● वर्ष १४ ● अंक ४४ ● काठमाडौं, शुक्रबार, चैत १४, २०६५ ● SAPTAHIK ● Nepali National Weekly ● Friday, March 27, 2009 ● पृष्ठ २४ ● मूल्य रु. ८/-

बढ्दो उन्मुक्तता

● रोजिन शाक्य

प्रसंग- १

कुरा करिब छ महिनाअघिको हो । न्युरोड पीपलबोट हुँदै रणमुक्तेश्वर जाने बाटोको क्याफे । क्याफेको एउटा कुनामा एकजोडी युवायुवती । आवरण र हाउभाउ हेर्दा त्यो जोडी अन्दाजी १८ देखि २२ वर्ष उमेर समूहको देखिन्थ्यो । उनीहरू पंक्तिकार बसेको कुर्सी पछाडि नै थिए । ती दुईबीचको कुराकानी राम्रैसँग सुन्न सकिन्थ्यो । ती दुईबीचको कुराकानी केही असाधारण प्रतीत भएकाले स्वाभाविक रूपमा पंक्तिकारको ध्यान उनीहरूतर्फ खिचियो । कुरा बुझ्दै जाँदा दुईबीच सानो झगडा परेजस्तो लाग्थ्यो, तर कुरा सानो रहेनछ । कुरा गम्भीर थियो, किनभने युवती गर्भवती भएको बुझिन्थ्यो र युवक त्यसको जिम्मेवारी लिन र ती युवतीसँग विवाह गर्न आनाकानी गरिरहेको थियो । उनीहरू एक-अर्कालाई दोषारोपण गरिरहेका थिए । त्यसबीच युवक क्याफेबाट बाहिर निस्कियो र युवती पनि उसको पछिपछि लागिन् । संवाद सुनिरहेकाले पंक्तिकार पनि उनीहरूले चाल नपाउने गरी पछि-पछि लाग्यो । अलि पर पुगेपछि ती दुईबीच केही तँछाड-मछाड पनि भएको देखियो । सडक व्यस्त भएकाले सबै आ-आफ्नो सुरमा मस्त थिए । युवती रुँदै युवकको हात समात्दै थिइन्, सम्भवतः उनी आफू र आफ्नो गर्भलाई स्वीकार गर्न याचना गरिरहेकी थिइन् तर युवक उनीबाट पन्छिन र छुट्टिन खोजिरहको थियो । अचानक कल्पना गर्न नसकिने गरी युवकले युवतीलाई नराम्रोसँग गालामा थप्पड हिर्कायो र युवक युवतीबाट अलग्गिंदै आफ्नो गन्तव्यतर्फ लाग्यो । युवती मुख छोपेर रुन थाली, अनि त्यहाँ भीड जम्मा भयो ।

प्रसंग- २

यो प्रसंग त्यतिबेलाको हो जतिखेर राजधानीमा हिन्दी चलचित्र ‘किडन्याप’ चलिरहेको थियो । चलचित्र

पृष्ठ २० मा जारी

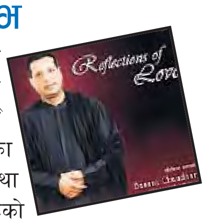
मध्यपृष्ठमा

सुनिता गन्धर्व

साप्ताहिक

● क्यासेट ●

रिफ्लेक्सन्स अफ लभ



गीतकार वसन्त चौधरीले रचना गरेका आधुनिक तथा पप गीतहरूको नयाँ संग्रह 'रि□लेक्सन्स अफ लभ' श्रोतामाझ आएको छ। निमा रुम्बा, एड्रियन प्रधान, सिनी गुरुङ, रामकृष्ण ढकाल, सत्यराज आचार्य, स्वरूपराज आचार्य, प्रतिमा राजभण्डारी आदि गायक-गायिकाको स्वरमा सजिएको यो संग्रहलाई म्युजिक डटकमले बजारमा ल्याएको हो। संग्रहका सबै गीत संगीतकार न्ह्यू ब्रजाचार्यले संगीतबद्ध गरेका हुन्।

जिन्दगीको यात्रा

सागर सुब्बाद्वारा निर्देशित म्युजिक भिडियोहरूको संग्रह 'जिन्दगीको यात्रा' बजारमा आएको छ। कञ्चन मिडियाले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा दीपक लिम्बू, वीरेन्द्र राई, विष्णु चेम्जोङ, राजेशपायल राई, देवकुमार चौधरी, पेम्बा प्रयाग तथा रामकृष्ण ढकालद्वारा गाइएका गीतहरूको म्युजिक भिडियो समावेश गरिएका छन्।

टिष्टा पुलैमा

अनिल विरही, सत्यकला राई, माण्डवी त्रिपाठी तथा अस्मिता श्रेष्ठले गाएका लोक तथा दोहोरी गीतको नयाँ संग्रह 'टिष्टा पुलैमा' श्रोतामाझ आएको छ। धौलागिरि क्यासेट सेन्टरले बजारमा ल्याएको यो संग्रहमा 'टिष्टा पुलैमा...' तथा 'छोरीको कर्म...' भाकामा दोहोरी गीत सुन्न सकिन्छ।

● ग्यालरी ●

● कलाकार संगी श्रेष्ठका चित्रकलाहरूको 'अव्यक्त अभिव्यक्तिहरू' शीर्षकको प्रदर्शनी आगामी मंगलबारदेखि प्रारम्भ हुने भएको छ। बबरमहल रिभिजिटेडस्थित सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा आयोजना गरिने प्रदर्शनीको उद्घाटन नेपालका लागि डेनमार्कका राजदूत फिलन गिल्टेडले गर्ने भएका छन्।

● फ्रान्सेली कलाकारद्वय प्याट्रिक रोउबी तथा बारबरा वेइबेलले तयार पारेका सेरामिक्स कला प्रदर्शनी तथा काठमाडौं विश्वविद्यालयका कलाकारहरूको मूर्तिकला प्रदर्शनी गत सोमबारदेखि राजधानीमा प्रारम्भ भएको छ। बबरमहलस्थित सिद्धार्थ आर्ट ग्यालरीमा आयोजना गरिने उक्त प्रदर्शनी दुई सातासम्म जारी रहनेछ। सो अवसरमा दुई साताअघिदेखि सञ्चालित काष्ठमण्डप आर्ट स्टुडियोका कलाकारहरूको 'सेलिब्रेसन-काष्ठमण्डप २००९' शीर्षकको सामूहिक चित्रकला प्रदर्शनी समापन भएको घोषणासमेत गरिएको थियो।

● नेपाल अर्थोपेडिक अस्पतालले आफ्नो दसौं वार्षिकोत्सवका अवसरमा वरिष्ठदेखि कनिष्ठ कलाकारसम्मको सहभागितामा अस्पतालमै आयोजना गरिएको कला कार्यशालामा सिर्जित चित्रकलाहरूको प्रदर्शनी गरेको छ। चिल्ड्रेन्स च्यारिटी फन्डका लागि गत शनिबार ती सिर्जनाहरूलाई बिक्रीमा राखिएको थियो। प्रदर्शनीमा उत्तम नेपाली, आईबी मल्ल, किरण मानन्धर, विजय थापा, राधेश्याम मुल्मी, जुजुकाजी महर्जन, रागिनी उपाध्याय, देवेन्द्र थुमकेली, हितमान गुरुङ, कौशल जोशी, लक्ष्मण कर्माचार्य, सुनिता राना, संगी श्रेष्ठ, कविराज लामा आदिका ३७ वटा चित्र राखिएका थिए।

● अन्तर्राष्ट्रिय संस्था आईसीआरसीले धरानको भानुचौकमा गत शनिबार तथा आइतबार दुईदिने तस्बिर प्रदर्शनी गरेको छ। तस्बिरमा बेपत्ता परिवारका आफन्तहरूका वेदना प्रस्तुत गरिएका थिए। आईसीआरसीद्वारा धरानमा प्रदर्शन गरेको उक्त प्रदर्शनीमा दस वर्षको जनयुद्धका बेला धादिङको जोगीमाराबाट काम गर्न कालिकोट गएका २० जनामध्ये बेपत्ता रहेका सत्र परिवारका आफन्तका ३१ वटा तस्बिर राखिएको थियो। सो अवसरमा जनयुद्धको बेला राज्य र विद्रोही पक्षबाट बेपत्ता बनाइएका ३ हजार ४ सयमध्ये १ हजार २ सय २७ अझै बेपत्ता रहेको आईसीआरसीका सञ्चार अधिकृत पल्लवी ढकालले जानकारी दिइन्।

● रंगमञ्च ●

● गन्तव्य थिएटरका कलाकारहरूले दमकमा एउटा नाटक मञ्चन गरेका छन्। पत्रकारमाथिको आक्रमणको घटनामा आधारित उक्त नाटक थिएटरका प्रकाश आङदेम्बेको अगुवाइमा मञ्चन भएको हो। नाटकमा टंक संग्रौला, कला संग्रौला, तिब्बत राई, राजु थापा, किरण राई, ममता बुढाथोकी आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। नाटकले पत्रकार सुरक्षाका लागि सरकारलाई घचघच्याएको थियो।

● पुस्तक ●

प्रख्यात नेपाली कथा

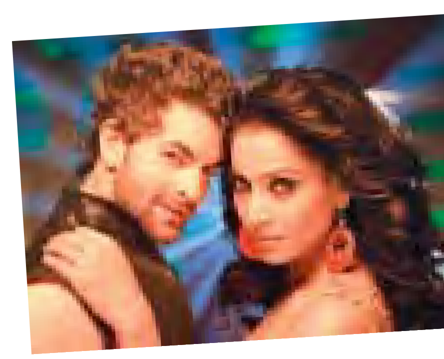
कथाकार तथा सम्पादक व्याकुल पाठकद्वारा सम्पादित 'प्रख्यात नेपाली कथा' यसअघि विभिन्न पत्रपत्रिकामा प्रकाशित कथाहरूको संकलन हो। समसामयिक नेपाली समाजको चरित्रचित्रण गरिएका कथाहरूले प्राथमिकता पाएको यो संग्रहलाई रत्न पुस्तक भण्डारले प्रकाशित गरेको हो। २ सय १८ पृष्ठको यो कृतिको मूल्य १ सय ७५ रुपैयाँ छ।

● चलचित्र ●

हाम्रो मिलन कहिले हुन्छ

निर्देशक दीपक रायमाझीको नयाँ चलचित्र 'हाम्रो मिलन कहिले हुन्छ' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि हुँदैछ। राजेश हमाल, अर्जुन कार्की, जेनी कुँवर, सञ्जिता गुरुङ, आर.पी. पन्त, जयकिशन बस्नेत, उमेश खड्का, युवराज लामा, प्रीति झिंगानिया आदि कलाकारले प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन्। वेब प्रोडक्सन प्रा.लि.को ब्यानरमा निर्माण गरिएको यो चलचित्र प्रेमकथामा आधारित छ। धर्म, जातजाति तथा संस्कृतिको नाममा द्वन्द्व गर्नु हुँदैन, अहिलेको परिस्थितिमा सबै जना मिलेर बस्नु नै उपयुक्त हुन्छ भन्ने सन्देश बोकेको यो चलचित्रको कथा नरेश भट्टराईले लेखेका हुन्। चेतन सापकोटाको संगीत निर्देशन रहेको यो चलचित्रको पटकथा तथा संवाद मौनता श्रेष्ठले लेखेका हुन्। दीपक बान्तवा तथा कृष्ण श्रेष्ठले छायांकन गरेको यो चलचित्रमा दिनेश पाख्रिन तथा निक्की बात्राको नृत्य निर्देशन छ। काठमाडौं उपत्यका तथा मुम्बईमा छायांकन गरिएको यो चलचित्रमा बलिउड नायिका प्रीति झिंगानियाको एउटा आइटम नृत्यलाई आकर्षणका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ।

आ देखें जरा



प्रारम्भमा 'फ्रीज' शीर्षक राखेर निर्माण गरिएको बलिउडको नयाँ चलचित्रलाई आज शुक्रबरदेखि 'आ देखें जरा' शीर्षकबाट सार्वजनिक प्रदर्शन गरिँदैछ। चलचित्रमा नील नितिन मुकेश, बिपाशा बसु, राहुल देव, सोफी चौधरी आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। यो चलचित्रको निर्देशन जहाँगिर सुरतीले गरेका हुन्। चलचित्रमा रे आचार्य (नील नितिन) को कथा समेटिएको छ, जो एक फोटोग्राफर हुन् र आफ्नो परिचयका लागि संघर्ष गरिरहेका छन्। आफ्नो हजुरबुबाको एउटा विशेष क्यामेरा फेला पारेपछि उनले आफ्नो भविष्य उज्ज्वल रहेको अनुभव गर्न थाल्छन्। उक्त क्यामेरा हात पर्नासाथ उनको जीवनमा परिवर्तन आउन थाल्छ। आफ्नो जीवनमा आएको सुखद परिवर्तनप्रति उनी स्वयं विश्वास गर्न असमर्थ हुन्छन्। फोटोग्राफीबाटै धनाढ्य बनेपछि उनको जीवनमा सिमी (बिपाशा बसु) आउँछिन्। सिमी निकै कामुक छिन्। पेसाले उनी डिजे हुन् र आफ्नै प्रकारले जीवन जिउन सिपालु छिन्। क्यामेराकै कारण रेको जीवनमा परिवर्तन त आउँछ, साथै उनले त्यसबाटै भाग्यसँग पनि लड्नुपर्ने हुन्छ। समग्रमा यो एउटा द्रुत गतिको रोमान्टिक, सांगीतिक, थ्रिलर तथा एक्सन चलचित्र हो, जसले दर्शकलाई प्रशस्त मनोरञ्जन दिने आशा गर्न सकिन्छ।

१२ राउन्ड्स

हलिउडमा आज शुक्रबारदेखि सार्वजनिक प्रदर्शन हुने चलचित्र '१२ राउन्ड्स' को निर्देशन रेन्नी हार्लिनले गरेका हुन्। चलचित्रमा जोन सेना, स्टिभ ह्यारिस, एडियन गिलेन, ब्राइन जे ह्वाइट, गोन्जालो मेनेन्डेज आदि कलाकारले प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन्। एक्सन, एड्भेन्चर तथा क्राइम श्रेणीमा वर्गीकरण गरिएको यो चलचित्रको विश्वव्यापी वितरण ट्वान्टिथ सेन्चुरी फक्सले गर्न लागेको हो। चलचित्रमा चोर-पुलिसको कथा समेटिएको छ। न्इँ अर्लियन्स प्रहरीका अधिकृत डेनी फिसरले माइल्स नाम गरेका एक जना चतुर चोरलाई रोक्न खोज्दा दुर्घटनावश उनकी प्रेमिकाको निधन हुन्छ। चोरीको आरोपमा सजाय पाएर मुक्त भएपछि उनले प्रहरी अधिकृतविरुद्ध बदला लिने उद्देश्य लिन्छन्। माइल्सको प्रहारबाट जोगिन प्रहरी अधिकृत डेनीले गरेको प्रयासलाई चलचित्रमा आकर्षक ढंगले चित्रण गरिएको छ।

तपाईंको यो साता

मेष

खर्च एवं विवाद बढ्नेछ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। झूटा आरोप लाग्न सक्छ। घरेलु समस्याले सताउला। चिन्ता बढ्न सक्छ। शनिबारदेखि मानसम्मान, काममा सफलता तथा धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। अरूको सहयोग पाउनु होला।

मिथुन

समष्टिमा साता राम्रो छ। धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। मानसम्मान पाउनु होला। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्नेछ। नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्ला।

सिंह

स्वास्थ्य गडबड रहनेछ। मनमा उदासीनताले दरिलो डेरा जमाउनेछ। शरीरमा चोटपटक लाग्न सक्छ। कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन्। विश्वास गरेकाले धोका दिनेछन्। घरेलु समस्या बढ्नेछ। शत्रुले सताउनेछन्। सोमबारदेखि काममा सुधार आउने, आम्दानी बढ्नुका साथै मन प्रसन्न रहनेछ।

वृष

सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। काममा सफलता र धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। भोजभतेरमा संलग्न हुने अवसर मिल्नेछ। व्यवसायमा लाभ मिल्नेछ। शनिबार तथा आइतबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ।

कर्कट

नैराश्यता एवं उदासिनता बढ्नेछ। काममा अवरोध आउला। दुविधा बढ्नेछ। खर्च एवं विवादको सामना गर्नुपर्ला। झूटा आरोप लाग्न सक्छ। शनिबारदेखि बुधबारसम्म मानसम्मान, काममा सफलता र धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। स्वास्थ्य गडबड रहने हुँदा खानपानमा विचार गर्नुपर्ला।

कन्या

व्यवसाय बढ्नेछ। यात्रा गर्ने तथा भेटघाटमा रमाउने अवसर मिल्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्नेछ। नयाँ काम पाइने योग भए पनि शनिबारदेखि मंगलबारसम्म स्वास्थ्य गडबड रहनेछ। काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। लेनदेनमा विवाद बढ्नेछ। नैराश्यता एवं उदासिनता बढ्नेछ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

चैत १४ गते : विश्व रंगमञ्च दिवस, शक संवत् १९३१ प्रारम्भ, १६ गते : मत्स्य जयन्ती, गौरी व्रत, १९ गते : अप्रिल १ (विश्व मूर्ख दिवस)

तुला

परिश्रम गर्दा काम बन्नुका साथै धन आर्जन गर्ने अवसर मिल्नेछ। व्यवसायमा लाभ हुनुका साथै रमाइलो यात्रा गर्ने अवसर मिल्नेछ। अध्ययनमा सफलता पाउनुहोला। मंगलबारदेखि स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने योग छ। शत्रु बढ्नेछन्। झूटा आरोप लाग्न सक्छ।

धनु

घरेलु समस्याले सताउला। चिन्ता बढ्नेछ। गलत विचार बढ्नेछ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। विश्वासमा धोका हुन सक्छ। शत्रु बढ्नेछन्। अपजसको सामना गर्नुपर्ला। बुधबार तथा बिहीबार काममा सुधार आउने, यात्रा हुने तथा व्यवसाय बढ्ने योग छ।

कुम्भ

विवाद बढ्नेछ। काम गर्दा सजग रहनुपर्ला। खर्च बढ्नेछ। धनमाल हराउन सक्छ। आफूलाई सजग राख्नुपर्ला। शरीरमा चोटपटक लाग्न सक्छ। शनिबार तथा आइतबार पराक्रम बढ्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ।

वृश्चिक

गलत विचार बढ्नेछ। काममा अवरोध आउनाले मनोबल घट्नेछ। घरेलु समस्याले सताउला। विश्वास गरेकाले धोका दिनेछन्। मनमा दुविधा बढ्नेछ। स्वास्थ्य गडबड रहला। शनिबारदेखि बुधबारसम्म काममा सफलता मिल्ने, व्यवसायमा लाभ हुने योग छ। धन आर्जन गर्ने तथा भेटघाटमा रमाउने अवसर मिल्नेछ।

मकर

पराक्रम बढ्नेछ। अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धेरै काममा सफलता मिल्नेछ। धन आर्जन होला। घरेलु समस्या बढ्नेछ। सोचाइ राम्रो नहुँदा काम बिग्रन सक्छ। काम गर्दा विचार पुऱ्याउनुपर्ला। स्वास्थ्य गडबड रहने हुँदा खानपानमा विचार पुऱ्याउनुपर्ला।

मीन

मानसम्मान मिल्नेछ। सभा-सम्मेलनमा जाने अवसर पाउनुहोला। व्यवसायमा पाउने लाभ कायमै रहनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। विवादतिर अघि नबढ्नु उचित होला। धनमाल हराउन सक्छ। कुरा काट्नेहरू बढ्नेछन्। सफलताका लागि संयमित रहनुपर्ला।

भारतीय सेनामा युवाहरू आकर्षित

शिव शर्मा

पोखरा- लाहुरे हुनु विशेषतः एक थरी नेपाली युवाहरूको चाहना नै हो। उनिहरू सानैदेखि आफ्नो पुर्खाको इज्जत धान्न र राम्रो कमाइका लागि पनि लाहुरे हुन उत्सुक हुने गरेका छन्। बर्सेनि नेपाली युवाहरू धमाधम लाहुरे बनिरहेका छन्। भर्ती हुनका लागि बेलायती सेना तथा सिंगापुर पुलिसमा मात्र होइन, भारतीय सेनाका लागि पनि युवाहरूको आकर्षण बढ्दैछ। यसको ज्वलन्त उदाहरण राष्ट्र बैंक चोकस्थित पुलिस प्रहरी मैदानमा भर्तीका लागि लाम लागेका युवाहरूको हूल नै हो।

भर्तीका लागि युवाहरू लाममा ठेलमठेल गरेर नापिनका लागि तँछाडमछाड गरिरहेका थिए। त्यही हूलमा प्रगतिनगर स्याङ्जाका १८ वर्षीय महेश थापा भेटिए। यो भर्तीका लागि देखिएका उनी पहिलो पटक त्यसरी देखिएका हैनन्। यसअघि उनले ब्रिटिस आर्मीका लागि प्रयास गरेका थिए, तर उनी दौड पूरा गर्न नसकेर फालिए। यस पटक भने आत्मविश्वासका साथ सबै प्रक्रियामा सक्षम भएर भर्तीका लागि आएका छन्। उनी भन्दै थिए- 'यस पटक भारतीय सेनामा भर्ती हुन्छु भन्ने लागेको छ।' गोर्खा भर्ती केन्द्र बन्द गराउने हल्ला चलेकै बेला यता भने हजारौं युवाहरू भर्तीका लागि प्रयास गरिरहेका छन्। माओवादीले गत संविधानसभा निर्वाचनमा गोर्खा भर्तीकेन्द्र बन्द गराउने एजेन्डा अघि सारे पनि युवाहरू धमाधम भर्ती भएर बिदेसिइरहेका छन्। रोजगारीको कुनै व्यवस्था गर्न नसक्नु अनि गोर्खा भर्तीकेन्द्र बन्द गर्छु भन्नु लज्जास्पद कुरा हो, भर्तीका लागि आएका एक युवकले आक्रोश पोख्दै भने- 'सोहीअनुरूपको रोजगारी दिने हो भने को अर्काको देशमा पसिना बगाउन जान्छ ?' उनि मात्र होइन, उनीजस्तै धेरै युवाले माओवादीको उक्त नीतिको विरोध गरे।

भारतीय सेनामा भर्तीका लागि धवलागिरि, बाग्मती, नारायणी र गण्डकी अञ्चलअन्तर्गत सबै जिल्लाबाट युवाहरू आएका छन्। चैत ६ गते सुरु भएको भर्तीको प्रक्रिया आज १४ गतेसम्म जारी रहनेछ। त्यसपछि भर्तीका लागि अन्तिम प्रक्रिया सुरु हुने जनाइएको छ। भर्तीका लागि बिहानदेखि बेलुकासम्म विभिन्न जिल्लाबाट आएका युवाहरू लामबद्ध भएर बसेको देख्न पाइन्छ। यसरी भर्तीका लागि आएका युवाहरूको संख्या १० हजारभन्दा बढी छ। इस्वी संवत् १८१६ को सुगौली सन्धिसँगै नेपालीहरू लाहुरे हुन थालेका हुन्। 'यति लामो इतिहास बोकेको लाहुरे चाहनालाई उनीहरूका पुस्ताले अहिलेसम्म पनि पछ्याउँदै आएका छन्।' थर्पु तनहुँका १९ वर्षे अर्जुन थापा आफ्नो पुर्खाको बिंडो थाम्न भर्तीका लागि प्रयास गरिरहेका छन्। पहिलो पटक भर्तीका लागि देखिन लागेका उनले फुर्तिलो पारामा भने- 'भर्ती हुन्छु जस्तो लागेको छ।'

हो त, पुर्खाकै इज्जत धान्न पनि एक थरी नेपाली युवाहरू प्रायः लाहुरे हुन कस्सिने गरेको पाइन्छ, तर भारतीय सेनामा अहिले लिन लागिएको भर्तीमा सबै जातिका युवाका लागि भर्ती खुला छ भनेर सँचनासमेत भर्ती स्थलमा टाँसिएको छ। त्यही भएर बाहुन-छेत्री युवाहरू पनि त्यत्तिकै मात्रामा भर्ती हुन आएको देखिन्छ। भारतीय सेनामा भर्तीका लागि गोर्खा भर्ती कार्यालय कुडाघाट गोरखपुरले बर्सेनि नेपाली युवाहरूको माग गर्ने गरेको छ। भर्तीका लागि १७ वर्ष पूरा भएको र २१ वर्ष ननाघेको हुनुपर्ने प्रावधान छ। भारतीय सेनाका भूतपूर्व सुवेदार मानबहादुर गुरुङ भन्छन्- 'भारतीय सेनामा भर्ती हुने चाहने युवाहरूको संख्या बढिरहेको छ।'

सफल ब्यावसायिक यात्राको सहयात्री
नबिल बैंक
NABIL SME
साना तथा मझौला उद्योग, ब्यवसाय प्रति लक्षित सरल कर्जा

तपाईको प्रतिभा, उद्यमी विचार र व्यापारिक कौशलताले नै कोर्ने छ,
नयाँ नेपालको आर्थिक परिधि, आजको सानो व्यवसायले अभिप्रेरित गर्ने छ,
भोलिको औद्योगिक सुमार्ग, व्यावसायिक पदोन्नति र यी कदमहरुमा
पूँजीको आवश्यकता सरल एवं सहजै पूर्ति गर्न साना तथा मध्यम
व्यावसायिक वर्ग प्रति लक्षित गरि

नबिल बैंक प्रस्तुत गर्दछ
"सरल कर्जा योजना"

यस कर्जाका विशेषताहरु :
- व्यवसाय अनुसारको लचिलो कर्जा
- छिटो र सरल प्रक्रियाबाट कर्जा प्राप्त गर्न सकिने
- धितोको उचित मूल्याकन
- आकर्षक व्याजदर
- तपाईको समग्र आवश्यकता पूरा गर्न सक्ने बैंक

TechMedia House

मुख्य कार्यालय: नबिल हाउस, कमलादी, काठमाडौं, फोन नं.: ४४२९५४६, ४४२९५४७

त्रिपुरेश्वर	४११७०१४	कान्तिपथ	४२२७१८१	न्यूरोड	४२२४५३३
जोरपाटी	४४७०४९८	ललितपुर	५५४२८९१	महाराजगंज	४७२०८७०
वीरगंज	५२१४७६	पावर हाउस चोक	५२८६८०	विराटनगर	५२६२१३
ईटहरी	५८०७४१	धरान	५३०१३०	बुटवल	५४१०५९
भलवारी	५६०३५७	भैरहवा	५२४०४१	पोखरा	५२५७१५
लेकसाइड	५३२२६८	नेपालगंज	५२४२२१	अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल	४११३१३७
आन्तरिक विमानस्थल	४११३१३७	बागलुङ	५२२१९४	धनगढी	५२६६८५
महेन्द्रनगर	५२५४५०	दमक	५८५१९०	नारायणगढ	५२३०३३
घोराही	५६१६८५	तुल्सीपुर	५२२६७३	हेटौडा	५२४६६७
बिर्तामोड	५४३७२७				

आजै सम्पर्क गर्नुहोस्
SME Banking Division
Nabil Bank
Kantipath, Kathmandu
Phone: 4227181,4220571,4220617
NABIL BANK
हजुरको बैंक हजुरकै सेवामा

● सम्पादकीय ●

कति फिर्ता लिने आफ्नो निर्णय ?

सर्वोच्च अदालतले फेरि एकपटक सरकारको निर्णय गलत भएको ठहर गर्दै निर्णय फिर्ता लिन सरकारका नाममा अन्तरिम आदेश जारी गरेको छ । आठ ब्रिगेडियर जनरललाई अवकाश दिने रक्षा मन्त्रालयको निर्णयलाई कार्यान्वयन नगर्न अदालतले यस्तो आदेश दिएको हो । यसले सरकारको निर्णय हाँसोको विषय बन्न पुगेको छ । यो असफल सरकारको संकेत हो । सैनिक ऐनको व्यवस्थाअनुसार सरकारले आवश्यक ठानेमा ब्रिगेडियर जनरलमा पहिलो पटक चार वर्ष, दोस्रो पटक तीन वर्ष सेवाअवधि थप गर्न सकिने प्रावधान छ । सरकारले म्याद थप नगर्नुको उचित कारण पेस नगरेको तथा यो विषय मन्त्रिपरिषद्मा पनि नपुगेकाले सर्वोच्चले आठ सैनिक जनरललाई पुन: काममा लगाउन आदेश दिएको हो । सरकार आफूले गरेको निर्णय फिर्ता लिन बाध्य हुनुपरेको यो पहिलो घटना होइन ।

माओवादी नेतृत्वमा सरकार बनेलगत्तै इन्द्रजात्रालगायत अन्य सांस्कृतिक कार्य गर्न सरकारले उपलब्ध गराउँदै आएको सुविधा कटौती भएको थियो । उक्त निर्णयले स्थानीय बासिन्दा आन्दोलनमा उत्रिदा सरकारले उक्त निर्णय फिर्ता लिनुपरेको थियो । यस्तै अवस्था पशुपतिनाथका पुजारी परिवर्तन गर्ने निर्णयका क्रममा पनि देखा पर्‍यो । थारू समुदायलाई मधेसीमा राख्ने सरकारको अर्को निर्णयले विवाद मात्र निम्त्याएन, १५ दिनसम्म तराई नै अस्तव्यस्त हुने गरी आन्दोलन चर्कियो । अन्तत: थारू समुदाय मधेसी नभएको भन्दै सरकारले आफ्नो निर्णय फिर्ता लियो । यस्तै अवस्था २०६६ साललाई ११ महिना बनाउने अर्को सरकारी निर्णयमा समेत देखियो । मन्त्रिपरिषद्ले गरेको उक्त निर्णय पञ्चांग समितिले अस्वीकार गरेपछि फिर्ता भएको थियो ।

यसरी एकपछि अर्को सरकारी निर्णय फिर्ता हुन थालेपछि सरकारको नैतिक धरातल कमजोर देखिएको छ । यसले सरकारले नयाँ निर्णय गर्दा खुट्टा कमाउने अवस्था सिर्जना भएको छ । यसले सरकारलाई कमजोर बनाउँदै लगेको छ । सरकार कमजोर हुनु कुनै पनि मुलुकका लागि शुभसंकेत होइन ।

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

राष्ट्रियता र युवा विद्यार्थी

समयसापेक्ष शिक्षाको नाममा नेपाली युवाहरू बिदेसिने क्रम बढ्दो छ । प्लस टुको अध्ययनपश्चात् युरोप, अमेरिका तथा अस्ट्रेलिया अहिले नेपाली विद्यार्थीका लागि आकर्षणको केन्द्रविन्दु बनेका छन् । विदेशमा शिक्षा आर्जन गरे पनि त्यसको उपयोग आफ्नै देशमा गर्न सके मात्र प्रभावकारी हुनसक्छ । विद्यालयमा दु:ख गरेर अध्ययन गर्नु र प्लस टुमा सजिलै पास हुनु अनि बाहिरी मुलुकमा अध्ययन गरेर उतैको दक्ष जनशक्ति हुनुले नेपालको शिक्षा निरर्थकजस्तो अनुभूति हुन्छ ।

न्युयोर्क टाइम्सका अनुसार प्रत्येक महिना ३ हजार ५ सय विद्यार्थी बाहिरी मुलुकबाट अध्ययनका लागि अमेरिका पुग्छन्, जसमा ७ प्रतिशत नेपाली विद्यार्थी हुन्छन् । यही दरमा विद्यार्थी बढ्ने हो भने विश्वका अधिकांश शिक्षित र दक्ष युवा विद्यार्थी अमेरिकामै हुनेछन् । पत्रिकामा लेखिएको छ- विश्वमा रहेका गरिब मुलुकका युवा विद्यार्थीहरूलाई राष्ट्रियताको कुनै पर्वाह छैन ।

न्युयोर्क टाइम्सका अनुसार प्रत्येक महिना झन्डै ३ सय नेपाली विद्यार्थी उच्च शिक्षाका लागि अमेरिका पुग्ने गरेका छन् । अमेरिका मात्र होइन, बेलायत, अस्ट्रेलिया, साइप्रस, डेनमार्क अहिले थुप्रै विद्यार्थीको गन्तव्य बनेका छन् ।

नेपालको शिक्षा उपयोगी नभएको भने होइन, यहींबाट हजारौंले डाक्टर, इन्जिनियरको सर्टिफिकेट लिएर विदेशमा राम्रो काम गरेर देखाएका छन्, विश्वमै उत्कृष्ट नतिजा ल्याएका छन्, तर पनि कतिपय युवा विद्यार्थीमा नेपालमै शिक्षा आर्जन गरेर देशका लागि केही गरौं भन्ने भावनाको साटो विदेशी शिक्षा र बसोबासको भूत चढेको देखिन्छ ।

राष्ट्रियताको सवालमा सम्पूर्ण दोष युवावर्गलाई दिनु पनि निरर्थक हुन्छ । यसको जिम्मेवारी समाज, परिवार र राष्ट्रले पनि लिनुपर्छ । यदि घरमा सानैदेखि बुबा-आमाले राष्ट्रप्रति माया जगाउने शिक्षा प्रदान गरे भने ठूलो भएपछि युवाहरूले अवश्य देशप्रेम देखाउनेछन्, तर बाबु-आमाले नै विदेश गएर पढाउने उद्देश्य र लक्ष्य राख्छन् भने त्यहाँ छोराछोरीको कुनै दोष हुँदैन ।

राष्ट्रले पनि युवा विद्यार्थीलाई विदेश अध्ययन गर्न जाने हौसला प्रदान गरेको छ । विगत केही समययता देशका कुना–काप्चामा खुलेका कन्सल्टेन्सीहरूले विद्यार्थीलाई लोभ-लालच देखाइरहेका छन् । यदि देशले यस्ता कन्सलटेन्सी बन्द गर्ने हो भने पनि बाहिर जाने विद्यार्थीको संख्यामा कमी आई नेपालमै दक्ष जनशक्ति तयार हुनेछ । यसका लागि राज्यले नै पहल गर्नुपर्छ ।

–सन्तोष न्यौपाने, कपिलवस्तु

● चिठीपत्र ●

हिमभरियाको अवस्था

नेपालमा हिमभरिया, अर्थात् पदयात्री पर्यटकका भारी बोक्ने भरिया कति छन् भन्ने तथ्यगत जानकारी नभए पनि हाल ३० हजारदेखि ३५ हजारसम्म हिमभरिया भएको अनुमान गरिएको छ । पहिले काम पाउन गाह्रो थिएन, मान्छे खोज्न नाइकेहरू गाउँमै आउँथे, अहिले आफै काम खोज्दै काठमाडौं जानुपर्छ ।

लुक्लामा जति पर्यटक आए पनि काम पाउन गाह्रो छ, किनभने यहाँ जोप्क्यो (भाले चौंरी) नै भरियाको प्रतिस्पर्धी हो । एक घरले दुईवटा जोप्क्यो मात्र हिंडाउन पाउने नियम बनाइएको भए पनि व्यवहारमा लागू हुन सकेको छैन । लुक्लाभन्दा माथिका पैदल मार्गमा चारवटाभन्दा बढी जोप्क्यो हिंडाएको देख्न सकिन्छ । यी भरियाले पाउने पारिश्रमिकमा पनि एकरूपता छैन । सरदार वा ग्रुप आफैले दिने भए ग्रुप हेरी उनीहरूले दैनिक ज्याला पाउँछन् । पर्यटन मन्त्रालयले भने केही वषअघि दैनिक २ सय ५० देखि ३ सय ५० रुपैयाँसम्म तोकेको थियो ।

चार-पाँच वर्षअघि ट्रेकिङ व्यवसायीहरूको व्यावसायिक संगठन ट्रेकिङ एजेन्ट एसोसिएसन अफ नेपाल टानले खाना (दुई छाक) खाएर १ सय ६० दैनिक ज्याला तोकेको भए पनि कति टानकै सदस्य एजेन्सीहरूले त्यसलाई लागू गरेनन् । भरियालाई नभै नहुने पञ्जा, मोजा, जुत्ता, ज्याकेट, टोपी, स्लिपिङ ब्यागजस्ता सामग्री पनि कतिपय ट्रेकिङ एजेन्सीले उपलब्ध गराउँदैनन् ।

यी भरियाहरूलाई राति सुत्नका लागि पाल, ट्वाइलेट टेन्टको व्यवस्था र मट्टीतेल र स्टोभको व्यवस्था ट्रेकिङ कम्पनीले नै गरिदिनुपर्छ । यसो गर्न सकियो भने हिमाली वातावरण जोगाउन, वनविनाश रोक्न सकिन्छ । यो व्यवसायमा प्राय: आदिवासी जनजाति समूहका व्यक्तिहरू लाग्ने भएका कारण सम्बन्धित निकायहरूले उनीरूका लागि आदिवासी सीप, कला तथा संस्कृति संरक्षणका लागि सचेतना विकास गर्ने किसिमका कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सके राष्ट्रविकासमा टेवा पुग्नुका साथै पर्यटन व्यवसाय अझ फस्टाउन सक्छ ।

–निनाम लोवात्ती कुलुङ

● तीतो सत्य ●

यदि तिमीलाई कसैको गोप्य कुरा थाहा छ भने त्यसलाई गोप्य नै राख ।

आफूलाई मन नपरेका कुराहरू अरूसँग पनि नगरौं किनकि ती कुरा अरूलाई पनि मन नपर्न सक्छ ।

धेरै रिसाउने मानिस दाउरा जलेभैं जलेर खरानी हुन्छ ।

प्रकाश

म कसैको आँसु पुछ्ने साधन बन्न सक्छु तर आँसु निस्कने मुहान थुन्न सक्दिनँ ।

प्रेमलाई रोमान्स मान्ने व्यक्तिहरू गम्भीर होइन हल्काफुल्का व्यवहार मन पराउँछन् ।

मनोजकुमार श्रेष्ठ, मोरङ

आकर्षक सुन्दरताले होइन व्यक्तित्वले देखिनुपर्छ ।

बाटोमा हिंड्नु भूल होइन हिंड्न नजान्नु भूल हो ।

बोल्न जानेको खण्डमा वचन मृदुलमय अमृतयुक्त पनि हुन्छ र बोल्न नजानेको खण्डमा त्यही वचन तरबारभन्दा लाग्ने धारिलो पनि हुन्छ ।

वसन्त खत्री, खोपासी

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

–सम्पादक

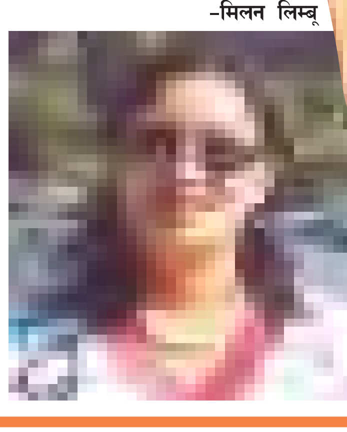
● सहर चर्चा ●

भौगोलिक हिसाबले उनी सिक्किमेली मूलकी नेपाली हुन् तर नेपाली गीत, संगीत, कला तथा साहित्यिक सिर्जनाले उनलाई नेपालीहरूको नजिक पुर्‍याएको छ । सन् १९९९ देखि नै सिक्किम डेमोक्रेटिक फ्रन्टको सक्रिय सदस्यता प्राप्त गरी विभिन्न संघ-संस्था तथा कार्यक्रमहरूमा सक्रिय राईले मोर्चाको राज्यस्तरको सचिव भई काम गरिसकेकी छिन् । तीर्थ राई सिक्किम महिला आयोगमा पनि संलग्न छिन् ।

राजनैतिक क्षेत्रमा क्रियाशील रहेर पनि लामो समयदेखि आफ्ना थुप्रै सिर्जनाहरूलाई विभिन्न कार्यक्रमलगायत पत्र-पत्रिका तथा पुस्तकका अतिरिक्त गीति एल्बम आफ्नो दह्रो उपस्थिति जनाइसकेकी छिन् । भर्खरै मात्र आफ्नो गीत रचनामा आधुनिक गीति एल्बम 'विश्वास' बजारमा ल्याएकी छिन् । यसरी राजनैतिक धरातलबाट संगीतिक क्षेत्रमा प्रवेश गरेकी राई अहिले नेपाली चलचित्रको निर्माणमा जोडतोडका साथ लागिपरेकी छिन् । स्वर्गीय साहित्यकार प्रकाश कोविदको कथा र दुर्गा नेम्बाङको निमार्ण तथा निर्देशन रहने नेपाली कथानक चलचित्र अर्को जन्मको निमार्ताका रूपमा पाउन सकिन्छ तीर्थ राईलाई ।

–मिलन लिम्बू

राजनीतिबाट चलचित्रतर्फ



ज्योतिको रुचि

१९ वर्षीया ज्योति गुरुङ बाफल, काठमाडौंकी स्थायी बासिन्दा हुन् । काठमाडौं उत्सवमा क्याटवाक गर्दै मोडलिङ यात्रा प्रारम्भ गरेकी ज्योति ५ फिट ५ इन्च अग्ली छिन् । ४९ किलोग्राम तौल भएकी ज्योतिको आँखाको रंग कालो छ भने उनी गहुँगोरी छिन् । टेन प्लस टुसम्मको अध्ययन गरेकी ज्योति आकर्षक व्यक्तित्व भएको तथा सहयोगी व्यक्तिलाई जीवनसाथी बनाउने कुरा बताउँछिन् । ज्योति अहिले पनि आफूलाई व्यस्त मोडलका रूपमा चिनाउन रुचाउँछिन् । मोडलिङसम्बन्धी प्रशस्त ज्ञान हासिल गरेकी ज्योतिले केही व्यावसायिक फेसन सोमा पनि क्याटवाक गरिसकेकी छिन् । धेरै साथीले ज्योतिको आँखाको प्रशंसा गर्छन् । मोडलिङलाई जीवनको अभिन्न अंगका रूपमा चित्रण गर्ने ज्योति फेसनलाई आफूलाई अभिव्यक्त गर्ने माध्यमका रूपमा लिन्छिन् । केही म्युजिक भिडियोमा समेत अभिनय गरिसकेकी ज्योतिका आकर्षक तस्बिरहरू आवरनेपाल डटकममा हेर्न सकिन्छ ।

● साइबर गर्ल ●

● मुखाले ●

कांग्रेसले राखेका सर्त पूरा गरेमा हामी सरकारमा सामेल हुन सक्छौं ।

गिरिजाप्रसाद कोइराला

आठ जर्नेलको म्याद नथप्दा सरकार ढल्छ भने ढलोस् ।

पुष्पकमल दाहाल, प्रधानमन्त्री

हालै अवकाश पाएका आठ जर्नेलको म्याद थप्नुनपर्ने कुनै कारण छैन । फलस्वरूप उनीहरूलाई काममै राखिराख्न सरकारलाई अन्तरिम आदेश दिइन्छ ।

सर्वोच्च अदालत

दण्डहीनताका कारण नेपालमा मानव-अधिकार संकटमा पर्को देखियो ।

नवनिथम पिल्ले, राष्ट्रसंघीय मानवअधिकार उच्चायुक्त

आफ्नै दलको नेतृत्वमा सरकार हुँदा पनि म सरकारको कार्यशैलीबाट सन्तुष्ट छैन ।

मोहन वैद्य 'किरण'

सरकारलाई असफल बनाउन अन्य दललाई सरकारमा समावेश गर्ने षड्यन्त्र भैरहेको छ ।

डा. बाबुराम भट्टराई, अर्थमन्त्री

स्ववियु निर्वाचनले नयाँ जनमत प्रकटीकरण गरेको छ ।

माधवकुमार नेपाल

पुरानो सरकारले नियुक्त गरेका सबै राजदूत फेरिन्नन्, हामीलाई असहयोग गर्ने राजदूत मात्र फेरिन्छन् ।

उपेन्द्र यादव, परराष्ट्र मन्त्री

मलाई दुनियाँसँग मतलब छैन

झरना बज्राचार्य, चलचित्रकर्मीहरूमाझ मात्र होइन, नेपालको मनोरञ्जन गतिविधिमा रुचि राख्ने सबैले सुनेको नाम हो। सन् १९९७ मा मिस वर्ल्ड नेपालको उपाधि पाएपछि यो नामले चर्चा पाउन थालेको हो। मिस वर्ल्डमा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने उनी पहिलो नेपाली थिइन्। २७ वटा नेपाली चलचित्रमा नायिका भएर अभिनय गरेपछि झरना एकाएक पलायन भइन्। बितेको तीन वर्षबीच उनले एउटा मात्र नेपाली चलचित्रमा अभिनय गरिन्- संजीवनी। बलिउडको चलचित्र 'लभ इन नेपाल' मा ग्ल्यामरस् रूपमा प्रस्तुत भएपछि उनी चर्चा र विवादमा आइन्। उनको एक जना नेपाली व्यवसायीसँग सम्बन्ध रहेको र त्यसबाट उनी आमा भएको हल्ला पनि चल्यो। उनका बारेमा चलेका चर्चा, हल्ला एवं प्रतिक्रियाका बारेमा सुव्रत आचार्यले गरेको कुराकानी :

तपाईं त बलिउडमा संघर्ष गर्दै हुनुहुन्थ्यो, फेरि किन नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्न थाल्नुभयो ?

संघर्ष नै नभनौं। लभ इन नेपालमा काम गरेपछि निर्देशक र जत मुखर्जीले अर्को चलचित्रमा गोविन्दाका भतिजासँग मलाई अभिनय गराउने भनेर बोलाए। त्यो दौरान रजतले मलाई अरू कुनै प्रोजेक्ट नगर्नु भने। उनको विश्वास गरेर धेरै अफर छाडेँ, तर त्यो प्रोजेक्ट नै सुरु भएन। अनि नेपालबाट चलचित्र रंगीन मनसायमा अभिनय गर्ने अफर आयो र काम गर्न थालें।

धेरै समय बलिउडमै हराउनुभयो, यदाकदा उताका म्युजिक भिडियो र विज्ञापनहरूमा देखिनुभयो, कस्तो अनुभव रह्यो ?

अँ, त्यहाँ चलचित्रमा अभिनय गर्न एजेन्टको माध्यमबाट जानुपर्ने रहेछ र राम्रा एजेन्ट पनि पाउन गाह्रो। भेटिएका एजेन्टहरूको दृष्टिकोण पनि फरक पाएँ। धन्न, म प्रत्यक्ष 'ह्यारेस्मेन्ट'को सिकार भइनँ, तर त्यो वातावरण त्यहाँ थियो। दुई वर्ष बस्दा पनि खासै उपलब्धि भएन। सात-आठवटा म्युजिक भिडियो र केही विज्ञापन भने गर्न पाएँ, किनभने त्यसका लागि एजेन्टको आवश्यकता पर्दैनथ्यो।

'कास्टिङ काउच'को बाटो भएर पनि त जान सक्नुहुन्थ्यो नि ?

हो, बलिउडमा त्यसको चलन निकै रहेछ, तर म आफूलाई त्यो दर्जाको सम्झिन्नँ।

तपाईं किन बलिउड जानुभएको ? के यहाँ काम पाउनुभएको थिएन ?

यहाँ काम नपाएको होइन, थुप्रै अफर आइरहेकै थिए, तर म यहाँ सन्तुष्ट थिइनँ। मलाई लाग्यो, यहाँ काम गर्नु भनेको संख्या मात्र बढाउनु हो। कुनै एउटा लेभलमा पुगेपछि त्यतिले मात्र पुग्दो रहेनछ। आत्मसन्तुष्टि पनि ठुलो कुरा हुँदो रहेछ।

आत्मसन्तुष्टिका लागि आफैं पनि यहाँ कुनै चलचित्र बनाउन सक्नुहुन्थ्यो नि ? अरू नायिकाले पनि बनाइरहेका छन् ?

चलचित्रमा अभिनय गर्नु र आफैं चलचित्र बनाउनु फरक कुरा हो। म त्यसका लागि तयार थिइनँ। किनकि त्यसमा पनि अनुभव चाहिन्छ, जुन मसँग थिएन।

तपाईं त दुई वर्ष होइन, तीन वर्षजति हराउनुभयो ? बाँकी समय कहाँ जानुभयो ?

बेलायतमा आफन्तकहाँ पनि पुगेँ।

तपाईंको त यहाँ एक जना व्यवसायीसँग पनि नाम जोडियो ?

त्यो निराधार हल्ला हो। म अहिले पनि अचम्ममा पर्छु। जतिबेला म मुम्बईमा थिएँ, यहाँ हल्ला चलेछ कि म उसको सन्तानकी आमा भएर माइतीमा रेस्ट गरिरहेकी छु। आलोक (नेम्वाङ) सँग फोनमा गफ हुँदा उसले सुनायो। म त अक्क न बक्क भएँ। खैर, यहाँ फर्किएपछि केही समयअघि एउटा पार्टीमा ती व्यक्तिसँग भेट भयो, त्यो पनि उक्त व्यक्तिकी धर्मपत्नीका साथ। त्योभन्दा अघि मैले उहाँलाई देखेकी मात्र थिएँ, कुराकानी भएको थिएन। उहाँ मिस नेपालको निर्णायक हुँदा म कार्यक्रम हेर्न गएकी थिएँ। त्यसपछि हालसालै मात्र दोहोरो कुराकानी भयो, त्यो पनि यही हल्लापछि। उहाँ पनि हाँस्दै हुनुहुन्थ्यो। हल्ला गर्नेले बिना कुनै आधार हल्ला फिंजाएको सबैलाई थाहा भैसकेकै छ, तर त्यसले केही समय मलाई मेन्टल्ली टर्चर दियो।

आलोक नेम्वाङसँगको सम्बन्धका बारेमा पनि धेरैले औंला ठडाएका छन् नि ?

हाम्रो सम्बन्धका बारेमा भन्ने कुनै कुरै छैन। हामी अति मिल्ने साथी हौं, हामीबीच राम्रो फ्रेन्डसिप छ। केटा र केटीबीचको स्वच्छ मित्रतामा औंला ठड्याउनेहरूलाई म के नै भन्न सक्छु र ? के केटा र केटी असल साथी मात्र हुन सक्दैनन् ?

अनि एक जना विदेशी युवकसँगको विवाहको हल्ला नि ?

योचाहिं हल्ला होइन, तर विवाह भैसकेको छैन, इन्गेज्मेन्ट मात्र भएको हो।

को हुन् ती भाग्यमानी ?

उसको नाम करार हो। मैले उसलाई भारतमा रेलयात्रा गर्दा भेटेकी थिएँ। उत्तर भारतको धर्मशाला भन्ने ठाउँमा उसको र मेरो पहिलो भेट भएको थियो।

पहिलो भेट मै मन पराउनु भयो ?

पहिलो भेटमै त कहाँ हुन्छ र ? तर उसको व्यक्तित्व र कुराकानी गर्ने शैलीले मलाई प्रभावित तुल्याइसकेको थियो। ऊ डाक्टरी पढ्दै छ। मबाट पनि ऊ प्रभावित रहेछ। पहिलो भेटपछि हामी साथी भयौं। त्यसपछि भेट्ने क्रम बढ्यो। उसको दयालु स्वभावले मलाई आकर्षित गर्‍यो।

प्रेम प्रस्ताव कसले राख्यो ?

मैले त पक्कै राखिनँ। उसले नै राख्यो, तर त्यो प्रेम प्रस्ताव थिएन, विवाहको प्रस्ताव थियो।

इन्गेज्मेन्ट भैसकेछ, विवाहमा ढिलाइ किन ?

यो हाम्रो निर्णय हो। उसको पढाइ पुरा गर्नु छ। हामी चार वर्ष जतिपछि विवाह गर्छौं।

बलिउड गएर फर्किएपछि यता न उताको भएको अनुभूति भएको छैन ?

छैन, पटक्कै छैन। म यहाँ फेरि चलचित्र खेल्दैछु, तर अब सेलेक्टेड चलचित्र मात्र खेल्छु।

मिस वर्ल्ड नेपाल हुँदा कति वर्षकी हुनुहुन्थ्यो ?

१६ वर्षकी थिएँ। जीवन र समाज बुझ्दाबुझ्दै ख्याति कमाएँ, तर समाज मैले सोचेजस्तो रहेनछ।

किन र ?

पर्दामा म जस्तो चरित्रमा देखिन्छु, मानिसहरू त्यही आँखाले मलाई हेर्दा रहेछन्। वास्तवमा म निकै फरक स्वभावकी छु। मेरा धेरै कम साथी छन्। वास्तवमा म सिपीभित्र बस्ने स्वभावको छु। मलाई दुनियाँसँग मतलब छैन।

आफ्ना बारेमा विभिन्न हल्ला चल्दा कस्तो लाग्छ ?

मेरै बारेमा एउटा चलचित्र बनाए हुन्छ जस्तो लाग्छ। जीवनमा जति कुरा मैले भोग्नुपर्‍यो, ती सबै सपनाजस्ता लाग्छन्।

Wanted
L.G Company लाई कर्मचारी आवश्यकता
संख्याः 11 Gents/ Ladies
तलबः 9000
योग्यताः SLC or PCL
Unique Solution
5543056, 9841466409
9849104244
Gwarko, Lalitpur
नोटः बुझ्न आउदाँ Document अनिवार्य छ।

आवश्यकता
U.A Company को
लागी कर्मचारी चाहियो
योग्यताः SLC or Above
संख्या : 5 Ladies / 5 Gents
तलबः 7500
01-6226529,9841881313
Unique Aims Int.
सामाखुसि चोकबाट गोंगबु चोक तर्फ दाया Nepal SBI Bank सगैको घर(Cosmic Int.)
Note: आफ्नो योग्यताको प्रमाण र २pp Photo आवश्यकता

होटल तालिम
नवौं बर्ष प्रवेश विशेष छुट
*अंग्रेजी नजान्नेलाई नेपालीमा सिकाईने
*थेउरी भन्दा प्राक्टिकल धेरै गराइने
*स्पेशल कोर्ष पनि गराईन्छ।
कुक, वेटर, बारमेन,
जापनीज कुक, सेक्यूरेटी गार्ड
आगमन होटल ट्रेनिङ्ग
सामाखुसी, सरकारीधारा, म्हेपी जाने मोड 4352846

होटल तालिम विशेष छुटमा २००३ मा स्थापित
नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त, पाँचतारेको प्रशिक्षक
Worldwide valid Certificate
Japan, UK, Australia, Canada, Europen देशमा Working Visa, Student Visa मा जानेलाई
Part time & Full time job को लागि SPECIAL CLASS भैरहेछ
COOK (1, 2, 3, 6 month), WAITER (1, 2, 3 month) Barman, Bakery, Tandoori, Salesman, Receptionst, House Keeping, Diploma in Hotel Mgmt., F & B Mgmt., Coffee, Juice maker, Roomboy, Bellboy, House Wiring, Plumber etc.
- ३ महिने कुकमा FREE ENGLISH LANGUAGE
- थप Industrial Training लाई Star Hotel मा पठाइने
- आफ्नै FIVE STAR STANDARD RESTAURANT भएको
- जागिरको व्यवस्था स्वदेश र विदेशमा सहयोग गरिने।
- Student Visa, Work Permit, PR, DV lottery मा जानेलाई विशेष तालिम
Student Visa मा जानेलाई Special Discount
र्‍याडीसन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
बागबजार, पि.के.क्याम्पसपछिको सेतो घर रत्नपार्क तर्फ
4247165, 2200889, 9841-891131
साहारा होटल तालिम सेन्टर
(Sahara School of Hospitality Mangement and Toursim Nepal)
नयाँ बानेश्वर, शिवदर्शन हल अगाडि, शंखमूल मार्ग
2040782, 016200757, 98510-93629
र्‍याडीसन होटल तालिम सेन्टर
नयाँ बानेश्वर, BICC पानी ट्याङ्किको ठीक अगाडि
4464720, 9841-891131, 98510-93629

पढ्न जाने विदेश

शिव मुखिया

काठमाडौं– नेपालीहरू रोजगारीको खोजीमा मात्र विदेश पस्दैनन् । संसारमै नाम चलेका कलेज/युनिभर्सिटीहरूबाट उत्कृष्ट शैक्षिक दक्षता हासिल गर्न पनि नेपालीहरू बिदेसिने गरेका छन् । विदेशको विकास, वैभवले तानेर होस् वा नेपालको अन्यौलग्रस्त परिस्थितिबाट दिक्क भएर होस्, पढ्नका लागि बिदेसिनेहरूको संख्या बर्सेनि बढ्दै गएको छ । अध्ययनका लागि विदेश जानेहरूमध्येकै एक हुन् कुसुम तामाङ । झापाकी कुसुम यतिबेला अस्ट्रेलिया उड्ने समयको प्रतीक्षामा अधैर्य छिन् । मेलबर्नस्थित अस्ट्रेलियन क्याथोलिक युनिभर्सिटीमा अध्ययन गर्ने पक्का-पक्की भएपछि उनलाई नेपाल छाड्ने हतारो लागेको हो ।

'बीएस्सी नर्सिङको चारवर्षे कोर्स पूरा गर्न जान लागेकी' कुसुमले उत्साहित हुँदै भनिन्- 'विदेश पढ्न जाने कुराले एकदमै एक्साइटेड छु ।' नेपाल मेडिकल कलेजमा कार्यरत कुसुम जागिर छाडेर वैदेशिक शिक्षाका लागि अस्ट्रेलिया जान लागेकी हुन् । लाखौं रुपैयाँ खर्च गरेर विदेशमा पढ्न उनी किन प्रेरित भइन् ? 'नेपालको वातावारण ठीक छैन,' साप्ताहिकसँगको भेटमा उनले भनिन्- 'त्यसैले उतै गएर क्यारियर बनाउने सोचमा छु ।'

स्वदेशमा आफ्नो भविष्य असुरक्षित लागेर वैदेशिक शिक्षामा आकर्षित हुनेहरूको पंक्तिमा कुसुम एक्ली छैनन् । उनीजस्तै थुप्रै नेपाली युवायुवती राम्रो शिक्षा र सुरक्षित भविष्यको खोजीमा विदेश जाने तयारीमा भेटिन्छन् । नेपाली शिक्षाको अवस्था अन्यौलग्रस्त बनिरहेको बेला शैक्षिक पृष्ठभूमि राम्रो भएका विद्यार्थीहरू शिक्षा आर्जनका लागि विदेश जाने क्रम बढ्न थालेको हो । युवा उमेरको रंगीन सपना प्राप्त गर्न पनि नेपाली युवायुवतीहरू विदेशमा अध्ययनका लागि जाने गरेका छन् । 'पढेर आफ्नो भविष्य बनाउन चाहने विद्यार्थीहरू नेपाली शिक्षा पद्धतिप्रति सन्तुष्ट छैनन्,' वैदेशिक शिक्षाका लागि परामर्श दिँदै आएको अथेन्टिक एजुकेसन इन्स्टिच्युटका प्रबन्ध निर्देशक सञ्जीव खत्री भन्छन्- 'त्यसैले स्तरीय अध्ययनका लागि उनीहरू बिदेसिएका हुन् ।'

नेपालमा अध्ययनका लागि राम्रो वातावरण नपाएकाले मात्र होइन, विदेशको उच्चस्तरीय जीवनशैली र सम्पन्नतासँग साक्षात्कार गर्ने मोहले पनि धेरै नेपाली युवायुवतीको ध्यान वैदेशिक शिक्षातर्फ तानिएको हो । 'पर्याप्त सुख-सुविधा भएको ठाउँमा जाने रहर सबैलाई हुन्छ,' क्याम्ब्रिज इन्टरनेशनल इन्स्टिच्युटका गोपाल भण्डारी भन्छन्-'विदेशमा शिक्षा हासिल गर्न पाउने अवसरलाई पनि धेरै विद्यार्थीले त्यहाँको सम्पन्नतासँग गाँसेर हेरेका छन् ।'

वैदेशिक शिक्षाका लागि परामर्श दिँदै आएको अल्फाविटा इन्स्टिच्युटका द्विराज शर्मा मूलतः तीन कारणले नेपाली युवायुवतीहरू अध्ययनका लागि बिदेसिने बताउँछन् । 'नेपालको शिक्षा स्तरीय नमान्ने र पर्याप्त पैसा भएका परिवारका सदस्यहरू अध्ययनका लागि विदेश जान्छन्,' शर्मा भन्छन्- 'कतिपय अध्ययनका लागि भनेर काम गर्न जान्छन् ।' यसैगरी आफ्नो परिवार विदेशमै भएकाहरू पनि स्टुडेन्ट भिसामा विदेश छिर्ने गरेको उनले बताए ।

आर्थिक रूपले सम्पन्न परिवारका सदस्यले मात्र विदेशमा अध्ययन गर्न पाउँछन् भन्ने मान्यता गलत भएको कन्सल्ट्यान्टहरू बताउँछन् । विदेशमा अध्ययन गर्न आर्थिकभन्दा पनि प्रमुख कुरा विद्यार्थीको शैक्षिक दक्षता नै हो । शैक्षिक पृष्ठभूमि राम्रा बनाएका विद्यार्थीहरू, जो पढाइमा अब्बल छन् उनीहरूले सतप्रतिशत छात्रवृत्तिसमेत पाउने गरेका छन् । यसरी छात्रवृत्तिमा जाने विद्यार्थीहरूलाई कतिपय कलेज/युनिभर्सिटीले खाने र बस्ने व्यवस्थासमेत गरेको क्याम्ब्रिजका भण्डारीले बताए । फिनल्यान्ड, डेनमार्क, नर्वेजस्ता मुलुकका कलेज तथा युनिभर्सिटीहरूमा शतप्रतिशत छात्रावृत्तिको व्यवस्था छ ।

'धेरैजसो आर्थिक रूपले सम्पन्न परिवारका छोराछोरी विदेशमा अध्ययन गर्नका लागि प्रयास गरिरहेका हुन्छन्,' भण्डारी भन्छन्-'विदेशका कलेज एवं युनिभर्सिटीहरूले भने विद्यार्थीको शैक्षिक क्षमतालाई बढी प्राथमिकता दिने गरेका छन् ।'

अध्ययनका लागि मूलत अस्ट्रेलिया, अमेरिका, क्यानाडा, साइप्रस, बेलायत आदि मुलुक नेपाली विद्यार्थीहरूको गन्तव्य बन्दै आएका छन् । विभिन्न मुलुकमा भिन्नाभिन्नै विषयमा दक्षता हासिल गर्नका लागि विद्यार्थीहरू जाने गरेका छन् । विशेष गरी प्रमाणपत्र तह एवं सोही सरहका प्लस टु, ए लेभल, ओ लेभल अध्ययन पूरा गरिसकेपछि बाँकी अध्ययनका लागि विदेशका कलेज एवं युनिभर्सिटीहरूमा नेपाली विद्यार्थीहरूले आवेदन दिन्छन् । 'अध्ययनका लागि आफ्नो विषयगत रुचि, क्षमता र लक्ष्यलाई प्रमुख आधार बनाएर आवेदन दिनुपर्छ,' अल्फाबिटाका शर्मा भन्छन् । उनका अनुसार अध्ययन गर्न चाहने विद्यार्थीले विदेशका कलेज एवं युनिभर्सिटीहरूको मापदण्डअनुसार भाषास्तर अध्ययन गर्नुपर्छ । भर्नाका लागि आवेदन दिइसकेपछि सम्बन्धित विद्यालयले पढ्न योग्य ठहऱ्याए अफर लेटर पठाउँछ । आवश्यक सम्पूर्ण प्रक्रिया पूरा गरिसकेपछि प्रवेशाज्ञा लिएर अध्ययनका लागि विदेश जान सकिन्छ ।

विदेशमा उच्चस्तरको शिक्षा हासिल गरिसकेका विद्यार्थीका लागि जुनसुकै मुलकमा पनि रोजगारको ढोका खुला हुने अल्फाबिटाका शर्मा बताउँछन् । विदेशमा अध्ययन गर्न न्यूनतम ८ लाख रुपैयाँ लाग्छ । शैक्षिक कार्यक्रमअनुसार सोभन्दा बढी रकम खर्च हुन्छ । यसरी विदेश अध्ययन गर्न जाने विद्यार्थीका लागि विभिन्न बैंकबाट 'एजुकेशन लोन' समेत प्राप्त हुँदै आएको छ । एजुकेशन लोन प्राप्त गर्न विद्यार्थीले आफ्नो सम्पत्तिको विवरण बैंकलाई देखाउनुपर्ने हुन्छ । सोही आधारमा बैंकले आर्थिक दस्तावेज तयार गर्छ ।

नेपाली विद्यार्थीको गन्तव्य

अमेरिका

केही वर्षअघिसम्म सर्वाधिक संख्यामा नेपाली विद्यार्थीको गन्तव्य बनेको थियो अमेरिका । उच्च जीवनयापन, उच्चस्तरीय शिक्षाप्रणाली र थुप्रै अवसरले नेपाली विद्यार्थीलाई अमेरिकाले तानेको थियो । अहिले पनि अध्ययनका लागि अमेरिका जाने विद्यार्थीहरूको ताँती उत्तिकै भेटिन्छ । हार्वर्ड, प्रिन्सटन, याले स्ट्यान्डफोर्डजस्ता विश्वमै चर्चित विश्वविद्यालयहरू रहेको अमेरिकामा गएर उच्च शिक्षा हासिल गर्नु नेपाली विद्यार्थीका लागि अहोभाग्य नै मानिन्छ ।

तुलनात्मक रूपमा केही कम शुल्क लाग्ने विश्वविद्यालयहरूमा नेपाली विद्यार्थीहरूले अध्ययन गर्ने गरेका छन् । ती विश्वविद्यालयहरूमा २० हजार अमेरिकी डलरसम्म खर्च गरेर अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

अमेरिका पढ्न जाने सपना जति लोभलाग्दो छ, प्रक्रिया उत्तिकै कठिन पनि छ । अन्य मुलुकको तुलनामा अमेरिका जाने विद्यार्थीहरूले बढी झमेला सामना गर्नुपर्ने हुन्छ ।अमेरिकामा अध्ययन गर्न जान आफ्नो अध्ययनको उद्देश्य, व्यक्तिगत परिचय झल्कने लेख, तस्बिर, राहदानी, प्रायोजक, एकवर्षे पढाइ खर्च र बसाइसहितको बैंक ब्यालेन्स आवश्यक हुन्छ । त्यस्तै, प्रमाणपत्र तथा एसएलसी र सोभन्दा माथिल्लो तहका प्रमाणित प्रतिलिपि चाहिन्छ । भर्ना हुनुपूर्व आफूले पढ्ने विषय र तहअनुसारका भाषागत परीक्षाहरू टोफेल, आईईएलटीएस, स्याट आदिमा कलेजले चाहेअनुसारको प्राप्तांक हासिल गरी त्यसको प्रमाण पेस गर्नुपर्ने हुन्छ । यसरी सम्पूर्ण कागजात पेस गरिसकेपछि कलेज/युनिभर्सिटीले योग्य मानेपछि मात्र भर्ना प्रक्रिया अगाडि बढ्छ ।

बेलायत

अध्ययनका लागि नेपाली विद्यार्थीको अर्को गन्तव्य हो– बेलायत । लोकतन्त्रको जननी भनिने यो मुलुकमा विश्वचर्चित विश्वविद्यालयहरू छन् । बेलायतको लिभरपुल जोन मुरेस युनिभर्सिटी, म्यारिटाइम ग्रीनवीच कलेज तथा वेल्स युनिभर्सिटीमा नेपाली विद्यार्थीहरू अध्ययनका लागि जाने गरेका छन् । बेलायत जानुअघि आफ्नो रुचिको विषय एवं क्षमतालाई आधार बनाएर कलेजको छनौट गर्नुपर्छ । कलेज छनौट गरिसकेपछि त्यहाँको वस्तुस्थितिबारे जानकारी लिनुपर्छ । भर्ना हुनुअघि तहअनुसारको शैक्षिक योग्यता र भाषास्तर हासिल गर्नुपर्छ । भाषासम्बन्धी योग्यताको मापदण्ड कलेज वा विश्वविद्यालयअनुसार फरक हुने भए पनि प्रायः शैक्षिक संस्थाले स्नातक तहसम्मका लागि आईईएलटीएसमा ५ दशमलव ५ तथा त्यसभन्दा माथिका तहका लागि ६ दशमलव ५ अंक चाहन्छन् । बेलायतमा जनवरी, अप्रिल, जुलाई वा अक्टोबरमा शैक्षिक सत्र सुरु हुन्छ ।

अस्ट्रेलिया

नेपाली विद्यार्थीहरू सबैभन्दा बढी अस्ट्रेलिया जाने गरेका छन् । केही समयअघिसम्म अस्ट्रेलिया जाने प्रक्रिया सजिलो भएकाले पनि नेपाली विद्यार्थीहरू सर्वाधिक संख्यामा जाने गरेका थिए । अस्ट्रेलियामा नेपाली भित्रिने क्रम बढ्दै गएपछि नक्कली कागजात समेत प्रयोग हुन थाल्यो । त्यस्तै, विद्यार्थीका लागि दिइएको डिपेन्डेट भिसाको समेत दुरुपयोग हुन थालेपछि अस्ट्रेलिया जाने बाटो जटिल बन्दै गएको छ ।

विद्यार्थीको कागजातमा कडा नजर लाउन थालेको अस्ट्रेलियाले नेपाली विद्यार्थीका लागि दुईवटा बैंकलाई मात्र आर्थिक दस्तावेज बनाउने मान्यता दिएको छ । अब विद्यार्थीका लागि आर्थिक दस्तावेज नबिल र एसबीआई बैंकले मात्र बनाउन पाउने भएका छन् । यसअघि नेपाल राष्ट्र बैंकबाट 'क' वर्गको स्तर प्राप्त १६ वटा बैंकले अस्ट्रेलिया जाने विद्यार्थीको आर्थिक दस्तावेज तयार गर्ने सुविधा दिँदै आएका थिए । दुई बैंकबाट मात्र आर्थिक दस्तावेज बनाउन पाइने भएपछि दुर्गम एवं पहाडी क्षेत्रका विद्यार्थीहरूका लागि अस्ट्रेलिया जाने बाटो जटिल बनेको छ ।

वैधानिक बाटोबाट जानेलाई अप्ठ्यारो छैन

गोपाल भण्डारी
क्याम्ब्रिज इन्टरनेशनल इन्स्टिच्युट

नेपाली विद्यार्थीहरू किन विदेशमै गएर अध्ययन गर्न चाहन्छन् ?

नेपालको अवस्था त्यति राम्रो छैन । स्तरीय शिक्षा, आकर्षक रोजगारीको अभावका कारण तथा लोडसेडिङले पनि विदेश जान अभिप्रेरित गरेको छ । यस्तो अवस्थामा धेरैलाई आफ्नो भविष्यको चिन्ताले सताएको छ । त्यसैले भविष्य सुरक्षित गर्न उनीहरू अध्ययनको सिलसिलामा बिदेसिएका हुन् । युवाहरूलाई त्यहाँको उच्चस्तरको जीवनशैलीले पनि आकर्षित गरेको हो ।

कस्तो योग्यता भएका विद्यार्थीले आवेदन दिन सक्छन् ?

राम्रो शैक्षिक पृष्ठभूमि भएका विद्यार्थीहरूले विदेशमा अध्ययनका लागि आवदेन दिन सक्छन् । टोफेल, आईईएलटीएस लगायतका शैक्षिक संस्थाहरूबाट भाषासम्बन्धी दक्षता हासिल गरिसकेपछि अन्य प्रक्रिया अघि बढ्छ । राम्रै आर्थिक हैसियत भएकाहरूले विदेशमा अध्ययनका लागि बढी चाहना गर्छन् तर पैसाले मात्र हुँदैन, विद्यार्थीको बौद्धिक खुबी पनि राम्रो हुनु आवश्यक छ । ट्यालेन्ट विद्यार्थीहरूले स्कलरसिपमार्फत् थोरै खर्चमा पनि विदेशमा अध्ययन गर्न पाउँछन् ।

उनीहरूले थुप्रै कानुनी झमेला बेहोर्नुपर्छ होला ?

जो वैधानिक रूपबाट पढ्नकै लागि विदेश जान चाहन्छन्, उनीहरूका लागि खासै अप्ठ्यारो छैन । अवैधानिक रूपमा नक्कली कागजात बनाएर जानेहरूलाई अप्ठ्यारो पर्छ ।

विदेशमा अध्ययन गर्न जानुअघि के-कस्तो तयारी गर्नुपर्छ ?

खासगरी आफूमा शैक्षिक क्षमता हुनुपर्छ, त्यसपछि कुन विषय, कहाँ अध्ययन गर्न जाने हो भन्ने जानकारी लिनुपर्छ । आफूले अध्ययन गर्न कलेज वा युनिभर्सिटी, स्थान, त्यहाँको संस्कृति, चालचलन आदिका सम्बन्धमा राम्रोसँग बुझेर जानुपर्छ ।

हाम्रो जस्तो गरिब मुलुकका विद्यार्थीहरूलाई त्यहाँ गएर पढ्न सहज त छैन होला नि ?

निश्चय नै नेपाली विद्यार्थीहरूलाई विदेशमा सोचेजस्तो सहज छैन । त्यहाँको वातावरणमा अभ्यस्त हुन उनीहरूलाई निकै गाह्रो हुन्छ तर सफलता हासिल गर्ने सोच बनाएपछि सानातिना चुनौतीहरूको सामना पनि त गर्नुपऱ्यो । यदि विदेशमा अध्ययन गर्न जानुअघि नै त्यहाँको सम्पूर्ण वस्तुस्थितिका बारेमा जानकारी हासिल गर्ने हो भने खासै गाह्रो नहुन सक्छ ।

परीक्षामा पढाइसँगै आत्मविश्वास

प्रायः विद्यार्थी परीक्षा नजिकिन थालेपछि आत्तिन्छन् अथवा डराउँछन्। जब परीक्षा दिने समय हुन थाल्छ त्यसको केही समयअघि नै उनीहरूमा डर-चिन्ता बढ्छ। यसले गर्दा उनीहरूले आफूलाई आउने कुराको जवाफ पनि राम्रोसँग लेख्न सक्दैनन्। उनीहरू आफ्नो क्षमता तथा दक्षता प्रदर्शन गर्न असफल हुन्छन्। परीक्षाको तयारीमा रहेका विद्यार्थीहरूले केही उपाय अपनाए परीक्षा राम्रो हुनुका साथै परिणाम पनि सकारात्मक आउनेछ।

– परीक्षाका क्रममा हुने मानसिक तनावले विद्यार्थीहरू आत्तिनु स्वाभाविक हो। त्यसैले केही घण्टाको अध्ययनपछि केही समय मनोरञ्जन गर्नुपर्छ। परिवारका सदस्यहरूसँग कुराकानी गरेर, गीत-संगीत सुनेर तथा केही क्षण बगैंचामा घुमेर पनि शरीर तथा मस्तिष्कलाई चुस्त राख्न सकिन्छ।

– परीक्षा नजिकिंदै जाँदा अभिभावकहरूले पनि आफ्ना छोराछोरीलाई मनोवैज्ञानिक रूपमा सहयोग गर्नुपर्छ। यसबाहेक उनीहरूलाई नियमित रूपले हौसलासमेत प्रदान गर्नुपर्छ।

– परीक्षाका क्रममा गरिष्ठ खानेकुराहरू खानु हुँदैन। नपच्ने तथा बढी क्यालोरी भएका खानेकुराले शरीर अस्वस्थ हुनसक्छ र परीक्षामै प्रभाव पर्न सक्छ। त्यसैले परीक्षाको तयारीमा रहेका विद्यार्थीहरूले हल्का खाना खानुपर्छ। साँझ भातको साटो रोटी सेवन गरे चाँडै निद्रा लाग्दैन। फलफूल, हरिया सागसब्जी तथा दूध सेवन गर्नु स्वास्थ्यका लागि पनि हितकर हुन्छ।

– छोराछोरीको परीक्षाका क्रममा अभिभावकले घरमा कुनै पनि प्रकारको पार्टी अथवा भोज आयोजित गर्नु हुँदैन। साथै अनावश्यक रूपले अध्ययनमा दबाब दिनु हुँदैन।

– विद्यार्थीहरूले पनि तनाव, डर एवं चिन्ताबाट टाढा रहनुपर्छ। घुमफिर, योग, ध्यान आदि गर्नुपर्छ। यसले शरीर तथा मस्तिष्क अध्ययनका लागि तन्दुरुस्त हुनेछन्, साथै राति सुत्ने तथा बिहान उठ्ने समय निश्चित हुनुपर्छ। राति अबेरसम्म पढ्नुभन्दा बिहान सबेरै उठेर पढेको बढी प्रभावकारी हुन्छ।

– परीक्षामा सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर क्रमैसँग दिने प्रयास गर्नुपर्छ। यद्यपि यो अनिवार्य भने छैन। क्रमैसँगै उत्तर लेखिएको उत्तरपुस्तिका परीक्षण गर्ने व्यक्तिले उत्तर छुटाउने सम्भावना रहँदैन।

– प्रश्नहरूको उत्तर दिने क्रममा प्रश्नको अंकलाई पनि ध्यान दिनुपर्छ। कम अंकको प्रश्नको उत्तर लेख्न धेरै समय लगाउनु हुँदैन। कुनै एक प्रश्नको उत्तर लेख्दा-लेख्दै दुविधा भयो भने त्यसलाई त्यहीं रोकेर नयाँ प्रश्नको उत्तर लेख्नुपर्छ।

– परीक्षाको दिन तोकिएको समयभन्दा आधा घण्टाअघि नै परीक्षा केन्द्रमा पुग्नुपर्छ। ढिलो गरी परीक्षा केन्द्र पुगेको खण्डमा परीक्षा कोठा तथा बस्ने सिट खोज्दाखोज्दै समय जान्छ, साथै त्यही तनावका कारण परीक्षा बिग्रन सक्छ।

– प्रश्नपत्रमा सोधिएका सबै प्रश्न हल गर्नुपर्छ। सबै प्रश्न हल गरिए अनुत्तीर्ण हुने सम्भावना ज्यादै कम हुन्छ।

– प्रश्नपत्रमा गाह्रो प्रश्न सोधिएको छ भने पनि निराश नहुने। आफूले अध्ययन गरेका कुराहरू स्मरण गर्दै आत्मविश्वास बढाएर उत्तर लेख्न प्रयास गर्नुपर्छ।

– परीक्षा प्रारम्भ हुनुभन्दा केही घण्टाअघिदेखि नै साथीहरूसँग छलफल गर्नु हुँदैन, त्यसले दुविधा उत्पन्न गराउँछ। साथै यसले तनाब तथा चिन्ता पनि बढाउँछ।

–अरुणा भट्टराई

विद्यार्थीहरूसँग कस्तो व्यवहार गर्ने ?

विश्वमणि अधिकारी

तिमीलाई अंकल र अन्टीमध्ये कसको बढी माया लाग्छ भनेर दुई-तीन वर्षका बालबालिकालाई सोध्ने हो भने अधिकांशले जवाफ दिन्छन्– दुवैको बराबर। यदि बल गरेरै दुईमध्ये एक भन न भन्ने हो भने पनि जवाफ आउँछ– आधा-आधा। यो सानो उदाहरणबाट अचेलका बालबालिका कति कूटनीतिक छन्, सहजै अनुमान लगाउन सकिन्छ। दुई-तीन वर्षका बालबालिका यस्ता कूटनीतिक छन् भने स्कुल-कलेज पढिरहेका विद्यार्थीहरू कस्ता होलान् ? तर हामी भने उनीहरूलाई केही नजान्ने मानी व्यवहार गर्छौं। अझ कतिपय अवस्थामा जबरजस्तीको शैलीमा प्रस्तुत भएका हुन्छौं। यसबाट हामीले बालबालिकाको मनोविज्ञान नबुझेको प्रस्ट हुन्छ। त्यसैले विद्यार्थीहरूलाई पढाइ वा अन्य कुरामा आकर्षित गर्न उनीहरूको मनोभावना बुझेर अघि बढ्नु उचित देखिन्छ।

शिक्षकले राम्रा कुरा तथा सल्लाह दिँदासमेत झर्कने विद्यार्थीले पनि कतिपय शिक्षकले गाली गरेको कुरासमेतलाई सकारात्मक रूपमा लिने गरेको पाइन्छ। आखिर किन यस्तो हुन्छ ? अनुसन्धानले के देखाएको छ भने जसले विद्यार्थीहरूलाई पढाइप्रति उत्प्रेरणा जगाइदिन सक्छ, तिनै शिक्षकलाई विद्यार्थीले मन पराउँछन् र विद्यार्थीको दक्षता पनि अन्य विषयमा भन्दा शिक्षक मन पर्ने विषयमा नै बढी पाइन्छ। यसर्थ शिक्षकहरूले कक्षामा कुनै पनि पाठ सुरु गर्नुपूर्व विद्यार्थीहरूको मनस्थितिलाई बुझेर मात्र अघि बढ्नु उचित हुन्छ। अर्थात् कक्षाकोठाका क्रियाकलापहरू सन्तोषजनक र आरामदायी हुनुपर्छ। शिक्षकले आफ्नो शिक्षणकार्य जबरजस्ती वा दबाबमा नभै स्वतन्त्र रूपमा सञ्चालन गर्नुपर्छ।

विद्यार्थीको प्रकृति, स्वभाव-अनुसार दिइने कक्षाकार्य वा गृहकार्य कुनै पनि पुरस्कारयुक्त भए त्यसको प्रभाव राम्रो हुन्छ। पुरस्कार दिने भन्दैमा पैसा वा सामान दिनुपर्छ भन्ने सोच्नु गलत हो। विद्यार्थीले गरेको कक्षाकार्यमा आहा □ कस्तो राम्रो गरेको वा यस्तै केही गरिदियो भने मात्र पनि त्यो विद्यार्थीमा सकारात्मक प्रभाव पर्छ र पछि पनि कक्षाकार्य गर्न उक्त विद्यार्थीलाई प्रेरणा मिल्छ। यसैगरी सो विद्यार्थीले शिक्षकको स्याबासी पाएका कारण अरू विद्यार्थीहरू पनि कक्षाकार्य गर्न तँछाडमछाड गर्छन्। यी दृश्य विद्यालयतहमा मात्र होइन, कलेजमै समेत देखिन्छ।

विद्यालयका अनुभव र क्रियाकलापहरू यस किसिमबाट मिलाउनुपर्छ कि सिकारुले कुनै न कुनै तहको सन्तुष्टि प्राप्त गर्न सकोस्। काममा सफलता दिलाउन विद्यार्थीमा आत्मविश्वास सिर्जना गर्नुपर्छ। विद्यार्थीको कठिनाइ स्तर पत्ता लगाई त्यसैका आधारमा विद्यालयका शिक्षण कार्यहरू निर्माण एवं सञ्चालन गरिनुपर्छ। यसले गर्दा विद्यार्थीले सिकाइमा कठिनाइ महसुस गर्दैनन् र विद्यार्थीहरू सफलतातर्फ अघि बढ्ने हुन्छन्। शिक्षण सिकाइमा नयाँ-नयाँ शैक्षिक सामग्रीहरूको प्रयोग विविध प्रकारबाट गर्नुपर्छ। यसले गर्दा विद्यार्थीको सिर्जनात्मकताको विकास, नयाँ-नयाँ विधिद्वारा प्रेरणायुक्त कार्यको विकास तथा सिकाइप्रतिको जागरणमा वृद्धि हुन्छ।

विद्यार्थीलाई सल्लाह, निर्देशन, प्रशंसा, प्रेरणा, पुरस्कार प्रदान गरी आनन्ददायी र सन्तुष्टिको वातावरण निर्माण गर्नुपर्छ। यसले गर्दा म सही बाटोमा छु भन्ने कुराको जागरण हुन्छ र सिकाइमा सकारात्मक प्रभाव पर्छ। विद्यार्थीले कक्षामा प्राप्त गरेका ज्ञान र सीप दोहोऱ्याउने र प्रयोग गर्ने बढीभन्दा बढी अवसर दिइनुपर्छ। यस किसिमको प्रयोगले अभ्यासलाई विकसित बनाउँछ र सीपयुक्त सिकाइप्रति अग्रसर बनाउँछ। शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई त्यस बेलासम्म पर्खनुपर्छ, जुन बेलासम्म ऊ सिक्नका लागि तयार हुँदैन। शिक्षकले त्यस्ता अनुभव विद्यार्थीलाई दिनुपर्छ, जसले तत्परताका लागि उत्साही बनाउँछ र तत्परता वृद्धि गर्छ। विद्यार्थीले सधैं अरूसँग तुलना गर्ने र अरू जस्तो बन्ने प्रयास गरेको हुन्छ। यसमा शिक्षकले ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ।

होटेल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट
Cook, Waiter, Waitress, Bakery, Barman, Captain, Front Office, House keeping (Room Boy), Supervisor, Care Giver, Domestic Helper तथा सम्पूर्ण Hotel Management सम्बन्धि तालिम दिइन्छ।
www.modernhoteltraining.com.np
Modern Management Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center
Ph:- 4363215, 2315801

Learn to Speak English
★2 & 3 Months Packages
★1 Month Special & Speaking Course
★Audio & Visual in American & British Tone
★Situational Conversations
Japanese/ Hebrew/ Korean/ Chinese/ French/ Spanish/ German IELTS/ Visa / Job Interview Pre.
OASIS Language Centre
Golkopakha, Thamel & Kalimati Chock
4359170 & 2024700

BE Entrance Preparation Admission Open !
• IOE 2nd Topper in BE Entrance 2008 and IOE Topper in ME Entrance 2008.
• Managed by Highly Experienced Teachers and Post Graduate Engineers of IOE, Pulchowk Campus.
• Excellent result in IOE Entrance with Top10 students (BE 98% & ME 100% success)
• Provided Text books, Question banks and Practice Sheets.
KEI Kantipur Educational Institute
Kupandol, Lalitpur, Tel: 01-5540917
Web: www.kei.edu.np, E-mail: info@kei.edu.np

फैलँदै छ ब्लगको जालो

'जेड एक्स्प्रेस' यो २४ वर्षीया एक युवतीको इन्टरनेट डायरी अर्थात् 'ब्लग' हो। उनले जेड एक्सप्रेसमा आफूलाई एक्लो ड्राइभरका रूपमा चित्रण गरेकी छिन् तर तपाईं उनको ब्लगमा टिप्पणी गर्दै यात्रुका रूपमा उनीसँगै यात्रा गर्न सक्नुहुन्छ। यसका लागि इन्टरनेटको माध्यमबाट उनको 'वेबसाइट'मा छिर्नुपर्छ। त्यसपछि सुरु हुन्छ तपाईं र उनको ब्लग यात्रा। जहाँ तपाईंले उनका गम्भीर राजनैतिक टिप्पणीदेखि प्रेम र सामाजिक विषयमा चाखलाग्दा अनुभूतिहरू पढ्न पाउनुहुनेछ।

हो, आफ्नो कार्यालय, घर वा साइबरमा बसेर कति बेला गम्भीर र कति बेला हाउडे लाग्ने यस्ता थुप्रै केटाकेटीसँग ब्लगमार्फत सम्पर्क गर्न सकिन्छ। निर्धक्कसँग आफ्ना कुरा लेख्न पाउने अनि लेखिएका सामग्री प्रकाशनका लागि सञ्चारमाध्यम वा सम्पादककहाँ धाइरहनु नपर्ने, यो ब्लग यात्रा आफैंमा रमाइलो छ। अर्की युवती अविनाशीले आफ्नो ब्लगको नाम नै ब्लगडम वि फर फ्रिडम राखेकी छिन्। उनी युनाइटेड बी ब्लगमा फाट्टफुट्ट कमेन्ट लेख्दालेख्दै ब्लगर हुन पुगेकी थिइन्। यतिसम्म कि उनले आफ्नो पूर्वप्रेमीले प्रेम-सम्बन्ध टुट्नुअघि पठाएको इमेललाई समेत ब्लगमा राखेकी छिन्। अविनाशी भन्छिन्– 'त्यसैले त म ब्लग गर्छु।'

आफूलाई मैच्याङ र रोमा भन्ने दुई स्कुले छात्राले पनि भर्खरै एकसाथ ब्लग सुरु गरेका छन्। उनीहरूले आफ्नो ब्लगमा विद्यालयका विभिन्न प्रतियोगिता हारेको तीतो अनुभव लेखेका छन्। आफूलाई किन कोही मन पर्दैनन् भन्ने उल्लेख गरेका छन्। यति हुँदाहुँदै पनि मैच्याङलाई आफू नियमित ब्लगर हुने कुरामा शंका छ। दिनभर स्कुल, त्यसपछि घरमा होमवर्कको चटारो, समय निकाल्न निक्कै गाह्रो हुन्छ तर यति व्यस्त हुँदाहुँदै पनि ब्लग गर्नुको मज्जा नै बेग्लै- उनीहरूले लेखेका छन्।

माई संसार डटकममा केही समय लेखेकी नीलम घिमिरे आफूलाई ब्लगर नै भनिहाल्न रुचाउँदिनन् तर उनको ब्लगलाई माई संसारका धेरै 'भिजिटर्स' ले मन पराएका थिए। नेपालभित्रका प्रायः सबै महिलाले सञ्चालन गरेका ब्लगहरू आफ्नै गन्थनमा आधारित छन्। पेसाले वेब डिजाइनर अर्चनाको ब्लग होस् वा विद्यार्थी साधनाको, सबैका आफ्नै कुरा हुन्छन्।

महिलाले कम ब्लग गर्ने र त्यसमा राजनैतिक विषय नसमेटिनुको कारण बताउँदै बेलायतकी एन विडकोम्बे जो आफ्नै वेबसाइट भएकी सम्भवतः पहिलो महिला राजनीतिज्ञ हुन्, भन्छिन्, 'ब्लग गर्न थुप्रै समय लगानी गर्नुपर्छ, जुन महिलाका लागि असम्भवजस्तै छ।' समय अभाव पुरुष ब्लगरलाई पनि नहुने होइन तर उनीहरू समयको व्यवस्थापन गर्न सक्छन्। उनीहरू राजनैतिक विषयमा बढी जिज्ञासु र केन्द्रित हुने तथा सधैं ब्लग गर्दा आफूलाई सुरक्षित पनि राख्छन्। महिला र पुरुषले चलाएका ब्लगमा पाइने अन्तरका सम्बन्धमा ब्लगर अवि भन्छन्, 'महिलाका ब्लगहरू तुलनात्मक रूपमा रमाइला र ग्ल्यामरस लाग्छन्।'

यो त भयो ब्लगरहरूको कुरा। पाठकहरूचाहिँ के भन्छन् ? जाभा कफी हाउस नामक पाठक भन्छन्, 'महिलाका कुरा रमाइला हुन्छन्।' अर्का पाठक जीवन लामाको विचार अलि भिन्न छ। लामा भन्छन्, 'पुरुष र महिलाभन्दा पनि मचाहिँ जसको कुरा रमाइलो हुन्छ त्यसकै पढ्छु तर यति हुँदाहुँदै पनि इन्टरनेटमा महिलाको पहुँच बढ्न थालेकाले हौसला नै दिन भए पनि आफूले महिलाका ब्लग हेर्न र पढ्न थालेको उनको भनाइ छ। सुविन शर्माको धारणाचाहिँ अलि भिन्न छ, 'ब्लगर भनेको ब्लगर हो, पुरुष र महिलाले केही फरक पार्दैन, त्यो पढ्न लायक भने हुनुपर्छ।'

ब्लगर पुरुष वा महिला हुँदाको फरक के छ त ? अभी भन्छिन्, 'धेरै नै फरक छ। मेरो ब्लग पढ्ने धेरैले म महिला भएकै कारण पढेका हुन् भन्ने लाग्छ।' हाम्रो ब्लगका केपी थप्छन्, 'महिलाहरू नरम भाषा प्रयोग गर्छन्, महिलाका ब्लग रोचक हुन्छन्।' पाठकले दिने प्रतिक्रियामा पनि त्यो फरक देखिन्छ। ब्लगर दर्शन भन्छिन्, 'महिलाका ब्लगमा पाठकले सभ्य भएर प्रतिक्रिया दिन्छन्।' दीपकचाहिँ महिला ब्लगरहरू भावुक हुन्छन् भन्ने मान्छन्। एउटा दृष्टान्त दिँदै दीपक भन्छन्, 'अभीले आफ्नो पूर्वब्वाइफ्रेन्डको इमेल प्रकाशित गर्नु यसको प्रमाण हो।' केपी भन्छन्– 'धेरैजसो इन्टरनेट प्रयोगकर्ता पुरुष हुन्छन्। त्यसैले यहाँ पनि विपरीत लिङ्गप्रतिको आकर्षणमा छुट छ।'

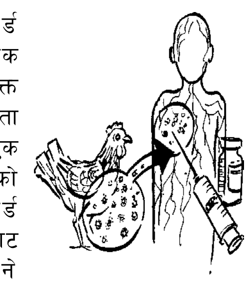
सञ्चारिका फिचर सेवा

अलैंची किसानलाई आधुनिक भट्टी

नेपालमा वार्षिक ६ हजार मेट्रिक टन अलैंची उत्पादन हुँदै आएको छ। नेपालमा वार्षिक १२ हजार मेट्रिक टन दाउरा अलैंची सुकाउन खपत हुन्छ। अलैंची सुकाउने प्रयोगनमा दाउराको खपत कम गर्न अलैंची विकास केन्द्रको प्राविधिक सहयोगमा आधुनिक भट्टी प्रचलनमा आएको छ। उक्त भट्टीमा परम्परागत भट्टीमा भन्दा आधा दाउरा लाग्ने प्राविधिक रामदेव यादव बताउँछन्।

आधुनिक भट्टीमा एक किलोग्राम दाउरा बराबर दुई किलोग्राम अलैंची सुक्छ। यो भट्टीबाट परम्परागत भट्टीमा जस्तो धूवाँ पनि निस्कँदैन। जसले गर्दा अलैंचीको गुणस्तर त राम्रो हुन्छ नै वातावरणमा पनि प्रतिकूल असर पुग्नेछैन। बर्सेनि १२ मन अलैंची उत्पादन गर्दै आएका माइपोखरीका किसान सूर्य सुब्बा भन्छन्- दाउराको खपत कम गर्न आधुनिक भट्टी निकै प्रभावकारी हुनेछ। अलैंची सुकाउन जनशक्ति समेत कम लाग्ने आधुनिक भट्टीमा ड्रम जडान गरिएको हुन्छ। आगो बाल्ने ठाउँ अलग्गै राखिने यो भट्टीमा आगोको ताप टिनको चिम्नीबाट भट्टीमा पुर्‍याइन्छ। भट्टीमा राखिएको ड्रम तातेपछि अलैंचीमा ताप पुगी सुक्न थाल्छ। भट्टी निर्माणका लागि ५० हजार रुपैयाँसम्म खर्च हुने बताइन्छ।

बर्ड फ्लुको खोप निर्माण



अमेरिकी वैज्ञानिकहरूले बर्ड फ्लुलगायत विभिन्न किसिमका घातक रोगबाट बच्न खोप निर्माण गरेका छन्। उक्त खोपले मानिसको शरीरमा रोगसँग लड्ने क्षमता बढाउने दाबी वैज्ञानिकहरूको छ। खोप एक वर्षपछि बजारमा ल्याउने तयारी भैरहेको उनीहरूले बताए। यो खोपबाट बर्ड फ्लुजस्तै घातक रोग स्पेनिस फ्लुबाट पनि बचाउन सहयोग पुग्ने वैज्ञानिकहरूको राय छ। सन् १९९८ मा विश्वमा फैलिएको स्पेनिस फ्लुको महामारीबाट लाखौं मानिसको ज्यान गएको थियो।

उक्त खोप मुसामा परीक्षण गरिएको छ। यो खोपले मानवकोषलाई फ्लुका जीवाणुसँग लड्ने क्षमता अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुर्‍याउँछ। यो खोपको नाम नाइरल एसिलिज हिल राखिएको छ। यो खोप निर्माणले इन्फ्लुएन्जाको महामारी रोक्नुका साथै चिकित्सा अनुसन्धानमा थप सहयोग पुग्ने दाबी वैज्ञानिकहरूको छ।

डाँडा गाउँमा कम्प्युटर

रसुवा- घाँसपात र दाउरामा दिन बिताउने रसुवाको डाँडागाउँ गाविसका महिलाहरू अहिले कम्प्युटर सिक्न थालेका छन्। डाडाँगाउँ माविमा सञ्चालित ग्रमीण सूचना प्रविधि केन्द्रमा विद्युतीय सञ्जाल अनुसन्धान तथा विकास (ENRD) र डाँडागाउँ सोसाइटीद्वारा आयोजना गरिएको अन्तर्क्रियामा इएनआरडीका महासचिव उमेश वाग्लेले आधुनिक युगमा सञ्चार प्रविधिको विकासबिना सम्भव नभएकाले ग्रामीण तहसम्म सूचना प्रविधिको पहुँच पुर्‍याउनुपर्ने बताए। उनले सूचना प्रविधिले एक्लिएको गाउँलाई प्रविधिले संसारसँग जोड्ने बताए।

केन्द्रमा विद्यार्थी तथा स्थानीय कृषकहरू समेत गरी २५ जनाले कम्प्युटर सिक्दै छन्। यसले उनीहरूमा उत्साह थपिएको स्थानीय खुवा गुरुङ बताउँछन्। १५/१६ दिनमै नेपाली टाइप जानेकी डाँडागाउँकी नीरा गुरुङले सहकारीका सम्बन्धमा एक लेख नै लेखिन्। डाँडागाउँकै कृषक अनन्त पौडेलले पनि प्राङ्गारिक मल र आधुनिक खेती प्रणालीका बारेमा लेख लेखे। उनीहरूले लेखेको लेख डब्लु डब्लु डब्लु डट डाँडागाउँ डट कम डट एनपी नामक वेबसाइटमा राखेका छन्।

सुरुमा त गाउँमा वेबसाइटको प्रचार कसरी गर्ने जस्तो लागेको थियो पछि रसुवाको कुनाकुनाबाट समेत केन्द्रका लागि कविता, लेख, गीत गजलहरू जस्ता रचना आउने गरेको केन्द्रका शिवराम भट्टले बताए। भट्टका अनुसार कृषकका कुरा, साहित्यिक गतिविधि, नियमित स्तम्भ र स्थानीय समाचार समेटिएको यो वेबसाइटमा स्थानीय रचनाहरू जस्ताको तस्तै राखिने गरिएको छ। केही दिनमै तस्बिर पनि अपलोड हुने उनले बताए।

डाँडागाउँकी कक्षा ९ मा अध्ययनरत सीता सापकोटाले भनिन्- केन्द्रले कम्प्युटर ल्याएपछि मात्र हामीले देख्न पाएका हौं। अहिले नेपाली, अंग्रेजी अलिअलि टाइप गर्न, तस्बिर हेर्न, गीत र भिडियो हेर्न, टाइप गरेको फाइल सेभ गर्न जान्ने भएँ- माउस खेलाउँदै उनले बताइन्। अहिलेको युगमा सूचना नै शक्ति भएकाले ग्रामीण तहसम्म सूचना प्राप्ति जीवनस्तरमा परिवर्तनका लागि सूचना प्रविधि अनिवार्य भएकाले केन्द्र सञ्चालनको सोंच बनेको स्थानीय समाजसेवी विनोद पौडेलले बताए।

केन्द्रले आगामी दिनमा रसुवाको डाँडागाउँ, ठूलोगाउँ, मनिगाउँ, लहरेपौवा, कालिकास्थान र नुवाकोटको अर्चले, फिकुरी आदि ग्रामीण भेकका स्थानीयवासीलाई डाक्टरसँग इन्टरनेटमार्फत् बिरामीको अनलाइन उपचार सेवा (ई- मेडिसिन), गाउँमा नेटवर्किङ, इन्टरनेट तथा इन्ट्रानेटमार्फत् शिक्षा र गाउँमा उत्पादित वस्तुहरूको खरिद-बिक्री जस्ता सेवा सञ्चालन गर्ने बताइएको छ।

सुख-दुःखको क्षण

मानिसले जीवनमा दुःख र सुखको अनुभूति समानरूपले गर्ने कुरा बेलायत, फ्रान्स र संयुक्त राज्य अमेरिकाका अनुसन्धानकर्ताहरूले संयुक्त रूपमा गरेको अनुसन्धानले देखाएको छ। विवाह गर्नु, शिशु जन्मनुजस्ता सुखका चरम क्षण र कुनै प्रियजनको मृत्यु जस्ता दुःखका क्षण भोग्नुपरे पनि मानिसमा त्यसको असर क्षणिक हुने अनुसन्धानले देखाएको छ। १८ देखि ६० वर्ष उमेरका मानिसहरूमा २० वर्षसम्म गरिएको आर्थिक, सामाजिक अवस्थाको अध्ययनले उक्त कुरा स्पष्ट पारेको बताइएको छ। अध्ययनमा समेटिएका मानिसहरूलाई सुख र दुःखको घटनाले पारेको प्रभावलाई लिएर सोधिएको प्रश्नको उत्तरलाई समायोजन गर्दा मानिसले दुःखसुखको अनुभूति समान रूपले गर्ने कुरा प्रमाणित भएको हो।

शुद्ध पानीका लागि

नेपाली बजारमा जस्तोसुकै प्रदूषित पानीलाई पनि सजिलैसँग शुद्धीकरण गर्ने प्रविधि भित्रिएको छ। उक्त प्रविधिमा आधारित पानीलाई शुद्धीकरण गर्ने फिल्टरले अत्यन्तै सूक्ष्म जीवाणुलाई समेत छानेर पानीलाई शुद्ध बनाउँछ। पानीलाई शुद्धीकरण गर्ने सबैभन्दा उत्तम प्रविधिका रूपमा रहेको उक्त भेरटेक्स मिनिरल वाटर फिल्टरले फोहोर पानी मात्र होइन, पानीभित्र मिसिएर रहेका हानिकारक पदार्थहरूलाई समेत शुद्धीकरण प्रक्रियामा लैजान्छ।

विभिन्न आकारमा उपलब्ध उक्त फिल्टरले आठ चरणमा अत्याधुनिक वैज्ञानिक विधिद्वारा पानीलाई शुद्ध बनाउँछ। फिल्टरमा सेरामिक फिल्टर, एक्टिभेटेड कार्बन, सिलिका स्यान्ड, जियोलाइट, मिनरल स्यान्ड, बायो सेरामिक बल, मिनरल स्टोन र म्याग्नेटिक वाटर टेप राखिएको हुन्छ। सेरामिक फिल्टर अत्यन्त खँदिलो सेरामिक डायटोमिक पदार्थबाट बनेको हुन्छ। सेरामिक फिल्टरले सबै प्रकारका फोहोर, बालुवाका कण, ब्याक्टेरिया र टाइफाइट, हैजा र आउँजस्ता रोगका कीटाणुलाई फिल्टर गरी पानीलाई शुद्ध र स्वच्छ बनाउँछ। त्यस्तै एक्टिभेटेड कार्बनले क्लोरिन, टीएचएम, जैविक रासायनिक र दुर्गन्धलाई हटाउँछ। यसले गर्दा पानी स्वच्छ, सफा पानीमा परिणत हुन्छ।

सिलिका स्यान्डले पानीमा भएको अम्लीय तत्त्वलाई हटाएर एचपी सन्तुलन कायम गर्छ। जियोलाइटले पानीमा मिसिएका विभिन्न रसायन, पारो, सुन र चाँदीलाई पूर्ण रूपमा हटाई पानीलाई शुद्धीकरण गर्छ। मिनरल स्यान्डले शरीरलाई आवश्यक पर्ने मिनरल तथा लवणलाई सन्तुलन गर्छ। बायोसेरामिक बलले शरीरलाई चाहिने अक्सिजन र खनिज तत्त्वको मात्रा बढाउँछ।

मिनरल स्टोनमा स्वास्थ्यका लागि आवश्यक विभिन्न पौष्टिक खनिज तत्वहरू पोटास, सोडियम, क्याल्सियम, म्याग्नेसियम र अन्य सूक्ष्म तत्त्वहरू हुन्छन्। फिल्टरमा जडान गरिएको म्याग्नेटिक वाटर टेपमार्फत पृथ्वीमा भएको चुम्बकीय क्षेत्र 'म्याग्नेटिक फिल्ड' ले मानवशरीरको चुस्ततालाई कायम राख्न मद्दत गर्छ। पृथ्वीको प्राकृतिक चुम्बकीय विशेषतालाई अझ बढी उपयोग गर्नका लागि टेपमा विशेष प्रकारको चुम्बक जडान गरिएको हुन्छ। यसरी चुम्बकको प्रयोग गरेको पानीमा स्वच्छन्द रूपमा रहने षट्भुजीय आकारको पानीका परमाणु हुन्छन् जसले शरीरलाई स्वास्थ्य राख्न मद्दत गर्छ।

साप्ताहिक इनफो

चुपचाप भेटघाट

तस्बिर : नवराज बाग्ले

एकताका नायिका रेजिना उप्रेती र निर्देशक सोभित बस्नेत साह्रै मिल्थे । चलचित्र उद्योगको त कुरै छाडौं परिवारका सदस्यलाई समेत उनीहरूको सम्बन्धको राम्रै जानकारी थियो । उनीहरूबीचको सम्बन्धका कारण दुवैले पारिवारिक तनाव खेप्नुपरेको हल्लासमेत चलेको थियो । त्यतिबेला सोभितले रेजिनाको र रेजिनाले सोभितको प्रशंसा गर्नु त सामान्य भयो नै, सोभितले रेजिनालाई हिरोइन बनाउन केही निर्माता समक्ष सिफारिससमेत गरेका थिए ।

चलचित्रसँगै काम गर्नुका अतिरिक्त रोमान्समा समेत डुबेको खबर आउँदा-आउँदै उनीहरूबीच हातपातै भएको समाचार सार्वजनिक भयो । सम्बन्ध बिग्रिएको कुरा दुवैले स्वीकार पनि गरे । सोभितले त हाकाहाकी भने– 'मलाई रेजिनाले हात हाली अब हाम्रो सम्बन्ध सकियो ।'

त्यसपछि उनीहरूको भेटघाट बन्द भयो, यतिसम्म कि उनीहरू सार्वजनिक कार्यक्रममा भेटघाट हुँदासमेत नचिनेको जस्तो गरी हिंड्थे तर अहिले उनीहरूको सम्बन्ध सुधिइसकेको छ, बोलचाल त सामान्य भयो नै, क्याफेमा चुपचाप भेटघाट समेत हुन थालेको बताइन्छ । पहिले जसरी उनीहरू आत्मीय कुरा गर्थे अहिले त्यही क्रम सुरु भैसकेको छ । पछिल्लो खबरअनुसार रेजिना सोभितको आगामी चलचित्रमा अनुबन्धित भैसकेकी छिन् ।

सञ्चिता-निखिलको जोडी

नेपाली चलचित्र उद्योगमा एकताका राजेश हमाल र करिश्मा मानन्धरको जोडीलाई दर्शकहरू औधी रुचाउँथे । त्यसैले अधिकांश निर्देशकले यो जोडीलाई थुप्रै चलचित्रमा अभिनय गराए । करिश्मा बिदेसिएपछि राजेश र रेखा थापाको जोडी खुब जम्यो, तर पछिल्लो समयमा भने निखिल उप्रेती र सञ्चिता लुइँटेलको जोडीलाई दर्शकले रुचाउन थालेको अनुभव गरिँदैछ । त्यसैले होला, अहिले निखिल-सञ्चिताको यो जोडीलाई चलचित्रमा दोहोर्‍याउन थालिएको छ । केही साताअघि छायांकन थालिएका दुई चलचित्रमा यही जोडी मुख्य भूमिकामा प्रस्तुत हुँदैछ ।

निर्देशक विजय थापाले निर्देशन गर्ने नयाँ चलचित्र 'दाग : नमेटिएको घाउ' मा यही जोडीले अभिनय गर्ने पक्का भएपछि निर्देशक तुलसी घिमिरेले पनि आफ्नो नयाँ चलचित्र 'माया त माया हो□' मा निखिल र सञ्चिताकै मुख्य भूमिका रहने घोषणा गरेका छन् । केही दिनमै छायांकन प्रारम्भ हुने यो चलचित्रको निर्माण दुई जना रंगपत्रकार विनोद अर्याल तथा शान्तिप्रियले गर्न लागेका हुन् । यो चलचित्रको छायांकन हेटौंडावरिपरिका क्षेत्रमा गरिनेछ । छायांकनका क्रममा रहेको चलचित्र 'विजयपथ' मा पनि निखिल-सञ्चिताकै जोडिले मुख्य भूमिका निर्वाह गरिरहेको छ ।

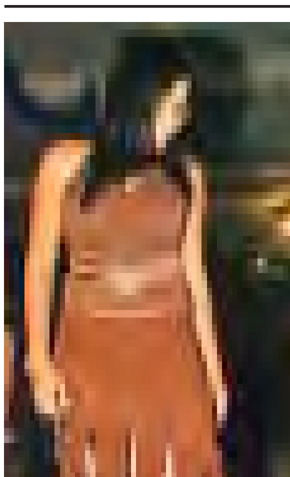
शिरीषको फूल

नेपाली साहित्यमा चर्चा पाएको पारिजातको उपन्यास 'शिरीषको फूल' की मुख्य पात्र 'सकम्बरी' अब पर्दामा देखिने भएकी छिन् । अभिनय क्षेत्रकी नयाँ अनुहार शर्मिला गुरुङले सकम्बरीको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । नाट्यकर्मि वीरेन्द्र हमालसँग अभिनय सिकेकी गुरुङलाई 'सकम्बरी' बनाउने काममा पाँच जना निर्देशक खटिएका छन् । चार जना नेपाली निर्देशकको बीचमा बसेर जापानी निर्देशक तोसीयाकी हितोले 'शिरीषको फूल' को निर्देशन गर्दैछन् । त्यसो त हितोले यसअघि पनि 'कठपुतली' शीर्षकको नेपाली चलचित्र निर्माण गरिसकेका छन् ।

निर्देशक नयनराज पाण्डेले शिरीषको फूलको पटकथा लेखेका छन् भने निर्देशक देशभक्त खनाल निर्देशन सल्लाहकारका रूपमा चलचित्रमा सहभागि छन् । विजयरत्न तुलाधर यो चलचित्रको मुख्य सहायक निर्देशक हुन् । थुप्रै नेपाली चलचित्र निर्देशन गरिसकेका श्याम राई यो चलचित्रमा मुख्य कलाकारका रूपमा अभिनय गर्दैछन् । लामो समयदेखि चर्चा तथा विवादमा फस्दै आएको यो चलचित्रमा सुयोगवीरको अर्को मुख्य भूमिकामा गणेश लामा देखिंदैछन् । शिवराजको भूमिकामा निर्माता जगत राजथलाले एवं सकम्बरीकी दिदी तथा बहिनीको भूमिका क्रमशः सौजन्य सुब्बा र अप्सरा कार्कीले निर्वाह गर्दैछन् । चलचित्रमा बसुन्धरा भुषालले सुयोगकी आमाको भूमिका गर्दैछिन् । शिरीषको फूल दोस्रो विश्वयुद्धको घाउ बोकेर काठमाडौं फर्किएको गोर्खा सिपाही तथा आधा उमेरकी युवतीसँगको उसको अस्वाभाविक प्रेम र वासनामा आधारित छ ।

जन्म दिनको शुभकामना

चैत १३
सुनिल सिंह ठकुरी (गायक)
चैत १५
सुरेश अधिकारी (संगीतकार)



रेखालाई आपत्ति छैन

चलचित्रकर्मीको त कुरै छोडौं, सामान्य दर्शकलाई समेत थाहा छ अभिनेत्री रेखा थापा र अभिनेता निखिल उप्रेतीबीच बोलचाल छैन । हो, चार वर्षभन्दा बढी भयो यिनीहरूको बोलचाल बन्द भएको । एउटै चलचित्रमा काम गर्नु त परको कुरा भयो, सार्वजनिक कार्यक्रममा भेटघाट हुँदासमेत नचिनिनेजस्तो गर्छन् यी कलाकार । पानी बाराबारको स्थिति कहिलेसम्म रहला ? के यी कलाकारलाई दर्शकले एउटै फ्रेममा कहिल्यै देख्न पाउँदैनन् । रेखाले एउटै फ्रेममा देखिने सम्भावनालाई नकार्न नमिल्ने बताइन् । निखिलकै कारण सम्बन्ध बिग्रिएको धारणा राख्ने रेखाले निखिलसँग काम गर्न आफूलाई आपत्ति नभएको बताइन्, 'म त व्यावसायिक कलाकार हुँ, मैले अहिलेसम्म निखिलसँग काम गर्दिनँ भनेकी छैन ।' स्पष्टीकरण दिइन् रेखाले ।

भोलि कुनै निर्देशकले निखिलको हिरोइन बन्ने प्रस्ताव राखे भने स्वीकार गर्नुहुन्छ ? रेखा भन्छिन्– 'मलाई कुनै आपत्ति छैन, म काम गर्न तयार छु ।' निखिलमा व्यावसायिक सोच नभएकाले सम्बन्ध बिग्रिएको हो भन्न पछि नपर्ने रेखाले यो पनि भनिन्– 'दुस्मनै भए पनि भूमिका सुहाउँदो छ भने मलाई काम गर्न आपत्ति छैन, निखिलको त के कुरा ?' आधा दर्जन चलचित्रमा सँगै काम गरे पनि पछिल्लो समय यी कलाकार छुट्टा-छुट्टै काम गर्दै आएका छन् भने यी दुवै अहिलेका चर्चित नायक-नायिकाका रूपमा चिनिन्छन् ।

प्रेमका लागि कोरियन चलचित्र

तस्बिर : विकास राई

भीषण राई

धरानकी मनिता राई बजारमा नयाँ कोरियन चलचित्रआउनेबित्तिकै लिन पुगिहाल्छिन्। उनी कुनै पनि कोरियन चलचित्र हेर्न छुटाउँदिनन्। यो त एउटा उदाहरण मात्र हो। कोरियन चलचित्र हेर्ने दर्शकहरू बढिरहेका छन्, फलस्वरूप बजारमा कोरियन चलचित्रको माग निकै छ।

केही वर्षअघि कान्तिपुर टेलिभिजनबाट 'हिउँदका प्रेम कथाहरू' शीर्षकको कोरियन टेलिश्रृंखला नेपालीमा डबिङ गरेर प्रसारण गरिएको थियो। उक्त टेलिश्रृंखलालाई सबैले मन पराए। टेलिभिजनबाट प्रसारण भएपछि यसको माग बढेको सिरिज विक्रेताहरूको अनुभव छ। च्यानलहरूबाट प्रसारण भैसकेका सिरियलहरूको कलेक्सन डिभिडीमा गरिएको हुन्छ। अहिले अंग्रेजी, हिन्दी, जापानी र कोरियन चलचित्र मात्र उपलब्ध छन् भने बजारमा नेपाली टेलिश्रृंखला देखिएको छैन। दुईवटा डिभिडीमा उपलब्ध प्राय:जसो टेलिश्रृंखला १७ घण्टादेखि २० घण्टासम्म लामा हुन्छन्।

अंग्रेजी टेलिश्रृंखलाहरूमा 'हिरोज', 'फ्रेन्ड्स' आदि निकै लोकप्रिय छन्। हिन्दी टेलिश्रृंखलाको त्यति माग नभए पनि रामायण, महाभारत, लभकुश, चाणक्य र श्रीकृष्णजस्ता धारावाहिक बढी चल्छन्। हाल प्रसारण भैरहेका हिन्दी सिरियलका डिभिडी नपाइएको विजय सेन्टरका सञ्चालक कमल ताम्राकार बताउँछन्। जापानी टेलिश्रृंखलाहरू प्राय:जसो एनिमेसन गरिएका हुन्छन्। एनिमेटेड जापानी टेलिश्रृंखलाको पनि राम्रै माग छ। 'ड्रागन बल जी', 'नारुतो', 'ब्लिच', 'स्ट्रिट फाइटर' जस्ता एनिमेटेड सिरिजहरू पनि दर्शकले मन पराएका छन्। एनिमेटेड सिरिजहरू १० देखि १५ वटा सिडीमा संकलित हुन्छन्।

केटाकेटी तथा युवायुवतीदेखि वयस्कसम्म सबै खालका मानिसले हेर्न सक्ने टेलिश्रृंखला बजारमा पाइए पनि कोरियन टेलिश्रृंखलाको माग अत्यधिक रहेको युएमएस सेन्टरका सञ्चालक सुयोग पाखीन बताउँछन्। कोरियन टेलिश्रृंखलामध्ये 'स्विट एट्टिन', 'आई एम सरी आई लभ इँ', 'माई गर्ल' निकै लोकप्रिय छन् भने 'स्यासी गर्ल', 'रोमान्स', 'क्रेजी फर यु', 'प्रिन्स हाउस' र 'द सेक्रेट लभर्स' पनि लोकप्रिय मानिन्छन्। सबै सिरिजका आ-आफ्नै दर्शक छन्। बी.पी. स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान, धरानमा चिकित्साशास्त्रमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले बढीजसो अंग्रेजी टेलिश्रृंखला हेर्ने गरेका छन् भने कोरियन टेलिश्रृंखला र जापनिज एनिमेटेड सिरिज प्लस टु पढ्ने विद्यार्थी, युवायुवतीका साथै गृहिणीहरूले बढी हेर्ने गरेका छन्।

नयाँ जापानी टेलिश्रृंखलामा 'सामुराई एन्ड ट्रस्टविरेयल' अंग्रेजी टेलिश्रृंखलामा 'मंक', 'टु एन्ड हाफ मेन' आदि छन्। नयाँ कोरियन टेलिश्रृंखलामा 'लव स्टोरी इन हर्वड', 'अ लभ टु किल', 'लभ लेटर्स', 'प्रिन्स आवर्स' र 'द सेक्रेट लभर्स' छन्। अरू धेरै खालका टेलिश्रृंखला उपलब्ध भए पनि कोरियन सिरिज नै आफूलाई मन परेको धरान मंगलबारेका जसकुमार राई बताउँछन्। राई भन्छन्– 'कथा, प्रस्तुति साथै उनीहरूको शारीरिक बनौट आफूहरूको जस्तै भएकाले मलाई कोरियन सिरिज मन पर्छ।' धरानकी युमिका श्रेष्ठ पनि टेलिश्रृंखला हेर्न टेलिभिजन सेटअगाडि बसेपछि आफँलाई उठ्न मन नलाग्ने बताउँछिन्। कोरियन टेलिश्रृंखलाहरू बढी प्रेमकथामा आधारित एवं रोमान्टिक हुने भएकाले युवायुवतीहरू यसतर्फ आकर्षित भएका हुन्।

यस्ता टेलिश्रृंखला हेर्न एक सातासम्म लाग्छ। लोडसेडिङले पनि समस्या पार्ने भएकाले कहिलेकाहीं दुई साता पनि लागेको गृहिणी साबी लिम्बू बताउँछिन्। राम्रो सिरिज भए क्रेजीहरूले एक दिनमै पनि हेरिसक्छन्। धरानकै एकराज राई कोरियन सिरिज आई एम सरी आई लभ यु एक दिनमै हेरिसकेको बताउँछन्।

● फिल्मी खबर ●

▶▶ दुई चलचित्र 'मर्यादा' र 'मौसम'मा रञ्जना शर्मालाई नायिका बनाइसके पनि निर्देशक श्याम भट्टराईले निर्माण एवं निर्देशन गर्ने तेस्रो चलचित्रमा उनलाई नलिने भएका छन् । हालै उनीहरूबीच सम्बन्ध विच्छेद भएपछि निर्देशक भट्टराईले सम्भवतः आगामी वैशाखतिर निर्माण थाल्ने चलचित्रमा रेखा थापालाई नायिका लिएका छन् । चलचित्रमा विराज भट्ट र सुरेश मरहठ्ठा नायक रहने पक्का छ ।

▶▶ नेत्र गुरुङद्वारा निर्देशित 'यो कस्तो माया' चलचित्रको शुभमुहुर्त पोखरामा गरिएको छ । चलचित्रको शुभमुहुँर्त गुरुङ फिल्म एसोसिएसनका अध्यक्ष माओत्से गुरुङ तथा चलचित्र पत्रकार संघका अध्यक्ष शिव शर्मा चञ्चलले गरेका थिए । चलचित्रमा स्नेहा शर्मा, आयुष केसी, हिमाल रिजाल आदिको अभिनय रहनेछ ।

▶▶ पुन फिल्म्स प्रा.लि.को दोस्रो प्रस्तुति मगर कथावस्तुमा आधारित नेपाली कथानक चलचित्र 'बाराहीपुत्र'को प्रथम प्रदर्शन पोखरामा सम्पन्न भएको छ । बराह थानमा भाकल गरेर प्राप्त पुत्र गाउँघरका सबै जनाको पुत्र बनेको कथा यो चलचित्रमा हेर्न पाइन्छ । मगरजातिको गाउँबस्तीमा मौलिक संस्कृति अद्यावधि छ, यसलाई युवापुस्ताले सहरबजार र विदेश गएर बिर्सन नहुने सन्देश यो चलचित्रले दिएको छ । चलचित्रको उत्कृष्ट पक्ष गाउँघरको लवजलाई हुबहु नयाँ पिंढीमा हस्तान्तरण गर्न खोज्नु हो । यो चलचित्रमा अभिनय र कथा सुस्त गतिमा बगेको पक्षलाई दर्शकले सहजै अनुभव गर्न सक्छन् ।

▶▶ गत वर्ष चलचित्र 'इन्साफ' बनाएर चलचित्र क्षेत्रमा सबैभन्दा कान्छी निर्मात्रीका रूपमा चिनिएकी कृषा चौलागाईंले राजाराम दाहालको निर्देशनमा अर्को चलचित्र 'कसम हजुरको'को छायांकन आरम्भ गरेकी छिन् । बोल्ड मानिएका दुई नायिका रेखा थापा र ऋचा घिमिरेले अभिनय गर्न लागेको यो चलचित्रमा जीवन लुइँटेल तथा राजवल्लभ कोइराला नायक रहेका छन् ।

▶▶ रञ्जित रानाको निर्देशनमा बनेको चलचित्र 'बाटुली'को प्रदर्शन राजधानीमा हुने भएको छ । राजेश हमाल, विराज भट्ट, रेखा थापा आदि कलाकारको मुख्य भूमिका रहेको यो चलचित्रका निर्माता डाक्टर सिंह गुरुङ हुन् ।

▶▶ चलचित्र 'जिन्दगी' प्रदर्शनका लागि तयार भएको छ । मित्रता र प्रेमलाई चलचित्रको मूल विषय बनाइएको छ । चैतको अन्तिम साताबाट पोखरा, नारायणघाट, बिर्तामोड र दमकका चलचित्र भवनहरूबाट प्रदर्शन थालिने तयारी भैरहेको चलचित्रका प्रस्तुतकर्ता दयाराम पुडासैनी हुन् भने निर्माता पुष्प लुइँटेल हुन् । राजु अर्यालको निर्देशन रहेको यो चलचित्रमा निखिल उप्रेती, प्रमोददीप, पुष्कर रेग्मी, आशा पौडेल, लक्ष्मी गिरी तथा अतिथि भूमिकामा अरुणिमा लम्सालले अभिनय गरेका छन् ।

तस्बिर : नवराज बाग्ले

मेरी पूर्वप्रेमिका मसँग टाढा भएकी छिन् । एक वर्षअघिदेखि उनको र मेरो सम्बन्ध गाँसिएको थियो, तर तीन महिनादेखि उनले मलाई छोडिन् । हामीबीच कुनै असमझदारी पनि भएको थिएन । उनले मलाई अति मन पराउँछिन् र म पनि उनलाई मन पराउँछु । मन पनि मिल्छ, तर उनले मलाई अचानक भनिन्– 'मेरो विवाह अर्कै केटासँग गर्ने भनेर घरबाट भन्नुभएको छ ।' उनले त्यसो भने पनि यो पत्र लेखुनजेल उनको विवाह भएको मैले चाल पाएको छैन । फोन गर्दा पनि पहिले जस्तो गर्दिनन् र मलाई फोन पनि गर्दिनन् । म उनलाई एकैछिन पनि नसम्झी बस्न सक्दिनँ । किनकि म उनलाई असाध्यै माया गर्छु । तपाईं नै भन्नुहोस्, म के उपाय गरेर उनलाई पाउन सक्छु ?

–जेबी

उपाय खोज्नु त पर्छ नै, त्योभन्दा पनि टड्कारो आवश्यकता भनेको कारण खोतल्नु हो । उनी किन तपाईंबाट टाढिन खोज्दैछिन् त ? यद्यपि तपाईंको पत्रमा समस्या नै अधुरो छ । कतै तपाईंहरूको सम्बन्धका बारेमा उनका अभिभावकहरूलाई थाहा भयो कि ? त्यसैले परिवारको दबाबमा आएर पो उनले त्यसो गरेकी हुन् कि ? कतै उनको र तपाईंको जात वा वर्ग मिल्दैन कि ? प्रेमका शत्रु यी पनि हुन् । एक वर्षअघि गाँसिएको तपाईंहरूको सम्बन्धलाई उनी कुन रूपमा लिन्थिन् ? यी कुरा पनि पत्रमा खुलस्त पार्नुभएको भए सुझाव दिन सजिलो हुने थियो । अब जे-जस्तो भए पनि कुनै विशेष कारण नभै उनी तपाईंबाट टाढिएकी छैनन् । जबसम्म त्यो कारण पत्ता लाग्दैन, तबसम्म समस्याको निराकरण हुँदैन । मेरो सल्लाह मान्नुहुन्छ भने उनलाई एकपटक विन्ती गरेरै भए पनि भेट्नुहोस् अनि कारण जान्न खोज्नुहोस् । एउटा कुराचाहिँ थाहा पाइराख्नुहोस् कि प्रेम जबरजस्ती हुँदैन । माया लाउन फकाउन पनि उत्तिकै जान्नुपर्छ । राम्ररी फकाएर उनलाई सोध्नुहोस् । यदि उनी कुनै पनि हालतमा तपाईंसँग फेरि सम्बन्ध गाँस्न तयार भइनन् भने उनलाई उनको जीवन जिउन दिनुहोस् र तपाईं आफ्नो जीवन जिउनुहोस् ।

● लभगुरु ●

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

सबैभन्दा कामुक नेपाली नायिका को हुन् ?

केवल एक प्रश्न

यो गुण एउटै नायिकामा छ, तिनी हुन् रेजिना उप्रेती।

सोभित बस्नेत, निर्देशक

मलाई झरना बज्राचार्य सबैभन्दा कामुक नायिका हुन् जस्तो लाग्छ।

स्नेहा शर्मा, नायिका

नायिकाहरू यसै पनि कामुक नै देखिन्छन्, तर एक जनाको नाम लिनुपर्‍यो भनेचाहिं म झरना बज्राचार्यकै नाम लिन्छु। उनी मलाई साह्रै कामुक लाग्छिन्।

राजबल्लभ कोइराला, नायक

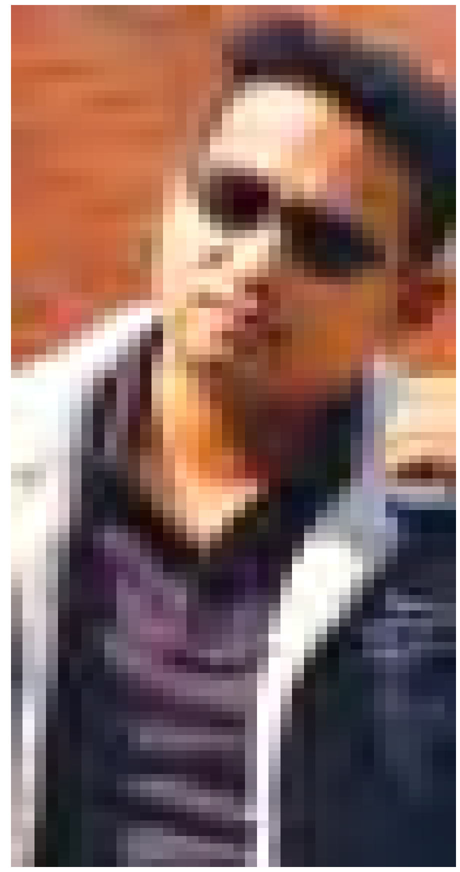
रमाइलो प्रश्न □ मैले अहिलेसम्म करिश्मा मानन्धरभन्दा कामुक नेपाली नायिका देखेको छैन। उनको सुन्दरतामै कामुकता झल्कन्छ।

मिलन मोक्तान, संगीतकार

मलाई रेखा थापा सबैभन्दा कामुक लाग्छिन्। विशेष गरी नृत्य अनि हाउभाउमा उनी निकै कामुक देखिन्छिन्।

भूषण भट्टराई, गायक

जम्का भेट



नेपाली भाषामा 'हाइटेक' चलचित्र बनाएर चर्चामा आएका निर्देशक सिमास सुनुवारको चलचित्र केही सातापछि सार्वजनिक हुँदैछ। पाँच जना युवाहरू पैसाका लागि कतिसम्मको आपराधिक कार्य गर्न सक्छन् भन्ने विषयमा उनले बनाएको चलचित्र 'मिसन पैसा' प्रदर्शनअगावै चर्चित भैसकेको छ। 'भिजुअल इफेक्टस्' ले गर्दा यो चलचित्र फरक बनेको अड्कल काट्न सकिन्छ। प्रदर्शनको तयारीमा दौडधूपमा व्यस्त सिमोससँग साप्ताहिकको जम्काभेट :

तपाईंको चलचित्र आम नेपाली चलचित्रभन्दा निकै फरक बनेको छ, हो ?

१६ एमएमको प्रविधिमा निरन्तर नेपाली चलचित्र बनाइरहेका निर्देशकहरूलाई म सलाम ठोक्छु। पुरानो क्यामेरा, क्यामेराम्यानले के खिच्यो भनेर छायांकनस्थलमै हेर्न नपाइने, रिल, क्यानजस्ता कुरा लिएर सीमित बजेटमा जसरी उहाँहरूले नेपाली चलचित्रको निर्माणलाई निरन्तरता दिइरहनुभएको छ, त्यो चानचुने कुरा होइन। मैले अपनाएको प्रविधि सजिलो त होइन तर त्योभन्दा आधुनिक मात्र हो।

चलचित्र निर्माण गर्न किन यति धेरै समय लाग्यो ?

हलिउडमा यो चलचित्र बनाएको भए झन्डै ५ सय जना ग्राफिक तथा एडिटरहरू खटिन्थे होला। निर्देशकका लागि पनि अनेकौं विधाका सहायकहरू हुन्थे। यहाँ यत्तिको चलचित्र बनाउन म एक्लै खटिएँ।

मिसन पैसाका हरेक दृश्यमा स्पेसल इफेक्ट्सको मज्जा लिन पाइन्छ ?

धेरै 'एक्स्पेक्टेसन' पनि नगर्नुहोला। हो, यो चलचित्रका ४० प्रतिशतभन्दा बढी दृश्य 'ग्रीन ब्याकग्राउन्ड' मा खिचिएका छन् र पछि त्यो 'ब्याकग्राउन्ड' मा कृत्रिम दृश्यको संयोजन गरिएको छ तर चलचित्र त्यसरी नै बनाइएको छ जसरी संसारभरिका चलचित्रहरू बन्छन्।

चलचित्रमा मुख्य कलाकार छायांकनका लागि हड्कड नै नगई त्यहाँका दृश्यको पृष्ठभूमिमा अभिनय गरिरहेका देखिन्छन् रे हो ?

हो, त्यो सबै भिजुअल इफेक्ट्सको चमत्कार हो। त्यसबाहेक चलचित्रका एक्सन दृश्यहरूमा समेत तपाईंले कम्प्युटर एनिमेसन र इफेक्ट्सको सुहाउँदो प्रभाव देख्नुहुनेछ।

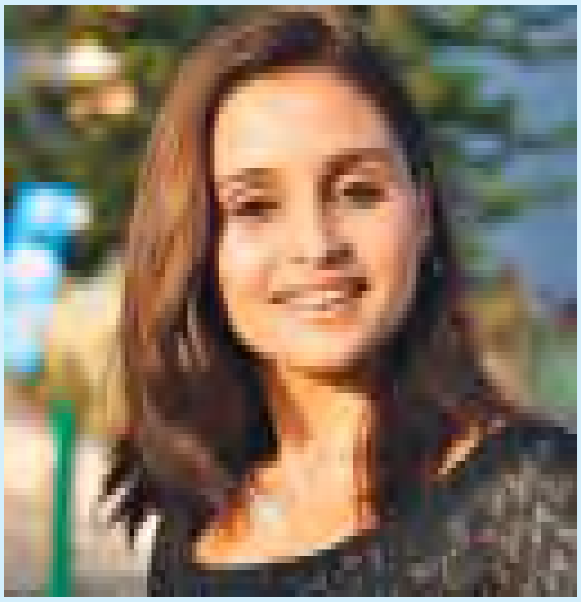
हलमा कहिले हेर्न पाइन्छ ?

यही चैत महिनाको अन्त्यमा प्रदर्शन थाल्ने भनेको थिएँ तर वैशाखमा मात्रै होला जस्तो छ।

● मेरो अनुभवमा ●

सपना

सञ्चिता लुईंटेल



'पूरा भयो सपना मेरो, तिमी नै हो जीवन मेरो..' चलचित्र 'भन्नै सकिनँ'मा मैले अभिनय गरेको यो गीत गुनगुनाउन मन लाग्छ, तर गीतको भावजस्तो मेरो जीवन भएन । मेरा सपना पूरा भए, तर बीचैमा टुट्यो । मेरो कल्पनामा पनि सपनाको राजकुमारको एउटा आकृति बनेको थियो । त्यो आकृतिसँग मिल्दो लागेर मैले कसैलाई आफ्नो बनाएँ । तर म गलत रहेछु, ऊ मेरो सपनाको राजकुमारजस्तो रहेनछ । अब म विगतलाई आफ्नो सपनामा सँगाल्न चाहन्नँ । तरुनीहरूको हकमा सपनाको राजकुमार भनिएझैं तन्नेरीहरूले पनि आफ्नो कल्पनामा 'सपनाकी राजकुमारी'लाई देखेका हुन्छन् । भविष्यमा विवाह वा प्रेम भएपछि आफ्नो जोडीका रूपमा देखिने व्यक्तित्व नै सपनाको राजकुमार वा राजकुमारी हो, भलै सोचेजस्तो नहुन सक्छ । तर सपना देख्न कसले रोक्न सक्छ र ?

सपना देख्न निदाउनै पर्छ भन्ने छैन । ननिदाई पनि सपना देखिन्छ । सोचमा हराउनु पनि सपनाजस्तै हो । म पनि प्रायः सोचमा हराउँछु । निन्द्रामा म धेरैजसो सर्प देख्छु । मेरो वरपर सर्पहरूको बथान वा एउटा सर्प, त्यस्तो सपना मलाई बारम्बार आइरहन्छ । मानिसहरू भन्छन्, सपनामा सर्प देख्नु भनेको शत्रु बढ्नु हो रे । तर मेरो को नै शत्रु होला र ? मैले कसको के नै बिगारेकी छु र ? त्यसैले म यो कुरा मान्दिनँ । सपना भनेको एक प्रकारको पूर्वाभास पनि हो । जस्तो सपनामा कोही परिचित बिरामी भएको देखियो भने वास्तविकतामा ऊ बिरामी भैरहेको हुनसक्छ । कोही मरेको देखियो भने राम्रो होस् भनेर उसको आयु बढेको भन्ने चलन छ । नायिका हुनुअघिका दिनहरूमा मैले कहिल्यै सपनामा नायिका भएको देखेकी थिइनँ । अनायसै म चलचित्रमा आएको हुँ । अहिले पनि म सपनामा चलचित्रका दृश्य, नायिका भएको, सुटिङ गरेको देख्दिनँ । किन हो ? थाहा छैन ।

प्रस्तुति : सुव्रत आचार्य

● सानो पर्दा ●

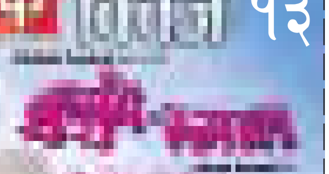
▸▸ इमेज च्यानलले अन्तर्वार्तासम्बन्धी नयाँ कार्यक्रम प्रसारण गर्न थालेको छ । 'पावर टक' शीर्षकको यो कार्यक्रम प्रत्येक मंगलबार राति ८:३० बजे प्रसारण हुन्छ । कार्यक्रमको सञ्चालन सन्तोष साहले गरिरहेका छन् ।

▸▸ वीरगन्जबाट प्रसारण भैरहेको तराई टेलिभिजनको प्रसारण स्याटलाइटमार्फत पनि हुन थालेको छ । मोफसलको पहिलो स्याटलाइट टेलिभिजनका रूपमा प्रसारण प्रारम्भ भएपछि यो च्यानलबाट प्रसारण गरिएका कार्यक्रमहरू राजधानीलगायत देश-विदेशमा समेत पुगेको छ ।

▸▸ दिनेश डिसीले तराई टेलिभिजनका लागि आफ्नै पुरानो टेलिश्रृंखला 'लक्ष्य' लाई विस्तार गर्ने भएका छन् । भर्खरै छायांकन प्रारम्भ भएको यो टेलिश्रृंखलामा निर्देशक डिसीले पनि अभिनय गर्नेछन् । 'म यो श्रृंखलामा दोहोरो भूमिकामा प्रस्तुत हुँदैछु, डिसी भन्दैथिए– 'समाजमा भैरहेका घटनाक्रम नै यो टेलिश्रृंखलामा समेटिनेछ ।' वैशाखको पहिलो सातादेखि यो श्रृंखला दर्शकहरूले हेर्न पाउने बताइन्छ ।

▸▸ नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको टेलिश्रृंखला 'करुणा-२' १ सय ५० भाग लामो हुने भएको छ । प्रत्येक मंगलबार राति ८:५० बजे प्रसारण भैरहेको यो टेलिश्रृंखलाको चैतको पहिलो मंगलबारसम्म २० भाग प्रसारण भैसकेको छ । महेन्द्र बुढाथोकीद्वारा निर्देशित यो श्रृंखलामा सुमन सिंह, नन्दिता केसी, सौजन्य सुब्बा, दीपर्शनजंग राणा, रमेश बुढाथोकी, गणेश उप्रेती, लय संग्रौला आदि कलाकारले प्रमुख भूमिका निर्वाह गरेका छन् ।

साप्ताहिक क्विज १३



- साप्ताहिक-कुसुमे रुमाल क्विजको उत्तर आगामी शुक्रबारसम्म आइपुग्ने गरी साप्ताहिकको ठेगानामा पठाउनुहोला ।
- कुपनमा पठाइएको उत्तर मात्र स्वीकार्य हुनेछ ।
- विजेताहरूमध्ये गोलाप्रथाबाट पाँच जनालाई गोपीकृष्ण मुभिजका तर्फबाट निरक पौडेलद्वारा निर्देशित एवं सौर्यजित बास्कोटाद्वारा संगीतबद्ध चलचित्र 'नयाँ कुसुमे रुमाल'का सुमधुर गीतहरू संग्रहित एक-एकवटा अडियो सिडी वा क्यासेट प्रदान गरिनेछ । साथै पाँच जनालाई काठमाडौंको चाबहिलस्थित गोपीकृष्ण मुभिजमा प्रदर्शन भैरहेको चलचित्रको २-२ वटा टिकट प्रदान गरिनेछ ।
- यो 'साप्ताहिक-कुसुमे रुमाल' क्विजका सर्त तथा नियमहरूमा सर्वाधिकार संयुक्त रूपमा कान्तिपुर पब्लिकेसन्स तथा गोपीकृष्ण मुभिजको रहनेछ ।

क्विज-१० को उत्तर : सौर्यजित बासकोटा

नयाँ कुसुमे रुमालको शिर्षगीत गाउने पुरुष गायक को हुन ?

....

....

नाम : ....

ठेगाना : ....

....

फोन नम्बर : ....

क्विज-१० का टिकट विजेताहरू:

१. कैलाश लामा, नयाँबजार
२. उद्धवकुमार थापा, पुतलीसडक
३. प्रभात शिवाकोटी, चाबहिल
४.मनोजकुमार तामाङ, सामाखुशी
५. मनिष मानन्धर, ज्याठा

क्विज-१० का सीडी विजेताहरू:

१. शंकर न्यौपाने, अर्घाखाँची
२. बुद्धिमान सिंगोक, झापा
३. रामकुमार श्रेष्ठ, चलाल गणेशथान
४. नरेन्द्र चन्द, धादिङ
५. नकुल सिलवाल, सिन्धुपाल्चोक

विजेताहरूले परिचय पत्रसहित गोपीकृष्ण मुभिज, चावहिल फोन नं. ४४७९८९३/४ मा एक महिनाभित्र सम्पर्क राख्नुहोला । उपत्यका बाहिरका विजेताले परिचित व्यक्तिमार्फत परिचय पत्र पठाई पुरस्कार पाउन सक्नुहुनेछ ।

● साताको स्वर ●

कला राई

पान्धारे चौकी... कुन शैलीको गीत हो ?
लोकशैलीमा आधारित आधुनिक गीत हो ।

गीतको कुन पक्ष राम्रो मान्नुहुन्छ ?
पावल राईको शब्द तथा संगीत आकर्षक छ । गायनमा पनि मैले सक्दो मेहनत गरेकी छु ।

कस्ता श्रोताका लागि यो गीत गाउनुभएको हो ?
सबै उमेरका लागि गाएकी छु । खासगरी टिनएजरभन्दा माथिका श्रोताको मन छुन सक्छ ।

म्युजिक भिडियोमा कत्तिको मेहनत गर्नुभएको छ ?
सुन्नेभन्दा हेर्ने गीत राम्रो पार्नुपर्ने बाध्यता छ । त्यसैले भिडियोमा पनि गायनजत्तिकै मेहनत गरेकी छु ।

श्रोताहरूबाट कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुभएको छ ?
पूर्वका श्रूताबाट साम्है सकारात्मक प्रतिक्रिया पाएकी छु । म्युजिक भिडियो प्रदर्शन भएपछि श्रोताले मलाई चिन्न थालेका छन् ।

● म्युजिक अपडेट ●

• गायक धीरज राई अंग्रेजी साहित्यमा स्नातकोत्तर उत्तीर्ण गरेपछि केही क्याम्पसमा अध्यापनमा व्यस्त छन् । 'म बिहान-बिहान लेक्चररका रूपमा चिनिन्छु' गायक राई भन्छन्– 'अरू बेलाचाहिं गायक नै हो ।'

• पूर्वी पहाडी भेगमा पाइने वनस्पतिको नाम हो– सिङ्जाङ्गो फुङ् । हालै सार्वजनिक भएको लिम्बू भाषाका सांस्कृतिक गीतहरूको सँगालोको शीर्षक 'सिङ्जाङ्गो फुङ्नाम' राखिएको छ । यसअघि नै काठमाडौंको गुरुकुल, हङकङ र बेलायतमा प्रदर्शन भैसकेको सिङ्जाङ्गो फुङ्नाममा पाँचथर, तेह्रथुम र ताप्लेजुङ्का पर्यटनस्थल एवं हिमालहरूका दृश्य समेटिएको छ । म्युजिक भिडियोका निर्देशक मौसम इम्बुङ पर्यटन एवं स्थानीय जडिबुटीको प्रचार गर्ने उद्देश्यले यो म्युजिक भिडियो निर्माण भएको बताउँछन् ।

• गायक विधान श्रेष्ठले आफ्नो एउटा गीतमा आदिवासी झाँगड भाषा समावेश गरेका छन् । गीतकार विजय श्रेष्ठद्वारा रचना गरिएको 'मायालु रातैपिच्छे' गीतमा झाँगड भाषा प्रयोग गरिएको हो । राजधानीमा उक्त गीतको रेकर्डिङका क्रममा सुनसरीको इनरुवाबाट झाँगड बाजा 'मानर डिगा' ल्याएर बजाइएको थियो । आफ्नो नयाँ गीतिसंग्रहमा विधानले उक्त गीत समावेश गरेको बताएका छन् । यसबीच सोही गीतको म्युजिक भिडियोको छायांकन पनि इनरुवाको झाँगड बस्ती भोक्रामा गरिएको छ । प्रणव जोशीद्वारा निर्देशित उक्त भिडियोमा झाँगड कलाकारहरूले नै नृत्य गरेका छन् ।

• राजधानीमा पहिलो पटक एकल लोक देउडा गायन कार्यक्रम आयोजना गरिएको छ । देउडा गायक वीरेन्द्रसिंह जोहारीले गत शनिबार आयोजित देउडा साँझ कार्यक्रममा एक दर्जनभन्दा बढी देउडा गाएर पश्चिमेली दर्शकलाई मनोरञ्जन गराए । नृत्यसँगै सुन मेरा इजा, सुन मेरा बाबा, दिलका बिमार, हे आमा नेपाल, तिमी कोक छ्योरीजस्ता लोक देउडा भाकाका गीत गाएका वीरेन्द्रलाई एउटा गीत गाउने क्रममा गायिका पूजा सुनुवारले साथ दिएकी थिइन् । कार्यक्रममा महेश औजी, यज्ञराज, पन्त, माण्डवी त्रिपाठी, सुरेश शाही आदि गायक-गायिकाले पनि गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

• नेपाल सांगीतिक संघले गत शनिबार गीतकार किरण खरेल, गायिका मीरा राणा तथा संगीतकार न्ह्यू बज्राचार्यलाई 'स्रष्टा साधक सम्मान' बाट सम्मानित गरेको छ । सो अवसरमा गीतकार खरेललाई ११ हजार १ सय ११ रुपैयाँसहितको सांगीतिक सम्मान २०६५ प्रदान गरिएको थियो । गायिका मीरा राणालाई 'पुष्प नेपाली गायन पुरस्कार २०६५' तथा संगीतकार बज्राचार्यलाई 'शिवशंकर संगीत पुरस्कार २०६५' प्रदान गरिएको हो । दुवै पुरस्कारको राशि १० हजार रुपैयाँ छ । कार्यक्रममा संघकी अध्यक्ष कोमल वलीले संगीत क्षेत्रका कलाकारहरू मारमा परेको गुनासो गरेकी थिइन् । कार्यक्रममा गायक रामकृष्ण ढकाल तथा सम्मानित संगीतकार बज्राचार्य आदि संगीतकर्मीले गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

•नेपाल अर्थोपेडिक अस्पतालले आफ्नो दसौं वार्षिकोत्सवका अवसरमा चिल्ड्रेन्स च्यारिटी फन्डका लागि राजधानीमा एनओएच नाइट कुटुम्ब लाइभ शीर्षकको सांगीतिक कार्यक्रम आयोजना गरेको छ । गत शनिबार आयोजित कार्यक्रममा सांगीतिक समूह कुटुम्ब ब्यान्डले लोक, शास्त्रीय, आधुनिक तथा फ्युजन सांगीतीक धुन प्रस्तुत गरेको थियो ।

• सारंगी रेटेर संगीतका माध्यमबाट मनोरञ्जन तथा सूचना दिंदै हिंड्ने बन्दीपुर, तनहुँका अनिल गन्धर्वलाई डुम्रेमा सम्मान गरिएको छ । रेडियो बन्दिपुरको आयोजनामा तनहुँको डुम्रे तथा बन्दीपुरमा सञ्चालन गर्न लागिएको रेडियो उद्घोषण तालिमको उद्घाटनका अवसरमा गन्धर्वलाई सम्मान गरिएको हो । सो अवसरमा गन्धर्वले सारंगीको धुनमार्फत मंगल धुन प्रस्तुत गरेका थिए ।

• पत्रकार मदन लम्सालले रचना गरेका आधुनिक गीतहरूको नयाँ संग्रह 'एक्लैएक्लै' गत शनिबार सार्वजनिक भएको छ । न्यू बिजनेस एज र आर्थिक अभियान पत्रिकाका सम्पादक लम्सालको एकल रचनाको उक्त गीतिसंग्रहलाई चलचित्रकर्मी तथा गीतकार यादव खरेलले विमोचन गरेका थिए । अनुराग संगीत प्रशिक्षालयमा दुई वर्ष प्रशिक्षण लिएका मदनले आफ्नो पहिलो एल्बमका दुई गीतमा स्वर दिएर गाउने रहर पनि पूरा गरेका छन् । म्युजिक नेपालले बजारमा ल्याएको उक्त संग्रहमा शिलाबहादुर मोक्तान, राजु सिंह, सचिन सिंह, शम्भुजित बासकोटा, मदन दीपबिम, न्ह्इँ बज्राचार्य र राम सिटौलाले संगीतमा साथ दिएका छन् भने गायिका कुन्ती मोक्तान, संगीता, नरेन्द्र प्यासी, सत्य-स्वरूपराज आचार्य तथा जगदीश समालको स्वर समेटिएको छ ।

• इजरायलमा बसोबास गर्ने नेपालीहरूलाई मनोरञ्जन दिने उदेश्यले नमस्ते इन्टरनेसनलले तेलअभिभ सहरको हागानामा एउटा नेपाली सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना गरेको छ । 'नेपाली साँझ दोस्रो' शीर्षकको उक्त कार्यक्रममा नेपालबाट गएका लोकप्रिय कलाकारहरूले दर्शकलाई मनोरञ्जन दिएका थिए । कार्यक्रममा हास्यकलाकार जितु नेपालले विभिन्न हास्यप्रस्तुतिमार्फत दशर्कलाई हँसाएका थिए । पपगायक निमा रुम्बाले रातमा पनि..., लोलिता... आदि आफ्ना लोकप्रिय गीत प्रस्तुत गरेका थिए । वैवाहिक जीवन प्रारम्भ गरेपछि पहिलो पटक विदेशी कार्यक्रममा सहभागी भएका गायक क्रान्ति आलेले उक्त कार्यक्रममा सरकारी जागिर, च्याङ्बा होइ च्याङ्बा... आदि लोकप्रिय गीत गाए । चलचित्र अभिनेता दिलीप रायमाझी तथा दोहोरी गायिका शिला तामाङको आकर्षक नृत्यले मनोरञ्जक बनेको उक्त कार्यक्रमको आयोजना नेपालका अनाथ बालबालिकाको सहयोगार्थ गरिएको आयोजकले बताएका छन् ।

• नेपाली गायक-गायिकाहरूको एक समूहले अमेरिकाका विभिन्न स्थानमा सांगीतिक कार्यक्रम आयोजना गर्ने भएको छ । अमेरिकावासी मोहन थापाले आयोजना गर्न लागेको कार्यक्रम 'द हिमालयन रिदम युएसए टुर' मा सहभागी हुन गायकहरू सुदीप गिरी, मिलन लामा, लोकगायक भगवान भण्डारी नायिका तथा मोडल पुजना प्रधान, गायिका निशा सुनार तथा लोकगायिका देविका केसी आजै शुक्रबार त्यसतर्फ प्रस्थान गर्दैछन् ।

लाइभ शो

• आज शुक्रबार राजधानीमा फ्रेन्च ज्याज ब्यान्ड ओज्माले लाइभ कन्टर्स कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दैछ । टुडिखेलस्थित आर्मी क्लबको हलमा आयोजना गरिने सांगीतिक कार्यक्रम साँझ छ बजेदेखि प्रारम्भ हुनेछ ।

● अफबिट ●

अटोग्राफ प्लिज : नेपाली तारा दीपक लिम्बू धनकुटामा आफ्ना शुभेच्छुकहरूको अटोग्राफ भर्दै । *तस्बिर : भिषा*

पलेंटीमा योगेश

विदुर खतिवडा

काठमाडौं– उनी संगीतलाई व्यापारसँग जोड्न नहुने तर्क राख्छन्, चार दशक लामो सांगीतिक यात्राका क्रममा व्यावसायिकतालाई नअँगालेका कारण पनि हुनसक्छ संगीतलाई उनले आस्थाको प्रतीक माने । 'कला आस्थाको प्रतीक हो,' उनी भन्छन्- 'त्यसकारण आस्थालाई मैले व्यापार गर्ने होइन भनेर बुझें ।' सपना भुलाइ सारा, आँखैमा रात गली जस्ता कालजयी गीत पस्केका यी गायक हुन्, योगेश वैद्य ।

आज शुक्रबार पलेंटी श्रृङ्खलामा आफ्ना करिब डेढ दर्जन लोकप्रिय गीत प्रत्यक्ष पस्किने तयारीमा रहेका योगेश आजको दिनका निम्ति व्यग्र रहेको उल्लेख गर्छन् । 'पलेंटीमा संगीत बुझेका र कलाकारलाई हौस्याउने श्रोताहरूको उपस्थिति हुने गरेको थाहा पाएँ,' जीवनकै पहिलो पटक एकल कार्यक्रम तयारीमा रहेका योगेश भन्छन्- 'पलेंटीको आजको कार्यक्रम अविस्मरणीय हुनेछ ।'

नयाँ पुस्ताका निम्ति योगेश वैद्य नचिनेको नाम हुनसक्छ, तर ६२ वर्षे यी गायकका समकालीनहरू भने उनका सयौं सिर्जनाका 'फ्यान' छन् । करिब ३ सयवटा गीत रेकर्ड गराएका उनले पलेंटीमा वी.सं. २०२५ देखि ४० सालसम्मका 'नोस्टाल्जिक' गीत पस्कनेछन् । गीत सिर्जनासँग थुप्रै कुरा लुकेका हुन्छन्, उनी भन्छन्, गीत बाहिर आउँछ, बज्छ र श्रोताले सुन्छन्, तर त्यो गीत कसरी जन्मियो भन्ने प्रसंग पनि त्यत्तिकै रोचक हुन्छ, जुन कुरा पलेंटीमा भन्न पाइने भएकाले पनि मलाई शुक्रबार कहिले आउँछ जस्तो भएको हो ।

योगेश विज्ञानका विद्यार्थी थिए । विज्ञान र संगीतमा तादात्म्यता छ ? उनी भन्छन्- 'जीवन चलाउन मैले विज्ञानको अध्ययनको आवश्यकता महसुस गरे पनि संगीत मेरो जीवनसँग जोडिएको थियो, त्यसकारण संगीतसँग टाढिएर रहने अवस्था नै रहेन ।' वि.सं. २०१५ को एक बिहान स्कुले गुरु अष्टमंगल बज्राचार्यको हात समाएर उनी संगीत गुरु नरराज ढकालकहाँ पुगेका थिए । नेपालको पहिलो केटा र केटी दुवै अध्ययन गर्ने विद्यालय शान्ति निकुञ्जको प्रार्थना गीत 'पुरुष नारी दिवस रजनी, साथ नै युग भर्दछन्' गीत सिक्नका लागि उनी त्यहाँ पुर्‍याइएका थिए । सिद्धिचरण श्रेष्ठको रचना तथा नरराज ढकालको संगीत रहेको यो गीत उनी हरेक बिहानी प्रार्थना सभामा प्रस्तुत गर्थे ।

एक वर्ष गुरु नरराजसँगै संगीतको प्रारम्भिक शिक्षा लिएका उनले त्यसपछि संगीतको औपचारिक शिक्षा लिएनन् । वि.सं. २०१७ सालमा अमृत साइन्स क्याम्पसमा विज्ञान विषय लिएर आईएस्सी अध्ययन गर्दै गर्दा पनि संगीतप्रति उनको लगाव यथावतै थियो । त्रिचन्द्रबाट बीएस्सी तथा त्रिभुवन विश्वविद्यालयबाट बोटानीमा स्नातकोत्तर तह पूरा गरेपछि केन्द्रीय खाद्य अनुसन्धानशालामा वि.सं. २०२८ सालमा उनी अधिकृतमा नियुक्त भए । वि.सं. २०६१ मा वनस्पति विभागमा सहसचिव रहेकै बेला उनले अवकाश पाए । '३३ वर्ष ६ महिना सरकारी सेवामा रहँदा थुप्रै महत्त्वपूर्ण काम गर्ने अवसर पाए,' योगेश भन्छन्- 'सचिव बन्नका निम्ति चाकडी गर्नुपर्ने देशमा सर्जक भएका कारण आत्मसम्मान गुम्ने डरले कसैलाई नमस्ते गर्न गइनँ ।'

अक्सर कलाकारहरू स्वाभिमानी हुन्छन् । आत्मस्वाभिमान गुम्छ कि भनेर उनीहरू सधैं संवेदनशील हुन्छन् । योगेशको जीवनमा पनि यस्ता घटना थुप्रै रहेछन् । साथीहरूलाई मनोरञ्जन दिन बेलाबखत सांगीतिक माहौल तयार गर्ने उनी कसैले भोजमा बोलाएर गीत गाउन लगाउँदा ठाडै अस्वीकार गरिदिएका थुप्रै घटना उल्लेख गर्छन् । 'मलाई भोजका लागि बोलाइएको हो वा गीत गाउनका लागि भनेपछि उनीहरू अनुत्तरित हुन्थे ।'

संगीतलाई व्यावसायिक नजरबाट कहिल्यै नहेरेका उनले म्युजिक नेपालको आग्रहमा 'एक्लो मन एक्लो लगन' तथा 'उनीलाई सम्झिँदा' श्रोतामाझ ल्याए । यसबाहेक आफ्नै पहलमा 'मर्म' तथा स्टुडियो टु थाउजेन्डबाट नेपाल भाषाको 'देछा' निकालेका थिए । विभिन्न एल्बमका लागि पनि स्वर दिएका योगेशले लामो समयपछि केही समयअगाडि शम्भुजित बास्कोटाको संगीतमा एउटा गीत रेकर्ड गराएका छन् । चलचित्र 'सन्तानको माया' लगायत केही टेलिचलचित्रमा समेत उनको पार्श्वगायन छ ।

पारिवारिक पृष्ठभूमि संगीत नभए पनि उनको संगीतयात्राका निम्ति परिवार सधैं सहयोगी रह्यो । पढ्नमा पनि अब्बल थिए, यसकारण संगीतप्रतिको मेरो रुझानमा परिवार बाधक भएन, योगेशले भने, मेरो समयमा संगीतमा लाग्नेहरूप्रतिको नकारात्मक दृष्टिकोण पनि पार भैसकेकोले सहज भयो ।

आजको पलेंटीमा योगेशले उनीभन्दा अग्रज कलाकारहरू नातिकाजी, शिवशंकर, बच्चु कैलाश, तारादेवी, रत्नशमशेर, प्रेमध्वज प्रधान, राममान तृषित र राजाहरू महेन्द्र, वीरेन्द्र र ज्ञानेन्द्रसँगका थुप्रै उठबसका बारेमा चर्चा गर्नेछन् । रेडियो नेपालमा गीत गुञ्जिँदाका रुमानी क्षण तथा दरबार गएर गाएका थुप्रै अनुभूति पनि उनले गीत गाउँदै गर्दा उल्लेख गर्नेछन् । कलाकारहरूबीच रहेको सहयोगी भावना तथा अक्सर हुने गरेका जमघटका रमाइला क्षण पनि सुन्न पाइनेछ ।

जीवनको उत्तरार्धमा आएर एकल प्रस्तुति गर्दा कत्तिको गाह्रो पर्ला ? फुर्तिलो देखिँदै उनले भने- 'उमेरले भौतिकतामा असर गर्छ, पहिले जसरी तन्किएर गाउन गाह्रो हुनसक्छ तर भावनामा बगेपछि जोसिने क्रममा भौतिकता स्थूल भएर हार्दिकता हावी हुनसक्छ, यसकारण आजको सांगीतिक जमघट जम्ने आशामा छु ।'

● तालुमा आलु ●

प्रकाश ओझा

आर्ट ग्यालरीमा एउटी महिलाले गाइडसँग सोधिन्।

'मेरा श्रीमान् एक्जिबिसन हेर्दाहेर्दै हराउनुभयो, न्युड सेक्सन कता छ ?

०००

एउटा व्यक्ति पसलमा गयो र भन्यो 'पागल पापड दिनुस् त।'

'किन भाइ तिमी पागल गाउँका हौ ?' पसलेले सोध्यो।

'किन दाइ यदि कसैले चनाको पापड माग्यो भने तिमी त्यो मानिससँग चना गाउँको मानिस हौ भनेर सोध्छौ ? मुँगको दालको पापड मागेको भए त्यो व्यक्तिलाई मुँग गाउँको मानिस हौ भनेर सोध्छौ ?'

'अहँ सोध्ने थिइनँ।'

'अनि मलाई चाहिँ किन पागल गाउँको हौ भनेर सोधेको ?'

'भाइ यो हार्डवेयर पसल हो।'

०००

'हिजोआज मलाई प्रेग्नेन्ट हुन्छु कि भन्ने डर भैरहन्छ'- एउटी महिलाले अर्की महिलासँग भनिन्।

'किन र तिम्रा श्रीमान् त विदेशमा बस्छन् होइन र ?'

'त्यही भएर त..., उत्तर आयो।

०००

सिकारी कृष्णे शिकार खेल्न अफ्रिकाको जंगल गयो। केही दिनपश्चात् कृष्णेलाई सिंहले खायो भन्ने खबर फ्याक्समार्फत् श्रीमतीलाई आयो। 'कृष्णजीलाई एक हप्तामा त्यहाँ पठाइनेछ' फ्याक्समा लेखिएको थियो।

एक हप्तामा एउटा बाकस आयो। बाकस खोल्दा त्यसभित्र मरेको सिंह थियो।

श्रीमतीले अफ्रिका फ्याक्स पठाइन्।

'बाकसभित्र सिंह छ, मेरा श्रीमान् छैनन्। केही गडबड भएजस्तो छ।'

'जवाफ आयो- 'केही गडबड भएको छैन सिंहभित्र कृष्ण छन्।'

०००

'सस्तो कार देखाउनुहोस्'- ठिसकुमार सेकेन्ड ह्यान्ड कार बेच्ने ठाउँमा गएर भन्यो।

'हामीसँग एउटा सस्तो कार त छ तर त्यसको ढोका छैन।

'ढोका छैन ? अनि म कसरी कारभित्र पस्नु ?'

०००

बाटोमा मलामी गइरहेको थियो। एउटा मानिसले देख्यो अनि मलामीमध्येको एक जनासँग सोध्यो।

'हजुर को मरेको ?'

'त्यो सबैभन्दा अगाडि अर्थीमा जो सुतेको छ नि हो त्यही मरेको।'

०००

मेरो कुरो

तालुखुइले हुनुको एउटा फाइदा त पक्कै पनि छ हजुर-पानी पर्न थालेको खबर सबैभन्दा पहिले तपाईंलाई नै थाहा हुन्छ।

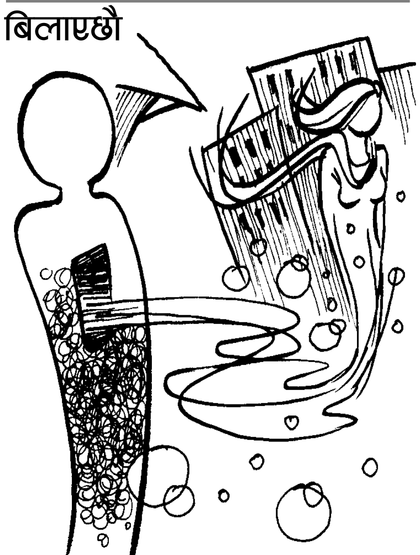
०००

आफ्ना शिशुलाई दिनको एकपटक अवश्य कुट्नुहोस् कारण तपाईंलाई थाहा होस्-नहोस् उसलाई अवश्य थाहा हुन्छ।

०००

● कविता ●

बिलाएछौ



तिमी गयौ बेहोसीमै बेहोसी भै बिलाएछौ
यति धेरै दर्शकलाई अमृत नै पिलाएछौ
तिम्रो चर्चा सबैतिर गाउँदेखि सहरसम्म
तिमीले शरीर हेर्दाहेर्दै विलयमा मिलाएछौ
जहाँ भए पनि तिमी तिमीलाई श्रद्धाञ्जली
सारा मानिसलाई माया-मोह दिलाएछौ
श्रद्धासुमन तिमीलाई हाम्रो पनि त्यही बाटो
छिया-छिया मुटुहरू तिमीले नै सिलाएछौ।

–निभा भट्टराई

कति पिउँछ मान्छे

पिउनु हुन्न भन्दाभन्दै कति-कति पिउँछ मान्छे
च्यात्दै गर्छ आफैं अनि कति-कति सिउँछ मान्छे
कति मऱ्यो कति बाँच्यो अभिलेख कतै छैन
बारबार मर्दै, जिउँदै लास कति जिउँछ मान्छे
बग्दै जाने सागरजस्तो एक बारको जीवन यो
जीवनको डुङ्गाचाहिं त कति-कति जिउँछ मान्छे
अहा □ कस्तो सपनाको लोकमा भुल्यो रेशम पनि
भत्किएको पाखा-भित्ता कति-कति लिउँछ मान्छे□

–रेशमकुमार सुनुवार

खाल्डो खन्दैछ

साना-साना घटनाले, चक्काजाम र बन्द छ
फोहोरको डङ्गुरले, सहर दुर्गन्ध छ
जलस्रोतमा धनी राष्ट्र, लोडसेडिङ सदासदा
यो देशको विकासको, गति मन्द-मन्द छ
चाकडी र चाप्लुसी त, फेसन नै भैसक्यो
सीप-क्षमता नभएकै, जान्ने-सुन्ने बन्दछ
पढ्ने-लेख्ने समयमा, दोहोरी र डिस्को धाउँछ
जानी-जानी आफ्ना लागि, खाल्टो आफैं खन्दछ।

–बद्री शिवाकोटी

मर्नुहुन्न

पापी मन भएकासँग चोखो माया गर्नु हुन्न
लोभ-लालच देखाउने उसको भरमा पर्नु हुन्न
गहिराइ थाहा नपाई जूघार त्यसै तर्नु हुन्न
जीउन मन हुँदाहुँदै सद्बीज यहाँ छर्नु हुन्न
आफ्नालाई एक्लै छाडी पराईसँग जानु हुन्न
लामो जीवन चोखै राख त्यसै कसम खानु हुन्न
हिम्मत अब गर नारी चराउँदा चर्नु हुन्न
माया मोह त्यागी यहाँ हरेश खाई मर्नु हुन्न।

–रामचन्द्र बूढाथोकी

प्रीत जगाऊँ लाग्यो

चियाई-चियाई उनैलाई हेरूँजस्तो लाग्यो
आफ्नै न्यानो अँगालोमा बेरूँजस्तो लाग्यो
उनकै नाउँमा दुई-चार शब्द केरूँजस्तो लाग्यो
मेरी उनलाई जिस्क्याउनेलाई सेरूँजस्तो लाग्यो
उनकै सम्झनामा आज कलम चलाऊँ लाग्यो
रिसाएकी मेरी उनलाई आफैं बोलाऊँ लाग्यो
पीडा बोकी उनकै नाउँमा आज टोलाऊँ लाग्यो
मेरै मनले आज उनलाई बोलाऊँ-बोलाऊँ लाग्यो
उनको मेरो दुस्मनलाई भगाऊँ-भगाऊँ लाग्यो
मेरो उनको स्वच्छ प्रीतलाई जगाऊँ-जगाऊँ लाग्यो।

–बाबुकृष्ण पन्त

भ्रूणको आवाज

न मेरो खुसी गर्भमा आउनु
र मैले यो सजाय पाउनु
तिम्रै खुसीले पाएँ कोखमा बास
तीनै महिनामा नदेऊ लात
जन्मपछिका ती असी वर्ष
बिताउँथें उन्माद दुःख-हर्षसाथ
निधनपछिका तिम्रा ती संस्कार
दिन्छु मै बाबा बिन्ती नमार
मृत्युपछि बस्ने स्वर्ग लोकमा
खन्दैछौ नर्क मेरो परलोकमा
ती चर्मचक्षु सब बन्द गरी
सोच-विचार गर महतारी
कुन स्वर्ग बस्ने लिएकी छयौ ध्येय
कु-कर्म हत्याको लिई साथ हाय
देवताको अंश कोखबाट फाली
कुन स्वर्गमा गर्छौ हाली-मुहाली
जन्मन देऊ बाबा महतारी।

–अनन्तादेवी खनाल

चासो

● लघुकथा ●

गाउँमा विकास बजेट आएकाले के-के कार्यमा खर्च गर्ने भन्ने विषयमा छलफल भैरहेको थियो। छलफलमा गाउँका भद्रभलाद्मी, महिला-पुरुष भेला भएका थिए। कार्यक्रममा सबैले आ-आफ्नै प्रस्ताव राखे। छलफलमा आफूलाई मनमा लागेका कुराहरू प्रकट गर्न पाइने वातावरण थियो। जो बोल्न चाहन्थ्यो उसले बोल्न पाउँथ्यो। केहीबेरको भलाकुसारीपश्चात् जान्नेबुझ्ने शिक्षित रामे झुल्कियो र चारैतिर हेऱ्यो। केही कुरा बोल्ने र भन्ने अभिप्रायले अघि सऱ्यो- नमस्कार, नमस्कार... सबैमा नमस्कार...।

सायद, यो भेला भएको गाउँको विकास बजेटका सम्बन्धमा छलफल गर्नका लागि नै हो। यो भेलामा सबैलाई देखें तर सचिवज्यू र अध्यक्षज्यूलाई देख्न सकिनँ...। यो कस्तो भेला हो ?... यहाँ भेला हुनुभएका सबैसँग प्रश्न गरिरहेको छु- यो कस्तो भेला हो... ?

सबै आश्चर्यचकित भए... आपसमा साउती मारे... साँच्चै सचिवज्यू र अध्यक्षज्यू उपस्थित थिएनन्। एकातिर विकास बजेट आएको छ भनेर छलफल गर्नुपर्छ भन्ने अनि आफैं उपस्थित नहुने... सचिव र अध्यक्षज्यू कस्ता ? सबैको मुखबाट यही प्रश्न उब्जियो।

– वसन्त खत्री

• सन्देश •

बिमु, प्रेममा अनेक बहाना बनाई मबाट पन्छिएकोमा शुभकामना। म तिम्रा निम्ति दिनरात रोएर कष्टकर जीवन बिताइरहेको छु। म मायाको भीख माग्दै रत्नपार्कको गल्लीमा मूर्च्छित अवस्थामा हुनेछु। तिमीलाई सफा र चोखो माया गर्थें तर यो मायालाई तिमीले चिन्न सकिनौ।

संजीव

गोपाल, मेरो निर्दोष एवं पवित्र मायालाई खिल्ली उडाएर आज कसैको अँगालोमा रमाएर बसेका हौला, त्यसका लागि बधाई। तिमी सधैं हाँसो एवं खुसीमा रमाउनू, त्यो नै मेरो जीवनको सौभाग्य हुनेछ। कहिलेकाहीं अतीतका ती क्षणलाई सम्झनु। म त आँसुमा जीवन बिताएर बाँच्ने प्रयास गर्नेछु। यदि कुनै गल्ली वा गोरेटोमा भेटियो भने भुलेर पनि बोल्ने प्रयास नगर, बिन्ती□ बिन्ती□□ बिन्ती□□□

जमुना

एक साताअघिको बिहीबार राति आठ बजे दरबारमार्गको शेर्पा मलअघिको कफी सपमा भाइसँग कफी पिउन आएकी, कालो ओभरकोटमा रातो गलबन्दी लगाएकी तिमीलाई आइतबार साँझ सात बजेपछि फेरि त्यहीं भेट्न मन छ। तिमीलाई सम्झना होला, तिम्रो १ हजारको नोट मैले साटिदिएको थिएँ। प्लिज आऊ ल।

रातो पल्सरमा फर्किएको केटो

सरिता, भक्तपुरमा सरेपछि मलाई बिर्सिएको हो ? आउन नभ्याए पनि कहिलेकाहीं फोन त गर्दा हुन्छ नि □

गोपाल

विश्व, परीक्षाको तयारी कस्तो हुँदैछ ? सफलताको शुभकामना छ है □

मञ्जु

सूचना

नववर्ष २०६६ प्रवेशका अवसरमा आफ्ना इष्टमित्र एवं शुभचिन्तकहरुलाई शुभकामना सन्देश पठाउन चाहने पाठकहरुले आफ्नो सन्देश साप्ताहिकको कार्यालयमा चैत २१ गतेभित्र पठाउन सक्नुहुनेछ ।

-सम्पादक

कुपन सन्देश

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

नाम : ....

उमेर : .... उचाइ : ....

पेसा : .... शिक्षा : ....

स्वभाव : .... वैवाहिक स्थिति : ....

अभिरुचि : .... वर्ण : ....

इमेल : ....

ठेगाना : ....

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

....

....

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

• जीवनको गोरेटोमा •

मानसिक पीडा

प्रिय मित्र भोगेन्द्र,

समयले कोल्टे फेर्दै जाँदा हाम्रो मिलनको घडी सधैं टाढा हुँदै जान्छ आखिर किन यो समय पनि हाम्रो भेट र मिलनसँग खुसी छैन कि ? हरेक दिन, हरेक रात मेरा लागि औंसीको रात बन्दै गएको छ, आखिर किन ? हरेक मानिस मजस्तै शून्यवादी भैदिए भने यो संसार रहन पनि सक्दैन, रहँदैन पनि। मलाई लाग्छ, तिमी मसँग रिसायौ, तर नरिसाऊ यार, हरेक दोष मलाई नै देऊ। म सहर्ष स्वीकार गर्छु किनकि म हरेक बोझ थाम्ने भैसकेको छु, हरेक गल्ती स्वीकार गर्न सक्छु किनकि म आखिर मरिसकेको आत्मा न हुँ। मेरा लागि जिउनुको कुनै अर्थ रहँदैन तर पनि बाँचिरहेको छु, न त मर्न नै सक्छु, न त बाँच्न नै। बाँचेर पनि मरिरहेको छु, मरेर पनि बाँचिरहेको छु। निर्जीव वस्तुको के अर्थ ? बाँच्नुको के सार्थकता ?

हुनत तिमी अचम्ममा पर्न सक्छौ, आज यो के लेखिरहेको छ भनेर ? हरेकलाई जीवनको कुनै न कुनै मोडमा यस्तै हुन्छ, तर हरेक औषधीले सबै बिरामीलाई ठीक गर्न पनि त सक्दैन। बिरामी चाहे जस्तोसुकै होस्, त्यो आखिर बिरामी न हो। जिन्दगीका पाना पल्टिँदै जान्छन्, जीवनको जोड-घटाउ कहिल्यै मिल्दैन, आखिर किन मिलोस् पनि कसरी ? तिम्रो जीवनमा मैले कहिल्यै उज्यालो ल्याउने प्रयास गरिनँ, कहिल्यै सहायता गर्न सकिनँ, किन ? या त चाहेर या त नचाहेर। हो, म एकदमै धृष्ट छु र निस्सार पनि। आखिर म किन यस्तो ? अर्थहीन पानाहरू किन सलबलाउँछन् भीर-पाखाहरूमा ?

आखिर म त त्यही पैंयुको फूल न परे, न त सुगन्ध न त दुर्गन्ध नै। कतिखेर फुल्छु कतिखेर झर्छु कुनै लेखाजोखा नै हुँदैन, किन ? मलाई मानसिक रूपले सदैव हैरान पार्छ, किन ? आखिर किन ? हे विधाता, यो जन्मभरिको खेल मैले नै हेर्नुपर्ने र भोग्नुपर्ने किन ? यी सबैको उत्तर खोज्दै जाने हो भने मेरो जीन्दगीको पाना नै खलास भएर जान्छ, जीवन नै रितिन्छ। अनौठो यात्रा गर्नुपर्ने बाध्यता किन नि ? म हरेकपल्ट, हजारपल्ट, एक लाखपल्ट, सोच्दै जान्छु तर अर्थहीन, बेकार, शून्यता। हन्डर र ठक्कर कति हो कति जीवनमा, तर यो हन्डर, यो ठक्कर सायद जीवनमा पहिलोपल्ट महसुस गर्दै छु, आखिर किन यी सबै मलाई नै, मेरो जिन्दगीलाई नै। तिमीलाई सहयताको ढोका खोलिने बेलामा मेरा हरेक पाइला रोकिए, आखिर किन, थाहा छ ? ती सबै मेरा बाध्यता बनेर गए। यस्तो बाध्यता आखिर त्यो बाध्यतामा सायद तिमी पर्‍यो भने तिमी पनि मजस्तै सुन्यवादी हुँदै जानेछौ। आखिर समयको काखमा हुर्कदै जाने हरेक बालकले आ□नो जिन्दगीका मोडहरू सहज बनाउँदै लैजान्छ, तर चाहेर पनि कतिले भ्याउँदैनन्, किन ? जब मानिस निर्धो हुदै जान्छ तब मानिसलाई सबैले नै लुछाचुडी गर्न थाल्छन्, त्यो नै परिवेश हो र छ पनि। साँच्चै हाम्रो मित्रतामाथि म दाग लगाउन चाहन्नँ र नलागोस् पनि। मेरा गल्तीलाई स्वीकार गर्नेछौ भन्ने आशा गर्दै आउँदा दिनमा सुधार गर्ने नै छु, तर तिमी मलाई त्याग्नेछैनौ र म पनि ....।

आखिर मित्रता नै सब थोक हो भन्ने मेरो ठम्याइ हो, पैसा त केवल साधन मात्र हो, नभै नहुने साधन यो परिवेशमा, यो स्थितिमा। जेलमा बसेर बाहिरको कल्पना गर्नु पनि बेकार। पीडा पीडै हो, त्यो सानो होस् वा ठूलो, त्यो जुनसुकै अवस्थामा होस्, सबै पीडा स्वीकार गर्न सकिन्छ तर मानसिक पिडा ....।

– भोजराज

• साथी •

कुमारी गौरीशंकर देखाउन महोत्सव

दोलखा जिल्लामा पर्यटकीय गन्तव्यको अथाह स्रोत भए पनि उचित प्रचार नहुदा भीमेश्वर मन्दिरबाहेकका स्थानमा पर्यटन गतिविधि बढ्न सकेको छैन। यही कुरालाई मध्यनजर गर्दै आगामी चैत २० देखि २४ गतेसम्म दोस्रो दोलखा महोत्सव हुने भएको छ। जिल्लालाई पर्यटकीय गन्तव्यका रूपमा पहिचान दिन घरेलु उद्योग संघ दोलखाले महोत्सवको आयोजना गर्न लागेको हो।

काठमाडौंमा अवस्थित भगवान पशुपतिनाथ तथा गुह्येश्वरी भगवती पनि गौरीशंकर हिमालबाटै उत्पत्ति भएको जनश्रुति छ। यो हिमाललाई नै नेपालको आधिकारिक समयमानका लागि प्रयोग गरिएको छ। त्यसैले पनि यो हिमाल चढ्न हालसम्म नेपाल सरकारले अनुमति दिएको छैन। आरोहण नगरिएको यस हिमाललाई कुमारी हिमाल मानिएको छ। देशमा आपतविपत आइपर्दा पसिना आउने भीमसेनका कारण यो ठाउँ धार्मिक पर्यटकस्थलका रूपमा चर्चित भैसकेको छ।

नेवार जाति र भाषा दोलखामै विकास भएको बुद्धिजीवी हरिरत्न श्रेष्ठले बताउँछन्। श्रेष्ठका अनुसार नेवार संस्कृतिको अध्ययनका लागि दोलखा उपयुक्त स्थल हो।

नेपालको जुरिच भनेर चिनाएको जिरी बजार पनि औधी मनमोहक छ। सगरमाथा बेसक्याम्प पुग्ने पैदल मार्गमध्ये जिरी पनि एक हो। नेपालको सबैभन्दा बढी सगरमाथा आरोहण गर्ने शेर्पाहरू जन्मेको गाउँ बेदिङ्ग पनि दोलखा जिल्लामै छ।

यहाँ रहेको कालिञ्चोक मन्दिर ३ हजार ८ सय ४२ मिटरको उचाइमा अवस्थित छ। हिमफेदी नामक डाँडामा रहेको यो मन्दिर क्षेत्र धार्मिक आस्था राख्नेहरूलाई मात्र नभएर प्रकृतिप्रेमीहरूका लागि स्वर्गको रूपमा रहेको छ। बहुलापोखरी भनेर नामांकन गरिएको पोखरी निकै रमाइलो ठाउँ हो। आमाबा मारे नामक पर्वतको काखमा रहेको यो पोखरीमा ॠषितर्पणीका दिन भव्य मेला लाग्छ।

चरीकोटमा चरीग्याङ गुम्बा छ। यहाँबाट सूर्योदय र सूर्यास्तको मनमोहक दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ। जनकपुरदेखि तिब्बतसम्मको रमणीय वातावरणको यहाँबाट देख्न सकिन्छ।

सय थुम्कोको शैलुङ्गेश्वर डाँडा चढ्दाको मज्जा नै बेग्लै हुन्छ। बिगु गुम्बा र लप्ची ध्यान केन्द्रजस्ता महत्त्वपूर्ण स्थलहरूमा पर्यटकको त्यति आगमन छैन। नयाँ-नयाँ गन्तव्यको खोजी गर्ने यात्रीहरूका लागि दोलखा उपयोगी ठाउँ हो। ग्रामीण पर्यटनमार्फत यहाँका बासिन्दाको जीवनस्तर उठ्ने देखेर नै त्यहाँ होटल-लज सञ्चालन गर्नेहरू बढेका छन्। अहिले दोलखावासी देशविदेशका अतिथिहरूको सत्कारका लागि तयार भएर बसेका छन्।

चैतेदसैंमा खैरेनीटार महोत्सव

चैतेदसैंका अवसरमा तनहुको खैरेनीटारमा चैत १७ गतेदेखि २३ गतेसम्म खैरेनीटार महोत्सब हुने भएको छ। सो क्षेत्रमा रहेका सांस्कृतिक तथा प्राकृतिक सम्पदाहरूको प्रचार-प्रसार गरी पर्यटन उद्योगमा टेवा पुग्ने महोत्सव आयोजकहरूले विश्वास लिएका छन्।

महोत्सवमा विविध जातजातिका सांस्कृतिक प्रदर्शनी पनि देखाइनेछ। बहुभाषी र बहुजातिको बासस्थानसमेत रहेको तनहु विभिन्न धर्महरूको संगमस्थलसमेत हो। यहाँ मगर, गुरुङ, नेवार, कुमाल, तामाङ, मुसलमानहरूको विशेष बसोबास छ। यी सम्पूर्ण जातजातिको पहिचान दिने खालका नृत्य तथा गानाबजानाबाट दर्शकलाई महोत्सवमा मनोरञ्जन गर्न व्यवस्था मिलाइएको छ।

महोत्सव अवधिभर सो क्षेत्रमा रहेका अकला मन्दिर, ढोरबाराही मन्दिर, तीनखोले देवी, मूलबाराहीजस्ता धार्मिक क्षेत्रहरूमा पूजापाठ समेत गरिनेछ। साहसिक गतिविधिमा सहभागी हुन चाहने दर्शकहरूका लागि जलविहारको पनि व्यवस्था गरिएको छ। कुम्लेखोला, म्याग्देखोला र सेतीनदीको संगमस्थल रहेको खैरेनीटार दोभानदेखि भीमादसम्म नदीको क्षेत्र जलबिहारका लागि छुट्टाइएको छ। यसै क्षेत्रको दगाँम भन्ने स्थानमा स्थापना गरिएको टावरबाट दुलेगौंडा बजार, खैरेनीटार बजार, लेखनाथ नगरपालिकाका तालहरू, फेवाताल, मनोरम डाँडाकाडासमेत अवलोकन गर्न सकिन्छ। यसै टावरबाट माछापुच्छ्रेहिमाल, लमजुङ हिमाल, अन्नपुर्ण हिमश्रृंखला र गणेश हिमालसमेत छर्लङ्गै देखिन्छ।

महोत्सव स्थल सरस्वती नि.मा.वि.मा ७५ वटा स्टलको व्यवस्था गरिएको छ भने १ लाख दर्शकले महोत्सवमा सहभागिता जनाउने अनुमान आयोजकले गरेका छन्।

–रविन राचलिका

महिलाहरू बुद्धिमान् हुन्छन् कि पुरुष ?

खोइ सम्पादकज्यू, मस्तिष्क त एउटै होला तर मस्तिष्कको बढी प्रयोग पुरुषले गर्छन्, किनकि महिलाहरू खालि कसरी सुन्दर देखिने भन्ने होडबाजीमा हुन्छन् ।

नारायण कुँवर

के हो ढकालबाजे ? आफू पुरुष भएकाले आफ्नो बचावका लागि पुरुष बुद्धिमान हुन्छन् भनेर देखाउन यो प्रश्न सोधेको ? महिला अधिकारवादीले मार्लान् नि ।

chy_nandu@yahoo.com

आ-आफ्नो ठाउँमा सबै बुद्धिमान हुन्छन् जस्तो लाग्छ मलाई त ।

सरस्वती दनुवार, काभ्रे

क्या हो सम्पादकज्यू, तपाईंलाई कसैले सोधेर आउनू भन्नुभएको छ कि क्या हो ?

जेम्स प्रधान (१९)

महिला र पुरुष दुवै उस्तै-उस्तै होलान्, तर महिलाहरू पुरुषलाई झुक्याउन बढी बुद्धिमानी हुन्छन्, होस पुर्‍याउनुहोला ।

अजयकुमार चौधरी (१८), **सप्तरी**

अच्चे □ कस्तो कन्ट्रोभर्सियल प्रश्न ? कसलाई भन्ने अब ? यो त विवाद जन्माउने खालको प्रश्न पो रहेछ । पुरुष बुद्धिमान हुन्छन् भन्दा महिलाहरूले आन्दोलन गरे भने कुलेलम ठोक्नुपर्ला है सम्पादकज्यू ।

kaleman_jesus@hotmail.com

कतै महिला त कतै पुरुष बुद्धिमान हुन्छन् । किनकि यो सबै कुरा व्यक्तिमा भरपर्ने कुरा हो । महिला पुरुष दुवै समान हुन् भन्ने कुरा बुझ्ने हो भने दुवै बुद्धिमान हुन्छन् ।

resham_sunuwar@hahoo.com

त्यति पनि छुट्याउन सक्नुभएन ढकाल बाजे ?

प्रकाश शर्मा (१८), **बाग्लुङ**

हाम्रो देश नेपालको स्थितिमा भन्नुपर्दा पुरुष नै बुद्धिमान हुन्छन् । किनकि महिलालाई जम्मा ३३ प्रतिशत मात्र स्थान दिइएको छ र विवाह गरी महिलाले घरज्वाइँ बनाई विरलै राख्छन्, पुरुषले नै घर भित्र्याउँछन्, त्यसैले ।

प्रवीण ज्ञवाली (२०) **काठमाडौं**

खै सम्पादकज्यू, म त पुरुष परें, महिलालाई कसरी बुद्धिमानी भन्ने ? मैले बुद्धिमान भनें भने त मलाई पुरुषहरूले यो धर्तीमा बास बस्नै दिंदैनन् नि ।

वैद्यनाथ कोइराला

महिला नै बुद्धिमानजस्तो लाग्छ । प्रायः पुरुषलाई महिलाले नै आफ्नो औंलामा नचाएको देख्छु म त ।

भुवनकुमार चौलागाईं (१७), **सर्लाही**

यो कुरामा महिला र पुरुषमा फरक छैन जस्तो लाग्छ । हुन त संसारमा बुद्धिमानीहरूका रूपमा प्रायः पुरुष नै चिनिने गरेका छन् तर अवसर पाए महिलाहरूले पनि आफूलाई बुद्धिमान साबित गर्न सक्छन् ।

मीनबहादुर परियार (१९), **सिरहा**

सम्मान र अवसर पाए महिला-पुरुष दुवै बराबर बुद्धिमान हुन सक्छन् । पुरुषको तुलनामा महिलालाई अलिकति तल हेरिएको छ । किनभने पुरुषझैं महिलाले सम्मान र अवसर पाएका हुँदैनन्, हैन र ?

खडकमणि थामी

मेरो विचारमा जसरी हिलोको सहारामा एउटा सुन्दर कमलको फूल फक्रिएको हुन्छ त्यस्तै एक रथको दुई पाङ्ग्रा भनेजस्तै महिला र पुरुषले आपसी समझदारीमा कुनै पनि महान् कार्य गर्न सक्छन्, त्यसैले दुवैमा उत्तिकै ठूलो बुद्धि र महानता देख्छु ।

ए.पी. सुधा (२६)

आ-आफ्नो ठाउँमा दुवै बुद्धिमान हुन्छन्, तर पनि महिलाको तुलनामा पुरुष बढी बुद्धिमान हुन्छन् जस्तो लाग्छ ।

नन्दलाल श्रेष्ठ (२४)

महिलाहरू बुद्धिमान हुन्छन् जस्तो लाग्छ, किनभने कुनै पुरुष बिग्रनु वा सफल हुनुमा महिलाको हात हुन्छ ।

उद्धवकुमार थापा (२०), **काठमाडौं**

● अब हाम्रो पालो ●

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

१. नेपालको राजनैतिक हिरो को हो ? किन ?
२. प्रेमविवाह राम्रो हुन्छ कि परम्परागत विवाह ? किन ?
३. सबैभन्दा ठूलो धर्म के हो ?
४. प्रेमी-प्रेमिकाविहीन जीवन कस्तो हुन्छ ?
५. नसालु आँखाले मोहित हुनुहुन्छ कि तपाईंलाई मुस्कानले भुतुक्कै बनाउँछ ?
६. काली युवती र गोरी युवतीमध्ये को बढी राम्रा हुन्छन् ? किन ?
७. पैसा पाउनु ठूलो कुरा हो कि प्रेम पाउनु ? किन ?
८. तपाईंले जिन्दगीमा कोबाट कस्तो धोका पाउनुभएको छ ?
९. हामी नेपाली किन र के कारणले पिछडिएका छौं ?
१०. मानिसहरूलाई अर्काका श्रीमान्/श्रीमती किन राम्रा लाग्छन् ?

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

डा. राजेन्द्र भद्रा

प्रश्न : म २० वर्षीया अविवाहित युवती हुँ । मेरो सात महिनाअघिदेखि ब्वाइफ्रेन्डसँग यौनसम्पर्क हुन थाल्यो । हालसम्म हाम्रो चार पटक यौनसम्पर्क भयो । म दोस्रो पटकको यौनसम्पर्कमा प्रेगनेन्ट भए । डाक्टरबाट गर्भपतन गराएपछि एक महिनापछि जचाउँदा गर्भपतन सफल भएको जानकारी पाए । यस बेलासम्म मेरो महिनावारी २३-२४ दिनमा हुँदै आएको थियो । त्यसपछि फेरि ४५ दिनपछि यौनसम्पर्क भयो । त्यतिखेर कारणवश कन्डम फुट्यो । मैले प्रेगनेन्ट होला कि भन्ने डरले सुनौलो गुलाफ चक्की खाएँ । हाल आएर महिनावारी १६ दिनमै भयो । के सुनौलो गुलाफ चक्कीको प्रयोगले यस्तो भएको हो ? अहिले यौनसम्पर्क गर्दा मेरो तल्लो पेट दुख्ने समस्या देखा परेको छ ? यो के कारणले भएको होला ?

उत्तर : यौनसम्पर्क र गर्भको रोकथाम

यो स्वाभाविक कुरा नै हो कि यौनसम्पर्क यौनआनन्दका लागि गरिन्छ । प्रकृतिले नै यससँग असीम आनन्द जोडिदिएको छ । प्राकृतिक रूपमा यौनसम्पर्क सन्तान प्राप्तिका लागि हुने गरेका भए पनि अहिले आनन्दका लागि हुने गरेको पाइन्छ ।

यौनसम्पर्क गरेर यौनआनन्द उठाए पनि गर्भ नरहोस् भनेर नै परिवार नियोजनका साधनहरू प्रयोग गरिन्छन् । त्यसैले भरपर्दो रूपमा गर्भ रोकथाम गर्नु आवश्यक छ । यसका लागि सजिला तथा प्रभावकारी उपायहरू उपलब्ध छन् । हामीले धेरैजसो परिस्थितिमा परिवार नियोजनको साधन भनेर चिने पनि यसलाई यौनआनन्द दिने साधनका रूपमा लिन सकिन्छ ।

गर्भपतन कि गर्भनिरोध

अहिले सरकारले सुरक्षित गर्भपतनलाई मान्यता दिएपछि देशभरि यो सेवाको उपयोग बढेको छ, तर तथाङ्कहरूले नेपालमा अनिच्छित गर्भ रहने र सोको गर्भपतन गर्ने प्रचलनले कतिपय स्थितिमा गर्भनिरोधको वैकल्पिक उपायका रूपमा विकसित हुने सम्भावना बढेको छ । गर्भपतनलाई वैकल्पिक गर्भनिरोधको उपायका रूपमा प्रयोग गरिनु हुँदैन । दक्ष चिकित्सकबाट सुरक्षित तरिकाले गराइएका गर्भपतनका कारण नै पुनः गर्भधारण गर्न नसकिने भइन्न, तर यसका जटिलता हुन गए, जस्तै कि संक्रमण वा पाठेघरको भित्री भित्तामा चोट-पटक लाग्न गएको स्थितिमा गर्भधारण गर्ने क्षमतामा नकारात्मक असर पर्न सक्छ । दोहोर्‍याई-तेहेर्‍याई गर्भपतन गराउँदा जटिलताको जोखिम पनि

त्यसैअनुसार बढ्दै जान्छ ।

त्यसैले गर्भपतनलाई गर्भनिरोधको एउटा उपाय भन्दा गर्भ रहन नै नदिने उपाय गर्नुपर्छ । तपाईं र तपाईंको 'ब्वाइफ्रेन्ड' दुवैले राम्रोसँग कन्डम लगाउन सिकेर यसको प्रयोग गरे फुट्ने वा फुस्कने कुरालाई न्यून गर्नु सक्नुहुन्छ । त्यसबाहेक गर्भनिरोधका अरू उपायमध्ये आफूलाई उपयुक्त कुनै एक प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंलाई थाहै होला, खाने चक्की वा तीनमहिने सुईको प्रयोग सजिलो छ । यदि लामो समयसम्मका लागि गर्भनिरोधको चाहना गर्नुहुन्छ भने इम्प्लाण्ट (जेडेल) वा कपर-टी प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

आकस्मिक गर्भ निरोध कसरी गर्ने?

तपाईंले सुनौलो गुलाफ खाएको कुरा मात्र गर्नुभएको छ । मेरो बुझाइ सायद तपाईंले त्यसको प्रयोग आकस्मिक गर्भनिरोधका रूपमा गर्नुभएको हुनुपर्छ । कन्डम फुटेर होस् वा अन्य कारणले गर्भनिरोधको उपायले राम्रोसँग काम गर्ने स्थिति नभए गर्भ रहने सम्भावना भए आकस्मिक गर्भनिरोधको उपाय गर्न सकिन्छ ।

आकस्मिक गर्भ निरोधमा प्रयोग गरिने औषधी र अन्य गर्भनिरोधका खाने चक्कीमा प्रयोग गरिने हार्मोन उस्तै भए पनि यसको प्रयोग गरिने तरिका भने फरक छ । यौनसम्पर्कपछि जतिसक्दो चाँडो यसको पहिलो मात्रा लिनुपर्छ । पहिलो मात्रा यौनसम्पर्क भएको ७२ घण्टा लिइसक्नुपर्छ । अर्को मात्रा पहिलो मात्रा लिएको १२ घण्टामा लिनुपर्छ । यसरी १२ घण्टाको फरकमा दुई पटक औषधी लिए पुग्छ । त्यसैले दोस्रो मात्रा लिन सजिलो समयका बारेमा पनि ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ ।

यदि औषधी खाएको दुई घण्टाभित्र बान्ता भए अर्को मात्रा थप लिनुपर्छ । सुनौलो गुलाफको कुरा गर्ने हो भने एक मात्रा औषधी प्रयोग गर्दा यसको चार चक्की लिनुपर्छ । औषधी खाएको दुई घण्टापछि बान्ता भए पनि चिन्ता गर्नुपर्दैन । यो आकस्मिक उपायलाई नियमित रूपमा वा बारम्बार प्रयोग गर्न थालियो भने यसको प्रभावकारिता कम हुँदै जान्छ, अर्थात् गर्भ रहन सक्ने सम्भावना बढ्छ । यसले काम गर्‍यो कि गरेन भन्न कुनै विशेष लक्षण तुरुन्तै देखिँदैन । आकस्मिक गर्भनिरोधका लागि प्रोजेस्टेरोन मात्र भएका चक्कीहरू पनि पाइन्छन् । कपरटीको प्रयोग यौनसम्पर्क भएको पाँच दिनसम्ममा आपतकालीन गर्भनिरोधका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

के आकस्मिक गर्भनिरोधले महिनावारीमा केही फरक हुन्छ ?

महिनावारी समयमा भयो कि भएन ध्यान दिनुपर्छ । कसै-कसैमा महिनावारी दुई वा तीन दिन अघिपछि हुन सक्छ । तपाईंलाई थाहै होला, महिनावारीको सञ्चालन मुख्यतः विभिन्न हार्मोनबाट हुन्छ । यसरी थप हार्मोनयुक्त औषधीको सेवन गर्दा केही गडबडी आउने भयो, विशेष गरेर तपाईंले मात्रा आदिका बारेमा पनि विस्तृत जानकारी दिनुभएको भए जवाफ दिन सजिलो हुने थियो । यदि महिनावारी हुनुपर्ने समयभन्दा एक सातासम्म ढिलोसम्म पनि नभएमा चिकित्सकसँग सम्पर्क राख्नुपर्छ ।

किन यौनसम्पर्कमा तल्लो पेट दुखेको होला ?

योनि सुख्खा हुनु वा योनिका मांसपेशी बेस्सरी खुम्चनुले यौनसम्पर्कको बेला पीडा महसुस हुनसक्छ । योनि तथा अन्य प्रजनन अङ्गको संक्रमणमा पनि यस्तो हुने नै भयो । तपाईंले त तल्लो पेट दुख्ने कुरा गर्नुभएको छ । तल्लो पेट पाठेघर तथा वरिपरिका अङ्गका संक्रमण वा अन्य खराबीका कारणले दुख्छ । विशेष गरेर लिङ्गले पाठेघरको मुख छुँदा वा धकेल्दा यस्तो अनुभव हुनसक्छ, तर तपाईंले पत्रमा लेख्नुभएको सीमित जानकारीका भरमा यसै भन्न सकिने स्थिति छैन ।

के तपाईंमा यौन सम्बन्धी समस्या छ ?
पुरुषहरुमा देखिने
शीघ्र पतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, स्वप्न दोष, सरुवा यौनरोगका साथै उमेर अनुसार यौनाङ्ग विकास नहुनु ।
महिलाहरुमा देखिने
सेतो पानी बग्ने, योनी चिलाउने, यौन सन्तुष्टिमा कमी भएको महसुस हुने, स्तन सानो वा ठूलो हुने, तल्लो पेट दुख्ने तथा महिनावारी सम्बन्धी समस्याहरु ।
सुन्दरता अनुहारका सबै किसिमका दाग, डण्डीफोर, कालोपोतो, अनावश्यक कोठी वा फोकाहरु, दुवी, सेतो दुवी, साथै अन्य चर्मरोगहरु ।
महिला वा पुरुषहरुमा हुने बाँझोपन (नि :सन्तान) को गोपनियताका साथ उपचार
सम्पर्क स्थान: माता मनकामना आरोग्य केन्द्र तथा सेक्सोलोजिष्ट डाक्टर्स क्लिनिक
पुतलीसडक, काठमाडौं (साडी प्यालेस माथि) फोन: ४२४०३८१, ४२२५५३५
शाखा कार्यालय
पोखरा - ०६१-५३९११४ बुटवल - ०७१-५४८८९३
भरतपुर - ०५६-५२०९६८ इटहरी - ०२५-५८४०८८
दाङ - ९८४७८७७११४, ९८०६२०९८००
हेटौंडा - ०५७-५२६०४६ सप्तरी, फत्तेपुर - ०३१-५५०११२

तु-आवश्यकता
विश्वका प्रख्यात कम्पनीहरु सँग Online Business गर्न चाहाने व्यक्तिको आवश्यकता परेको हुँदा इच्छुक व्यक्तिहरुले तु-सम्पर्क गर्नुहोला ।
सुविधा- नि:शुल्क तालिम
नि:शुल्क Master Card
नि:शुल्क Online A/C
मासिक आम्दानी रु. ३५,०००
संख्या- १२ जना मात्र
Sky.Net Institute चावहिल चोक
4478001,9803923815
मेडिकियर नेसनल हस्पिटलको अपोजिट

ENGLISH LANGUAGE TRAINING
छिटो अनि राम्रोसँग American Method मा सिकाइने १ मात्र English, Japanese, Spanish. Chinese, German तथा French Language Training संचालन गरिँदैछ ।
३ महिना भित्र राम्रोसँग बोल्न सक्ने बनाउने विश्वास दिलाउछौं ।
BUD LANGUAGE INSTITUTE
जमल रानी पोखरी, विश्वज्योति हलसँगै
Tel :- 4249576

मुहार
बेदाग गोरो बनाउने आयुर्वेदिक
रूपअमृत - Rs.1650/-
Anti Pimple (Rose Sunscream Free)
मुहारको दाग धायाँपोतो हटाउने Dr. Japan - Rs.350/-
मुहारको चाउरीपना हटाउने Cream - Rs.1250/-
स्तन बढाउने/घटाउने Cream - Rs. 1650/-
ग्याष्ट्रिक, सुगर, ब्लडप्रेशर, दम समाधान
शरीरको तौल + उचाई बढाउने
सफल आयुर्वेदिक/प्राकृतिक उपचार
शरीरको weight घटाउने Easyway
No Side effect 100% Guaranteed
केश
झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने तेल
Before After
Herbal44 Rs. 750/- → (Soap Free)
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, गौशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 9841330144
9845062538 Chitwan, इटहरी 025-580944

सौन्दर्यका सामान
Height बढाउने (Yoko Japanese) - 1250/-
मोटोपन घटाउने (Sauna Belt) - 1999/-
अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit) - 1299/-
स्तन बढाउने वा घटाउने Cream - 1299/-
डण्डीफोर हटाउने (Face Pack) - 1500/-
धुम्रपान जाँड रक्सी छुटाउने - 1500/-
Body Slim Cream मा Sauna Belt फ्र -3000/-
कपाल नझर्ने वा उमार्ने तेल - 750/-
Free Home Delivery / 100% Guaranteed
Worldwide Shopping Centre
Newbaneshwor
(शंखमुल मार्ग, नयाँरी पोशाक भण्डारको अगाडी)
Ph. 2290871, Mob. 9841506134

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १५ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएका यौन रोग, शीघ्रपतन, स्वप्न दोष, पिसावसित धातु खस्ने, नपुंसकता, सन्तान नहुने र कमजोरी आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोस् ।
भेट्ने ठेगाना: फोन नं. : ४-४६०७८५
पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल पारीपट्टी, काठमाडौं

बढ्दो उन्मुक्तता

पृष्ठ १ बाट जारी

भवन पुगेको पंक्तिकारले त्यहाँ बेग्लै प्रकारको चर्तीकला देख्नुपर्‍यो । चलचित्र प्रारम्भ भएको केही समयपश्चात एक जोडी टिनएजर बायाँपट्टिको दुई कुर्सी छोडी बस्न आइपुगे । दर्शक संख्या न्यून थियो । हलको पर्दामा चलचित्र दौडिरहेको थियो तर सँगै बस्न आइपुगेका प्रेमजोडीलाई त्यसको खासै परवाह थियो जस्तो लाग्दैनथ्यो । उनीहरू एक-अर्कामा आलिंगनबद्ध हुँदै चुम्बन साटासाट गरिहेका थिए । सम्भवतः केही समयपश्चात् कसैले हेरिरहेको आभास भएर होला, उनीहरू त्यहाँबाट उठेर चार लाइन अघिको कुर्सीमा बस्न गए । चलचित्रको पर्दामा कथाले आफ्नै मोड लिइरहेको थियो तर अघिल्तिर बस्न पुगेका ती युवा जोडीको जवानी तरंगले अर्कै मोड लिएको अनुभव हुन्थ्यो तर पनि सजिलै अनुमान लगाउन सकिन्थ्यो कि त्यो जोडी त्यहाँ चलचित्र हेर्न नभै आफ्नै कार्यक्रम तय गर्न आएको थियो । मध्यान्तर भएपछि त्यो जोडी केही सम्हालियो । जब चलचित्रको बाँकी अंश चालू भयो तिनीहरूको आफ्नो चलचित्र पनि पुनः अघि बढ्यो । पर्दामा चलेको चलचित्र समाप्त हुनुभन्दा करिब आधा घन्टाअगावै त्यो जोडी हलबाट बाहिरियो ।

प्रसंग- ३

कुरा लोडसेडिङको हो । लोडसेडिङको बेफाइदा गनेर साध्य छैन, तर त्यसको फाइदा उठाउनेहरूका लागि भने यो वरदान साबित भएको देखिन्छ । बेलुकी करिब ७ बजेको समययता नघल हुँदै इन्द्रचोक निस्कने साँघुरो सडक, दुवैतिरको सवारी आवागमनका कारण ट्राफिक जाम हुन्छ । पंक्तिकारको मोटरबाइक पनि उक्त जाममा फसेको थियो । लोडसेडिङको अँध्यारो र त्यसमाथि ट्राफिक जाम, दिक्कलाग्दो थियो तर ठीक अगाडिको ट्याक्सीको पछिल्लो सिटमा बसेको युवाजोडीको चर्तीकला जाममा फसेको टेन्सन भुलाउने खालको थियो । ट्राफिक जाम, गाडी र बाइकको हर्नबाट बेखबर त्यो जोडी आफ्नै धुनमा एक-अर्काको आलिंगनमा मस्त थियो । केही क्षणपछि भने युवती युवकको काखमाथि आफ्नो मुख युवकतिर फर्काएर बसिन् अनि पुनः प्रारम्भ भयो हलिउड शैलीको किसिङ क्रियाकलाप, गर्नेलाई भन्दा देख्नेलाई लाज भनेझैं पंक्तिकारले आफ्नो बाइकको हेडलाइट निभाउनुपर्‍यो ।

प्रसंग- ४

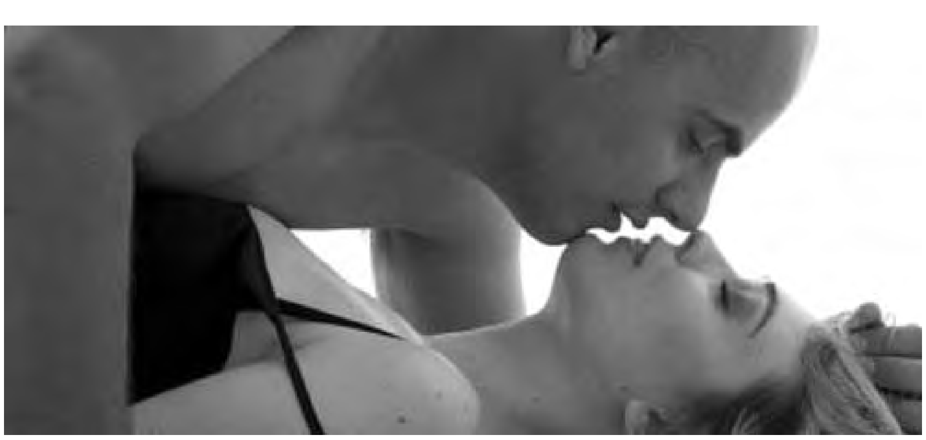
फेरि कुरा लोडसेडिङकै । पंक्तिकार त्यस दिन बेलुकी करिब पौने नौ बजेतिर पैदल लगनको बाटो हुँदै कोहिटीको गल्लीभित्र जाँदै थियो । साँघुरो गल्ली, त्यसमाथि लोडसेडिङको अँध्यारो । यो पंक्तिकारसित भएको टर्चको बत्तीले बाटोको खाल्डाखुल्डी अन्दाज मात्र लगाउन सकिन्थ्यो । साँघुरो गल्ली हुँदै आफ्नो गन्तव्य छिचोल्ने क्रममा आफूसित भएको टर्चको उज्यालो अघिल्तिर सोझ्याउँदा पंक्तिकारले एक जोडी युवालाई आपत्तिजनक स्थितिमा देख्यो । त्यो जोडीको शरीरको माथिल्लो भाग करिब-करिब नग्न अवस्थामा थियो । एकान्तमा एक्कासि यसरी तिनलाई त्यो रूपमा देख्दा पंक्तिकार केही अत्तालियो र तिनीहरू पनि । युवतीले आफूलाई सम्हाल्दै आफ्नो मुहार युवकको छातीमा लुकाउने प्रयत्न गरिन् । 'सरी टु डिस्टर्ब' भन्दै यो पंक्तिकार आफ्नो बाटो लाग्यो ।

उल्लेखित चारवटै प्रसंगमा यो पंक्तिकारको उपस्थिति संयोगवश थियो । पात्रहरू फरक-फरक थिए तर एउटै स्थितिसित जोडिएका, त्यो हो– बढ्दो यौन उन्मुक्तता । यौनसम्बन्धी मामिलामा यति उन्मुक्तता र उन्माद विगतका दिनमा त्यति थिएन जति अहिलेको युवापुस्तामा देख्न पाइन्छ । दस जोड दुई अध्ययनरत विद्यार्थीहरू यौनलाई क्याजुयली लिन्छन् । उनिहरूका अनुसार भोक, तिर्खाजस्तै आवश्यक यौनका विषयमा बहस वा बन्देज आवश्यक छैन । दुई जनाबीच समझदारी, सहमति र इच्छा छ भने यौन कुनै ठूलो कुरा होइन । लिभिङ टुगेदर रिलेसनसिपमा विश्वास राख्ने अंशु यौन विवाहअघि वा पछि भन्दा पनि आवश्यकताको कुरा मान्छिन् । समाजले यौन उदारतालाई संकुचित दृष्टिले हेर्न नहुने उनको तर्क छ ।

यौनलाई कुन हदसम्म राख्ने भन्ने विषयको निचोड त्यति सजिलै निस्कने अवस्था देखिँदैन । यौनलाई व्यवस्थित एवं मर्यादित तुल्याउन विवाह संस्कारको विकास भएको पाइन्छ । अतः यौन मानिसको प्राथमिक चाहना, उत्सुकता र आवश्यकता भए पनि सामाजिक जीवन-पद्धतिले यसलाई विवाहपछिको अभिन्न अंगका रूपमा स्वीकार गरेको पाइन्छ । यद्यपि बहुपति प्रथा, बहुपत्नी प्रथा, बालविवाह आदि कुराले त्यतिबेला विवाह मान्यतासित जोडिएको यौनलाई चुनौती दिएको देखिन्थ्यो भने अहिले बढ्दो विवाहेत्तर सम्बन्ध, टिनएज प्रेगनेन्सी, लिभ इन टुगेदर रिलेसनसिपले त्यसलाई चुनौती दिइरहेको पाइन्छ ।

बढ्दो यौन उन्मुक्तताले व्यक्ति र समाजलाई नकारात्मक असर पार्दै गएको कुरालाई नकार्न सकिँदैन । असुरक्षित यौनसम्बन्ध, टिनएज प्रेगनेन्सी, गर्भपतन, जबजस्ती करणी, बलात्कार, यौन दुर्व्यवहारका दर्जनौं उदाहरण समाजमा छन् । प्रेममा यौन हावी भएपछि आफूलाई सम्हाल्न नसकेको परिस्थितिले अनेकन् समस्या व्यक्ति स्वयम् र उसको परिवारले झेल्नुपर्ने हुन्छ । कसैको व्यक्तिगत क्रियाकलापले समाजको मर्यादालाई नाघ्न खोज्छ भने त्यो कुरा व्यक्तिगत रहँदैन । व्यक्ति स्वयम् समाजबाट अलग नभएकाले उसले सामाजिक मर्यादा पालना गर्नु आवश्यक छ । अतः आफ्नो प्रेम अभिव्यक्तिलाई यौन विकृतिमा परिणत हुनबाट जोगाउन व्यक्ति स्वयम् सचेत हुनुपर्छ ।

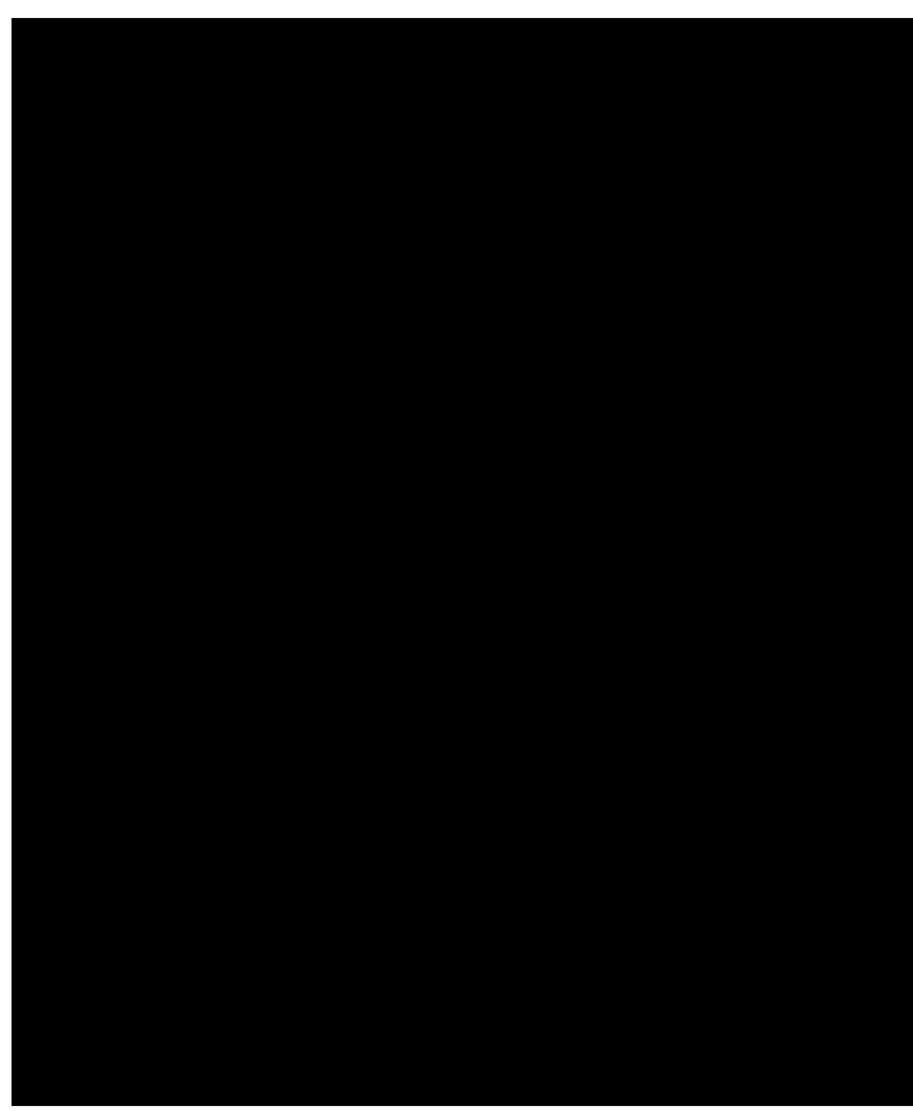
सबैभन्दा जोखिमपूर्ण र परामर्शको अत्यन्त आवश्यक पर्ने यौन मामिलामा समाजले मौनता कायम राख्ने गरेको छ, तर स्वाभाविक रूपले वर्जित कुरा जान्ने चाहना सबैमा हुने भएकाले यसप्रतिको बढी झुकाव देखिन्छ । हाम्रो परिप्रेक्ष्यमा जहाँ पहिले यौनसम्बन्धी उत्सुकता मेटाउन लुकीछिपी भिडियो पार्लरबाट डबल एक्स र ट्रिपल एक्स भनेर अश्लील चलचित्र हेर्ने, दफा ३०२, फ्याण्टेसी, डिबोनियर, हटपटजस्ता पत्रपत्रिका पढ्ने गरिन्थ्यो, आज त्यो परिस्थिति रहेन । यौन उन्मुक्तता अश्लील साहित्य, चलचित्रबाट उम्केर आफ्नै हातका औंलाका माध्यमबाट किबोर्ड र माउस हुँदै संसारकै यौनप्रसंग, प्रवृत्तिलाई आफ्नो कम्प्युटर वा काखे



कम्प्युटरमा हेर्न सकिने सहजता र निर्धक्कता बढेको छ ।

आज इन्टरनेटको माध्यमबाट पोर्नोग्राफी सहज रूपमा सबैको उपलब्धताभित्र पुगेको छ । मोबाइल सेटको ब्लु टुथ र मल्टिमिडियामार्फत आफ्नो सहजताअनुसार आफूलाई मन लागेजति सञ्चय गर्न पनि सहयोग पुगेको छ । यौनमामिला जति वर्जित छ, त्यति नै सहज र सुलभ बन्दै गएको छ । फास्ट कार, फास्ट बाइक, फास्टफुड र फास्ट लाइफ स्टाइलमा गाँजिएको युवापुस्ताको जीवनमा फास्ट केवल एउटा शब्द मात्र नभएर गति र आकर्षणको मिश्रण बन्न पुगेको छ । बढ्दो यौन उन्मुक्तता त्यसकै उपज हो, जहाँ डेटिङको अर्थ प्रेमलाई बुझ्नुभन्दा यौन मामिलालाई स्वतन्त्र रूपमा अनुभव गर्ने माध्यम बनेको छ ।

बढ्दो यौन उन्मुक्तताले निम्त्याएका थुप्रै असहज परिस्थितिमध्ये असुरक्षित यौनसम्बन्ध, इनम्याचुअड सेक्स, टिनएज प्रेग्नेन्सी, बलात्कार, हत्या आदि यौनजन्य अपराधहरू तथा यौनरोग र एचआईभी आदि प्रमुख हुन् । यसैगरी स्कुले बालबालिका एवं घरेलु बालश्रमिकमाथि हुने यौनजन्य हिंसाको कहालीलाग्दो स्थिति पनि त्यसकै उपज हो । नेपाल प्रहरी महिला तथा बालबालिका केन्द्रले उपलब्ध गराएको 'बाल यौन दुर्व्यवहार तथा शोषण' सम्बन्धी प्रतिवेदनमा आर्थिक वर्ष २०६४/०६५ मा जबर्जस्ती करणीका ३ सय ८२ मुद्दा प्रहरीमा दर्ता भए । उक्त समयभित्र मात्र बालबालिकाविरुद्ध २ हजार ३ सय ८६ अपराधका घटना 'रेकर्ड' भएका छन् । यौन हिंसाको सिकार भएकामध्ये दुईतिहाइ १६ वर्षभन्दा कम उमेरका छन् । बालबलिकामाथि भएका यौनजन्य पछिल्ला ३ सय ८२ घटनामा २ सय ६५ जना बालबालिका १६ वर्षमुनिका रहेको देखिएको छ । सन् २००७ मा सिविन नेपालमा रेकर्ड गएिका ८ हजार ८ सय ५ घटना छन् । त्यसबाहेक कार्यक्षेत्रमा हुने यौन दुर्व्यवहार, परस्त्री वा परपुरुषसितको विवाहेत्तर सम्बन्धहरू, सम्बन्धको रहस्य खोलिएपछिका हत्याका प्रसंग, बलात्कार र त्यसपछि हत्या, जबजरजस्ती करणी आदि यौन अपराधका दर्जनौं उदाहरण र कहालीलाग्दो तथ्यांक बढ्दो यौन उन्मुक्तताको परिणाम भएको कुरालाई नकार्न सकिँदैन । समाज आधुनिकीकरण हुँदैछ तर आधुनिकीकरणको नाममा सामाजिक मर्यादा पनि तोडिँदैछ । यौन मानवीय आवश्यकता हो र पनि यो विकृति एवं विसंगतिको खाल्डोमा धकेलिँदैछ ।



शुभकामना साटासाट गर्न रौता महोत्सव

गाईघाट– उदयपुरको प्रसिद्ध धार्मिकस्थल रौतापोखरीमा नयाँ वर्ष २०६६ सालको प्रारम्भमा तीनदिने रौता महोत्सवको आयोजना हुने भएको छ। आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरूबीच आपसमा शुभकामना साटासाट गर्न स्थानीय हिमचुली युवा समूहले विगत चार वर्षदेखि रौता महोत्सवको आयोजना गर्दै आएको छ। रौतापोखरीलाई पर्यटकीय स्थलका रूपमा परिचित गराउन र स्थानीय विभिन्न समुदायको संस्कृतिका बारेमा जानकारी गराउन आयोजना गरिने महोत्सवमा सदरमुकाम गाईघाटलगायत सिराहा, सप्तरी, खोटाङ, ओखलढुङ्गा, सिन्धुली, मोरङ आदि जिल्लाबाट पनि हजारौं मानिस रौता भगवतीको दर्शन गर्न र शुभकामना साटासाट गर्न आउँछन्।

नेपाल घुम्न आएका विदेशी पर्यटकहरू पनि महोत्सवमा सामेल भै नेपाली संस्कृतिअनुसार शुभकामना साटासाट गर्ने गरेका छन्। यो वर्ष फरक र विशेष रूपमा आयोजना गर्न लागिएकाले महोत्सवमा १५ हजारभन्दा बढी सर्वसाधारणको उपस्थिति रहने अनमान गरिएको आयोजक समितिका सदस्य विष्णु काफ्लेले बताए। महोत्सवमा मगर समदायको हर्रा नाच, तामाङ समुदायको तामाङ सेलो, नेवार समुदायको लाखे नाच पनि प्रस्तुत गरिनेछ। महोत्सवमा विभिन्न प्रतियोगितात्मक खेलको आयोजना गरी विजयीहरूलाई पुरस्कृत पनि गर्ने गरिएको छ।

–विमल खतिवडा

पहिलो कविता गाउँ

लुम्ले, कास्की– पोखरेली गीतकार विनोद गौचनको परिकल्पनामा कास्कीको लुम्ले गाउँ 'कविता गाउँ' बन्दैछ। लुम्लेबासी कला, साहित्य र संगीतका माध्यमबाट सांस्कृतिक पर्यटनको विकास गर्न लागिपरेका छन्। त्यसका लागि उनीहरूले स्थानीय शिक्षक भक्तिराम देवकोटाको संयोजकत्वमा 'कविता गाउँ मूल समिति' गठन गरेका छन्। आगामी चैत १५ गते लुम्लेलाई भव्य कार्यक्रमका साथ कविता गाउँ घोषणा गर्न १५ वटा उपसमिति गठन गरिएका छन्।

साप्ताहिक Classified Advertisement

रोजगार

तुरुन्तै सुटिङ हुन लागेको नेपाली कथानक चलचित्र विजयपथको लागि कलाकार चाहियो। नजान्नेलाई निर्देशकद्वारा तालिमको व्यवस्था, ९८४९१३६०७२, ९८४१२७५७१४, ०१२००३७६३।

अफिसलाई १३ महिला/पूरुष विद्यार्थी, कम्प्युटर गरेका, ५ कर्मचारी, मासिक ८५००।-, ९८४१९८८१७४, ९८४१४९३०२७, चावहिल।

NGO कार्यालयलाई महिला/पूरुष २१ कर्मचारी १२,०००।-, ४२७४७०१, ९८४९०८६५८६, ९८०३८१३०४५।

राम्रो चलिरहेको टेलर्सलाई लेडिज तथा जेन्स् कटिङ्ग तथा सिलाइ गर्ने अनुभवी कामदार तुरुन्त चाहियो। सम्पर्कः न्यू हाम्रो टेलर्स, डाँछिबजार, काठमाडौं, ४४५१२८६।

४५ जनालाई १०० प्रतिशत निःशुल्क, रेडियो, प्राविधिक तालिम, ५६ जनालाई ५० प्रतिशत छुटमा उद्घोषण, ४४२८५५८, ९८४१४४२९४१।

NGO कार्यालयलाई महिलाहरू पूरुषहरू अर्जेन्ट, १३०००।-, बस सुविधा, २२९०२२३, ९८४१०३५४१७।

सम्पर्क

सयली गर्ल्स होस्टेल बुद्धनगर ९८५१००६०८३, ०१४७८३९१०

प्राइभेट S.L.C. नयाँ भर्ना ०१-६९१३२८६ सोह्रखुट्टे

नगद ब्यालेन्स-१०० Trasaction Documentation, 4425343, 9851106495

उपचार

यौन सन्तुष्टी, लिङ्गको लम्बाई मोटाई बढाउन स्तन घटाउन बढाउन गुप्ताङ्ग टाइट गर्न रक्सी चुरोटको कुलत छुटाउन, २३२५३५२, ९८०३५०२२५९, ९८४१९८१९७६

लिङ्गको लम्बाई, मोटाइ, उत्तेजना बढाउन सम्पकः ९८४१५०६१३४

काठमाडौंमा सुदूर पश्चिम उत्सव

काठमाडौंमा आयोजना गरिएको सुदूर पश्चिम सांस्कृतिक उत्सव तथा तस्बिर प्रदर्शनी मेला आइतबार सम्पन्न भएको छ। सुदूर पश्चिमको कला-संस्कृति तथा सुदूर पश्चिममा छरिएर रहेका ऐतिहासिक तथा धर्मिक पर्यटकस्थलहरूका बारेमा जानकारी गराउने उद्देश्यले आयोजित मेलामा देउडा, धमाली, हुड्केली, छलिया, पुतला, न्याउले भाकाका गीतहरूसमेत प्रस्तुत गरिएको थियो।

मेलामा सुदूर पश्चिमबाट काठमाडौंमा आई बसेका विद्यार्थीदेखि लिएर कलाकार, उच्च ओहदामा कार्यरत कर्मचारी तथा विभिन्न राजनैतिक दलका वरिष्ठ नेताहरूको समेत बाक्लो उपस्थिति थियो। चर्चित देउडा गायकहरू नन्दकृष्ण जोशी, यज्ञराज उपाध्यायले उत्सव अवधिभर सुदूर पश्चिमका चर्चित तथा लोपन्मुख देउडा गीतहरू गाएका थिए। उनीहरूले मेलाको उद्घाटन र समापन गर्न उपस्थित नेपाली काङ्ग्रेसका वरिष्ठ नेता शेरवहादुर देउवा र प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाललाई समेत नचाएका थिए।

उत्सवमा धार्मिक, ऐतिहासिक, सांस्कृतिक र पर्यटकीय क्षेत्रहरूका २ सय ५४ वटा तस्बिर तथा पोस्टकार्डहरू प्रदर्शनीमा राखिएका थिए। उत्सवमै सुदूर पश्चिमको पर्यटकीय अवस्था र सम्भावनाका बारेमा लेखिएको पुस्तक 'अनौठो सुदूर पश्चिम' पनि सार्वजनिक गरिएको थियो। सुदूर पश्चिमका चर्चित परिकारहरू पुवा, फाउनेमाडा, चुकनी, बाबर, डुप्का पनि उत्सवमा उपलब्ध गराइएको थियो।

बाग्लुङको चैतेदसैं मेला

बाग्लुङ– सोह्रौं शताब्दीमा पाल्पाका राजा मणिमुकुन्द सेनले पर्वतका राजा प्रतापीनारायण मल्लसँग आफ्नी छोरी विश्ववा देवीको विवाह गराएका थिए। विवाहका क्रममा सेनले छोरी विश्ववादेवीले दैनिक पूजा गर्दै आएका महाकाली, महासरस्वती र महालक्ष्मीका मूर्ति दाईजोस्वरूप दिई पठाएका थिए।

विश्ववा देवीसँगै आएका डोलेहरूले दाइजोस्वरूप ल्याइएको मूर्ति विश्राम गर्ने क्रममा भुइँमा राखेका थिए। पछि हिँड्ने क्रममा उक्त मूर्ति उठाउन सकेनन्। त्यसै राति विश्ववादेवीले मूर्ति कालीगण्डकी नदी पार नगर्नु, जंगलको बीच र पानी नभएको स्थानमा राख्नु भन्ने सपना देखिछन्। त्यही सपनाका आधारमा पर्वते राजा प्रतापीनारायण मल्लले बाग्लुङ बजारको पुछारमा रहेको जंगलभित्र मूर्ति प्रतिस्थापन गर्न लगाए। यो विक्रम संवत् १५९१ सालको कुरा थियो।

मूर्ति प्रतिस्थापनपछि त्यस ठाउँमा प्रत्येक चैतेदसैंका अवसरमा पूजाआजा हुनुका साथै ठूलो मेला लाग्दै आएको छ। लोकसंस्कृतिका अन्वेषक प्रेम छोटाका अनुसार तत्कालीन पर्वते राजाले नै पूजाआजा र मनोरञ्जन तथा स्थानीय उत्पादनको व्यापारका लागि मेला भर्ने चलन चलाएका थिए।

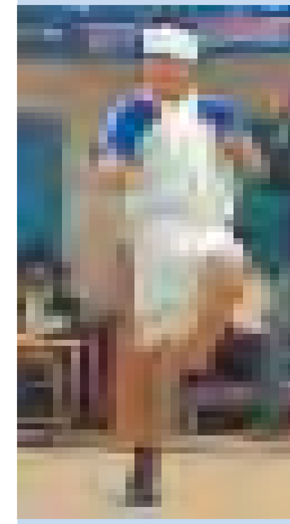
चैतेदसैंका अवसरमा कालिका मन्दिरमा दर्शनार्थीको ठूलो भीड लाग्छ। मनोकामना पूरा हुने विश्वासमा पञ्चबलि पनि दिइन्छ। धौलागिरि अञ्चलका अतिरिक्त गण्डकी, लुम्बिनी र नारायणी तथा राजधानीलगायतका स्थानबाट लाखौं दर्शनार्थी यहाँ आउँछन्। मन्दिरमा लाग्ने मेला पश्चिमाञ्चलकै ठूलो मानिन्छ। यस अवसरमा मन्दिरमा बर्सेनि २ लाखभन्दा बढी दर्शनार्थी आउने मन्दिरका ठेकेदार अणिन्द्र खड्का बताउँछन्। रानी विश्ववादेवीसँगै खड्ग समातेर आएका पुओर जातिका व्यक्ति यहाँ मूर्ति प्रतिस्थापन भएपछि खड्का भएका हुन्। हालसम्म मन्दिरमा खड्का नै पुजारी छन्।

मेलामा बाग्लुङकै विभिन्न गाविस, रोल्पा, रुकुम, प्युठान, डोल्पा, जुम्ला, हुम्ला, दैलेख जिल्लालगायतका स्थानका व्यापारीले डाला, नाङ्ला, ठेका, फलामे औजार, राडपाखीलगायतका घरेलु तथा हस्तकलाका उत्पादन बिक्री गर्न ल्याउँछन्। विगतमा यहाँ १५ दिनसम्म मेला लाग्थ्यो। रोधी बसेर तरुनी-तन्नेरी धीत मर्ने गरी गीत गाउँथे, तर समयको परिवर्तनसँगै अहिले पुरानो चलन हटिसकेको छ। उद्योग वाणिज्य संघलगायतका संस्थाले थप मनोरञ्जन तथा सूचनामूलक कार्यक्रमहरू गर्छन्।

–लालप्रसाद शर्मा

सागर र सिर्जनाले नचाए दर्शक

नुवाकोट - तामाङभाषी लोकगायक जोडी सागर एस. वाइबा र सिर्जना एस. वाइबाले गत साता ककनीका दर्शकहरूलाई छमछमी नचाएका छन्। गत शनिबार नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ ककनी समन्वय परिषद्को भेलामा आएका दर्शकहरूलाई सागर र सिर्जनाको जोडीले नचाएका हुन्



सागर र सिर्जनाको जोडीले साइकल कोरोरो.... र म्हेन्दोमाया भाकाको तामाङ भाषाको गीत गाएका थिए। मातृभाषामा कर्णप्रिय भाकामा ककनी, मदानपुर क्षेत्रका दर्शकहरूले मनोरञ्जन लिए। जिल्लाको उत्तरी क्षेत्रको किम्ताङ र भाल्चे क्षेत्रको लोकभाका साइकल कोरोरो.... लाई समेटेर गीतिएल्बम ल्याएपछि यो गीत नुवाकोट र रसुवा जिल्लामा निकै लोकप्रिय छ।

दस वर्षपछि म्युजिक भिडियो

धरान– गायक गंगा वरदानको चर्चित गीत 'छपनीले छानछान....' रेकर्ड भएको दस वर्षपछि म्युजिक भिडियोमा आउने भएको छ। २०३१ सालमा पूर्वाञ्चल स्तरीय संगीत प्रतियोगीतामा प्रथम भएको सो गीत २०५५ सालमा 'गंगा वरदान भाग १' मार्फत बजारमा आएको थियो।

गाउँ-गाउँसम्म चर्चित सो गीत हालै निर्देशक विजय श्रेष्ठको निर्देशनमा छायांकन भएको छ। वरदानका साथै पञ्चशोभा राई, मणि राई, वैशाली लिम्बू, शुष्मा राई, केवल बस्नेत, मिलन राई, डिल्ली राई आदि कलाकारले अभिनय गरेको उक्त म्युजिक भिडियोका निर्माता भुवन आचार्य हुन्। एक साताभित्र सम्पादन कार्य सकिने सो भिडियो गाउँले परिवेशमा छायांकन गरिएको निर्देशक श्रेष्ठले बताए। बाह्र वर्षपछि म्युजिक भिडियो निर्देशनमा फर्किएका श्रेष्ठले भने– 'यो ऐतिहासिक गीतको भिडियो निर्देशन गर्न पाउँदा खुसी छु।'

यू-१९ राष्ट्रिय क्रिकेट

उपाधि वीरगन्जको पोल्टामा

अजय हमाल

काठमाडौं- नेपाली क्रिकेटमाझ भखरै सम्पन्न यू-१९ राष्ट्रिय क्रिकेटले नयाँ स्वाद पस्कियो। विगतमा क्षेत्र नम्बर-३ काठमाडौं र क्षेत्र नम्बर-४ भैरहवाको आधिपत्य रहँदै आएकोमा यसपालि तोडिएको छ। क्षेत्र नं.२ वीरगन्ज र क्षेत्र नं. ५ नेपालगन्जले यसपालि चर्चा पाए। नतिजाले आमक्रिकेटप्रेमीको पुर्वानुमान गलत सावित भयो।

वीरगन्ज र नेपालगन्ज फाइनल पुग्नुलाई धेरैले आश्चर्य माने। यी दुई टिमले फाइनलसम्मको यात्रा तय गर्ने आशा गरिएको थिएन। विगतमा जस्तै एक-अर्कासँग फाइनलमा भिड्ने सपना साँचेका काठमाडौं र भैरहवाको यात्रा अन्तिम चारको प्रतिस्पर्धामै समाप्त भयो।

डिफेन्डिङ च्याम्पियन काठमाडौंलाई वीरगन्जले पाखा लगायो भने नेपालगन्जले अनुभवी मानिएको भैरहवाको चुनौती समाप्त पार्‍यो। क्षेत्रगत रूपमा क्रिकेट सुरु भएपछि नेपालगन्ज कुनै पनि स्तरको प्रतियोगिताको फाइनलमा पुगेको यो पहिलो हो। वीरगन्जले पनि लामो समयपछि सफलता दोहोर्‍यायो। यसअघि विनोद दासको नेतृत्वमा वीरगन्जले वि.सं.२०५७ सालमा उपाधि जितेको थियो।

नेपाल क्रिकेट संघका अध्यक्ष विनयराज पाण्डे पनि यसपल्टको नतिजा आश्चर्यजनक रहेको बताउँछन्। 'नतिजा अनपेक्षित आयो,' पाण्डेले भने- 'धेरै वीरगन्ज र नेपालगन्ज फाइनल पुग्लान् भन्ने सोचेका पनि थिएनन्।' यसबाट पाण्डे खुसी देखिन्छन्। उनले भने- 'क्रिकेटका लागि यो नतिजा राम्रो हो। नयाँ-नयाँ क्षेत्र फाइनल पुग्ने त्यहाँ क्रिकेटको विकास देखिन्छ र खेलाडीको मनोबल पनि बढ्छ।'

कीर्तिपुर मैदानमा भएको फाइनलमा वीरगन्जले नेपालगन्जलाई ९९ रनले हराएको थियो। सेमिफाइनलमा वीरगन्जले १८ रन र नेपालगन्जले २२ रनको जित हासिल गरेका थिए। फाइनलमा टस जितेर पहिले ब्याटिङ गरेको वीरगन्जले ४९ ओभरमा १ सय ६९ रनको योगफल बनाएको थियो। नेपालगन्ज २१ ओभर १ बलमा ५१ रनमै सीमित भयो। वर्षाद्वारा खेल प्रभावित भएपछि नेपालगन्जले ३९ ओभरमा जितका लागि १ सय ५१ रनको नयाँ लक्ष्य पाएको थियो।

फाइनलमा राम्रो गर्न नसके पनि नेपालगन्जका खेलाडीले प्रतियोगितामा व्यक्तिगत रूपमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरे। बलिङमा नवीन शाही र ब्याटिङमा अनुपम सिंह चम्के। नवीनले सेमिफाइनलसम्म १० विकेट लिए भने फाइनलमा ३ विकेट हात पारेका थिए।

उपाधि जित्न सफल रहे पनि वीरगन्जका खेलाडीको व्यक्तिगत प्रदर्शन सन्तोषजनक रहेन। फाइनलको म्यान अफ द म्याचको पुरस्कार भने वीरगन्जका जटाशंकर शर्माफले पाए। ६ क्षेत्रको सहभागिता रहेको प्रतियोगितामा पाँचौं बनेको क्षेत्र नम्बर-१ विराटनगरका सन्नी पुन उत्कृष्ट ब्याटिङका कारण म्यान अफ द सिरिज चुनिए।

लामो समयपछि प्राप्त सफलतामा वीरगन्ज टिमका कप्तान आकाशसिंह परियार हौसिएका छन्। उनकै नेतृत्वमा वीरगन्जले उपाधिको खडेरीमा पूर्णविराम लगायो। 'यसले सम्पूर्ण टिमलाई उत्साहित पारेको छ,' आकाशले भने- 'हामीले यो उपलब्धि सोचेका थिएनौं।' जनकपुरका खेलाडी सहभागी नभएपछि टिम सोचेजस्तो बलियो नभएको उनले बताए।' प्रतिभा भएर पनि राष्ट्रिय टिममा अवसर नदिएको आरोप लगाउँदै जनकपुरले यसपालि प्रतियोगिता बहिष्कार गरेको थियो।

नेपालगन्जका प्रशिक्षक दीपेन्द्रप्रताप सिंहले फाइनल पुग्नुलाई नै ठूलो सफलताका रूपमा लिएका छन्। 'यो ठूलो उपलब्धि हो', उनले भने- 'थोरै अवधिको तयारीअनुसार यो नतिजा निकै राम्रो हो। नेपालगन्जका खेलाडीले पहिलोपल्ट व्यक्तिगत पुरस्कार जितेका हुन्। यसले सबैको मनोबल बढाएको छ।'

५ प्रश्न

तेस्रो सीएमएस ओपन गल्फ च्याम्पियन शिवराम श्रेष्ठले एकै सिजनमा सर्वाधिक धन कमाउने नेपाली खेलाडीको नयाँ कीर्तिमान कायम गरे। एकपछि अर्को गर्दै ११ महिनायता ५ उपाधि जितेका २४ वर्षीय गल्फर दैनिक ८-१० घण्टा रोयल नेपाल गल्फ कोर्समा अभ्यासमा जुट्छन्।

यो सिजनमा कति आम्दानी गर्नुभयो ?

५ लाख ७५ हजार रुपैयाँ। नेपाल, भारत र बंगलादेशमा व्यावसायिक गल्फ खेलेर पाएको रकम हो।

यति धेरै रकम के गर्नुहुन्छ ?

गल्फ महँगो खेल हो। आएको रकम खेल्दाखेल्दै सकिन्छ। तपाईंले हिसाब गर्दा मात्रै मैले सिजनमा सर्वाधिक धन कमाउने खेलाडी आफू भएको थाहा पाएँ।

सबैभन्दा धेरै माया ?

आमा र बुबालाई, जसले मलाई यो संसार देखाए।

गर्लफ्रेन्ड छ ?

अहिलेसम्म मैले गर्लफ्रेन्ड नै भेटेको छैन। केटीहरूसँग राम्ररी बोल्न नजान्ने भएकाले होला, मेरो केटी साथी नै छैन।

विवाह कहिले गर्ने ?

सोचेकै छैन। गर्लफ्रेन्ड भेटेपछि गर्छु। सायद लभ म्यारिज नै गरिन्छ।

– राजु घिसिङ

महिला फुटबलको उपाधि स्याङ्जालाई

पोखरा- पोखरामा सञ्चालित क्षेत्रीय महिला फुटबलको उपाधि स्याङ्जाले जितेको छ। पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताका लागि खेलाडी छनौटअन्तर्गत सञ्चालन भएको उक्त प्रतियोगिताको फाइनलमा स्याङ्जाले तनहुँलाई १ का विरुद्ध २ गोलले पराजित गरी उपाधि जितेको हो।

यसअघि तेस्रो स्थानका लागि भएको खेलमा नवलपरासीले कास्कीलाई शून्यका विरुद्ध १ गोलले पराजित गर्‍यो। प्रतियोगितामा स्याङ्जाकी सजिना राना उत्कृष्ट खेलाडी, तनहुँकी रबिना थापा उत्कृष्ट मिडफिल्डर, कास्कीकी सुनिता सुवेदी उत्कृष्ट गोलकिपर, लमजुङकी दिलमाया अधिकारी उत्कृष्ट डिफेन्डर घोषित भए।

पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा पश्चिमाञ्चल क्षेत्रबाट महिला फुटबलमा स्याङ्जा, नवलपरासी, तनहुँ, कास्की र लमजुङका गरी २२ जना खेलाडी छनौट भएका छन्।

-शिव शर्मा

क्षेत्रीय तेक्वान्दोमा ललितपुर पहिलो

नुवाकोट- नुवाकोटमा सञ्चालन भएको मध्यमाञ्चल क्षेत्रीय तेक्वान्दो प्रतियोगिताको उपाधि ललितपुरले जितेको छ। जिल्ला खेलकुद विकास समिति नुवाकोटको खेलमैदान कोलनीमा सोमबार सम्पन्न प्रतियोगितामा ४ स्वर्ण, १ रजत र १ कांस्यसहित ६ पदक जितेर ललितपुर पहिलो भएको हो।

चितवनले ३ स्वर्ण, १ रजत र ३ कांस्य पदकसहित दोस्रो र नुवाकोटले २ स्वर्ण र ३ कांस्य पदक जितेर तेस्रो स्थान प्राप्त गरेको छ। प्रतियोगितामा मध्यमाञ्चल विकासक्षेत्रका १८ जिल्लाका २ सय ८८ खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। प्रतियोगितामा ललितपुरका आशिष महर्जन र काभ्रेकी रोजी शेर्पाले उत्कृष्ट खेलाडीको पुरस्कार पाए।

प्रतियोगितामा १४ स्वर्ण पदक, १४ रजत पदक, २८ वटा कांस्य पदकको छिनोफानो भएको छ। प्रतियोगितामा सिन्धुपाल्चोक र सिन्धुलीले एउटै पनि पदक हात पार्न सकेन।

प्रतियोगितामा स्वर्ण पदक जित्ने खेलाडीहरूलाई भरतपुरमा बन्द प्रशिक्षणमा राखेर चैत अन्तिम साता काठमाडौंमा हुने नवौं राष्ट्रिय तेक्वान्दो प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गर्न पठाइने नुवाकोट जिल्ला खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष राम थापाले बताए।

-नवदीप अजनवी

गोल्डकपको उपाधि नाइटचेसलाई

विराटनगर- झापाको नाइटचेस क्लबले काठमाडौंको युथ श्री-स्टारलाई १ का विरुद्ध ३ गोलले पराजित गर्दै नेपाल-भारत आमन्त्रण प्रथम केवीआरयु कन्दङ्वा स्मृति रनिङशिल्ड गोल्डकप फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि जितेको छ। सगरमाथा युथ क्लबको आयोजनामा मोरङको इन्द्रपुरस्थित विराटचोकमा गत साता सम्पन्न फाइनल जितेर नाइटचेसले नगद ५० हजार रुपैयाँसहितको उपाधि जितेको हो। उपविजेता युथ श्री-स्टारले नगद २५ हजार रुपैयाँसहितको शिल्ड प्राप्त गरेको छ।

फाइनलमा पराजय भोगेपछि युथ श्री-स्टारका प्रशिक्षक सुरेन्द्र तामाङले खेलाडीलाई प्रशिक्षणको कमी भएकाले हार सहनुपरेको प्रतिक्रिया दिए। विजेता नाइटचेसका प्रशिक्षक दीपक कार्कीले रणनीतिक खेलका कारण आ□नो टिम विजय भएको बताए। खेलमा म्यान अफ द म्याचको उपाधि श्री-स्टारका टंक लामाले पाए। म्यान अफ द सिरिज भने नाइटचेसका योगेश गुरुङ भए। प्रतियोगितामा सबैभन्दा बढी गोल गर्ने आयोजक टिमका याक्व राई भए।

-कमल रिमाल

बास्केटबलको उपाधि सुनसरीलाई

धरान- पूर्वाञ्चल क्षेत्रीय खेलकुद विकास समितिद्वारा आयोजित पूर्वाञ्चल स्तरीय बास्केटबल प्रतियोगिताको उपाधि सुनसरीले हात पारेको छ।

धरानमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगिताको फाइनलमा सुनसरीले मोरङलाई १८-०, १०-८, २१-१३ र १२-१८ अंकले पराजित गर्‍यो। सुनसरीका राम सुनुवार र भुपाल राईले क्रमशः १२-१२ व्यक्तिगत अंक जोडेका थिए भने मोरङका विजय खत्रीले व्यक्तिगत ११ अंक जोडे। तेस्रो स्थानका लागि भएको खेलमा उदयपुरले इलामलाई ११-६, १५-२, २२-३ र १६-१० अंकको फरकले पराजित गरेको थियो। तेस्रो स्थानका लागि भएको खेलमा उदयपुरका राजु महर्जनले व्यक्तिगत २७ अंक बटुलेका थिए भने इलामका रोशन आचार्यले १० अंक बटुले। धरानको यलम्बर खेलमैदानमा सञ्चालन भएको पूर्वाञ्चलस्तरीय बास्केटबल प्रतियोगितामा पूर्वाञ्चलका सुनसरी, उदयपुर, मोरङ, झापा र इलाम गरी जम्मा पाँचवटा टिम सहभागी थिए। पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताका लागि उक्त छनौट प्रतियोगिता सम्पन्न भएको हो।

-भीषण राई

अमिला राष्ट्रिय फुटबलको उपाधि अन्नपूर्णको पोल्टामा

चितवन- आठ वर्षपछि चितवनमा आयोजना भएको अमिला स्मृति फुटबलको उपाधि काठमाडौंको अन्नपूर्ण क्लबले चुमेको छ। गत शनिवार सम्पन्न फाइनल खेलमा अन्नपूर्णले उपाधिसँगै नगद ५० हजार रुपैयाँ तथा शिल्ड प्राप्त गर्‍यो। आयोजक नारायण फुटबल क्लबले दोस्रो स्थानमा चित्त बुझाउँदै नगद २५ हजार रुपैयाँ तथा शिल्ड हात पार्‍यो।

नारायणगढको क्याम्पाचौरमा आयोजित फाइनल खेलमा अन्नपूर्णले आयोजक नारायणगढ फुटबल क्लबलाई शून्यका विरुद्ध २ गोलले पराजित गरेको हो।

प्रतियोगिताभरि राम्रो प्रदर्शन गरेका नारायणगढ फुटबल क्लबका रंजित गुरुङ बेस्ट गोलकिपर, सर्वोत्कृष्ट खेलाडीमा अन्नपूर्णका शेखर लिम्बू, सर्वोत्कृष्ट डिफेन्समा दीपक तमु र फाइनल प्रतियोगिताको म्यान अफ द म्याच ऋषि राई भए।

प्रतियोगिता गत फागुन २४ गते सुरु भएको थियो। स्थानीय व्यापारी अमृतमान शाक्यले आफ्नी पत्नीको स्मृतिमा नारायणगढ फुटबल क्लबसँग मिलेर प्रतियोगिता प्रायोजन गरेका हुन्। अमिला राष्ट्रिय नकआउट फुटबल प्रतियोगिताको नामबाट सञ्चालन भएको प्रतियोगिताले आउँदो वर्षमा पनि निरन्तरता पाउने प्रायोजक शाक्यले बताए।

प्रतियोगितामा देशभरिका १४ वटा टिमले सहभागिता गरेका थिए। प्रतियोगितामा काठमाडौंका एन्फा एकेडेमी, अन्नपूर्ण क्लब र हिमालयन शेर्पा, पोखराको सहारा क्लब र रामघाट क्लब, बुटवलको इन्टरस्पोर्ट्स क्लब, लिस्नु युवा क्लब भैरहवा, इन्टरनेट क्लब हेटौंडा, जनमुक्ति सेना नेपालका साथै वीरगन्ज, कावासोती, भरतपुर र नारायणगढका टिमहरू सहभागी थिए।

-प्रवीण दत्त

एएफसी च्यालेन्ज कप

दह्रो आत्मविश्वास बोकेर उत्रँदैछ नेपाल

शिव मुखिया

काठमाडौँ– प्रथम प्रधानमन्त्री कपमा प्राप्त सफलताको आत्मविश्वास बोकेर नेपाली टोली च्यालेन्ज कपको छनौट चरणमा उत्रनेछ। एएफसी च्यालेन्ज कपको छनौट चरणमा नेपाल ग्रुप अफ डेथ मानिएको समूह 'सी' मा परेको छ। यो समूहमा रहेको अफगानिस्तानले अन्तिम समयमा सहभागिता नजनाउने भएपछि नेपालले किर्गिस्तान र प्यालेस्टाइनसँग भिड्नुपर्नेछ।

च्यालेन्ज कपमा नेपाली टिमले खरो प्रतिद्वन्द्वीको सामना गर्नुपर्नेछ। नेपाली टिमसँग कीर्गिस्तानसँग खेलेको अनुभव छ भने प्यालेस्टाइनसँग पहिलो पटक प्रतिस्पर्धा गर्दैछ। प्रतियोगितामा प्यालेस्टाइन नेपाली टिमका लागि कठिन प्रतिद्वन्द्वी हुन सक्ने अनुमान गरिएको छ। 'हाम्रो टिम उच्च आत्ममनोबलका साथ खेल्नेछ,' नेपाली राष्ट्रिय टिमका प्रशिक्षक योगम्बर सुवालले साप्ताहिकसँग भने- 'प्रतिद्वन्द्वी बलियो भए पनि हाम्रो तयारी कमजोर छैन।' च्यालेन्ज कपका लागि बेग्लै रणनीतिअनुरूप नेपाली टिम मैदानमा उत्रने प्रशिक्षक सुवालले बताए। कप्तान राकेश श्रेष्ठ नेपाली खेलाडीहरूमा दह्रो आत्मविश्वास रहेको बताए।

नेपाली टिममा जुन किसिमको आत्मविश्वास छ, त्यहीअनुरूप आपसी तालमेल त्यति राम्रो नभएको विगतका प्रतियोगिताहरूले देखाएको छ। 'गोल खाइसकेपछि हाम्रो आत्मबल खस्किहाल्छ,' नेपाली टिमको कमजोरी औँल्याउँदै खेलाडी जुमानु राई भन्छन्- 'यही कमजोरीले गर्दा हामी खेल अवधिभर डटेर खेल्न सक्दैनौं।' प्रशिक्षक सुवालका अनुसार नेपाली टिम फास्ट र फरवर्ड भए पनि स्कोर गर्नमा कमजोर छ। यद्यपि कठिन प्रतिद्वन्द्वीसँग सामना गर्नका लागि नेपाली टिम कडा अभ्यासमा जुटिरहेको सुवालले बताए। छनौट चरणअन्तर्गत नेपालले चैत १३ गते प्यालेस्टाइनसँग र १५ गते किर्गिस्तानसँग खेल्नेछ।

च्यालेन्ज कपमा नेपालको उच्च प्रदर्शन सेमिफाइनलसम्मको छ। बंगलादेशमा सम्पन्न पहिलो संस्करणको च्यालेन्ज कपमा नेपालले समेमिफाइनलसम्म यात्रा तय गरेको थियो। सन् २००६ मा भएको उक्त प्रतियोगितामा नेपाल श्रीलंकासँग टाइब्रेकरमा पराजित भएको थियो।

त्यस्तै दोस्रो संस्करणअन्तर्गत भएको प्रतियोगितामा नेपाल आयोजक कम्बोडिया र मकाउलाई हराउँदै च्यालेन्ज कपको अन्तिम चरणसम्म पुगेको थियो।

नेपालको टार्गेट

पहिलो र दोस्रो च्यालेन्ज कपमा प्राप्त गरेको नतिजाका आधारमा नेपालले त्यति ठूलो असफलता बेहोर्नुपरेको छैन। विगतमा सेमिफाइनलसम्मको यात्रा तय गरेको नेपालले यसपालि त्योभन्दा माथिल्लो खुड्किलो उक्लने प्रयास गर्नेछ। यद्यपि हाल प्रशिक्षणमा व्यस्त खेलाडीहरूको मुख्य लक्ष्य छनौट चरण पार गर्नु छ। 'अहिले हाम्रा लागि छनौट चरण पार गर्नु पहिलो चुनौती हो,' टिम कप्तान श्रेष्ठ भन्छन्- 'त्यसपछि बाँकी खेलमा सोहीअनुसारको लक्ष्य निर्धारण गरेर अघि बढ्नेछौं।'

आ□नो समूहमा नेपालले कडा प्रतिद्वन्द्वीको सामना गर्नुपर्नेछ' प्रशिक्षक सुवाल भन्छन्- 'यिनै टिमलाई पराजित गर्नु हाम्रो ध्येय हो।' 'हामीमा जित्छौं भन्ने आत्मविश्वास छ,' खेलाडी राई भन्छन्। 'सबै खेलाडी हौसिएका छन्,' प्रशिक्षक सुवाल भन्छन्- 'कठिन प्रतिद्वन्द्वीसँग भिड्ने आत्मविश्वास बोकेका छन् उनीहरूले।'

कठिन प्रतिद्वन्द्वी

यसअघि कहिल्यै नखेलेको प्यालेस्टाइनलाई नेपालले सबैभन्दा दरो प्रतिद्वन्द्वीका रूपमा लिएको छ। फिफा वरियतामा दुई स्थान तल भए पनि प्यालेस्टाइनको फुटबल स्तर नेपालको भन्दा धेरै माथि छ। फिफा वरियतामा नेपाल १ सय ७२ औं स्थानमा छ।

किर्गिस्तानको फुटबल स्तर पनि नेपालको भन्दा धेरै राम्रो छ। कप्तान श्रेष्ठ भन्छन्-'सेवा सुविधा र तयारीको हिसाबले उनीहरू हामीभन्दा अगाडि छन्।'

जुनियर र सिनियर खेलाडीको संयोजन

च्यालेन्ज कपका लागि नेपाली राष्ट्रिय टोलीमा सिनियर र जुनियर खेलाडीहरूलाई समावेश गरिएको छ। थुप्रै अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताको अनुभव सँगालिसकेका जुमानु राई, नीराजन रायमाझी, अनिल गुरुङसँगै सन्तोष नेपाली, चेतन घिमिरे, दीपक भुषालजस्ता जुनियर खेलाडीहरूलाई समेत राष्ट्रिय टिममा राखिएको छ। 'टिमलाई सशक्त बनाउनका लागि विभिन्न पोजिसनका अव्वल खेलाडीहरू छनौट गरिएको हो,' प्रशिक्षक सुवालले भने- 'यसमा केही नयाँ खेलाडीलाई पनि समावेश गरिएको छ।' यसपालिको टिम निकै बलियो भएको उनको दाबी छ।

नीराजनको अन्तिम खेल

एएफसी च्यालेन्ज कप नीराजन रायमाझीका लागि अन्तिम खेल हुनेछ। नेपालका सफल स्टाइकर नीराजनले सो खेलपछि अन्तर्राष्ट्रिय फुटबलबाट संन्यास लिनेछन्। अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा नेपाली राष्ट्रिय टिमका लागि नीराजनले १३ गोल गरेका छन्। उनले २००० फेब्रुअरी १२ मा पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय गोल गरेका थिए। एकै प्रतियोगितामा ७ गोल गर्ने उनी एक मात्र नेपाली खेलाडी हुन्। सन् २००१ मा विश्वकप छनौटको चार खेलमा उनले ७ गोल गरेका थिए। अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा ह्याट्रिक गरेको कीर्तिमानी पनि उनीसँग छ।

नेपाली टिम

च्यालेन्ज कपमा नेपाली टिमको कप्तानी राकेश श्रेष्ठले सम्हाल्नेछन्। २३ सदस्यीय राष्ट्रिय टिममा तीन गोल रक्षक विकाश मल्ल, रीतेश थापा, किरण चेम्जोङ समावेश छन्। डिफेन्डरमा सागर थापा, विराज महर्जन, अन्जन केसी, चुनवहादुर थापा, रवीन श्रेष्ठ, दीपक भुसाल र रोहित चन्द छन्। मिडफिल्डमा विसन गौचन, सन्दीप राई, राजु तामाङ, विजय गुरुङ, भोला सिलवाल, सन्तोष साहुखल, चेतन घिमिरे र सन्तोष नेपाली र स्ट्राइकरमा अनिल गुरुङ, जुमानु राई, युगलकिशोर राई र नीराजन रायमाझी छन्।

यो धेरै बलियो टिम हो

योगम्बर सुवाल
प्रशिक्षक, राष्ट्रिय टोली

नेपालको तयारी कस्तो छ ?

प्रतिद्वन्द्वी कठिन भएकाले हामीले सोहीअनुसारको तयारी गरिरहेका छौं। प्यालेस्टाइनी खेलाडीको पोजिसनवाइज हामीले आफ्ना खेलाडीलाई राखेका छौं। यो प्रतियोगिताका लागि प्रधानमन्त्री कपमा भन्दा बेग्लै रणनीति अपनाइएको छ। खेलाडीहरूले कडा अभ्यास गरिरहेका छन्।

नेपालको जितका लागि मुख्य आधार के हुनसक्छ ?

यसपालि नेपाल जुन ग्रुपमा परेको छ त्यसमा सबैभन्दा कमजोर हाम्रो टिम हो। उनीहरूको खेलस्तर मात्र राम्रो छैन, उनीहरू शारीरिक रूपमा समेत बलिया छन्। यस्तो टिमसँग सामना गर्न नेपाली खेलाडीहरूमा दह्रो आत्मविश्वास चाहिन्छ। प्रधानमन्त्री कप जितेपछि खेलाडीहरूलाई धैरै हौसला मिलेको छ, आत्मविश्वास थपिएको छ। खेलाडीको यही आत्मविश्वास नै नेपाललाई जिताउने आधार बन्न सक्छ।

राष्ट्रिय टिममा समावेश गरिएका खेलाडीहरूमा कस्तो सम्भावना देख्नुभएको छ ?

यसपालि टिममा पुराना र नयाँ खेलाडीहरूलाई समावेश गरिएको छ। उनीहरूले खेल्ने पोजिसनका आधारमा खेलाडी छनौट गरिएको हो। यो धैरै बलियो टिम हो। सम्पूर्ण खेलाडी अब्बल छन्।

च्यालेन्ज कपमा नेपालको चुनौती के हो ?

फिफा वरियतामा हामीभन्दा माथिल्ला टिमहरूसँग हामीले प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्नेछ। उनीहरूको खेलस्तर नेपालको तुलनामा धेरै अगाडि छ। कठिन प्रतिद्वन्द्विता हाम्रो चुनौती हो।

नेपालले छनौट चरण पार गर्छ होला ?

मैदानमा उत्रिएपछि हरेक टिमको लक्ष्य भनेकै उपाधि जित्ने हो, यद्यपि कठिन प्रतिद्वन्द्वीका सामु धेरै ठूलो आशा राख्नु राम्रो होइन।

विक्रम राई

• प्रसंग कतिपय •

मानिसको जीवनमा चाकडी र चाप्लुसीको प्राक्टिस नहुँदो हो त यो जगत्मा प्रतिभावान् र क्षमतावान्हरूको जगजगी हुने थियो होला । त्यसैले विषयगत ज्ञान नभएकाहरूलाई विशेषज्ञ बनाई चाकडी र चाप्लुसीकै कारणले भित्र्याउने परिपाटी बढेकाले जतातत्तै समस्याहरू देखिएका छन् । नेपाली सामाजिक तथा आर्थिक जीवनमा जबरजस्त पकड बनाउन सफल भएको यो प्रथा नेपाली राजनीतिमा पनि धेरै अघिदेखि प्राक्टिस हुँदै आएको छ । यहाँका राजनीति जे-जस्ता वादहरूमा विभाजित भए पनि चाकडी र चाप्लुसी गर्ने योग्यता नभएका कार्यकर्ताहरूलाई थप अथक परिश्रम गर्नुपर्ने हुन्छ । भन्नेहरू यसका प्रभावले गर्दा भारतजस्तो ठूलो लोकतान्त्रिक मुलुकमा पनि विदेशी मूलकी बुहारी शक्तिशाली पार्टीको प्रमुख बन्न सक्छ भने नजिकको राष्ट्र नेपालमा यसको प्रयोग गर्दा के नै फरक पर्छ भनी जिज्ञासा राख्छन् । भारतजस्तो नेपाल कहिल्यै पनि ब्रिटिस शासित राष्ट्र हुनुपरेन, फलस्वरूप त्यो चिन्तन हामीकहाँ लागू हुन नसक्ला तर दक्षिणको राम्रो-नराम्रो सबै चरित्रको नक्कल गर्न खप्पिस हाम्रो बानीले गर्दा यहाँ पनि चाकडी र चाप्लुसीको प्राक्टिस बढ्दै गएको पक्कै हो ।

हालै भएको माओवादी पार्टीको खरिपाटी बहसमा कमरेड लोग्ने-स्वास्नी दुई भिन्नाभिन्नै रूपमा विभाजित हुनु त्यो बेलेन्सिङ्ग गर्ने रणनीति अन्तर्गतमध्ये चाकडीकै एक रूप हो भनेर कमरेड प्रचण्ड स्वयंले समापन भाषणमा व्यंग्य गर्नुभएको थियो । यो पनि एउटा विषयगत कला हो । यसका लागि टाइमिङको एकदमै आवश्यकता पर्छ । यदि टाइमिङ मिलेन भने त्यही चाप्लुसी घातक सिद्ध हुन्छ । खरिपाटीमा कमरेडहरूको टाइमिङ मिलेकै हो । वर्तमान भारतका केन्द्रीय सरकारका मन्त्री अर्जुन सिंह, जसले आरुनो जीवन गान्धी, नेहरू परिवारप्रति समर्पित गरेका छन्, ले राहुल गान्धी देशको अर्को प्रधानमन्त्री हुनेछन् भनी बोलिदिदा स्वयं सोनिया र राहुल गान्धीले त्यसलाई अस्वीकार मात्र गरेनन् कि पछि अर्जुन सिंहलाई सो विषयमा झपारेका पनि थिए । अहिले त्यही कुरा अर्का वरिष्ठ मन्त्री प्रणव मुखर्जीले दोहोर्‍याउँदा गान्धी परिवार चुपचाप छन् । यो सबै टाइमिङको खेल हो । त्यसैले चाकडी र चाप्लुसीका निम्ति समय सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

यहाँको सन्दर्भमा पनि यो प्रथाले जनयुद्ध लडेर आएकाहरूलाई पनि मोहित पार्न थालेको पक्कै हो । मन्त्रीहरूले टेलिभिजनमा आरुनो छाता र ब्रिफकेस आफैं बोकेको दृश्य देखाएर मात्र जनताले विश्वास गर्ने वातावरण बन्दैन । खाने मिठाई र लगाउने कपडा स्वीकार वा अस्वीकार जे गरे पनि सबैले त्यसलाई चाकडी र चाप्लुसीको प्राक्टिसकै रूपमा लिएका छन् । ह्विस्की पिउने बानी नभएका मन्त्रीहरूले उपहारमा पाएका बोतलहरू पिउने कमरेडहरूलाई बाँड्नुले पनि उपहार स्वीकार गर्ने बानीलाई यसले थप ऊर्जा प्रदान गरेको छ ।

अझ हाम्रो सन्दर्भमा यसमा परिवारवाद थपिएको छ । छोरीप्रेम नेहरूलाई पनि नभएको होइन, तर स्वयं इन्दिरा गान्धीले पछि कांग्रेस आई बनाई संघर्ष नगरेकी हुँदो हो त उनले अमरत्व पाउन सक्दैन थिइन होला । अब यहाँको सुपुत्रीले कसरी कांग्रेस एस बनाउन सक्लिन् त्यो हेर्न बाँकी नै छ । चाकडी र चाप्लुसीमा थप नातावाद, कृपावाद र परिवारवादले दह्रो रूपमा जरा गाडेको अवस्थामा ती दल र दलका नेताहरूले मुलुकलाई कतातिर लैजाने हो सबैलाई चिन्तित बनाएको छ । जुन मुलुकमा नेताहरू नै यो प्रथाका पृष्ठपोषक छन् भने त्यो मुलुकको कल्याण असम्भव छ । यो प्रथा जुन रोग बनेर हामी र हाम्रो समाजमा विद्यमान छ– यसको पूर्ण रूपमा नियोजन हुनु आवश्यक छ । त्यसैले कवि हरिवंशराय बच्चनको एउटा हिन्दी पंक्ति यहाँ राख्न उचित होला– 'हम है उनके साथ, खडी जो रखते अपनी रीढ.' ।

पुष्प व्यापार मेला प्रारम्भ

काठमाडौं- भृकुटीमण्डपमा गत बुधबारदेखि पुष्प व्यापार मेला प्रारम्भ भएको छ । मेला चैत १६ गतेसम्म सञ्चालन हुने उक्त मेलाका लागि भृकुटीमण्डपको ठूलो हलभित्र १२ वटा अस्थायी बगैंचा निर्माण गरिएका छन् । ८२ हजार हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको नेपालको पुष्प खेती यति साँघुरो हलभित्र देखाउन निकै चुनौतीपुर्ण रहेको मेलाका मूल संयोजक अरुण क्षेत्री बताउँछन् ।

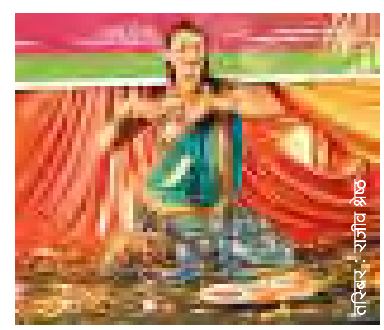
मेलामा ५५ वटा नर्सरी र ५ वटा फूलसूग सम्बन्धित सरकारी निकायले स्टल राखेका छन् । मेलामा मौसमी फूलहरू, आलङ्कारिक बोटबिरुवा, कट फ्लावर, ड्राइपफ्लावर, सुनाखरी, कम्पोष्ट मल, फूलको गानो, बीउबिजन, औजार, उपकरकण आदि वस्तुहरू प्रदर्शन तथा बिक्रीका लागि राखिएका छन्।

पुष्प व्यवसायमा संलग्न उद्यमी व्यवसायी, पुष्प खेती गर्न चाहने बेरोजगार, घर आँगन सजाउन रुचि राख्ने व्यक्तिहरूलाई लक्षित गरेर मेला आयोजना गरिएको हो । मेलामा ४ सय ५० थरी फूल एकै छतमुनि प्रदर्शनका लाीग राखिएका छन् ।

मेला आयोजनाका क्रममा विगत वर्षमा झैं यस वर्ष पनि विविध विधामा प्रतिस्पर्धा गराई प्रथम हुनेलाई पुरस्कृत गरिने कार्यक्रम छ । यस वर्ष पाँचवटा विधाअन्तर्गत उत्कृष्ट स्टल, उत्कृष्ट ल्यान्डस्केपिङ, उत्कृष्ट बिरुवा, उत्कृष्ट फुल्ने बिरुवा र उत्कृष्ट मौसमी फूलमा प्रथम हुनेलाई नर्सरी उपसमितिको कोषमार्फत नगद पुरस्कारबाट पुरस्कृत गरिनेछ ।

–रविन राचलिका

प्रतिभा प्रदर्शनमा तामाङ युवती



तस्बिर : राजीव श्रेष्ठ

काठमाडौं– १६ वर्षदेखि २५ वर्ष उमेर समूहका २० तामाङ युवती गत मंगलबार त्रिपुरेश्वरस्थित वर्ल्ड ट्रेड सेन्टरको पाँचौं तल्लामा भेला भए । आगामी चैत २२ गते शनिबार आयोजना हुने 'मिस तामाङ २००९' का सबै प्रतियोगी आफूमा भएको प्रतिभा प्रदर्शनका लागि त्यहाँ भेला भएका थिए ।

सबै प्रतियोगीले तोकिएको तीन मिनेटभित्र आफ्नो प्रतिभा प्रदर्शन गर्नुपर्ने नियम बनाइएकाले कार्यक्रमको प्रारम्भमा धादिङकी प्रतिस्पर्धी हेलेन ब्लोनले एउटा अंग्रेजी गीत गाइन् । त्यसपछि काठमाडौंकी प्रतिस्पर्धी सोनी मोक्तानले 'तुङ्ना र डम्फू बजाउँदै...' गीतमा आकर्षक नृत्य प्रस्तुत गरिन् । काठमाडौंकी आइरिना थिङले एउटा लोकगीतमा नृत्य गरेर आफ्नो प्रतिभा प्रदर्शन गरेपछि अर्की प्रतिस्पर्धि सोनिया गोलेले 'मै ठूली भै'छु रे...' गीतमा नृत्य गरेर देखाइन् । अधिकांश प्रतियोगीले नृत्य तथा गायनलाई आफ्नो प्रतिभा प्रदर्शनको माध्यम बनाए । नृत्य प्रदर्शन गर्नेहरूमध्ये अधिकांशले कुन्ती मोक्तानका गीत रोजेका थिए । गीत गाएर प्रतिभा प्रदर्शन गर्नेहरूमध्ये एक जनाले गिटार बजाउँदै गीत गाएकी थिइन् भने अन्यले ट्र्याकमार्फत आफ्नो गायन कला प्रस्तुत गरेका थिए । उनीहरूमध्ये काठमाडौंकी संगीता मोक्तानको प्रतिभा प्रदर्शन गर्ने शैली केही पृथक् थियो । उनले आफैंले तयार पारेको चित्रकलालाई नृत्यमार्फत प्रस्तुत गरेकी थिइन् ।

दिनेश डीसीद्वारा सञ्चालित कार्यक्रममा संगीतकार प्रकाश गुरुङ, गायक रोज मोक्तान, विद्यार्थी नेतृ नविना लामा, सञ्चारकर्मी कृष्ण भट्टराई सम्मिलित निर्णायक समितिले प्रतियोगीको मूल्यांकन गरेको थियो । विजेताको नाम निर्णायक प्रतियोगिताको दिन घोषणा गरिने आयोजक संस्थाका मिलन मोक्तानले जानकारी दिएका छन् । प्रतियोगिताको कोरियोग्राफी प्रभा अमात्यले गरेकी छिन् । प्रतियोगिताको आयोजना नेपाल तामाङ कला संस्कृति केन्द्रले गर्न लागेको हो ।

युवा स्वरोजगारमा आश्चर्यजनक सफलता
★ Photo-Video पत्रकार बन्न ।
★ Photo-Video मा विदेश पढ्न जान ।
★ समारोह, विवाह, फिल्म सुटिङ्ग गर्न ।
★ म्युजिक भिडियो तथा स्टुडियो ल्याब संचालन गर्न ।
"स्वरोजगार कार्यक्रममा सहभागी भै व्यवसायी बन्न हाम्रा तालिम उपयोगी छन्"
DIGITAL VIDEO-EDITING & ANIMATION
उद्यमशीलता विकास
फोटोग्राफी
भिडियोग्राफी
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७

Computer Hardware & Networking
TOEFL/IELTS (Free Books, CDs, Lab Practics, Weekly Tests)
Language: English, Chinese, French, German, Korean, Hebrew, Japanese, Spanish, Italian & Others
बिशेष व्यवस्था: विदेश जाँने र जान्दै नजान्नेहरुका लागि
Computer: Basic, Graphics, WebPage, Office Package, Programming, Account (Tally,Fact,Tata Ex.)
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor Tel: 016217094
Adwait Marg Old Buspark Tel: 4232866
Lagankhel: Tel: 5004018

होटल तथा पर्यटन तालिम
* Tour and Travel Mgmt.
* Tour Operation
* Airlines Ticketing (Manual, Amadeus, Abacus & Galileo)
* Hotel Management
* F & B Management
* Cook
* Front Office
* Bartender
* Housekeeping
* Waiter
* Bakery
* Coffee Making
South Asia Tourism HRD Program मा आधारित तालिम
Compare our quality with the others
सम्पर्क:- सांग्रीला पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्र प्रा. लि.
नयाँ बानेश्वर चोक
(अन्तर्राष्ट्रिय सभा केन्द्रको पानी ट्यांकीको पश्चिम)
स्थापनाको नवौं वर्ष
✆ ४४७२५५३/४४७५११३/०१६९१६३४७

ब्यूटीसियन तालिममा नि:शुल्क भर्ना खुल्यो
बिगत १३ बर्षदेखि देशभर १२ वटा शाखाहरुबाट बिदेशमा तालिम लिएका बरिष्ठ ब्युटिसियनहरुद्वारा आधुनिक र अन्तराष्ट्रियस्तरको कोर्षमा, Basic, Advance, Diploma, Beautician Teachers Training, Hair Dressing / Special Short Course र अन्य विविध कोर्षका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।
नोट : यू. के., अमेरीका, अष्ट्रेलीया, यूरोप, तथा अन्य देशहरुमा स्टुडेण्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरुका लागि विशेष कोर्ष संचालन भईरहेका छन् ।
ITC प्रशिक्षण केन्द्र बुटवल ०७१-२०२३१३, जावलाखेल चोक २०८२६४१, नारायणगढ ०५६-५३२७५५, पोखरा ०६१-६२२०९५, नयाँबानेश्वर २०४२६५२, डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, कोटेश्वरचोक २०८१६७०, कलंकीचोक २१९०२१८, ठमेल चोक २१९०८००, गोंगबुचोक २०८११०९, चावहिल चोक ४४९३३६१, लगनखेल बसपार्क २१२२४४८

हरेक महिलाले जान्नै पर्ने
बेकरी/कूकिङ
अत्यन्त उपयोगी, रोजगारमूलक दुई हप्ते तालिम चैत्र १६ गते देखि शुरू हुँदैछ । भर्ना खुल्यो ।
• कण्टिनेण्टल कूकिङ – बिहान ११:०० बजे
• बेकरी – दिउँसो १२:३० बजे
• इण्डियन कूकिङ – दिउँसो २:०० बजे
• भारतीय मिठाई बनाउने तालिम – चैत्र १६ गते देखि १ हप्ता दिउँसो ३:३० बजे
• आइस्क्रीम बनाउने तालिम – चैत्र २३, २४, २५ गते दिउँसो ३:३० बजे
जमलेश्वर इन्स्टिच्यूट
(first & the foremost)
जमल– रानीपोखरी कर्नर, कमलाक्षी टोल
फोन नं. ४२४२६७१/९७४११९४५८५

ग्लोवलको तालिम 5★ मा
★Hotel Mgmt. Basic/Adv.
★F&B Mgmt. Basic/Adv
★Bartender Mgmt. Basic/adv
★Culinary Arts Mgmt. (Cook) Basic/Adv
★F & B Service Mgmt (Waiter) Basic/Adv
★Bakery Pastery Mgmt. / Ice / veg carving
★ Front Office/House Keeping Mgmt.
आउनुहोस्, हेर्नुहोस्, बुझ्नुहोस्
Learn & Earn Package
Contact
Global Institute of Hotel Mgmt & Tourism Technical Center P. Ltd
Min Bhawan, Santinagar Gate (Next to the Petrol Pump)
☎4484098,2134544

अंग्रेजी दुई महिना मै
Free: Books, Audio/Video CDs
Regular Handouts
Daily Listening Class
Focused on Conversation
IELTS
Rs. 2000/- only
Free Materials
Library Facilities
Expert Teachers
Study in : UK, USA, Australia, Cyprus
Getway Educational Consultancy
Bagbazar, Kathmandu
Contact: 4239719 4241870

३ महिनामा ४" उचाइ बढाउने
◆केश झर्न तुरन्तै रोकी उमार्ने
◆१ महिनामा चाहेजती ब्रेष्ट बढाउन र घटाउन
◆जस्तो सुकै उमेर अनुसार चाउरीपन हटाउन
◆तीलकोठी, डण्डीफोर, चायापोतोको लागि
◆१ महिनामा ६ देखि १० किलो मोटोपन घटाउन
◆प्रेशर, सुगर, ढाड दुखाईको लागि (आयुर्वेदिक उपचार)
◆ग्यास्ट्रिक, दम, बाथको समस्याको लागि (आयुर्वेदिक उपचार)
नेचुरल हेल्थ केयर
ललितपुर, लगनखेल
पाटन हस्पीटल अगाडी
Tel :01-5550195
Mo:9841556532
शाखा कार्यालय बनेपा 011- 660924

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

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