन गरेर क्षमता बढाइन्छ । पल्सर र सिविजीमा यस्तो बढी हुन्छ । कार्की भन्छन्- 'अहिलेका युवाले खोजेजस्तै बजाजको पल्सर पनि २ सय २० सीसीमा आउँदैछ, त्यसको स्वरूप अहिले हामीले परिवर्तन गरेजस्तै हुनेछ ।'

आकर्षक मोडलका मोटरसाइकल युवा नजरमा पर्नु स्वाभाविक हो, नेपालमा ६-७ सय सीसीका आकर्षक मोडलका मोटरसाइकल पनि गुड्छन्, तर भनेजस्तो सडक नहुँदा यस्ता मोटरसाइकल सो पिस मात्र बन्ने गरेको बुद्धनगरका २० वर्षीय सन्दिप कुँवरले बताए । नेपालमा तीन-चार वर्षयता आकर्षक मोडल मात्र होइन, स्वरूप परिवर्तनको पनि लहर नै आएको छ । 'हिन्दी चलचित्र 'धुम' ले धेरै युवालाई प्रभाव पाऱ्यो', कार्की भन्छन्– 'बाइक्स ब्वाइज', 'टर्क' जस्ता अंग्रेजी चलचित्र र इन्टरनेटमा अपडेटेड तस्विर तथा चलचित्र हेरेकाहरूले त्यस्तो चाहना राख्नु अस्वाभाविक होइन । कार्कीका अनुसार विदेशमा स्वरूप परिवर्तनलाई आपत्तिजनक मानिँदैन, तर नेपालमा भने ट्राफिकले जथाभावी जरिवाना ठोक्छ ।

युवा चाहना नै त हो, कलेज बंक गरेर चोभारको डाँडामा मोटरसाइकल उडाउनेहरूको जमात पनि यही छ, बीबीएस अध्ययनरत कुँवर भन्छन्- 'सौख मात्र होइन, उमेर र साथीहरूको संगत पनि मोटरसाइकलस्वरूप परिवर्तनको अर्को कारण हो । एक्सिलेटर धेरै बटारेर साइलेन्सर पाइपबाट आगो निकाल्नेसम्मका होडबाजी हुन्छन् ।

संगतकै कारण मैले पनि मोटरसाइकलका पार्टपुर्जा परिवर्तन गरेको हुँ, राम्रै मेहनत गरेर स्वरूप परिवर्तन गरेको मोटरसाइकलको छेउमा उभिएर स्वयम्भूका विक्रम छन्त्यालले भने- 'तर आज यसको प्रतिफल पनि राम्रैसँग भोगें ।' गौशाला ट्राफिकले समातेको अवस्थामा गर्लफ्रेन्डसहित भेटिएका विक्रम १ लाख ८० हजारमा खरिद गरेको करिज्मा देखाउँदै आज दिन ठीक रहेनछ, बेकारमा फसियो भनिरहेका थिए । जापानबाट बाबुले पठाएको पैसाले यहाँ रमाइरहेका विक्रमलाई यो काम गर्न हुँदैनथ्यो भन्ने थाहा थिएन ।

गौशाला ट्राफिकमै पक्राउ परेका बुटवलका सागर तामाङले हेन्डिल परिवर्तन गर्नुका साथै लुकिङ ग्लास हटाएका रहेछन् । लुकिङ ग्लास किन हटाएको भन्ने प्रश्नमा उनले उल्टो प्रतिप्रश्न गर्दै भने– 'पछाडि के छ भनेर कहिल्यै हेर्नु पर्दैन भने किन लुकिङ ग्लास राख्नु ?' तामाङका अनुसार मोटरसाइकललाई अन्य सवारी साधनको जस्तो पछाडि सार्नुपर्ने पनि होइन । हेर्नैपरे टाउको नै घुमाए भएन ?

ट्राफिक कारबाही

नयाँ बानेश्वर चोकमा एक युवा ट्राफिक लाइटको पनि वास्ता नगरी मोटरसाइकल दौडाइरहेका थिए । पहिलो ट्राफिक नियमको उल्लंघन दोस्रो मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन । ट्राफिक प्रहरीले कारबाही गर्ने बताएपछि ती युवाको जवाफ थियो– 'लोकतन्त्र आएको थाहा छैन' । ट्राफिकले युवालाई सम्झाएर पठाउनुको विकल्प थिएन, किनकि काठमाडौंमा तत्कालै हुनसक्ने आन्दोलनको स्वरूपलाई हेर्दै उनले त्यो कुरालाई अगाडी बढाउन चाहेनन् । '१८ देखि २५ वर्षसम्मका तन्नेरीहरूले चलाउने मोटरसाइकल स्वरूप परिवर्तन (मोडिफाई) गरिएका हुन्छन्,' गौशाला ट्राफिकका प्रहरी नायब निरीक्षक सीताराम हाछेथु भन्छन्- 'मोडिफाईले दुर्घटना बढाएकाले ट्राफिक प्रहरी नियन्त्रणमा जुटेको छ । ट्राफिकले लोकतन्त्र आउनुअघि लगभग समाधान गरिसकेको यो समस्या अहिले फेरि एक्कासि बढेको हो ।' हाछेथुका अनुसार मोडिफाई गर्नेहरूलाई जरिवाना तिराउँदा पनि समस्या समाधान नभएकाले ट्राफिकले मोटरसाइकललाई पुरानो स्वरूपमा फर्काएपछि मात्र छाड्ने गरेको छ । हाछेथुका अनुसार लोकतन्त्रको नाममा विकृति बढेको छ, मोटरसाइकल ब्लु क्रममा उल्लेख भएअनुसार यसरी स्वरूप परिवर्तन गर्न मिल्दैन । अपराध उन्मुख कार्य भएकाले यसलाई नियन्त्रण गर्न सबै पक्षको सहयोग आवश्यक छ ।

ट्राफिक नियमअनुसार कसैले आफ्नो सवारी साधनको सिट, रंग, स्वरूप, इन्जिन वा चेसिस परिवर्तन गर्न चाहे यातायात व्यवस्था विभागमा दरखास्त दिएर त्यसपछि त्यहाँको प्राविधिकले उपयुक्त देखे मात्र परिवर्तन गर्न मिल्छ । उपत्यका ट्राफिक प्रहरी कार्यालय काठमाडौंका प्रहरी उपरीक्षक रविराज श्रेष्ठका अनुसार माथि उल्लेखित कुरा उल्लङ्घन गरेको पाइए ट्राफिकले ५ सय देखि २ हजारसम्म जरिवाना ठोक्छ । ट्राफिक प्रहरीले नियन्त्रणकै क्रममा वर्कसपहरूलाई पनि कारबाही गर्ने योजना बनाएको छ । देशव्यापी रूपमा अगाडि बढाएर चाँडै नै यो समस्या निर्मूल गरिने प्रहरी उपरीक्षक श्रेष्ठले बताए ।

यता मोडिफाई गर्नेहरू पार्टपुर्जा परिवर्तन गर्नुलाई स्वरूप परिवर्तन मान्न तयार छैनन् । बालकोटका ललित कार्कीले भने- 'कारबाही गर्ने यो प्रक्रिया नै गलत छ । आफ्नो मोटरसाइकलको पार्टपुर्जा परिवर्तन गर्न सरकारलाई सोधिरहनुपर्छ र ? उनका अनुसार बजारमा पनि खोजेका सबै सामान पाइन्छन् भने किन नफेर्ने ? हुन पनि बजारमा सामान्य मूल्यदेखि अत्यधिक मूल्यसम्मका पार्टपुर्जा भिक्छन् । अर्का युवा राजकुमार सिजापतिको भनाइमा यस्ता सामान भित्र्याउनेहरूको डरलाग्दो सञ्जाल छ ।'

ट्राफिकले हामीलाई कारबाही गर्ने भनेको चाडबाडको समयमा रुपैयाँ जोडजाम गर्न मात्र हो, टेकुमा भेटिएका सिजापती भन्छन्– ट्राफिकले पक्रिएको केही क्षणमै हामी त्यहाँबाट सजिलै उम्कन सक्छौं । त्यसो त युवाहरूकै व्यङ्ग्यात्मक भनाइमा पैसा भएका र माथिल्ला ओहदामा बस्नेहरूका छोराछोरी नै यस्ता गतिविधिमा संलग्न हुने भएकाले ट्राफिक प्रहरीहरू यसमा कारबाही गर्ने सामर्थ्य राख्दैनन् । उनीहरू भन्छन्- 'प्रहरीका छोराहरूले नै मोटरसाइकलको स्वरूप परिवर्तन गरेका छन्, तर प्रहरी उपरीक्षक श्रेष्ठ यो कुरा मान्न तयार छैनन् । भन्छन्– 'यसलाई आपराधिक गतिविधि मानेरै कारबाही चलाउँछौं ।'

अर्को समस्या राजधानीबाटै दैनिक दर्जनौंको संख्यामा हराउने मोटरसाइकललाई चोरले स्वरूप परिवर्तन गरेर चलाइरहेका वा बेच्ने गरेका छन् । यसलाई नियन्त्रण गर्न पनि कडाइ गर्नुपरेको हाछेथु बताउँछन् ।

सन्देश

रामकोटस्थित रत्नराज्य माविका साथीहरू उमेश, सनोज, मुकुन्द, सिर्जना, अनिता, वन्दना र सुनकेशरीलाई सुमधुर सम्झना तथा विजयादशमी एवं दीपावलीको मंगलमय शुभकामना ।

राजन गिरी

विजयादशमी एवं दीपावलीको अवसरमा साथीहरू कृष्ण, राजु मौसम, सागर, प्रशान्त, राम, धन, जय, रमेश, धनवीर, रिमो, दाजुहरू डेल, सूर्य, इन्द्र, मनिता, मुना, तीर्था, जिना, सीता, दुर्गा, ईश्वरी, किसान, सरु, माया, सम्झना, तस्बिर, काजी, प्रम, लेखेसोटी, सुनिल, अनिल, विशाल, सुरज, सन्तोष, तक, राजन, कुमार, हेमन्त, पुनम, रुवी, सम्झना, सीता, सिर्जना, अनिता, अमिता, अञ्जना, पूजा, काली, सविना, शर्मिला आदिमा हार्दिक शुभकामना ।

लोकेश गुरुङ

दाइहरू सोहन, अर्जुन र भाइ रोशनलाई दुर्गा भवानीले रक्षा गरून्, भाइ रोशनको जन्मदिनको अवसरमा धेरै-धेरै शुभकामना ।

ठूली रानी

बडादसैं एवं दीपावलीको उपलक्ष्यमा मलाई चिन्नुहुने सम्पूर्ण साथीलाई हार्दिक शुभकामना ।

१९,८,२९,१,१३

साथीहरू अमृता, विना, देव, दिनेश, भीम, दामोदर, सरिता, भरत, जीवन दाइ, दिदी विमला, राजु, इन्दिरा, भाइ-बहिनी राम, जानुका, सपना एवं सुवासलाई विशेष मायाका साथै प्रगतिको हार्दिक शुभकामना ।

चन्द्रा ठकुरी

देव, विकास, सुरेन, शेष, प्रकाश, सरोज, रसु, प्रजी, अनु, कवि, रोपना, र मलाई चिन्ने साथीहरूमा सुस्वास्थ्य दीर्घायु एवं सफलताको कामना गर्दै विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना, सबैलाई फोन गर्न आग्रह छ ।

उद्धव केसी

विजयादशमी एवं दीपावलीको पावन अवसरमा साथीहरू दिनेश, सुमन, निर्मला, मैया, लोकेन्द्र, विनीता, विजया, विवेक, विजया, विनय, रूपा, निरज, कविना एवं मेरा प्यारा भान्जा-भान्जीहरू रूपक, रूपाका साथै दिदीभिनाजुमा उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना ।

कुमार भट्टराई

मेरो सम्पूर्ण साथीभाइ, विशेषगरी मेरो मुटुको धड्कन एन लगायत प्यारी बहिनी सीता, उमा, गीता एवं मायालाई विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

रामकेसर बिसङ्खे

सर्मी, तिमीलाई विजयादशमी तथा दीपावलीको धेरै-धेरै शुभकामना । बेइमान लड्की तिमी मसँग किन पहिले जस्तैगरी मन खोलेर कुरा गर्दिनौ । किन तिमी मबाट फेरि टाढा हुन खोज्छ्यौ ? के तिमीले मलाई साँच्चै नै माया मार्छौ हो त ? हेर सर्मी, तिमी जेसुकै भन म तिमीलाई हिजो जति माया गर्थेआज पनि त्यति नै माया गर्छुर भोलि पनि तिमीलाई त्यसरी नै माया गरिरहनेछु, मात्र तिमीले साथ दिए पुग्छ ।

प्यारे

साथीहरू काजिन्द्र, राजेश, भानु, प्रवीण, प्रसिद्ध, कान्छा, सविना, पुनम, प्रिया, धनेश, मिनु, जुद्ध, प्राचीन, सन्देश, जनम, रविन, रञ्जना, रिनचिन, ज्योति, अञ्जना, सुन्दर देवी, रामु, गोपाल, सुरेन्द्र, कमल, नानी, रेखा, नइन्द्र, विन्दिया तथा रोशनलाई परदेशी साथीको मीठो सम्झना ।

सुरेन्द्र, यामु सारू

विजयादशमी एवं दीपावलीको अवसरमा मेरा बुबाआमा, दाजुभाउजु श्रीमती सुजन तथा छोराछोरी सहित बहिनीहरू संगीता, शर्मिला, उर्मिला, उदय अनि गोपालमा हार्दिक शुभकामना ।

वेशन्तर शाक्य

विजयादशमी एवं दीपावलीको अवसरमा बुबा, मम्मी, दाजुहरू, दिदीहरू बहिनी, सम्पूर्ण आफन्तहरूलाई हार्दिक शुभकामना ।

milangopal2006@yahoo.com

बुबा, ममी, प्यारी भाउजु लक्ष्मी, भिनाजुहरू तथा दिदीहरू सीताबराल, सीता घिमिरे, बहिनीहरू लीला, उषा, रूपा, भाइ अमर, भान्जीहरू प्रतिज्ञा, प्रशंसा, र संस्कृति सानो प्यारो छोरा सुवासमा विजयादशमी तथा दिपावलीको अवसरमा सुस्वास्थ्य दीर्घायु एवं सुख शान्तिको शुभकामना ।

कृष्ण–बलराम बराल

प्रकाश, विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामनाका साथै सुखद दाम्पत्य जीवनको कामना गर्दछु ।

एसएमएस

विजयादशमी तथा दीपावलीको पुनीत अवसरमा म आत्मीय साथीहरू प्रकाश, श्रीकृष्ण, रोशन, मणिराज, जम्बुदीप, इरिना, सविना, सिरु, सविना, सुमित्रा, प्रदिनाका साथै सबै चिरपरिचित सम्पूर्ण साथीहरूलाई विशेष गरी पिएसका लागि मुरीमुरी शुभकामना ।

निर्मल पुनीत

साथीहरू कमली, शान्ति, सानु घायल, रविना, सुष्मा, रुजना, सपना, रेखा, सतउरी, निर्मला, दया, रीता, लक्ष्मी, चन्द्रिका, अर्पण, राधाकृष्ण, दीपक, चन्दे, कमल, विमल, अक्कल, रमेश, गोपाल, सुशील, सानु, अञ्जुक, भीम आशिष लगायत सम्पूर्णमा विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

राजकुमार सुनुवार

विजयादशमी एवं दीपावलीको सुअवसरमा सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ-दिदीबहिनी, साथी नेत्र, टीका, भीम नवीन, सपना तथा रुद्रमा विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

इन्द्रबहादुर सुनुवार

साथीहरू सुमित्रा, शर्मिला, समिला, सविता, कविता, सीता, रमा, अशोक, अर्जुन, सरोज, नवीन, सुमन, उत्सव, आकाश, देवेन्द्र, राजकुमार, दीपक, राजेन्द्र, राधाकृष्ण, रमेश, दिनेश, दीपक, मधुकर, माधव, प्रवीन, प्रदीप, प्रमध, सुधाम, दामोदर तथा विपनालाई विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

रामबहादुर श्रेष्ठ

प्रज्ञा, जन्मदिनको मंगलमय शुभकामना ।

दिदी मञ्जु

विजयादशमी एवं दीपावलीको सुअवसरमा श्रीमती जयन्ती एवं साथीहरू रीता, शर्मिला, सविन, रूपराम, श्रीराम, शोभा, कुमार, अमृत तथा प्रदीपमा हार्दिक शुभकामना ।

रमेश कार्की

कल्पना, मुटुभरिको न्यानो माया तथा अविरल सम्झना, कल्पनामा हाम्रो माया जुनरूपले अघि बढेको छ नि त्यसरी नै उन्नतिको शिखरमा पुगोस् जुनीजुनीसम्म तिमीले मलाई र मैले तिमीलाई सधैंभरि यसरी नै माया गर्न पाइरहूँ अनि तिम्रा हरेक पाइलामा सफलताले चुमिरहुन्, तिम्रा हरेक पल हरेक क्षणमा सुखी अनि खुसी छाओस्, विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

निश्चल प्रेमी

मेरा सम्पूर्ण घर-परिवार, आफन्तहरू रीना, सी.पी., प्रकाश, तोपेन्द्र, समिर, भरत, टीका, गंगा, सोदिराम, प्रेम, जंग, अनुष्का, लच्छु, गीताञ्जली, रिया, गीता, नेमकान्त, सुरेन्द्र, विरेन्द्र, मछिन्द्र, सिद्धार्थ, शिशिर, सुमी, सुमिना, भावना तथा इलिनामा विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

जगेन्द्र थापा

विजयादशमी एवं दीपावलीको सुअवसरमा रामेछापस्थित घरपरिवार लगायत स्वदेश तथा विदेशमा रहनुभएका सम्पूर्ण साथीहरू र वडा प्रहरी कार्यलय कालिमाटीमा कार्यरत प्रहरी परिवारमा सुख, शान्ति एवं समृद्धिको मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

कृष्णबहादुर थापा

विजयादशमी एवं दीपावलीको सुखद अवसरमा मित्रहरू दुर्गा, दिग्विजय, यादव, सदानन्द, नवीन, उमेश, भीमसेन, शारदा, सरिता, तारा, सरस्वती, निशा, रीता, मीना, दीपा, विदेशमा बस्नुहुने रामप्रसाद, रामसरण लगायत सम्पूर्ण साथीहरूमा सुख, शान्ति एवं समृद्धिको हार्दिक शुभकामना ।

विदुर हुमागाईं

एलिना, उही तिम्रो प्रिय साथी मुस्कानका तर्फबाट लाखौं लाख सम्झना । तिम्रा प्रत्येक पाइलाले सफलता चुम्दै जाउन् भन्दै जीवनभर सँगै रही बाँच्ने वाचासहित विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

muskan_love5982@yfoo.com

विजयादशमी एवं दीपावलीको सुअवसरमा साथीहरू आसिका, अम्बिका, अञ्जु, बबिता, विष्णु, दुर्गा, गोपाल, गीता, हेमन्त, हिमा, इन्दिरा, कविता, कमला, पारू, प्रकृति, प्रभा, मञ्जु, मैया, सरस्वती, सोना, सीता, सुवास, संगीता, श्रद्धा लगायत मेरा सम्पूर्ण पत्रमित्र साथी तथा आफन्तहरूमा हार्दिक शुभकामना ।

रूपक

विजयादशमी एवं दीपावलीको पावन अवसरमा सम्पूर्ण हितैषी आफन्तहरू, अमर, उतिकल, टीका, शारदा, सुवास, कैलासचन्द्र, गौरवचन्द्र, सम्झना, कालीबहादुर, शेरबहादुर, अविलाल, गगनसिंह, तोजवीर, केशर बुद्धिमान, मनवीर, निर्मला, कृष्ण लगायत सबै साथीहरूमा प्रगतिका साथै हार्दिक शुभकामना ।

गोपाल बिसी

साथीहरू राजेन्द्र, देवेन्द्र, उपेन्द्र, दीपेन्द्र, श्रवेशलाल, सन्देश, आनन्दभक्त, विकास, र ाजन, ओमकृष्ण, हरिकृष्ण, रामकृष्ण, सूर्यमान, बालकृष्ण, रमेश, मधु, रूपक, मोहन, किरण र प्रवीणलाई शुभ दीपावलीको उपलक्ष्यमा मंगलमय शुभकामना ।

कृष्णगोपाल श्रेष्ठ

बडादसैंको पावन अवसरमा सम्पूर्ण देशवासी गुरुहरू एवं परिवारजन, मित्रहरू राधेश्याम, किशोर, कैलाश, सुनिल ब्रो, कर्ण, सविन, धने, पल्लव, रमेश, 'ए' आँसु, एम गाजली, रवि लगायत सम्पूर्ण गाउँवासीमा शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

सुरेश बूढाथोकी

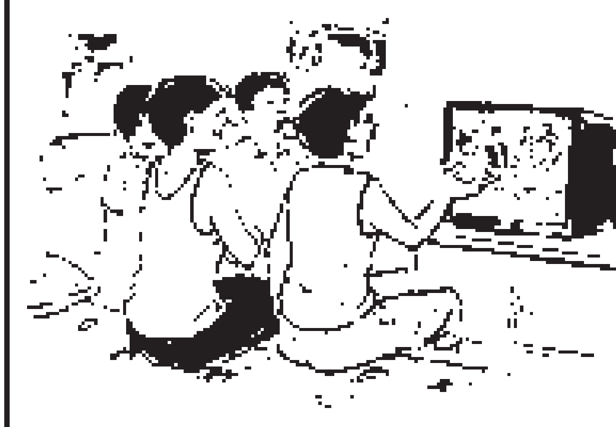
प्यारी अञ्जु, मुटुभरिको माया एवं धेरै-धेरै सम्झना, तिम्रो हरेक पल, हरेक क्षण सुखी एवं सुखी रहुन्, तिमीले चालेका हरेक कदम सफलता नै सफलताले छाओस् विजयादशमी एवं दीपावलीको हार्दिक शुभकामना ।

विवेक

जीवनको गोरेटो

भौगोलिक दृष्टिले मात्र टाढा रहेछौं

हामी नेपालीहरू रहरले भनौं वा बाध्यताले, घुम्नका लागी भनौं वा नोकरीका लागि, पढ्नलाई भनौं वा व्यापारका लागि जब प्राणभन्दा प्यारो देश छाडेर परदेश लाग्छौं अनि देश, परिवार, नातागोताको मायाले सताउन थाल्छ । त्यसमाथि पनि नेपालीहरूको महान् चाड विजया दशमीले जब गाउँघर, खोलानाला, घरघरमा पाइला टेक्छ त्यतिबेला आफूभन्दा ठूलाको हातबाट टीका थाप्न नपाई परदेशमै रहनुपर्दाको त्यो क्षण कस्तो होला ? हुनत नेपालमा विगत १० वर्षदेखि देशको असमान्य परिस्थितिका कारण



चाडपर्वहरू रमाइलोसँग कहाँ मनाउन पाइएको छ र ? तर यो वर्ष साँच्चिकै रमाइलो वातावरणमा आफन्त एवं परिवारसँग मिलेर दसैं मनाउने वातावरण थियो, मलाई त्यो दिनको अझै सम्झना छ । फूलपातीको दुई दिनअघि घरपरिवारसँग बिदा भएर परदेश लाग्नुपरेको । मुटुमाथि ठूलो ढुङ्गा बज्रिएझैं लागेको थियो । नखसालौं भन्दा पनि आँसुका थोपाहरू आफसेआफ खसिरहेका थिए । मैले ठाडो शिर गरेर कसैको अनुहारसम्म पनि हेर्न सकिरहेको थिइनँ । आँसुलाई भित्रै लुकाउने कति प्रयास गरे पनि सकिनँ, कति पटक बाथरुममा गएर मुख धोएँ । धन्न यसपालि मैले मेरो परिवारलाई एयरपोर्टसम्म बिदाइ बोलाइनँ, नत्र...

जब घरबाट बिदा भएर तीनकुने आइपुगें छोरीहरूलाई सम्झिएर मन थाम्न नसकी घोप्टो परेर दुई थोपा आँसु खसाल्न बाध्य भएँ । तीनकुनेदेखि एयरपोर्टसम्म बाटो कसरी कटचो, थाहै भएन । बोल्न खोज्थें बोल्न सक्दिनथें । जब एयरपोर्ट पुगें मजस्तै थुप्रै नेपाली परदेश लागेको भेटें, अनि केही मात्रामा भए पनि मन बुझाउन सफल भएँ, तर पनि प्लेनको यात्रासँगै पुन विगतले सताउन थाल्यो । त्यो रोटे पिङ, लिङ्गे पिङ, गाउँघरका साथीभाइ, बाल्यकालको दसैं, नयाँ लुगा, मासु खाए-खेलेको कल्पना गर्दागर्दै कतार अन्तर्राष्ट्रिय एयरपोटमा आइपुगिएछ । अझ त्यो रापिलो बालुवा, हरियालीको नाम मात्र पनि नदेख्दा आफैंलाई धिकार्न मन लाग्यो । सम्झिएँ- छोरो मान्छे न हुँ, भन्छन् छोरा भएर जन्मिएपछि बाउन्न ठक्कर त्रिपन्न घुस्सा खानुपर्छ रे ! त्यहि उक्तिलाई सम्झेर मन बुझाउँदै पुनः साउदी अरेबियातर्फ लागे ।

हामी एउटै कम्पनीमा आउने १० जना नेपाली रहेछौं, त्यसैले बहराइनबाट रहिमासम्म गफगाफ गर्दै आयौं । क्याम्पा आइपुगेर नेपाल फोन लगाएँ । नेपालको रातको ११ बजिसकेको थियो । सायद घरपरिवारमा पनि मेरै फोनको प्रतीक्षा थियो । सायद ताप्लेजुङको कहालीलाग्दो दुर्घटनालाई सम्झेर भगवान्सँग प्रार्थना गरिरहेका थिए होला मेरो शुभयात्राको समाचार सुन्नलाई । त्यसैले रातको ११ बजिसक्दा पनि नसुतेर बसिरहेका । पहिलो घण्टी बजेर दोस्रो घण्टी पूरा बज्न नपाउदै हतारमा आवाज सुन्छु– 'बाबा, आरामै पुग्नुभयो ?' हतारिएर यी शब्दहरू सुन्दा मेरो वाक्य फुटेन, पुन अतालिँदै– 'तपाईं बाबा होइन ?' आफूलाई सम्हाल्दै भने– 'हो, घरपरिवार अनि केटाकेटीहरूको राम्रो ख्याल गर्नु । दसैं राम्रोसँग सपरिवार मिलेर हाँसखेल गर्दै मनाउनु ।' त्यस्तै के-के भन्दै थिएँ, उताको आवाज आएन । सायद मेरा ती शब्दले मन थाम्न सकेनन् होला, त्यसैले भोलि च्याटमा भेटौंला भन्दै फोन राखिदिएँ ।

त्यही दिन त्यहाँबाट पुनः ट्रान्सफर भएर जब पहिलाकै ठाउँमा आइपुगें, साथीहरूले ताली बजाएर अँगालो हाली स्वागत गर्नुभयो । एक्कासि दसैंको मुखमा साथीहरूको सामु उपस्थित हुँदा कतिले त सपनाहो कि पनि भने । जे होस्, मेरो उपस्थितिले साथीहरू धेरै रमाए । मैले पनि आफ्नै गाउँमा परिवारहरूसँग भएको महसुस गरें । अझ नेपालका टेलीभिजन च्यानलहरू साथीहरूसँग बसेर हेर्न पाउँदा मैले आफूलाई भौगोलिक दृष्टिले मात्र टाढा रहेको तर नेपालमै आफन्तहरूसँग भएको महसुस गरें । देशमा यस्तै शान्ति कायम हुने हो भने स्वदेश तथा विदेशमा भएका नेपालीहरू कत्ति खुसी हुने थिए !

–सागर श्रेष्ठ

दोधारे प्रेम

कुरा २०६० साल फागुन महिनाको हो । म त्यसबेला कक्षा १२ मा अध्ययनरत थिएँ । बोर्ड परीक्षा नजिकिँदै थियो त्यसैले एक इन्स्टिच्युटमा ट्युसन पढ्न थालें । यसै क्रममा कक्षा ११ को ट्युसन पढ्न आउने युवतीसँग भेट भयो । उनी स्वर्गकी अप्सराभन्दा कम थिइनन् । उनी मसँग आकर्षित भएर हो वा किन हो, इन्स्टिच्युटबाट नम्बर पत्ता लगाएर मलाई ब्लयकल गर्न थालिन् । एक दिन हामीसँगै आउने क्रममा उनले आफ्नो घर देखाइन् । हाम्रो सानो कारणले झगडा भयो । सात-आठ दिनपछि मेरो मिल्ने साथीले उनलाई के-के भन्यो कुन्नि फेरि उनले मलाई फोन गर्न थालिन् । मैले उनका धेरैजसो फोन रिसिभ गरिनँ । पछि फेरि हाम्रो सम्बन्ध सुमधुर भयो । निरन्तर भेटघाट हुने क्रम जारी थियो । एक दिन उनले मलाई आफ्नो परिवारका बारेमा विस्तृत रूपमा सुनाइन् ।

उनी मलाई मन पराएको जस्तो व्यवहार गर्थिन् । म पनि उनलाई मन पराउन थालें । म उनकै बारेमा सोच्न थालेको थिएँ । उनको इन्टरनेटमा दख्खल थिएन । मैले उनलाई सहयोग गरें । एक दिन उनलाई इमेलबाट प्रपोज गरें तर उनले मेरा प्रेम प्रस्तावलाई अस्वीकार गरिन् । म एकदम नर्भस भएँ किनभने म उनलाई चोखो माया गर्थें । उनी मबाट बिस्तारै टाढा भइन्, तर म दिनरात उनकै सम्झनामा तड्पिरहन्थें । दिनहरू बितिरहेका थिए । म कक्षा १२ उत्तीर्ण भएर एउटा स्नातक तहमा पढ्न थालें । बिस्तारै उनलाई बिर्सने प्रयास गर्दै थिएँ तर उनले अचानक एक वर्षको अन्तरालमा मलाई फोन गरिन् । मैले पनि सोचें आखिर प्रेमिका नपाए पनि एउटा साथी त पाएँ । हामी फोनमा घन्टौं कुरा गरिरहन्थ्यौं ।

एक दिन उनले पनि मलाई मन पराएको कुरा गरिन् । म ज्यादै खुसी थिएँ उनको कुरा सुनेर । मलाई संसारमा कसैले नपाएको खुसी पाएको महसुस भयो । उनले मलाई साँच्चै माया गरेजस्तो लाग्यो । किनभने उनी फोनमा सम्पर्क नहुँदा म भएको ठाउँसम्म आउँथिन् तर एक दिन फेरि मलाई जीवनसाथी बनाउन सक्दिन भनिन् । किनकि उनकी दिदी भविष्यवाणी गर्न सक्ने खुबी भएकी छिन् रे । यदि मेरो उनीसँग विवाह भयो भने उनले दुःख पाउँछिन् रे । यही कन्जरभेटिभ कुरामा विश्वास गरेर उनी मेरो चोखो प्रेमलाई लत्याउन तयार भएकी रे ।

हाम्रो प्रेमसम्बन्ध थाहा पाएर उनकी दिदीले गाली गरिन् रे । उनको मप्रतिको माया कति सस्तो रहेछ ? यो कुराले म पानीबिनाको माछाजस्तै तड्पिरहेको छु । किनभने मैले नाटकीय प्रेम गरेको थिइनँ । सायद म राम्रै छु होला किनभने मेरो जीवनमा धेरै केटी आउन खोजेका थिए तर मेरो भाग्यमा तड्पिनु लेखेको रहेछ । म उनीबाहेक अरूको कल्पना पनि गर्न सक्दिनँ । यो माया भन्ने चीज नै अचम्मको रहेछ । उनले मलाई कहिल्यै चोखो माया गरिनन्, किनभने चोखो मायामा धन-सम्पत्ति, जातभात र पारिवारिक रोकावटको कुनै अर्थ हुँदैन ।

अन्तमा, थाकेको यो नजरमा आँसु नदेऊ प्रिय, चाहन्छु म तिमीलाई नै बिन्ती बुझ न ओ प्रिय । तिम्रो हाँसोमा मेरो सुख छ, तिम्रो आँसुमा मेरो दुःख छ । आफैसँग हारेको छु म, तिमीलाई पाउनु छ कसै गरी, बिन्ती बुझ न प्रिय ।

– sunbro2004@yahoo.com

प्रेम गर्दा सबैभन्दा ठूलो डर कुन कुराको हुन्छ ?

एक-अर्कालाई राम्रोसँग नबुझी प्रेम गरे यस्तो समस्या आउन सक्छ ।

गौरी शर्मा (२१), **तनहुँ**

मलाई त कुनै कुराको डर लाग्दैन, किनकि उनी साह्रै बुझक्कड छिन् र मलाई उनको साथ पाउँछु भन्ने पूर्ण विश्वास छ । बाँकी अरूको सम्बन्धमा भने थाहा भएन ।

विकास थापा (२२)

केटाहरूलाई पैसाको, केटीहरूलाई फेसनको ।

पृथ्वीजंग पाण्डे (२४), **सिन्धुपाल्चोक**

अन्धविश्वासले जकडिएको समाजबाट, किनकि अन्धविश्वासले गर्दा प्रेममा सफल हुन सकिंदैन ।

लोकदर्शन देवकोटा

तपाईंले 'क्या यही प्यार है' फिल्म हेर्नुभएको छैन ? अब आफै भन्नुहोस् न केको डर हुन्छ र किन ?

अर्जुन सुवेदी (२०)

सबैभन्दा ठूलो डर धोकाको हुन्छ । किनभन्दा प्रेमिकाहरू पैसा हेरेर मात्र प्रेम गर्छन् ।

राजेश

तपाईं पनि ? बुढेसकालमा प्रेम गरेर के कुरासँग डराउनुपर्छ भन्नेसम्म सोच्नुभएको छैन ।

पाल्पाली

विश्वासघात भैदियो भने के गर्ने ?

राजकुमार सिंखडा (१७)

प्रेम गर्दा किन डर मान्नुपर्ने ? मलाई त कसैको डर लाग्दैन तर बाउले ढाड भाँच्लान् भन्ने साह्रै डर लाग्छ ।

thapa_nl@yahoo.com

साँचो प्रेम राम्रो छ भने त खासै डर मान्नुपर्ने कुरा छैन तर बनावटी क्षणिक प्रेम गर्ने हो भनेचाहिँ डर मान्नुपर्ने हुन्छ किनभने डेटिङ जाँदा पैसा पुगेन भने बेइज्जत हुन्छ नि, त्यस्तो समस्यामा तपाईं कहिल्यै पर्नुभा'छ ।

निरज श्रेष्ठ (२०), **रामेछाप**

सबैभन्दा डर धोकाको हुन्छ, किनभने अहिलेका प्रेमीहरूले धेरैसँग माया गाँसेर जतिबेला मन लाग्यो धोका दिएर जान्छन् ।

राजीव खड्गा (१९), **सप्तरी**

अब हाम्रो पालो

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

१. नेपालको राजनैतिक समस्या के गरे समाधान होला ?
२. विवाहपूर्वको यौनसम्बन्ध कत्तिको उचित हो ? किन ?
३. के गरे पैसा कमाइन्छ ?
४. सफल मान्छे हुन के गर्नुपर्छ ?
५. पुरुषको व्यक्तित्व केमा हुन्छ ?
६. रक्सी र युवतीमध्ये के को लत (नसा) खतरनाक ? किन ?
७. तपाईंलाई केले सुखी र सन्तुष्ट बनाउँछ ?
८. के रक्सी वा नशाले दुःख भुल्न सकिन्छ ?
९. नेपालमा खेलकुदको विकासका लागि के गर्नुपर्छ ?
१०. महिलाहरूलाई ३३ प्रतिशत आरक्षण कति उचित हो, किन ?

विवाह भएकाहरूका लागि भए श्रीमान् वा श्रीमतीले थाहा पाउँछन् कि भन्ने डर तर उनलाई भने मैले धोका देला भन्ने डर ।

एस.के. कुँवर, थानकोट

के हो सम्पादकज्यू, त्यति पनि थाहा छैन ? सबैभन्दा ठूलो डर पैसा, धन सम्पत्तिको हुन्छ यदि तपाईसँग धन सम्पत्ति छैन भने तपाईंको प्रेम सफल हुने सम्भावना छैन ।

कैलाश लामा (२२), **जनकपुर**

प्रेम त मैले श्रीमान्सँगै गरेकी हुँ, आफ्ना श्रीमान्सँग के डराउनु ?

सरस्वती शर्मा, रसुवा

विश्वासघातको, खतरनाक हुन्छ ।

दीपक, भक्तपुर

प्रेमिका कतै चालु अवस्थाकी त छैनन् ?

दीपक सिलवाल (२२), **हेटौंडा**

प्रेमिकासँग हुन्छ, किनकि उनी रिसाइन् भने उनका दाइको हातबाट कुटाइ खाँदा जीउ दुख्छ ।

सरोज अधिकारी (२०), **बर्दिबास**

वासना, वासनारूपी प्रेममा चोखो र असल माया पैतालामुनि हुन्छ ।

सन्तोष भुजेल (२४)

प्रेम गर्दा सबैभन्दा ठूलो डर धोकाको हुन्छ, किनभने आजभोलिका केटीहरू बढी धोका दिन्छन् ।

वसन्त शर्मा (१८), **सिन्धुपाल्चोक**

गर्भको ठूलो डर लाग्छ ? किनभने प्रेम गर्दा गर्भ बस्यो भने आफ्ना बाबाआमाका साथै समाजले नै आफूलाई घृणा गर्ने हुन् कि भन्ने डरले मलाई सधैं सताइरहन्छ ?

कुवेरविवश चाम्लिङ राई

प्रेम गर्दा सबैभन्दा ठूलो डर आफ्ना गलत बानीको हुन्छ, किनकि प्रियसीले त्यसलाई थाहा पाए विछोड पनि हुन सक्छ ।

शेरबहादुर भुजेल (२२),

पैसाको, किनकि डेटिङ जाँदा खल्ती रित्तियो भने....।

सम्पूर्ण प्रजापति (२०), **ठिमी**

धोका दिन्छन् भन्ने डर हुन्छ, किनभने मैले एक पटक धोका पाइसकेको छु र अहिले घायल भै बाँचेको छु ।

गोकुल ढकाल (२५), **सुर्खेत**

प्रेमिकाको विवाहको, किनकि बैंस छउन्जेल ऊ प्रेमिकासँगै रम्न चाहन्छ ।

युवराज न्यौपाने (२०), **बलाम, स्याङ्जा**

बोली, यसले चरित्र प्रदर्शन गर्छ ।

साङकेन राई (१८), **सुनसरी**

प्रेममा लीन भएर संसार भुल्नेलाई केको डर ?

वाई. आर. न्यौपाने (२०), **स्याङ्जा**

प्रश्न : म १८ वर्षीय युवक हुँ । सानैदेखि मेरो लिंग सानो भएकाले मलाई साह्रै समस्या परेको छ । मेरो लिंग उत्तेजित हुँदा ३ इन्च हुन्छ । लिंग बढाउन के गर्नुपर्ला ? धेरै महिलाले यौनसम्पर्क गर्ने प्रस्ताव राख्दा पनि म अस्वीकार गर्छु । के सानो लिंगले स्त्रीलाई यौनसुख दिन सक्दैन ? यस्तो स्थितिमा महिलालाई कसरी सन्तुष्टि दिन सकिन्छ ? भविष्यमा मबाट सन्तान हुन्छ कि हुँदैन ? श्रीमतीलाई कसरी आनन्द दिने ?

– निर्दोष

उत्तर : लिंग कत्रो हुनुपर्ला ?

लिङ्ग एक विशेष अङ्ग हो र यो अङ्ग मानवशरीरको एक अङ्गका रूपमा मात्र नभै यसको सांकेतिक महत्त्व बढी छ । सन्तान उत्पादन गर्ने अङ्ग भएर पनि यस्तो भएको हुन सक्छ । कतिपय व्यक्तिले यसको आकार वा लम्बाइलाई पुरुषको 'व्यक्तित्व' वा भनौं उसको 'पौरुषत्व' सँग नै जोडिएको मान्छन् । कतिपय व्यक्ति लिङ्गको लम्बाइ वा मोटाइ सामान्य भए पनि सानो भयो कि भनेर चिन्ता गर्छन् । यस्तो स्थितिलाई अंग्रेजीमा Small Penis Syndrome भनिन्छ ।

लिङ्गको लम्बाइ तथा मोटाइ व्यक्तिअनुसार एकदमै फरक-फरक हुनसक्छ । कसैको लामो हुनसक्छ भने कसैको छोटो । कसैको मोटो हुनसक्छ भने कसैको पातलो । अध्ययनअनुसार लिङ्गको सालाखाला लम्बाइ उत्तेजित नहुँदा ३ दशमलव ८९ इन्च र उत्तेजित हुँदा ६ दशमलव २१ इन्च हुने कुरा उल्लेख छ । त्यसै गरी सालाखाला मोटाइ उत्तेजित नहुँदा ३ दशमलव ७५ इन्च र उत्तेजित हुँदा ४ दशमलव ८५ इन्च हुन्छ । वैज्ञानिक अध्ययनको अभावमा नेपालीहरूको लिङ्गको नाप यति नै होला भन्न सकिने स्थिति छैन, तर केही अध्ययनमा पूर्वीयहरू (इचष्भलतबकि) को लिङ्ग औसतमा केही सानो हुने देखिएको छ । लिङ्गको मोटाइ यसको लम्बाइभरी एकैनासको हुँदैन । फेदमा सानो हुन्छ भने शिष्न मुण्डतिर सबैभन्दा ठूलो हुन्छ । बुझ्नुपर्ने कुरा के छ भने उत्तेजित नभएको बेलाको लिङ्गको नापले उत्तेजित लिङ्गको लम्बाइलाई प्रतिविम्बित गर्दैन । अध्ययनहरूले उत्तेजित नहुँदा सानो किसिमको लिङ्गलाई उत्तेजित अवस्थामा ल्याउँदा तुलनात्मक रूपमा उत्तेजित नहुँदा ठूलो किसिमको लिङ्गभन्दा आकारमा बढी वृद्धि हुने देखिएको छ । केही मानिसको लिङ्ग भने साँच्चिकै सानो हुनसक्छ र त्यस्तो स्थितिलाई अंग्रेजीमा micropenis वा micro-phallus भनिन्छ । शिशु जन्मदा लिङ्ग तन्काएर नाप्दा १ दशमलव ९ सेन्टिमिटर अर्थात् पौने (३/४) इन्चको भए शंका गर्नुपर्ने हुन्छ र कारणको खोजिनिती गर्नुपर्छ । यस्तै हजार जना व्यक्तिमा यस्तो स्थिति ६ जनालाई हुन सक्ने कुरा देखिएको छ ।

लिङ्ग बढाउनका लागि संसारमा अनेक उपायको प्रयोग गरिएको पाइन्छ । त्यसमध्ये एक लिङ्गको कसरत तथा हातैले तन्काउने विधि हो । अर्को उपाय तौल वा यन्त्रको सहायताले तन्काउने विधि हो । अर्को तरिका पम्प प्रयोग गर्ने विधि हो । यी सबै उपायको प्रभावकारितामा प्रश्नहरू छन् । शल्य चिकित्सा अर्को महत्त्वपूर्ण विधि हो र यसका पनि अनेक प्रकार छन् । यस्ता शल्यक्रियापछि नाप बढ्ने कुरा र यौन सक्षमतामा मिश्रित नतिजा आएका छन् ।

के सानो लिंगले यौनसुख दिन सकिंदैन ?

यौनसुख दिन वा लिन सायद लिङ्गको नापभन्दा अन्य कुराहरू बढी महत्त्वपूर्ण छन् भन्ने कुरा बुझ्नु आवश्यक छ । जहाँसम्म आफ्नो महिला यौनसाथीलाई यौन सुख प्रदान गर्ने क्षमताको प्रश्न छ, त्यसका लागि महिलाले कसरी यौनसम्पर्कबाट आनन्द पाउँछन् भन्ने कुरा बुझ्नु आवश्यक छ । महिलाको यौनसंवेदनशील अंग वा भाग योनिको भित्री तहमा केन्द्रित हुँदैन । प्रायः सबैजसो महिलाको यौनसुखको केन्द्र भगांकुर हो । महिलाले यही भगांकुरको प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष घर्षणबाट यौन आनन्द प्राप्त गर्छन् । यो भगांकुर बाहिरतिर नै हुन्छ । हुनसक्छ, कतिपय महिलालाई ठूलो आकारको लिंगप्रति आकर्षण होला तर साइजकै आधारमा बढी यौनआनन्द पाउनेचाहिँ होइन । केही अध्ययन यौनसम्पर्कका बेलामा महिलाले पुरुषको लिङ्गको नापलाई खासै ध्यान नदिने गरेको कुरा पनि उल्लेख छ । सम्पूर्ण योनिको लम्बाइ (४ इन्च) लाई हेर्ने हो भने यसको भित्री भाग होइन कि बाहिरतिर एक तिहाइ भाग नै विशेष रूपमा यौन संवेदनशील हुन्छ र साधारणतया छोटो भनिने लिंग पनि आफ्नो साथीलाई यौनसुख दिन पर्याप्त हुन्छ । योनि नली आकारको अङ्ग भए पनि यसले पाइपको जस्तो जतिखेर पनि प्वाल वा खाली ठाउँ रहेको स्थिति भने हुँदैन । सामान्य अवस्थाको कुरा गर्दा यसका भित्ताहरू एक-अर्कासँग टाँसिएका हुन्छन् । कम मोटाइको लिङ्गबाट पनि पर्याप्त घर्षण प्राप्त हुन्छ । योनि तथा भगांकुर-बाहेक महिलाको यौनाङ्ग क्षेत्रमा रहेको ठूलो तथा सानो भगोष्ठहरू तथा अग्रभागमा रहेको mons veneris (जहाँ यौनकेशहरू पाइन्छ) भागहरू अनि स्तन तथा शरीरका अन्य भाग पनि यौन संवेदनशील हुन्छन् ।

सन्तान हुन्छ कि हुँदैन ?

सन्तान जन्मको सुरुवातका लागि सर्वप्रथम पुरुषको शुक्रकीट र महिलाको डिम्बको मिलन आवश्यक छ र त्यसले निरन्तरता पाउनु पनि आवश्यक छ । यी सबै कुराका लागि अन्य धेरै कुराको तालमेल मिल्नु आवश्यक छ । तपाईंबाट निस्किएको वीर्यमा पर्याप्त मात्रामा स्वस्थ शुक्रकीट छ भने तपाई पिता बन्न नसक्ने कुरै भएन । विवाहपछि तपाईंकी श्रीमतीसँग यौनसम्पर्क हुँदा योनिमा वीर्य स्खलन गराएपछि श्रीमतीको डिम्बलाई तपाईंका शुक्रकीटले निषेचित गरेपछि गर्भधारणको प्रक्रिया सुरु हुन्छ । लिङ्ग अति नै सानो भएर यौनसम्पर्क गर्न नसक्नु अर्कै कुरा हो, नत्र भने लिङ्ग केही सानो भयो भन्दैमा सन्तान नहुने होइन । त्यसैले यस विषयमा अहिलेदेखि नै अनावश्यक चिन्ता लिनुपर्ने आवश्यकता छैन ।

अन्तमा,

तपाईंलाई धेरै महिलाले यौनसम्पर्क राख्ने प्रस्ताव गर्नुभएको रहेछ । लिङ्ग सानो भएका कारणले उत्पन्न लघुताभास हटे पनि धेरै जनासँग यौनसम्पर्क राख्ने कुरामा विचार पुऱ्याउनुपर्छ । यसबाट पर्ने स्वास्थ्य तथा सामाजिक जोखिमका बारेमा त विचार गर्नुभएकै होला ।

आवश्यकता बहसको

यौन मानवजीवनको प्राकृतिक चाहना मात्रै नभै जीवनको आधारभूत आवश्यकता पनि हो । यौनलाई केवल मानवीय चाहनामा सीमित राख्नुले यसको शाब्दिक अर्थलाई पूर्णता प्रदान गर्न सक्दैन । यो त जीवनको अभिन्न आवश्यकता पनि हो । दैनिक जीवनयापनका मामिलाजस्तै यौनचाहना पनि आधारभूत आवश्यकता भैसकेको हो ।

बिडम्बना, यति हुँदाहुँदै पनि हामीले यसलाई सहजतापूर्वक स्वीकार गर्न सकिरहेका छैनौं, किनकि हाम्रो समाज परम्परागत रुढिवादी सोचले जेलिएको छ, अशिक्षा एवं जनचेतनाको अभावको दलदलमा फसेको छ । जसले कैयौं युवायुवतीमा मात्रै होइन, अन्यमा समेत यौनकुण्ठाले बास गरेको छ । फलस्वरूप यसले समाजमा विकृति र विसंगतिका घटनाहरू पनि उत्तिकै निम्तिएको पाइन्छ । विगतको तुलनामा हिजोआज समाजमा खुलापन नबढेको भने होइन । यद्यपि हाम्रो जस्तो अल्पविकसित एवं अशिक्षित समाजमा यौनसम्बन्धी खुला बहस चलाउन केही समस्या पनि छ ।

समाजमा धेरैले यौनलाई अश्लील, उत्ताउलोपन र लाज-शर्मका रूपमा लिएको पाइन्छ । यौनलाई संकुचित एवं नकारात्मक रुपमा लिन नहुने यौन मनोवैज्ञानिकहरूको धारणा रहँदै आएको छ । यसका बारेमा व्यापक प्रचार-प्रसार, स्वस्थ छलफल आदिबाट यो विषयमा उठ्ने यसमा हुने मानवीय उत्सुकता एवं कौतूहलताको जवाफ खोज्न सक्नुपर्ने कुरामा उनीहरू जोड दिन्छन् । समयमै उचित जानकारी प्राप्त गर्न सकिए भविश्यमा हुनसक्ने सम्भावित खतराबाट जोगिन सकिन्छ । हाम्रोजस्तो अल्पविकसित मुलुकको समाजका लागि यो भनेजत्तिकै सहज भने छैन, जसले गर्दा यस्ता सुविधा र अवसरबाट युवायुवतीहरू वञ्चित हुँदै गएका पाइन्छन् ।

यौन मामिलामा भावनात्मक सम्बन्धजत्तिकै मानवीय आनन्द पनि रहन्छ । यसलाई फलदायी बनाउन समाजमा रहेको यौनप्रतिको नकारात्मक अवधारणालाई हटाउनु आवश्यक छ । अविकसित एवं अशिक्षित समाजमा अवसरहरू प्राप्त गर्न प्रायः असम्भव नै हुन्छ । पर्याप्त जानकारी नहुँदा यसको सान्दर्भिकता पनि ओझेलमा पर्दै गएको पाइन्छ । फलस्वरूप युवापंक्तिमा यौनशिक्षा एवं खुला बहसको सान्दर्भिकता पनि बढ्दै गएको छ । नेपाली समाजमा रहेका परम्परागत रूढिवादी धारणा, सामाजिक मान्यता एवं संस्कृतिका कारण यौनका विषयमा खुलेर छलफल गर्ने कुरा लाजको विषय बन्दै गएको छ ।

यौन मनोविज्ञानमा यौनस्वास्थ्यलाई महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । त्यसकारण यसलाई क्षणिक उत्तेजना र आनन्दका रूपमा लिन नहुने मनोविज्ञहरूको धारणा छ । स्वस्थ यौनसम्बन्धले मानसिक तनावलाई कम गर्नुका साथै यसबाट अलौकिक आनन्द एवं उत्पादनशील क्षमता प्राप्त गर्न सकिन्छ । यौन मनोरञ्जनको प्रकृतिप्रदत्त उपहार पनि हो । यो यौन-साथी तथा दम्पतीहरूका बीचको पारस्परिक प्रेम, भावनात्मक सम्बन्ध, पारस्परिक सम्मान, दुई आत्माबीचको आत्मविश्वास र समझदारी बढाउने, सकारात्मक, स्वस्थ प्रतिस्पर्धी र आनन्ददायी कार्य हो । यौन सन्तानोत्पादनको साधन मात्र होइन, यसलाई केवल यौन प्रक्रियासँग मात्र जोडेर हेर्दा यसले पूर्णता पाउन सक्दैन ।

किशोर-किशोरीको उमेर तथा शारीरिक अंगको विकासक्रमसँगै उनीहरूमा यौनप्रतिको उत्सुकता एवं चाहना पनि बढ्दै जान्छ । यो स्वाभाविक एवं प्राकृतिक प्रक्रिया हो । यसलाई क्षणिक उत्तेजना र आनन्दका रूपमा मात्र लिइँदा यसमा नकारात्मक धारणाको विकास हुँदै जान्छ । जसले पति-पत्नी, प्रेमी-प्रेमीका एवं यौन-साथीबिच मनमुटाव उत्पन्न गराउँछ ।

यौन क्रियाकलापका लागि यौनसाथीको आवश्यकता पर्छ । एक्लै यौनक्रियाकलापमा सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्न नसकिने हुँदा यसले यौनसाथीमा पूर्ण आनन्द प्रदान गर्न असम्भव हुन्छ । हस्तमैथुनबाहेक सबै यौन क्रियामा साथीको आवश्यकता पर्छ । यौन क्रियाकलापमा सहभागी महिलाले बढी यौन आनन्द पाउँदा पुरुषले पनि उसकै तुलनामा यौनआनन्द प्राप्त गर्न सक्छ । हाम्रो समाजमा यौनकलाका बारेमा सकारात्मक तथा नकारात्मक रूपमा अनभिज्ञता देखाइएको पाइन्छ । त्यसमा पनि महिलामा यौनप्रति सकारात्मक सोचको विकास नभएको हुँदा पनि उनीहरू स्वयं नै पर्याप्त आनन्द लिन सकिरहेका हुँदैनन् ।

विशेष गरी यौनका विषयमा टेलिभिजन र चलचित्र (प्रायः हिन्दी र अंग्रेजी) हरूमा एकदमै उत्तेजक एवं अर्धनग्न हुने गरी प्रस्तुत गरिने अंग प्रदर्शन, उत्तेजक पत्रपत्रिका एवं ब्लू फिल्महरूले युवा-युवतीहरूको बढी ध्यान केन्द्रित गरेको पाइन्छ । यी माध्यमबाट यौन चाहना एवं उत्सुकता बढाउने सामग्रीहरू प्रस्तुत गरिएका हुन्छन् तर पनि यौनका बारेमा यथार्थ ज्ञान दिने, यौन आनन्द प्राप्त गर्ने, यौन साथीहरूबीचको पारस्परिक सम्बन्ध बढाउने खालका विषयवस्तुको अभाव भने कायमै रहेको पाइन्छ ।

साधारणतया सहरी क्षेत्रमा बस्ने समुदायले यौनसम्बन्धी सूचना तथा जानकारीबाट यौन आनन्द तथा चाहना बढाउन सक्छन् । सामाजिक मूल्य-मान्यता, सूचना स्रोतमा धनी, जीवनशैलीमा उच्चताजस्ता सबै कुरामा आफूलाई आधुनिक एवं माथिल्लो वर्गको मान्ने सहरियाहरूले पनि यौनलाई हेर्ने दृष्टिकोण भने संकुचित नै पाइन्छ । यौन चाहना एवं आवश्यकतालाई जीवनको एउटा महत्त्वपूर्ण शक्तिका रूपमा पहिचान गर्न सक्नु सफल यौनजीवनको खुट्किलो पार गर्नुसरह हुन्छ । यौन मानवजीवनका लागि आधारभूत आवश्यकता भएजस्तै यौन स्वास्थ्यमा सन्तुलन कायम राख्नु पनि उत्तिकै आवश्यक छ ।

–लोचन सायमी

सातकी गृहिणी

हाल के गर्दै हुनुहुन्छ ?
ए.बी.सी. मा संलग्न छु, साथै महिला र राजनीतिसम्बन्धी दक्षिण एसियाली समन्वय समिति, चेलिबेटी बेचबिखन विरुद्धको राष्ट्रिय समूह, महिला सुरक्षा दबाब समूह आदि संस्थाहरूमा सक्रिय रूपमा महिलाहरूको सामाजिक, आर्थिक एवं राजनैतिक सशक्तीकरणको कार्यमा संलग्न छु ।

ए.बी.सी. नेपाल स्थापना गर्ने सोच कसरी आयो ?
सन् १९७७ मा सामाजिक सेवा समन्वय परिषद्को सामुदायिक सेवा समितिमा कार्य गर्दा महिलाहरूको दुःख र पीडालाई धेरै नजिकबाट हेर्ने मौका पाएँ । आजको २१ औं शताब्दीमा पनि महिलाहरू पशुसरह बेचिनुपर्ने घटना देखेपछि यसका विरुद्धमा केही गर्छु भन्ने अठोटले सन् १९८७ मा ए.बी.सी. नेपाल आफ्नै सानो पुँजीबाट स्थापना गरें। यो चेलिबेटी बेचबिखन विरुद्ध कार्य गर्ने पहिलो संस्था हो ।

कत्तिको संघर्ष गर्नुपर्‍यो ?
मेरा प्रारम्भिक दिनहरू निकै संघर्षपूर्ण थिए । कलेज पढ्दा जुलुसको नेतृत्व गर्दा पुलिसको कुटाइदेखि विश्वविद्यालयमा पढ्दा राजनीतिमा सक्रिय भई नेपाल विद्यार्थी संघको स्थापना गर्दा पहिलो पटक जेल परेकी थिएँ । त्यसपछि प्रजातन्त्रको पुनर्स्थापनाका क्रममा ३ पटक गरी १३ महिना जेलमा बिताएँ। मैले समाज र सामाजिक मान्यता अनि घर र परिवारसँग दोहोरो संघर्ष गर्नुपर्‍यो ।

महिलाहरूको सक्रियता बढाई उनीहरूको जीवनस्तर उकास्न के गर्नुपर्ला ?
सर्वप्रथम नेपाली समाजले महिलालाई हेर्ने दृष्टिकोण परिवर्तन हुनुपर्‍यो । आर्थिक, शैक्षिक सशक्तीकरणको चेतना ल्याई आत्मसम्मानमा वृद्धि गर्नुपर्‍यो । असमान कानुनहरू खारेज गरी सामानुपातिक प्रतिनिधित्व हुनुपर्‍यो ।

अहिले नेपालमा चेलिबेटी बेचबिखनको स्थिति कस्तो छ ?
अहिले गम्भीर समस्याकै रूपमा बढेको तथ्यांकले देखाएको छ । अहिले विशेषगरी नेपालमा १८ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरू यौन शोषणका लागि बिक्री भएका छन् । धेरै बेचिएका चेलीहरू एड्स बोकेर फर्किरहेका छन् ।

तपाईंले हालसम्म कति महिलालाई पुनर्स्थापना गर्नुभएको छ ?
हालसम्म ९ सयभन्दा बढी महिलालाई पुनर्स्थापन गरिएको छ । उनीहरूको सम्मानको वृद्धि, विभिन्न किसिमका व्यवसायमूलक तालिम प्रदान गरी स्वरोजगारीमा सहभागी गरिएको छ । हाल तीन पुनर्स्थापना केन्द्रमा ४५ जना महिला संरक्षित छन् ।

नेपाली महिलाको राजनैतिक सक्रियता कस्तो छ ?
विश्वव्यापी रूपमा पनि १५ प्रतिशत तथा दक्षिण एसियामा त ८ प्रतिशतभन्दा माथि सहभागिता हुन नसक्नु दुर्भाग्यको कुरा हो ।

प्रसंग बदलौं, पहिलो पटक तपाईंहरूको भेट कहाँ भएको थियो ?
हाम्रो भेटघाट र चिनापर्ची हामी दुवैका साथीबाट भएको हो, हामी दुवैले एक-अर्कालाई मन परायौं र त्यसपछि २०३१ सालमा प्रेम तथा मागी विवाह गर्‍यौं ।

विवाह गरेर नयाँ घरमा आउँदाको अनुभव कस्तो रह्यो ?
मलाई अर्काको घर भन्ने कुरा कहिल्यै महसुसै भएन । मेरो घरमा पनि मैले छोरीकै व्यवहार पाएँ ।

तपाईंको दिनचर्या कस्तो छ ?
बिहान उठेर एक घन्टा योग गर्छु । मर्निङ्ग वाक गएर आएपछि पत्रपत्रिका पढ्छु । त्यसपछि त्यस दिन गर्ने कार्यको तयारी गरी बाहिर निस्कन्छु र दिनभरि काममै व्यस्त रहन्छु ।

तीन दशकदेखि समाजसेवा एवं महिला अधिकारको क्षेत्रमा कार्यरत तथा नेपालका धेरै सामाजिक संस्थाहरूको स्थापनामा योगदान पुर्‍याउने दुर्गा घिमिरेको जन्म १९५० मा सुनसरीमा भएको थियो । एम.ए, बी.एल. सम्मको शिक्षा हासिल गरेकी घिमिरे ए.बी.सी. नेपालको संस्थापक, महिला सुरक्षा दबाब समूहको संस्थापक सदस्य तथा उपाध्यक्ष, चेलिबेटी बेचबिखन विरुद्ध राष्ट्रिय समूहको संस्थापक एवं अध्यक्ष, महिला र राजनीति सम्बन्धी एसिया तथा प्रशान्त क्षेत्रको अध्यक्ष, महिला र राजनीतिसम्बन्धी दक्षिण एसियाली समन्वय समितिको क्षेत्रीय संयोजक हुनुहुन्छ । वरिष्ठ साहित्यकार एवं विश्व छिमेकी संस्था नेपालको दक्षिण एसियाली प्रतिनिधि जगदीश घिमिरेकी जीवनसंगिनी घिमिरे महिला हक–अधिकार र मानव अधिकारको क्षेत्रमा उल्लेखनीय कार्य गरेबापत विभिन्न राष्ट्रिय–अन्तर्राष्ट्रिय पुरस्कारबाट विभूषित हुनुहुन्छ ।

आफ्ना छोरी र बुहारीलाई कत्तिको जागरुक बनाउनुभएको छ ?
म छोरी र बुहारीमा कुनै विभेद गर्दिन । छोरीलाई छोराभन्दा बढी गरेकी छु । ऊ अहिले बेलायतमा उच्च शिक्षा प्राप्त गरिरहेकी छे। भर्खरै मात्र छोराको विवाह भएको छ, बुहारीले पनि इच्छा गरे उच्च शिक्षा दिन तयार छु।

स्वदेशी तथा विदेशी संघ–संस्थामा के फरक पाउनुभएको छ ?
बाहिरका संघ-संस्थाहरू विकसित भैहाल्छन् । हामी दातृसंस्थाहरूको भरमा पर्छौं तर महिलाहरूका लागि कार्यरत हाम्रा कतिपय संघ-संस्था अन्य देशका भन्दा धेरै राम्रा छन् ।

फुर्सदमा के गर्नुहुन्छ ?
गीत एवं भजन गाउने, साथीभाइ-इष्टमित्रसँग भेटघाट गर्ने तथा परिवारमा रमाइलो गर्ने काम गर्छु ।

टेलिभिजन कत्तिको हेर्नुहुन्छ ?
टेलिश्रृंखलाको भूत नै भन्न त मिल्दैन तर समयले भ्याए हिन्दी टेलिश्रृंखलाहरू हेर्छु।

जीवन के हो जस्तो लाग्छ ?
राम्रो कार्यका लागि सदुपयोग गर्ने समय हो।

भान्सामा कत्तिको बस्नुहुन्छ ?
निकै कम बस्छु, किनभने मलाई मीठा परिकार पकाउन आउँदैन ।

–संगीता कटुवाल

पारिवारिक स्वास्थ्य

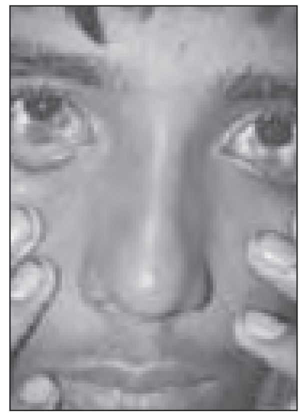
‘डेङ्ग्यु फ्लाभी’ नामक भाइरसका कारणले शरीरमा देखा पर्ने एक किसिमको ज्वरो नै डेङ्ग्यु हो । ज्वरो नै प्रमुख लक्षण भएको यो रोग मुख्यतः गर्मी ठाउँमा देखा पर्छ । दक्षिण-पूर्वी एसिया तथा अफ्रिकामा महामारीका रूपमा फैलिने ‘डेङ्ग्यु’ ले अहिले पुनः एकपटक भारतलाई आफ्नो केन्द्रबिन्दु बनाएको छ । हालैका दिनमा दिल्लीमा मात्र दर्जनौंको मृत्युका कारण बनेको ‘डेङ्ग्यु’ हामी नेपालीहरूबाट पनि टाढा छैन ।

डेङ्ग्यु भाइरस एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सोझै सर्न सक्दैन । हावा, पानी, खाना आदिका माध्यमबाट पनि यो भाइरस सर्न सक्दैन । डेङ्ग्युको भाइरस एडिज जातको लामखुट्टेको माध्यमबाट मात्र सर्न सक्छ । डेङ्ग्युको रोगीलाई लामखुट्टेले टोकेपछि लामखुट्टेको शरीरमा डेङ्ग्युको भाइरस प्रवेश गर्छ । लामखुट्टेको शरीरमा उक्त भाइरसको विकास हुन्छ । त्यसपछि उक्त लामखुट्टेले स्वस्थ व्यक्तिलाई टोकेको खण्डमा उक्त व्यक्तिमा भाइरसले प्रवेश गर्छ र व्यक्ति डेङ्ग्युको प्रकोपमा आउँछ । यसरी डेङ्ग्यु भाइरस सर्नमा एडिज जातका लामखुट्टेको प्रमुख भूमिका हुन्छ । त्यसैले डेङ्ग्यु नियन्त्रण गर्न लामखुट्टेको नियन्त्रण गर्नुपर्छ । लामखुट्टेको वृद्धि रोक्न घरवरिपरिको खाल्डाखुल्डी पुर्नुपर्छ । घरवरिवरि सफा राख्नु, विषादी छर्कनु, झुल लगाउनु वा म्याट तथा लोसनहरूको प्रयोग गरेर लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु यो रोगबाट बच्ने प्रमुख उपाय हो, अर्थात् लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु नै डेङ्ग्युबाट बच्नु हो ।

डेङ्ग्यु भएको कसरी थाहा पाउने ?

कुनै व्यक्तिलाई डेङ्ग्यु भए-नभएको थाहा पाउन रगतका विभिन्न परीक्षण गर्न सकिन्छ, तर रोगका लक्षण नै रोग पत्ता लगाउने प्रमुख आधार हो ।

डेङ्ग्यु भाइरस रगतमा प्रवेश गरेको लगभग एक साताभित्रै कामज्वरो आउने, टाउको दुख्ने, हातखुट्टा तथा जोर्नी दुख्ने, आँखा दुख्ने, सुन्निने तथा चलाउन नमिल्ने जस्ता लक्षण देखा पर्छन् । कमजोरी महसुस हुने, खाना खान मन नलाग्ने, बान्ता हुने, पेट दुख्ने,



कब्जियत हुने, छाला फुस्रो हुने तथा डाबरहरू देखा पर्ने पनि हुन सक्छ ।

साधारण डेङ्ग्यु यिनै लक्षणहरूमा सीमित हुन्छ । पाँच-सात दिनमा यो निको हुन्छ र लक्षणहरू आफैं हराएर जान्छन्, तर केही रोगीमा भने छालाका डाबरहरू ठूला हुँदै जान्छन् । अझ बढी डाबरहरू आउने, चिलाउने, फुट्ने अनि रगत बग्ने हुन सक्छ । गिजा वा नाकबाट रगत बग्ने पनि हुन सक्छ । कसै-कसैलाई रगत बान्ता हुने तथा दिसाबाट रगत जाने पनि हुन सक्छ । यसलाई ‘डेङ्ग्यु हेमोरजिक फिवर’ भनिन्छ । रगत धेरै खेर जानाले मस्तिष्कलाई रगत नपुग्ने हुन सक्छ । त्यस्तो अवस्थालाई ‘डेङ्ग्यु सक सिन्ड्रम’ भनिन्छ । यी दुवै अवस्था खतरनाक हुन्छन् । तत्काल आवश्यक उपचार नगरिएको खण्डमा बिरामीको मृत्युसमेत हुनसक्छ ।

के डेङ्ग्युको उपचार छैन ?

चिकित्साशास्त्र तथा औषधी विज्ञानको बढ्दो प्रभाव तथा प्रगतिका कारण हामीले धेरै रोगमाथि विजय पाइसकेका छौं, तर कुनै पनि भाइरसका विरुद्ध प्रभावकारी उपचार भने अझै उपलब्ध छैन । साधारण रुघा होस् वा सारस, एचआईभी/एड्स होस् वा डेङ्ग्यु यी सबै भाइरसले गर्दा हुने रोग हुन् । त्यसैले यी रोगहरूको उपचार प्रभावकारी नभएको पाइन्छ तर औषधीले हाम्रो पीडालाई कम गर्छ । त्यसले हाम्रो शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक शक्तिलाई बढाउन मद्दत गर्छ । हामीलाई कमजोर हुन दिंदैन, जुन कारणले हामी रोगमाथि विजय पाउँछौं ।

डेङ्ग्युका प्रचलित उपचार-पद्धति मुख्यतः हाम्रो पीडा कम गर्ने कुरामा मात्र केन्द्रित छ । पीडा तथा ज्वरो कम गर्न सिटामोल, ब्रुफेनजस्ता औषधी प्रयोग गरिन्छ । दुःखाइ धेरै भएको खण्डमा मोरफिन, ओफाइड आदि प्रयोग गर्न सकिन्छ । रगत खेर जाने ‘डेङ्ग्यु हेमोराइड फिवर’ तथा ‘डेङ्ग्यु सक सिन्ड्रम’ मा रगत इलेक्ट्रोलाइड तथा नशाबाट सलाइन पनि दिनुपर्ने हुन सक्छ । समयमै उचित उपचार अपनाए यो रोग निको पार्न सकिन्छ, तर पनि रोग लागेर उपचार गर्नुभन्दा रोग नै लाग्न नदिनु राम्रो हो । लामखुट्टेबाट बच्नु नै यो रोगबाट बच्ने उत्तम उपाय हो ।

–बालकृष्ण साह

निश्चित अवस्थामा व्यायाम गर्नुहोस्

व्यस्त जीवनमा फिट रहनु सबैभन्दा आवश्यक कुरा हो जसबाट हीनताबोध हुनबाट बच्न सकिन्छ । व्यायामलाई आफ्नो जीवनको नियमित रुटिनमा सामेल गर्नुपर्छ । लामो समयसम्म काममा व्यस्त रहँदा शरीरमा रोगले आक्रमण गर्न सक्छ । मानिसलाई स्पान्डलाइटिस फ्रोजन आर्म, डाइबिटिज तथा मुटुसम्बन्धी रोग लाग्न सक्छ । व्यायामबिना फिट रहनु असम्भव नै छ तर व्यायाम गर्नुभन्दा अघि निम्न कुरामा ध्यान पुर्‍याउनुपर्छ ।

• व्यायाम गर्नुअघि आफ्नो शारीरिक जाँच गराउनु राम्रो हुन्छ । आफ्नो ब्लडप्रेसर तथा पल्स रेटको स्तर पत्ता लगाउनुपर्छ । त्यस्ता जानकारीलाई आधार बनाएर आफ्नो प्रोगेस नाप्न सकिन्छ ।

• एउटा फिटनेस प्लान बनाएर यसलाई लागू गर्न पर्याप्त समय राख्ने । जस्तो- वजन घटाउन ३ देखि ६ महिनाको समय निर्धारित गर्नुपर्छ, म्याराथनका लागि आफूलाई फिट गर्न १८ साताको समय पर्याप्त हुन्छ । यदि योजना बनाइएन भने प्रयास सफल हुँदैन ।

• आफ्नो व्यायामको रेकर्ड राख्नुपर्छ । एक महिनामा सबैभन्दा बढी दौड कहिले गरियो अथवा वजन कति कम भएको छ ? यी सबै कुरालाई एक ठाउँमा नोट गर्नुपर्छ । के मैले अझ बढी व्यायाम गर्नु आवश्यक छ भन्ने कुरामा विचार पुर्‍याउनुपर्छ ।

• आफ्नो लक्ष्य हासिल गर्न अध्ययन गर्ने बानी बसाल्नु आवश्यक छ । सम्बन्धित विशेषज्ञहरूबाट ज्ञान हासिल गर्न चुक्नुहुँदैन । लगातार रूपमा तिनीहरूको सम्पर्कमा रहनु लाभदायक हुन्छ ।

• साथी अथवा परिजनहरूको समूह बनाउने जसले निर्धारित लक्ष्यलाई हासिल गर्न बारम्बार प्रेरित गरोस् ।

• व्यायामका बेला चोटपटक लागे हड्बडाउनु हुँदैन । चोटपटक लागिहाले पूर्ण रूपमा ठीक भैसकेपछि मात्र व्यायाम गर्नुपर्छ ।

• व्यायामलाई बोझ सम्झनुहुँदैन, बरु पूर्ण मनोरञ्जनका साथ नियमित व्यायाम गर्नुपर्छ ।

– दीपकलाल श्रेष्ठ

जुली प्याकुरेलको सौन्दर्य सुझाव

तस्बिर : साइबर संसार डटकम

-एउटा पाकेको केरालाई मुछेर त्यसमा एक चम्चा गुलाब जल तथा केही थोपा ग्लिसरिन मिसाई एउटा बोतलमा राख्ने । यो एक किसिमको लोसन हो । मेकअप गर्नुभन्दा पहिले यो लोसनलाई अनुहारमा नियमित रूपमा क्रिम जस्तै लगाउने र पछि मनतातो पानीले पखाल्ने । यसले छालाको चमक बढ्छ । यो लोसन बनाउँदा थोरै मात्रामा बनाउने र फ्रिजमा सुरक्षित राख्ने । एक पटक बनाएको लोसन दुईदेखि तीन पटकसम्म मात्र प्रयोगमा ल्याउने ।

-महमा एक किसिमको प्राकृतिक मस्चराइजर हुन्छ जसले हाम्रो छालालाई नमी प्रदान गर्छ । एक ठूलो चम्चा मह, एक अन्डाको सेतो भाग, एक सानो चम्चा जैतुनको तेललाई एकै ठाउँमा मिसाएर पूरा अनुहारमा लगाउने र २० मिनेटपछि पानीले सफा गर्ने । यो उपाय सुख्खा छालाका लागि लाभप्रद हुन्छ ।

-घामले गर्दा हाम्रो छाला कालो भएर चायाँ समेत पर्छ । घामले डढेको छालाका लागि दुईवटा बदामलाई रातभरि पानी वा दूधमा भिजाउने र बिहान त्यसलाई मसिनो गरी पिस्ने, अब त्यसमा अन्डाको पूहेलो भागलाई फिटेर पूरा अनुहारमा लगाउने । २० मिनेटपछि चिसो पानीले अनुहारलाई सफा गर्ने । यो उपायले छालाको सुख्खापन कम हुँदै जान्छ र घामले डढेको छालाको समस्या पनि समाधान हुन्छ ।

-आधा पाकेको केराको पेस्ट बनाउने । उक्त पेस्टमा दही र मह मिसाई अनुहारमा लगाएर दस-पन्ध्र मिनेट राखी हल्का हातले रगड्ने । एकछिन् रगडिसकेपछि पानीले पखाल्ने । यसले अनुहार सफा एवं नरम हुनुका साथै छालामा चमक पनि आउँछ ।

फुर्तिलो रहने उपाय

स्वस्थ तथा फूर्तिलो शरीर नै मानिसको आधा सम्पत्ति हो । अल्छी शरीर परिवारका लागि मात्र नभएर यो धर्तीका लागि समेत भार हुन्छ । फूर्तिलो रहन केही उपाय अपनाउनुपर्छ तब मात्र हामी आफ्नो लक्ष्यसम्म पुग्न सक्छौं ।

हिंड्ने : चौबीसै घन्टा आराम गरिरहनुभन्दा शरीर चलाइरहनु लाभदायक हुन्छ । बिहान मर्निङवाक, करेसाबारीको काम, कुकुरलाई घुमाउनु, व्यायाम तथा खेलकुदले स्वस्थ मात्र होइन, फुर्तिलोसमेत बनाउँछ ।

खानामा चिल्लो पदार्थ कम गर्ने : तारेको खाना, ससेज तथा बोसोयुक्त मासुहरू कम खानुपर्छ । चिज तथा क्रिमयुक्त खाना पनि आवश्यकताभन्दा बढी खानु राम्रो हुँदैन ।

धूम्रपानबाट टाढा रहने : धूम्रपान स्वास्थ्यका लागि हानिकारक छ भन्ने कुरा त स्वयं चुरोटकै बट्टामा लेखिएको हुन्छ । धूम्रपानले फूर्ति घटाउँछ तथा आलस्य बढाउँछ । त्यसैले धूम्रपान छोड्नुपर्छ ।

तनावमुक्त रहने : फूर्तिलो हुन तनावबाट मुक्त रहनुपर्छ । सकारात्मक विचार राख्नुपर्छ । अरूप्रति खराब सोचाइ राख्नुहुँदैन तथा सधैं आशावादी हुनुपर्छ ।

राम्रा पुस्तक पढ्ने : अल्छी लाग्ने किसिमका पुस्तक पढ्नुभन्दा जिउमा फूर्ति बढ्ने खालका पुस्तक पढ्नुपर्छ ।

प्रदूषणबाट जोगिने : शरीर फूर्तिलो बनाउन प्रदूषणबाट टाढा रहनपर्छ । धूवाँ, धूलो, वायु प्रदूषणबाट मुक्त रहने उपाय सोच्नुपर्छ ।

पार्कमा घुम्ने : अल्छी लागेका बेला पार्कमा घुम्दा मन शान्त हुन्छ ।

संगीत सुन्ने : संगीतले मानिसलाई फूर्तिलो बनाउँछ ।

घरमा फूलबारी बनाउनुपर्छ : फूलले मानिसलाई फूर्तिलो बनाउँछ । फूलको सौन्दर्यले मन प्रफुल्लित हुन्छ । फूलबारीमा समय बिताउने मानिसलाई चाँडै रिस उठ्दैन ।

मनोरञ्जन गर्ने : सधैंकाममा खट्ने व्यक्तिहरूलेसमय मिलाएर मनोरञ्जन गर्नुपर्छ । कहिले रेष्टुराँ जाने, कहिले चलचित्र हेर्ने जस्ता क्रियाकलापले फुर्तिलो बनाउन मद्दत गर्छ ।

–नारायण ज्ञवाली

मोबाइल एडिक्सनबाट पीडित युवाहरू

आजको वैज्ञानिक युगमा मोबाइल फोन हरेकको आवश्यकता भैसकेको छ। मोबाइल नहुँदा आफू अपूरो भएजस्तो महसुस हुन्छ। मोबाइल फोनले जीवन धेरै सजिलो बनाइदिएको छ। बानी परेका मानिसहरू मोबाइल फोनबिना एक क्षण पनि बस्न सक्दैनन्। मोहित आफ्नो मोबाइल घरमै छाडेर अफिस गएछन्। त्यो दिनभर नै उनलाई निकै असजिलो महसुस भयो। उनले आफूमा केही कमी भएजस्तो महसुस गरे। यस्तै अवस्था कोमलको पनि थियो। मोबाइलमा पैसा सकिएकाले उनलाई पनि साह्रै गाह्रो भैरहेको थियो। जब उनले अफिसबाट तलब पाइन् सबैभन्दा पहिले मोबाइलमा पैसा थप्न दौडिहालिन्।

आज नेट र मोबाइल जति आवश्यक छ त्यति नै यो युवापुस्तालाई भ्रमित गर्ने माध्यम पनि बन्दै गएको छ। नेटहरूमा अश्लील साइटहरू तथा मोबाइलमा अश्लील भिडियो हेरेर युवा पिंढी ब्लु फिवरको शिकार बन्दै गएको छ।

सञ्चारको क्रान्तिले गर्दा मोबाइलको जति विकास हुँदै गएको छ, त्यति नै यो प्रविधिसँग सम्बन्धित समस्या पनि बढ्दै गएका छन्। आज युवा पुस्ताको समय मोबाइलमा एसएमएस आदि गर्दैमा खेर गैरहेको छ।

मोबाइल कम्पनीहरूका अनुसार किशोर वर्गले नै यसको बढी प्रयोग गर्छ। त्यसैले मोबाइल कम्पनीहरूले धेरै प्रकारका उपहार योजनाहरू अघि सार्छन्। मोबाइलको बढी प्रयोग गर्ने व्यक्तिहरूमा डिप्रेसन, थकान, अनिद्रा तथा एकाग्रतामा कमीजस्ता समस्या पाइन्छ। हिजोआज यस्ता समस्या टिनएजर्समा बढी पाइने गरेको छ। वैज्ञानिकहरूका अनुसार सानो उमेरमा मोबाइलको बढी प्रयोग गर्नाले मस्तिष्कमा नकारात्मक असर पर्छ। मोबाइलबाट निस्कने रेडियो तरंगहरूले मस्तिष्कमा गहिरो असर पार्छ। यसको दुष्प्रभाव मनोवैज्ञानिक रूपबाट हुन्छ र त्यसको असर बालबालिकाहरूको व्यवहार एवं अध्ययनमा पर्छ।

नर्वेको ओस्लो विश्वविद्यालयले गरेको अध्ययनअनुसार मोबाइल प्रयोग गर्ने १३ वर्षदेखि १८ वर्षसम्मका ६० प्रतिशत युवामा यौनजन्य प्रवृत्ति बढी पाइन्छ। यी युवाहरू आफूजत्तिकै उमेरका मोबाइल प्रयोग नगर्ने अरू साथीभन्दा केही बढी परिपक्व हुन्छन्।

हिजोआज मोबाइल फोन एउटा सामाजिक आवश्यकता बनिसकेको छ। यसबाट युवाहरूलाई खुलापन महसुस हुन्छ, उनीहरूमा सुरक्षाको भावना बढ्छ। यसबाट साथीसँग विचार आदान-प्रदान गर्न सकिन्छ। त्यसैले युवायुवतीहरूलाई मोबाइल नै बोक्न नदिनुको साटो यसको प्रयोग सही रूपले गर्ने वातावरण तयार गर्नुपर्छ। बाहिरी प्रतिबन्धले उनीहरूमा नकारात्मक प्रभाव पार्ने हुँदा यसको प्रयोग सकारात्मक रूपमा गर्नुपर्छ भनेर सिकाउनु आवश्यक छ।

–अरुणा भट्टराई

सुखी र आनन्दित जीवनका लागि

जीवन सुखी, व्यवस्थित र आनन्दित बनाउन हाम्रा साधनाशास्त्रहरूले अनेक मार्गदर्शन गरेको पाइन्छ। तिनैमध्ये सुखी र आनन्दित जीवनका लागि अपनाउनुपर्ने केही अपरिहार्य सद्गुणका बारेमा संक्षेपमा चर्चा गरौं।

पवित्रता : मानवजीवनमा पवित्रता र स्वच्छताका सर्वाधिक महत्त्व छ। जीवनमा सुख र आनन्दको अपेक्षा राख्नेले जीवन स्वच्छ र पवित्र बनाउनु अत्यावश्यक छ। पवित्रता बाह्य तथा आन्तरिक गरी दुई किसिमको हुन्छ। हाम्रो शरीर र बाह्य सांसारिक तथा भौतिक वातावरण शुद्ध र सफा राख्नु बाह्य पवित्रताअन्तर्गत पर्छ भने हाम्रो मन, भावना र आत्मा शुद्ध राख्नु आन्तरिक पवित्रता हो। जीवन सुन्दर र सुखमय बनाउन हाम्रो शरीर र हामी बस्ने बाहिरी वातावरण सफा राख्न जति आवश्यक छ त्यति नै हाम्रो मानसिक तथा भावनात्मक पवित्रताको महत्त्व हुन्छ। भौतिक रूपमा स्वच्छ रहन चेतना र मार्गदर्शनको प्रेरणा मानिसलाई आन्तरिक रूपबाटै प्राप्त हुन्छ। मानिसको मन, भावना, आचरण र व्यवहारको शुद्धिबाटै उसको दैनिक क्रियाकलाप शुद्ध भै जीवन आनन्दमय बन्छ। काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मात्सर्य आदि षटविकारबाट मुक्त भएर हृदय स्वच्छ र पवित्र राख्नुपर्छ।

विविधत् अर्थात् अनुशासित भएर कर्म गर्दा निःसन्देह सुख प्राप्त हुन्छ। भनिन्छ, जसरी नदी आफ्ना दुई किनारालाई नछोडी र नतोडी संयमित भएर बग्दै जाँदा सागरमा पुग्छ, त्यसरी नै अनुशासित एवं संयमित भै कर्म गर्दा हजारौं बाधा आए पनि लक्ष्यमा पुग्न सकिन्छ। जहाँ नियम भङ्ग हुन्छ त्यहाँ अनुशासन पनि उल्लंघन हुन्छ। जो आत्मअनुशासनमा बस्दैन त्यो सधैं अर्काको दास बन्छ भन्ने भनाइ पनि छ। अतः जसले आफूलाई शासन गर्न सक्दैनन् त्यसबाट जीवनमा सुख-शान्ति एवं सफलताको आशा राख्न सकिँदैन। अनुशासन फौजीका लागि मात्र होइन, जीवनका हरेक क्षेत्रका लागि आवश्यक छ। हरेक कार्य गर्ने आफ्नै नियम र ढंग हुन्छ, जसलाई साहस र सावधानीपूर्वक अपनाउनाले सहज, सम्पन्न एवं सफल जीवन प्राप्त हुन्छ।

स्वाध्याय (स्वयं अध्ययन गर्नु) : एक प्रसिद्ध विद्वान्ले भनेका छन्- अध्ययनभन्दा सजिलो मनोरञ्जन अर्को छैन। यसबाट के स्पष्ट हुन्छ भने अध्ययन नै मनोरञ्जनको सबैभन्दा सहज र सरल माध्यम हो। मानसिक सुख-शान्तिका लागि स्वस्थ मनोरञ्जनको महत्त्व कति हुन्छ भने कुरा त हामीलाई थाहा भएकै कुरा हो। त्यसैले यसै सन्दर्भमा साहित्यकार शेक्सपियरको भनाइ मननीय छ। उनी भन्छन्- 'मेरो पुस्तकालयमा आएर आफ्नो इच्छाअनुसारका पुस्तक छानेर पढ र दुःखलाई भुल।' तसर्थ दुःख बिर्सन चाहने आफ्नो रुचिकर र भावनाअनुकूल विषयका पुस्तकको अध्ययनमा एकाग्र बन्नुपर्छ। एकाग्रताबाट सुख र सद्विचार प्राप्त हुन्छ। निश्चय नै राम्रो विषयको अध्ययन, मीठो संगीत र भ्रमणले दुःखलाई बिर्साइदिन्छ।

जसरी हाम्रो शरीरलाई अन्न, जल आदि भोजनको आवश्यकता पर्छ त्यसरी नै हाम्रो मन, बुद्धि र आत्मालाई नित्य खुराकको आवश्यकता पर्दछ। जुन असल चरित्रको शिक्षाद्वारा पूरा हुन्छ। यसका लागि स्वाध्याय आवश्यक छ। स्वाध्यायबाट वाणी शुद्ध हुन्छ, मनमा संकल्प उत्पन्न हुन्छ। संकल्पबाट शुभकर्म हुन्छ र शुभकर्मबाट जीवन सफल हुन्छ।

सन्तोष : सन्तोष त्यस्तो अमृत हो जसले परम आनन्द प्रदान गर्छ। यो भनाइ महोपनिषद्को हो। त्यस्तै भगवान् बुद्ध भन्नुहुन्छ– सुख चाहनेले सधैं सन्तोष मान्नुपर्छ। अतः उपरोक्त भनाइहरूबाट सन्तोष परम सुखम' अर्थात् सन्तोषबाटै सुख प्रप्ति हुन्छ भने तथ्य छर्लङ्ग हुन्छ। आफूमा प्राप्त विद्या र सीपद्वारा सद्भावयुक्त व्यवहार गर्दै शान्त जीवनयापन गर्नु र त्यसबाट प्राप्त सन्तोषमा भौतिक धनबाट प्राप्त हुने सुखभन्दा उच्च सुख प्राप्त हुन्छ। असन्तोषी मानिस कहिल्यै सुखी हुँदैन। आफूलाई प्राप्त धनमा सन्तोष मान्नाले जुन सुख पाउँछ, धनको तृष्णाले ठक्कर खाँदै यत्रतत्र भौतारिँदै हिंड्नेले सुख पाउन सक्दैनन्। आफ्नो परिश्रमको कमाइमा सन्तोष मान्नेले थोरै धनमा पनि धेरै सुख प्राप्त गर्न सक्छ। संसारमा कसैलाई पनि आफ्नो इच्छाअनुसारको सबै वस्तु प्राप्त भएको छैन। त्यसकारण सन्तोषको नै आश्रय लिनुपर्छ, तर सन्तोषको अर्थ केही नगरी बस्नु होइन, बरु प्राप्त परिणामलाई स्वीकारी अझ प्रयत्न गर्नु हो। यसैबाट सुख-समृद्धि पनि सम्भव छ। अप्राप्य सुखको आशा राख्नु त दुःखलाई निम्ताउनु मात्र हो।

–रत्नबहादुर बस्नेत

बालबालिकाले असफलताबाट पनि सिक्छन्

सफलता तथा असफलताले एक-अर्काकाबीच गहिरो सम्बन्ध राख्छन्। असफल नभैकन हामी सफलताको कल्पना गर्न सक्दैनौं। आमाबाबुहरू बालबालिकाको असफलतालाई सहनै सक्दैनन्। बालबालिकाहरूको पालनपोषणका क्रममा दैनिक गतिविधिमा त्यस्तो अवस्था आए आमाबाबु आफूलाई असहज महसु गर्छन्। उनीहरू आफ्ना सन्तानलाई कुनै पनि कठिन स्थितिमा देख्न चाहँदैनन्।

परीक्षाका समयमा बालबालिकाको मानसिक तनाव बढ्छ। स्कुल तथा कलेजका फङ्सन आदिमा सहभागिता जनाउने क्रममा आफ्नो प्रदर्शनमा गडबढी हुने हो भने बालबालिकामा भय-त्रास उत्पन्न हुन्छ। वास्तवमा बालबालिकाहरूले असफलताबाटै सफलताको बोध गर्न सक्छन्। छिमेकमा चिनेजानेको कसैले यदि आफ्नो जन्मदिनको पार्टीमा बोलाएन, कक्षामा उसलाई मनिटर नबनाएर अरू कसैलाई बनाइयो, क्लास एक्टिभिटी परिचयमा उसले बनाएको चीजको क्लिपिङ बोर्डमा लगाइएन भने बालबालिकाहरूले असफलता महसुस गर्छन्। आमाबाबुहरूले यस्ता हरेक असफलतामा सही मल्हम लगाए उनीहरूले सफलता पाउँछन् भन्ने कुरामा विचार पुर्‍याउँदैनन्।

बालबालिकाहरूमा असफलताले क्रोध, उदासीनता, निराशा तथा आत्मविश्वासको कमी उत्पन्न हुन्छ। आमाबाबुले उसको असफलतालाई वास्तविक धरातलमा लगेर सम्झाउने प्रयास गर्न सक्छन्। उसको असफलतालाई सफलतामा परिवर्तन गर्ने, उसको जीवनका बाटाहरू सजिलो बनाउने काम बाबुआमाले नै गर्न सक्छन्। बालबालिकाहरू असफलताबाट उब्जिएको हतासा, निराशा तथा त्यसबाट सिक्ने अनुभवबाट आफ्नो योग्यतालाई सपार्ने काम गर्न सकून्, जसले गर्दा ऊ भविष्यमा सफल रहने दिशातर्फ लगातार प्रयास गर्न सकोस् भनेर अभिभावकहरूले नै प्रयास गर्नुपर्छ।

त्यसो त बालबालिकाहरू स्वभावतः आफ्ना बाबुआमाको व्यवहार अनुसरण गर्छन्। बाबुआमाको असफलताप्रति नकारात्मक वा सकारात्मक व्यवहार उनीहरूका लागि आगामी जीवनको गति नै हुन्छ। बाबुआमाले प्रमोसन नपाउँदा व्यक्त गर्ने नकारात्मक प्रतिक्रिया वा मानिसहरूबीच अभद्र व्यवहार, निराशा तथा हतासाले पनि बालबालिकाहरूमा गहिरो असर पार्छ। बालबालिकाहरू पनि आफ्नो असफलताप्रति यस्तै प्रकारको नकारात्मक प्रतिक्रिया अनुसरण गर्छन्। निराशा एवं हतासा वा दुःख स्वाभाविक हो तर हामीले आफ्नो अनुभवबाट सिक्न सक्छौं। बालबालिकाहरूको लालनपालन गर्दा यो तथ्यलाई मनन गर्नुपर्छ। असफल हुने स्थितिका बालबालिकाहरूलाई के सम्झाउनुहोस् भने प्रयास गरेर नै हामी लगातार आफ्नो ज्ञान बढाउन सक्छौं। लगातारको प्रयास एवं ज्ञानले भविष्यमा सहयोग मिल्छ। बालबालिकाले असफलताबाट लगातार सिक्छन्। उसको गल्तीलाई सुधार गरेर नयाँ कुरा सिक्न सहयोग गर्नु आवश्यक छ।

बालबालिकालाई जतिबेला पनि मानसिक दबाब दिनु हुँदैन। जीवनको दौडमा अगाडि रहने प्रेरणा दिनुपर्छ। अभ्यासका क्रममा उसको हरेक प्रयासलाई पहिलेको तुलनामा राम्रो मान्दै उसलाई अझ राम्रो ढंगले प्रस्तुत गर्न लगातार प्रेरणा दिनुपर्छ। बालबालिकालाई यस्ता तमाम स्थितिबाट माथि उठन सहायता गर्नु आवश्यक छ। असफलतालाई आधार बनाएर उनीहरूलाई हतोत्साहित तुल्याउनु हुँदैन। दूरदृष्टि एवं जीवनप्रति सकारात्मक सोचबाट बालबालिकाहरूलाई निरन्तर प्रयासरत राख्नुपर्छ। उसलाई जस्तोसुकै स्थिति सामना गर्न मानसिक रूपमा तयार पार्नाले ऊ स्वतन्त्र रूपमा अघि बढ्नसक्छ। उसको असफलतालाई मनमा लिनुहुँदैन जसबाट ऊ पनि निराश एवं हतास हुन्छ र आत्मविश्वास गुमाउने स्थितिमा पुग्छ।

– संगीता कटुवाल

राजेन्द्रको नियति र नेपाली खेलकुदको भविष्य

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– नेपाली खेलकुदको इतिहासमा पहिलो पटक नेपाली सेनाका अन्तर्राष्ट्रिय धावक राजेन्द्र भण्डारी शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरी सफलता पाउने पहिलो खेलाडीका रूपमा बदनाम भएका छन् । श्रीलंकामा सम्पन्न १० औं दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिताअन्तर्गत ५ हजार मिटर दौड तथा ३ हजार मिटर स्टेपल चेजमा दक्षिण एसियाली कीर्तिमान कायम गरेर उनले पाएको सफलताले नेपाली खेलकुदको शिर ठाडो भएको थियो अहिले उनले उक्त सफलता पाउन शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएपछि नेपाल र नेपाली खेलकुदको शिर निहुरिएको छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिस्पर्धाहरूमा सफलता पाउन खेलाडीहरूले शक्तिवर्धक औषधी सेवन गर्ने घटना नौलो होइन । शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेर घेरै खेलाडीले विश्वलाई नै चकित पारेका उदाहरण थुप्रै छन् । सन् १९८८ को सियोल ओलम्पिकमा १ सय मिटर दौडमा क्यानाडाका वेन जोन्सनले शक्तिवर्धक औषधी सेवन गरेर विश्वकै तीव्र धावकका रूपमा आफूलाई प्रस्तुत गरेको प्रमाणित भएको थियो । सन् १९८० देखि ९० को दशकमा लामो दूरीको दौडमा स्वर्ण पदक जित्दै आएका जर्मनीका डिटर बाउम्यानले शक्तिवर्धक औषधी सेवन गरेको सन् १९९९ मा आएर प्रमाणित भएको थियो । यस्तै सन् १९९० को दशकमा अमेरिकाकै उत्कृष्ट धावक डेनिस मिसेलले पनि शक्तिवर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएको थियो । उपरोक्त घटनामा दोषी पाइएका खेलाडीहरूले आफूहरू निर्दोष रहेको कुरा अझै पनि ब्यक्त गरिरहेका छन् । त्यो समयमा जोन्सनले आफूले जानी-जानी शक्तिवर्धक औषधी सेवन नगरेको तर तागतिलो झोल पदार्थ सेवन गरेको बताएका थिए । जर्मन धावक बाउम्यानले शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएपछि आफ्नो पक्षमा सफाइ दिँदै आफूले जीवनमा कहिल्यै शक्तिबर्धक औषधी सेवन नगरेको तर भिटामिन भएको दाँत माझ्ने पेस्ट दाँत माझ्ने क्रममा खाने गरेको बताएका थिए । यसमा सबैभन्दा रमाइलो तर्क भने डेनिस मिसेलले दिएका थिए । उनले प्रत्येक प्रतियोगिताभन्दा अघि बियर पिउँदै यौनसम्पर्क राख्ने गरेका थिए । डेनिसका अनुसार उनले प्रत्येक प्रतियोगिताअघिको रात छर्लङ्गै काट्ने गरेका थिए । उनले त्यस्तो रात पाँच बोतल बियर पिएर चार पटक यौनसम्पर्क राख्ने गरेको दाबी गरेका छन् ।

अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुदमा शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएपछि व्यक्त गर्ने तर्कहरू आफैंमा नौला हुने गरेका छन् । पछिल्लो पटक अन्तर्राष्ट्रिय एथलेटिकमा तीव्र गतिका धावकका रूपमा देखा परेका जस्टिन ग्याटलिनले पनि शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएको थियो । उनले आफ्नो सफाइमा आफूले शक्तिबर्धक औषधी सेवन नगरेको तर मांसपेशीलाई बलियो बनाउने मसाज गर्दा उक्त औषधी शरीरभित्र प्रवेश गरेको हुन सक्ने बताएका थिए ।

अहिले नेपाली खेलकुदको इतिहासमा पहिलो पटक शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएका मध्यम दूरीका धावक राजेन्द्र भण्डारीले पनि आफूले जानी-जानी कुनै किसिमको शक्तिवर्धक औषधी सेवन नगरेको तर नेपालमा एथलेटिक्सको विकास गर्न आएको जर्मन परियोजनाले दिएको तागतिलो औषधी खाने गरेको बताएका छन् । शान्तिसेनाबाट फर्किएलगत्तै गोरखामा भएको प्रतियोगितामा नेपालकै धावकबाट पराजित भएका राजेन्द्र करिब ६ महिनाको अवधिमा दक्षिण एसियाली क्षेत्रमै कीर्तिमान कायम गर्ने सफलता हात पार्न सक्ने धावक बन्नुको आधार उक्त तागतिलो औषधी नै रहेको कुरालाई राजेन्द्र स्वयंले अनुभव गरेको देखिन्छ ।

प्रतियोगितामा सफलता पाएपछि गरिएको परीक्षणमा उनले शक्तिबर्धक १९ नोरान्ड्रोटेरोन औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएको थियो । पहिलो चरणको नतिजामा चित्त नबुझेर दोस्रो चरणको परीक्षण गराउन आफैं उपस्थित हुँदा पनि उनले शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएको छ । भण्डारीले अझै पनि आफू निर्दोष रहेको कुरा बताएर स्वतन्त्र प्रयोगशालामा उपस्थित हुने जिकिर गरे पनि अन्तर्राष्ट्रिय खेल निकायहरू उनको कुरा सुन्न तयार देखिएका छैनन्, किनकि यो कुरा अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद निकायले मान्यता दिएको प्रयोगशालाले ठहर गरेको कुरा हो । आफूमाथिको अभियोगलाई राजेन्द्र वा नेपाली खेल निकायहरूले अस्वीकार गरे पनि राजेन्द्रको पक्षमा फैसला परिवर्तन हुने सम्भावना छैन । अब राजेन्द्र भण्डारीले दसौं साग खेलकुदमा जितेको दुई स्वर्ण पदक खोसिनुका साथै उनलाई अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा केही वर्ष सहभागिता गर्नसमेत प्रतिबन्ध लाग्नेछ ।

पहिलो चरणको परीक्षणमा राजेन्द्रले शक्तिबर्धक औषधी सेवन गरेको प्रमाणित भएपछि राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले एथलेटिक्सका मुख्य प्रशिक्षक तथा राजेन्द्रको स्पर्धा हेर्ने अर्का प्रशिक्षकलाई समेत निलम्बन गर्दै छानबिन प्रारम्भ गरेको थियो । आयोगले यो घटनाको छानबिन गरे पनि दोषी कसलाई देखाउने भन्ने कुरा महत्त्वपूर्ण हुनेछ, किनकि अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रले खेलाडीका रूपमा राजेन्द्रलाई दोषी ठहर गरिसकेको छ ।

यो घटनाले गर्दा स्वयं राजेन्द्र पनि तनावग्रस्त अवस्थामा छन् । नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा पदकको आशा गरेका खेलाडी अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा दोषी सावित भएका छन् । उनलाई आन्तरिक रूपमा राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्, नेपाल ओलम्पिक कमिटी, नेपाल एमेच्योर एथलेटिक्स संघले सान्त्वना दिनुपर्ने अवस्था एकातर्फ छ भने अर्कातर्फ अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रले दोषी ठहर गरेको खेलाडीको पक्षमा वकालत गर्न सक्ने अवस्था पनि क्षीण छ । यो घटनालाई नेपाली खेलकुद क्षेत्रले ढाकछोप गर्ने प्रयास भने कदापि गर्नु हुँदैन । अहिले अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रले राजेन्द्रलाई दोषी ठहर गरेको अवस्थामा उनलाई यो कुरामा कसैले प्रेरित गरेको हो भने उसलाई पनि स्वदेशमै दण्ड दिनुपर्छ । यदि छानबिन आयोगले राजेन्द्रका अतिरिक्त अरूलाई पनि यो प्रकरणमा जिम्मेवार ठहराए दोषीले दण्डित हुनैपर्छ ।

भण्डारी प्रकरणले दिएको शिक्षा

साप्ताहिक टिप्पणी

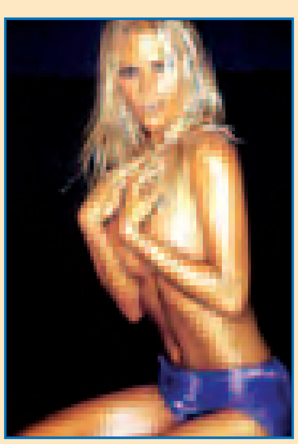
जस्टिन ग्याटलिन, वेन जोन्सन, डिटर बाउमन, डेनिस मिसेल, सुशान्तिका जयसिंघे, सुनीता रानी, मेरियन जोन्स र राजेन्द्र भण्डारी । यी सबै नाममा एउटा समानता छ, यी सबै धावक हुन् र यी सबै शक्तिवर्धक औषधी प्रयोग गरेको अभियोगमा मुछिएका थिए र छन्, तर उपरोक्त नामहरूमध्ये श्रीलंकाकी सुशान्तिका जयसिंघे, भारतकी सुनीता रानी तथा अमेरिकाकी मेरियन जोन्सले कालान्तरमा शक्तिवर्धक औषधी प्रयोग गरेको अभियोगबाट सफाइ पाए । अमेरिकाका जस्टिन ग्याटलिन, क्यानाडाका बेन जोन्सन, जर्मनीका डिटर बाउमन तथा अमेरिकाकै डेनिस मिसेलले भने प्रमाणित अभियोगका लागि अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुदमा दुई वर्षका लागि प्रतिबन्धको सामना गर्नुपऱ्यो । त्यस्तो प्रतिबन्धले उनीहरूको खेलजीवनलाई समाप्त मात्र पारेन, अपितु उनीहरूले तत्कालीन अवस्थामा आर्जन गरेको ख्याति र लोकप्रियता दुवै गुमाउनुपऱ्यो । अहिले नेपाली धावक राजेन्द्र भण्डारी बेन जोन्सनहरूकै श्रेणीमा उभिन पुगेका छन् ।

त्यसो त श्रीलंकाकी सुशान्तिका जयसिंघे शक्तिवर्धक औषधी प्रकरणमा मुछिएदेखि सफाइ नपाउँदासम्मको समयलाई आफ्नो जीवनकै कठिन क्षण भएको बताउँछिन् । शक्तिवर्धक औषधी प्रकरणबाट मुक्त भएपछि सुशान्तिकाले आफ्नो पुरानो लयमा फर्कंदै खेलमैदानमा सफलताका नयाँ आयाम कोरिसकेकी छिन् भने अमेरिकाकी मेरियन जोन्स एक पटक फेरि खेल मैदानमा फर्किएकी छिन् । उता शक्तिवर्धक औषधी प्रकरणमा परे पनि आफू निर्दोष रहेको जिकिर गर्दै आएकी भारतकी सुनीता रानी उक्त प्रकरणमा सफाइ पाए पनि खेल मैदानमा फर्किन चाहिनन् ।

उपरोक्त प्रकरण र उदाहरणले के कुरा प्रमाणित गरेको छ भने शक्तिवर्धक औषधी प्रकरणमा मुछिनु कुनै पनि खेलाडीका लागि दुःस्वप्नसरह भए पनि त्यसबाट उन्मुक्तिका आधारहरू पनि छन् । अहिले राजेन्द्र भण्डारी निश्चित रूपमा शक्तिवर्धक औषधी प्रकरणका कारण निराश भएको हुनुपर्छ । उनले जानेर वा नजानेर जुनसुकै अवस्थामा भए पनि शक्तिवर्धक औषधी प्रयोग गरेको तथ्य सैद्धान्तिक रूपमै प्रमाणित भैसकेको छ । यो अवस्थामा राजेन्द्र भण्डारी प्रकरणका लागि राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्, नेपाल एथलेटिक्स संघ, नेपाल ओलम्पिक कमिटी तथा नेपाली सेनाको खेलकुद विभागमा कार्यरत जिम्मेवार पदाधिकारीहरूले सत्यतथ्य कुरा बक्नैपर्छ । राष्ट्रलाई ढाँटेर वा छलेर कसैको योग्यता प्रमाणित गरिनु हुँदैन । जिम्मेवार निकायहरूले राजेन्द्र भण्डारीका बारेमा चासो राख्नैपर्छ र अरू राजेन्द्र भण्डारीहरू जन्मने दूषित वातावरणको अन्त्य पनि गर्नुपर्छ । त्यसो हुन सक्यो भने मात्रै नेपाली खेलाडीहरू गलत बाटोबाट पदक जित्ने मोहको सिकार हुनबाट जोगिनेछन् ।

मैदान बाहिर

श्रीमतीको नाङ्गो तस्बिर र टाइगर उड



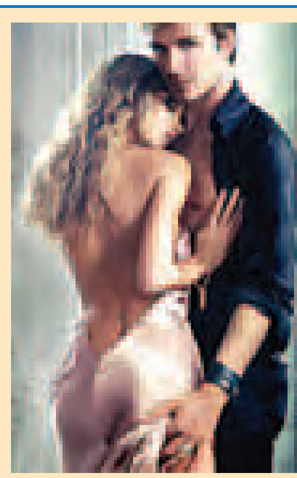
सारा दुनियाँको सामु आफ्नी श्रीमती नाङ्गिएको हेर्न कुनचाहिँ श्रीमान्लाई मन लाग्छ होला ? त्यस्तो चाहना नराख्दा-नराख्दै पनि गल्फका एक नम्बर खेलाडी टाइगर उडले यस्तै किसिमको समस्याको सामना गर्नुपरेको छ । आयरल्यान्डबाट प्रकाशित हुने एक ट्याबलाइड पत्रिकाका लागि स्विम सुटमा खिचिएका आफ्नी श्रीमतीका तस्बिरहरू विभिन्न अश्लील वेबसाइटमा देखा परेपछि उड चकित भएका छन् ।

राइडर कप प्रारम्भ हुनुअघि सार्वजनिक भएको उक्त तस्बिरले उडलाई मानसिक तनावमा राखेको थियो । अहिले टाइगर उडले आफ्नी श्रीमतीको नाङ्गो तस्बिर अश्लील वेबसाइटमा सार्वजनिक गर्ने पत्रिकाविरुद्ध आफ्ना वकिलमार्फत मुद्दा हालेका छन् । उड भन्छन्- 'मेरी श्रीमतिले मेरै अनुमतिमा पत्रिकाका लागि स्विम सुटमा केही पोज दिएकी थिइन्, नाङ्गो तस्बिर भने खिचाइएको थिएन ।' वेबसाइटमा राखिएका तस्बिरहरू कम्प्युटर म्यानुपुलेट गरिएको प्रस्टैसँग थाहा हुन्छ । एलिन नोर्डेगेनसँग दुई वर्षअघि विवाहबन्धनमा बाँधिएका उडका बारेमा डब्लिनर म्यागजिनले लेख्यो- 'अमेरिकी गल्फ खेलाडीहरू आफ्नी श्रीमती अरूको सामु नाङ्गिएको हेर्न चाहँदैनन् ।'

राइडर कप सञ्चालन हुने क्रममै आयरल्यान्डबाट प्रकाशित हुने केही पत्रिकाले उड रिसाए भन्दै फोटोसेसन गरिएका वास्तविक तस्बिर र वेबसाइटमा राखिएका तस्बिरहरूलाई पुनः प्रकाशित गरेका थिए । वैवाहिक जीवनमा खलल पुऱ्याउने प्रयास गरेका कारण उडका वकिलले दोषीलाई दण्डित गर्नुपर्ने कुरा बताएका छन् ।

नितम्ब नै ठूलो

बेलायती सञ्चारमाध्यममा ग्ल्यामरस जोडीका रूपमा डेभिड बेकह्याम तथा उनकी जीवनसँगिनी भिक्टोरिया बेकह्याम सधैं चर्चामा छन् । डेभिड केही समयअघिसम्म इङ्ल्यान्डका फुटबल टिमका कप्तान मात्र नभएर आकर्षक खेलाडीसमेत थिए । उनकी श्रीमती कुनै समय चर्चित महिला सांगीतिक समूह 'स्पाइस गर्ल' ब्यान्डकी सदस्य थिइन् ।



बेकह्यामले गत विश्वकप फुटबलपछि आफू इङ्ल्यान्डको राष्ट्रिय टिममा रहन इच्छुक नरहेको बताएपछि बेकह्याम जोडीले व्यापारको क्षेत्रमा हात हालेको थियो । उनीहरूले परफ्युमको व्यापार थालेका थिए । आफूले बेच्ने परफ्युमको बिक्री प्रबर्द्धनका लागि उनीहरू आफैं मोडलका रूपमा प्रस्तुत भएका थिए । उक्त विज्ञापनमा भिक्टोरियाको नितम्बलाई आकर्षक ढंगले प्रस्तुत गरिएको थियो । उक्त विज्ञापन हेर्नेहरूले भिक्टोरियाको नितम्ब यति ठूलो छैन भनेर चर्चा गरेपछि भिक्टोरियालाई आफ्नो सौन्दर्यमै ह्रास आएको महसुस भयो । उनले आफ्नो नितम्ब कम्प्युटरको सहयोगमा बढाइएको नभै प्राकृतिक रूपमै यस्तै रहेको जानकारी दिइन् । बेकह्याम दम्पतीलाई 'इन्टिमेट्ली' नामक परफ्युमको विज्ञापनमा बेकह्यामले भिक्टोरियाको जाँघ समाएर उठाएको पोजमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

वाइबाले नेपाललाई स्वर्ण जिताए

पोर्टल्यान्ड, ओरेगन, अमेरिका– पाँचौं अन्तर्राष्ट्रिय खुला मैत्रीपूर्ण तेक्वान्दो (च्याम्पियनसिप) प्रतियोगिता अमेरिकाको ओरेगन राज्यस्थित पोर्टल्यान्डमा हालै सम्पन्न भएको छ । ६ वर्षअघि काठमाडौंबाट सुरु भएको अन्तर्राष्ट्रिय मैत्रीपूर्ण तेक्वान्दो प्रतियोगिताको यो संस्करण विगतभन्दा फरक एवं बढी प्रभावकारी देखियो । कारण थियो– तेक्वान्दोको सर्वोच्च अन्तर्राष्ट्रिय संस्था इन्टरनेसनल तेक्वान्दो फेडेरेसन (डब्लुटीएफ) बाट प्रतियोगिताले मान्यता प्राप्त गर्नु । यसपटक सहभागी राष्ट्र अनि खेलाडीहरूको संख्या पनि उल्लेखनीय रुपमा वृद्धि भयो । उक्त प्रतियोगितामा नेपालसहित २० राष्ट्रका २ सय ६१ खेलाडीले सहभागिता जनाएका थिए ।

प्रतियोगितामा आयोजक राष्ट्र अमेरिकाको दबदबा रहे पनि नेपाली खेलाडीहरूको प्रदर्शन पनि प्रशंसनीय रह्यो । अमेरिकामा रहेका तेक्वान्दो प्रशिक्षक एवं खेलाडीहरूले नेपालका तर्फबाट प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गरेका थिए ।

प्रतियोगितामा नेपालका लागि एक मात्र स्वर्ण तेक्वान्दो खेलाडी तथा प्रशिक्षक मनमोहन वाइबाले जितेका थिए । हेभिवेट प्रतिस्पर्धामा भर्जेनियास्थित अमेरिकी तेक्वान्दो एसोसिएसन (एटीए) मार्शल आर्ट्स स्कुलका प्रशिक्षक ३८ वर्षीय वाइबाले स्पाइरिङमा स्वर्ण जिते । नेपाली सेनाका पूर्वमेजर वाइबा, अमेरिकामा रहेका पुराना नेपाली तेक्वान्दो खेलाडी हुन् । नेपाली तेक्वान्दोका संस्थापक जेके सिन एवं दीपराज गुरुङबाट तेक्वान्दो सिकेका तेस्रो ब्याचका पाँचौं डान ब्ल्याकबेल्टधारी वाइबाले स्पाइरिङका अतिरिक्त पुम्सेमा कांस्य पदकसमेत जिते । साप्ताहिकसँगको कुराकानीमा वाइबाले भने– 'एक जना नेपालीकै प्रयासमा सुरु भएको यो प्रतियोगिताले डब्लुटीएफको मान्यता पाएको स्थितिमा मैले स्वर्ण जित्नु खुसीको कुरा हो ।'

नेपालका तर्फबाट प्रतियोगितामा सहभागी अर्का खेलाडी एवं दुई पटकको दक्षिण एसियाली खेलकुद (साफ) स्वर्ण पदक विजेता रेणुका मगरले पुम्सेतर्फ रजत पदक जितिन् । उनले स्पाइरिङमा प्रतिस्पर्धा गरिनन् । पुम्सेमा मनमोहन वाईबाले मगरलाई प्रशिक्षण दिएका थिए ।

उक्त प्रतियोगितामा ओलम्पियन एवं चर्चित नेपाली तेक्वान्दो खेलाडी सीता राईद्वारा प्रशिक्षित १२ जना अमेरिकी खेलाडीहरूले स्वर्ण जितेका थिए । दिवाकर डान महर्जन, लवप्रसाद गोर्खाली, शुद्धोधन रञ्जित तथा कोसिस खड्काले नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै खेल सञ्चालन गरेका थिए ।

१५ वर्षअघिदेखि अमेरिकामा रहेका नेपाली तेक्वान्दोका पूर्वप्रशिक्षक दिवाकर डान महर्जनको यूएस वेस्ट कोस्ट हलिउड तथा नेपालस्थित मैत्री तेक्वान्दो डोजाङको सक्रियतामा सन

२000 मा पहिलो पटक काठमाडौंमा अन्तर्राष्ट्रिय मैत्रीपूर्ण तेक्वान्दो च्याम्पियनसिप प्रारम्भ भएको थियो । सन् २00२ मा नेपालको पोखरामा दोस्रो संस्करण तथा सन २00४ मा पोर्टल्यान्डमा तेस्रो संस्करणको च्याम्पियनसिप सम्पन्न भएको थियो ।

एक वर्षअघि हङकङमा चौथो अन्तर्राष्ट्रिय मैत्रीपूर्ण तेक्वान्दो च्याम्पियनसिप सम्पन्न भएको थियो । आगामी प्रतियोगिता अर्को वर्ष सन् २00७ मा भारतको नयाँ दिल्लीमा आयोजना हुने बताइएको छ ।

मनोज आचार्य/दिनेशजङ्ग शाह

पुराना गल्ती सच्चाउनु नै क्यानको पहिलो प्राथमिकता

काठमाडौं- केही वर्षयता नेपाली क्रिकेटको विकासका राम्रा अवसरहरू गुमाउँदै आएको नेपाल क्रिकेट संघ (क्यान) को पुनर्गठनसँगै नयाँ आशा जागेको छ । दसैंको पूर्वसन्ध्यामा जयकुमारनाथ साहको ४१ वर्षे कार्यकाललाई समाप्त पार्दै राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले विनयराज पाण्डेको अध्यक्षतामा क्यानको पुनर्गठन गरेको छ ।

नेपाली खेलकुदमा जेठो संस्थाका रूपमा रहे पनि क्यानका गतिविधिहरू एक दशकयता मात्र चर्चामा आएका थिए । दक्षिण एसियाली क्षेत्रमा क्रिकेटले पाएको सफलता तथा यसको लोकप्रियतालाई क्यानले तीन दशकसम्म आत्मसात् गर्ने प्रयास गरेन । पछिल्लो एक दशकमा क्यानले आफ्नो पुरानो छविमा सुधार गर्दै स्वदेशमा मात्र नभएर विदेशमा समेत ठूलै फड्को मारेको थियो, तर पनि नेपाली क्रिकेटलाई नजिकबाट नियाल्नेहरूका अनुसार नेपालले सफलता एवं भौतिक पूर्वाधारको क्षेत्रमा सोचे अनुसारको प्रगति गर्न सकेको छैन ।

लामो समयसम्म नेपाली क्रिकेटको नेतृत्वतहमा बसेर काम गरेका व्यक्तिहरूलाई पुनः समावेश गरिएका कारण क्यानबाट विगतका गल्ती दोहोरिन सक्ने आशंका पनि गरिन्छ । क्यानमा ३८ वर्ष महासचिवको पदमा रहेका विनयराज पाण्डेलाई नै राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले अध्यक्षमा मनोनीत गरेको छ । महासचिवका रूपमा आफूबाट भएका सबै काम नेपाली क्रिकेटको विकासमा समर्पित भएको पाण्डे बताउँछन् तर उनले आफ्नो लामो कार्यकालमा भएका कामको गति भने सुस्त भएको स्वीकार गरेका छन् ।

पछिल्लो एक दशकमा नेपाली क्रिकेटले आफ्नो गतिविधि बढाएपछि अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रबाट पाएको सबैभन्दा ठूलो सफलता एसियाली क्रिकेट काउन्सिल (एसिसि) ले निर्माण गर्ने भनिएको क्रिकेट एकेडेमी नै थियो । पोखरामा निर्माण गर्ने लक्ष्य राखिएको उक्त एकेडेमी आन्तरिक खिचातानीका कारण काठमाडौंमा स्थानान्तर गरिएको थियो ।

नीतिगत तहमा नियुक्त व्यक्तिहरूले आ-आफ्नो स्वार्थ पूर्ति गर्ने हिसाबले यो परियोजनालाई लिएका कारण अहिले क्रिकेट एकेडेमीको भविष्य नै अन्यौलमा परेको छ । अध्यक्ष पाण्डे भन्छन्- यो एकेडेमी निर्माणको विषयमा एसिसिले सन् २००२ मै निर्णय गरेको थियो । अहिले यो विषयमा एसिसि नै अन्यौलमा छ । पाण्डेका अनुसार क्यानको प्रयास यो एकेडेमीलाई पुनः नेपाल भित्र्याउनु पनि हुनेछ ।

राष्टिय खेलकुद परिषद्ले यसभन्दा अघि गरेको पुनर्गठनमा पाण्डे कार्यसमितिबाट बाहिरिएका थिए । पाण्डे भन्छन्- त्यसबेलाको मेरो निष्काशनले नेपाली क्रिकेटको विकासका केही योजनाहरू अधुरै रहे पनि अब हामी पुराना योजनाहरूलाई नितन्तरता दिदैं नयाँ कार्यक्रम अघि सार्नेछौं । क्यानले पछिल्लो पटक ल्याएको पञ्च वर्षीय योजना सन् २००२ मै समाप्त भयो । त्यसपछि क्यानले यो विषयमा थप कुनै पहल गरेन । अब हामी पुनः विकासको पञ्चवर्षीय योजना कार्यान्वयनमा ल्याउनेछौं ।

उमेर समूहको क्रिकेट प्रतियोगितामा नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिस्पर्धामा उल्लेखनीय सफलता पाए पनि राष्ट्रिय टिमका रूपमा भने त्यस्तो सफलता दोहोऱ्याउन सकेको छैन, जसका कारण सन् २०११ सम्म विश्वकप खेल्ने क्यानको लक्ष्य अत्यन्त कठिन बनेको छ । 'घरेलु प्रतियोगिताको अभावमा ३-४ वर्षयता नयाँ खेलाडी उत्पादन हुन सकेका छैनन्, खेलाडीले सिजनमा प्रशस्त म्याच खेल्न पाउनुपर्छ,' -राष्ट्रिय टिमका कप्तान विनोद दास बताउँछन् । अध्यक्ष पाण्डे भन्छन्- 'वर्षमा ३-४ वटा घरेलु म्याच खेलेका खेलाडीबाट ठूलो आशा पनि गर्न सकिँदैन । कमजोर बन्दै गएको राष्ट्रिय टिमलाई दीर्घकालीन योजनासँगै बलियो बनाउने हाम्रो उद्देश्य छ । सन् २०१५ को विश्वकप खेल्ने लक्ष्यका साथ घरेलु प्रतियोगिताको संख्या वृद्धि गर्नु, आफूभन्दा भिन्न र उत्कृष्ट टिमसँग म्याच खेलाउनु आवश्यक छ ।'

क्यानको पछिल्लो गतिविधिमा प्रायोजकले रुचि देखाएको कुरा उल्लेख गर्दै पाण्डे भन्छन्- 'उनीहरूलाई खुसी तुल्याउन सक्नुपर्छ,' तर दुई ठूला प्रायोजकले पाण्डे कार्यसमितिमै रहेका बेला क्यानसँग सम्झौता तोडेका थिए । विनोद दास भन्छन्- 'क्यानले गल्तीहरू दोहोऱ्याउनुहुँदैन । क्रिकेट प्रशासनको लामो अनुभव अहिलेको कार्यसमितिसँग छ ।' राष्ट्रिय टिमका तीन जना पूर्वकप्तान अहिलेको कार्यसमितिमा रहेकाले पनि खेलाडीको सुविधामा कमी नहुने आशा कप्तान दासले व्यक्त गरे ।

–राजु घिसिङ

कान्तिपुर गाथा

किशोर नेपाल

रमेर सकियो दसैंको रमाइलो। तिहारको रमझम बाँकी नै छ। यसबीच राजधानीमा वार्ताको रमाइलो सुरु भएको छ। वार्ता सबैलाई चाहिएको छ। वार्ता बिग्रिए सरकार बिग्रन्छ। सरकार बिग्रिए सात दल बिग्रन्छ। सात दल बिग्रिए के हुन्छ ? भन्न सकिने अवस्था छैन, तर वार्ता सफल भए पनि, विफल भए पनि यसमा चासो ठूला-साना सबैको छ।

वितेको साताभरि गुलजार थियो बालुवाटार। भाटभटेनीदेखि शीतल निवाससम्म सडक-पेटीका कुनै भाग खाली थिएनन्। कतै चिसो समोसा, कतै तातो ममचा ! ग्याँसमा भुटेको मकै-भटमास, सारो केराउ, नरम चना। वार्ताको वातावरणमा चम्किएको व्यापार। वातावरण रम्ने खालको छ, साथीभाइहरू जम्ने खालको।

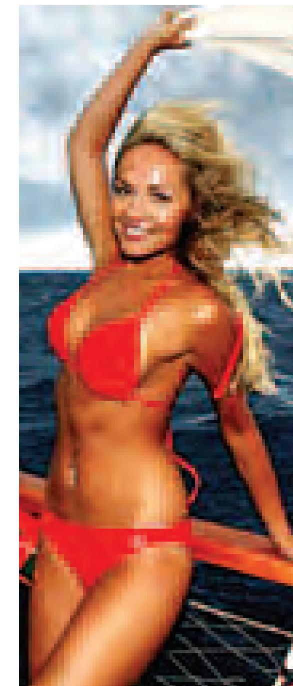
उता बालुवाटारको क्याबिनेट बैठकबाट एउटा आवाज बाहिर आइरहेको स्पष्ट सुनिन्छ। आवाज कहिले भावुक सुनिन्छ, कहिले रुन्चे बुझिन्छ। एफएम स्टेसनको टेप रेकर्डबाट आएको आवाजका रूपमा शब्दका ढिक्काहरू हिउँझैं पग्लिँदैछन्– 'म मन लागेजति पटक प्रधानमन्त्री भैसकेको मानिस। मलाई त्यसको कुनै लोभ छैन। यसपालि मलाई तपाईंहरूले नै प्रधानमन्त्री बनाउनुभएको हो। मलाई त पटक्कै रहर थिएन। म त बिरामी मानिस। त्यसै पनि मानिसहरूले मलाई डाँडामाथिको जून भन्न थालिसकेका छन्। मेरो चाहना यो वार्ता सफल होस् भन्ने मात्र हो। यो बाहेक मेरो अरू कुनै स्वार्थ छैन, कुनै चाहना पनि छैन। मलाई छोरीको पीर र भतिजाको चिन्ता छैन। उनीहरू मेरो नाम बेचेर आफैं गरिखान सक्ने भएका छन्। मेरो एक मात्र चिन्ता प्रजातन्त्रको संरक्षण र देशमा स्थायी शान्तिको स्थापना मात्र हो.....'

यो भावुक आवाजले त्यहाँ कांग्रेस पार्टीको बैठक चलिरहेको भान हुन्थ्यो, किनभने यस्तो भावुकता र अलाप-विलाप कांग्रेसको बैठकमा मात्र हुने परम्परा छ। यो पाखण्डपूर्ण परम्परालाई आजसम्म अरू दलहरूले धान्न सकेको देखिएको छैन.....

पछि थाहा भयो, यो त सात दल र माओवादी दलका बीचको शिखर वार्ताको दृश्य मात्र थियो। यो आवाज सुनेर त्यहाँ उपस्थित सबै नेता भावुक भएका थिए। एमाले र जनमोर्चा, सद्भावना र बाममोर्चा, नेमकिपा र प्रकांग्रेस सबै गद्गद भावाभिभूत देखिएका थिए। यस्ता भावुक दृश्य हजारौं पटक भोगी, देखी र बेहोरिसकेका मानिसहरू पुरानै भाव दोहोऱ्याउँदै थिए। यो उनीहरूका लागि कुनै नौलो अनुभव थिएन।

साँझ गाईजात्रा सकियो। बालुवाटार सुनसान भयो। टुकुचा खोला आफ्नै गतिमा बहिरह्यो।

चर्चा ताताना कुच्क्रोभाको



चेक गणतन्त्रकी १८ वर्षीया ताताना कुच्क्रोभा अहिले विश्वका तमाम युवतीहरूबीच आकर्षक युवतीका रूपमा प्रस्तुत भएकी छिन्। उच्च माध्यमिक तहमा अध्ययनरत यी युवतीले विश्व सुन्दरी प्रतियोगिता जितेर सारा विश्वको ध्यान आफूप्रति आकृष्ट गरेकी छिन्।

कुनै विश्वविद्यालयबाट स्नातक गर्ने र आफ्नो अध्ययनपछिको क्यारियर मोडलिङमा बिताउने चाहना कुच्क्रोभाको छ। यही मोहले उनलाई पोल्यान्डको राजधानी वार्सामा सम्पन्न ५६ औं संस्करणको विश्वसुन्दरी प्रतियोगितामा आकर्षित गऱ्यो। जीवनमा सधैं राम्रो काम गर्नुपर्छ र जीवन सधैं राम्रो नै रहन्छ भन्ने धारणा राख्ने कुच्क्रोभाले अन्ततः मिस चेक रिपब्लिकको उपाधिमार्फत अन्य १ सय ४ देशका सुन्दरीको स्पर्धामा आफूलाई अब्बल दर्जाकी सुन्दरीका रूपमा स्थापित गरिन्।

मोडलिङको क्यारियरमा प्रशस्त भ्रमणको अवसर मिल्ने उनको विश्वास छ, त्यसैले पनि उनको चाहना मोडलिङतर्फ बढेको हो। मोडलिङपछिको उनको योजना एक अभिभावकका रूपमा व्यतित गर्ने छ।

यस पटकको प्रतियोगितामा वार्सा कंग्रेस हलमा उपस्थित भएका निर्णायकहरूले मात्र विश्व सुन्दरी नछानेर टेलिभिजनका दर्शकको मतको पनि कदर गरिएको थियो, जसमा तातानाले आफ्नो सौन्दर्यको जादूले सारा विश्वको मन जितिन्। हुनत यो प्रतियोगितामा सहभागी हुने क्रममै तातानाले भनेकी थिइन्- 'यो प्रतियोगितामा सहभागिता गरेर म केही पनि गुमाउँदिनँ, सबै चीज पाउँछु र अझ केही पाउन संघर्ष पनि गर्नेछु।' नभन्दै उनले हलभित्रका निर्णायकको मन मात्र जितिनन्, उपाधि पाएपछि आफूलाई मन पराइदिने सारा विश्वलाई हृदयदेखि नै धन्यवाद दिइन्।

टेनिस, भलिबल, घोडचढी, आइस स्केटिङ आदि धेरै किसिमका खेल रुचाउने कुच्क्रोभाले यी सबै किसिमका खेललाई मनोरञ्जनको माध्यमका रूपमा मात्र नलिएर स्वास्थ्यका हिसाबले पनि लिएकी छिन्।

फुर्सदको समयमा संगीत सुन्दै नृत्य गर्ने चाहना भएकी कुच्क्रोभालाई आफ्ना घरपालुवा जनावरहरूसँग खेल्न मन लाग्छ। उनले घरमा बिरालो, गिन्नी पिग, खरायो, चरा र कछुवा पालेकी छिन्। उनी घरमा बस्दा यी जनावरहरूसँग खेल्छिन्। खानपिनमा उनी कुखुराको मासुप्रति बढी मोहित छिन्।

इजरायल !
[Hebrew] ... (English) ...
Housekeeping ... Orientation ...
Hebrew ...
... Forward ...
पाइथागोरस एकेडेमी, 4260632

Private Test/SLC
I.A/I.COM
शैक्षीक सत्र २०६३ का लागी
नि:शुल्क अन्तिम भर्ना।
सम्पर्क: पाइथागोरस एकेडेमी
फोन: ४२६०६३२, ४२१९७२५

हेमराज ज्ञवालीद्वारा कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. का लागि प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : कान्तिपुर कम्प्लेक्स, सुविधानगर, पो.ब.नं. ८०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ४४८०१००, फ्याक्स : ९७७-१-४४७०१७८, email:saptahik@kantipur.com.np दर्ता नं ९९/०५१/५२, सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्र.लि. सँग सुरक्षित प्रबन्ध निर्देशक : कैलाश सिरोहिया, निर्देशक : विनोदराज ज्ञवाली/स्वस्तिका सिरोहिया, सम्पादक : सुवास ढकाल