सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

• वर्ष १२ • अंक ४५ • काठमाडौं, शुक्रबार, चैत १६, २०६३ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Friday, March 30 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-

पुरुषहरूको

बदलिँदो रुचि

● अरुणा भट्टराई

सिंगार र सौन्दर्यमा नारीको वर्चस्व परम्परादेखि नै स्थापित छ। नारीहरू सिंगारप्रति प्राचीनकालदेखि नै सजग एवं गम्भीर छन्। समयको परिवर्तनसँगै सौन्दर्यप्रति पुरुषहरू पनि आकर्षित हुन थालेका छन्। पहिरनदेखि सौन्दर्य प्रसाधनसम्म कुनै यस्तो क्षेत्र छैन जहाँ पुरुषको रुचि नहोस्।

हालै गरिएको एक सर्वेक्षणले पनि कस्मेटिक्स तथा फेयरनेस प्रोडक्सन प्रयोग गर्ने उपभोक्ताहरूमध्ये ६८ प्रतिशत पुरुष रहेको देखाएको छ। पुरुषहरूमा थ्रेडिङ र वाक्सिङ गर्ने चलन अब सामान्य हुँदै गएको छ। त्यति मात्र नभै पुरुषहरू शरीरका अनावश्यक रौं हटाउन 'लेजर हेयर ट्रिटमेन्ट' पनि गराउन थालेका छन्। पुरुषहरू मेनिक्योर र पेडिक्योर त गर्थे नै, विभिन्न प्रकारका फेसियलको माग पनि गर्न थालेका छन्।

हेयर स्टाइलिस्ट नील डेभिडका अनुसार पुरुषहरू अरू क्षेत्रमा जस्तै सिंगार र सौन्दर्यमा पनि अपडेट रहन चाहन्छन्। उनीहरूलाई पनि आफू अरूभन्दा कम नदेखिऊँ भन्ने चाहना हुन्छ। अहिले भित्री सुन्दरतासँगै बाहिरी सुन्दरतालाई आकर्षक बनाउन पुरुषहरू पनि सौन्दर्य स्याहारतर्फ आकर्षित भएका हुन्। नील भन्छन्– मेरो सैलुनमा पुरुषहरू पनि आफ्नो सुन्दरतालाई निखार्न फेसनअनुसारको हेयर स्टाइल बनाउन तथा अरू सौन्दर्यसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न आउँछन्।

हिजोआज खुलेका विभिन्न सैलुन तथा हेन्डसम पार्लरहरूले पुरुषलाई पनि उनीहरूको आकार, बनावट, रूपरंगअनुसार मेल खाने गरी हेयर स्टाइल बनाउने, फेसियल गर्ने सल्लाह दिन थालेका छन्।

पुरुषहरूको सौन्दर्य स्याहार एवं फेसनप्रतिको रुचिका विषयमा ग्लोबल कलेजका आशिष भन्छन्- 'हामी पुरुषहरू टिपटप र स्टाइलिस हुनुको एउटा प्रमुख कारण युवतीहरूलाई आफूतिर आकर्षित गर्नु पनि हो। धेरैजसो युवती स्मार्ट युवकलाई नै मन पराउँछन्।

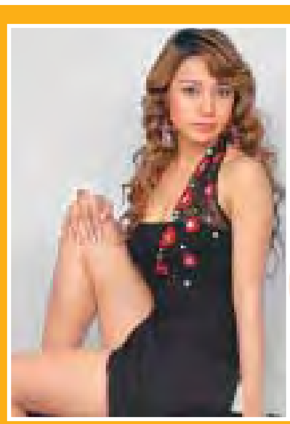
समयले मानिसको दृष्टिकोणमा परिवर्तन ल्याएको छ। फेसनेबल पहिरन तथा ब्रान्डेड एक्सेसरिजले मानिसको सामाजिक हैसियतलाई बढाउने काम गर्छन्। गायिका नलिना चित्रकार भन्छिन्- केही समयअघिसम्म पुरुषलाई सौन्दर्यका बारेमा त्यति जानकारी हुँदैनथ्यो र उनीहरूको सौन्दर्य समस्या समाधान गर्ने ठाउँहरू पनि थिएनन्, तर आज हरेक क्षेत्रको प्रगतिसँगै पुरुषहरूको ब्युटी र फेसन क्षेत्रमा पनि प्रगति भएको छ। पुरुषहरूका लागि उत्पादन भएका सौन्दर्य प्रसाधनहरूको विज्ञापन एवं फेसनसम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रमलाई पुरुषहरूले पनि पछ्याउन र अपनाउन थालेका छन्। मेरो श्रीमान् पनि फेसनअनुरूप पहिरन लगाउन र आफूलाई स्मार्ट देखाउन चाहन्छन्।

आज हरेक क्षेत्रका पुरुष सौन्दर्य एवं फेसनप्रति गम्भीर हुन थालेका छन्। जो आफ्नो लुक्सप्रति सचेत हुन्छन् उनीहरूलाई गम्भीरताका साथ लिइन्छ।

वरिष्ठ ब्युटिसियन कमला श्रेष्ठले विगत १५ वर्षदेखि पुरुषहरूलाई सौन्दर्य सेवा प्रदान गर्दै आएकी छिन्। श्रेष्ठका अनुसार सौन्दर्यसम्बन्धी समस्या महिला-पुरुष दुवैलाई हुन्छ। फरक यति हो कि महिलाहरू आफ्नो सौन्दर्यलाई थप आकर्षक बनाउन मेकअप गर्छन् भने

बाँकी पृष्ठ १० मा

साप्ताहिक



पूजाको काइदा

मध्यपृष्ठमा

सुनीता

Sof;]6

स्टेप वान

श्री गणेश म्युजिक सेन्टर प्रा.लि.ले गायक विजय श्रेष्ठको नयाँ गीतिसग्रह 'स्टेप वान' बजारमा ल्याएको छ। जाऊँ जुन बाटोमा, साथ देऊ, सम्हालिदेऊ लगायत ८ वटा गीत संग्रहीत यो क्यासेटमा कालीप्रसाद, जेम्स प्रधान तथा विजय श्रेष्ठको शब्द छ। एल्बममा कालीप्रसाद, जेम्स प्रधान, भानुभक्त ढकाल एवं गायक स्वयंको संगीत संगीत सुन्न पाइन्छ।

अनएयर

चर्चित रकब्यान्ड १९७४ एडीले आफ्नो सातौं गीतिसंग्रह 'अन एयर' सार्वजनिक गरेको छ। सान्तना रेकर्डले बजारमा ल्याएको यो गीतिसंग्रहमा नौवटा गीत समावेश छन्। अन एयरमा स्वर्गादपी गरियसी, म तिम्रै हुँ, च्याङ्वा, आइरिस कफी, माया छ कि जस्ता गीत समेटिएका छन्। संग्रहमा फिरोज स्याङ्दनले तीनवटा, एड्रियन प्रधानले चारवटा गीतमा आवाज दिएका छन् भने एउटा गीतमा फिरोज र सन्जयको युगल गायन सुन्न पाइन्छ।

समय

संगीतकार आनन्द राईले बालगीति संग्रह 'समय' श्रोतामाझ ल्याएका छन्। हिमालय अडियो हाउसले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा राजधानीका आठवटा विद्यालय लिट्टल एन्जेल्स स्कुल, पुष्पसदन स्कुल, सत्यसाइ शिक्षा सदन, मिनिल्यान्ड इङ्लिस हाईस्कुल, एआइ सेकेन्डरी स्कुल, आस्फोडिल पब्लिक स्कुल, जेम्स स्कुल तथा बाग्मती बोर्डिङ स्कुलका विद्यार्थीले स्वर प्रदान गरेका छन्।

Ubfn/L

- राष्ट्रिय फोटो पत्रकार समूह (एनएफपीजे) ले 'फोटो कन्सर्न-एनएफपीजे प्रेस फोटो कन्टेस्ट २००७' आयोजना गर्ने भएको छ।

गत साता पत्रकार सम्मेलन आयोजना गरेर एनएफपीजेले सन् २००६ मा खिचिएका तस्बिरलाई विभिन्न चार विधा समाचार, वातावरण, फिचर तथा खेलकुद शीर्षकमा प्रतियोगिता गर्ने घोषणा गरेको छ। प्रतियोगिता आयोजक समितिका अध्यक्ष नरेन्द्र श्रेष्ठका अनुसार प्रत्येक विधामा पहिलो, दोस्रो तथा तेस्रो हुने तस्बिरले क्रमशः १५ हजार, १० हजार र ५ हजार रुपैयाँ नगद, शिल्ड एवं प्रमाण पत्र दिइनेछ। यी सबै तस्बिरमध्ये सर्वोत्कृष्ट ठहरिने तस्बिरलाई फोटो कर्न्सन-एनएफपीजे प्रेस फोटो कन्टेस्ट २००६ उपाधिसहित नगद ५० हजार रुपैयाँ प्रदान गरिनेछ। स्वदेश तथा विदेशका प्रोफेसनल, एमेच्योर तथा फ्रिलान्सर फोटो पत्रकारहरूले सहभागिता गर्न पाउने यो प्रतियोगितामा सहभागी हुने तस्बिर नेपालसँग सम्बन्धित हुनुपर्नेछ। आयोजक समितिका अनुसार प्रतियोगिताको सम्पूर्ण विवरण एनएफपीजेको आधिकारिक वेबसाइट www.nfpj.com छ।

-हालै सार्वजनिक तस्बिर पुस्तक 'लडाइँमा जनता' मा समाविष्ट ७० वटा तस्बिरको देशव्यापी प्रदर्शनी यात्रा यसै साता शुरु हुँदैछ। दोस्रो संस्करणमा प्रकाशोन्मुख यो चर्चित पुस्तकको प्रकाशक नेपा-लयले बढीभन्दा बढी पाठकमाझ शान्तिको सन्देश पुगोस् भन्ने उद्देश्यका साथ यी प्रदर्शनीहरू आयोजना गर्न लागिएको हो। 'लडाइँमा जनता– फोटो प्रदर्शनी यात्रा' नाम दिइएको प्रदर्शनीमा राखिने तस्बिरले दसवर्षे द्वन्द्वका क्रममा भएका मानवीय तथा भौतिक क्षति झल्काउनुका साथै मुलुकमा दिगो शान्ति बहालीका लागि जनाधार निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउने अपेक्षा नेपा-लयले गरेको छ।

नेपाल पत्रकार महासंघका स्थानीय शाखाहरूसँग समन्वय गरी नेपा-लयले सबै दस प्रदर्शनीस्थलमा स्थानीय सञ्चारकर्मी तथा फोटोपत्रकारहरूमाझ अन्तर्क्रिया आयोजना गर्नेछ। १७ चैतमा जिरीबाट सुरु हुने प्रदर्शनी चौतारा, लाहान, इलाम, नारायणघाट, नेपालगन्ज, धनगढी, तानसेन तथा पोखरा हुँदै एक महिनापछि काठमाडौंमा पुगेर समापन हुनेछ। प्रवेश निःशुल्क रहने उक्त प्रदर्शनीका क्रममा पुस्तकका केही प्रति स्थानीय विद्यालय तथा पुस्तकालयहरूलाई वितरण गर्ने विशेष व्यवस्था पनि गरिएको छ।

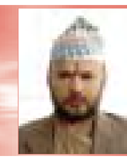
रंगमञ्च

-सडक बाल-बालिकाहरूले सडकका फुटपाथहरूमा प्लास्टिकका झोला तथा दूधका खाली खोलहरूमा डेन्ड्राइड राखेर त्यसको गन्ध लिने गरेको पाइन्छ। त्यस्तो गन्धबाट बालबालिकाहरूको मस्तिष्कमा गम्भीर असर पर्ने भएकाले त्यस्तो कुलतबाट जोगाउनेतर्फ चेतना जगाउने उद्देश्यले काठमाडौंको वसन्तपुर डबलीमा गत साता नाटक 'होसियार' मञ्चन भयो। सिविनको मुख्य प्रायोजनमा आयोजित उक्त नाटकका निर्देशक श्रीकृष्ण सिम्खडा हुन्। प्रमोद केसी, राजु कुँवरका अतिरिक्त केही सडक बालिबालिकाले अभिनय गरेको उक्त नाटकलाई आयोजक अंकुर नाट्य समूहले अब भक्तपुर, ललितपुर हुँदै देशका अन्य भागहरूमा मञ्चन गर्दै जाने योजना बनाएको छ।

-विश्व रंगमञ्च दिवसका अवसरमा मंगलबार राजधानीको शान्तिनगरस्थित निःसहाय केन्द्रमा त्यहाँ आश्रित वृद्धवृद्धाहरूका सामु नाटक 'ओझेलमा रंगमञ्च' मञ्चन गरियो। उनीहरूलाई जुस र फलफूल वितरण गरेपछि मञ्चन गरिएको उक्त नाटकमा टेलिभिजन तथा चलचित्रको प्रभाव, दर्शकहरूहरूबाट टेलिभिजन र चलचित्रलाई दिइएको प्राथमिकता एवं त्यसबाट ओझेलमा परेको रंगमञ्चको यथार्थ प्रस्तुत गरिएको थियो। हेमन्त गौतमको संयोजनमा काठमाडौं इन्टरनेसनल स्कुलस्थित किन्स थियटरले उक्त नाटक मञ्चन गरेको थियो।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी



मेष

मानसम्मान मिल्नेछ। काममा सफलता प्राप्त हुनुका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। पराक्रम एवं सोच्ने शक्ति बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। यात्रा हुनसक्छ। शत्रु बढ्ने एवं स्वास्थ्यमा समस्या उत्पन्न हुने हुँदा खाँदा तथा बोल्दा विचार पुऱ्याउनुहोला। अरूको विश्वास गरिहाल्नु उचित हुँदैन।

वृष

आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। यात्रा हुनसक्छ। पराक्रम बढ्ने क्रम यथावत् रहनेछ। मानसम्मान पाउनुहोला। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। मन प्रसन्न रहनेछ। आम्दानी एवं बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। ठूला व्यक्तिहरू प्रभावित हुनेछन्। अध्ययनमा सोचेजस्तै सफलता मिल्नेछ।

मिथुन

पराक्रम बढ्ने, अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको उचित सहयोग प्राप्त हुनेछ। धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। मानसम्मान एवं धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता देखिन्छ। विवादतिर अघि नबढ्नुहोला। रोग एवं शत्रु बढ्ने हुँदा खानपानमा ध्यान दिनुपर्ने बेला छ। सफलताका लागि गोपनियता अपनाउनुहोला।

कर्कट

बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको सहयोगमा मानसम्मान प्राप्त हुनेछ। आम्दानीको नयाँ स्रोत फेला पर्नेछ। अध्ययनमा पाइने सफलता कायमै रहनेछ। व्यवसायमा लाभ हुने योग छ। स्वास्थ्यमा भने ध्यान दिनुहोला। अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। ठूला व्यक्तिबाट प्रशंसा पनि पाइनेछ।

सिंह

मान एवं भोजन प्राप्तिको अवसर मिल्नेछ। अरूबाट प्रशंसा पनि पाउनुहोला। बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। शत्रुसित प्रतिस्पर्धा गर्नुपरे पनि अन्ततः आफ्नै जित हुनेछ। स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्न सक्छ। खाँदा तथा बोल्दा विचार पुऱ्याउनुहोला। अरूको विश्वास गरिहाल्नु उचित हुँदैन। व्यवसाय एवं यात्राबाट सोचेजस्तै लाभ मिल्नेछ।

कन्या

खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। अरूबाट आलोचना पनि हुनसक्छ। शत्रुसित कडा प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्नेछ। झूटा आरोपसमेत लाग्नसक्छ। आइतबारदेखि मानसम्मान एवं काममा सफलता मिल्ने तथा अरूबाट सहयोग पाइने योग छ। यात्रा हुनसक्छ। बोलीको प्रभाव एवं आम्दानी बढ्नेछ। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला।

तुला

सुरुमा धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। सोच्ने शक्ति एवं बोलीको प्रभाव बढ्नुका साथै अरूको मन जितेर नयाँ काम हात पार्न सफल हुनुहोला। मानसम्मान पनि मिल्नेछ। भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर प्राप्त हुनेछ। लाभप्रद यात्रा हुनसक्छ। सोमबार तथा मंगलबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ।

वृश्चिक

मानसम्मान मिल्नेछ। अरूबाट प्रशंसा पनि पाउनुहोला। धन आर्जन हुने योग छ। सोच्ने शक्ति एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता मिल्नुका साथै ठूला व्यक्तिको सहयोग प्राप्त हुनसक्छ। बुधबार तथा बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने देखिन्छ।

धनु

समष्टिमा साता राम्रो छ। आँटेका काममा सफलता मिल्नेछ। भाग्यले साथ दिनेछ। धार्मिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। मानसम्मान पनि प्राप्त होला। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ भने अध्ययनमा सफलता देखिन्छ। यात्रा गर्ने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। भेटघाटमा रमाउने अवसर जुट्नेछ। साताको अन्त्यतिर घरेलु समस्याले सताउने तथा खर्च एवं विवाद बढ्ने योग छ।

मकर

स्वास्थ्य गडबड हुनसक्छ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। विवाद बढ्नुका साथै धनमाल हराउने सम्भावना छ। शरीरमा चोटपटक लाग्नसक्छ। आइतबारदेखि भाग्यले साथ दिन थाल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। ठूला व्यक्तिले तपाईंको प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्।

कुम्भ

मन प्रसन्न रहनेछ। व्यवसाय एवं पराक्रम बढ्नुका साथै यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने समय छ। आफन्तहरूको उचित सहयोग मिल्नेछ। अध्ययनमा प्राप्त हुने सफलता यथावत् रहनेछ। आइतबार, सोमबार तथा मंगलबार स्वास्थ्यमा समस्या देखा पर्न सक्छ। काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। अरूबाट आलोचित पनि हुनुपर्नेछ।

मीन

शत्रु बढ्नुका साथै स्वास्थ्यमा समस्या आउनसक्छ। रिसको वेग, खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। समयमा निर्णय नहुँदा हात परेको काम पनि फुत्कनेछ। झूटा आरोप लाग्न सक्छ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिनेछन्। आइतबार, सोमबार तथा मंगलबार मानसम्मान प्राप्त हुनेछ। यात्रा हुनसक्छ। आम्दानी तथा पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

चैत १९ गते : हनुमान जयन्ती, २० गते : राष्ट्रिय सहकारी दिवस, २२ गते साँखुको जात्रा

Anchor बन्ने होईन त ?

कान्तिपुर FM का बरिष्ठ उदघोषक हेम सुबेदीद्वारा दिईने FM/Radio कार्यकम प्रस्तुती र उत्पादनको Extensive पूर्ण Course संचालन हुदैछ।

सिट सिमित छ, चाडै सम्पर्क गर्नुहोस।

International Rays Media
Setopul, Maitidevi
016203421, 9841351327, 9803308342

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १३ वर्ष

विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्न दोष, पिसावसित धातु खस्ने, नपुंसकता, सन्तान नहुने र कमजोरी आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोस्।

भेट्ने ठेगाना: फोन नं. : ४-४६०७८५

पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल पारीपट्टी, काठमाडौं

बिशेष सेवा

रसायन बाजिकरण एवं ताजगीकरण
(Sexopsychology , Sexotherapy & Rejuvination):

नपुंसकता, लिङ्ग उत्तेजना सम्बन्धी समस्या, सिघ्र स्खलन, हस्तमैथुन, स्वप्न दोष, धातु वीर्य तथा शुक्रकीटको विकासका समस्या, सरुवा यौन रोग, पुरुष–स्त्री यौनाङ्ग, स्तन एवं शरीरको कमबढी विकास एवं हर्मोनल समस्या तथा महिनावारीमा गडबडी।

(पूर्ण गोप्यताको वातावरणमा अन्तरङ्ग परामर्श)

सम्पर्क: (विशेष सेवा विभाग)
धन्वन्तरी आयुर्वेद हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि.
धुम्बाराही चोक, फोन: ४३७१७७१, ०१६२०४१५६
website ; www.sexologistnepal.com E-mail: info@ayurvednepal.com

;ftf ;+If]k

चैत ९– रौतहट घटनामा मर्नेहरूको सङ्ख्या २९ पुग्यो, घटनामा आपराधिक समूहको संलग्नता भएको अधिकारकर्मीहरूको ठहर ।

- रौतहट घटनामा आफ्ना २४ कार्यकर्तासहित २९ जनाको हत्या भएको भन्दै मधेसी जनअधिकार फोरमलाई प्रतिबन्ध लगाउन नेकपा (माओवादी) को माग ।
- रौतहट घटनामा संलग्नलाई कारबाही नभए अन्तरिम संसद् ठप्प पार्ने नेकपा (एमाले) को चेतावनी, गृहमन्त्रीद्वारा दोषीमाथि कारबाही हुने आश्वासन ।

चैत १०– रौतहट घटनामा प्रशासन मौन बसेको भन्दै नेकपा (माओवादी) द्वारा सरकार विघटनको माग, विधायकहरूद्वारा संसद्मा नाराबाजी ।

- रौतहट घटनामा आफ्ना ५८ कार्यकर्ता हराइरहेको नेकपा (माओवादी) को जिकिर, अपराधीको खोजबिनमा सहयोग गर्न बिहार राज्य सरकारलाई नेपाल प्रहरीको आग्रह ।
- रौतहट घटनाकोछानबिन गर्न ललितपुर जिल्ला अदालतका न्यायाधीश हरिप्रसाद घिमिरेको अध्यक्षतामा जाँचबुझ आयोग गठन, माओवादीलाई अमान्य, फोरमद्वारा संयुक्त राष्ट्रसंघको संलग्नतामा जाँचबुझ हुनुपर्ने माग ।
- नेपाल विद्युत् प्राधिकरणद्वारा कालीगण्डकी प्रथम जलविद्युत् आयोजनाका विदेशी ठेकेदारलाई डेढ अर्ब रुपैयाँ क्षतिपूर्ति दिनुपर्ने अन्तर्राष्ट्रिय अदालतको ठहर, कालीगण्डकीबाट नेपाल विद्युत् प्राधिकरणलाई ठूलो घाटा ।

चैत ११– रौतहट हत्याकाण्डमा संलग्न भएको आशंकामा ६ जना पक्राउ, केही भारत पसेको अनुमान ।

- मधेसी जनअधिकार फोरमबाट मधेसी विद्यार्थी फ्रन्ट अलग, मधेसीको भावनाविपरीत अराजकता फैलाउने हिसाबले काम गरिरहेको फ्रन्टको आरोप ।
- नेपालबाट मलेसिया तथा कतार जाने युवाको संख्या घट्यो, कोरियाप्रति सबैको चासो ।
- पूर्वाञ्चल तथा मध्यतराईको सुरक्षा कडा, पाँच जिल्लामा निषेधाज्ञा ।

चैत १२– रौतहट घटनासम्बन्धी जाँचबुझ आयोग पुनर्गठन हुने, प्रतिकार समितिसँग रहेका हतियार जफत गर्न गृहमन्त्रीको निर्देशन ।

- राजधानीमा अपहरणमा वृद्धि, एक सातामा १२ व्यक्ति अपहृत ।
- प्रवेशिका परीक्षाभरि विरोधका कार्यक्रम नगर्न आठ दल सहमत ।
- डडेल्धुरामा अज्ञात रोगका कारण ४ को मृत्यु, १० सिकिस्त ।
- निजी विद्यालयका सञ्चालक तथा शिक्षकबीच बढेको विवादका कारण मकवानपुरका ६० विद्यालय बन्द ।

चैत १३– निर्वाचन आयोगसम्बन्धी कसुर तथा सजाय विधेयक व्यवस्थापिका संसद्बाट पारित, उमेद्वार तथा दलले गल्ती गरे कडा सजाय हुने प्रावधान ।

- राजविराजमा प्रहरी तथा मधेसी जनअधिकार फोरमका कार्यकर्ताबीच झडप, सहर तनावग्रस्त ।

अन्तरिम सरकार गठनको किचलो

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं, लोकतन्त्र प्राप्तिपछि ठूला मानिएका नेपाली कांग्रेस, नेकपा (एमाले) तथा नेकपा (माओवादी) बीच पद बाँफफाँडका विषयमा भएको आरोप-प्रत्यारोपलाई पहिले समान्यरूपमा लिइए पनि यसले नेपालको राजनीतिमा गम्भीर संकट ल्याउने सम्भावना बढेको विश्लेषकहरूले बताएका छन् । नेपाली कांग्रेसले प्रधानमन्त्री, वरिष्ठ उपप्रधानमन्त्री, गृहमन्त्री, रक्षामन्त्री, अर्थमन्त्री जस्ता महत्त्वपूर्ण मन्त्रालय आफ्नो दलले पाउनुपर्ने जिकिर गरेको छ भने नेकपा (एमाले) अर्थ तथा रक्षा मन्त्रालय आफूले पाउनुपर्ने दाबी गरेको छ ।

त्यसैगरी नेकपा (माओवादी) वरिष्ठ उपप्रधानमन्त्री, गृहमन्त्री तथा सूचना तथा सञ्चारमन्त्री आफ्नो दलको हुनुपर्ने दाबी गरेको छ । मन्त्रालय बाँडफाँडको यो किचलोले प्रधानमन्त्रीसँगको सम्बन्ध बिग्रन थालेको संकेत दिएको छ । 'लोकतन्त्रमा दलहरूबीच फाटो बढ्नु राम्रो होइन,' नेकपा (एमाले) का नेता झलनाथ खनालले साप्ताहिकसँग भने- 'यसले प्रतिगामीहरूलाई फाइदा पुग्छ ।' खनालले समस्याको सामाधान गर्न आजै (शुक्रबार) माओवादीसहितको सरकार बन्नुपर्ने धारणा व्यक्त गर्दै यसो गर्न नसके प्रधानमन्त्रीले राजीनामा दिनुपर्ने बताए ।

वामपन्थीहरूबीच बढ्दै गएको एकतालाई ख्याल राख्दै प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले नेकपा (माओवादी) का अध्यक्ष प्रचण्डलाई आफूलाई सघाउन आग्रह गरेका छन् । यसका लागि नेकपा (माओवादी) लाई गृह मन्त्रालयको साटो जलस्रोत मन्त्रालय सम्हाल्न आग्रह गरेका छन् । नेकपा (माओवादी) का केही सदस्य सरकारमा नजाने मनस्थितिमा रहेकाले उनीहरूलाई समझदारीमा ल्याउन डा. शेखर कोइराला तथा गृहमन्त्री कृष्णप्रसाद सिटौलालाई निर्देशन दिइएको छ ।

नेपाली कांग्रेसका यी दुवै नेता नेकपा (माओवादी) सँग निकट सम्बन्ध राख्ने व्यक्तिका रूपमा चिनिन्छन् । प्रधानमन्त्रीको पछिल्लो कदमले पछाडि हटिसकेको माओवादी सरकारमा सामेल हुने विश्वास व्यक्त गरिएको छ । माओवादी सरकारमा जाने भएपछि नेकपा (एमाले) लाई सजिलै मनाउन सकिने अनुमान प्रधानमन्त्रीको छ । सार्क सम्मेलनमा भाग लिन जानुअघि प्रधानमन्त्रीले नेकपा (माओवादी) लाई सूचना तथा सञ्चार, पुन: निर्माण (नयाँ घोषणा गरिने), जलस्रोत जस्ता मन्त्रालय जिम्मा लगाउने तथा नेकपा (एमाले) लाई उपप्रधान, परराष्ट्र, स्थानीय विकास मन्त्रालयको जिम्मेबारी दिने सहमति भएको बताइन्छ । स्रोतहरूका अनुसार तत्कालै ७ दलका २२ मन्त्री बन्ने सम्भावना छ । प्रधानमन्त्रीको पछिल्लो सदासयतापछि दुवै वामपन्थी दलले जेठमा संविधान सभाको निर्वाचन गर्न नसकिने अवस्था सिर्जना भएकाले त्यसको जिम्मा प्रधानमन्त्रीले लिनुपर्ने बताएका छन् । दुवै दलले प्रधानमन्त्रीले संविधान सभाको निर्वाचन सार्न सकिने अभिव्यक्ति दिएपछि मात्र आफूहरू सरकारमा सहभागी हुने अत्तो थापेको बताइएको छ ।

प्रधानमन्त्री कोइरालाले भने आफूले जेठमा संविधान सभाको निर्वाचन गर्ने प्रतिबद्धता गरिसकेको हुँदा त्यसका लागि आफू अन्तिम समयसम्म प्रयास गर्ने बताएका छन् । नेकपा (एमाले) का नेताहरूले भने निकट भविष्यमै प्रधानमन्त्री कोइरालाबाट संविधान सभा निर्वाचनको मिति सर्नसक्ने अभिव्यक्ति आउने बताएका छन् ।

नेपाली कांग्रेसलाई अर्थ, गृह, रक्षा तथा अर्थ मन्त्रालय आफै राख्न दबाब परेको छ । नेकपा (माओवादी) लाई दाता राष्ट्रहरूले विस्वास गर्न नसकेको तथा नेकपा (एमाले) को नौ महिने शासनकालमा देशको खुला अर्थनीतिमा व्यवधान आएकाले पनि नेपाली कांग्रेसले यी मन्त्रालय आफै राख्नु राष्ट्रको हितमा भएको स्रोतले दाबी गरेको छ । वैदशिक सहयोगबिना देशको अवस्था कस्तो हुन्छ भन्ने शाही शासनकालमा देखिएका कारण पनि ती मन्त्रालय आफै राख्न नेपाली कांग्रेस बाध्य भएको भन्दै दुवै वामपन्थी दललाई प्रधानमन्त्रीले अवस्था बुझिदिन आग्रह गरेका हुन् । प्रधानमन्त्रीको यो आग्रहपछि दुवै वामपन्थी दलले प्रधानमन्त्रीको आग्रहलाई बेवास्ता गर्न सकिरहेका छैनन् ।

पछिल्लोपटक विकसित यी घटनाक्रमबाट भने नेकपा (एमाले) तथा नेकपा (माओवादी) का एकथरी नेता खुसी देखिंदैनन् । प्रधानमन्त्रीको प्रयासमा निर्माण हुन थालेको नयाँ परिस्थितिलाई नेकपा (माओवादी) का केही केन्द्रीय सदस्यहरूले विरोध गरेका छन् ।

ती सदस्यले यस्तो अवस्थामा आफ्नो दल सरकारमा गए परिणाम राम्रो नहुने चेतावनी अध्यक्ष प्रचण्ड तथा वरिष्ठ नेता बाबुराम भट्टराईलाई दिएका छन् । यसले नेकपा (माओवादी) लाई सरकारमा सामेल नहुन केन्द्रीय सदस्यहरूको दबाब परेको छ भने अर्कातिर माओवादी सरकारमा नगए साधारण कार्यकर्ता निरास हुने अवस्था सिर्जना भएको छ । अर्कातर्फ वामदेव गौतम सहित नेकपा (एमाले) का केही नेताहरू सरकारमा जान छाडेर वामपन्थीबीच न्यूनतम समहति गरेर अगाडि बढ्नुपर्ने पक्षमा अडिग देखिएका छन् । यसले सार्क सम्मेलनअघि सरकार गठन गरेर विदेश यात्रा गर्ने प्रधानमन्त्रीको चाहना खण्डित भएको छ ।

मुखले

-माओवादी शिविरमा बालबालिकाको सङ्ख्या प्रशस्त छ ।

इयान मार्टिन
प्रमुख, राष्ट्रसंघीय नेपाल मिसन

-मधेसी जनअधिकार फोरममाथि प्रतिबन्ध नलगाए उनीहरूले संविधानसभा हुन दिनेछैनन् ।

प्रचण्ड, अध्यक्ष, नेकपा (माओवादी)

-फोरममाथि प्रतिबन्ध लगाउने प्रचण्डको अभिव्यक्ति तानाशाहीबाहेक अरू केही हुन सक्दैन ।

सीतानन्दन राय
नेता, मधेसी जनअधिकार फोरम

-गौर नरसंहारमा राजाका मानिस र भारतका अतिवादी हिन्दूको संलग्नता देखिन्छ ।

डा. बाबुराम भट्टराई
नेता, नेकपा (माओवादी)

-माओवादी जिम्मेवार दलको रूपमा देखिएपछि मात्र सरकारमा लानुपर्छ ।

नीना गिल
प्रमुख, युरोपेली संसदीय टोली

-राजसंस्थासँग दलहरूको अघोषित सहकार्य छ ।

कृष्णबहादुर महरा
नेता, नेकपा (माओवादी)

-मधेसी जनअधिकार फोरममाथि प्रतिबन्ध लगाइए दुर्भाग्य निम्तिनेछ ।

चित्रलेखा यादव, उपसभामुख

रंगमञ्च दिवस मनाइयो

विश्व रंगमञ्च दिवस मार्च २७ को अवसरमा नेपाली रंगकर्मीहरूले गत मंगलबार विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना गरे । राजधानीमा कार्यरत विभिन्न नाट्यसमूहमा आबद्ध १ सय ५० भन्दा बढी कलाकारको सहभागितामा बिहान ११ बजे वसन्तपुर डबलीबाट नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान, कमलादीसम्म ऱ्याली निकालिएको थियो । पञ्चैबाजासहितको उक्त ऱ्याली प्रतिष्ठान डबलीमा पुगेपछि रंगसारथी तथा ज्योतिपुञ्ज साइन थियटरका कलाकारहरूले छोटो विषयवस्तुमा नाटक मञ्चन गरेका थिए ।

कार्यक्रममा वरिष्ठ नाट्यकर्मीहरू डा. अभि सुवेदी, अशेष मल्ल, हरिहर शर्मा, सुनील पोखरेल आदिले नेपाली नाटकका सम्बन्धमा सम्बोधन गरेका थिए । नाट्यकर्मी घिमिरे युवराजका अनुसार उक्त अवसरमा राजधानीमा कार्यरत एक दर्जन नाट्यसमूहका अतिरिक्त हेटौंडाका कलाकारहरूको पनि सहभागिता थियो ।

रंगमञ्च दिवसकै अवसर पारेर सोही दिन इन्टरनेसनल थियटर इन्स्टिच्युट (आइटीआई) नेपाल शाखाले हरेक वर्ष प्रदान गर्दै आएको डबली पुरस्कारबाट वरिष्ठ नाट्यकर्मी प्रचण्ड मल्ललाई सम्मान गऱ्यो । आइटीआई केन्द्रीय कार्यालयबाट आएको सन्देश पढेर प्रारम्भ भएको उक्त कार्यक्रममा डा. सुवेदी, पोखरेलका अतिरिक्त डा. संगीता रायमाझी तथा अनुप बरालले आ-आफ्ना धारणा व्यक्त गरे । रंगमञ्च दिवसकै अवसरमा ललितकला क्याम्पसमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूको समूहले प्रज्ञा-प्रतिष्ठान डबलीमा प्रतिस्थापन कला प्रस्तुत गरेका थिए । यसबाहेक जनकपुर र धरानमा पनि स्थानीय नाट्यसमूहहरूले कार्यक्रम आयोजना गरेको घिमिरेले बताए ।

फोटोग्राफी गर्नेलाई डिजिटल फोटोग्राफी सित्तैमा
विद्यार्थीको लागि ३३% छुटमा फोटो खिचिन्छ ।
PHOTO पत्रकारिता
70% छुटमा DIGITAL VIDEO EDITING
भिडियोग्राफी गर्नेलाई डिजिटल भिडियो एडिटिङ सित्तैमा
२० जनाको लागि निःशुल्क फोटोसेसन गराइनेछ ।
VIDEO पत्रकारिता
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९

मासिक किस्ता
रु.८४४/- मा
कलर टि.भि
फ्रिज, कम्प्यूटर, वासिङ्ग मेशिन, भ्याकुम, डि.भि.डि., म्यूजिक सिष्टम, आदी ।
क्षेत्रपाटी: ४२६९२०० सितापाइला: ४२७९१४२, कलंकी: ४६७१०१५ माछापोखरी: २१७२७९८, कोटेश्वर: ४४६२८६७, कुमारीपाटी: ५५५४०६८, सूर्यविनायक: ६६१४२६७, चावहिल: ४४९५९६५

केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल
Herbal 44 Before After
Rs. 322/-
बेदाग, गोरो मुहारको लागि रूपअमृत
(R. Water, Sunscreen & Shampoo Free) - 1600/-
चाउरीपना हटाउने क्रिम - 1050/-
स्तन बढाउने (क्रिम/VBR) - 1650/-
शरीरको उचाई बढाउने - 1250/-
ग्याष्ट्रिक / दम / बाथ - समाधान - 350/-
प्रेसर/सुगर/ढाड दुखाई-समाधान - 550/-
मोटोपना घटाउने बेल्ट - 2400/-
Natural Treatment 100% Guaranteed
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, गोशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 2110057
For Trade Inquiry: - 9841330144

विशेष ५०% छुटमा होटल तालिम शुरू
नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त/विदेशबाट होटल म्यानेजमेन्ट गरी पाँचतारे होटलमा काम गरिरहेका सेफबाट प्रशिक्षण दिइने/अन्तराष्ट्रिय स्तरमा समेत ख्याती कमाउन सफल नेपालको एकमात्र ट्रेनिङ सेन्टर
तालिमहरू: कुक, वेटर, क्याप्टेन, तन्दुरी, वारमेन, स्टोरकिपर, हाउसकिपिङ्ग, रूम ब्वाई, वेल ब्वाई, फ्रन्ट अफिसर, रिसेप्सनिष्ट, सुपरभाईजर, बेकरी
सबैको स्पेशल क्लास पनि हुन्छ ।
विशेषताहरू: पाँच तारे होटलहरूमा कार्यरत सेफबाट तालिम दिइने, फ्री वेटर क्लास, फ्री अंग्रेजी भाषा, ६ जनामा १ जना फ्री, स्वदेशी तथा वैदेशिक रोजगारको सहयोग गरिने । यस तालिमलाई होटलमा पनि पठाइने व्यवस्था ।
साहारा होटेल तालिम सेन्टर (S.M.T.T.C.)
फोन: २०४०७८२, ९८५१०९३६२९, नयाँ बानेश्वर (शिव दर्शन हल अगाडी)
र्‍याडीसन कूकिङ तालिम सेन्टर (R.M.D.T.T.C.)
फोन: ४४६४७२०, नयाँ बानेश्वर, (BICC पानी ट्यांकीको ठीक अगाडी)

एउटा राम्रो प्रारम्भ

नेपाली कांग्रेस (प्रजातान्त्रिक) ले गत साता आफ्नो आयव्ययको विवरण सार्वजनिक गरेर नेपाली राजनीतिमा एउटा नयाँ परम्पराको थालनी गरेको छ। संसारभरि नै राजनैतिक दलहरू आफ्ना समर्थक, शुभचिन्तक तथा राज्यले उपलब्ध गराउने चन्दा, दान एवं कोषबाट सञ्चालित हुन्छन्। यस्ता राजनैतिक दलहरूले जनताका माझ आफ्नो छवि स्वच्छ र पारदर्शी बनाउनका लागि आफ्नो आयव्ययको विवरणलाई सार्वजनिक गर्नुअघि मान्यताप्राप्त लेखापरीक्षकबाट लेखापरीक्षणसमेत गराउँछन्। यसरी सार्वजनिक गरिने आयव्ययको विवरणले सम्बन्धित राजनैतिक दलको आर्थिक गतिविधिका बारेमा उसका मतदाता ऊप्रति बढी विश्वसनीय हुन्छन्। विकसित समाजमा राजनैतिक दलहरूको आयव्यय विवरण सार्वजनिक गरिने कुरा कतिसम्म महत्त्वपूर्ण हुन्छ भने त्यस्तो समाजमा सम्बन्धित निर्वाचन आयोगले आफ्नो आयव्ययको विवरण सार्वजनिक नगर्ने राजनैतिक दललाई निर्वाचन लड्नका लागि अयोग्यसमेत ठहर गर्न सक्छ। निर्वाचन आयोगलाई प्राप्त यस्तो महत्त्वपूर्ण अधिकारका कारण विकसित समाजमा राजनैतिक दलहरूले आफ्नो आयव्ययको विवरणलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेका हुन्छन्, तर नेपाललगायत कतिपय अल्पविकसित समाजमा सक्रिय राजनैतिक दलहरूले आफ्नो आयव्ययको विवरण आफ्ना मतदाताहरूका लागि मात्र नभै आफ्ना शुभेच्छुकहरूका लागि समेत सार्वजनिक गर्नुपर्छ भन्ने हेक्का राखेको पाइँदैन।

नेपालमा मात्र होइन, भारतजस्तो संसारकै ठूलो लोकतन्त्रमा समेत राजनैतिक दलहरूले आफ्नो आयव्ययको विवरण सार्वजनिक गरेका समाचार कमै सुनिन्छ। यस्तो स्थितिमा अहिले नेपाली कांग्रेस (प्रजातान्त्रिक) ले सार्वजनिक गरेको उसको आयव्ययको विवरणलाई एउटा राम्रो प्रारम्भ मानिनुपर्छ। खासगरी अहिले नेपालमा केही खास राजनैतिक दलहरूले चलाएको चन्दा अभियानको पृष्ठभूमिमा हाम्रा राजनैतिक दलले आफ्नो आयव्ययको विवरण सार्वजनिक गर्नैपर्ने स्थिति सिर्जना भएको छ। नेकपा (माओवादी)को यस्तै चन्दा अभियानले हिंसात्मक स्वरूप लिएको र त्यसको प्रतिरोध गर्दै चन्दादाता वर्गले समेत आन्दोलन गर्नुपर्ने स्थिति सिर्जना भएको धेरै भएको छैन। यो स्थितिमा राजनैतिक दलका नाममा जुट्ने चन्दा तथा अन्य भौतिक सहयोगको हिसाब-किताब पारदर्शी हुनैपर्छ, अन्यथा राजनैतिक दलको नाममा गलत तत्त्वले चन्दा आतंक सिर्जना गरेर आमजनता त्रसित हुनुपर्ने वातावरण कायमै रहन्छ। तसर्थ निर्वाचनका माध्यमबाट सत्ताको गोरेटोमा यात्रा गर्न चाहने राजनैतिक दलहरूलाई उसको आयव्ययको हिसाब सार्वजनिक गर्न बाध्य हुने किसिमको अभियान निर्वाचन आयोगले समेत सञ्चालन गर्नुपर्छ। राजनीति भनेको जनताको लोकप्रिय मत प्राप्त गर्नका लागि सञ्चालन गरिने अभियान मात्र होइन। जनताका माझ नैतिक रूपमा जिम्मेवार हुने, आर्थिक रूपमा पारदर्शी हुने र नैतिक रूपमा समाजप्रतिको जिम्मेवारी वहन गर्न सक्ने गरी नेतृत्व गर्नका लागि पनि राजनैतिक दलहरूले आफ्नो आयव्ययलाई विश्वसनीय रूपमा सार्वजनिक गर्ने परिपाटीको विकास गर्नुपर्छ।

नेपाली कांग्रेस (प्रजातान्त्रिक) ले आफ्नो आयव्ययको विवरण जेजस्तो अवस्थामा सार्वजनिक गरे पनि अन्य राजनैतिक दलहरूका लागि पनि राम्रो परम्परा थाल्न प्रेरित गर्नुपर्छ। अबका दिनमा मुलुकका अरू राजनैतिक दलले पनि आफ्नो आयव्ययलाई विश्वसनीय रूपमा सार्वजनिक गरे भने त्यसले आमचन्दादाता र सहयोगीहरूमाझ राजनैतिक दलको साखलाई थप उचाइमा पुऱ्याउनसमेत मद्दत पुऱ्याउनेछ। यसका लागि सरकारले पनि कानुन बनाएर निर्वाचन आयोगमार्फत त्यसलाई लागू गराउनेतर्फ ठोस कदम चाल्नुपर्ने देखिन्छ।

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

तस्लीमा नसरिन : एक प्रतीक अनेक प्रतिध्वनि

डा. डी.पी. भण्डारीसँग

अन्तरंग

प्रिय मधुमिता,

तिम्रा प्रश्नहरू : तस्लीमा नसरिन यति चर्चित हुनुको कारण के होला ? किन मुसलमानहरू उनको खेदो खनिरहेका छन् ? उनी किन भारतीय नागरिक हुन चाहन्छिन् ? नेपालमा तस्लीमासित तुलना गर्न लायक महिला-लेखक कुनै छन् कि छैनन् ? सर ! त्यति चाँडै चर्चामा आउनका लागि कस्तो साधना गर्नुपर्छ ?

प्रिय ! तिम्रा प्रश्नहरू तिम्रो अतिरिक्त सरलता, रचनात्मक कौतूहल, लेखकीय गतिमयता, सृष्टिचेतना र जीवनदायी विधायक, अचेतन इर्ष्याका रोचक द्योतकहरू हुन् भनिदिऊँ भने म गलत अनुमान गरिरहेको हुनेछु जस्तो मलाई लाग्दैन। प्रश्न गर्नुमा तिम्रो कुनै दोष छैन, न त छ तिम्रा लेखकीय सिमानाहरूको झल्को। सत्य नै भन्ने हो भने प्रश्न नगर्नेहरूभन्दा समीचीन प्रश्नकर्ताहरूमा बढी विकासको सम्भाव्यता हुन्छ। प्रश्न समीचीनताको छ, प्रश्न गर्ने र नगर्नेहरूको छैन। तिमी आफै ध्यानस्थ भएर एकछिनका लागि आत्मसंवाद गर : यदि चिन्तकहरूले, वैज्ञानिकहरूले र अरू विविध वर्गका प्रतिभाहरूले प्रश्न नगरेका भए मानवजाति कस्तो गति शून्यतामा भास्सिएको हुन्थ्यो ? प्राचीन ऋषिहरूले पहिलो प्रश्न गरे : कस्मै द्वेवाय हविसा विधेम: ? (कुन शक्तिको पूजा गर्नु उचित छ ?) उत्तरहरू स्वत: प्रस्फुटित हुँदै गए। थेल्स, हेऱ्याक्लिटस, सोक्रेटस, प्लेटो, ग्यालिलियो, नित्से, फ्रायड, आइन्स्टाइन आदिले आफैंसित मौन प्रश्नहरू गरेर उचित काल-सीमाभित्र उद्वेलनकारी उत्तरहरू मुखरित गरे। त्यो मुखरता नै सभ्यता-गतिको कारक बन्न पुग्यो। क्षमा गर, तिम्रा प्रश्नहरूलाई बहाना बनाएर मैले अनावश्यक उडान लिए, करिब असान्दर्भिक।

सनसनीपूर्ण लोकप्रियता र वास्तविक, प्रामाणिक ख्यातिमा विशाल भेद छ। तस्लीमाको लेखकीय स्तर र उनको अन्तर्राष्ट्रिय चर्चाबीच कुनै साम्यता छैन, सन्तुलन छैन। उनको चर्चाको मूल कारण उनको सिर्जनात्मक विलक्षणता नभएर उनको मूर्तिभञ्जनकारी साहस हो। म र मजस्तै अरू लेखकहरूभन्दा तस्लीमा अवश्य पनि धेरै उच्चकोटीकी स्रष्टा हुन् तर उनको लोकप्रियता र उनको सिर्जनात्मक वास्तविकता एक-अर्कासित मेल खाँदैनन्। अरू केही कालसम्म तस्लीमा चर्चाको चुचुरोमा भैरहनेछिन्। फेरि शनैशनै समयको स्वभावबाट उनका कृतिहरू, ती कृतिभित्रको दंश, ऊर्जा, र अपील माथ दिँदै जानेछ अरू धेरै समस्यामूलक सिर्जनाहरूजस्तै। गरम विषयहरूलाई कथ्य जनाउने साहित्यिक कलाकारहरूमध्ये धेरै कम मात्र कालजयी भएका छन्– कुनै हेनरिक इब्सेन, कुनै जर्ज बर्नाड शा, कुनै बरतोल्ट ब्रेख्त, कुनै शरदचन्द, प्रेमचन्द आदि। तस्लीमाले तुरुन्तै पुऱ्याउने चोट ती प्रतिभाहरू पुऱ्याउन चाहँदैनन्। चोट पुऱ्याउने हतारोमा अक्सर कलात्मक र स्वस्थ चिन्तनको बलि चढाउनुपर्ने हुन्छ।

तस्लीमाको शीघ्र ख्यातिको प्रमुख कारण हो उनको रोष, विद्रोह, मूर्तिभञ्जनकारी वृत्ति र व्यवहार। उनी जे लेख्छिन् त्यही आफ्नो जीवनमा अभ्यास गर्छिन्। तिमीलाई राम्रो ज्ञान छ मुसलमानहरूको धर्म र व्यवहारमा नारीको स्थान कस्तो छ भन्ने सत्यबारे। उनी सबै प्रकारका पाखण्डता, मतान्धता र अन्यायको विरोधमा आफ्ना उपन्यास र अरू प्रबन्धात्मक कृतिहरूद्वारा आफैलाई प्रस्तुत गरिरहेकी छिन् कलिलो उमेरदेखि नै। उनको 'लज्जा' नामक उपन्यासले लगभग अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको सनसनी ल्यायो। फलत: उनी विदेशिन बाध्य भइन्। आफ्नी आमाको मृत्युमा पनि उनी स्वदेश जानबाट वञ्चित भइन्। तस्लीमाको व्यंग्य र प्रहारभित्र कट्टर मतान्ध मुल्ला र मौलवीहरू मात्र आएनन्, धर्मग्रन्थ कुरानमाथि पनि कतै प्रत्यक्ष कतै अप्रत्यक्ष प्रहार छ। त्यस्तै साहसपूर्ण विरोधलाई मूर्तिभञ्जन भन्ने चलन छ। चित्त नबुझ्ने, बासी समय प्रतिकूल विकृतिहरूको साहसपूर्वक विरोध गर्नेहरूलाई मूर्तिभञ्जक भन्छन्। अधिकांश पुरोहित, पादरी र मौलवीहरू अमानवीय रूपले कट्टर हुन्छन्।

आफ्नो विरोधको फलस्वरूप तस्लीमा विदेशमा शरणार्थीजस्तै भएर जीवन बिताएरहेकी छिन्। कहिले युरोपमा, कहिले भारतमा। भारतीय नागरिक हुन चाहन्छिन्। बंगलादेशी कट्टरपन्थीहरू चेतावनी दिन्छन्– यदि तस्लीमाले भारतीय नागरिकता पाइन् भने भारतले अकल्पनीय विपत्ति खप्नुपर्ने हुन सक्छ। सुनिन्छ, तस्लीमाको टाउकाको मूल्य धेरै ठूलो रकम तोकेको छ बंगलादेशी मुल्लाहरूले। सलमान रुस्दीपछि आफ्नो मूर्तिभञ्जनकारी कृतिका लागि दण्डित भएर नाम कमाउने तस्लीमा भएकी छन्। याद गर्न लायक तथ्य छ : अधिकांश बंगाली मुसलमानहरूका नजिकका पुर्खाहरू हिन्दू धर्मावलम्बी थिए। धार्मिक मात्र होइन, राजनैतिक सिद्धान्त-कट्टरता पनि मानिसलाई पूरा मानिस हुनबाट वञ्चित गर्न सक्छ। बर्ट्रन्ड रसेलको टिप्पणी याद आयो : क्रिस्चियन, मुसलमान र कम्युनिस्टहरूको मताग्रहता स्वतन्त्र चिन्तनका लागि सहयोगी नभएर बाधक हुन पुग्छ।

तस्लीमा कविता पनि लेख्छिन्। पेसाले मेडिकल डाक्टर हुन्, चुनावले साहित्यिक स्रष्टा। धेरै गहन नभए पनि सामान्य नरनारीहरूको ठूलो जमातलाई प्रभावित गर्न सक्ने लेखिका। नारी स्वतन्त्रताकी एक जोसिली वकिल, तस्लीमाले नारी प्रश्नमाथि अति उत्साहसित धेरै लेखेकी छन्। कम शालीन, बढी यथार्थवादी, वस्तुत: अति यथार्थवादी। हाम्रो संस्कारित संवेदनशीलतालाई शोभा डे र कमला दासजस्तै तस्लीमा पनि सक गर्छिन्, झट्का दिन्छिन्। यौनजगत्मै एक यस्तो सार्वभौम सत्य हो जहाँको चर्चा गर्न हामी एकैसाथ भयभीत हुन्छौं, आकर्षित हुन्छौं। आफ्नो एक कवितामा तस्लीमा निर्भीकसित घोषणा गर्छिन्– 'मैले पुरुषहरूसित यौनसम्पर्क गरें। अन्तमा आश्चर्य लाग्छ, किन पुरुषहरू मेरो ओडरस ह्वोल, दुर्गन्धयुक्त छिद्रतिर आशक्त भएर आकर्षित भैरहेका हुन्छन्।

केही भारतीय उपमहाद्वीपका लेखिकाहरू ठूलो साहस वा निर्लज्जतासित आफ्ना कृतिहरूमा परम्परा-भञ्जक भैरहेका छन्। केही छनक नेपाली लेखिकाहरूमाथि पनि यदाकदा भेटिन्छ। तिनीहरू समय परिवर्तनप्रति निकै सचेत छन्– परिजातदेखि प्रेमा शाहसम्म। हाम्रो अस्तित्वभित्र यौनको केन्द्रीय स्थान भएकाले पनि हुन सक्छ, हामी परम्पराको चापमा चर्चा गर्न तर्सन्छौं र आधुनिकताको चापमा त्यो बर्जित क्षेत्रको चर्चा गर्नमा आकर्षित हुन्छौं, तरलीकृत हुन्छौं। तस्लीमा नारी अधिकारकी अति उत्साही प्रवक्ता हुन्। अति लामो कालदेखि जमिरहेको नारी शोषणको विरोध गर्दा प्रथम सोपानमा कट्टर प्रतिक्रियाको अनुभव गर्नु त्यति अस्वाभाविक प्रतिक्रिया होइन। सार्वभौम स्वस्फूर्त उद्दीपन मात्र हो।

प्रिय ! तिमीलाई ज्ञान भएकै कुरो हो, जब कुनै कलाकार विशेषत: साहित्य-साधक वा साधिका भावाभिव्यक्ति, विचार सम्प्रेषणका लागि उत्कण्ठित हुन्छन् तिनीहरू व्यवधानरहित स्थान र पर्यावरणको ताकमा हुन्छन्। तस्लीमालाई बंगलादेशमा प्रवेश गर्न प्रतिबन्ध छ। मुल्लाहरूले उनको टाउकोमाथि ठूलो पुरस्कार राशि घोषणा गरिसकेका छन्। मेरो दृष्टिमा उनलाई कठोर दण्ड दिने घोषणा उनको लेखकीय सफलताको प्रतिफल हो। यति साहसी संवेदनशील नारी लेखक नेपालमा जन्मनु अझै बाँकी छ। आफ्नो रिवेल छविका कारण उनी अझै कट्टर परम्परावादीहरूबाट पीडित छिन् : सुनिश्चित घर बसाउन सकेकी छैनन्।

आँखो के दरिचो मे किसी हुस्न की झल्कन,
और दिलकी जनाहो में किसी दर्दका डेरा।

नीति-नियम

जुन महिला आफैं कमाएर परिवारको जीविका चलाउँछिन् वा व्यभिचारिणी छिन् वा वेश्यावृत्ति गर्छिन् वा हीनकुलकी पतिता (जातिच्युत) छिन्– उनलाई कचहरी (वैठक) मा बोलाउन सकिन्छ।

लोभबाट वा मूर्खतावश पहिले कुनै वादीले केही कुरा बताएको थिएन र प्रतिवादीले उत्तर दिने समयसम्म पनि केही बताउँदैन भने उसलाई न्यायाधीशले प्रश्न सोधेर पूरै बकाउनुपर्छ।

वादीले जे भनेको छ त्यही कुरा ठीक छ भनी प्रतिवादीले स्वीकार गर्ने उत्तरलाई सही सत्य उत्तर भनिन्छ।

–शुक्रनीति

अनुवाद : रामहरि बन्जारा

चि ठी प त्र

गाथाकारलाई एउटा प्रेमपत्र

साप्ताहिकको नियमित स्तम्भ कान्तिपुर गाथाका गाथाकार किशोर नेपालले दुई अङ्कदेखि पाठकहरूको संवेदनशीलतालाई स्वीकार गर्दै कान्तिपुरका चिल्ला सडक, पोटिला गाला र प्रणय आशययुक्त अभिव्यक्ति मात्र प्रस्तुत गर्नुको साटो डान्स रेस्टुराँका रंगीन साँझहरूमुनि भुस्याहा कुकुर र बोरा, कागजका पोकाहरूभित्र गुडुल्किएर रात बिताउनुपर्ने अनि काठमाडौंका घरमा हराएका बालबालिकाका कथा प्रस्तुत गरेर कान्तिपुरको मेकअपरहित तस्बिर प्रस्तुत गरेकोमा धन्यवाद। किशोर नेपाल साप्ताहिकमा युवा पुस्ताको यौन, प्रेम र फेसनमा मात्र सीमित भएको महसुस गर्नेहरूले उनको 'चिन्ताका क्षणहरू' जस्ता लगभग दुर्लभ भैसकेका कृति अध्ययन गरे लेखकहरूले मानवीय संवेदनालाई महसुस गरेर लेख्नुपर्छ भन्ने उनको मान्यता बुझ्न धेरै बेर लाग्दैन। हालसालै देशव्यापी भ्रमणमा नेपालको वास्तविक तस्बिर उजागर गर्न उनको उत्साह र जोखिमपूर्ण साहसप्रति पनि सायदै कुनै सचेत नागरिकले आँखा चिम्लिन सक्छ।

तर पनि गाथाकारले आफू थाक्दै गएको भन्नुमा केही नैराश्यता झल्कन्छ। एउटा व्यस्त पत्रकार, सम्पादक, एक्टिभिस्ट लेखकबाट हल्काफुल्का विषयमा नियमित रूपले स्तरीय साहित्यिक लेखनको अपेक्षा गर्नु पनि अन्याय नै हुन सक्छ। स्तरीय रचनाले माग्ने आवश्यक समय निश्चय पनि उनले दिनैपर्छ। गाथाकारले के बिर्सनु हुँदैन भने उनले आजसम्म संघर्षशील, स्वाभिमानी र मानवीय संवेदनशीलताले ओतप्रोत जुन वैचारिक मान्यता स्थापित गर्ने प्रयास गरेका छन्, भावी पुस्तालाई मार्गदर्शन गर्ने जिम्मेवारीबाट अब उनी थाक्न पाउँदैनन्।

–दिवस सर्मा, काठमाडौं

उचित भएन

नेपालमा बेला-बेलामा नयाँ-नौला कुरा भित्रिन्छन्। त्यही भित्रिने क्रममा गत वर्ष राष्ट्रियस्तरको 'नेपाली तारा' छनौट प्रक्रियाको न्वारान गरियो र छनौट कार्य सम्पन्न भयो। यो वर्ष 'सुपर एक्टिङ कम्पिटिसन' को न्वारान गरियो। त्यस्ता कार्यक्रमको उद्देश्य भनेको राम्रा कलाकार उत्पादन गर्नु हो। यो आफूभित्र गुम्सिएर रहेको प्रतिभा प्रस्तुत गरी कला क्षेत्रमा आफ्नो जीवन समर्पित गर्न चाहनेहरूका लागि सुनौलो अवसर पनि हो।

यसका लागि आयोजक पक्षलाई धन्यवाद दिनैपर्छ तर यस्ता कार्यक्रममा भाग लिनका निम्ति नेपालका प्रमुख सहरहरूमा मात्र सुविधा प्राप्त हुन्छ। के गाउँमा बस्नेहरूले यस्ता कार्यक्रममा भाग लिन नपाउने ? यदि सही कलाकार छनौट गर्न यस्ता कार्यक्रम आयोजना गरिन्छ भने गाउँ-गाउँमा गई प्रभावकारी तरिकाले छनौट गरिनुपर्छ। अनि मात्र हुन्छ, स्तरीय कलाकारको छनौट।

–पाल्देन तामाङ, चावहिल, काठमाडौं

स्वागत योग्य

१६ पृष्ठदेखि आजको २४ पृष्ठको रंगीचंगी साप्ताहिकलाई ग्रहण गर्न पाउँदा म जस्ता लाखौं पाठकहरूको मन चङ्गा हुनु स्वाभाविक हो। विगतदेखि वर्तमानसम्म आइपुग्दा धेरै रूपान्तरित भएको छ 'साप्ताहिक'। पाठकहरूको रुचि, मनोरञ्जन, राजनीति, ज्ञान-विज्ञान तथा पठनीय खुराकहरूले भरिपूर्ण यो पत्रिका सम्पूर्ण नेपालीहरूको घरदैलोसम्म पुग्न आवश्यक छ।

हिंजोआज साप्ताहिकमा एसएलसी दिन तयारी गरिरहेका भाइबहिनीहरूलाई केन्द्रित गरी सामग्री पेस गरिएको छ जुन आफैमा स्वागतयोग्य छ। समाजभित्र लुकेका विसंगति तथा खराब आचरणलाई नंग्याउने गरी आवरण पृष्ठमा प्रकाशित 'दुर्व्यसनमा युवतीहरू' लेख निकै उत्कृष्ट थियो। यस्ता कुराहरू बाहिर ल्याई समाजमा चेतना जगाउने साप्ताहिकले अनुसन्धानमूलक सामग्रीहरू अझ बढी प्रकाशित गरोस्।

–प्रकाश शर्मा, काठमाडौं

ध्यानाकर्षण

गताङ्कमा कविता स्तम्भमा प्रकाशित मेरो कविता 'जय-जय नेपाल'को तेस्रो लाइनमा '**मेचीदेखि महाकाली, तराईदेखि हिमाल**' भन्ने हरफ छुट्न गएकोमा ध्यानाकर्षण गराउन चाहन्छु।

कृष्णबहादुर विष्ट

तीतो सत्य

-हाँस्दा टाढाको मानिसले पनि साथ दिन्छ तर रुँदा आफ्नै मानिसले पनि साथ दिँदैन।

-जति आँसुमा सत्य हुन्छ, हाँसोमा हुँदैन।

-हातमा बन्दुक लिएपछि मुसा पनि बाघ हुन्छ।

राघव श्रेष्ठ, तुलसीपुर, दाङ

-अरूको आलोचना गर्नुअघि आफ्नै मूल्यांकन गर्नुपर्छ।

-जीवनमा आइपर्ने कठिन मोडहरूदेखि भाग्ने मानिस कहिल्यै उँभो लाग्न सक्दैन।

-जब धन बोल्छ, तब सत्य चुप रहन्छ।

सुलभ दाहाल, सुरुंगा झापा

-तैंले के गरिस् भनेर अरूलाई हप्काउनुभन्दा आफू के गर्दैछु भनेर सोचविचार गर्नु धेरै कल्याण हुन्छ।

-छलकपटको काम गरिन्छ भने असत्य र झूटको सहारा लिनैपर्ने हुन्छ।

वसन्त रूपाखेती, पनौती

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

–सम्पादक

संविधानसभाको निर्वाचन सारे हुन्छ

अब्दुल अजिज, नेपालगन्जमा मुसलमान समुदायका अगुवाका रूपमा चिनिन्छन्। पेसाले उनी वकिल हुन् तर अल्पसंख्यक मुसलमानहरूको सामुदायिक विकास एवं मानवअधिकारका क्षेत्रमा पनि उनी उत्तिकै सक्रिय छन्। अब्दुल अजिजसँग संविधानसभामा मुसलमान समुदायको प्रतिनिधित्वका सम्बन्धमा साप्ताहिकका लागि जनक नेपालले गरेको कुराकानी :

० नयाँ नेपालमा मुसलमान समुदायको हकहित सुरक्षित होला ?

- अहिले समावेशीकरणको मुद्दा चर्को रूपमा उठेको छ। राज्यसत्तामा अल्पसंख्यक, दलित, जनजाति, उत्पीडित वर्गको पहुँच छैन भनेर आन्दोलन भैरहेको छ। यो असन्तुष्टिको चिरफारका लागि आर्थिक, शासनसत्ता एवं नीति-निर्माणतहमा उनीहरूको सहभागिता आवश्यकता छ। त्यो नहुँदासम्म लोकतन्त्र र नयाँ नेपालको परिकल्पना सम्भव हुँदैन।

मुसलमानहरूलाई अल्पसंख्यक धार्मिक समूहका रूपमा परिभाषित गरिनुपर्छ। विशेषाधिकारसहित आरक्षण दिइनुपर्छ। संविधानमा नै त्यसको सुनिश्चितता हुनसक्यो भने नयाँ नेपालमा मुसलमानलगायत अन्य अल्पसंख्यक समुदायको समग्र विकास सम्भव छ।

० संविधानसभाको पूर्व-तयारी तथा अन्तरिम संविधानले त्यस्तो लक्षण देखाएको छ त ?

- सबै जेठमा संविधानसभा गराउन प्रतिबद्ध देखिएका छन्। संविधानसभाले इतिहास नै प्रभावित तुल्याउने महत्त्वपूर्ण निर्णय गर्नेछ। जनताद्वारा निर्वाचित सभाद्वारा बनाइने संविधानबाट संघीय शासनप्रणाली, राजतन्त्रको फैसला तथा राज्यको पुनरसंरचना हुने आमअपेक्षा छ तर संविधानसभाको महत्त्व अनुरूपको राजनैतिक चेतना गाउँ-गाउँसम्म पुगेको छैन। दलहरू पनि त्यसमा लागेका देखिँदैनन्। जनतालाई राम्रोसँग प्रशिक्षित नगरी गरिने संविधानसभाबाट चाहेजस्तो परिणाम ननिस्कन सक्छ। पूर्ण लोकतान्त्रिक एवं समावेशी शासन-व्यवस्था स्थापना नहुने स्थितिमा संविधानसभाको अर्थ हुँदैन, तसर्थ त्यसलाई अर्थपूर्ण बनाउन आवश्यक परे संविधानसभाको निर्वाचन पछि पनि सार्नुपर्छ।

० अहिले नै अराजक तत्त्व तथा प्रतिगामीहरू सलबलाउन थालेका छन्। संविधानसभाको चुनाव सार्दा देशले ठूलै दुर्घटना बेहोर्नुपर्ने हुनसक्छ भन्ने तर्कलाई के भन्नुहुन्छ ?

- यो तर्क आफ्नो ठाउँमा ठीक हो तर राजनैतिक दल, लोकतान्त्रिक शक्ति एवं जनताको प्रतिबद्धता रहयो भने ती सबै पराजित हुन्छन्। सरकार पनि दृढ भएर आउनुपर्‍यो। मेरो भनाइ के मात्र हो भने गाउँका ८० प्रतिशत जनतालाई गणतन्त्र, लोकतन्त्र, संघीय शासन, समावेशीकरण आदिका विषयमा केही थाहा छैन। यस्तो अस्पष्टता रहँदा रहँदै चुनावमा जाँदा राम्रो परिणाम आउँदैन कि भन्ने चिन्ता छ।

देश चलाउने राजनैतिक दलहरूले हो, गैरसरकारी संघसंस्थाहरूले होइन। अहिले पनि माओवादीहरूको अपहरण, चन्दा, आक्रमण जारी छ। दलहरू बजारमा केन्द्रित छन्। दलहरूले साझा अभियान बनाउनुपर्‍यो। दलहरूको जति हुनुपर्ने हो, त्यो तयारी छैन। चुनावका लागि चाहिने कानुन त अझै बन्न सकेका छैनन्। यस्तो स्थितिमा प्रतिगामीको चलखेल रोक्दै देशलाई संविधानसभाको चुनावतर्फ डोर्‍याउनु आवश्यक छ। राज्य र दलहरूले प्रतिकूलतालाई चिर्दै अघि बढ्नुपर्छ।

लोकतन्त्रलाई संस्थागत हुन नदिन प्रयत्न हुनु अस्वाभाविक होइन तर माग उठाउनासाथ त्यसलाई खराब तत्त्व भनेर बुझ्नु हुँदैन, जायज मागलाई संबोधन गर्दै अघि बढ्नुपर्छ। यसका लागि एकता, प्रस्ट अडान एवं दृष्टिकोण आवश्यक छ।

० मधेस आन्दोलन र त्यसको नेतृत्वलाई कसरी हेर्नुभएको छ ?

- मधेस आन्दोलन अधिकारको लडाइँका रूपमा उठेको हो तर त्यसमा भएको घुसपैठ र गतिविधिका कारण त्यो हिंस्रक तथा साम्प्रदायिक रूपमा भड्किएको देखियो। अहिंसात्मक भन्नेहरूले हातहतियार लिएर किन आउने ? ज्वालासिंह र गोइतका छुट्टै कुरा होलान्, मधेसी जनअधिकार फोरमले त ख्याल गर्नुपर्‍यो नि। घुसपैठको शैलीलाई हेर्दा त्यसमा संविधानसभा हुन नदिने तत्त्व पनि लागेको मैले महसुस गरेको छु।

० मधेस आन्दोलनले मुसलमान समुदायका समस्या उठाएको छ कि छैन ?

- दुःखलाग्दो कुरा मधेस आन्दोलनले पनि अल्पसंख्यक तथा मुसलमान समुदायको समस्यालाई सम्बोधन गरेको छैन। मुसलमानहरूलाई नेपालमा बस्दै आएका अल्पसंख्यक धार्मिक समूहका रूपमा छुट्टै पहिचान दिनु आवश्यक छ, साथै अल्पसंख्यक विकास आयोग पनि गठन हुनुपर्छ र तिनीहरूको प्रतिनिधित्व बढाउनुपर्छ। यी सबै कुरालाई खुलस्तसँग फोरमको आन्दोलनले पनि समेट्न सकेको छैन। आन्दोलनका आधारमा गरिएको अन्तरिम संविधान संशोधनले पूरै समस्या समाधान गरेको छैन। जनसंख्याको आधारमा सिट बढाएर मात्र हुँदैन। मौजुदा संरचनाभित्र समावेशीकरणको नारालाई व्यवहारमा उतार्नुपर्छ।

० आन्दोलनकारी नेतृत्व नै लोकतन्त्र असफल पार्न र संविधानसभा हुन नदिन सक्रिय छ भन्ने टिप्पणी पनि हुने गरेको छ, तपाईंलाई के लाग्छ ?

- उद्देश्य नै खराब छ भन्न मिल्दैन। उनीहरूले अधिकारकै लडाइँ अघि सारेका हुन् तर आवश्यक सतर्कता नअपनाउँदा धेरै गल्ती भए। सुरुमा राम्रै थियो, तर पछि आएर आन्दोलनले धार्मिक, साम्प्रदायिक तनाव उत्पन्न गरायो जुन हुनुहुँदैनथ्यो। अब त्यस्ता भावनालाई परास्त गर्नुपर्छ।

० संविधानसभामा मुसलमान समुदायको प्रतिनिधित्व सुनिश्चित गर्न के गर्नुपर्ला ?

- समानुपातिक निर्वाचन प्रणालीमा जानुपर्छ। दलहरूले पाएको मत अनुरूप जनसंख्याको आधारमा जातीय एवं क्षेत्रीय प्रतिनिधित्वको सुनिश्चितता गर्नुपर्छ। त्यसो भएमा जनसंख्या अनुरूपको समानुपातिक प्रतिनिधित्व हुनसक्छ। क्षेत्रगत निर्वाचनमा मुसलमान आरक्षित क्षेत्र कानुनी रूपमै उल्लेख हुनुपर्छ। राजनैतिक दलहरूले आफ्नो विधान एवं घोषणापत्रमा त्यसको स्पष्ट प्रतिबद्धता जनाउनुपर्छ।

मेरो विचार

सार्थक संविधान-सभाका लागि

करिब ५६ वर्षअघि नै संविधानको निर्माण सार्वभौमसत्ता सम्पन्न नेपाली जनताले गठन गरेको संविधानसभाद्वारा गरिनुपर्छ भन्ने कुराको लिखित प्रतिबद्धता त्यतिबेलाका सरकार एवं राष्ट्रप्रमुखले गरे पनि अनेक बहानामा त्यसलाई टारियो। २०४६ सालको जनआन्दोलनबाट नेपाली जनता सार्वभौम भए पनि उनीहरूले मूल कानुन संविधान आफैं निर्माण गर्न पाएनन्। यस्तो पृष्ठभूमिमा १९ दिन लामो जनआन्दोलन–२ को सफलतापछि आगामी जेठभित्र संविधानसभाको चुनाव गर्ने राजनैतिक सहमति भएकोमा यसलाई जुनसुकै हालतमा पनि पूरा गर्नु सचेत नेपालीको कर्तव्य हो।

त्यसो त प्रतिगमनको खतरालाई सदाका लागि अन्त्य गर्न, जनआन्दोलनमार्फत पटक-पटक व्यक्त भएका जनभावनाको कदर गर्न, राजनैतिक कारणले हुने गरेका दोहोरो-तेहेरो द्वन्द्वलाई अन्त्य गर्न एवं आधारभूत राजनैतिक कुराहरू पूरा गर्न पनि संविधानसभाको चुनाव तोकिएकै मितिमा सम्पन्न गर्न सक्नुपर्छ। संविधान सभाको निर्वाचन सम्पन्न हुनका लागि देशमा पूर्ण लोकतान्त्रिक वातावरण चाहिने भएकाले प्रतिगामीहरूलाई पूर्ण रूपले नियन्त्रण गर्ने एवं लोकतान्त्रिक शक्तिका क्रियाकलाप निर्वाध रूपमा सञ्चालन हुन पाउने व्यवस्था सरकारले गर्नुपर्छ, तब मात्र सार्थक अनि जनपक्षीय संविधानसभाको निर्वाचन हुनसक्छ। जनताले बनाउने संविधान नै जनपक्षीय हुने भएकाले हामीले हिम्मत गर्नैपर्छ र आगामी जेठमा हुने भनिएको संविधानसभाको निर्वाचनलाई सफल बनाउनुपर्छ। यसरी जनताका प्रतिनिधिबाट बन्ने संविधानलाई कसैले पनि म यो संविधान मान्दिन भन्नुहुँदैन, बरु समयको गतिशीलतासँगै संविधान संशोधनको विकल्प भने खुला राखिनुपर्छ।

संविधानसभाको निर्वाचन समयमै सम्पन्न गर्नु एउटा पक्ष हो भने त्यसमा प्रभावकारी एवं जनपक्षीय प्रावधानहरू समेटिनु अर्को चुनौती हो। हामीले विगतका अनुभवबाट पाठ सिकी मौलिक प्रकृतिको संविधान निर्माण गर्नुपर्छ, जसमा महिला, शोषित पीडित एवं निम्न वर्गको हित, विकास र मानव अधिकारलाई अग्राधिकार दिने, सामाजिक न्यायको पक्षधरता, साधन-स्रोतको न्यायसम्मत वितरणको व्यवस्था तथा मौलिक अधिकारको निर्वाध उपयोगको व्यवस्था समेटिनुपर्छ।

–कविता पराजुली
काठमाडौं शिक्षा क्याम्पस, काठमाडौं

तपाईंको विचारमा संविधानसभा के हो ? यसले के गर्छ ? यसका बाधा-अड्चनहरू के-के हुन् ? तिनलाई हटाउन के गर्नुपर्छ ? संविधानसभाको निर्वाचन कसरी सफल हुनसक्छ ? संविधानसभाका लागि सरकार तथा नागरिकका दायित्व के-के हुन् ? जस्ता प्रश्नमा केन्द्रित रहँदै आफ्ना धारणा हामीलाई लेखिपठाउनुहोस्। प्रत्येक प्रकाशित सामग्रीलाई नगद रु. २ सय प्रदान गरिनेछ।

व्यक्ति-अभिव्यक्ति

जेठमा संविधानसभाको निर्वाचन हुन सक्दैन भन्ने थाहा पाउँदा पाउँदै नेताहरू यस विषयमा बोल्न डराइरहेका छन्। म पहिलोपल्ट नडराइकन भन्छु, संविधानसभाको निर्वाचन सारे हुन्छ। सबै एकमत भएपछि त्यसले कुनै बिगार गर्दैन।

शेर ब. देउवा, सभापति, नेका प्रजातान्त्रिक

गौर घटनापछि पनि जेठमै संविधानसभाको निर्वाचन गर्ने वातावरणको अन्त्य भएको छ। जुनसुकै मूल्यमा पनि संविधानसभाको निर्वाचन गर्छु भन्ने दलका नेताहरूको प्रतिबद्धतामा प्रश्नचिह्न खडा भएको छ। संविधान सभा सार्ने षडयन्त्र हुन्छ भने गणतन्त्रवादीहरूले संविधानसभा निर्वाचन अगाडि नै गणतन्त्र घोषणा किन नगर्ने ?

शंकर पोखरेल, नेता, नेकपा (एमाले)

संविधानसभाको निर्वाचन कौरव तथा पाण्डवबीच भएको महाभारत युद्ध जस्तै हो। महाभारतको युद्ध पाण्डवले अंशको रूपमा पाँच गाउँ माग्दा नपाएपछि भएको थियो। अहिले संविधान सभारूपी महाभारतको युद्ध जनताको अधिकार सधैंका लागि स्थापित गर्न भैरहेको छ।

सुवासचन्द्र नेम्वाङ, सभामुख

संविधान सभा जिज्ञासा

पूर्णमान शाक्य
संवैधानिक कानुन विशेषज्ञ

प्रश्न : अहिले संविधान-सभापछि नेपालमा संघीय शासन प्रणाली हुनुपर्छ भन्ने आवाज उठिरहेको छ। संघीय शासन प्रणाली भनेको कस्तो शासन प्रणाली हो ? के नेपालजस्तो सानो मुलुकमा संघीय शासन प्रणाली उचित हुन्छ ?

–प्रकाश शर्मा, नेपालगन्ज

उत्तर : संघीय शासनप्रणाली भनेको अनेकतामा एकता सुनिश्चित गर्ने राजनैतिक पद्धति हो। यसमा राष्ट्रिय सरकार र क्षेत्रीय सरकारको द्वैध शासनअन्तर्गत मुलुक चल्छ। यी दुवै सरकार जनताको सरकार हुने र संघीय शासन-प्रणालीमा आमजनताले आफ्नो विकास आफैं गर्ने तथा क्षेत्रीय र स्थानीय पहिचान पनि सुनिश्चित गर्ने एउटा उपाय हो। संघीय शासन प्रणालीलाई सही अर्थमा बुझ्न सके त्यसले विकास र शान्तिको लहर ल्याउन सक्छ, यदि यसलाई सही अर्थमा प्रयोग गर्न सकिएन भने त्यसले विखण्डन पनि निम्त्याउन सक्छ। संघीय शासन-प्रणाली नेपालभन्दा साना मुलुकमा पनि सफलतापूर्वक प्रचलनमा रहेका उदाहरण छन्, जस्तै- स्वीट्जरल्यान्ड र अस्ट्रिया।

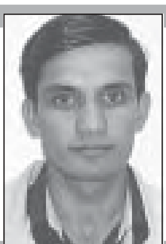
संविधानसभाको अगामी निर्वाचनलाई मध्यनजर गर्दै साप्ताहिकले पाठकहरूको जिज्ञासा समाधान गर्ने व्यवस्था मिलाएको छ। पाठकहरूको जिज्ञासालाई नेपाल ल क्याम्पसका सहप्राध्यापक एवं संवैधानिक कानुनका ज्ञाता पूर्णमान शाक्यले समाधान गर्नुहुनेछ।

होटल तालिम
५ तारे होटलका प्रशिक्षक द्वारा प्रशिक्षण गराइने
Cook :- 4,500/-
Waiter :- 1,500/-
साथै रुमब्वाई, हाउसकिपिङ्ग, डोमेष्टिक हेल्पर, बेलब्वाई साथै होटल सम्बन्धि सम्पुर्ण ट्रेनिङ्गहरु साथै अंग्रेजी भाषा निशुल्क. ट्रेनिङ्गपछि 90% रोजगारको ग्यारेन्टी तु.सम्पर्क गर्नुहोला।
त्रिवेणी ट्रेनिङ्ग सेन्टर, मैतिदेवी
फोनः ४४१६५१९, ९८४१३८७८५

होटल तालिम
*Cook/Bakery *Security
*Waiter/Waitress
*Barman/Captain
*House Keeping
*Receptionist
*Bell Boy/Care Giver
* English Language.
Kathmandu Training Institute
Dillibazar - 4441313
National Yak & Yati
Hotel Training Centre, चावहिल
☎4483170

AIR HOSTESS & STEWARD TRAINING
Admission Open
३० वर्ष उडान अनुभवी, दक्ष तथा वरिष्ठ प्रशिक्षकहरुद्वारा तालिम दिइने
Stationary & Swimming Free
9841208749
5536057/5523082
Kupondole Bus Stop

परीक्षामा सकरात्मक सोच र आत्मविश्वास



विश्वमणि अधिकारी

एसएलसी परीक्षाका लागि गर्ने मेहनत बढी भएर होला, प्रतिफलको अपेक्षा पनि बढी नै राखिन्छ। हुन पनि अरू बेला दैनिक दुई-तीन घण्टा पढ्न अल्छी मान्नेहरूसमेत एसएलसी परीक्षाका बेला आठ-दस घण्टा पढिरहेका भेटिन्छन् । त्यसैगरी अभिभावक तथा विद्यालय प्रशासन कसरी विद्यार्थीलाई सकेजति स्रोत उपलब्ध गराउन सकिन्छ भन्दै बलबुताले भ्याएसम्म खटिरहेका हुन्छन् । यसमा उत्कृष्ट नतिजा आओस् भन्ने स्वार्थ लुकेको हुन्छ, जसलाई नाजायज भन्न मिल्दैन । अझ यसपालि दस कक्षाबाट मात्र प्रश्न आउने भएपछि नयाँ सुविधाको उपयोग गरी आफ्नो सपना साकार पार्न धेरैलाई उत्साह मिलेको छ। यद्यपि नतिजा भन्ने कुरा भौतिक सुविधा वा चाहनामा मात्र भर पर्दैन, यसका लागि मानसिक पक्षसमेत उत्तिकै आवश्यक हुन्छ। विगतका वर्षहरूमा हामीले यही मानसिक पक्षलाई चाहिने जति महत्त्व नदिँदा नतिजा आफ्नो पक्षमा पार्न नसकेका हौं ।

जस्तो कि, कक्षा वा घरमा राम्रो परफर्मेन्स देखाउने तर परीक्षामा चाहिँ खासै राम्रो अंक ल्याउन नसकेका धैरै उदाहरण हामीले देखे-सुनेका छौं। त्यसो त कक्षामा भन्दा परीक्षामा राम्रो परफर्मेन्स देखाउने पनि नभएका होइनन्, तर पछिल्लाको संख्या अघिल्लाको तुलनामा निकै कम छ। विद्यार्थीमा रहेको मानसिक पक्ष कमजोर भैदिँदा यस्तो हुन पुगेको हो। अझ खासगरी गणित, विज्ञान, कम्प्युटरजस्ता प्राविधिक विषयका लागि विद्यार्थीमा मानसिक सबलता बढी आवश्यक हुन्छ, किनकि यी विषय घोक्नेभन्दा टेक्निक प्रयोग गर्नुपर्ने खालका हुन्छन्। जसका लागि शान्त दिमाग चाहिन्छ। शान्त दिमाग त्यतिखेर उपलब्ध हुन्छ, जब मानिसमा सकारात्मक सोच र आत्मविश्वास हुन्छ।

कक्षामा राम्रो विद्यार्थीमा गनिने एक छात्रा प्रि-सेन्टअपको गणित परीक्षामा फेल भएपछि खैलाबैला नै मच्चियो। पछि कापी जाँच्दा थाहा लाग्यो, उनले हल गरेका पहिले दुई प्रश्न बिग्रिएपछि पछिका प्रश्नहरू हल त लगभग सबै गरिछन्, तर उत्तरसम्म पुग्न भने सकिनछिन्। प्रयोग गरिएका गणितीय सूत्रहरू ठीक हुँदाहुँदै पनि धैर्यता एवं आत्मविश्वास गुमाउँदा ती छात्रा उत्तरसम्म पुग्न नसकेको देखियो। तिनै छात्रालाई तिमीले यसो गरेकाले फेल भएकी हौ, अब यसो गरेर धैर्य तथा आत्मविश्वासका साथ प्रश्नहरू हल गरे राम्रो अंक ल्याउँछौं भनेर मनोवैज्ञानिक उपचार गरेपछि सेन्टअप परीक्षामा निकै राम्रो अंक आयो। यो उदाहरणबाट पनि के कुरा प्रस्ट हुन्छ भने, विद्यार्थीमा क्षमता हुँदाहुँदै पनि आत्मविश्वासको कमी भए सोचेजस्तो नतिजा आउँदैन। त्यसैले ट्युसन र गेस गाइडमा हजारौं खर्च गर्ने अभिभावक तथा विद्यालय प्रशासनले विद्यार्थीहरूलाई परीक्षामा कसरी लेख्ने, कसरी सकरात्मक सोचको विकास गर्ने अनि कसरी आत्मविश्वासी बन्ने भन्ने प्याकेज प्रोग्राम ल्याउनुपर्छ।

पाठ्यक्रममा मात्र सीमित राख्न चाहने हाम्रो प्रवृत्तिका कारण भाषा विषयहरूमा विद्यार्थीहरूको नम्बर कममात्र आएको छैन, कोर्सबाहिरका पुस्तक पढ्ने संस्कृतिसमेत बन्न सकिरहेको छैन। भनिन्छ, मानव मस्तिष्क जति तन्कायो उति तन्किने र जति उपयोग गर्‍यो त्यति विस्तृत बन्ने वस्तु हो। त्यसैले सफलताका कथाहरू, समसामयिक लेख-रचना तथा घटनाहरू, मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रमहरूलाई समेत निश्चित समय छुट्याउने हो भने विद्यार्थीहरूमा सकरात्मक सोच एवं आत्मविश्वासी भावना बढाउन सकिन्छ।

यसैगरी कतिपय विद्यार्थीमा आफूले जानेको कुरासमेत नलेखी अरूको हेर्ने वा उत्तर दाँज्न खोज्ने प्रवृत्ति पाइन्छ। यसो हुनु पनि आत्मविश्वासको कमी र आफूले

आफैंलाई विश्वास गर्न नसक्नु हो। जसले गर्दा अनैतिक काम त भयो भयो, कहिलेकाहीं अर्काको गलत उत्तर सारेर धोकासमेत पाइन्छ।

वर्षभरि पढेको कुरा तीन घण्टाको निर्धारित समयभित्र प्रस्तुत गर्नुपर्ने भएकाले परीक्षालाई टेक्निकसमेत भनिन्छ, तसर्थ पूर्वतयारी, सकरात्मक सोच एवं आत्मविश्वासका साथमा परीक्षा दिए मात्र सोचेजस्तो सफलता हात लाग्न सक्छ। दिइएका प्रश्नहरू नहतारी राम्रोसँग पढ्ने, जानेका प्रश्नहरू पहिले हल गरी कन्फ्युज भएका प्रश्नको उत्तर अन्त्यतिर लेख्ने, प्रत्येक प्रश्नका लागि उचित समय विभाजन गर्ने, लेखेका कुरा राम्रोसँग र पूर्ण रूपमा प्रस्तुत गर्ने जस्ता कुराहरू चाहिने भएकाले नै परीक्षालाई टेक्निक भनिएको हुनुपर्छ।

निजी विद्यालयहरूमा सेन्टअप परीक्षापछि पनि विद्यार्थीहरूलाई शिक्षक तथा विद्यालय प्रशासनको नियमित सम्पर्कमा राखी एसएलसी परीक्षाको तयारी गर्न लगाइने प्रचलन भए पनि सरकारी विद्यालयहरू यस मामिलामा एक कदम पछाडि देखिन्छन्। फलस्वरूप सरकारी विद्यालयको नतिजा निराशाजनक रहँदै आएको छ। यसतर्फ पनि ध्यान दिए एसएलसी परीक्षाको नतिजा अझ राम्रो आउने अपेक्षा गर्न सकिन्छ।

(अधिकारी ड्याफोडिल पब्लिक स्कुल, बत्तीसपुतली, काठमाडौंका शिक्षक हुन्।)

एसएलसी कसका लागि?

'भविष्यमा के बन्ने सोच छ ?'

– समाजसेवी बन्नुपर्ला,

– म त डाक्टर बन्ने,

– म इन्जिनियर,

–घरमा चाहिँ बुवाले पाइलट बन्नुपर्छ भन्नु'भा छ, तर मचाहिं इन्जिनियर बन्ने सोचमा छु।

बूढानीलकण्ठ स्कुलका सञ्जय हुन् वा भी.एस.निकेतनका सुनील अथवा आइडियल इङ्लिस बोर्डिङ स्कुलकी ऋचा पौडेल नै किन नहुन्, यी किशोर-किशोरीहरूले एसएलसी परीक्षा दिन लाग्दा-नलाग्दै भविष्यको लक्ष्य तय गरिसकेका हुन्छन्। भविष्यमा इन्जिनियर, डाक्टर अनि पाइलट बन्ने सपना साँचेर चैत २१ देखि सुरु हुने एसएलसी परीक्षाका लागि कम्मर कसेका यी विद्यार्थी राष्ट्रको राजनीतिप्रति पूर्ण रूपमा बेखबरजस्तै भएर तयारीमा रहँदा घरपरिवारका सदस्यले समेत बाधा पुऱ्याउँदैनन्। दिनको १८ घण्टे समय-तालिकाअनुसार आफ्नो पढाइलाई अघि बढाउने यी विद्यार्थी परीक्षामा उत्कृष्ट अंक ल्याउने होडमा छन्। केयर इङ्लिस बोर्डिङ स्कुलका प्रेरित देवकोटालाई सरकारले गत वर्षदेखि बोर्ड प्रथम तोक्ने व्यवस्था खारेज गरेको कुरा पटक्कै मन परेको छैन। 'बोर्ड प्रथम भएर नाम कमाउने सपना बुनेको थिएँ,', सर्वोत्कृष्ट अंक ल्याए पनि सोचेजस्तो प्रसिद्धि कमाउन गाह्रो पर्ने बताउँदै युकेजीदेखि नै विद्यालयमा सर्वोत्कृष्ट हुँदै आएका देवकोटा निराश हुँदै भन्छन्- 'पहिले अरूले गल्ती गरे तर अहिले हाम्रो भविष्यसँग खेलबाड भयो।'

एकातिर उपत्यकाका निजी विद्यालयका विद्यार्थीहरू सर्वोत्कृष्ट हुने र भविष्यमा ठूलो मानिस बन्नेमा एक-

अर्काबीच होडबाजी गरिरहेका छन् भने अर्कातिर उपत्यकाभित्रकै सरकारी विद्यालयका विद्यार्थीहरू आफ्नो भविष्यप्रति बेखबरजत्तिकै छन्।

–खै के बन्ने के ? पहिले एसएलसी त पास हुन पाऊँ त्यसपछि सोचौंला।

– घरको स्थिति हेर्दा त अब एसएलसि सक्दा-नसक्दै काम खोज्न बिदेसिनु पर्लाजस्तो छ।

काठमाडौं बालउद्धार मा.वि., कपनकी मीरा नकर्मी हुन् वा उनका सहपाठी सन्दीप उनीहरूसँग निजी विद्यालयका विद्यार्थीहरूको जस्तो कुनै ठोस योजना छैन। निजी विद्यालयको तुलनामा सरकारी विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थी धेरै छन्, जसको प्रतिनिधित्व मीरा र सन्दिपले गरेका छन्।

आर्थिक कारणले पढाइलाई अघि बढाउन रातदिन काम गर्नु अनि कक्षामा पढाइएका कुराप्रति पनि उत्तिकै ध्यान पुऱ्याउनु अधिकांश सरकारी विद्यालयका विद्यार्थीको तीतो यथार्थ हो। डाक्टर, इन्जिनियर बन्नु आफ्नो औकातबाहिरको कुराजत्तिकै मान्छन् उनीहरू।

सरकारले हरेक वर्ष शिक्षामा विशेष लगानी गरे पनि त्यसको उचित सदुपयोग भएको पाइँदैन, जसको प्रमाण विगतमा सरकारी विद्यालयका विद्यार्थीले प्राप्त गरेको एसएलसीको नतिजा नै हो। शिक्षालाई गुणस्तरीय एवं व्यावहारिक बनाउने नाममा सरकारी तहबाट गरिएका प्रयासहरू बालुवामा पानी खन्याएसरह भएको पाइन्छ। नहोस् पनि किन ?

शिक्षालाई समयसापेक्ष बनाउने नाममा सरकारले पाठ्यक्रमबाट राजा र रानीको तस्बिर त हटायो तर के यसले परम्परागत शिक्षा प्रणालीमा सुधार होला ? के यसले कर्णाली अञ्चलको सरकारी विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थीले काठमाडौंका सुविधासम्पन्न बोर्डिङमा हसिल गरेजस्तो आधुनिक शिक्षा लिन सक्लान् ? यी र यस्तै प्रश्नको उत्तर न त सरकारसँग छ, न त शिक्षामा आमूल परिवर्तन गर्‍यौं भन्नेहरूसँग नै।

व्यावहारिक एवं समयसापेक्ष गुणस्तरीय शिक्षाका नाममा लाखौं खर्च गरिन्छ, तर एसएलसी दिने विद्यार्थीले कम्प्युटरको अनुहार पनि देखेका हुँदैनन् न त पाठ्यक्रममै समावेश गरिएको माइक्रोस्कोपको नै। सरकारले यस्ता कुरामा खासै ध्यान दिन सकेको छैन। सरकारी शिक्षा लिएकै कारण अधिकांश विद्यार्थी निजी विद्यालयका विद्यार्थीसँग प्रतिस्पर्धा गर्न सक्ने अवस्थामा हुँदैनन्। यसबाट सरकारको ठूलो लगानी कति सदुपयोग भैरहेको रहेछ जो कोहीले अनुमान लगाउन सक्छन्।

अस्वस्थ्य प्रतिस्पर्धालाई कम गर्ने र शिक्षामा गुणस्तरीयता बढाउने नाममा सरकारले एसएलसी परीक्षामा बोर्ड प्रथा खारेज गरेको छ, तर यो खारेजी पनि केवल निजी विद्यालयहरूलाई लक्षित गरी गरेको पाइन्छ। रुकुम-रोल्पामा पढ्ने विद्यार्थी र सहरका सुविधासम्पन्न विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थीहरूका लागि एउटै प्रश्नपत्र तयार गरिन्छ, तर शिक्षाको गुणस्तर हेर्दा मुस्किलले ६ महिना पनि पढ्न नपाउने रुकुम-रोल्पाजस्ता विकट जिल्लाका विद्यार्थी अनि कम्प्युटर र विद्यालयको पढाइका अतिरिक्त नियमितजसो ट्युसनमा पढ्ने सुविधा भएका सहरी क्षेत्रका विद्यार्थीहरूलाई समान प्रश्नपत्र कति सान्दर्भिक होला ?

केवल नीति-नियम बनाएर र पैसा बगाएर मात्रै दुर्गम विकट बस्तीका विद्यालयमा गुणस्तरीय एवं समयसापेक्ष शिक्षा पुऱ्याउन सकिँदैन। 'जब पर्‍यो राति अनि बूढी ताती' भनेझैं जब एसएलसीको नतिजा आउँछ तब नीति-निर्माणमा बस्नेहरू धमाधम ऐन संशोधन र पाठ्यक्रम परिमार्जनमा लाग्ने प्रवृत्ति अहिलेसम्म पनि कायम हुनु दुर्भाग्य नै हो। नीति-नियम बनाएर मात्र पुग्दैन, जसको उचित कार्यान्वयन पनि आवश्यक छ। नत्र यतिका खर्च गरेर सञ्चालन गरिने एसएलसीको नतिजा अपेक्षाकृत हुन सक्दैन। एसएलसी कसका लागि ? घाँस-दाउरासँगै किताब च्यापी विद्यालय जाने विपन्न विद्यार्थीहरूका लागि वा सुविधासम्पन्न विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थीका लागि ?

गुणस्तरीय शिक्षा लिन राजधानी काठमाडौं नै छिर्नुपर्छ भन्ने मानसिकता मोफसलमा छ। यसको अन्त्य गर्दै हरेक ठाउँमा गुणस्तरीय शिक्षा पुऱ्याउने विशेष अवधारण अवलम्बन गर्नुपर्छ। जस्तोसुकै काम गरेर भए पनि गुणस्तरीय शिक्षा लिन राजधानी नै छिर्नुपर्ने अन्यथा घरमै हलो जोत्नुपर्ने मान्यता बोकेका आमनागरिकलाई परिवर्तनको अनुभूति दिलाउन ढिलो गर्नु हुँदैन।

–आशिष लुइँटेल

इन्जिनियरिङ छात्र, काठमाडौं विश्वविद्यालय

अवसर

• काठमाडौंस्थित सञ्चालनमा आउन लागेको एक टेलिभिजन च्यानलका लागि न्युज एडिटर, सब एडिटर, रिपोर्टर, न्युज एंकर, सिनियर प्रोड्युसर, प्रोड्युसर, मार्केटिङ अफिसर तथा एक्जुकेटिभ सेक्रेटरीको आवश्यकता छ। योग्य व्यक्तिले च्यानलको फोन नम्बर ४२३३०४४ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक निम्न-माध्यमिक विद्यालयका लागि मुख्य विषय अंग्रेजी लिई बिए वा बिएड उत्तीर्ण एक जना अंग्रेजी शिक्षकको आवश्यकता छ। अनुभवी व्यक्तिले विद्यालयको फोन नम्बर ४३३००६९ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक मेडिकल सामग्री व्यवसायी कम्पनीका लागि दुईजना पुरुष मेन्टिनेन्स/मार्केटिङ इन्जिनियरको आवश्यकता छ। डिप्लोमा इन इलेक्ट्रोनिक्स इन्जिनियरिङ गरेर मेडिकल डिभाइसको मार्केटिङ तथा मर्मत सम्बन्धी न्यूनतम दुई वर्षको अनुभव हासिल गरेका व्यक्तिले आफ्नो सम्पूर्ण व्यक्तिगत विवरण सहित पोष्टबक्स नम्बर २१८९६ मा आवेदन दिनुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक चिल्ड्रेन्स होम स्कुलका लागि आइए उत्तीर्ण गरेर अंग्रेजी भाषामा दक्ष महिलाको आवश्यकता छ। सम्बन्धित क्षेत्रमा न्यूनतम ५ वर्षको अनुभव हासिल गरेका महिलाले फोन नम्बर ४३१००३६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

• काठमाडौंस्थित एक रियल स्टेट डेभलपर्स कम्पनीका लागि अंग्रेजी भाषामा दक्ष महिला फ्रन्ट डेस्क एक्जुकेटिभ तथा चिया-कफी बनाउन जान्ने अफिस पिउनको आवश्यकता छ। इच्छुक व्यक्तिले कम्पनीको मोबाइल नम्बर ९८५१००९६७६ मा सम्पर्क राख्नुहोला।

जिज्ञासा

•सुदन झा, कम्प्युटर कन्सल्टेन्ट

प्रश्न : के जैविक कम्प्युटिङ प्रणाली सम्भव छ ? यसका बारेमा केही बताइदिनुहुन्छ कि ?

–सुरेन्द्र बस्याल, इमेलबाट

उत्तर : जैविक कम्प्युटिङ प्रणालीलाई उल्लेख गर्नुभन्दा पहिले जीवनको आधारभुत तत्त्व डिएनएका बारेमा बुझ्नु आवश्यक हुन्छ। डिएनए कम्प्युटिङ प्रणालीले खर्बौंको हिसाबकिताब पनि निमेषभरमा समाधान गर्न सक्छ। त्यस्तै जैविक प्रणालीमा आधारित डीएनए कम्प्युटरले पनि अनगिन्ती जटिल समस्याको सरल समाधान गर्न सक्छ। यसको उदाहरण स्वरूप हालै गेम खेल्ने पहिलो जीवाणविक यन्त्र निर्माण भएको छ। इन्जाइम (जीवित कोषद्वारा उत्पन्न स्राव) बाट सञ्चालन हुने टिक-ट्याक-टो नामक यो यन्त्र कोलम्बिया युनिभर्सिटीका मिलान स्टोजानभिकले डिजाइन गरेका हुन्। अचेलका इलेक्ट्रोनिक कम्प्युटरमा देखिने डिजिटल लजिक सर्किट्सको सट्टा जैविक कोषहरूले नयाँ प्रविधिमा काम गर्छन्।

त्यस्तै वैज्ञानिकहरू जैविक कम्प्युटरले अहिलेको सिलिकन वा माइक्रोचिप्सलाई परास्त गर्ने कुरामा पनि शंका व्यक्त गर्छन्। सिलिकन कम्प्युटरमा जैविक स्नायु र कोषलाई चिप्ससँग सम्पर्क गराउने कुरामा अहिले अनुसन्धान भैरहेको छ। जीवाणविक कम्प्युटिङसँग मिल्दोजुल्दो भए पनि त्यसको वास्तविक प्रकृतिचाहिं डीएनएसँग मिल्नु अहिलेको मुख्य विषय हो। यसको साटो यो प्रविधिले जीवविज्ञानको विश्लेषण गर्दै कम्प्युटरलाई पनि त्यसैगरी सोच्न लगाउँछ। जैविक इन्द्रियजन्य तत्त्वहरू, मस्तिष्क, शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली, मानवीय विकासक्रम, विभिन्न प्राणी, कीरा आदिका सम्बन्धमा अध्ययन भैरहेको छ। यसको विस्तृत जानकारीका लागि तपाईंले बायो इन्फोर्मेटिक्स पढ्नु राम्रो हुन्छ।

बहस थालौं, स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयरको

विदुर खतिवडा

'खरिद गर्न पर्ने सफ्टवेयरको विकल्पमा निःशुल्क स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयरको प्रयोगलाई बढाऔं।'

कम्प्युटर प्रविधिलाई आत्मसात् गरिरहेकाहरूलाई स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयर प्रयोगकर्ताहरूको समुदायद्वारा गरिएको आह्वान हो यो।

मदन पुरस्कार पुस्तकालय, राष्ट्रिय सूचना प्रविधि केन्द्र र सीआईसीसी सिङ्गापुरको सहयोगमा फ्रि एन्ड ओपन सोर्स कम्युनिटी (फोस) नेपालको आयोजनामा 'स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयर' को प्रयोगलाई बढाऔं भन्ने विषयमा दुईदिने कार्यशालामा सूचना तथा सञ्चार प्रविधि (आईसिटी) विज्ञहरूले अल्पविकसित राष्ट्रहरूमा प्रोपाइटरी सफ्टवेयरको विकल्प फ्रि एन्ड ओपन सोर्स सफ्टवेयरको प्रयोगलाई पनि त्यत्तिकै ध्यान दिनुपर्ने बताए।

विश्वव्यापीकरणसँगै आईसीटी कम्पनीहरूले कम्प्युटर प्रविधिसँग सम्बन्धित विभिन्न सफ्टवेयरलाई उत्पादन गरेर व्यापारिक मुनाफा आर्जन गर्ने क्रम बढ्दो छ, तर महँगो मूल्यका यी सफ्टवेयर हाम्रो जस्तो अल्पविकसित भनिएका राष्ट्रका उपभोक्ताका निम्ति खरिद गरेर प्रयोग गर्न सम्भव देखिएको छैन। नेपालमै पनि खरिद गर्नुपर्ने भनिएका प्रोपाइटरी सफ्टवेयरका प्रयोगकर्ता उल्लेख्य छन्, तर अनधिकृत तवरले बजारमा उपलब्ध हुने भएकाले प्रोपाइटरी सफ्टवेयरको प्रयोगसँगै उपभोक्ताले यसैमा निर्भर हुनुपर्ने लत समेत बसिसकेको छ।

अनधिकृत सफ्वेयर प्रयोगको विकल्पमा स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयरको प्रयोग गरौं भन्दै फोस नेपालका संस्थापक सदस्य इन्जिनियर सुवीर प्रधानाङ्ग भन्छन्- 'खरिद गर्न सक्ने सामर्थ्य भए प्रोपाइटरी सफ्टवेयर प्रयोग गर्न सकिन्छ, तर यदि त्यो सामर्थ्य छैन भने त्यत्तिकै सुविधा भएका ओपन सोर्सका सफ्टवेयर किन प्रयोग नगर्ने ? भन्ने हाम्रो तर्क हो।'

कम्प्युटर खरिद गरेपछि उपभोक्ताले विक्रेतालाई पछिल्लो अवधिसम्म अपडेट भएका सफ्टवेयर कम्प्युटरमा राखिदिन आग्रह गर्छन्। त्यस्तै विक्रेताले पनि उपभोक्ता नगुमाउन दुई घण्टा लगाएर सफ्टवेयर इन्स्टल गरेर पठाउँछन्। विक्रेताले कम्प्युटर मात्र उपलब्ध गराउनुपर्नेमा सफ्टवेयरसमेत हालेर बिक्री गर्ने ट्रेन्ड नै बसिसकेको छ। 'अनधिकृत रूपमा सफ्टवेयर पाउने भएकाले, सफ्टवेयर इन्स्टल गर्न कुनै समस्या हुँदैन,' कम्प्युटर विक्रेता प्रदीप अग्रवाल भन्छन्- 'सफ्टवेयर खरिद गर्नुपर्ने भएमा कम्प्युटरभन्दा सफ्टवेयर महँगो हुने भएकाले कम्प्युटर खरिद गर्न पैसा जोहो गरेर आएकाहरूले कम्प्युटर नै खरिद गर्दैनन्।'

व्यक्तिविशेष मात्र होइन, नीतिनिर्माण प्रक्रियामा काम गर्ने सरकारी कार्यालयदेखि मुलुककै ठूला भनिएका कर्पोरेट हाउसहरूमा समेत यस प्रकारका अनाधिकृत सफ्टवेयर प्रयोग गरिन्छ। मदन पुरस्कार पुस्तकालयका सम्पर्क संयोजन अधिकृत केदार शर्मा भन्छन्– 'कुनै दिन यस प्रकारका चोरीका सफ्टवेयर प्रयोग गर्न नपाइने अवस्था आयो भने तत्कालीन अवस्थामा विकल्प के हुनसक्छ भन्नेसम्म पनि सोचिएको छैन।'

कम्प्युटर चलाएका तर ओपन सोर्सका विषयमा जानकारी नभएकाहरूलाई कार्यशालाले ओपन सोर्सका उपयोगिताका विषयमा प्रस्ट्याएको छ। प्रधानाङ्गका अनुसार कार्यशालामा लिनक्स इन्टल, बेसिक कमान्ड, बेसिक वेब प्रोगामिङ, कन्टेन्ट म्यानेजमेन्ट सिस्टम, प्रोपाइटरी सफ्टवेयरबाट ओपनसोर्समा स्थानान्तर प्रक्रियालगायतका विषयमा जानकारी दिइएको थियो।

प्रोपाइटरी सफ्टवेयरको तुलनामा ओपन सोर्सका कतिपय सफ्टवेयर कम्प्युटर प्रोगामिङका लागि अत्यन्त आवश्यक मानिन्छन्। त्यतिमात्र होइन, भाइरसका दृष्टिकोणले पनि ओपन सोर्सका सफ्टवेयर प्रोपाइटरी सफ्टवेयरको तुलनामा सुरक्षित छन्। ओपन सोर्सको अपरेटिङ सिस्टम प्रोपाइटरीको भन्दा कुनै दृष्टिकोणले कम आँक्न सकिँदैन। प्रधानाङ्ग भन्छन्- 'अपरेटिङ प्रणालीमा माइक्रोसफ्टको विन्डोजकै कुरा गर्नुहुन्छ भने पनि यसमा थुप्रै समस्या छन्। ओपन सोर्समा केही समयअघिसम्म समस्या भए पनि अहिले प्रयोगका दृष्टिकोणले धेरै उपयुक्त भैसकेको छ। यति मात्र हो, मार्केटिङ दृष्टिकोणले माइक्रोसफ्टले अत्यधिक सफलता पाएको हो, उसले विश्वका अधिकांश व्यक्तिलाई माइक्रोसफ्टमै निर्भर हुने बनाइदिएको छ।'

माइक्रोसफ्ट विन्डोजले हरेक दुई-तीन वर्षको अन्तरालमा अपडेटेड अपरेटिङ सिस्टम सार्वजनिक गर्दै आएको छ। विन्डोजको ९८ भर्सनको अपरेटिङ प्रणालीले माइक्रोसफ्टकै अपडेटेड सफ्टवेयरलाई सपोर्ट गर्दैन, तर ओपन सोर्सअन्तर्गत लिनक्सको सन्दर्भमा सपोर्ट गर्न कुनै एक कम्पनीको मात्र हुनुपर्छ भन्ने छैन। लिनक्सका धेरै डिस्ट्रिब्युसन भए पनि लिनक्स बेस सिस्टम एउटै भएकाले पछिल्लो प्रविधिलाई पुरानो प्रणालीले पनि सपोर्ट गर्छ।

ओपन सोर्सकै क्षेत्रमा केही कम्पनीले सफ्टवेयर तथा पुस्तक बिक्रीबाट समेत पैसा लिने गरेका छन्। प्रधानाङ्गका अनुसार रेडह्याट, नोबलको सुजे तथा टर्बो जस्ता ओपनसोर्सका कम्पनीहरूले केही पैसा लिए पनि त्यो सफ्टवेयर डेभलपमा सपोर्टका लागि मात्रै लिने गरिएको हो।

कार्यशालामा सीआईसीसी, सिङ्गापुरका प्रबन्ध निर्देशक टोरु यामाउची, सीआईसीसी सिङ्गापुरका सल्लाहकार बेंकटरमण नारायणन, टर्बो लिनक्स भारतका अध्यक्ष नोरियाकी फुकुयासु, प्यान लोकलाइजेसनका प्रोफेसर प्याट हल, राष्ट्रिय सूचना प्रविधि केन्द्रका अध्यक्ष सुवर्ण शाक्य, कम्प्युटर एसोसिएसन अफ नेपालका अध्यक्ष विप्लवमान सिंहले स्वतन्त्र तथा खुला सफ्टवेयर विषयमा सहभागीहरूलाई विभिन्न जानकारी गराएका थिए।

ओपन सोर्सको माध्यमबाट मात्र इन्टरनेटलगायत सफ्टवेयर डेभलपका अधिकांश काम सम्पन्न हुन सक्छन्। ओपन सोर्सका सफ्टवेयरले कम्प्युटरमा मेमोरी स्पेस पनि कम लिने भएकाले नेपाली प्रयोगकर्ताले ओपन सोर्सबाट यो फाइदा पनि लिन सक्नेछन्। ओपन सोर्स भरपर्दो छ, समस्या आए पनि विश्वव्यापी रूपमा यसका प्रयोगकर्ताहरूसँग आवश्यक परामर्श लिन सकिनेछ। ओपन सोर्स कम्युनिटीले एक-अर्कामा सहयोगको भावना राखेको छ।

ओपन सोर्सबाट विश्वका सबै नागरिकले निःशुल्क कम्प्युटर सफ्टवेयर प्रयोग गर्न पाउनुपर्छ भन्ने अभियानका अगुवा रिचर्ड स्टलमेन्ट हुन्। रिचर्डले सन् १९८४ मा जेएनयु प्रोजेक्टमार्फत ओपन सोर्सको काम सुरु गरेका थिए। त्यसपछि ओपन सोर्समार्फत काम हुन थाले पनि फिनल्यान्डका लिनक्स टोरभाल्डसले ओपन सोर्सलाई गति दिने काम गरेका थिए। उनले सन् १९९८ मा लिनक्स अपरेटिङ सिस्टम विकसित गरेपछि निःशुल्क रूपमा कम्प्युटर चलाउनेहरूका लागि यो राम्रो विकल्प बनेको थियो।

बाग्लुङ महोत्सवमा सूचना प्रविधि

साप्ताहिक समाचार

बाग्लुङ– बाग्लुङ महोत्सवमा सूचना तथा सञ्चार प्रविधि (आईसीटी) सम्बद्ध व्यवसायी तथा कम्पनीहरूको सहभागिता उल्लेख्य रह्यो। नेपाल उद्योग वाणिज्य महासंघ बाग्लुङ शाखाले गत शुक्रबारदेखि सात दिनसम्म आयोजना गरेको महोत्सवमा १५ वटा आईसीटी कम्पनी तथा व्यवसायीहरूको सहभागिता रहेको कम्प्युटर एसोसिएसन अफ नेपाल (क्यान) धौलागिरिका अध्यक्ष अर्जुन घिमिरेले बताए। प्रदर्शनीमा इलेक्ट्रोनिक्स उपकरणदेखि पछिल्लो अवधिका उपयोगी सफ्टवेयरसम्म राखिएका थिए।

महोत्सवकै अवसर पारेर क्यान धौलागिरिले 'भिजन इ-धौलागिरि' विषयमा एकदिने कार्यशाला पनि आयोजित गर्‍यो। उक्त कार्यशालामा क्यान अध्यक्ष विप्लवमान सिंहले नयाँ नेपाल ई नेपालको अवधारणाअन्तर्गत सुशासनका लागि विद्युतीय माध्यमको उपयोगमा जानुपर्ने बताए। सिंहका अनुसार प्रविधि विकासको यो युगमा सेवा तथा दैनिक आधारभूत आवश्यकतालाई सजिलो माध्यमबाट सम्पन्न गर्न पनि विद्युतीय सुशासनमा जानु आवश्यक भैसकेको छ। कार्यशालामा वातावरण, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयका उपसचिव पुरुषोत्तम घिमिरेले विद्युतीय कारोबार अध्यादेशको आवश्यकता एवं त्यसको कार्यान्वयनको पक्षमा सहभागीहरूलाई जानकारी दिएका थिए। त्यसैगरी क्यान महासचिव राजनराज पन्तले प्रविधिमा सबैको पहुँचका लागि योजना कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए। बाग्लुङको छिमेकी जिल्ला म्याग्दीको नागीस्थित सफल नेटवर्किङ परियोजना विषयमा केन्द्रित महावीर पुनको कार्यपत्रलाई क्यानका कार्यकारी सदस्य किशोर पन्तले प्रस्तुत गरे। कार्यशालाको प्रमुख आकर्षण प्रत्येक बालबालिकाका लागि एउटा ल्यापटप (ओएलपीसी) का विकासकर्ता शंकर पोखेल थिए। पोखरेलले ग्रामीण क्षेत्रमा शिक्षाको स्तरलाई उकास्न एक सय डलर बराबर मूल्यको यो ल्यापटपको भूमिका कस्तो हुन्छ भन्ने विषयमा सहभागीहरूलाई जानकारी गराएका थिए। त्यसैगरी गाउँलाई सूचनाको पहुँचमा लैजान ग्रामीण सूचना केन्द्र (टेलिसेन्टर) को उपयोगिता तथा त्यसको स्थायित्वका लागि समुदायको भूमिका विषयमा क्यानका सचिव विनोद ढकालले कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए। नेपाली भाषाको अपरेटिङ प्रणाली तथा पछिल्लो विकसित अपरेटिङ प्रणाली मायक्रोसफ्ट विन्डोज भिस्टाको विषयमा सूचना प्रविधि मञ्च नेपालका अध्यक्ष आलेन वैलोचन तुलाधरले कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए।

क्यान्सरको उत्पत्ति पनि फेरियो

शरीरको जीवकोषको फेदमा देखिने खराबी नै क्यान्सर रोगको प्रमुख कारण भएको कुरा आन्द्रासम्बन्धी क्यान्सरको अध्ययन गरिरहेका क्यानाडाका एक वैज्ञानिकले बताएका छन्। ट्युमर नै क्यान्सर रोगको प्रमुख कारण रहेको भन्ने प्रचलित मान्यताविपरीत यस्तो जानकारी सार्वजनिक भएको हो। ती वैज्ञानिकले सबै टयुमर आन्द्राको क्यान्सरका कारण बन्न नसक्ने र मानिसको जीवकोषको फेदमा रहेको केही खराब तत्त्व नै त्यसको कारण बन्ने विषयमा अकाट्य प्रमाण रहेको दाबी गरेका छन्। क्यान्सर हुने खराब कोषहरूको परिचान गरी समयमा नै त्यसलाई नष्ट गर्न सके क्यान्सर लाग्नबाट बच्न सकिने उनीहरूको कथन छ।

इजरायल
इजरायल जानेहरूले सिक्नै पर्ने विशेष कक्षाहरू
हिब्रु भाषा, केयरगिभर, House Keeping, नर्सिङ र अंग्रेजी भाषा
हिब्रु भाषा
सम्पर्क
वासिन्टन एकेडेमी
नयाँ वानेश्वर चोक, शंखमुलतर्फ (कोलम्बस कलेजको ठीक अगाडि)
फोन : ४७८१०६१/९८४१३८७६९७
भिषा प्रोसेसिङ पनि गरिन्छ

होटल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट
अनुभव प्राप्त गरी आउनुभएका प्रशिक्षक द्वारा पनि प्रशिक्षण दिइन्छ
Cook, Waiter, Bakery, Barman, Captain, Bell Boy, Supervisior, Care Giver, Housekeeping, Domestic Helper मा धमाधम भर्ना लिईदैछ।
Cook Training गर्नेकालागि Waiter, Housekeeping वा English Language FREEमा
ModernManagement Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center
महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल- Ktm
Ph:- 4363215, 2315801

परिवर्तन भट्टराई(कृति)को लोक आधुनिक तथा सन्देशमुलक गीति संग्रह
'शक्ति'
ईना क्यासेट सेन्टरको प्रस्तुति
बजारमा सर्वत्र उपलब्ध छ।
सौजन्यः–
ACCOUNT
Learning Centre
Bagbazar, Kathmandu
(Tuition for Account)
In front of P.K. Campus
Contact : 9803035829

एक्काइसौं शताब्दीमा नेपाल र नेपालीको समुन्नत भविष्य निर्माणको जिम्मा हामी नेपाली कै हातमा छ। त्यसैले हामीमा भएको अपार क्षमतालाई खेर नफालौं।

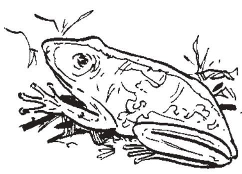
नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय
सूचना विभाग

जीवजन्तु

हाइला

अफ्रिकामा पाइने हाइला नामक भ्यागुताको शरीर दुब्लो-पातलो तर फुर्तिलो हुन्छ। यसको जीवनको अधिकांश समय रूखमा बित्छ भने प्रजननका बेला यसले पानीको सहारा लिन्छ। यही भ्यागुतामा रंग फेर्ने क्षमता हुन्छ। जस्तो रंगको पातमा बस्यो यसको शरीर उस्तै रंगमा परिवर्तन हुन्छ। यो रंग परिवर्तनलाई कोमोटोफोर भनिन्छ। कोमोटोफोर तीन प्रकारको हुन्छ। मिलोनोफोरले हरियो बनाइदिन्छ। त्यसै गरी लाइपोफोरले यसलाई पहेँलो बनाइदिन्छ। यो भ्यागुताको प्रजनन पनि चाखलाग्दो छ। पिडवाइफ रोड नामक भ्यागुतामा भालेले पोथीलाई आफ्नो वशमा राख्छन्। जब पोथीले फुल पार्छे तब भालेले पोथीलाई लिएर घुमफिर गर्छ। निश्चित समयपछि अन्डाबाट टेडपोल बनेपछि भालेले त्यसलाई पोखरीमा लगेर छोडिदिन्छ।

काँचजस्तो भ्यागुता



संसारका विभिन्न भ्यागुतामध्ये सर्वाधिक रोमाञ्चकारी एवं अद्भुत किसिमको भ्यागुतामा काँच भ्यागुतालाई पनि लिइन्छ। यो प्रजातिको भ्यागुताको छाला काँचजस्तै पारदर्शी हुन्छ। अधिकांश समय रूखमा नै बिताउने यो भ्यागुताको शरीरका भित्री अंग प्रस्ट देख्न सकिन्छ। बाहिरबाटै यसको रक्तसञ्चार तथा मुटुको धड्कनजस्ता क्रियाकलापसमेत स्पष्ट अवलोकन गर्न सकिन्छ। गुँडबाहिर कमै देखिने यो भ्यागुता रूखको पात एवं छेस्का बटुलेर सुन्दर गुँड बनाउँछन्। यसले त्यही गुँडमा फुल पारी शिशु हुर्काउँछ।

जानकारी

चन्द्रमामा मानव बस्ती

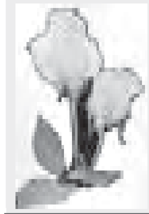
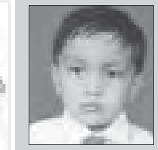
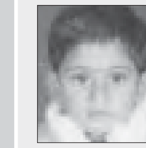
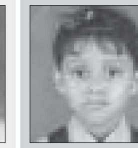
अमेरिकी अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र (नासा) का वैज्ञानिकहरू सन् २०२० सम्ममा चन्द्रमामा मानव बस्ती बसाल्न विगत ६ वर्षदेखि काम गरिरहेका छन्, जसअनुरूप चन्द्रमाको सतहमा बगैंचा, पर्यटन, उद्योग, अन्तरिक्ष बजारसमेत बनाइनेछ।

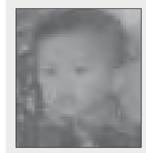
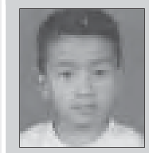
चन्द्रमाको उत्तरी क्रेटर भागमा विशाल हिउँ पाइएकाले हिउँलाई पगालेर विशाल सरोवर एवं नदी बनाउने योजना बनाइएको छ। उक्त क्रेटरको हिउँ १ लाख ३० हजार घनफुटसम्म हुन सक्ने अनुमान वैज्ञानिकहरूको छ।

धेरैजसो वैज्ञानिकले उल्का, धूमकेतुको वर्षा र ज्वालामुखी विस्फोटका कारण चन्द्रमाको सतहमा सयौं फिट बाक्लो धूलोको तह भएको धारणा राख्दै आएका छन्। यो धूलो पृथ्वीबाट जाने अन्तरिक्षयात्रीका निम्ति आपत्को कारण बन्न सक्ने बताइएको छ। चन्द्रमाको सतहमा वैज्ञानिकहरूले धरातलीय घनत्व एवं कठोरतासम्बन्धी नाप लिइसकेका छन्। यसबाट चन्द्रधरातलमा भविष्यमा उतारिने ठूल्ठूला यान तथा जटिल परीक्षणका लागि केही ठाउँमा भार थाम्न सक्ने गरी कस्सिएको छ भन्ने संकेत पाइएको छ।

त्यहाँको धरातलीय गुरुत्वाकर्षणको कमीले जमिनमा हिँड्दा पाइला सम्हाल्न कठिन छ। कृत्रिम श्वासक्रिया एवं भोजनको राम्रो प्रबन्ध नभएसम्म जीवननिर्वाह गर्न असम्भव भएकाले अन्तरिक्षयात्रीले पृथ्वीकै शून्य भागमा अभ्यास गर्नुपर्नेछ।

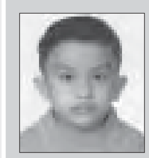
जन्मदिनको शुभकामना

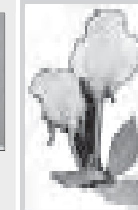


निदेश पाण्डे
२०५५ चैत १७

मञ्जिला भुषाल
२०५७ चैत १९

शुभेच्छा पाण्डे
२०५६ चैत २०


सुमित श्रेष्ठ
२०६१ चैत २१

प्रतीक श्रेष्ठ
२०५७ चैत २२

भूमिका रेग्मी
२०६१ चैत २०

श्रृष्टि सिंह
२०५५ चैत १८

बन्दना साह
२०६२ चैत १६

इशान श्रेष्ठ
२०५७ चैत १९

सर्वज्ञ अधिकारी
२०५३ चैत १६


कुपन

जन्मदिनको शुभकामना

नाम :..

जन्म मिति :..

स्कुल :..

ठेगाना :..

तस्बिर अनिवार्य

तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ।

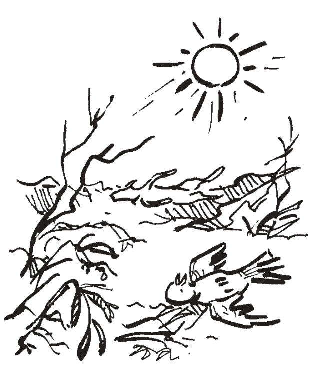
tn lbOPsf] lrqdf ^ j6f km/s 5'6\ofpm

फरक- पाइन्ट, जुत्ता, फूल, केश, स्कर्ट, औला।

वनबिरालो र सार्स

चिनियाँ वैज्ञानिकहरूले सार्स रोगको जीवाणु वनबिरालोबाट सरेको दाबी गरेका छन्। २००३ मा विश्वमा ८ सय जनाको ज्यान लिएको सार्स रोगको कारण अहिलेसम्म अज्ञात नै रहेको चिनियाँ वैज्ञानिकहरूले दाबी गरेका हुन्। चीन र हङकङमा वैज्ञानिकहरूले संयुक्त रूपमा गरेको अनुसन्धानका क्रममा सार्स रोगको प्रमुख कारण वनबिरोलो नै भएको कुरा पत्ता लागेको हो। दक्षिण चीनमा वन बिरालोको मासु खानु सामान्य मानिन्छ। त्यसरी मासु खाँदा सार्स रोगको जीवाणु मानिसमा सर्ने हुँदा वनबिरोलोको मासु नखान अनुसन्धानमा संलग्न वैज्ञानिकहरूले अनुरोध गरेका छन्।

बढ्दो तापमानमा जीवजन्तु



बढ्दो तापक्रमका कारण कतिपय जनावर तथा वनस्पति नष्ट हुँदै गएको र कतिपय अस्तित्वको संकटमा परेको कुरा हालै गरिएको एक अनुसन्धानले देखाएको छ। यसरी वनस्पति र जनावरमा पहिले सोचेभन्दा तीव्रगतिमा संकट देखिएको जीव वैज्ञानिक एवं वातावरणविद्हरूले बताएका छन्। बढ्दो तापक्रमका कारण घटीमा ७० थरीका भ्यागुता, १ सयदेखि २ सय थरीका पेन्गुइन तथा ध्रुवीय भालु गम्भीर संकटमा परेको बताइन्छ।

तल दिइएको चित्रमा कति समानहरू लुकेका छन्?

लुकेका समानहरू : कप, गिलास, करुवा, सुराई, मग।

साप्ताहिक शब्द जाल

द	क्षि	ण	अ	फ्रि	का	फ	वे
न	से	अ	कि	र्गि	ज	स्ता	स्ट
न्द्र	ह	अ	स्क	ट	ल्या	न्ड	इ
ट	ल्या	ने	के	न्ट	पि	जि	न्डि
बं	न्ड	गा	न्या	त	हा	ब	ज
इ	आ	क्या	ना	डा	उ	र्मु	ज
ङ्	न्ट	जि	म्बा	वे	टी	डा	पा
ल्या	स्ता	ज	स	ला	न	रू	स
न्ड	टा	न	आ	य	र	ल्या	न्ड

माथि दिइएका अक्षरहरूमा नवौं विश्वकप क्रिकेटमा सहभागी आठ मुलुकका नाम लुकेका छन्। के तिमी ती नामहरू खोज्न सक्छौ?

लुकेका नामहरू : दक्षिण अफ्रिका, इङ्ल्यान्ड, स्कटल्यान्ड, आयरल्यान्ड, हल्यान्ड, वेस्टइन्डिज, बर्मुडा, क्यानाडा।

चमेरो राति उड्नुको रहस्य

राति उड्ने पन्छी चमेरोले पृथ्वीमा रहेको म्याग्नेटिक आधारमा आफ्नो बाटो तय गर्ने रहस्य अमेरिकाको प्रिन्सटन विश्वविद्यालयका चमेरा विशेषज्ञहरूले पत्ता लगाएका छन्। चमेरोले लामो दूरीको उडान भर्दा त्यस किसिमको म्याग्नेटिक कम्पासको सहयोग लिन्छ। चमेराले २० किलोमिटर दूरी तय गरेको अवस्थामा एउटा सानो जहाजमार्फत पिछा गर्दा उक्त रहस्य खुलेको हो।

विपरीत दिशामा चमेराको उडान गराउँदासमेत उनीहरू म्याग्नेटिक कम्पासकै आधारमा आफ्नो बासस्थानमा पुग्न सफल भएको बताइएको छ। चमेरोसम्बन्धी एक अनुसन्धानले उनीहरूको जिब्रो शरीरभन्दा झन्डै साढे एक गुणा लामो हुने कुरा पनि प्रमाणित गरेको छ।

यसरी सुरु भयो दाइको ससुराली

गत सोमबार निर्देशक दिनेश डिसीले साप्ताहिकलाई टेलिफोन गर्दै भने– 'मैले निर्देशन गर्ने भनेको चलचित्र दाइको ससुरालीको छायाङ्कन सुरु भयो ।' शनिबार चलचित्रका निर्माता चिरञ्जीवी बस्नेत तथा दिनेश मनकामना मन्दिर पुगेर पूजाआजा गरी चलचित्रको सफलताको कामना गरेपछि त्यसको छायाङ्कन प्रारम्भ भएको हो । चलचित्रमा प्रकाश ओझा, निखिल उप्रेती, उमेश खड्का तथा रवि डंगोलले अभिनय गर्दैछन् । हामीले सोध्यौं- 'नायिका र अरू कलाकार को-को छन् ?' जवाफ आयो- 'छनौट हुन बाँकी छ ।' हामीले फेरि सोध्यौं- 'नायिका बिना

कसरी शुरु भयो छायाङ्कन ?' उनको रमाइलो जवाफ थियो- 'सिबी दाइ (चिरञ्जीवी बस्नेत) चलचित्र बनाइरहने मानिस । उहाँले कसै न कसैलाई नायिका बनाइहाल्नुहुन्छ नि । त्यो मैले चिन्ता गर्ने कुरा पनि भएन ।' यस्ता पो चलचित्र निर्माता ? चलचित्र बनाउने कतिपय निर्माता नायिकाको 'डेट' नपाएर अत्तालिरहेको बेलामा उहाँले त चाहेको बेलामा जो कसैलाई पनि आफ्नो चलचित्रमा अभिनय गराउन सक्नुहुँदो रहेछ । वाह सिबी दाइ, मान्नैपर्छ ।

मेरो एउटा साथी छ

लोग्नेमानिसहरू घरबाहिर श्रीमतीले थाहा पाउन नहुने धेरै काम गर्छन्, म पनि गर्छु तर यो किरण (केसी) ले मैरै अगाडि ती सबै कुरा मेरी श्रीमतीलाई सुनाइदिन्छ- चलचित्र निर्माता तथा कलाकार अशोक शर्मा गुनासो गर्दै थिए तर यो गुनासोभित्र आत्मीयता पनि थियो । हास्यकलाकार किरण केसी तथा निर्माता शर्माबीचको मित्रता धेरै कमलाई थाहा छ । शर्मा र केसीले हालै एक समारोहमा आफ्नो मित्रतामा कुनै बार-बन्धन नभएको खुलासा गर्दै भने- हामी आपसमा के कस्ता कुरा र सम्बोधन गर्छौं तपाईंहरू त्यसको कल्पना पनि गर्न सक्नुहुन्न । हुन पनि हो- एक पटक किरण केसी जीरे खुर्सानीको युनिटसँग कार्यक्रमका लागि कतै जाँदै थिए । जङ्गलको बाटोमा केसी अचानक चिच्याए- ऊ अशोक शर्मा । सबै छक्क परे, बीच जंगलमा अशोक शर्मा ? तर जब उनीहरूले कुरा बुझे तब सबै पेट मिचीमिची हाँस्न थाले । त्यस्तै अर्को घटनामा निर्माता शर्मा आफ्नो साथीको विवाहमा दाङ जाँदै थिए । जङ्गलकै बीचमा उनी आफूले चलाइरहेको गाडीको स्टेरिङ छाडेर उफ्रिए- ऊ किरण केसी । गाडीमा भएकाहरू अचम्मित भए तर जब उनीहरूले पनि कुरा बुझे पेट मिचीमिची हाँस्न थाले । दुवै प्रसङ्गमा केसी र शर्मा के देखेर चिच्याउँदै उफ्रिएका थिए, थाहा छ ?- बाँदर । हो, बाँदरलाई देखेर उनीहरूले एक-अर्काको नाम काडेका थिए ! यस्तो छ शर्मा र केसीको मित्रता- केही अमिलो, केही गुलियो ।

उडिन् गीता पनि

अलिकति नाम र चर्चा पाउनेबित्तिकै मोडल जति कतार एयरवेजमा एयरहोस्टेज बन्न पुग्छन्, अनि चर्चाको शिखर चढ्दाचढ्दै चलचित्रका नायिकाहरू कामदार हुन जापान र अमेरिकातर्फ हानिन्छन् । यो श्रृंखलामा नायिका गीता शाहीको पनि नाम थपिएको छ । म्युजिक भिडियो, टेलिचलचित्र हुँदै चलचित्रमा नायिका बन्न पुगेकी शाही दुई साताअघि मात्र जापान उडेकी छिन् । कुनै हल्ला वा खबरबिना शाही जापान उडेकोमा चलचित्रकर्मीहरू नै छक्क परेका छन् । दुई वर्षअघि चलचित्र 'बन्धकी'मा अभिनय गरेपछि उनले लगातार अवसर पाइरहेकी थिइन् । प्राप्त जानकारीअनुसार शाहीका दाजु विगत केही वर्षदेखि जापानमा व्यवसाय गरेर बसेका छन् । दाजुले बोलाएपछि उनी पाँच वर्षका लागि जापान पुगेकी हुन् । भक्तपुरकी स्थायी बासिन्दा शाही काम गर्नकै लागि त्यता गएको बताइन्छ । गीताका सहकर्मीहरूका अनुसार जापान उड्नुअघि उनी फेरी नेपाल नफर्कने कुरा बताउँदै थिइन् ।

मुहूर्तमा आफ्नै गीत

चलचित्रको शुभमुहूर्त भन्नेबित्तिकै चलचित्रमा सहभागी कलाकार मुहूर्त-सटका लागि तयारी अवस्थामा बस्नुपर्ने प्रचलन छ । मुख्य भूमिकामा अनुबन्धित कलाकारलाई कार्यक्रममा देख्नेबित्तिकै मुख्य सहायक निर्देशनले परिस्थिति बताएर संवाद दिन्छन् भने कलाकार पनि त्यसलाई घोक्न थाल्छन् । मुहूर्तमै संवाद बिर्सियो भने त्यसको प्रभाव राम्रो हुँदैन भन्ने विश्वास गरिन्छ । त्यसैले चर्चित कलाकारले समेत मुहूर्त-सर्टका लागि मरिमेटेर संवाद घोक्ने चलन छ ।

चलचित्र शिकारको शुभमुहूर्त कार्यक्रममा भने कलाकारले संवाद घोक्नुपर्ने परम्पराबाट मुक्ति पाए । रमित ढुंगाना, झरना थापा तथा विक्रान्त बस्नेतको मुख्य भूमिका रहने उक्त चलचित्रको शुभमुहूर्त कार्यक्रममा पुग्दा धेरैले मुहूर्त सटकै तयारीमा आएको अनुमान गरेका थिए । प्रायः चलचित्रमा छोटा पहिरनमा प्रस्तुत हुने झरना थापा साडी र चोलीमा प्रस्तुत हुँदा पछाडि उभिने दर्शकहरू खासखुस गर्दै थिए– 'यसमा त झरनाले साडी मात्रै लाउँछिन् कि क्या हो ?' निर्धारित समयभन्दा केहीपछि कार्यक्रम सुरु भयो । अरू कार्यक्रममा जस्तै क्यामेरा, निर्देशन, साउन्ड, नरिवल फुटाउनुपर्ने जस्ता काम विभिन्न व्यक्तिलाई जिम्मा लगाइयो तर मुहूर्त-सटका लागि भने कुनै कलाकार तयार भएनन् । निर्देशकको एक्सनसँगै पर्दामा भिज्युअल देखियो । रहस्यपछिमात्रै थाहा भयो मुहूर्त अघि नै एउटा सिंगै गीतको छायाङ्कन भैसकेको रहेछ । मुहूर्त कलाकार भनिएका रमित र झरना त आफ्नै नृत्य हेरेर मख्ख परे । नृत्यमा त उनीहरू पोख्त छन् नै कार्यक्रममा देखाइएको गीतमा स्वरसमेत तिनै कलाकारको छ ।

निर्माता हिट

रोज राणा अहिलेका चल्तीका निर्माताका रूपमा चिनिन्छन् । पहिलो चलचित्र दादागिरी बनाएपछि राम्रै चर्चा पाएका राणा निर्माणसँगै अभिनयमा पनि सक्रिय छन् । चलचित्र प्रदर्शनको सिलसिलामा दर्शकको प्रतिक्रिया बुझ्न विश्वज्योति हल पुगेका राणालाई चलचित्र हेर्न आएका दर्शकले अरू कलाकारलाई जस्तै माया गरेका थिए । 'हेर न, यसको भिलेन त्यही त हो नि !' दर्शकहरूबीच खासखुस चल्दा निर्माता राणा भने मख्ख थिए । एकातिर दर्शकको चर्चा अर्कातिर हलमा पनि हाउसफुल उनी खुसी नहुने त कुरै थिएन । त्यसो त उनलाई मख्ख बनाउन निर्देशक मदन घिमिरेले पनि सघाउ पुऱ्याएका थिए ।

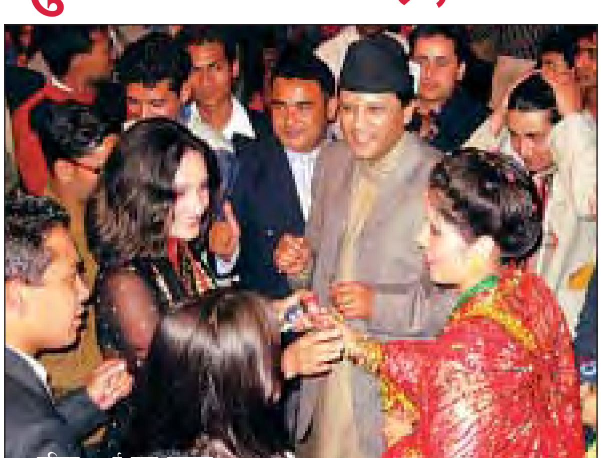
जे होस्, पहिलो चलचित्रबाट यति प्रशंसा पाउनुलाई कम आँक्न मिल्दैन । वर्षौं मेहनत गरेका कतिपय अभिनेता-अभिनेत्रीलाई दर्शकले गन्न छाडेको अवस्थामा रोजलाई राम्रो भन्नुले पनि राम्रो गर्न खोज्नेलाई दर्शकले राम्रै मान्दा रहेछन् भनेर बुझ्न सकिन्छ । रोजले अभिनयमा राम्रै मेहनत गर्दै गए भने अरू बढी सफलता हात पार्न धेरै दिन लाग्नेछैन । लगानी गरेर अभिनय सुरु गरेकामध्ये कमैले मात्र दर्शकको माया पाएका हुन्छन् । यस अर्थमा रोज राणा अहिलेका भाग्यमानी निर्माता साबित भएका छन् ।

कथा सुनेपछि दिलीप रोए

अभिनयको सिलसिलामा पर्दामा अभिनेता एवं अभिनेत्री रोएको दृष्य त सामान्य मानिन्छ । आम दर्शकलाई रुवाउने सिलसिलामा कतिपय कलाकार रोएका पनि छन् । कति डाँको छाडेर रोएका छन त कतिले हिक्क-हिक्क मात्र गरेका छन्, तर चलचित्रको कथा सुनेकै भरमा अभिनेता-अभिनेत्री रोएको भने सुनिएको छैन । हालै काठमाडौंमा सहिद नामक चलचित्रको सिटिङमा कथा सुनेपछि अभिनेता दिलीप रायमाझीले तरक्कै आँसु झारे ।

थुप्रै व्यावसायिक चलचित्रमा अभिनय गरेर राम्रै प्रशंसा बटुलेका दिलीपले सहिदलाई सार्थक चलचित्र मानेका छन् । मुख्य भूमिकाका लागि निर्देशक विजय बस्नेतले आग्रह गरेपछि सिटिङमा बसेका दिलीप कथा सुन्नेबित्तिकै नतमस्तक भएका थिए । अहिले दिलीप निर्देशक बस्नेतको खुलेर प्रशंसा मात्रै गर्दैनन् चलचित्र सहिद राम्रो बन्ने दाबीसमेत गर्न थालेका छन् । त्यसो त आफूले काम गर्न लागेको चलचित्र भयंकर बन्दैछ भनेर बखान गर्नु नेपाली कलाकारको आफ्नै विषेशता मानिन्छ । दिलीप रोएको देखेपछि निर्देशक विजय बस्नेत भने निकै खुसी थिए । कथा सुन्ने बित्तिकै मुख्य अभिनेता रोएको देखेका बस्नेत आम दर्शकले आफ्नो चलचित्र मन पराउने कुरामा ढुक्कजस्ते छन् ।

सुशीलको बिहे, बिपनाको नाच



तस्बिर : ई नशा डटकम

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– चलचित्र निर्देशक शिव रेग्मीले दुई/चार पेग चढाइसकेका थिए । उनी दुलाहा र दुलहीका लागि बनाइएको मञ्च माथि उक्लिएर भन्न थाले- 'प्यारा साथीहरू, आज हाम्रा अति मिलनसार चलचित्र नायक सुशीलको विवाह भएको छ...' उनी अरू पनि केही भन्न खोज्दै थिए, तर नाच्ने मुड बनाएकाहरूले उनको भाषणको वास्ता गरेनन् । गीत घन्कियो-'झलक दिखलाजा, एकबार आजा, आजा, आजा..' । बुटिक सञ्चालिका बिपनालाई ठाँटिन त अब कसैले सिकाउनु पर्दैन । 'ब्याक ओपन ब्लाउज'मा सिंदूरे रंगको इम्ब्रोइडरी साडी लगाएर आएकी बिपना नाताले दाइ पर्ने नायक सुशीलको विवाहमा नाच्ने मुड बनाएरै आएकी थिइन् क्यार, अघिदेखि नाचिरहेकी नायिका बिपना थापा नाच्दै मञ्चमा उक्लिइन् र लवेदा सुरुवालमा ठाँटिएका नायक सुशील छेत्री तथा उनकी दुलही सवितालाई तानेर तल झारिन् र नचाउन थालिन् । नाच्न सिपालु सुशीलकी जोडीले पनि निकै राम्रो नाचेर देखाइन् । सुशीलको विवाह-उत्सवमा नायक दिलीप रायमाझी त झन् दंग देखिन्थे । 'त्यो बेलामा

आफ्नो बिहे यसरी भएन, मिल्ने साथीको बिहेमा सरिक भएर त्यसको तिर्सना मेट्दैछु ।' -सुटिङबाट मेकअपमै आएका दिलीप भन्दै थिए । त्यहाँको वातावरणमा नायिका ऋचा घिमिरेले पनि आफूलाई थाम्न सकिनन् । पहेंलो डिजाइनर साडीमा उनी आगो बलेझैं बलेकी थिइन् । घिमिरे पनि बिपनासँग नाच्न थालिन् ।

एकपछि अर्को हिन्दी गीतमा नाचिरहेका चलचित्र कलाकारहरूलाई देखेर साइबर संसारका दिपंकर कसजू भन्दै थिए- 'नेपाली हिरोको बिहेमा त उसकै चलचित्रका गीत बजाए पो हुन्थ्यो ।' उनको गुनासो ठीकै थियो, तर पनि नाच्ने क्रम रोकिएको थिएन । नायक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ, शिव श्रेष्ठ, द्वन्द्व निर्देशकद्वय राजेन्द्र खड्गी र योगेन्द्र श्रेष्ठ, संगीतकार महेश खड्का, नायिका रेजिना उप्रेती, नृत्य निर्देशक राजु शाह, खलनायक विजय देउजा सबै नाच्न थाले । छेउमा बसेका निर्देशक तुलसी घिमिरे भने उनीहरूलाई हेर्दै मुसुमुसु हाँसिरहेका थिए । नायक छेत्रीले नयाँ बानेश्वरमा दिएको बिहेको भोजमा चलचित्र जगत्का प्रायः सबैलाई निम्तो गरिए पनि कतिपय कामको व्यस्तताले आउन भ्याएनन्, जसमा राजेश, निखिल, रेखा, उषा आदि प्रमुख थिए ।

नायिका एवं नृत्यांगना सारंगा श्रेष्ठ आफ्ना अमेरिकन श्रीमान्सँग

गफै न हो

दर्शक झुक्याउने काइदा

पोखरामा कन्सर्ट आयोजना गरियो भने गायिका पूजा लामालाई बोलाइएकै हुन्छ। पूजाको स्टेज-पर्फर्मेन्स आकर्षक हुने भएकाले पनि स्थानीय आयोजकहरूले पूजालाई बोलाउनैपर्ने बाध्यता छ। दर्शकहरू पनि पूजाको प्रस्तुतिलाई अत्यन्तै मन पराउँछन्। मोडल परिचय पनि बनाएकी पूजाको कामोत्तेजक हाउभाउ र साथमा गायन पनि भएपछि दर्शकलाई के नै चाहियो र ? जे होस्, पोखरामा पूजाको छुट्टै क्रेज छ। यसबीच पोखराकै एक श्रोताले साप्ताहिकसँग भने- 'पूजाको पर्फर्मेन्स हेर्नुस् त, पूरै लिपसिङ छ।' नभन्दै हो कि जस्तो लाग्यो, तर त्यत्तिकै भरमा दोष लगाउनु त भएन। केही दिनपछि पूजाका पार्टनर दिनेश डिसी भेट्टिए। दिनेशसँग त्यही प्रश्न सोधियो। हाँस्दै दिनेशले भने- 'हो लिपसिङ नै हो, नाच्दै गाउन त गाह्रो भैहाल्छ नि, नाचेपछि स्याँ-स्याँ गर्ने कि गीत गाउने ? त्यो पनि गीत राम्रो गाउन सकेन भने ढुङ्गा-मुढा हुन्छ, अनि के गर्ने ? पूजाले कुनै सोमा चारवटा गीत प्रस्तुत गरिन् भने कम्तीमा एउटामा लिपसिङ हुँदैन।' पूजाको काइदा पनि गजबकै रहेछ, जे होस् पोखरेलीहरूले उनको मादकतापूर्ण अभिनयलाई नै भए पनि साथ दिएका छन्, तर पूजाले यसमा चिन्ता लिनु पर्दैन। लिपसिङको यो मामिलामा अन्य केही गायक-गायिका पनि पछि छैनन्। मौका मिल्यो भने राम्रो अभिनय गरेर दर्शक झुक्याउन उनीहरू पनि पछि पर्दैनन्। त्यस्तै यसमा दर्शक पनि जिम्मेवार हुन्छन्। दर्शकले पनि गायक-गायिकाको गीत सुन्ने कि, अभिनय हेर्ने ? निर्णय गर्नुपर्छ।

जम्का भेट — आफ्नै नामले चिनिन चाहन्छौं

केदार र सीताराम

मागने बुढा (केदार घिमिरे) र धुर्मुस (सीताराम कट्टेल) को केसी जोडी यतिबेला चर्चामा छ। नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारित टेलिचलचित्र 'मेरी बास्सै'को सफलताको कारक मानिएका माग्ने बूढा र धुर्मुस चाँडै आफ्नै निर्देशनमा अर्को नयाँ टेलिचलचित्र लिएर दर्शकमाझ आउदै छन्। यो जोडीले 'मेरी बास्सै' लगायत हालसम्म चार प्रहसनका साथै तीतो सत्य, गीताञ्जली, जीरे खुर्सानी आदि टेलिचलचित्रमा अभिनय गरिसकेको छ। 'दिनको अठार घन्टा सँगै हुन्छौं' भन्ने माग्ने बूढा र धुर्मुससँग साप्ताहिकको जम्काभेट :

केसी जोडी बनाउनुको कारण ?

एक र दुई अंक छुट्टाछुट्टै भए एक वा दुईमा नै सीमित हुन्छ, तर यिनीहरू एकै ठाउँ भए बाऱ्ह हुन्छ। केसी जोडी बाऱ्ह बनाउने प्रयास हो। धुर्मुस र माग्ने बूढाका कारण होइन, हामी आफ्नै नामले चिनिन चाहन्छौं।

तपाईंहरूका बारेमा दर्शकले थाहा पाउन बाँकी कुरा ?

धेरै होलान। मेरी बास्सैका लागि कथा, पटकथा, संवाद हामीले नै तयार गरेका हौं। त्यसको मुख्य सहायक निर्देशक पनि हामी नै हौं। मेरी बास्सैको कन्सेप्ट पनि हाम्रै हो।

यसको अर्थ भिन्न सिरियल निर्माण गर्न सक्छौं भन्ने हो ?

मेरी बास्सैले हामीलाई धेरै कुरा सिकाउनुका साथै परिपक्व पनि बनाएको छ। धेरै नयाँ कुरा गर्न सक्छौं भन्ने आत्मविश्वास पनि थपिदिएको छ।

कलाकार हुन सजिलो छ कि निर्देशन गर्न ?

गाह्रो विषय भएकै कारण हामी निर्देशन गर्न चाहन्छौं। स्तरीय र पृथक् बनाउने च्यालेन्जचाहिँ रहन्छ। मेरी बास्सैबाट प्राप्त चर्चा कायम राख्न पनि हामीले मेहनत थप्दै जानुपर्छ।

अविस्मरणीय घटना बताइदिनुहोस् न ?

धुर्मुस : केही वर्षअघि धेरै दिन धाएपछि शौचालयको गेटमा उभिएर सलोट गर्ने एउटा रोल भेटें, तर गर्न जानिनस् भनेर निर्देशकले झापड दिँदा भक्लक्कै लडें। त्यसपछि त्यहाँ फर्केर गइनँ।

बुटवलमा हाम्रो कार्यक्रम हेर्न हजारौंको उपस्थिति थियो, तर म कार्यक्रम देखाउन गएकालाई प्रहरीले गेटबाट छिर्न दिएन। म धुर्मुसभन्दा पनि कसैले पत्याएनन्। पछि आयोजकै आएर लानुपऱ्यो।

माग्ने बूढा : धेरै वर्षअघि एउटा सिरियलमा दस सेकेन्डको रोल पाएँ, उक्त भूमिका पनि सात दिन धाएपछि मात्रै फेला परेको थियो। तर विडम्बना ! त्यो सिरियल हालसम्म कतै प्रसारण भएको छैन।

– दिवस

पुरुषहरूको बदलिँदो रुचि

पृष्ठ १ बाट जारी

पुरुषहरू मेकअप गर्दैनन्। पहिले पुरुषको सौन्दर्य समस्या समाधान गर्ने र सौन्दर्यसम्बन्धी जानकारी, सल्लाह लिने ठाउँ थिएन, तर आज यस्ता धेरै ठाउँ छन्। श्रेष्ठ भन्छिन्– मेरो पार्लरमा पुरुषहरू विगत १५ वर्षदेखि विभिन्न प्रकारको फेसियल, हेयर स्टेट, कलरिङका साथै मेनिक्योर, पेडिक्योर तथा आइब्रो गर्न आउने गरेका छन्।

जुन क्रिम र साबुन पहिले महिलाहरूमा मात्र सीमित हुन्थे, आज ती प्रसाधनको प्रयोग पुरुषहरूले पनि गर्न थालेका छन्। पहिले फेयरनेस क्रिमहरूमा महिलाको एकाधिकार थियो। पुरुषले त्यस्ता क्रिम प्रयोग गर्दा हास्यास्पद मानिन्थ्यो भने आज पुरुषहरूका लागि छुट्टै फेयरनेस क्रिम उपलब्ध छ। पुरुषहरूका लागि बनाइएका एक्सेसरिज टाई, घडी, वालेट (पर्स), जुत्ता, सनग्लासेज, पेन आदि हरेक चिज ब्रान्डेड र फेसनेबल हुँदै गएका छन्। यी सब कुराले के प्रमाणित गर्छ भने अब पुरुषहरूमा पनि हेन्डसम र स्टाइलिस देखिने होड बढ्दै गएको छ। नील डेभिड भन्छन्- पुरुषहरू त्यस्तो पहिरन लगाउन चाहन्छन् जुन पहिरनले उनीहरूको व्यक्तित्व बढाओस्।

चलचित्र अभिनेता भुवन केसी पनि स्मार्ट देखिन फेसनअनुसारको पहिरन लगाउँछन्। केसी भन्छन्- आज टेलिभिजन तथा फेसन सोहरूकै कारण पुरुषहरूमा सौन्दर्य एवं फेसनतिर झुकाव बढ्दै गएको छ। फेसनअनुसार पहिरन लगाए पनि उनी ब्युटिपार्लर अथवा हेन्डसम पार्लरले कुनै पनि व्यक्तिको सौन्दर्यमा परिवर्तन ल्याउने कुरामा सहमत छैनन्। केसीका अनुसार सौन्दर्य प्राकृतिक हुनुपर्छ, सधैं स्वस्थ र खुसी हुनु नै सुन्दर देखिने प्रमुख उपाय हो। हरेक ठूला-साना सहरमा 'ब्युटीपार्लर' जस्तै 'ह्यान्डसम पार्लर' पनि खुल्न थालेका छन्। स्पा सेन्टर तथा पार्लरहरूले अब महिलासँगै पुरुषका लागि पनि सुविधाहरू जुटाउन थालेका छन्।

ब्युटीपार्लर जाने प्रायः पुरुषको उमेर २० देखि २५ वर्ष हुन्छ। यी पुरुषहरू पार्लरमा मेकअप र हेयर स्टाइल बनाउन जान्छन्। यो वर्गपछि ४० देखि ५० वर्षका व्यक्तिहरू पनि पार्लर धाउँछन्। ६० देखि ७० वर्षका पुरुषहरू पनि सुन्दर र स्मार्ट देखिन पार्लर धाउने गरेको पाइन्छ।

पपगायक सुगम पोखरेल आफूलाई फेसनअनुरुप ढाल्न रुचाउँछन्। गायक पोखरेल फेसनेवल पहिरनका साथ आफ्नो हेयर स्टाइलमा पनि परिवर्तन ल्याइरहन्छ। अर्का गायक रामकृष्ण ढकाल पनि फेसनअनुसार आफ्नो सौन्दर्यलाई प्रस्तुत गर्न पछि पर्दैनन्। उनी आफ्नो अनुहारमा भएको डन्डीफोर कम गर्न महिनामा २ पटक फेसियल गर्छन् भने फेसनअनुसार नै पहिरन पनि लगाउँछन्। उनलाई कानमा लगाएको टपले आफ्नो सुन्दरतालाई अझ बढाएझैं लाग्छ। ढकाल पार्लरमा हेयर कटिङका साथै हेयर फेस मसाज पनि गराउँछन्।

फेसनको बढ्दो होडले पुरुषहरूलाई कस्मेटिक सर्जरीसम्म पुऱ्याएको छ। कस्मेटिक सर्जरीमा पनि लेजर हेयर ट्रिटमेन्ट, ग्लाइकोलिक, स्किन पिल, अक्सी जेनेटिक ट्रिटमेन्ट, बोटोक्स इन्जेक्सन, कोलेजन फेसियल तथा नन-सर्जिकल फेसन लिफ्टिङ आदि पुरुषहरूबीच लोकप्रिय छ।

मोडल तथा रेडियो कार्यक्रम सञ्चालिका कला सुब्बाको विचारमा पुरुषहरू सौन्दर्य र फेसनतिर आकर्षित हुनुको मुख्य कारण समयको माग नै हो। युवायुवती दुवैमा सुन्दर देखिने चाहना हुन्छ। पहिले-पहिले फेसन वा ग्ल्यामरको क्षेत्रमा लागेका पुरुषहरू मात्र सौन्दर्य र सिंगारप्रति सचेत हुन्थे तर अहिले हरेक क्षेत्रमा संलग्न पुरुषहरू यतातिर आकर्षित हुँदै गएका छन्।

महात्मा गान्धीको 'सादा जीवन उच्च विचार' र अमेरिकी राष्ट्रपति अब्राहम लिंकनको 'मानिसको परिचय लुगाबाट हुँदैन' भन्ने उद्गारलाई आजको युगले अस्वीकार गर्न थालेको छ। आजका फेसनेबल पुरुषहरूको विचारमा फेसन र सौन्दर्यले नै मानिसलाई अलग ढंगमा प्रस्तुत गर्छ।

मोडल तथा कोरियोग्राफर जयन सुब्बा (मानन्धर) पुरुषहरूमा देखिएको फेसन एवं श्रृंगारप्रतिको झुकावलाई समयको मागका रूपमा लिन्छिन्। सुब्बाका अनुसार 'सबैमा आफू अरूभन्दा छुट्टै, आकर्षक तथा सुन्दर देखिऊँ भन्ने चाहना हुन्छ।'

परिवर्तित समयमा समाजको हेर्ने दृष्टिमा पनि परिवर्तन आएको छ। महिला र पुरुष दुवै स्मार्टमात्र नभई अपटुडेट पनि हुन चाहन्छन्। अपटुडेट रहनका लागि समयसँगै चल्नुपर्छ। यो समयले पनि आधुनिकतालाई अपनाउनुपर्छ र समयअनुसार आफूलाई परिवर्तन गर्नुपर्छ भन्ने सुझाव दिन्छ।

फेवामा मस्ती

साप्ताहिक समाचार

पोखरा– प्राकृतिक सुन्दरताको रसपान गर्न चाहनेहरूका लागि दरिलो गन्तव्य बनेको पोखरा र त्यहाँको आकर्षण फेवातालमा मस्ती गर्न पाउने खबरले सबैलाई लोभ्याउँछ। पोखरामा रमाइलो गर्न हरेक दिन स्वदेशी तथा विदेशी पर्यटकको ओइरो नै लाग्छ। नयाँ वर्ष नजिकिँदै गएपछि रमाइलो गर्नेहरूका लागि सुनमा सुगन्ध थप्ने कार्य स्थानीय फा अर्थात् पोखरा होटल एसोसियसनले गर्दैछ।

आगामी चैत २४ गतेदेखि त्यहाँ एउटा मेला नै लाग्नेछ, जसलाई नाम दिइएको छ– 'चौथो फेवा नववर्ष महोत्सव-२०६४'। महोत्सवमा नौका विहार गर्ने, तालबाराहीमा समय व्यतीत गर्ने, लेकसाइडमा रहेका पब वा रेस्टुराँहरूमा खानपिन गर्दै रमाइलो गर्न त पाइने नै छ, त्यही बहानामा चर्चित कलाकारहरूको गायन, लोकदोहोरी प्रतिस्पर्धा, भलिबल खेल, चर्चित हास्यकलाकारहरूको प्रहसन, बालनृत्य प्रतियोगिता, फुड स्टल, मोटरसाइकल ऱ्याली जस्ता कार्यक्रम हेर्न र त्यसमा सहभागी हुन पाइने योजना फाले बुनेको छ।

सांगीतिक कलाकारहरूको संयोजन गरिरहेको रेड एप्पलका अनुसार उद्घाटनको साँझ गायक सुगम पोखरेलले लेकसाइडको वातावरणलाई संगीतमय पार्नेछन् भने २६ गते त्यहाँ मिग्मा शेर्पा पुग्नेछन्। २८ गते साँझ द युनिटी समूहले हिपहप गीत सुनाउँदै युवापुस्तालाई नचाउँदै छ भने २९ गते दीपक बज्राचार्य आफ्नो ब्यान्डसहित कार्यक्रमलाई एकल साँझको स्वरूपमा ढाल्दैछन्।

२०६३ को अन्तिम साँझ नयाँ वर्ष २०६४ लाई स्वागत गर्दै एक्स ब्यान्डले पोखरा तताउनेछ भने वैशाख १ गते कबवेब समूहका गीतहरूका साथै विदेशबाट आएका डीजे एवानले नेपाली, हिन्दी तथा अंग्रेजी गीतहरूलाई मिक्स गर्दै सबैलाई नचाउनेछन्। यसका अतिरिक्त कार्यक्रममा स्थानीय गायक धर्मेन्द्र सेवानसहित अन्य कलाकारको पनि सहभागिता रहनेछ। महोत्सव वैशाख २ गतेसम्म चल्नेछ।

चेलासँग डिजे, रकिङ् सिनी

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– गुड फ्राइडे मनाउनेहरूका लागि खुसीको खबर। राजधानीको मौसम रमाइलो भएको छ। गर्मी बढ्दै छ। बिहान बेलुकी केही चिसो महसुस हुन्छ। यो मौसम रमाइलो गर्न चाहनेहरूका लागि अवसर पनि हो। त्यसैले पनि आयोजकहरू रमाइलो जमघट गराउने जमर्को गर्दैछन्। डिजे राजु गर्मी महिनामा रातभरि डिजेइङ गरिरहन रुचाउँछन्। बुम इन्टरनेसनलमा प्रशिक्षण दिएर उनले केही नयाँ डिजे पनि तयार पारेका छन्। आज शुक्रबार साँझ उनी तीमध्ये केहीलाई बटुलेर होटल हयात रिजेन्सीको रक्स बार घन्काउने योजनामा छन्।

निम्तो दिँदै उनले भने- 'आठ बजेपछि रातभरि नाच्ने मुड बनाएर आउनु।' चियाबारी गीतमा मोडलिङ गर्ने मोडलहरू पनि गुरु-चेला डिजेको तालमा उपस्थित सबैसँग नाच्ने भएका छन्। ठमेलस्थित मरुन लञ्जमा भने युनिभर्सल मिडियाले गायिका सिनी गुरुङका गीतको तालमा नाच्ने व्यवस्था गरेको छ। 'रकिङ सिनी विद फ्यान्टास्टिक फेसन फिवर' शीर्षकको उक्त कार्यक्रममा गायिका गुरुङको गायन तथा फेसन सोपछि डान्स पार्टी हुने आयोजकहरूले बताए।

बूढासुब्बापछि इटहरी गोल्डकप

लामो समयदेखि शान्त पूर्वको खेलजगत्मा बूढासुब्बा गोल्डकप सकिन नपाउँदै पूर्वाञ्चलको हरित नगरी इटहरीमा अर्को गोल्डकपको सरगर्मी बढेको छ। बर्सेनि हुँदै आएको यो राष्ट्रिय स्तरको फुटबल प्रतियोगिता आपसी विवादका कारण दुई वर्षदेखि आयोजना हुन सकेको थिएन।

नवयुवराज हृदयेन्द्रको नाममा हुँदै आएको गोल्डकप शाही शासनकालमा विवादमा मुछिएको थियो तर आपसी विवादलाई थाँति राख्दै प्रतियोगितालाई निरन्तरता दिइन लागेको स्थानीय राष्ट्रिय जागृति क्लबका अध्यक्ष कमल राईले साप्ताहिकलाई जानकारी दिए।

चैत १५ गते इटहरीमा सुरु हुने प्रतियोगिता २४ गते फाइनलसँगै समाप्त हुने आयोजक क्लबका अध्यक्ष राईले बताए। अनुमानित १७ लाख ५० हजार रुपैयाँ खर्च गरिने उक्त प्रतियोगिता इटहरीकै जनता प्राथमिक विद्यालयको खेल मैदानमा हुनेछ। खेलमा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका ख्यातिप्राप्त १० फुटबल टिमले सहभागिता जनाउनेछन्। बूढासुब्बाको विजेता थ्री स्टार र उपविजेता अफ्रिकन युनाइटेडले समेत यो प्रतियोगितामा सहभागी हुने छन्। त्यसबाहेक मोरङ ११, युके एफपी दार्जीलिङ, आयोजक क्लब मनाङ-मर्स्याङ्दी, फ्रेन्ड्स क्लब, सिक्किम ११, झापा ११ तथा पूर्वाञ्चल च्याम्प्स लिगको विजेता टिम इटहरी गोल्डकपमा सहभागी हुनेछन्। प्रतियोगितामा पहिलो हुने टिमलाई ५० हजार तथा अन्यलाई क्रमशः २५ हजार नगद पुरस्कार प्रदान गरिने बताइएको छ।

– सन्तोष यादव

लभगुरु रेखा

पाठकहरूको प्रेम जिज्ञासा एवं समस्या 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।

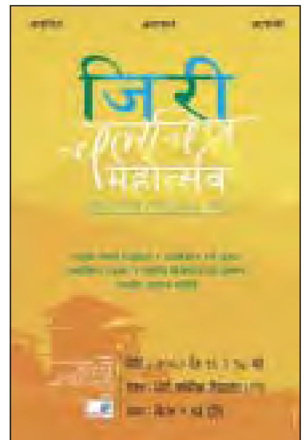
प्रश्न : म २२ वर्षीया युवती हुँ। म एक युवकप्रति ३-४ वर्षदेखि आकर्षित थिएँ। ऊ पनि मसँग प्रेम गर्थ्यो। हामीसँगै बाँच्ने, सँगै मर्ने कसम खान्थ्यौं तर अहिले सुन्दैछु ऊ घर-परिवारको दबाबमा अर्कै युवती हेरेर ऊसँग विवाह गर्न राजी भएको छ। मसँग विवाह गर्ने वाचा गरे पनि ऊ अहिले जात मिल्दैन भनेर पन्छिन खोज्छ म के गरूँ ?

पी.आर.

उत्तर : प्रेम दुईतर्फी हुन्छ तर तपाईंहरूबीच प्रेमभन्दा पनि मित्रता र आकर्षण मात्र रहेको देखिन्छ। यदि ऊ तपाईंबाट अहिले नै पन्छिन खोज्छ भने ऊसँग जवरजस्ती विवाह गरेर तपाईंले सुख प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न। उसले तपाईंलाई प्रेम गर्दैन भन्ने कुरा तपाईंको पत्रबाटै स्पष्ट छ तसर्थ यस्तो सम्बन्धलाई निरन्तरता दिने वा विवाहमा परिणत गर्ने कुरा सोच्नुभन्दा आफ्नो सुरक्षित र सुखी भविष्यका लागि चिन्तन, मनन तथा प्रयास गर्नु उपयुक्त हुन्छ। यस्तो परिस्थितिमा उसले विवाहपछि पनि तपाईंलाई धोका दिएर विचल्लीमा पार्न सक्छ, तसर्थ विगतका कुरालाई बिर्सदै नयाँ क्षितिजतर्फ हेर्नुहोस् र एउटा नयाँ अनि परिपक्व जीवन बाँच्ने प्रयासमा आफूलाई लगाउनुहोस्।

खुला आकाशमा चलचित्र

नेपाली चलचित्र निर्माणका केही उत्कृष्ट कार्य प्रदर्शन गरिने दुई दिने चलचित्र महोत्सव जिरीमा आयोजना हुने भएको छ। महोत्सवका लागि छनौट गरिएका २० मध्ये १८ चलचित्र दिउँसो प्रदर्शन गरिनेछन् भने दुईवटा चलचित्र बेलुका खुला आकाशमा प्रदर्शन हुनेछन्।



खुला अकाशमा प्रदर्शन हुने एरिक भ्यालीको क्याराभानले चैत १६ र नवीन सुब्बाको नुमाफुङले चैत १७ को साँझ रंगीन बनाउने विश्वास आयोजकहरूले लिएका छन्।

कुनै समय सगरमाथाको प्रवेशद्वारका रूपमा प्रख्यात जिरीको पुनः परिचय गराउनु महोत्सवको उद्देश्यमध्ये एक हो। महोत्सवमा हुने विभिन्न क्रियाकलापका बारेमा प्रकाश पार्दै, नेपा-लयका टोली नेता किरण कृष्ण श्रेष्ठ भन्छन्– 'चलचित्रका साथै स्थानीय उत्पादन पनि प्रदर्शनी गरिनेछ भने स्थानीय युवाका लागि पत्रकारिता एवं चलचित्र निर्माणसम्बन्धी अन्तर्क्रिया पनि आयोजित गरिनेछ।'

जिरीका स्थानीय बासिन्दाहरूको एक टोलीले महोत्सवमा पाल्नुहुने आगन्तुकहरूका लागि जिरीवरिपरि छोटो पदयात्रामा जान विशेष मार्ग पहिचान गर्नुका साथै विशेष व्यवस्था पनि गरेको छ। 'महोत्सव हामी जिरीका बासिन्दाहरूका लागि मात्र नभै सम्पूर्ण दोलखा जिल्लाकै लागि विशेष छ। स्थानीय आयोजक समितिका प्रवक्ता तथा युवा पत्रकार राजेन्द्र मानन्धर भन्छन्। जिरी चलचित्र महोत्सवको आयोजना यही चैत १६ र १७ गते जिरी प्राविधिक विद्यालयको परिसरमा हुँदैछ।

फिल्मी खबर

गाईघाटमा एउटै निर्देशकको निर्देशनमा ३ चलचित्र निर्माण गरिने भएको छ। राजु सुन्दास निर्देशक रहेका तीनैवटा चलचित्रमा नयाँ तथा उदयपुर जिल्लाभित्रकै कलाकारले अभिनय गर्नेछन्, जसमध्ये 'जगविनाको घर' र 'चोखो प्रेम' मा बबिता गौतमले नायिकाको भूमिकामा अभिनय गर्नेछिन्। 'जगविनाको घर' का अन्य कलाकारमा वीरेन्द्र अधिकारी, मानबहादुर मोते, रत्ना पराजुली, भविन राई छन् भने 'चोखो प्रेम' मा विकास सुन्दास तथा बबिता गौतमले नायक-नायिकाको भूमिका निर्वाह गर्नेछन्। अर्को चलचित्र 'यो कस्तो सम्झौता' को मुख्य भूमिकामा भने सविना खड्का र हरि महत देखा पर्नेछन्, जसका अन्य कलाकारमा भरत विक, भविन राई, सम्झना राई छन्।

बाल्यावस्थादेखि अध्यारो कोठामा थुनिएका एक मानिसको कथामा आधारित चलचित्र 'जंगली मान्छे'ले प्रदर्शनमा सफलता दिलाएपछि निर्माता बीएस बलामीले अर्को चलचित्रको छायाँङ्कन प्रारम्भ गरेका छन्। रामराजा दाहालको लेखन तथा निर्देशनमा निर्माण थालिएको उक्त चलचित्रको शीर्षक 'टार्गेट' राखिएको छ। उक्त चलचित्रमा सुशील पोखरेल, नन्दिता केसी, पुजाना प्रधान, दिनेश शर्मा, उदय शाह, दावा शेर्पा, शंघरत्न महर्जन आदि कलाकारले अभिनय गर्दैछन्। यो चलचित्रमा राजन इशानको संगीत, देवेन्द्र 'हुरहुरे'को छायाँङ्कन तथा बाबु बलामीको द्वन्द्व निर्देशन रहनेछ।

चलचित्र 'अहंकार' चैत महिनाको अन्त्यतिर नारायणघाट, बुटवल र पोखराबाट प्रदर्शन हुने कुरा उक्त चलचित्रका निर्माता सञ्जीव प्रधानले बताएका छन्। ड्रिम मर्चेन्ड फिल्म्सको ब्यानरमा निर्माण गरिएको चलचित्र अहंकारमा साम्प्रदायिकतासम्बन्धी विषय समेटिएको छ। सुशील क्षेत्री तथा ध्रुव कोइरालाको मुख्य भूमिका रहेको उक्त चलचित्रमा डिजे सन्तोषको 'चियाबारीमा' रिमिक्स गीतको म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरेर चर्चामा आएकी प्रेरणा शर्माका साथै हाल चर्चामा रहेकी नायिका ऋचा घिमिरेले अभिनय गरेका छन्। दिनेश कार्कीको निर्देशनमा निर्माण भएको चलचित्र 'तराई, पहाड, हिमाली हामी सबै नेपाली' नाराका साथ सार्वजनिक हुने तयारीमा छ।

काठमाडौंको त्रिपुरेश्वरस्थित युनाइटेड वर्ल्ड ट्रेड सेन्टरको भवनमा छायाङ्कन गरिएको गीतको दृश्य देखाउँदै गत साता चलचित्र 'सिकार' को शुभसाइत समारोह सम्पन्न भयो। दिनेश सुनामको संगीतमा उक्त गीत चलचित्रका नायक रमित ढुंगाना तथा झरना थापाले गाएका छन्। उनीहरूमाथि नै छायाङ्कन गरिएको उक्त गीतपछि अब केही दिनभित्रै चलचित्रको छायाङ्कन थालिने निर्देशक रामजी लामिछानेले बताए। चलचित्रमा नवीन श्रेष्ठ तथा विक्रान्त बस्नेतले पनि मुख्य भूमिका निर्वाह गर्दैछन्।

चलचित्र लेखक मौनता श्रेष्ठले चलचित्र निर्माण गरेपछि अहिलेका अर्का व्यस्त चलचित्र लेखक सुरज सुब्बा पनि किन पछि पर्ने ? अहिले सुरज पनि चलचित्र निर्माण थाल्ने योजना बुन्दै छन्। यी चलचित्र लेखकले हालै घोषणा गरेको चलचित्रको शीर्षक 'समाज' हो। प्रदीप श्रेष्ठले निर्देशन गर्ने उक्त चलचित्रमा धेरैजसो नयाँ अनुहारलाई अवसर दिइनेछ। हाल संगीतकार सुरेश अधिकारीद्वारा गीत रेकर्डिङ कार्य थालिएको उक्त चलचित्रको छायाङ्कन आउँदो जेठ महिनातिर प्रारम्भ हुने कुरा निर्माता तथा लेखक सुब्बाले बताए। उक्त चलचित्रको एक मुख्य भूमिकामा नायिकामा निरुता सिंहलाई लिइसकिएको छ।

सुन्दरताको सम्मान

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– केश काट्ने पेसा अपनाएका र मानिसहरूको सौन्दर्य बढाउने कार्य गर्ने नेपाली सेलिब्रेटी भएका छन् । पत्याउनै गाह्रो पर्‍यो होला । अन्तर्राष्ट्रिय जगत्मा ख्याति कमाएका भारतीय केश विशेषज्ञ जावेद हबिबले काठमाडौंमा सैलुन खोल्नुभन्दा धेरै वर्षअघि नेपाली सौन्दर्यविज्ञ कमला श्रेष्ठ, राज्यश्री श्रेष्ठ, राधा लम्सालहरू सौन्दर्य पारखीका लागि सेलिब्रेटी भैसकेका थिए । त्यतिबेला सञ्चार जगत्ले अहिलेको जस्तो फड्को मारिसक्केको थिएन । यसैले पनि उनीहरूले कम चर्चा पाए ।

अहिले उनीहरूले सौन्दर्य क्षेत्रप्रति गरेको योगदानको कदर ढिलै पनि भएको छ । शनिबार होटल एभरेस्टमा काठमाडौंका अतिरिक्त पोखरा, बुटवल, धरान तथा विराटनगरदेखि आएका सयौं सौन्दर्य विशेषज्ञहरूका सामुन्ने यी तीन जना सौन्दर्यविज्ञलाई सम्मान गरियो । कार्यक्रमका मुख्य आकर्षणका रूपमा रहेका हेयर स्टाइलिस्ट नील डेविडलाई पनि कार्यक्रममा सम्मान गरिएको थियो । केशलाई हरियो र रातो रंगले रंगाएर फरक देखिएका डेविडले कार्यक्रममा आफ्नो केश विन्यास कला प्रस्तुत गरेका थिए । हेयर एक्सटेन्सन, हेयर कलर, हाइलाइटका साथै केश सिंगार्ने र काट्ने उनको शैली धेरैले मन पराए । 'होस पुर्‍याइएन भने सुन्दर बन्न खोज्दा कुरूप पनि बनिन्छ,' -यौन तथा छालारोग विशेषज्ञ डा. सञ्जुबाबु श्रेष्ठले सहभागी सबैलाई सजक पार्दै भने ।

उनलाई पनि कार्यक्रममा सम्मान गरिएको थियो । श्रेष्ठले भने– 'छालामा प्रयोग हुने केमिकल संवेदनशील हुने हुँदा यस विषयमा सबै सौन्दर्य व्यवसायीले ज्ञान राख्नु आवश्यक छ ।' राष्ट्रिय सीप परीक्षण तथा अल नेपाल ब्युटिसियन एसोसियसनको आयोजनामा सम्पन्न उक्त एक दिवसीय सेमिनारमा डेविडले आर्थिक अवस्था कमजोर भएका तीन जनालाई तीनमहिने निःशुल्क परीक्षण दिने घोषणा गर्दा कार्यक्रमस्थलमा तालिको गडगडाहट गुन्जिएको थियो ।

साइबर गर्ल: बैंगलोर, सिलोङ हुँदै हङकङमा जमेकी अनु

भारतको बैंगलोरमा जन्मिएकी अनु गुरुङले प्लस टुसम्मको अध्ययन सिलोङ र कोलकाताका विद्यालयहरूमा आर्जन गरिन् । हाल हङकङलाई कर्मथलो बनाएकी अनुका बुबा भारतीय आर्मीमा कार्यरत भएकाले उनको परिवार भारतमा बस्दै आएको थियो । भौतिक रूपमा नेपालबाट सधैं टाढा रहनुपरे पनि उनी नेपाललाई अत्यन्तै माया गर्छिन् । जीवनयापनकै क्रममा पाँच वर्षअघि हङकङ पुगेकी अनुले साप्ताहिकसँग भनिन्- हङकङ आएपछि ठूलो सङ्ख्यामा प्रवासिएका नेपालीहरूसँग आत्मीय हुने मौका पाएकी छु । सानै उमेरदेखि नृत्य गर्न रुचाउने अनु हङकङका नेपाली संघ-संस्थाहरूको आग्रहलाई स्वीकार गर्ने क्रममा अहिले त्यहाँ आयोजना हुने सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूको आकर्षण बनिसकेकी छिन् । नृत्य उनको वैकल्पिक पेसा बनेको छ । त्यसैगरी उनले गायिका आभा मुकारुङको एउटा लोकप्रिय गीतको म्युजिक भिडियोमा समेत अभिनय गर्ने अवसर पाएकी छिन् । ५ फीट ३ इन्च अग्ली तथा गोरी अनुलाई र्‍याम्पमा उत्रने रहर भने छैन । अनु जिमन्यास्टिकमा पनि त्यत्तिकै रुचि राख्छिन् । अनु भन्छिन– फुर्सदको समयमा कमिक्स पढ्ने र साथीसँगीसँग गफ्फिनु मेरा अन्य रुचि हुन् । अनु सहयोगी स्वभावकी भएकाले कार्यालयको काममा सहकर्मीहरूबीच पनि प्रिय छिन् । अनुको शारीरिक बनावट ३७×२६×३६ छ । खैरो आँखाकी यी सुन्दरी जिन्स र टिसर्टमा सजिएर हिंड्न रुचाउँछिन् । हङकङस्थित एचके नेपालडटकमका लागि सिटी पार्कमा जगत् अम्बु गुरुङसँग फोटोसेसन गरेकी यी सुन्दरीले भनिन्- विदेशको व्यस्त जीवनशैलीका कारण आफ्ना धेरै रहर पूरा गर्न पाएकी छैन ।

हरेक शुक्रबार
प्रत्येक युवाहरूको धड्कन
साप्ताहिक
नियमित अध्ययन गरौं

केवल एक प्रश्न

तपाईंलाई केटाहरूले पान खाएको देख्दा कस्तो लाग्छ ?

मलाई मन पर्दैन, तर खाने स्टाइलमा पनि भर पर्छ । रेडियोको शैलीमै भनूँ ? यदि तपाई पान खाँदै हुनुहुन्छ भने स्टाइलले खानुहोस् । अरूलाई इम्प्रेस गर्नुहोस् अथवा त्यसबाट सधैंका लागि टाढा रहनुहोस् । हाहाहा....

सविना कार्की, आरजे, कान्तिपुर एफएम

पानको बास्ना एकदमै मन परे पनि खाएको देख्दा घीन लाग्छ, तर कहिलेकाहीं मलाई पनि खान मन लाग्छ । खाँदा घरमै बसेर खान्छु, बाहिर खाँदिनँ ।

सविना कार्की, गायिका

मलाई त मनै पर्दैन । हुन त खाने मानिसहरूले पानलाई मीठो मानेर खान्छन् तर पान खाएर जथाभावी पिचिक-पिचिक थुक्ने शैली भने मलाई पटक्कै मनपर्दैन ।

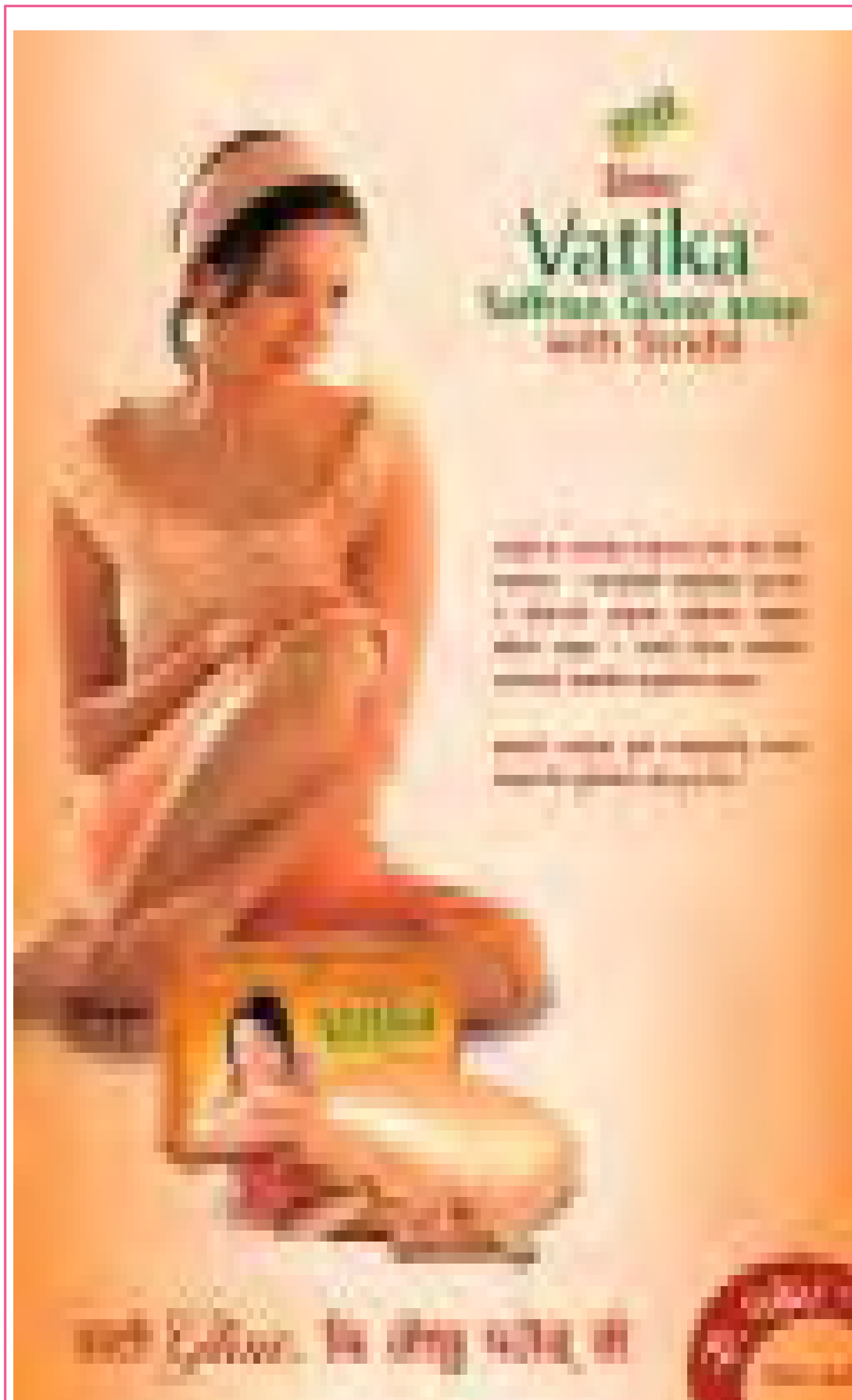
सिर्जना भट्ट भिजे, एयरहोस्टेज

फोहरी लाग्छ, गाईले घाँस चपाएको जस्तो लाग्छ । तराईमा हुर्किए पनि मलाई पान खाने कुरा मन परेन ।

शिवानीसिंह थारू, भिजे

मुख रातो हुने भएकाले मलाई मन पर्दैन, तर पानको स्वाद र बास्नाचाहिँ मीठो हुन्छ । पान खान्छ, अनि जमिनमा थुकेर गन्दा बनाउँछ, त्यस्तो त कसलाई मनपर्छ र ? मैले सुनेको, बिनामसलाको पान खानु स्वास्थ्यका लागि पनि राम्रो हुन्छ । म पनि कहिलेकाहीं खान्छु, तर सुर्ती नहालेको.....

तृप्ति नाडकर, नायिका

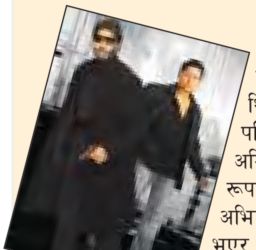


rnlrq

अग्निज्वाला

अग्नि अर्थात् निखिल उप्रेती र ज्वाला अर्थात् विराज भट्ट, यी दुवै जनालाई खलनायक नन्दु श्रीवास्तवले अप्ठेरोमा पारेका हुन्छन्। त्यही अप्ठेरोबाट निस्कन उनीहरू एक हुन्छन् र अग्निज्वाला बनेर खलनायकका काला कर्तुतको भण्डाफोर गर्दै उसलाई तहस-नहस पार्छन्। वीरगन्जका व्यापारी नन्दु श्रीवास्तव निकै अघिदेखि नेपाली चलचित्र निर्माणमा संलग्न छन्। आफूले निर्माण गरेको चलचित्रमा आफैं खलनायक बनेको देख्दा कतिपय चलचित्रकर्मी भन्छन्- 'अरू नायक वा नायिका बन्न चलचित्र निर्माण गर्छन्, नन्दु खलनायक बन्न चलचित्र बनाउँछन्।' जेसुकै भए पनि मोटाघाटा र अजंगको शरीरका धनी नन्दु खलनायकका रूपमा सुहाएकै छन्। यसैसाता पोखरा, नारायणघाट, वीरगन्ज, हेटौंडा, धरान, दमक आदि स्थानबाट प्रदर्शन आरम्भ गरिएको चलचित्र 'अग्निज्वाला'का निर्माता नन्दु नै हुन्। उनको गृहनगर वीरगन्जमा सम्पूर्ण छायाँङ्कन गरिएको यो चलचित्रमा अरुणिमा लम्साल तथा रेजिना उप्रेती गरी दुईजना नायिका छन्। पूर्णतः द्वन्द्वप्रधान यो चलचित्रमा महेश खड्काको संगीत सुन्न पाइन्छ।

जमानत



निर्देशक एस. रामनाथनले यो चलचित्रको निर्माण धेरै अघि सुरु गरेका थिए, जतिबेला नायिका करिश्मा कपुरको विवाह पनि भएको थिएन। चलचित्रका मुख्य कलाकार अमिताभ बच्चन हुन् भने यसमा उनको जोडीका रूपमा दक्षिण भारतीय अभिनेत्री विजयाशान्तिले अभिनय गरेकी छिन्। करिश्मा कपुरको जोडी भएर सर्किटको नामबाट चर्चा पाएका अरशद वारसीले अभिनय गरेका छन्। विजु शाहको संगीत सुन्न पाइने यो चलचित्रमा अमिताभ नाम चलेका अधिवक्ता हुन्छन्। करिश्मा र अरसद एउटै क्याम्पसका सहपाठी हुन्छन्। उनीहरू एक-अर्कालाई प्रेम गर्छन्। केही अपराधीसँगको भिडन्तमा अमिताभ अन्धा हुन्छन्। त्यसपछि उनी एक्लो जीवन जिउन थाल्छन्। उनका साथी आँखाका डाक्टर अनुपम खेरसँग मात्र उनी नजिक हुन्छन्। त्यसपछि कथामा 'ट्वीस्ट' आउँछ। अरसदमाथि एउटा हत्याको आरोप लाग्छ। करिश्मा उनलाई बचाउन अमिताभलाई अनुरोध गर्छिन्, तर अमिताभ कुनै मुद्दा लड्न चाहँदैनन्। सबैले अनुरोध गरेपछि उनी उक्त मुद्दा लड्न तयार हुन्छन्। त्यसपछि घटनाको रहस्य खुल्न थाल्छ। यो चलचित्र आज सार्वजनिक हुँदैछ।

फायर हाउस डग

कुकुरको पनि दिन आउँछ भन्ने नेपाली उखान धेरै हदसम्म यो साता सार्वजनिक हुने अंग्रेजी चलचित्र 'फायर हाउस डग' सँग मिल्छ। यो चलचित्रको केन्द्रीय पात्र कुकुर हो। रेक्स नाम गरेको उक्त कुकुर हलिउडको चलचित्रमा सुपरस्टार हुन्छ। उसको रहन-सहन देखेर संसारका सबै कुकुर ईर्ष्या गर्छन्। जनावरलाई चलचित्रमा अभिनय गराउने तथा उनीहरूको स्याहारसम्बन्धी विषयमा बनेको यो चलचित्रको निर्माण न्यू रिजेन्सी प्रोडक्सनले गरेको हो। बालबालिकाहरूका लागि भनेर बनाइएको यो चलचित्र पूर्णतः हास्यप्रधान भएकाले वयस्कहरूलाई पनि मन पर्न सक्छ। ट्वेन्टी सेन्चुरी फक्सले वितरण गरेको यो चलचित्रका निर्देशक टोड हल्यान्ड हुन् भने यसमा जोस हचरसन, ब्री टर्नर, ब्रुस ग्रीनवुड, ड्यास मिहक, स्टेभन कुल्प आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्।

पोखरामा सार्क कार र्‍याली

पोखरा– ग्वारग्वार्ती चिल्ला र आकर्षक कार पोखरा नगर क्षेत्रमा प्रवेश गरे, जसको शहरवासीले भव्य स्वागत गरे। यहाँ सधैं नगरक्षेत्रमा गुडने कारहरूलाई स्वागत गरिएको भने थिएन। नेपाल, भारत, बंगलादेश, भुटान, पाकिस्तान, श्रीलंका तथा माल्दिभ्सका विशेष किसिमले सिंगारिएका कारलाई नगरका प्रत्येक चोकमा नगरबासीले स्वागत गरेका थिए।

क्षेत्रीय स्तरमा शान्ति, मित्रता एवं व्यापारिक सम्बन्धलाई बढावा दिने उद्देश्यसहित सुरु भएको सार्क कार र्‍यालीलाई पर्यकीय सहर पोखरामा उल्लासमय तवरले स्वागत गर्दा कारचालकहरू पनि आ-आफ्नो देशको झन्डा फहराउँदै रोमाञ्चित बनेका थिए। विश्वलाई नै नयाँ सन्देश प्रवाह गर्न आयोजना भएको कार र्‍याली बंगलादेशको ढाकाबाट सुरु भएको हो।

नेपालका काँकडभिट्टा प्रवेश गरेको र्‍याली झापा, हेटौंडा हुँदै पोखरा आइपुगेको र्‍यालीलाई स्वागत गर्न फेवातालको किनारमा विशेष मञ्च बनाएर औपचारिक कार्यक्रम नै गरिएको थियो। र्‍याली कार्यक्रमस्थलमा आइपुग्दा विभिन्न झांकी, वेशभूषामा रहेका विभिन्न जनजातिको स्थानीय संस्कृति एवं पन्चैबाजाबाट स्वागत गरिएको थियो।

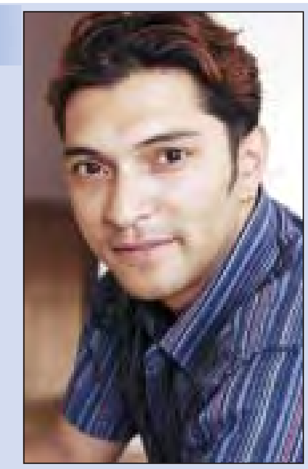
कार्यक्रमलाई थप रोचक बनाउन सार्क राष्ट्रबीच फेवातालमा डुङ्गा दौड प्रतियोगितासमेत गरियो। उक्त दौडमा मालदिभ्स प्रथम, भारत द्वितीय तथा पाकिस्तान तृतीय भए। सहभागीहरूले रंगीचंगी बेलुन उडाउँदा आकाश रंगीबिरंगी भयो भने फेवातालमाथि माइक्रोलाइट उडान तथा प्याराग्लाइडिङको दृश्यले हरेकको मन आनन्दित तुल्यायो।

कोही छैन पराई

विराटनगर– बन्द र हड्ताल सधैंका लागि बन्द गरौं भन्ने सन्देशसहित तराईमा फैलिएको आन्दोलनले सबै क्षेत्रमा प्रभाव पारेको विषयलाई समावेश गरी तयार गरिएको वृत्तचित्र 'कोही छैन पराई' गत शनिबार विराटनगरमा सार्वजनिक गरियो। पत्रकार शंकर खरेलको निर्देशन र परिकल्पना तथा गायक सुमित खड्काको निर्माण, संगीत एवं प्रस्तुतिमा तयार गरिएको २१ मिनेटको यो वृत्तचित्रमा हिमाल, पहाड र तराईका दृश्यलाई समावेश गरिएको छ।

'शिक्षा, स्वास्थ्य, सडक यातायात र उद्योग बन्द सधैंका लागि बन्द गरिनुपर्छ,' वृत्तचित्रले सन्देश दिएको छ। 'हामी पहाडमा बस्छौं पहाडे हौं, हिमालमा रम्छौं हिमाली भनिन्छौं, तराईमा बस्छौं मधेसी भनिन्छौं- हामी सबै नेपाली हौं,' वृत्तचित्रमा भनिएको छ। तराईमा चर्किएको आन्दोलन र त्यसबाट परेको प्रभावलाई उतारिएको वृत्तचित्रमा बन्दका कारण उपचार गराउन नपाएका तथा बिहान-बेलुका खान धौधौ परेकाहरूको आवाज समेटिएको छ। विराटनगरमा अज्ञात समूहको आक्रमणमा हात काटिएका सन्तोष सरकारको उपचारार्थ वृत्तचित्रको सिडीबाट भएको आम्दानी प्रयोग गरिने कुरा छायाँकार विनय राजवंशीले साप्ताहिकलाई बताए।

;fgf] kbf{



इमेज च्यानलमा 'क्युट भिजे'का रूपमा निकै पहिलेदेखि चर्चा कमाएका सुशील नेपाल उक्त च्यानल छाडेपछि नेपाल वानसँग आबद्ध भएका थिए। केही समयपछि फेरि नेपाल वान पनि छाडेर उनी च्यानल नेपालका लागि कार्यक्रम उत्पादन गर्ने संस्था ग्यालेक्सीमा संलग्न भए। त्यसपछि केही समय उनी कतै देखा परेनन्। अब फेरि कार्यक्रम निर्माता तथा सञ्चालक सुशील टेलिभिजनको पर्दामा देखिन थालेका छन्। सुशील नेपाल वान टेलिभिजनबाट प्रत्यक्ष प्रसारण हुने कार्यक्रम 'हेलो नेपाल'को सञ्चालकका रूपमा देखिन थालेका हुन्। उक्त च्यानलबाट हरेक दिन साँझ पाँच बजेदेखि छ बजेसम्म प्रसारण हुने उक्त कार्यक्रममा दर्शकहरूको अनुरोधका म्युजिक भिडियोहरू देखाइन्छ।

कान्तिपुर टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने हास्यश्रृंखला 'गोर्खे लौरी'को नयाँ श्रृंखलामा रुञ्चे गायक प्रकाश पौडेल पनि सहभागी भएका छन्। शिशिर सुवेदीको निर्देशन तथा लेखनमा निर्माण भैरहेको उक्त श्रृंखलामा पौडेल हाल एक हुल्याहा युवकका रूपमा अभिनय गर्दैछन्। नयाँ एल्बम निकाल्ने तयारीको बीचमा उक्त श्रृंखलामा अभिनय गरेको पौडेलले बताए। हास्यश्रृंखला 'गोर्खे लौरी' हरेक शुक्रबार साँझ साढे सात बजे प्रसारण हुन्छ।

नेपाल टेलिभिजनबाट हरेक आइतबार राति सवा ९ बजे प्रसारण भैरहेको टेलिश्रृंखला 'दुई थोपा आँसु'का निर्देशक श्याम भट्टराईले उक्त टेलिश्रृंखला छाडेका छन्। अब उक्त टेलिश्रृंखलाको निर्देशन जनकदीपले गर्न थालेका छन्। जनकदीप श्रृंखलाका निर्माता पनि हुन्। भट्टराईले उक्त श्रृंखलाको निर्देशन गर्न नभ्याउने भएपछि छाडेको बताएका छन्। हाल चलचित्र 'मर्यादा'को निर्माणमा व्यस्त भट्टराईले त्यसै कारणले श्रृंखला निर्देशन गर्न नभ्याएका हुन्। उनले उक्त श्रृंखलाको २५ भाग निर्देशन गरेका थिए। भट्टराईले छाडेपछि अब उक्त श्रृंखला निर्माण समूहमा लेखक नयनराज पाण्डे तथा मुख्य सहायक निर्देशक ओमप्रकाश निरौला पनि संलग्न भएका छन्। आफू निर्देशक भएपछि जनकदीपले पाँच भागको निर्माण सकेका छन्।

चितवनका आइडियल (रेडियो जक्की) को उपाधि हात पार्न सफल श्यामसुन्दर गिरी अहिले दुःखी छन्। उपाधि हासिल गरेपछि रेडियो जक्कीका रूपमा स्थापित हुने उनको सपना टुटेको छ। गत असोजमा कालिका एफ.एम.ले आफ्नो चौथो वार्षिकोत्सवका अवसरमा तेस्रो म्युजिक एवार्डसँगै घोषणा गरेको को बन्ने 'कालिका आइडियल आरजे अफ द इयर २०६३' को खुला प्रतिस्पर्धाबाट उनी आइडियल बन्न सफल भएका थिए। बिरलै आयोजना हुने यस्ता प्रतियोगिता चितवनमै पहिलो पटक आयोजना गरिएको थियो। चितवन वीरेन्द्रनगरका २२ वर्षीय गिरी अहिले आयोजकले गरेको दाबीअनुसार सम्मान र पुरस्कार नपाएको गुनासो गर्दैछन्।

रक्तिमको सडक सांस्कृतिक अभियान

बुटवल- कोही रातो तारा अंकित कमिज र पाइन्टमा त कोही मखमली चोली, पटुकी र छिटको गुन्यूसहित परम्परागत पोसाकमा सजिएका फुर्तिला कलाकारले बुटवलका प्रत्येक सडक र गल्लीमा नाच्दै-गाउँदै नेताहरूलाई सत्ताको लुछाचुँडी छोडेर जनआन्दोलनको म्यान्डेट-संविधान सभा र लोकतान्त्रिक गणतन्त्र स्थापना पूरा गर्न खबरदारी गर्दै एउटा नयाँ सांस्कृतिक अभियान सुरु गरेका छन्। जनताले अधिकार पाएको देख्न नचाहने प्रतिगामीहरूले फेरि षड्यन्त्र गर्न थालेको बताउँदै कलाकारहरूले जनता एकजुट भए कसैको केही नलाग्ने कुरा पनि गीतसंगीत एवं नृत्यमार्फत देखाउँदै जनतालाई आशावादी बन्न अपिल गरेका छन्। यति मात्र होइन, उनीहरूले मधेस आन्दोलनका कारण भड्किएको साम्प्रदायिक सद्भाव कायम राख्न र नेपाली-नेपाली मिलेर बस्नुपर्ने सन्देश पनि दिएका छन्। मर्मस्पर्शी गीत एवं नृत्यलाई मन पराएर बजारका व्यवसायी तथा बटुवाहरूले स्वेच्छिक रूपमा सक्दो आर्थिक सहयोग गरेर कलाकारमा उत्साह र प्रेरणा थपेको दृश्य पनि सँगै देख्न पाइन्छ।

देशको अवस्थालाई गीत-संगीतमार्फत प्रस्तुत गरेर जनवादी सांस्कृतिक फाँटमा छुट्टै पहिचान बनाएको रक्तिमले अहिले फेरि बुटवलबाट नयाँ अभियान सुरु गरेको छ। 'संविधानसभाको निर्वाचनमार्फत लोकतान्त्रिक गणतन्त्र स्थापना गरौं, सामन्ती, रूढीवादी छाडा संस्कृतिविरुद्ध प्रहार केन्द्रित गरी स्वच्छ जनवादी मौलिक संस्कृति निर्माण गरौं' नाराका साथ रक्तिमले आइतबार बुटवलबाट सडक सांस्कृतिक जागरण अभियान थालेको हो। अभियानमा रक्तिमका अध्यक्ष जीवन शर्मा, महासचिव रेम राना, नारायण शर्मा, दलबहादुर भण्डारी, कमला केसी, जीवन राना, कृपा गिरी, खडक पुन, लक्ष्मी गुरुङ आदि दर्जनौं कलाकार सहभागी छन्। बुटवलमा अभियानको उद्घाटन गर्दै रक्तिमका अध्यक्ष जीवन शर्माले संविधानसभाको चुनाव सम्पन्न नहुँदासम्म अभियान जारी रहने जानकारी गराए।

पोखरामा जनवादी सांस्कृतिक कार्यक्रमको रन्को

पोखरा- सभाहलभित्र दर्शक टनाटन थिए। दर्शकदीर्घाको पछाडिको ढोकाबाट आफ्ना दुई अंगरक्षकका साथमा प्रचण्ड अगाडि बढे। त्यो देखेर बालबालिका खासखुस गर्न थाले- 'प्रचण्ड आए'। धेरैले त लख काटे कार्यक्रमको अतिथिका रूपमा उनलाई आमन्त्रण गरिएको होला। उस्तै पहिरन र शैलीमा मञ्चअघि आइपुग्दा सबैको मुखबाट एकसाथ फुस्कियो- यी मनोज गजुरेल त काटीकुटी प्रचण्डजस्तै रहेछन्। त्यसपछि सभाहलमा हाँसो गुन्जियो।

यी छद्मभेषी प्रचण्डलाई 'द हवनकली सो' नामक कार्यक्रमका लागि डाकिन् हवनकली अर्थात् सुष्मा पौडेलले। त्यसपछि उनी मञ्चको सोफामा बसेर हवनकलीको प्रश्नको उत्तर दिंदै गए। माओवादी अध्यक्ष प्रचण्डकै हाउभाउ र शैलीमा प्रस्तुत भएका गजुरेलले दर्शकलाई हँसाउन कुनै कसर बाँकी राखेनन्।

एक अर्को प्रस्तुतिमा पनि मनोजले दर्शकलाई प्रशस्त मनोरञ्जन दिए। अहिलेकी व्यस्त तथा चर्चित नायिका रेखा थापालाई देखा थापाका रूपमा व्यंग्य गर्दा दर्शकले ताली बजाए। उनले प्रधानमन्त्री कोइरालादेखि एमालेका नेता माधव नेपालसम्मलाई व्यंग्य प्रहार गरे। सबैजसो कार्यक्रममा राजा ज्ञानेन्द्रको पहिरनमा प्रस्तुति हुने मनोज यस पटक भने राजाको पहिरनमा उनी प्रस्तुत भएनन्। उनी भन्दै थिए- 'राजाको क्यारिकेचर गर्दा राजावादी भइन्छ भनेर साथीहरूले भनेपछि मैले अभिनय गर्न छाडिदिएँ।'

लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका लागि जनअभियानअन्तर्गत नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी एमाले जिल्ला कमिटी कास्कीले आयोजना गरेको विविध जनवादी सांस्कृतिक कार्यक्रममा मनोज गजुरेलको प्रस्तुति आमपोखरेली दर्शकको पहिलो रोजाइ समेत बन्न पुग्यो।

निरंकुश पञ्चायती व्यवस्था ढाल्न जनवादी गीत घन्काउँदै गाउँघर चहार्ने जनवादी गायक जेवी टुहुरेको प्रस्तुतिले नेपालीपनको झझल्को दियो। दर्शकले उनको प्रस्तुतिबाट मनोरञ्जनसँगै भावुकता पनि सँगाले। मायाप्रीतिका दोहोरीमा जमेका गायक बद्री पंगेनीले निरंकुशता ढलेको छैन, जनताको शासन आ'छैन भन्दै नेताहरूलाई सर्तक रहन खबरदारी गर्दै थिए। अर्का दोहोरी गायक भगवान् भण्डारीले पनि दर्शकको साथ पाएका थिए। कार्यक्रममा राजधानीबाट आएका उदेश श्रेष्ठ, माधव श्रेष्ठ आदि स्थानीय कलाकारले पनि विविध जनवादी गीत तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए।

लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका लागि जनअभियान सफल पारौं भन्ने नाराका साथ सम्पन्न जनवादी सांस्कृतिक कार्यक्रममा कलाकारहरूले जनआन्दोलन भाग-२ मा गोली लागेर सहिद भएको घटनालाई अभिनयमार्फत जस्ताको त्यस्तै प्रस्तुत गरेका थिए। कार्यक्रम स्थानीय सभागृहमा तीन दिनसम्म चलेको थियो।

साताको स्वर

जोहेव मानन्धर

किन-किन...... कस्तो प्रकारको गीत हो ?
-यो रोमान्टिक गीत हो । गीतमा विदेशमा बसेको प्रेमीले स्वदेशमा रहेकी प्रेमिकालाई अगाध माया गर्छु भन्न खोजेको छ ।

यो गीतका लक्षित श्रोता को हुन सक्छन् ?
-विशेष मेरो गीत युवावर्गले नै रुचाउने भएकाले युवावर्गमै लक्षित छ ।

गीतको सबैभन्दा आकर्षक पक्ष ?
-संगीत हो, तर शब्द र स्वरमा पनि कम मेहनत छैन । ल्याटिन म्युजिकमा आधारित भएर कम्पोज गरिएकाले मेलोडियस छ ।

गीतका बारेमा कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुभएको छ ?
- श्रोताहरूले एकदमै राम्रो भन्नुभएको छ । लामो समययता मेरो कुनै गीत नआएकाले पनि श्रोताहरूले यसलाई मन पराइदिनुभएको छ ।

म्युजिक भिडियो कस्तो बनेको छ ?
-म्युजिक भिडियोको आधा भाग दुबईको मरुभूमिमा छायाङ्कन गरिएकाले दर्शकले पहिलो पटक नेपाली भिडियोमा मरुभूमि हेर्न पाउनुहुन्छ । समग्रमा भिडियोमा नयाँपन छ ।

केही वर्षअघि एक्कासि हराएको धरानको सैलुङ ब्यान्ड फेरि सक्रिय हुन थालेको छ । ब्यान्डका सदस्यहरू कोही विदेश त कोही आफ्नै काममा व्यस्त भएपछि हराएको यो ब्यान्डका सदस्यहरू अहिले पुन: एकजुट भएका छन् । भोकलमा प्रदीप सुब्बा, लिड गिटारमा बुद्ध थापा, बेसमा देउमान लिम्बू, ड्रममा सविन सापकोटा आदि सदस्य रहेको सैलुङ ब्यान्डले हालै 'जुनेलि थियो...' गीत रेकर्डिङ गरी त्यसको म्युजिक भिडियोसमेत तयार पारेको छ । राजीव दाहालको निर्देशन, बुद्ध थापाको सम्पादन एवं रविन राईको छायांकन रहेको उक्त म्युजिक भिडियोमा ब्यान्डका सदस्यहरूका साथै विजेन्द्र, अनुज तथा सुष्माले अभिनय गरेका छन् । सात वर्षअघि धरानमा पहिलो पटक ब्यान्डहरूको प्रतियोगिता आयोजना गर्ने सैलुङ ब्यान्डले त्यतिबेला आफ्नो छुट्टै एल्बम पनि निकालिसकेको थियो ।

राजु परियार, बिमाकुमारी दुरा, लक्ष्मी न्यौपाने, कृष्णभक्त राई, इन्दिरा गुरुङ, भगवती दंगाल, नवराज घोरासैनी, बिन खाती, विरु लामा, माण्डवी त्रिपाठी, अञ्जना गुरुङजस्ता नाम चलेका उन्नाइस जना लोकगायक तथा गायिकाको स्वर एवं अभिनयलाई एउटै भिसिडीमार्फत हेर्न पाइने व्यवस्था महाबौद्ध रेकर्ड्सले गरेको छ । कृष्ण फिल्म्स, डिजिटल काठमाडौं तथा गोविन्द राईद्वारा निर्माण गरिएका नौवटा लोकदोहोरी गीतका म्युजिक भिडियो एउटै संग्रह 'लोकछहारी' मा हेर्न पाइनेछ । संग्रहमा 'माया मार्‍यौ नि', 'खोलीको किनारा', 'चरीले बीउ खायो' जस्ता लोकदोहोरीका म्युजिक भिडियोहरू संग्रहित छन् ।

सुगम गीत/संगीतको प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले इलामका कलाकारहरूले सदरमुकामस्थित महेन्द्ररत्न बहुमुखी क्याम्पसको प्राङ्गणबाट गत शनिबारदेखि संगीतयात्रा आरम्भ गरेका छन् । जेबी टुहुरे तथा रामेशको 'गाउँगाउँबाट उठ' गीतबाट प्रारम्भ भएको उक्त संगीतयात्राको पहिलो श्रृंखलामा स्थानीय डेढ दर्जन गायक/गायिकाले स्वरसम्राट् नारायणगोपाल, दीप श्रेष्ठ आदिका गीत गाए, जसमा गायक प्रेमध्वज प्रधानको 'घुम्तीमा नआऊ है' गायक दीपक खत्रीले गाए भने खर्साङ रेडियोमा एक दर्जनजति गीत रेकर्ड गराइसकेका इलामे गायक तुलाराम पौडेलले गायक योगेश वैद्यको लोकप्रिय गीत 'सपना भुलाई सारा' सहित आधा दर्जन गीत गाएका थिए । कार्यक्रममा गायक भूपेन्द्र राईले दीप श्रेष्ठको 'बितेका कुरा' सहित केही गीत गाएका थिए । कार्यक्रममा गायक रमेश श्रेष्ठ तथा गायिकाहरू कृष्णा नेपाली, सुनीता दियालीले पनि गीत गाएका थिए । उक्त सांगीतिक कार्यक्रममा केही स्थानीय कलाकारले नृत्य पनि प्रस्तुत गरेका थिए ।

भोक लागेको छ, अब खाना खाउँ है, गायक दिव्य सुब्बा एक रेष्टुराँमा ।
तस्बिर : साइबर संसार डटकम

राजाको प्रत्यक्ष शासनमा बस्दा मुख्यसचिव भोजराज घिमिरेको मनमा मुलुकले काँचुली फेर्ने कुरामा हरेक दिन आशा र निराशाका अनेक तरंग उठ्थे । गत साता राजधानीमा आयोजित एक एल्बम विमोचनमा मुख्यसचिव घिमिरेले आफू गीतकार बन्न पुगेको रहस्य खोल्दै उक्त कुरा सुनाए । एक दशकपछि उदाएका गायक सुदेश शर्माको एल्बम 'प्रहर'का लागि मुख्यसचिव घिमिरेले पनि गीत रचना गरेका छन् । अर्का सचिव एस्पी कोइरालाले पनि आफ्ना भावनालाई गीतमा ढालेर त्यही एल्बममा समेटेका छन् । संगीतकार अम्बर गुरुङ, पुराना नायक तथा गायक सिपी लोहनी आदिको उपस्थितिमा उक्त एल्बमको विमोचन सम्पन्न भयो । संगीत शिरोमणि यज्ञराज शर्माले पनि एल्बममा समेटिएका केही गीतमा संगीत भरेका छन् ।

रिमिक्स संगीत हावी भैरहेको बेलामा गायक सञ्जय शर्माले लोकप्रिय अंग्रेजी गीत 'ओ क्यारोल'लाई नेपाली भाषामा उल्था गरेर रिमिक्स गरेका छन् । एएनएस म्युजिकले यसै साता सार्वजनिक गरेको शर्माको एकल एल्बम 'ड्रिमल्यान्ड'मा उक्त गीत समावेश छ । डिस्को र टेक्नो संगीत मिश्रण गरिएका गीत सुन्न पाइने उक्त एल्बममा राजनराज शिवाकोटी, सुनील बर्देवा, सन्दिप खनाल आदिको संगीत छ । यसैगरी एएनएस म्युजिकले यसै साता पूर्वेली लोकदोहोरी गीतिसंग्रह 'फूलको थुँगा' सार्वजनिक गरेको छ ।

मोटरसाइकलको उत्पादनमा अग्रणी मानिएको अन्तर्राष्ट्रिय कम्पनी 'यामाहा'का संगीत उत्पादनले पनि अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा अग्रणी स्थान ओगटेका छन् । यामाहाका गीतार, किबोर्डजस्ता इन्स्ट्रुमेन्टल सामग्री नेपाली संगीतकर्मीहरूले पनि निकै प्रयोग गर्छन् । यद्यपि अहिलेसम्म यहाँ उक्त कम्पनीका संगीत उत्पादनहरूको सोरुम सञ्चालनमा आएको थिएन । गत सोमबार बिहानदेखि भने त्रिपुरेश्वरस्थित बिट्स इन्टरनेसनलले उक्त कम्पनीको आधिकारिक सोरुम सञ्चालनमा ल्याएको छ । गायक दीपक बज्राचार्यबाट रिबन काटी उद्घाटन गरिएको उक्त शोरुममा यामाहाका सबै संगीत सामग्री पाइनेछ ।

गायक विधान श्रेष्ठले आफ्ना भाइ विधेयक श्रेष्ठसँग गाएको गीत 'धेरै-धेरै माया'को म्युजिक भिडियोमा नायिका यमुना उप्रेतीसँग उनीहरूले गरेको अभिनयलाई धेरै दर्शकले रुचाएका छन् । उक्त गीत समावेश एल्बम 'कायम'लाई भने गायक श्रेष्ठले बजारमा ल्याएका थिएनन् । यसै साता इन्द्रेणी क्यासेट कम्पनीले उक्त एल्बमलाई सार्वजनिक गरेको छ । एल्बम सार्वजनिक भएलगत्तै उक्त एल्बममा समावेश पुराना गायक सुन्दर श्रेष्ठको लोकगीत 'छक्कालाई छाडी चौका दाउ हानेको'को रिमिक्स गीतको म्युजिक भिडियो तयार पारिने भएको छ । उता विधानका अभिन्न मित्र लोकगायक योगाज खड्काको लोकगीति एल्बम 'स्कुल क्याम्पसमा'को म्युजिक भिडियो तयार भै यसै साता सार्वजनिक भएको छ । म्युजिक भिडियो सार्वजनिक भएको तीन सातापछि एल्बम बजारमा ल्याउने योजना रहेको उनले बताए । एल्बममा उनले गायिकाद्वय सिन्धु मल्ल तथा माण्डवी त्रिपाठीसँग लोकदोहोरी गीतहरू गाएका छन् ।

उल्टो साइकलयात्री विरेशप्रसाद दाहालले सार्क भ्रमणका लागि खर्च जुटाउन गीतिएल्बम निकाल्ने भएका छन् । गृहनगर गाईघाट आइपुगेका दाहालले एक कार्यक्रमको आयोजना गरी सार्क भ्रमणका लागि रकम अपुग भएकाले अन्तिम विकल्पस्वरूप गीतिएल्बम निकाल्नुपरेको बताए । दाहालले आफैंले गीत लेखेर केही साताभित्रै बिर्तामोडको नेशनल रेकर्डिङ सेन्टरमा गीत रेकर्डिङ गराई एल्बम रिलिज गर्न लागेको जानकारी दिए । उनले एल्बमको शीर्षक 'ताल न बेताल' राखेका छन्, जसमा आठवटा गीत रहनेछन् । प्रकाश ओझाको चलेको चलन एल्बमको 'ए बाउ भात खान आऊ' जस्तो चर्चित गीतका लेखक पराजुलीले उक्त एल्बममा आफैंले स्वर दिने भएका छन् । आठवटा गीतमध्ये तीनवटा गीतको म्युजिक भिडियो पनि बनाइनेछ । 'बोके दाह्री' एल्बमका गायक श्रीकृष्ण लुइँटेलले पनि उक्त एल्बमको एउटा गीतमा स्वर दिने बताइन्छ ।

नेपाली पपगायकहरूमाथि उनीहरूले नेपाली परम्परागत संगीत बिगार्दै गएको आरोप लाग्दै आएको छ, तर संसारभरि फ्युजन संगीतको चर्चा चलेको बेलामा पपगायक प्रनिल एल तिमल्सेनाले काठमाडौंको नेपाल संगीत विद्यालयमा सारंगी बजाउने प्रशिक्षण लिइरहेका छन् । गिरीश-प्रनिल समूह टुक्रिएपछि 'मे १८' एल्बममार्फत चर्चामा आएका प्रनिल अर्को एल्बमको तयारीमा छन् । सारंगीका साथै पियानोको पनि विशेष प्रशिक्षण लिइरहेका गायक तिमल्सेना हाल आगामी एल्बमका लागि आफैं गीत रचना गर्ने तथा संगीत सिर्जना गर्ने काममा पनि व्यस्त छन् । उनको आगामी एल्बममा सारंगी र पियानोको धुन पनि रहनेछ ।

नजिकबाट — सिनी गुरुङ

जन्ममिति	:	मंसिर २२
घरमा बोलाउने नाम	:	सिनी
नामको अर्थ	:	पियानिस्टको नाम
तपाईंको परिचय	:	गायिका
जन्मस्थान	:	इलाम
तपाईंको गोप्य कुरा	:	शिक्षिका
रुचि	:	संगीत, खाना पकाउने, सिलाइ-बुनाइ
अध्ययन	:	स्नातक
सांगीतिक गुरु	:	कलिकार्थक गुरुङ
पहिलो प्रेम	:	आठ कक्षामा अध्ययन गर्दा राजेश हमाललाई मन पराएको
पहिलो डेटिङ	:	श्रीमान्‌सँग गोदावरीमा
हनिमुन	:	चितवन
पहिलो प्रेमपत्र	:	कक्षा ११ मा अध्ययन गर्दा अर्को कलेजको केटाले
पहिलो पटक बजाएको बाजा	:	हार्मोनियम
मनपर्ने परिकार	:	नेपाली
मनपर्ने रंग	:	सेतो, रातो, नीलो
मनपर्ने पहिरन	:	साडी र चौबन्दी
मनपर्ने मौसम	:	जाडो
मनपर्ने खेल	:	क्यारम, चेस, लुँडो
फुर्सदमा	:	घरको सफाइ
कत्तिको व्यस्त हुनुहुन्छ	:	धेरै छैन, ठीकै हो
मनपर्ने संगीत	:	लोक
रिस उठेको बेला	:	चुप लागेर बस्छु
मनपर्ने आफ्नै बानी	:	सबैसँग राम्रो व्यवहार गर्न सक्छु
खराब बानी	:	खानामा धेरै ध्यान जान्छ
घुम्न मन पर्ने स्थान	:	ठेंचो, काठमाडौं
जीवन के हो	:	ईश्वरको वरदान
जीवनको लक्ष्य	:	पैसा कमाएर वृद्धाश्रमलाई सहयोग गर्ने ।

द बिग बक धमाका

खेमनाथ पौडेल

युएई– नववर्ष २०६४ को पूर्वसन्ध्यामा युएईको दुबईस्थित अल नासर लिजरल्यान्डमा द बिग बक रेस्टुरेन्ट अलकुज युएईको आयोजनामा मार्च २२ र २३ मा द बिग बक धमाका भव्यताका साथ सम्पन्न भयो । कार्यक्रम अरुणिमा लम्सालद्वारा 'मै छोरी सुन्दरी' गीतमा सुन्दर नृत्य प्रस्तुत गर्दै सुरु भएको थियो भने दोस्रो प्रस्तुति हास्यकलाकार (रातामकै) किरण केसीको रह्यो । केसीले यस पटक बेग्लाबेग्लै दुई हास्यगीत प्रस्तुत गरे ।

लगत्तै गायिका रिमा गुरुडले आफ्ना चर्चित गीत गाएर सबैलाई छमछम्ती नचाइन् । द युनिटी ब्यान्डका कलाकारहरूले अहिले प्रचलनमा रहेका हिपहप र्‍याप प्रस्तुत गरे । ख्यातिप्राप्त गायक खेमराज गुरुड मञ्चमा आउनासाथ दर्शकहरूले ताली र सिठीले उनको स्वागत गरे । अर्का हास्यकलाकार (प्वाक्क मुखमा हान्नुजस्तो) शिवहरि पौड्यालको प्रस्तुतिले अर्कै रौनक छायो । पौड्यालका व्यंग्य, चुट्किला, कविता आदिले सबैलाई हाँस्न बाध्य तुल्यायो । अहिले चर्चामा रहेका मुन्द्रे अर्थात् जितु नेपालको प्रस्तुति सबैभन्दा रोचक र बेजोड थियो । नेपालको समसामयिक विषयवस्तु, गीत-संगीत, चलचित्र, राजनीति, हिपपप, लोकगीत आदिलाई व्यंग्य हान्दै उनले उपस्थित सबैलाई पेट मिची-मिची हँसाए । निमा रुम्बाको प्रस्तुतिले दर्शकहरूलाई जुरुक-जुरुक पारेको थियो । उक्त अवसरमा शान्ति शाहले 'गैरीखेतको सिरै हान्यो' गीतमा नृत्य प्रस्तुत गरेकी थिइन् ।

अबुधाबी ब्यान्ड अर्थात् एडी ब्यान्डले तीनवटा गीत प्रस्तुत गर्‍यो भने स्थानीय प्रवासी नेपाली कलाकार सरस्वती लामा, नवराज घिमिरे, कर्णबहादुर थापा आदिले पनि गीत तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रममा सबैभन्दा हेर्न लायकको प्रस्तुति भने समसामयिक विषयमा आधारित नाटक थियो । शिवहरि पौडेल, किरण केसी तथा अरुणिमा लम्सालको उक्त नाटकले प्रवासी नेपालीलाई सन्देश मात्र दिएन, दर्शकहरूलाई हँसाएको पनि थियो । कार्यक्रम खेमराज गुरुङको 'वारि जमुना पारि जमुना' गीत अनि दर्शक तथा कलाकारहरूको नृत्यसँगै समाप्त भएको थियो ।

जीतु'चाको जोक्स

jitendra_rajb@hotmail.com

मुम्बई जाने ट्रेनको एउटा डिब्बामा एक जना बूढी आमै, ऐश्वर्या राय, अभिषेक बच्चन र जीतुचा यात्रा गरिरहेका थिए। ट्रेन एउटा अँध्यारो टनेलभित्र छिरेको मात्र के थियो, एक्कासि म्वाइँ खाएको आवाज सुनियो अनि लगत्तै गालामा मज्जाले थप्पड हानेको आवाज आएछ। ट्रेन केही बेरमै टनेल पार गरेर बाहिर आएछ। अँध्यारोमा त्यस्तो आवाज सुनेर बूढी आमैले मनमनै सोचिन् : यो अभिषेक बच्चनलाई म्वाइँ खान कति हतार भा' होला, बिहे त हुनै लागेको थियो नि। अब जहाँ पायो त्यहीँ म्वाइँ खायो भनेर ऐश्वर्याले गालामा थप्पड दिएकी होलिन्।

अभिषेक बच्चन (मनमनै) : यो मोरा जितुचाले अँध्यारो भएको मौका छोपी मेरी ऐश्वर्यालाई म्वाइँ खायो होला अनि म भनेर होला, ऐश्वर्याले मलाई गालामा थप्पड हानिन्।

ऐश्वर्या (मुसुमुसु हाँस्दै) : जितुचालाई ठिक्क पर्‍यो। अँधेरोमा म भनेर म्वाइँ खान खोजेको होला, बूढी आमै परिन् अनि बूढी आमैले गालामा धन्यवाद दिएकी होलिन्।

जितुचा : अब अर्को टनेल त आउन दे अभिषेक, फेरि मेरो हत्केलामा म्वाइँ खाएको आवाज निकालेर तेरो दुवै गाला पड्काउनुपर्छ।

०००

क्रिकेट वर्ल्डकपको लहर चलिरहेको थियो। थुप्रै क्रिकेटप्रेमी एकै ठाउँ बसेर रमाउँदै श्रीलंका र इन्डियाको खेल हेर्दै थिए। त्यत्तिकैमा सचिन तेन्दुलकर एक रन पनि लिन नपाई आउट भएछ र श्रीलंकालाई मन पराउने मानिसहरू रमाउँदै डक-आउट, डक-आउट भन्दै चिच्याउन थालेछन्। त्यत्तिकैमा बिकुराम (जोस देखाउँदै) : कता छ 'डक', कता छ 'डक', त्यसलाई तन्दुरी बनाएर खानुपर्छ यार !

०००

हात्ती र मुसाको ठूलै दुस्मनी थियो। एकपटक एउटा हात्ती बाटोमा लोसे पारामा लस्कँदै थियो, मुसाको एउटा सानो समूहले हात्तीलाई देखेछ। एउटा मुसाले सान देखाउँदै भनेछ : साथी हो, आज यो हात्तीलाई पाठ सिकाउनुपर्छ, यसलाई त्यसै छोड्नु हुँदैन।

अर्को मुसा हिरो पल्टेर थपेछ : हो यार ! यसको त दारा निकालेर पठाउनुपर्छ आज।

त्यत्तिकैमा अर्कोले थपेछ : ल त्यतिले यो मोराले के पाठ सिक्छ र ! यसको त एउटा खुट्टा भाँचिदिनुपर्छ अनि मात्र थाहा पाउँछ मुसाहरू पनि कति खतरनाक हुन्छन् ?

अन्तिममा रहेको लुरे मुसाले भनेछ : साथी हो, छोड्देऊ यसलाई। यो आज एक्लै छ, यसलाई उसको ग्याङमा भएको बेला पिट्नुपर्छ।

०००

यातायात दुर्घटना भएको केही बेरमै बिकुराम घटनास्थल पुगेछ। एक जना मानिसको एउटा हातै काटिएको रै'छ, पीडाले गर्दा ठूलो स्वरमा रुँदै थियो। बिकुराम गएर सम्झाउन थालेछ : हैन, तपाई यसरी आत्तिनु हुँदैन, नरुनुहोस्। उता हेर्नुस् त, त्यो मानिसको त टाउकै काटिँदा त रोएको छैन, तपाई रुने ?

कविता

चिन्ता किन हुन्थ्यो ?

हातमा सीप छ तिम्रो, कामको चिन्ता किन हुन्थ्यो ?
फुर्सद कहिल्यै छैन तिमीलाई दामको चिन्ता किन हुन्थ्यो?
फुर्सद तिमीलाई कहाँ छ र, आफ्ना बारेमा सोची बस्ने
महान् कार्य गर्छौ अनि नामको चिन्ता किन हुन्थ्यो ?
अन्नपात खेतीबाली, टन्न घरमा भएपछि
कुनै पनि समयमा, मामको चिन्ता किन हुन्थ्यो ?
आफ्ना कामहरू तिमी, सबै आफैं गर्छौ भने
खाजा खान पाउरोटीलाई, जामको चिन्ता किन हुन्थ्यो ?
कति धेरै काम गर्छौ, सधैं तिमी हुन्छौ व्यस्त
चिठी लेख्ने फुर्सद छैन, खामको चिन्ता किन हुन्थ्यो ?

–बद्रीप्रसाद शिवाकोटी

मन परेको मान्छेले

सँगसँगै घुम्ती काट्दा उकालीमै रात पर्‍यो
आफ्नाहरूको आज आफैंसँग साथ टर्‍यो
आफू साँचो बन्न मलाई किन यस्तो बात गर्‍यो
मन परेको मान्छेले जिन्दगीमा घात गर्‍यो
सत्यलाई जित हुँदा तिमीलाई श्राप पर्‍यो
मन परेको मान्छेले जिन्दगीमा घात गर्‍यो
सँगसँगै घुम्ती काट्दा उकालीमै रात पर्‍यो
आफ्नाहरूको आज आफैसँग साथ टर्‍यो
मन परेको मान्छेले जिन्दगीमा घात गर्‍यो।

–अनन्त संयोगी

हारजस्तो

हृदयको तारजस्तो, तिमी नै संसारजस्तो
आज कस्तो-कस्तो लाग्छ, मुटु दुख्ने प्यारजस्तो
कुन्नि कस्तो खेल खेलें, जिते पनि हारजस्तो
फेरि कस्तो भ्रम हुन्छ, शिशिरै वहारजस्तो
भैगो यस्तो गीत गाऊ, ठिहीमा पहार जस्तो

–संगम उप्रेती

असल

मेरो कदम असल, तिम्रो कसम असल
जीवन र जगत्भित्र, दिल नरम असल
बेसरमीको संसारमा, खास सरम असल
पृथ्वीलोक आफैंमा विचित्र, यहाँ करम असल
मृत्युवरणको चाहना छ, मेरो यो जनम असल।

–दर्शन दिनेश

किन हो किन ?

सम्हाल्न सकिनँ मनलाई आज
कता हो कता मन मेरो भाग्यो
किन हो किन तिम्रो नामको सिन्दूरले
यो मेरो खाली सिउँदो सजाउन मनलाग्यो
चाहिँदैन मलाई महँगो रेसमी साडी
तिम्रो निश्चल मायामा सजिन चाहन्छु
मेरो मुस्किलमा साथ देऊ
किन हो किन तिमीसँग सधैं यही माग्छु
तिम्रै बेहुली बनी घुम्टोमा सजिने
मीठो चाहना मभित्र जाग्यो
बन्धनको गहनाले सिंगारी
किन हो किन तिमीलाई पाउन मन लाग्यो
तिम्रै लागि यो जीवन साँचेकी छु
तिम्रै लागि पल-पल बाँचेकी छु।
तारिफ सुन्न चाहन्छु मात्र तिम्रै आवाजको
चाहन्छु किन हो किन तिम्रै मात्र साथको।

–निशा रेग्मी

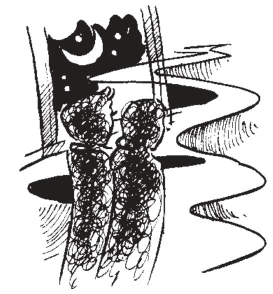
निष्ठुरी यादले

बाँच्नुको के नै अर्थ भो र तिम्ले छाडी गएपछि
पराई भयौ आज मलाई माया मारेपछि
मेरो अस्तित्व रहेन तिम्ले माया अन्तै सारेपछि
परिणाम यही रहेछ धोका पाइने माया गरेपछि
मेरो भन्दा तिमीलाई अरूको विश्वास भो
जीवनको लक्ष्य, योजना सबै खेर गो
जिउँदै जलेको चितामा जीवन भो लाससरि
निष्ठुरीको यादले सताउँछ घरीघरी।

–दीपक कार्की 'दीप'

लघुकथा

आन्दोलन



क्रान्तिकारी स्वभावका दलबहादुर र दिलकुमारी विवाहपछि एउटा गाउँमा घर बनाएर बसे। आफ्नो किशोरवयमा पार्टीमा काम गरेका दुवैले एक-अर्कालाई त्यतिबेलै चिनेका थिए। त्यसै अवसरमा उनीहरूबीच प्रेम पनि मौलाएको थियो। वार्ताबाट शान्तिपूर्ण राजनीतिमा आएपछि उनीहरूले विवाह गरेर कुनै गाउँमा राजनीति गर्ने पार्टीको नीतिअनुसार यस क्षेत्रमा आएका थिए। उनीहरू आफ्नो राजनैतिक अस्तित्व कायम गर्न हरेक कुरामा अघि सर्थे र गाउँलेहरूलाई प्रभावित तुल्याउने प्रयास गर्थे।

एकपल्ट गाउँमै भएको हेल्थपोस्टमा उपचार हुँदाहुँदै एक बालकको ज्यान गयो। गाउँलेहरू आक्रोशित भए। दलबहादुर तथा दिलकुमारीले त्यसको नेतृत्व गरेर डाक्टरलाई कुटपिट गरे। हेल्थपोस्टभित्रका कागजपत्र च्यातचुत पारे। नजिकै भएको एम्बुलेन्समा आगो लगाए। अन्त्यमा डाक्टरलाई माफी माग्न लगाएर गाउँ कटाए। गाउँमा भएको उक्त आन्दोलनका कारण कुनै पनि डाक्टर गाउँमा आएनन्। बजेटको अभावका कारण हेल्थपोस्टको भवन पनि निर्माण भएन।

एक वर्षपछि दिलकुमारी गर्भवती भइन्। नजिकै भएको अस्पताल पनि बन्द थियो। गाउँमा एउटा मोटरसाइकल बाहेक अरू सवारीसाधन नभएकाले दिलकुमारीलाई सदरमुकाम पुर्‍याउन निकै गाह्रो भयो। गर्भवती महिलालाई मोटरसाइकलमा चढाएर लान गाह्रो पर्ने भएपछि गाउँका युवाले दिलकुमारीलाई बोकेरै सदरमुकाम पुर्‍याउने योजना बनाए तर लामो बाटोमा व्यथा सहन नसकी बीचैमा दिलकुमारीको निधन भयो। दलबहादुरकी क्रान्तिकारी श्रीमती तथा गाउँकी नेतृ उपचार नै नपाएर मरिन्। केन्द्रमा पार्टीले श्रद्धाञ्जलीको कार्यक्रम राख्यो।

–विष्णुकुमार अधिकारी

यसरी चल्थ्यो गैंडा मार्ने षड्यन्त्र

प्रवीण दत्त

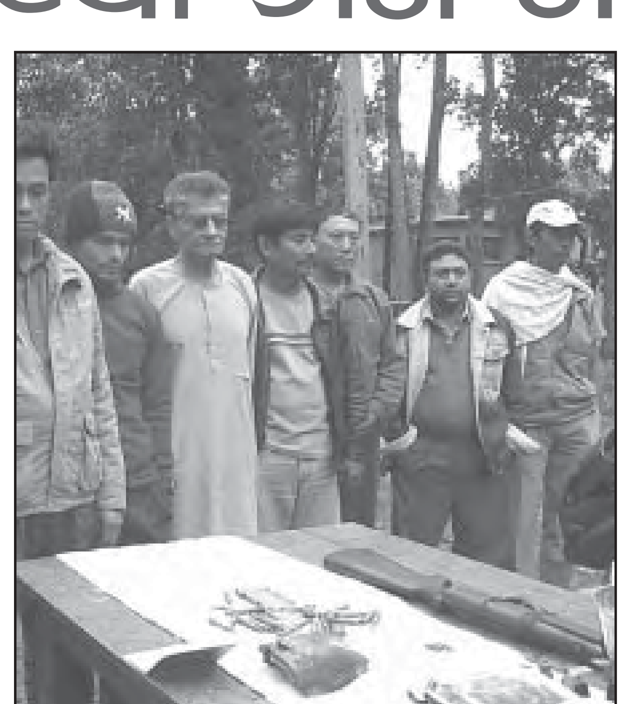
चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जसँगै टाँसिएका जगतपुर गाविसका एक स्थानीय बासिन्दा अचम्म मान्दै भन्दै थिए- 'पाइलट र सैनिक पनि गैंडाको खाग ओसारपसारमा ?' 'गैंडा मार्ने, खाग किनबेच गर्नेलाई कारावास होइन, मृत्युदण्ड दिइनुपर्छ अनि मात्र गैंडाको संरक्षण हुन्छ,' -उनीहरूले आक्रोशित हुँदै भने।

गैंडा मार्ने र खाग ओसारपसारमा ठूलै गिरोहको चलखेल रहेको हालै एक पाइलटसहित ८ जना समातिनु र उनीहरूलाई पुर्पक्षका लागि जेल चलान गरिनुले पुष्टि भैसकेको छ। पाइलटदेखि लिएर सर्वसाधारणसहित देशकै जिम्मा बोकेका सैनिकसमेतको संलग्नताले गैंडाको संरक्षणमा प्रश्नचिन्ह उठाएको छ। यो गिरोहमा विभिन्न काममा संलग्न अभियुक्तहरू छन्। एकले गैंडा मार्न लगाउने, अर्काले गोली दिने, एकले मार्ने र अर्काले त्यही खाग विदेशमा बिक्री-वितरण गर्ने समेत यो घटनाबाट स्पष्ट भएको छ।

चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जको कसरास्थित कार्यालयमा सार्वजनिक गरिएको गैंडा मार्ने, खाग ओसारपसारमा संलग्न एक पूर्व पाइलट तथा एक सैनिकसहित ८ अभियुक्तलाई बयानपछि पुर्पक्षका लागि जेल चलान गरिएको थियो। एक सैनिक जवानले दिएको गोली प्रयोग गरेर पूर्वपाइलट रमेशचन्द्र पोखरेलले ९ वटा गैंडा मार्न लगाएको घटना पनि त्यहीं सार्वजनिक भएको थियो।

पूर्वपाइलट पोखरेलले अमलेखगन्जस्थित सैनिक शिक्षालयमा कार्यरत जमदार माधवबहादुर बुढाथोकीसँग एस.एल.आर. राइफलका गोली खरिद गरेर चितवन राष्ट्रिय निकुन्ज र वरपरका जंगल एवं सामुदायिक वनमा गैंडा सिकार गरेको पत्रकारहरूसमक्ष स्वीकार गरेका थिए। निकुन्जले पूर्वपाइलट पोखरेलसहित आठ जना अभियुक्त भरतपुर कारागार चलान गर्नुअघि कसरा कार्यालयमा पत्रकार सम्मेलन गरी अभियुक्तहरू तथा बरामद गरिएका सामग्री सार्वजनिक गरेको थियो। पोखरेलसहित सबै अभियुक्तलाई थप अनुसन्धान गर्न पुर्पक्षका लागि जेल चलान गरिएको निकुञ्जले जनाएको छ। अभियुक्तहरूबाट बरामद गरिएका सामानमा बन्दुक एक, पिस्तोल ३, गोली ४६ वटा, गैंडाको खाग १, कार १, मोटरसाइकल २, मोबाइल सेट २, तराजु र ढक १, नगद २२ हजार ३ सय ५६ र खुकुरीसमेत पत्रकार सम्मलेनमा सार्वजनिक गरिएको थियो।

काठमाडौं डिल्लीबजार घर भएका अभियुक्त पोखरेललाई निकुन्जका सहायक संरक्षण अधिकृत अणनाथ बरालको नेतृत्वमा गएको टोलीले बा ३ च ५१९० नं को सेतो कारभित्र राखिएको खाग, क्यालिवर ३०.०६ अटोमेटिक राईफलसहित यही फागुन ५ गते पक्राउ गरेको थियो।



२५ वर्षसम्म इन्डियन एयरलायन्स र आरएनएसीमा पाइलट बनेर काम गरिसकेका ७६ वर्षीय पोखरेल काठमाडौंबाट पक्राउ परेका थिए। उनले गैंडा मार्न चाहिने गोली सैनिकबाट लिने र त्यसबाट स्थानिय बोटे, माझी मुसहरहरूलाई ज्यालास्वरूप रकम दिएर गैंडा मार्न लगाएका थिए। अटोमेटिक राइफलसहित पक्राउ परेका पाइलटको लाइसेन्सअनुसार उनीसँग ४ वटा स्वचालित हतियार रहेको देखिन्छ।

निकुन्जले अनुसन्धानपछि जारी गरेको प्रेस विज्ञप्तिमा अभियुक्त पूर्वपाइलट पोखरेलले ०५३ सालदेखि लगातार निकुन्ज र वरपरको जंगल क्षेत्रमा गैंडालाई गोली हानी मार्न लगाएको कुरा उल्लेख छ। पोखरेलले बारा डुमरवाना घर भएका हरिबहादुर विश्वकर्मालाई आफैंले गोली दिई सिकार गर्न खटाएर ०५३ भदौमा निकुन्ज नजिक पदमपुर गाविसबाट एक गैंडा गोली हानी मारेर खाग लगेका थिए। त्यस्तै ०५४, ०५९, ०६१, ०६२ र ०६३ सालमा निकुन्जको आइल्यान्ड क्षेत्र, सुरुङक्षेत्र र मातृभूमि मध्यवर्ती सामुदायिक वनमा पटक-पटक गरी नौवटा गैंडा अभियुक्त पोखरेलले मार्न लगाई खाग लगेको निकुञ्जका सहायक संरक्षण अधिकृत कमलजंग कुँवरले बताए।

मंसिरको पहिलो साता मर्दीघोलनजिक मारिएको गैंडालाई पनि पूर्व पाइलट अभियुक्त पोखरेलले मार्न लगाई अर्का गैंडा मार्ने आफूलाई रकम दिएको अभियुक्त विश्वकर्माले बताए। विश्वकर्मालाई आफ्नो निजी बन्दुक दिएर अभियुक्त पोखरेलले निकुन्ज क्षेत्रमा गैंडा मार्न पठाउँथे। त्यसपछि पूर्वपाइलट आफैं गाडी लिएर आउने र खाग लिएर जाने गरेको विश्वकर्माले बताए। अहिलेसम्म कति गैंडा मारी कति रकम पाएको भन्ने प्रश्नमा अभियुक्त पोखेलले अहिलेसम्म ९ वटा गैंडा मारे पनि त्यसको ८ वटा खाग मात्र लान सकेको र अहिलेसम्म करिब साढे ६ लाख रुपैयाँ प्राप्त गरेको बताए।

गोली दिने सैनिक जवान बुढाथोकीलाई पूर्वपाइलट पोखरेलले दिएको सूचनाका आधारमा पक्राउ गरिएको निकुन्जले जनाएको छ। अभियुक्त पोखेलले सैनिक जवानलाई रकम दिई उनीबाट सयौं गोली लिएको स्वीकार गरेका छन्। यता सैनिकबाट गोली खरिद गर्ने अर्कातिर गैंडा मार्ने अभियुक्त विश्वकर्मा र एक अर्का गैंडा मार्ने अभियुक्त डम्बर लम्सालला‌ई गोली दिई गैंडा मार्न लगाएको अभियुक्त विश्वकर्मा र लम्सालले बताए। यता सैनिक जवान बूढाथोकीले आफूले गोली कसैलाई नदिएको र पोखरेलले आफनो जग्गा विवादको रिस पोख्न यस्तो आरोप लगाएको दाबी गरेका छन्।

पूर्वपाइलट पोखेलले विभिन्न माध्यमबाट कोरियालगायत तेस्रो मुलुकमा एउटा खाग १२ लाख रुपैयाँमा बिक्री गर्ने गरेको उनीसँगै संलग्न अर्का एक अभियुक्तले बताए।

जेल चलान गरिएकामा मुख्य अभियुक्त पूर्व पाइलट पोखरेलसहित बारा डुमरवाना घर भएका सैनिक जवान बुढाथोकी, हरि विश्वकर्मा, काठमाडौं ठमेलका टाँसी गुरुङ, मकवानपुर दामनका दिनेशकुमार बस्नेत, चितवन पदमपुर गाविसका हिरालाल लोप्चन, बाराका सोफल लोप्चन तथा नवलपरासी प्रगतिनगरका डम्मर लम्साल छन्। पूर्वपाइलट पोखरेलसहित सबै अभियुक्तलाई राष्ट्रिय निकुन्ज तथा वन्यजन्तु संरक्षण ऐन २०२९ को दफा ५ (क) बमोजिम ५ देखि १५ वर्षसम्म कैद गर्नुपर्ने माग निकुन्जले सरकारसँग गरेको छ। पटक-पटक सरकारले विभिन्न बहानामा तस्करलाई रिहा गरेका कारण गैंडा चोरी सिकारी बढेको निकुञ्जकर्मीहरू बताउँछन्।

सन्देश

मेरो शरीरमा धर्तीले गास, बास तथा प्राकृतिक सास फेर्न दिएसम्म जीवनभरि माया गर्ने, सुख-दुखमा साथ दिँदै मेरा सारा चाहना एवं कामना तिम्रै लागि समर्पित गर्दै अँगालोभरिको माया ।

वीरेन्द्र

ल., तिमीले राखेको प्रस्ताव मैले अस्वीकार गर्न सकिनँ । तिमी मेरो चोखो, सच्चा प्रेमी बन, साथमा तिम्रो त्यो न्यानो काखलाई म जीवनभर सम्झिरहन्छु ।

राजेन्द्र

आदरणीय मामा-माइजु लगायत सबैमा साइनो अनुसारको न्यानो अभिवादन अनि नमस्कार । दुःखमा पराइको त कत्तिको आशा हुन्छ भने हजुरहरू त आफ्नै हुनुहुन्थ्यो नि । कति प्रयास गर्दा पनि..., मामा यो संसार यस्तै रहेछ, आफू त आफ्नो हुन सकिएन भने आफन्तको त झन् के नै आशा रहयो र ? त्यसैले मामा यो संसारमा आफ्नो भन्ने कोही हुँदोरहेनछ, कोही...!

Sandesh_thapa84@yahoo.com

पत्रमित्रहरू सुप्रिया अनि प्रीतिका साथै साथीहरू सुनिल, सन्देश, निर्मल, निर्मला, निरू, तेजप्रकाश तथा सुनितालाई धेरै-धेरै सम्झना अनि मीठो प्रेम ।

जीवन

अनिता, विश्वास गर हृदयदेखि नै चाहिसकेको छु । तिम्रो मायामा समर्पित छु यति पागल भएको छु कि तिमी बिनाको जीवन जिउन असम्भव छ । बुझ्ने प्रयास गर, म केवल तिमीलाई नै चाहन्छु र चाहिरहन्छु अनि तिम्रै पर्खाइमा आशाको दियो बालिरहनेछु ।

समीप

लक्ष्मी, म तिमीलाई एकदमै मन पराउँछु, आइ लभ यु ।

एच.बी.

हिजो राती सपनीमा तिमीलाई देखें, तिमीलाई हेर्ने इच्छा पनि थोरै दिनमा भेटें, आखाभरि आँसु तिम्रो सपनीमा पाएँ त्यही आँसु पुछिदिन आज एउटा पत्र कोरें..., प्राण प्यारी अविरल माया छ ।

साजन

जीवनको गोरेटो

गरिबको माया

कुरा आजभन्दा ७ वर्षअघिको हो । म आफ्नो प्राथमिक शिक्षा आफ्नै गाउँमा पूरा गरिरहेको थिएँ । त्यसबेला मेरो चिनजान एकजना नवआगन्तुक केटी साथीसँग भयो । उनी त्यही गाउँमा पढ्न आएकी थिइन् । दुई-चार दिनको चिनजानपछि हामी दुवैजना मिल्ने साथी भयौं । हामी जता गए पनि सँगै जान्थ्यौं । हाम्रो मित्रताले घनिष्ठ रूप लिँदै थियो । परीक्षाको समय पनि नजिकिँदै थियो । जाँच बिग्रने हो कि भन्ने डर त हामी दुवैलाई थियो, किनभने हामी दुवैको लक्ष्य परीक्षामा राम्रो अंक हासिल गर्ने थियो । परीक्षा नजिकिए पनि हामी फुर्सद मिलाएर सँगै घुम्न निस्कन्थ्यौं । त्यसबेला आफ्नो बाल्यकालका रमाइला-रमाइला कुरा एक-अर्कालाई सुनाउँथ्यौं । एक रमाइलो किसिमको व्यक्ति भएकाले म उनलाई सधैं जिस्काउँथें तर उनी भावुक प्रकृतिकी हुनाले चाँडै नै रिसाउँथिन् र उनलाई खुसी पार्न मैले धेरै प्रयास गर्नुपर्थ्यो ।

हाम्रो परीक्षा राम्रो भएकाले परिणाम पनि राम्रै आयो । हामी दुवैजनाले प्रथम श्रेणीमा ९ कक्षा उत्तीर्ण गर्‍यौं । उक्त परिणामले हाम्रो हौसला तथा प्रेरणाको जगमा एक-एकवटा ईंटा थप्ने काम गर्‍यो । हाम्रो मित्रताको कुरा पनि अब बिस्तारै-बिस्तारै गाउँमा चर्चाको विषय हुन थाल्यो । एक-अर्कालाई मन पराउने हुनाले फुर्सदको समयमा हामी सँगै घुम्न निस्कन्थ्यौं । यो कुरा त्यहाँका मानिसलाई मन परेन र उनीहरूले उनका आमा-बुबालाई भनिदिए । उनका आमा-बुबालाई पनि यो कुरा मन परेनछ किनकि म गरिबको छोरा । अब उनका आमा-बुबाले उनलाई मसँग भेट्न दिन छोडे । एसएलसी परीक्षा नजिकिँदै थियो । हामीले अध्ययनमा पनि निकै ध्यान दिएका थियौं । एक दिन उनका आमा-बुवा बजार गएको बेला उनले हामी दुवैजना एकै ठाउँमा बसेर पढौं भनी बोलाइन् र म गएँ पनि तर यो कुरा उनका आमा-बुबाले थाहा पाई मलाई नराम्रोसँग गाली गर्नुभयो र भन्नुभयो- अबदेखि उसलाई भेटिस् भने ठीक हुँदैन, किनकि तँ गरिबको छोरा होस्, मेरी छोरीको इच्छा तैंले पुऱ्याउन सक्दैनस् । त्यसपछि त मेरो उनीसँग मबाट छुटाउनका लागि उनका आमा-बुबाले उनलाई बाहिर लगी पढाउने निधो गर्नुभयो । यो कुरा मैले साथीबाट थाहा पाएँ । उनी जाने दिन म उनको घरमा पुगें तर उनका आमा-बुबाले मलाई उनीसँग भेट्न दिनुभएन र केवल हात हल्लाई 'बाइबाइ' गर्ने अवसर मात्र पाएँ । म भित्रभित्रै रोइरहेको थिएँ । म त्यसै निराश हुँदै घर फर्किएँ । उनी गएपछि म एकदमै एक्लो महसुस गर्न थालें, मलाई एक्लै बस्न मन लागेन । त्यसैले उनले दिएको ठेगानाका आधारमा म उनको गाउँ गएँ । दिउँसो ठीक १२ बजे म त्यहाँ पुगें । उनको घर रंगीचंगी थियो । मैले थाहा पाएँ, आज उनको विवाहको दिन हो । म

भेट हुन पनि मुस्किल भयो । एसएलसी आउन एक दिन मात्र बाँकी थियो । निकै मेहनतका साथ पढी जाँच दिएँ । जाँचका क्रममा पनि मैले उनलाई भेट्न सकिन, किनकि उनका बुबाले मलाई भेट्ने अवसर नै दिनुभएन । मलाई अत्यन्त खल्लो लाग्यो, किनकि उनी मेरी अत्यन्त मिल्ने तथा मनपर्ने साथी थिइन् । उनी मसँग भेट्न नपाए पनि चिठी लेख्थिन् तर त्यो चिठी मसम्म आइपुग्दैनथ्यो । एसएलसीको रिजल्ट आयो । हामी दुवैजना प्रथम श्रेणीमा उत्तीर्ण भयौं । उनलाई भेट्न निकै हतारिएँ तर भेट्न पाइनँ । म त्यतै छेउमा बसिरहें । एक घन्टापछि उनलाई अन्माउने बेला भयो । म हतारिएर उनीसँग बोल्न अगाडि गएँ तर त्यहाँ पनि मलाई भेट्न दिइएन । मलाई धकेलेर लडाइदिए । उनले पनि मलाई देखी आँसु खसालिन् तर केही बोल्न सकिनन् । यसरी आफूले मन पराएको मान्छेलाई आफ्नै अगाडि अर्कैले लगेको देखेर म एकदमै भावुक भएँ र नदीको बगरमा आएर एक्लै रोइरहें... रोइरहें ।

- एनकेटी

साप्ताहिक साथी

-बीबीएस प्रथम वर्षमा अध्ययनरत धर्मराज खड्का काठमाडौंमा मध्यम खालको जागिर खाँदैछन् । ५ फिट ५ इन्च अग्ला खड्का पत्रमित्रता, भ्रमण तथा सङ्गीतमा रुचि राख्छन् । गहुँगोरो वर्णका खड्का रगतको नातालाई भन्दा भावनाको नातालाई महान् मान्ने साथीहरूको खोजीमा छन् । अविवाहित खड्कालाई d_rkhadka@ hotmail.com तथा पोस्ट बक्स नम्बर ८५६६ काठमाडौंमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

– ताराप्रसाद 'बैगुनी' को उचाइ ५ फिट ३ इन्च छ । २२ वर्षीय ताराप्रसाद व्यवसायमा संलग्न भए पनि बीबीएसको अध्ययनलाई पनि जारी राखेका छन् । गहुँगोरो वर्णका अविवाहित ताराप्रसाद झूटो नबोल्ने तथा धनी-गरिबबीच भेदभाव नगर्ने साथीको खोजीमा छन् । पत्रमित्रता एवं भ्रमणमा रुचि राख्ने ताराप्रसादलाई baigunitara@ hotmail.com मा इमेल गर्न सकिन्छ ।

सूचना

नयाँ वर्ष २०६४ का अवसरमा आफ्ना इस्टमित्र तथा शुभेच्छुहरूलाई साप्ताहिकमार्फत शुभकामना दिन चाहने पाठकहरूले आफ्नो शुभकामना सन्देश साप्ताहिकको कार्यालयमा चैत २० गते मंगलबारसम्म आइपुग्ने गरी पठाउन हुन अनुरोध गरिन्छ ।

कुपन सन्देश

पाउने :

सन्देश :

पठाउने :

प्रति सन्देश रु. २०/– अनिवार्य

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव : .... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : ....

वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना : ....

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

नोट : तस्बिर र नगद रु. ५०/- अनिवार्य छ । आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ ।

नुवाकोट र रसुवामा नयाँ पदयात्रा मार्ग

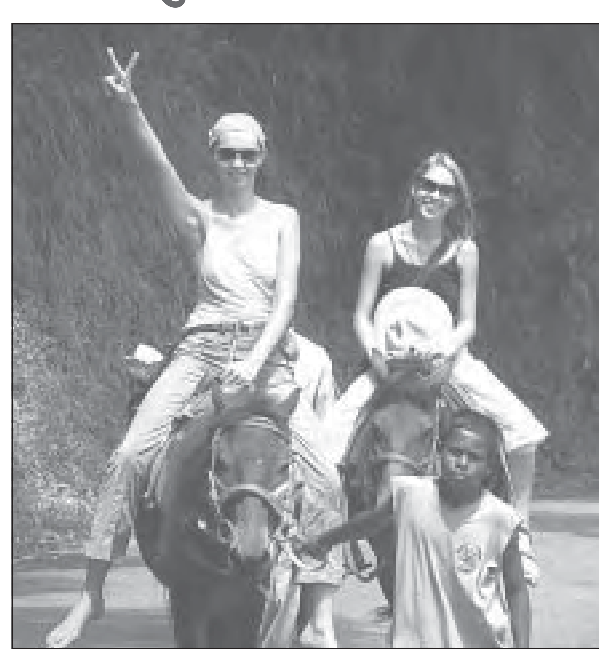
नवदीप अजनवी

नुवाकोट तथा रसुवाको प्राकृतिक एवं सांस्कृतिक महत्त्वका स्थलहरूको अवलोकनका लागि नयाँ पदयात्रा मार्ग पहिचान गरिएको छ । नयाँ मार्ग पाँच दिन यात्रा गर्न सकिने गरी बनाइएको छ । यात्रा अवधिमा विभिन्न गाउँबस्ती, कुण्ड, हिमश्रृंखला एवं मौलिक संस्कृतिको सेरोफेरोमा रम्न पाइनेछ ।

राजधानीबाट नजिक भए पनि पर्यटकीय गन्तव्यका रूपमा पछाडि परेको नुवाकोटमा पर्यटकीय सम्भावना नभएको होइन । नुवाकोटमा पर्यटकका लागि सम्भावना खोज्ने क्रममा १३ जना पर्यटन व्यवसायीको एक समितिले हालै उक्त पदयात्रा मार्ग पहिचान गरेको हो । काठमाडौंको बूढानीलकण्ठबाट सुरु हुने यो पदयात्रा मार्ग रसुवाको गोसाइकुण्डमा पुगेर टुङ्गिन्छ ।

हिन्दु तथा बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको पवित्र तीर्थस्थल गोसाइकुण्ड पुग्न रसुवाको धुन्चे तथा सिन्धुपाल्चोकको हेलम्बु-लौरीविनायक भएर जाने मार्ग प्रचलित छन् । यी दुवै मार्ग आ-आफ्नो स्थानमा महत्त्वपूर्ण एवं आकर्षण छन् तर यसको विकल्पमा अहिले तय गरिएको पदयात्रा मार्ग अलि फरक छ ।

नयाँ पदयात्रा मार्ग पहिचान गर्ने समितिका संयोजक एवं टानका निवर्तमान अध्यक्ष दीपक महत नयाँ पदयात्रा मार्ग बढी रोमाञ्चक भएको



दाबी गर्छन् । बूढानीलकण्ठबाट सुरु हुने पदयात्राका क्रममा पहिलो दिन शिवपुरी जलाधार हुँदै सिकेसम्म पुग्न सकिन्छ । सिकेबाट राजधानीको सबै तथा नुवाकोटका अधिकांश ग्रामीण भेकको दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ । दोस्रो दिन लिखु, बालकुमारी, मानेभञ्ज्याङ हुँदै मान्केडाँडासम्म पुग्न सकिन्छ । तेस्रो दिन मान्केडाँडाबाट सुर्योदयको अवलोकन गर्दै समुन्द्रटार, सुन्दरादेवी हुँदै बाघमाराको सुर्यास्त नजिकैबाट नियाल्न सकिने गरी पदयात्रा मार्ग तय गरिएको छ ।

यात्राका क्रममा स्थानीय तामाङ, मगर, नेवार संस्कृतिसँगपरिचित हुने अवसर पाइन्छ । यात्राको चौथो दिन बाघमाराबाट मालाभञ्ज्याङ, शिखरबेंसीको सागरकुण्ड हुँदै लाङटाङ हिमालको राउचुली आधारशिविरसम्म पुग्न सकिन्छ । जहाँबाट काठमाडौं उपत्यका, नुवाकोट रसुवाको अधिकांश भागका साथै, गणेश, मनास्लु, गौरीशंकर, लमजुङ हिमाललाई आँखैमा अटाउन सकिन्छ । ३ हजार ७ सय ८५ मिटर अग्लो राउचुली आधारशिविरबाट सुरु हुने पाँचौं दिनको यात्रा रसुवाको एल्लो कुण्ड हेर्दै गोसाइकुण्ड पुगेर टुङ्गिन्छ ।

यो पदयात्रा मार्गमा शिवपुरी र लाङटाङ राष्ट्रिय निकुञ्जको आकर्षणका साथै १५ वटा पवित्र कुण्डको समेत यात्रा गर्ने अवसर पाइन्छ । बाघमारादेखि गोसाइकुण्डसम्म स्थानीय गाउँलेहरूले लगभग १ सय २५ किलोमिटर घोडेटो बाटो बनाइसकेका छन् । यसले यात्रालाई सरल बनाएको छ ।

यो काठमाडौंबाट सुरु हुने एकमात्र पदयात्रा मार्ग हो । जिल्ला विकास तथा गाउँ विकास समितिहरूले स्थानीय बासिन्दासँग सहकार्य गरेर प्राथमिकताका साथ पूर्वाधार विकासमा ध्यान दिए स्थानीय जनजीवनमा आर्थिक परिवर्तन आउनेछ । उचित प्रचारप्रसार गर्न सके यो मार्ग छिट्टै प्रचलनमा ल्याउन सकिने पर्यटन व्यवसायी राजन डंगोल बताउँछन् ।

गोसाइकुण्ड नजानेहरूका लागि बूढानीलकण्ठबाट सागरकुण्ड हुँदै नुवाकोट दरबारसम्म पुग्ने अर्को मार्ग पनि छ । उक्त मार्गमा पर्यटकको यात्रा अवधि लम्ब्याउन तथा छोट्याउन थप कार्यक्रम समेत बनाउन सकिन्छ । यो पदयात्रा मार्गलाई प्रचलनमा ल्याउन आवश्यक पहल गर्ने प्रतिबद्धता नुवाकोट उद्योग वाणिज्य संघले जनाएको छ ।

पुरुषको व्यक्तित्व के मा हुन्छ?

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. रक्सी र युवतीमध्ये के को लत (नसा) खतरनाक ? किन ?
२. तपाईंलाई केले सुखी र सन्तुष्ट बनाउँछ ?
३. के रक्सी वा नशाले दुःख भुल्न सकिन्छ ?
४. नेपालमा खेलकुदको विकासका लागि के गर्नुपर्छ ?
५. महिलाहरूलाई ३३ प्रतिशत आरक्षण कति उचित हो, किन ?
६. तपाईं प्रधानमन्त्री भए के गर्नुहुन्छ ?
७. केटा र केटीका लागि विवाह गर्ने उचित उमेर कुन हो ? किन ?
८. बुद्धि ठूलो कि बल ? किन ?
९. देशभक्ति के हो ?
१०. देशबाट हिंसा अन्त्य गर्न के गर्नुपर्छ ?

मलाई लाग्छ पुरुषको व्यक्तित्व उसको चरित्र एवं बानीबेहोरामा हुन्छ।

हर्ष कुशल (१७), **काठमाडौं**

व्यक्तित्व महिलामा पनि त हुन्छ नि ! के पुरुषको मात्र कुरा गऱ्या ?

रोशन पुन (१७), **तानसेन**

केटी पट्याउने स्टाइल, पैसा अनि हेयरकटमा, कि कसो सम्पादकज्यू ?

पाल्देन तामाङ, (१७), **चाबहिल**

राम्रो बैंक ब्यालेन्स, घर अनि गाडी हुनुपर्छ।

गजेन्द्र थापा (२१), **बेताली, रामेछाप**

शिक्षा, संयम र शालिनताका साथै रोजगारी, धन अनि बोलीमा।

kumars987@yahoo.com

मुख्यतः हिंडाइ, बोलाइ, खवाइ, रुचि, सहनशीलता आदिमा।

गणेश खनाल (२०), **स्याङ्जा**

मेरो विचारमा आफ्नो राष्ट्र, देश एवं गाउँ-समाजको सेवामा।

केशव परियार (२१)

एकातिर श्रीमतीमा हुन्छ भने अर्कातिर आत्मनिर्भरतामा हुन्छ। भनाइको तात्पर्य आत्मनिर्भरताबिना कुनै पनि कार्यमा सफलता पाउन सकिंदैन।

अनुजंग कुलुङ राई, सोलुखुम्बु

बानी-व्यवहार एवं रहनसहनमा।

टीकाराम जनकपुर

'ए राता मकै !' सम्पादक महोदयलाई त्यति जाबो कुरा पनि थाहा छैन ? ल सुन्नुस्, म भन्छु- पुरुषको व्यक्तित्व राम्रा-राम्रा ब्युटिफुल च्वाँक मैयाँहरूमा हुन्छ नि !

राजेन्द्र रोक्का (२०)

सम्पादकज्यू, जुँगामा हुन्छ, दुईमत नै छैन।

श्रीराम न्यौपाने

स्वभावमा नभए हिपहप पहिरनमा हुन सक्छ।

नारायण अधिकारी, शीतलनगर

आफू त जवान परियो, तर पनि आँखाले देखे र कानले सुनेअनुसार श्रीमतीज्यूको शासनमा।

नीरज बोहोरा (१९), **बलाजु**

आफू त जोसँग पैसा, पजेरो, धनसम्पत्ति छ त्यस्ता पुरुषलाई नै हेरिन्छ।

प्रतिभा श्रेष्ठ, पोखरा

पुरुषको व्यक्तित्व शारीरिक बनावटभन्दा कार्य-सम्पादन एवं दूरदृष्टिबाट हुन्छ।

राना रमेश, हरिवन, सर्लाही

अहिलेको जमानामा पुरुष मात्र नभएर हरेक व्यक्तिको सफलता धन-दौलतमा हुन्छ। हाम्रो समाजमा धन-दौलत नभएको व्यक्तिलाई पशुसरह पनि मानिंदैन।

साजन थामी (१८), **इलाम**

सर्वप्रथम त धनदौलत, सुन्दरता एवं शिक्षा आवश्यक छ,

तर मेरो विचारमा शिक्षा, सुन्दरता अनि मन पर्ने गलफ्रेन्ड साथमा भएपछि पुरुषको व्यक्तित्व प्रस्ट रूपमा झल्किन्छ।

मनिक न्यौपाने (२४), **गोरखा**

पुरुषको व्यक्तित्व परिवारमा निर्भर हुन्छ।

गंगाराम न्यौपाने (१७), **स्याङ्जा**

पुरुषको व्यक्तित्व उसको शैक्षिक, चारित्रिक, सामाजिक, शारीरिक एवं आर्थिक स्थितिमा हुन्छ।

चिरञ्जीवी रेग्मी (२३), **कपिलवस्तु**

मलाई त अनुहारमा आउने घाँसपातमा भए जस्तो लाग्छ।

नारायण न्यौपाने (१६)

चरित्र र साहसमा हुन्छ।

प्रेम बराइली

पुरुषहरूको व्यक्तित्व उनीहरूको शरीरमा हुन्छ।

निरोज भट्टराई

चुरोटमा, उसले कुन चुरोट तान्छ त्यसबाटै उसको व्यक्तित्व झल्कन्छ।

प्रकाश श्रेष्ठ (२०), **सिन्धुली**

इमान्दारिता, अनुशासन एवं कर्तव्यमा।

हरिराम दाहाल (२०), **संखुवासभा**

भलाद्मीपन, निडर स्वभाव, स्वाभिमान एवं बहादुरीमा।

कमल जिसी, (२३)

आफूले देखाउने वानी-व्योहोरामा।

राम त्रिपाठी (२०)

शिक्षा, स्वभाव, चालचलन अनि व्यवहारमा।

नोदनाथ त्रिताल (२५), **धनकुटा**

स्त्रीको छातीमा पुरुषको व्यक्तित्व हुन्छ।

सरोज अधिकारी (२०), **बर्दिवास**

मीठो बोलीवचन, असल, इमान्दार तथा भेदभाव रहित व्यवहार, समयको सदुपयोग उचित तरिकाले गर्न जान्नु एवं नारीहरूको इज्जत गर्नुमा नै पुरुषको वास्तविक व्यक्तित्व झल्कन्छ।

चन्द्रा ठकुरी (१९), **भक्तपुर**

मलाई त अनुशासनमा हुन्छ जस्तो लाग्छ।

केदार चापागाईं (२०), **पर्वत**

नम्र बोली एवं अरूमाथि गर्ने विश्वासले नै पुरुषमा भएको व्यक्तित्वलाई झल्काउँछ।

दीपेन्द्र देउवा

तनमन अनि धनमा हुन्छ।

दुर्गाबहादुर माझी, रामेछाप

जुँगा, घमण्ड अनि बलमा।

मन छन्त्याल, गोंगबु

प्रश्न : हाल म ३८ वर्षको भएँ, दुई वर्षपहिले म राम्रोसँग लिंग उत्थान नहुने समस्या लिएर चिकित्सककहाँ पुगेको थिएँ। उनले मलाई ५० एमजीको एन्ड्रोज तथा पेनेग्रा औषधी एक वर्षसम्म एक दिन बिराएर लगातार खाइरहने सल्लाह दिए। औषधी खाउन्जेल त उत्थान राम्रै भयो, तर त्यो दीर्घकालीन प्रभाव पार्ने खालको औषधी होइन रहेछ भन्ने कुरा पछि थाहा पाएँ, किनभने एक वर्षपछि औषधी छाड्नासाथ पहिलेको भन्दा अझ बढी समस्या आइपऱ्यो। हिजोआज यौनचाहना हुँदाहुँदै पनि लिंग उत्थान हुँदैन। कहिलेकाहीं अलिअलि उत्थान हुँदा पनि यौनसम्पर्क गर्दा वीर्य झर्दाझर्दै बीचैमा शिथिल भै आधी वीर्य योनिबाहिर नै पोखिन्छ। त्यसैले निराश भएर कहिलेकाहीं आत्महत्यासमेत गरूँजस्तो लागेर आउँछ। यस्तो समस्याको स्थायी समाधानको बाटो छ कि छैन ? यदि छ भने उपचार विधि के होला ?

–सु.

उत्तर : लिंग किन उत्तेजित नभएको होला ?

लिङ्ग राम्रोसँग उत्तेजित नहुने विभिन्न कारण हुन सक्छन्। त्यसका शारीरिक तथा मानसिक पक्ष दुवै हुन सक्छन्। शरीरमा भएका अन्य रोग, चोटपटक तथा औषधीको प्रभावले पनि लिङ्गमा उत्तेजना नभएको हुनसक्छ। लिङ्गको उत्थित हुन सक्ने तन्तुमा रक्तप्रवाहलाई नकारात्मक रूपमा प्रभाव पर्ने कुनै पनि स्थिति लिङ्ग उत्तेजना नहुने सम्भावित कारण हुनसक्छ। मधुमेह, मृगौला वा कलेजोको खराबी, प्रजनन अङ्ग वा त्यसको स्नायु प्रणालीलाई प्रभावित पार्ने गरी भएको चोटपटक वा रोग, रक्तनशा वा रक्तप्रणालीमा भएको खराबीले लिङ्ग उत्तेजित नहुने समस्या गराउन सक्छ। एलर्जी, रक्तचाप तथा मानसिक रोगको उपचारका क्रममा खाइने कतिपय औषधी पनि यसको कारण हुनसक्छ। उदाहरणका रूपमा कुरा गर्दा लिङ्ग उत्तेजनामा नकारात्मक रूपमा प्रभाव पार्न सक्ने एलर्जी, रक्तचाप अनि मनरोगका उपचारमा प्रयोग गरिने औषधीले लिङ्ग उत्तेजनामा नकारात्मक असर पारेको हुनसक्छ। त्यसै गरी तनाव, चिन्ता, ग्लानि, उदासी, आत्मविश्वास कम हुनु, यौन सक्षमताको चिन्ता, यौनसम्बन्धी कुरामा नै अरुचि हुनु, यौन जोडीसँगको सम्बन्धमा भएको एकनासेपनले दिक्क हुनु, यौनरोग वा अन्य रोग लाग्ला कि भनेर चिन्ता, भावनात्मक असन्तुलन वा अन्य मनोवैज्ञानिक रोग हुनु जस्ता कुरा पनि लिङ्ग उत्तेजित नहुने कारण हुनसक्छन्।

चाहिएको बेला किन शिथिल ?

किशोरावस्था तथा युवावस्थामा लिङ्गको उत्तेजना सजिलै हुन्छ, तर उमेरसँगै यो सहजतामा केही कमी आउन थाल्छ। तपाईंले नलेख्नुभए पनि हस्तमैथुन गर्दा वा नग्न चित्र हेर्दा वा महिलाको शरीरको स्पर्श गर्दा लिंग दऱ्हो हुन्छ भने शारीरिक पक्ष ठीकै भएको बुझिन्छ। अन्य बेलामा राम्रोसँग उत्तेजित हुने तर बेलाबखत लिङ्ग उत्तेजित नहुने समस्याले सताउने कुरामा धेरै हदसम्म मानसिक पक्ष महत्त्वपूर्ण हुन्छ। तनावपूर्ण वा डर भएको स्थितिमा भने लिङ्ग उत्तेजित नै नहुन वा भएको उत्तेजना पनि हराउन सक्छ। सफल नभएको स्थितिमा आफ्नो यौनसाथीलाई आफ्नो यौन क्षमता प्रदर्शित गर्नुपर्ने दबाब भए समस्या अझ चर्को हुन सक्छ। यस्तो स्थितिलाई peformance anxiety भनिन्छ। कोही अब 'म सफल हुन्न कि ?' भन्ने भयका साथ यस्तो कार्य गर्न खोज्दा वास्तविक रूपमै असफल हुन पुग्छन् भने त्यसलाई anticipatory anxiety भनिन्छ।

समाधान के होला ?

शारीरिक होस् वा मानसिक कारण हेरी त्यसको उपचार गर्नुपर्ने हुन्छ। ठीक व्यक्तिसँग, ठीक समयमा, ठीक परिस्थितिमा मात्र यौनसम्पर्क गर्ने प्रयास गरे लाभ हुनसक्छ। सहज वातावरण तथा तनावरहित भएर यौन क्रियाकलापमा संलग्न हुँदा फाइदा पुग्छ। आवश्यकताभन्दा बढी पीर गर्दा समस्या अझ बल्झिन सक्छ। 'अपराधबोध वा दोषीपन अनुभव' भएको छ भने पनि लिङ्ग उत्तेजनामा नकारात्मक असर पर्न सक्छ। भावनात्मक तथा प्रणय सम्बन्धका लागि समर्पित भएर प्रयास गर्नुपर्छ। दिक्क अर्थात् बोर भएको स्थितिमा पनि यस्तो समस्या पर्छ। यस्तो बेलामा सम्बन्धलाई नै रमाइलो बनाउन के गर्न सकिन्छ भनेर सोच्नुपर्ने हुन्छ।

आफ्नो दैनिक जीवनको चिन्ता तथा तनावलाई शयनकक्षभन्दा बाहिरै छाडेर आए सफलता मिल्छ। कुनै अनुभव नै नभएको स्थितिमा मेरो यौनक्षमता कस्तो होला भनेर ज्यादै पीर गर्दा वा एकपल्ट असफलताको अनुभव गरेपछि अत्यधिक रूपमा आफ्नो यौन सक्षमताका बारेमा चिन्ता वा भय भएको स्थितिमा समस्या अझ चर्को हुने भएकाले त्यसलाई घटाउने प्रयास गर्नुपर्छ। केही समय यौन सम्पर्कबाट परहेज गरेर फेरि प्रयास गर्दा पनि फाइदा पुग्न सक्छ। यौनसम्पर्क राखेर यौन सक्षमता प्रदर्शन गर्ने दबाब नभएकाले अन्य यौन क्रियाकलाप गरेर आत्मविश्वास बढाउनुपर्छ। असफलताभन्दा सफलतातिर ध्यान दिनु आवश्यक छ। मानिस यन्त्र होइन भन्ने कुरालाई सम्झनु आवश्यक छ र यन्त्रजस्तै हरेकपल्ट उही नतिजा प्राप्त हुनुपर्छ भन्ने अपेक्षा राख्नु मनासिब होइन। त्यसैले एक-दुईपल्ट यस्तो समस्या भयो भन्दैमा त्यसैलाई लिएर अनावश्यक रूपमा चिन्ता नगरे फाइदा हुनसक्छ।

औषधीका कुरा

माथि भनिएका उपायबाट अपेक्षित सफलता हात नलागे लिङ्गलाई उत्तेजित बनाउन तपाईंले प्रयोग गर्नुभएजस्तै औषधी चिकित्सकको सल्लाहमा प्रयोग गर्नुपर्ने हुनसक्छ, तर तपाईंको अनुभवजस्तै केही समयको प्रयोगपछि सधैंका लागि समस्या समाधान नहुन सक्छ। औषधीको प्रयोगबाहेक विभिन्न किसिमका शल्यक्रिया गरेर लिङ्गलाई कडा वा ठूलो बनाइन्छ, तर त्यसका पनि आफ्नै असजिला छन्।

औषधीको पूर्ण रासायनिक नाम नै लेख्नुभएको भए त्यसका बारेमा यकिनका साथ भन्न मिल्थ्यो, तर तपाईंले दिनुभएको नामका आधारमा चिकित्सकले तपाईंलाई पुरुष हार्मोनयुक्त औषधी तथा sildenafil citrate औषधी दिनुभएको बुझिन्छ। तपाईंमा यौनचाहनाको कमी नभएको स्थितिमा पुरुष हार्मोनयुक्त औषधी किन दिनु आवश्यक मानियो ? पत्रमा विस्तारमा नलेखिएकाले यसै भन्न सकिएन। पेनेग्रा अर्थात् sildenafil ले लिङ्गमा रगत भरिने कार्यमा सहयोग गरेर उत्तेजित हुन मद्दत गर्छ। यस्तो औषधी एकपल्ट खाएर सधैंलाई पुग्ने होइन। अर्को कुरा, यसका पनि आफ्नै नकारात्मक असर हुन्छन्, जुन चिकित्सकले बताउनुभएकै थियो होला।

मानिस मरे पनि वीर्य जीवित

जापानका चिकित्सकहरूले वीर्य बैंकका लागि वीर्य संकलन मानिस जीवितै रहेको अवस्थामा मात्र गर्नुपर्ने बताएका छन्। उनीहरूले त्यसरी संकलित वीर्य सन्तान उत्पादनका लागि प्रयोग गर्न सकिने कानुन बनाउने उद्देश्यले एउटा संहिता तयार पारेका छन्। जापानकी एक महिलाले आफ्नो मृतक बाबुसँग नाता कायम गराउन त्यहाँको सर्वोच्च अदालतमा दिएको मुद्दामा पराजित भएपछि जीवित अवस्थाको मानिसको वीर्य मात्र सन्तान उत्पादनमा प्रयोग गर्नुपर्ने निष्कर्षमा चिकित्सकहरू पुगेका छन्। नवजात शिशु तथा बाबुआमाको सम्बन्ध जीवित राख्न यसो गर्नु आवश्यक भएको ठहर चिकित्सकहरूको छ।

युवाहरू कन्डम प्रयोग गर्दैनन्

सहज उपलब्धताका बाबजुद युवाहरू कन्डम प्रयोग गर्दैनन् भन्ने तथ्य एक अध्ययनले देखाएको छ। २५ वर्षमुनिका युवाहरूले कन्डमप्रति अविश्वास व्यक्त गरेको अनुसन्धानमा बताइएको छ।

'अत्यावश्यक मानिए पनि यौनक्रियामा अनुभवी व्यक्तिहरूको भनाइबाट प्रेरित भै पुरुषहरू कन्डम प्रयोग गर्दैनन्,' -लन्डन स्कुल अफ हाइजिन एन्ड ट्रपिकल मेडिसिनका अनुसन्धानकर्ताले भनेका छन्- 'महिलाका निम्ति भने कन्डम प्रयोग अनिवार्य मानिंदैन।'

युवाहरूको यौन व्यवहारका सम्बन्धमा विभिन्न देशमा गरिएको २ सय ५० वटा अध्ययनबाट कन्डम प्रयोग नगर्नुका यिनै दुई कारण भएको अनुसन्धानले देखाएको छ।

पुरुषहरू यौन क्रियाकलापमा सहभागी हुनुलाई समाजले अपराधमा संलग्न भै अपमानित भएजस्तै ठहऱ्याउँछ। महिलाका सम्बन्धमा त यस्तो क्रियाकलाप परिवारबाट मारिनु वा आत्महत्या बराबर नै भएको अनुसन्धानमा उल्लेख छ। त्यसैले पती-पत्नीबीचको सम्बन्ध मात्र संसारभर वैधानिक मानिन्छ।

अनुसन्धानले 'युवाहरूमा यौन साथीबाट भविष्यमा आइपर्न सक्ने रोग र चुनौती, कन्डमको आवश्यकता तथा उनीहरूले समाजिक क्षमता कति छ ?' भन्ने विषय पनि समेटेको छ। बेलायत, मेक्सिको, अस्ट्रेलिया तथा दक्षिण अफ्रिकाको तथ्याङ्कअनुसार यौनलाई पुरुषहरू उत्तेजनाका रूपमा लिन्छन् भने महिलाहरू पवित्र मान्छन्।

प्रत्येक सामानको खरिदमा थ्री यन्त्र Free
YOKO
Height बढाउने High Quality 997/-
SAUNA BELT 1997/-
कपाल उमार्ने तेल 750/-
रूप अमृत 1497/-
स्तन बढाउने 1697/-
Free होम डेलीभरी
AB KING PRO 5500/-
Global Fitness Shop
चावहिल (मेडिकेयर अगाडि)
Ph: 2307216 / 2081493

निःशुल्क उपचार
यौन
उत्तेजना नहुने, शीघ्र स्खलन तथा शारीरिक यौन शक्ति (महिला-पुरुष)
स्तन
बढाउने, घटाउने तथा टाइट गराउने
पोतो
अनुहारको चायाँ, कालो पोतो, डण्डीफोरबाट मुक्ति
दम, बाथ, ग्याष्टिकबाट पूर्ण मुक्ति
No Side effect, 100% Guarantee
१२५ वर्षको अनुभव
नोट: ७ दिनका लागि दैनिक ७ जनालाई मात्र पालोको निःशुल्क उपचार
4672065, 2084130

;ftfsf/>Ldfg\

नेपाल जेसिजको राष्ट्रिय अध्यक्ष बनेपछि कस्तो अनुभव भैरहेको छ ?

मैले सन् १९९४ देखि नै बुटवल जेसिजमा काम सुरु गरेको हुँ। बुटवल जेसिजको अध्यक्ष र नेपाल जेसिजको पनि कार्यकारिणी अध्यक्ष भैसकेकाले राष्ट्रिय अध्यक्ष बन्दा त्यति धेरै नौलो अनुभव गरेको छैन। राष्ट्रका लागि सक्दो योगदान गर्नुपर्छ भन्ने जिम्मेवारी र उत्तरदायित्व मात्रै बढेको मानेको छु।

व्यवसायमा लागेको मान्छे सामाजिक काममा लाग्दा कस्तो भिन्नता पाउनुभयो ?

आफ्नो प्रगतिका लागि व्यवसाय त गर्नैपर्छ। व्यवसायमा व्यक्तिगत फाइदा र स्वार्थ मात्रै हुन्छ, यसमा सन्तुष्टि र जीवनको सार्थकता हुँदैन तर सामाजिक काममा देशको स्वार्थ हुन्छ, काम गर्ने दायरा फराकिलो हुन्छ, भातृत्व र मित्रवत् भावना हुन्छ। त्यसैले सामाजिक काममा नै सन्तुष्टि र स्वतन्त्रता पाएको छु।

तपाईंको कार्यकालमा नेपाल जेसिजले के-के गर्दैछ ?

नेपाल जेसिज 'शासन व्यक्तिको होइन विधिको हुनुपर्छ' भन्ने नारा बोकेका युवाहरूको सामाजिक संस्था भएकाले निश्चित रूपमा त्यसकै लागि अघि बढ्छौं। अहिले नेपाली नागरिक देशकै इतिहासमा पहिलो पटक आफ्नो संविधान आफैं लेख्न पाउने संविधानसभाको निर्वाचनको मुखमा छन्, तर सबै वर्ग र क्षेत्रका नागरिक यस विषयमा अझै स्पष्ट छैनन्। त्यसैले नेपाल जेसिजले संविधान सभा के हो ? यो कसका लागि किन हुँदैछ भन्ने विषयमा केन्द्रित रहेर देशव्यापी पर्चापोस्टरिङ, सार्वजनिक सुनुवाई तथा साक्षात्कारजस्ता जनचेतना कार्यक्रम गर्दैछ।

अहिले जताततै नयाँ नेपालको चर्चा चलेको छ, कस्तो हुनुपर्छ नयाँ नेपाल ?

नयाँ नेपालका लागि सबैभन्दा पहिला राजनैतिक दलका नेताहरूको पुरानो सोचाइ, मानसिकता, व्यवहार एवं आचरण परिवर्तन हुनुपर्छ। देश हाँक्ने जिम्मा युवा नेतृत्वलाई दिनुपर्छ। अहिलेसम्म शोषित-पीडित बनेका सबैलाई अधिकार दिइनुपर्छ। पुरानै अनुहार र संस्कारबाट नयाँ नेपाल निर्माण हुन सक्दैन।

लोकतन्त्रलाई संस्थागत गर्न के गर्नुपर्छ ?

सबै पक्ष संविधान सभाको चुनावसम्म जिम्मेवार, संवेदनशील र अनुशासित बन्नुपर्छ। विरोध र आन्दोलनका नाममा छाडा र अराजक बन्नुहुँदैन। जनआन्दोलनका सहयात्रीहरूबीचको एकता अझ मजबुत बनाउनुपर्छ। धमिलो पानीमा माछा मार्न खोज्ने तत्त्व र शक्तिसँग सजग रहनुपर्छ।

अबको संविधान कस्तो बन्नुपर्छ ?

सबै वर्ग, क्षेत्र र जातिले आफ्नै संविधान मान्ने खालको संविधान बन्नुपर्छ। कसैमाथि भेदभाव र असमानता हुनुहुँदैन। राष्ट्रिय एकता र अखण्डतामा कतैबाट आँच आउनु हुँदैन। विधिको शासन, मानव अधिकार र नागरिक स्वतन्त्रताको ग्यारेन्टी हुनुपर्छ।

नेपाली युवाहरूलाई के भन्नुहुन्छ ?

राष्ट्रियतामा ध्यान दिनुपर्छ। नेपाली संस्कृति, परम्परा, वेशभूषा र रीतिरिवाजलाई बिर्सनु हुँदैन। छाडा संस्कृतिबाट टाढै रहनुपर्छ। नेपाली हुनुमा गर्व गर्न सक्नुपर्छ।

भविष्यको लक्ष्य के छ ?

सामाजिक क्षेत्रलाई अब चाहेर पनि छोड्न सक्दिनँ। एक वर्षसम्म नेपाल जेसिजलाई नेतृत्व प्रदान गर्छु र त्यसपछिको मेरो लक्ष्य अन्तर्राष्ट्रिय जेसिजको नेतृत्व लिई विश्वमा नेपालको शिर उँचो बनाउने हो।

सामाजिक काममा हिँडिरहँदा श्रीमतीबाट कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुहुन्छ ?

मेरो परिवारका अधिकांश सदस्य लामो समयदेखि सामाजिक क्षेत्रमै लागेकाले मेरो समस्या र बाध्यता श्रीमतीलाई राम्रैसँग थाहा छ। उनीबाट मैले थप हौसला र प्रेरणा पाएको छु। उनी पनि मेरो कामबाट खुसी नै छिन्। कुनै विरोध वा असन्तुष्टि छैन।

तपाईंको विवाह मागी हो कि प्रेम ?

सुरुमा हामीबीच लामो समय प्रेम चलेको थियो, पछि दुवै जनाको सल्लाहअनुसार अभिभावकसँग मागेर विधिपूर्वक विवाह गर्यौं।

तपाईंको विचारमा कस्तो विवाह ठीक हुन्छ ?

प्रेमविवाह नै ठीक हुन्छ। यसमा प्रेमी-प्रेमिकाले एक-अर्कालाई राम्रोसँग चिन्ने मौका पाउँछन्। एक-अर्काको चालचलन, रुचि र इच्छा आकांक्षा बुझ्न पाउँछन्। जीवनलाई कसरी अघि बढाउने भन्ने विषयमा खुलस्त छलफल, सल्लाह तथा समझदारी गर्न सक्छन् तर मागी विवाहमा यी सब हुँदैन।

एउटा असल श्रीमान् र असल बाबुमा कस्तो गुण हुनुपर्छ ?

श्रीमतीको भावना बुझ्नुपर्छ र त्यसको सम्मान गर्न सक्नुपर्छ। उनीसँग सधैं सत्य बोल्नुपर्छ भने छोराछोरीसँग साथीभाइको जस्तै व्यवहार गर्नुपर्छ। उनीहरूसँग कठोर व्यवहार गर्नुहुँदैन। उनीहरूमाथि कुनै किसिमको दबाव र जबर्जस्ती लाद्नुहुँदैन। उनीहरूलाई आफ्नै इच्छा र चाहना अनुसार अघि बढ्न दिनुपर्छ।

–टोपराज शर्मा

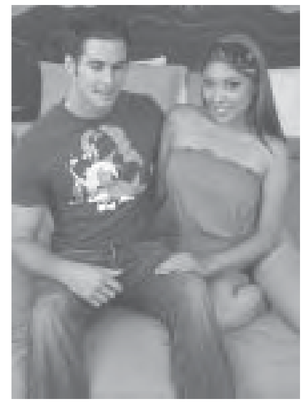
बुटवल, संगमपथ स्थायी घर भएका ३९ वर्षीय अनुपमान सैंजू नेपाल जेसिजका निर्विरोध निर्वाचित राष्ट्रिय अध्यक्ष हुन्। बीए/बीकम उत्तीर्ण मृदुभाषी एवं सरल स्वभावका सैंजू आफ्नो व्यवसायलाई छोडेर अहिले संविधानसभाको निर्वाचनको सम्बन्धमा सचेतना जगाउँदै देशव्यापी अभियानमा जुटेका छन्। एक श्रीमती, एक छोरा र एक छोरीका बाबु अनुप भविष्यमा अन्तर्राष्ट्रिय जेसीजको नेतृत्व लिई नेपालको शिर विश्वसामु उँचो बनाउने दृढता व्यक्त गर्छन्।

पारिवारिक स्वास्थ्य

डा. बालकृष्ण साह

राजीव तथा स्नेहा नवदम्पती हुन्। उनीहरूको विवाह भएको केही महिना मात्र भएको छ। उनीहरू तुरुन्त सन्तान पाउन चाहँदैनन्, त्यसैले गर्भ नरहनका लागि 'कन्डम' प्रयोग गर्छन्। एक रात कन्डम फुटेर राजीवलाई समस्या भयो। कमल एक सन्तानका पिता हुन्। उनलाई अर्को सन्तान तुरुन्त पाउनुहुँदैन भन्ने थाहा छ। चार-पाँच वर्ष जन्मान्तर कायम राख्न उनले पनि नियमित रूपमा कन्डम प्रयोग गर्छन्। एक पटक 'लेट नाइट पार्टी' बाट कमल मुड बनाएर ढिलो घर आए, तर त्यस दिन कन्डम नै सकिएको थियो। कमलले मन र मनस्थितिलाई रोक्न सकेनन्। यस्तो समस्या जोकोहीलाई पनि पर्न सक्छ।

अविवाहित युवायुवती मात्र होइन, विवाहित दम्पतीहरूलाई सन्तान नचाहिँदो हुनसक्छ। गर्भ नरहनका लागि परिवार नियोजनका विभिन्न साधन बजारमा उपलब्ध छन्। जनसंख्या वृद्धिलाई नियन्त्रण गर्ने उद्देश्यले केही साधन स्वास्थ्यचौकीमा पनि निःशुल्क उपलब्ध गराइन्छ तर पनि कहिलेकाहीं समस्या पर्न सक्छ। साधारणतया कन्डम फुट्ने तथा अन्य साधन छाडेका बेला पनि सम्पर्क राख्नुपर्ने हुनसक्छ। हुन त एकपटक मात्र सम्पर्क राख्दा गर्भ रहने सम्भावना मात्र आठ प्रतिशत हुन्छ, त्यो पनि अण्ड निष्कासन भएको बेलामा। अण्ड निष्कासन हुने समय भएको छैन भने गर्भ रहने सम्भावना हुँदैन। अण्ड कहिले निष्कासन हुन्छ, निश्चित समय वा दिन पत्ता लगाउन सकिँदैन तर महिनावारी नियमित भैरहेका महिलामा महिनावारी भएको नौ दिनदेखि उन्नाइस (साधारणतया चौध) दिनमा अण्ड निष्कासन हुन्छ। त्यसैले नौ दिनदेखि उन्नाइस दिनसम्म यौन सम्पर्क नराख्नु आफैंमा परिवार नियोजनको एउटा उपाय हो तर यो प्राकृतिक प्रक्रिया भएकाले यो असफल हुने सम्भावना बढी छ।



आकस्मिक सम्पर्क भयो भने के गर्ने ?

गर्भ नहुन विभिन्न साधन प्रयोग नगरेको अवस्थामा वा कन्डम फुटेको अवस्थामा गर्भ रहन नदिन विभिन्न औषधी बजारमा उपलब्ध छन्। यस्ता औषधीहरूलाई 'आकस्मिक गर्भ निरोधक' साधन भनिन्छ।

आकस्मिक गर्भ निरोधकका रूपमा विभिन्न औषधी उपलब्ध भए पनि हाम्रो बजारमा केहीमात्र पाइन्छन्। लेभोनोरजेस्ट्रेल (० दशमलव २५ मिलिग्राम) र इथाइल ओइस्ट्राडोल (५० माइक्रोग्राम) आकस्मिक असुरक्षित यौन सम्पर्क भएको ७२ घण्टा अर्थात् २ दिनभित्र खाइसक्नुपर्छ र त्यत्ति नै मात्रामा अर्को एक डोज १२ घण्टापछि खानुपर्छ। विश्वभर प्रचलित यो प्रणालीलाई युज्प मेथड पनि भनिन्छ। यो औषधी सेवन गरेपछि गर्भ रहने सम्भावना शून्यदेखि दुई प्रतिशतसम्म रहन्छ। हाम्रो देशमा यी दुवै औषधी रहेको चक्की 'सुनौलो गुलाब' हो। सुनौलो गुलाब, ओभरल-एल आदि चक्कीमा चाहेको मात्राभन्दा आधा मात्र औषधी भएकाले एकपटकमा दुईवटा र बाह्र घन्टापछि फेरि दुईवटा चक्की गरी चारवटा चक्की सेवन गर्नुपर्ने हुन्छ।

हालै बजारमा लेभोनोजेस्ट्रेल मात्रै पनि उपलब्ध हुन थालेको छ। लेभोनोजेस्ट्रेल ० दशमलव ७५ मिलिग्राम रहेको एक चक्की (पोस्टिनोर-२), ७२ घन्टाभित्र एक चक्की र पहिलो चक्की सेवन गरेको बाह्र घन्टाभित्र अर्को एउटा चक्की मात्र लिए पुग्ने यो औषधी जर्मनीबाट भित्रिएको हो। दुई चक्की सेवन गरेपछि गर्भ रहने सम्भावना शून्यदेखि एक प्रतिशत मात्र हुन्छ। अन्य असर पनि कम गर्ने भएकाले यो औषधी बढी प्रचलित छ।

यसबाहेक 'एन्टी प्रोजेस्ट्रोन' अर्थात् मिथेप्रेस्टोल पनि प्रभावकारी हुन्छ तर यसको असर बढी हुने भएकाले नेपाली बजारमा प्रतिबन्धित छ। प्रोजेस्टेरोन भएको कपर टी पाँच दिनभित्र पाठेघरमा राख्दा गर्भ रहने सम्भावना मात्र शून्य दशमलव एक प्रतिशत हुन्छ।

गर्भ रह्यो भने के गर्ने ?

आकस्मिक गर्भनिरोधक प्रयोग गरे पनि उचित समय वा अन्य कारणले गर्भ रहन सक्छ। सन्तानको रहर नै नभएकाले गर्भ तुहाउन सक्छन्। गर्भ तुहाउने निर्णयमा पुगेका दम्पतीहरूले निर्णय लिन ढिलोचाहिँ गर्नु हुँदैन, तर हतारमा असुरक्षित उपाय अपनाउनु पनि हुँदैन। ८ देखि १२ हप्तासम्मको गर्भ औषधीको मद्दतले तुहाउन सकिन्छ तर यी औषधीले अत्यधिक रक्तस्राव गराउने, पाठेघरमा दीर्घकालीन असर गर्न सक्ने हुनाले नेपाली बजारमा यस्ता औषधीहरूको बिक्री वितरणमा प्रतिबन्ध लगाइएको छ, यद्यपि १२ हप्ता अर्थात् तीन महिनासम्मको गर्भ तालिमप्राप्त चिकित्सकद्वारा मान्यताप्राप्त अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्थामा गएर 'मान्यूल भ्याकुम एसपिरेसन' पद्धतिबाट कानुनीरूपमा गर्भ फाल्न पाइन्छ। कानुनले १२ हप्तासम्मको गर्भलाई छुट दिएपछि जति चाँडो फाल्यो उति नै सजिलो हुन्छ। जति ढिलो भयो गर्भको भ्रूण उति नै ठूलो हुने भएकाले आमा र चिकित्सक दुवैलाई गाह्रो हुन्छ।

जति नै सुविधा भए पनि रहेको गर्भ तुहाउनुभन्दा समयमै सजगता एवं संयम अपनाए जोखिमपूर्ण तथा खर्चालु उपाय अपनाउनु पर्दैन।

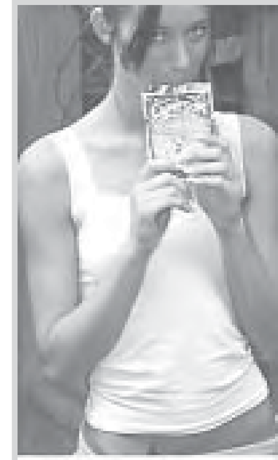
लोकप्रिय ट्याटु

शरीरमा मोटो सियोले खोपेर बुट्टा बनाउने चलन थारू जातिको परम्परागत चलन हो। यो संस्कृतिले अहिले आधुनिक फेसनको रूप लिएको छ। अहिलेको पुस्ताले यसलाई ट्याटुको संज्ञा दिन्छ। यो ठेट नेपाली शब्द नभए पनि फेसनप्रेमीहरूबीच लोकप्रिय छ। हलिउड, बलिउडदेखि कलिउडसम्मका कलाकार, मोडल, संगीतकर्मीका साथै युवावर्गबीच यसले आफ्नो छुट्टै पहिचान बनाएको छ।

अफ्रिकीहरू छिनोले छाला खोपेर अनेक किसिमका दैवी चित्र शरीरभरि कुँद्थे। यसैको विकसित रूपलाई ट्याटु भनिन्छ। हिँजोआज ट्याटुको प्रचलन तीव्ररूपमा बढ्दै गएको छ। १२ वर्षदेखि यही कलासँग आबद्ध बाबुराजा प्रधान युवाभन्दा युवतीहरू ट्याटुप्रति हुरुक्क हुन थालेको बताउँछन्। हलिउडका हस्तीहरूको नक्कल गर्दै युवतीहरू ढाड, कम्मर, पाखुरामा ट्याटु बनाउँछन्। त्यतिमात्र होइन ओठमा कालो लाइनर तथा पातला आँखीभौं भएकाहरू पनि आफ्नो कमजोरीको ढाकछोप यही ट्याटुबाट गर्न थालेका छन्।

विज्ञहरूका अनुसार विशेष मसीले शरीरमा सियो खोपेको ७ देखि ८ दिनसम्ममा ट्याटु तयार हुन्छ। एकपटक ट्याटु गर्दा न्यूनतम १ हजार खर्च हुन्छ। स्वास्थ्यका हिसाबले पनि ट्याटु फाइदाजनक छ। यसले हात्तीपाइले, ढाड दुख्ने आदि समस्या निराकरण हुन्छ। पहिले रंगको अभावमा कालो ट्याटु मात्र बनाउन सकिन्थ्यो तर हिंजोआज रंगीन ट्याटु पनि बनाउन सकिन्छ।

कसरी गर्ने डाइट कन्ट्रोल



मोटा मानिस पटक-पटक 'डाइटिङ' को प्रयास गर्छन्- जसमा कहिले सफलता हात लाग्छ भने कहिले असफलता। कहिले स्वास्थ्य समस्याका कारण त कहिले सुन्दर र आकर्षक शरीर पाउने लोभले चिकित्सकको सल्लाहमा वा सल्लाहबिना मानिसहरू आफ्नो भोजनमा नियन्त्रण गर्ने प्रयास गर्छन्। पहिले यसलाई डाइटिङ भनिन्थ्यो तर प्रायः मानिसहरू डायटिङको अर्थ कम खाना खानु वा खाँदै नखानु भन्ने सम्झन्थे, जसले गर्दा अनेक स्वास्थ्य समस्याको सामना गर्नुपर्थ्यो। त्यसैले चिकित्सकहरू डायटिङ गर्ने कुरालाई दुरुत्साहित गर्छन्।

फाइबर : फाइबर रेसा, फलफूल वा सागपातबाट पाउन सकिन्छ। यो जति मात्रामा खाए पनि यसले हामीलाई सन्तोष दिलाउँछ। सागपातमा तेल नमिसाई पकाएर खाए मोटोपन बढ्न पाउँदैन। यसमा भएको रेसाले यस्तो पदार्थ शरीरबाट बाहिर निष्काशन गर्छ जसले बोसो बढाउन मद्दत गर्छ। यसप्रकारको फलफूल तथा सागपातको सेवनले भोक पनि मार्छ।

दाल : हरेक प्रकारको दालले शरीरलाई चाहिने आवश्यक प्रोटिन दिन्छ। यसले हाम्रो मांसपेशी, छाला, हड्डी, नङ, केश र रक्त निर्माणमा मद्दत गर्छ।

बोसो : बोसोको सेवन हामी अनेक रूपमा गर्छौं। प्रायःजसो खाना तेलबाट नै बन्छ। यसका अतिरिक्त पुरी, पकौडा, समोसा, परौठा, पिज्जा, बर्गर, कटलेट, अमलेट, बिस्कुट वा मिठाईले पनि हामीलाई पर्याप्त बोसो दिन्छ, जुन हाम्रो शरीरमा जम्छ। हाम्रो शरीरलाई कम बोसोको आवश्यकता पर्छ, जुन विभिन्न खाद्यपदार्थहरूबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ। अतः भरसक बोसोरहित भोजन गर्ने प्रयास गर्नुहोस्। बोसो भएका खाद्यपदार्थ जस्तै : मख्खन, घ्यू, रिफाइन्ड तेल, चीज आदि खाने विचार नै नगर्नुहोस्।

परिकार

बटर मिल्क

सामग्री : २ कप दही, १ कप पानी, आधा सानो चम्चा अदुवा मसिनो काटेको, १ सानो चम्चा चिनी, आधा सानो चम्चा नुन वा स्वादअनुसार, एक चौथाइ सानो चम्चा हरियो खुर्सानी मसिनो गरी काटेको, १ ठूलो चम्चा आइस (बरफको टुक्रा)।

विधि : पहिले दहीलाई एउटा गहिरो भाँडामा राखेर राम्रोसँग फिट्ने। त्यसपछि बाँकी सबै सामग्री हाली फेरि केही बेर फिट्ने र सर्भ गर्ने।

– राधेश्याम श्रेष्ठ

सुपर एटमा भिड्ने टिमहरू

साप्ताहिक खेल समीक्षा

काठमाडौं– वेस्टइन्डिजमा आयोजना भैरहेको नवौं विश्वकपमा आखिर त्यही भयो जसको कल्पना गरिएको थिएन। विश्वकपका लागि आयोजकहरूले सहभागी १६ टिमलाई वर्गीकरण गर्दा धेरैजसो खेल विश्लेषकले समूह 'ए' बाट अस्ट्रेलिया र दक्षिण अफ्रिका, समूह 'बी' बाट भारत र श्रीलंका, समूह 'सी' बाट न्युजिल्यान्ड र केन्या एवं समूह 'डी' बाट आयोजक वेस्टइन्डिज र पाकिस्तान सुपर एटमा पुग्ने अनुमान गरेका थिए, तर त्यसो भएन।

समूह 'ए' र समूह 'सी' बाट अनुमान गरिएअनुसार नै अस्ट्रेलिया र दक्षिण अफ्रिका तथा इङ्ल्यान्ड र न्युजिल्यान्डले सुपर एटमा प्रवेश पाए पनि समूह 'बी' बाट श्रीलंकासँग अप्रत्याशित रूपमा बंगलादेशले र समूह 'डी' बाट वेस्टइन्डिजसँग आयरल्यान्डले सुपर एटमा स्थान बनाए। धेरै क्रिकेटप्रेमीका लागि भारत र पाकिस्तानको अनुपस्थितिका कारण सुपर 'एट' का खेलहरू महत्त्वहीन भैसकेका छन् भने बंगलादेश र आयरल्यान्डका समर्थकलाई यो विश्वकपले खुसीको एउटा नयाँ संसारमा प्रवेश गराएको छ।

सुपर एटका खेलहरू प्रारम्भ हुँदा अस्ट्रेलिया, श्रीलंका, न्युजिल्यान्ड र वेस्टइन्डिज लाभको स्थितिमा हुनेछन्। आ-आफ्नो समूहका सबै खेल जितेका यी ४ टिमसँग सुपर एटको खेल प्रारम्भ हुँदा २/२ अंक रहनेछ। यो २ अंककै कारण सेमिफाइनलमा उनीहरूको यात्रा सहज हुन सक्छ।

समूह 'ए'

समूह 'ए'मा अस्ट्रेलिया, दक्षिण अफ्रिका, हल्यान्ड तथा स्कटल्यान्ड थिए। यो समूहबाट पूर्वअनुमान अनुसार नै अस्ट्रेलिया र दक्षिण अफ्रिकाले सुपर एटमा स्थान पाए। अस्ट्रेलियाले आफूले खेलेका ३ वटै खेलमा स्पष्ट जित प्राप्त गऱ्यो। उसले ३ खेलमा १ सय ५० ओभर खेल्दै १ हजार ६९ रन बनायो। उसका विरुद्ध विपक्षीहरूले १ सय ५० ओभर खेलेर ५ सय ५४ रन मात्र बनाउन सके। यो स्थितिले अस्ट्रेलियालाई ३ दशमलव ४३ को नेट रन रेट दिलायो। यो समूहबाट चुनिएको अर्को टिम दक्षिण अफ्रिकाले ३ मध्ये २ खेलमा विजय प्राप्त गऱ्यो भने अस्ट्रेलियासँग पराजय बेहोर्नुपऱ्यो। दक्षिण अफ्रिकाले ३ खेलमा १ सय १३ दशमलव २ ओभर खेलेर ८ सय ३५ रन बनायो भने उसका विरुद्ध विपक्षीले १ सय ४० ओभर खेलेर ६ सय ९५ रन बनाए। यो स्थितिले दक्षिण अफ्रिकालाई २ दशमलव ४० को नेट रन रेट दिलायो। यही समूहका अन्य दुई टिम स्कटल्यान्ड र हल्यान्ड अस्ट्रेलिया र दक्षिण अफ्रिका दुवैसँग पराजित भए, तथापि हल्यान्डले स्कटल्यान्डसँगको खेलमा सान्त्वना जित हात पाऱ्यो। यो समूहको सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण खेल अस्ट्रेलिया र दक्षिण अफ्रिकाबीच खेलिएको थियो।

समूह 'बी'

समूह 'बी' मा श्रीलंका, भारत, बंगलादेश एवं बर्मुडा थिए। यो समूहबाट पूर्वअनुमानका विपरीत भारत बाहिरिएको छ। यो समूहबाट श्रीलंका र अप्रत्याशित रूपमा बंगलादेशले सुपर एटमा स्थान पाए। श्रीलंकाले आफूले खेलेका ३ वटै खेलमा स्पष्ट जित प्राप्त गऱ्यो। उसले ३ खेलमा १ सय ४६ ओभर खेल्दै ८ सय ८५ रन बनायो। उसका विरुद्ध विपक्षीहरूले १ सय ४६ ओभर खेलेर ३ सय ७५ रन मात्र बनाउन सके। यो स्थितिले श्रीलंकालाई ३ दशमलव ४९ को नेट रन रेट दिलायो। यो समूहबाट चुनिएको अर्को टिम बंगलादेशले ३ मध्ये २ खेलमा विजय प्राप्त गऱ्यो भने श्रीलंकासंग पराजय बेहोर्नुपऱ्यो। बंगलादेशले ३ खेलमा १ सय १२ ओभर खेलेर ४ सय रन बनायो भने उसका विरुद्ध विपक्षीले १ सय १७ ओभर खेलेर ५ सय ९६ रन बनायो। यो स्थितिले बंगलादेशलाई ऋणात्मक १ दशमलव ५२ को नेट रन रेट दिलायो। ऋणात्मक नेट रन रेटका बाबजुद सुपर एटमा पुग्ने बंगलादेश आयरल्यान्डपछि दोस्रो टिम हो। यही समूहमा रहेका अन्य दुई टिम भारत र बर्मुडा श्रीलंका र बंगलादेश दुवैसँग पराजित भए, तथापि भारतले बर्मुडालाई पराजित गरेर सान्त्वना जित हात पाऱ्यो। यो समूहको सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण खेल भारत र श्रीलंकाबीच भएको थियो।

यो समूहबाट भारत सुपर एटको मात्र नभै विश्वकपकै प्रबल दावेदार मानिएको थियो। क्रिकेटका सर्वाधिक दर्शकको समर्थन रहेको टिम भए पनि भारतले विश्वकपमा अपेक्षाअनुरूपको प्रदर्शन गर्न सकेन। आफूले खेलेको पहिलो खेलमा बंगलादेशसँग अप्रत्याशित पराजय बेहोरेपछि भारतको विश्वकप सम्भावनामा ग्रहण लाग्यो। दोस्रो खेलमा बर्मुडाबिरुद्ध कीर्तिमान ४ सय १३ रन बनाएर २ सय ५६ रनको फराकिलो जित प्राप्त गरेपछि भारतीय समर्थकहरूमा आशाको नयाँ झिल्को देखा पऱ्यो, तर कुनै पनि अवस्थामा सुपर एटमा २ अंकको लाभका साथ जाने अठोटसहित मैदानमा ओर्लिएको श्रीलंकाले अन्तिम खेलमा पराजित गरेपछि भारत प्रतियोगिताबाट बाहिरियो।

समूह 'सी'

समूह 'सी'मा न्युजिल्यान्ड, इङ्ल्यान्ड, केन्या तथा क्यानाडा थिए। यो समूहबाट पनि पूर्वअनुमानअनुसार नै न्युजिल्यान्ड र इङ्ल्यान्डले सुपर एटमा स्थान पाए। न्युजिल्यान्डले आफूले खेलेका ३ वटै खेलमा स्पष्ट जित प्राप्त गऱ्यो। उसले ३ खेलमा १ सय ४१ ओभर खेल्दै ९ सय ४ रन बनायो। उसका विरुद्ध विपक्षीहरूले १ सय ५० ओभर खेलेर ६ सय ४१ रन मात्र बनाउन सके। यो स्थितिले न्युजिल्यान्डलाई २ दशमलव १३ को नेट रन रेट दिलायो। यो समूहबाट चुनिएको अर्को टिम इङ्ल्यान्डले ३ मध्ये २ खेलमा विजय प्राप्त गऱ्यो भने न्युजिल्यान्डसँग पराजय बेहोर्नुपऱ्यो। इङ्ल्यान्डले ३ खेलमा १ सय ३३ ओभर खेलेर ६ सय ६६ रन बनायो भने उसका विरुद्ध विपक्षीले १ सय ३४ ओभर खेलेर ६ सय १५ रन बनाए। यो स्थितिले इङ्ल्यान्डलाई ० दशमलव ४१ को नेट रन रेट दिलायो। यसै समूहमा रहेका अन्य दुई टिम केन्या र क्यानाडा, न्युजिल्यान्ड र इङ्ल्यान्ड दुवैसँग पराजित भए, तथापि केन्याले क्यानाडासँगको खेलमा सान्त्वना जित हात पाऱ्यो। यो समूहको सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण खेल न्युजिल्यान्ड र इङ्ल्यान्डबीच खेलिएको थियो। यो समूहमा रहेको केन्याले पछिल्लो विश्वकपमा अप्रत्याशित रूपमा सेमिफाइनलसम्मको यात्रा तय गरेको थियो। त्यस बेला उसलाई भाग्य र परिस्थिति दुवैले साथ दिएको थियो, तर यस पटक केन्याले आफ्नो त्यस्तो भाग्य दोहोऱ्याउन सकेन।

समूह 'डी'

समूह 'डी' मा आयोजक वेस्टइन्डिज, आयरल्यान्ड, पाकिस्तान तथा जिम्बावे थिए। यो समूहबाट पनि पूर्वअनुमानका विपरीत पाकिस्तान बाहिरिएको छ। यो समूहबाट वेस्टइन्डिज र अप्रत्याशित रूपमा आयरल्यान्डले सुपर एटमा स्थान पाए। वेस्टइन्डिजले आफूले खेलेका ३ वटै खेलमा स्पष्ट जित हात प्राप्त गऱ्यो। उसले ३ खेलमा १ सय ३६ ओभर खेल्दै ६ सय ३५ रन बनायो। उसका विरुद्ध विपक्षीहरूले १ सय ४८ ओभर खेलेर ५ सय ७८ रन मात्र बनाउन सके। यो स्थितिले वेस्टइन्डिजलाई ० दशमलव ७६ को नेट रन रेट दिलायो। यो समूहवाट चुनिएको अर्को टिम आयरल्यान्डले ३ खेल मध्ये वेस्टइन्डिजसँग पराजय बेहोर्नुपरे पनि पाकिस्तानविरुद्धको १ खेलमा विजय प्राप्त गऱ्यो भने जिम्बावेसँगको खेललाई बराबरीमा टुङ्ग्याएर ४ अंक बटुल्दै सुपर एटमा स्थान बनायो। आयरल्यान्डले ३ खेलमा १ सय ३९ दशमलव ४ ओभर खेलेर ५ सय ४३ रन बनायो भने उसका विरुद्ध विपक्षीले १ सय ३५ दशमलव १ ओभर खेलेर ५ सय ३८ रन बनाए। यो स्थितिले आयरल्यान्डलाई ० दशमलव ०९ को ऋणात्मक नेट रन रेट दिलायो। नवौं विश्वकपमा रन रेट ऋणात्मक भए पनि सुपर एटमा प्रवेश पाउने आयरल्यान्ड एक्लो टिम भएको छ।

टेस्ट मान्यता प्राप्त नगरेको र आईसीसी कन्टिनेन्टल कपमा प्राप्त गरेको विजयका आधारमा विश्वकपका लागि पहिलो पटक छनौट भएको आयरल्यान्डले यो विश्वकपमा पाकिस्तानलाई ३ विकेटले पराजित गरी विश्वकप इतिहासकै सर्वाधिक सनसनीपूर्ण नतिजा ल्यायो। आयरल्यान्डसँगको पराजयले पाकिस्तानी टिममा मात्र नभै उसका समर्थक र सिङ्गो पाकिस्तानमा खैलाबैला मच्चियो। पाकिस्तानका कप्तान इन्जमाम उल हकले एक दिवसीय क्रिकेटवाट संन्यासकै घोषणा गरे।

यही समूहमा रहेका अन्य दुई टिम पाकिस्तान र जिम्बावे दुवै वेस्टइन्डिजसँग पराजित भए भने पाकिस्तान आयरल्यान्डसँग पनि पराजित भयो। जिम्बावेले आयरल्यान्डसँगको खेललाई बराबरीमा टुङ्ग्यायो, तर जिम्बावे र पाकिस्तानविरुद्ध खेलिएको खेलमा भने पाकिस्तानले जिम्बावेलाई पराजित गऱ्यो, तर त्यो जित पाकिस्तानका लागि सान्त्वना जित मात्र हुन पुग्यो।

यो समूहबाट पाकिस्तान पनि सुपर एटको मात्र नभै विश्वकपकै प्रबल दावेदार मानिएको थियो। क्रिकेटका सर्वाधिक क्रेजी दर्शकको समर्थन रहेको टिम भए पनि पाकिस्तानले विश्वकपमा अपेक्षाअनुरूपको प्रदर्शन गर्न सकेन। उसले उद्घाटन खेलमा वेस्टइन्डिजसँग पराजय बेहोर्दा धेरै समीक्षकले वेस्टइन्डिजलाई घरेलु मैदानको लाभ भएको बताएका थिए, तर दोस्रो खेलमा आयरल्यान्डसँग अप्रत्याशित रूपमा पराजित हुँदा पाकिस्तानी क्रिकेटको सबै गौरव ध्वस्त भैसकेको थियो। आयरल्यान्डसँग बेहोर्नुपरेको पराजय पाकिस्तानका लागि कतिसम्म घातक रह्यो भने त्यो खेलपछि पाकिस्तान सरकारले हस्तक्षेप गरेर पाकिस्तान क्रिकेट कन्ट्रोल बोर्ड र चयन समिति दुवैलाई भंग गऱ्यो। पाकिस्तानको पराजयको पीडा यतिमै सीमित रहेन, प्रशिक्षक बब उल्मरको खेल आयोजना भैरहेकै अवस्थामा रहस्यमय मृत्युले पनि पाकिस्तानी क्रिकेट खेलाडी तथा समर्थकलाई थप आहत बनायो। अहिले बब उल्मर प्रकरणमा जमैका प्रहरीले गरिरहेको अनुसन्धानको घेरामा केही पाकिस्तानी खेलाडीको नाम मुछिएपछि पाकिस्तानी क्रिकेटले आउँदा दिनमा थप संकट बेहोर्नुपर्ने देखिन्छ।

सुपर एटका खेलहरू

मिति	प्रतिद्वन्दी टिमहरू	स्थान
चैत १३	वेस्टइन्डिजविरुद्ध अस्ट्रेलिया	एन्टिगुवा
चैत १४	दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध श्रीलंका	गुयाना
चैत १५	वेस्टइन्डिजविरुद्ध न्युजिल्यान्ड	एन्टिगुवा
चैत १६	आयरल्यान्डविरुद्ध इङ्ल्यान्ड	गुयाना
चैत १७	अस्ट्रेलियाविरुद्ध बंगलादेश	एन्टिगुवा
चैत १८	वेस्टइन्डिजविरुद्ध श्रीलंका	गुयाना
चैत १९	बंगलादेशविरुद्ध न्युजिल्यान्ड	एन्टिगुवा
चैत २०	आयरल्यान्डविरुद्ध दक्षिण अफ्रिका	गुयाना
चैत २१	इङ्ल्यान्डविरुद्ध श्रीलंका	एन्टिगुवा
चैत २४	बंगलादेशविरुद्ध दक्षिण अफ्रिका	गुयाना
चैत २५	अस्ट्रेलियाविरुद्ध इङ्ल्यान्ड	एन्टिगुवा
चैत २६	आयरल्यान्डविरुद्ध न्युजिल्यान्ड	गुयाना
चैत २७	वेस्टइन्डिजविरुद्ध दक्षिण अफ्रिका	ग्रेनाडा
चैत २८	इङ्ल्यान्डविरुद्ध बंगलादेश	बारबाडोस
चैत २९	श्रीलंकाविरुद्ध न्युजिल्यान्ड	ग्रेनाडा
चैत ३०	अस्ट्रेलियाविरुद्ध आयरल्यान्ड	बारबाडोस
वैशाख १	दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध न्युजिल्यान्ड	ग्रेनाडा
वैशाख २	बंगलादेशविरुद्ध आयरल्यान्ड	बारबाडोस
वैशाख ३	अस्ट्रेलियाविरुद्ध श्रीलंका	ग्रेनाडा
वैशाख ४	दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध इङ्ल्यान्ड	बारबाडोस
वैशाख ५	आयरल्यान्डविरुद्ध श्रीलंका	ग्रेनाडा
वैशाख ६	वेस्टइन्डिजविरुद्ध बंगलादेश	बारबाडोस
वैशाख ७	अस्ट्रेलियाविरुद्ध न्यूजिल्यान्ड	ग्रेनाडा
वैशाख ८	वेस्टइन्डिजविरुद्ध इङ्ल्यान्ड	बारबाडोस

५ प्रश्न

पारस खड्का नेपाली क्रिकेटका स्थापित खेलाडी हुन्। अलराउन्डरका रूपमा राष्ट्रिय टिममा स्थान पाएका खड्काले धेरै पटक आफ्नो प्रदर्शनका बलमा नेपाललाई अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको सफलता प्राप्त गर्न सघाएका छन्। सन् १९८७ मा जन्मिएका खड्काले १५ वर्ष मुनिको राष्ट्रिय टिम हुँदै राष्ट्रिय टिमसम्म आफ्नो यात्रा तय गरेका हुन्। नवौं विश्वकपका सन्दर्भमा खड्कासँग गरिएको पाँच प्रश्न :

विश्वकप हेरिरहनुभएको छ ?

हाम्रा लागि विश्वकप महत्त्वपूर्ण प्रतियोगिता भए पनि नेपालमा राती आउने हुनाले सबै खेल हेर्न सकेको छैन। आधा रातमा ब्युँझिएँ भने टेलिभिजन खोल्न भने छुटाउँदिन तर भोलिपल्ट हाइलाइट भने हेर्ने गरेको छु।

सबैभन्दा राम्रो खेल कसको छ ?

म अष्ट्रेलियाको फ्यान हुँ, यस पटक दक्षिण अफ्रिका तथा वेष्टइण्डिजको खेल पनि राम्रो छ।

यो विश्वकपमा खेलको कुन पक्ष हेरिरहनुभएको छ ?

क्रिकेटको सबै पक्ष हेरेर र सिकेर साध्य चल्दैन तर पनि राम्रा खेल छुटाउँदिन। कमेन्टेटरहरूको कुरा पनि सुन्छु। मैले कुनै पनि खेलको पहिलो १५ ओभर र पछिल्लो २५ ओभरका खेलमा विशेष ध्यान केन्द्रित गरेको छु।

आफू पनि विश्वकप खेलौं जस्तो लाग्दैन ?

हामीले विश्वकपका केही छनौट खेल खेलिसकेका छौं। एउटा खेलाडी भएका नाताले विश्वकप खेल्ने चाहना हुनु स्वाभाविक हो। यो विश्वकपमा हामीसँग खेलेका र कतिपय खेलमा हामीले हराएका खेलाडीहरूले खेलेको देख्दा हामीमा पनि विश्वकप खेल्ने चाहना हुन्छ तर हामीले अझै धेरै मेहनत गर्न बाँकी नै छ।

क्रिकेटमा बाजी कत्तिको राख्नुहुन्छ ?

यसअघिको विश्वकपमा म विद्यालयमै थिएँ। साथीहरूसँग बाजी राखिन्थ्यो। यसपटक पनि नक आउट चरणमा साथीहरूसँग बाजी राख्ने विचार छ।

नवौं विश्वकपका खेलहरु

खेल नम्बर १६

श्रीलंकाविरुद्ध बंगलादेश

समूह 'बी' मा रहेका श्रीलंका र बंगलादेशबीच खेलिएको खेलमा श्रीलंकाले बंगलादेशलाई डकवर्थ लेबिस नियमअन्तर्गत १ सय ९८ रनले पराजित गर्‍यो। ट्रिनिडाड एन्ड टोवागोको पोर्ट अफ स्पेनमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै श्रीलंकाले ४ विकेट गुमाई ३ सय १८ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा बंगलादेश ३७ ओभरमा सबै विकेट गुमाई १ सय १२ रनमा सीमित भयो। वर्षाले प्रभावित भएपछि यो खेलमा बंगलादेशका लागि ४६ ओभरमा ३ सय १० रनको नयाँ लक्ष्य निर्धारण गरिएको थियो। श्रीलंकाका सनथ जयसूर्या म्यान अफ दि म्याच घोषित भए। यो खेलपछि श्रीलंकाले सुपर एटमा आफ्नो स्थान पक्का गर्‍यो।

खेल नम्बर १७

पाकिस्तानविरुद्ध जिम्बावे

समूह 'डी' मा रहेर प्रतियोगिताबाट बाहिरिसकेका पाकिस्तान र जिम्बावेबीच खेलिएको खेलमा पाकिस्तानले जिम्बावेलाई डकवर्थ लेबिस नियमअन्तर्गत ९३ रनले पराजित गर्‍यो। जमैकाको किङ्स्टनमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै पाकिस्तानले ४९ दशमलव ५ ओभरमा सबै विकेट गुमाई ३ सय ४९ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा जिम्बावे १९ दशमलव १ ओभरमा सबै विकेट गुमाई ९३ रनमा सीमित भयो। वर्षाले प्रभावित भएपछि जिम्बावेका अगाडि २० ओभरमा १ सय ९२ रनको नयाँ लक्ष्य निर्धारण गरिएको थियो। पाकिस्तानका इमरान नजिर म्यान अफ दि म्याच घोषित भए।

खेल नम्बर १८

न्युजिल्यान्डविरुद्ध क्यानाडा

समूह 'सी' मा रहेका न्युजिल्यान्ड र क्यानाडाबीच खेलिएको खेलमा न्युजिल्यान्डले क्यानाडालाई १ सय १४ रनले पराजित गर्‍यो। सेन्ट लुसियाको ग्रस आइसलेटमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै न्युजिल्यान्डले ५ विकेट गुमाई ३ सय ६३ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा क्यानाडा ४९ दशमलव २ ओभरमा सबै विकेट गुमाई २ सय ४९ रनमा सीमित भयो। न्युजिल्यान्ड लाउ भिन्सेन्ट म्यान अफ दि म्याच घोषित भए।

खेल नम्बर १९

हल्यान्डविरुद्ध स्कटल्यान्ड

समूह 'ए' मा रहेर प्रतियोगिताबाट बाहिरिसकेका हल्यान्ड र स्कटल्यान्डबीच खेलिएको खेलमा हल्यान्डले स्कटल्यान्डलाई ८ विकेटले पराजित गर्‍यो। सेन्ट किट्स एन्ड नेभिसको बासेटरमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै स्कटल्यान्डले ३४ दशमलव १ ओभरमा सबै विकेट गुमाई १ सय ३६ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा हल्यान्डले २३ दशमलव ५ ओभरमा २ विकेट गुमाई १ सय ४० रन बनाएर आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गर्‍यो। हल्यान्डका बिली स्टेलिङ म्यान अफ दि म्याच घोषित भए।

खेल नम्बर २०

भारतविरुद्ध श्रीलंका

समूह 'बी' मा रहेका श्रीलंका र भारतबीच खेलिएको खेलमा श्रीलंकाले भारतलाई ६९ रनले पराजित गर्‍यो। ट्रिनिडाड एन्ड टोवागोको पोर्ट अफ स्पेनमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै श्रीलंकाले ६ विकेट गुमाई २ सय ५४ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा भारत ४३ दशमलव ३ ओभरमा सबै विकेट गुमाई १ सय ८५ रनमा सीमित भयो। श्रीलंकाका मुथैया मुरलीधरन म्यान अफ दि म्याच घोषित भए। यो खेलमा पराजित भएपछि भारत विश्वकपवाट बाहिरिएको छ।

खेल नम्बर २१

वेस्टइन्डिजविरुद्ध आयरल्यान्ड

समूह 'बी'मा रहेर सुपर एटमा प्रवेश पाइसकेका वेस्टइन्डिज र आयरल्यान्डबीच खेलिएको खेलमा वेस्टइन्डिजले आयरल्यान्डलाई ८ विकेटले पराजित गर्‍यो। जमैकाको किङ्स्टनमा खेलिएको खेललाई वर्षाले प्रभावित गरेपछि ४८ ओभरमा सीमित गरिएको थियो। यो खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै आयरल्यान्डले ८ विकेट गुमाई १ सय ८३ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा वेस्टइन्डिजले ३८ दशमलव १ ओभरमा २ विकेट गुमाई १ सय ९० रन बनाएर आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गर्‍यो। वेस्टइन्डिजका शिवनारायण चन्द्रपाल म्यान अफ दि म्याच घोषित भए।

खेल नम्बर २२

अस्ट्रेलियाविरुद्ध दक्षिण अफ्रिका

समूह 'ए' मा रहेर सुपर एटमा प्रवेश पाइसकेका अस्ट्रेलिया र दक्षिण अफ्रिकाबीच खेलिएको खेलमा अस्ट्रेलियाले दक्षिण अफ्रिकालाई ८३ रनले पराजित गर्‍यो। सेन्ट किट्स एन्ड नेभिसको बासेटरमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै अस्ट्रेलियाले ६ विकेट गुमाई ३ सय ७७ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा दक्षिण अफ्रिकाले ४८ ओभरमा सबै विकेट गुमाई २ सय ९४ रन बनायो। अस्ट्रेलियाका म्याथ्यु हेडेन म्यान अफ दि म्याच घोषित भए।

खेल नम्बर २३

इङ्ल्यान्डविरुद्ध केन्या

समूह 'सी' मा रहेका इङ्ल्यान्ड र केन्याबीच खेलिएको खेललाई वर्षाले प्रभावित गरेपछि ४३ ओभरमा सीमित गरिएको थियो, जसमा इङ्ल्यान्डले केन्यालाई ७ विकेटले पराजित गर्‍यो। सेन्ट लुसियाको ग्रस आइसलेटमा खेलिएको खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै केन्याले सबै विकेट गुमाई १ सय ७७ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा इङ्ल्यान्डले ३३ ओभरमा ३ विकेट गुमाई १ सय ७८ रन बनाएर आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गर्‍यो। इङ्ल्यान्डका क्रिस्टोफर जोयस म्यान अफ दि म्याच घोषित भए। यो खेलपछि इङ्ल्यान्डले सुपर एटमा आफ्नो स्थान पक्का गर्‍यो भने केन्या प्रतियोगितावाट बाहिरियो।

खेल नम्बर २४

बंगलादेश विरुद्ध बर्मुडा

समूह 'बी'मा रहेका बंगलादेश तथा बर्मुडाबीच खेलिएको खेलमा बंगलादेशले बर्मुडालाई ७ विकेटले पराजित गर्‍यो। ट्रिनिडाड एन्ड टोबागोको पोर्ट अफ स्पेनमा खेलिएको खेललाई वर्षाले प्रभावित गरेपछि २१ ओभरमा सीमित गरिएको थियो। यो खेलमा पहिले ब्याटिङ गर्दै बर्मुडाले ९ विकेट गुमाई ९४ रन बनायो। प्रतिउत्तरमा बंगलादेशले १७ दशमलव ३ ओभरमा ३ विकेट गुमाई ९६ रन बनाएर आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गर्‍यो। यो जितपछि बंगलादेशले सुपर एटमा आफ्नो स्थान पक्का गर्‍यो। बंगलादेशका मोहम्मद अस्रफुल म्यान अफ दि म्याच घोषित भए।

विश्वकप क्रिकेट २००७

विश्व कीर्तिमान २००७

तीव्र गतिको अर्धशतक

नवौं विश्वकपअन्तर्गत तीव्र गतिमा अर्धशतक बनाउने कीर्तिमान एक साताभित्र दुई पटक भंग भएको छ। चैत २ गते हल्यान्डविरुद्ध खेल्दै दक्षिण अफ्रिकाका विकेटकिपर मार्क बाउचरले २१ बलमा बनाएको तीव्र गतिको अर्धशतकको कीर्तिमानलाई चैत ८ गते क्यानाडाविरुद्ध खेल्दै न्युजिल्यान्डका विकेटकिपर ब्रान्डेन म्याकुलमले २० बलमै अर्धशतक बनाएर भंग गरेका छन्। एउटै विश्वकपमा एउटै कीर्तिमान दुई पटक भंग भएको यो पहिलो अवसर हो।

तीव्र गतिको शतक

नवौं विश्वकपअन्तर्गत तीव्र गतिमा शतक बनाउने ४ वर्ष पुरानो कीर्तिमान पनि भंग भएको छ। चैत १० गते दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध खेल्दै अस्ट्रेलियाका म्याथ्यु हेडेनले ६६ बल शतक बनाएर नयाँ कीर्तिमान कायम गरेका छन्। हेडेनले क्यानाडाका जोन डेभिसनले ६७ बलमा बनाएको तीव्र गतिको शतकको कीर्तिमान भंग गरेका हुन्। जोन डेभिसनले सन् २००३ मा वेस्टइन्डिजविरुद्ध खेल्दै ६७ बलमा शतक बनाउने कीर्तिमान कायम गरेका थिए।

सर्वाधिक व्यक्तिगत छक्का

नवौं विश्वकपअन्तर्गत सर्वाधिक व्यक्तिगत छक्का हान्ने कीर्तिमान पनि भंग भएको छ। चैत्र १० गते दक्षिण अफ्रिकाविरुद्ध खेल्दै अस्ट्रेलियाका रिक्कि पोन्टिङ्गले विश्वकपमा आफूले हानेको छक्काको संख्यालाई २७ पुर्‍याएर यस्तो कीर्तिमान बनाएका हुन्। यसअघि यो कीर्तिमान भारतका सौरभ गांगुलीको नाममा थियो। गांगुलीले विश्वकप क्रिकेटमा २५ छक्का हानेर त्यस्तो कीर्तिमान कायम गरेका थिए।

साप्ताहिक **विश्वकप क्रिकेट क्विज**

प्रथम पुरस्कार	द्वितीय पुरस्कार	तृतीय पुरस्कार
५ जनालाई १ वर्षसम्म साप्ताहिक	१० जनालाई ६ महिनासम्म साप्ताहिक	२० जनालाई ३ महिनासम्म साप्ताहिक

१. विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिता सबैभन्दा धेरै पटक जित्ने मुलुक कुन हो ?

....

२. नवौं विश्वकप कतिवटा मुलुकले आयोजना गर्दैछन् ?

....

३. नवौं विश्वकपमा कतिवटा मुलुकले सहभागिता गर्दैछन् ?

....

४. नवौं विश्वकप कुन राष्ट्रले जित्नेछ ?

....

५. नवौं विश्वकपको 'म्यान अफ द टुर्नामेन्ट' को हुनेछन् ?

....

नियमहरू

१. एकभन्दा बढी सही उत्तर प्राप्त भएमा गोलाप्रथाद्वारा निर्णय गरिनेछ। कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि.को निर्णय नै अन्तिम हुनेछ।
२. पुरस्कार कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि.को काठमाडौं सुविधानगरस्थित मुख्य कार्यालय र विराटनगर, पोखरा, भरतपुर र नेपालगन्जस्थित क्षेत्रीय कार्यालयबाट प्राप्त गर्न सकिनेछ।
३. उत्तर २०६४ वैशाख १० गतेसम्म प्राप्त भइसक्नुपर्नेछ।
४. उत्तर पठाउँदा साप्ताहिकको कटिङ नै पठाउनुपर्ने छ। फोटोकपिलाई मान्यता दिइनेछैन। एक जनाले असीमित उत्तर पठाउन सक्नेछन्।
५. कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. सँग सम्बद्ध कर्मचारी तथा तिनका परिवारले प्रतियोगितामा सहभागी हुन पाउनेछैनन्।

उत्तर पठाउने ठेगाना
कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि., कान्तिपुर, कम्प्लेक्स
पो.ब. नं. ६०१९, तीनकुने, सुविधानगर, काठमाडौं

सहभागीको नाम :
ठेगाना :
फोन नम्बर :

नवौं विश्वकप क्रिकेटमा दक्षिण एसिया

नवौं विश्वकप क्रिकेटको समूह चरणका खेलमा थुप्रै उतारचढाव देखिए, कीर्तिमानको ओइरो लाग्यो भने अप्रत्याशित नतिजाहरूले विश्वकपलाई थप रोमाञ्चक बनाउँदै लगेको छ। यस्तो उतारचढाव एवं अप्रत्याशित नतिजामा विश्वकपमा सहभागी १६ राष्ट्रमध्ये चार दक्षिण एसियाली राष्ट्रले बढी हर्षोल्लास र पीडा महसुस गरे। अझ भन्नुपर्दा दक्षिण एसियाली टिमको चर्चा केही हिसाबमा बढी नै भएको छ। चाहे त्यो भारत र पाकिस्तानको समूह चरणबाटै बर्हिगमनको रोचक कथा होस् वा पाकिस्तानी प्रशिक्षक बब उल्मरको हत्या।

दक्षिण एसियाको ठूलो उतारचढावलाई सारा विश्वले महत्त्वका साथ हेर्‍यो। बब उल्मरको हत्या प्रसङ्गले विश्वकपलाई नै छायाँमा पार्दै विश्वभर सनसनी मच्चायो। वेस्टइन्डिज तथा आयरल्यान्डसँगको हारलगत्तै आफू बसेको जमैकाको एक होटलमा अचेत अवस्थामा भेटिएका उल्मरलाई अस्पतालमा मृत घोषित गरिएकोमा केही दिनपछि उनको घाँटी थिचेर हत्या भएको पुष्टि भयो। क्रिकेटका कीर्तिमान र सनसनीपूर्ण नतिजाको साटो उल्मरको हत्याका सम्बन्धमा परस्पर विरोधी समाचारले क्रिकेटजगत क्यारेवियन भूमिको पिचभन्दा बढी तात्यो।

उल्मरको हत्याले क्रिकेट संसारलाई त स्तब्ध बनायो नै, पाकिस्तानी खेलाडी र समर्थक तथा दक्षिण एसियालाई (भावनात्मक सम्बन्धका कारण) भावुक पनि बनायो। पाकिस्तानी कप्तान इन्जमाम उल हकले एकदिवसीय क्रिकेटबाट लिएको संन्यासले पाकिस्तानलाई मात्र भावुक बनाएन,

विश्वभर छरिएर रहेका उनका लाखौं समर्थकले पनि त्यही अनुभव गरे। पाकिस्तानको विश्वकप यात्रा टुङ्गिएको केही दिनमै अर्को दक्षिण एसियाली महारथि भारतले पनि त्यस्तै नियति झेल्यो।

समूह 'बी' को खेलमा बंगलादेशले भारतलाई हराएर तहल्का मच्चायो र त्यही हार भारतका लागि समूह चरणबाट बाहिरिने कारण बन्न पुग्यो। बंगलादेशको हारबाट भारतले एकाएक चर्को आलोचना र तनाव झेल्नुपर्‍यो। पहिलो खेलको हारपछि भारतले बर्मुडामाथि ऐतिहासिक जित हासिल गरेर सान्त्वना पाए पनि अर्को दक्षिण एसियाली महारथि श्रीलंकासँग हारेर भारतले विश्वकप बर्हिगमनलाई आत्मसात् गर्न करै लाग्यो।

अन्ततः विश्व क्रिकेटको सबैभन्दा ग्ल्यामरस टिम भारतले बर्मुडामाथिको ऐतिहासिक जितलाई नै आफ्नो बहादुरी मान्नुपर्ने भयो। भारतले बर्मुडामाथि ४ सय १३ रनको विश्वकपको कीर्तिमानी योगफल बनाई २ सय ५७ रनको जित हासिल गरेको थियो, तर हारपछि उत्तेजित भारतीय क्रिकेट समर्थकले भारतका विभिन्न सहरमा विरोध प्रदर्शन गरे। विश्वकप अघि हवन, पूजा र यज्ञ गरेर टिमको सफलताको कामना गरेका समर्थकहरूले हारपछि प्रायः सबै खेलाडी तथा प्रशिक्षक ग्रेग च्यापेलको पुत्ला दहन गरे।

यसले क्रिकेट संस्कृतिमा डुबेका भारतका सञ्चारमाध्यमको विश्वकप क्रिकेटसम्बन्धी कभरेज कहिले उदेकलाग्दो भयो त कहिले मनोरञ्जनात्मक। क्रिकेटमा अपेक्षाकृत कमजोर मानिएको बंगलादेशले समूह 'बी' मा भारतलाई हराएर चमत्कार मात्र गरेन, दक्षिण एसियाली राष्ट्रलाई हराए पनि उसले यही महादेशको रवाफ देखायो। जायन्ट किलरको पहिचान बनाएको बगलादेशले नयाँ शक्तिको उदय भएको झझल्को सारा क्रिकेट संसारलाई दियो र रातारात चर्चा पायो।

सन् १९९९ मा विश्वकपमा डेव्यु गरेको बगंलादेशले पहिलो पटक सुपर एटमा पुगेर इतिहास रचेको छ। भारतीय क्रिकेटको दबदबा रहेको नेपालमै पनि क्रिकेटप्रेमीले बंगलादेशको बहादुरीको प्रशंसा गरेका छन्, उसको पक्षमा समर्थन पनि बढ्दै गएको छ। त्यसो त बंगलादेशको प्रदर्शनलाई अप्रत्याशित मान्नेहरूको पनि कुनै कमी छैन। बगलादेशले क्रिकेटमा गरेको लगानी तथा खेलाडीहरूको समर्पणका कारण ऊ विश्वकपमा कुनै पनि टिमलाई हराउन सक्ने सामर्थ्य राख्छ भन्नेहरू पनि त्यति नै छन्।

यता पाकिस्तान र भारतजस्ता जायन्ट टिम बाहिरिए पनि श्रीलंकाले दक्षिण एसियाको साख राखेको छ। प्रायः खेलाडी फर्ममा रहँदा सन्तुलित मानिएको श्रीलंकालाई यस पटक विश्वकपको बलियो दावेदारका रूपमा हेरिएको छ। त्यसमा पनि भारतलाई ६९ रनले हराएपछि श्रीलंकाको दमदार प्रदर्शनको खुलेरै प्रशसा गर्न सारा दुनियाँलाई कर लाग्यो। क्रिकेट क्रेजले व्यापकता पाएको दक्षिण एसियाले यस पटकको विश्वकपबाट शिक्षा पनि हासिल गर्‍यो। बंगलादेशले देखाएको प्रदर्शनले नेपाली क्रिकेटलाई प्रेरित गरेको अनुभव क्रिकेट अधिकारीहरूले गरेका छन्। त्यस्तै स्टार खेलाडीको भर तथा व्यापक प्रचारले मात्र सफलता नपाइने यथार्थ भारतको प्रदर्शनले देखाएको छ।

–अनिल बोगटी

बूढासुब्बा गोल्डकप नबिल थ्रीस्टारलाई

धरान– गत वर्षको विजेता अफ्रिकन युनाइटेडको चुनौती समाप्त पार्दै अन्ततः ललितपुरको नबिल थ्रीस्टार क्लबले धरानमा सम्पन्न नवौं अन्तर्राष्ट्रिय आमन्त्रण बूढासुब्बा टुबोर्ग गोल्डकप फुटबलको उपाधि जितेको छ। धरान रंगाशालामा शनिबार सम्पन्न फाइनलमा अफ्रिकन युनाइटेडलाई शून्यका विरुद्ध एक गोलले पराजित गर्दै नबिल थ्रीस्टार दोस्रोपल्ट बूढासुब्बा गोल्डकप च्याम्पियन बनेको हो।

यसअघि वि.सं.२०६१ मा पहिलो सहभागितामै उसले उपाधि जितेको थियो। खेलको एकमात्र निर्णायक गोल पहिलो हाफको अन्तिम समयमा कप्तान सुरेन्द्र तामाङले लोकबन्धु गुरुङको फ्रि-किकमा हेडद्वारा गरेका थिए।

सेमीफाइनलमा नबिल थ्रीस्टारले न्यूरोड टिम एनआरटीलाई २-० ले पराजित गरेको थियो। प्रतियोगिताकै सबैभन्दा रोमाञ्चक पहिलो खेलमा अफ्रिकन युनाइटेडले सडनडेथको आधारमा पोखराको साहारा क्लबलाई ४-३ ले पन्छाउँदै फाइनल यात्रा तय गरेको थियो।

फाइनल खेलमा अफ्रिकन खेलाडी र दर्शकबीचको झडपले नबिल थ्रीस्टारको उत्कृष्ट प्रदर्शनलाई ओझेलमा पारेको थियो। ७५ औं मिनेटमा पहेंलो कार्ड देखाएका कारण अफ्रिकन युनाइटेडका स्ट्राइकर सोला ओटेगबोलाले रेफ्री किरण गिरीमाथि आक्रमण गरेका थिए। त्यसपछि रेफ्री गिरीले सोलालाई रेड कार्ड देखाए तर उनी मैदानबाट बाहिर ननिस्की रेफ्रीमाथि जाइलागेका थिए। त्यसै बेला मैदान प्रवेश गरेका एक दर्शकलाई अफ्रिकन खेलाडीहरूले पिटेपछि दर्शक ढुंगा प्रहार गर्दै मैदानमा प्रवेश गरेका थिए। अफ्रिकी खेलाडी तथा दर्शकको झडपमा अफ्रिकन युनाइटेडका ३ खेलाडी, ७ जना दर्शक तथा एक प्रहरी र केही स्वयंसेवक घाइते भए। फलस्वरूप खेल ३४ मिनेट अवरुद्ध भएको थियो। १५ मिनेटको खेल बाँकी रहे पनि अफ्रिकन युनाइटेडको आग्रहमा ५ मिनेट मात्र पुनः खेलाइएको थियो।

गोल्डकप विजेता नबिल थ्रीस्टारलाई नगद पुरस्कार एक लाख रुपैयाँ तथा ट्रफी प्रदान गरियो। उपविजेता अफ्रिकन युनाइटेडले ५० हजार रुपैयाँ नगद पुरस्कार तथा उपविजेता ट्रफी हात पाऱ्यो। सर्वाधिक ५ गोल गरेका नबिल थ्रीस्टारका सुरेन्द्र तामाङ म्यान अफ द फाइनलसमेत भए। उनले म्यान अफ द म्याचको २ हजार तथा सर्वाधिक गोलकर्ताको १५ हजार रुपैयाँ नगद पुरस्कार हात पारे। म्यान अफ द सिरिज घोषित अफ्रिकन युनाइटेडका नेपाली खेलाडी स्वस्तिकजंग वशिष्टले २५ हजार रुपैयाँ प्राप्त गरे। गोल्डकपमा कुल १ लाख ९२ हजार रुपैयाँ नगद पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो।

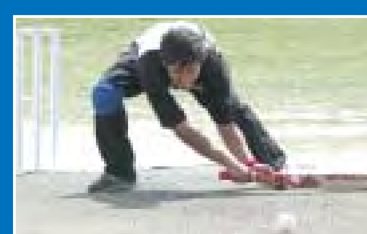
समापन समारोहमा पत्रकारिताबाट तीन दशकयता खेलकुदको विकासमा योगदान दिएकोमा पत्रकार हर्ष सुब्बा, धरानका पूर्व फुटबल खेलाडीद्वय कुशबहादुर तामाङ र राजु बोहरा तथा सहयोगदाता लोक दाहाललाई गोल्डकप आयोजक धरान फुटबल क्लबले सम्मान गरेको थियो।

धरान नीलो, मोरङ-११, काँकडभिट्टा क्लब, झापा र युनाइटेड कर्स्याङ फुटबल क्लब, सिक्किम गोल्डकपको पहिलो चरणबाटै बाहिरिए। धरानमा पहिलोपल्ट आएको थिम्पु-११ भुटान, सहिद स्मारक लिग उपविजेता त्रिभुवन क्लब, सशस्त्र प्रहरीको ज्ञानेन्द्र क्लब र आयोजकको सिनियर टिम धरान रातो क्वाटरफाइनलभन्दा माथि उक्लन सकेनन्। साहारा क्लब र एनआरटी पनि सेमीफाइनलबाटै घर फर्किए। प्रतियोगिताको कुल ११ खेलमा १८ गोलमात्र सम्भव भएको थियो। गोल्डकपमा देखाइएको दुई रातो कार्ड अफ्रिकन खेलाडीले पाएका थिए। फागुन २९ गतेदेखि आयोजित प्रतियोगितामा भुटान, भारत र नेपालका १२ वटा फुटबल क्लबले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

–राजु घिसिङ

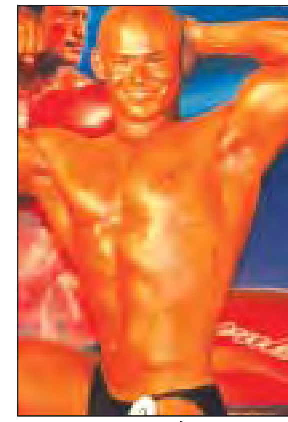
नेत्रहीन क्रिकेट

काठमाडौं– नवौं विश्वकप क्रिकेटको रमझमको अवसर पारेर हालै स्थापना गरिएको नेत्रहीन क्रिकेट संघले प्रथम राष्ट्रिय नेत्रहीन क्रिकेट प्रतियोगिताको आयोजना गऱ्यो। गत चैत १० गतेसम्म पुल्चोक इन्जिनियरिङ क्याम्पसको खेल मैदानमा आयोजना गरिएको प्रथम राष्ट्रिय नेत्रहीन क्रिकेट प्रतियोगितामा काठमाडौंलगायत कीर्तिपुर र सानोठिमी टिमबीच प्रतिस्पर्धा गराइएको थियो। पहिलो पटक आयोजना गरिएको एवं नेपालमा नेत्रहीनहरूका लागि क्रिकेटसम्बन्धी पर्याप्त पूर्वाधार नरहेको अवस्थामा थोरै टिमबीच प्रतियोगिता आयोजना गर्नुपरेको आयोजक समितिका अध्यक्ष लक्ष्मणप्रसाद ज्ञवालीले बताए।



उक्त प्रतियोगिताको फाइनलमा कीर्तिपुर नेत्रहीन क्लबले सानोठिमी नेत्रहीन क्लबलाई ८८ रनले पराजित गरेर उपाधि हात पाऱ्यो। पहिले ब्याटिङ गर्न उत्रिएको कीर्तिपुर नेत्रहीन क्लबले कीर्तन श्रेष्ठको १ सय ३ रनको सहयोगमा २ सय ५६ रनको योगफल तयार पारेको थियो। २५ ओभरको खेलमा कीर्तिपुरका तर्फबाट छिडुप लामाले ७६ रनको योगदान दिएका थिए। प्रतिउत्तरमा सानोठिमीले सबै विकेट गुमाएर १ सय ६८ रन मात्र बनाउन सक्यो। यो प्रतियोगिताको फाइनलमा सर्वाधिक रन बनाउने कीर्तन श्रेष्ठ म्यान अफ दि म्याच घोषित भए भने कृष्णकमल श्रेष्ठले म्यान अफ दि सिरिजको उपाधि हात पारे।

दाहाल भए मिस्टर बूढासुब्बा



धरान– धरानमा पहिलोपल्ट आयोजित अधिराज्यव्यापी शारीरिक सुगठन प्रतियोगिता 'मिस्टर बूढासुब्बा च्याम्पियनसिप' कञ्चनपुर, सप्तरीका रामबहादुर दाहालले जितेका छन्। एलाइनेट जिमद्वारा गत शनिबार आयोजित प्रतियोगितामा १७ जना प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै नेपाल ब्यायाम मन्दिर, काठमाडौंसँग आबद्ध दाहाल मिस्टर बूढासुब्बा बनेका हुन्।

शारीरिक सुगठन प्रतियोगितामा ६ वर्षयता दाहालले जितेको यो चौथो उपाधि हो। यसअघि उनले मिस्टर पूर्वाञ्चल, मिस्टर सगरमाथा, मिस्टर कोसी तथा साउदी अरेबियामा सम्पन्न अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको किङडम च्याम्पियनसिपमा स्वर्ण पदक जितेका थिए। उनी गत वर्ष सम्पन्न मिस्टर धर्मश्री एवं मिस्टर हिमालयका फस्ट रनरअप पनि हुन्।

होचा कदका २८ वर्षीय दाहाल अब मिस्टर धर्मश्री बन्ने तयारीमा जुट्ने बताउँछन्। उनले मिस्टर बूढासुब्बाको उपाधिसँगै नगद २५ हजार रुपैयाँ पनि पाए। ओभरअलमा काठमाडौंकै सरोज मानन्धर फस्ट रनरअप भए। उनले नगद १५ हजार रुपैयाँ जिते। सेकेन्ड रनरअप भएका विमल श्रेष्ठले नगद १० हजार रुपैयाँ तथा चौथो स्थान हासिल गरेका अनिल श्रेष्ठले ५ हजार रुपैयाँ प्राप्त गरे। दुवै काठमाडौंका खेलाडी हुन्।

पुराना प्रतियोगिताको हिसाब सार्वजनिक नगरेको तथा खेलाडीलाई घोषित नगद पुरस्कार नदिएको आरोपमा स्थानीय खेलाडीहरूले बहिष्कार गरेको उक्त प्रतियोगितामा धरानबाट आयोजकका दुईसहित मोरङ, झापा र काठमाडौंका १८ जना खेलाडीले सहभागिता जनाएका थिए। अघिल्लो शनिबार सम्पन्न १३ औं मिस्टर धरानका कुनै पनि खेलाडी यो प्रतियोगितामा सहभागी भएनन्। चारवटा तौल समूहमा आयोजित प्रतियोगितामा कुल ६१ हजार रुपैयाँ नगद पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो। व्यक्तिगत उपाधि विजेता बेस्ट पोजर बलराम बलामी तथा मस्ट इम्प्रुभमेन्ट बडीबिल्डर नीरज शाहीले नगद ३/३ हजार रुपैयाँ पुरस्कार हात पारे।

६० किलोग्राम तौल समूहमा प्रथम हुँदै रामबहादुरले ओभरअल चरणमा प्रवेश पाएका थिए। त्यस्तै ६५ किलोग्राममा विमल श्रेष्ठ, ७० किलोग्राममा सरोज मानन्धर र ७५ किलोग्राम तौल समूहमा पहिलो स्थान हासिल गर्दै अनिल श्रेष्ठले ओभरअलमा प्रतिस्पर्धा गर्ने मौका पाएका थिए। ओभरअल राउन्डमा सरोज, विमल तथा अनिलको चुनौती समाप्त पार्दै रामबहादुर मिस्टर बूढासुब्बा भएका हुन्। गंगा वरदान, द अर्थ ब्यान्डका भोकलिस्ट शिव लामिछाने तथा सपन श्रेष्ठले आ-आफ्नो गीत प्रस्तुत गर्दै शारीरिक सुगठन प्रतियोगितामा रौनक थपेका थिए।

–राजु घिसिङ

भारतीय टिमलाई ट्रफी

बुटवल- बुटवलमा सञ्चालित इन्डो नेपाल ट्वान्टी-ट्वान्टी क्रिकेट प्रतियोगितामा भारतीय टिम विजयी भएको छ। बेस्ट अफ थ्रीका आधारमा खेलाइएको प्रतियोगितामा लगातार दुई खेल जित्दै भारतीय टिमले ट्रफी जितेको हो। राजस्थान टुर्स एन्ड ट्रभल्सको आयोजनामा लुम्बिनी वाणिज्य क्याम्पसको मैदानमा भएको पहिलो खेलमा भारतीय टिम ३४ रनले तथा दोस्रो खेल ३३ रनले जित्दै विजयी भएको हो। प्रतियोगितामा बेस्ट ब्याट्सम्यान उत्तम शर्मा र बेस्ट बलर सुशान्त जैन घोषित भएका थिए।

भैरहवामा सुपर लिग क्रिकेट

बुटवल- नेपाल क्रिकेट संघ रूपन्देहीले जिल्लास्तरीय सुपर लिग क्रिकेट प्रतियोगिता सुरु गरेको छ। क्रिकेटलाई संस्थागत रूपमा सञ्चालन गर्न र जिल्लाका खेलाडीलाई व्यावसायिक बनाउँदै राष्ट्रिय स्तरमा चिनाउने उद्देश्यले आयोजना गरिएको यो प्रतियोगितामा जिल्लाका १२ टिमले भाग लिइरहेका छन्। चैत १९ गतेसम्म सञ्चालन हुने प्रतियोगिताको विजयी टिमलाई १० हजार तथा दोस्रो हुनेलाई ५ हजार नगद पुरस्कार व्यवस्था गरिएको छ।

– टोपराज शर्मा

काजोल भइन् मिस मेटी

साप्ताहिक समाचार

इटहरी- आठजना प्रतिस्पर्धीहरूमध्ये निर्णायकहरूको नजरमा सबैभन्दा अब्बल ठहरिएकी काजोल दोस्रो पूर्वाञ्चल स्तरीय मिस मेटी भइन्। पिंक ट्रयांगल डेको अवसरमा शुक्रबार इटहरीमा सम्पन्न समलिंगीहरूको ब्युटी कन्टेष्ट दोस्रो पूर्वाञ्चल मिस मेटीकी विजेता काजोललाई पहिलो मिस मेटी जुली श्रेष्ठले क्राउन पहिऱ्याउँदै फूलको गुच्छा उपहार दिइन्।

काजोललाई फस्ट रनरअप मुस्कान श्रेष्ठ र सेकेन्ड रनरअप दिया राईले कडा चुनौती दिए। उपाधिसँगै काजोलले बेस्ट पर्फर्मेन्स र बेस्ट पर्सनालिटीको उपाधि पनि हात पारिन्। कन्टेष्टको उत्कृष्ट तीन स्थानभित्र रहन सफल काजोल, मुस्कान तथा दिया निकट भविष्यमा काठमाडौंमा आयोजना हुने अधिराज्यव्यापी मिस मेटीमा सहभागी हुनेछन्।

दोस्रो मिस मेटी बन्ने दौडमा धरान, इटहरी, झुम्का, पथरी, दुहवी र विराटनगरका नौजना यौन क्रियामा महिलाको रूपमा प्रस्तुत हुने मेटीहरू क्याटवाक गर्दै प्रस्तुत भएका थिए। चर्को घाम र सीमित दर्शक माझ मेटीहरू साडी, मिनी स्कर्ट, लेहेंगा तथा कुर्ता-सलवार पहिरिंदै संगीतको धुनमा प्रस्तुत भएका थिए।

ब्लु डायमन्ड सोसाइटी र वुमन वेल्फेयर सोसाइटीद्वारा संयुक्त रूपमा आयोजित उक्त कार्यक्रममा प्रतिस्पर्धी मेटीहरूले आ-आफ्नो परिचय दिएका थिए। परिचय दिने क्रममा उनीहरूले नाचगान गर्नु, घरजम गरेर राम्रोसँग बस्नु, घर सजाउनु, मीठो खाना पकाउनु सबैको रुचि एवं लक्ष्य रहेको बताए। संविधान सभाको निर्वाचनका लागि अल्पसंख्यक समलिंगीहरूको पक्षमा पनि कानुन बनाउन उनीहरूले माग गरेका थिए।

लगातार दोस्रो वर्ष आयोजित उक्त कन्टेष्टमा मीनाले बेस्ट ड्रेसअप, फस्ट रनर्सअप मुस्कानले बेष्ट स्माइल, कुमारी भुजेलले बेष्ट हेयर तथा सेकेन्ड रनर्सअप दियाले बेष्ट क्याटवाकको उपाधि जितेकी थिइन्।

मिस नेपाल सुन्दरीहरू

डाबर वाटिका मिस नेपाल २००७ को अन्तिम प्रतिस्पर्धा नजिकिँदै छ। यसबीच सहभागी १९ जना प्रतस्पिर्धीको प्रशिक्षण पनि जोडतोडका साथ अघि बढिरहेको छ। एकातिर प्रशिक्षणको दैनिकी छ भने अर्कातिर विभिन्न विषयमा जानकारी लिन पनि मिस नेपालका सहभागीहरू उत्तिकै व्यस्त छन्। यस क्रममा सौन्दर्य प्रतियोगितामा महत्त्वपूर्ण मानिने मिस ट्यालेन्ट उपाधिका लागि सहभागीहरूले आ-आफ्नो प्रतिभा पनि प्रस्तुत गरिसकेका छन्। मिस नेपालका १९ प्रति-स्पर्धीमा सृष्टि मानन्धर, लक्ष्मी लामा, नीलिमा रञ्जित, बन्दना शर्मा, नानीमाया खड्का, पूनम शाही, निशा खातुन, जेनी बज्राचार्य, रोजी बर्नवाल, श्वेता शाह तथा बबिता मानन्धर छन्। यसै गरी अन्य सहभागीमा सीताश्मा चन्द, भूमिका श्रेष्ठ, विभा प्रजापति, मानवी ढकाल, ममता प्रधान, रश्मि केसी, सावित्रा श्रेष्ठ तथा ऋचा शर्मा छन्। काठमाडौं जेसिजको सहभागिता एवं द हिंडेन ट्रेजरको आयोजनामा मिस नेपालका अन्तिम प्रतिस्पर्धा चैत २४ गते सम्पन्न हुनेछ। यसपटक पनि मिस नेपालकी विजेतालाई काइनेटिक स्कुटी प्रदान गर्ने घोषणा कम्पनीले गरेको छ।

–रोजिन शाक्य

क्याटवाक गरे डिजाइनहरूले

सधैं मोडलमार्फत आफ्ना सिर्जना प्रस्तुत गर्ने फेसन डिजाइनहरू यसपटक आकर्षक विरालो चालमा प्रस्तुत भए। उनीहरूले क्याटवाक मात्र नभएर आफ्नो बौद्धिकताको परीक्षणसमेत गराए । इन्टरनेसनल इन्स्टिच्युट अफ फेसन डिजाइनिङ (आईएनआईएमडी) मा टेक्सटाइल, फेसन तथा आन्तरिक सजावटका विद्यार्थीहरूमध्येबाट छनौट भएका महिला तथा पुरुष गरी १८ जना प्रतिस्पर्धीबीच मिस्टर एन्ड मिस आईएनआईएमडीका लागि प्रतिस्पर्धा थियो उक्त फेसन कार्यक्रम। प्रतिस्पर्धीहरूको परिचयात्मक प्रस्तुतिबाट अघि बढेको कार्यक्रमको प्रारम्भमा सम्पूर्ण सहभागीले काउब्याय शैलीको पहिरनमा सामूहिक नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए। त्यसपछिको वेस्ट ड्रेस राउन्डमा भने प्रतिस्पर्धीहरू विभिन्न परम्परागत पहिरनमा प्रस्तुत भए, जसअन्तर्गत नेपाली जनजाति झल्काउने पहिरनदेखि लिएर नेवारी तथा इन्डियन ब्राइडल वेअर, कुमारी, मारवाडी, माल्दिभिएन पहिरन र्‍याम्पमा देखिए।

मोडल प्रतिस्पर्धाजस्तै विभिन्न राउन्ड समेटिएको उक्त प्रतिस्पर्धामा पनि प्रश्नोत्तरका चरणमा सहभागीहरूले आफ्नो बौद्धिकता परीक्षण गराए। कार्यक्रमको बीचबीचमा सहभागीमध्ये कैयन्ले आफूभित्रको सांगीतिक प्रतिभालाई गायन तथा नृत्यमार्फत प्रस्तुत गरेर उपस्थित सबैलाई मनोरञ्जन प्रदान गरे। कार्यक्रममा गायिका कुन्ति मोक्तानले पनि आफ्ना चर्चित गीत सुनाएकी थिइन्। विभिन्न चरण हुँदै प्रतिस्पर्धाको अन्तिम राउन्डमा पुगेका ५ जना प्रतिस्पर्धीलाई सोधिएको फेसन टेक्नोलोजीको माध्यमबाट राष्ट्रको आर्थिक अवस्थालाई कसरी सुधार्न सकिन्छ भन्ने प्रश्नको उत्कृष्ट जवाफ दिएर पुरुषतर्फ नीरज श्रेष्ठ

तथा महिलातर्फ सलोनी अग्रवालले क्रमशः मिस्टर एन्ड मिस आईएनआईएफडीको उपाधि हात परे। यसै गरी सम्पूर्ण प्रतिस्पर्धीमध्ये प्रतीक्षा सुब्बा सबैभन्दा प्रतिभाशाली ठहरिन्। फोटोजेनिक उपाधितर्फ प्रियंका रिमालले कब्जा जमाइन् भने वेस्ट ड्रेस राउन्डमा ठकुरी समुदायको परम्परागत पहिरनमा प्रस्तुत भएकी माला लाकौलले उपाधि हासिल गरिन्।

–रोजिन शाक्य

फुटबलरसँग मस्त डान्स

साप्ताहिक समाचार

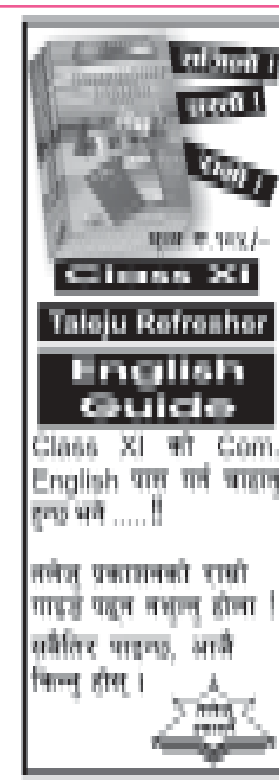
धरान- व्यावसायिकताको सँघारमा रहेका नेपाली फुटबल खेलाडीहरू 'सबथोक फुटबल' भन्दै दिनरात जुटेका हुन्छन्। फुटबलबाटै जीवन धान्न सक्ने अवस्था सुरु भएकाले उनीहरू दंग पनि छन्। यद्यपि उनीहरू फुटबलको व्यस्त क्यालेन्डरमा मनोरञ्जनलाई पनि समावेश गर्न चाहन्छन्। धेरै समय घरबाट टाढै रहने फुटबलरहरू अवसर पाए रमाइलो गर्न पछि पर्दैनन्।

बूढासुब्बा टुबोर्ग गोल्डकपको फाइनलमा शनिबार उपाधि जित्न जोडदार प्रयास गरेका नबिल थ्रीस्टार क्लबका खेलाडीहरू साँझ भने कम्मर मर्काउँदै नाच्न मस्त देखिन्थे। घरेलु फुटबलमा लोकप्रिय नबिल थ्रीस्टारका फुटबलरहरू आफ्ना फ्यानसँग साँझ ७ देखि साढे ९ बजेसम्म डिजे मिराकको म्युजिक मिक्सिङमा नाचिरहेका थिए। धराने युवा-युवतीहरूले पनि पहिलोपल्ट देशका चर्चित फुटबलरहरूसँग नाच्ने र भेट्ने यो अवसर खेर फालेनन्।

फुटबलमा जस्तै खेलाडीहरू नृत्यमा पनि पोख्त देखिन्थे। प्रदीप महर्जन, नीराजन रायमाझी, अनिल ओझा, सन्दीप राई, अञ्जान केसी, सञ्जीव श्रेष्ठ आदि डेढ दर्जन खेलाडी बूढासुब्बा टुबोर्ग गोल्डकप जितेको जोससँगै झुम्मिँदै नाचिरहे।

उनीहरूलाई धराने सेलीब्रिटीहरूको उपस्थितिले पनि गतिलो साथ दिएको थियो। रुन्चे गायक प्रकाश पौडेल, सपन श्रेष्ठदेखि मिस्टर पूर्वाञ्चल हर्कराज लिम्बूसहित बडीबिल्डरहरूको उपस्थितिले कार्यक्रममा रौनक थपिएको थियो।

होटल तथा पर्यटन तालिम
★ Tour & Travel Mgmt
★ Tour Operation
★ Airlines & Travel (Amadeus, Abacus & Galileo)
★ Hotel Management
★ F & B Management
★ Cook ★ Front Office
★ Waiter ★ Bartender
★ Bakery ★ Housekeeping
SATS Course मा आधारित तालीम
Compare our quality with the others
सम्पर्क:- सांग्रीला पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्र
स्थापनाको आठौं वर्ष
नयाँ बानेश्वर चोक (अन्तराष्ट्रिय सभा केन्द्रको पानी ट्यांकीको पश्चिम)
४४७५११३/४४७२५५३
(विहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)



तालिम
✻ फोटोग्राफी
✻ भिडियोग्राफी
✻ कलरल्याब
✻ लेमिनेशन
✻ डिजिटल फोटोग्राफी
सम्पर्क: ✻ डिजिटल भिडियोग्राफी
अरुण दत्त पन्त द्वारा
वि.सं. २०५३ देखि निरन्तर..........
मान्यता प्राप्त पहिलो फोटो/भिडियो इन्स्टिच्यूट
नेपाल फोटोग्राफी ट्रेनिङ इन्स्टिच्यूट
भोटाहिटी, साझा भण्डार माथिल्लो तल्ला, काठमाण्डौं
२११९०३७, ४२१६२९१

होटल तालीम होटल खुम्जुङ्गमा
Cook-Indian, Chinese, Continental Waiter, Bar Man, Room Boy, House Keeping लगायत सम्पूर्ण होटल तालीममा भर्ना धमाधम लिईदैछ।
हाम्रा विशेषताहरु
1. Cook Training गर्नेका लागि English तथा Waiter Training सित्तैमा
2. आफ्नै होटलमा सम्पूर्ण तालीम दिईने।
HOTEL KHUMJUNG Training Centre
चक्रपथ, महाराजगंज, नारायण गोपाल चोकबाट ३ मिनेट पूर्व
Ph: 4-373411, 4-372194
City Office:- रानीपोखरी, जमल विश्वज्योती हलसंगै ,Ph:- 4249576

होटल तालीम
छुट्‌टी (%)
★Cook ★Waiter ★Bakery
★Housekeeping ★Front Office
★Bartender ★Hotel Mgmt
★F & B Mgmt ★Tour & Travel Mgmt
★Airlines Ticketing ★Tour Operation
Care Giver & Domestic Helper
ओरिएण्टल हस्पिटालिटी (होटल) एण्ड टुरिजम ट्रेनिङ सेन्टर प्रा. लि.
नयाँ बानेश्वर (एभरेष्ट होटलसंगै)
फोन नं: ४४९३८०१
(बिहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)
(शनिवार बिहान १०:०० देखि दिउसो २:०० सम्म)

अंग्रेजि दुई महिना मै!
*Basic *Intermediate *Advance
जान्दे नजान्ने हरुको लागी विशेष व्यवस्था
Free:Books, Cassets & Video-CDs
TOEFL, IELTS
Study in: UK, USA, Australia
Free: Email & Internet
Computer: Basic to Diploma
Member Of ECAN
Getway ☎ 4241870
Educational Consultancy P. Ltd
Bagbazar, KTM.

प्राइभेट टेष्ट/एस.एल.सी.
नि:शुल्क भर्ना
२०६४ का लागि
हाम्रा विशेषताहरु:
➾ विगत वर्षहरुमा उत्कृष्ट नतिजा।
➾ विहान, दिउँसो र बेलुका तीनवटै समयमा पढाइ हुने।
➾ अंग्रेजी, विज्ञान र गणित विषयलाई विशेष ग्राह्यता दिने।
➾ अनुभवी शिक्षकद्धारा अध्यापन गराइने।
➾ होस्टलको सुविधा।
पाइथागोरस एकेडेमी फोन नं.: ४२६०६३२

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**