सर्वाधिक बिक्री हुने

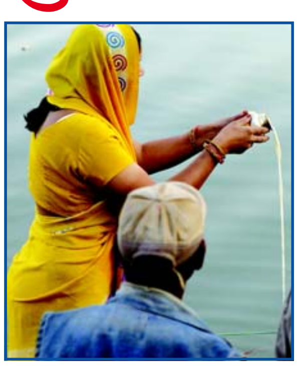
# साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

• वर्ष १३ • अंक २६ • काठमाडौं, शुक्रबार, कात्तिक ३०, २०६४ • SAPTAHIK • Nepali National Weekly • Friday, Nov. 16, 2007 • पृष्ठ २४ • मूल्य रु. ८/-

# युवाहरुको आकर्षणमा छठ पर्व



• **श्यामसुन्दर शशी**
**जनकपुर**

*केरा जे फरल घउरसँ एहिपर सुगा मंडराई*
*मारबौ रे सुगवा धनुषसँ सुगा गिरे मुरझाई।*

छठ गीतको यो निरझरनी मैथिलानीहरूको घुंघटोलाई चिर्दै सडक, गली र चौक-चौराहाहरूमा गुञ्जन थालेको छ। दीपावलीको समापनसँगै मिथिलावासीहरू छठ पर्वको ओरियाओन (तयारी) मा लागिसक्छन्। छठका लागि संयोगी राखेको केरालाई जोगाउन गाइने गीत हो यो। यसको भाकाले भन्छ– छठी मैयाँलाई अर्पण गर्न मनौती गरी राखेको केरा लटरम्म फलेको छ तर बैगुनी सुगाले हैरान गरी छाड्यो। हे सुगा, छठि मैयाका लागि जोगाइराखेको केरा नखाऊ, अन्यथा धनुषवाणबाट आहत हुनुपर्नेछ।

छठ व्रतमा प्रयोग हुने ठकुवा, भुसवा, पिरुकिया, गुणा तथा खजुरिया बनाउन प्रयोग हुने गहुँ, गम्हरी, धान आदि आफ्नै हातले पवित्रतापूर्वक सफा गरी सुकाइन्छ। त्यसपछि आँटा पिंध्ने, परिकार बनाउने सबै काम गृहणीहरू हातले नै गर्न मन पराउँछन्। 'पवित्रताका लागि यसो गरिएको हो।' जनकपुरकी गृहणी संगीता भन्छिन्। यी सबै उपक्रममा मधुर गीतको निरझरनी चलिइरहन्छ। गहुँ सुकाउने बेला गीत, पिंध्ने बेला गीत, परिकार बनाउने बेला गीत।

कानमा कुण्डल तथा लामा-लामा केश पालेका आधुनिक युवाहरू पनि यस अवसरमा पारम्परिक रूपमा रंगिएका देखिन्छन्। आधुनिक युवतीहरू छठमा गाउँ जाँदा छठ गीतको एक दुई भाका सिकेर फर्कन मन पराउँछन्। कारण घाट (पूजा स्थल)मा गीत नगाउने महिलालाई अलूरी (केही नजान्ने) भनेर गिज्याइन्छ। बीबीएस दोस्रो वर्षकी छात्रा अर्चना लाभ गाउँ जाने तयारीमा छठ गीतको भाका सिक्दै छिन। 'अब त हामीले नै छठको परम्परा निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले पनि पर्वको विधि-व्यवहार र गीत सिक्नुपर्ने बाध्यता छ।' अर्चनाले बताइन्।

मैथिली समाजको सांस्कृतिक राजधानी जनकपुरधाम वर्षभरि नै पर्व त्यौहारको आयोजनमा जुटिइरहन्छ। दसैंदेखि सुरु भएको पर्व त्यौहारको मौसम अब उत्तरार्द्धमा छ र यो मौसमको अन्तिम कडीका रूपमा अहिले मिथिलावासीहरू छठ पर्व मनाउँदै छन्।

जनकपुरका गंगसागर, धनुषसागर, अंगराजसर, महाराजसागर, गोरधोई सर, रुकमिनी सरसहितका धार्मिक महत्त्वका सरोवरहरू सफा-सुग्घर गरिएको छ। यसै गरी जनकपुरको पश्चिमबाट बग्ने दूधमती र पूर्वबाट बग्ने जलाद नदीलाई समेत सफा गरिँदैछ। छठपूजा विभिन्न नदी र जलाशयको किनारमा गरिने भएकाले यी जलाशयहरूलाई सफा-सुग्घर गरिएको हो। वर्षमा एक पटक भए पनि सफा-सुग्घर गरिएका कारण यी जलक्षेत्रहरू आकर्षक देखिएका छन्।

जनकपुरको छठ पर्वमा अहिले हजारौं परिवार सहभागी हुन थालेका छन्। स्थानीयवासीहरू पहिले आ-आफ्ना जन्मस्थान (विभिन्न गाउँ) मा छठ पर्व गर्न मन पराउँथे तर विगत केही वर्षदेखि सबै जनकपुरमै छठ पूजा गर्न रुचाउँछन्। श्रद्धालुहरूको बढ्दो चापका कारण गंगासागर, रुकमिनी सर, अंगराजसर तथा महाराज सागरजस्ता बहुचर्चित सरोवरहरूमा पूजा गर्ने स्थानको अभाव हुन थालेको छ। श्रद्धालुहरू विकल्पका रूपमा दूधमती र जलाद नदीमा पूजा गर्न थालेका छन्।

छठ पूजामा जलाशयहरूको सफाइ, सजावट तथा घाट व्यवस्थापन

**बाँकी पृष्ठ ६ मा**

# पूर्वमा छठ पूजाको धूम

**कमल रिमाल**

**विराटनगर**– तराईमा छठ पर्वको रौनक नै अलग हुन्छ। हिन्दू धर्मालम्बीहरूले सूर्यको आराधना गरी मनाउने छठ पर्वमा तराईका जलाशयहरू नवसागरले भरिएको हुन्छ। खासगरी मधेसी समुदायले धूमधामसँग पूजा-अर्चना गर्ने प्रचलन सुरु गरे पनि पूर्वाञ्चलमा मधेसीकै संख्यामा पहाडे समुदायले पनि व्रत एवं पूजा गर्दै आएको छ। छठको व्रत भने थोरै पहाडेहरूले मात्रै लिने गरेका छन्।

छठ पर्व पूर्वाञ्चलका मोरङ, सुनसरी, झापा , सप्तरी र सिराहा जिल्लामा धूमधामसँग मनाइन्छ। यसबाहेक पहाडी जिल्लामा पनि छठ पूजा गरिने भए पनि तराईको जति रौनक भने हुँदैन। तराईमा छठ पर्व मनाएको देखेर यसको प्रचलन पहाडमा पनि विस्तारित हुँदै गएको छ। वर्षभर मनाइने विभिन्न पर्वमध्येको एक छठ पूजामा विराटनगरका जलाशयहरूलाई बेहुली सिंगारेझैं सिगार्ने चलन छ।

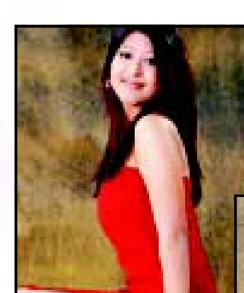
कात्तिक महिनाको शुक्लपक्ष षष्ठी तिथिका दिन धर्मालम्बीहरूले जलाशयमै नुहाएर पानीमै बसेर सुर्यको आराधना गरी अस्ताउँदो सूर्यलाई अर्घ दिन्छन्। भोलिपल्ट बिहान सप्तमीका दिन उदाउँदो सूर्यलाई अर्घ दिएर विधिवत् पूजा समापन गरिन्छ। सूर्य अस्ताउनु

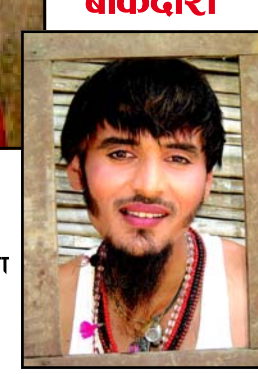
**बाँकी पृष्ठ ६ मा**

मध्यपृष्ठमा
## कञ्चन रेग्मी

साप्ताहिक झन्को

**भिसीडीमा बोकेदारी**





**साइबर गर्ल**
**निशा खड्गी**

पृष्ठ ४ मा

## क्यासेट

# उमङ्ग

रियाज म्युजिकले गीतिसंग्रह 'उमङ्ग' लाई बजारमा ल्याएको छ । गायक अरुण कार्कीद्वारा स्वरबद्ध यो गीतिसंग्रहमा आठवटा गीत समावेश छन् । संग्रहमा मुकुन्दकिशोर भट्टराई, मानस केसी, दिनेश अधिकारी, महाराज थापा, सञ्जीव सिंह, प्रतिमा श्रेष्ठ तथा नरेश भट्टराईको शब्द एवं दीपेशकिशोर भट्टराई, सञ्जीव सिंह, राजु सिंह, महाराज थापा, सुशन लामाको संगीत सुन्न पाइन्छ ।

# साइ चरण अमृत

श्री सत्य साई पुस्तक तथा प्रकाशन समिति नेपालबाट प्रशान्ति गायन श्रेणीको स्वीकृति प्राप्त भजनसंग्रह 'साई चरण अमृत' श्रोतामाझ आएको छ । संग्रहमा विष्णुराज न्यौपानेले स्वरप्रदान गरेका छन् । १३ वटा भजन संकलित यो संग्रहको संगीत संयोजनमा आनन्द राई, प्रमोद उपाध्याय, अमृत हीरा, बलराम समाल तथा राजिनराज पाण्डेले साथ दिएका छन् ।

# भूगोल र भावना

गीतकार चुडामणि देवकोटाको एकल गीतिसंग्रह 'भूगोल र भावना' श्रोतामाझ आएको छ । धौलागिरि क्यासेट सेन्टरले बजारमा ल्याएको यो गीतिसंग्रहमा स्वरूपराज आचार्य, जगदीश समाल, सुमित खड्का, शिशिर योगी, अन्जु पन्त, आनन्द कार्की, दीपेन्द्र थापा तथा माण्डवी त्रिपाठीको स्वर सुन्न सकिन्छ । गीतिसंग्रहमा समावेश आठवटै गीतमा संगीतकार शक्ति बल्लभले संगीत भरेका छन् ।

## रंगमञ्च

-भक्तपुरमा सम्पन्न बृहत् सांस्कृतिक प्रतियोगितामा नाटकको जगेर्ना गर्ने उद्देश्यले एक प्रतियोगिता आयोजित गरियो । भाषा, कला एवं संस्कृतिलाइ जीवन्त तुल्याउने अभिप्रायले दुई दिन, दुई रात चलेको उक्त प्रतियोगितामा सिद्धार्थ एकेडेमी इङ्लिस स्कुल, महेश्वरीस्थान उत्कृष्ट भएको थियो । विद्यालयका शिक्षक राजन फेलुको निर्देशनमा प्रस्तुत गरिएको नाटक दुःखीको आवाजमा १० वर्षमुनिका बालकलाकारहरूले उत्कृष्ट अभिनय गरेका थिए । प्रतियोगितामा गीतिनाटकतर्फ आस्था सांस्कृतिक परिवार पहिलो भएको थियो भने प्रहसनतर्फ नेपाल क्रान्तिकारी विद्यार्थी संघले उत्कृष्टता सावित गरेको थियो ।

## पुस्तक

# अधुरो सपना

राजु गौतमद्वारा लेखिएको उपन्यास 'अधुरो सपना' लाई वाणी प्रकाशन विराटनगरले प्रकाशित गरेको हो । उपन्यासका पाठकहरूका लागि यो उपन्यास समय कटाउने एउटा राम्रो खुराक हुन सक्छ । यो उपन्यासको मूल्य संस्थागत २ सय रुपैयाँ तथा व्यक्तिगत १ सय रुपैयाँ छ ।

# आँसु खस्दै गर्छ....!

कवितालाई परिभाषामा बाँधिनुहुँदैन । कुनै समय यस्तो थियो जुन बेला कवितालाई आफूअनुकूल अर्थ लगाएर बुझ्नुपर्थ्यो । अहिले त्यस्तो कविता लगभग लेखिँदैन । यसै मेसोमा त्यस्तै अर्थ लगाइनुपर्ने लेखन शिल्पी लिएर आएका छन् पाल्पाली कवि आर. बी. निश्चल– 'आँसु खस्दै गर्छ' कृतिका साथमा । यो संग्रहमा ४० वटा कविता छन् । तीमध्ये साथी, बहुलाउछु/ बहुलाउनेछु, आँसु खस्दै गर्छ लामो कविता हो । बाँकी कविता छोटा छन् । संग्रहमा कविले छूवाछूतविरुद्ध पनि आवाज उठाएका छन् । संग्रहका केही कविता लघुरूपका भए पनि अधिकांश लोक एवं गद्यलयमा लेखिएका छन् ।

**–माधव अर्याल**

# मित्रताको महत्व

शर्मिला खड्काद्वारा लेखिएको बालउपन्यास 'मित्रताको महत्त्व' लाई साझा प्रकाशनले प्रकाशित गरेको हो । बालबालिकाहरूका लागि तयार गरिएको यो पुस्तकमा १२ अध्याय छन् । बालबालिकाहरूका लागि रुचिकर शैलीमा लेखिएको यो पुस्तकको मूल्य २४ रुपैयाँ छ ।

# स्वीजरल्यान्डमा लक्ष्मीजयन्ती

दीपावलीको पावन अवसरमा नेपाली जनसम्पर्क समिति स्वीजरल्यान्डद्वारा विविध कार्यक्रमको आयोजना गर्दै तिहार तथा लक्ष्मीजयन्ती मनाइयो । उक्त अवसरमा आपसी भेटघाट, शुभकामना आदान-प्रदान, देउसी-भैलोसम्बन्धी गीतका साथै तिहार भोजको आयोजना गरिएको थियो । कार्यक्रममा श्रीमती विजया भट्टद्वारा दीपावलीको दियो कलश प्रज्वलन, कार्यक्रमकी संयोजक जली प्रधानको स्वागत तथा शुभकामना मन्तव्यबाट सुरु भएको उक्त कार्यक्रममा डा. विनय श्रेष्ठले नवगठित जनसम्पर्क समिति स्वीजरल्यान्डका सदस्यहरूको परिचय गराउनुभएको थियो जसमा जनक बानियाँ संयोजक तथा सदस्यहरू हीरालाल श्रेष्ठ, दीपक कार्की, जली प्रधान, सोमनाथ खरेल, विराज ढुङ्गेल, मेदन गौली तथा जंगबहादुर खड्का हुनुहुन्छ ।

स्वीट्जरल्यान्डका लागि नेपालका कार्यबाहक राजदूत भरतराज पौडेलले प्रमुख अतिथिको आसनबाट शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गर्दै महाकवि लक्ष्मीप्रसाद देवकोटाका बारेमा चर्चा गर्नुभएको थियो । सोही अवसरमा युवाकवि नारायण खड्का 'जिज्ञासु' ले महाकवि देवकाटालाई समर्पण गर्दै कविता पाठ गर्नुभएको थियो, साथमा विराज ढुङ्गेलको सांस्कृतिक समूहले देउसी-भैलो गीत प्रस्तुत गरेको थियो । नेपालबाट टाढा रहे पनि हाम्रा सांस्कृतिक चाड-पर्वहरू आपसमा मिलेर मनाउनाले देशप्रतिको आस्था र आत्मीयता बढ्दै जाने हुनाले आगामी दिनमा पनि यस्ता कार्यक्रमहरू आयोजना गर्दै जाने कुरा जनसम्पर्क समिति स्वीजरल्यान्डका संयोजक जनक बानियाँले बताउनुभयो ।

# तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

### मेष

मानसम्मान प्राप्त हुनुका साथै प्रसन्नता बढ्नेछ । काममा सफलता हासिल हुनेछ । धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ । अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ । कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन् । भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर पाइनेछ । मंगलबार तथा बुधबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने देखिन्छ । स्वास्थ्य गडबड रहनुका साथै काममा पनि अवरोध आउनेछ ।

### वृष

सुरुमा धर्म बढ्नेछ । काममा सफलता मिल्नुका साथै प्रसन्नता बढ्नेछ । ठूला व्यक्तिबाट प्रशंसा पाउनुहोला । सानै प्रयासले पनि लक्ष्य प्राप्ति सम्भव बनाउन सक्छ । कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन् । धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ । व्यवसायमा सोचेजस्तै सफलता मिल्नेछ । बिहीबार खर्च एवं विवाद बढ्ने देखिन्छ । विश्वासघात पनि हुने सम्भावना छ ।

### मिथुन

मन विचलित हुँदा काममा सफलता पाउन गाह्रो होला । कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन् भने आफ्नै रिसले सताउनेछ । शत्रुवर्ग सक्रिय हुनेछ । आइतबारदेखि भाग्यले साथ दिन थाल्नेछ । पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ । मानसम्मान एवं धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ । अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ । अध्ययनमा सफलता हासिल हुनेछ ।

### कर्कट

व्यवसाय एवं पराक्रम बढ्नुका साथै यात्रा गर्ने अवसर जुट्नेछ । अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाउने योग छ । आइतबार तथा सोमबार स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ । शत्रुपक्ष सक्रिय रहनेछ । गलत विचारले सताउनेछ । झुटा आरोप पनि लाग्न सक्छ । सफलता पाउन गोपनीयता अपनाउनुहोला ।

### सिंह

शत्रु एवं गलत विचार बढ्नेछन् । स्वास्थ्य पनि गडबड रहनेछ । चिन्ताले मनमा दरिलो डेरा जमाउनेछ । झूटा लाञ्छना लाग्नुका साथै काम पनि बिग्रन सक्छ । विश्वास गरेकाहरूले धोका दिनेछन् । आइतबार, सोमबार तथा बिहीबार व्यवसाय बढ्ने, यात्रा हुने, काममा सुधार आउने, मानसम्मान मिल्ने एवं प्रसन्नता बढ्ने योग छ । धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ ।

### कन्या

सोच्ने शक्ति बढ्नेछ । अध्ययनमा सफलता हासिल हुनेछ । पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ । बोलीको प्रभाव बढ्नेछ । मानसम्मान पनि पाउनुहोला । व्यवसायमा सफलता मिल्नेछ । ठूला व्यक्तिलाई आकर्षित गर्न सकिनेछ । आइतबार, सोमबार तथा बिहीबार स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ ।

### तुला

आफन्तहरूको सहयोग पाइनेछ । काममा सफलता मिल्नेछ । पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम हात लाग्ने योग छ । अध्ययनमा सफलता हासिल हुनेछ । व्यवसाय बढ्नुका साथै यात्रा एवं धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ । मंगलबार र बुधबार शत्रु एवं चिन्ता बढ्ने, स्वास्थ्य गडबड रहने तथा काममा अवरोध आउने योग छ ।

### वृश्चिक

सुरुमा पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ । आफन्तहरूको पर्याप्त सहयोग जुट्नेछ । व्यवसाय बढ्नुका साथै यात्रा पनि हुनसक्छ । सोच्ने शक्ति एवं प्रसन्नता बढ्नेछ । अध्ययनमा सफलता हासिल हुनेछ । खर्च बढे पनि धन आर्जन गर्ने अवसर पाइनेछ । शत्रुदेखि सजग रहनुहोला ।

### धनु

बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नेछ । काममा सफलता मिल्नुका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ । अधुरा काम पूरा हुनेछन् । आफन्तहरूबाट उचित सहयोग पाइनेछ । अध्ययनमा सफलता हासिल हुनेछ । व्यवसायमा पाइने सफलता यथावत् रहनेछ । खर्च बढे पनि लगानी उचित कार्यमा लाग्नेछ । अरूबाट जस पाउने सम्भावना भने कम छ ।

### मकर

साता समष्टिमा राम्रो छ । सुरुमा मानसम्मान पाइनेछ । भोजभतेरमा सामेल हुने अवसर जुट्नेछ । सजिलै अरूको मन जित्न सकिनेछ । पराक्रम एवं व्यवसाय बढ्नुका साथै यात्रा गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ । बोलीको प्रभाव बढ्नेछ । अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ । खर्च बढे पनि धन आर्जन गर्ने अवसर पनि मिल्नेछ । स्वास्थ्यको ख्याल राख्नुहोला ।

### कुम्भ

सुरुमा खर्च एवं विवाद बढ्नेछ । काममा अवरोध आउनुका साथै घरेलु समस्याले सताउन सक्छ ।आइतबारदेखि मानसम्मान मिल्नुका साथै भोजभतेरमा संलग्न हुन पाइनेछ । बोलीको प्रभाव एवं पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ । वैदेशिक कार्यमा सफलता हात लाग्नेछ । धन आर्जन गर्ने अवसर पनि जुट्नेछ ।

### मीन

समष्टिमा साता राम्रो छ । सुरुमा सोच्ने शक्ति बढ्नेछ भने धन आर्जन गर्ने एवं सभा-सम्मेलनमा सहभागी हुने अवसर जुट्नेछ । पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ । विदेश यात्राको सम्भावना छ । अरूबाट प्रशंसा पाउनुहोला । आइतबार तथा सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने देखिन्छ ।

## यो साताको पञ्चाङ्ग

कातिक ३० गते : छठपर्व, मंसिर ५ गते हरिबोधिनी एकादशी

## साता संक्षेप

**कात्तिक २३ शुक्रबार**

- माओवादीद्वारा अपहरित बाराका पत्रकार वीरेन्द्र साहको शव नजिकैको जंगलमा भेटियो, पत्रकार साहको परिवारलाई राहत दिने प्रधानमन्त्रीको घोषणा ।
- विश्व बैंकका दक्षिण एसियाली व्यवस्थापकहरूको तीनदिने सम्मेलनको अन्तिम दिन नेपाललाई विश्व बैंकद्वारा ३७ करोड डलर ऋण प्रदान गर्ने घोषणा ।
- अबैध हतियार जफत गर्ने विशेष अभियान प्रारम्भ, सरकारद्वारा खर-खजाना ऐन, २०१९ लाई अध्यादेशमार्फत संशोधन ।

**कात्तिक २४ शनिबार**

- तिहारको चौथो दिन घर-घरमा देउसी-भैलो खेल्नेहरूको सङ्ख्या बढ्यो ।
- यूएनडीपीले नेपाललाई १० करोड अमेरिकी डलर सहयोग गर्ने, यसै विषयमा संयुक्त राष्ट्रसंघका उपमहासचिव एड कल्कर्टको तीनदिने नेपाल भ्रमण पूरा ।

**कात्तिक २५ आइतबार**

- तराईमा शृंखलाबद्ध हिंसामा कमी नआएकोमा प्रधानमन्त्री चिन्तित, अपराध नियन्त्रणका लागि भारतीय सहयोग आवश्यक रहेको ठम्याइ ।
- नेपालको शैक्षिक क्षेत्र सर्वाधिक असुरक्षित रहेको युनेस्कोको ठहर, विगत चार वर्षमा नेपालमा १० हजार शिक्षक तथा २२ हजार विद्यार्थी अपहरणमा परेको तथ्यांक सार्वजनिक ।
- तराईमा कार्यरत कर्मचारीका लागि छुट्टै सुरक्षा संयन्त्र बनाउने सरकारी धारणा सार्वजनिक, मंसिर २ गतेसम्म सुरक्षा संयन्त्र तयार गर्ने गृहमन्त्रीको योजना ।

**कात्तिक २६ सोमबार**

- विराटनगरबाट फर्किएका प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाद्वारा राजनैतिक परामर्श सुरु, बालुवाटारमा आठ दलको बैठक सम्पन्न ।
- मुलुकका विभिन्न स्थानमा सडक दुर्घटना, पोखरा, इलाम, नवलपरासी तथा जनकपुरका दुर्घटनामा ६ व्यक्तिको मृत्यु, ४७ घाइते, सबैजसो दुर्घटनामा चालकले मदिरा पिएर गाडी चलाएको अनुमान ।

**कात्तिक २७ मंगलबार**

- काठमाडौंमा एक सातादेखि फोहोर उठेन, सडक दुर्गन्धित, अझ केही दिन फोहोर नउठे रोग फैलन चिकित्सकहरूको चेतावनी ।
- धर्मपुत्रपुत्री प्राप्त गर्ने पुरानै नियम यथावत्, सरोकारवालाद्वारा ऐन बनाएर धर्मपुत्रपुत्रीसम्बन्धी व्यवस्था गर्न माग ।
- तिहारपछि लगातार सडक दुर्घटना, दाङ तथा कास्कीमा भएका दुर्घटनामा २ जनाको मृत्यु, ६९ व्यक्ति घाइते ।

**कात्तिक २८ बुधबार**

- सरकारी गोदामबाटै रक्तचन्दन लुटियो, लुटिएको रक्तचन्दनको मूल्य १० करोड भएको दाबी
- पेट्रोलियम पदार्थको अभाव फेरि बढ्यो, ग्याँस उपभोक्ता चिन्तित ।
- राजधानीको फोहोर उठ्न थाल्यो, सबै फोहोर उठ्न एक साता लाग्ने ।
- संसद्को विशेष अधिवेशनको म्यान्डेड सरकारले नमाने सडक आन्दोलनमा जाने माओवादीको चेतावनी, कांग्रेस आफ्नो अडानमा कायमै ।
- राजनैतिक गतिरोध अन्त्य गर्न नेपाली कांग्रेसद्वारा जनमोर्चा नेपाललाई आग्रह, एकताकेन्द्र मसालका महामन्त्री प्रकाश पनि वार्तामा सम्मिलित ।

## इमेलमा सुजिन आतंक

अहिले नेपालमा प्रयोग भैरहेका कम्प्युटरहरूको इन्टरनेट मेल खातामा सुजिन डटकम डट एनपी नामक भाइरसले आतंक मच्चाइरहेको समाचार 'नेपाल समाचारपत्र' ले प्रकाशित गरेको छ । उक्त भाइरसले निजी इमेल ठेगाना तथा पासवर्डलाई ह्याक गरिरहेको र त्यस्तो ह्याकिङबाट उपभोक्ताहरू पीडित भैरहेको उल्लेख गर्दै समाचारमा भनिएको छ- उक्त ह्याकिङ गर्ने डटकम मर्कन्टाइल कम्युनिकेसनअन्तर्गत दर्ता भएको समेत समाचारमा उल्लेख गरिएको छ। यति हुँदाहुँदै पनि उक्त कम्युनिकेसन र डटकम नेपालको साइबर ल (विद्युतीय कारोबार ऐन) को दायरामा आउन नसकेकोमा उक्त दैनिकले प्रश्नसमेत उठाएको छ ।

## धर्मपुत्रपुत्री प्रक्रिया सुचारु गर्न आग्रह

युरोपका तीन प्रधानमन्त्रीले नेपाल सरकारसँग धर्मपुत्रपुत्री ग्रहण प्रक्रिया सुचारु गर्न आग्रह गरेको समाचार 'कान्तिपुर' दैनिकले प्रकाशित गरेको छ । समाचारअनुसार फ्रान्स, इटाली तथा स्पेनका प्रधानमन्त्रीले प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालालाई छुट्टाछुट्टै पत्र लेखी उक्त आग्रह गरेका हुन् । धर्मपुत्रपुत्री ग्रहण गरी नेपालबाहिर लाने काममा केही विवाद उत्पन्न भएपछि नेपाल सरकारले विगत आठ महिनादेखि यस्तो प्रक्रियामा प्रतिबन्ध लगाएको छ । अहिले फ्रान्स, इटाली तथा स्पेनका ३ सय ४० परिवारले नेपाली बालबालिकालाई धर्मपुत्रपुत्रीका रूपमा ग्रहण गर्न चाहेको र त्यसका लागि नेपाल सरकारको वर्तमान प्रतिबन्ध बाधक रहेकाले उनीहरूले आ-आफ्नो सरकारलाई हस्तक्षेप गर्न आग्रह गरेपछि सम्बन्धित मुलुकका प्रधानमन्त्रीहरूले नेपाल सरकारसँग उक्त आग्रह गर्नुपरेको हो ।

## नेपालको शैक्षिक क्षेत्र असुरक्षित

बितेका पाँच वर्षमा नेपालमा १० हजारभन्दा बढी शिक्षक तथा २२ हजारभन्दा बढी विद्यार्थी अपहरित भएको उल्लेख गर्दै युनेस्कोले आफ्नो वार्षिक प्रतिवेदनमा नेपालको शैक्षिक क्षेत्र असुरक्षित रहेको तथ्य सार्वजनिक गरेको समाचार 'अन्नपूर्ण पोस्ट' दैनिकले प्रकाशित गरेको छ । समाचारअनुसार विगत तीन वर्षयता नेपालको शैक्षिक क्षेत्रमा नाटकीय ढंगले आक्रमणका घटना बढ्दै गएका छन् । आक्रमणबाट प्रभावित क्षेत्रमा शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूको स्थिति भयावह छ । सशस्त्र विद्रोही समूहहरूले विद्यालय कब्जा गर्ने, विद्यार्थीलाई सशस्त्र समूहमा भर्ना गर्ने तथा विद्यालय भवन भत्काउने कामलाई जारी राखेकाले नेपालको शैक्षिक क्षेत्र असुरक्षित भएको समाचारमा उल्लेख छ ।

## अवकाशप्राप्त कर्मचारीको मनपरी

राजाको ठाडो निर्देशनमा दरबारमा हाजिर भैरहेका अवकाशप्राप्त विशिष्ट श्रेणीका हाकिमको अहिले पनि राजप्रशासनमा हालीमुहाली चल्ने गरेको समाचार नयाँ पत्रिका दैनिकले प्रकाशित गरेको छ । कात्तिक १६ गतेदेखि अवकाश पाएका कर्मचारीले पदीय हैसियत नखुलाई नेपाल सरकारका विभिन्न निकायमा आन्तरिक पत्राचार तथा सर्कुलर जारी गरिरहेको समाचारमा उल्लेख छ । समाचारअनुसार ५८ वर्ष उमेर नाघेका शारदाप्रसाद प्रधान, पशुपतिभक्त महर्जन, सागर तिमिल्सिना आदि कर्मचारीहरू अहिले पनि दरबारमा हाजिर भैरहेका र पदीय हैसियतबिना नै कर्मचारीलाई निर्देशन गरिरहेका छन् । उनीहरूलाई राजा ज्ञानेन्द्रले कात्तिक १५ गते बेतलबीमा काममा आउन निर्देशन दिएको र सोहीअनुसार उनीहरू राजप्रशासनमा सक्रिय रहेको बताइएको छ ।

## कैदीलाई माफी दिन गृहकार्य

सरकारले मुलुकका विभिन्न कारागारमा रहेका कैदीहरूमध्ये ५० प्रतिशतलाई आममाफी दिने तयारी गरिरहेको समाचार 'अन्नपूर्ण पोस्ट' दैनिकले प्रकाशित गरेको छ । समाचारअनुसार गम्भीर प्रकृतिका अपराधमा ६६ दशमलव ६६ प्रतिशत तथा सामान्य अपराधमा ३३ दशमलब ३३ प्रतिशत कैद भुक्तान गरेका कैदीहरू आममाफी पाउने कैदीहरूको सूचीमा प्राथमिकतामा परेका छन् । हाल नेपालमा ६ सय विदेशी तथा ६ सय महिलासमेत गरी ७ हजारले कैदी जीवन बिताइरहेका छन् ।

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १४ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्न दोष, पिसावसित धातु खस्ने, नपुसकता, सन्तान नहुने र कमजोरी आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोस् ।
भेट्ने ठेगाना: फोन नं. : ४-४६०७८५
पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल पारीपट्टी, काठमाडौं

केश
झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल
Before Herbal44 After
Rs. 750/-
रतन बढाउने Cream (रोगपु फ्रि) -1650/-
चाउरीपना हटाउने Cream -1050/-
शरीरको उचाई बढाउने -1250/-
बेदाग गोरो मुहारको लागि
ROOP अमृत (+ फ्रि) -1600/-
मोटोपना घटाउने (BP Belt फ्रि) -2400/-
प्रेसर Diabetes ढाड दुखाई -750/-
Gastric दम बाथ उपचार -350/-
Natural Treatment 100% Guaranteed
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, गौशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 2110057
Mobile: 9841330144, 9846062538 Chitwan

साँच्चीकै Anchor बन्ने हो भने
के तपाईलाई थाहा छ ?
कान्तिपुर FM का वरिष्ठ उद्घोषक हेम सुबेदीले विगत ४ वर्ष देखि रेडियो/स्टेज उद्घोषणको राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय पूर्ण कोर्स दिने एकमात्र स्थान हो ▸ International Rays Media, Maitidevi
(अन्यत्र नभुक्किनु होला)
सम्पर्क: 4441544
Mobile: 9841351327

Admission Open
Korea तथा Japan
जानेहरुका लागि दक्ष प्रशिक्षकहरु द्वारा भाषाका कक्षाहरु संचालन हुँदैछ । साथै English भाषाका कक्षाहरु पनि संचालन हुँदैछ ।
Musashi Int'l Institute
Samakhushi
Tel: 2151855

स्पेशल ५०% छुटमा होटल तालिम शुरू
तालिमहरु: ... Diploma in Hotel Management ... F&B Management ... Hotel Management
विशेषताहरु: ...
सबैको स्पेशल कक्षा हुनेछ ।
साहारा होटेल तालिम सेन्टर (S.M.T.T.C)
स्कुल अफ होटल म्यानेजमेन्ट एण्ड टुरिजम नेपाल (S.H.M.T.N.)
र्‍याडीसन कुकिङ तालिम सेन्टर (R.M.D.T.T.C.)

आवश्यकता
Meet the dream
यस American Concept को कम्पनीलाई केही कर्मचारी चाहिएकोले इच्छुक व्यक्तिहरुले आफ्नो योग्यताको प्रमाणपत्र र 2 PP फोटो सहित यथाशिघ्र सम्पर्क गर्नुहोला ।
संख्या: 20 Gents/ Ladies
शैक्षिक योग्यता: Minimum SLC Pass
तलब: 7500 + TA
Unique Aims Pvt. Ltd
National Gorkha
Ph:01-6226529
Mega Max International
BABA GAS
Ph:4770301

तु-आवश्यकता
नयाँ शाखा कार्यालयको लागि कर्मचारी आवश्यकता
योग्यता:– SLC or Above
संख्या:– 9 Gents/ 7 Ladies
तलब:– ८५००
सम्पर्क:
2072021 सीतापाईला रिङरोड सोल्टी दोबाटो चोक
2220042 कोटेश्वर रिङरोड SOS अगाडी मिखिलेश्वर मार्ग

संविधान सभा भनेको जनताले आफुलाई शासन गर्ने विधान आफुद्वारा चुनिएका प्रतिनिधिहरुद्वारा निर्माण गरिने पद्धति हो ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय
सूचना विभाग

सम्पादकीय

# चुनौतीपूर्ण अधिवेशन

आगामी सोमबारदेखि अन्तरिम संसद्‌को हिउँदे अधिवेशन प्रारम्भ हुँदैछ । राजनैतिक विश्लेषकहरू यो अधिवेशनलाई अन्तरिम संसद्‌को चुनौतीपूर्ण समयका रूपमा व्याख्या गर्दैछन् । जनआन्दोलन–२ ले स्थापित गरेको अन्तरिम संसद्‌को विशेष अधिवेशनले मुलुकलाई गणतन्त्र घोषणा गर्न तथा पूर्ण समानुपातिक प्रणालीमा संविधानसभाको निर्वाचन गराउनुपर्ने नेकपा एमाले र नेकपा माओवादीको दुई बेग्लाबेग्लै प्रस्तावलाई बहुमतले अनुमोदन गरिसकेको छ । उक्त प्रस्तावका पक्षमा दुईतिहाइ बहुमत जुटाउनुपर्ने चुनौती एमाले र माओवादीसमक्ष छ । विशेष अधिवेशनमा ती दुवै प्रस्तावको विपक्षमा उभिएको नेपाली कांग्रेसले ती प्रस्तावहरूमाथि हिउँदे अधिवेशनमा पनि त्यस्तै नीति अवलम्बन गर्ने संकेत सभापति गिरिजाप्रसाद कोइरालाले दिइसक्नुभएको छ । नेपाली कांग्रेसले असहयोग गरेको अवस्थामा ती दुई प्रस्तावले संसद्‌मा दुईतिहाइ बहुमत जुटाउन सक्नेछैनन् । त्यो स्थितिमा ती प्रस्तावहरू तुहिन सक्छन् । यस्तो स्थिति सिर्जना भयो भने मुलुकमा उग्रवामपन्थी, नरम वामपन्थी, मध्यमार्गी तथा दक्षिणपन्थी राजनीतिका वाहकहरूबीच तीव्र ध्रुवीकरण हुने सम्भावनालाई नकार्न सकिँदैन । यो स्थितिमा मुलुक अझ जटिल राजनैतिक परिस्थितितर्फ जान बाध्य हुनेछ ।

मुलुकको हिंसात्मक द्वन्द्वबाट अहिलेको अपेक्षाकृत शान्त राजनैतिक वातावरणमा अवतरण गराउने राजनैतिक दलहरूबाट नै मुलुकलाई जटिल अवस्थातर्फ डोऱ्याउने काम होला भन्ने कुरा आमजनताले झट्ट पत्याउन सक्नेछैनन् । यद्यपि अहिले जसरी राजनैतिक घटनाक्रमहरू घटिरहेका छन् त्यसले जटिल राजनीतितर्फ नै संकेत गरेको छ । यो स्थितिका लागि राजनैतिक दलहरूको आफूलाई पानीमाथिको ओभानो सम्झेर एक–अर्काको टाउकोमा दोष थुपार्ने नीति नै जिम्मेवार छ । यस्तो स्थितिमा आमजनताले चाहेको 'सबै राजनैतिक दलहरू मिलेर मुलुकको समस्यालाई समाधान गरून्' भन्ने इच्छा ओझेलमा पर्नु स्वाभाविक हो । त्यसैले अहिले नेपाली जनता संसद्‌को हिउँदे अधिवेशनपछि मुलुकमा कुनै अप्रिय घटना नघटोस् र मुलुकले शान्तिका लागि अहिलेसम्म गरेको बलिदान र त्यागको उचित मूल्यांकन हुन सकोस् भन्ने कामना गरिरहेका छन् । नेपाली जनताको यस्तो कामना उनीहरूको राजनैतिक चेतनाको उत्कर्ष पनि हो । किनभने अब नेपाली जनता राजनैतिक द्वन्द्वका नाममा अन्यौलको वातावरण हेर्न–भोग्न चाहँदैनन् । यस्तो जनइच्छाको कदर सबै राजनैतिक दलले गर्नेछन् भन्ने आशा अहिले गर्न सकिन्छ ।

अँध्यारोबाट उज्यालोतिर बढ्न, नछुटाऊँ साप्ताहिक पत्रिकाहरू पढ्न ।
सौजन्य : साप्ताहिक–पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जाल

## चिठीपत्र

### लोकतान्त्रिक मञ्चको चाहना

जनआन्दोलन-२ को सफलता, सहिदहरूको रगत एवं हजारौं आन्दोलनकारी तथा घाइतेहरूको दुःख-कष्टबाट प्राप्त भएको थियो । २००७ सालदेखि थाती रहेको संविधानसभाको निर्वाचन आन्दोलनको यही भावना अनुरूप मुखरित भएको थियो । त्यसैले संविधानसभा नेपाली जनताको आशा एवं लक्ष्य बन्दै आएको छ, तर मूलुकको राजनैतिक खिचातानी एवं गैरजिम्मेवारीपूर्ण क्रियाकलापले संविधानसभाको निर्वाचनमाथि प्रश्न उठ्ने अवस्था देखापऱ्यो । जसले गर्दा मूलुक राजनैतिक निकासतर्फ अघि सकिरहेको छैन । यो अवस्थाप्रति गर्दा हामी लोकतन्त्रवादीहरू दुःखी छौं, साथै यस्तो कार्यप्रति प्रत्यक्ष एंव अप्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने राजनैतिक पार्टी एवं व्यक्तिहरूप्रति घोर निन्दा एर्व भत्सर्ना व्यक्त गर्न चाहन्छौं । मुलुकभन्दा धेरै टाढा रहेर पनि नेपाली लोकतान्त्रिक मञ्च, बेलायत मुलुकको राजनैतिक, आर्थिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक विषयमा गहिरो अभिरुचि राख्दछ । एक पटक राजनैतिक सहमति गर्ने अनि त्यसको मसी सुक्न नपाउँदै राजनैतिक इमान्दारितालाई तिलाञ्जली दिंदै निर्वाचनको मुखमा आएर निर्वाचन भाँड्नु नेकपा (माओवादी) को राजनैतिक बेइमानी हो ।

संविधानसभाको निर्वाचन प्रक्रिया एवं व्यवस्थापनका बारेमा छलफल गरी निर्णय गर्ने बेलामा मिश्रित निर्वाचन प्रणालीलाई समर्थन गर्ने अनि निर्वाचनको मुखमा आएर समानुपातिक प्रणालीको कुरा उठाउनु राजनैतिक बेइमानी हो ।

प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइरालाले बारम्बार आफूले संविधानसभाको निर्वाचनबाहेक केही देखेको छैन तथा संविधानसभाको निर्वाचन २०६४ मंसिर ६ गते गराउन सकिनँ भने नैतिकताको आधारमा राजीनामा दिन्छु भन्नुहुन्थ्यो । आज संविधानसभाको निर्वाचन स्थगित हुँदा उहाँले कुन राजनैतिक इमान्दारिताका साथ पदमा बसिरहने ? जसरी भए पनि सरकारको नेतृत्व गरिरहने सर्वसत्तावादी चिन्तन र व्यवहारले समेत मुलुक अनिर्णयको बन्दी बन्न बाध्य भएको छ । यस्तो संवेदनशील घडीमा सम्पूर्ण राजनैतिक पार्टीहरू मुलुक र जनताप्रति जिम्मेवार हुँदै इमान्दारिताका साथ निर्णय प्रक्रियामा पुग्ने आशा गर्छौं ।

**सुरेन्द्र थपलिया, महासचिव,**
**नेपाली लोकतान्त्रिक मञ्च, बेलायत**

### यस्तो छ रातको ठमेल

करिब ४ वर्षअघि राजधानी छिरेलगत्तै ठमेलका बारेमा धेरै सुनेको थिएँ । संयोगवश केही दिनअघि मलाई एक जना साथी (जो एउटा राजनैतिक संगठनसँग नजिक छन्) ले मलाई ठमेल घुमाउने भए । मेरो ठमेल यात्रा सुरु भयो दरबारमार्गबाट । हामी छिरेका मात्र के थियौं, अँध्यारो बाटोमा दुई किन्नरले हात समाए । मेरो साथी तिनीहरूसँग मज्जाले कुरा गर्दै एकछिन अँध्यारो गल्लीमै छ्यामछ्युम पार्न थाले । खोइ पछि के भयो, उनी निराश भएर म कहाँ आए र केवल यति भने- क्या महँगो यार । तत्पश्चात् उनीहरू (किन्नर) को संसारलाई छिचोल्दै म र मेरो साथी अघि बढ्यौं ।

हाम्रो पाइला कुनै बारको ढोकामा गएर अडियो । छिर्ने बेलामा एउटा वाउन्सरले चेक गऱ्यो र भित्र जान दियो । भित्र पस्नेबित्तिकै मलाई लाग्यो त्यहाँ कुनै हलिउडको चलचित्र प्रस्तुत हुँदो हो । एउटी नृत्यांगना ब्रा र पेन्टीमा सजिएर हिन्दी गीतमा थर्किंदै थिई । किन हो किन मेरो अन्तर्आत्माले मलाई त्यहाँ धेरै बेर बस्न दिएन र हामी एउटा डिस्कोतर्फ लाग्यौं । सुरुमा त डिस्कोको वाउन्सरले हामीलाई छिर्नै दिएन । धेरै बेरको अनुरोधपछि मेरो साथीले आफ्नो परिचयपत्र देखाउँदै भने- 'म फलानो संगठनसँग आबद्ध व्यक्ति हुँ र यहाँ जाँचबुझ गर्न आएको । त्यसपछि हामीलाई भित्र जान दिइयो ।'

भित्रको दृश्य एकदमै भिन्न थियो । मधुरो बत्तीमा डुबेको त्यो कोठामा ठूलो स्वरमा अंग्रेजी गीतहरू घन्किरहेका थिए भने केही अल्लारे ठिटाठिटीहरू उक्त संगीतसँगै उफ्रिरहेको थिए । म विस्तारै कसैले चाल नपाउने गरी पछाडिको टेबलमा गएर बसें र रमिता हेर्न थाले । एकैछिनमा कता हो कताबाट सेतै तिघ्रा देखिने कट्टु र दुई स्तनको बीचको खाल्डो प्रस्ट अनुभव गर्न सकिने पोसाकमा सजिएकी युवतीलाई च्याप्दै तीन युवक पनि कम्मर मर्काउन थाले ।

त्यहाँ करिब एक घण्टा लामो बसाइपछि हाम्रा पाइला एउटा गेस्ट हाउसमा गएर अडिए । बा-बा, त्यहाँको वातावरण हेरेर त म एकछिन तर्सिएँ पनि । विभिन्न उमेरका युवतीहरू भड्किलो पोसाकमा सजिएर काउन्टरमै बसिरहेका । ग्राहकहरू आफूलाई मन परेकीलाई च्याप्दै गेस्ट हाउसको अँध्यारो कोठातिर लम्कँदै थिए । मसँगै जाने साथीले काउन्टरको युवकसँग सोध्यो– 'दाइ कहाँ हो ?' त्यो युवकको भनाइमा हामी ठिक अगाडिको कोठामा पस्यौं । त्यहाँ म उनीहरूको कुरा सुनेर बसें । रक्सीको नशाले छुँदै जाँदा उनीहरूले दीपक मनाङ्गेदेखि कमल थापा, छोटा राजन, दाउद इब्राहिम अनि वाईसीएलदेखि नेपाल प्रहरीसम्मको कुरा गरे । उक्त मदिरापान कार्यक्रमको एक जना सहभागी बारम्बार आफ्नो परिचयपत्र देखाउदै, गेस्ट हाउसका मालिकसमक्ष सुरक्षाको बन्दोबस्त आफूले गरिदिने वाचा गरिरहेको थियो ।

समग्रमा त्यहाँ रात चिसिँदै जादाँ, पुरुषहरू मात्तिँदै जान्छन् र महिलाहरू नाङ्गिँदै जान्छन् । माफिया, प्रहरी तथा राजनैतिक संरक्षणको आडमा अनेकौं अनुचित एवं गैरकानुनी कार्य सञ्चालन हुने ठमेलमा राम्रा व्यापारीहरूलाई असर त परेकै छ ।

**–राज कुमार**

## तीतो सत्य

• जिब्रोको जस्तो कडा विष अरूको हुँदैन ।

• जहाँ सत्य छैन त्यहाँ सौन्दर्य पनि हुँदैन ।

**देवेन्द्रमहिम नेपाली, बुटवल**

• समाजमा आफ्नो व्यतित्व र राम्रो पहिचान, बनाउनु छ भने आदर र मायाको व्यवहार गर्न सिक ।

• माया सबैलाई देऊ तर विश्वास एउटालाई मात्र ।

**वीरेन्द्र बस्नेत**

• तिमीसँग कुनै व्यक्ति रिसाएको छ र बोल्न सक्दैन भने तिमी आफै बोलाऊ, त्यो तिम्रो ठूलो गुण हुनेछ ।

• तिमी कुनै राम्रो कार्य गरेर देखायौ भने भगवान् मात्र होइन शत्रु पनि प्रशन्न (खुसी) हुन सक्छ ।

• तिमी हाँस तर शत्रु नहँसाऊ ।

• तिमी केही क्षणका लागि एउटा व्यक्तिसामु हाँस्छौ त्यो तिम्रो रूपको प्रशंसा हुनेछ तर फेरि नराम्रो मार्गमा लाग्छौ भने तिम्रो पछाडि कुरा काट्ने मानिस धेरै नहोलान् भन्न सकिन्न ?

**धनु गाहा–मगर, स्याङ्‌जा**

• प्रेमको फूल धेरै काँडाबीच फुल्छ तर प्रेमले काँडा उमार्दैन ।

• व्यक्तित्व धनुष हो भने मीठो बोली तपाईंको निशानामा लाग्ने अचूक तीर ।

• यदि गल्ती गरेका छैनौं भने तिमीले शतप्रतिशत प्रयास नै गरेका छैनौ भन्ने हुन्छ ।

**सुविन श्रेष्ठ, हेम्जा पोखरा**

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

*–सम्पादक*

## मुखाले

सरकार फाटेको जुत्ता हो, जहिले पनि परिवर्तन हुनसक्छ ।
**गिरिजाप्रसाद कोइराला, प्रधानमन्त्री**

संसद्‌को निर्णय नै एकताको नयाँ आधार हो, यसलाई कांग्रेसले नबुझे फेरि अर्को दुर्घटना हुनसक्छ ।
**प्रचण्ड, अध्यक्ष, नेकपा (माओवादी)**

नेकपा (एमाले) आफ्नै पार्टी फुटाउने गतिविधि कहिल्यै गर्दैन ।
**माधवकुमार नेपाल**
**महासचिव, नेकपा (एमाले)**

अब हाम्रो उद्देश्य सरकार परिवर्तन गर्ने हुनेछ ।
**डा. बाबुराम भट्टराई**
**नेता, नेकपा (माओवादी)**

विशेष अधिवेशनमा भएको मतदान संविधानको मूल भावनाविपरीत छ । त्यसैले कांग्रेसले यसलाई मान्दैन ।
**रामचन्द्र पौडेल, नेता, नेपाली कांग्रेस**

संसद्‌बाट पारित प्रस्ताव नै सरकारको नीति हुनुपर्छ ।
**सुवास नेम्वाङ, सभामुख**

सात दलले आ-आफ्नो अडान नछाडे भयंकर दुर्घटनाको सम्भावना देखिन्छ ।
**झलनाथ खनाल, नेता, नेकपा (एमाले)**

गणतन्त्रको घोषणा जन-अभिमतबाट मात्र गर्नुपर्छ, हामी दुई-चार पार्टीले गर्ने होइन ।
**डा. रामशरण महत, अर्थमन्त्री**

अभिनयको दुनियाँ सक्कली होइन, मःम पसल खोलेपछि मःमको दुनियाँ सक्कली हो कि भन्ने लागेको छ ।
**शर्मिला मल्ल, नायिका**

अरूले मलाई नम्बर वान भने पनि म नम्बर वान भैसकेकी छैन ।
**सञ्चिता लुइँटेल, नायिका**

## नीति-नियम

सम्पूर्ण पापहरूमध्ये हत्या वा हिंसा तथा झूटो बोल्नु ज्यादै ठूला पाप हुन् । त्यसैले यी दुई दुर्गुण भएकाहरूलाई सेवामा राख्नु हुँदैन ।

जसलाई जुन कार्य गर्न नियुक्त गरिएको छ उसले त्यही काम गर्नुपर्छ, अरूको अधिकार लिने इच्छा गर्नु हुँदैन ।

कसैले के गल्ती गऱ्यो– त्यता ध्यान दिनुहुँदैन, बरु आफ्नो शक्तिले उसको कुनै गल्ती–त्रुटि हटाउन सकिन्छ भने उसको उपकार गर्नुपर्छ– उपकार गर्नुजस्तो ठूलो धर्म अरू केही हुँदैन ।

कसैले पनि म तिम्रो काम गरिदिउँला भनेर उसको काममा ढिलाइ गर्नु हुँदैन । यदि आफैंले गर्न सकिन्छ भने चाँडै काम पूरा गरिदिनुपर्छ, नत्र लामो समयसम्म आशामा झुलाएर राख्नु हुँदैन ।

राष्ट्रसेवकले कुनै पनि सानो वा ठूलो काम गर्दा लिखित आदेशबिना काम गर्नु हुँदैन र राज्यले पनि लिखित आदेशबिना काम गराउनु हुँदैन । भुल गर्नु मानिसको स्वभाव नै हो त्यसैले कहिलेकाहीं निवारणका लागि पनि लिखित प्रमाण हुनु अति आवश्यक हुन्छ ।

–शुक्रनीति

अनुवाद : रामहरि बन्जारा

## सहर चर्चा

### सम्पादनमा सगुन

म्युजिक भिडियो तथा चलचित्रको दृश्य छायांकन गरेर मात्र हुँदैन । त्यसलाई बुट्टा भरेर सम्पादन अर्थात् एडिटिङ गर्नु अझ झन्झटिलो हुन्छ । पोखरामा म्युजिक भिडियोदेखि चलचित्रसम्म सम्पादन गर्ने एक मात्र युवती छिन्– २२ वर्षीया सगुन सिग्देल । कामनामार्गकी स्थायी बासिन्दा सगुनले ०५९ सालदेखि म्युजिक भिडियोदेखि चलचित्र सम्पादनमा हात हालेकी हुन् ।

सम्पादनसम्बन्धी उनले कुनै औपचारिक ज्ञान लिएकी छैनन् । आफ्नै दाजु निर्देशक तथा छायाँकार श्रीकान्त सिग्देलको प्रेरणाबाट उनी यस क्षेत्रमा होमिएकी हुन् । 'पोखरामा म्युजिक भिडियो तथा चलचित्र सम्पादनमा महिला नदेखेर उनलाई मैले यस क्षेत्रमा ल्याएको हुँ,' सिग्देलले साप्ताहिकलाई बताए । सुरुका दिनमा उनले एउटा म्युजिक भिडियो सम्पादन गरेर झ्याउन पूरापूर एक महिना लगाइन् । उनले हरिदेवी कोइराला, पुरुषोत्तम न्यौपाने, राजु परियारजस्ता हस्तीहरूको गीतको म्युजिक भिडियोको सम्पादन गरिसकेकी छिन् ।

संख्यात्मक रूपमा गन्ने हो भने म्युजिक भिडियो मात्र ३ सयभन्दा बढी सम्पादन गरिसकेकी छिन् भने 'आर्तनाद', 'मायाको संसार', 'दिलको धड्कन' तथा 'पानीमान्छे' आदि चलचित्र सम्पादन गरेकी छिन् । सगुनले केही म्युजिक भिडियोमा पनि अभिनय गरेकी छिन् ।

**–शिव शर्मा**

## साइबर गर्ल

### निशा खड्की

नेपाली साइट डटकमका लागि 'मोडल अफ दि मन्थ' स्तम्भमा छाएकी निशा खड्कीमा मोडलमा हुनुपर्ने प्रायः सबै गुण भेटिन्छन् । पूर्व मिसनेपाल उषा खड्गीकी बहिनी निशाले पनि दिदीको पथलाई पछ्याउँदै मोडलिङलाई नै रोजेकी हुन् । नयाँ बानेश्वरमा बस्दै आएकी २४ वर्षीया निशा ५ फिट ४ अग्ली छिन् । अलिअलि कालो, अलिअलि खैरो रंगको आँखा भएकी निशाले एमबीएस उत्तीर्ण गरेकी छिन् । मोडलिङको क्षेत्रमा स्थापित हुन चाहने निशा पौडी खेल्न तथा घुम्न मन पराउँछिन् । निशाका अनुसार नेपाली फेसन उद्योगले बिस्तारै गति लिइरहेको छ । यसकारण अबको पुस्ताले यो क्षेत्रलाई क्यारियर बनाउन सक्ने सम्भावना बढेको छ । निशा भन्छिन्- 'मेरो प्राथमिकताको क्यारियर मोडलिङ होइन, रुचिको क्षेत्र भने अवश्य हो ।' निशालाई विपरीतलिङ्गीको आकर्षक व्यक्तित्वले प्रभाव पार्छ । निशाका अनुसार आकर्षक शरीर अनि उक्त शरीर सुहाउँदो मन भएको पुरुषलाई उनी मन पराउँछिन् । जीवन के हो ? उत्तर दिँदै यी सुन्दरीले भनिन्- 'जीवन सुख-दुःखको मेल भए पनि यसलाई सक्दो रमाइलो बनाएर जिउन सक्नुपर्छ ।

# संविधानसभा व्यक्ति-अभिव्यक्ति

अहिले सदनले सरकारलाई जे आदेश दिएको छ, त्यो आदेशको पालना भयो भने माओवादी निर्वाचनमा जान्छ, नत्र जाँदैन । यसलाई कसैले माओवादी संविधानसभा विरोधी भन्छन् भने हामीलाई आपत्ति छैन । किनभने त्यसबेला हामी निर्वाचनमा गए पनि मधेस, हिमाल, उत्पीडित वर्ग, क्षेत्र, लिङ्ग, भाषा र जाति उठ्छन् । उनीहरूले निर्वाचन हुन दिँदैनन् । त्यसैले हामी के चाहन्छौं भने कांग्रेसको नेतृत्वमा रहेको सरकारले सदनको आदेश पालना गरोस् । यो आदेश पालना गरेर कांग्रेसले अन्तिम गल्ती सच्याउने मौका पाएको छ, नत्र नेपाली कांग्रेस नै संविधानसभाको निर्वाचन चाहँदैन भन्ने कुरा प्रस्ट हुन्छ ।

**रामबहादुर थापा (बादल), नेता, नेकपा (माओवादी)**

माओवादीलाई अर्घेलो देखाउन कांग्रेसका केही नेताले समानुपातिक निर्वाचनमा जानेबित्तिकै माओवादीले ताजा जनगणनाको माग गर्छ भनेर प्रचार गर्दैछन्, त्यसो होइन । भोलि के हुन्छ थाहा छैन, तर जनगणनाको माग गर्ने विषयमा अहिले हामीले केही सोचेका छैनौं । अहिले हामी सरकारको नेतृत्व परिवर्तन हुनुपर्छ भन्नेतिर ध्यान केन्द्रित गर्न थालेका छौं । सरकारको नेतृत्व परिवर्तन नभैकन संविधानसभा, अग्रगमन तथा गणतन्त्रमा पुग्न सकिँदैन ।

**मातृका यादव, नेता, नेकपा (माओवादी)**

हामीले २०६४ सालभित्र संविधानसभाको निर्वाचन गर्न सकेनौं भने त्यसपछिको परिस्थिति अकल्पनीय छ । त्यसपछाडि राजनैतिक पार्टीको हातबाट पहल कदमी गुम्छ । उनीहरूको भूमिका कमजोर मात्र होइन, निष्प्रभावी नै हुन्छ । समष्टिगत रूपमा भन्नुपर्दा मुलुक एउटा डरलाग्दो दुर्घटनातर्फ जान्छ । त्यसकारण हामीले भिनामसिना विवादलाई थाँती राखेर सातदलीय गठबन्धनलाई अझ दर्बिलो र पारदर्शी बनाएर संविधानसभासभा निर्वाचन गराउनुपर्छ ।

**प्रदीप ज्ञवाली, नेता, नेकपा (एमाले)**

तोकिएको मितिमा निर्वाचन हुन नसक्नुमा सबैभन्दा बढी दोषी प्रधानमन्त्री हुन् । पछिल्लो पटक कुनै पनि हालतमा निर्वाचनको मिति नसार्न उहाँले हदैसम्मको लचकता प्रदर्शन गर्न सक्नुपर्थ्यो । अर्कातर्फ हिजो नेकपा (एमाले) ले उठाएको एजेन्डालाई नेकपा (माओवादी) ले नकार्‍यो । माओवादी नेताहरूले समानुपातिक भएको अवस्थामा निर्वाचन हुन नसक्ने भन्दै हाम्रो नीतिलाई लागू नै गर्न दिएनन् । अहिले नेकपा (माओवादी) त्यही समानुपातिक हुनुपर्छ भन्ने अडानमा छ । यही अडानकै कारण संविधानसभा पनि सर्‍यो । यसरी हेर्दा अर्को दोषी माओवादी हो । संविधानसभाप्रति एमाले बाहेक अरू कोही पनि इमान्दार छैनन् । अब संविधानसभा निर्वाचन गर्न एमालेलाई नै सरकारको जिम्मेवारी दिनुपर्छ ।

**छविलाल विश्वकर्मा, कृषि तथा सहकारी मन्त्री**

## मेरो विचार

### संविधानसभा र नयाँ नेपाल

अहिले नेपाली जनताले चाहेको कुरा लोकतान्त्रिक गणतन्त्र हो । नयाँ बन्ने संविधानले राजतन्त्रका सबै अवशेषलाई पन्छाउन सक्छ, केन्द्रीकृत र एकाङ्की राज्य प्रणालीको अन्त्य गर्न सक्छ, यदि संविधानसभामा कुनै चलखेल भएन भने । संविधानसभामार्फत जनताको प्रत्यक्ष सहभागिताबाट संविधान निर्माण हुने भएकाले संविधानसभालाई संविधान निर्माणको लोकतान्त्रिक एवं उपयुक्त प्रक्रिया मानिन्छ । केही राजनैतिक दलले राजतन्त्रलाई ठेगान लगाउन संविधानसभाको पहिलो बैठकलाई कुरेका छन् । यसबाट के देखिन्छ भने त्यो अवस्थासम्म पुग्दा प्रतिगामी तत्त्वहरूले वितण्डा मच्चाउन सक्ने सम्भावना छ । राजाको आवश्यकता यो देशमा छैन भनेर जब नयाँ संविधानमा लेखिनेछ, के त्यतिबेला राजा सामान्य नागरिक सरह बस्न सक्लान् ? यो प्रश्न जटिल छ । हामीमाझ थुप्रै बाधा, अड्चनहरू छन् । त्यसैले यी यावत् समस्यालाई सरकार, दल तथा नागरिक समाज मिलेर समाधान गर्नुपर्छ । त्यसका लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका सञ्चार माध्यमहरूले खेल्नुपर्छ । संविधानसभाको स्वस्थ एवं स्वच्छ निर्वाचनबिना लोकतान्त्रिक गणतन्त्र स्थापना असम्भव छ । सबैका समस्या तथा गुनासाहरू सुनेर वा बुझेर काम गर्नु सरकारको जिम्मेवारी हो । हामी नागरिकले संविधानसभाको निर्वाचन तोकिएको समयमै गराउन पहल गर्नुपर्छ किनकि नयाँ नेपाल हामी सबैको चाहना हो ।

**–शुकदेव चापागाईं, काठमाडौँ**
**(पुरस्कृत विचार)**

### जिम्मेवार बन्नुपर्छ

जनआन्दोलन-२ ले पुरानो निरङ्कुश शासन अन्त्य गरी नव-नेपाल निर्माण गर्ने बाटो खुला गरेको थियो । जनआन्दोलन-२ मार्फत जनताले राजनैतिक दलहरूलाई जनताको चाहनाअनुकूलको कानुनी राज्य स्थापना गर्ने जिम्मेवारी दिएका थिए । जसमा संविधानसभाको निर्वाचन गरी लोकतन्त्रलाई स्थायित्व दिने जिम्मेवारी वर्तमान सरकार तथा सात राजनैतिक दलको काँधमा छ ।

यद्यपि समयमा निर्णय गर्न नसक्नु, संक्रमणकाललाई लम्ब्याउनु, दिन-प्रतिदिन सुरक्षास्थिती बिग्रँदै जानु, राजनैतिक दलहरूबीच मतभेद हुनु, आ-आफ्ना हठ, जिद्दी नछोड्नु, जिम्मेवार नेताले दिनैपिच्छे बोली फेर्नु आदि कारणले संविधानसभाको निर्वाचन हुन सक्ने कुरामा शंका उत्पन्न हुन थालेको छ ।

जनताले विश्वास गरेर सत्तामा पुर्‍याएका राजनैतिक दल, सरकार तथा जिम्मेवार पक्षले आफ्नो स्वार्थ त्यागी निर्धारित समयमा निर्वाचन सम्पन्न गराउन विभिन्न जातजाति, वर्ग, क्षेत्र, लिंग, द्वन्द्वपीडितका मुद्दाहरूलाई अहिले नै सम्बोधन गर्नुपर्छ । शान्ति-सुरक्षाको स्थितिमा सुधार, तराई द्वन्द्वको समाधानजस्ता जटिलतामा संवेदनशील भएर लाग्नुपर्छ । सबै राजनैतिक दल, सरकार तथा विभिन्न आन्दोलनकारीहरू गाउँ-गाउँसम्म संविधानसभाको प्रचार-प्रसारमा जुट्नु आवश्यक छ । सबै नागरिकलाई संविधानसभाका बारेमा सुसूचित गर्नुपर्छ जसका लागि सरकारी तथा निजी स्तरका सम्पूर्ण सञ्चारमाध्यमबाट प्रचार-प्रसार आवश्यक छ ।

**– रमेश कार्की, कागेल, सोलु**

**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 । उत्कृष्ट प्रकाशित सामग्रीलाई नगद रु. २ सय प्रदान गरिनेछ ।**

## बागबजारमा भीडभाड

**साप्ताहिक समाचार**

काठमाडौं- त्यसो त राजधानीको अति व्यस्त बागबजार मूल सडकमा प्रायः सधैंजसो भीडभाड भैरहन्छ । शनिबार गोवर्द्धन पूजाको दिन भने बागबजारको मूल सडकमा अरू नै कारणले भीड लागेको थियो । टोल विकास समिति ३१ नम्बर वडाको आयोजनामा त्यहाँ रमाइलो 'बागबजार सडक महोत्सव-२०६४'को आयोजना गरिएको थियो । तिहारको अवसरमा आयोजित महोत्सवको आकर्षण ओभरहेड ब्रिजको मुन्तिर बनाइएको मञ्चमा नाम चलेका केही गायक-गायिकाहरूको सांगीतिक प्रस्तुति रह्यो । मञ्च रहेको स्थानबाट झन्डै पद्मकन्या क्याम्पसको मूल गेटसम्म मानिसहरूको ताँती देखिन्थ्यो । कलाकारहरू अविनाश घिसिङ, अर्जुन कुमार, नसिम खान, जबिक, आगन्तुक खरेल, न्यू एमपी युनिट आदिले कार्यक्रममा दर्शकहरूलाई नचाए । विशेषतः कार्यक्रमको अन्तिममा देखा परेको बनेपाको चर्चित समूह द ग्लुमी गाइजले आफ्ना चर्चित लोकपपहरू गाएर दर्शकहरूलाई नचाए । महोत्सवमा पारखीहरूका लागि विभिन्न देशका परिकारको 'फुड फेस्टिभल', कलात्मक प्रस्तुतिका रूपमा 'चित्रकला प्रदर्शनी', खेलमा रमाउनेहरूका लागि 'बिंगो'का अतिरिक्त अन्य खेल खेलाइनुका साथै डिजे एनके र डिजे साकारले राति आठ बजेसम्म महोत्सवमा आउनेहरूलाई नचाएका थिए ।

## जम्यो दीपावली महोत्सव

बुटवल- बुटवललाई यसपटक भने गजबले तिहार लाग्यो । यहाँको प्रमुख व्यापारिक केन्द्र, अमरपथका स्थानीय व्यवसायीहरूले तिहारलाई उल्लासपूर्ण बनाउन र ग्राहकलाई स्वागत गर्न पहिलो पटक आयोजना गरेको तीनदिने दीपावली महोत्सवले बुटवल यति धेरै रंगीन र रमाइलो बनेको हो । कार्पेट बिच्छ्याइएको सडकमा ध्वजापताका र घरघरै दीप प्रज्वलनले बुटवलको अमरपथ विवाहमण्डपकी दुलहीझैं झिलिमिली मात्र बनेन, देउसीभैलोसहित विविध सांस्कृतिक प्रस्तुतिले दर्शकहरूलाई तीन दिनसम्म पर्याप्त मनोरन्जन प्रदान गर्‍यो । बुटवलवासीले पनि उत्साहपूर्वक सहभागी भएर महोत्सवलाई सोचेभन्दा बढी सफल बनाए । बुधबार साँझ उद्घाटन भएको महोत्सवको पहिलो र दोस्रो दिन स्थानीय फ्रेन्ड्स क्लब र न्यू होराइजन बोर्डिङ स्कुलका कलाकारहरूले देउसी-भैलो र लोकगीत तथा विभिन्न जातजातिका मौलिक संस्कृति र परम्परा झल्कने मारुनी, कौडा, सोरठी र माझी नृत्य प्रस्तुत गरेर सहभागीहरूलाई आनन्दित तुल्याए । महोत्सवको अन्तिम दिन लक्ष्मण खड्का, नेत्र भण्डारी, सीता ज्ञवाली र सुमित्रा कोइरालाले दोहोरी गाएर दर्शकहरूलाई मज्जाले नचाए भने सुरेश सेन्चुरी, नारायण थापा, विजय सापकोटा, हिमसागर गुरुङको वाद्यवादनले संगीतमय बनेको महोत्सवमा स्थानीय गायकहरू वीरेन्द्र अग्रहरी, वसन्त श्रेष्ठ, राकेश अग्रहरी, अविरल न्यौपाने आदिले नेपाली र हिन्दी आधुनिक तथा पपगीत, गजल प्रस्तुत गरे ।

**–टोपराज शर्मा**

## एउटै मञ्चमा डान्स, नाटक र कमेडी

धनकुटा- एउटै मञ्चमा डान्स, नाटक र कमेडी हेर्न पाउँदा धनकुटा, मूर्तिढुङ्गाका दर्शकहरू ज्यादै खुसी देखिन्थे । सिंहदेवी प्रा.वि., आहालेको प्राङ्गणमा तिहारको अवसर पारेर सगरमाथा सांस्कृतिक समूहले आयोजना गरेको स्टेज नाटक 'सहिदको सपना' का साथमा स्थानीय कलाकारहरूको डान्स र कमेडीबाट पनि दर्शकहरूले पर्याप्त मनोरञ्जन लिए ।

स्वागत गीत तथा नृत्यबाट पर्दा खुलेको मञ्चमा प्रस्तुत भएको नाटकले जनआन्दोलन २०६३/०६४ मा सहिदहरूले बगाएको रगतको मूल्य नेताहरूले बुझ्न नसकेको र सहिदले देखाएको बाटोमा हिँड्नुपर्ने सन्देश दिएको थियो । नाटकको बीचबीचमा प्रस्तुत लोक तथा पपगीतका साथै नृत्यले दर्शकहरूलाई पूर्ण संगीतिक मनोरञ्जन प्रदान गरेको थियो । बालकदेखि वृद्धसम्म उपस्थित कार्यक्रमको रौनक मोफसलका हास्य कलाकारहरूको कमेडीले अझ बढाएको थियो । हास्यप्रस्तुतिमा कलाकारहरूले दर्शकहरूको मन जितेर वान्स मोर पनि पाएका थिए ।

निर्धारित समयभन्दा दुई घण्टा ढिलो दिउँसो १२ बजे सुरु भएको नाटक तथा संगीतिक कार्यक्रममा पाँच भागको नाटक, १० वटा गीतमा नृत्य तथा तीनवटा कमेडीसहितको प्रस्तुति बेलुका ५ बजेसम्म चलेको थियो ।

## सिंधुवामा जम्यो डान्स

सिधुवा (धनकुटा)- तिहार सकिएको भोलिपल्टै सोमबार सानो सुन्दर चिट्टिक्क परेको सिंधुवा बवजारलाई सुमधुर संगीतको आवाजले पुनः गुञ्जायमान बनाइरहेको थियो । बेलुकको मौसम त्यसमाथि सिंधुवाको चिसो सिरेटोबीच युवा-युवतीहरू बजारको मुटु बस स्टेन्डमा जम्मा हुन थाले ।

युवा-युवतीहरूले साउन्ड अपरेटरले बजाएको लोकगीतसँगै धक फुकुन्जेल नाच्न पाए । बिस्तारै पपबाट रिमिक्समा आइपुग्दा लोक र पपमा छुट्टाछुट्टै नाचेका युवायुवतीहरूसँगै कम्मर मर्काई-मर्काई नाच्न थाले । करिब पाँच घण्टा नाच्दा पनि सिंधुवाली युवायुवती थाकेका देखिँदैनथे । सिंधुवाको चिसो सिरेटो त्यसमाथि खुला ठाउँमा आकाशबाट शीत खस्दा पनि नाच्नेहरू पसिना-पसिना भएका देखिन्थे ।

तिहारलाई बिदाइ गर्न तथा सिंहदेवी युवा क्लबको सहयोगार्थ सोमवार सिंहदेवी युवा क्लबले आयोजना गरेको उक्त कार्यक्रमले सिंधुवाका युवायुवतीहरूलाई बेलुकी ६ बजेदेखि ११ बजेसम्म पूर्ण मनोरञ्जन प्रदान गरेको थियो ।

## कलाकारसँगै नाचे कैदीबन्दी

विराटनगर- क्षमताभन्दा दोब्बर मान्छे राखिएको मोरङ कारागारका कैदीबन्दीले यस वर्षको तिहारमा कलाकारसँगै नाच्न पाउँदा आफू जेलभित्र भएको कुरा पनि बिर्सिए । कारागारभित्र प्रशासनको नियम पालना गरेर बसेका कैदीबन्दीहरूले कलाकारसँग मन खोलेर नाच्न पाउँदा केही क्षण भए पनि स्वतन्त्रताको अनुभव गरे । उनीहरूसँग कारागारमा देउसी खेल्न गायक प्रकाश ओझा आएकाले पनि कैदीबन्दीहरू रमाएका थिए । गायक ओझाले मोरङ कारागारमै ४ सय ७७ दिन बिताएका थिए ।

तीन घण्टा चलेको सांगीतिक कार्यक्रममा गायकहरू बाबु बोगटी, प्रकाश पौडेल, सुमित खड्का, प्रवलदिप विश्वास, फुर्वा शेर्पा, एमसी क्राईसिस्ना, मणि श्रेष्ठ आदि उपस्थित थिए । गायक ओझाले जेलभित्र रहँदा बनाएका गीत गाएर कैदीबन्दीहरूलाई मनोरञ्जन दिए । पुराना साथी प्रकाश जेलमा आउदा विभिन्न सजाय भोगिरहेकाहरूले उपहार मात्र दिएनन् अँगालो हालेर पालैपालो तस्बिरसमेत खिचाए ।

पुरुष कारागारमा रमाइलो भैरहेको थाहा पाई पर्खालपारि रहेका महिला कैदीबन्दीहरू पनि त्यस्तै मनोरञ्जन गर्न पाए हुन्थ्यो भन्ने चाहना प्रकट गरिरहेका थिए । प्रकाश ओझाले महिला बन्दीबीच पनि नाचगान गर्ने प्रस्ताव राखेपछि जेलरले तुरुन्तै स्वीकृति दिए । त्यसलगत्तै कलाकारहरू महिला कैदीबन्दीलाई देउसी गीतमा नचाउन पुगेको थियो । कलाकारले उनीहरूलाई नचाएनन् मात्रै, सबैको हातबाट भाइटीका पनि थापे । जेलभित्रै कलाकारहरूलाई भाइ टीका लगाइदिन पाउँदा महिला कैदीबन्दीहरू हर्षित देखिन्थे ।

सशस्त्र प्रहरी परिवार महिला संघले पनि मोरङ कारागारका महिला कैदीबन्दीसँग देउसी खेलेका थिए । संघले देउसी गीतमा कैदीबन्दीलाई नचाएर विभिन्न उपहार प्रदान गरेको थियो । उनीहरूसँग नाच्न सशस्त्र प्रहरीको कलाकार टोली पनि आएको थियो ।

**–कमल रिमाल**

## छिमेकी साँझको रौनक

**साप्ताहिक समाचार**

धरान- दीपावलीको अवसरमा बर्सेनि आयोजना गरिँदै आएको 'छिमेकी साँझ' यसपालि पनि सञ्चालन भयो । धरान नगरपालिका कार्यालयअगाडि सम्पन्न संगीत र नृत्यको उक्त कार्यक्रमलाई चतरालाइनमा जन्मिएकी गायिका प्राश्ना शाक्यले तताएकी थिइन् । 'आवाज देऊ' सहित उनले आफ्ना चर्चित तीनवटा गीत गाउँदै घरेलु दर्शकहरूलाई उफारेकी थिइन् ।

धरानमै जन्मिएका लोकल कलाकारहरूलाई मात्र अवसर दिइने भएकाले छिमेकी समूहद्वारा आयोजित कार्यक्रमलाई धरानेहरू आफ्नो कला प्रस्तुत गर्ने मञ्चका रूपमा लिन्छन् । कार्यक्रममा गायिका प्राश्ना शाक्य तथा पत्रकार प्रतिमा विवश राईलाई सम्मान गरिएको थियो । हिट्स म्युजिक एवार्डको नवोदित कलाकारको विधामा मनोनयनमा परेका धराने गायक सपन श्रेष्ठको प्रस्तुतिले पनि कार्यक्रममा रौनक थपेको थियो ।

युनाइटेड मल्टी आर्ट्सका कलाकारहरूले प्रस्तुत गरेको हिन्दी नृत्य तथा नेपाली च्याब्रुङ र मारुनी नाचले पनि सडकमा उपस्थित दर्शकहरूको मन जितेको थियो । उक्त अवसरमा स्थानीय सांगीतिक समूहहरूले पप गीतको स्वाद चखाएका थिए भने लेखु विवश तथा राजेन्द्र खाँले पनि आ-आफ्ना गीत गाएका थिए ।

## बाटो बनाउन सांगीतिक कार्यक्रम

इलाम (गोर्खे)– संगीतका साथै समाजसेवामा पनि उत्तिकै तल्लीन गायक कुवेर राई संगीतमार्फत समाजसेवामा जुटेका छन् । गएको बिहीबार उनी सांगीतिक कार्यक्रम गरेर स्थानीय क्षेत्रको बाटो निर्माण सम्पन्न गर्न आर्थिक सहयोग जुटाउन व्यस्त देखिन्थे । गोर्खेको मंगलबारेस्थित सिहंदेवी मा.वि.को प्राङ्गणमा एक सांगीतिक कार्यक्रम आयोजित गरी गायक राईका साथै स्थानीय युवाहरूले बाटो पुनर्निर्माणका लागि आर्थिक सहयोग जुटाए ।

कार्यक्रममा गायक राईका साथै पुजन प्रधान, भूपेन्द्र राईको सांगीतिक प्रस्तुति तथा हास्यकलाकार विलसनविक्रम राईको हास्यप्रस्तुतिबाट स्थानीय बासिन्दाले पर्याप्त मनोरञ्जन लिए । आफ्नै संलग्नतामा श्रीअन्तुको बाटो र पुल निर्माण गरेका गायक राई पछिल्लो पटक पशुपतिनगर गोर्खे सडक पुनर्निर्माणमा सहयोग पुर्‍याउने लक्ष्यका साथ स्थानिय युवाहरूसँगै सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी भएका थिए ।

'गाएर पनि देश र गाउँको विकास-निर्माणमा सहयोग पुर्‍यान सकिन्छ भन्ने विश्वासका कारण यो कार्यक्रमसम्म आइपुगेको छु,' गीत प्रस्तुत गर्न मञ्चमा पुगेका गायक राईले आफ्ना चर्चित गीत प्रस्तुत गर्नुअघि यसो भन्दा दर्शकहरूको अपार भीडबाट तालीको वर्षा भएको थियो । कार्यक्रममा अबुधावी ब्यान्ड, फिक्कल कला केन्द्र, इलाम कला केन्द्र तथा स्थानिय कलाकारहरूले गीत तथा नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए ।

**–शिव मुखिया**

## हाम्रो नेपालमा

### पाँच वर्षकी पार्वतीको तौल आधा किलो

तेह्रथुम आङबुङ गाविसकी पार्वती दाहाल जन्मिदा तीन किलोग्रामकी थिइन्। जन्मिएपछि हुर्किंदै जानुपर्नेमा दाहाल घट्दै गइन्। अहिले उनी पाँच वर्षकी भइन् तर उनको तौल जम्मा ४ सय ५० ग्राम मात्र छ। दाहाल बढ्नुको साटो घट्दै गएपछि घरमै धामीझाँक्री लगाइयो। धामीझाँक्रीले सुकेनाम, जङ्गली लागेको भने। कसैले बोक्सी-डाइनीको आँखा लागेको भने। धामीकै भनाइअनुसार त्यसै अनुरूपको उपचार गरेको आमा देवकुमारीले बताइन्। छोरीको उपचारकै क्रममा विराटनगर आइपुगेकी देवकुमारी अहिले छोरी पार्वतीको साथ विराटनगरस्थित पोषणगृहमा छिन्। पोषणगृहमा आएपछि पार्वतीको तौल एक किलोग्राम बढेको छ। पोषण गृहका सहायक राजेन्द्र काफ्लेका अनुसार पार्वतीलाई ड्इडसिन्ड्रम रोग लागेको छ।

### २४ वटा औंला

बुम्चुङ मादिखोला घर भएका टोलबहादुर श्रेष्ठ (२३) र श्रीमती शान्ता श्रेष्ठ (१९) को विवाह २०६० साल फागुनमा भएको थियो। यी दम्पतीको कोखबाट २०६२ फागुन २८ थापाथली प्रसूतिगृहमा जन्मिएका सुनील श्रेष्ठको जन्मदै दाहिने हातमा ६ वटा, देब्रे हातमा ६ गरी १२ वटा औंला तथा दाहिने गोडामा ६ वटा औंला एवं देब्रे गोडामा ६ वटा गरी १२ वटा औंला थिए। दुवै हात र दुवै गोडामा गरी २४ औंला भएका सुनील अहिले दुई वर्षका भएका छन्। उनलाई आजसम्म कुनै पनि रोग नलागेको श्रीमती शान्ता श्रेष्ठले बताइन्। हाल लुभु गाविसमा बस्दै आएका सुनीलका बाबु टोलबहादुर ट्र्याक्टर चलाउँछन्।

तस्बिर : नवराज वास्ले

### १ सय ५३ वर्षका नेपाली ?

तपाईंलाई कसैले नेपालीको बढीभन्दा बढी आयु कति होला भनेर सोध्यो भने के जवाफ दिनुहुन्छ ? यो प्रश्नको जवाफ दिन तपाईंलाई हम्मे परे पनि धादिङ जिल्लाको एउटा ग्रामीण बस्तीमा नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रका आधारमा १ सय ५३ वर्ष उमेरका मानिस भेटिएका छन्। सुन्दा अपत्यारिलो लागे पनि राज्यले नेपाली नागरिक भएको पहिचान दिने नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रमा नै स्पष्टसँग यो कुरा लेखिएपछि पत्याउनैपर्‍यो। जिल्ला प्रशासन कार्यालय, धादिङबाट दिइएको नागरिकताको प्रमाणपत्रमा धादिङ जीवनपुर-२ मगरगाउँका टाँचर मगरको जन्ममिति विक्रम संवत् १९११ लेखिएकाले अहिले उनको उमेर १ सय ५३ वर्ष पुगेको हो। नागरिकता प्रमाणपत्र वितरणका लागि गाउँमा पुगेको सरकारी टोलीले २०४३ साल पुस २६ गते मगरलाई ४२५५ बा.धा.टो.१ नम्बर भएको प्रमाणपत्र दिएको हो। जीवनपुर गाविसका प्राविधिक सहायक मिलनकुमार सुवेदीका अनुसार २०११ सालमा जन्मिएको मानिसलाई १९११ सालको जन्ममिति लेखिदिँदा मगरको उमेर अपत्यारिलो भएको हो।

### श्रीमती पक्का गर्ने अनौठो चलन

विवाह गरेपछि बनाइने विवाहदर्ता प्रमाणपत्र नै श्रीमान्-श्रीमतीबीचको आधिकारिक सम्बन्धको कानुनी प्रमाण हो, तर चेपाङ जातिमा नविवाहित दुलाहाले सांस्कृतिक मान्यता पूरा नगरेसम्म आफ्नी श्रीमती नै आफ्नी भनेर पक्का नहुने भएकाले चोपाङ ज्वाइँ श्रीमतीलाई

आफ्नी भनी पक्का बनाउन 'टीकाथाङग्रा' गर्छन्। वडा दसैंको प्रारम्भसँगै ससुराली गएर 'टीकाथाङग्रा' गरी श्रीमतीलाई पक्कापक्की गर्न सुँगुरको करङ, रक्सी, केरा, चामल र चिउराको जोहो गर्नुपर्छ। यस्तो चलन मकवानपुरका राक्सिरङ, भर्ता काँकडा, सरिखेत आदि गाविसहरूमा प्रचलित छ। 'टीकाथाङग्रा' गरेपछि मात्रै श्रीमान्-श्रीमतीको सम्बन्ध पक्कापक्की हुन्छ।

### एउटै विद्यालयमा दुई प्रधानाध्यापक

शिक्षा मन्त्रालयले एउटै विद्यालयमा दुईजना प्रधानाध्यापक रहन सक्ने व्यवस्था प्रस्ताव गरेको छ। आधारभूत तह र माध्यमिक तह गरी एउटै विद्यालयमा दुई/दुई प्रधानाध्यापक रहनेछन्। कक्षा १ देखि १२ सम्मको एकीकृत प्रणाली कार्यान्वय गर्न गठित विद्यालय क्षेत्र सुधार कार्यक्रममा यस्तो प्रस्ताव गरिएको हो। यसबाट सबैका लागि शिक्षा कार्यक्रमलाई सहयोग पुग्ने दाबी गरिएको छ। १ देखि ८ कक्षासम्म आधारभूत तह र त्यसभन्दा माथि १२ कक्षासम्मलाई माध्यमिक तहमा राखिनेछ। एउटै विद्यालयमा एकदेखि बाह्र कक्षासम्मै पठनपाठन हुने भए कार्य विभाजनका दृष्टिले दुई प्रधानाध्यापक प्रस्ताव गरिएको हो। आधारभूत शिक्षा निःशुल्क हुने र स्थानीय सरकारको सहभागिता रहनेछ। यो कार्यक्रम हाल परीक्षणका निम्ति ३ जिल्लामा लागू गरिएको छ।

**र अन्तमा...**

आफ्नै श्रीमान्बाट तीन महिनाअघि बेचिएकी महिलालाई माइती नेपाल हेटौंडाको सहयोगमा उद्धार गरी स्वदेश फर्काइएको छ। १४ महिनाअघि अन्तर्जातीय प्रेमविवाह गरेका मकवानपुर सरिखेत गाविस वडा नम्बर-६ बस्ने तेजबहादुर रानामगरले आफ्नी श्रीमती कल्पना विकलाई घुम्न जाने भन्दै झुक्याएर भारतको आसाममा लगेर बेचेका थिए। विवाहपछि एक वर्षसम्म हेटौंडाका श्रीमान्सँगै बस्दै आएकी कमलालाई श्रीमान्ले काँकडभिट्टा घुमाउन लान्छु भनी भारतको आसाम प्रदेशको सिल्चरमा १ लाख ५० हजार रुपैयाँमा बिक्री गरेका थिए।

## कान्तिपुर समाचार डायरी

### तीन वर्षभित्र आँखामा लाग्ने रोग निर्मूल हुने

तीन वर्षभित्र नेपालबाट आँखामा लाग्ने खस्रे रोग निर्मूल हुने भिजन २०२० कार्यक्रम नेपाल च्याप्टरले जनाएको छ। विश्व स्वास्थ्य संगठन तथा अन्धोपन निवारणका लागि सक्रिय ६ वटा अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरूले आँखासम्बन्धी रोग निवारणका लागि सन् १९९९ मा भिजन २०२० को योजना अघि सारेका थिए। योजनाअनुसार विश्वमा अन्धोपनकै कारकका रूपमा रहेका मोतियाबिन्दु, न्यूनदृष्टि, जलविन्दुजस्ता रोगलाई पहिलो प्राथमिकता दिइएको छ। नेपालमा यो कार्यक्रम ५ वर्षअघि सञ्चालनमा ल्याइएको थियो।

### हत्यारा नम्बर एकमा मुटुको रोग

विश्व स्वास्थ्य संगठनले सन् २०२० सम्ममा प्रत्येक घर-परिवार मुटुरोगको महामारीबाट प्रभावित हुने तथ्यांक सार्वजनिक गरेकै बेला गंगालाल हृदयरोग केन्द्रले नेपालमा २० प्रतिशत वयस्कहरू उच्च रक्तचापबाट पीडित भएको जनाएको छ। केन्द्रले नेपालमा अहिले ४० लाखको हाराहारीमा मुटुरोगी भएको र पछिल्लो १० वर्षमा मुटुरोगीहरूको संख्यामा ५ गुणाले वृद्धि भएको बताएको छ। केन्द्रका अनुसार नेपालमा बालबालिकाहरू पनि मुटुरोगबाट पीडित भएको देखिएको छ। काठमाडौंमा मात्रै १५ वर्ष उमेर समूहका बालबालिकामध्ये बाथ मुटुरोगबाट प्रतिहजारमा १ दशमलव २ प्रतिशत र जन्मदै मुटुरोगबाट प्रतिहजारमा १ दशमलव ३ प्रतिशत पीडित छन्। विश्व स्वास्थ्य संगठनको तथ्यांकअनुसार विश्वभरि १ करोड ७५ लाख मानिस हरेक वर्ष मुटु रोगका कारण मृत्युको मुखमा पुग्छन्।

# युवाहरूको आकर्षणमा छठ पर्व

पृष्ठ १ बाट जारी

गर्न गंगासागर छठ पूजा समिति, रामजानकी सेवा समाज, किशोरी सेवा समितिसहित एक दर्जनभन्दा बढी युवा संघ-संस्थाहरूले विशेष योगदान दिने गरेका छन्।

**सूर्य उपासनाको परम्परा**

आदि मानव आर्यहरूले जिउँदो देउताका रूपमा सूर्य र चन्द्रमालाई पूजा गरेको वेदमा समेत उल्लेख छ। छठ पूजा सूर्य उपासनाको आधुनिक रूप हो। प्रकाश र तापको स्रोत सूर्यले आदिकालदेखि नै मानवजातिलाई आकर्षित गर्दै आएको छ। कार्तिक शुक्ल षष्ठी र सप्तमीको दिन छठ पर्व मनाइए पनि यसको प्रारम्भ चतुर्थीदेखि नै सुरु हुन्छन्। चतुर्थीको दिन व्रत बसेका महिला र पुरुषहरू पवित्र स्नान गरी चोखो खाने कुरा मात्र खान्छन्। जसलाई 'नहाय खाय' भनिन्छ। पञ्चमीको दिन दिनभरि उपवास बसेर राति सक्खरले बनेको खीर र गुलियो पुरी खाने चलन छ। यो उपक्रममा परिवारका सबै सदस्य सहभागी हुने चलन छ, जसलाई षडना भनिन्छ। विनानुनको खाना खाएपछि व्रतीहरू निराहार उपवासमा बस्छन्। षष्ठीको दिन सन्ध्याकालीन सूर्यलाई अर्घ्य (प्रसाद) दिइन्छ भने सप्तमीको दिन उदयाचलगामी सूर्यलाई अर्घ्य प्रदान गरी यो पर्व सम्पन्न हुन्छ।

सूर्य उपासनाको यो पर्वमा षष्ठीका रूपमा सन्ध्याको पूजा गर्ने चलन छ। लोकगीतहरूमा वर्णन भएअनुसार सन्ध्या सूर्यकी पत्नी हुन्। गीतमा यसरी भनिएको छ– उगह हो सुरुजदेव, भोरके बेर.......लगभग ३६ घण्टाको उपवासले आकुलव्याकुल भएका व्रतालुहरू सूर्यलाई छिटो उदाउन आग्रह गर्छन्। गीतको माध्यमले उनीहरू भगवान् भाष्करमाथि आरोप लगाउँछन्– आफैं ससुरालीमा साली सलहोजसँग मोज गर्दैछौ उदाउन ढिलो गर्‍यौ हामी तिम्रो प्रतीक्षामा छौं।

**ऱ्याम्प बनेको हुन्छ, छठ पूजा स्थल**

छठ उत्सव पारम्परिक भए पनि अचेल युवायुवतीहरू यो उत्सवलाई फेसनको ऱ्याम्पका रूपमा प्रयोग गर्न थालेका छन्। नयाँ स्टाइलका पहिरनको पहिलो प्रदर्शनी छठकै घाटबाट हुन थालेको छ। नयाँ स्टाइलका सुट र पाइन्ट सर्ट लगाएर युवकहरू पूजा स्थलको चारैतिर परिक्रमा गरिरहन्छन् भन्ने युवतीहरू पनि त्यसै गर्छन्। धन्य जाडोले अलि-अलि प्रभावित गर्न थालेको हुन्छ, अन्यथा घुम्टोको सहर भनिने जनकपुरको छठमा केही बाँकी रहँदैनथ्यो। यो लहरमा गृहिणीहरू पनि के कम ? वर्षमा एकाध पटक मात्र सार्वजनिक स्थलहरूमा आफ्नो पहिरन, गरगहना र सुन्दर अनुहारको प्रदर्शन गर्ने मौका पाउने मैथिलानीहरू यो पर्वमा आफ्नो सुन्दरताको सक्दो प्रदर्शन गर्छन्। बनारसी साडी, टक्क मिलेको ब्लाउज, भए भरका गरगहना लगाएर, घुम्टो हटाई जब उनीहरू घाटमा आउँछन्, आधुनिक पोसाकमा सजिएका युवतीहरूसमेत हेर्‍याहेर्‍यै हुन्छन्। अर्चना लाभ भन्छिन्– युवतीहरूले जतिसुकै जिन्स लगाउन्, महिलाहरू साडीमा जति सुन्दर देखिन्छन्, अन्य पोसाकमा सम्भव छैन। सञ्चारकर्मी उमा सिंह भन्छिन्– कम्तीमा पनि छठजस्तो पारम्परिक पर्व त्यौहारहरूमा युवतीहरूले सारी लगाउनै पर्छ।

यसरी पारम्परिकता र आधुनिकताको संगमका रूपमा विकसित हुन थालेको जनकपुरको छठले अब देशी-विदेशी पर्यटकहरूलाई समेत आकर्षित गर्न थालेको छ। सरकारले नेपालको यो राष्ट्रिय धरोहरलाई संरक्षण एवं प्रचार गरेर पर्यटन व्यवसायमा समेत टेवा पुऱ्याउन सक्छ।

# पूर्वमा छठ पूजाको धूम

पृष्ठ १ बाट जारी

र उदाउनुअघि दुई घण्टा जलाशयमै डुबेर सूर्यको आराधना गरिन्छ। व्रत गर्नेहरूले भने दुवै दिन पानीसमेत नखाई बिताउँछन्। सूर्यको आराधना गर्दा पानीसमेत नखाई निराहार बस्नुपर्ने धार्मिक मान्यता भएकाले जोकोही दुई दिनसम्मको व्रत बस्न सक्दैनन् तर यसरी व्रत गरी सूर्यको पूजा गर्न घरबाट घिस्रिएर जानेहरूको संख्या पनि उल्लेख्य हुन्छ। घिस्रिएर लामो दूरी पार गर्दा शरीरभरि घाउसमेत हुने गरेको छ। सूर्यको पूजा गर्दा रोगव्याधि नलाग्ने, अकालमा मृत्यु नहुने, परिवारमा सुख-समृद्धि आउने, दुर्घटनामा नपरिने विश्वास रहेकाले छठ पूजाप्रति जनविश्वास बढ्दै गएको हो।

विराटनगरको सिंघिया खोलामा एक महिनाअघिदेखि नै पूजा गर्ने स्थान ओगट्ने क्रम सुरु हुन्छ। विराटनगरको पुष्पलाल चोकदेखि हाट खोलासम्म पाँच किलोमिटरजति क्षेत्रमा सिंघिया खोलाका दुवै किनार सिंगारिने गरेको छ। पूजामा यस क्षेत्रमा भक्तजनको घुइँचोले खुट्टा टेक्ने ठाउँसम्म हुँदैन। विभिन्न टोलका समितिहरूको सहयोगमा पूजा स्थललाई व्यवस्थित गरिन्छ। वर्षभरिको फोहर सफा गरेर पूजाका लागि खोला, पोखरी, नहरहरू झिलिमिली पारिएको हुन्छ।

यहाँ हुने पूजाको स्थानीय एफएम रेडियोहरूले प्रत्यक्ष प्रसारण गर्दै आएका छन्। एफएममा बोल्न पाइने भएकाले युवायुवतीहरू प्रत्यक्ष प्रसारण स्थलमा झुम्मिन्छन्। पूजा स्थलमा विभिन्न प्रकारका बत्ती जडान गरिएको हुन्छ। रातभरि पटाका पड्काएर भजन-कीर्तनसहित जाग्राम पनि बस्ने चलन छ।

विराटनगरको सिंघिया खोलाबाहेक ठाउँ-ठाउँका पोखरी र नहरहरू सिंगारेर झिलिमिली बत्तीले उज्यालो पारिन्छ। मिल्स एरियाको मण्डापोखरीको रौनक अलि भिन्न खालको हुन्छ। यहाँ मधेसी र पहाडी समुदायसँगै मुस्लिम समुदाय पनि पूजामा रमाउँछन्। पूजास्थलमा मुस्लिम समुदायका युवाहरूले पनि सहभागिता जनाएर हिन्दू धर्मावलम्बीहरूको संस्कृतिको सम्मान गर्ने गरेको स्थानीय बासिन्दा पुरुषोत्तम बरालले बताए। युवायुवतीहरू पूजास्थलमा सजिएर जाने भएकाले पनि जलाशयहरूमा झुम्मिनेहरू बढी नै हुन्छन्।

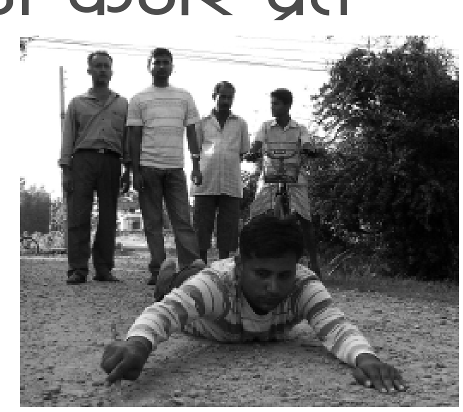
विराटनगर बजारको पश्चिमी भागमा रहेको सुनसरी- मोरङ सिंचाइ आयोजनाको नहरलाई पनि छठपूजाका लागि सिंगार्ने गरिएको छ। पूजा आयोजक समितिका सदस्य रविशंकर झाका अनुसार, पूजालाई मर्यादित बनाउन सयौं स्वयंसेवक परिचालन गरिन्छ। मोरङको पुरानो सदरमुकाम रंगेली बजार र आसपासका खोलानाला तथा पोखरी पूजा गर्नेहरूका लागि सजिलो स्थान भएको छ। मोरङ र सुनसरी जिल्ला छुट्याउने दुहबीको बूढीखोला तथा दक्षिणमा बूढीखोलाको नाम केशलियामा पनि धूमधामसँग पूजा गरिन्छ। त्यसबाहेक सुनसरीको सुनसरी खोला, भुम्का नहर र गाउँका पोखरीहरू पूजाका लागि झिलिमिली पारिएको हुन्छ।

सुनसरी र सप्तरी जिल्ला छुट्याउने सप्तकोशी नदीमा दुवै जिल्लाबाट पूजा गर्न टाढा-टाढादेखिका धर्मावलम्बीहरू भेला हुन्छन्। गहिरो पानी र खुला स्थानको अभाव भए पनि सप्तकोसीमा पूजा-अर्चना गर्नेहरूको ठूलो भीड हुन्छ। सिराहा-सप्तरीका गाउँगाउँमा माछापालनका लागि बनाइएका र पुराना पोखरीहरू पूजा गर्ने मानिसले भरिएका हुन्छन्। सिराहा बजारबासीले कमलामाई नदी तथा लाहानवासीले खुट्टी खोलामा पूजा गर्ने गरेका छन्। दमकको रतुवा खोलामा जत्तिको रौनक झापाका अन्य स्थानमा कमै हुने दमकका मनोज निरौला बताउँछन्। निरौलाका अनुसार, रतुवा खोलामा छठ पूजा गर्नेहरूमा अधिकांश पहाडे समुदायका मानिस हुन्छन्।

–कमल रिमाल

# तेह्र वर्षसम्म कठोर व्रत

विराटनगरका विद्यार्थी नेता भीम पराजुलीले छठ पूजामा कठोर व्रत गरेको १३ वर्ष भयो। १२ वर्षपछि व्रत टुङ्ग्याउने सोच भए पनि १३ औं वर्षको व्रत शान्तिको कामनाका लागि गरेको उनले बताए। ३१ वर्षीय पराजुली दुई दिन पानीसमेत नखाई निराहार बसेर घरदेखि खोलासम्म दण्डप्रणाम (घिस्रिएर) गरेर खोलामा पुगि सूर्यको पूजा गर्छन्।



पराजुली छठको अघिल्लो दिन खर्ना बस्छन्। खर्नाको अघिल्लो दिन हातगोडाका नङ काटेर शुद्ध भै खर्नाका दिन लौकाको तरकारीसँग शुद्ध भोजन गर्छन्। त्यसपछि प्रारम्भ भएको व्रत सप्तमी नकटी सकिँदैन। विराटनगर- ४ घर भएका पराजुली छठका दिन दण्डप्रणाम गरेर एक किलोमिटरभन्दा बढी दूरीमा रहेको सिंघिया खोला तीन घण्टाभन्दा बढी समय लगाई पुग्ने गरेका छन्। कतिले त दण्डप्रणाम गर्न नसकेर बाटोमै छोड्नेसमेत गरेका छन्।

'शरीरमा पानीको मात्रा सुकिसकेको हुन्छ, थुक सुकेर श्वास लिनसमेत मुस्किल परेको बेला पिच र गिटीबालुवामा घिस्रिएर जानु धेरै कष्टकर हुन्छ,' पराजुलीले भने। घिस्रिँदाको पीडाले अर्को वर्षदेखि व्रत बस्न सक्दिनँ, भगवान् माफ गर भने पनि अर्को पटक व्रत तोड्न नसकेको उनी बताउँछन्। पराजुली भन्छन्– 'व्रतका लागि मलाई भगवान्ले प्रेरित गरिरहन्छन्।' यसरी दण्डप्रणाम गरेर जलाशयसम्म पुगेका व्यक्तिले त्यहाँ पूजाका लागि राखेका सबैका प्रसाद उठाइदिनुपर्ने हुन्छ। पूजाका लागि राखेका सामग्री व्रतालुले उठाइदिँदा शुद्ध हुने जनविश्वास छ।

यसरी गरेको व्रतले आफू निरोगी रहेको बताउने पराजुली व्रतकै कारण सफलताहरू प्राप्त भएको बताउँछन्। महेन्द्र मोरङ क्याम्पसका स्ववियु सभापति पराजुलीले नेविसंघभित्र विद्रोही समूह खडा गरी समूहसँगै विजय हासिल गरेका हुन्। यस वर्ष नेपाली जनताले हिंसाबाट उन्मुक्ति पाउन भनेर अन्तिम पटक व्रत गरेको बताउने पराजुली भन्छन्– 'हत्या, हिंसा, आतंक तथा लुटपाट रोकियोस् भन्ने कामनाका साथ व्रत बस्दैछु।'

# सफल जीवनका प्रमुख आधार

**सुजनबाबु अधिकारी**

मानिसले आफ्नो जन्म र मृत्युका बीचमा जुन किसिमले यात्रा तय गर्छ त्यसमै उसको जीवनको अस्तित्व हुन्छ। जन्मदेखि नै कसैले पनि केही कुरा सिकेर आएको हुँदैन। प्रत्येक व्यक्तिले आफ्नो जीवनकालमा आफूलाई जुन रूपमा प्रस्तुत गर्छ त्यहाँ उसले आफ्नो जन्मपश्चात् प्राप्त ज्ञानलाई व्यवहारमा उतारेको हुन्छ। जन्मपछि जिउनु ठूलो कुरा होइन तर त्यो जीवनलाई सफल बनाउन, जिउनुको सार्थकता देखाउन सक्नु नै एक-अर्थमा जिउनु हो। आत्मसन्तुष्टि प्राप्त गरी जीवन जिएकोमा गर्व गर्नु अनि आत्मस्वाभिमान कायम राख्नु नै सार्थक जीवन हो। कुनै पनि व्यक्तिको जीवन चटकेको खेलझैं एक सेकेन्डमा सफल र एक सेकेन्डमा असफल हुने होइन। मानिसको जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त उसका प्रत्येक सोचाइ, हिंडाइ, लगनशीलता, तत्परता आदिले सफलता-असफलताको मार्गनिर्देश गरेको हुन्छ। आफ्नो बाटो बिराएर गलत दिशातर्फ लाग्नु नै जीवनलाई असफलतातिर धकेल्नु हो भने त्यसको ठीक विपरीत आफ्नो प्रत्येक यात्रा तय गर्दा संवेदनशील भै बाटो नबिराई सही दिशातर्फ उन्मुख हुनु नै जीवनलाई सफलतातर्फ मोड्नु हो।

जीवन सफलतातर्फ उन्मुख हुनु-नहुनुमा हाम्रो व्यक्तित्वले महत्त्वपूर्ण प्रभाव पारेको हुन्छ भन्ने सत्यलाई आत्मसात् गर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले व्यक्तित्व-विकासलाई सार्थक जीवनको प्रमुख आधार मान्न सकिन्छ। प्रत्येक व्यक्तिको व्यक्तित्वले नै उसको जीवनलाई गति दिइरहेको हुन्छ। कुनै पनि मानिसको व्यक्तिगत बानी-ब्रेहोराले नै उसको व्यक्तित्व झल्काइरहेको हुन्छ।

मानिसको हेराइ, उसको पहिरन, उसको व्यक्तिगत बानीबेहोरा, काम गर्ने शैली, उसको जीवनप्रतिको दृष्टिकोण, अरूलाई सहयोग गर्ने इच्छा आदिले व्यक्तित्वको प्रतिविम्ब दिइरहेको हुन्छ।

व्यक्तित्व विकास हुनु नै जीवन सफलतातर्फ उन्मुख हुनु हो। को

चाहँदैन आफ्नो जीवनलाई सफलतातर्फ उन्मुख गराउन ? प्रत्येक व्यक्तिले यही सोचेका हुन्छन् कि आत्म स्वाभिमानका साथ बाच्न सकूँ, बाँच्नका लागि कसैको अगाडि हात पसार्न नपरोस्, शिर सधैं उच्च रहोस्, मान-सम्मान मिलोस्, बेकारमा फाल्तू तरिकाले जीवन बिताउन नपरोस्, जीवन सधैं व्यस्ततामा बितोस् आदि-आदि। यी कुरा असम्भव छैनन्। मात्र मानिसले आफूले आफैंलाई परिवर्तन गर्न सक्नुपर्छ, आफ्नो व्यक्तित्व-विकासमा विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ, तब मात्र जीवनले सफलताको बाटो तय गर्न सक्छ। हामीले हाम्रो सोचाई, विश्वास, आशा, विचार, बानी-बेहोरा अनि हाम्रो प्रस्तुतिलाई परिवर्तन गर्न सके अवश्य नै आफ्नो व्यक्तित्व-विकासमा टेवा दिन सक्छौं। व्यक्तित्व-विकासका लागि तलका बुँदाहरूले सहयोग पुऱ्याउन सक्छन् :

- आफ्नो लक्ष्य प्राप्तिका लागि कडा परिश्रम गर्नु।
- अरूको भावना, सोचाइलाई आफूले तत्काल अनुभव गर्ने क्षमता राख्नु।
- असफलतालाई नकारात्मक रूपमा नहेरी आफ्नो नियमित कार्यमा असर नपार्नु।
- इमानदारिता कायम राख्नु अनि आफूले बोलेको कुरालाई पूरा गरेरै छाड्नु।
- अरूको विचार, चिन्तनलाई आफ्नो अनुभवका आधारमा ग्रहण गर्न सक्नु।
- आफू बस्ने ठाउँ, आफ्नो शरीर, लगाउने कपडा सधैं सफा राख्नु।
- आफू सफल भएरै छाड्ने महत्त्वाकांक्षालाई सधैं जगाएर राख्नु।
- आफूसँग सम्पर्कमा आउने प्रत्येक व्यक्तिको नजरमा आफूलाई विश्वास पात्रका रूपमा चिनाउनु।
- आफ्नो शक्ति एवं क्षमताप्रति विश्वस्त रहनु।
- नयाँ अनुभवहरूबाट विभिन्न तथ्य र ज्ञानहरू प्राप्त गर्न सक्ने खुबी आफूमा कायम राख्नु।
- आफ्नो छिमेकी, साथी, नातागोता तथा अन्य सम्बन्धीहरूसँग सामूहिक लक्ष्य प्राप्तिका लागि सहयोगी भूमिका निर्वाह गर्नु।
- भित्रैदेखि आफ्नो गन्तव्यमा पुग्ने चाहना एवं इच्छाशक्ति उजागर गर्नु।
- आफ्नो विचार तथा चिन्तनलाई अरूले सहज रूपमा स्वीकार गर्ने र बुझ्ने किसिमले प्रस्तुत गर्नु।
- आफ्नो कामप्रति उत्तरदायी भै लाग्नु। कसैको बहकावमा परेर कामको निरन्तरतालाई नछोड्नु।
- गर्न सुरु गरेको कामलाई पूरा गरेरै छाड्नु।
- आफ्नो बोलीमा मिठास र सरलता ल्याउनु। बोल्ने बानीको विकास गर्दै जानु।
- अध्ययनलाई निरन्तरता दिनु। कुनै पनि किसिमको ज्ञान आर्जनमा पछि नहट्नु।
- बललाई होइन, तर्कसंगत कुरालाई महत्त्व दिनु।

माथिका बुँदाहरूलाई आत्मसात् गरी जीवन-यात्रालाई अघि बढायौं भने अवश्य पनि हाम्रो व्यक्तित्व विकास हुँदै जान्छ।

यदि हामीले जीवनमा सफलता हासिल गरेका व्यक्तिहरूलाई हेऱ्यौं भने उनीहरू पूर्ण रूपमा आत्मविश्वासी, आत्म उत्प्रेरित अनि शक्तिले भरिपूर्ण पाउँछौं तसर्थ व्यक्तित्व विकासका लागि आत्मविश्वास जगाउनु महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। आफूले आफैंप्रति गर्ने विश्वास, आफ्नो विचारप्रति गरिने विश्वास नै यथार्थमा आत्मविश्वास हो। जो आत्मविश्वासी हुन सक्यो उसको जीवन सफलतातर्फ मोडिन सक्छ अन्यथा आत्मविश्वासको कमीले जो-कोही निराश हुनसक्छन्। त्यस्ता व्यक्तिले कहिल्यै पनि व्यक्तित्व विकास गर्न सक्दैनन्। बीचैमा हार मान्नु, गरेको कामप्रति सन्तुष्ट नहुनु, बीचैमा कामलाई अधुरो छोड्नु, भविष्यप्रति शंका उत्पन्न हुनु, आफू हिंडेको बाटोप्रति आफैंलाई शंका हुनु, कुनै पनि काम गर्न आँट नआउनु आदि आत्मविश्वासको कमीले हुने परिणाम हुन्। यदि आफूले आफैंलाई पूर्ण रूपमा विश्वास गरिन्छ र भित्र लुकेर रहेका क्षमताहरूलाई बाहिर उतार्न सकिन्छ भने मात्र आत्म विश्वास जाग्न सक्छ।

*तल उल्लेखित बुँदाहरूले आत्मविश्वास जगाउनमा बल प्रदान गर्छन् :*

- समय-समयमा आफूले आफैंसँग कुरा गर्ने बानी बसाउनुपर्छ। यसले मनमा उब्जिएका द्वन्द्वहरूलाई सजिलै समाधान गर्न सक्छ अनि कुरा गर्ने क्षमतामा समेत वृद्धि ल्याउँछ।
- मनैदेखि खुसी हुने प्रयास गर्नुपर्छ।
- मनमा सधैं सकारात्मक कुरा मात्र खेलाउनुपर्छ। म यो काम गर्न सक्दिन भन्नुको सट्टा एक पटक प्रयास गरी हेरूँ, किन नसकिने ? भन्नुपर्छ, त्यस्तै म पास हुन्न होला भन्नुको सट्टा किन पास नहुने ? राम्रोसँग पढेपछि पास नभै त कहाँ छोडिन्छ र ? भन्नुपर्छ जसबाट आत्मबल बढ्छ।
- आफू तथा आफ्नो जीवनप्रति गर्व गर्न सक्नुपर्छ।
- आफू सफल भएको तस्बिर तथा दृश्य आफ्नो दिमागमा घुमाइरहनुपर्छ।
- ज्ञानले नै व्यक्तित्व-विकासमा ठूलो सघाउ पुऱ्याउँछ, तसर्थ जीवनमा विभिन्न किसिमको ज्ञान प्राप्त गर्न रुचि राख्नुपर्छ जसले आत्मविश्वासमा वृद्धि गर्छ।
- शरीरलाई सधैं तन्दुरुस्त राख्नुपर्छ। व्यायामलाई निरन्तरता दिनुपर्छ तथा शरीर स्वस्थ्य राख्नुपर्छ। स्वस्थ्य शरीरविना आत्मविश्वास कायम राख्न सकिँदैन।
- समय-समयमा आत्मविश्वास बढाउने किसिमका खेलहरू जस्तै : चेस, बाघचाल आदि खेल्नुपर्छ।
- आफ्नो भाषाको क्षमता अभिवृद्धि गर्दै जानुपर्छ। हामीलाई जति भाषाका शब्दहरूको ज्ञान हुँदै जान्छ त्यति क्षमता वृद्धि हुँदै जान्छ अनि जस्तोसुकै सभा-समारोहमा पनि नहिचकिचाई बोल्न सकिन्छ।
- सधैं हँसिलो मुहार बनाउनुपर्छ।

अन्त्यमा के भन्न सकिन्छ भने स्वस्थ शरीर, स्वस्थ दिमाग, स्वस्थ विचार, स्वस्थ शक्ति अनि स्वस्थ कार्यक्षमता नै व्यक्तित्व विकासका पाटाहरू हुन्, जसले जीवनलाई सफलतातर्फ उन्मुख गराउँछ।

## सकारात्मक सोचले प्रभावकारी बनाउँछ

आफूलाई प्रभावकारी बनाउन सकारात्मक सोच कसरी जगाउने भन्ने कुरा जानिराख्नुपर्छ। फूलको आँखामा फूलै संसार काँडाको आँखामा काँडै संसार भनेझैं सकारात्मक सोचले जीवनमा ठूलो परिवर्तन ल्याउँछ। यसका लागि जटिल कार्य गर्न पनि पछि हट्नु हुँदैन। संसारमा असम्भव भन्ने कुरा छँदैछैन। असम्भव कार्यलाई पनि मानिसले सफल बनाएरै छाडेका छन्। सफलता भन्ने कुरा जान्नेलाई श्रीखण्ड र नजान्नेलाई खुर्पाको बिंड हो। जो राम्रोसँग बोल्न सक्छ कतिपय काम कुरामा ऊ सफल हुन पनि सक्छ, अतः कुशल वक्ता बन्ने प्रयास गर्नुपर्छ। सफलताको खोजी गर्नुपर्छ। काम गर्दा सहमतिमा गऱ्यो भने सफल भइन्छ भने असहमतिमा गऱ्यो भने झगडा हुन्छ र कार्यसमेत विफल हुन्छ।

व्यक्तिले सधैं आलोचनासँग नजिक भएर काम गर्नुपर्छ। समाजलाई नजिकबाट हेर्नुपर्छ। कसैको आलोचनादेखि डराउनु हुँदैन। व्यक्तिसँग होइन, गलत संरचनासँग संरचनाको घृणा गर्नुपर्छ। काम गर्नेलाई होइन गर्न लगाउनेलाई घृणा गर्नुपर्छ। समाजले राम्रो कुरालाई मन पराउँछ। त्यसैले मनमा भएको त्रास हटाई समाजको हेर्ने दृष्टिकोणमा मायालाग्दो होइन रहरलाग्दो हुनुपर्छ। प्रत्येक व्यक्तिले रहरलाग्दो जीवन चाहनुपर्छ। आफू परिणामुखी हुनुपर्छ। समाजलाई आशा देखाउनुपर्छ। परिकल्पना गर्नुपर्छ कि पीरसँग नाचेर अरूलाई खुसीपार्न सक्नुहुन्छ। त्यो क्षमता सबैसँग हुन्छ। आफू अघि बढ्ने क्रममा परिवार र साथीभाइको योगदान बिर्सनु हुँदैन। परिश्रममा सफलताको मीठो सपना देख्नुपर्छ। काम गर्दा आफ्नो स्वाभिमानलाई बिर्सनु हुँदैन। द्वन्द्व वा झगडाको अवस्थामा अधिकार लिंदा केही कुरा छोड्नुपर्छ।

काम गर्दै जाँदा गल्ती हुन सक्छ। परन्तु गल्तीदेखि हड्बढाउनु हुँदैन। किनकि १० वटा पुस्तकबाट नसिकिएको ज्ञान एउटा गल्तीबाट सिक्न सकिन्छ। अर्काको मनोविज्ञान बुझेर काम गर्नुपर्छ। काम गर्दा पारदर्शिता, जवाफदेहिता एवं सहभागिता हुनुपर्छ। काममा लागि व्यवस्थापन र सिस्टम हुनुपर्छ। धेरै मान्छेको विचार लिनुपर्छ। जसबाट अवसर निर्माण हुन्छ। गफ गरेर होइन काम गरेर काम बन्छ। काम गरेर जीउने अधिकार सबैलाई छ।

**–सीता भुजेल**

# गणित कसरी सिक्ने ?

**विश्वमणि अधिकारी**

विद्यार्थीलाई मात्र होइन, तिनका अभिभावकहरूलाई पनि कुन विषय अप्ठेरो लाग्छ भनेर सोध्ने हो भने सहजै उत्तर पाउन सकिन्छ– गणित। त्यसो त देश हाँक्ने जिम्मा पाएका राजनीतिज्ञहरूलाई समेत गणित नै गाऱ्हो लाग्ने गरेको हुन्छ। आखिर बहुसंख्यक मानिसलाई किन गणित नै अप्ठेरो लाग्छ ? वास्तवमा गणित अप्ठेरो विषय होइन, यसलाई अप्ठेरो बनाइएको हो। किनकि विद्यालयको प्रारम्भिक तहदेखि नै गणित गाऱ्हो विषय हो भन्ने भय विद्यार्थीहरूमाथि थोपरिन्छ। पहिले नै गाऱ्हो विषय भन्ने त्रास, त्यसमा पनि उचित शिक्षणविधिको अभावले विद्यार्थीजीवनका पछिल्ला वर्षहरूमा गणित साँच्चै गाऱ्हो विषय बन्न पुग्छ। कक्षा एकमा गणितमा कमजोर विद्यार्थी क्रमशः कक्षा दुई, तीन हुँदै जीवनभर गणितमा कमजोर हुन्छ। यो नै अहिलेको यथार्थ हो तर उचित शिक्षण विधि अपनाउने हो भने गणित अन्य विषयभन्दा सजिलो समेत बन्न सक्छ।

गणित शिक्षणका दुई प्रमुख सर्त भनेका स्पष्ट धारणा (क्लियर कन्सेप्ट) र धेरै अभ्यास (मोर प्याक्टिस्) हुन्। विद्यार्थीलाई स्पष्ट धारणा दिने जिम्मेवारी शिक्षकको हो भने विद्यार्थीहरूले पनि निरन्तर अभ्यास गरिरहनुपर्छ। किनकि गणितमा एक पटक जानेको कुरा अभ्यास नगर्ने हो भने अन्य विषयभन्दा छिटो बिर्सने सम्भावना हुन्छ। त्यसैले गणित पढाउनेहरूले सधैं विचार गर्नुपर्ने कुरा प्रश्नलाई भन्दा प्रश्न समाधान गर्ने शैलीलाई बढी प्राथमिकता दिनु हो। किनकि कुनै पनि पाठ, शीर्षकसम्बन्धी स्पष्ट धारणा पाइसकेपछि उक्त पाठबाट सोधिने प्रश्नको जवाफ जान्नु खासै ठूलो कुरा रहँदैन।

यद्यपि हामीकहाँ भने ठीक उल्टो अभ्यास भैरहेको छ। गणित शिक्षक देखेपछि विद्यार्थीहरू तर्सिनुपर्ने र शिक्षकले गरिदिएको एक, दुई प्रश्नका आधारमा पूरा अभ्यास जुनसुकै उपायले भए पनि सिक्नैपर्ने अन्यथा सजायको भागी बन्नुपर्ने विडम्बनापूर्ण अवस्था विद्यमान छ। अझ सरकारी विद्यालयमा त गणित विषय धेरै विद्यार्थीको टाउकोदुखाइ बनिरहेको अवस्था छ। एसएलसी परीक्षामा अनुत्तीर्ण हुने बहुसंख्यक विद्यार्थी गणितमै फेल हुने तथ्यबाट समेत यो समस्याको गहिराइ बुझ्न सकिन्छ। त्यसैले शिक्षकहरूले स्पष्ट धारणा दिएर पढाउने अनि विद्यार्थीहरूले

पनि नबुझेको ठाउँमा तुरुन्तै सोधेर बढी अभ्यास गर्ने हो भने गणित अन्य विषयभन्दा पनि सजिलो र मनपर्ने विषय हुनसक्छ।

जोड-घटाउमा कमजोरहरूका लागि पनि गणित अप्ठेरो विषय बनेको छ। त्यसैले साना कक्षाहरूमा जोडघटाउ पढाउँदा नै यस विषयमा स्पष्ट धारणा दिनुपर्छ। जस्तै : माइनस सेभेन प्लस टु कति हुन्छ भन्दा विद्यार्थीहरू फाइभ वा माइनस फाइभमा अक्सर झुक्किने गरेको पाइन्छ। यो समस्या नौ, दस कक्षामा पढ्ने विद्यार्थीहरूमा समेत देखिन्छ। यदि हामीले साना कक्षामा यो समस्या समाधानका लागि यदि तिमीले सात रुपैयाँ तिर्नु छ र तिमीसँग केवल दुई रुपैयाँ छ भने के हुन्छ ? भनेर सोधेको भए उत्तर अझै पाँच रुपैयाँ तिर्नु छ भन्ने आउँथ्यो, जसले माइनस फाइभ उत्तर हो भन्ने बुझाउँछ। यो त एउटा सामान्य उदाहरण मात्र हो। हाम्रो दैनिक सिकाइ-प्रक्रियामा यस्ता दर्जनौं घटना घटिइरहेका छन्।

वास्तवमा गणित मानवसभ्यताको आवश्यकता हो। यो मानव मस्तिष्कको उपज हो। गणित विचार, प्रक्रिया तथा तर्कमा आधारित छ। गणित विचार गर्ने शैली हो। यसको अर्थ यो ज्ञानको भण्डारलाई संगठन गर्ने, सोच्ने तथा विश्लेषण गर्ने उपाय हो। गणित ढाँचाहरूको अध्ययन हो। प्रकृतिमा देखा परेका नियमितता तथा समानताहरूको वर्गीकरण गणितीय वर्णनबाट मात्र सम्भव छ। यस प्रकार गणित विज्ञानको क्षेत्रमा एउटा त्यस्तो ज्ञानको भण्डार हो, जसका आफ्नै संकेतहरू, पदावलीहरू, विषयवस्तु, साध्य तथा प्रविधिहरू छन् र तिनको अध्ययन गर्ने विद्यार्थीले मात्र यसका बारेमा ज्ञान प्राप्त गर्न सक्छ।

**शिक्षक, ड्याफोडिल पब्लिक स्कुल, काठमाडौं**

## विज्ञान

### क्षयरोगको औषधी

स्वीस वैज्ञानिकहरूले जीवित कोषमा सूक्ष्म जीवाणुहरूबाट उत्पन्न हुने क्षयरोगको उपचारका लागि नयाँ औषधी पत्ता लागेको दाबी गरेका छन्। उक्त औषधीले क्षयरोगको उपचारमा रामवाणको काम गर्नेछ। औषधीले क्षयरोग फैलने मानिसको कोषिकालाई सक्रिय बनाई त्यसलाई फैलनबाट बचाउनेछ। जबकि यसअघि दिइने औषधीले क्षयरोग फैलनबाट बचाउने कोषिकालाई सक्रिय बनाउनुको सट्टा क्षयरोगका जीवाणुलाई नष्ट गर्ने काम गर्दै आएको थियो।

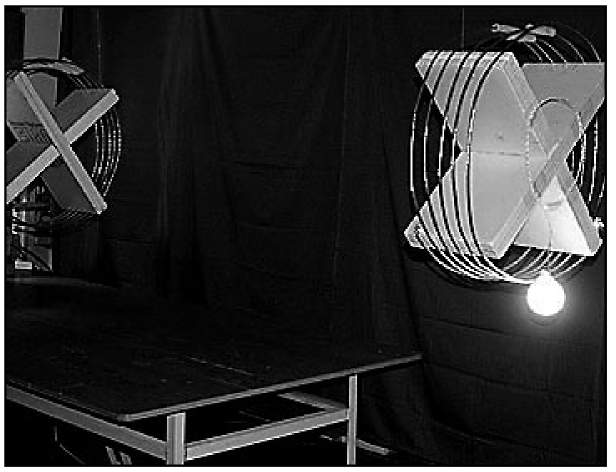
### स्तन क्यान्सरमा नयाँ जिन

वैज्ञानिकहरूले महिलाहरूको स्तन क्यान्सरको कारण बन्ने थप चारवटा जिन पत्ता लगाएका छन्। अहिलेसम्म स्तन क्यान्सर २५ वटा जिनका कारणबाट हुने गरेको प्रमाणित भएको थियो। पछिल्लो पटक पत्ता लागेको ४ वटा स्तन क्यान्सरको जिनसमेत गरी अब स्तन क्यान्सरको कारण बनेका जिनको संख्या २९ पुगेको छ। ब्रिटिस वैज्ञानिकहरूको नेतृत्व गरेको एक समूहले ५० हजार महिलाको डीएनए परीक्षण गर्दा उक्त कुरा पत्ता लागेको हो। महिलाहरूमा हुने स्तन क्यान्सरमध्ये १० प्रतिशत अनुवांशिक र बाँकी धूमपान तथा अन्य वातावरणीय कारणबाट हुने गरेको वैज्ञानिकहरूको ठहर छ। यद्यपि, वैज्ञानिकहरूले स्तन क्यान्सरको कारण हुन सक्ने नयाँ चारवटा जिन त्यति धेरै हानिकारक नभएको बताएका छन्।

### गर्भवती महिला र रक्सी

गर्भावस्थामा अत्यधिक मदिरापान आमा तथा शिशु दुवैका लागि हानिकारक हुने भएकाले बेलायत सरकारले नयाँ निर्देशिका सार्वजनिक गरेको छ। सर्वेक्षणका क्रममा गर्भवती महिलामध्ये ९ प्रतिशतले अधिक मदिरा सेवन गर्ने कुरा पत्ता लागेपछि बेलायत सरकारले उक्त निर्देशिका जारी गरेको हो। नयाँ निर्देशिकाअनुसार बेलायतका गर्भवती महिलाले साता वा १५ दिनमा केवल एक वा दुई प्वाइन्टभन्दा बढी मदिरा सेवन गर्न पाउनेछैनन्। फ्रान्स, अमेरिका, क्यानाडा र अस्ट्रेलियामा यही नियम लागू छ। कतिपय चिकित्सकले भने कम मात्रामा मदिरा सेवन गर्दा स्वास्थ्यका लागि हानिकारक नहुने हुँदा नयाँ नियम लागू गर्न आवश्यक नभएको जिकिर गरेका छन्।

# बिनातार बल्ने भयो बिजुली



विनातार बिजुली (करेन्ट) पठाउने कार्य अब नौलो रहेन। अब हावाबाटै विद्युत् प्रवाह गर्न सकिने भएको छ। अमेरिकी वैज्ञानिकहरूले हावाबाट विद्युत् प्रवाह गर्ने काममा सफलता हात पारेका छन्। करेन्ट प्रवाह गर्न विकास गरिएको नयाँ प्रविधिलाई वैज्ञानिकहरूले बेतार विद्युतीय प्रणाली नाम दिएका छन्।

अब दुईवटा उपकरणबीच विनातार विद्युत् पठाउन सकिनेछ। समाचारअनुसार वैज्ञानिकहरूले ६० वाटको बल्बलाई विनातार दुई मिटर टाढाबाट बालेका थिए। अहिलेसम्म वाइफाई प्रणालीका बारेमा सुन्दै आइएको थियो। यो प्रविधिमार्फत कम्प्युटरमा इन्टरनेट चलाउन तार तथा केबुलको आवश्यकता पर्दैनथ्यो।

वैज्ञानिकहरूले करेन्ट पास गर्न तार तथा केबुलको आवश्यकता पनि नचाहिने बनाइदिएपछि यसले अबको संसारमा ठूलो परिवर्तन ल्याउनेछ। यो प्रविधिलाई वाई ट्राइसिटी नाम दिइएको छ। म्यासाचुसेट्स इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी (एमआईटी) का वैज्ञानिकहरूले वाई ट्राइसिटी प्रविधिको सफलतापूर्वक विकास गरेका थिए। यो प्रविधिलाई सिद्धान्तका रूपमा सन् २००६ मा विकास गरिए पनि व्यावहारिक परीक्षण भने हालै मात्र गरिएको हो।

वाई ट्राइसिटी प्रविधिको विकासमा सहभागी सहायक प्रोफेसर म्यारिन सोल्जैसिक भन्छन्– सिद्धान्तमा हामीलाई पूर्ण विश्वास थियो तर प्रयोगले नै सिद्धान्तको जाँच हुन्छ, जुन अहिले सफल भएको छ।

यो परीक्षण हेरेका लन्डनस्थित इम्पिरियल कलेजका प्राध्यापक जोन पेड्रीको बुझाइ केही भिन्न छ, उनी भन्छन्– यसमा त्यस्तो केही छैन जसको आविष्कारविना १०-२० वर्षअघि केही गर्न सकिँदैनथ्यो। मात्र यति हो, यसले त्यही काम गर्ने प्रक्रिया फेर्नेछ। बेतार विद्युतीय प्रणालीबाट वैज्ञानिकहरूले बल्ब बालेर देखाएका थिए। यसका लागि दुईवटा क्वाइल प्रयोगमा ल्याइन्छ।

एउटा बिजुलीको स्रोतका साथ र दोस्रो क्वाइल, त्यो उपकरणसाथ राखिन्छ, जसलाई विद्युत्को आवश्यकता पर्छ। यसलाई म्याग्नेटिक रेजोनेटर्स भनिएको छ। जब बिजुलीको स्रोतका साथ रहेको क्वाइलले चुम्बकीय तरंग पठाउँछ तब अर्को ठाउँमा रहेको क्वाइल तरंगबाट कम्पन हुन्छ। दुवै क्वाइलको कम्पन एक-आपसमा ठोक्किएपछि बिजुली प्रवाह हुन थाल्छ।

# इन्टरनेटमा देवनागरी

ती दिन अब रहेनन् जब हामी साइबर क्याफेमा बसेर देवनागरी लिपिको वेबसाइट खोज्थ्यौं, तर नेटमा देवनागरीको दुई-चार पंक्ति पढ्ने धोको पनि पूरा हुँदैनथ्यो, तर अब इन्टरनेटमा देवनागरी लिपि दिन-प्रतिदिन समृद्ध हुँदै गैरहेको छ। देवनागरी लिपि प्रयोग गर्नेहरू अब आफ्नो भाषामा इमेल गर्न सक्छन्, वार्तालाप (च्याटिङ) गर्न सक्छन्, समाचारपत्र पढ्न सक्छन् अथवा ब्लगरमा आफ्नो विचार अभिव्यक्त गरेर विश्वभरि सम्प्रेषित गर्न सक्छन्।

इन्टरनेटमा नेपाली सामग्रीहरू खोजी गर्न www.quillpad.com राम्रो सर्च इन्जन मानिन्छ। यसमा रोमनाइज्ड देवनागरीमा टाइप गरेर साइट खोज्न सकिने व्यवस्था छ। कम्प्युटरमा युनिकोडमा देवनागरी टाइप गर्ने व्यवस्था छ भने सोझै गुगलमा पनि खोज गर्न सकिन्छ।

देवनागरी लिपिमा काम गर्न एउटा ठूलो कठिनाइ पनि छ। रोमन वर्णमालाका लागि विश्वभरि एकै प्रकारको मान्यताप्राप्त कि-बोर्ड प्रयोग गरिन्छ, तर देवनागरी वर्णमालाको कि-बोर्डमा चरम अराजकताको स्थिति छ। एउटा-दुइटा होइन, विश्वभरि १ सय २५ भन्दा बढी प्रकारका देवनागरी किबोर्ड प्रचलनमा छन्। देवनागरीमा लिपि प्रयोग गर्ने सबै भाषाले संयुक्त रूपमा एकै प्रकारको कि-बोर्डको मानकीकरणका लागि प्रयास गर्नुपर्ने बेला आएको छ।

फोनेटिक रोमनाइज्ड देवनागरी अर्थात् अंग्रेजी वर्णमाला नेपाली टाइप गर्ने प्रचलन भाषिक समृद्धिका दृष्टिकोणले राम्रो मान्न सकिँदैन। यसले कालान्तरमा हाम्रो भाषा एवं लिपिलाई रोमन लिपिमा आधारित बनाइदिने ठूलो खतरा छ। त्यसैले देवनागरी लिपिका लागि विश्वभर एकै प्रकारको कि-बोर्ड प्रयोग गर्ने दिशामा गम्भीर प्रयास आवश्यक भएको छ। माइक्रोसफ्टले आफ्नो सफ्टवेयरमा देवनागरी लिपिको युनिकोड फन्टलाई स्थापित गरेको छ। अब ढिलो चाँडो सबै जनाले युनिकोड फन्टमा आफूलाई परिवर्तित गर्नैपर्छ।

–ओमप्रकाश

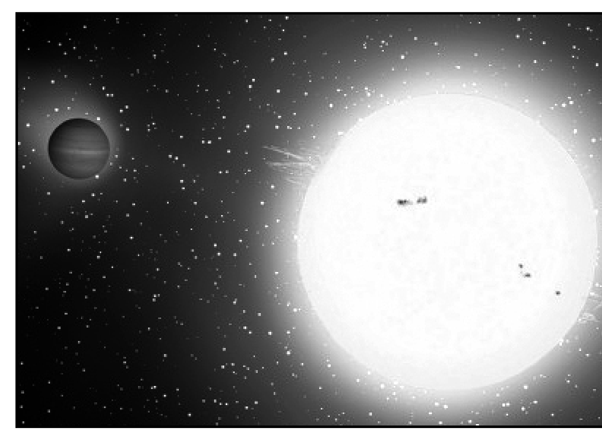
# कम्प्युटर प्रिन्टरको दोष

हालै सार्वजनिक गरिएको एक अस्ट्रेलियन अध्ययनले प्रिन्टआउट लिन पर्खनेहरूलाई दुईपटक सोच्न बाध्य पार्नेछ। यो पेपरका लागि नभै स्वास्थ्यका निम्ति लक्षित हुने ठहर अध्ययनको छ। प्रिन्टरमा अल्ट्राफाएन टोनर कण प्रयोग गरिन्छ, त्यसले स्वास्थ्यमा असर पार्छ। अध्ययनमा क्यानन, एचपी तोसिबा, रिको आदि विश्वविख्यात कम्प्युटर प्रिन्टर कम्पनीका लेजर प्रिन्टरहरू समावेश गरिएको थियो जहाँ समावेश गरिएका ६२ फरक प्रिन्टरमध्ये ४० प्रतिशतमा अल्ट्राफाइन टोनरका कणको अत्यधिक प्रयोग गरिएको पाइयो।

मानवस्वास्थ्यमा ती कणको प्रभाव प्रिन्टर अफ गरिएको बेलाभन्दा चालू भएको अवस्थामा पाँच गुना बढी भएको ठहर अध्ययनमा गरिएको छ। यस्तै प्रिन्टरले स्वास्थ्यमा बन्द कोठाभित्र ३ दशमलव ५ गुना बढी प्रभाव पार्छ। अध्ययनमा संलग्न क्विन्सल्यान्ड इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजीकी लिडिया मोरास्का भन्छिन्– 'प्रिन्टरले खुला रूपमा डिजाइन गरिएका कार्यालयमा बढी प्रभाव पार्ने देखिन्छ। मानवस्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पार्ने हानिकारक कणको मात्रा कति फाल्ने भन्ने कुरा प्रिन्टरमा प्रयोग गरिएको टोनर कारटिजको उमेर र प्रिन्ट गर्दा छनौट गरिने टोनरको मात्रामा निर्भर हुन्छ तर प्रिन्टरको कुन भागले त्यस्ता कण हावामा फैलन मद्दत पुऱ्याउँछ भन्ने कुराको किटान भने अध्ययनमा गरिएको छैन।

उक्त अस्ट्रेलियन अध्ययनको खण्डन गर्न एचपी कम्पनीले भ्याइसकेको छ। एचपीले आफ्नो प्रेस विज्ञप्तिमा भनेको छ, अध्ययनको निष्कर्षसँग हामी पूर्णतः असहमत छौं। हामीलाई विश्वास छ, प्रिन्टर र मानव-स्वास्थ्यमा असर गर्ने हानिकारक कणबीच कुनै सम्बन्ध छैन। अध्ययनकर्ताहरूले पनि प्रिन्टर निर्माता कम्पनी र उपभोक्तालाई सही सल्लाह तथा सुझाव दिन थप अध्ययन गर्नुपर्ने कुरा जनाउँदै प्रतिवेदनमा भनेका छन्– यो नै अन्तिम निष्कर्ष भने होइन, थप अध्ययनले हामीलाई वास्तविकताको नजिक पुऱ्याउनेछ। अध्ययनले घरभित्र हुने वातावरण प्रदूषण (इनडोर एयर पोलुसन) लाई सामान्य रूपमा लिन नहुने निष्कर्षसमेत निकालेको छ।

# सबैभन्दा ठूलो ग्रह भेटियो



अन्तरिक्ष वैज्ञानिकहरूको एउटा अन्तर्राष्ट्रिय समूहले सबैभन्दा ठूलो ग्रह पत्ता लगाएको छ। उक्त ग्रहले एउटा विशाल तारालाई घुमिरहेको दाबी समूहको छ। पृथ्वीबाट देखिएको बृहस्पतिको तुलनामा ७० प्रतिशत ठूलो उक्त विशाल ग्रह आफ्नो अभिभावक तारालाई घुमिरहेको अवस्थामा देखिएको समूहका सदस्यहरूले बताए। बृहस्पतिको तुलनामा ग्याँस पिण्ड कम भएको नयाँ ग्रहको घनत्व अत्यन्तै न्यून रहेको अनुमान गरिएको छ। उक्त नयाँ ग्रहलाई टीआरइएस-४ नाम दिएको छ। ट्रान्सएटलान्टिक एक्सोप्लानेट सर्वे (टीआइएस) मा कार्य गरिरहेका समूहले उक्त ग्रह पत्ता लगाएको हो। नयाँ ग्रह पृथ्वीबाट करिब १ हजार ४ सय ३५ प्रकाश वर्ष टाढा रहेको समूहका वैज्ञानिकहरूले बताएका छन्। आफ्नो ताराबाट झन्डै ७० लाख किलोमिटर दूरीमा अवस्थित उक्त ग्रहले परिक्रमा गर्ने ताराको तापक्रम १ हजार ३ सय २७ डिग्री सेल्सियस रहेको अनुमान वैज्ञानिकहरूको छ।

टीआरइएस-४ सबैभन्दा ठूलो बाह्य ग्रह हो, अत्यन्तै ठूलो र तातो भएकाले त्यसको आकारका सम्बन्धमा व्याख्या गर्न वर्तमान सिद्धान्तहरूलाई कठिनाइ हुन सक्ने धारणा अन्तरिक्षविज्ञहरूको छ। सापेक्षिक रूपमा यति ठूलो ग्रह कहिल्यै नदेखिएकाले हामी आश्चर्यचकित छौं भन्दै क्यालिफोर्निया इन्स्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी (क्यालटेक) का स्नातकमा अध्ययनरत फ्रान्सिस ओ डोनोभान भन्छन्– 'त्यसको आकारको व्याख्या नै गर्नुपर्यो भने हामीले ग्रहको वातावरणलाई बुझ्नैपर्छ, त्यसले सौर्यप्रणालीसम्बन्धी थप जानकारी दिनेछ।' नयाँ ग्रह टीआरइएस-४ को घनत्व शून्य दशमलव दुई ग्रामप्रति घनसेन्टिमिटर छ। टीआरइएस-४ ले आफ्नो तारालाई प्रत्येक ३ दशमलव ५५ दिनमा एक फन्को मार्ने गरेको छ।

# अब चिन्ता लिनु पर्दैन

उत्तेजनात्मक यौनकर्मले पतिपत्नी वा प्रेमीप्रेमिकाबीचको सम्बन्धमा उत्पन्न हुने तनाव मत्थर गर्ने कुरा एक अध्ययनले देखाएको छ। उत्तेजनात्मक यौनसम्बन्ध परिवारिक तनाव कम गर्ने महत्त्वपूर्ण औषधी भएको अध्ययनले बताएको छ। अमेरिकाको कोलोराडोस्थित एक यौनमनोविज्ञले गरेको उक्त अध्ययनमा ९० बढी जोडीलाई समावेश गरिएको थियो। शीघ्र पतनबाट आजित युवाहरू उपचार खोज्दै मनोचिकित्सककहाँ पुग्दा उनले सात पानाको फारम भर्न लगाएका थिए। केही समयपछि त्यही फर्मलाई संश्लेषण गर्दै उनले अध्ययन-प्रतिवेदनका रूपमा प्रस्तुत गरेका थिए।

शीघ्र स्खलनको समस्यालाई हीनता र ग्लानिपूर्वक हेर्ने पुरुषले लामो समयसम्म यौनसम्पर्क नै नगर्ने पनि प्रतिवेदनमा उल्लेख छ, तर यौनसम्पर्क गर्दै नगर्नुभन्दा उत्तेजनात्मक यौनसम्पर्क बढी उपयोगी हुने र यसलाई व्यवस्थित तर आक्रामक बनाउने हो भने अझ बढी सन्तोष र सुख पाइने प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। त्यस्ता जोडी जो यौनकर्म छिटो सम्पन्न गर्छन् उनीहरू अत्यधिक उत्तेजित हुने हुँदा शारीरिक तथा मानसिक तनाव पनि हट्न सक्ने कुरा प्रतिवेदनमा उल्लेख छ।

परम्परागत रूपमा के सोचिन्छ भने शीघ्र पतन पुरुषको मात्र समस्या हो, शीघ्र र एकतर्फी यौनसम्पर्कमा केवल पुरुष मात्र खुसी हुन्छ। यसमा महिलाको कुनै भागीदारी हुँदैन, तर प्रतिवेदनमा शीघ्र पतन पुरुषको मात्र नभै महिलाको पनि विशेषता भएको उल्लेख छ। यौनकार्यमा सम्पूर्ण समर्पण र तन्मयताका साथ लागे महिला तथा पुरुषको सन्तुष्टि समय एकै हुने कुरा पनि प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। डा. बायनढ्वारा संश्लेसित उक्त प्रतिवेदनमा असल यौनजीवन सधैं सन्तुलित हुने बताइएको छ। दस पटकमा आठ पटक शीघ्र पतन भयो भने पनि त्यसलाई समस्याका रूपमा नलिन आग्रह गर्दै प्रतिवेदनले ५ देखि १५ मिनेटको यौन अन्तर्क्रियालाई सामान्य मानेको छ। डा. बायनले यौनक्रिया सुरु गर्नुअघि एक पेग वाइन, हल्का संगीत र यौनकेन्द्रित आख्यानको उपयोग गर्न सुझाव दिएका छन्।

गलत यौन सम्बन्धमा पनि भय, आंशका र हताशले छिटो स्खलन हुने कुरा प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। असल यौनजीवनका लागि कामुक देखिनु अति आवश्यक भएको पनि प्रतिवेदनमा बताइएको छ। यो कुरा पुरुष-महिला दुवैमा बराबर लागू हुन्छ। यौनसम्पर्कका लागि कुनै निश्चित दिन, समय, बिछ्यौना, तन्ना अथवा अरू केही रोज्नुहुन्छ भने त्यसले निराश हुनुपर्नेछ। किनकि यौनसम्पर्क अति कमजोर र संवेदनशील संयोग हो जुन जीवनका असहज यथार्थसँग ठोक्किनेबित्तिकै त्यसले रौनक गुमाउँछ। व्यस्त जीवन, कार्यालय तथा घरको तनाव, अनावश्यक शंका आदि झमेलाबाट गुज्रँदै आएको युवापुस्तालाई प्रतिवेदनले एउटा बाटो देखाउने प्रयास गरेको छ।

# साप्ताहिक इन्फो

## रेखा रमितकी प्रशंसक

नेपाली चलचित्रकी चर्चित नायिका रेखा थापाका अनगिन्ती फ्यान छन् । उनलाई मन पराउनेहरू पनि कम छैनन् । चलचित्रक्षेत्रका कतिपयले त उनलाई 'ड्रिम गर्ल' पनि भन्न थालेका छन् । जे होस्, रेखा थापाले धेरैको मन जितेकी छिन् । यसरी एकातिर रेखाले धेरैको मन जितिरहेकी छिन् भने अर्कातिर एकजना नायकले रेखाको मन जितेका छन् । यसरी रेखाको मन जित्ने नायक हुन्- रमित ढुंगाना ।

हेन्डसम नायक रमित ढुंगानाका फ्यान पनि कम छैनन्, तर उनले नम्बर वान नायिका रेखाजस्तो प्रशंसक पाउनु चानचुने कुरा होइन । रेखाले हरेक ठाउँमा नअन्कनाई रमितको प्रशंसा गरिदिन्छिन् । आखिर किन ? रेखा भन्छिन्- 'पहिलो नम्बर हेन्डसम्, दोस्रो नम्बर इनोसेन्ट, तेस्रो नम्बर मायालु आदि ।' उनी खुलेरै भन्छिन्- 'ऊ नेपाली चलचित्रको सबैभन्दा राम्रो पर्सनालिटी भएको हिरो हो ।' 'रमितले सुधार्नुपर्ने पक्ष पनि होलान्,' उनी रमितको यो पक्ष भन्न पनि पछि पर्दिनन् ।

चलचित्र क्षेत्रमा एकले अर्काको प्रशंसा कमै हुन्छ । प्रशंसा गर्‍यो भने उल्टो अर्थ लाग्छ भन्ने अनुभव छ रेखा र रमितको, तर सबैले हिम्मती मानेकी रेखामा त्यस्तो कुनै डर पाइँदैन तब त उनी खुलेर प्रशंसा गर्छिन् रमितको । ●

## हलुवामा बालुवा

निर्देशक नारायण पुरी हलुवामा बालुवा हुने भएका छन् । हास्यकलाकारद्वय दीपकराज गिरी र दीपाश्री निरौलासँगै उनलाई पनि अमेरिका जाने भिसा लागेपछि उनी हलुवामा बालुवा हुन लागेका हुन् । चलचित्र बजारमा यतिबेला यो कुराले निकै ठाउँ पाएको छ ।

दीपक-दीपा डिसेम्बरमा एक कार्यक्रमका निम्ति अमेरिका जाँदैछन् । दर्शकहरू दीपक-दीपाको राम्रो जोडी लागेको देख्छन् । यही क्रममा दुवैको अमेरिका जाने भिसा लाग्दा धेरैलाई खुसी लागेको हुनुपर्छ र केहीले आरिस गरेको पनि पाइन्छ । जे होस्, दीपक-दीपा अमेरिका उड्दैछन् स्टेज कार्यक्रमका लागि । धेरैको प्रश्न छ, आखिर दीपक-दीपासँगै चतुर निर्देशक नारायणपुरीको भिसा किन र कसरी लाग्यो ? यसको एउटै उत्तर छ- सायद पुरीलाई हलुवामा बालुवा हुन जुरेको होला । यदि त्यसो नहुँदो हो त पुरी अरू कुनै समयमा वा अरू कुनै फ्लाइटमा अमेरिका जान्थे होला ।●

तस्वीर : नवराज वाग्ले

## अन्तर्वार्ता दिन्न

चंखे अर्थात् हास्यकलाकार गोपालराज मैनालीलाई पत्रकारहरूसँग रिस उठेको छ । कुन्नि क-कसले उनको चित्त दुखाएछन् ? उनको घरमा टेलिफोन गरियो- 'गोपालराज मैनाली हुनुहुन्छ ?' उताबाट महिला स्वर आयो- 'को बोल्नुभएको ?' उनी मैनालीकी धर्मपत्नी थिइन् । अन्तवार्ताका लागि फोन गरेको बताएपछि उनले भनिन्- 'उहाँ अन्तवार्ता दिनुहुन्न ।' अचम्म लाग्यो र सोधियो- 'किन ?' उताबाट जवाफ आयो- 'पत्रकारहरू जे पायो त्यही सोध्छन्, भनेको कुरा पनि उल्टोपाल्टो पारेर छाप्छन्, त्यसैले ।' उनलाई त्यसो नगर्ने वचन दिँदा पनि उनले मैनालीलाई टेलिफोन दिइनन् । छोरी सज्जाको विवाह गरेपछि जेठी छोरी सचीको पनि विवाह भएको छ अर्थात् उनी छोरीहरूप्रतिको कर्तव्यबाट मुक्त भैसकेका छन् । छोराको विवाह त उनले केही वर्षअघि नै गरिसकेका थिए । मैनालीले अभिनयकर्मबाट संन्यास पनि लिएका छैनन् । फाट्टफुट्ट टेलिचलचित्र तथा चलचित्रमा अभिनय पनि गरि नै रहेका छन् । त्यसो भए पत्रकारबाट किन टाढा ? कतै उनले कुनै त्यस्तो काम त गरेका छैनन्, जसको उनलाई डर छ ? कतै भेटिए तपाईंहरूले पनि सोध्नुहोला है ?। ●

**गफै त हो**

## आनन्ददायक सम्बन्ध

दक्षिण एसियामा अहिलेकी सबैभन्दा कामुक सुन्दरीको उपाधि कसलाई दिनुहुन्छ ? ...मल्लिका शेरावत ? उनी पनि हुन सक्छिन् । अब अर्को प्रश्न, नेपालकी सबैभन्दा 'हट' सुन्दरी कसलाई मान्नुहुन्छ ? ...रेखा थापा,..पुजना...पूजा लामा...? तर उनीहरू अब माथ खाने भएका छन् । बुटवलबाट एउटी यस्ती सुन्दरीको आगमन भैसकेको छ जसको अंग–प्रदर्शन मात्र होइन, बोलीव्यवहार पनि 'हट' छ । उनी हुन्– अनु ओझा । साइबर संसार डटकममा खुला तस्बिर खिचाएपछि अनुको चर्चा बढ्न थाल्यो । गायक क्रिसको म्युजिक भिडियोमा उनी अझ खुला रूपमा प्रस्तुत भइन् । केही समयअघि वेबसाइट ई–नशा डटकममा उनलाई 'हट डिस'का रूपमा प्रस्तुत गरियो । अरू प्रश्नहरूभन्दा एउटा प्रश्न र त्यसको जवाफ हामी यहाँ नेपालीमा अनुवाद गरेर प्रस्तुत गर्दैछौं । प्रश्न : 'यौनसम्बन्ध आनन्दका लागि कि प्रेमका लागि ?' अनुको जवाफ : 'आनन्दका लागि, त्यही नै बेस ।' अहिलेसम्म प्रेमशास्त्री, प्रेमको उत्कर्षमा पुगेका सबैले दिने जवाफभन्दा उनको जवाफ यथार्थमूलक छ । उनी यसअर्थमा सही छिन् कि उनले साँचो बोलिन् । प्रेमका लागि अचेल कसले पो यौनसम्बन्ध बनाउँछ र ? युवापुस्ताले त यौनकै लागि प्रेम गरिरहेको छ । बरु अनुले त्यस्तो प्रेम कतिसँग गरिन् होला ?

## हरिवंशको हाफ सेन्चुरी

**साप्ताहिक समाचार**

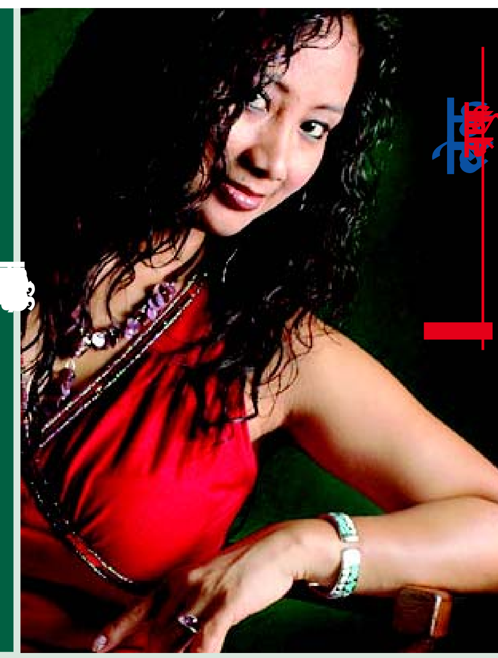
काठमाडौं- कात्तिक २७ गते लोकप्रिय हास्यअभिनेता हरिवंश आचार्यले उमेरको 'हाफ सेन्चुरी' अर्थात् पचास वर्ष पूरा गरेका छन् । जोडी अभिनेता मदनकृष्ण श्रेष्ठसँग कान्तिपुर टेलिभिजन आएका आचार्यले आफ्नो जन्मदिन टेलिभिजन कार्यालयमा केक काटेर मनाए । टेलिभिजनका प्रबन्ध निर्देशक गणेश अग्रवाल, मार्केटिङ म्यानेजर महेश स्वाँरलगायत टेलिभिजनका कर्मचारीहरूका बीच हरिवंशले केक काटेर सबैलाई बाँडे । त्यही अवसरमा साप्ताहिकसँग कुराकानी गर्दै कलाकार आचार्यले भने- 'कार्यक्रमको कुरा गर्न आएको, यहाँ त जन्मदिन पो मनाइयो ।' उनले आफ्नो स्वाभाविक शैलीमा भने- 'आज विक्रम संवत्अनुरूपको जन्मदिन हो । यसैलाई मनाउने गरेको छु । तिथिका हिसाबले मनाउने हो भने त्यो दिन मेरो बुबाको सराद्धे पर्छ ।' जीवनको अर्धशतक पूरा गरेकोमा साप्ताहिकका तर्फबाट हरिवंश आचार्यलाई हार्दिक शुभकामना ।

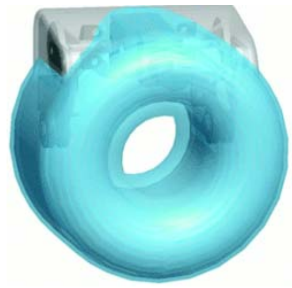
## प्रशान्तको अर्को कर्न्सर्ट

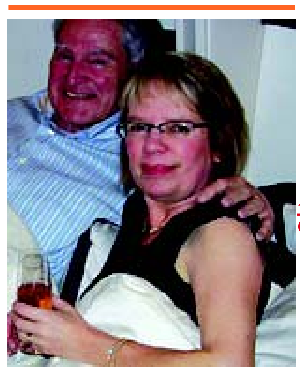
'नमस्कार है, अन्त तपाईहरूलाई कस्तो छ हौ ? म त फेरि आएँ नि' निर्धारित समयभन्दा एक घण्टा ढिलो साँझको पाँच बजे सानो गौचरन मैदानमा तयार पारिएको स्टेजमा आएका इन्डियन आइडल तेस्रो संस्करणका उपाधि विजेता प्रशान्त तामाङले उपस्थित दर्शकका सामु उल्लेखित वाक्यबाट आफ्नो सांगीतिक कार्यक्रम प्रारम्भ गरेका थिए । 'असारै महिनामा पानी....' गीतबाट सांगीतिक प्रस्तुति प्रारम्भ गरेका प्रशान्तले यो गाउँको ठिटो म, नशा ए प्यारका नशा, भिगे होठ तेरे, पहला नशा आदि गीत गाएका थिए । उनले आफ्नो पहिलो एल्बम धन्यवादको शीर्ष गीत जिन्दगी पहले कभी... पनि सुनाएका थिए । कार्यक्रममा राजेशपायल राई, जबिक, डिल्ली फोम्बो, अभया एन्ड द स्टिम इन्जिन, किड सोल तथा शीतल-सुवानी मोक्तानले आ-आफ्ना गीत प्रस्तुत गरेका थिए । कन्सर्टमा ५ हजार दर्शक उपस्थित भएको आयोजकहरूले जनाएका छन् ।

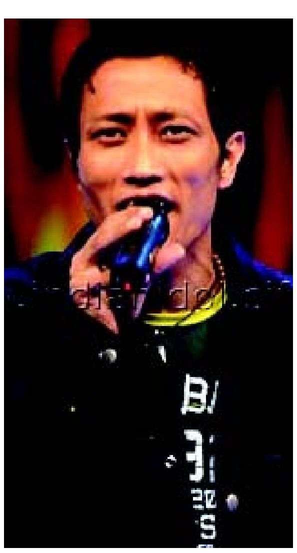
## चलेनन् चलचित्र

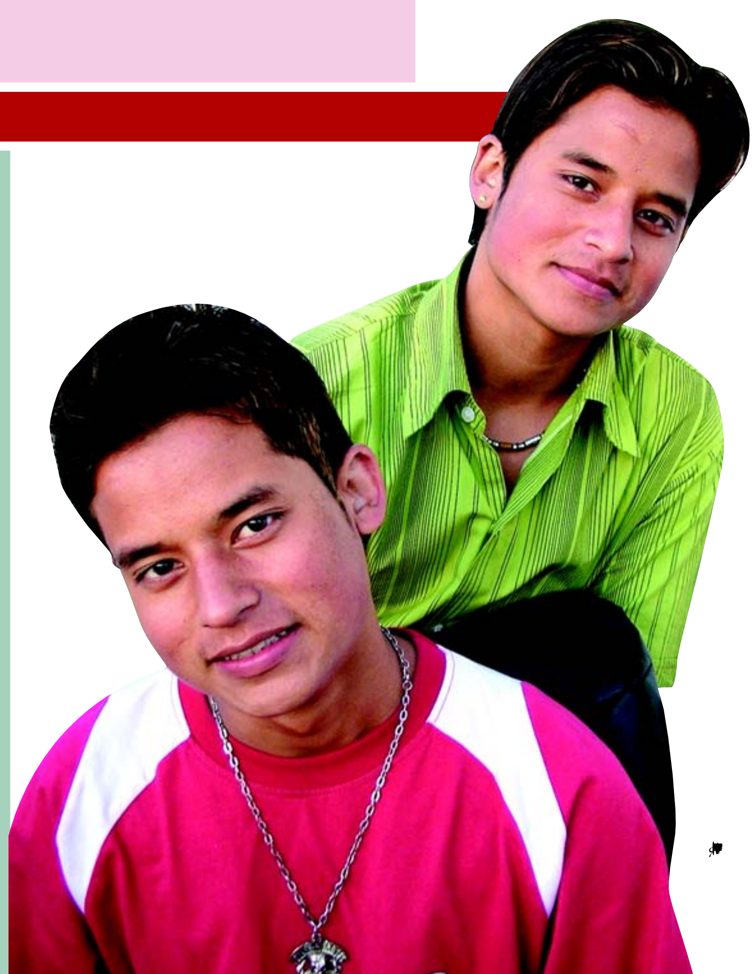
मुख्य चाडपर्वहरूलाई लक्षित गरेर चलचित्र सार्वजनिक गर्ने ट्रेन्ड पुरानै हो, चाडपर्वको समयमा सार्वजनिक भएका चलचित्रले सफलता नपाए पनि लगानी उठाउने भएकाले हुनसक्छ, अक्सर निर्माताहरू यो समयको उपयोग गर्ने सोचाइमा हुन्छन् । विशेष गरी तराईक्षेत्रमा तीज, बडादसैं, दीपावली, साउने संक्रान्ति, माघे संक्रान्ति, छठजस्ता पर्वमा चलचित्र हेर्न जानेहरूको संख्या उल्लेख्य हुन्छ । यसपटक दसैंको अवसर पारेर उपत्यकाबाहिर सार्वजनिक भएका चार चलचित्रले भने दसैंको उल्टो मार खेप्नुपर्‍यो । उपत्यकाबाहिरको अर्थ-संकलनमा यी चलचित्रहरू नराम्ररी पछारिएका छन् । सार्वजनिक भएका चलचित्रहरू थिए– कानुन, त्रिशूल, राम-बलराम तथा बुबा-आमा । यसमध्ये चलचित्र राम-बलरामले भने अन्यभन्दा केही राम्रो व्यापार गर्न सफल भएको चलचित्रकर्मीहरूको ठम्याइ छ । चलचित्र राम-बलराममा हिमाल केसीको आकर्षक द्वन्द्व-निर्देशनका कारण दर्शकहरू हलसम्म पुगेका थिए । अन्य चलचित्र खासै दमदार नभएका कारण परिणाम त्यस्तो आएको उनीहरूको भनाइ थियो । यो उदाहरणले चलचित्र बनाउनेहरूलाई भने राम्रो सन्देश दिएको छ, त्यो हो– चलचित्र राम्रो बनाउन छाडेर चाडपर्वका अवसरमा प्रदर्शन गरे चलिहाल्छ भनेर बस्नुभएन है.... ।











## जितु'चाको जोक्स

jitendra_rajb@hotmail.com

एउटै जोक्स चार-चार पटक सुनाइसक्दा पनि वन्स मोर वन्स मोर भन्दै पाँचौं पटक पनि मन लगाएर सुनेको देखेर जितुचा : के हो विक्रम दाइ, यो जोक्स त निकै घत परेजस्तो छ नि तपाईंलाई ?

बिक्रम : घत परेको त होइन, मैले पाँचौं पटक सुनेर पनि बुझ्न सकिनँ, त्यसैले ।

०००

पारस आफ्नो घरनजिकैको पुस्तक पसलमा गएर : साहुजी, तपाईंको पसलमा स्याउ छ ?

पारसको कुरा सुनेर साहुजी : बाबु, यो किताब पसल हो, फलफूल पसल होइन ।

दोस्रो दिन पनि पारस त्यही पुस्तक पसलमा गएर : साहुजी, तपाईंको पसलमा स्याउ छ ?

साहुजी रिसाउँदै : मैले हिजै भनेको होइन, यो पुस्तक पसल हो, फलफूल पसल होइन भनेर, अब फेरि यो पसलमा स्याउ किन्न आइस् भने तेरो टाउकोका घनले हान्छु, बुझिस् ।

तेस्रो दिन पनि त्यही पुस्तक पसलमा गएर पारस : ओ साहूजी, तपाईंको पसलमा घन छ ?

साउजी : घन रे, छैन यो पसलमा घन ।

पारस : त्यसो भए तपाईंको पसलमा जोमसोमको स्याउ छ त ?

०००

अमेरिका बस्ने तीन छोरा बूढी भैसकेकी आफ्नी आमालाई जन्म दिनको सबैभन्दा उत्तम उपहार कसले पठायो भन्ने विषयमा बहस गर्न थालेछन् ।

पहिलो छोराले भनेछ : मैले आमालाई जन्म दिनको उपहार एउटा बेन्ज कार पठाइदिएको छु, अब आमालाई कतै घुम्न जान कुनै समस्या हुनेछैन ।

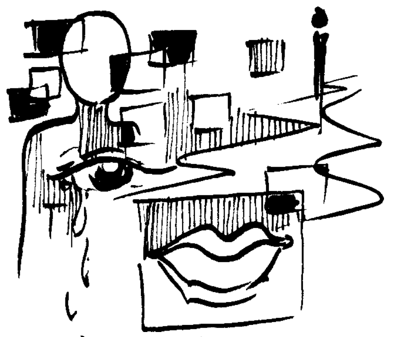
दोस्रो छोरा : मैले त आमालाई एउटा ठूलो घर नै बनाइदिएको छु , आमालाई सबैभन्दा राम्रो उपहार त मैले दिएको छु ।

तेस्रो छोरा : तिमीहरूले दिएको उपहारभन्दा मैले दिएको उपहार उत्तम हो , मैले त आमालाई रामायण र गीता नै खरर पाठ गर्न सक्ने एउटा सुगा पठाइदिएको छु , अब आमाको आँखा कमजोर भए पनि सुगाले रामायण र गीता सुनाएर खुसी राख्छ ।

केहि महिनापछि आमाले ती तीन छोरालाई चिठी पठाइछन् : छोरा रमण, तिमीले मलाई बेन्ज कार पठाइदिएका रहेछौ तर त्यो उपहारको मलाई कुनै काम छैन किनभने म अब यो उमेरमा कता हिंडडुल गर्न सक्छु र ? अनि योगन्द्र, तिमीले मलाई त्यत्रो घर बनाइदियौ तर मलाई त एउटै कोठा पर्याप्त छ बस्नका लागि, किन त्यति खर्च गरेर घर बनाइदिएको ? बरु छोरा सुनील, तिमीले चाहिँ मेरो इच्छा बुझेर उपहार पठाइदियौ, धन्यवाद, मलाई धेरै समयअघिदेखि चराको मासुखाने रहर थियो, त्यो अब पूरा भयो ।

## कविता

### आँसुको सागर



तिमी गयौ जीवन बनाई खरानी खरानी
सागर नै दियौ आँखा भयो पानी-पानी
पीरैपीरले खोक्रो बनायो जिउँदै जलायौ
सुरु नहुँदै अन्त्य भो तिम्रो मेरो कहानी
तिम्रो लगन आउँदै छ मेरो अन्तिम घडी
मेरो दिन पूरा हुने भो तिम्रो जवानी
मेरा परेली आँसुले भिजे तिम्रो ओठको हाँसोले
आकाश नै दियौ पीडाको तिमीले जानी-जानी
भक्कानो फोरी बधाई दिन्छु तिम्रा कदमलाई
एउटै पाइनँ मैले तिमीले त छानी-छानी
तिमी गयौ जीवन बनाई खरानी-खरानी
सागर नै दियौ आँखा भयो पानी-पानी ।

–श्रीधरप्रसाद पाण्डे

### चाहन्छु म

नहल्लाइदेऊ हात बिदाइको साथ तिम्रो चाहन्छु म
भोलि कसले देख्या छ र आज बाँच्न चाहन्छु म
जीवनको अनिश्चित यात्रामा केही पाइला बाँकी नै छन्
आँसु मेरो नफ्कारिदेऊ सँगै हाँस्न चाहन्छु म
नगरिदेऊ घृणा मलाई माया तिम्रो चाहन्छु म
जीवनको अन्तिम घडीमा छाया तिम्रो चाहन्छु म
नबोले पनि सुनिदेऊ मेरा यी चाहनालाई
सुख त अस्थायी भए दुःखकै भिक्षा चाहन्छु म
अज्ञानमा सानो गल्ती भैगयो अब माफ गर
अर्को जुनी फर्की आउला प्रतीक्षा तिम्रो चाहन्छु म ।

–नेत्रप्रसाद रेग्मी

### भ्रमित आँखाहरू

बाटाभरि आँखा बिच्छ्याएँ
परेलीमा साँझ परेछ
खै ! के भनौं जिन्दगीलाई
बेमौसमको बर्सात बनेछ
गमलामा सजिएको फूलभन्दा
कन्दरामा फुल्ने सुनगाभा राम्रो लाग्न थाल्यो
मन नै विरानो भएर हो कि फर्केर हेर्दा
आफ्नै यात्रा सुनसान लाग्न थाल्यो
यो दुनियाँको रङ्गीचङ्गी परिवेशभन्दा
कल्पनाको नयाँ संसारमा नै हराउन मन लाग्यो
प्रचण्ड सूर्य पनि मलिन बन्दै गयो
वसन्तले छाएको बगैंचामा
शिशिरको पीडा छाउन थाल्यो ।

–दीपक अधिकारी

### तिमीसँग

मान्छेहरूको भीडबीच तिमीलाई देखें मैले
स्मृतिमा नमेटिने तिम्रो तस्वीर लेखें मैले
उदास यी नयनहरू तिमीसँग ठोक्किएछन्
दौडिएका पाइलाहरू अनायासै रोकिएछन्
सधैं अटल शीर पनि तिम्रो सामु झुक्यो आज
ठाडो शीर निहुरिँदा किनकिन छैन लाज
कसिलो त्यो यौवनदेखि असीमित इच्छा जाग्छ
बेहोसीमै तिमीसँग ठोक्किदिउँ जस्तो लाग्छ
एकान्तको मौका छोपी तिम्रो अधर चुमिदिउँ
प्रेम नशा पान गर्दै सँगसँगै झुमिदिउँ
सामुन्नेमा उभिएर तिम्रो रूप हेरिरहुँ
जीवनभर नछुट्टिने शपथ लिंदै अँगालोमा बेरिरहुँ ।

– राजन लुइँटेल

### मेरो माया

मेरो माया निश्छल थियो
मुलायम सिमल थियो
जब तिमी हाँसेर आयौ
जोडी वर-पीपल थियो
लाख सूर्य उदाए पनि
हाम्रो माया शीतल थियो
एकै पल नदेखे हामी
पीडा अनि विकल थियो
तिमी मेरि, म तिम्रै थिएँ
प्रेम हाम्रो निर्मल थियो ।

–दर्शन दिनेश

## लघुकथा

### बेवारिसे जिन्दगी

काठमाडौंको हरेक छिंडीमा आजभोलि भुस्याहा कुकुरहरू प्रशस्त मात्रामा भेटिन्छन् । त्यो कुकुरको काम, दाम र माम केही निश्चित छैन । ऊ बेलुका सुत्दा भोकै हुन्छ र भोको भएकोमै चिन्ता गर्छ । ऊ कलंकित छ, उसमा रोदन छ, चिच्याहट छ अनि तिरस्कार पनि, तर ऊ स्वावलम्बी बन्न चाहन्छ ।

रात परेपछि कसैको घरको छिंडीमा न्यानो कुनाकाप्चा खोज्छ र बास बस्छ । आधा निद्रा पनि पुग्न पाएको हुँदैन, घरबेटी उठेर कुम्ली परेर सुतेको ढाडमा भ्वाक्क लातले हान्छन् । पैसा नतिरेकाले ऊ भाग्न बाध्य छ । फेरि घरबेटी आफ्नै ओछ्यानमा मस्त निदाउँछन्, त्यतिन्जेल ऊ पुस-माघको जाडो सहेर बसिरहन्छ । घरबेटी निदाएको मौका पारी पुनः डर र त्रासमै भए पनि निद्रामा लिन हुन्छ । रात कहिले जाला, उसको चिन्ताको विषय यही हुन्छ, एवं रीतले रातको समाप्तिपछि उज्यालो नहुँदै ऊ त्यो घरबाट भाग्न बाध्य हुन्छ । बल्लतल्ल रात त कट्यो, दिनमा भोकले गर्दा कुन गल्लीमा के पाइन्छ भन्दै दगुर्छ, तर विडम्बना ! भोकभोकै बस्नुपर्दा उसका मनमा तरंग उत्पन्न हुन्छ । यो दिन कसरी बिल्ला, चाँडै बिते हुन्थ्यो– यो उसको अर्को समस्या हो । समय बलवान् छ, खाएर होस् वा नखाएर समय बितिहाल्छ, रोकेर रोकिँदैन ।

–विष्णुकुमार अधिकारी

# घरेलु हिंसाले तोड्यो नाता

बागलुङ- लोग्नेको यातना सहन नसकी ४ महिनाको गर्भ लिएर माइतीको शरणमा पुगेकी बाग्लुङकी बिना शर्माले १३ वर्षपछि न्याय पाएकी छिन् । उनले बाग्लुङ जिल्ला अदालतमा हालेको अंश तथा सम्बन्धविच्छेदको मुद्दाले हालसालै किनारा पाएको छ । अंश पाउने गरी सम्बन्धविच्छेदको फैसला अदालतले सुनाएपछि बिनाले भनिन्– 'ढिलै भए पनि न्याय पाइयो ।' लोग्नेको घर छाड्दा गर्भमै रहेकी उनकी छोरी अहिले ६ कक्षामा पढ्छिन् ।

१५ वर्षकै उमेरमा बिनाको विवाह भएको थियो । न पाको उमेर, न पढेलेखेकी, न त भविष्यका बारेमा सोचविचार गर्ने परिपक्वता नै थियो । राम्रो-नराम्रो छुट्याउनै नसक्ने उमेरमा बजारको धनी केटा देखेर घरपरिवारले उनीभन्दा आठ वर्ष जेठो मानिससँग विवाह गरिदिए । परिवारको निर्णय नमान्ने अवस्था थिएन, तर विवाह गरेको केही महिनापछि नै उनका दुःखका दिन सुरु भए । दाइजो नल्याएको, अपुतालीको सन्तान, नरामी, अनपढजस्ता आरोपमा उनले दिनहुँ लोग्नेबाट यातना पाउन थालिन् । हरेक दिन रक्सीले मातेर आएका लोग्नेबाट कुटाइ खानु उनको दिनचर्याजस्तै भयो ।

रक्ताम्मे हुने गरी पिट्ने मात्रै होइन, निर्वस्त्र पारी मध्यरातमा गेटबाहिर धकेलेर ढोकामा ताल्चा लगाएको कहालीलाग्दो क्षण उनी अहिले पनि भुल्न सक्दिनन् । 'एकपल्ट पुसको चिसोमा हातखुट्टा बाँधेर भुइँमा पल्टाई पिसाबसमेत खुवाए,' उनी त्यतिखेरको दर्दनाक पीडा सुनाउँछिन्– 'म त उपभोगको साधन मात्र बनें । जतिबेला चाह्यो त्यतिबेला प्रयोग गर्न सक्ने । अरू त अरू सिकिस्त बिरामी हुँदासमेत सुख पाइनँ ।'

सास्ती खेप्नै नसकेपछि उनी माइती बस्न थालेकी थिइन्, तर उनले माइतीमा पनि सुख पाइनन् । रक्सीले मातेका लोग्नेले माइतीमै आएर कुटपिट र बेइज्जत गर्न थाले । अति भएपछि गाउँकै एक शिक्षिकाको सल्लाहमा २०६२ को भदौमा उनले अंशसहित सम्बन्धविच्छेदको मुद्दा हालिन् । अहिले अदालतबाट न्याय पाएको मान्ने बिना अरू महिलालाई पनि सल्लाह दिँदै भन्छिन्– 'लोग्नेले गरेका सबै अन्यायविरुद्ध न्यायालयको ढोकामा पुग्नुपर्छ, महिला कसैको उपभोगका साधन मात्र होइनन् ।'

लोग्नेको यातना खप्न नसकेपछि बाग्लुङकै हटियाकी २० वर्षीया मीनु बोहोरा थापा पनि सम्बन्धविच्छेदको लागि अदालतको शरणमा पुगेकी छिन् । चार वर्षअघि होमबहादुर बोहोरासँग उनको विवाह भएको थियो, तर विवाहपछि उनको जीवनमा दुःख मात्र सुरु भयो । अनपढ र दाइजो नल्याएको निहुँमा लोग्नेले दिनहुँजसो यातना मात्र दिएनन्, घरमा कान्छी नै भित्र्याए । अति नै भएपछि उनी एक वर्षदेखि काठमाडौंमा रहेका माइतीको शरणमा छिन् । लोग्नेले बिचल्लीमा पारे पनि नेपाली सेनामा भर्ती भएर आफ्नो गुजारा आफैं गर्ने सुर बनाएकी मीनुलाई नागरिकताको समस्या पऱ्यो । लोग्नेले स्वास्नी हो भन्न पनि अस्वीकार गरेपछि उनले सम्बन्धविच्छेदको बाटो रोजेकी हुन् । मीनु भन्छिन्– 'लोग्ने आफ्नो हुन सकेन, अदालतले त न्याय दिन्छ भन्ने आशा छ ।'

पश्चिम बाग्लुङको विकट भिमगिठे ढाडखर्कनिवासी ३१ वर्षीया विष्णु केसी एउटै घरमा लोग्ने पदमसँग छुट्टिएर बसेकी छिन् । उनीहरूबीच बोलचालसमेत बन्द छ । विष्णु आफ्नै घरमा एक्ली छिन् । सन्तान जन्माउन नसकेको निहुँमा उनी लोग्नेको यातनाको सिकार बनेकी हुन् । केसी भन्छिन्– 'सन्तान नभएको निहुँमा लोग्नेले रातदिन यातना दिन थालेपछि एक्लो बस्न बाध्य भएँ ।' अहिले उनी अदालतबाट न्याय पाइने दिन कुरेर बसेकी छिन् ।

बाग्लुङकै विष्णु शर्मा पनि लोग्नेको यातनाबाट मुक्ति पाउन अदालतबाट सम्बन्धविच्छेदको मुद्दाको फैसला कुरिरहेकी छिन् । विवाह भएको डेढ वर्ष नपुग्दै सन्तान नभएको निहुँमा उनीमाथि लोग्नेको यातना सुरु भयो । कुटपिट र मानसिक यातना त थियो नै, लोग्नेले कान्छीसमेत भित्र्याए । 'यातना अति भएपछि आठ वर्षदेखि छुट्टिएर बसेकी छु,' उनले दुःखको बेलीविस्तार लगाइन्– 'सन्तान नभएकै निहुँमा दिएको यातना सहेकै थिएँ, कान्छी नै ल्याएपछि भने सहन सकिनँ, त्यसैले अदालतकै बाटो रोजें ।' उनको अंश तथा सम्बन्धविच्छेदसम्बन्धी मुद्दा अहिले बाग्लुङ जिल्ला अदालतमा विचाराधीन छ ।

यी केही उदाहरण मात्र हुन्, अदालतमै परेका मुद्दा मात्रै हेर्ने हो भने पनि बाग्लुङमा सम्बन्धविच्छेदका मुद्दा ह्वात्तै बढेका छन् । बाग्लुङ जिल्ला अदालतमा २०६० सालभन्दा पहिले सम्बन्धविच्छेदका मुद्दा फाटफुट मात्र आउँथे । ०६३/६४ को तथ्याङ्क हेर्दा त्यो सङ्ख्या बढेर ३६ पुगेको छ । अघिल्लो वर्षको तुलनामा सम्बन्धविच्छेद गर्नेहरूको सङ्ख्या दोब्बर छ । 'पहिले त सम्बन्धविच्छेदका मुद्दा पर्दा अचम्म मान्नुपर्ने अवस्था थियो, तर अहिले सामान्यजस्तो भएको छ,' अदालतकी कर्मचारी विमला शर्मा भन्छिन्– 'सम्बन्धविच्छेदसँगै मानाचामल, नाता कायम जस्ता घरेलु हिंसासँग सम्बन्धित महिलाका मुद्दा पनि त्यत्तिकै बढेका छन् ।'

यो स्थिति आउनुको कारण प्रायः सबै घटनामा एउटै देखिन्छ, त्यो हो- आफ्नै लोग्नेले दिएको यातना र पीडा खप्न नसकेर अदालतको ढोका ढकढक्याउने निरीह पत्नीहरूको बाध्यता । अदालत पुगेका वा नपुगेका सबैखाले सम्बन्धविच्छेदका घटना महिलामाथिको हिंसा तथा अत्याचारका कारण भएका देखिन्छन् । सँगै यसले अर्को एउटा सन्देश पनि दिएको छ, त्यो हो- अब महिलामा पनि चेतना र आत्मविश्वास बढ्दै गएको छ, उनीहरू लोग्नेका हरेकखालका अत्याचारलाई चुपचाप सहेर बस्ने अवस्थामा छैनन् । महिला अधिकारकर्मीहरू भन्छन्– 'कसैको व्यक्तिगत जीवन बर्बाद हुनु दुःखदायी पक्कै हो, तर अत्याचारविरुद्ध न्यायालय पुग्ने प्रचलन सुरु हुनु राम्रो प्रगति हो ।'

त्यसैगरी, कानुनी सहायता परियोजना निःशुल्क कानुनी सेवा केन्द्रमा पनि यस्ता सम्बन्धविच्छेदका मुद्दा पर्ने गरेका छन् । शाखा संयोजक अधिवक्ता सरिता केसीका अनुसार एक वर्षयता सम्बन्धविच्छेदका नौवटा मुद्दा दर्ता भएकोमा चारवटाको फैसला भैसकेको छ । अघिल्लो वर्षको तुलनामा यो मुद्दा सङ्ख्या दोब्बर हो ।

महिलाका यी मुद्दा हेर्नेहरू सम्बन्धविच्छेदको मुख्य कारण घरेलु हिंसा रहेको बताउँछन् । दाइजो नल्याएको, सन्तान नभएको, ढिलो सन्तान भएको, छोरा नजन्माएको आरोपमा दिइने यातना मात्रै होइन, पारिवारिक झैझगडा, परिवारमा महिलाको सम्मान हुन नसक्नुजस्ता पीडा र यातनाबाट सताइएका महिला सम्बन्धविच्छेद गरेर स्वतन्त्र रूपमा बाँच्न चाहेको देखिन्छ । केसी भन्छिन्– 'घरेलु हिंसाको डरलाग्दो रूपले यसरी सम्बन्धविच्छेद बढाएको प्रस्ट छ, नत्र कसले यति सजिलै जीवनसाथी छाड्ने रहर गर्थ्यो र ?'

घरेलु हिंसा सहेर बस्ने महिलाको सङ्ख्या ठूलो छ । यद्यपि सबै अदालतसम्म पुग्न सकेका छैनन् । कतिको न्यायालयसम्म पहुँच नै हुँदैन, कतिपयचाहिँ समाज र परिवारको इज्जतका लागि जस्तोसुकै अत्याचार पनि सहेर बस्छन् । न्यायालयसम्म पुग्न नसक्ने र यातना असह्य भएपछि कतिले आत्महत्याको बाटो पनि रोजेका छन् । बाग्लुङका प्रहरी नायव उपरीक्षक पवन खरेल भन्छन्– 'आत्महत्या गर्ने महिलामा पारिवारिक हिंसाको सिकार भएका धेरै भेटिएका छन् ।'

घरेलु हिंसा रोक्ने प्रस्ट कानुनी व्यवस्था छैन । त्यसैले हिंसाको सिकार भएका महिला हिंसाबाट मुक्ति पाउन सम्बन्धविच्छेद त गर्छन्, तर दोषी लोग्नेमाथि कुनै कारबाही हुँदैन । जिल्ला न्यायाधीश भोलानाथ चौलागाईं कानुन नहुँदा महिलाले वास्तविक न्याय पाउन नसकेको बताउँछन्– 'कानुन पर्याप्त छैन, कतिपय अवस्थामा भएको कानुन पनि कार्यान्वयन हुँदैन ।' कानुनी अभाव र पीडितहरू पनि खुलेर नआउने हुनाले दोषीमाथि कारबाहीको फैसला गर्न कठिनाइ भैरहेको चौलागाईं बताउँछन् ।

घरेलु हिंसालाई अन्तरिम संविधानले समेत दण्डनीय अपराध भने पनि त्यसअनुसार ऐन, नियम बन्न सकेको छैन । लोग्नेस्वास्नीबीच सम्बन्धविच्छेदका घटना बढ्दै जानु पक्कै राम्रो होइन, तर यो सङ्ख्या रोक्न पहिले घरेलु हिंसाका घटनामा कमी आउनुपर्ने बताउँदै अधिवक्ता केसी भन्छिन्– 'आवश्यक कानुन बनाए घरेलु हिंसा रोक्न सकिन्छ, त्यसपछि सम्बन्धविच्छेदका मुद्दाहरू स्वतः घट्छन् ।'

सञ्चारिका लेखमाला/सञ्चारिका समूह

## सन्देश

मनोज, तिमीसँग भेट हुनै कठिन छ भने त्यो जूनतारा र सूर्यमा के नै छ र ? ती सब त सपनाका कुरा मात्र हुन्, त्यो सानो बेलाको रमाइलो पल म आज पनि बिर्सन सक्दिनँ । जुन घाउ मैले तिम्रो सामु पाएको थिएँ त्यसमा तिम्रो सम्झना गाँसिएको छ, यदि मलाई अझै बिर्सन सकेका छैनौ भने भेट्न प्रयास गर ।

**सविन**

मंगलबारको दिन क्याम्पसबाट घरतर्फ आउने क्रममा गल्याङबाट करादीसम्म मिनीबसको तेस्रो सिटमा बसी घरिघरि मलाई हेरेर आँखा तर्काउने, म त्यही सिटमा गएर बस्दा मेरा बारेमा सबै कुरा सोध्ने र आफ्ना बारेमा केही नभन्ने अनि मेरो नाम साप्ताहिकमा पढेको भन्ने युवतीलाई पत्र पठाउन आग्रह छ ।

**प्रवीण**

जर्मन यात्रामा जान लागेकी प्यारी साथी डोल्माले चालेका हर-पाइलाले सफलताको शिखरमा चुमून्, तिम्रो सुस्वास्थ्य एवं उज्ज्वल भविष्यको कामना गर्दछु ।

**तिम्रो नजरको दोषी**

सानु, टाढा हुँदा म तिमीसँग कति नजिक थिएँ भन्ने आभास भएको छ । हुनत तिमी मेरी असल मित्र मात्र हौ र त म तिमीलाई यतिका धेरै मिस गरिरहेको छु । यदि तिमी मेरी प्रेमिका नै भैदिएको भए म तिमीबाट टाढिएर कसरी बाच्न सक्थें होला ?

**जीवन**

प्रीति, मुटुभरिको माया अनि धेरै-धेरै सम्झना, हाम्रो माया जुन रूपले अघि बढेको छ, त्यसरी नै उन्नतिको शिखरमा पुगोस् । जुनीसम्म तिमीले मलाई र मैले तिमीलाई यसरी नै माया गर्न पाइरहूँ । तिमीले चालेका हरेक कदममा सफलताको शुभकामना । साथै प्यारी बहिनीलाई धेरै-धेरै माया अनि सम्झना ।

**समीर**

दिनको करिब १२:३० बजेतिर पुलचोकबाट ट्याम्पुमा फूलबुट्टे सेतो मिनीस्कर्टमा हिल चप्पल लगाएकी, हातमा मिडिया प्लेयर, कानमा इयरफोन, गालामा सुन्दर सेतो विभिन्न धातुले जडित माला र औंलाको नङमा खोपेर सजाइएको सौन्दर्यको सामग्रीजस्तो देखिने वस्तुमा सजिएर आउने परीलाई symbol_14000@yahoo.com मा सम्पर्क गर्न अनुरोध छ ।

**शंकर**

पी., तपाईंलाई यो जन्ममा साथ दिन नसके पनि अर्को जन्मको आशामा बाँच्नेछु । तपाईंको न्यानो मायालाई जीवन रहेसम्म मुटुभित्र साँच्नेछु । मेरो माया नपाए पनि सुखमय जीवन बाँच्नुहोला । यो अभागीलाई जीवनभर मुटुको छेउमा राख्न अनुरोध छ । भौतिक रूपमा साथ दिन नसके पनि आत्मीय रूपमा मुटुमा सजाउनेछु ।

**अशोक**

## कुपन सन्देश

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

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

## जीवनको गोरेटोमा

### सफलतामा भौतारिंदा

नदीझैं अविरल बगिरहने अनन्त प्रेम, जुनीजुनी बाँचिरहने अजर प्रेम, भौतिक मूल्यमा गणना गर्न नसकिने प्रेम, आँसुको थोपा-थोपादेखि लिएर मुटुको धड्कन-धड्कनसम्म भौतिक जीवनको सीमित घेरादेखि लिएर आत्मिक जीवनको सीमाहीनतासम्म फैलिएको प्रेमको परिभाषालाई दुई-चार शब्दको घेराभित्र बाँध्न सकिँदैन तर पनि यति विशाल प्रेमलाई म एउटा असफल कथा बनाउन विवश छु ।

जिन्दगीमा हजार बाध्यता र विवशताका घेराहरू पार गर्दै आफ्ना रहर अनि चाहनाहरूलाई फूलसरि फुलाउने अभिलाषा लिएर म यो सहरमा आएको थिएँ । जिन्दगीको यात्रामा शिक्षा अनि मजदुरी एउटै बाटोमा हिँड्न थाले । रातभरि ड्युटी, दिनभरि कलेज, यसरी नै जिन्दगी अघि बढिरह्यो । बिरानो सहरका बिराना गल्ली, गोरेटा अनि सडकहरू, एक्लै जिउनुपर्ने बाध्यता । जे भए पनि म खुसी थिएँ, खुसीसाथ जिन्दगी चलिरहेको थियो ।

जिन्दगीको एउटा मोड, होलीको दिन, रंगहरूको मौसम, लोलाको वर्षात् लिएर एक युवती मेरो जीवनमा आइन् । युवती परिचितजस्तै लाग्यो अर्थात् मेरो साथीकी गर्लफ्रेन्ड । उनलाई भेटेर सम्झाउने प्रयास गरें तर म बोल्न खोज्दा उनी टाढा हुन्थिन् र म चुपचाप बस्दा उनी बोल्न आउँथिन् । यसरी उनी मसँग एक किसिमको बार्गेनिङ गर्थिन् । हप्ता, महिना गर्दै पाँचौं महिना बित्यो ।

म पनि साथीलाई भन्नैपर्छ भनेर उसलाई भेट्न गएँ । उनको बारेमा कुराकानी भयो । उनलाई एक परिचित साथीमार्फत् सम्झाउने निर्क्यौलमा पुगें । यत्तिकैमा परीक्षा सुरु भयो । साथीलाई उनलाई सम्झाउने काम तपाईंको भनी म आफ्नो परीक्षामा व्यस्त भएँ । परीक्षा चलिरहेको थियो । त्यसपछि उनीप्रति मेरो मन बदलियो । परीक्षा सकिएपछि भेट्ने वाचा गरें । सयौं दिनको उनको त्याग, तपस्या अनि धैर्यतालाई यो आत्मामा सजाएँ । उनको कोमल आत्मामा परेको चोटका खातिर, विगतको मेरो भूलका खातिर हजार बिन्ती गरी माफी माग्ने वाचा गरें । मलाई मात्र चाहने निश्चल अनि निर्दोष माया दिनेलाई पाउँदा अर्बौं मानिसको भीडमा

### मेरो प्रेम

आफूलाई एकला भाग्यमानी सोचें । खुसीले एक्लै चिच्याएँ, रोएँ, अनि पहिलो र अन्तिम प्रेम उनीप्रति समर्पित गरें । बाँकी थियो मात्र यो भौतिक शरीर, जुन म उनलाई सुम्पने दिनको प्रतीक्षामा थिएँ ।

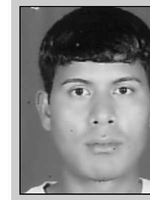
परीक्षा सकिनेबित्तिकै उपहार अनि पत्रका साथमा उनले सधैं मलाई नियाल्ने ठाउँमा गएँ तर उनी आइनन् । हप्ता, पन्ध्र दिन बित्यो उनी आइनन् । उनको कोठामा पनि गएँ तर त्यहाँ पनि उनी थिइनन् । जुन दिन हाम्रो भेट भयो उनले मलाई तिरस्कार गरिन् । अमूल्य मायाको संसारमा उनले मायाको मोल खोजिन् । निःसर्त अनि निर्दोष मायामा शर्त जोडिन् । प्रेमलाई भोग र भौतिक शरीरको मिलन मान्दै आत्माको मिलन, त्याग, तपस्या एवं समर्पणलाई लात मारिन् । क्षणभरमा छाती चिराचिरा भयो, संसारमा अन्धकार छायो । सम्हालिएर सोचें, यदि गहिराइको नाप थाहा छैन भने गहिराइमा जानु नै गल्ती हो । यदि दूरीको ज्ञान छैन भने धेरै टाढासम्म सोच्नु भूल हो ।

हिमालजस्तो उनको विश्वास धरमारायो । म उनीप्रति समर्पित भएपछि उनले मलाई त्यागिन् । गहिराइमा गएर उनको बारेमा अनुसन्धान गरें । यथार्थमा त उनलाई मेरो खुसीसँग ईर्ष्या रहेछ । सयौं दिनको उनको तपस्या खाली मलाई बेचैन पार्न मात्र रहेछ । उनका आफन्त, साथीहरूको विशाल मिसन मलाई बेचैन बनाउन लागिपरेको रहेछ तर पनि म उनलाई महान् नारी सम्झन्छु जसले मलाई बेचैनीमा पनि बाँचन सिकाइन् । उनको मिसनलाई हजार धन्यवाद अनि हजार बधाइ, उनीसँग मेरो सोधाइ छ- कहिलेको शत्रुता थियो मसँग ? रोजीरोटीको युद्ध लड्ने गाउँलेलाई बेचैन बनाएर के फाइदा ? तर पनि मेरो आत्माले स्वीकार गरेकी प्रियसीलाई म जुनीजुनीसम्म सम्मान गर्नेछु । उनले मेरो निर्दोष आत्मासँगको खेलवाडको मूल्य अवश्य चुकाउनुपर्नेछ । धेरैपछि म ब्युँझिएँ तर आत्माबिना खोक्रो शरीर लिएर ब्युँझिएँ । उनी मेरो आत्मा चोरी सागरमा बिलाइन्, क्षितिजमा हराइन् । म बगर अनि घुम्तीहरूमा भौंतारिरहें । यसरी मेरो ठूलो भूल तर पवित्र अनि निर्दोष प्रेम असफलताको मैदानमा पछारियो ।

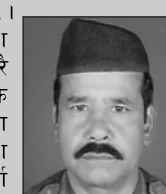
**– याङ**

## साप्ताहिक साथी

समाजसेवा गर्न चाहने प्रीतम छेत्री 'यात्री' २६ वर्षका छन् । जीवनसाथीको खोजीमा रहेका प्रीतम देशाटन गर्ने, संगीत सुन्ने, समाचारमा रुचि राख्ने स्वभावका छन् । ५ फिट १० इन्च अग्ला प्रीतम उमेर, वर्ण, लिङ्ग, धर्मजस्ता विभेदमा नअल्झने, मनका धनी एवं असल विचारलाई प्राथमिकता दिने साथीको खोजीमा छन् । उनलाई पोस्ट बक्स नम्बर ११४५१ मा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।



२२ वर्षीय राजेन्द्र ठकुरी ५ फिट ३ इन्च अग्ला छन् । सुरक्षा अङ्गमा कार्यरत ठकुरी मिलनसार स्वभावका छन् । प्रवेशिका उतिर्ण गरेका ठकुरी अविवाहित हुन् । सुख-दुःखमा साथ दिने तथा धनी-गरिबको विभेद नमान्ने युवतीको खोजी गरिरहेका ठकुरीलाई श्री ९ नम्बर बाहिनी अड्डा भकुन्डेबेसी काभ्रेमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।



सुरक्षा सेवाबाट भर्खरै स्वेच्छिक अवकाश लिएका श्रीराम शर्मा ४६ वर्षका छन् । पत्रमित्रता गरेर बाँकी जीवन बिताउने योजना बनाएका शर्मा आफूलाई आवश्यक पर्ने शिक्षा पूरा गरेको बताउँछन् । दीनदुःखीको सेवा गर्ने रुचि भएका द्वन्द्वपीडित शर्मा आफूसरहकै उमेरका महिला साथीको खोजीमा छन् । उनलाई माकर गाविस वडा नम्बर-६ विद्युत् चौक नवलपरासीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

# पर्यटकीय गाउँ बनाउन अग्रसर भूतपूर्व सैनिक

**माधव अर्याल**

पाल्पा– पाल्पा जिल्लाको कचल गाविस कचलफाँटका एक भूपू सैनिक आफ्नो गाउँलाई पर्यटकीय नमुना बनाउन अग्रसर छन् । उनले आफ्नै घरबाट यसको पहल गर्नुपर्छ भनेर पाहुनाघर निर्माण गरेका छन् । तानसेन सहरदेखि दक्षिण-पश्चिममा पर्ने कचल गाविस पुग्ने जो-कोही उनको घर देखेर दंग पर्छन् । तानसेनबाट ३० किलोमिटर पश्चिम फेक हुँदै चार घण्टाको पैदलयात्रापछि पुगिने यो गाउँ जिल्लाकै विकट गाउँ हो । १८ वर्षसम्म भारतीय सेनामा जागिर खाएर गाउँ फर्किएका ६४ वर्षीय भद्रबहादुर बगालेको घर सहरको कुनै राम्रो पाहुना घरजस्तै सिंगारिएको छ । त्यहाँ पुग्ने जो-कोही उनको घर नपुगी फर्कँदैनन् ।

गाउँलेहरूले पनि घुम्न आएकाहरूलाई एक पटक उक्त घर पुऱ्याएरै छाड्छन् । गाउँलेहरूले बस्न होस् वा खान पहिलो रोजाइमा यही घर जान अनुरोध गर्दै पाहुनालाई उक्त घरमा बसाल्ने इच्छा व्यक्त गर्छन् । कचल गाविसलाई ग्रामीण पर्यटकीय गाउँका रूपमा विकास गर्न बगाले हरसमय लागिपर्छन् । पाहुनाहरूलाई ख्वाउन र बसाल्न पाए म सन्तुष्ट हुन्छु, बगाले भन्छन्–'पाहुनालाई ख्वाएर म कंगाल भए हुन्छु तर पर्यटकको स्वागत-सत्कारमा कुनै कमी हुनेछैन ।' बगालले पाहुनालाई खाना ख्वाएको न्यून रकम लिन्छन् भने बास बसेको पैसा लिँदैनन् । त्यहाँ पुग्ने सरकारी कर्मचारी होस् वा गैरसरकारी संघसंस्थाका कार्यक्रम लिएर गएका मानिस हुन्, सबै बगालेकै घरमा बस्छन् ।

कचल घुम्न पुग्नेहरूलाई राम्रो खाना र उचित बासस्थानको प्रबन्ध होस् भनेर आफ्नो घरलाई पाहुना घरका रूपमा विकसित गरेको बगालेले बताए । व्यक्तिगत लगानी रहेको घर भए पनि उक्त घर कचलवासीकै साझा घर बनेको छ । पर्यटकीय गाउँ कचल पुग्नेहरू उक्त घर पुगेपछि आनन्दको अनुभूति गर्छन् । खेतहरूको बीचमा एकान्त ठाउँमा मन्दिर आकारमा निर्माण भएको उक्त घरले जो-कोहीलाई पनि मोहनी लगाउँछ ।

सुन्दर बगैंचाले घेरिएको उक्त घरका भित्ताहरूमा कुँदिएका लडाइँका घटना, नेपालका राष्ट्रिय सम्पदा, नेपाललाई विश्वमा चिनाउने लुम्बिनी र सगरमाथा आदिका चित्रले मन्त्रमुग्ध तुल्याउँछ । नेपालमा पाइने जनावर, पाल्पा र बुटवलका विभिन्न स्थानदेखि कचल गाविसका विभिन्न स्थानको परिचय दिने चित्र कोरिएका घरका बाहिरी भित्ताका साथै सुत्ने कोठाहरू चित्रले सजिसजाउ छन् । पहिलो पटक पुग्नेहरू यो घरको कलात्मकतासँगै घरका सदस्यहरूले गरेको व्यवहारप्रति नतमस्तक हुने गरेको त्यहाँ पुगेका गैरसरकारी संस्था ग्रामीण आर्थिक विकास संघ रेडाका जीवन कुँवर बताउँछन् । बगालेले भारतीय सेनाबाट अवकाश प्राप्त गर्दा पाएको रकमले उक्त घर बनाएका हुन् ।

# केटा र केटीका लागि विवाह गर्ने उचित उमेर कुन हो ?

२० देखि ३० वर्षसम्म हो। किनभने सन्तान उत्पादन गर्ने क्षमता परिपक्व भैसकेको हुन्छ।

**दुर्गाबहादुर माझी, रामेछाप**

केटीको २० र केटाको २५ हो। किनभने आफ्नो भविष्यका बारेमा सोच्ने भैसकेका हुन्छन्।

**सरस्वती दनुवार**

केटाका लागि ३० वर्ष तथा केटीका लागि २५ वर्ष नै उचित हो किनभने त्यो बेलासम्म उनीहरू आफ्नो जिम्मेवारी आफैँ बहन गर्नसक्ने हुन्छन्।

**रक्षा पौडेल** (१६), **भीमान**

सुरक्षित यौनसम्पर्कका लागि कुनै उमेर चाहिँदैन। सन्तान उत्पादनका लागि हो भने २० वर्ष त नाघ्नैपर्छ।

**कमल जी.सी.** (२४), **खोटाङ**

केटीहरूका लागि २१ वर्ष र केटाहरूका लागि २८ वर्ष। किनकि यो उमेर पुगिसक्दा दुवैले ३/३ वटा केटा तथा केटी साथी फेरिसकेका हुन्छन्।

**शशि देवकोटा, सर्लाही, नवलपुर**

केटाको १८-१९ र केटीको १६-१७ वर्ष। किनभने यामकै फल रसिलो हुन्छ।

**कुविर कुलुङ** (१९), **छेस्काम-६, सोलु**

२५/३० वर्ष, किनभने यो उमेरमा विवाह गर्दा पारिवारिक झमेला कम हुन्छ धेरै आर्थिक तथा मानसिक भार बोक्नुपर्दैन एवं शिक्षा प्राप्त गर्ने पर्याप्त अवसर मिल्छ।

**ठाकुरमान श्रेष्ठ** (४०), **धादिङ**

खै सम्पादकज्यू, आफ्नो त विवाह नै भएको छैन। मेरो विवाह भैसकेपछि तपाईंलाई केटा र केटीका लागि विवाह गर्ने उचित उमेर कुन हो बताउँला हुन्न ?

**खड्कमणि थामी** (२४), **कीर्तिपुर**

जुन उमेरमा केटा तथा केटी सम्पूर्ण कुरामा सक्षम हुन्छन् त्यही उमेर विवाहका लागि उचित हो।

**सुविन श्रेष्ठ, हेम्जा, पोखरा**

खै, सम्पादकज्यू, उमेर उचित भएर मात्र कहाँ हुन्छ र शारीरिक एवं मानसिक रूपमा पनि पूर्ण हुनुपर्छ नि।

**सम्पूर्ण प्रजापति, थिमी**

गोजीमा गाँठ भए जुन उमेरमा गरे पनि हुन्छ, एउटाले नपुगे २/४ वटा सम्मै गर्न सकिन्छ, कानुन भनेको छल्न सक्नुपर्छ।

**दीपमणि लिम्बु, इलाम**

आफूले त प्रेम गरेको हो। प्रेम गर्ने उचित उमेर मात्र भन्न सक्छु है, सम्पादकज्यू।

**प्रज्वलकुमार भट्टराई** (२४), **ललितपुर**

नेपालको कानुनअनुसार केटी १८ वर्ष तथा केटा २१ वर्ष हो क्यारे तर मेरो विचारमा २५ वर्षदेखि ३५ वर्षको बीचमा नै उचित हो। किनकि त्यतिबेलासम्म हरेक कुरामा परिपक्वता आउँछ।

**रश्मी सुनुवार, काठमाडौं**

क्रमशः २५ र २१। यो उमेरमा दुवै पक्ष सबै किसिमले सक्षम भैसकेका हुन्छन्।

**लेखाराम सापकोटा** (२४), **नवलपरासी**

जब मन लाग्यो।

**के.पी. राई** (१९), **धरान**

जुन उमेरमा पुग्दा विवाह गर्न मन लाग्छ त्यही उमेर उचित हो। किनभने अचेलका केटाकेटीलाई कसैले पनि रोक्न सक्दैन।

**गोकर्ण लामिछाने** (१७), **स्वयम्भू**

म अहिले २४ वर्ष पुगें तर गरिब भएका कारण मैले विवाह गरेको छैन। त्यसैले विवाह गर्ने उमेर थाहा छैन। १८ वर्षदेखि ३०/३५ वर्षसम्म हो जस्तो लाग्छ तर थाहा छैन, तपाई आफैं बताइदिनुहोस् न।

**डिल्लीराम श्रेष्ठ** (२४), **दुहबी, सुनसरी**

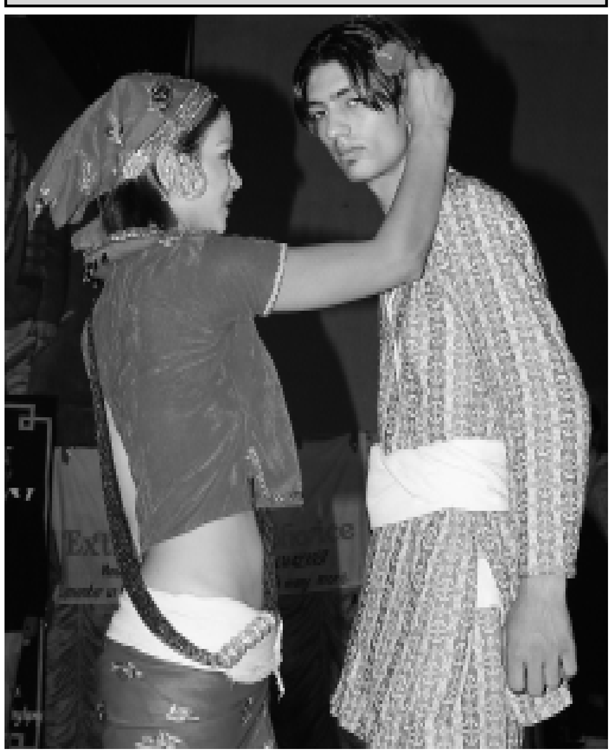
बाहिर सबै स्वाद चाखेर वाक्क भएपछि।

**कपिल गुरुङ पोखरा**

## 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. बुद्धि ठूलो कि बल ? किन ?
२. देशभक्ति के हो ?
३. देशबाट हिंसा अन्त्य गर्न के गर्नुपर्छ ?
४. के स्वर्ग-नर्क भन्ने कुरा हुन्छ ? कस्तो हुन्छ वा किन हुँदैन ?
५. अहिलेकी आकर्षक (सेक्सी) नेपाली नायिका को हुन् र किन ?
६. प्रेममा धोका हुने कारण के हो ?
७. तपाईंलाई मन पर्ने खेलाडी को हुन् ? किन ?
८. तपाईं मन्त्री हुनुभयो भने कुन मन्त्रालय रोज्नुहुन्छ, किन ?
९. प्रेममा किन मर्ने-मार्ने कसम खाइन्छ ?
१०. युवतीहरू किन स्लिम बन्न खोज्छन् ?



## यौन जिज्ञासा र समाधान

**डा. राजेन्द्र भद्रा**

**प्रश्न : म १६ वर्षको अविवाहित युवक हुँ। मेरो जीवनमा होस वा बेहोसीमा भनौं, एउटा दुर्घटना भयो। एउटी युवती छिन्, उनको र मेरो प्रेम बसेको तीन वर्ष भयो। मेरो र उनको यौनसम्पर्क पनि भयो। मैले यौनसम्पर्क गर्दा कन्डम प्रयोग गरेको थिइनँ। मैले उनको योनिबाहिर वीर्य खसालेको थिएँ। हाम्रो यस्तो सम्पर्क दिनहुँजस्तो त्यस्तै ३-४ दिनजति भएको थियो। सबै सम्पर्कमा मैले उसको योनिबाहिर वीर्य फालेको थिएँ। के यौनसम्पर्क गर्दा वीर्य योनिबाहिर फाल्दा उनी गर्भवती हुन्छिन् ?**

**मैले सुनेको छु, श्रीमान् र श्रीमतीले यौनसम्पर्क गर्दा श्रीमान्ले श्रीमतीको पेटिकोटमा वीर्य फाल्दा त्यो पेटिकोट श्रीमतीकी बहिनीले प्रयोग गर्दा बहिनी गर्भवती भएकी छिन् रे ? के यो सम्भव छ ? मैले यौनसम्पर्क गरेको चार-पाँच दिनपछि मेरी प्रेमिका रजस्वला भएकी थिइन्। यौन सम्पर्क गरेको चार-पाँच दिन पछि रजस्वला हुँदा के गर्भवती हुन्छ ? अथवा रजस्वला हुनुभन्दा कतिदिन अघि र पछि यौनसम्पर्क गर्दा गर्भ बस्छ ? साथै मेरो हस्तमैथुन गर्दा होस् वा यौनसम्पर्क गर्दा होस् २० देखि ३० सेकेन्डमा नै वीर्य निस्कन्छ। यी कुराको अर्थ राम्रोसँग बुझाइदिनुहोला।**

**– एस.पी.**

**उत्तर : वीर्य बाहिर फाले पनि गर्भ रहन्छ ?**

वीर्य बाहिर फाल्ने वा बाह्य-स्खलनलाई निकै व्यक्तिले प्रयोग गर्ने भए पनि यस विषयमा कम चर्चा भएको पाइन्छ। सामान्यतया वीर्यस्खलन हुनुभन्दा पहिले आउने रसमा शुक्रकीट नहुने भए पनि विभिन्न कारण यसको प्रभावकारीता आधुनिक गर्भनिरोधका उपायको तुलनामा न्यून छ। प्रभावकारीताको कुरा गर्दा यो कन्डमको दाँजोमा पनि आउन सक्ने बताइएको छ। उत्तम तरिकाले प्रयोग गरे ४ प्रतिशत गर्भ रहने सम्भावना हुन्छ भने सामान्य तरिकाको प्रयोगमा १९ प्रतिशत भन्ने कुरा अहिलेसम्मका अध्ययनहरूले देखाएका छन्।

यो विधि अपनाउँदा पुरुषले वीर्य स्खलन हुन लागेको कुरा पहिले नै थाह पाउनु र त्यसैअनुसार लिङ्ग झिक्नु आवश्यक छ। वास्तविक वीर्य स्खलन हुनुभन्दा पनि पहिले पुरुषको लिङ्गबाट आउने रसमा पहिलेका स्खलनका कारणले शुक्रकीट रहन सक्ने भएको हुँदा कहिलेकाहीँ राम्रोसँग लिङ्ग बाहिर निकाल्दा पनि प्रभावकारी नहुन सक्छ। चरमसुखमा पुग्नै लागेको बेलामा पुरुष (अनि महिलाको पनि) चेतनशीलता केही रूपमा भए पनि धमिलिन सक्छ र त्यति बेलाको क्रियाकलापमा चेतनमनको नियन्त्रण नहुन सक्छ। चरमसुख पाउन लागेको बेलामा अझै भित्र लिङ्ग प्रवेश गराउने चाहना हुन्छ, त्यसैले पर्याप्त समय हुँदै लिङ्ग बाहिर निकालेर योनि वा योनिक्षेत्रमा वीर्य झर्न नदिन 'भन्न जति सजिलो छ गर्न त्यति नै गाह्रो' छ। कतिपय मानिस त्यसमा पनि विशेष गरी किशोरहरूलाई आफ्नो वीर्य कतिखेर स्खलन हुन्छ भन्ने कुरासमेत थाह पाउन गाह्रो हुन सक्छ। अर्को कुरा हामीले अचेल यो कुरा पनि बिर्सनु हुँदैन, यसले यौनरोग तथा एच.आई.भी. जस्ता संक्रमणबाट बचाउँदैन।

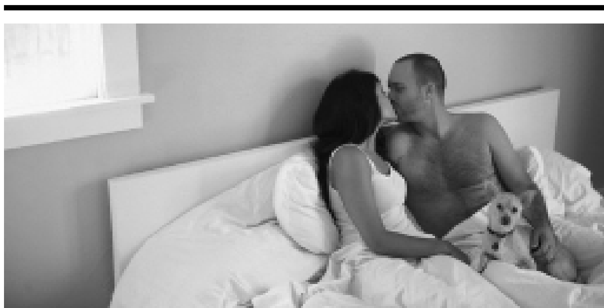
**रजस्वला वा महिनावारीभन्दा कति अघि वा पछि गर्भ रहन्छ ?**

महिलाको शरीरमा मासिक रूपमा एउटा डिम्ब निस्कन्छ र यसैबेलातिरको यौनसम्पर्कमा वीर्यको शुक्रकीटसँग मिलन हुनसक्छ र गर्भको सुरुवात हुन्छ। यहाँ बुझ्नुपर्ने कुरा के भने डिम्ब निस्किएको यस्तै १४ दिनमा महिनावारी सुरु हुन्छ। यस्तै २८ दिनको महिनावारी भएको महिलाको १४औं दिनतिर डिम्ब निस्कने भएकाले यतिबेला यौनसम्पर्क गर्दा गर्भ रहने सम्भावना एकदम धेरै हुन्छ भने महिनावारीको ठीक अघिपछि कम। यदि महिनावारी ठीक २८ दिनमा नभै ढिलो-चाँडो हुन्छ भने केही सोच्नुपर्ने हुन्छ। यो विधिलाई नै गर्भनिरोधका रूपमा प्रयोग गर्ने हो भने कम्तीमा पनि ६ महिनासम्मको महिनावारीका दिनको गणना गर्नुपर्छ। सबैभन्दा छोटो महिनावारीबाट १८ दिन घटाउँदा गर्भवती हुनसक्ने पहिलो दिन पत्ता लाग्छ भने सबैभन्दा लामो दिनबाट ११ दिन घटाउँदा गर्भवती हुनसक्ने अन्तिम दिन पत्ता लाग्छ। उदाहरणका लागि यदि कुनै महिलाको महिनावारी चाँडोमा २४ दिन र ढिलोमा ३० दिनको हुने रहेछ भने, २४-१८=६ हुन्छ, अर्थात् छैटौं दिनदेखि सम्भोग गर्दा गर्भ रहन सक्छ। ३०-११=१९ हुन्छ, अर्थात् १९औं दिनभन्दा पछि यौन सम्पर्क गर्दा हुन्छ। सुरक्षितकालबाहेक अरू समयमा यौनसम्पर्क नै नगर्ने वा कन्डमजस्ता साधन प्रयोग गर्नुपर्छ। तपाईंको सन्दर्भमा यौनसम्पर्क भएको केही दिनमै महिनावारी भएकाले गर्भ नरहेको संकेत पाइन्छ।

**के वीर्य लागेको पेटिकोट लगाउँदा गर्भ रहला ?**

यो प्रश्न किन सोध्नुभयो थाहा भएन। के तपाईंलाई तपाईंकी प्रेमिकाकी बहिनी गर्भवती होलिन् जस्तो लागेको छ ? तपाईंलाई थाहै होला कि शुक्रकीट एक विशेष मानवकोष हो र यो अनुकूल वातावरणमा मात्र बाँच्छ। यो राम्रोसँग बाँच्न अनुकूल तापक्रम, आर्द्रता अनि लवण तथा रसायनको मात्रा हुनुपर्छ। सामान्यतया वीर्य शरीरभन्दा बाहिर आएको केही बेरमा नै सुक्छ। यस्तो अवस्थामा त्यसमा भएका शुक्रकीट बाँच्ने कुरै भएन। कत्तिको चाँडो वा ढिलो सुक्छ भन्ने कुरा यो कस्तो सतह वा वस्तुको सम्पर्कमा आयो भन्ने कुरामा भर पर्छ। सामान्य अवस्थामा लुगा वा तन्नाजस्ता वस्तुको सम्पर्कमा आउनासाथ यसको गतिशीलता चाँडै समाप्त हुन्छ। बाँचेकै भए पनि गतिशीलता नभएका शुक्रकीटले गर्भाधान गराउन सक्दैनन्। सामान्यतया थुकको इन्जाइम, तातोपन, साबुनको थोरै मात्रा वा सामान्य पानी (जसमा लवण र क्षारीयपन मिलेको हुँदैन) को सम्पर्कमा आएको स्थितिमा केही मिनेटपछि नै बढी गतिशील रहन वा प्रभावकारी तरिकाले बाँच्न सक्दैन। केही अध्ययनले केही घण्टासम्म बाँचेको कुरा पनि उल्लेख गरेका छन्। प्रत्यक्ष रूपमा लिङ्ग योनिमा प्रवेश गरेको नभए पनि पर्याप्त मात्रामा शुक्रकीट भएको वीर्य योनिद्वारमा स्खलन गरिएको स्थितिमा गर्भ रहेको घटना भने छन्। महिलाको प्रजनन अङ्गभित्र भने यो ३ देखि ५ दिनसम्म बाँच्न सक्छ। कृत्रिम गर्भाधान गराउने वा शुक्रकीट ब्याङ्क जसमा विशेष रूपमा शुक्रकीटलाई राखिन्छ, मा यो बढी समय बाँच्न सक्ने स्थिति हुन्छ।

तपाईंको पत्रको कुरा गर्दा वीर्य स्खलन हुनासाथ कसैकी श्रीमतीको बहिनीले उक्त पहिरन लगाउने कुरा भएन। वीर्य लागेका पेटिकोट धोएर सुकाएपछि कुरै अर्कै भयो, तर श्रीमतीकी बहिनीसँग घनिष्ठ सम्बन्ध विकसित भएर यौनसम्पर्क सम्म पुगेर गर्भरहने कुरालाई भने नकार्न सकिँदैन। शीघ्र वीर्य स्खलनका बारेमा हामीले पहिले पनि निकै चर्चा गरेका छौं, पढ्नु नै भयो होला।



# सुखद् वैवाहिक जीवन र सुत्ने तरिका

**रोजिन शाक्य**

प्रेम एउटा सुखद् अनुभूति हो, जसलाई शब्दमा व्यक्त गरिरहनु आवश्यक हुँदैन। दुई व्यक्तिबीच कुरा गर्ने तरिका तथा एक-अर्कालाई स्पर्श गर्ने शैलीले आपसी अनुभूति एवं चाहना व्यक्त हुन्छ। यहाँसम्म कि सुत्ने तरिकाबाट पनि कसैको वैवाहिक जीवन कुन हदसम्म सुखद् छ भन्ने कुरा थाहा पाउन सकिन्छ।

**एक-अर्काको सम्मुख भएर आलिंगनबद्ध भए सुत्नु :**

यो स्थिति अधिकतर नवविवाहित जोडीमा देख्न पाइन्छ। प्रायः पति-पत्नी विवाहको एक वर्षसम्म यही अवस्थामा सुत्छन्। किनकि यस अवधिमा नवदम्पतीबीच पर्याप्त आकर्षण हुन्छ। परन्तु समयको बहावसँगै यो पोजिसनमा बिस्तारै परिवर्तन आउँछ। यद्यपि धेरै लामो समयसम्म पनि यही पोजिसन कायम रहे त्यो जोडी सबैभन्दा रोमान्टिक जोडी बन्न पुग्छ। यस्तो वैवाहिक जीवन सुखद् मात्र नभई सफल पनि हुन्छ।

अधिकांश अवस्थामा पति-पत्नी एउटै दिशामा फर्केर सुत्न रुचाएको पाइन्छ। यो आरामदायक अवस्था मात्र नभएर सन्तुष्टिदायक अवस्थाको संकेत पनि हो। यो अवस्थामा दुवैका शरीर एक अर्कासँग जोडिएको हुन्छ। जसले एक-अर्काको भावनाको सम्मानको स्थितिलाई संकेत गर्छ। पुरुषको शरीर स्त्रीको तुलनामा ठूलो हुने भएकाले उल्लेखित पोजिसनमा पुरुष बाहिरपट्टि र स्त्री भित्रपट्टि हुन्छन्। कहिलेकाहीँ यो पोजिसनमा पुरुष भित्रपट्टि र स्त्री बाहिरपट्टि हुने गरेको पाइन्छ। यसमा श्रीमान्-श्रीमतीमध्ये जो बाहिरतिर रहन्छ ऊ आफ्नो साथीका सम्बन्धमा प्रोटेक्टिभ रहन्छ। पति-पत्नीबीच जसले आफ्नो साथीलाई कस्सिएर पकड्छ उसमा तुलनात्मक रूपले आत्मविश्वासको कमी पाइन्छ भने अर्को व्यक्ति आफ्नो वैवाहिक जीवनलाई सफल बनाउन तत्पर रहने प्रवृत्तिको हुन्छ। ऊ अप्ठ्यारा परिस्थितिको डटेर सामना गर्ने खालको हुन्छ। यस्ता दम्पती एक-अर्काका लागि खुसीको खोजीमा सधैं सहयोगी हुने भएकाले वैवाहिक जीवन पनि सुखद् नै हुन्छ।

**विपरीत दिशा भएर सुत्नु अर्थात् एक-अर्काको मुखलाई विपरीत दिशातिर गरेर सुत्नु :**

यो स्थितिले दम्पत्तिबीचको झगडा, विवाद तथा असमझदारीलाई संकेत गर्छ। परन्तु कैयन दम्पती यो अवस्थामा सुत्दा आराम महसुस गर्छन्। यो पोजिसनमा सुत्दा पनि दुवैमा सामञ्जस्यताको स्थितिमा फरक नआएको हुनसक्ने सम्भावना रहन्छ। यस्ता दम्पतीको वैवाहिक जीवनमा सामञ्जस्यताको कमी हुँदैन।

कोही भने पिठ्युँको सहाराले आफ्ना खुट्टा फैलाएर, हातलाई तकियातिर राखी सुत्न रुचाउँछन्। यो पोजिसनमा सुत्नेहरू डोमिनेटिङ स्वभावका हुन्छन्। यदि पत्नीको पोजिसन यस खालको छ भने यसले पतिको ध्यान आफूतिर आकर्षित गर्न चाहेको छ भन्ने संकेत गर्छ। यदि दुवै दम्पती यो स्थितिमा सुत्न रुचाउँछन् भने दुवै फ्लर्ट गर्ने स्वभावका भएको संकेत मिल्छ।

कैयन पति-पत्नी एकअर्कातिर पिठ्युँ फर्काएर पेटको सहाराले सुत्छन्। यस्तो स्थितिमा एउटा खुट्टा आफ्नो पार्टनरको खुट्टामाथि हुन्छ। यो अवस्थामा एक-अर्काको खुट्टा मात्रै स्पर्शमा हुन्छ। एक स्थानमा मात्र स्पर्श हुने भए पनि यसले दम्पतीबीचको सहज सम्बन्धलाई संकेत गर्छ। जो पति-पत्नी नितम्बको तल्लो भागबाट एक-अर्कामा कुनै न कुनै रूपमा स्पर्शमा रहन्छन्। उनीहरूलाई आपसी सम्बन्धलाई सहज र सुमधुर बनाइराख्न कसैले सिकाइरहनु पर्दैन। स्पर्शको माध्यमबाट कम शब्दमै एक-अर्काप्रतिको प्रेम र आत्मीयता व्यक्त गर्न सक्ने खुबी उनीहरूमा हुन्छ। यस्ता दम्पती आत्मविश्वासी हुन्छन्।

यदि दम्पती एक-अर्काको विपरीत दिशा भएर सुतेका छन् र पनि नितम्बको स्पर्श कायम छ भने दुवैजना स्वतन्त्र विचारधाराका भएको बुझ्नुपर्छ। दुवैको बैंक एकाउन्ट अलग हुन सक्छ। उनीहरू कुनै पनि निर्णय लिँदा एक-अर्कामाथि निर्भर नरहने खालका हुन्छन्। अर्थात् आफ्नो जीवन आफ्नै हिसाबले जिउने चाहना दुवैमा हुन्छ। यस्तो स्वतन्त्र सोचाइ रहे पनि आपसी समझदारी र विश्वासमा कमी नहुने भएकाले यस्ता दम्पतीको वैवाहिक जीवन सुखद् नै हुन्छ।

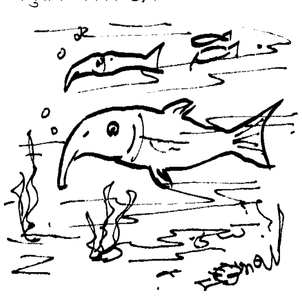
## ज्ञान विज्ञान

# शौचालय सम्मेलन

भारतको राजधानी नयाँ दिल्लीमा विश्व शौचालय सम्मेलन सम्पन्न भएको छ। सम्मेलनमा ४० मुलुकका प्रतिनिधिले भाग लिएका थिए। विश्वका दुई अर्ब ६० करोड मानिसको सफा शौचालयमा पहुँच छैन। संयुक्त राष्ट्रसंघले सहस्राब्दी विकास लक्ष्यको एक अंगका रूपमा सन् २०१५ सम्ममा यो संख्या आधा हुने अपेक्षा गरेको छ। भारतमा मात्रै ७० करोडभन्दा बढी मानिसको उचित चर्पीमा पहुँच छैन। राष्ट्रसंघले सन् २०२५ सम्ममा यो अवस्थाको अन्त्य चाहेको छ।

# हिमयुगको माछा

स्कटल्यान्डका वातावरणवादीहरूले हिमयुगको अन्त्यदेखि विभिन्न नदीहरूमा रहँदै आएका दाँत नभएको माछा लोप हुँदै गएकोमा त्यसलाई बचाउने अभियान सञ्चालन गरेका छन्। यो माछाको कत्ला, दाँत तथा फुल्काजस्ता कुनै पनि अंग हुँदैन, तर मुखमा एक प्रकारको सुँड हुन्छ। यसले यही सुँड प्रयोग गरेर सिकार गर्छ। यस्ता माछाहरू रोमन सामाज्यताका महत्त्वपूर्ण भोजन मानिन्थे। यस्ता माछा सफा नदीमा मात्र बस्न रुचाउँछन्। यिनले वातावरण सफा राख्न धेरै सहयोग पुऱ्याउँछन्। अहिले स्कटिस नेचुरल हेरिटेज नामक संस्था यसको संरक्षणमा लागिपरेको छ। कुनै पनि स्थानमा यस प्रकारको माछा पाइए आफूलाई जानकारी दिन पनि यसले अनुरोध गरेको छ।



# अस्ट्रेलियाको विशेषता

अस्ट्रेलिया एउटा अनौठो मुलुक हो। ५० हजार वर्षअघि नै मानवबस्ती रहेको अस्ट्रेलियाका मानिसहरूले प्रागऐतिहासिक कालदेखि नै अविच्छिन्न सम्पर्कको प्रतिनिधित्व गरेका छन्। जुन पृथ्वीका अन्य भागमा कहीं पनि छैन। ती आदिवासीले प्रचलनमा ल्याएको संस्कृति, रीतिरिवाज, धार्मिक आस्था र चालचलन मौखिक रूपमा एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण हुँदै आएको छ तर त्यसको कुनै लिखित दस्तावेज भने छैन।

अस्तित्व संकटमा परेका आदिवासीहरूको अध्ययन गर्न खटिएको समूहले यसअघि नै लोप भैसकेको विश्वास गरिएको अमुरडाग भाषाको ज्ञान भएको एकमात्र व्यक्ति फेला पारेको थियो। अहिले उक्त व्यक्तिमाथि गहन अनुसन्धान भैरहेको छ।

## जानकारी

# सेफर सर्फिङ अभियान

ब्रिटिस प्रहरीले बाल-बालिकाहरूले इन्टरनेटमा च्याटमा कसरी सुरक्षित सर्फिङ गर्ने भन्ने विषयमा विद्यालयका विभिन्न कक्षामा प्रशिक्षण दिने अभियान सुरु गरेका छन्। ब्रिटेनको सबैभन्दा कुख्यात तस्करले च्याटरुमबाटै विभिन्न प्रलोभनमा बालबालिकाहरूको अपहरण गर्ने प्रयास गरेको अभियोगमा ५ वर्षको कारावास सजाय पाएपश्चात् उक्त अभियान सुरु गरिएको हो।

बेलायतको प्रहरी संगठन स्कटल्यान्ड यार्डका अनुसार ब्रिटेनमा प्रत्येक वर्ष ९ देखि १६ वर्षका ५० लाख बालबालिकाले १ लाख इन्टरनेट च्याटरुम प्रयोग गर्छन् र यस अवस्थामा तस्करहरूले बालबालिकाहरूलाई विभिन्न प्रलोभनमा आफ्नो सिकार बनाउने प्रयास गरिरहेका हुन्छन्।

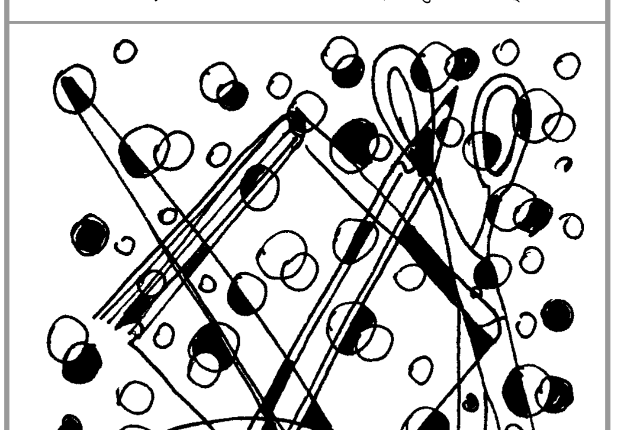
# उड्ने सर्पको संसार

इजिप्टका जंगलमा उड्ने सर्प पाइन्छन्। उड्ने क्षमताका कारण सार्पन जातका यी सर्पले हात्तीलाई समेत ठहरै हुने गरी डस्न सक्छन्। साइबेरियाको जंगलमा पाइने ड्रागन नामक सर्प उडेरै एउटा रूखबाट अर्को रूखमा पुग्छ। यो जमिनबाट ३ सय फिट उचाइसम्म उड्न सक्छ। यसले उडेकै बखत चराहरूलाई समेत डस्छ।

उड्ने सर्पमध्ये अफ्रिकी जंगलमा पाइने युरोपेलटाइडा नामक सर्प बढी प्रसिद्ध छ। तीन मिटरसम्म लामो यो सर्प गोमनभन्दा १० गुणा बढी विषालु हुन्छ। यसले पनि उडिरहेका बेला चरालाई आहारा बनाउँछ। त्यस्तै ४० किलोमिटर प्रतिघण्टाका दरले उड्न सक्ने अस्ट्रेलियामा पाइने ब्ल्याक डाइमन्ड जातको सर्प रूखमै दुलो बनाएर बस्छ।

स्पेनको जंगलमा पाइने फिस्टा नामक सर्पका दुईवटा मुख हुन्छन्। यो सर्प १५ देखि २० फिटसम्म लामो हुन्छ। यसले बालबालिकाको रगत चुस्न मन पराउँछ। नेपालका हिमाली तथा पहाडी भेगमा पनि पोक्ट्स नामक उड्ने सर्प पाइन्छ। यो राति मात्र बाहिर निस्कन्छ। यसलाई नेपाली जीववैज्ञानिकले सुगा नाम दिएका छन्।

**तल दिइएको चित्रमा कति सामानहरू लुकेका छन् ?**



लुकेका सामानहरू : कप, कलम, कैंची, ब्रस, किताब।

## साप्ताहिक रंग भर प्रतियोगिता - १३

**प्रतियोगीको नाम :**

**कक्षा :**

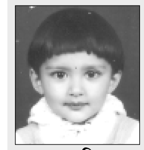
**विद्यालयको नाम :**

माथि दिइएको चित्र मयुरको हो। यसलाई अंग्रेजीमा पिकक (भाले), पिहेन (पोथी) भनिन्छ। यो समथर मैदानी भूभागको घाँसेमैदानमा पाइने चरा हो। नेपालमा दुई किसिमका मयुर पाइन्छ, सानो खरमयुर र ठूलोखर मयुर। आफ्नो रंगीचंगी प्वाँखका लागि प्रसिद्ध मयुर संसारका सुन्दर चराहरूमध्ये एक हो। वर्षायाममा सुन्दर नृत्यका लागि पनि मयुर चर्चित छ। मयुर नेपालमा संरक्षित चरा हो।

**नियमहरू :**

१. यो प्रतियोगितामा कक्षा १० सम्मका भाइ-बहिनीहरूले भाग लिन सक्नेछन्।
२. पुरस्कृत चित्र साप्ताहिकमा प्रतियोगीको तस्बिरसहित प्रकाशित हुनेछ।
३. प्रतियोगीले आफ्नो नाम, विद्यालयको नाम, कक्षा, उमेरसहित रंगीन तस्बिर पनि पठाउनुपर्नेछ।
४. पुरस्कृत चित्रलाई रु. २ सय रुपैयाँ पुरस्कार दिइनेछ।
५. कुनै पनि विवादमा सम्पादकको निर्णय अन्तिम मानिनेछ।

## जन्मदिनको शुभकामना



श्रद्धासुमन सिलवाल
२०५७ कात्तिक ३०

आरती थापा
२०५६ कात्तिक ३०

अविरल गुरुङ
२०६२ मंसिर १

सोनल ताम्राकार
२०५८ मंसिर ५

कुपन

जन्मदिनको शुभकामना

नाम :........................................

जन्म मिति :........................................

स्कुल :........................................

ठेगाना : ........................................

तस्बिर अनिवार्य

तस्बिर र विवरण दुई साताअगाडि आइपुग्नुपर्नेछ।

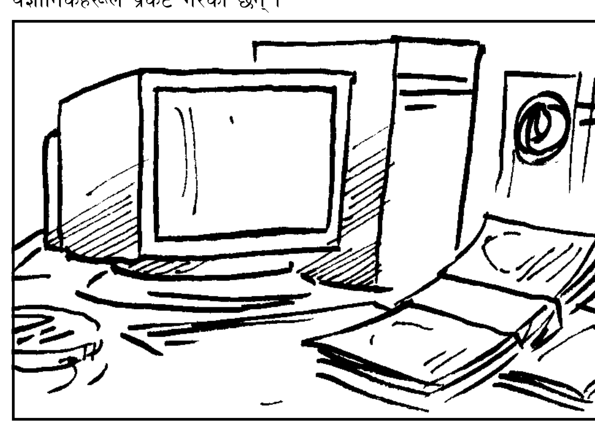
# बढ्दै छ प्रविधिमा खर्च

यो वर्ष विश्वभर कम्प्युटर प्रविधिमा गरिने खर्च १० अर्व अमेरिकी डलर पुग्ने अनुमान गरिएको छ। इन्टरनेसनल टाडा कर्पोरेसन (आइडीसी)ले ८२ वटा मुलुकमा गरेको अध्ययनअनुसार सूचना प्रविधि उद्योगको बढ्दो क्रमसँगै त्यसमा हुने विश्वको खर्च कुल अन्तर्राष्ट्रिय गार्हस्थ्य उत्पादनको २ दशमलव ५ प्रतिशत हुनेछ। जापान, क्यानाडा, बेलायत, फ्रान्स, इटाली, र संयुक्त राज्य अमेरिकाले सूचना प्रविधिमा गर्ने खर्च विश्वको सूचना प्रविधिमा हुने कुल खर्चको दुईतिहाइ हुनेछ। कम्प्युटर उद्योगसँग सम्बन्धित रोजगारीको संख्या आगामी चार वर्षमा ७१ लाखले बढ्नेछ।

विश्वमा सूचना प्रविधि-सम्बन्धी सबैभन्दा बढी रोजगारी चीनमा हुनेछ भने त्यसपछि संयुक्त राज्य अमेरिकामा हुनेछ। सूचना प्रविधिसम्बन्धी रोजगारी संख्या वृद्धि औसत रोजगारीको तुलनामा तेब्बर हुनेछ। कम्प्युटर उद्योगबाट सिर्जना हुने नयाँ रोजगारीमध्ये एकचौथाइ विकासोन्मुख मुलुकमा हुनेछ। सन् २०११ सम्ममा सफ्टवेयरसँग सम्बन्धित नयाँ रोजगारीको संख्या ४६ लाख पुग्नेछ भने तीमध्ये १२ लाख ब्राजिल, रूस, भारत, चीन र मेक्सिकोमा हुनेछ।

# माउस पनि हातको शत्रु

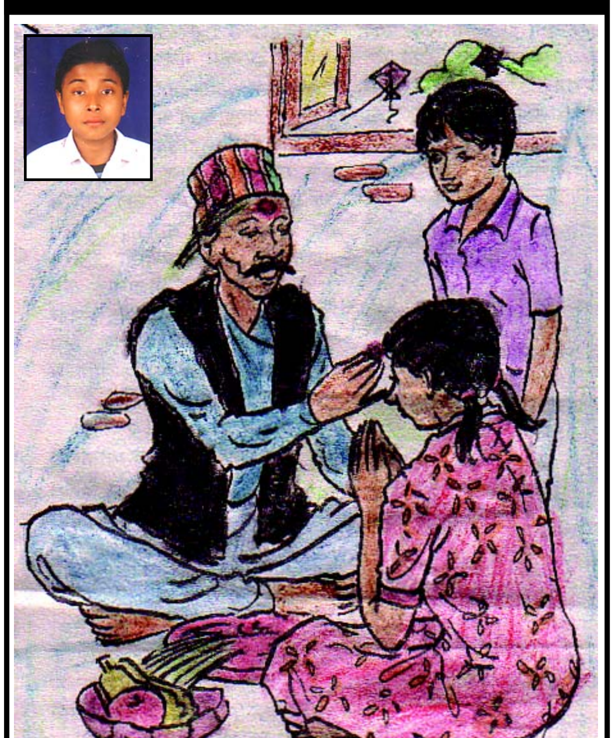
कम्प्युटरमा माउसको बारम्बर प्रयोग गर्दा प्रयोगकर्ताको हात रेपिरिटिभ स्टाइसिन इन्ज्युरी हुने कुरा विज्ञहरूले बताएका छन्। हातको तल्लो भागमा कमजोरी महसुस हुनु, कटकट खानु यस्तो रोगको पहिलो संकेत भएको कुरा विज्ञहरूले बताएका छन्। माउस पटक-पटक क्लिक गर्ने, हातको अवस्था माउस सञ्चालन गर्दा अस्वाभाविक बनाउने कार्यले दीर्घकालीन रूपमा हातका कोषिकाहरूलाई नष्ट गर्न सक्ने सम्भावना हुन्छ। यसबाट मानिसको मस्तिष्कलाई समेत आघात पुग्न सक्ने सम्भावना रहेको विचार जर्मनीका वैज्ञानिकहरूले प्रकट गरेका छन्।

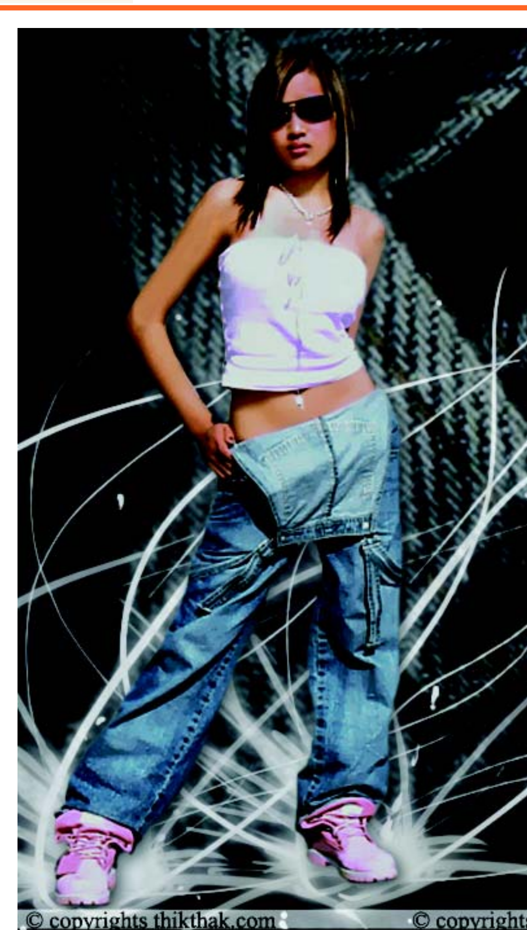


# इन्टरनेटको औसत खर्चमा कमी

नेपालमा इन्टरनेटका प्रयोगकर्ताले मासिक रूपमा तिर्ने खर्च घटेको छ। विगतमा प्रति इन्टरनेट ग्राहकले मासिक रूपमा औसत खर्च झन्डै ३ हजार ६ सय गर्थे भने पछिल्लो पटक यसमा २ सय ७९ रुपैयाँले कमी आएको छ। नेपाल दूरसञ्चार प्राधिकरणका अनुसार आ.व. २०६३/६४ सम्ममा नेपालमा इन्टरनेट सेवा उपभोगकर्ताको संख्या ६२ हजार ५ सय ८६ पुगेको छ। प्राधिकरणका अनुसार गत चैतसम्म इन्टरनेटका प्रतिग्राहकले तिर्ने महसुल ३ हजार ५ सय ९६ रुपैया १९ पैसा थियो।

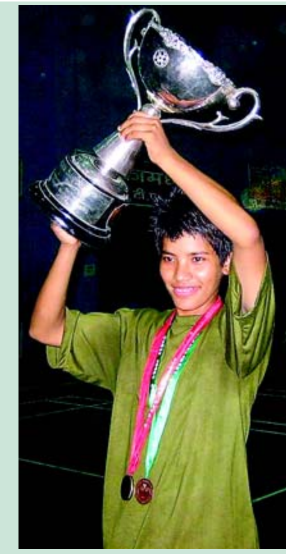
असार मसान्तसम्ममा भने ग्राहक बढे पनि औसत खर्च घटेर ३ हजार ३ सय १७ रुपैयाँमा सीमित भएको छ। इन्टरनेटका ग्राहकले इन्टरनेट सेवा प्रदायक (आइएसपी) लाई तिर्ने मासिक औसत महसुलमा ह्रास आउनुमा नेपाल टेलिकमले पछिल्लो समयमा मूल्य घटाउनु एवं सीडीएमए प्रविधिबाट इन्टरनेटको प्रयोग बढनु रहेको बताइएको छ। अहिले नेपाल दूरसञ्चार प्राधिकरणबाट इजाजत प्राप्त आईएसपीको संख्या ३२ छन्, जसमध्ये १ हजार भन्दा बढी ग्राहक भएका आईएसपी ९ मात्र छन्।

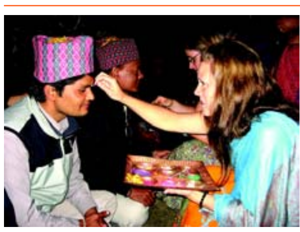



© copyrights thikthak.com
© copyrights

Queue

WINNER
MAN OF THE SERIES






होटल तालीम
छुटमा (%)
★Cook ★Waiter ★Bakery
★Housekeeping ★Front Office
★Bartender ★Hotel Mgmt
★F & B Mgmt ★Airlines Ticketing
★Tour & Travel Mgmt ★Care giver
International Air Fares & Ticketing with
(International Certificate)
ओरिएण्टल हस्पिटालिटी (होटल)
एण्ड टुरिजम ट्रेनिङ्ग सेन्टर प्रा. लि.
नयाँ बानेश्वर (एभरेष्ट होटलसँगै)
फोन नं: ४४९३८०१, २०८२७३१
(बिहान ७:०० देखि बेलुका ७:०० सम्म)
(शनिवार बिहान १०:०० देखि दिउँसो २:०० सम्म)



CAREER FOCUSED तालिम ३०% छुटमा
फोटोग्राफी
भिडियोग्राफी
सबैभन्दा पुरानो-सबैभन्दा आधुनिक
DIGITAL VIDEO EDITING
DIGITAL STUDIO PHOTOGRAPHY
PHOTO-VIDEO पत्रकारिता
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT बाट सम्बन्धनप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७