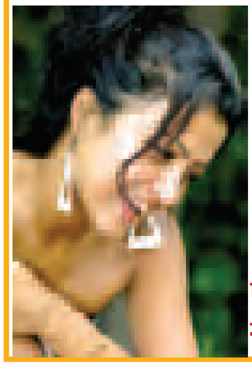


लभगुरू
रेखा
थापा
पृष्ठ
११ मा
पाठकहरूको
समस्या समाधान गर्दैछिन्

• वर्ष १२ • अंक २४ • काठमाडौं, शुक्रबार, कातिक १७, २०६३ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Nov. 3, 2006 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-

साप्ताहिक

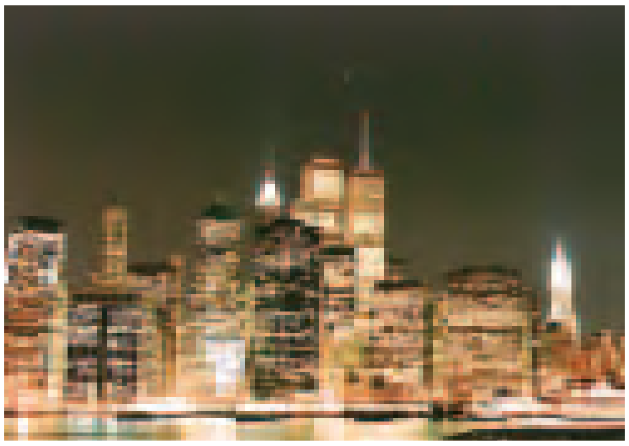
सुन्दर
मुस्कानकी
धनी
◀ ११ पृष्ठमा

प्रेरणा
बाबुआमाको
२ पृष्ठमा ▶

केवल
एक प्रश्न
◀ १० पृष्ठमा

पूजा राई
मध्यपृष्ठमा

चक्कर डिभीको



• विदुर खतिवडा/राजु घिसिङ

काठमाडौं– अमेरिका बस्न पाउने चिठ्ठा 'ई-डिभी लोटरी' मा सन् १९९४ यता नियमित रूपमा सहभागी हुँदै आएका राजेन्द्र श्रेष्ठले यसपटक समेत गरेर १३ औं पटक सहभागिता जनाएका छन् । गत साता इडिभी भर्ने सिलसिलामै नयाँ बानेश्वरस्थित ई-जोनमा भेटिएका श्रेष्ठले सुरुका वर्षहरूमा डिभी भर्दाका अनुभव सँगालेर डिभी नपरेको तिक्तता पोख्दै भने- 'त्यस बेला थोरै मानिस डिभीमा सहभागी हुँदा त परेन, अहिले के पर्ला र ?' त्यसो भए किन भरेको त ? प्रश्न सकिन नपाउँदै उनको जवाफ थियो- 'आशा हुँदो रहेछ, आशाकै कारण मैले अमेरिकामोह त्याग्न सकेको छैन ।' राजेन्द्रजस्तै सन् १९९८ देखि लगातार डिभी भरिरहेका नितेश पाण्डे पनि त्यहीं भेटिए । 'चिठ्ठा नै त हो, एक-दुई सय खर्चिंदैमा तै भाग्य खुलिहाल्छ कि ?' नवौं पटक डिभी भर्न आएका नितेश विवाह नगर्दादेखि अहिले तीन वर्षकी छोरीलाई समेत लिएर डिभी भर्न आएसम्मको घटनाक्रमलाई विश्लेषण गर्दै भन्छन्- अमेरिकामा बस्ने स्थायी प्रमाणपत्र भएकाले डिभीको आकर्षण धेरै छ । राजेन्द्र र नितेशजस्तै अहिले लाखौं नेपाली चिठ्ठामा विश्वास गरेर अमेरिका जान डिभीको चक्कर काटिरहेका छन् । 'यो गोलचक्करले नेपालीहरूलाई फाइदा पनि त गराएको छ नि □' व्यापारिक लवजमा ई-जोनका प्रबन्ध निर्देशक दामोदर अधिकारीले भने- 'अहिलेसम्म हजारौं नेपाली यही चिठ्ठाका भरमा अमेरिकामा पुगिसकेको सबैलाई थाहा छ, यसकारण पनि मोह त बढ्ने नै भयो नि ।' अमेरिकी दूतावासका अनुसार यो वर्षसम्ममा ५ हजारभन्दा बढी नेपाली डिभीमार्फत अमेरिका पुगिसकेका छन् ।

पछिल्लो आधा दशकयता अमेरिकी डिभीप्रतिको मोह ह्वात्तै बढेर गएको छ । सहर मात्र होइन, गाउँ-गाउँसम्म पुगेर डिभी भराउने चलन बढिरहेको छ । त्यसमाथि शिक्षित भनिएको वर्गको चाहना एकपटक जसरी भए पनि अमेरिका पुग्ने हुन्छ । त्यसो त संयुक्त राज्य अमेरिका पुग्ने चाहना संसारभर कहाँका नागरिकलाई नहोला र ? धर्तीको स्वर्ग भनेर व्याख्या गरिने अमेरिकामा स्थायी बसोबासका निम्ति डिभी अर्थात् डाइभर्सिटी भिसामा अवसर भएकाले यसप्रतिको मोह अझ बढेको हो ।

'धन, इज्जत र शिक्षामा उच्च वर्गका मानिसहरू नै डिभी लोटरीका मुख्य आवेदक हुन्,' धरान छाताचौकस्थित एप्पल कम्प्युटरका विष्णु बराल भन्छन्- 'डिभी लोटरीका निम्ति आवेदन दिनेमध्ये विद्यार्थीको संख्या सबैभन्दा बढी छ ।' अचम्मलाग्दो पक्ष त के हो भने, डिभी भर्नका निम्ति आवश्यक पर्ने आधारभूत कुराको जानकारीसमेत नराखी डिभी भर्ने तथा भराउने गरिएको छ । अमेरिकी दूतावासका अनुसार यस्ता धेरै उदाहरण छन्, जसमा डिभीका लागि चाहिने न्यूनतम शैक्षिक योग्यता नपुगेका कारण डिभीको अन्तिम चरण अर्थात् 'अन्तर्वार्ता' बाट पनि लोटरी पर्नेहरू फालिएका छन् ।

डिभी सिजनको समयमा डिभी नभरेकाहरूले समेत भरिसकेको बताउनुपर्ने बाध्यता पर्छ । १८ वर्षदेखि ६० नाघेका वृद्धहरूको समेत गफको सन्दर्भ डिभी हुन्छ । तपाईंले डिभी भर्नुभयो ? भन्ने प्रश्नको सट्टा उल्टो कहिले भर्नुभयो वा कहिले भर्ने प्रश्न आउँछ । एकातर्फ मुलुकमा अवसर कम भएको अवस्था अर्कातर्फ धेरै धन कमाउने तीव्र महत्त्वाकांक्षा, यसकारण विद्यार्थी र सामान्य आर्थिक अवस्थाका शिक्षित समुदायको आकर्षणमा डिभी पर्ने नै भयो, तर अचम्मलाग्दो कुरा सरकारका विशिष्ट श्रेणीका कर्मचारीदेखि उद्योगपति भनिएकाहरूसम्मले पनि डिभी भरेर अमेरिका जाने लालसा राखेका हुन्छन् ।

कम्युनिस्टहरूले अमेरिकालाई घृणाको दृष्टिकोणले हेर्ने र आमजनतामा त्यसैअनुरूप व्याख्या गरे पनि एमाले निकट एक जनवर्गीय संगठनका केन्द्रीय सदस्य आफूले लगातार डिभी भर्दै आएको बताउँछन् । नाम उल्लेख नगर्ने सर्तमा उनी भन्छन्- हाम्रा नेताहरू त अमेरिकामा गएर महिनौं बस्न रुचाउँछन् भने हामीले जान नहुने भन्ने छ र ? उनले घुमाउरो भाषामा भने- 'हामी अमेरिकी सरकारका कामकारबाहीको विरोध गर्छौं, यसको अर्थ अमेरिका नै नजाने भन्ने होइन ।'

'मेहनतअनुसारको आम्दानी र क्षमताअनुसारको काम पाइँदो रहेछ ।' डिभी प्राप्त गरी अमेरिका पुगेका धरानका हरिचन्द्र राई भन्छन्- 'दुई पटक लाहुर भर्तीमा असफल भए पनि अहिलेको मेरो आम्दानी बेलायती लाहुरेको भन्दा कम छैन ।' हरिचन्द्रझैं डिभी परेर अमेरिका पुगेका धेरै नेपालीले आफ्नो आर्थिक हैसियत सबल बनाएका छन् । अमेरिकामा कमाएको पैसा नेपाल ल्याउँदा ७२ गुणा हुने भएकाले पनि उनीहरूको आर्थिक हैसियत राम्रो देखिएको हो तर यो सँगसँगै बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने डिभी परेर त्यहाँ गएका सबैको स्थिति राम्रो भने छैन । ई-जोनका अधिकारीका अनुसार अध्ययन र सीपको अभावमा त्यहाँ पुग्ने प्रायः नेपालीहरूले निम्न स्तरको काम पाउने गरेका छन् ।

सधैंका वर्षहरूझैं यसपटक पनि डिभी लोटरी भर्ने समय आएको छ । अमेरिकी दूतावासले जनाएअनुसार गएको असोज १८ गतेदेखि सुरु भएको डिभी लोटरीमा आगामी मंसिर १७ गते मध्यरातसम्म इन्टरनेटको माध्यमबाट डिभी आवेदन पेस गरी सहभागी हुन सकिन्छ । सन् २००३ अघि डिभी फर्म हुलाकमार्फत चिठी पठाएर पेस गरिन्थ्यो तर अमेरिकी सरकारले सन् २००४ देखि इलेक्ट्रोनिक डाइभर्सिटी भिसा (ई-डिभी) प्रारम्भ गर्‍यो । तोकिएको समय अवधिभित्र अमेरिकी सरकारले तोकेका राष्ट्रका नागरिकहरूले यसमा सहभागिता जनाउन पाउनेछन् ।

बाँकी पृष्ठ ६ मा

प्रेरणा बुबाआमाको

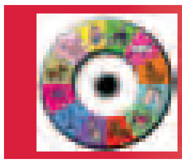
बाबु भक्तराज आचार्यको सांगीतिक अभ्यास, गायन एवं वादनसँगै हुर्किए सत्यराज र स्वरूपराज। घरको वातावरण नै संगीतमय भएकाले दुवै जना संगीतबाट अलग रहन सकेनन्। भक्तराज जिब्रोको क्यान्सरबाट पीडित भएपछि त उनीहरूमा पारिवारिक दायित्वसमेत थपियो। त्यसपछि सक्रिय रूपले संगीतमा समर्पित हुन पुगे दुवै दाजुभाइ। 'बुबाको प्रेरणाले नै संगीतमा लागेका हौं,' सत्य र स्वरूप एक स्वरमा भन्छन्- 'बुबाले कहिल्यै संगीतमा लाग्न दबाब भने दिनुभएन, प्रेरणामात्र दिनुभयो। भक्तराजले छोराहरूको रुचिलाई ध्यानमा राखी २०५४ सालदेखि गाउन अनुमति प्रदान गरेपछि उनीहरूले सक्रिय गायनयात्रा प्रारम्भ गरेका थिए। दुवै जना अहिले युवापुस्ताका लोकप्रिय गायकमा दरिन्छन्। २०६३ को हिट्स एफएम म्युजिक एवार्डमा स्वरूपराज आचार्यले उत्कृष्ट गायकको एवार्डसमेत हात पारे। पहिले गायनमा मात्र सीमित दाजुभाइ अहिले संगीत पनि भर्न थालेका छन्। बुबा भक्तराज आचार्यको गायनलाई निरन्तरता दिने उनीहरूको जोड छ।

बुबाआमाको प्रेरणाले गायिकाका रूपमा चर्चामा आउने अर्को जोडी हो– शीतल र सुवानी मोक्तानको। संगीतकार शिलाबहादुर मोक्तान तथा गायिका कुन्ती मोक्तानको कोखबाट जन्मिएका यी दुवै दिदीबहिनीले संगीतलाई नै क्यारियर बनाउने बताएका छन्। घरको वातावरण संगीतमय भएका कारण गायनलाई अघि बढाउन सजिलो भएको बताउँछन् शीतल र सुवानी। 'आमा गायिका र बुबा संगीतकार भएकाले बाहिर गएर संगीत सिक्नुपरेन। घरमै धेरै कुरा सिक्न पाइयो,' -शीतल थप्छिन्। नेपाली संगीत क्षेत्रमा शीतल र सुवानी मोक्तानलाई उदीयमान गायिकाका रूपमा लिइन्छ। बुबा शिलाबहादुर मोक्तानबाट संगीत शिक्षा एवं आमा कुन्तीको प्रेरणा पाएर दुवै दिदीबहिनीले 'पहिलो माया' नामक एल्बमसमेत बजारमा ल्याइसकेका छन्। दोस्रो एल्बम बजारमा ल्याउने तयारी भैरहेको उनीहरू बताउँछन्।

बुबाआमाकै प्रेरणाले गायनलाई क्यारियर बनाउने गायिकामध्ये एक हुन्– ममता दीपबिम। बुबा गायक एवं संगीतकार मदन दीपबिमको प्रेरणाले नै ममता गायन क्षेत्रमा लागेकी हुन्। यसबाहेक द्वारिकालाल जोशीकी छोरी लसता जोशी, धर्मराज थापाकी छोरी ज्ञानु राणा, प्रकाश गुरुङकी छोरी रिमा गुरुङ, कविता आलेका छोरा क्रान्ति आले, मदन परियारकी छोरी सपनाश्री पनि बाबुआमाकै प्रेरणाले गायन पेसामा लागेका हुन्।

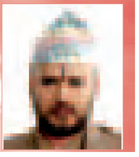
अहिलेका चर्चित युवागायक क्रान्ति आलेले त आमा कविता आलेसँग मिलेर लोक एल्बम 'बसी खर काटौं, उठी खर काटौं' मा स्वर दिएर अझ बढी चर्चा पाएका छन्। 'आमा गायिका नभएको भए सायद यो पेसा अँगाल्ने थिइनँ,' क्रान्ति आफू गायक हुनुमा आमाको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहेको बताउँछन्। पुराना गायक पन्नाकाजीका छोरा प्रवेशमान शाक्यले बुबा पन्नाका पुराना गीतलाई रिमिक्स गरेर 'ड्याडी वि मिक्स' एल्बम सार्वजनिक गरिसकेका छन्।

उदितनारायण र दीपा झा दुवै जना गायनमै समर्पित भएकै कारण दुवैको प्रेरणाले गायक बनेका अर्का आशलाग्दा गायक हुन् आदित्यनारायण झा। नेपाली चलचित्र 'मोहनी' मा 'यो गाउँको ठिटो म' बाट नेपाली गीत गाउन थालेका आदित्यले दर्जनौं हिन्दी चलचित्रमा स्वर दिइसकेका छन्।



तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी



मेष

साताको आरम्भ प्रतिकूल रहनेछ। सुरुमा खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्न सक्छ। स्वास्थ्य प्रतिकूल रहला। शनिबारदेखि मानसम्मान मिल्ने, भोजभतेरमा सामेल हुने, पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने तथा यात्रा हुने योग छ। व्यवसायमा सोचेजस्तै लाभ प्राप्त हुनेछ।

वृष

साता मध्यम रहनेछ। सुरुमा सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। धन आर्जन हुनसक्छ। वैदेशिक कार्यमा सफलता मिल्नेछ। व्यवसायमा सोचेजस्तै सफलता प्राप्त हुनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग भए पनि आइतबार तथा सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्नुका साथै काममा अवरोध आउन सक्ने देखिन्छ।

मिथुन

समष्टिमा साता राम्रो छ। सुरुमा मानसम्मान मिल्नेछ। काममा सफलता मिल्नुका साथै प्रसन्नता बढ्नेछ। अरूबाट प्रशंसा पनि पाउनुहोला। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर पनि प्राप्त होला। मंगलबार तथा बुधबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्नुका साथै काममा अवरोध आउने योग छ।

कर्कट

समय बलियो भए पनि सफलताका लागि संयम अपनाउनुहोला। धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। मानसम्मान प्राप्त हुनुका साथै अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। धन आर्जन गर्न सकिनेछ। घरजग्गा जोडिन सक्छ। बिहीबार खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। झूटा आरोप पनि लाग्न सक्छ।

सिंह

स्वास्थ्य प्रतिकूल भै काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्न सक्छ। अरूबाट आलोचना पनि हुनेछ। आइतबारदेखि मानसिक प्रभाव बढ्ने, काममा सुधार आउने, अधुरा काम पूरा हुने तथा धन आर्जन हुने योग छ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। अरूबाट सहयोग पनि प्राप्त होला।

कन्या

धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नुका साथै आम्दानी पनि हुनेछ। बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्ने तथा अधुरा काम बन्ने योग छ। आफन्तहरूबाट उचित सहयोग प्राप्त होला। आइतबार तथा सोमबार स्वास्थ्यमा समस्या उत्पन्न हुने, काममा अवरोध आउने एवं चिन्ता बढ्ने देखिन्छ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ।

तुला

साता मध्यम रहनेछ। सुरुमा शत्रु, रोग एवं दुविधा बढ्नेछन्। काममा अवरोध आउनुका साथै झूटा आरोप लाग्ने सम्भावना भए पनि शनिबार, आइतबार, सोमबार तथा बिहीबार मनमा प्रसन्नता बढ्ने, काममा सुधार आउने एवं धन आर्जन हुने योग छ। अरूबाट पर्याप्त सहयोग प्राप्त होला। धार्मिक कार्यमा मन जानेछ।

वृश्चिक

सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नुका साथै आम्दानी पनि हुनसक्छ। धार्मिक कार्यमा मन जानेछ। यात्रा तथा व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ। शनिबार, आइतबार तथा बिहीबार स्वास्थ्यमा समस्या उत्पन्न हुने, काममा अवरोध आउने एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। झूटा आरोप पनि लाग्न सक्छ।

धनु

आफन्तहरूबाट उचित सहयोग मिल्नेछ। घरेलु काममा रुचि बढ्नेछ। अध्ययनका साथै बौद्धिक कार्यमा सफलता मिल्नेछ। धन आर्जन गर्ने तथा भेटघाटमा रमाउने अवसर प्राप्त होला। यात्रामा लाभ देखिन्छ। मंगलबार तथा बुधबार शत्रु, रोग एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। ठूला व्यक्तिले तपाईंको प्रशंसा गर्नेछन्।

मकर

समय बलियो छ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने देखिन्छ। आफन्तहरूले तपाईंको यथार्थ बुझेर सहयोग गर्नेछन्। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। व्यवसाय बढ्नुका साथै आम्दानी पनि गर्न सकिनेछ। बिहीबार स्वास्थ्यमा समस्या उत्पन्न हुने तथा शत्रु बढ्ने योग छ।

कुम्भ

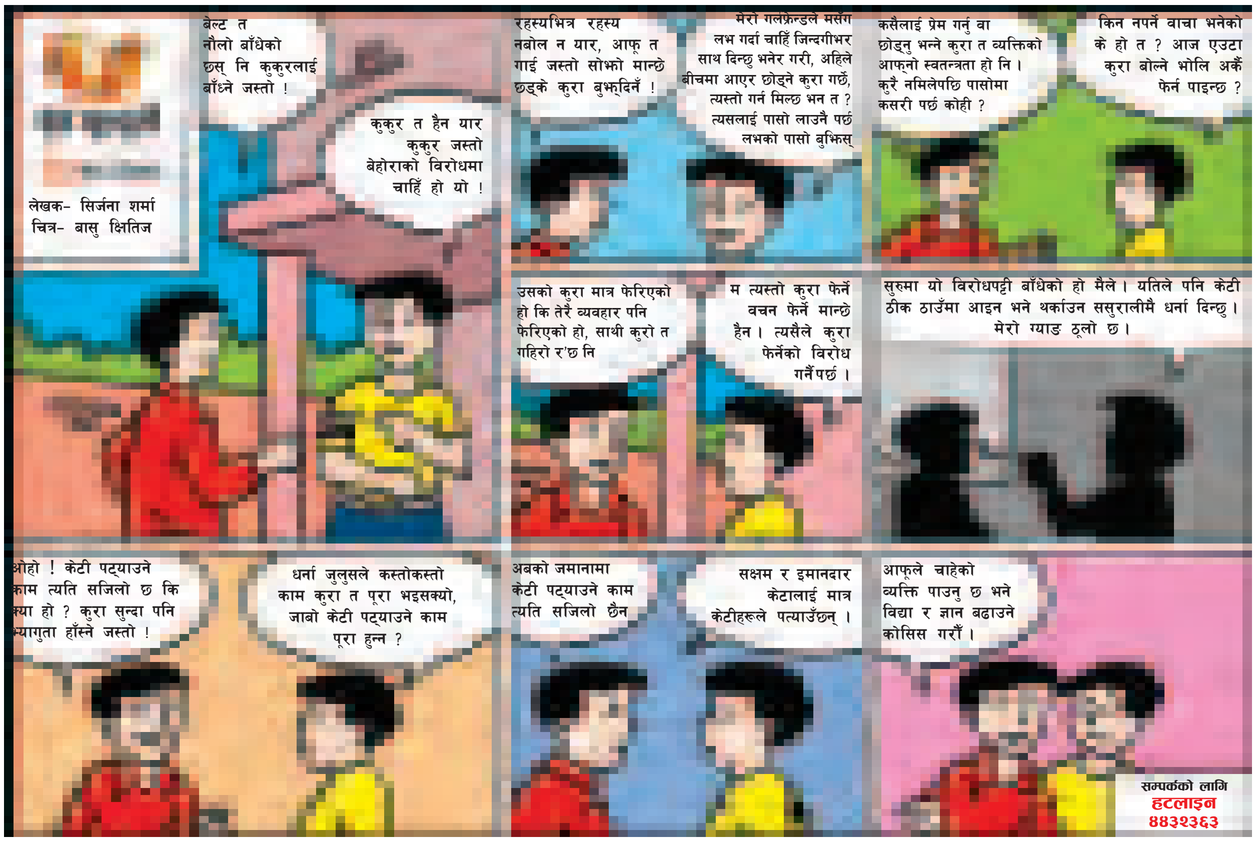
समष्टिमा साता राम्रो छ। बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। मानसम्मान मिल्नुका साथै पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। अरूबाट पर्याप्त सहयोग मिल्नेछ। आम्दानीको तीव्रता कायमै रहनेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नुका साथै धार्मिक कार्यमा सहयोग प्राप्त होला। यात्रा तथा व्यवसायमा अघि नबढ्नु नै उचित देखिन्छ।

मीन

मानसम्मान प्राप्त हुनेछ। बोलीको प्रभावका साथै पराक्रम पनि बढ्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम प्राप्त हुने योग छ। आम्दानी पनि हुन सक्छ। धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नुका साथै भाग्यले साथ दिने योग भए पनि स्वास्थ्यतिर विशेष ध्यान दिनुहोला। खानपानमा विचार पुऱ्याउनुपर्ने बेला छ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

कात्तिक १८ गते : बैकुण्ठ चर्तुदशी, १९ गते : कात्तिक पूर्णिमा व्रत, २३ गते : संविधान दिवस


लेखक- सिर्जना शर्मा
चित्र- बासु क्षितिज
बेल्ट त नौलो बाँधेको छस् नि कुकुरलाई बाँध्ने जस्तो !
कुकुर त हैन यार कुकुर जस्तो बेहोराको विरोधमा चाहिँ हो यो !
रहस्यभित्र रहस्य नबोल न यार, आफू त गाई जस्तो सोझो मान्छे छड्के कुरा बुझ्दिनँ !
मेरो गर्लफ्रेन्डले मसँग लभ गर्दा चाहिँ जिन्दगीभर साथ दिन्छु भनेर गरी, अहिले बीचमा आएर छोड्ने कुरा गर्छे, त्यस्तो गर्न मिल्छ भन त ? त्यसलाई पासो लाउनै पर्छ लभको पासो बुझिस्
कसैलाई प्रेम गर्नु वा छोड्नु भन्ने कुरा त व्यक्तिको आफ्नो स्वतन्त्रता हो नि। कुरै नमिलेपछि पासोमा कसरी पर्छ कोही ?
किन नपर्ने वाचा भनेको के हो त ? आज एउटा कुरा बोल्ने भोलि अर्कै फेर्न पाइन्छ ?
उसको कुरा मात्र फेरिएको हो कि तेरै व्यवहार पनि फेरिएको हो, साथी कुरो त गहिरो र'छ नि
म त्यस्तो कुरा फेर्ने वचन फेर्ने मान्छे हैन। त्यसैले कुरा फेर्नेको विरोध गर्नैपर्छ।
सुरुमा यो विरोधपट्टी बाँधेको हो मैले। यतिले पनि केटी ठीक ठाउँमा आइन भने थर्काउन ससुरालीमै धर्ना दिन्छु। मेरो ग्याङ ठूलो छ।
ओहो ! केटी पट्याउने काम त्यति सजिलो छ कि क्या हो ? कुरा सुन्दा पनि भ्यागुता हाँस्ने जस्तो !
धर्ना जुलुसले कस्तोकस्तो काम कुरा त पूरा भइसक्यो, जाबो केटी पट्याउने काम पूरा हुन्न ?
अबको जमानामा केटी पट्याउने काम त्यति सजिलो छैन
सक्षम र इमानदार केटालाई मात्र केटीहरूले पत्याउँछन्।
आफूले चाहेको व्यक्ति पाउनु छ भने विद्या र ज्ञान बढाउने कोसिस गरौं।
सम्पर्कको लागि
हटलाइन
४४३२३६३

होटल तालिम
Exempted Prep'
Eng:Math:Science
Tuition
All level of Subjects
Languages
English. Japanese. Hebrew
4601878, 2120687, 9841288409, 9841396095

वाथ र दमको अचूक उपचार
४-४९८०८१

साता संक्षेप

कात्तिक १०– अपराध नियन्त्रण गर्न राजधानीमा प्रहरीको नयाँ संयन्त्रको तयारी, ८ हजार प्रहरी थपिने, संगठनको संरचना पनि परिवर्तन हुने ।

- नेपाल प्रेस स्वतन्त्रता सूचकाङ्कमा १ सय ५९ औं स्थानमा, गत वर्षको तुलनामा प्रेस स्वतन्त्रतामा सुधार ।
- नेपाली सेनाका ६ सय जवान घरेलु काममा, अर्दलीको पद हटाइने घोषणा ।
- छठ पर्व सुरु, काठमाडौंमा पनि छठ पर्व मनाउनेहरू बढे ।

कात्तिक ११– राजपरिवारको जग्गा विवरण सङ्कलन गर्ने प्राकृतिक स्रोत-साधन समितिको प्रयास विफल, उच्चस्तरीय छानबिन समिति बनाउनुपर्ने ठहर ।

- वीर अस्पतालमा सार्ककै दोस्रो ठूलो ट्रमा सेन्टर बन्ने ।
- टेलिकमले ४० लाख मोबाइल थप्ने ।

कात्तिक १२– सल्यानको त्रिवेणीमा बस दुर्घटना हुँदा ४२ को मृत्यु, ४५ घाइते ।

- राजा वीरेन्द्रको नाममा रहेको सम्पत्तिलाई ट्रस्ट बनाउने सरकारको तयारी ।

कात्तिक १३– प्रधानमन्त्री कोइराला तथा नेकपा (माओवादी) का अध्यक्ष प्रचण्डबीच दुई घण्टा वार्ता, राजालाई अधिकार तथा सम्पतीविहीन राख्ने कुरामा छलफल ।

- चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जमा दुई सातामा तीन गैंडा मारिए ।
- सार्वजनिक लेखा समिति बैठकद्वारा सर्वोच्चका दुई न्यायाधीशलाई महाभियोग लगाउनुपर्ने ठहर ।
- बाँकेमा अज्ञात रोगका कारण ३६ को मृत्यु, उपचारको अभावले मृत्यु संख्या ५० नाग्ने स्थानीय वासीको चेतावनी ।

कात्तिक १४– गोर्खा भर्तीको प्रक्रिया परिवर्तन गर्न बेलायतद्वारा नेपाललाई पत्रचार, नेपालको प्रस्ताव स्वीकार गरेमा नयाँ भर्ती हुनेहरूलाई थप सुविधा प्रदान गरिने आश्वासन ।

- एक वर्षमा एक हजार बालबालिका हराए, हराएका बालबालिका सडक बालक, सर्कस एवं घरेलु कामदार हुने सिविनको अनुमान ।
- सरकारद्वारा शाही आयोगका ज्यादतीबारे वास्तविक कुरा पत्ता लगाउन पुनरावेदन अदालतका पूर्वन्यायाधीश माधवप्रसाद ओझाको संयोजकत्वमा छानबिन समिति गठन ।

कात्तिक १५– बाँके जिल्लामा थप ९ जना रोगीमा डेंगुको आशङ्का ।

- प्रवेशिका परीक्षामा कक्षा १० का पाठ्यपुस्तकबाट मात्र प्रश्न सोधिने ।
- कुमारीप्रथाका सम्बन्धमा अनुसन्धान गर्न सर्वोच्च अयदलगतके आदेश ।
- वन तथा भूसंरक्षण राज्यमन्त्रीसहित हेलिकप्टर दुर्घटनामा मारिएकाहरूको परिवारलाई सरकारद्वारा जनही १० लाख उपलब्ध गराउने निर्णय ।

माओवादी बिना नै अन्तरिम सरकार बन्ने सम्भावना

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं, शिखर वार्ताका लागि गृहकार्य अन्तिम अवस्थामा पुगेका बेला नेकपा (माओवादी) ले आफ्ना सबै माग पूरा नहुने पक्का भएको भन्दै अन्तरिम सरकारमा नजाने मनासाय बनाएको छ । माओवादीका हतियारमा एउटा मात्रै ताला लगाउने र उक्त तालाको साँचो माओवादीसँग रहने माओवादीको प्रस्तावलाई सरकारले अस्वीकार गरेपछि माओवादीले सरकारमा नजाने मनसाय बनाएको हो । सरकार तथा माओवादीबीच पटक-पटक भएका अनौपचारिक भेटघाटमा माओवादीका सेना तथा हतियार बेग्लाबेग्लै राख्ने तथा हतियारलाई दोहोरो ताला लगाएर एउटा साँचो संयुक्त राष्ट्रसंघको कार्यालयमा राख्ने कुरा उठेपछि माओवादीले आफू सरकारमा नजाने बताएको हो ।

माओवादीका एकजना केन्द्रीय सदस्यले साप्ताहिकलाई माओवादी अन्तरिम सरकारमा सामेल हुन इच्छुक नरहेको बताउँदै भने, 'हतियारलाई मात्र केन्द्रीय प्रश्न बनाउने तर राजनैतिक निकासमा अनिच्छा राख्ने कुरा हामीलाई मञ्जुर छैन । यो कुरा शिखर तथा अन्य बैठकमा हामीले पटक-पटक राख्दै आए पनि हाम्रो कुरा नसुनिएकाले हामीले अन्तरिम सरकारमा सामेल हुन अनिच्छा व्यक्त गरेका हौं ।' ती नेताका अनुसार माओवादीको उक्त धारणा प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालालाई आधिकारिकरूपमा दिइसकिएको छ ।

यता माओवादी अन्तरिम सरकारमा सामेल नहुने कुरा आएपछि मन्त्रीपरिषद्को बैठकमा माओवादीको उक्त प्रस्ताव बारे छलफल भएको बुझिएको छ । मन्त्रीपरिषद्को बैठकले माओवादीको उक्त प्रस्तावलाई उसको बार्गेनिङ प्वाइन्टका रूपमा व्याख्या गर्दै राजनैतिक समस्याका साथै हतियार व्यवस्थापन एकै पटक गर्न सरकारका तर्फबाट हरसम्भव प्रयास गर्ने निर्णय गरेको छ । माओवादीले भने हतियार व्यवस्थापनको मुद्दालाई आफ्नो बार्गेनिङ प्वाइन्ट नभएको जनाएको छ । प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले भने माओवादीबिना अन्तरिम सरकार पूरा नहुने भएकाले माओवादीलाई आफ्नो कुरा मनाउने आश्वासन आफ्ना सहकर्मीहरूलाई दिएका छन् । गृहमन्त्री कृष्णप्रसाद सिटौला एवं माओवादी प्रवक्ता कृष्णबहादुर महराबीच गत साता भएको छलफलमा वार्ताका अन्य प्रक्रियासँगै माओवादी सरकारमा सामेल हुन गरिनुपर्ने कुराहरू पनि भएको जानकारी माओवादीले दिएको छ भने गृहमन्त्री सिटौलाले माओवादीबिनाको अन्तरिम सरकार पूरा नहुने कोइरालाको सन्देश सुनाएका छन् ।

यसबीच राजाको स्थानका विषयमा नेकपा (एमाले) को नयाँ प्रस्ताव आएपछि प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइराला तथा नेकपा (एमाले) का महासचिव माधवकुमार नेपालबीच दोस्रो वार्ता भएको छ। एक साताअघि सात दलको बैठकमा नेकपा (एमाले) ले राजाको स्थान संविधानसभाको निर्वाचनका बेला छुट्टै मतपेटिका राखेर गर्नुपर्ने मागलाई जोडदाररूपमा उठाएपछि प्रधानमन्त्री कोइरालाले नेकपा (एमाले) सँग छुट्टै बैठक गरेका थिए । प्रधानमन्त्रीसँगको दोस्रो भेटमा पनि नेकपा (एमाले) का शीर्ष नेताले जनमत सङ्ग्रहबाटै राजाको विषयमा छिनोफानो गर्ने जनताको माग भएकाले यसमा आफ्नो दलको अडान परिवर्तन नहुने बताए ।

यसबाट आज शुक्रबार हुने निश्चित भएको बैठक थप दुई दिन पर सर्ने सम्भावना छ । यता नेकपा (एमाले) ले शिखर बैठकको मिति पर सर्नुमा आफ्नो कुनै भूमिका नभएको जनाएको छ । नेकपा (एमाले) ले जनमत सङ्ग्रहका विषयमा मात्रै होइन, संविधानसभा अगाडि वितरण गरिने नागरिकता तथा संविधानसभाको निर्वाचनका प्रक्रियामा पनि फरक मत राखेको थियो । नेकपा (एमाले) संविधानसभाको निर्वाचन अगाडि वितरण गरिने नागरिकताको आधार २०३७ सालको जनमतसंग्रहको समयको मतदाता सूचीलाई बनाउनुपर्ने पक्षमा छ । त्यसैगरी संविधानसभा निर्वाचनमा जनताले व्यक्तिलाई होइन, पार्टीलाई मात्र मत दिने व्यवस्था गर्नुपर्ने अडान पनि एमालेको छ ।

राजनैतिक विश्लेषकहरूका अनुसार एकपटक बिना निष्कर्ष वार्ता टुङ्गिएपछि वार्ताको वातावरण केही समय बिग्रिएको थियो । यसलाई नेकपा (एमाले) ले आफ्नो पार्टीको आधिकारिक नीतिको प्रचार गर्ने समयका रूपमा सदुपयोग गर्ने निर्णय गरेको थियो । यही नीति अनुरूप नेकपा (एमाले) ले शिखर बैठकमा सहमति भैसकेका विषयहरूमै विमति जनाउँदै तीन फरक दृष्टिकोण सार्वजनिक गरेको हो ।

सरकार तथा माओवादीबीच हुने शिखर वार्ताको मिति नजिकिँदै जाँदा छिमेकी मुलुक भारत तथा अमेरिकाले आफ्ना राजदूतहरूलाई सक्रिय बनाएका छन् । केही दिनअघि नेपालका लागि अमेरिकी राजदूत जेम्स एफ मोरियार्टी शिखर बैठकका बारेमा नयाँ दिल्लीमा भारतीय नेताहरूको धारणा बुझेर फर्किएका छन् । नयाँ दिल्लीमा मोरियार्टीले भारतीय प्रधानमन्त्री मनमोहन सिंहका सल्लाहकार श्यामशरणसँग भेट गरेका थिए । भारतीय पत्रिकाहरूका अनुसार मोरियार्टीले भारतका विशिष्ट व्यक्ति तथा पत्रकार सम्मिलित एक भोजमा नेपालका माओवादीलाई विस्वास गर्न नसकिने बताएका थिए । नेपाल फर्किएपछि भने मोरियार्टीले नेकपा (माओवादी) हतियार बिसाएर मूलधारको राजनीतिमा आए आफूलाई कुनै आपत्ति नहुने नरम विचार व्यक्त गरेका थिए । त्यसैगरी भारतीय राजदूत शिवशंकर मुखर्जी तथा नेकपा (माओवादी) का शीर्ष नेताहरूबीच वार्ता प्रकृयामा भारतको सहयोगका विषयमा छलफल भएको थियो । उक्त वार्ता अमेरिकी राजदूत जेम्स एफ मोरियार्टी भारतबाट फर्किएकै दिन भएको थियो ।

माओवादी अध्यक्ष (प्रचण्ड) आफै भारतीय राजदूतावास गएर छलफल गर्नुलाई राजनैतिक वृतमा अनौठो मानिएको छ । विशेष अवसरमा बाहेक नेपालका प्रमुख राजनैतिक दलका शीर्ष नेतालाई राजदूत आफैले पार्टी कार्यालयमा भेट्ने चलन छ । भारतीय राजदूत एवं नेकपा (माओवादी) बीच के-के कुरा भए भन्ने विस्तृत विवरण सार्वजनिक गरिएको छैन । नेकपा (माओवादी) ले भारतीय जेलमा रहेका आफ्ना नेताहरूको रिहाइको माग गरेको तथा शान्ति प्रकृयामा भारतीयहरूको सद्भाव चाहेको बताएको छ भने भारतीय राजदूतावासले यसलाई नियमित भेटघाटको संज्ञा मात्र दिएको छ । नेकपा (माओवादी) भारतद्वारा आतङ्कवादी सूचीमा रहेको पार्टी हो। भारतले यो सूचीलाई अहिलेसम्म सच्याएको छैन ।

मुखाले

- जसले जति सुकै धम्कीको भाषा बोले पनि सात दलको एकता टुट्दैन ।

गिरिजाप्रसाद कोइराला, प्रधानमन्त्री

- गणतन्त्रका लागि नेपाली कांग्रेसका कार्यकर्ताले पार्टी सभापति गिरिजाप्रसाद कोइरालालाई बाध्य पार्नेछन् ।

नरहरि आचार्य, नेता, नेपाली काङ्ग्रेस

- दुई नेपाली काङ्ग्रेस एक नभएसम्म म प्रतिनिधिसभामा गएँ भने मलाई भोट दिने जनताको अपमान हुन्छ ।

कृष्णप्रसाद भट्टराई

- हतियार बुझाइसकेपछि संविधानसभाको निर्वाचनमा माओवादीको लज्जास्पद हार हुन्छ, ऊसँग कुनै जनाधार छैन ।

जेम्स एफ मोरियार्टी
नेपालका लागि अमेरिकी राजदूत

- जनसेनाले सरकारलाई हतियार बुझाएको भोलिपल्ट राजाका सेनाले गिरिजाप्रसाद कोइरालालाई समेत जेलमा हालेर आफ्नो शासन सुरु गर्छन् ।

अग्नि सापकोटा, माओवादी नेता

- शान्तिवार्तामा नेकपा (एमाले) ले नयाँ तीन सर्त राखेको हल्ला सत्य होइन, जनमत सङ्ग्रहसहितका कुरा पुराना अडान हुन् ।

माधवकुमार नेपाल

- गणतान्त्रिक मोर्चामा कांग्रेसले सहमति जनाए हामी हतियार लकअप गर्न तयार छौं ।

कृष्णबहादुर महरा

JOB GUARANTEE @ SBS
We provide to you Professional Education in
▶ Computer, Language, Hotel Training
▶ Abroad Study: USA, UK, GERMANY, CANADA, JAPAN & more
▶ Visa Preparation Classes
▶ Travel Information, Email Internet
Language Computer
FREE
Hotel Training
SBS
Video Editing Programming Job Guarantee Graphic Design

होटल तालिम
कुक - 4100/- वेटर -1300/-
[illegible]
लगनखेल
5532984, 9841207258
MMTC
[illegible]
016214510, 4442957
BMTC

उद्घोषण ट्युशन
[illegible]
Teacher [illegible]
मिडिया जोन
[illegible]

The Flying Institute
announces the admission for complete
Airhostess Training
Classes are run by the established professionals.
Course Includes:
- Swimming
- Uniform
- Excursion
- Airport Familarization
For detail informations: Call 4465653 or Visit
The Flying Institute Pvt. Ltd
Arniko Bhawan, N.K Singh Marg, Minbhawan, Kathmandu

यातायात क्षेत्रमा सुधारको खाँचो

गत शनिबार सल्यान जिल्लाको भान्टाखोलामा भएको बस दुर्घटनामा परी ४२ जनाले ज्यान गुमाएपछि नेपालको यातायात क्षेत्रमा रहेका त्रुटिहरू एकपटक फेरि चर्चामा छन् । ८५ प्रतिशत भू–भाग पहाडी क्षेत्र रहेको नेपालजस्तो मुलुकमा सडक निर्माण एउटा जटिल प्रक्रिया मानिन्छ । सडकलाई नै विकासको आधार मान्ने नेपाली मानसिकताका कारणले पनि सबै क्षेत्रमा सडकको माग तीव्र छ । आमजनताको यस्तै मागका कारण सरकारले सकेसम्म बढी सडक निर्माण गर्नुपर्ने बाध्यता बेहोरेको छ । जसरी भए पनि सडक पुग्नुपर्छ भन्ने जनसमुदायको मागका कारण नेपालमा निर्माण भएका अधिकांश सडक साँघुरा र कच्ची छन् । यस्ता साँघुरा तथा कच्ची सडकमा यातायात व्यवसायीहरूले हल्का तथा थोरै यात्रु क्षमता भएका सवारी साधनहरूमा जोड दिनुपर्ने हुन्छ तर नेपालको यातायात क्षेत्रमा त्यस्तो व्यवस्था हुन सकेको छैन । खुला र प्रतिस्पर्धी अर्थव्यवस्थालाई सरकारले स्वीकार गरेको भए पनि यातायात क्षेत्रमा त्यस्तो खुला एवं प्रतिस्पर्धी वातावरण अनुभव गर्न सकिएको छैन । मुलुकका सबै क्षेत्र र रुटमा चल्ने यातायातका साधनहरू व्यापारी नियन्त्रित आलोपालो प्रथामा आधारित छन् । यस्तो प्रथाका कारण सवारी साधनमा यात्रुहरूको चाप आवश्यकताभन्दा बढी हुन्छ । पहाडी क्षेत्रको साँघुरा तथा कच्ची सडकमा क्षमताभन्दा बढी यात्रुलाई ओसार–पसार गर्नु जहिले पनि जोखिमपूर्ण मानिन्छ तर पनि यातायात व्यवसायीहरूले आफ्नो व्यक्तिगत स्वार्थका लागि यात्रुहरूको सुरक्षालाई तिलाञ्जली दिंदै सवारी साधनमा क्षमताभन्दा बढी यात्रु बोक्ने गरेका छन् । यो पृष्ठभूमिमा सल्यान मात्र नभई मुलुकका अन्य कतिपय भागमा भएका सवारी दुर्घटनाहरूमा एउटा प्रमुख कारणका रूपमा व्यापारीहरूको स्वार्थ प्रस्ट रूपमा उभिएको महसुस गर्न सकिन्छ ।

पछिल्लो तीन वर्षमा नेपालमा १० ठूला सडक दुर्घटना भएका छन् । ती दुर्घटनाहरूमा करिब चार सय यात्रुले ज्यान गुमाएका छन् । ती सबै ठूला प्रकृतिका सवारी दुर्घटना साँघुरा, कच्ची र पहाडी मोडदार सडकहरूमा भएका छन् । ती सडक दुर्घटनाहरूको साङ्गो–पाङ्गो अध्ययनले के देखाउँछ भने– नेपालमा हुने अधिकांश सडक दुर्घटनामा यातायात व्यवसायमा देखिएको एकाधिकारवादी प्रवृत्ति मुख्य रूपमा जिम्मेवार छ । यातायात व्यवसायीहरूले खुला प्रतिस्पर्धाको बजारवादी सिद्धान्तलाई आफ्नो हित प्रतिकूल ठहर गरी हरेक क्षेत्र, जिल्ला, नगर र गाउँसम्म समेत आलोपालो प्रथा लागू गरेका छन् । केही सीमित यातायात व्यवसायीहरूको पक्षपोषण गर्ने यस्तो आलोपालो प्रथाको मारमा जहिले पनि आम उपभोक्ता पर्ने गरेका छन् । समयमा सवारी साधन उपलब्ध नहुनु, एउटै सवारी साधनमा क्षमताभन्दा बढी यात्रु कोचिनु, सरकारले निर्धारण गरेको भाडादर रद्दीको टोकरीमा मिल्किनु, थोत्रा र पुराना सवारी साधनहरू यातायात नियमावलीका विरुद्ध गएर चलिरहनुजस्ता कारणहरूले नेपालको सार्वजनिक यातायात क्षेत्र सरकारको नियन्त्रणमा नभई केही यातायात व्यवसायीको मनोमानीबाट नियन्त्रित छ भन्ने कुराको उदाहरण हो । यातायात व्यवसाय सेवामूलक व्यवसाय हो भन्ने कुरामा नेपालका कुनै पनि यातायात व्यवसायीहरूले गम्भीर रूपमा चिन्तन गरेको पाइँदैन ।

निश्चित रूपमा कुनै पनि क्षेत्रमा व्यवसायीले कमाउनकै लागि लगानी गर्छ तर कमाउनका लागि लगानी गरिएको भन्दैमा यातायात व्यवसायजस्तो सेवा क्षेत्रमा व्यवसायीहरूले राज्यका नियम–कानुनहरूलाई आफ्नो गोजीमा राख्न मिल्दैन । यातायात व्यवसायीहरूले अहिले देखाइरहेको प्रवृत्ति सरकारका लागि चुनौतीका रूपमा रहेको छ । सरकारले मुलुकका कुनै पनि क्षेत्रमा एकाधिकारवादी यातायात व्यवसायीहरूको वर्चस्वविरुद्ध आफ्ना नीति–नियमहरू लागू गर्न सकेको छैन । यो सरकारका लागि लाजमर्दो कुरा हो । कहीं–कतै कुनै व्यवसायीले आलोपालो प्रथाविरुद्ध यातायातका साधनहरू गुडाउन चाह्यो भने ऊ एक्लो हुन्छ । उसका विरुद्ध आलोपालो प्रथामा रहेका व्यापारीहरू एकजुट हुन्छन् । सरकार मौन दर्शक भएर हेरिरहन्छ । यस्तो स्थिति रहेसम्म नेपालमा सल्यानजस्ता सडक दुर्घटनाहरू दोहोरिरहने सम्भावना छ, तसर्थ यस्ता दुर्घटनाहरूलाई दोहोरिन नदिन सरकारले यातायात व्यवसायमा रहेको आलोपालो प्रथालाई अन्त्य गरी प्रतिस्पर्धात्मक यातायात व्यवसायमा जोड दिनुपर्छ । यात्रुहरूले पनि सवारी साधनमा अटेसमटेस भएर यात्रा गर्नुभन्दा आफूलाई सजिलो हुने गरी अर्को सवारी साधन कुर्नुपर्छ । त्यसो हुन सक्यो भने मात्रै पनि नेपालमा रहेका यातायात क्षेत्रका विसंगतिहरू कम हुँदै जानेछन् ।

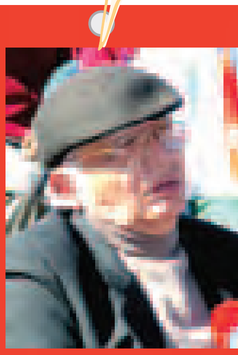
पत्र – प्रेम

निम्तो बोकी गा'को चिठी बीचमै खस्यो कि
दिलको रेसम मेचीभन्दा पारि बस्यो कि □□

–भावेश भुमरी

नीरस मेरो जिन्दगी चिठी हराएको खामजस्तो लाग्छ ।

–सविना 'सिन्धु'


डा. डी.पी. भण्डारीसँग
अन्तरंग

केही समयपहिले भावेश भुमरीको गीत-संग्रह पाएको थिएँ । आद्योपान्त हेरें– स्वाद लिएर हेरें । पढ्नुको पर्यायवाची शब्द हेर्नु हो । धेरै थोरै मन परेका मुद्रित संग्रहहरूमध्ये आउँछ 'भिजेको चिठी' । विनम्र, अन्तर्मुखी, आत्मप्रचारविमुख, भावेश भुमरी जीवनको छुद्र आपाधापी, दौडधूप, तथाकथित सफलता खोजीको ज्वरबाट मुक्त देखिन्छन् । अर्थात् चाकडी, चुगली र आत्म-विज्ञापनको मार्ग लिएर भुमरी 'सफल' कहिलिन चाहँदैनन् । त्यसैले यो विरूप समाजमा उनी केही सुन्दरहरूको श्रेणीभित्र पर्छन् । सायद त्यसैले उनका गीतहरू पनि सुन्दर छन् । कुनै पनि मुग्धकारी गीतको स्रोतमा विरह-व्यथा हुन्छ, मिलनानन्द हुँदैन तर अभिव्यञ्जना अति बासी र पुनरुक्त छ भने स्वाद धेरै कम हुन्छ वास्तविक पारखीहरूका लागि । म आफैं पारखी नभए पनि घोषणा गर्न चाहन्छु कि भावेश भुमरीका गीतहरू केही नौलोपन लिएर आएका, उनको एकान्त मुटुबाट फुटेका मौलिक व्यञ्जनाहरू हुन्–

रीतिको यो नियम सखी तिम्रो बाटो फुक्यो
जुन खुसीले छोयो मलाई त्यही खुसी नै दुख्यो ।

प्रीतिपथमा यदि संयोग-वियोगको वैकल्पिक अनुभूति भैरह्यो भने प्रेमी-प्रेमिकाबीच भावनात्मक प्रगाढतामा स्वस्थ गहनताको अविर्भाव हुने सम्भावना बढी हुन्छ । एकान्त संयोग र एकान्त वियोगका आफ्नै सीमाहरू हुन्छन् । कवि, गीतकारहरू मूलतः वियोग गीत गाउँछन् तर तृष्णा मिलनको राख्छन् । अर्थात् अर्को शब्दमा भन्ने हो भने सम्पूर्ण मानवजातिको भावलोकको प्रतिनिधित्व गर्छन् आफ्ना गीत र कविताहरूमा । जति कौशलपूर्ण अभिव्यजना त्यति नै बढी पाठक-हृदय स्पर्शित । भावेश भुमरीलगायत केही नेपाली प्रतिभा बढी प्रतिभायुक्त कविहरू छन् जो राम्रा गीतकारहरू पनि छन् नयाँ पुस्तामा पनि ।

दुवै गीतकार र गजलकार चिठीको विम्ब वा बहानाद्वारा आफ्नो व्यथा व्यक्त गर्छन्, पीडा गाउँछन् । संयोगको निम्तो बोकेर पठाएको पत्र बाटोमै हरायो वा दिलले चाहेको प्रिया, प्रीतम अप्राप्य देखियो । परिणति भयो शून्यताको भाव रिक्तता । भुमरी र सविना सुन्दर शब्द गठनद्वारा आफ्नो भावदशामा अभिव्यञ्जित गर्दैछन् । चिठी दुवैको आलम्बन थियो । गीत, गजलको जगत्मा प्रणय सन्देश संचारित गर्नका लागि पत्र-माध्यम अति व्यापकता लिएर आएको छ पत्राचारको शिल्प प्रारम्भ भएदेखि– धेरै शताब्दी पहिलेदेखि । त्योभन्दा पहिले प्रेषण माध्यमहरू स्थूल कम सूक्ष्म बढी थिए । नल दमयन्तीको प्रेमकथा इतिहास प्रसिद्ध छ । त्यस बेला हुलाकसेवाको आविष्कार भएको थिएन । सुगा, परेवा र अरू पन्छीहरू प्रेमपत्र बोकेर जान्थे ।

चराहरू मानिसभन्दा बढी इमान्दार हुन्छन् । त्यसैले प्राचीनकालीन प्रेमी-प्रेमिकाहरूको चिठी कहिले पनि हराएन, तर अहिलेका प्रेमी-प्रेमिकाका चिठी हराइरहन्छन् । यो युग चिठी ठाउँमा पुऱ्याउन नसक्नेहरूको युग हो, अर्थात् बढी वियुक्त व्याकुलहरूको युग हो । त्यही कारण हो– यति धेरै भावनात्मक विग्रहको, यति धेरै बेचैनीको । सिर्जनात्मक बेचैनी आवश्यक छ गीत, गजल र कविताका लागि । सन्तुष्टहरू कि त महामूढ हुन्छन् कि त महात्मा हुन्छन् । तर भुमरी र सविना मध्यमार्गमा विचरण गर्ने कालपीडित प्राणी हुन् ।

मानव इतिहासमा जति चर्चा प्रेमको गरिएको छ त्यति अरू कुनै भावको, विचारको र कुनै मानवीय पक्षको गरिएको छैन । प्रेमपछि मृत्यु आउँछ । गहिरिएर हेर्न सक्यो भने प्रेम र मृत्युबीच गहनतम सम्बन्ध छ । कविहरू भन्छन्– प्रत्येक गहिरो प्रेम एक प्रकारको मृत्यु पनि हो । हामी आफ्नो संकीर्ण अहंकारपूर्ण सीमाबाट जब विस्तीर्णतामा विलीन हुन्छौं तब हामी पुरानो परिचय र व्यवधानबाट पनि मुक्त हुन्छौं । क्षणभरकै लागि भए पनि ससिमबाट निस्सिममा प्रवेश गर्छौं । गहन भौतिक प्रेममा पनि झझल्को पाइन्छ परम आध्यात्मिक प्रेमको । तीव्रतम शारीरिक मिलनको क्षणमा समय र भूगोलको कष्टदायी सिमानाबाट मुक्त हुन्छौं केही पलका लागि । डब्लु. बी. एट्सको एक गहन कविताको नाम छ– 'सोलोमन र सेवा', जसको केन्द्रीय कथ्य छ दिक-कालको अतिक्रमण ।

जुनेली रातमा हरियो घाँसमा मिलन हुन्छ, गहन एकाकारको क्षणमा समय पीडाको अतिक्रमण हुन्छ । तर निश्चित कालपछि दुवै प्रेमी-प्रेमिका फर्किन्छन् दिक-कालको चक्रमा । समयको व्यथा कष्टदायी हुन थाल्छ । कविको आसय हो– बुद्धको समाधिको स्थितिको झल्को । भौतिक प्रेम र भौतिक मिलनमा अन्तर्निहित वेदना छ तर त्यो वेदना रचनात्मक वेदना हो कलाकारहरूका लागि, तर विचराहरूलाई थाहा छैन सिर्जना र प्रेमको आध्यात्मिक आयामबारे ।

पुनः प्रेम सन्देश प्रेषणबारे । कुनै व्याख्याकारले कालिदासको 'मेघदूत' भित्र पनि आध्यात्मिक लक्षणहरू दर्साउने प्रयत्न गरेका छन् । आत्माको परमात्माप्रतिको बलवती आकर्षण, तर मैले भने त्यति सजिलैसित मेघदूतको त्यो पक्ष बुझ्न सकिरहेको छैन । कुवेरको अनुचर वा पुजारी यक्षले गरेको सानो भूलको कारण कुवेरले दुवै उत्तत्य प्रेमीप्रेमिकालाई एक वर्षसम्म वियुक्त गरिदिएको छ । प्रियालाई यक्ष सन्देश पठाउछ मेघलाई, बादललाई सन्देशवाहक बनाएर । त्यहाँ भुमरीको चिठीजस्तो केही पनि छैन जो हराओस्, न त सविनाको चिठीको खोलजस्तो नै केही छ । छ भने प्रमुखतः एउटै कुरो छ : वियोगको पीडा र पुनर्मिलनको उत्कट अभिलाषा ।

सम्पूर्ण 'मेघदूत' एक उच्चतम गीतिकाव्य हो भनिदिए पनि हुन्छ, तर आश्रुपूर्ण काव्य । संज्ञाशून्य यक्ष बादललाई सन्देशवाहक बनाउन विवश छ, यद्यपि समान्य लोकदृष्टिमा यक्षको निर्णय एक पागलपन मात्र देखिन्छ । वस्तुतः पागलपनको केही मात्रा समर्पित प्रेमका लागि आवश्यक छ । मनोवैज्ञानिक यहाँनिर एक सीमासम्म सहमत छन् परस्परमा । प्रेमीहरूको, लौकिक प्रेमीहरूको पागलपन र अलौकिक प्रेमीहरूको, वास्तविक महात्माहरूको पागलपनमा अनिर्वचनीय फरक छ । अलौकिक प्रेमी अनन्तको, परम ब्रह्मको आनन्दानुभूतिमा रमिरहन्छ भने लौकिक प्रेमी समय र स्थानको संकीर्ण वृत्तभित्र रुमलिरहन्छ । सामान्य लोकको नियति नै त्यही हो । महान् सन्त कविरदास मस्त हुनुहुन्छ परमात्माको अनुभूतिमा, दैविक ऐश्वर्यको गीत गाउँदैमा । सबै मुक्तात्माको त्यही स्थिति हुन्छ । कविरदास प्रेमको चर्चा गर्ने क्रममा गाउनुहुन्छ–

पोथी पढ्पढ् जग मुआ पण्डित भया न कोये
ढाइ अक्षर प्रेमका पढे सो पण्डित होये ।

प्रेमको ढाइ अक्षर पढ्नुको तात्पर्य हो– सम्पूर्ण अस्तित्वप्रति सतत् रूपले प्रेमपूर्ण हुनु ।

हामीहरूका गीत र गजलहरू पनि त्यो परम प्रेमतिर इङ्गित गर्न सक्छन्, तर त्यसको अनुभूतिबाट भने तबसम्म वञ्चित नै भैरहन्छन् जबसम्म कविरको चैतन्यको स्थिति प्राप्त गर्न सक्दैननन् । भुमरीहरूका गीत कालबद्ध गीत हुन । कालातीत, अध्यात्मिक अनुभूतिहरू होइनन् । त्यस्तै सविनाको रित्तो खाम पनि उनको भावनात्मक अभावकै खबर दिन्छ । मेरो सल्लाह छ दुवैलाई : चिठी लेख्दै जाऊ, कुनै दिन तिमीहरूको जीवनमा बढी सुवास आउनेछ, रिक्तता तिरोहित हुनेछ । कविता, गीत, गजल जे भए पनि लेख्दै जाऊ, गीत गाउँदै जाऊ । वास्तविक आनन्द सिर्जनामा आउँछ, संहारमा आउँदैन । अस्तु ।

नीति-नियम

जो अल्छी हुन्छ, उसले समय आइपुगेपछि पनि गर्नुपर्ने कार्य गर्ने यत्न गर्दैन र उसको कार्य कहिल्यै सिद्ध हुँदैन । ऊ वंश र साथीसहित नष्ट भएर जान्छ ।

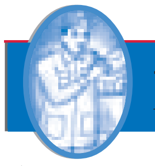
जो आफ्नो कर्मको फलको विचार नगरी साहसपूर्वक काम गर्ने प्रयत्न गर्छ उक्त व्यक्ति आफ्नै कामको फलका कारण पछि दुःखी हुन्छ ।

नोकर, भाइ, छोरा तथा पत्नीले पनि जुन काम पूरा गर्न सकेका हुँदैनन् त्यो काम साथीभाइले पूरा गरिदिन सक्छन् ।

जसले यथार्थ नबुझी साथीको मनभित्रका राम–नराम्रा कुरा याद नगरी मित्रता बढाउँछ उसले मित्रताबाट धोका मात्र पाउँछ ।

–शुक्रनीति

अनुवाद : रामहरि बन्जारा



चि ठी प त्र

बौद्धिक खुराक चाहियो

बाह्र वर्ष पुग्दा-नपुग्दै साप्ताहिकमा व्यापक परिवर्तन आएको आभास पाएको छु । पहिले साप्ताहिकमा सबै विषय र क्षेत्रका समसामयिक समाचारका साथसाथै बौद्धिक खुराकहरू पनि प्रशस्त हुन्थे, तर अहिले त्यस्तो छैन । हाम्रो समाजमा देखिएका परिवर्तन एवं सामाजिक परिवेशमा हुर्कन थालेका नयाँ संस्कारका बारेमा साप्ताहिकले राम्रो कवरेज गर्न थालेको छ । यो निश्चय पनि स्वागतयोग्य कुरा हो । समसामयिक समाचारहरूले बढी स्थान ओगट्न थालेपछि बौद्धिक खुराकले स्थान नपाएको हो कि ? जस्तो पनि लाग्छ । जे भए पनि साप्ताहिकलाई पाठकमाझ लोकप्रिय बनाउनमा यसमा प्रकाशित हुने बौद्धिक खुराकको पनि ठूलो हात थियो । यो कुरालाई सम्पादकज्यूले मनन् गर्नु हुनेछ भन्ने आशा राख्छु ।

–कृष्ण अर्याल, महेन्द्रनगर

परीक्षा सामग्री खोइ ?

बितेका झन्डै एक वर्षदेखि साप्ताहिकमा तरुण संसार स्तभअन्तर्गत प्रकाशित हुँदै आएको परीक्षा सामग्री मजस्ता लोकसेवा र अन्य रोजगारमूलक परीक्षाका परीक्षार्थीहरूका लागि गतिलो खुराक थियो । बजारमा उपलब्ध महँगा पुस्तक किन्न नसक्ने पाठकहरूका लागि त्यो स्तम्भ निकै लाभदायक थियो, तर अहिले त्यस्तो स्तम्भ प्रकाशन हुन बन्द भएपछि मजस्ता पाठकहरूलाई न्यास्रो लाग्नु स्वाभाविक हो । रोजगारीमा प्रवेश गर्न चाहने पाठकहरूको संख्या निश्चय पनि कम छैन भन्ने कुरालाई मनन गर्दै परीक्षा सामग्रीका बारेमा पनि विचार गर्नु हुनेछ भन्ने आशा राख्छु ।

–कैलाश करिया, हसुलिया, कैलाली

हराउन थाले स्तम्भ

साप्ताहिकमा पछिल्लो छ महिनादेखि त्यसमा प्रकाशित हुँदै आएका केही स्तम्भ हराएका छन् । कान्तिपुर डायरी, पहिलो विश्व, हाम्रो नेपालमा, देश स्तम्भअन्तर्गत प्रकाशित हुने नेपालका गाउँघरका समाचारहरू, हलिउडका खबरहरू, बलिउडका चर्चाहरू अचेल साप्ताहिकमा पढ्न पाइँदैन । स्थान अभावका कारणले उपरोक्त स्तम्भहरू बन्द भएका हुन् वा सम्पादकको रोजाइका कारण ? मजस्ता पाठकले बुझ्न सकेका छैनन् । यो विषयमा एकपटक पुनर्विचार गर्न आग्रह गर्छु ।

–अनिल चौधरी, राजापुर बर्दिया

मनोरञ्जनमय देश

बितेको दसवर्षे माओवादी जनयुद्धका बाबजुद हाम्रो मुलुक मनोरञ्जनमय रहेको आभास साप्ताहिकले दिएको छ । पहिले काठमाडौंको डेटलाइनमा मात्र फाटफुट प्रकाशित हुने चलचित्र तथा टेलिभिजनबाहेकका मनोरञ्जनका समाचारलाई उछिन्दै अहिले साप्ताहिकमा धरान, विराटनगर, पोखरा, नेपालगन्ज, बुटबलजस्ता मोफसलका सहरहरूमा हुने सानाठूला सबै खाले मनोरञ्जनका समाचारहरू अटाउन थालेको छ । मोफसलको पाठकका हैसियतले मलाई ती समाचारले निश्चय पनि सुखको अनुभूति गराएको छ । वास्तवमा ती मनोरञ्जनमूलक समाचारहरू पत्रपत्रिकामा छापिन लायक हुने गरी आयोजना गरिएका हुन्छन् भने त्यसलाई स्वागतयोग्य नै मान्नुपर्छ । होइन, साप्ताहिकका स्थानीय संवाददाताहरूको रोजगारीलाई ध्यानमा राखेर त्यस्ता समाचारहरू प्रकाशित हुन्छन् भन्ने त्यसलाई साप्ताहिकको दरिद्र मानसिकता भन्नुपर्छ ।

–नईमुद्दिन सिद्धिकी, नेपालगन्ज

खोजीनिति कम भयो

'साप्ताहिक' निश्चय पनि मनोरञ्जनप्रधान साप्ताहिक हो, तर पनि केही समय पहिलेसम्म साप्ताहिकमा समसामयिक घटनाहरूसँगै मुलुकको राजनीति, अर्थव्यवस्था, सामाजिक स्थिति आदिका बारेमा हल्काफुल्का लेखहरू प्रकाशित हुन्थे । गहन विश्लेषण बुझ्न नसक्ने मजस्ता पाठकका लागि साप्ताहिकमा प्रकाशित त्यस्ता लेखहरूले सम्बन्धित घटनाक्रमका बारेमा सतही कुरा बुझ्न सजिलो हुन्थ्यो तर केही समययता साप्ताहिकमा त्यस्ता खोजीनीति सम्बन्धित लेखहरू प्रकाशित हुन छाडेको छ । साप्ताहिकमा लेखक, पत्रकारहरूको कमी भयो कि ? अथवा भएका लेखक, पत्रकारहरू अल्छि भए कि ?

–हर्क बूढा, लाटीकोइली, सुर्खेत

तीतो सत्य

-बुझ्नेलाई प्रेम सफतलाको शिखर चुमाउने माध्यम हो, नबुझ्नेलाई प्रेम चितासम्म डोऱ्याउने बाटो हो ।

-प्रेमभन्दा मित्रता बलियो र प्रगाढ हुन्छ ।

-अरूलाई माया गर्न जान्दैनौ भने घृणा पनि नगर ।

भानु श्रेष्ठ, रत्ननगर, चितवन

-जब कोही तनावमा छ भने उसले सोह्र श्रृंगार गरे पनि त्यसको केही अर्थ हुँदैन ।

पद्मा सिटौला, इटहरा

-सत्य बोल्न सक्दैनौ भने झूटो पनि कहिल्यै नबोल ।

-कसैको भलो चिताउँदैनौ भने उसको कुभलो पनि नचिताऊ ।

-माया कसैका लागि तपस्या हुन्छ भने कसैका लागि त्याग ।

-समय अत्यन्तै महँगो शिक्षा हो ।

दीपक सिलवाल, हेटौंडा

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

–सम्पादक

२००८ को डिभी चिट्ठा भर्न आवश्यक तथ्यहरू

असोज १५ गतेदेखि सन् २००६ का लागि डिभी परेकाहरूको अन्तर्वार्ता लिने क्रम सुरु भएको छ भने असोज १८ गतेदेखि सन् २००८ का लागि डिभी भर्ने समय सुरु भएको छ। अमेरिकी राजदूतावास काठमाडौंले डिभी भर्ने महानुभावहरूका लागि डिभी कार्यक्रमका बारेमा केही महत्त्वपूर्ण तथ्य उपलब्ध गराएको छ।

कृपया सचेत रहनुस्– तपाईं डिभीको विजेताका रूपमा छनौट हुँदैमा, तपाईंको प्रवेशाज्ञा (भिसा) को ग्यारेन्टी हुँदैन। अन्तर्वार्ताका क्रममा कन्सुलर अधिकारीले तपाईं अमेरिकी कानुनअनुसार डिभीका लागि योग्य हुनुहुन्छ वा हुनुहुन्न भन्ने कुराको निर्णय गर्नुहुन्छ। नेपालमा, प्रवीणता प्रमाणपत्र तह वा १० जोड २ अर्थात् १२ कक्षाको शिक्षा पूरा गरेको हुनुपर्छ। यदि डिभी विजेताको १२ कक्षाको शिक्षा पूरा भएको छैन भने अमेरिकी श्रम विभागले मान्यता दिइएको पेसामा कामको अनुभव हुनुपर्नेछ। यस्ता प्रकारका प्रायःजसो कामको अनुभव अमेरिकी विश्वविद्यालयले दिने डिग्रीसरहको हुनुपर्नेछ र यस्ता कामको सूची अमेरिकी राजदूतावासको वेबसाइटमा हेर्न सकिन्छ।

कामको अनुभवका आधारमा डिभीका लागि एकदमै कम मानिस मात्र योग्य ठहरिन्छन्। यदि तपाईंसँग माथि उल्लेखित योग्यता छैन भने तपाईं डिभीका लागि योग्य हुनुहुन्न र तपाईंले डिभीका लागि दरखास्त दिने प्रक्रिया अघि नबढाए हुन्छ। यदि तपाईंले आफ्नो श्रीमान्-श्रीमती र २१ वर्षमुनिका अविवाहित बालबच्चाको पूर्ण विवरण डिभी भर्दा उल्लेख गर्नुभएको छैन भने तपाईंसँग KCC को दोस्रो चिट्ठी भए पनि तपाईं डिभीका लागि अयोग्य ठहरिनुहुनेछ, यसको अर्थ डिभी विजेताले भिसा पाउनेछैन। त्यसैले यदि तपाईंले डिभी जित्नुभयो तर तपाईंले पहिलो पटक डिभी भर्दा आफ्नो परिवारको विवरण भर्नुभएको थिएन भने तपाईंलाई दरखास्त दस्तुर अमेरिकी डलर ७ सय ५५ नतिर्न सल्लाह दिइन्छ, किनभने तपाई डिभीका लागि अयोग्य हुनुहुन्छ।

यदि दरखास्त पेस गर्नुभएको छ भने उक्त दस्तुर फिर्ता हुनेछैन। भिसाका लागि संयुक्त राज्य अमेरिकाको सरकारले कुनै पनि बाहिरी परामर्शदाताहरू नियुक्त गर्दैन। हामी यहाँहरूलाई जोडका साथ के अनुरोध गर्छौं भने कुनै पनि परामर्श सेवा उपयोग नगर्नुहोला, किनकि उनीहरूको सहयोगले तपाईंको भिसा पाउने सम्भाव्यतालाई बढाउँदैन। तपाईंसँग भिसाका लागि चाहिने न्यूनतम योग्यता छैन भने तपाईंले भिसा पाउनुहुन्न। यदि तपाईंसँग न्यूनतम योग्यता छैन भने कृपया तपाईं आफ्नो पैसा र समय खेर नफाल्नुहोला। कुनै परामर्शदाताले तपाईंको भिसा पाउने सम्भावना बढाउने आश्वासन दिन्छ भने उनीहरू सरासर भूmटो बोलिरहेका छन्। डाईभर्सिटी भिसासम्बन्धी सम्पूर्ण व्यवस्था अमेरिकन दूतावासले नै हेर्छ। कृपया आफ्नो भिसा निवेदनसँग कुनै नक्कली कागजपत्र समावेश नगर्नुहोला। यसो गरे तपाईंलाई भिसा दिइनेछैन र भविष्यमा कुनै पनि किसिमको अमेरिकी भिसाका लागि तपाईं अयोग्य ठहरिनुहुनेछ। डिभी २००८ को दरखास्त भर्ने समय बुधबार असोज १८ गते बेलुका ९:४५ बजे सुरु भै आइतबार मंसिर १७ गते बेलुकी १०:४५ बजे अन्त हुनेछ। कुनै सिस्टमको खराबीले गर्दा डिभी दरखास्त ढिलो भए पनि मंसिर १७ गते राति १०:४५ बजेपछि २००८ को डिभी भर्न पाइनेछैन। डिभी भर्न चाहने सबै महानुभावलाई अन्तिम सातातिर भर्ने काम बाँकी नराख्न अनुरोध गरिन्छ, किनभने ठूलो मात्रामा हुने दरखास्तका कारण अन्तिम समयतिर वेबसाइटमा ढिला हुन सक्छ।

तपाईंको दरखास्त मान्य बनाउन समयमै डिभी भर्नुहोस्। सबै दरखास्त विद्युतीय माध्यम (internet) बाट मात्र स्वीकृत हुनेछ, कागजी दरखास्त वा हुलाकबाट पठाइएको दरखास्त अस्वीकृत हुनेछ। डिभी संयुक्त राज्य अमेरिकामा जातीय विविधता बढाउनका निम्ति बनाइएको कार्यक्रम हो। यसले त्यस्ता देशका नागरिकहरूलाई स्थायी आवास गर्ने भिसा दिन्छ, जुन देशबाट अमेरिकामा कम नागरिकको बसाइँ सराइ भएको छ। यो चिट्ठामा सहभागी हुन चाहनेहरूले वेबसाइट www.dvlottery.state.gov मा तोकिएको मितिभित्र दरखास्त दिनुपर्नेछ। दरखास्तका लागि कुनै शुल्क लाग्नेछैन। डिभी २००८ अन्तर्गत ५० हजार मानिसलाई स्थायी बसोबासका लागि भिसा दिने सोच विदेश विभागको छ। हालै अमेरिकी सरकारको अधिकारिक वेबसाइटका रूपमा नयाँ वेबसाइटहरू सञ्चालनमा आएका छन्। नेपालमा डिभी भर्नका लागि पैसा लिने गरेको पनि पाइएको छ। विद्युतीय माध्यमबाट भर्न सकिने डिभी दरखास्तका लागि कुनै दस्तुर लाग्दैन। विदेश मन्त्रालयले डिभी विजेताहरूलाई इमेलबाट नभै चिठीमार्फत सूचित गराउँछ। डिभीका बारेमा अरू जानकारीका निम्ति कृपया अमेरिकी राजदूतावासको वेबसाइट www.nepal.usembassy.gov हेर्नुहोला।

व्यावसायीहरू भन्छन्

अमेरिकाका लागि डाइभर्सिटी भिसा फारम भरिदिने व्यावसायीहरू डिभी फर्म भर्ने मौसममा चर्चामा रहन्छन्। कतिपय विज्ञापनका कारण पनि मानिसहरू यस्ता संस्थाका सम्बन्धमा भ्रमित हुने गरेका छन्। 'हामीले व्यवस्थित रूपमा फर्म भरी सम्बन्धित वेबसाइटमा पठाइदिने मात्र हो। त्यसपछि यसमा हाम्रो अरू कुनै भूमिका हुँदैन,' -पुतलीसडकस्थित एक व्यावसायी भन्छन्। 'फारमका लागि आवश्यक सूचना, तस्बिर र अन्य प्राविधिक पक्षमा यस्ता व्यावसायीहरूले सेवा उपलब्ध गराउने हो तर कतिपयले आफूकहाँ भरे डिभी पर्ने ग्यारेन्टी नै दिएर भूmटको खेती गरिरहेका छन्,' -उनले बताए।

एक अर्का व्यावसायीका अनुसार फारममा भर्नुपर्ने कुराहरू, तस्बिरको साइज, फारम पठाउने ठेगाना आदिका कारण मानिसहरू अलमलिएपछि व्यावसायीहरूले त्यसलाई व्यवस्थित तुल्याएका मात्र हुन्। उनी भन्छन्– 'हामी निश्चित सेवा-शुल्क लिएर फारम भरेर पठाइदिन्छौं। हाम्रो दायित्व, जिम्मेवारी त्यति मात्र हो। यदि यसलाई कसैले बढी व्याख्या गर्छ वा बढी बुभm्छ भने त्यो सरासर गलत हो। डिभी फर्म भरिदिने तथा डिभी परेपछि आवश्यक परामर्श उपलब्ध गराउने व्यावसायीहरू परामर्शदाता एवं सहयोगी मात्र हुन् भन्ने कुरा बुभिmदिन पनि उनीहरू आग्रह गर्छन्। व्यवसायीहरू भन्छन्– 'राम्रोसँग फारम भरिदिनु हाम्रो जिम्मेवारी हो, डिभी पर्ने-नपर्ने अमेरिकी सरकारको निर्णय हो।'

के हो डिभी कार्यक्रम ?

साधारण तर कडा किसिमले योग्यता जाँच गरेर त्यसमा योग्य निवेदकलाई वार्षिक डिभी कार्यक्रममार्फत स्थायी बसोबासका लागि भिसा प्रदान गरिन्छ। यसका विजेताहरूको छनौट कम्प्युटरले चिट्ठामार्फत गर्छ। भिसा ६ भौगोलिक क्षेत्रमा बाँडिन्छ, जसमध्ये कम बसाइँ-सराइ भएका देशहरूमा बढीलाई दिइन्छ र विगत पाँच वर्षमा ५० हजारभन्दा बढी मानिस बसाइँ-सराइ गरेका देशका मानिसलाई भिसा दिइँदैन। अमेरिकी विदेश मन्त्रालयले सन् २००५ देखि विद्युतीय माध्यमबाट आवेदन भर्ने प्रणाली विकास गरेको हो।

विद्युतीय प्रणालीले आवेदन प्रक्रियालाई सुरक्षित र सफल बनाउँछ। गलत तरिकाले डिभी भर्ने वा धेरै पटक डिभी भर्ने आवेदक विशेष प्रविधिको प्रयोगमार्फत फेला पर्छन्। डिभी– २००८ भर्ने एउटै उपाय छ, त्यो हो– विद्युतीय माध्यम वेबसाइट www.dvlottery.state.gov मा आवेदन फारमलाई पूरा नभरे डिभीका लागि योग्य ठहरिंदैन। योग्य आवेदकहरूमध्ये चिट्ठाको छनौट कम्प्युटरले गर्छ। यसरी छानिएका आवेदकहरूलाई मेदेखि जुलाई २००७ मा चिट्ठीमार्फत सूचित गरिन्छ र अमेरिकामा बसाइँ-सराइका लागि आवश्यक अरू निर्देशनहरू दिइन्छ। इमेलबाट यस्तो कुनै पनि जानकारी प्रदान गरिंदैन र चिट्ठामा नछानिएका आवेदकले कुनै पनि किसिमको सूचना पाउँदैनन्।

डिभीका लागि छानिएकाहरूको नाम वा लिस्ट अमेरिकी राजदूतावास वा कम्प्युटरले उपलब्ध गराउन सक्दैनन्। डिभी चिट्ठा परेको सूचना इमेलबाट खबर गरिंदैन। यदि तपाईंले यस्तो किसिमको इमेल पाउनुभयो भने त्यो वैधानिक होइन। अन्तर्वार्ताको मितिसम्म डिभी कार्यक्रमका लागि कुनै पनि किसिमको दस्तुर लाग्दैन। डिभीका लागि अन्तर्वार्ताका दिनसम्म कसैलाई पनि पैसा तिर्नुपर्दैन। अन्तर्वार्ताका दिन मात्र पैसा तिर्नुपर्छ। यसका लागि लाग्ने आवेदन शुल्क आवेदकले भिसा पाएको वा नपाएको दुवै स्थितिमा फिर्ता हुँदैन।

अमेरिका जाने सुनौलो अबसर
EDV 2008
नेपालको सबैभन्दा बढी EDV पर्ने एक मात्र ठाउँ
ई-स्पट नेपाल
खिचापोखरी, न्युरोड
केही दिन मात्र बाँकी
५०% छुट
फोन: २००३६१७, ४२४१९५८
नोट: चाँडो EDV भर्नेलाई पर्ने संभावना बढी हुन्छ।

आवश्यकता

उद्घोषण
Special Courses (20 days) Rs 1000/-
Advance Courses (40 days) Rs 3000/-
2 Radio Presenter
2 Receptionist
AJJS MEDIA

आवश्यकता
पारस मिडिया

Free:
Books Cassettes and CDs
Free Internet & E-Mail
Getway
Bagbazar KTM

AB KING Pro.
आरुषा हेल्थ केयर

बेरोजगार मञ्च

- भक्तपुर, लोकन्थलीमा अस्थायी रूपमा बस्दै आएका अर्जुन काफ्ले प्रवीणता प्रमाणपत्र तह द्वितीय वर्षका विद्यार्थी हुन्। २३ वर्षीय अर्जुनले बालाजु प्राविधिक प्रशिक्षण केन्द्रबाट दुई वर्ष इलेक्ट्रिकल विषयमा सब-ओभरसियरको प्रशिक्षण एवं सिटिइभिटीबाट इलेक्ट्रिकल सुपरभाइजर तह ३ को पनि प्रशिक्षण लिएका छन्। कम्प्युटरसम्बन्धी पनि ज्ञान हासिल गरेका अर्जुनले ग्रामीण विद्युतीकरण कार्यअन्तर्गत काम गरेर अनुभव हासिल गरेका छन्। उपयुक्त अवसरको खोजीमा रहेका अर्जुनलाई फोन ०१-६६३३४६५ मा सम्पर्क गर्न सकिन्छ।
- कीर्तिपुर-१५ चारघरे निवासी आँसु थापाले गोआस्थित एक रेस्टुराँमा काम गरेको छ वर्ष भैसकेको छ। होटल तथा रेस्टुराँअन्तर्गत कुकिङको काममा दक्ष थापा यही क्षेत्रमा राम्रोसँग काम गर्न चाहन्छन्। सन् १९९९ देखि यो क्षेत्रमा काम गर्दै आएका आँसुले सन् २००२ मा केक, इन्डियन, चाइनिज, इटालियन तथा कन्टिनेन्टल परिकारसम्बन्धी तालिम लिएका थिए। थापा नेपालमै राम्रो पर्यटकीय रेस्टुराँ तथा होटलमा काम गर्न इच्छुक छन्। आँसुलाई फोन नं. ४३३३४०३ वा shk_thapa@yahoo.com मा सम्पर्क राख्न सकिन्छ।
- चितवन जील्ला स्थायी घर भै हाल काठमाडौं बस्दै आएका कृष्णप्रसाद दुवाडी पाटन संयुक्त क्याम्पसमा आईकम प्रथम वर्षमा अध्ययनरत छन्। आर्थिक अवस्था कमजोर रहेका कृष्णले बेसिक कम्प्युटर तालिम पनि लिएका छन्। अध्ययन खर्च जुटाउन अवसरको खोजीमा रहेका कृष्णलाई मोबाइल नं. ९८०३१५०४४२ मा कोठाछेउ बस्ने दाइमार्फत 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।

चक्कर डिभीको

पृष्ठ १ बाट जारी

बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा एमबीबीएस अध्ययनरत जनकपुरका मनीष सिंह यतिखेर सन् २००७ को डाइभर्सिटी भिसा (डिभी) प्राप्त गरेर अमेरिका जाने तयारीमा छन्। हर्षित मुद्रामा भेटिएका सिंह आफ्नो अध्ययनलाई त्यहीं गएर निरन्तरता दिने सोचाइमा छन्। मनीष मात्र होइन, गत वर्ष धरानबाट डिभी फर्म भरेका अन्य तीन जनालाई पनि डिभी लोटरी परेको छ। अमेरिकी सरकारबाट पहिलो तथा दोस्रो पत्र प्राप्त गरेकाले उनीहरू चाँडै अमेरिका जाने तयारीमा छन्।

डिभी भर्ने समयको अन्तिमतिर साइबर क्याफे तथा कन्सल्टेन्सीहरूमा आवेदकहरूको घुइँचो लाग्छ। आवेदन भर्दा आवेदकले आफ्नो साँचो विवरणसहित ३ सय २० गुणा २ सय ४० पिक्सलको तस्बिर समावेश गर्नुपर्छ। स्तरीय नभएको खण्डमा तस्बिरकै कारण पनि आवेदन रिजेक्ट हुनसक्छ। डिभी लोटरी परेको खण्डमा विजेतालाई अमेरिकी सरकारले सम्बन्धित व्यक्तिको ठेगानामा पहिलो चिठी पठाउँछ, त्यो पनि पास भएमा दोस्रो चिठी आउने गरेको छ। दोस्रो चिठी आएपछि जानका लागि लगभग प्रक्रिया पूरा हुन्छ, दूतावासका अनुसार त्यसपछि सम्बन्धित व्यक्तिसँग दूतावासले अन्तर्वार्ता लिने र उसका डकुमेन्ट निरीक्षण गर्ने काम गर्छ। यदि डकुमेन्टमा झूटो विवरण पाइएमा आवेदकको अमेरिका जाने सपना समाप्त हुन्छ। दूतावासले जनाएअनुसार केहीले नक्कली शैक्षिक योग्यता पेस गरेको पाइएको छ। नक्कली विवरण र प्रमाणपत्र पाइएको अवस्थामा कानुनी कारवाहीका लागि प्रहरीलाई बुझाइन्छ, दूतावासले चिठ्ठा परेको व्यक्तिले हातमा भिसा नपाउँदासम्म निश्चिन्त नहुन आग्रह गर्दै आएको छ।

डिभीसँगै जोडिएको अर्को पक्ष हो, डिभी भराइदिनेहरूको आम्दानी। आम्दानी दऱ्हो हुने भएकै कारण नै डिभी सुरु हुनेबित्तिकै सहरिया साइबर क्याफे मात्र होइन, ग्रामीण क्षेत्रका साइबर क्याफे पनि व्यस्त हुन्छन्। नेपालबाट ई-डिभीमा कति सहभागी हुन्छन् भन्ने स्पष्ट तथ्याङ्क आउन नसक्नुको कारण पनि कसले कहाँबाट कहिले भऱ्यो भन्ने कुरा थाहा हुन नसक्नु पनि हो। काठमाडौंस्थित अमेरिकन दूतावासका अनुसार अमेरिकास्थित कार्यालयलाई यस विषयमा जानकारी भए पनि यहाँ त्यो तथ्याङ्क छैन्। डिभी भराइदिने साइबर क्याफेहरूले अहिले आफैंले तस्बिर खिचिदिनेदेखि आवेदन भरिदिनेसम्मका सुविधा उपलब्ध गराउँदै आएका छन्। प्रतिव्यक्ति ५० रुपैयाँदेखि १ सय ५० रुपैयाँसम्ममा आवदेन भर्न सकिन्छ।

'अहिलेको समय डिभीको सिजन हो, अहिले तपाईंसँग गफिने कि ग्राहकको काम गर्ने ?' खिचापोखरीस्थित ई-स्पट प्रा.लि.का प्रबन्ध निर्देशक राकेश वैद्यले साप्ताहिकसँग भने– 'तिहारपछिका हरेक दिन डिभी भर्न आउनेहरूका कारण अन्य कामका लागि समय छुट्याउनै सकिएको छैन। अमेरिकी डिभी लोटरीले चिठ्ठा परेर जानेहरूलाई मात्र होइन, यहाँ साईबर क्याफे तथा डिभी कन्सल्टेन्सी चलाउनेहरूलाई पनि आम्दानी गराएको राकेशको भनाइबाट प्रस्टिन्छ। ई-स्पटले ग्राहकको सुविधालाई ध्यानमा राखेर यसपटकदेखि आफूलाई प्राविधिक रूपमा सक्षम बनाएको छ। 'हाई ब्याण्डविथको इन्टरनेट, दुईवटा फोटो स्टुडियो, तीन दर्जन सहयोगी छन्,' वैद्यले भने- 'एउटा इन्टरनेट सर्भर डाउन भएर काम रोकिएला भनेर दुईवटा ईन्टरनेट लाइनसमेत राखेका छौं।'

त्यसो त यतिखेर सरकारी गोस्वारा हुलाक सुन्धारा पनि डिभीकै कारण व्यस्त छ। गत वर्ष डिभी भरेर नै २३ लाख रुपैयाँ राजस्व संकलन गरेको हुलाक यसपटक प्राविधिक रूपमा पनि सक्षम रूपमा प्रस्तुत भएको छ। यसपटक न्यूनतम ३० लाख रुपैयाँ आम्दानी हुने आशा राखेका छौं, गोस्वारा हुलाक कार्यालय सुन्धाराका शाखा अधिकृत रोशन शंकर घिमिरे भन्छन्– 'न्यूनतम् शुल्कमा गुणस्तरीय सेवा दिने हाम्रो लक्ष्य हो।' हुलाकको अर्को राम्रो पक्ष भनेको त्यहाँबाट डिभी आवेदन दिएकाहरूलाई डिभी लोटरी पऱ्यो भने टेलिफोनमार्फत पनि जानकारी दिइन्छ। अधिकृत घिमिरेका अनुसार डिभी लोटरी आवेदन सेवा राम्रोसँग दिने उद्देश्यले नै करिब ५ दर्जन कर्मचारी, दुई दर्जनभन्दा बढी कम्प्युटर र डिभी आवेदनकै लागि तयार गरिएको आफ्नै सफ्टवेयर हुलाकका आकर्षण हुन्। हुलाकलेसहज होस् भनेर आइतबारदेखि शुक्रबारसम्म बिहान ७ बजेदेखि बेलुका ७ वजेसम्म र शनिबार विहान ९ बजेदेखि बेलुका ४ बजेसम्म डिभी फर्म भर्न सक्ने सेवा उपलब्ध गराएको छ।

डिभी भर्ने साइबर क्याफे तथा कन्सल्टेन्सीहरूले राम्रो आय हुने भएकैले डिभी भरिदिने विश्वासिलो स्थान भनेर विज्ञापन पनि गर्छन्। विज्ञापनमा जोडिन्छ– हाम्रोमा अघिल्लो वर्ष भरेकाहरूमध्ये यति जनालाई डिभी परेको छ, उनीहरूको यो संख्या जोड्दै जाने हो भने नेपाललाई गत वर्ष आएको पहिलो चिठीहरूको संख्याभन्दा दोब्बर-तेब्बर पुग्ने गरेको छ। 'पहिलो पटक डिभी परेका तथा दोस्रो पटकको आवेदनका लागि आएकाहरूको संख्या जोडेर गत वर्ष हाम्रोबाट सेवा लिएकाहरूको संख्या यति भनेका हौं,' ई-जोनका अधिकारीले भने- 'ग्राहकले पनि संख्याभन्दा पनि सेवामा विश्वास गर्नुपर्छ। यता हुलाकका घिमिरे हुलाकले गरेको विज्ञापनमा उल्लेख भएको संख्या आधिकारिक भएको जिकिर गर्छन्।

डिभीका महत्वपूर्ण पक्ष

- यदि परिवार भएर पनि आफ्नो डिभी दरखास्तमा श्रीमान्/श्रीमती र छोराछोरीको नाम उल्लेख गर्नुभएको छैन भने तपाईंको निवेदन स्वतः अयोग्य ठहरनेछ।
- दोस्रो चिठी प्राप्त गरेपछि पनि डाइभर्सिटी भिसा पाइन्छ भन्ने निश्चित हुँदैन, तर न्यूनतम योग्यता पुगेको छ भने भिसा पाउने सम्भावना प्रबल हुन्छ।
- निवेदकले न्यूनतम प्रवीणता प्रमाणपत्र तह, दस जोड दुई उत्तीर्ण वा कुनै व्यवसायिक शिक्षा हासिल गरेको हुनुपर्छ।
- यदि निवेदकको शैक्षिक योग्यता छैन भने अमेरिकी श्रम विभागले तोकेको कामअन्तर्गत पर्ने काममा आवश्यक अनुभव हुनुपर्छ। कामका आधारमा धेरै कम निवदेकले मात्र भिसा पाउँछन्।
- भिसा शुल्क यु.एस.डलर ७ सय ५५ फिर्ता हुँदैन।
- निवेदकले आर्थिक स्रोत खुलाउनुका साथै आफूलगायत आफ्नो परिवारलाई अमेरिकामा केही समय बस्न आर्थिक रूपले सक्षम छु भन्ने कुरा प्रमाणित गर्नुपर्छ।
- अमेरिकी सरकारले डिभीका लागि परामर्शदाता अथवा दलाल नियुक्त गरेको छैन। यसकारण कसैले परामर्शदाता/ दलालको सेवामार्फत भिसा पाइन्छ भनेर बुझेको छ भने त्यो गलत हो।
- कुनै पनि नक्कली कागजात पेस गर्ने प्रयास निरर्थक हुन्छ। त्यस्तो प्रयासका कारण भविष्यका कुनै पनि अमेरिकी भिसा नपाइनुका साथै कानुनी कारबाहीका लागि प्रहरीको फन्दामा पर्न सकिन्छ।
- भिसासम्बन्धी कुनै प्रकारको जिज्ञासा भए अमेरिकी कन्सुलर शाखामा सोझै सम्पर्क गर्न सकिन्छ, दूतावासले यसमा यथेष्ठ सहयोग गर्ने बताएको छ।
- निवेदन समावेश गर्नका लागि www.dvlottery.state.gov हेर्नुहोला। डिभी २००८ को निवेदन पेस गर्न असोज १८ गतेदेखि मंसिर १७ गतेसम्मको समयावधि तोकिएको छ।
- डिभीको आधिकारिक Web link http://travel.state.gov/visa/immigrants/types/types1322.html हो।

- कुवेतको सार्क सहरस्थित एक कम्पनीका लागि ९३ जना सेक्युरिटी गार्डको आवश्यकता छ। सैनिक, प्रहरी तथा अन्य सुरक्षा कम्पनीमा काम गरी अनुभव हासिल गरेका व्यक्तिले कम्पनीको नेपालस्थित प्रतिनिधिलाई फोन नम्बर ४४८३०१५ मा सम्पर्क राख्नुहोला।
- कतारको दोहा सहरस्थित एक कम्पनीका लागि २ सय ५० जना ट्याक्सी ड्राइभरको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले कम्पनीको नेपालस्थित प्रतिनिधिलाई फोन नम्बर ४३७४६६६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।
- ललितपुरस्थित एक होटलका लागि होटल म्यानेजमेन्टमा दक्ष ३ जना मार्केटिङ म्यानेजर, २ जना म्यानेजर, २ जना रिसेप्सनिस्ट, १० जना वेट्रेस, ३ जना सेक्युरिटी गार्ड, २ जना कुक तथा ३ जना बार गर्लको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले होटलको फोन नम्बर ५५३४३३० मा सम्पर्क राख्नुहोला।
- काठमाडौंस्थित एक माध्यमिक विद्यालयको माध्यमिक तहका लागि कम्प्युटर शिक्षकको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले व्यक्तिगत विवरणसहित पोस्ट बक्स नम्बर ६९३४ मा आवेदन दिनुहोला।
- ललितपुरस्थित एक विद्यालयको निम्न माध्यमिक तहका लागि एक जना कम्प्युटर शिक्षकको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले आफ्नो सम्पूर्ण विवरणसहित विद्यालयको फोन नम्बर ५५३८३२८ मा सम्पर्क राख्नुहोला।
- दाङ, घोराहीस्थित एक डेन्टल क्लिनिकका लागि एक जना डेन्टल सर्जन तथा दुई जना डेन्टल हाइजिनिस्टको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले मोबाइल नम्बर ९८४१३७९६७६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।
- काठमाडौंस्थित एक वैदेशिक रोजगार कम्पनीका लागि एक म्यानेजरको आवश्यकता छ। स्नातक तह उत्तीर्ण गरी सम्बन्धित क्षेत्रमा अनुभव हासिल गरेको व्यक्तिले फोन नम्बर ४६७१०० मा सम्पर्क राख्नुहोला।
- काठमाडौंस्थित एक शैक्षिक संस्थाका लागि मेजर अंग्रेजी अध्ययन गरेको एक जना होस्टल वार्डेन, प्राथमिक तहको अंग्रेजी अध्यापन गर्ने एक जना शिक्षक/शिक्षिका र एक जना रिसेप्सनिस्टको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले संस्थाको फोन नम्बर ४२५८५६६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

विराटनगरमा डिभी चिट्ठा

कमल रिमाल

विराटनगर– विराटनगर ट्राफिक चोकका सोम घिमिरेले यस पटकसहित सातौं पटक डिभी चिट्ठा भरेका छन्। अघिल्ला वर्षहरूमा भरेको चिट्ठा नपरे पनि उनी निराश छैनन्। 'अरूलाई परेको छ, मेरो कसो नपर्ला,' घिमिरेले भने– 'नपरेसम्म चिट्ठा भर्न छोड्दिनँ।' नेपालमा जति मेहनत गरे पनि सम्पन्न हुन नसक्ने मान्यता राख्नेहरू चिट्ठा पारेर अमेरिका जाने आशामा चिट्ठा भर्न छोड्दैनन्। अमेरिका जान पाए दुःखबाट मुक्ति पाइन्छ भन्ने घिमिरेले भने– 'यहाँ बसेर के गर्नु ? जति मेहनत गरे पनि खान पुग्दैन।'

हुनत सम्पन्न व्यक्तिहरू पनि चिट्ठा पारेर अमेरिका जाने आशामा डिभीको पछि दौडिएको पाइन्छ। हुने-खानेका घरमै कम्प्युटर र इमेल-इन्टरनेट हुने भएकाले उनीहरू घरमै चिट्ठा भर्छन्। अरूले भने पैसा तिरेर बजारबाट भर्छन्। डिभी चिट्ठा भरिदिने केन्द्रहरू विराटनगरमा प्रशस्तै छन्। एक जनाको फोटो खिचेर इन्टरनेटमा फर्म भरिदिएबापत ५० देखि २ सय रुपैयाँसम्म लिइन्छ, तर गएका वर्षको तुलनामा यस वर्ष चिट्ठा भर्ने केन्द्रमा गएर डिभी भर्नेको संख्यामा कम छ।

विराटनगरको महेन्द्र चोकस्थित मेलिना फोटो स्टुडियोले धेरै जनाको चिट्ठा भराएर राम्रो आम्दानी गर्दै आएको छ। अघिल्लो वर्ष चार हजार जनाको चिट्ठा भराएको बताउने स्टुडियोका गोपाल श्रेष्ठ गत वर्ष तीन हजारको मात्रै फर्म भरेको बताउँछन्। उनी यस फर्म भर्नेहरू वर्ष दुई हजार नाघ्ने आशा गर्छन्।

विराटनगरको हिमालय रोडस्थित मनकामना कलर ल्याबले एक रोल फोटो धुलाएबापत एक जनाको डिभी चिट्ठा सित्तैंमा भरिदिन्छ। ल्याबमा कार्यरत रविता अधिकारीले अघिल्लो वर्ष तीन सय जनाको चिट्ठा भराएकोमा पाँच जनाको फस्ट लेटर आएको बताइन्। ट्राफिक चोकमा नवसञ्चार र स्पाइस नेट साइबर क्याफे सञ्चालन गर्दै आएका स्नेह श्रेष्ठ धमाधम चिट्ठा भर्ने काम गर्दैछन्। मानिसहरू गाउँ-गाउँदेखि डिभी चिट्ठा भर्न बजार आउने गरेको उनले बताए।

अर्काको देशमा गएर नेपालमा भन्दा बढी काम गर्नुपर्ला, दुःख गर्नुपर्ला भन्ने प्रकाश निरौला पनि पाँच वर्षदेखि लगातार चिट्ठा भर्दै आएका छन्। परिहाले अमेरिका देख्न पाइन्छ भनेर चिट्ठा भरेको उनी बताउँछन्। 'त्यहाँको थोरै पैसा यहाँ धेरै हुन्छ, केही समय दुःख गरेर यहाँ लामो समय सुखसँग बस्न पाइन्छ भनेर अमेरिका जान चाहन्छु' प्रकाशले भने। चिट्ठा पारेर अमेरिका जाउँला भन्ने सपना देख्नेहरूको संख्यामा बर्सेनि कमी आएको देखिन्छ भने अघिल्ला वर्षजस्तै यस वर्ष डिभी भर्ने व्यवसाय गर्नेहरूको संख्या पनि कम भएको छ।

अमेरिकी दूतावासका कुरा

एभरेस्ट होटलमा काम गर्दै आएका चक्रपाणि धितालले डिभी चिठ्ठा परेर पनि अमेरिका जान पाएनन्। कारण थियो, उनको कम शैक्षिक योग्यता। सम्पूर्ण प्रक्रिया मिले पनि दूतावासले तोकेको न्यूनतम प्रवीणता प्रमाणपत्र तह वा प्लस टु योग्यता नभएका कारण उनको अमेरिका पुग्ने अभियान बीचैमा समाप्त भयो। यसैगरी ध्रुवकुमार सापकोटाले डिभी परिसकेपछि मात्र आफ्नो छोरी भएको बताएपछि उनलाई पनि अन्तिम समयमा आएर भिसा दिइएन। माथि उल्लेखित घटना सयौंको संख्यामा रहेको काठमाडौंस्थित अमेरिकी दूतावासको कार्यालयले जनाएको छ। यसरी आफ्नो योग्यता नपुगेपछि अमेरिकी राजदूतावासले डिभी परेर पनि जान नदिएको भन्ने आरोप खेप्नुपरिरहेको दूतावास स्रोतले जिकिर गऱ्यो। दूतावासले आफ्नो प्रेस विज्ञप्तिमार्फत पटक-पटक यस्ता कुराको खण्डन पनि गर्दै आएको छ। अमेरिकी राजदूतावासले डिभी आवेदन दिन र त्यसपछि चाहिने आवश्यक कागजातका बारेमा साप्ताहिकलाई विस्तृत जानकारी नै उपलब्ध गराएको छ।

डिभी परेकाहरूले प्राप्त गर्ने चिठीमा स्पष्ट रूपमा, 'यदि तपाईंको शैक्षिक योग्यता र रोजगारीको अनुभव पुग्दैन भने यो आवेदन अघि नबढाउनुहोला र तपाईंको सबै योग्यता पुगे पनि भिसा पाउने कुरा निश्चित हुँदैन' भनिएको हुन्छ। डिभी परेकाहरूले प्राप्त गर्ने दोस्रो चिठीमा पनि स्पष्ट शब्दमा, 'भिसा प्राप्त नहुँदासम्म भ्रमणको तयारी नगर्न र आफ्नो सम्पत्ति बेचबिखन नगर्न', सुझाव दिइएको हुन्छ। हरेक डिभी पर्ने व्यक्तिले यी चिठीमा लेखिएका सुझाव र सर्तहरू राम्रोसँग पढ्न तथा आवश्यक परे थप स्पष्ट हुन दूतावासमा सम्पर्क गर्न आवश्यक छ। सात वर्षयता मात्रै ५ हजारभन्दा बढी नेपाली डिभीमार्फत अमेरिका पुगिसकेका छन्। हरेक वर्ष विश्वभरका ५० हजार मानिस डिभी कार्यक्रममार्फत अमेरीका बसाइँ सर्छन्। अमेरिकी कांग्रेसले बनाएको कानुनअनुसार आवेदकले न्यूनतम १२ कक्षा उत्तीर्ण गरेको वा अमेरिकी श्रम विभागद्वारा निर्दिष्ट गरिएका कामहरूमा कम्तीमा दुई वर्षको अनुभव भएको हुनुपर्छ। आवेदक आफू र आफ्नो परिवारलाई अमेरिकामा रोजगारी प्राप्त नहुँदासम्म जीवन निर्वाह गर्न आर्थिक रूपले सक्षम हुनुपर्छ। अर्को शब्दमा अमेरिकी नागरिकहरूका लागि निजहरू आर्थिक रूपमा बोझ बन्नेछैनन् भन्ने कुरा पुष्टि हुनुपर्छ। श्रम विभागद्वारा निर्दिष्ट भनिएको काममा हत्तपत्त भिसा पाउने सम्भावना रहँदैन।

आवश्यक योग्यता नपुगेका व्यक्तिहरूलाई डिभी नभर्न राजदूतावासले सचेत गराउँदै आएको छ। साथै डिभी 'चिठ्ठा' प्राप्त गर्दैमा भिसा पाउने ग्यारेन्टी पनि छैन। डिभी परिसकेपछि सूचीअनुसार कन्सुलर अफिसले भिसाका लागि अन्तर्वार्ता लिन्छ र यहींबाटै भिसा दिन मिल्ने-नमिल्ने निर्णय हुनेछ।

विज्ञान समाचार

भारोत्तोलन आँखाका लागि खतरा

नियमित रूपमा भारोत्तोलन गर्ने व्यक्तिहरूको आँखामा ग्लुकोमा नामक आँखा खराब हुने रोग लाग्ने नयाँ रहस्य पत्ता लागेको छ। ब्राजिलियन अनुसन्धानकर्ताहरूले भार उठाउँदा रोकिने सासका कारण आँखामा अस्थायी रूपमा चाप बढ्ने जनाएका छन्। यही चापका कारण नै ग्लुकोमा रोग लाग्छ। चाप बढ्दा आँखाको अप्टिक नर्भ बिग्रन सक्छ र स्थायी रूपमा आँखा नदेख्ने हुन सक्छ।

डा. जेराल्डो माजेला भिएराको नेतृत्वमा गरिएको यो परीक्षणमा ३० जना व्यक्तिलाई संलग्न गरिएको थियो। योभन्दा अघि उनीहरू कसैमा ग्लुकोमाको लक्षण थिएन र यो समयमा उनीहरूको आँखाको चाप २१ एमएमएचजीभन्दा कम थियो। उनीहरूलाई समय-समयमा भार उठाउन लगाएर दुवै आँखाको चाप नापिएको थियो। पहिलो चरणको अभ्यासमा १० मध्ये ९ जनाको चाप ४ दशमलव ३ एमएमएचजीले बढ्यो। दोस्रो चरणमा ६२ प्रतिशत व्यक्तिहरूमा २ दशमलव २ एमएमएचजीले बढ्यो। यसैगरी अन्य विभिन्न चरणमा पनि कुनै न कुनै रूपमा चाप बढ्यो।

साइबर समाचार

माइक्रोचिप र चिकित्सा उद्योग

माइक्रोचिपले अर्बुद तथा आनुवंशिक सूत्र पत्ता लगाई चिकित्सा उद्योगको वर्तमान स्वरूपलाई नै परिवर्तन गर्न सक्छ। यसले सेमी कन्डक्टर उद्योगलाई भविष्यमा अझ विस्तार गर्न सहयोग गर्न सक्छ भन्ने दावी माइक्रोचिप उत्पादन गर्ने इन्टेलका प्रमुख बाइग ब्यारेटले गरेका छन्। इन्टेल विश्वमा सबैभन्दा बढी माक्रोचिप उत्पादन गर्ने संस्था हो। ब्यारेटले कम्प्युटर तथा मोबाइल फोनपछि स्वास्थ्यसेवाको उद्योगमा माइक्रोचिपको माग रहेको र यसले सेमिकन्डक्टर उद्योगलाई विकास गर्न सहयोग गर्ने दावीसमेत गरेका छन्। स्वास्थ्यसेवाको उद्योगमा विभिन्न काम फरक तरिकाले गर्न सकिन्छ। ब्यारेटले उक्त कुरा सफ्टवेयरका विशेषज्ञ, सरकारी अधिकारी तथा लगानीकर्ताहरूको मञ्चलाई सम्बोधन गर्दै बताएका हुन्।

ब्यारेटले स्वास्थ्यक्षेत्रले हालसम्म सूचना-प्रविधिलाई राम्रोसँग उपयोग गर्न नसकेको पनि बताएका छन्। बिरामीको उपचारको विवरण अझै पनि कागजमै रहन्छ। ब्यारेटका अनुसार डीएनए पत्ता लगाउने विषयमा अझै पनि माइक्रोचिपको शक्ति उपयोग गरिएको छैन। ब्यारेटले माइक्रोचिपको सहयोगबाट व्यक्तिअनुसारको उपचार विधि विकास गर्न सकिने र यसले कम्प्युटर तथा माइक्रोचिपको मागसमेत वृद्धि हुने बताएका छन्। इन्टेलले सन् १९७१ मा पहिलो माइक्रो प्रोसेसर बनाएको थियो।

महिलाहरूको रोगको जाँच र उपचार ढिलो

हृदयाघातबाट मृत्यु हुने महिलाको संख्या बढी भएको कुरा अमेरिकी पत्रिका 'विमेन्स हेल्थ इस्यु'ले गरेको सर्वेक्षण प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। महिलाहरूको मृत्युको एक प्रमुख कारण पनि हृदयाघात नै भएको कुरा उक्त प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। सर्वेक्षण अध्ययनका अगुवा एवं 'मायो वुमन्स हेल्थ क्लिनिक'का निर्देशक डा. स्यारोन हायजले हृदयाघातबाट पुरुषको तुलनामा महिलाहरूले बढी संख्यामा ज्यान गुमाउने बताएका छन्।

अमेरिकामा मात्रै ६४ लाख महिला हृदयरोगबाट पीडित छन् र यो रोगका लागि उनीहरूले जे-जस्ता स्वास्थ्यसेवा पाइरहेका छन्, त्यसबाट उनीहरू सन्तुष्ट छैनन्। विगत २० वर्षमा हृदयरोगबाट मर्ने पुरुषको संख्यामा भने कमी आएको छ। उच्चस्तरको परीक्षण प्रविधि (डाइग्नोसिस) र उपचार पद्धतिमा विकास भएका कारण हृदयरोगको कारणबाट मर्ने पुरुषको संख्या प्रतिवर्ष ५ लाख १० हजारबाट झरेर ४ लाख ४० हजार पुगेको छ। यो तथ्यांक अमेरिकी हार्ट एसोसिएसनले प्रकाशमा ल्याएको हो। डा. स्यारोन हायजको सर्वेक्षणअनुसार रोगको उपचारको स्तरसँग सहमत नभएका महिलामध्ये ५५ प्रतिशतले डाक्टरको अनभिज्ञताका कारण आफूले दुःख पाएको अनुभव गर्छन्।

सन् १९९९ मा यस्तै प्रकारको एक सर्वेक्षण गरिएको थियो। उक्त सर्वेक्षणअनुसार ५५ प्रतिशत डाक्टरले महिलालाई ५० वर्षको उमेर नाघेपछि हृदयरोगले पुरुषलाई भन्दा बढी सताउन सक्छ भन्ने आफूलाई थाहा नभएको स्वीकार गरेका छन्। अमेरिकी हार्ट एसोसिएसनले पनि यस्तै सर्वेक्षण गरेको थियो। त्यसमा चाहिं आठ प्रतिशत महिलाले हृदयरोग महिलामारक रोग हो भनी आफूलाई थाहा भएको बताएका छन्। डा. स्यारोन हायजका अनुसार पुरुषको दाँजोमा महिलाहरूको रोगको जाँच ढिलो हुने, उपचार पनि ढिलो नै हुने आदि कारण देखा परेका छन्। महिला तथा पुरुषले रोगको अनुभव पनि फरक-फरक ढंगले गर्छन। रजस्वला सुक्नुभन्दा अघिको समयमा कमै मात्र महिला हृदयाघातबाट पीडित हुन्छन्। रजस्वलाको अवस्थामा महिलाको शरीरमा 'इन्स्ट्रोजेन' नामक हार्मोन उत्पन्न हुन्छ। यसले हृदयलाई मजबुत बनाई त्यसको रक्षा गर्छ। रजस्वला बन्द भएका महिलाहरूमा यो हार्मोन उत्पन्न हुँदैन, त्यसैले पुरुषभन्दा महिलालाई हृदयाघात हुने सम्भावना बढी हुन्छ।

महिला तथा पुरुषमा हुने हृदयाघातको लक्षणमा पनि केही अन्तर हुन्छ। कुनै-कुनै महिलाले हृदयाघातको अवस्थामा छाती र पाखुरा दुखेको, मुटु बटारिएको जस्तो तथा श्वासप्रश्वास छोटो भएको अनुभव गर्न सक्छन्, तर अन्यले भने त्योभन्दा बेग्लै तरिकाले रिंगटा लागेको, वाकवाकी लागेको तथा हातको पातो दुखेको अनुभव गरेका हुन्छन्। यो रोगको रोकथाम खानपान, आहार-विहारमा परिवर्तन तथा व्यायामबाट गर्न सकिन्छ। रोग लाग्नुभन्दा पहिले नै सचेत हुनु सबैभन्दा राम्रो उपाय हो। डाक्टरहरू प्रत्येक व्यक्तिलाई एकपटक आफ्नो रक्तचाप र कोलोस्ट्रोल परीक्षण गर्न सल्लाह दिन्छन्। अरूभन्दा पनि महिलाहरूले आफू हृदयाघातको सिकार बन्न सक्ने कुरामा हेक्का राख्नु आवश्यक छ। आफ्ना लागि र आफ्ना प्रियजनका लागि पनि पिउने वा अन्य कुलत छाड्नु आवश्यक छ। मुटुको रोगबाट बच्ने उपाय थाहा पाउन चाहनुहुन्छ ? आफूलाई ठीकठाक राख्नुहोस् तर अधैर्य हुने हतार गर्ने र आक्रामक प्रवृत्तिको नहुनुहोस्। यो उपदेश जो-सुकैले दिएको होइन, संयुक्त राज्य अमेरिकाको मुटु, फोक्सो तथा रक्तसम्बन्धी अनुसन्धान गर्ने एक संस्थाले दिएको हो।

उक्त अनुसन्धान पूरा गर्न १५ वर्ष लागेको थियो। यो अनुसन्धानले छिट्टै रिसाउने र आफू मात्र बढ्ने प्रवृत्ति भएका व्यक्तिमा दीर्घकालमा उच्च रक्तचापको समस्या देखा पर्ने निर्क्यौल निकालेको छ।

साप्ताहिक डट कम

नेपाली कलेज डट कम

कुनै पनि विद्यार्थी तथा उनीहरूका अविभावकलाई कुन कलेज राम्रो, कुन कलेज नराम्रो छुट्याउन गाह्रो पर्छ। यो कुरा थाहा पाउन प्रत्येक कलेज चहार्दै हिंड्न सम्भव पनि हुँदैन। अझ इन्जिनियरिङ र सूचना प्रविधि जस्ता हालका जल्दाबल्दा विषय अध्ययन गर्नुभन्दा अघि एकपटक सोच्नै पर्ने हुन्छ। यी विषयहरू अध्ययन गर्न प्रसस्त लगानी पनि गर्नुपर्छ र धेरै विद्यार्थीको यी विषय पढ्ने चाहना पनि हुन्छ। कुन कलेजमा के-के पढाइ हुन्छ, अन्य अवस्था कस्तो छ र अध्ययनका लागि कति लगानी गर्नुपर्छ जस्ता सम्पूर्ण कुराको जानकारी एकै स्थानमा बसेर थाहा पाउन सजिलो होस् भन्ने उद्देश्यले एउटा वेबसाइट सञ्चालनमा आएको छ। उक्त वेबसाइटको नाम नेपाली कलेज डट कम हो। यो वेबसाइटमा ती कलेजका समाचार, सूचना आदि राखिएका छन्। सम्बन्धित कलेजहरूमा पढाइने विषय, तिनीहरूको सिट संख्या, लाग्ने शुल्क आदिका बारेमा विस्तृत विवरण यो वेबसाइटमा उपलब्ध छन्। त्यस बाहेक कलेजका पाठ्यक्रम, परीक्षाका नतिजा आदि पनि यो वेबसाइटमा उपलब्ध हुने क्रममा छ। यस बाहेक इन्जिनियरिङ तथा सूचना प्रविधिसँग सम्बन्धित लेखहरू पनि यो वेबसाइटमा पढ्न पाइन्छ।

Language & Computer
Own course books, audio-visual, trained teachers
English, Chinese, Japanese, German, French, Spanish
TOEFL/IELTS & Computer Basic to Diploma
Osish Language Centre
Adwait Marg, Bag Bazar, Kathmandu. 4-232866

महिलाका लागि एड्सप्रतिरोधक मल्हम

वैज्ञानिकहरूले लामो अनुसन्धानपछि पहिलोपटक महिलाहरूले प्रयोग गर्न सक्ने एड्सप्रतिरोधी जेल (मल्हम) निर्माण गरेका छन्। यौनअंगमा प्रयोग गरिने उक्त जेलले एचआईभीका जीवाणुहरूलाई शरीरभित्र प्रवेश गर्नबाट रोक्नुका साथै निष्क्रियसमेत पार्नेछ। बाँदरहरूमा परीक्षण सफल भैसकेको एड्सप्रतिरोधी जेल हाल मानिसमा परीक्षण भैरहेको कुरा साइन्सले जनाएको छ। 'महिलाहरूका लागि एचआईभी प्रतिरोधी औषधी आवश्यक थियो। त्यो आवश्यकतालाई उक्त जेलले पूर्ति गरेको कुरा अनुसन्धानकर्ता केस वेस्टन विश्वविद्यालयका डाक्टर मिसेल लिडरम्यानले बताएका छन्।

पुरुषहरूले कन्डमको प्रयोग गर्न नमानेको अवस्थामा उक्त जेलको प्रयोग गरी एचआईभीका जीवाणुको संक्रमण रोक्न सक्ने भएकाले यो आविष्कारलाई महत्त्वपूर्ण मानिएको छ। यो 'शरीरमा एचआईभीको संक्रमण रोक्ने सुरक्षित उपाय हो। यसले यौनसम्बन्धमा कुनै दुष्प्रभाव नपार्ने बताउँदै इन्स्टच्युट अफ एलर्जी एन्ड इन्फेक्टियस डिजिजका निर्देशक डाक्टर एन्थोनी फुसी भन्छन्- 'पुरुषमा भन्दा महिलामा संक्रमण तीव्र रूपमा बढिरहेको छ।'

सन् १९९७ मा कुल एड्स संक्रमितमध्ये ४१ प्रतिशत महिला रहेकोमा हाल यो संख्या आधाभन्दा बढी पुगिसकेको छ। संयुक्त राष्ट्रसंघ एचआईभी/एड्स कार्यक्रमका अनुसार, अफ्रिकाको सहारा क्षेत्रका राष्ट्रहरूमा ६० प्रतिशत एड्स संक्रमित महिला छन्। वैज्ञानिकहरूले उत्पादन गरेको नोनोजिलोन-९ नाम दिइएको उक्त जेलले योनिको तन्तुलाई कुनै पनि बाह्य कोष वा जीवाणु ग्रहण गर्न नसक्ने बनाउने भएकाले यसबाट एचआईभी संक्रमण नहुने विश्वास गरिएको छ।

हाल अफ्रिकाका हजारौं महिलामा यस्तै किसिमका दुई जेलको परीक्षण भैरहेको छ। हालसम्मको तथ्यांकले ती जेलहरू केही हदसम्म प्रभावकारी देखिएका छन्। विपरीतलिंगीसँगको यौनसम्पर्कलाई ध्यानमा राखी तयार गरिएका ती जेलहरू समलिंगी सम्पर्कका लागि उपयुक्त भए-नभएको सम्बन्धमा कुनै अध्ययन गरिएको छैन। यौनअंगबाट एचआईभी संक्रमण हुँदा यौनअंगका तन्तुहरूले यसलाई ग्रहण गर्ने भएकाले वैज्ञानिकहरूले एचआईभीका जीवाणुहरूलाई ग्रहण नगर्ने किसिमको जेल तयार गरेका हुन्।

एचआइभीका जीवाणुहरू ग्रहण गर्ने यौनअंग तन्तुलाई वैज्ञानिकहरूले सीसीआर-५ नाम दिएका छन्। हाल निर्माण गरिएको जेल तिनै तन्तुहरूमाथि आवरण बनेर बस्छ र यसले एचआईभीका जीवाणुहरूलाई यौनअंगबाट संक्रमण हुन दिँदैन, तर वैज्ञानिकहरूले एचआईभी संक्रमणका लागि जिम्मेवार मानिएको यौनअंगको प्रमुख उत्पादन आरएनटीइएस (रेन्टेस)को आवरणका सम्बन्धमा ठोस उपलब्धि हासिल गरेका छैनन्। स्वीस वैज्ञानिकहरूले ३० वटा बाँदरमा सीसीआर-५ लाई रोक्ने तथा रेन्टेस बढाउने किसिमको जेल प्रयोग गरेका थिए, तर त्यसबाट उत्साहजनक नतिजा आएको थिएन। त्यसपछि वैज्ञानिकहरूले रेन्टेसको प्रतिरोधी क्षमता बढाउन त्यसको नयाँ संस्करण पीएससी रेन्टेस निर्माण गरेका हुन्, जसले प्रयोगको १५ मिनेटपछि आफ्नो प्रभाव देखाउन थाल्छ। बाँदरहरूमा पीएससी रेन्टेसको प्रयोग ८० प्रतिशतसम्म सफल भएको छ। परीक्षणबाट कुनै किसिमको दुष्प्रभाव देखिएको छैन। पीएससी रेन्टेसको उत्पादनमा लागत बढी भएकाले वैज्ञानिकहरूले नयाँ रसायनको खोजी गर्न लागेका छन्, जसलाई योनिमा प्रयोग गर्दा एचआईभी संक्रमण हुँदैन।

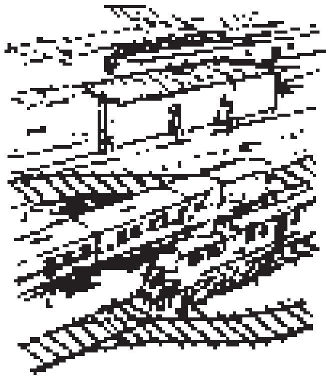
लिडरम्यानले एक वर्षभित्रमा सीसीआर-५ र पीएससी रेन्टेन्सको थप परीक्षण समाप्त हुने बताए। एचआईभी संक्रमणविरुद्ध महिलाहरू सशक्त पार्न उनीहरूले प्रयोग गर्ने प्रतिरोधी औषधीहरूको थप अनुसन्धान र उत्पादन हुनुपर्ने कुरा बताएका छन्। पुरुषहरूको कन्डम प्रयोग नगर्ने हठका कारण महिलामा हुने एड्सको संक्रमण रोक्न जेलले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ।

Learn English
TOEFL/IELTS Preps.
Chinese, Japanese, German, French, Spanish languages

गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्सबाट

कम संशोधन भएको संविधान

संसारको सबैभन्दा कम संशोधन भएको संविधान अमेरिकाको संविधान हो। सन् १७७६ मा जारी गरिएको अमेरिकाको संविधान अहिलेसम्म जम्मा २७ पटक मात्र संशोधन भएको छ। गिनिस बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्सका अनुसार संसारको सबैभन्दा पुरानो लिखित संविधान पनि अमेरिकाको संविधान नै हो।



धेरै रेल गुड्ने देश

संसारमा सबैभन्दा धेरै रेल गुड्ने देश भारत हो। गिनिस बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्सका अनुसार गत वर्ष भारतीय रेलले ५ खर्ब ७६ अर्ब किलोमिटर बराबरको यात्रा तय गरेको थियो।

ठूलो सेयर बजार

संसारमा सबैभन्दा ठूलो सेयर बजार अमेरिकाको नास्डाक तथा एनवाइएसई सेयर बजारलाई मानिन्छ। गिनिस बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्सका अनुसार ती दुवै सेयर बजारमा हरेक दिन ५ सय ५२ करोड रुपैयाँ बराबरको सेयर कारोबार हुन्छ।

प्रतिकिलोमिटर धेरै मोटर गाडी

संसारमा प्रतिकिलोमिटर सबैभन्दा धेरै मोटर गाडी भएको मुलुक रूस हो। गिनिस बुक अफ वर्ल्ड रेकर्ड्सका अनुसार रूसी सडकहरूमा प्रति-किलोमिटर ४८ वटा मोटरगाडी छन्।

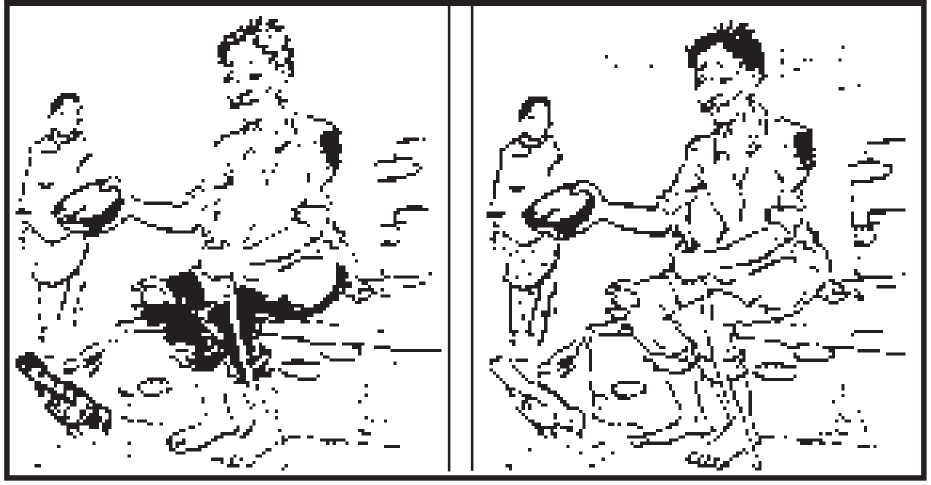
प्राचीन सहरको खोजी

इतिहासविद् तथा भू-वैज्ञानिकहरूका लागि शताब्दियौंदेखि रहस्यमय बन्दै आएको प्राचीन सहर एटलान्टिसको उत्पत्ति एवं अवस्थितिका बारेमा एउटा एक अर्को सिद्धान्त प्रतिपादन भएको छ। अमेरिकाका एक अनुसन्धानकर्ताले एटलान्टिसको हराएको सभ्यतालाई साइप्रसको तटीय क्षेत्रको गहिरो पानीमुनि गएर खोज्न सकिने दावी गरेका छन्।

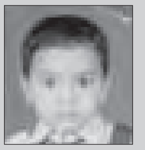
राबर्ट सरमास्ट नामक ती अमेरिकी वैज्ञानिकका अनुसार ९ सय इसापूर्वमा एक महाप्रलयमा परेर भूमध्यसागरमा एटलान्टिस सहर डुबेको थियो। सरमास्टका अनुसार एटलान्टिस हाल साइप्रस तथा सिरियाको बीचमा रहेको समुद्रमा डेढ किलोमिटर तल छ।

सरमास्टले साइप्रसको दक्षिण-पूर्वी तटबाट ८० किलोमिटर टाढा एउटा खोजी दलको नेतृत्व गरेका थिए। सरमास्टका अनुसार समुद्रको गहिराइमा सोलार स्क्यानिङ विधिबाट जुन संकेत प्राप्त भएको छ, त्यसमा ३ किलोमिटर लामो एउटा झ्याल सहित एउटा पर्खालसमेत समुद्री पहाडमा अड्किएर रहेको अवस्थामा फेला परेको छ।

तल दिइएको चित्रमा ६ वटा फरक छुट्याऊ



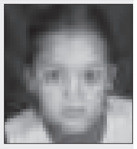
फरक-कपाल, सुरुवाल, परेवा, घर, साडी, खुट्टा ।



रजन तिवारी
२०५७ कात्तिक १९

स्मृति पुन
२०५९ कात्तिक २३

बाबु श्रेष्ठ
२०६२ कात्तिक २१



रबिना बोहरा
२०५५ कात्तिक १७

सम्राट थापा
२०६० कात्तिक १७

ग्रीष्मा अधिकारी
२०५७ कात्तिक १७

जन्मदिनको शुभकामना

नाम :...
जन्म मिति :...
स्कुल :...
ठेगाना : ....

तस्बिर अनिवार्य

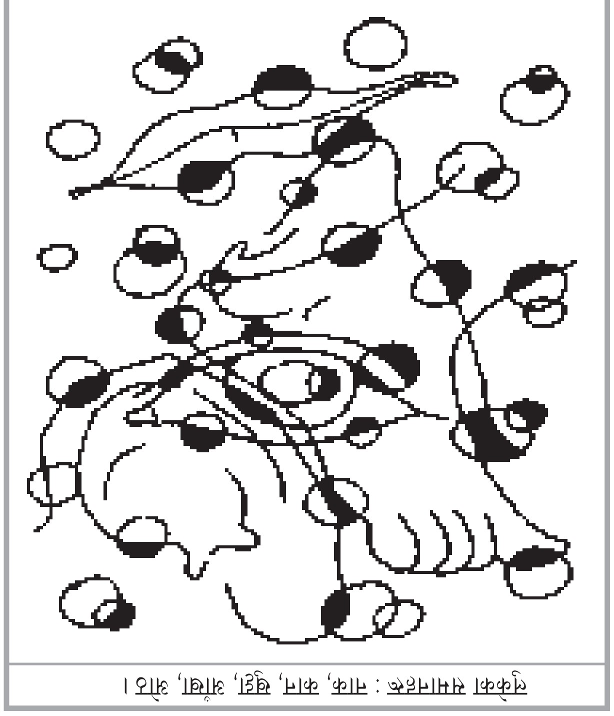
तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ।

निद्रामै संगीतको व्यायाम

गीत गाउने चराहरूले निदाएको बेला रिहर्सल गर्छन् भन्ने कुरा पत्याउन गाह्रो पर्छ, तर फरक-फरक आवाजलाई जोडेर गीतको लयमा ढाल्न चराहरूले सुतेको बेला अभ्यास गर्छन्। फरक-फरक आवाजलाई जोडेर गीत बनाउने प्रयास गर्छन्। जेब्रा फिन्च भनिने एक प्रजातिको तित्री चराको मष्तिष्कको गतिविधिलाई इलेक्ट्रिकल माध्यमले अध्ययन गर्दा यो तथ्य पत्ता लागेको हो। अमेरिकाको सिकागो विश्वविद्यालयका विशेषज्ञहरूको एक समूहले गरेको अध्ययनअनुसार चराहरूले सुतेको बेलामा पनि स्नायुकोषहरूलाई सक्रिय गराउँछन् भने बचेराहरूले पाकाहरूबाट गीत सुनेर त्यसको अभ्यास गर्छन्। गीत गाउने चराहरूले त्यसलाई सुनिसकेपछि कतै भण्डारण गर्छन् र पछि सुतेको बेला रिहर्सल गर्छन्। चराहरूले निदाएको बेला गीत गाएको सपना देख्छन्। जेब्रा फिन्चले दिउँसो गाएको गीत स्नायुकोषिकाहरूमा राखेर राति पुनः गाउँछ। दिउँसो गाएको गीतलाई राति दोहोर्‍याउँदा ठ्याक्कै मिलाउँछ।

वैज्ञानिकहरूका अनुसार चराहरूले कसरी गीत गाउन सिक्छन् भन्ने अध्ययन राम्रोसँग गर्ने हो भने मानिसहरूले कसरी बोलचाल गर्छन् भन्ने तथ्य पत्ता लगाउन सहयोग पुग्छ। वैज्ञानिकहरूले यो तथ्य पत्ता लगाउन चारवटा जेब्रा फिन्च समातेर तिनीहरूको मस्तिष्कका कोषहरूको गतिविधि अध्ययन गरे। तिनीहरूलाई मस्तिष्कको क्रियाकलाप नाप गर्न र प्रत्येक चराको छुट्टा-छुट्टै अध्ययन गर्न आवाजहरू भर्न अति साना रेकर्डरहरू प्रयोग गरिए। त्यसमा चराको सांगीतिक भाग रेकर्ड गरिएको थिए। त्यो रेकर्डिङ सुतेको चराछेउमा लगेर खोलिदिँदा चराहरूले आवाज निकालेनन्, तर चराका स्नायुहरूले ती गीत चिने।

तल दिइएको चित्रमा कति समानहरू लुकेका छन् ?



लुकेका समानहरू : नाक, कान, खुट्टा, आँखा, ओठ।

साप्ताहिक शब्द जाल

फु	ट	ब	ल	र	सु	न	कु	क्रि
प	आ	म	द	वृ	ट	रा	न	के
दी	भो	न	यु	ते	क्वा	न्दो	गा	ट
ला	कै	जु	ष्णु	वि	भु	नु	ल	न
री	को	डो	थ	टं	सी	वा	र	का
भ	ष्ण	भू	क	राँ	ते	क	शू	ली
लि	गु	म	उ	भ	भी	र	न	गा
ब	ए	न	सु	द्रा	ष	र	दी	न्धा
ल	द्री	खा	ल	लु	स	ब	क्सि	ङ

माथि दिइएका अक्षरहरूमा नेपालमा खेलिने आठ खेलका नाम लुकेका छन्। ती नामहरू सायद तिमीले पनि सुनेको हुनुपर्छ। के तिमी ती नामहरू खोज्न सक्छौ ?

लुकेका नामहरू : फुटबल, भलिबल, क्रिकेट, बक्सिङ, जुडो, कराँते, तेक्वान्दो, उसु

साप्ताहिक अंकजाल प्रतियोगिता-८७

१. सँगै दिइएको १६ वटा कोठाहरूमा ८६ देखि १०१ सम्मका अंकहरू नदोहोरिने गरी यसरी भर, जसबाट तिनीहरुको योगफल ठाडो, तेर्सो, छड्के जसरी जोड्दा पनि ३७४ होस्।

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

३. विजेतालाई २ सय रुपैयाँ पुरस्कार दिइनेछ।

नाम : ....कक्षा : .....
स्कुल : ....
ठेगाना : ....

अंकजाल ८४ मा सहभागीहरूको संख्या : १९५
गोलाप्रथाबाट विजेता :
सीता न्यौपाने, कक्षा-१०, पाटन उच्च मावि, पाटनढोका, ललितपुर

साप्ताहिक

शुक्रबार, कातिक ३, २०६३

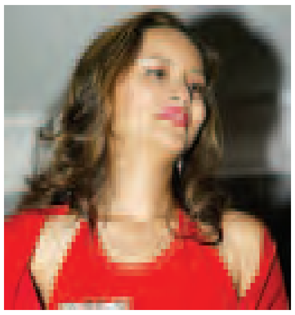
शम्भुजितले कमिसन दिने

नेपाली चलचित्र संगीतमा एकताका शम्भुजितले राम्रैसँग हैकम जमाएका थिए। संगीत चलोस्-नचलोस् निर्मातालाई शम्भुजित नभई हुँदैनथ्यो। लोकलयको धुन चोरेर होस् वा हिन्दी चलचित्रका ट्युन सारेर शम्भुजित चलचित्र संगीतलाई सुन्न लायक बनाउँछन्। अर्काको धुन ठ्याक्कै कपी गरेको किन नहोस्, 'कपी' गरेको कुरा उनले कहिल्यै स्वीकार गरेनन्। उल्टै अरूलाई उपदेश दिन्थे- 'देख्यौ त मेरो संगीत कति हिट छ।' निर्माता एवं अन्य गायक-गायिकाले उनीसँग तर्क गरेर जित्न सक्दैनथे।

आखिर नक्कली चीजको आयु धेरै हुँदैन। एक दशकसम्म चलचित्र संगीतमा आधिपत्य कायम गरेका शम्भुजितको स्थान अहिले नवोदित संगीतकारको जति पनि छैन।

पारिश्रमिककै कुरा गर्दा एउटा चलचित्रमा संगीत दिएबापत उनले ३ लाख ५० हजारसम्म लिए। ३ लाख ५० हजारबाट उनको रेट अहिले ७५ हजारमा झरेको छ। नेपाली चलचित्रसँग आबद्ध जोकोही देख्नेबित्तिकै उनी भनिहाल्छन्- 'म त व्यावसायिक मानिस, ७५ हजारमा संगीतको काम पूरा हुन्छ, काम ल्याउनेलाई १० हजार कमिसन पनि दिन्छु।' विचरा शम्भुजित, कहाँ ३ लाख ५० हजार, कहाँ ७५ हजार, त्यो पनि १० हजार कमिसन कटाएर।

ओझेलमा महिला गीतकार



नेपाली गीत-संगीतको क्षेत्रमा दर्जनौं सफल महिला गीतकार छन् तर तिनीहरूको चर्चा कम छ। महिला गीतकारले कोरेका गीत गाएर कैयौं गायक लोकप्रिय भएका छन् तर गीतकारहरू ओझेलमा छन्। यतिसम्म कि गीतका रचनाकार को हुन् भन्ने कुरा गीतका प्रशंसकलाई समेत थाहा हुँदैन। स्वरूपराज आचार्यद्वारा स्वरबद्ध 'धेरै माया गर्दा रहेछन्' गीत लोकप्रिय छ। यो गीतकी गीतकार ललिता कुँवर हुन्। गायक कर्णदासलाई चिनाउने अर्को गीत 'तिम्रो-मेरो सम्बन्धको अर्थ खोज्न मन लाग्यो' की गीतकार रञ्जना थापाको चर्चा कमै भयो। आफ्नो गायक यात्राको कोसेढुंगाझैं भएको गायक यशकुमारको 'मैले छोएको पानी चल्दैन' की गीतकार विनु काफ्ले हुन्। उन्नति बोहोरा महिला गीतकाहरूमध्ये चर्चित छिन्। उनका चारवटा एल्बम बजारमा आइसकेका छन्। गीतकार प्रतिभा श्रेष्ठले पनि करिब तीन सयजति गीत लेखिसकेकी छिन्।

पपगायक दीपक बज्रचार्यको चर्चित गीत 'झुमीझुमी' की गीतकार अनिता खड्का हुन्। यो एल्बम श्रोतामाझ एकदमै लोकप्रिय भएको छ। यसका अतिरिक्त दर्जनौं महिला गीतकार छन्, जसको प्रतिभाको चर्चा गरिँदैन। गीतकार शिला पन्तका अनुसार उपासना सिंह, पार्वती थापा, मोरिना स्मृति, उषा भट्ट, इन्दिरा प्रसाई, पुष्पलता आचार्य, सृजना दुवाल, अर्चना बमजन, नयना श्रेष्ठ, विनीता थापा आफ्ना सिर्जनालाई निरन्तरता दिने गीतकार महिलामा पर्छन्। यिनीहरूबाहेक दर्जनौं महिला आफूलाई सफल गीतकारका रूपमा उभ्याउन संघर्षरत छन्।

नाम त पुरानै राम्रो

एक दशकअघि बनेको चलचित्र 'अपहरण' को नाम परिवर्तन गरेर 'एकादेशमा' राख्दा धेरैले अचम्म मानेका थिए तर उक्त चलचित्रका निर्देशकले बालमनोविज्ञानमा आधारित चलचित्र भएकाले यसको शीर्षक 'अपहरण' राख्दा नकारात्मक असर पर्न सक्ने हुँदा एकादेशमा राखिएको स्पष्टीकरण दिएका थिए।

त्यसबाहेक कमै चलचत्रिले मात्रै आफूले पहिले जुराएको नाम परिवर्तन गर्ने गरेका छन्। यसै क्रममा प्रदर्शनको तयारीमा रहेको चलचित्र 'हंगामा' परिवर्तीत नाम हो। प्लस टु पुस्ताको प्रेमकथामा आधारित हंगामाले सुटिङ सुरु हुँदासम्म 'मैनाराजा-मैनारानी' नाम पाएको थियो तर हलमा लाग्दा भने चलचित्रको नाम हंगामा भएको छ।

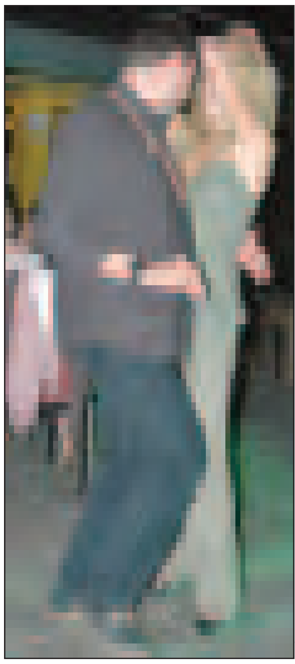
निर्देशकद्वय पृथ्वी राना र रामशरण घिमिरेले 'मैनाराजा-मैनारानी' चुस्त नभएको अनुमान गर्दै नाम परिवर्तन गरे पनि चलचित्र हेर्ने जोसुकैले 'हंगामा' भन्दा पुरानै नाम ठीक थियो भन्छन्। साँच्चै भने हो भने चलचित्रको विषय अनुसार 'मैनाराजा-मैनारानी' जति सुहाउँछ त्यसको तुलनामा 'हंगामा' उत्तिनै फिक्का लाग्छ। दुई वर्षअघि प्रेमकथामै आधारित 'परें नि माया जालैमा' बनाएर चर्चामा आएका निर्देशक द्वय राना र घिमिरे प्रेमकथामा आधारित राम्रो चलचित्र बनाउने दिर्नेशकका रूपमा चिनिएका छन्। समग्र नेपाली चलचित्रको तुलनामा 'हंगामा' को कथावाचन शैली र प्राविधिक पक्ष उत्कृष्ट छ।

जेनी अब आफैं निर्मात्री

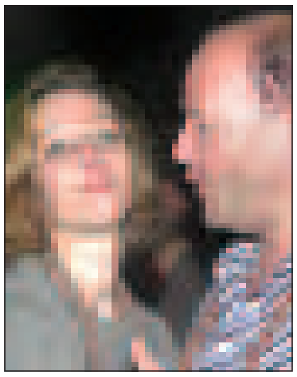
बलिउडमा अधिकांश नवनायिकाले चर्चामा आउनका लागि देहदर्शनलाई महत्त्व दिने गरेका छन् तर तीमध्ये कमैले मात्रै सफलता हात पारेका छन्। बलिउडकै प्रभाव मान्नुपर्छ नेपाली नायिकाले पनि देहदर्शनलाई सहज रूपमा लिन थालेका छन्। पछिल्लो समय अंग प्रदर्शन गरेरै स्थापित हुन खोज्ने नायिका हुन् जेनी कुँवर। दीपक रायमाझीद्वारा निर्देशित बज्रपात र महेन्द्र बूढाथोकीको मैदानमा आंशिक लगानीसमेत गरेकी जेनीले ती दुवै चलचित्रमा सशक्त आइटम डान्स गरेकी छिन्। ती चलचित्रमा गरिएको आइटम डान्सले केही चर्चा पाए पनि दीर्घकालीन उपलब्धि भने हात पर्न सकेन। अन्य निर्माता-निर्देशकले अभिनयको प्रस्ताव पनि राखेका छन्, तीमध्ये केहीले लगानी पनि गर्नुपर्ने सर्त राख्छन्। यस्तै गतिविधिबाट वाक्क-दिक्क भएकी जेनीले पूरै लगानी गरेर आफैं चलचित्र बनाउने सोचाइ बनाएकी छिन्। आफ्नै लगानी भएपछि त आफूले भनेजस्तो भूमिका निर्वाह गर्न पाइहालिन्छ। आफूलाई काम नदिने निर्माता-निर्देशकलाई देखाउनका लागि पनि उनले लगानी गर्ने योजना बनाएकी हुन्। चलचित्रको बजार सुध्रिएको हल्ला छ, के थाहा नाम र दाम दुवै कमाउने योग पो जुरेको हो कि ?

हिप्पी नाइटमा

विदेशी मस्त



तस्बिर : सञ्जय शाक्य



शिव शर्मा

पोखरा– चिसो र रङ्गीन रात । तारे होटल फूलबारी एन्ड स्पाको स्वीमिङ पुलको आडैमा सजाइएको स्टेज र झिलीमिली बत्तीको प्रकाश । शनिबार खुला आकाशमुनि यहाँ कहिल्यै नभएको एउटा विशेष समारोह हुँदै थियो । आकर्षक रूपमा सजाइएको प्रवेशद्वारामा हिप्पी पहिरनमा सजिएका युवायुवतीहरूले गोरा छालाका पर्यटकलाई माला पहिऱ्याउँदै स्वागत गरिरहेका थिए ।

प्रवेशद्वारमा दुई नागबाबा आफ्नै सुरमा गाँजा तानिरहेका थिए । पर्यटकहरू उनीहरूको तस्बिर लिँदै कार्यक्रमस्थलमा प्रवेश गर्दै गए । रातिको ठीक आठ बजे पर्यटकहरू डाइनिङ टेबलमा लस्करै बसे । आफूलाई मन पर्ने परिवार अर्डर गर्दै मदिराको साथमा मस्त हुन थाले । पृष्ठभूमिमा अंग्रेजी गीत गुन्जिरहेको थियो ।

कार्यक्रम केवल पर्यटकहरूलाई लक्षित गरी आयोजना गरिएको थियो । कार्यक्रम थियो– हिप्पी नाइट डान्स पार्टी । पोखरामा डान्सपार्टीहरू नभएका होइनन् तर यस पटकको पार्टी अलिक भिन्न थियो । डान्सपार्टीमा न त हिन्दी नेपाली गीत थिए न त नेपाली युवायुवती नै । पार्टीमा केवल विदेशीहरू मात्र मदमस्त थिए । यस्तो कार्यक्रमको चाँजोपाँजो मिलाएका थिए फूलबारी होटल एन्ड स्पाका बजार प्रबन्धक तथा कार्यक्रम संयोजक संजीव बानियाँले । खास गरी १९६०-७० ताका को हिप्पी फेसनलाई केन्द्रित गरी कार्यक्रमको संयोजन गरिएको थियो । त्यही भएर त कतिपय पर्यटक हिप्पी पहिरनमा सजिएका थिए । राति आठ बजेर तीस मिनेट जाँदा पोखराको चर्चित रक ब्यान्ड जीरो स्टारले बेजोड पश्चिमेली शैलीको संगीतमा आफ्नो लाइभ पर्फर्मेन्स सुरु गऱ्यो । पर्यटकहरू खाँदाखाँदैको गिलास र परिकार छाडेर आफ्नै तालमा रौसिएर नाच्न थाले ।

उनीहरू दुई शरीर एक भएर नाच्दा लाग्थ्यो यो नेपाल नभएर युरोप नै हो । डान्सको मस्तीमा झुम्ने पर्यटकहरूमा अल्लारे युवायुवतीदेखि बूढाबूढीसम्म थिए ।

खासगरी यो पार्टीमा बेल्जियमबाट पोखरा घुम्न आएका ८० जना पर्यटक सहभागी थिए । सुरुदेखि नै आफ्ना सहकर्मीहरूलाई नाच्न जोस्याइरहेका तन्नेरी क्रिश्यिनले माइक समातेर के गीत गाएका थिए, सबै पर्यटक उनको तालमा ताल मिलाउँदै नाच्दा रंगीन रात अझ रंगीन बनेको थियो । साढे ९ बजे लाइभ कन्सर्ट सकिएपछि डिजे सेसन सुरु भयो । त्यसपछि जुरुक-जुरुक उचाल्ने अंग्रेजी संगीतको तालमा डिजेले पर्यटकहरूलाई उत्तेजित पार्ने गरी नचाए । राति दुई बजेसम्म पर्यटकहरू लहर मिलाएर एकसाथ कम्मर मर्काउँदै नाच्दा होटल परिसर गुन्जायमान भएको थियो । 'फेरि नेपाल घुम्न आउँदा यस्तै पार्टीमा सरिक हुने गरी आउनुपर्ला,' पहिलो पटक पोखरा आएका क्रिश्यिनले साप्ताहिकसँग भने- 'अर्को पटक पनि हामी यसै गरी नाच्न आउनेछौं ।'

गफै त हो

विदेश किन जाने ?

नेपाली नायिकाहरूको बिदेसिने क्रममा हालसालै अर्की एक नायिकाको पनि नाम जोडिने सम्भावना बढ्यो । नायिका सज्जा मैनाली पनि निकट भविष्यमा विदेश पलायन हुँदैछिन् भन्ने खबर सुनेपछि साप्ताहिकले उनलाई 'बाई-बाई' गर्न टेलिफोन सम्पर्क गऱ्यो । सज्जाको मोबाइल बन्द रहेछ । घरमा टेलिफोन गरेपछि उनलाई भेटियो । सज्जाले भनिन्– 'हो, म विदेश जान लागेकी हुँ ।' 'कुन देश जाने ?' आशा थियो कि उनले जापान नभए अमेरिका भन्नेछिन् । तर जवाफ आयो–'कतार' । नायिकाहरू अमेरिका र जापान गएको थाहा भए पनि खाडी मुलुक कतार जान लागेको चाहिँ पहिलो पटक सुनियो । सज्जाका अनुसार 'यो चलचित्र नगरीमा हल्ला पनि गजबकै फैलँदो रहेछ । एउटा कार्यक्रमको सिलसिलामा म कतार जान लागेको, यहाँ त सधैंका लागि जान लागेको हल्ला पो चल्यो ? काम पाइरहेकै छु । म किन बिदेसिने ?'

अक्टोबर फेस्टको रमझम

काठमाडौं– जर्मनीमा यतिखेर स्थानीय जनता वार्षिक पर्व 'अक्टोबर फेस्ट' मनाउँदै होलान् । स्टेगको टुक्रा बियरको चुस्कीसँग घुटुक्क निल्दै जर्मनहरूले मनाउने उक्त पर्व हाल विश्वभर मनाइने क्रम बढ्दो छ । अक्टोबर महिना लागेपछि हरेक वर्ष त्यहाँ मनाइने उक्त पर्वलाई उत्सवका रूपमा मनाउने वातावरण नेपालका केही तारे होटलमा पनि देखिन थालेको छ । नेपालमा रहेका जर्मनहरूले व्यक्तिगत रूपमा आफ्नो पर्व मनाए पनि नेपालीहरूले नै यो पर्वलाई खुला रूपमा उल्लासपूर्ण ढंगबाट मनाएका भने थिएनन् । गत शुक्रबार होटल हायात रिजेन्सीको बगैंचामा यही पर्वको बहानामा स्वदेशी युवायुवतीहरूको भीड बढेको थियो । साँझ पाँच बजेपछि बगैंचामा बनाइएको मञ्चमा कार्यक्रम सञ्चालिका प्रभा अमात्यको उद्घोषणसँगै गायिका प्रीति कौरले आफ्ना गीतहरू सुनाइन् । एकैछिनमा त्यहाँ गायक सुरेन्द्रमान सिंहका साथमा कर्मा समूहले आफ्ना गीतहरू सुनाउन थाल्यो । बियर पिउने प्रतिस्पर्धा, जर्मन परिकारहरूको स्वादमा भुल्दै राति आठ बजेपछि त्यो जमातलाई रक्स बारमा लगियो । जहाँ डिजेरिर्डो वादक सलिल कनिकाको प्रत्यक्ष डिजेरिर्डोवादनमा डिजे राजुले विभिन्न धुनहरू घन्काउन थाले । जाडोमा आफूलाई तताउने बहानामा पनि सबै डान्स फ्लोरमा नाच्न थाले ।

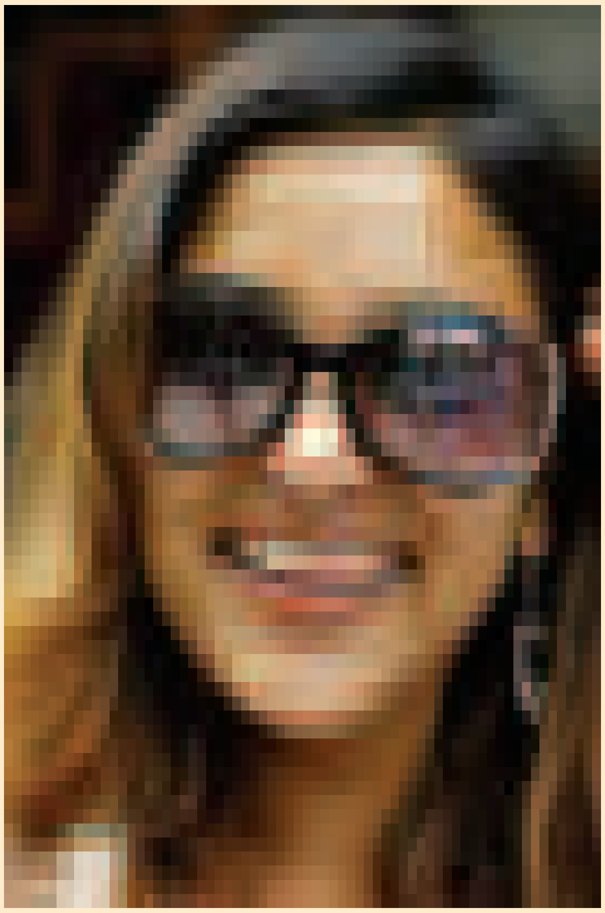
ग्लोबल कलेजका मिस्टर एन्ड मिस

लगनखेलस्थित ग्लोबल उच्च मा.वि.ले आफ्नो दस जोड दुई कक्षामा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूलाई समेटेर मिस्टर एन्ड मिस ग्लोबल नामक प्रतियोगिता सञ्चालन गरेको छ । राष्ट्रिय सभागृहमा सम्पन्न उक्त प्रतिस्पर्धामा दस जोड दुईमा अध्ययनरत १२ जना छात्र तथा १२ जना छात्राको सहभागिता थियो । कालो पाइन्ट र ठमेल फेसनले परिचित विभिन्न प्रिन्ट गरिएका कलरफुल कुर्ती सहभागीहरूको परिचयात्मक राउन्डको ड्रेस कोड थियो ।

अध्ययन एवं व्यक्तित्व-विकासको समन्वयको उदाहरण प्रस्तुत गर्दै प्रतिस्पर्धीहरूको बेस्ट ड्रेस राउन्डको क्याटवाकसँगै अघि बढेको सो प्रतिस्पर्धामा अधिकांश सहभागीले ट्यालेन्ट राउडमा आ-आफ्नो नृत्य प्रतिभा प्रस्तुत गरेका थिए । निर्णायकहरूको प्रश्नमा आफ्नो बौद्धिक क्षमता प्रदर्शन गर्दै अन्ततः छात्रातर्फ विक्की शाक्य तथा छात्रातर्फ बेञ्जु शाक्य क्रमशः मिस्टर एन्ड मिस ग्लोबलको उपाधि जित्न सफल भए । फस्ट रनरअपमा अनिल तामाङ र मीरा नकर्मी उत्कृष्ट ठहरिए भने विक्की महर्जन मिस्टर पर्सनालिटीसहित सेकेन्डर रनरअप भए । छात्रातर्फ सेकेन्ड रनरअप भने रश्ना शाक्य भइन् । यसै गरी रामकुमार विष्ट र रेश्मा श्रेष्ठ ट्यालेन्ट उपाधिका विजेता बने । बेस्ट ड्रेसमा भने विवेक श्रेष्ठ र सलिना सिलवाल उत्कृष्ट छानिए । आकाश महर्जन र कौशल्या श्रेष्ठको हातमा फोटोजेनिक उपाधि पऱ्यो । मिस क्याटवाक भइन् विन्नी राई । चौबीस जना सहभागीमध्ये सबैभन्दा अनुशासित घोषित भए रचितराज पाण्डे ।

स्वामी रामदेवको योग कस्तो लाग्छ ?

केवल एक प्रश्न



राम्रो लाग्छ, तर म आफ्नै हिसाबले शारीरिक व्यायाम गर्छु, रामदेवको शैलीमा होइन । टेलिभिजनमा एक दुई पटक रामदेवको प्रवचन पनि हेरेको छु । उहाँको प्रवचन शैली चित्ताकर्षक छ । त्यसबाट धेरैले असल प्रभाव ग्रहण गर्न सक्छन् । स्वस्थ जीवनका लागि योगाभ्यास एकदमै महत्त्वपूर्ण भएकाले शारीरिक व्यायाम गर्नु राम्रो हुन्छ । भविष्यमा आफ्नो शरीर स्वस्थ राख्न सायद यो बाटो पनि रोज्नुपर्ला कि ?

कर्णदास, गायक

ठीक लाग्छ, जेलमा अनिवार्य थियो, त्यसैले हेर्नैपर्ने हुन्थ्यो । जेलर कडा भएकाले योग नगरे पनि टेलिभिजनमा रामदेवको प्रवचन हेर्नै पर्थ्यो । मलगायत भित्रका सबै कैदी योग पनि गर्थ्यौं । स्वामी रामदेवको योगले मानसिक रूपमा फ्रेस बनाउँथ्यो ।

प्रकाश ओझा गायक

मलाई राम्रो लाग्छ । म आफैं द्वन्द्व प्रशिक्षक भए पनि रामदेवका ३-४ वटा टिप्स असाध्यै राम्रा लाग्छन् । परिवारमा सबै जनाले गर्ने भएकाले मैले पनि एक सातासम्म रामदेवको योग गरेको थिएँ । त्यसले मलाई आनन्दको अनुभूति पनि गरायो । हाम्रो मार्शल आर्टमा पावरफुल अभ्यास हुन्छ भने रामदेवको योगमा खुट्टाको औंलादेखि टाउकोको रौंसम्मको अभ्यास हुन्छ, रक्तसञ्चार राम्रो हुन्छ, तर म मार्शल आर्टमा व्यस्त भएकाले अहिले योग गर्न भ्याएको छैन ।

योगेन्द्र श्रेष्ठ, द्वन्द्व-निर्देशक

एकदम राम्रो लाग्छ, किनभने रामदेवको योगले मेरा आमा र बाबा दुवै जनाको उच्च रक्तचाप ठीक भएको छ । म पनि रामदेवको योगमा एकदमै विश्वास गर्न थालेको छु । मेरो माइग्रेनको समस्या पनि अहिले धेरै ठीक भएको छ । सुटिङ भएन भने म बिहान-बेलुकै दुवै समय योग गर्छु ।

निरुता सिंह, नायिका

म त रामदेवको फ्यान हुँ । बिहान ४ बजे उठेर अढाई घण्टा प्राणायाम गर्छु म टेलिभिजनमा उहाँको कार्यक्रम पनि नियमित रूपमा हेर्छु । यसले मानसिक रूपमा पनि स्वस्थ बनाउँछ । फ्यान भएकै कारण हरिद्वारमा आयोजना हुन गैरहेको स्वामीको योग शिविरमा जाँदैछु । प्राणायामको उपयोगिता वैज्ञानिक रूपमा पनि सिद्ध भएकाले सबैलाई म योग गर्नेसल्लाह दिन्छु ।

अशोक शर्मा, निर्माता-निर्देशक

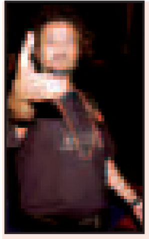
एक साँझ आभासका साथ

गत आइतबार केशर महलस्थित स्वप्न बगैंचामा नेपालयको आयोजनामा सम्पन्न सांगीतिक कार्यक्रममा आभासले आफ्ना करिब ढेड दर्जन गीत प्रस्तुत गरे । लालटिन र मैनबत्तीको उज्यालोमा एक दर्जनभन्दा बढी वाद्यवादकका बीचमा आफ्ना सृजनाका विविध पक्ष केलाउँदै आभासले गायन प्रस्तुत गरेका थिए । 'कार्यक्रम सोचेभन्दा उपलब्धिमूलक रहयो,' आयोजक नेपालयका जनसम्पर्क अधिकृत अपर्ण शर्माले साप्ताहिकसँग भने- चर्चामा आउन नचाहने आभासजस्ता कलाकारको सृजनालाई उपस्थित दर्शकले महसुस गर्न पाए ।

आभास पूर्वीय र पाश्चात्य दुवै शैलीका सङ्गीतमा गहन चासो राख्ने सर्जक एवं सिर्जनशील खोजकर्ता हुन् । आधुनिक शैलीभित्र गीतले अँगाल्नुपर्ने तीनवटै पक्ष- काव्यात्मकता, साङ्गीतिक सिर्जनशीलता र गायनको समानान्तर भूमिका उनले प्रस्तुत गरेका गीतमा भएको गायक स्वयंले प्रस्ट्याइरहेका थिए ।

गीतको शब्द चयनमा पनि उनी अत्यन्तै गम्भीर चेतना बोकेका सङ्गीतकार हुन् भन्ने कुरा बीच-बीचमा उनको संवादले पनि प्रस्ट भैरहेको थियो । कुशल गीतकार आभास फुर्तीका साथ भनिरहेका थिए– 'शब्दसित पूर्ण रूपले सन्तुष्ट नहुन्जेल त्यसलाई सङ्गीतमा ढाल्ने जमर्को नै गर्दिनँ ।' हालसम्म आभासका १० वटा गीत मात्र रेकर्ड भएका छन् । आभासले सांगीतिक भेटमा प्रेम, खुसी र विरह उन्मुख तथा सामाजिक धरातल उन्मुख जीवनका दुई पाटामा आधारित भएर गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

रंगमञ्च



-नर्वेका प्रसिद्ध नाटककार हेनरिक इब्सेनको एक सयौं वार्षिकोत्सवका अवसरमा गएको कात्तिक १५ गते बुधबार 'इब्सन अन्तर्राष्ट्रिय नाटक महोत्सव' सुरु भएको छ। पुरानो बानेश्वरस्थित गुरुकुलमा आयोजना भैरहेको उक्त नाटक महोत्सव आगामी कात्तिक २५ गते शनिबारसम्म चल्नेछ। महोत्सवमा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय नाट्यसमूहले भाग लिएका छन्। बुधबार औपचारिक कार्यक्रममार्फत महोत्सव उद्घाटन भएपछि आरोहण थिएटर नेपालको प्रस्तुतिमा सुनील पोखरेलको निर्देशनमा नाटक 'महाशिल्पी' मञ्चन भएको थियो। बिहीबार भारतको शैलनाटकको प्रस्तुति हिन्दी नाटक 'जनशत्रु' मञ्चन भयो भने आज शुक्रबार रीतविक भारतकै प्रस्तुति बंगाली भाषाको नाटक 'देशद्रोही' प्रस्तुत हुनेछ। यसैगरी भोलि कात्तिक १८ गते नाट्यभूमि भारतको बंगाली भाषाको नाटक 'प्रेतोछ्छायाँ', १९ गते नर्वेको नर्वेजियन भाषाको 'दि स्टोरी अफ वाइल्ड डक', २० गते एम आर थिएटरको प्रस्तुति वीरेन्द्र हमालको निर्देशनमा 'खुसीको मृत्यु', २१ गते 'पुतलीको घर', २२ गते अजोका थिएटर पाकिस्तानको उर्दू भाषी नाटक 'दुस्मन' प्रस्तुत हुनेछन्। महोत्सवमा २३ गते बेस्ट अफ कोलकाता क्याम्पस भारतको प्रस्तुति बंगाली र अंग्रेजी भाषामा इब्सनका एकल नाटक तथा २४ गते सुकर्म ब्यान्डले इब्सनका नाटकमा आधारित शास्त्रीय संगीत प्रस्तुत गर्नेछन्। त्यस्तै २५ गते सेन्टर फर एसियन थिएटर, बंगलादेशको प्रस्तुतिमा इब्सनको जीवनमा आधारित नाटक 'पुनरुत्थान' प्रस्तुत गरिनेछ। नर्वे, भारत, बंगलादेश र पाकिस्तानको सहयोगमा आरोहण नाट्य समूह तथा गुरुकुलले महोत्सवको आयोजना गरेका हुन्। इब्सेन आधुनिक नाटकका पिता मानिन्छन्।

Uofn/L

-प्रसिद्ध नाटककार हेनरिक इब्सेनको एक सयौं वार्षिकोत्सवका अवसरमा पुरानो बानेश्वर गुरुकुलमा नाटककार इब्सेनका जीवनसँग सम्बन्धित तथा अन्य विभिन्न विषयमा आधारित रहेर ललितकला क्याम्पसका विद्यार्थीहरूले चित्रकला प्रदर्शनी गरेका छन्। गत बुधबार प्रारम्भ भएको उक्त प्रदर्शनी आगामी २५ गते शनिबारसम्म जारी रहनेछ।

-कलाकार किरण रञ्जितको एकल चित्रकला प्रदर्शनीबाट संकलित रकममध्ये ८० हजार रुपैयाँ मुटुरोगीहरूको उपचारका लागि प्रदान गरिएको छ। गत साता पोखरामा आयोजित उक्त चित्रकला प्रदर्शनीबाट उठेको २ लाख ८० हजार रुपैयाँमध्ये ८० हजार रुपैयाँ मुटुरोगीको उपचारार्थ स्थापना गरिएको बचाऔं नामको अक्षयकोषलाई प्रदान गरिएको हो। प्रदर्शनीमा रञ्जितका २९ तेलरंगका चित्र थिए। प्रदर्शनीमा राखिएका ३० भन्दा बढी चित्रमध्ये कतिपय प्रदर्शनी स्थलबाटै बिक्री भएको बताइन्छ।

k':ts

बालअधिकार

विमलकुमार थापाले 'बालअधिकार' नामक कृति प्रकाशमा ल्याएका छन्। बालबालिकाहरूको हक-अधिकारका बारेमा लेखिएका लेखहरू संग्रह गरिएको यो कृतिले बालबालिकाको हक-अधिकारका बारेमा जानकारी लिन सघाउँछ। ५० पृष्ठमा फैलिएको तथा ५० रुपैयाँ मूल्यको यो पुस्तकलाई मायादेवी थापाले प्रकाशनमा ल्याएकी हुन्।

आहत

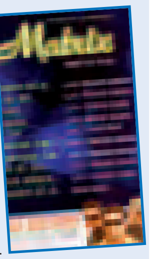
गजलकार भोजराज घिमिरेले नेपाली गजल विधामा साधनारत स्रष्टाहरूप्रति समर्पण गर्दै 'आहत' नामक गजल-संग्रह सार्वजनिक गरेका छन्। गजलगृह नेपालले प्रकाशित गरेको यो संग्रहमा ७७ वटा गजल छन्। यो पुस्तकको मूल्य व्यक्तिगत ५० रुपैयाँ तथा संस्थागत १ सय ५० रुपैयाँ छ।

Sof;]6

अब फेरि

गायिका सपनाश्रीका एकल गीतहरूको नयाँ संग्रह 'अब फेरि' श्रोतामाझ आएको छ। स्काई म्युजिकले तयार पारेको यो गीतिसंग्रहमा आठवटा गीत सुन्न सकिन्छ। गायिका सपनाश्रीले राजु सिंह, शम्भुजित बाँस्कोटा, दिनेश सुनाम, शिलाबहादुर मोक्तान, नरेन्द्र प्यासी, प्रमोद उपाध्याय तथा सत्यराज-स्वरूपराज आचार्यद्वारा संगीतबद्ध गीतहरूलाई यो एल्बममा सङ्ग्रहीत गरेकी छिन्। संग्रहका गीतहरू नवराज लम्साल, सिन्धु रेग्मी, विमला, आनन्द अधिकारी, यज्ञविक्रम शाही, नरेश भट्टराई तथा सत्य-स्वरूपले रचना गरेका हुन्।

म्याट्रिक्स



गायक पुष्कर जंगमले गाएका पप गीतहरूको नयाँ संग्रह 'म्याट्रिक्स' श्रोतामाझ आएको छ। सारेगम रेकर्ड्सले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा राहुल प्रधानद्वारा संगीतबद्ध गीतहरू सुन्न सकिन्छ। संग्रहका नौवटा गीतका रचनाकार रमेश अधिकारी, कृष्ण सुब्बा, भरत जंगम, जनकदीप तथा चन्द्र थापा हुन्।

किताब

पोखराको सांगीतिक समूह सिल्भरब्रिजले तयार पारेको पहिलो गीतिसंग्रह 'किताब' श्रोतामाझ आएको छ। २०५४ सालमा स्थापना भएको यो समूहले पहिलो पटक तयार पारेको यो गीतिसंग्रहमा पप शैलीका गीतहरू समावेश छन्। संग्रहमा नौवटा गीत संग्रहीत छन्। संग्रहमा गीतमा बाँसुरी, भ्वाइलिन, गिटार, ड्रम तथा थुम्बासहित टम-टम संगीत समावेश गरिएको समूहका सहकर्मीहरूले बताएका छन्।

श्रमिकाको योजना

श्रमिका इटहरीकी स्थायी बासिन्दा हुन्। ५ फिट २ इञ्च अग्ली श्रमिकाको शारीरिक बनावट ३२x२७x३३ छ। गोरो वर्णकी श्रमिकाको केश तथा आँखाको रंग कालो छ। दुई वर्षअघि मोडलिङको क्षेत्रमा प्रवेश गरेकी श्रमिकाले हालसम्म सहभागी भएका आधा दर्जन मोडलिङ प्रतियोगितामध्ये 'मिस्टर एन्ड मिस नेसनल २००६' मा मिस नेसनलको शीर्षक उपाधि जितेकी थिइन्। मोडलिङ तथा अभिनय उनका सौख हुन्। बर्गर तथा पिज्जाकी पारखी श्रमिकालाई प्रेमकथामा आधारित चलचित्र मन पर्छन्।

फुर्सदको समयमा उनी टेलिभिजन मात्र हेर्छिन्। विपरीत लिङ्गीको आकर्षक मुस्कानले उनी भुतुक्कै हुने बताउँछिन्। स्मार्ट तथा हेन्डसम पुरुषलाई नै आफ्नो जीवनसाथी बनाउने उनको योजना छ। क्याजुअल वेयर लगाउन मन पराउने श्रमिका भविष्यमा सफल नायिका तथा मोडल बन्न चाहन्छिन्। आफ्नो सुन्दर मुस्कानका कारण थुप्रैको प्रशंसा पाइसकेकी श्रमिका आफूमा भएको प्रतिभा तथा आत्मविश्वासकै कारण मिस नेशनलको उपाधि जित्न सकेको बताउँछिन्। उनका आकर्षक तस्बिर मोडलसंसार डटकममा हेर्न सकिन्छ।

बुटवलमा रमे डिजे राजु

साप्ताहिक समाचार

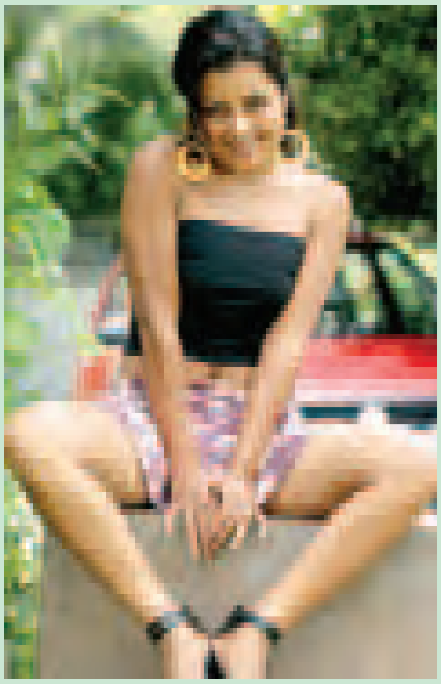
बुटवल– डिजे राजु रिमिक्स गीत 'च्याङ्बा होई च्याङ्बा'को पर्याय भैसकेका छन्। गत वर्षको सर्वाधिक चर्चित उक्त रिमिक्स गीतकै कारण पनि डिजे राजु अहिलेका नम्बर एक डिस्को जक्की (डिजे) मानिन्छन्। यसका अतिरिक्त उनलाई डान्स नम्बरका पारखीहरू रिमिक्स बजाउन खप्पिस मान्छन्। उनको डिजेइङमा राजधानीमा आयोजना हुने गरेका डान्स पार्टीहरू हुन् वा राजधानीबाहिर हुने गरेका पार्टीका आयोजकहरू भन्छन्– 'टिकट उनकै नामले मात्र पनि बिक्छ।' हालै बुटवलमा त्यस्तै भयो। दसैं र तिहारको बिदा मनाउन आफ्नो घर बुटवल गएकाहरूको 'फेस्टिभ मुड'लाई तताउन डिजे राजु ब्ल्याक फोरेस्ट क्याफेको आयोजनामा त्यहाँको समरल्यान्ड रिसोर्टमा देखा परे।

'झलक दिखला जा', 'क्या मुझे प्यार है', 'ह्वेर द पार्टी टु नाइट' जस्ता हिन्दी रिमिक्स गीतहरूका अतिरिक्त पार्टीमा 'केटी तिमी कति राम्री देखेको', 'माया हो माया', 'को हो त्यो' लगायत 'च्याङ्बा होई च्याङ्बा' जस्ता दर्जनौं नेपाली गीत बजाएर डिजे राजुले त्यहाँका झन्डै तीन हजार प्रशंसकलाई नचाए। वरिपरि आफ्ना प्रशंसकहरूबाट घेरिएका राजुले घण्टौं बितेको पत्तै पाएन।

लभगुरु रेखा

म मेरो कोठाअगाडिको कोठामा बस्ने युवतीलाई मन पराउँछु, तर आजको दिनसम्म उनको र मेरो बोलचाल भएको छैन। उनको र मेरो कलेज पनि भिन्न छ। त्यसैले हाम्रो भेटघाट पनि हुँदैन, मात्र देखादेख हुन्छ। मसँग उनको फोन नम्बर छ। मैले एकपटक उनलाई फोन पनि गरेको थिएँ, तर मैले आफ्नो परिचय दिन नपाउँदै 'चिन्दिनँ' भनेर उनले फोन राखिदिइन्। त्यसपछि मलाई फोन गर्न मन लागेन। अब मैले उनलाई कुन तरिकाबाट अर्थात् कसरी प्रेमप्रस्ताव राख्नु ठीक होला ? आफूले मन पराएकी युवतीको मन कसरी जित्न सकिन्छ ?

–अमृत



एक सर्वेक्षण-अनुसार संसारमा प्रेम गर्ने जोडीहरूभन्दा एकतर्फी प्रेम गर्नेहरूको संख्या दोब्बरभन्दा बढी छ। तपाईं पनि एकतर्फी प्रेमको सिकार हुनुभएको रहेछ।कसैले कसैलाई मन पराउनु वा ऊसँग प्रेम गर्नु नराम्रो कुरा होइन, तर एकतर्फी प्रेमको परिणाम भने कहिलेकाहीं नराम्रो पनि हुनसक्छ। तपाईं पक्कै पनि डेरामा बस्नुहुन्छ। पत्रअनुसार ती युवती पनि डेरामा बस्छिन्। तपाईंहरूको कोठा आमुन्ने-सामुन्ने छ। तर पनि तपाईंहरूबीच अहिलेसम्म बोलचाल भएको छैन। यसमा तपाईं आफैंले पहल गर्नुपर्छ। कोठा नजिकै भएकाले पसल जाँदा वा बाटोमा कतै भेट हुँदा 'सन्चै हुनुहुन्छ ?' जस्ता औपचारिक प्रश्नबाट कुराकानी आरम्भ गर्न सकिन्छ।

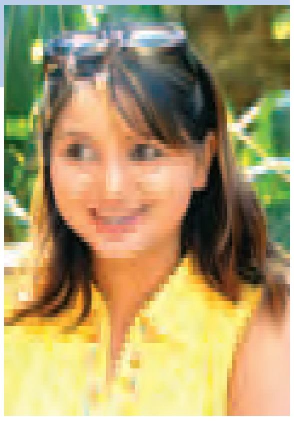
यदि उनी पनि तपाईंसँग कुरा गर्न चाहन्छिन् भने राम्रोसँग बोल्छिन्, तर यदि उनलाई तपाईंको वास्ता छैन भने उनी कुरा गर्न आनाकानी गर्छिन् भने तपाईं उनीसँग प्रेमका कुरा अगाडि बढाउन सक्नुहुन्न। एकपटक कुरा भयो भने पछिलाई बाटो खुल्छ। सीधै प्रेम गर्न खोज्नुभन्दा पहिले असल साथीको व्यवहार देखाउनु राम्रो हुन्छ। साथी भएपछि उनको अरू कसैसँग प्रेम छ कि ? भन्ने कुरा पनि थाहा पाउन सकिन्छ। यदि त्यसो रहेछ भने तपाईंले आफ्नो विचार त्याग्नु राम्रो हुन्छ। साथी भएपछि प्रेमका कुरा गर्न वा प्रेमप्रस्ताव राख्न सजिलो हुन्छ। तर तपाईंको प्रस्ताव स्वीकार वा अस्वीकार गर्ने कुरा उनको विचारमा निर्भर पर्छ।

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।

फिल्मी खबर

- नेपाली चलचित्र स्तरीय बनेन भन्ने गुनासो आइरहेकै बेला पछिल्लो पटक बनेको चलचित्र 'निखिलदाइ' ले एउटा छलाङ मारेको छ। पोखराको बाराही चलचित्र घरमा यो चलचित्रले ५१ दिन मनाएको छ। चलचित्र चलोस्-नचलोस् जबरजस्ती ५१ दिन मनाउने प्रथा अझै कायम छ। साँच्चिकै निखिलदाइ चलेकै हो त ? भन्ने प्रश्नमा हलका मालिक उत्तम द्वाले भने– 'निखिलदाइले राम्रो व्यापार गरेको छ।' यसअघि दादागिरी चलचित्रले हलमा राम्रो व्यापार गरेको उनको कथन छ। मोफसलका अन्य सहरहरू महेन्द्रनगर, दाङ, बुटवल, दमौली आदि ठाउँमा दर्शकको उत्साहजनक उपस्थितिमा चलचित्र राम्रो प्रदर्शन भैरहेको चलचित्रका निर्देशक कृष्ण चापागाईंले बताए। एउटा नायकको नाममा नेपाली चलचित्र बनेको यो पहिलो घटना हो। शनिबार पोखरामा चलचित्रले ५१ दिन पार गरेको सन्दर्भमा एक औपचारिक कार्यक्रमको आयोजना गरी चलचित्रका कलाकारहरूलाई सम्मान पनि गरियो। कार्यक्रममा चलचित्र युनिटका साथमा अतिथिहरूमा निर्देशक नरेश पौडेल, दिनेश डिसी, विश्वज्योति चलचित्र हलका सञ्चालक मोहन सर्राफ पनि सहभागी थिए।

-थारू भाषाको चलचित्र 'भाग्य के रेखा' को छायाकंन प्रारम्भ भएको छ। ढेड दशकअघि थारू भाषाको चलचित्र 'करम' निर्माण गरेर पलायन भएका परशुराम चौधरीकै निर्माणमा



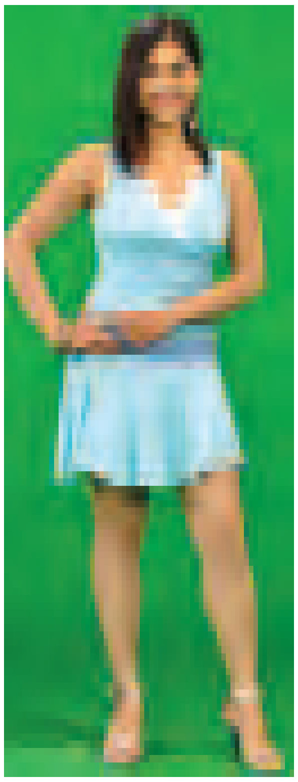
उक्त चलचित्र बन्न लागेको हो। चलचित्रको छायांकन सुनसरी, चितवन तथा मोरङका विभिन्न स्थानमा गरिनेछ। चलचित्रमा परशुराम नायक तथा प्रतिमा चौधरी नायिकाको भूमिकामा प्रस्तुत हुनेछन्।

– चलचित्र निर्माण भएको करिब तीन महिनापछि निर्माता मुकुन्द ढुंगाना आफ्नो नयाँ चलचित्र 'माया नगर' को प्रदर्शनको तयारीमा जुटेका छन्। उनको यो चलचित्र दसैंदेखि राजधानीबाहिरका विभिन्न स्थानमा प्रदर्शन हुनेछ। मायाप्रेम तथा त्यसबाट सिर्जना हुने तनावमा आधारित यो चलचित्रको निर्देशन दीपक खाँणले गरेका हुन्। नारायणघाट तथा त्यसवरपरका क्षेत्रमा छायांकन गरिएको यो चलचित्रमा दिलीप रायमाझी, रमीत ढुङ्गाना, नन्दिता केसी तथा उषा पौडेल आदि कलाकारको प्रमुख भूमिका छ।

– नेपाली चलचित्रसम्बन्धी विभिन्न गतिविधि समावेश गरेर तयार पारिएको वेबसाइट फिल्मनेपाल डटकमले करिब छ महिनाअघि गरेको सर्वेक्षणको नतिजा सार्वजनिक गरेको छ। साइटमा प्रकाशित समाचारमा जनाइएअनुसार 'लोकप्रिय हास्यकलाकारमध्ये एक जना उत्कृष्ट कलाकार छान्नुपर्दा तपाईं कसलाई छान्नुहुन्छ ? भन्ने प्रश्नमा आधारित मत सर्वक्षणमा हरिवंश आचार्यले अग्रस्थान हासिल गरेका छन्। सर्वाधिक दर्शकहरूद्वारा मन पराइएका आचार्यले सर्वेक्षणमा सहभागी २४ सय ५५ मत मध्ये २९ दशमलव १ प्रतिशत मत आफ्नो पक्षमा पारेका छन्। दोस्रो स्थानमा भने पुराना हास्यकलाकार कलाकार गोपालराज मैनाली परेका छन्। मैनालीले २३ प्रतिशत मत पाएका छन्। हरिवंशका जोडी कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठले तेस्रो स्थान हासिल गर्दै ८ दशमलव ९ प्रतिशत मत प्राप्त गरेका छन्। उनीपछि दीपकराज गिरी चौथो, नारायण त्रिपाठी पाँचौं, दीपाश्री निरौला छैटौं, मनोज गजुरेल सातौं, नारद खतिवडा आठौं, सन्तोष पन्त नवौं तथा जितु नेपाल दसौं स्थानमा परेका छन्। गोपाल नेपाल फिस्टे, शिवहरि पौडेल, राजाराम पौडेल, दमन रूपाखेती तथा किरण केसी भने लोकप्रियताको सूचीको पुछारमा छन्।

–चलचित्रका विभिन्न विधामा कार्यरत कलाकारहरूले नेपाली चलचित्र निर्माण गर्ने क्रम चलिरहेकै बेला द्वन्द्व निर्देशक एन.बी. महर्जन पनि यही पंक्तिमा उभिएका छन्। लामो समयदेखि द्वन्द्व निर्देशकका रूपमा नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा कार्यरत महर्जनले आफ्नै लगानीमा निर्माण गर्न चलचित्रको नाम 'प्रहार' राखेका छन्। यो चलचित्रको गीत रेकर्डिङ हालसालै सम्पन्न भएको छ। महेश खड्काको संगीत निर्देशन रहने यो चलचित्रको निर्देशनको जिम्मा प्रदीप श्रेष्ठले पाएका छन्।

;fgf] kbf{



-कान्तिपुर टेलिभिजनकी भिजे तथा मोडल निशा अधिकारीले हालै एक पाकिस्तानी टेलिश्रृंखलामा अभिनय गरेकी छिन् । पाकिस्तानबाट काठमाडौं आएको उक्त श्रृंखलाको युनिटले आफ्नो साथमा उतैका नायिकाहरू ल्याए पनि निशाको अभिनय र सुन्दरताबाट प्रभावित भएर उनलाई श्रृंखलामा शीर्ष भूमिका दिइएको बताइन्छ । केही भाग मात्र छायांकन गरेर टेलीश्रृंखला युनिट पाकिस्तान फर्किए निशा सहित उक्त श्रृंखलामा काम गरिरहेका अन्य केही नेपाली कलाकार तथा प्राविधिकहरू थप भागको छायांकनका लागि पाकिस्तान गएर फर्किएका छन् ।

-नेपाली चलचित्रका चर्चित खलनायक सुनिल थापा हाल एक टेलिश्रृंखलामा देखिन थालेका छन् । हरेक शुक्रबार राति नौ बजेपछि नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने गरेको टेलिश्रृंखला ‘पथभ्रष्ट’ मा थापाले पनि अभिनय गरेका छन् । शुक्रबार बेलुकि चार बजे पुनः प्रसारण हुने यो श्रृंखलामा निर्देशक ओम प्रतीक स्वयंले केन्द्रीय भूमिका निर्वाह गरेका छन् । प्रतीकले लामो कपाल पालेर भिन्न भूमिका निर्वाह गरेको यो श्रृंखलामा दीपक त्रिपाठीको अभिनय पनि हेर्न पाइन्छ ।

-निर्देशक श्याम भट्टराईको निर्देशन रहेको टेलिश्रृङ्खला ‘दुई थोपा आँसु’ को प्रसारण प्रारम्भ भएको छ । नेपाल टेलिभिजनमा आइतबार ९:१० मा प्रसारण हुने उक्त टेलिश्रृङ्खला त्रिकोणात्मक प्रेमकथामा आधारित छ । टेलिश्रृङ्खलामा दुई परिवारको द्वन्द्वसँगै त्यसबीच उत्पन्न हुने प्रेमका सन्दर्भलाई नेपाली सामाजिक परिवेश सुहाउँदो रूप दिइएको निर्देशक भट्टराईले बताए । वर्ल्ड भिजनको प्रस्तुतिमा जनक पराजुली तथा ज्योतिराज राईको निर्माण रहेको यो टेलिश्रृङ्खलामा सुशीला रायमाझी, गणेश उप्रेती, श्याम घिमिरे, मुना कार्की तथा रञ्जना शर्माले मुख्य भूमिकामा अभिनय गरेका छन् ।

-गायक श्रीकृष्ण लुइँटेलको निर्माण तथा निर्देशनमा कार्यक्रम ‘आयो बोके दाह्री’ च्यानल नेपालमा प्रसारण हुँदै आएको छ । इटहरीका गायक लुइँटेलले स्थानीय क्षेत्रमै करिब एक दर्जन भाग छायांकन गरेपछि अहिले उनी छायांकनकै क्रममा सिक्किमसम्म पुगेका छन् ।

-आफ्ना बारेमा केही गलत कुरा प्रसारण गरेको भन्दै चलचित्र नायक निखिल उप्रेतीले कान्तिपुर टेलिभिजनको कार्यक्रम ‘रजतपट’ लाई पूर्ण रूपमा वहिष्कार गरेको बताएका छन् । उनले आफू भएको कुनै चलचित्रको छायांकनमा रिपोर्टिङका लागि रजतपटको युनिट आए छायांकनस्थलबाट हिंड्ने पनि निखिलले बताएका छन् । यस विषयमा कार्यक्रम ‘रजतपट’ का सञ्चालक तथा निर्माता प्रकाश सुवेदीले मिडियाको समाचार दिने अधिकारलाई कसैले वहिष्कार गर्दैमा खोस्न नसक्ने बताए ।

-चलचित्र निर्देशक रेशराज आचार्यले इमेज च्यानलमा प्रसारण भैरहेको हास्यश्रृंखला ‘माछोमाछो भ्यागुत्तो’ को प्रसारण बीचैमा बन्द गराएका छन् । रवि डंगोल, नारायण त्रिपाठी, राहुल भारती आदिद्वारा अभिनीत उक्त श्रृंखला केही प्राविधिक कारणले गर्दा बन्द गरिएको छ । निर्देशक आचार्य भने अब कान्तिपुर टेलिभिजनका लागि अर्को हास्य श्रृंखलाको निर्माण गर्ने तयारीमा जुटेका छन् । उक्त श्रृंखलामा हास्यकलाकार नारायण त्रिपाठीको मुख्य भूमिका रहनेछ ।

-नेपाल टेलिभिजनमा हरेक बुधबार साँझ ७:२५ बजे कार्यक्रम ‘अन डिमान्ड’ प्रसारण हुन थालेको छ । दसैंअघि नै प्रसारण हुन थालेको उक्त कार्यक्रमको निर्माण संयुक्त रूपमा वर्ल्ड भिजन मिडिया तथा एक्सेल मिडियाले गरेका हुन् । कार्यक्रममा दर्शकहरूले मनपराएका हिन्दी रिमिक्स तथा नेपाली पपगीतहरू इमेलमार्फत अनुरोध गर्न सकिन्छ । उक्त कार्यक्रमको सञ्चालन रिचा शर्माले गरिरहेकी छिन् ।

rnlrq

उमराव जान

सन् १९८१ मा अवधी रंगमञ्चका सिद्धहस्त लेखक मुज□फर अलिले लखनउको नवाबी संस्कृतिमा आधारित कालजयी चलचित्र ‘उमराव जान अदा’ बनाएका थिए । उक्त चलचित्रमा उमराव जानको भूमिका निर्वाह गरेपछि रेखा भारतीय रजतपटमा संवेदनशील अभिनेत्रीका रूपमा स्थापित भएकी थिइन् । अहिले एकपटक फेरि जेपी दत्ताले उमराव जानलाई रजतपटमा उतारेका छन् । नयाँ उमराव जानमा रेखाको स्थानमा ऐश्वर्या राय र फारुख शेखको स्थानमा अभिषेक बच्चन प्रस्तुत भएका छन् । पुरानो उमराव जानलाई मानिसहरू रेखा र फारुख शेखको जीवन्त अभिनयका कारण अहिले पनि स्मरण गरिरहन्छन् । पुरानो उमराव जानले आर्जन गरेको ख्यातिलाई नयाँ उमराव जानले दोहोर्‍याउन सक्छ कि सक्दैन ? भारतीय चलचित्रका समीक्षकहरू अहिले यही प्रश्न गरिरहेका छन् ।

प्रकाश, ध्वनि, क्यामेरा, मेकअप, सेट आदि चलचित्रका पारम्परिक क्षेत्रमा प्रविधिले ठूलो फड्को मारिसकेको अहिलेको समयमा निर्देशक जेपी दत्ताले ठूलो लगानीमा निर्माण गरेको नयाँ उमराव जानले दर्शकहरूलाई तत्कालीन लखनउको नवाबी संस्कृतिको स्वाद चखाउने विश्वास गरिन्छ । नयाँ उमराव जानमा निर्देशक जेपी दत्ताले उमराव जानको बाल्यकालदेखिको चरित्र चित्रण गरेका छन् । पुरानो उमराव जानमा नभएको र नयाँ उमराव जानले देखाउन खोजेको तथ्य नै उमराव जानको व्यक्तिगत जीवन-चरित्र हो ।

नयाँ उमराव जानमा अभिषेक बच्चन, ऐश्वर्या राय, सवाना आजमी, सुनील सेठ्ठी, दिव्या दत्ता आदिको प्रमुख भूमिकामा छन् । जावेद अख्तरले लेखेका गीतहरूमा अनु मलिकले संगीत दिएका छन् । ओपी दत्ताको संवाद रहेको नयाँ उमराव जानको कथा एवं पटकथा पनि ओपी दत्ताले नै लेखेका हुन् ।

बोरत

बोरत साग्दियेभ कजाकस्तानका छ जना चर्चित व्यक्तिमध्ये एक हुन् । पेसागत दृष्टिकोणले टेलिभिजन पत्रकारीतामा संलग्न साग्दियेभ गणनामा पर्ने पत्रकारका रूपमा चिनिन्छन् । उनी स्थानीय एक टेलिभिजन नेटवर्कका लागि कार्यरत छन् । चलचित्र ‘बोरत’ पनि पत्रकार साग्दियोभको कर्मयात्रासँग सम्बन्धित छ । साग्दियोभले कजाकस्तानस्थित उनको गृहनगरदेखि अमेरिकासम्मको यात्रामा आधारित ‘डकुमेन्ट्री’ तयार पार्छन् । यो अन्तरदेशीय यात्रामा उनको वास्तविक जीवनका थुप्रै नायकसँग भेट हुन्छ । विभिन्न वास्तविक घटनाक्रम, स्थानअनुसारको संस्कृति र त्यहाँका ऐतिहासिक महत्त्वका विषयबाट उनले बटुलेका अनुभवलाई चलचित्रमा रमाइलो ढङ्गले प्रस्तुत गरिएको छ । अमेरिकन संस्कृतिलाई कजाकस्तानसँग जोडेर त्यसबाट फाइदा लिन सकिने कुरा चलचित्रमा देखाउन खोजिएको छ । १ घण्टा २२ मिनेट लामो यो चलचित्रमा रोचक एवं रमाइला प्रसङ्गहरूको प्रयोग गरिएको छ । आज सार्वजनिक हुने अमेरिकन चलचित्र बोरतको सम्पूर्ण छायांकन रोमानियामा गरिएको हो । चलचित्रमा साग्दियेभको भूमिकामा अभिनेता साचा बारोन कोहेन छन् भने केनेथ डेभिसियन, पामेला एन्डरसन, ल्युनेल आदिले पनि प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन् । यो चलचित्रलाई ल्यारी चार्लिजले निर्देशन गरेका हुन् ।

साताको स्वर

दीपेशकिशोर भट्टराई

आँखा जुधाएर हेर्न डराएँ..... कस्तो शैलीको गीत हो ?

– मेलोडीमा नेपालीपन भए पनि संगीत-संयोजन गर्दा ल्याटिनोपन झल्किएकाले यसलाई ल्याटिनो शैलीको गीत भन्न सकिन्छ ।

गीतको कुन पक्ष आकर्षक छ ?

– संगीत संयोजन पक्ष राम्रो बनेको छ । शब्दहरू सरल हुनु पनि यसको अर्को आकर्षक पक्ष हो ।

गीतका लक्षित श्रोता को हुन् ?

– रमाइलो गीत भएकाले सबै वर्गले यो गीतबाट मनोरञ्जन लिन सक्छन् ।

म्युजिक भिडियो कस्तो बनेको छ ?

– सिमोस सुनुवारलगायत मोडलहरूको प्रस्तुतिले म्युजिक भिडियो मनोरञ्जक बनेको छ । हेरुन्जेल आँखालाई शीतलता प्राप्त हुन्छ ।

लय भर्न कत्तिको गाह्रो पऱ्यो ?

– योगेन्द्रमणि दाहालले गीत दिनुभएपछि मैले प्रारम्भमा सेलो बिटमा लय भरेको थिएँ तर रेकर्ड गर्ने बेलामा यो ल्याटिनो शैलीको भयो । संगीत संयोजनका क्रममा आएको परिवर्तनले सकारात्मक परिणाम दिएको छ ।

-सदावहार गायक आनन्द कार्कीको पहिलो भिसिडी संग्रह 'सम्झी-सम्झी' गत सोमबार अनौपचारिक कार्यक्रममार्फत सार्वजनिक भएको छ । आफ्नै घरमा पूजापाठ गरेर सार्वजनिक गरिएको उक्त भिसिडी-संग्रहमा गायक कार्कीले गाएका चर्चित १२ वटा गीतको भिज्युअल हेर्न सकिन्छ । भिसिडी संग्रहमा अहिलेको चर्चित गीत 'सम्झी-सम्झी..' लाग्छ मन हेरिरहूँ, फेरि तिम्रो याद आयो, सुनकेशरी, तिमी स्वर्गकी परीलगायत कार्कीका अरू प्रमुख लोकप्रिय गीत समावेश छन् । 'लोकप्रिय गीत र साथमा म्युजिक भिडियो पनि भएकाले संग्रहले बजार राम्रो पाउने आशा गरेको छु,' गायक कार्कीले बताए । रियाज म्युजिक कम्पनीले उक्त भिसिडी संग्रह बजारमा ल्याएको हो ।

-साम अडियो/भिडियो प्रोडक्सनले नेपाल संवत् ११२७ तथा शुभ दीपावलीको अवसर पारी नेपाल भाषा संगीत क्षेत्रका नयाँ/पुराना कलाकारहरूको गीतिसंग्रह 'हाकनं छकः स्वयेगु मखुला ? फेरि एकपटक हेर्ने होइन ?' नामक भिसिडी एल्बम बजारमा ल्याएको छ । यो भिसिडी संग्रहमा वरिष्ठ गायक फत्तेमान राजभण्डारी, गायिका तीर्थकुमारी, अभिनेता मदनकृष्ण श्रेष्ठ, गायकद्वय अमरराज शर्मा, गंगाधर बज्राचार्यसहित नयाँ पुस्ताका अन्य गायक-गायिकाका गीत समेटिएका छन् ।

-गायक सुगम पोखरेलले आफ्ना श्रोताहरूलाई हिपहप समूह 'द युनिटी' सँग क्रान्ति आलेले गाएको चर्चित गीत 'म प्रेममा जीवनको पहिलो पटक-सि इज द बम'को 'ओर्जिनल भर्सन' सुनाउने भएका छन् । उनको चौथो एल्बम 'सुगम यात्रा'मा गायक पोखरेलले निकै अघि हिपहप गायक गिरीशसँग गाएको उक्त गीतको 'ओर्जिनल भर्सन'लाई नौलो तरिकाबाट रिमिक्स गरिएको बताएका छन् । एल्बममा सुगमले 'अक्षर', 'हार्मोनी' आदि कलेक्सन एल्बमका लागि गाएका आफ्ना गीतलाई संकलन गर्नुका साथै हिपहप समूह 'म्याडजोन'को एल्बममा समावेश गीत 'तिमी नै हौ मनकी रानी'लाई पनि समेटेका छन् । हालै सुरज सिंह ठकुरीको निर्देशनमा उक्त गीतको म्युजिक भिडियो निर्माण भै सार्वजनिक भएको छ ।

हाईवे भोजन : यात्राका क्रममा बाटोमा खाना खाँदै क्रान्ति आले, साथमा भान्सेका रूपमा मौसमी गुरुङ तस्बिर : फुर्सद डटकम

-गायन शैलीका तीन विधा अर्थात् पप, लोक तथा आधुनिक गीतहरू अब एउटै एल्बममा सुन्न पाइने भएको छ । आफूलाई कुनै विधाको गायकभन्दा पनि सबै प्रकारका गीत गाउन सक्ने गायकका रूपमा परिचित गराउन गायक एलबी मुखियाले गीति एल्बम 'उत्साह-एक्साइटमेन्ट' सार्वजनिक गरेका छन् । उक्त एल्बममा उपरोक्त तीनवटै विधालाई समेटेर गीतहरू संकलन गरिएको छ । जसमा शक्ति बल्लभ, एलबी मुखिया, राजु सिंह तथा डेनी निरौलाले संगीत दिएका छन् ।

-लोकगीत 'कलकत्ते काइँयो केश मेरो बाङ्ग्यो..' को रिमिक्स गीतको म्युजिक भिडियोले चर्चा पाएपछि ह्वाइट प्लस प्रोडक्सनका निर्देशक सुरज श्रेष्ठले गायक रविन शर्माको चर्चित गीत 'तिमी यसै लजायौ..' को रिमिक्स गीतको पनि म्युजिक भिडियो बनाएका छन् । गायक सपन श्रेष्ठको एल्बम 'चाहना'मा समावेश उक्त रिमिक्स गीतको म्युजिक भिडियो यसै साता सार्वजनिक गरिएको छ । म्युजिक भिडियोमा मोडल नम्रता श्रेष्ठले अभिनय गरेकी छिन् । यसबीच टेलिभिजन तथा रेडियो कार्यक्रम सञ्चालकहरूको गीत गाउने लहरमा समावेश इमेज एफएमका कार्यक्रम सञ्चालक सुरजले गायक अम्बेस शाहीसँग मिलेर एउटा एल्बम प्रकाशन गर्दैछन् । उक्त एल्बमका सबै गीतको रेकर्डिङ सकिएको छ ।

-शनिबार काठमाडौंको पश्चिम भेकबाट समाजका विभिन्न क्षेत्रमा योगदान पुऱ्याएकाहरूलाई तीनथाना गाविसको कृष्णतारा इन्स्टिच्युटद्वारा आयोजित एक कार्यक्रममा 'कृष्णतारा सम्मान' प्रदान गरियो । संगीतकार तथा लोकगायक राम थापाले कार्यक्रममा तबलावादक भीमबहादुर नकर्मी तथा संगीतकार राजु सिंहलाई सम्मान गरिएको उक्त कार्यक्रममा रक्तिम गायक जीवन शर्मालाई पनि सम्मानित भएका थिए ।

-आगामी हिट्स एफएम म्युजिक एवार्डमा सबैभन्दा बढी विधामा मनोनयन भएका गायक सविन राईले आफूले गाएका गीतहरूलाई रिमिक्स गरेका छन् । उनका दुईवटा एल्बम 'सतह' र 'सतह-दुई'मा समावेश गीतहरू 'गुराँसको फेदमुनि', 'मायाजालैमा', 'कोमल छ', 'किनकि', 'कथा'आदिमा डिस्को संगीतको धुन थपेर 'सविन राई रिमिक्स' शीर्षकमा एल्बम प्रकाशित भएको छ । एल्बममा समावेश सबै गीतलाई लक्षु पुनले रिमिक्स गरेका हुन् ।

-डाक्टर पाइलट बन्ने सपना बोकेकाहरूले प्रेम गर्दा के-कस्ता कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ भन्ने सुझाव तथा सूत्रहरू समेटेर लोकगायक योगाज खड्काले एउटा एल्बम बजारमा ल्याउँदै छन् । धेरै पढेर ठूलो मान्छे बन्ने लक्ष्य लिएका युवा-युवतीहरू प्रेममा परेर लक्ष्यविहीन भएका अनेकौं घटना देखेको र प्रेम गर्नुलाई पनि नराम्रो भनिहाल्न नमिल्ने भएकाले उनले गीतमार्फत उक्त सल्लाह दिएको बताए । केही साताभित्रै बजारमा आउन लागेको गीतिसंग्रह 'स्कुल क्याम्पसमा' ले जनचेतना बढाउने कुरामा गायक खड्का ढुक्क छन् । एल्बममा उनलाई गायिकाद्वय सिन्धु मल्ल तथा माण्डवी त्रिपाठीले साथ दिएका छन् ।

-विगत केही महिनादेखि अमेरिकामा रहेकी गायिका सपनाश्रीले त्यहाँको एक रेस्टुराँमा हरेक शुक्रबार गीत गाउने गरेको समाचार संगीतसम्बन्धी वेभ पत्रिका फुर्सद डटकमले जनाएको छ । उक्त वेभ पत्रिकाका अनुसार सपनाश्री विगत छ महिनादेखि अमेरिकाको न्युयोर्क सहरस्थित क्विन्स रेस्टुराँमा गीत गाउँदैछिन् । समाचारअनुसार आफ्नो दोस्रो एल्बम 'अब फेरि'को प्रकाशनपछि सपनाश्री अमेरिका गएकी हुन् ।

-एभरेस्ट मिडिया १५.४० एएम रेडियो टेक्सास, अमेरिकाको आयोजनामा हालै संगीतकार टिका भण्डारीद्वारा संगीतबद्ध तीनवटा गीतिसंग्रहको एउटै कार्यक्रममा संयुक्त रूपमा विमोचन भएको छ । गायिका कोइलीदेवी, गायक प्रेमध्वज प्रधान र गायक योगेश वैद्यले संयुक्त रूपमा उक्त गीतिसंग्रह विमोचन गरेका थिए । 'परिकल्पना', 'एक अञ्जुली माया' तथा 'गन्तव्य' शीर्षक राखिएका उक्त संग्रहहरूका बारेमा संगीतकार शम्भुजित बासकोटाले संगीत समीक्षा गरेका थिए भने गीतकार कृष्णहरि बरालले गीत रचनाको समीक्षा गरेका थिए । विमोचित गीतिसंग्रह 'परिकल्पना', 'एक अञ्जुली माया' तथा 'गन्तव्य'का रचनाकारहरू क्रमशः चन्द्र प्रसाई 'विवश', दीपक जडित एवं प्रकाश कुइँकेल हुन् ।

लाइभ शो

– ठमेलस्थित न्यु ओर्लिन्स क्याफे परम्परागत संगीत तथा धुनहरूका कारण आफ्ना ग्राहकमाझ परिचित छ । यो क्याफेमा शनिबार राति सांगीतिक फ्युजन कार्यक्रम सञ्चालन हुन्छ । जसमा लाइभ गिटार, तबला तथा बाँसुरीवादनमार्फत संगीतकर्मीहरूले मीठा धुनहरू प्रस्तुत गर्छन् ।

कान्तिपुर एफ.एम. नवौं वर्षमा

'अँधरोमा को बोल्छ ? उनीहरू त भन्थे– यो अँधेरो अन्तिम र अनन्त हो' आवाजहरूको मृत्यु भैसकेको छ, तर मृत आवाजहरूबाट अस्तित्वको कोल्टे फेर्ने त्यो को हो ? जो बोलिरहेको छ । सही शब्दहरू कडा र बिझ्ने किसिमले.......

कवि हरि अधिकारीका यी शब्दहरूका साथ कान्तिपुर एफ.एम.ले आठ वर्ष पूरा भएको जनाउ दियो । आठ वर्षअघि स्थापना भएयता निरन्तर स्रोतामाझ रहँदै एफ.एम.ले गत शनिबार आफ्नो आठौं वार्षिकोत्सव भव्यताका साथ मनाएको छ । 'हामी आवाजका विरोधीहरूसँग पनि डराएनौं र आफ्नो नैतिकता पनि गुमाएनौं,' पूर्व र मध्यका नेपाली जनताका बीचमा लोकप्रिय भएको कान्तिपुर एफएमले लोकप्रियतकै कारण पश्चिम महाकालीसम्म पुग्ने योजना बनाएको कार्यक्रममा उल्लेख गरेको थियो । विभिन्न समयमा राज्यको तारो बनेको कान्तिपुर एफ.एम.को प्राविधिक सामग्री गत वर्ष सातौं वार्षिकोत्सव मनाउने क्रममा राज्यले खोसेको थियो ।

आकर्षक स्टेज एवं झकिझकाउ सजावटका बीचमा कान्तिपुर एफ.एम.ले आठौं वार्षिकोत्सवकै अवसर पारेर वरिष्ठ गायक तथा संगीतकार अम्बर गुरुङलाई 'लाइफ टाइम अचिभमेन्ट एवार्ड' बाट सम्मानित गऱ्यो । नेपाली संगीतिक क्षेत्रको विकासमा ८० नाघेको वृद्ध अवस्थासम्म पनि योगदान पुऱ्याइरहेका गुरुङलाई सम्मानस्वरूप उक्त पुरस्कार प्रदान गरिएको एफ.एम.ले जनाएको छ ।

उक्त कार्यक्रममा नेपाली सांगीतिक फाँटका लोकप्रिय सर्जकहरूलाई जनताकै मतका आधारमा सर्वोत्कृष्ट घोषणा गर्दै पुरस्कृत गरिएको थियो । राजधानीमा आयोजना हुने विभिन्न एवार्ड कार्यक्रमहरूभन्दा पृथक् रहेर स्रष्टाहरूलाई सम्मान गर्दै आएको कान्तिपुर एफ.एम.ले अघिल्ला वर्षहरूको तुलनामा यस पटकको कार्यक्रमलाई भव्यता प्रदान गरेको थियो ।

वीरेन्द्र अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन केन्द्रमा आयोजना भएको उत्तक्ञ एवार्ड हस्तान्तरण कार्यक्रममा संगीतका पारखीहरूले मन पराएका करिब एक दर्जन गायक-गायिकाले विभिन्न गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए । कान्तिपुर एफ.एम. तथा कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रत्यक्ष प्रसारण गरिएको उक्त कार्यक्रममा पुरुष आधुनिक गायनतर्फ गायक रामकृष्ण ढकालले प्रथम स्थान हासिल गरे । 'यो मेरो ह्याट्रिक हो,' लगातार तेस्रो वर्ष पनि कान्तिपुर एफ.एम.मा सबैभन्दा धेरै बजेका आधुनिक गीतका गायकको उपाधि हासिल गरेका ढकालले माइक्रोफोन समाएर फुर्तीका साथ भने- 'रामकृष्ण ढकालको समय गयो, अब उसका गीत चल्दैनन् भन्नेहरूलाई यो राम्रो जवाफ हो ।' ढकालले एवार्डसँगै यसै वर्ष सार्वजनिक भएको 'आगमन' गीतिसंग्रहको लोकप्रिय 'दिलमाया...' गीत दर्शक-श्रोतामाझ प्रस्तुत गरेका थिए ।

यसैगरी आधुनिक गायिकातर्फ कुन्ती मोक्तानले एवार्ड हात पारिन् । पछिल्लो समयमा आधुनिक गायनमा लोकप्रियता चुमिरहेकी गायिका मोक्तान एवार्ड हस्तान्तरण कार्यक्रमको समयमा विदेशयात्रामा भएकाले उनका श्रीमान् संगीतकार शिलाबहादुर मोक्तानले उक्त एवार्ड ग्रहण गरेका थिए ।

यसैगरी पपगायक सुगम पोखरेलले उनले प्राप्त गरेको पप गीततर्फको 'कान्तिपुर एफ.एम. एवार्ड' भर्खरै जन्मिएकी छोरीको नाममा समर्पण गरे । 'मेरो एउटा साथी छ' का गायक पोखरेलले पनि एवार्ड पाएपछिको हौसला दर्शक-श्रोतामाझ बाँड्दै सोही गीत गाएका थिए ।

उत्कृष्ट १० पप गायिकाको सूचीमा कान्तिपुर एफ.एम.मा सबैभन्दा धेरै बजेर 'परेलीमै छौ कि कसो' की गायिका मौसमी गुरुङले एवार्ड प्राप्त गरिन् भने उत्कृष्ट दस गीतकारलाई उछिनेर कृष्णहरि बराल पुरस्कृत भए ।

सर्वोत्कृष्ट संगीतकारको एवार्ड यसपटक शक्ति बल्लभले हात पारे । यसैगरी आधा दशकयता नेपाली संगीत बजारमा राम्रो स्थान बनाएको लोकदोहोरी तथा लोकगायनतर्फ राजु परियार अगाडि देखिए । गत वर्षको अग्रस्थानलाई यसपटक पनि दोहोऱ्याउँदै युगल तथा समूह गायनमा १९७४ एडीले एवार्डमा पकड जमाएको थियो ।

कार्यक्रमको प्रारम्भमा कान्तिपुर एफएममा कार्यरत कर्मचारीहरूको समूहले सामूहिक रूपमा कवि हरि अधिकारीको माथि उल्लेखित कविता वाचन गरेका थिए । कार्यक्रममा दीपेशकिशोर भट्टराई, रामकृष्ण, सुगम, भगवान् भण्डारी, प्रीति कौर, मंगोलियन हर्ट, रविन एण्ड न्यु रिभोलुसन आदिले

दर्शक, श्रोतालाई आफ्ना स्वरमार्फत मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए ।

कार्यक्रममा बोल्दै कान्तिपुर पब्लिकेसन्स तथा एफ.एम.का अध्यक्ष हेमराज ज्ञवालीले यस पटकको वार्षिकोत्सव स्वतन्त्रता र प्रजातन्त्रको उत्सव भएको बताउनुभयो । कान्तिपुर एफएमको सेवा विस्तार हुने जानकारी दिँदै अध्यक्ष ज्ञवालीले भन्नुभयो- 'सरकारले भर्खरै मात्र हामीलाई वीरगन्ज, चितवन, पोखरा बुटवल र नेपालगञ्जमा रिले स्टेसन राख्न अनुमति प्रदान गरेको छ । 'निरंकुश सरकारले स्टेसनका उपकरण लुट्दा पूर्वाञ्चलका श्रोताले कान्तिपुर एफ.एम. सुन्न पाएका थिएनन्, त्यसमाथि समाचार प्रसारणमै प्रतिबन्ध लगाइएको थियो,' अध्यक्ष ज्ञवालीले भन्नुभयो- 'तर जनताको आवाजलाई राज्यले दमन गर्न सक्दैन भन्ने कुरा जनआन्दोलनले प्रमाणित गरेको छ, यसकारण आगामी दिनमा एफ.एम.ले समावेशी प्रजातन्त्रलाई आधार बनाएर ७५ जिल्लाकै जनतालाई समेट्ने गरी कार्यक्रम प्रस्तुत गर्नेछ ।'

कार्यक्रममा लाइफ टाइम अचिभमेन्ट एवार्डबाट सम्मानित संगीतकार गायक अम्बर गुरुङ र एफ.एम. तथा कान्तिपुर पब्लिकेसन्सका अध्यक्ष हेमराज ज्ञवालीले संयुक्त रूपमा 'संयोग' गीतिसंग्रह विमोचन गर्नुभयो । कान्तिपुर एफ.एम.को प्रस्तुति गीतिसंग्रह 'संयोग'मा जगजित सिंहको स्वर तथा आलोकश्रीको संगीत सुन्न पाइन्छ ।

jitendra_rajb@hotmail.com
जीतुंचाको hf]S;

सन्ता सिंह र बन्ता सिंह बेलायत घुम्न गएछन्। घुम्दै जाँदा उनीहरू बेलायतको दुईतले बस चढेछन्, तर तल्लो तलामा मानिसहरू निकै खचाखच भएकाले सन्ता सिंह माथिको तल्लामा गएर बसेछ। तीन-चारवटा बसस्टपमा मानिसहरू ओर्लिसकेपछि बस अलि खाली भएछ र बन्ता सिंह पनि माथि नै गएर सन्ता सिंहसँगै बस्छु भनेर माथिको तल्लामा चढेछ, तर सन्ता सिंह भने कता हो कता ? सन्ता सिंहलाई नदेखेकाले बन्ता सिंह निकै आत्तिएछ र तलमाथि खोज्न थालेछ। माथिल्लो तल्लामा खोज्दै जाँदा सन्ता सिंह त बसको पछाडिको सिटमुनि थुर-थुर काम्दै लुकिरहेको देखेर बन्ता सिंह : ओ सन्ता सिंह, के भो ? किन यसरी सिटमुनि लुकेको ?

सन्ता सिंह सिटमुनिबाटै : मोरा, यो बसको त तल मात्रै ड्राईभर रहेछ। त्यसैले कुन बेला कता गएर जोतिने हो भन्ने डरले लुकेको नि।

०००

विश्वभरिका बिरालाहरूको सम्मेलन चलिरहेको थियो। सम्मेलनमा विश्वका थुप्रै देशका हजारौ बिरालाको सहभागिता थियो। सम्मेलनमा बिरालाहरूको हक-हितका सम्बन्धमा बहस चलिरहेको थियो। एउटा विषयमा भने उनीहरूको वादविवाद चर्केर मञ्चमा बस्ने बिरालाहरू र सम्मेलनमा भाग लिने बिरालाहरूका बीच हात हालाहाल भएछ। अगाडि मञ्चमा बसेको एउटा लुरे बिरालोले सम्मेलनमा भाग लिएका एकसे एक ढाढे बिरालाहरूलाई एक-एक मुड्कीमै ढालेछ। त्यो देखेर नेपालबाट सहभागी एउटा बिरालो छक्क परेछ र उसको बलको प्रशंसा गर्दै सोधेछ : ओहो □ तपाईंले त एक-एक मुड्कीमा अमेरिका, जापानजस्तो विकसित देशका ढाढे बिरालाहरूलाई पनि एक मुक्कामा नै तह लगाइदिनुभयो त ? के हो कराँतेमा ब्ल्याकबेल्ट नै लिनु'भा जस्तो छ नि ?

लुरे बिरालोले भनेछ : होइन होइन, म ब्ल्याकबेल्ट स्ल्याकबेल्ट केही पनि होइन भाइ।

नेपालको बिरालो उत्सुक हुँदै : त्यसो भए तपाईंको शक्तिको रहस्य के हो त ?

लुरे बिरालो यताउता हेर्दै सानो स्वरमा : यसको रहस्य के हो भने नि भाइ, म वास्तवमा बिरालो होइन। म त सोमालियाको बाघ हुँ बाघ।

०००

एक जना सरदार एउटा विवाहको भव्य पार्टीमा सामेल थिए। पार्टीमा आएको अर्को एक जना पाहुनालाई सरदारले लगाएको मोजा देखेर अनौठो लागेछ र उसले नजिक गएर सोधेछ : सरदारजी, तपाईंले लगाएको कोट, टाई, जुत्ता त चित्तबुझ्दो लाग्यो तर तपाईंले लगाएको मोजा भने एउटा रातो, अर्को पहेँलो, योचाहिँ अलि नमिल्दो भएन र ?

सरदार आफ्नो पेन्ट माथि सारेर मोजा देखाउँदै : त्यै त, हेर्नुस् न, मलाई पनि अजीव नै लागेको छ, एउटा रातो अर्को पहेँला। (एक छिनपछि सरदार केही सम्झिएझैं गर्दै) : तपाईंलाई थाहा छ, यस्तै अजीब खालको अर्को एक जोर मोजा घरमा पनि छ नि।

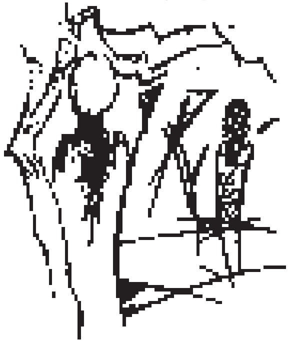
कविता

जीन्दगी

जिन्दगी काँचको गिलास हो कुनै भर छैन
अर्कै दिशाको यात्रा जहाँ पूर्व, पश्चिम छैन
कुन पलमा आफ्नो मृत्यु छ, याद छैन
जताततै अँध्यारो छ, कतै नजर छैन
जाने जान्छ, जानुको गोरेटोमा छाप छैन
त्यो अन्तिम यात्राको अर्को कुनै हल छैन
यस्तो निंद जसको फेरि प्रभात छैन
बाँच्न फेरि कुनै प्रहर छैन
रोदनबाट सुरु भएर रोदनमै सकिन्छ
बगरमा निदाउँछ ब्यूँझिन अर्को बगर छैन।

–प्रेमकृष्ण श्रेष्ठ

सम्झना



ढुंगा बरु जोडिन्छ होला मन टुक्रिए जोडिँदैन
शिशिरका रङ्गहरू शिशिरमै फेरिँदैन
नबुझेको मन पनि बुझे जस्तो गर्नुपर्छ
भित्र-भित्रै रुन्छु बरु आँशु देखाउँदिन
निष्ठुरी नै गएपछि माया केलाउँदिन
वसन्त नै ओइलाइदियो उसको वैंश छँदा
विरहको गीत कोर्छु आफू एक्लै हुँदा
सागर बरु उस्तै होला गहिराइ म नाप्दिनँ
बैगुनीले बिर्सिगयो सम्झना म राख्दिनँ।

–आकाश राई

पाप गर्न देऊ

प्रेम गर्नु पापै भए, पाप मलाई गर्न देऊ
सिउँदो खाली, अब मलाई भर्न देऊ
गोरेटोमा एक्लै मात्र अझ कति हिंड्छ्यौ
तिम्रो साथमा सयौं नदी मलाई तर्न देऊ
सिउँदो खाली अब मलाई भर्न देऊ
तिम्रो साथ पाए हर दुःख झेल्न तयार छु
उकालीमा साथै चढी, ओरालीमा झर्न देऊ
तिम्रो त्यो रूपको जूनसँग पनि तुलना हुन्न
तिम्रो मनको कोठा मलाई सर्न देऊ
सिउँदो खाली अब मलाई भर्न देऊ
आँखाले बोलिसकें मुखै अब किन खोल्नुपर्‍यो
सबैलाई बिर्सिदिन्छु तिम्रै काखमा मर्न देऊ
खाली सिउँदो, अब मलाई भर्न देऊ।

–आकाशचन्द्र न्यौपाने

भाकेको छु

यही ढुंगाले तिम्रो नाम बाँसभरि खोपेको छु
तिमीलाई पाऊँ भनी बूढासुब्बा भाकेको छु
धूपबत्ती चढाएँ मैले मन्दिरको घण्टी बजाई
तिम्रै नाम पुकारेर हृदयमा सँगै बसाई
यही हातले हाम्रो प्रेम चौतारीमा रोपेको छु
तिमीलाई पाऊँ भनी बूढासुब्बा भाकेको छु
अक्षता निधारमा कानमा सिउरी फूलपाती
तिमीबाहेक अरू कोही चाहिन्न भनी
आत्माले तिमीलाई मात्र आफ्नो मानेको छु
तिमीलाई पाऊँ भनी बूढासुब्बा भाकेको छु

– निर्मल विकल राई

ओइली झरे फूलहरू

निद्र नआए हुथ्यो आउँछन् सपनीका हुलहरू
अतीत सम्झी फूट्छन् आँसुका ती मूलहरू
दीप देख्छु अँध्यारोमा हिंड्दा अचेल
थाहा हुन्न रोपिन्छन् छातीमा शूलहरू
निराश पलका अवयवहरू मिल्काउँदा पनि
सुधारिएनन् कति यहाँ गरेका ती भूलहरू
मुस्कुराउँदै सुगन्ध छर्ने फुलेका भए बोट
फुल्नै नपाई ओइली झरे कोपिलामै फूलहरू

–सुनीता समर्पण

घात कति तीतो

कि आइदेऊ बहार बनी कि छोडिदेऊ छालसरी
बिजोग हेर डुबेको छु आँसुको म तालभरि
थाहा होला टुहुरोलाई आश कति मीठो हुन्छ
बुझेँबल्ल आज मैले घात कति तीतो हुन्छ
कि मुस्कान देऊ कि पिउन देऊ विष मलाई
के पाउँछौ र राख बाहेक लास जलाई
न्याय दिने केही भए फाँसी मलाई स्वीकार छ
बगरको माछाजस्तो जीवन यो धिक्कार छ
कि फूल देऊ कि एक वचन रुखो बोली
जाने थिएँ धेरै टाढा मन तिम्रै सामु खोली।

– ध्रुव कुँवर

लघुकथा

विकल्प

कतैबाट हावाले उडाएर ल्याएको त्यो बीउ त्यहाँ झरेर उम्रियो। उनीहरूले त्यो उम्रिएको सानो बिरुवा देखे र सल्लाह गरे, 'बिरुवा अनुपयुक्त ठाउँमा उम्रिएछ, उपयुक्त ठाउँमा लगेर सारिदिऊँ, भावी सन्ततिलाई काम दिनेछ।' उनीहरूले झाडी, बुट्यान एवं काँडाहरू पन्छाइदिएर त्यो सानो बिरुवालाई सारिदिए। मलजल गर्दै, गाई-भैंसी, भेंडा-बाख्रा र अन्य जनावरहरूबाट बचाउन त्यो सानो बिरुवाको वरिपरि बार बारिदिए उनीहरूले। रोगव्याधी लाग्दा उपचार गरे। वरिपरि कसैले फोहर नगरून् भन्दै त्यो बिरुवाको पूजा गर्ने चलन सुरु गरे। त्यो बिरुवा हुर्कंदै गयो र एक दिन रूखमा रूपान्तरण भयो। रूखलाई ठाउँ पुगेन, उनीहरूले वरपरका चट्टानहरू फुटाएर हटाउँदै कठोर श्रम खर्चेर ठाउँको विस्तार गरिदिए। फेरि एक दिन त्यो रूख बढेर विशाल वृक्ष बन्यो। इतिहासदेखि वर्तमानसम्म उनीहरू र उनीहरूका सन्तानहरूले त्यो वृक्षलाई गरेको माया, सेवा, सुरक्षा, सम्मान, त्याग र पूजाले गर्दा वृक्षमा अहंकार भरिँदै आयो।

'म त सर्वेसर्वा रहेंछु, मेरो कुनै विकल्प यिनीहरूसँग छैन, यिनीहरूले मेरो केही बिगार्न सक्दैनन्' भन्ने भावना जागृत भयो वृक्षमा। पुर्खाले सोचेजस्तो गर्मीमा शीलता, झरी र बादलमा ओत तथा बटुवाहरूलाई आश्रय दिनुको सट्टा त्यो वृक्षले वैशाख-जेठको प्रचण्ड घाममा आफ्ना पातहरू झार्न थाल्यो। झरी-बादलमा भरोसा अनि आश्रय लिन आउनेहरूलाई आफ्नो कुरूप हाँगाहरू भाँच्दै सबैलाई आतंकित पार्न थाल्यो। मीठा फलहरू र सुवासको विपरीत त्यो वृक्षले आफ्ना विषाक्त एवं दुर्गन्धित फल यतत्र झारेर वातावरण दूषित बनाएर रोगहरू फैलाउन थाल्यो।

मैमत्त भएर घमण्डले फुल्दै त्यो वृक्षले सोच्यो, कसैले मेरो केही बिगार्न सक्दैनन्। आफ्ना हाँगाबिँगा मोडेर बाटो छेक्दै बटुवाहरूको आवागमनमा बाधा दिन थाल्यो। गाउँलेहरूको भेला बस्यो– 'त्यो रूखले काम नदिने भयो ढालिदिऊँ।' बूढापाकाहरू मानेनन्– 'पुर्खाले रोपेको चिनो हो, बरु हाँगा काटिदिऊँ, सबै नढालौं।' सहमति भयो, ती कुरूप हाँगाहरू सबै काटियो र ठुटो राखियो। हाँगा काटिसकेपछि त्यो ठुटो पागलजस्तै भयो अनि आफ्नो सम्पूर्ण शक्ति लगाउँदै आफ्ना जराहरू यसरी बढाउन थाल्यो कि तिनै पुर्खाका सन्तानहरूका घरको जग र गारोहरूमा जरा पसाउँदै चर्काउन र लडाउन थाल्यो। 'भएन यो ठुटो नकाटी भएन बरु त्यसको विकल्पमा अर्को कुनै सुन्दर बिरुवा रोपौंला' यसैमा सबैको सहमति भयो अनि त्यो ठुटोलाई फेंदै लडाएर ढालियो, नजिकै अर्को एउटा बिरुवा रोपियो। ४-५ वर्षसम्म त्यो ठुटाका जराका अवशेषहरू देखिन्थे, पछि त कुहिएर सकिएछन्।

– चित्र कुइँकेल

काम एकातिर भिसा अर्कातिर

महिलाका लागि वैदेशिक रोजगारी आत्मनिर्भरतासँगै चुनौतीको विषय भएको छ। वैदेशिक रोजगारको माध्यमबाट कतिपय महिलाले आफ्नो जिन्दगीमै आमूल परिवर्तन ल्याएका छन् तर कतिपय भने ठगीको सिकार बनेका छन्। व्यक्तिगत पहलमा घरेलु कामदारका रूपमा साउदी अरेबियाको दमाममा तीन वर्ष बिताएर भर्खरै मात्र नेपाल फर्किएकी सुशीला अब भने कुवेत जाने तयारीमा छिन्। विदेशको अनुभवले उनमा आत्मविश्वास र आत्मबल त बढेको छ नै, आत्मनिर्भरताका आँकुरा पनि त्यत्तिकै पलाएका छन्।

पहिलो पटक वैदेशिक रोजगारीको सिलसिलामा तीन वर्ष मात्र साउदीमा बसे पनि उनले निकै अनुभव सँगालेकी छिन्। पर्याप्त जानकारी तथा तालिमको अभावका कारण घरायसी काम नजान्दा पिटाइसम्म खानुपरेको अनुभव सुशीलासँग छ, तर सुरुसुरुका समस्याबाट आत्तिन नहुने र समयक्रममा यस्ता समस्या आफैं समाधान हुँदै जान्छन् भन्ने कुरा उनले पाएको महत्त्वपूर्ण शिक्षा हो। सुशीला भन्छिन्- 'काम बिगार्दा त जो पनि रिसाउँछ, पैसा र बहुमूल्य सामान यताउता पारी भन्ने लाग्यो भनेचाहिं हातपात पनि गर्दा रहेछन्।' उनको अनुभवले भन्छ, 'इमान्दारिताको परीक्षा लिन पनि पैसा वा बहुमूल्य सामान त्यत्तिकै फाल्दा रहेछन्, त्यसलाई जतन गरेर राखिदिनुपर्ने रहेछ।' कामको प्रकृति तथा ठाउँका बारेमा पर्याप्त जानकारी एवं आवश्यक तालिम लिएर गए त्यस्ता समस्या भोग्नु नपर्ने कुरा सुशीला बताउँछिन्। आफैंले कमाइ गर्न सकेपछि आफ्नै खुट्टामा उभिने र भावी जिन्दगीका बारेमा आफैं योजना बनाउने साहस पनि उनमा पलाएको छ। घरजग्गाजस्ता न्यूनतम आवश्यकता पूर्ति भएपछि मात्रै घरजम गर्ने सोच उनमा छ। 'अब एकपटक कुवेत गएर पुनः पैसा कमाएर ल्याएपछि मात्र विवाह गर्नुपर्ला,' २२ वर्षीया सुशीलाले भावी योजना सुनाइन्।

बाँकेको एक गाउँकी सीता सुनारले कुवेतमा गएर मासिक २० हजार कमाएको खबर पठाएपछि उनी कुवेत जाने तयारीमा लागेकी हुन्। पहिलो पटक विदेश जाँदा घरपरिवारबाट अवरोध भएपछि दिदीको सहारा लिएर देश छोडेकी सुशीलालाई यसपालि भने त्यति ठूलो थुनछेक छैन। सीता भन्छिन्, 'बुबाआमा नजा, अब विवाह गरेर यतै बस् त भन्नुहुन्छ तर तँ जाँदै नजा भनेर रोक्नुभएको चाहिं छैन।' यद्यपि वैदेशिक रोजगारका लागि प्रयास गर्दा ठगिनेहरू पनि प्रशस्त छन्। सँगै पढेकी साथी कमला कार्की वैदेशिक रोजगारका लागि इजरायल पुगेपछि उनकै दौंतरी नवलपरासीकी अस्मिता केसीलाई पनि जाऊँजाऊँ लाग्यो। सहपाठीले मासिक ५ सय ५० अमेरिकी डलर कमाउने गरेकी छु भनेर खबर गरेपछि त अस्मितालाई खपिनसक्नु भयो र उनी माध्यमको खोजीमा भैंतारिइन्। वैदेशिक रोजगारीका लागि पठाइदिने सम्पर्क व्यक्ति भेटेर केही पैसासमेत बुझाएपछि इजरायल जान पाइने भयो भनी फुरुङ्ग परेकी अस्मिताको खुसी भने अर्कै मुलुकको भिसा आएपछि त्यसै ओइलाएर गयो।

घरको चुलोचौकोबाट माथि उठेर महिलाहरू वैदेशिक रोजगारतर्फ आकर्षित हुन थालेपछि अस्मिताका जस्ता घटना बढ्दै गएका छन्। शिक्षित भएकीले उनी थप ठगिनबाट भने जोगिइन्। सीएमए गरेकी अस्मिताले वैदेशिक रोजगारीमा जाने इच्छा जागेपछि सम्पर्क-व्यक्ति खोज्दै जाँदा नवलपरासीकै एमबहादुर सुनारलाई भेट्टाइन्। सुनारले काठमाडौंको एक म्यानपावरमा इजरायल जानका लागि सम्पर्क गराइदिए। उनले साढे चार लाख तिर्ने सर्तसहित पेस्की ३० हजार तथा आवश्यक सम्पूर्ण कागजपत्र म्यानपावरमा बुझाइन्। गत कात्तिकमा अन्तर्वार्तामा सामेल भएपछि त्यसको एक महिनामा भिसा आएको भन्दै बाँकी रकम तिर्न खबर गरियो।

शिक्षित एवं सचेत अस्मिताले भिसा नहेरी बाँकी पैसा नतिर्ने अडान लिएपछि भिसा हेर्न दिइयो, तर त्यो भिसा इजरायलको नभै दुबईको थियो। त्यसपछि पनि उनलाई पहिले दुबई जाने र त्यसपछि इजरायल जाने भनेर भुक्याउन खोजियो। यद्यपि अस्मिताका अगाडि जाली कामको पर्दाफास भयो नै। आखिर दुबईमा घरेलु कामदारका लागि भिसा लगाइएको भेद खुल्यो। त्यसपछि भने अस्मिताले जान मानिनन्। उनले पासपोर्ट त जसोतसो फिर्ता लिइन् तर बुझाइसकेको रकम भने अझै फिर्ता लिन सकेकी छैनन्।

जहदा गाविस गोपीगञ्ज नवलपरासीकी अस्मितासँगै उनका सहपाठी माकरकी टीका पौडेल तथा रोजी थापा अनि भुमहीकी दिव्या खनाल पनि एकैपटक ठगिए। उनीहरू चारै जनाले जनही ३०-३० हजार म्यानपावरलाई बुझाएका थिए तर त्यो पैसा फिर्ता लिन सकेका छैनन्। अहिले बर्दघाटमा कम्युनिकेसन सेन्टर सञ्चालन गरेर बसेकी अस्मिता भन्छिन्- 'पैसा माग्न जाँदा भीसा आएको ठाउँमा नगएपछि त्यो पैसा त्यही भिसामा कट्टी भयो, तिमीले पाउँदैनौ भने।' उनले पैसा फिर्ता गराउन उजुर गर्ने निकाय आफूलाई थाहा नभएको पनि बताइन्। अस्मिताले थपिन्- 'उजुर गर्न जाऊँ भने पनि कहाँ जाने हो थाहा छैन, त्यत्तिकै त्यत्रो पैसा माया मार्न पनि सकिएन।' कुरा खुल्दै गएपछि साढे ४ लाखको ठाउँमा ९० हजार मागेर दुबई जाने प्रस्ताव पनि म्यानपावरले राखेको थियो तर अस्मिताको समूहले त्यसलाई अस्वीकार गर्‍यो। अस्मिता भन्छिन्, 'यहीं त यसरी ठगेर लान खोज्नेले उता पनि राम्रो काम लगाइदेला भनेर कसरी विश्वास गर्ने ? पहिले नै दुबईका लागि हो भनेको भए त्यहीं पनि गइन्थ्यो कि ?'

एकपटक ठगिए पनि वैदेशिक रोजगारीमा जाने उनको जाँगर भने सेलाएको छैन। राम्रो माध्यम भए उनीहरू चारै जना फेरि एकपटक इजरायलका लागि प्रयास गर्ने योजनामा छन् तर उपयुक्त माध्यम पाउन सकेका छैनन्। अस्मिता भन्छिन्- 'भरपर्दो माध्यम भए त फेरि एकपटक प्रयास गर्नहुन्थ्यो, तर जिल्लामा बसेपछि त्यस्तो अवसर पनि कम हुँदो रहेछ।' वैदेशिक रोजगारीका लागि जानेमा प्रायः पुरुषहरू नै हुने भएकाले ठगिनेहरूको संख्यामा पनि पुरुषहरूकै बाहुल्य छ। तर, पछिल्लो अवधिमा महिला पनि यसतर्फ आकर्षित भएपछि अब ठगिनेमा महिलाहरूको संख्या पनि थपिँदै गएको छ। त्यसमा पनि सीधासादा महिला नै बढी ठगिने गरेका छन्।

गत आर्थिक वर्षको तुलनामा यो वर्ष रोजगारीका लागि बिदेसिने महिलाको संख्या बढेको छ। श्रम तथा रोजगार प्रवर्द्धन आयोगको तथ्याङ्कअनुसार आर्थिक वर्ष ०६१।६२ मा जम्मा ५ सय ९० जना महिला वैदेशिक रोजगारीका लागि विभिन्न मुलुकमा गएका थिए भने यो वर्ष गत माघसम्म मात्र ६ सय ९१ जना विदेश गैसकेका छन्। यो वर्ष सरदर मासिक एक सय महिला वैदेशिक रोजगारीका लागि बिदेसिने गरेका छन्। महिलाहरूका लागि आकर्षक गन्तव्य भने इजरायल भएको छ। खाडी मुलुकमा निर्वाध जान पाइने व्यवस्था नभएकाले यी मुलुकमा जाने महिलाको संख्या पनि कम छ। चालू आर्थिक वर्षको बजेट भाषणमा महिलालाई वैदेशिक रोजगारमा लगाइएको बन्देज खुला गरिएको छ भन्ने प्रावधान उल्लेख भएकाले अब ती मुलुकमा पनि महिलाहरूको संख्या बढ्न सक्ने अनुमान भने गर्न सकिन्छ। अघिल्लो वर्षको सुरुको सात महिनाको अवधिमा इजरायलमा मात्र ३ सय ३६ जना गैसकेका छन् भने २०६१ मा ३ सय ५२ जना महिला रोजगारीका लागि त्यहाँ गएका थिए। सरकारी आँकडा यति भए पनि विभिन्न माध्यमबाट रोजगारीका लागि बाहिरिन सक्ने अवस्था रहेकाले वैदेशिक रोजगारीमा जाने महिलाको संख्या योभन्दा निकै बढी भएको अनुमान गर्न गाह्रो पर्दैन।

एक त सामाजिक तथा अन्य विभिन्न कारणले महिलाका लागि वैदेशिक रोजगारी त्यति सहज छैन, त्यसमा पनि ठगीका समस्या बढ्दै जाँदा यसले थप हतोत्साही पार्ने सम्भावना छ। सुशीलाकै जस्तो गरी सजिलै वैदेशिक रोजगारीको अवसर धेरैले पाउन सक्दैनन्। वैदेशिक रोजगारले महिलालाई आत्मनिर्भर त बनाएको छ तर आवश्यक सूचना नपाउनु तथा त्यसमा पनि ठगीको समस्याका कारण वैदेशिक रोजगारीमा जान चाहने महिलाका लागि थप चुनौतीका रूपमा खडा भएका छन।

सञ्चारिका लेखमाला

उमा, निरन्तर प्रगतिको शुभकामनाका सथै मुरी-मुरी सम्झना।

राजकुमार

शनिबार दिउँसो सानी बहिनीसँग, ग्वार्कोमा गाडी चढी सुन्धारा ओलर्ने अन्जान मायालुलाई मित्रताको हात अघि बढाउँदै शानिबार बिहान ठीक ९:४५ बजे उही ड्रेसमा रत्नपार्कको गेट अगाडि भेट्न चाहन्छु।

टोपी लगाएको ब्याग बोक्ने केटा

माया नानी, खै कहाँबाट सुरु गरूँ ? आफ्ना अन्तर हृदयमा छचल्किरहेका उकुसमुकुस भावनाका तरंगहरूलाई व्यक्त गर्न। धेरै सोचें तिमीलाई मनका कुराहरू भनौं कि नभनौं ? आखिरमा साहस लिएर प्रेम प्रस्ताव राख्दै छु जवाफको आशा गरेको छु।

दुःखी मायाभक्त

बेलुकीको ठीक ५ बजे गोंगबु हुँदै सामाखुसीतर्फ दायाँ पेटी भएर हिंड्ने, आँखा छली-छली हेर्ने गोरी-गोरी मैयालाई sebnew1@yahoo.com मेल गर्न आग्रह छ।

हरियो टिसर्ट, कालो क्याप

निर्मला, हाम्रो भेट नभएको पनि ४-५ वर्ष भैसक्यो, तिमी कहाँ छ्यौ ? म तिमीलाई कहिल्यै भुल्न सक्दिनँ। मलाई फोन गर ल।

सागर

एन.एन., प्रेम भनेको बलिदान हो, प्रेम भनेको संघर्ष हो। नारीहरू पनि प्रेममा संघर्ष गर्न सक्छन्, प्रेममा बलिदान दिन सक्छन् भन्ने सुनेको थिएँ। संघर्षसँग डराएर कस्तो प्रेम गर्न खोजेकी तिमीले ? तिम्रो कमलो हृदयमा मलाई राख्ने ठाउँ छ भने साथ देऊ, म जुनसुकै मूल्य पनि चुकाउन तयार छु। जिन्दगीको गोरेटोमा एक्लै हिंड्न नखोज, वैशाखी टेकेको मानिस सरह हुनेछौ।

लीला

एम, तिमी मप्रति यति धेरै समर्पित हुन्छ्यौ भनेर मैले सोचेको सम्म थिइनँ। म्यासेज पाउँदा म धेरै खुसी छु। तिमी अनि ममा कति धेरै फरक छ ? तिमी जति सुन्दर छौ, जति शिक्षित छौ त्योभन्दा धेरै स्वच्छ एवं पवित्र मन छ। म तिम्रो सुमधुर स्वरबाट त्यो शब्द सुन्न चाहन्छु, फोन गर है। म तिम्रो सुमधुर आवाजमा ती सुन्दर शब्द सुन्न आतुर छु।

एस.डी.

एस.एस., तिम्रो जीवनमा सधैं खुसी एवं मित्रताको भावना रहोस् भन्ने आन्तरिक शुभकामना। तिम्रो जीवन फुलोस्-फलोस्, मेरो शुभकामना छ।

पाल्पाली

बुवा सोमबहादुर, आमा सनमाया, भाइहरू कमल, विजय, तेजबहादुर, बहिनीहरू कृष्णमाया, पार्वती, भविराज, काकाकाकीहरूका साथै सम्पूर्ण आफन्तजनमा लामो सम्झना एवं मीठो माया।

गीता माझी

हजुरआमा, बुबा-आमा, दाजु रामचन्द्र, भाइ सहदेव, ऋषिराम, प्रकाश, मामाहरू रामकाजी, शंकर, भाउजूहरू सुष्मा, गीता, सावित्री, यशोमती, सानुमैयाँ, दिदीहरू गोमा, सावित्री, साथीहरू देवी, लक्ष्मी, अमृता, ज्ञानु, सन्तोषी, मनोज तथा लक्ष्मणमा सम्झना एवं न्यानो माया।

कमला पौडेल

दाजुहरू श्याम, सुन्दर, केदार, विष्णु, भाउजूहरू मीना, विमला, सरिता, सुन्तली, साथीहरू रीना, राजकुमारी, सरला, सुनीता, कमला, सुभद्रा, शान्ति तथा चम्पामा मीठो सम्झना एवं माया।

शर्मिला थापामगर

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

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

अभिरुचि : ....

वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना :..

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

gf]6 M तस्बिर र नगद रु. ५०।- अनिवार्य छ। आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ।

जीवनको गोरेटो

याद आउँदो रहेछ...

के दोष थियो र मेरो ? आज उनीबाट टाढिएर बाँच्नुपऱ्यो। खै दोष कसलाई दिऊँ खोट आफ्नै भाग्यमा भएपछि, धेरै-धेरै माया गर्थिन् उनी मलाई तर पनि हामी दुई एक हुन सकेनौं। हे भगवान्, आखिर किन ? जीवनभर हामी सँगै बाँच्नका लागि अनेकौं उपायको खोजी गर्थ्यौं, कहिले मन्दिर जान्थ्यौं त कहिले कसम खान्थ्यौं। म आफूलाई धेरै भाग्यमानी सम्झन्थे, अनि कल्पना गर्थें धेरै सपनाहरू बुन्थें, तर आखिर सपना सपना नै हुँदो रहेछ, नहोस् पनि किन ? मैले सोच्न सकिनँ कि सपना सुत्ने बेलामा देखिन्छ तर आज त्यही सपनाले दिन-रात सताइरहेछ। एक्लो थिएँ तर बीचमा कोही आएर क्षणिक बास बसेर गइन् आखिर एक्लो त थिएँ फेरि एक्लै भएँ। एक्लै बरबराउँछु कहिले गीत गाउँछु त कहिले हाँस्छु, कहिले रुन्छु त कहिले कराउँछु। थाहा थिएन मिलनपछि विछोड हुँदो रहेछ, थाहा पनि कसरी हुनु ? त्यसबेला म तेन्ह वर्ष पूरा गरी चौध वर्षको सुरुमा रमाउँदै थिएँ, अनि सात कक्षामा पढ्दै थिएँ। बाबा विदेशबाट आउनुभएको थियो। उहाँले धादिङ बेसीमा डेरा लिएर बस्ने निर्णय गर्नुभयो। लगत्तै हामी बसाइ सऱ्यौं। म धेरै खुसी थिएँ, सहरी वातावरणसँग रमाउँदै थिएँ। रमाइलो नै थियो धादिङबेंसी। बाबा दिनभरि काम गर्नुहुन्थ्यो भने हामी कोठामै खेलेर बस्थ्यौं।

त्यसै क्रममा उनीसँग परिचित हुन पुगियो। समयसँगै हाम्रो सम्बन्ध प्रगाढ भैसकेको थियो। हामी एक-अर्काका मनका इच्छा-आकंक्षा पत्रबाट आदान-प्रदान गर्थ्यौं। उनको इच्छालाई साथ दिंदै धेरै ठाउँ पुग्थ्यौं त कहिले फोटो खिच्न जान्थ्यौं। साँच्चै नै हामी एक अर्काबिना बाँच्न नसक्ने भएका थियौं। उनको विवाहको प्रस्ताव आए उनी मसँग भन्थिन्- हामी भागेर जाऊँ, जस्तोपर्छ त्यस्तै टर्छ। म पनि ढुक्कसँग योजना रच्दै थिएँ, अफशोच, हाम्रो योजना उनको दाजुले थाहा पाउनुभएछ। त्यसपछि उनलाई कोठामा नजरबन्ध गरियो। म एक्लै रोएर बस्थें। दुई महिनाको अन्तरालमा उनको एउटा पत्र आयो, पत्रमा लेखिएको थियो– म धेरै अभागी रहेंछु तिम्रो साथ पाउन सकिन। म हारें, मलाई माफ गरिदेऊ, पत्र दोहऱ्याएर पढ्थें आखिर शब्द त्यही थिए। सबैले सम्झाउनुहुन्थ्यो तर मेरो आँखामा उनी नै नाच्थिन्।

दुई महिनापछि मलाई बाबाले पोखरा घुम्न जाऊ भनी केही रुपैयाँ दिनुभयो र सम्झाउनुभयो। उनले त्याग्न सक्छिन् भने मैले किन उनलाई नत्याग्नु ? भन्ने सोच लिएर आफ्नो एक्लो यात्रा अघि बढाउँदै पोखरामै बस्ने निर्णय गरें। भगवान्को कृपा मैले सोचेको कुरा पूरा पनि भयो। अहिले त दुई वर्ष बितिसक्यो, गाउँ जान पनि मन लाग्दैन बरु अब केही गर्न सकुँ जसले मेरो नाम उच्च राख्नेछ। अन्तमा तिमी पनि मान्छे नै हौ, मन, मुटु, मायाले भरिएको शरीर छ, विरलै भए पनि तिमीलाई मेरो याद त आउँछ होला तर मेरो यादमा आँसु भने कत्ति पनि नझार्नु, किनभने तिम्रो आँसुले मेरो सपनामा अवरोध पुऱ्याउँछ। बरु मेरो सम्झनामा खित्का छाडेर हाँस्नु जसले तिमीलाई भरपुर मनोरञ्जन प्राप्त हुनेछ।

–नारायण

चोखो प्रेमका कारण

म उनको कोठामा गैरहन्छु अर्थात् उनी कोठामा छिन् भने म लगभग दिनहुँ आधा समय उनकै कोठामा बिताउँछु। उनी पनि मेरो कोठामा आउँछिन्। यो प्रक्रिया हामीबीच मित्रता गाँसिएदेखि नै सुरु भएको थियो। हामी दिनहुँ सँगै बसी कुरा गर्दागर्दै निकै नजिक भैसकेका थियौं। कुराकानीकै क्रममा एक दिन उनले कोठाबाट बाहिर निस्कन खोज्दा मेरो हात समाएर भनिन्- 'तिमी मसँग कहिल्यै नरिसाऊ है, म त कहिल्यै पनि रिसाउन्न..., अब सधैं मिल्ने है।' त्यतिबेला उनको मुहार गम्भीर थियो। म अचम्ममा परें, अनि कता-कता मलाई पनि गम्भीरताको भान भयो। त्यसको केही दिनपछि म उनकै कोठामा थिएँ। उनले आफ्नो हातमा भएको कापी मतिर सारिन्। आफूतिर तानेर हेरें, त्यहाँ आइ लभ यु लेखिएको थियो।

म आश्चर्यमा परें साथै कता-कता खुसी महसुस भयो। अनि मैले त्यही समयमा उनलाई भनें- 'म नराम्रो अनि गरिब छु, म गाउँबाट आएको, हाम्रोमा त धेरै दुःख गर्नुपर्छ ...।' त्यसपछि उनले भनिन्- मलाई धनसम्पत्ति र भौतिक सुख चाहिंदैन, तिमी र तिम्रो माया अनि साथ भए पुग्छ...।' उनको मुखबाट यस्ता कुरा सुन्दा आश्चर्यचकित र खुसी पनि भएँ। म पनि उनलाई मनपराउन थालिसकेको थिएँ। त्यसपछि हाम्रो सम्बन्ध प्रगाढ बन्दै गयो। हामी प्रायः सँगै खाने, खेल्ने, पढ्ने, घुम्ने जस्ता काम गर्थ्यौं। उनी र म सँगै हुँदा समय गएको पत्तै हुँदैनथ्यो। सँगै बसेर कुरा गर्दा समय-समयमा उनी म बिना नबाँच्ने कुरा गर्थिन्। उनका कुरा सुन्दा म पनि मनमनै उनी केवल मेरी हुन्, मात्र मेरी, अब हामीलाई कसैले अलग गर्न सक्दैन भन्ने सोच्थें र भगवानसँग हाम्रो प्रेमको सफलताका लागि प्रार्थना गर्थे।

साँच्चै म उनलाई संसारमै सबैभन्दा बढी माया गर्छु। नढाँटी भन्नुपर्दा आफ्नो जन्मदाता बाबुआमालाई भन्दा पनि बढी माया गर्छु। मैले उनको प्रेमको गहिराइमा डुब्न विवश भएँ। यसरी मलाई आफ्नो प्रेमको गहिराइमा डुबाएर उनी आज मदेखि परपर हुँदैछिन्। उनी आजकल परिवर्तन भएकी छिन्, मेरो समीपमा रहन चाहन्नन्। मैले चुम्ने जिब्रोले मसँग बोल्न चाहन्नन्। खै किन हो आफ्नो वाचा र कसम अनि वचन आफै तोड्दैछिन्। पहिले-पहिले मलाई कर गरेर घुम्न जाऊँ भन्थिन् तर आजकल कतै घुम्न जानु त के उनी मसँग बोल्न पनि गाऱ्हो मान्छिन्। सायद उनी आजकल मलाई घृणा गर्छिन्, म गरिब भन्ने थाहा पाएर होला। रूप, रंग त पहिले नै देखेकी थिइन्।

हुन त मैले पहिले नै म गरिब छु भनेकै हो। सायद त्यतिबेला उनलाई विश्वास लागेन होला, बल्ल आज थाहा भयो– म उनीभन्दा साँच्चै गरिब छु। के साँच्चिकै गरिबले चोखो प्रेम गर्दा पनि पीडा, वेदना र आँसु अनि जलन मात्रै पाउँछ ? किन गरिबहरूको भाग्यमा धनीले हानेको मुटु घोच्ने वाणरूपी वचन र अपमानको पछ्यौरी मात्र हुन्छ ? आज मेरा बुबा विदेशिनुभएको छ। थाहा छैन खै कहाँ, कता हुनुहुन्छ। कुनै खोजखबरै छैन, बेपत्ते हुनुभएको छ। यसकारण मेरो मनमा कति पिर परेको छ ? मेरो परिवारमा आज के भैरहेको छ ? यो उनलाई राम्रैसँग थाहा छ किनकि बाबुआमाको माया कस्तो हुन्छ ? उनलाई मलाईभन्दा बढी थाहा छ तर यो सब थाहा हुँदाहुँदै पनि उनी मलाई तडपाइरहेकी छिन्। वचनहरूले घोचिरहेकी छिन्। पलपलमा आफैले देखाएका सपना आफैले टुक्राइरहेकी छिन तर किन ? के गरिबी नै मेरो आँसु र वेदनाको कारण हो त ? म प्रश्न नै प्रश्नले घेरिएर बाँचेको छु– म किन जन्मिएँ ?

–आँसु

कुपन सन्देश

पाउने :

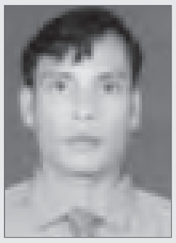
सन्देश :

पठाउने :

प्रति सन्देश रु. २०/– अनिवार्य

साप्ताहिक साथी

अविवाहित जीवन आले 'असहाय' त्यस्ता मानिससँग मित्रता गाँस्न चाहन्छन्, जसले आफ्नो भन्दा अरूको भावनालाई महत्त्व दिन्छन्। ५ फिट ५ इन्चका आलेको रुचि पत्रमित्रता एवं साहित्यमा छ। २१ वर्षीय गहुँगोरो वर्णका आलेलाई कल्चर भिलेज रेस्टुराँ, दमौलीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।



५ फिट ५ इन्च अग्ला २२ वर्षीय बसन्तराज विष्ट यतिखेर प्रवीणता प्रमाणपत्रतहमा अध्ययनरत छन्। लजालु स्वभाव भएकाले पनि उनी एकान्त तथा सङ्गीतप्रति रुचि राख्छन्। गहुँगोरा वर्णका विष्ट दुःखमा पनि साथ दिने मिलनसार साथीको खोजीमा छन्। उनलाई कीर्तिपुर–७ दूधपोखरी चम्पादेवीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

बीबीएस प्रथम वर्षमा अध्ययनरत गङ्गाबहादुर राई साहित्य एवं पत्रपत्रिकाको अध्ययनप्रति रुचि राख्छन्। ५ फिट ५ इन्च अग्ला राई नम्र स्वभावका छन्। साथीको महत्त्व बुझ्ने एवं पत्रमित्रतालाई निरन्तरता दिन चाहने साथीहरूलाई उनी मेनरोड, विराटनगर-३ मोरङमा पत्राचार गर्न आग्रह गर्छन्।

पिकनिक गन्तव्य पौवाभन्ज्याङ

बेनुपराज भट्टराई

यतिबेला पाँचथरको पर्यटकीय स्थल पौवाभन्ज्याङ रमाइलो भएको छ। शरद् ऋतुमा मौसम सफा भएर आकाश छर्लङ्ग भएपछि पौवाभन्ज्याङको सौन्दर्यमा थप निखार आएको छ। १२ हजार फिटको उचाइमा अवस्थित यो ठाउँ चिसो छ। त्यही भएर हिमाली श्रृंखलाको दृश्यावलोकन गर्दै छुट्टी वा पिकनिक मनाउने गन्तव्यका रूपमा पौवाभञ्ज्याङलाई रोज्न थालिएको छ।

फरक-फरक बहानामा रमाइलो गर्ने युवायुवती हुन् वा कामको तनाव मत्थर पार्दै मनोरञ्जन गर्न रुचाउने अधबैंसेहरू, सबै पौवाभन्ज्याङमा भेटिन थालेका छन्। इलाम र फिदिमबाट गाडीमा हुइँकिएर छुट्टी मनाउने कर्मचारी पनि बढ्दैछन्। मेची राजमार्गमै पर्ने भएकाले पनि पौवाभन्ज्याङलाई पिकनिक गन्तव्यका रूपमा छनौट गर्नेहरूको संख्या बढेको हो।

पौवाभन्ज्याङ घुम्न आउनेहरू यहाँको सौन्दर्यबाट मोहित भएर चिसो सिरेटोको समेत परवाह गर्दैनन्। उत्तरतिर फर्कंदा चाँदीका लहरझैं देखिने कञ्चनजंघा, कुम्भकर्ण, मकालु, सगरमाथाजस्ता हिमश्रृंखला, पूर्वतिर फाँटिला टारबारीसँगै देखिने इलामका पर्यटकीय डाँडाकाँडाले मात्र होइन, कुशल कलाकारका कृतिझैं लाग्ने दक्षिणतिरका मानवबस्तीले पनि पौवाभन्ज्याङको आकर्षण बढेको छ। एकैछिनमा हिंडेर पुग्न सकिने सिलौटी डाँडा तथा केही माथि पर्ने फाँटबीचको सुकेपोखरीका कारण पनि यो ठाउँको आकर्षण चुलिएको छ।

'चियाबारीले ढाकिएको इलामको कन्यामभन्दा कम रहेनछ पौवाभञ्ज्याङ,' -शनिबारको छुट्टी मनाउन आफ्ना पन्ध्र साथीसहित आइपुगेका अर्जुन सिजापतिले भने– 'भोक-तिर्खा नै बिर्साउने, आहा ☐ कति सुन्दर, शान्त र चिसो ठाउँ।' गाडीबाट ओहोरदोहोर गर्नेहरू पनि उनीजस्तै पौवाभन्ज्याङमा आइपुगेपछि केही बेर गाडी रोकियोस् र प्राकृतिक सौन्दर्य अवलोकन गर्न पाऊँ भन्ने चाहन्छन्।

'पौवाभन्ज्याङको मुख्य आर्कषण भनेकै चिसो मौसम र हिमाललाई नजिकैबाट नियाल्न पाउनु हो,' आफ्नो घमाइलो ठाउँको विशेषता बताउँदै दावा शेर्पाले भने– 'यति सुन्दर ठाउँ थोरै मात्र छन्।' होटल व्यवसाय सञ्चालन गर्ने शेर्पाजस्ता अरू सबै स्थानीय बासिन्दाहरू पौवाभन्ज्याङलाई पर्यटकीय केन्द्र बनाउने प्रयास गरिनुपर्ने माग गर्छन्। उनीहरू भन्छन्– विद्युत्, टेलिफोनजस्ता विकासका आधारभूत सुविधासमेत उपलब्ध भैसकेको पौवाभन्ज्याङलाई पर्यटकीय केन्द्रका रूपमा विकसित गर्न अब ढिलो गर्नु हुँदैन।

राजनैतिक समस्या के गरे समाधान होला ?

नेताहरूले बोली र आश्वासन दिन बन्द गरी योजनाहरूको सही कार्यान्वयन गरे ।

महेश गिरि (२०), **स्याङ्जा**

माओवादी र सेनाको बन्दुक भेला गरेर विदेशतिरै फिर्ता गरे लडाइँ पनि हुँदैन, कुर्सीका लागि झगडा पनि हुँदैन । अर्को विकल्प, लोकतान्त्रिक गणतन्त्रबाट मात्र नेपालको राजनैतिक समस्या समाधान हुन्छ ।

प्रेम बराइली

दुवै पक्ष मिलेर शिखर वार्ता गरे भने नेपालको राजनैतिक समस्या आफै समाधान हुन्छ ।

पवन त्रिपाठी (१७), **नेपालगन्ज**

शासन सम्हाल्ने आँट गर्नेहरूले आ□नो भरणपोषण एवं सुरक्षाको सिद्धान्त नअँगाली मुलुकको भरणपोषणको भावना कार्यान्वयन गरे देशको राजनैतिक समस्याका बाधा-अड्चनहरू खुल्दै जान्छन् ।

बालमुकुन्द अधिकारी

राजनैतिक समस्या समाधानका लागि समझदारी एवं विश्वासका साथ अघि बढ्नुपर्छ ।

चिरिञ्जीवी रेग्मी (२३), **कापिलवस्तु**

नेपालको प्रधानमन्त्री पद मलाई दिए राजनैतिक समस्या समाधान होला, किनकि म एक नौजवान युवक हुँ।

सुरज बास्तोला (१७), **नगरकोट**

मैले राजनीतिलाई फोहोरी खेलको उपमा दिएको छु। यसका बारेमा मलाई ज्ञान पनि छैन, गिरिजाबाबुसँग सोध्नुपर्छ ।

सुनिल मग्राती (१६), **काठमाडौं**

समानुपातिक प्रतिनिधित्वको निर्वाचन प्रणालीमार्फत जनतालाई अधिकार सम्पन्न गरे नेपालको राजनैतिक समस्या स्वतः समाधान हुन्छ ।

सूरवीन्द्र पुन (२२), **रुकुम**

आपसी सहमति र समझदारी हुनुपर्छ । एक-अर्काप्रति विश्वास नगर्ने बानीले यो स्थिति आएको हो ।

अमृत मगर, पाल्पा

कुनै पनि सरकार नबनाई देशलाई त्यसै चल्न दिने हो भने समस्या आफैं समाधान हुन्छ कि ?

जयराम भट्टराई, जनकपुर

असल राजनेता अर्थात् आफ्नो स्वार्थमा नलाग्ने व्यक्ति राजनीतिमा आउनुपर्छ ।

यतिराज तिमल्सिना, काभ्रे

आफूमा भएको स्वार्थीपन त्याग्नुपर्छ, तँ-तँ र म-म भन्ने कुविचार तुरुन्तै छोड्नुपर्छ, साथै हामी सबै एक हौं भन्ने भावना उत्पन्न हुनुपर्छ ।

नीरज श्रेष्ठ (२०), **रामेछाप**

खै भन्नै गाह्रो छ, सरकारमा पुगेपछि एक पदका निम्ति दुईजना नियुक्त हुँदै छुवाछूत, धर्मनिरपेक्ष जस्ता घोषणा मात्र गरेर बस्छन्, कहीं नभएको जात्रा हाँडीगाउँमा ।

चन्द्रा ठकुरी (३३), **भक्तपुर**

बूढा नेताहरूले विश्राम लिई युवाहरूलाई मौका दिनुपर्छ ।

शान्ता गौतम (२३), **झापा**

वार्ता र मेलमिलापबाट ।

हरिन्द्र कार्की (२२), **धनकुटा**

सतहबाट अध्ययन गर्दा नेपालको राजनीति ज्यादै फोहोरी देखिन्छ । पैसा र स्वार्थमा डुबेको यो कपटपूर्ण राजनैतिक समस्या समाधानका लागि नेताहरूको जिउँदै मालमी जानुपर्छ अनि नयाँ पुस्ताको मार्ग अँगाल्दै नयाँ सोच र सपना बोकी फर्कनुपर्छ।

कृष्णजी थापा

कमसेकम एकपटक सबैलाई प्रधानन्त्री बन्ने अवसर दिनुपर्छ ।

वाई.आर. न्यौपाने (२०) **स्याङ्जा**

सम्पादक ज्यू, तपाईंलाई उत्तर थाहा हुँदाहुँदै फेरि किन प्रश्न गर्नुहुन्छ ? आमनेपालीलाई थाहा छ, नेपालमा लोकतान्त्रिक गणतन्त्र आएपछि मात्र नेपालको राजनैतिक समस्या समाधान हुन्छ । किनकि सम्पूर्ण नेपालीको चाहना त्यतिबेला मात्र पूरा हुन्छ ।

शशी देवकोटा (२५), **सर्लाही**

भनूँ भने हाम्रा नेताहरूलाई अप्ठ्यारो पर्ला नभनुँ भने देश नै डुबिसक्यो, त्यसैले भन्नैपर्ला । यो समस्याको समाधानका लागि हाम्रो देशका जति पनि पुराना नेता छन्, सबैलाई हटाई नयाँ पुस्ता वा नयाँ युवाहरूलाई नेतृत्व दिए धेरैभन्दा धेरै समस्या समाधान हुने थियो ।

रविन कुँवर, सिरहा

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

प्रश्न : महिलाहरूमा उत्तेजना बढ्दा योनिबाट एक प्रकारको चिप्लो रस (योनिरस) निस्कन्छ । के सबै उमेरमा स्त्रीबाट उत्तेजनाका बेला त्यस्तो रस निस्कन्छ ? कुन उमेरदेखि योनिरस निस्कन थाल्छ ? अर्को कुरा, यौनसम्पर्क गर्दा स्खलनपश्चात् लिंग योनिभित्रै आधा घण्टासम्म राखियो भने अड्किन्छ भन्ने कुरा सुनेको छु। के यो साँचो हो ?

– ए.के.टी.

उत्तर : योनिरस के हो ?

हाम्रो शरीरको विशेष गरेर बाहिरतिर खुल्ने अङ्गहरू कुनै न कुनै किसिमको अर्थात् श्लेष्म होस् वा अन्य रसयुक्त हुन्छ, उदाहरणका रूपमा मुख, नाक, आँखा, गुदद्वार भनौं वा योनिलाई लिन सकिन्छ । यही रसका कारणले यी अङ्गहरू ओसिला हुन्छन् । अन्य कतिपय अङ्गजस्तै सामान्य अवस्थामा योनि एकदमै सुख्खा भने हुँदैन ।

विभिन्न कारणले योनिबाट रस वा तरल पदार्थ निस्कन्छ । ती सामान्य र स्वाभाविक हुन सक्छन् भने अस्वाभाविक पनि हुन सक्छन् । यौन उत्तेजना, महिनावारीको अघिपछि तथा सुत्केरी अवस्थामा आउने रसलाई स्वाभाविक मान्न सकिन्छ भने यौनरोग वा अन्य संक्रमणका कारणले आउने योनिरसलाई अस्वाभाविक । अस्वाभाविक योनिरस आए त्यसको उपचार गर्नुपर्ने हुन्छ । तपाईंको प्रश्न विशेष गरेर यौन उत्तेजनासँग सम्बन्धित भएकाले अब कुरा त्यतातिर केन्द्रित गरौं ।

यसरी यौन उत्तेजनाको बेलामा आउने योनिरसको प्रमुख उद्देश्य यौनसम्पर्कमा सहजता ल्याउनुका साथै त्यसलाई सुखमय बनाउनु हो । यौन उत्तेजनाको बेलामा योनिरस कसरी धेरै मात्रा आउँछ भन्ने कुरा बुझ्न महिलाको योनिको संरचनाका बारेमा जानकारी राख्नु आवश्यक छ । योनि एक नली आकारको एकदमै तन्कन सक्ने तन्तुले बनेको अङ्ग हो । यसको भित्री तह श्लेष्मयुक्त हुन्छ । यसको वरीपरि प्रशस्त मात्रामा रक्तनसाहरू हुन्छन् । यौन उत्तेजनाको बेलामा यी रक्तनसाहरूमा रगतको बहाव बढ्छ । अनि बिस्तारै योनिको भित्ता रसाएर आउँछ । सुरुमा यी रस योनिको भित्रतिर मात्र रहे पनि निकै नै निस्किए योनिद्वारभन्दा बाहिर पनि आउन सक्छ ।

अन्य कतिपय रस निस्किने अङ्ग जस्तो यसमा रस निकाल्ने ग्रन्थि भने हुँदैन तर तपाईंलाई थाहै होला, योनिद्वारनजिकै भएका ग्रन्थि (Bartholin glands) तथा अन्य साना vestibular glands बाट निस्कने रस पनि यसमा थपिन्छन्, थोरै नै मात्रामा हुने भए पनि ।

कुन उमेरदेखि योनिरस आउन थाल्छ ?

माथि नै भनिएअनुसार यस्ता अङ्ग ओसिला हुन्छन्, त्यसैले जन्मेदेखि मृत्युसम्म नै कुनै न कुनै रूपमा ओसिलोपनका लागि मात्रै भए पनि योनिमा योनिरस हुन्छ नै । यौन उत्तेजनाको कुरा गर्दा भने किशोरावस्थामा यो विशेष गरेर स्पष्टसँग देखिन्छ तर भनिन्छ, जन्मनासाथ छोरा शिशुको लिङ्ग उत्तेजित हुन सक्ने जस्तै छोरी शिशुको योनिमा पनि अत्यधिक रस हुन सक्ने स्थिति हुन्छ । त्यतिबेला उनीहरूमा प्रत्यक्ष रूपमा थाहा पाउने गरी यौन भावना थियो भन्न भने गाह्रो हुन्छ ।

कम वा बढी योनिरस निस्कने कुरा अर्कै हो तर यौन उत्तेजना भएपछि भने जुनसुकै उमेरका महिलामा पनि योनिरस निस्कन्छ । महिनावारी हुन बन्द भएपछि वा निकै नै पाको उमेरमा पर्याप्त यौन उत्तेजना नहुने कारणले योनिबाट पर्याप्त रस नआउनु अर्कै कुरा हो । पुरुषको कुरा गर्दा लिङ्ग उत्तेजित हुनु ऊ यौनका दृष्टिले उत्तेजित हुनु हो भने महिलामा योनिरस आउनु ।

योनिरस कति मात्रामा निस्कन्छ भन्ने कुरा यौन उत्तेजनाको स्तरमा भर पर्छ भने कतिपय स्थितिमा यो व्यक्तिअनुसार पनि हुन्छ । आवश्यक मात्रामा रस नआएर योनि सुख्खा भए यौनसम्पर्कको बेलामा पोलेको वा दुखेको अनुभव भै यौनसम्पर्क नै पीडादायक बन्छ भने अर्कातिर अति नै धेरै मात्रामा हुँदा पनि यौन आनन्द प्राप्तिमा कमी आउँछ ।

एलर्जी, मुटुरोग, मानसिक रोग अनि अन्य केही अवस्थामा प्रयोग हुने औषधीमध्ये केहीले योनिरस जुन मात्रामा आउनुपर्थ्यो त्यसलाई घटाउन सक्छ ।

लिंग अड्किन्छ ?

तपाईंले यी कुरा कसरी कहाँबाट सुन्नुभयो थाहा भएन । यस किसिमको कुरा किन निस्कियो होला भन्ने कुनै संकेत तपाईंको पत्रमा पाइँदैन । वीर्य स्खलन भैसकेपछि महिलाको योनिभित्र आधा घण्टा वा अझ बढी लिंग राखिरहे अड्किन्छ भन्ने कुरामा कुनै वैज्ञानिक आधार छैन ।

सामान्यतया वीर्य स्खलन पुरुषले यौन चरमसुख पाउने क्रमको हाराहारीमा नै हुन्छ । पुरुषको यौन प्रतिक्रिया चक्रको कुरा गर्ने हो भने यसरी चरमसुखको स्थितिमा पुगेपछि पुरुष resolution phase अर्थात् पुरानै अवस्थामा फर्कने क्रम सुरु हुन्छ । यसको अर्थ उसको उत्तेजित लिङ्ग शिथिल हुन्छ, रक्तचाप अनि सासको गति पनि पुरानै अवस्थामा फर्कन्छ । लिङ्ग शिथिल हुँदा सानो भएर बरु आफैं नै योनिबाट बाहिर आउँछ । अब एक पटक सोच्नुस् त, शिथिल लिङ्ग योनिमा अड्किन सम्भव होला ? पक्कै पनि अड्किँदैन ।

दोहोरीमा बद्रीको सन्देश

'ससुरालीमा..' होस् वा 'मन थिएन जोगी बन्नलाई..' जस्तो विरक्तलाग्दो गीत होस्, बद्री पंगेनीलाई धेरैले रोमान्टिक लोकगायककै रूपमा चिन्छन् । तिहारअघि रूपन्देहीको पड्सरीमा लोकगीत प्रतियोगिता भैरहेका बेला उनलाई देख्नासाथ दर्शकले सोचेका थिए– अब पंगेनीले सुरुमै दोहोरी गीतको झटारो हानेर दर्शकलाई पेट मिचीमिची हँसाउनेछन्, तर ठीक उल्टो, सुरुमै उनले दर्शकलाई धुरुधुरु रुवाए ।

दोहोरीको घम्साघम्सीमा रमाइरहेका दर्शकहरूका सामु २२ वर्षीया विधवा युवती भावविह्वल मुद्रामा मञ्चमा आइन् । ती युवतीलाई पंगेनीले आफ्नी बैनी भएको र ज्वाइँको माओवादी द्वन्द्वका क्रममा मृत्यु भएको बताए । उनले दर्शकसँग प्रश्न गरे- लाऊँलाऊँ र खाऊँखाऊँको उमेरमा मेरी बैनीले किन सेतो कपडा लाउनुपरेको ? श्रीमती मरेको केही दिनमै पुरुषले अर्को विवाह गर्न हुन्छ भने मेरो बैनीले सेतो पहिरनमा विधवाको चिनारी दिएर बस्नुपर्ने किन ? मेरी बैनीसँग विवाह गरेर जीवन बिताउन कोही तयार हुनुहुन्छ ?

रुँदै उनले सोधेको प्रश्न र कल्कलाउँदो उमेरकी ती युवतीलाई सामुन्ने देख्दा धेरैको आँखा रसाइसकेका थिए । कैयन् महिलाले सारीको टुप्पोले आँसु पुछिरहेका थिए । यत्तिकैमा, एक स्थानीय युवक सरासर मञ्चमा पुगे र भने- 'बद्री दाइ □ तपाईंकी बैनीसँग विवाह गर्न म तयार छु । म रुढिवादी संस्कारलाई परिवर्तन गर्न चाहन्छु । म अहिले नै येही मञ्चमा विवाह गर्छु ।' बद्रीले ती युवकको प्रस्ताव बहिनीसँग राखे । उनी तयार भइन् । मञ्चमै विवाह सम्पन्न भयो । पहिले विधवाको अवस्था देखेर आँसु झारेका दर्शक पछि विवाह भएको देखेर हर्षका आँसु झार्न थाले ।

विवाह सकिनासाथ सबैजना छक्क । किनभने त्यो विवाह वास्तविक थिएन । बद्रीले धेरै वर्षसम्म मुलुकमा चलेको माओवादी द्वन्द्वको यथार्थ चित्रण गरेका थिए । दर्शक सबैले उक्त दृश्यलाई वास्तविकता मानेका थिए । सबै विधवा महिलालाई आग्रह गर्दै उनले गाए– 'लाऊ चेली रातो लाऊ, निको पार मनको घाउ ।' उनको सन्देश थियो, श्रीमतीको मृत्युपछि पुरुषले अर्को विवाह गर्न हुन्छ भने महिलाले पनि हुन्छ । रातो वस्त्र, चुरा-पोते, लगाउन हुन्छ । विधवा महिलाहरूलाई आग्रह गर्दै उनले भने– 'तपाईंहरू साहस गर्नुस्, उमेर छ भने एक्लै नबस्नुस् र कुसंस्कारलाई समाप्त पार्नुस् ।'

उनले गणतन्त्रको नारा घन्काएर करिब छ महिनाअघिको वातावरणलाई पुनः याद दिलाए । जुन उद्देश्यले जनताले आन्दोलन गरे त्यो अनुरूपको फल प्राप्त हुन नसकेको उनको भनाइ थियो । गणतन्त्र पक्षमा नारा लगाउन दर्शकलाई हौस्याउँदै उनले गाए–

माधव नेपाल, गिरिजा,
प्रचण्ड र बाबुराम ।
विश्राम लिन नखोज
सकिएको छैन काम ॥

–माधव ढुंगाना

चिठ्ठा उपहार नतिजा
[illegible]

[illegible] NGO [illegible]

संगीत [illegible] R.R. College [illegible] T.U. Music Dept. [illegible]

कसरी सम्भव भयो तपाईंहरूबीच अन्तरजातीय विवाह ?

प्रेमले जात-भात, धनी-गरिब केही भन्दैन । मन र विचार मिलेपछि असम्भव भन्ने कुरा केही छैन ।

कति समय चल्यो तपाईंहरू–बीचको प्रेम ?

त्यस्तै पाँच-छ महिना मात्र हो । २०५१ सालमा हामी वैवाहिक जीवनमा बाँधिएका हौं ।

प्रेमप्रस्ताव तपाईंले राख्नुभएको कि उहाँले नि ?

उहाँ मेरो मामा घरमा आइरहनुहुन्थ्यो । आउने-जाने क्रममा हाम्रो चिनापर्ची भयो । पहिलो पटक उहाँले नै प्रेम प्रस्ताव राख्नुभयो तर उहाँको प्रेमप्रस्तावलाई तत्काल स्वीकार गरिनँ, केही महिनापछि मात्र स्वीकार गरेँ ।

गुरुङ समुदायबाट नेवारको उहाँले आफूले सिर्जना गरेका कविताहरू तपाईंलाई कत्तिको सुनाउनुहुन्छ ?

कविता लेखेपछि एकपटक मलाई सुनाउनुहुन्छ । कहाँनिर वाक्य मिलेन मलाई सच्याउन पनि लाउनुहुन्छ । आफूले लेखेको कविता मलाई सुनाएपछि मात्र सार्वजनिक गर्नुहुन्छ ।

उहाँका कविताहरूमा तपाईंलाई बढी मन परेको कविता कुन हो ?

'आमा नदीहरू' कविता संग्रहको उत्कृष्ट विम्ब भन्ने कविता मलाई असाध्य मनपर्छ ।

अरूले कविकी श्रीमतीभन्दा कस्तो महसुस हुन्छ ?

खुसी लाग्छ, गर्व महसुस हुन्छ ।

फुर्सदको समयमा के गर्नुहुन्छ ?

पत्रपत्रिका पढ्छु र टेलिभिजन हेर्छु ।

श्रीमान्ले भान्साको काममा कत्तिको सहयोग गर्नुहुन्छ ?

सिर्जना गुरुङ श्रेष्ठ,
चर्चित युवाकवि तथा कलाकार रमेश श्रेष्ठकी जीवनसंगिनी। जन्म २०३५ साल कुश्माबजार, पर्वत। एक छोरा तथा एक छोरीकी आमा। १६ वर्षकै हुँदा अन्तरजातीय प्रेमविवाह गरेकी सिर्जनाले १० कक्षाभन्दा माथि पढ्न पाइनन्। विवाहपछि घरपरिवारको बोझसँगै उनले पढाइ त्यागिन्।

घरमा भित्रिँदा सुरुमा त गाह्रो भयोहोला नि ?

उहाँको परिवारमा कोही नभएकाले केही गाह्रो भएन, आफ्नै माइतीलाई मनाउन भने गाह्रो भएको थियो ।

लाहुरे नै खोज्नुभएन ?

मलाई लाहुरेसँग विवाह गर्न मन लागेन । घरबाट त लाहुरेसँग गर्नुपर्छ भन्नुभएको थियो । आफनो निर्णय म आफैंले गरें ।

रमेशजीको कविताबाट लोभिएर विवाह गर्नुभएको त होइन ।

मेरो विवाह हुँदा मलाई त्यस्तो केही थाहा थिएन । ममा अल्लारेपन थियो । उहाँ कवि र कलाकार हो भन्ने कुरा त हल्का सुनेकी मात्र थिएँ, कविताबाट लोभिएर विवाह गरेकी होइन ।

त्यसो भए के मन पर्‍यो त उहाँको ?

आकर्षक व्यक्तित्व र बोलीचाली ।

कहाँ गर्नु नि, उहाँलाई एकछिन फुर्सद हुँदैन । घरमा त त्यति समय दिन भ्याउनुहुन्न ।

उहाँको मनपर्ने र मन नपर्ने बानी ?

मेहनती र परिश्रमी बानी मन पर्छ, तर ढिलो घरमा आउने र घरी-घरी रिसाउने बानी भने मन पर्दैन ।

छोराछोरीलाई पनि कवि–कलाकार नै बनाउने हो कि ?

हामीले बनाएर हुने कुरा होइन । उनीहरूको इच्छा जेमा छ त्यही हुने हुन् ।

टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने सिरियल त निकै हेर्नुहुन्छ होला ?

तीतो सत्य र कसौटी त नछुटाई हेर्छु ।

महिला भएकोमा पछुतो त छैन ?

किन पछुतो हुनु ? महिलाहरू पनि त पुरुषसरह छन् । म अर्को जन्ममा पनि महिला नै भएर जन्मन चाहन्छु ।

–शिव शर्मा

परिकार

काउली विद फ्राइड पनिर

६ जनाका लागि

आवश्यक सामग्री : आधा किलो पनिर, एउटा काउली, दुईवटा प्याजका टुक्रा, तीन चम्चा अदुवा-लसुनको लेदो, एक चम्चा पिसिएको गरम मसला, दुई चम्चा मेथी, थोरै पुदिनाको पात, तार्नका लागि तेल, दसवटा भिजाइएको बदाम ।

घोल बनाउनका लागि : एक कप मकैको पीठो, एक चौथाइ कप बेसन, स्वादअनुसारको नुन, डेढ चम्चा धूलो खुर्सानी, केही हिङ, थोरै तेजपात, थोरै हरियो धनियाँ ।

विधि : काउलीलाई स-साना टुक्रामा काट्ने र उम्लिरहेको नुन-पानीमा दुई मिनेटसम्म उमाल्ने ।

– अब एउटा कराइमा तेल तताएर त्यसमा प्याजको टुक्रा हाल्ने र राम्रोसँग भुट्ने । त्यसमा अदुवा-लसुनको लेदो हालेर थप केही समय भुट्ने । त्यसपछि मरीचको धूलो, पिसिएको धनियाँ तथा गोलभेडा पिसेर हाल्ने र तेलले सतह छाडेपछि मात्र भुट्न छाड्ने ।

– त्यसमा पानीबाट निकालिएको काउलीका टुक्रा हाल्ने । त्यसमा गरम मसला, मेथी, पुदिनाको पात पनि हँल्ने र आगोको राप कम गर्ने ।

– घोल बनाउनका लागि मकैको पीठोलाई पानीमा घोल्ने र त्यसमा नुन, खुर्सानीको धूलो, हिङ, तेजपत्ता, धनियाँ आदि मिसाउने ।

– छुट्टै कराईमा पनिरको लामो गरी काटिएका टुक्राहरू हालेर तेलमा फ्राइ गर्ने । फ्राई गरिसकेपछि पनिरलाई काउली भएको कराईमा मिश्रण गर्ने । बदामको बोक्रा छोडाएर स-साना टुक्रामा काट्ने तथा त्यसले पाकेको काउली तथा पनिरको मिश्रण सजाउने । स्वादका लागि यसमा थप तेजपत्ता हाल्न सकिन्छ ।

– अरुणा भट्टराई

आयुषा सत्ताइस वर्षकी भइन् । उनले झन्डै एक महिनाअघि एकैपटक १५ वटा सिटामोल ट्याब्लेट खाएर आत्महत्या गर्ने प्रयास गरिन् । पछिल्लो पटक एसएलसीको नतिजा प्रकाशन हुनासाथ कैयौं अनुत्तीर्ण विद्यार्थीले आत्महत्या गर्ने प्रयास गरे । कोही परीक्षामा अनुत्तीर्ण भएर, कोही प्रेममा असफल भएर त कोही कसैको तीतो वचनका कारण आत्महत्या गर्ने प्रयास गर्छन् । हाम्रो समाजमा दैनिकजसो आत्महत्या गर्ने प्रयास भैरहन्छ ।

मानिसको मृत्यु निश्चित छ तर कतिपय अवस्थामा मानिसहरू मृत्यु पर्खन सक्तैनन्, त्यस अवस्थामा मानिस आफूले आफैंलाई मार्ने प्रयास गर्छ । त्यस्तो प्रयासलाई नै आत्महत्या भनिन्छ । मानिसले आत्महत्या जस्तो गम्भीर निर्णय किन गर्छ ? यो प्रश्नको उत्तर ठाउँ, व्यक्ति, प्रकृति र वातावरणअनुसार फरक-फरक पाइने गरेको छ ।

विश्वमा भएका विभिन्न अध्ययन-अनुसन्धानहरूले आत्महत्याको प्रयास मानिसले मुख्यतः मानसिक रोगका कारणले नै गर्ने गरेको देखाउँछ । आत्महत्या गर्ने प्रयासलाई हामीले समयमै बुझ्न सक्यौं भने त्यस्ता प्रयासलाई रोक्न सकिन्छ । वास्तवमा आत्महत्या गर्ने प्रयास गर्नुभन्दा अघि नै सो कुराको अनुमान लगाउन सकिन्छ । मानसिक रोगहरूमा पनि सबैभन्दा बढी उदासीनताका कारणले मानिसहरू आत्महत्या गर्छन् । उदासीनताका रोगीहरू बढी झोक्राएर बस्ने, आफैंलाई हरेक काममा दोषी देख्ने मात्र होइन, सामान्य बोलीचाली र व्यवहारमा बाँचेर पनि केही गर्न सकिन्न भन्ने निष्कर्ष निकालिरहन्छन् । यस्तो निष्कर्षले नै कुनै पनि बेला आत्महत्याको रूप लिन पुग्छ । सामान्यतया आत्महत्या कसरी गर्ने, के गर्ने भन्ने योजना बनाएर गरिंदैन । यो आवेश र उत्तेजनामा आएर गरिने निर्णय हो ।

आत्महत्याको दोस्रो कारण हो– Adjustment disorder । यो अवस्थामा व्यक्तिलाई वातावरणसँग अनुकूलता मिलाएर बस्न कठिन हुन्छ । उदाहरणका लागि श्रीमान् र श्रीमतीबीच सधैं झगडा भैरहन्छ । श्रीमान् अत्यधिक मादक पदार्थ सेवन गर्छ । घरमा कलह भैरहन्छ । घरमा सासूसँग पनि खटपट भैरहने हुँदा श्रीमती तनावग्रस्त वातावरणमा हुन्छिन् । त्यस्तो अवस्थामा श्रीमतीले आफ्ना लागि अनुकूल वातावरण खोज्नुको सट्टा आत्महत्याको बाटो अँगाल्ने गरेका उदाहरण समाजमा धेरै पाइन्छन् ।

तेस्रो कारण हो– सिजोफ्रेनिया । यो एक प्रकारको कडा खालको मानसिक रोग हो । यो रोग लागेका बिरामीलाई एक प्रकारको मिथ्याभास भैरहन्छ । बिरामीको कानमा एक खालको आवाज आइरहन्छ । त्यस्ता आवाजले त्यस्तो व्यक्तिलाई आदेश दिइरहेको हुन्छ । त्यस्ता व्यक्तिले 'तँ गएर पाँच तलाबाट हाम फाल्' अथवा 'झुन्डिएर मर्' जस्ता आदेश सुन्छ । सुरुमा बेवास्ता गरे पनि बिरामीले बिस्तारै त्यस्ता आवाजलाई पछ्याउन थाल्छ । यस्तो रोग लागेका १० प्रतिशतले कुनै न कुनै रूपमा आत्महत्याको प्रयास गरेका हुन्छन् ।

त्यसैगरी अत्यधिक मादक पदार्थको सेवन तथा लागूऔषधीको कुलतमा फसेका युवाहरूले आत्महत्याको बाटो अँगालेको पाइन्छ । लागूऔषधीको कुलतमा फसेको व्यक्तिसँग कुनै इलम-व्यवसाय पनि हुँदैन र उसले राम्रा साथीहरू पनि गुमाइसकेको हुन्छ । त्यस्तो व्यक्ति उदासीनताको रोगले पनि ग्रस्त हुन्छ ।

कसैलाई कुनै मान्छेको व्यक्तित्वले अति नै प्रभाव पारेको हुन्छ । कुनै व्यक्तिको स्वभाव बढी भावनामा बहने, आफूले गरेका गल्तीहरूबाट पाठ सिक्ने प्रयास नगर्ने, आफ्नो गल्ती स्वीकार नगरी अरूमाथि दोष थोपर्ने, स-साना कुरामा रिसाइहाल्ने, आफूलाई मात्र मान गरोस् भन्ने सोचाइ राख्ने किसिमको हुन्छ । त्यस्ता व्यक्तिहरू पनि आफूले भनेजस्तो नभएको खण्डमा आत्महत्या गर्छन् ।

धेरैजसो व्यक्तिले भावनामा बहेर घटना विशेषबाट तुरुन्तै प्रभावित भएर आत्महत्याको बाटो रोज्छन् । जस्तै– बाबु-आमाको गाली, श्रीमान् र श्रीमतीको झगडा, परीक्षामा असफलता, प्रेममा धोका, जागिर नपाउनु आदि ।

नेपालमा आत्महत्याको प्रयास गर्ने सबैभन्दा सजिलो विधि विष सेवन नै हो । यसमा पनि मुसा मार्ने औषधी तथा कीटनाशक औषधी नै बढी प्रयोग गरिएको देखिन्छ । यस किसिमको विधि अपनाउनुमा सस्तो र सजिलोसँग बजारमा कीटनाशक औषधी पाइनु पनि हो । अरू तरिकाहरूमा डाक्टरले लेखिदिने प्रेस्क्रिप्सनबाट निद्राको गोलीको सेवन, झुन्डिएर मर्ने, अग्लो ठाउँबाट हाम फाल्ने, पोखरी, नदीमा हाम फाल्ने आदि पनि देखिन्छ । आत्महत्याको प्रयासमा कुनै पनि व्यक्तिमा अरूलाई देखाउनका लागि वा अरूको ध्यान केन्द्रित गर्ने तरिकाहरू जस्तै ब्लेडले नाडी काट्ने, पाँच-छवटा सिटामोलको ट्याबलेट खाने, एक बोतल रक्सी पिउने, टाउको भित्तामा ठोक्ने आदि पनि देखिन्छ । प्रायजसो यी तरिकाहरू जसलाई देखाउन खोजिएको हो, उसैको अगाडि वा वरपर गरिन्छ ।

आत्महत्याको प्रयास गर्ने व्यक्तिले आत्महत्या गर्दैछु भन्ने कुरा कुनै न कुनै माध्यमबाट व्यक्त गर्छ । कसैले आफ्नो साथीभाइलाई प्रकट गरेका हुन्छन् भने कसैले चिकित्सकसमक्ष ।

आत्महत्या गर्ने प्रयासलाई कम गर्न सरल र सहज ढंगले बजारमा पाइने कीटनाशक औषधी बिक्री-वितरणमा कडाइ गर्नुपर्ने देखिन्छ भने चिकित्सकले लेख्ने पेस्क्रिप्सनमा पनि निन्द्राका गोलीहरू धेरै लामो समयका लागि लेख्ने प्रचलनमा बन्देज लगाउनुपर्छ । आत्महत्याको प्रयास रोक्न सरकारद्वारा आवश्यक सामाजिक, मनोवैज्ञानिक एवं व्यावहारिक पहल पनि गर्नु आवश्यक छ ।

–डा. सुदर्शननरसिंह प्रधान

बालबालिकाका लागि

बालबालिकाहरूको उज्ज्वल भविष्यका लागि जीवनको आधा हिस्सा खर्च गरेर कडा मेहनत गर्दा पनि अभिभावकवर्गले आफ्ना सन्तानबाट उचित मात्रामा आदरका साथै मानसम्मान एवं भावनाको कदर नपाउँदा जीवनको सन्ध्याकालमा नैराश्यता छाउनु स्वाभाविक हो । यस्ता कुरामा अभिभावकवर्गले समयमै विशेष सतर्कता अपनाउनुपर्छ । सुरुको अवस्थादेखि नै बेला-मौकामा आफ्ना सन्तानको गल्ती औंल्याएर उनीहरूको बानी सुधार्नुपर्छ । हौसला प्रदान गर्न राम्रो काम वा सफलतामा पुरस्कृत गर्न चुक्नुहुँदैन । सन्तानहरूसँग मित्रवत् व्यवहार गर्नुपर्छ । त्यसतर्फ विचार नपुर्‍याउँदा सानोतिनो कुराले नै विकराल रूप लिन सक्छ । बालबालिकाहरू पछि बढी जिद्दी तथा झगडालु स्वभावका हुन्छन् ।

प्रत्येक अभिभावकले आफ्ना बालबालिकाका बानी एवं क्रियाकलापमा सही र गलत औंल्याएर गल्ती सुधार्ने मौका दिनुपर्छ । उनीहरूले जानीबुझी त्यसै गल्ती गर्दैनन् । साथीभाइको संगत, बाबुआमाले चाहिनेभन्दा बढी स्वतन्त्रता दिनु जस्ता कारणले गर्दा बालबालिकाहरू बाबुआमासँगै ठाडै मुख लाग्ने हुन्छन् । यस्तो स्थितिमा उनीहरूको रिस शान्त पार्न सम्झाई बुझाई गर्नुपर्छ । पारिवारिक वातावरणले बालबालिकाहरूको दिमागमा प्रतिकूल अथवा अनुकूल प्रभाव पार्छ । परिवारमा एक जनाले मर्यादाको ख्याल नराखी झोक्किएर बोलेको देख्दा बालबालिकाहरूले पनि त्यस्तै आनीबानी सिक्छन् । पारिवारिक समस्याको मूलकारण अभिभावक स्वयंले पत्ता लगाई त्यसको समाधान गर्नुपर्छ। बालबालिकाहरूलाई सानैदेखि प्रेमपूर्वक राम्रो संस्कार, अनुशासन एवं उचित शिक्षा-दीक्षा प्रदान गर्दै खराब संगतबाट बचाउनुपर्छ ।

–सन्तोष भुजेल

नाकबाट रगत आए

विशेष गरी टाउको दुख्ने समस्याले गर्दा र नाकको खराबीका कारण नाकभित्र घाउ भई नाकबाट रगत बग्छ । त्यसैगरी उच्च रक्तचाप, रक्तविकार, सरुवा रोग, कलेजोको विकार आदि कारणले गर्दा पनि नाकबाट रगत बग्न सक्छ । कलेजोका रोगीले लामो समयसम्म उपचार नगराए नाकबाट निरन्तर रूपमा रगत आई श्वास-प्रश्वासमा समेत समस्या देखापर्छ । चालीस वर्षको उमेरपछि बिनाकारण नाकबाट रगत आए शरीरभित्रका अंगको खराबी वा क्यान्सर हुन लागेको कुरा बुझ्नुपर्छ । बालबालिका एवं युवायुवतीमा लामो यात्रा, श्वास-प्रश्वासमा कठिनाइ वा नाकभित्रका नशामा हुने खराबीका कारण यो समस्या देखापर्छ ।

हामीकहाँ नाकबाट रगत आए उक्त रागत रोक्न टाउको पछाडि ढल्काइन्छ, तर त्यसो गर्दा नाक सर्कन गई अर्को समस्या देखापर्न सक्छ । अतः निस्किएको रगत बाहिर आउन दिई सफा चिसो पानीले धोएर टाउको आफूलाई सजिलो लाग्ने दायाँ-बायाँ वा कुनै पनि ठाउँमा अडयाई केही क्षण आराम गर्नुपर्छ । रगत बग्न कम भएपछि टाउको ठाडो राखी नाकमाथिको नरम भागमा आफ्नो हातको माझी तथा बूढी औंलाले ५-१० मिनेट थिचीराख्नुपर्छ । त्यति गर्दा पनि रगत नरोकिए बरफको टुक्रा रुमालमा पट्याएर वा चिसो पानीमा रुमाल भिजाएर नाकको डाँडीमा आधा घन्टासम्म राख्नुपर्छ । त्यसपछि पनि रगत बगिरहे चिकित्सककहाँ पुर्‍याउनुपर्छ ।

प्रचण्ड गर्मीको तापबाट टाउको लगायत शरीरका अन्य भाग बचाउनुपर्छ । जसका लागि छाता ओढ्ने, टाउकोमा क्याप, टोपी लगाउने वा स्कार्फ बाँध्ने । धेरै गर्मीमा काम तथा घुमफिर नगर्नु नै उपयुक्त हुन्छ । सम्भव भएसम्म दिउँसोको कार्य बिहान वा बेलुका गर्न सकिन्छ । दिउँसो बाहिर जानैपर्ने भए नुहाएर जानु उपयुक्त हुन्छ । नाकबाट नियमित रगत बग्नेहरूले कुखुरा, बंगुर, खसी, बोका तथा राँगाको रक्त परिकार सेवन गर्नुपर्छ । चियाकफीको सेवन कम गर्नुपर्छ । तिल, भटमास, रायोको साग, कानेच्याउ, भेडे खुर्सानी, अमला, गोलभेंडा, काँक्रो, अंगुर जस्ता फलफूल तथा सागसब्जीको सेवन पनि लाभदायक हुन्छ । दूध, अन्डा, कलेजो एवं भिटामिन सीयुक्त खाद्यपदार्थले हाम्रो शरीरमा लौह तत्त्व बढाउँछ भने नाकबाट आउने रगत पनि रोक्छ ।

–सीता भुजेल

उपयोगी जानकारी

- दागको प्रभाव कम गर्न प्याजको रसमा मह मिसाएर अनुहारमा लेप लगाउनुहोस् । सुकेपछि मनतातो पानीले पखाल्नुहोस् ।

-पुरानो टुथब्रसलाई काम नलाग्ने भनेर नफाल्नुहोस् । त्यसको प्रयोग कपाल रंगाउनका लागि गर्न सकिन्छ ।

-कागतीको अचार हाल्नुअघि कागतीलाई चार-पाँच दिनसम्म पानीमा भिजाएर राख्नुहोस् । त्यसपछि हालेको अचार स्वादिष्ट बन्छ ।

-छालाको जुत्तामा पालिस गर्नुअघि केराको बोक्राले रगड्नाले जुत्ताको चमक बढ्छ ।

-यदि कपडामा गाढा दाग बसेको छ भने नुन मिसिएको पानीले सफा गर्दा दाग हट्छ ।

-मौरी अथवा बारुला जस्तो विषालु कीराले टोके तुलसीको पातलाई पिनेर टोकेको ठाउँमा लगाउनाले तुरुन्तै आराम मिल्छ ।

जाडो मौसममा खुट्टाको स्याहार

जाडोको सुरुवातसँगै हातखुट्टाको समस्या पनि सुरु हुन्छ। यो मौसममा हातखुट्टा फुट्ने, खस्रो हुनेजस्ता अनेक समस्या देखा पर्छन्। यस्ता समस्या प्राय: गरेर पुरुषमा भन्दा महिलामा बढी हुन्छ। महिलाहरूमा हातभन्दा पनि बढी खुट्टामा यस्ता समस्याहरू देखिन्छन्। बीस वर्षको भएपछि बढी देखिने यो समस्या जाडो मौसममा अझ बढ्छ। यो समस्या धेरैजसो जुत्ताले गर्दा उत्पन्न हुन्छ। ७५ प्रतिशत खुट्टाका समस्या फेसनअनुसारको जुत्ताले गर्दा नै हुन्छ। खुट्टाको सबैभन्दा ठूलो समस्या भनेकै औंला सुन्निनु हो। यो आनुवंशिक समस्या पनि हो। यस्तो समस्या भएका व्यक्तिले साँघुरो जुत्ता लगाउनुहुँदैन, किनकि यसले औंला दुख्ने समस्या बढाउँछ। साँघुरो जुत्ताले औंलामा दबाब दिन्छ र औंला दुख्ने समस्यालाई अझै बढाउँछ, जसले गर्दा औंला दबिन्छ र यसको आकार पनि बिग्रन्छ। औंलाको नङ भित्र घुम्रिन थाल्छ, नसा थिचिन्छ, गाँठो पर्नेजस्ता धेरै समस्या उत्पन्न हुन्छन्। राम्रो र खुट्टामा फिट हुने जुत्ता लगाएर यस्ता समस्याबाट बच्न सकिन्छ।

उमेरका साथसाथै खुट्टाको आकार पनि बढ्दै जान्छ। त्यसैले जुत्ता किन्दा कागजमा खुट्टाको नाप लिनुपर्छ। यसका लागि दुवै खुट्टालाई कागजमा राखेर खुट्टाको नाप लिने। यदि दुवै खुट्टाको आकारमा अन्तर छ भने ठूलो खुट्टाको नाप बराबरको जुत्ता किन्नुपर्छ। धेरैजसो महिलाको खुट्टाको चौडाइ ३ दशमलव ५ इन्च हुन्छ।

खेल्न र हिँड्नका लागि चौडा जुत्ता किन्नुपर्छ। पहिरनअनुसार मिलाएर जुत्ता किन्दा पनि खुट्टाको आकारलाई ध्यान दिनुपर्छ। खुट्टाका धेरै समस्या सरसफाइका कारणले पनि उत्पन्न हुन्छन्। राम्रोसँग सफाइ नगर्नाले खुट्टामा मैलो जम्ने, नङको कुना-कुना र भित्री भागमा फोहोर बस्ने तथा खुट्टाको तल्लो भाग फुट्ने हुन्छ। यी समस्याहरू हटाउने सबैभन्दा राम्रो उपाय पेडिक्योर हो। खुट्टालाई स्वस्थ राख्न एवं थकान हटाउन पेडिक्योर प्रभावशाली प्रमाणित भएको छ।

छाला, नङ तथा औंला नरम बनाउन खुट्टालाई १० मिनेट मनतातो साबुनपानीमा डुबाएर राख्नुपर्छ। ढुंगाले बिस्तारै माडेर खुट्टाको मृत छालाहरूलाई हटाउनुपर्छ। त्यसपछि सफा पानीले धोएर सफा रुमालले पुछ्नुपर्छ। अन्त्यमा कुनै राम्रो लोसन (बडी लोसन) लगाउनुपर्छ।

नङ सधैं सीधा काट्नुपर्छ। यसो गर्नाले नङ भित्रतिर घुम्रिन पाउँदैन। एमरी बोर्डले नङलाई रगडेर सही आकार दिनुपर्छ। मस्चराइजिङ क्रिम अथवा लोसनले खुट्टाको मालिस गर्ने। यसो गर्दा खुट्टाको पीडा र थकान दुवै कम हुन्छ। यदि खुट्टाको छाला सुख्खा छ भने क्रिम, तेल अथवा लोसन लगाउन सकिन्छ। खुट्टाको छाला एवं नङलाई राम्रोसँग सफा गरेर मालिस गरी सही रूप दिइसकेपछि सुहाउँदा नङ पालिस लगाउनुपर्छ। पालिस दुई कोट लगाउनुपर्छ।

यसरी जाडो होस् वा गर्मी दुवै मौसममा हामी आफ्नो खुट्टालाई सुन्दर एवं आकर्षक बनाउन सक्छौं।

– अरुणा भट्टराई

केशमा आइरन

केशमा गरिने आइरनका बारेमा धेरैलाई थाहा नहुन सक्छ। चीनबाट सुरु भएको विश्वास गरिने यो प्रविधि सहर-बजारमा लोकप्रिय हुँदै आएको छ। काठमाडौंका धेरैजसो ब्युटिपार्लरले यो सेवा धेरै अघिदेखि प्रदान गरिरहेका छन्। आइरन गरेपछि केश आकर्षक तथा नौलो देखिने भएकाले यसप्रति महिलाहरूको लगाव बढ्न थालेको छ। विशेषत: आफ्नो केश मन नपर्ने मानिसका लागि यो प्रविधि बरदान सावित भएको छ। प्राकृतिक रूपमा घुमाउरो वा अन्य प्रकारका केशहरू पनि आइरनपछि सीधा हुन्छन्। विशेषगरेर पार्टीहरूमा जाँदा केशमा आइरन गरेर जाने चलन बढी छ। आइरन गर्दा केश आकर्षक एवं नौलो देखिए पनि बढी आइरन गर्दा केश बिग्रन सक्छ। आइरन बढी भए केश टुक्रिने, सुख्खा हुने, हाँगाहरू पलाउने समस्या देखिने तथा केश अझ नराम्रो देखिने हुन सक्छ।

आकर्षक देखिन्छ भनेपछि सबैलाई केशमा आइरन गर्ने रहर पलाउन सक्छ, तर केश लामो हुनेहरूले मात्र केशमा आइरन गर्न सक्छन्। छोटो केश हुनेहरूले आइरन गरेर केशलाई आकर्षक बनाउँछु भन्ने नसोचे पनि हुन्छ। छोटो केशमा आइरन गर्न असम्भव हुन्छ, थाइकटसम्मको केशलाई पनि आइरन गर्न मुस्किल पर्छ। थाककट भन्दा लामो केशमा भने आनन्दसँग आइरन गर्न सकिन्छ। आइरन गर्नका लागि सबैभन्दा पहिले सीधा भएर सुतेर केशलाई सीधा पारेर तकियामाथि राख्नुपर्छ। तकियामा टाउकोलाई होइन केशलाई स्थान दिनुपर्छ। केशलाई तकियामा सीधा राखेपछि आइरन तताएर केशमा दल्नुपर्छ।

केशमा कपडामा लगाउने आइरन नै पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ तर आइरन गर्दा पूर्ण होसियारी अपनाउनुपर्छ। सानोतिनो लापर्बाहीले केशको वास्तविक स्वरूप बिग्रन सक्छ। अलिकति लापर्बाहीले केश डल्लो पर्न सक्छ। केशमाथि पातलो कपडा राखेर अथवा सोझै पनि आइरन गर्न पनि सकिन्छ। यसका लागि केशकै लागि भनेर बनाइएको आइरन पनि प्रयोग गरिन्छ। बजारमा पाइने कर्ली आइरन, र फ्लाट आइरन खरिद गरेर पनि हामी केशमा आइरन गर्न सक्छौं। यी आइरनहरू प्रयोग गर्दा सुत्नुपर्दैन।

आफ्नो लुक समय-समयमा परिवर्तन गरेर स्टाइलिस बन्ने चाहना हुने महिलाहरूका लागि यो विधि लाभदायक देखिन्छ भने व्यस्त र आइरन गर्नुपर्ने समस्या आइहरनाले आइरन नगर्दा केश बिग्रने पनि सम्भावना उत्तिकै हुन्छ। त्यसैले आफ्नो केशमा अनुकूलता हेरेर मात्र आइरन गर्नुपर्छ।

–रमिता श्रेष्ठ

जाडोको साथी बदाम

जाडो मौसममा घाम प्यारो हुन्छ। अझ जाडोको मौसममा घाममा बसेर स्वादिला खानेकुरा खानुको छुट्टै मज्जा र रमाइलो हुन्छ। जाडो महिनामा कतिपय मानिस घाममा बसेर बदामको स्वाद लिइरहेको देखिन्छन्। त्यतिमात्र होइन जाडोको समयमा डालोमा बदाम बेच्नेहरू पनि व्यस्त देखिन्छन्। घरको कौसी होस् वा खुला चौर, मानिसहरू स-सानो समूहमा बदाम खाइरहेका भेटिन्छन्।

बदाम जाडोको खानेकुरा मात्र नभएर पौष्टिक तत्त्वले भरिपूर्ण खानेकुरा पनि हो। किनेर खान पनि सस्तो र सर्वसुलभ भएकाले बदामको आकर्षण बढी छ। बदाममा प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट, चिल्लोपदार्थ, क्याल्सियम, फस्फोरस, आइरन तथा एमिनो एसिड प्रचुर मात्रामा पाइन्छ। बदाम खाँदा स्वादमात्र होइन अरू धेरै फाइदा प्राप्त हुन्छ। यदि मधुमेह वा उच्च रक्तचापको बिरामी हुनुहुन्छ भने दुई-तीन महिनासम्म दिनमा दुई तीनपटक ताजा बदाम सेवन गर्नुहोस्। ताजा बदाम भन्नाले खेतबारीबाट खनेर ल्याएको बदाम बुझ्नुपर्छ।

यदि नवजात शिशुकी आमालाई दूध नआउने समस्या छ भने बदाम सेवन गर्नाले दूध आउन सक्छ। गर्भावस्थामा पनि यसको सेवन लाभदायक हुन्छ।

बदामलाई भुटेर खाँदा स्वादिष्ट हुन्छ। बदामको अचार पनि बनाइन्छ। साथै बदामलाई पिँधेर अचारमा मिसाउन सकिन्छ। यसबाट तेल पनि निकाल्न सकिन्छ।

बदामलाई तारेर वा भुटेर खानु त्यति स्वस्थकर मानिँदैन। बदाम तारेर वा भुटेर खानाले गरिष्ठ हुनुका साथै पित्त पनि बढ्छ। त्यसैले बदामलाई सम्भव भएसम्म भिजाएर खानुपर्छ। तारेको वा भुटेको बदामले अरू समयभन्दा गर्मी महिनामा बढी हानि पुऱ्याउँछ। बदामले शरीरमा गर्मी गर्छ।

बालबालिकाका लागि पनि बदाम लाभदायक छ। ५-६ महिनापछि बालबालिकाहरूलाई दूधसँग बदाम सेवन गराउन सकिन्छ। यदि बालबालिकाले गाई-भैंसीको दूध मन नपराएको खण्डमा उनीहरूलाई दूध र बदाम खान दिन सकिन्छ।

बदाममा कोलस्ट्रोल हुँदैन। मुटुका बिरामीले पनि यसको सेवन गर्न सक्छन्।

बदामले छालालाई चिल्लो प्रदान गर्ने भएकाले यसले छालाको सुख्खापन हटाउँछ। बदामले केशलाई पर्याप्त पोषण दिने भएकाले यो फाइदाजनक सावित भएको छ। यसको सेवनले केश नरम एवं बाक्लो हुन्छ। नाथ्री फुटेको समयमा ताजा बदामको सेवन गर्नाले फाइदा हुन्छ। यसले रक्तस्राव रोक्छ। बदाममा धेरै गुण छन् भने यसका केही अवगुण पनि छन्। कब्जियत, बाथ, दम तथा खोकीका रोगीहरूले बदाम सेवन गर्नु हानिकारक हुन्छ।

केशको हेरचाह

केशको सबैभन्दा ठूलो समस्या झर्नु र हाँगा पलाउनु हो। यसको कारण गलत ब्रसिङ, राम्रो निद्रा नपुग्नु तथा समयमा ट्रिमिङ नगर्नु आदि हुनसक्छ। यसबाहेक अपर्याप्त पोषण, तनावग्रस्त चिन्तन पनि केश झर्ने कारण बन्छ। धेरैजसो महिलाहरू आ□नो केशको हेरचाहप्रति लापरबाही गरेर यस्तो समस्यालाई निमन्त्रणा दिन्छन्। केही कुरामा ध्यान दिए केशलाई सुन्दर एवं स्वस्थ बनाउन सकिन्छ।

- केश लट्टा परेको छ भने ब्रसले त्यसलाई फुकाउनुभन्दा बिस्तारै औंलाले लट्टा फुटाउनु राम्रो हुन्छ।
- केश कोर्दा नेचुरल ब्रिस्ल भएको हेयर ब्रस प्रयोग गर्नुपर्छ। ब्रसले केशलाई टाउकोदेखि गर्दन र गर्दनदेखि तलसम्म कोर्ने। ब्रसिङ गर्दा जरा कमजोर हुने भएकाले केश झर्ने समस्या हुन्छ।
- केश कोर्दा भिन्दाभिन्दै भागमा बाँड्ने र ठूलो दाँत भएको काइँयोले कोर्ने। धेरै तानेर नकोर्ने।
- केशलाई ड्रायरले सुकाउनुको सट्टा खुला हावामै सुकाउनुपर्छ।
- सधैं रोलर्स लगाउनाले केशको लचिलोपन कम हुन्छ।
- केश सुख्खा र मृत अवस्थाको छ भने हल्का कन्डिसनर लगाएपछि मात्र सेम्पु गर्ने।
- यदि स्विमिङ गर्नुपर्नेछ भने कन्डिसनर अथवा हेयर मास्क लिएर जानु राम्रो हुन्छ। जसले केशलाई चर्को घाम, क्लोरिन तथा नुनयुक्त पानीबाट सुरक्षा प्रदान गर्छ। यदि घाममा धेरै समय बस्नु छ भने डिप कन्डिसनर प्रयोग गर्ने। केश छोप्नेगरी ह्याट, क्याप, स्कार्फ लगाउने।
- हरेक दुई महिनापछि केशको नियमित ट्रिमिङ गर्नुपर्छ। यसले बढेको केशलाई उचित आकार दिन्छ तर हेयरस्टाइल राम्रो पार्नका लागि स्टाइलिस्ट प्रोडक्ट्सको बढी प्रयोगले पनि केश बिग्रन सक्छ। किनभने यी उत्पादनहरू कडा रसायनबाट बनेका हुन्छन्।
- यदि मानिस तनावग्रस्त छ भने उसलाई अवश्य पनि निद्रा लाग्दैन र ऊ ओछ्यानमा यताउती फर्किरहन्छ, जसले गर्दा केश झर्छ। सम्भव भएमा 'साटिन कभर' भएको सिरानी प्रयोग गर्ने। सुतीको खोल हालेको सिरानी प्रयोग नगर्ने। साटिन कभरले केश तान्दैन। राती केशमा 'रबर ब्यान्ड' को साटो सफा कपडा बेरेर सुत्ने।
- केशको वृद्धि एवं पोषणमा आहारको नै मुख्य भूमिका हुन्छ। केशलाई स्वस्थ राख्न एवं राम्रो हेरचाह पुऱ्याउन पौष्टिक खाद्यपदार्थहरू प्रयोग गर्नुपर्छ।

फेरि रन्को लिग च्याम्पियनसिपको

राजु घिसिङ

उपाधि जित्ने होडमा विभागीय टिम

घरेलु फुटबलमा त्रिभुवन आर्मी क्लब तथा महेन्द्र पुलिस क्लबलाई सधैं उपाधिको दाबेदार मानिँदै आएको छ । यी दुईसँगै अर्को विभागीय टिम सशस्त्र प्रहरी बलको ज्ञानेन्द्र एपीएफ पनि यसपटकको सहिद स्मारक ए डिभिजन लिग च्याम्पियन बन्ने होडमा छ ।

नकआउट फुटबल प्रतियोगितामा बेजोड मानिने महेन्द्र पुलिस क्लबले लिगमा कमजोर प्रदर्शन गर्दै आएको छ । गत वर्ष चौथो स्थानमै चित्त बुझाएको पुलिस क्लबले लिग च्याम्पियन बन्नकै निम्ति १५ वर्षपछि प्रशिक्षक परिवर्तन गरेको छ । योगम्बर सुवालको स्थानमा नयाँ प्रशिक्षक विराटकृष्ण श्रेष्ठले पाँच महिनादेखि महेन्द्र पुलिस क्लबको नेतृत्व सम्हाल्दै आएका छन् । रानीपोखरी कर्नर टिमका पूर्वप्रशिक्षक श्रेष्ठले आठ वर्षपछि फेरि महेन्द्र पुलिस क्लबको कमान्ड सम्हालेका हुन् । नयाँ नाम पाएपछि सहिद स्मारक लिगमा पुलिस क्लब दोस्रो स्थानभन्दा माथि उक्लन सकेको छैन । नेपाल पुलिस फोर्सको नाममा २०१२ र २०१३ सालमा पुलिस टिम लिग फुटबल च्याम्पियन बनेको थियो ।

खेलमा अग्रता लिएपछि रक्षात्मक रणनीति अँगाल्ने परम्परा तोड्दै अब पुलिस क्लबले आक्रमक खेलमा जोड दिने प्रशिक्षक श्रेष्ठले बताए । श्रेष्ठका अनुसार- 'हरि खड्का, रमेश बूढाथोकी, जुमानु राई तथा अर्जुन रिजालले पुलिस क्लबको स्ट्राइकिङ लाइन सम्हाल्नेछन् । मिडफिल्ड र डिफेन्स लाइन पनि बलियो छ ।' टिम वर्क राम्रो भए लिग च्याम्पियन बन्ने विश्वास व्यक्त गर्दै श्रेष्ठ भन्छन्- 'दोहोरो लिगका निम्ति हामीसँग पर्याप्त खेलाडी छन् ।' आठ जना नयाँसहित ३५ जना खेलाडी पुलिस टिममा छन् । हरि खड्का, रमेश, राकेश श्रेष्ठ, देवनारायण चौधरी, सुमन सुवेदी, दीपक पौडेल, नरोत्तम गौतम तथा दीपेन्द्र पौडेल चोटमुक्त भएकाले पनि पुलिस क्लब उपाधिको दाबेदार मानिएको छ ।

स्पिड र पावर गेमका निम्ति ख्यातिप्राप्त त्रिभुवन आर्मीले केही समययता आफ्नो रक्षात्मक खेलशैलीमा परिवर्तन गर्दै आक्रामक खेलमा जोड दिन थालेको छ । यसपटक च्याम्पियन बन्ने दाबी गर्दै नेपाली सेनाका खेलकुद प्रमुख विनोद विष्ट भन्छन्- 'टेक्निकल रूपमा पनि हाम्रा खेलाडी बलिया छन् । हामी रक्षात्मक खेलमा विश्वास गर्थ्यौं, अब आक्रामक खेल्नेछौं ।'

लामो पास र मैदानको छेउबाट बल अगाडि बढाउने कलामा सिपालु आर्मीका खेलाडीहरूले यसपटक छोटो पास र मैदानको मध्यभागबाट बल अगाडि बढाउने कला पनि देखाउने विश्वास गर्दै विष्ट भन्छन्- 'कमजोर फिनिसिङ फेरि दोहोरिनेछैन, आर्मीको स्पिड र स्टामिनाले विपक्षी खेलाडीलाई चाँडै थकाउनेछ ।' सेनाको तालिम अवधि नसकिए पनि मनाङ-मर्स्याङ्दी क्लबबाट त्रिभुवन आर्मीमा आएका गोलरक्षक विकास मल्ल लिगको सुरुदेखि नै मैदानमा ओर्लनेछन् । पहिलो चरणमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरे पनि गत वर्ष लिगमा त्रिभुवन आर्मीले तेस्रो स्थानमै चित्त बुझाएको थियो । आर्मी टिममा ३५ जना खेलाडी छन् । आर्मी टिम असोजमा सम्पन्न सुवर्ण स्मृति कपको फाइनलमा मनाङ-मर्स्याङ्दीसँग टाइब्रेकरमा पराजित भएको थियो । सेनाको टिम सैनिक-११ ले २०१४ सालमा एक पटक मात्र लिग फुटबल जितेको छ ।

सीधै ए डिभिजनमा प्रवेश पाएको ज्ञानेन्द्र एपीएफ पहिलोपल्ट लिग खेल्दै गत वर्ष पाँचौं स्थानमा आएको थियो । ६ जना परिचित अब्बल खेलाडी प्रहरी सेवामा अनुबन्ध गरेकाले एपीएफको लक्ष्य यसपटकको लिग जित्ने छ । एक दशकपछि मनाङ-मर्स्याङ्दी छाडेका कुमार थापाले एपीएफको नेतृत्व गर्नेछन् । जनक सिंह थारु, गोपाल थापा, सन्तोष साहुखल, सुनिल सुवेदी तथा मीनबहादुर बस्नेत (गोलरक्षक) हालै एपीएफमा प्रवेश गरेका छन् । एपीएफमा हाल ३० जना खेलाडी छन् ।

एपीएफका प्रशिक्षक ध्रुव केसी हुन् । लिगको तयारीस्वरूप एपीएफले गत अगस्तमा सिक्किमको गेजिङ तथा कालिङ्पोङमा सहभागिता जनाएको थियो । गेजिङमा उपाधि नै जित्यो । सशस्त्र प्रहरी बलका खेलकुद प्रमुख धीरेन्द्र प्रधानका अनुसार एक प्रहरीले पाउनेभन्दा बढी सुविधा खेलाडीलाई दिइएको छ । एपीएफले प्रतियोगिता जित्दा खेलाडीहरूलाई बोनस रकम दिँदै आएको छ । ५ लाख रुपैयाँ बराबरको खेल सामग्री उपलब्ध गराउँदै फिटराइट कम्पनीले एपीएफलाई लिगका लागि प्रायोजन गरेको छ ।

मनाङ-मर्स्याङ्दी, थ्रीस्टार तथा संकटाको लिग जित्ने तयारी

सहिद स्मारक लिगको साविक विजेता मनाङ-मर्स्याङ्दी क्लब उपाधि रक्षा गर्ने तयारीमा जुटेको छ । अर्कातिर थ्रीस्टार क्लबसँगै संकटा क्लबले पनि यस वर्ष लिग च्याम्पियन बन्ने योजना बनाएको छ ।

मनाङ-मर्स्याङ्दी तथा थ्रीस्टार क्लबलाई नेपालको घरेलु फुटबलको शक्तिशाली क्लब मानिन्छ । १७ वर्षमुनिको राष्ट्रिय फुटबल टिमलाई अनुबन्ध गरेको संकटा क्लबलाई पनि लिगका अन्य क्लबहरूले कमजोर आँक्नेछैनन् । युवाहरूको प्रदर्शनमा संकटाले लिग जित्ने योजना बनाएको छ । २०४० र २०४२ सालमा लिग फुटबल जितेयता संकटाले राम्रो नतिजा ल्याउन सकेको छैन । गत वर्ष उपविजेतामै खुम्चिन बाध्य थ्रीस्टार तेस्रोपल्ट लिग च्याम्पियन बन्ने धुनमा लागेको छ ।

मनाङ-मर्स्याङ्दीमा हाल १८ जना खेलाडी अनुबन्धित छन् । लिग फुटबल खेल्नकै निम्ति पुराना स्ट्राइकर राजन रायमाझी अमेरिकाबाट फर्किएका छन् । प्रतिभावान् युवा खेलाडीहरू राजकुमार घिसिङ, प्रवेश कटुवाल, अनिल गुरुङ, तिलक गुरुङ, संगीत रजक, नीराजन खड्का, शिशिर क्षेत्री तथा सुनील गुरुङलाई मनाङ-मर्स्याङ्दीले आफ्नो टिममा भित्र्याएको छ । प्रशिक्षक छिरिङ लोप्साङ भन्छन्– 'हाम्रा सबै खेलाडी उत्कृष्ट छन् । प्लेइङ-सेटमा पर्ने खेलाडीहरूको नाम पहिले नै भन्न सकिँदैन ।'

यस वर्षको पहिलो प्रतियोगिता सुवर्णशमशेर कप जितेको मनाङ-मर्स्याङ्दीको मनोबल उच्च छ । उसको सबैभन्दा बलियो पक्ष अग्रपंक्ति हो । नीराजन रायमाझी, अनिल, राजकुमार, नीराजन मल्लजस्ता अब्बल दर्जाका स्ट्राइकर मनाङ-मर्स्याङ्दीमा छन् । रानीपोखरी कर्नर टिमसँगै मनाङ-मर्स्याङ्दीले सर्वाधिक ६ पटक सहिद स्मारक लिग जितेको छ । सातौंपल्ट लिग च्याम्पियन बनेर कीर्तिमान कायम गर्ने तयारी भैरहेको प्रशिक्षक छिरिङले बताए । निरन्तर तीनपल्ट २०४३, २०४४ र २०४६ सालमा लिग उपाधि जितेर मनाङ-मर्स्याङ्दीले ह्याट्रिक गरेको थियो । मनाङ-मर्स्याङ्दी २०५७, २०६० र २०६२ सालमा पनि लिग च्यम्पियन बनेको थियो ।

लिग फुटबल जित्ने लक्ष्यपूर्तिकै निम्ति थ्रीस्टारले आफ्ना पूर्वखेलाडी बालगोपाल महर्जनलाई प्रशिक्षक बनाएको छ । प्रलय राजभण्डारी र सन्तोष श्रेष्ठ बिदेसिए पनि थ्रीस्टारले युगलकिशोर राई, सञ्जीव बूढाथोकी, कैलाश डंगोल तथा उत्तम गुरुङलाई अनुबन्ध गरेको छ । राम्रा पाँच जना खेलाडीले यो वर्ष क्लब छाडे पनि प्रदर्शनीमा खासै फरक नपर्ने थ्रीस्टार अध्यक्ष ललितकृष्ण श्रेष्ठ बताउँछन् । 'सहजै जित्नुपर्ने म्याच हारेकाले गत वर्ष उपाधि जित्न सकेनौं,' -श्रेष्ठले बताए ।

२१ जना खेलाडी अनुबन्ध गरेको थ्रीस्टार अब्बल विदेशी खेलाडी भित्र्याउने दाउमा छ । थ्रीस्टारसँग राम्रा डिफेन्डर, मिडफिल्डर तथा स्ट्राइकरहरू छन्, तर सब्टिच्युटका राम्रा खेलाडीहरूले यो वर्ष थ्रीस्टार क्लब छाडेका छन् । तेस्रो पटक थ्रीस्टार लिग च्याम्पियन बन्ने हो भने निर्णायक म्याच गुमाउने परम्परा उसले दोहोऱ्याउनु हुँदैन । थ्रीस्टारले २०५४ र २०६१ सालमा सहिद स्मारक लिग जितेको थियो ।

२१ वर्षपछि सहिद स्मारक लिग च्याम्पियन बन्ने योजनासहित संकटा क्लबले १७ वर्षमुनिको राष्ट्रिय टिमका १७ जना खेलाडीलाई अनुबन्ध गरेको छ । लिगको अंकतालिकामा संकटा क्लबलाई मध्यक्रमको टिम मानिँदै आएको छ । विकाससिंह क्षेत्री, चेतन घिमिरे, रञ्जित श्रेष्ठजस्ता १७ वर्षमुनिका उत्कृष्ट ११ जना खेलाडी रहेकाले संकटालाई यो पटक बलियो टिम मानिएको छ ।

लगातार दोस्रोपल्ट भारतको प्रसिद्ध सुब्रोतो मुखर्जी कपको यू-१७ प्रतियोगितामा कब्जा जमाएकाले पनि संकटाको मनोबल उच्च छ । सोही टिमले हालै सिंगापुरमा एएफसी यू-१७ च्याम्पियनसिपमा म्याच जित्न नसके पनि उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन गरेको थियो । संकटामा २२ खेलाडी अनुबन्धित छन् । लिग फुटबल जित्ने योजनामा रहेको मनाङ-मर्स्याङ्दी, थ्रीस्टार र संकटाले विभागीय टिमहरू महेन्द्र पुलिस क्लब, ज्ञानेन्द्र एपीएफ तथा त्रिभुवन आर्मी क्लबको कडा चुनौतीको सामना गर्नुपर्नेछ ।

४२ लाख रूपैयाँ नगद पुरस्कार

काठमाडौं- सहिद स्मारक लिग फुटबलको ३५ औं संस्करण मंगलबार सुरु भएको छ । घरेलु फुटबलको सबैभन्दा ठूलो र लामो प्रतियोगिता सहिद स्मारक लिगमा यस वर्ष उपाधिका निम्ति कम्तीमा आधा दर्जन क्लबबीच कडा प्रतिस्पर्धा हुने अनुमान गरिएको छ ।

गत वर्षभन्दा दोब्बर बनाइएको पुरस्कार रकम यसपटकको प्रमुख आकर्षण बनेको छ । पछिल्लो लिग फुटबलमा अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा)ले नगद पुरस्कारस्वरूप २७ लाख रुपैयाँ वितरण गरेको थियो । यस वर्ष पुरस्कार रकममा वृद्धि गर्दै ४२ लाख रुपैयाँ पुऱ्याइएको छ । सर्वोत्कृट खेलाडीलाई कार तथा उत्कृष्ट स्ट्राइकर, मिडफिल्डर, डिफेन्डर, गोल किपर, प्रशिक्षक एवं सर्वाधिक गोलकर्तालाई एक-एकवटा मोटरसाइकल पुरस्कार यथावत् नै छ ।

गत वर्ष सर्वोत्कृष्ट खेलाडीलाई २७ लाख रुपैयाँ मूल्यको कार पुरस्कार दिइएको थियो । गत वर्ष नगद पुरस्कार, कार तथा मोटरसाइकल गरी करिब ६० लाख रुपैयाँको पुरस्कार बाँडिएको थियो । लिग च्याम्पियन मनाङ-मर्स्याङ्दीले १० लाख रुपैयाँ नगद पुरस्कार हात पारेको थियो । यस वर्षको लिग विजेता क्लबले २० लाख रुपैयाँ नगद पुरस्कार प्राप्त गर्नेछन् । एन्फाका अनुसार लिगमा दोस्रो स्थानमा आउने क्लबले १० लाख, तेस्रोले ५ लाख, चौथोले ३ लाख, पाँचौंले २ लाख, छैटौंले १ लाख नगद पुरस्कार पाउनेछन् । सातौं, आठौं तथा नवौं स्थानमा रहने क्लबहरूले समान ५०-५० हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछन् ।

गत वर्षको लिग फुटबलको तयारीका निम्ति एन्फाले प्रत्येक क्लबलाई १ लाख ५० हजार रुपैयाँ उपलब्ध गराएको थियो । यसवर्ष प्रत्येक क्लबले ४ लाख ५० हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्न सक्नेछन् । टिकट बिक्रीबाट प्राप्त रकम लिगका १४ क्लबले एक-आपसमा बाँड्ने भएका छन् । यसबाट साना क्लबहरूलाई फाइदा हुनेछ । यी क्लबहरूले टिकट बिक्रीका निम्ति टु इन वान सेक्युरिटी कम्पनीलाई ३५ लाख रुपैयाँमा ठेक्का दिएका छन् । त्यसबाहेक प्रत्येक क्लबले २ हजार ५ सय रुपैयाँ दरको ७५-७५ वटा सिजनल टिकट प्राप्त गर्नेछन् । लिग फुटबल सुरु हुनुपूर्व नै प्रायः सबै क्लबले प्रायोजक खोजिसकेका छन् ।

प्रत्येक क्लबले लिग फुटबलका निम्ति ३५ जना खेलाडी एन्फामा दर्ता गरी उनीहरूलाई खेलाउन पाउनेछन् । पहिलोपल्ट विदेशी खेलाडीका निम्ति फिफाको नियमअनुसार इटरनेसनल ट्रान्सफर सर्टिफिकेट (आईटीसी) प्रस्तुत गर्न अनिवार्य गरिएको छ । एक क्लबले बढीमा पाँच जना विदेशी खेलाडी राख्न पाउने प्रावधान बनाइएको छ । आईटीसीको अनिवार्यताले आफ्नै राष्ट्रका नयाँ खेलाडी उत्पादन गर्न तथा फुटबल तथा व्यावसायिक बनाउन सहयोग पुग्ने एन्फा प्रवक्ता ललितकृष्ण श्रेष्ठ बताउँछन् । विदेशी खेलाडीलाई पहिलो चरणमा दर्ता गरिसक्नुपर्नेछ ।

लिग फुटबलको पूर्वसन्ध्यामा साविक विजेता मनाङ-मर्स्याङ्दी, थ्रीस्टार, महेन्द्र पुलिस, ज्ञानेन्द्र एपीएफ, त्रिभुवन आर्मी क्लबलाई उपाधिको दाबेदार टिम मानिएको छ । १७ वर्षमुनिको राष्ट्रिय टिमलाई अनुबन्ध गरेको संकटा क्लब, रानीपोखरी कर्नर टिम (आरसीटी), न्यूरोड टिम (एनआरटी) लाई पनि कमजोर आँकिएको छैन । पहिलोपल्ट 'ए' डिभिजन लिग खेल्न लागेको सरस्वती युथ क्लब, जावलाखेल युथ क्लब, ब्वाइज युनियन क्लब, फ्रेन्ड्स क्लब, ब्रिगेड ब्वाइज क्लब तथा मच्छिन्द्र क्लब लिगको अंक तालिकाको मध्यक्रमका टिम हुन् । राजधानीका 'ए' डिभिजनका १४ वटा फुटबल क्लबबीच प्रतिस्पर्धा हुने लिगको अंक तालिकामा पुछारका रहने दुई क्लब रेलिगेसनमा पर्नेछन् ।

लिगको पूर्वसन्ध्यामै क्लबहरूले राम्रा खेलाडीहरूलाई मोटो रकममा अनुबन्ध गरिसकेका छन् भने प्रशिक्षक छनौट पनि पहिल्यै भैसकेको छ । दोहोरो लिगका सबै १ सय ८४ वटा म्याच दशरथ रंगाशालामा सञ्चालन हुने एन्फा अध्यक्ष गणेश थापाले बताएका छन् । लिग फुटबलमा एक क्लबले अर्को क्लबसँग दुई खेल खेल्नुपर्नेछ । प्रत्येक क्लबले तीन महिना लामो लिगमा २६-२६ वटा म्याच खेल्नेछन् । अधिकतम ४ सय ९० जना खेलाडी सहिद स्मारक लिग फुटबलका क्रममा मैदानमा उत्रनेछन् । कात्तिक १५ गते सुरु भएको लिगको पहिलो चरण पुस ९ गते सम्पन्न हुनेछ ।

फितलो एसियाली चुनौती

साप्ताहिक समाचार

भारतमा सञ्चालन भैरहेको आईसीसी च्याम्पियन्स ट्रफी क्रिकेट एसियाका लागि सुखद रहेन। विश्वकपपछि दोस्रो ठूलो एक दिवसीय क्रिकेट प्रतियोगिताको सेमिफाइनलमा कुनै पनि एसियाली टिम पुगेनन्। स्पष्ट छ, पर्सि आइतबार फाइनलमा उपाधि जित्ने टिम गैर-एसियाली नै हुनेछ।

रणनीति हारको कारक होइन

मिनी विश्वकप मानिने च्याम्पियन्स ट्रफी क्रिकेटको पहिलो चरणबाटै आयोजक भारत बाहिरिएपछि प्रतियोगिताको इतिहासमै पहिलो पटक सेमिफाइनलमा दक्षिण एसियाली टिम देखिएनन्। दक्षिण एसियाली टिमहरूमा बंगलादेशको छनौट चरणबाट र भारत, श्रीलंका तथा पाकिस्तान पहिलो चरणबाट बाहिरिएका हुन्। अस्ट्रेलियासँगको जित्नैपर्ने खेल हारेपछि भारतीय कप्तान राहुल द्रविडले त्यसको दोष टिमका स्टार खेलाडीहरूमाथि थोपरे।

भारतीय सञ्चारमाध्यमहरूले पटक-पटक प्रयोगका रूपमा ल्याइने रणनीति र प्रशिक्षक ग्रेग च्यापल तथा द्रविडलाई हारको कारण बताएपछि त्यसको जवाफमा उनले आफ्नै सहकर्मीहरूलाई दोषी ठहराएका हुन्। 'शीर्ष खेलाडीहरूले जवसम्म आफ्नो क्षमताअनुरूपको योगदान गर्न सक्दैनन् तबसम्म कुनै पनि रणनीति सफल हुन सक्दैन।' द्रविडको यो भनाइ अस्ट्रेलियाविरुद्धको खेलको अघिल्लो दिन आएको थियो।

पाँचौं संस्करणको आईसीसी च्याम्पियन्स ट्रफी सुरु हुनुअघि धेरैले सोचेका थिए– उपाधि तीन एसियाली टिम भारत, पाकिस्तान वा श्रीलंकामध्ये कसैले जित्नेछ।

कारण पनि उत्तिकै स्पष्ट छ, आफ्नो घरमा खेल्दा एसियाली टिम बढी फुर्तिला हुन्छन्। विशेषत: भारतीय टिम त घरको बाघ हो। लिग चरणबाटै सबै एसियाली टिम बाहिरिए। सन् १९७५ को विश्वकपयता कुनै पनि एसियाली टिम बहुपक्षीय क्रिकेटको सेमिफाइनल नपुगेको यो पहिलो घटना हो।

बंगलादेश त मुख्य आठ टिमको 'ड्र' मा समेत परेन। सुरुमा चार टिमले तल्लो क्रमको वरियताका कारण छनौट खेल खेल्नुपरेको थियो। छनौटमा डिफेन्डिङ च्याम्पियन वेस्ट-इन्डिजसहित श्रीलंका, बंगलादेश तथा जिम्बाबे थिए। सबैको अनुमान अनुरूप वेस्ट-इन्डिज र श्रीलंका नै मुख्य 'ड्र' का लागि छानिए। श्रीलंका छनौटका सबै खेलमा विजयी रह्यो। बंगलादेशले भने वेस्ट-इन्डिज र श्रीलंकासँग हारेपछि सान्त्वना जितका लागि जिम्बाबेलाई १ सय १ रनको ठूलै अन्तरले हरायो। पहिलो रहेर श्रीलंका मुख्य 'ड्र' को समूह 'बी' का लागि छनौट भयो।

प्रतियोगिताअघि श्रीलंका राम्रो लयमा थियो, उसका सबै खेलाडीले राम्रो खेलिरहेका थिए, तर मुख्य 'ड्र'मा श्रीलंकाले राम्रो खेल्न सकेन। तीन लिग खेलमध्ये उसले न्युजिल्यान्डलाई मात्र सात विकेटले हरायो। बाँकी दुईमा पराजित भयो।

पाकिस्तान त समूहको पुछारमै रह्यो। प्रतियोगिताको ठीक अघि दुई प्रमुख बलर डोपिङ प्रकरणमा मुछिएपछि पाकिस्तानको प्रदर्शन पटक्कै राम्रो रहेन। यद्यपि पाकिस्तानले आफ्नो पहिलो खेलमै श्रीलंकालाई चार विकेटले हराएर सनसनी मच्चाउने काम भने गऱ्यो।

अर्कातर्फ भारत समूह 'ए' मा थियो र उसले पनि एक मात्र खेल जित्यो। पछिल्लो समय भारतीय क्रिकेटको प्रदर्शन एकपछि अर्को स्टार खेलाडीको उपस्थितिका बाबजुद राम्रो छैन। विशेषत: उनीहरूको ब्याटिङ जम्न सकेको छैन। भारतले घरेलु दर्शकलाई निराश पार्दै इङ्ल्यान्डविरुद्ध मात्र चार विकेटको जित रच्यो। भारतले वेस्ट-इन्डिज र अस्ट्रेलियासँग फिटिक्कै राम्रो खेल्न सकेन। अन्तिम लिग खेलमा भारतले अस्ट्रेलियाविरुद्ध निश्चित जित निकाल्नुपर्ने थियो तर हात पऱ्यो छ विकेटको हार।

५ प्रश्न

ललितकृष्ण श्रेष्ठ, अखिल नेपाल फुटवल संघका उपाध्यक्ष तथा प्रवक्ता। सहिद स्मारक लिगको पूर्व-च्याम्पियन क्लब नविल थ्रिस्टारका अध्यक्ष श्रेष्ठ यस पटकको सहिद स्मारक ए डिभिजन लिगले नेपाली फुटवलमा परिपक्व व्यावसायिकता भित्र्याउने दाबी गर्छन्।

यस पटकको लिग कस्तो होला ?

पछिल्ला केही वर्षहरूमा लिगले निकै लोकप्रियता हासिल गरेको छ। यसपटक त्यो लोकप्रियता दोब्बर हुने आशा गरेको छु। सबै १४ वटै टिमले निकै राम्रो तयारी गरिरहेका छन्। त्यसैले पनि आशा नगरिएको प्रतिस्पर्धा हामीले दशरथ रंगशालामा देख्न सक्नेछौं। धेरै क्लबले प्रायोजक खोजिसकेको अवस्थामा यसपटक नेपाली फुटवलमा परिपक्व व्यावसायिकता भित्रिने कुरामा अखिल नेपाल फुटवल संघ आशावादी छ।

गत वर्षभन्दा यसपटकको लिगमा केही फरक छ ?

धेरै फरक छ। पहिलो कुरा त पुरस्कार राशि दोब्बर भैसकेको छ। अब लिगमा पहिलो हुने टिमले २० लाख रुपैयाँ नगद पुरस्कार पाउनेछ। अर्कातर्फ उत्कृष्ट खेलाडीहरूलाई कार र छवटा मोटर साइकलको पुरस्कार यथावत् छ। यसपटक टिकटबाट उठेको पैसा क्लबहरूले आपसमा बाँडनेछन्।

गत वर्ष जस्तो लिगमा विदेशी खेलाडीहरूको उपस्थिति रहने सम्भावना कस्तो छ ?

सम्भावना त छ तर यतिबेलासम्म कुनै पनि क्लबले विदेशी खेलाडी दर्ता गरिसकेका छैनन्। यसपटकदेखि अन्तर्राष्ट्रिय सरुवा प्रमाणपत्र (आईटीसी) अनिवार्य गरिएका कारण विदेशी खेलाडीको संख्यामा कमी आउन सक्छ।

खेलाडी दर्ताको समय कहिलेसम्म छ ?

हामीले पहिलो लिगको समाप्तिसम्मलाई खेलाडी दर्ताको समय दिएका छौं। क्लबहरूलाई सजिलो होस् भनेर फुटवल संघले लचिलो नीति ल्याएको हो।

तपाईंको क्लब नविल थ्रिस्टारको प्रदर्शन कस्तो रहला ?

गत वर्ष हामीले अन्तिम खेलमा पराजित भएपछि मात्र उपाधि जित्ने मौका गुमाएका हौं। यसपटक गत वर्षभन्दा ठूलो प्रतिस्पर्धा हुने निश्चित छ तर थ्रिस्टार आफैमा राम्रो टिम हो र यसले लिग जित्ने कुरामा म विश्वस्त छु।

मैदान बाहिर

क्रिजभन्दा र्‍याम्प गाऱ्हो

मिनी विश्वकप मानिने च्याम्पियन्स ट्रफी क्रिकेट प्रतियोगिताका क्रममा अहिले सहभागी खेलाडीहरू भारतका विभिन्न सहर सयर गर्दै फुर्सद बिताउने गरेका छन्। विदेशी खेलाडीहरूको फुर्सदलाई सदुपयोग गर्दै फेसन डिजाइनरहरूले आफ्नो कलेक्सनको प्रबर्द्धन गर्न उनीहरूलाई र्‍याम्पमा हिंडाउन पनि भ्याए। क्रिकेटको क्रिजमा अस्ट्रेलियाका ग्लेन म्याक्ग्राथ तथा न्यूजिल्यान्डका स्टेफन फ्लेमिङलाई मुम्बईका फेसन डिजाइनरद्वय निखिल र सन्तनुले आफ्नो पछिल्लो फेसन कलेक्सनको प्रबर्द्धनका लागि र्‍याम्पमा ओरालेका थिए। म्याक्ग्राथ तथा फ्लेमिङलाई सघाउन बलिउडकी नायिका शिल्पा सेठ्ठी पनि र्‍याम्पमा प्रस्तुत भएकी थिइन्। म्याक्ग्राथ र फ्लेमिङ जीवनमै पहिलो पटक र्‍याम्पमा उत्रिएका थिए। सधैं क्रिजमा ओहोर-दोहोर गर्ने यी खेलाडीलाई भारतीय पहिरन लगाउन र हिंड्न गाऱ्हो नभए पनि र्‍याम्पको अनुभव नभएका कारण अप्ठ्यारो भैरहेको देखिन्थ्यो।

फ्लेमिङ र्‍याम्पमा ओहोर-दोहोर गर्दा उनको अनुहारमा कुनै उत्साह देखिंदैनथ्यो। उनी अप्ठ्यारो स्थितिको सामना गरिरहेका जस्ता देखिन्थे। फेसन सोको समाप्तिपछि फ्लेमिङले भने- र्‍याम्पमा हिंड्नुभन्दा त क्रिजमा दौडन नै सजिलो रहेछ तर पनि उनले भारतीय पहिरनमा आफूलाई सजिलो अनुभव भएको बताए। यसैगरी म्याक्ग्राथले यो फेसन सो अनुभवका लागि मात्र भएका कारण आफू रोमाञ्चित भएको बताए।

कान्तिपुर माया

किशोर नेपाल

कान्तिपुर नगरको मौलिक विशेषताहरूका बारेमा जति पनि आख्यानहरू तयार गर्न सकिन्छ । यो एउटा अद्भुत सहर हो, जसले जस्तोसुकै आनीबानी र बेहोरालाई पचाउने गरेको छ । त्यसरी पचाउन यसलाई कुनै गोली चाहिँदैन । हिन्दी सिनेमाका हिरोइनहरू बबितादेखि बिपाशासम्म र करिनादेखि कटरिनासम्म सबैका फेसनहरूको परेड लाग्छ पुतलीसडकमा । कुनै बेला पुतलीसडक कान्तिपुरलाई गाउँ र सहरका बीच विभाजित गर्ने एउटा सीमान्त बजार थियो । टुकुचापारि सहर र टुकुचावारी काँठका रूपमा प्रसिद्ध यो सहर अहिले सहैस्सहर भएकोछ । फास्टफुड, फास्ट फेसन, फास्ट बानीबेहोर र उत्तिकै फास्ट रोमान्स ।

पहिले सहरमा एउटा भुवन केसी थिए, जो काँठमा जन्मिएर पनि सहरिया अभिनेता बन्न सफल भएका थिए । अहिले मोडेल अरनदेखि गायक शरनसम्म, सबै कामदेवका प्रतिरूप बनेका छन् । सहरका प्रायः केटाहरू टेलिभिजनको च्यानेल चेन्ज गरेजत्तिकै छिटो गर्लफ्रेन्ड चेन्ज गर्छन् । केटीहरू पनि कम छैनन् । केटा होस् वा केटी सबैका आदत बदलिएका छन्, स्वाद फेरिएका छन् ।

सहरको भित्री भागमा खडा भएका धेरै घरहरूको कायाकल्प भैसकेको छ । पुण्यरत्न साहूले मालपुवा बेचेर कमाएको पैसा अहिले उनका छोराहरूले साइबरमा लगानी गरेका छन् । सहरमा कुरौटे संस्कृतिको अनौठो विकास भएको छ । परिचितलाई मुस्कानले टार्नेहरू अपरिचितसँग घण्टौं च्याटिन थालेका छन् । च्याटिनेहरू कहिल्यै भेट होलान् वा नहोलान् । च्याट जारी छ ।

सहरमा आरोहण पनि छ र इब्सेन पनि छन् । गुरुकुल र गोपीकृष्णलाई उस्तै-उस्तै ठहराउने मानिस पनि छन् । सहर मिसिएको छ, गहुँमा घुन र दालमा ढुंगा मिसिएजस्तो । ढुंगा हान्नेहरू पनि यहीं छन् र ढुंगा थुपार्नेहरू पनि यही छन् । एफएममा आफूले सुन्न चाहेको गीत सबैभन्दा पहिले गीत सुनाउनेलाई नै अर्पण गर्ने र त्यसपछि आफ्ना साथीभाइहरूको नाम लिने चलन पनि त्यत्तिकै हलक्क बढेको छ ।

कान्तिपुर सहरभित्र आउने र जाने बस र ट्रकका पछिल्तिरको भागमा आमाबाबुको आशीर्वाद लेखिएको धेरै भेटिन्छ । एउटा चालकले आशीर्वाद शब्दपछि थपेछ श्रीमतीको माया । कान्तिपुरमा नयाँ शब्दहरू थपिँदा छन् र पुराना शब्दहरू मेटिँदा छन् । थपिने र मेटिने क्रम विगत पचास वर्षखेखि निरन्तर चलिरहेको छ, तर के थपियो र के मेटियो ? त्यसको जानकारी कसैलाई छैन । नजान्दा-नजान्दै सहरको यौवन फक्रिएर पात झर्न थालिसकेका छन् । मानिसहरू पुराना पात झरेपछि नयाँ पात पलाउने विश्वासमा बाँचेका छन् । यही विश्वासको पर्याय हो कान्तिपुर ।

एफ टिभी हेर्दै हाँसेको फर्सी

काठमाडौं- याक एन्ड यति होटलछेउमा रहेको पर्खालमाथि एउटा पाकेको फर्सी हाँसिरहेको थियो । पर्खालको छेउ हुँदै क्लब पेज थ्रीको परिसरमा पुगियो । भित्रबाट 'कजरा रे'को रिमिक्ससँगै युवायुवतीहरूको हल्ला सुनियो । जताततै गुदी निकालिएको खोक्रो फर्सीका कैंडालाई चक्कुले काटेर आँखा, नाक र हाँसिरहेको जस्तो बनाएर राखिएको थियो । कुनैकुनै फर्सी भित्र मैनबत्ती बलिरहेको थियो । मंगलबार पश्चिमा मुलकहरूमा मृत्युका देउता, मृतात्मा तथा भूतलाई सम्झेर मनाइने पर्व 'हेलोइन' परेको थियो ।

डिजे बिक्यासको धुनमा क्लबको डान्स फ्लोरमा युवा-युवतीहरू नाच्दै थिए । गायक दीपक बज्राचार्य आफ्ना साथीहरूसँग बारमा बसेर स्कचको चुस्की लिँदै थिए भने एक्सिस समूहका गायक सन्दीप भने आफू मदिरा सेवन नगर्ने भए पनि साथीहरूलाई पिउन र डान्सफ्लोरमा गएर नाच्न उक्साइरहेका थिए ।

जाइभ इन्टरटेन्मेन्टका आयोजकका अनुसार पार्टीका लागि झन्डै ६० जना चलचित्र, संगीत, टेलिभिजन आदि क्षेत्रका सेलिब्रेटीहरूलाई आमन्त्रण गरिएको थियो, जसमा चार-पाँच जना मात्रै आएका थिए । आज शुक्रबार क्लब १९०५ मा डिजे बिम्यानको साथमा वेबसाइट रेज डटकमको शुभारम्भ डान्सपार्टीको आयोजनामा व्यस्त इभेन्ट म्यानेजरद्वय शरद तथा शहनबाज पनि त्यहाँ रमाइलो मान्दै थिए । ग्राफिक सम्पादक अमितले ठूलो टेलिभिजन पर्दामा आइरहेको एफटिभीको 'मिडनाइट हट' देखाउँदै शरदको कानमा खुसुक्क भने– 'यो फर्सी किन हाँसेको, थाहा छ ? एफटिभीमा मिडनाइट हट हेरेर ।'

अञ्चलकै पहिलो डान्सपार्टी

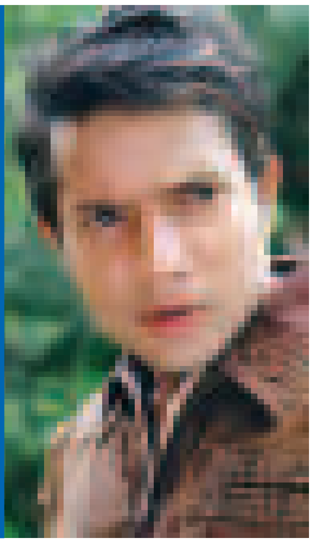
प्रकाश बराल

पर्वत– डान्सपार्टीमा रम्ने र रमाउने युवायुवती राजधानी वा पोखरामा मात्र सीमित रहेनन् । सहरी वातावरणबाट केही टाढा रहेका पर्वतका युवायुवतीहरू पहिलो पटक डान्सपार्टीमा सहभागी मात्र भएनन्, फुर्तीका साथ कम्मर मर्काएर नाचे । जिल्ला सदरमुकाम कुश्माबजारका युवाहरूले अञ्चलमै पहिलो पटक डान्सपार्टी आयोजना गरेर देखाए । युवायुवतीले धक फुकाएर नाच्ने आफ्नो इच्छा यही डान्सपार्टीमा पूरा गरे ।

तिहारको उपलक्ष्यमा युवाहरूले 'डान्स पार्टी अफ तिहार' नाम दिएर स्थानीय मुस्ताङ होटलमा पार्टी आयोजना गरेका थिए । पार्टीमा कुस्माबजारका मात्र होइन, कास्कीको नयाँपुल, बाग्लुङ तथा म्याग्दीको बेनीसम्मका युवायुवतीहरू पनि ओइरिएका थिए । धौलागिरि अञ्चलकै पहिलो डान्सपार्टी भएकाले बाग्लुङ बेनीसम्मका युवायुवती त्यहाँ उपस्थित थिए । सहर-बजारमा पुग्दा डिस्कोमा नाच्ने युवाहरूको बानी नै हो, तर आफ्नै ठाउँमा आयोजना भएका डान्सपार्टीले दिने मज्जा भिन्दै प्रकारको हुँदो रहेछ, पार्टीमा रमेका राजन गुरुङले भने । डान्स पार्टीका लागि पोखराको प्लानेट जेड डिस्कोबाट डिजे तथा साउन्ड सिस्टम ल्याइएको थियो ।।

चार जिल्लाका युवायुवतीका लागि मात्र होइन, दसै र तिहारको अवसर भएकाले धेरै वर्षदेखि छुट्टिएका साथीहरूको मिलन केन्द्र पनि बनेको थियो डान्सपार्टी । कुस्माबजारकै जोन श्रेष्ठले भने- 'पोखरा काठमाडौ भएका साथीहरूसँग भेट भयो, सँगै रमाइलो गर्न पायौं ।'

झट्ट हेर्दा उनलाई निर्देशक भनेर पत्याउन गाऱ्हो छ । नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारित लोकप्रिय टेलिश्रृंखला गहना तथा जानकीका निर्देशक श्याम भट्टराई अहिले सानो पर्दाकै कान्छा निर्देशक हुन् । २५ वर्षअघि सर्लाहीमा जन्मिएका भट्टराईले गहना र जानकीको सफलतापछि अर्को श्रृंखलाका प्याकेज पनि जिम्मा लिइसकेका छन् । ठूलो पर्दाका नि र्देशकहरु पनि सानो पर्दामा काम गरिरहेको वर्तमान अवस्थामा श्यामले आफुलाई उनीहरुको हाराहारीमा उभ्याउन सफल छन् । टेलिचलचित्रमा आठ वर्ष बिताइसकेका श्याम चाँडै नै ठूलो पर्दाको चलचित्र पनि निर्देशन गर्दैछन् ।



tkfO{+nfO{ klxnf] k6s e]6\g] dflg;sf] k|ltlqmof s:tf] x'G5<

सबैले म्याचुअर्ड सम्झन्छन् तर भेटेपछि एकछिन् आश्चर्यमा पर्छन् ।

mlrq If]qdf s;/L cfOk'Ug'eof]<

प्लस टुको परीक्षा सकेर २०५२ मा अस्ट्रेलिया जाने धुनमा काठमाडौं आएको थिएँ । त्यही बेला निर्देशक प्रताप सुब्बासँग भेट भयो । उहाँसँग भेटेर अभिनयको प्रशिक्षण लिन थालेपछि विदेश जाने योजना परिवर्तन गरें । उहाँसँग तीन वर्ष काम सिकें । त्यसपछि निर्देशनको क्षेत्रमा सक्रिय भएको हुँ ।

tkfO{+n] 5f]6f] cjlwd}nfO k|fKtug'{eof], x}g<

होइन, सात-आठ वर्ष निरन्तर यही क्षेत्रमा सक्रिय रहेपछि मात्र निर्देशन गर्न थालेको हुँ । सिक्नुपर्ने अझै धेरै बाँकी छ ।

k|f/lDes lbgx?sf af/]df atfpg'xf];\g<

प्रताप सुब्बासँग देवता, जोइटिङ्ग्रे, प्रकाश सायमीसँग रानीखोला र लक्ष्मीनाथ शर्मा, किशोर रानाजस्ता निर्देशकसँग मुख्य सहायक निर्देशकका रूपमा काम गरें । त्यसपछि मात्र म पूर्ण निर्देशक भएको हुँ ।

'uxgf/ 'जानकीsf] cjwf/0ff s;/L tof/ eof] <

भारतीय टेलिश्रृंखलाको प्रभाव बढिरहेको समयमा नेपाली परिवेशलाई सुहाउँदो पारिवारिक श्रृंखला निर्माण गर्ने सोचाइले गहनाको काम प्रारम्भ भयो । यसमा मैले साधारण तथा उच्च सम्भ्रान्त परिवारको अहिलेको चालचलन उतार्ने प्रयास गरेको छु । जानकीको पनि नेपाली परिवेश सुहाउँदो कथावस्तु थियो ।

uxgfnfO{ Pp6f rlr{t ef/tLo6]ln>[+vnfsf] gSsn elgof] lg<

यस्तो हल्ला दर्शक र चलचित्रकर्मीमाझ चलेको मैले पनि थाहा पाएँ । श्रृंखलामा परिवार भाँड्ने एउटा चरित्र थियो । जसलाई हिन्दी श्रृंखला 'कसौटी जिन्दगी कि' की कोमलिकासँग दाँजिएछ । अचम्मको कुरा के भने मैले गहना ४० भाग पुगेपछि मात्र कसौटी... पहिलो पटक हेरेको थिएँ ।

uxgfsf] syf g]kfnL kl/j]zsf] geP/ To:tf] elgPsf] xf] ls<

- यसमा नेपाली संस्कार, सन्तानको उत्तरदायित्व एवं पारिवारिक मेलमिलापको वातावरणलाई प्रमुखता दिइएको छ । परम्परागत शैलीभन्दा कथालाई नौलो रूपमा ढाल्ने प्रयास गरेको थिए । मोफसलमा चर्चा पाएपछि उपत्यकामा पनि यो सिरियल हेर्ने दर्शक बढेका थिए ।

g]kfnL 6]ln>[+vnfx¿ lxGbL >[+vnfsf] gSsnx'g\ eGg] cf/f]k k|lt ;xdtx'g'x'G5<

- हिन्दी श्रृंखलाको एउटा भागमा १६ लाखसम्म खर्च गरिएको हुन्छ, तर हामीले ३० हजार रुपैयाँमा तयार पार्ने चुनौती छ । यत्तिको फरक बजेटमा हिन्दी श्रृंखला बराबरको स्वाद दिन सक्नु आफैंमा ठूलो कुरा हो ।

l;l/onsf] lgb]{zgaf6 slt cfDbfgL x'G5<

अहिले ठुलो पर्दाका चलचित्रको व्यापार घटेको छ । प्रायः कलाकारहरू सानो पर्दामा आएका छन्, तर पनि म अहिलेको आम्दानीबाट सन्तुष्ट छु । एउटा श्रृंखला बनाउँदा मासिक २५ हजारजति पाउँछु ।

ljk/Lt lnª\uLk|lt s:tf] b[li6sf]0f 5<

पहिले-पहिले साथीभाइको लहडमा केटी जिस्क्याए पनि अहिले त्यस्तो छैन । काममा व्यस्त र घरमा श्रीमती भएकीले विपरीत लिङ्गीप्रति ध्यान जाँदैन ।

6]lnlehgsf bz{snfO{ s]xL eGg'x'G5<

गहना र जानकीबाट दर्शकले जुन माया दिनुभयो त्यस्तै माया अहिले प्रसारण भैरहेको दुई थोपा आँशुमा पनि यथावत रहनेछ भन्ने आशा राखेको छु । भविष्यमा पनि पारिवारिक एवं सामाजिक घटनामा आधारित टेलीश्रृंखलाहरू बनाइरहनेछु ।

अब अमेरिका जाने पालो तपाईंको
Rs. 50/- विगत ८ वर्षको हाम्रो अनुभव Rs. 50/-
E-DV 2008
INFOTECH CYBER SANSAR
E-DV SPOT
Redcross Building. ☎ 4-225988
भक्तपुर जाने बसपार्क अगाडि 1st Floor

होटल तालिम [illegible]
Cook-Indian, Chinese, Continental Waiter, Bar Man, Room Boy, House Keeping [illegible]
[illegible]
Cook Training [illegible] English [illegible]
2. [illegible]
HOTEL [illegible] Training Centre
[illegible]
Ph: 4-373411, 4-372194
City Office - [illegible]
[illegible] Ph: 4249376

[illegible] पर्यटन तालिम
- Tour & Travel Mgmt.
- Tour Operation
- Airlines & Travel [illegible]
- Hotel Management
- F & B Management
- Cook Front Office
- Waiter Barman
- Bakery Housekeeping
SATS Course [illegible]
सम्पर्क:- [illegible]
[illegible]
[illegible] 4441493/4462493

हार्दिक बधाई !
नेपालका युवा बैज्ञानिक
श्री दिवाकर झा अर्विट
इन्टरनेशनल एजुकेशनद्वारा
प्रदान गरिदै आएको **अर्विट फरेन**
एजुकेशन अवार्ड २००६ प्राप्त
गरी उच्च शिक्षा अध्ययनका लागि
जर्मनी प्रस्थान गर्नु भएको
सुखद उपलक्ष्यमा उहाँको
उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना
गर्दछौं ।

Grab the opportunity nearby you if not at your door !

Orbit
International Education
Kathmandu: Putalisadak,
Tel: 4430677, E-mail: orbit@info.com.np
Pokhara: Mahendrapul, Tel: 061-53117, E-mail: branch.pokhara@orbitedu.com
JAPAN: Kawarayamachi Chuo-ku Osak, Tel:81-06-6767-1600
CHINA: Xinxiang City, Henan Province. P.R. China, Tel: 13072685094
www.orbitedu.com

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