सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष १५ ● अंक ४६ ● काठमाडौं, शुक्रबार, चैत २०, २०६६ ● SAPTAHIK ● Nepali National Weekly ● Friday, Apr 2, 2010 ● पृष्ठ २४ + ८ = ३२ ● मूल्य रु. १०/-

तस्विरहरु : नवराज बाग्ले

काठमाडौंमा सुखी मानिस भेटिंदैनन्

■ अश्विनी कोइराला

जीवन निश्चित उद्देश्यका लागि बनेको हो भन्ने पुष्कर शाह राजनीति गर्न चाहन्थे, तर बन्न पुगे विश्व साइकलयात्री। ११ वर्षअघि आमासँग सय रुपैयाँ मागेर विश्वयात्रामा निस्किएका पुष्करले आफ्नो यात्रा टुंगिएको घोषणा गर्दा विश्वका १ सय ५० राष्ट्रको यात्रा पूरा गरिसकेका थिए। उनको साइकलका पाङ्ग्राले २ लाख २१ हजार किलोमिटरको दूरी तय गरेको दाबी गरिएको छ। पृथ्वीको एक फन्को लगाउँदा ४० हजार ८ किलोमिटर मात्र यात्रा गर्नुपर्ने गुगल सर्च इन्जिनले बताउँछ। भिन्न-भिन्न देशमा जाँदा ठाउँ-ठाउँमा फन्को मार्नुपर्ने भएकाले आफ्नो विश्वयात्राको दूरी बढेको पुष्कर बताउँछन् । यति लामो यात्रा गर्ने क्रममा भिसा, द्वन्द्व एवं प्रतिकूलताका कारण उनले विश्वका करिब ५० देश घुम्न पाएनन्। यतिखेर पुष्कर आफूले घुमेका सबै देशका झन्डा बोकेर सगरमाथा आरोहणको तयारी गरिरहेका छन्। मागेरै विश्व यात्रा गरेका पुष्कर सगरमाथा आरोहण गर्ने खर्च पनि सर्वसाधारणबाटै उठाउने पहल गर्दैछन्। सगरमाथाबाट फर्किएपछि रोमाञ्चक यात्रा विवरण प्रकाशित गर्ने तयारी पनि चलिरहेको छ। पुष्करकी ६२ वर्षीया आमा दोलखा जिल्लामा आफ्नो मकैबारी स्याहार्दैछिन् भने उनका भाइ काठमाडौंको एउटा निजी बैंकमा कार्यरत छन्।

विस्तृत अन्तर्वार्ता पृष्ठ ५ मा

यो अंकमा +२ परीक्षाविशेष सामग्री पनि समावेश छ ।

साप्ताहिक

मध्यपृष्ठमा रूपा खनाल

● क्यासेट ●

सागरको बिन्दु

आधुनिक गीतहरूको संग्रह 'सागरको बिन्दु' बजारमा आएको छ। यो संग्रहका आठवटा गीतमा सागर सिलवालको शब्द, संगीत तथा स्वर सुन्न पाइन्छ। संग्रहका गीतहरूमा संगीतकार शिलाबहादुर मोक्तानको संगीत संयोजन छ।

पूर्वको शैलुङ

गायक प्रविन्स मोक्तानका लोक, पप तथा सेलो गीतहरूको संग्रह 'पूर्वको शैलुङ' बजारमा आएको छ। संग्रहका गीतमा कुबेरसिं दोङ, शुक्र लामा, अनिल योञ्जन, मिनसागर लामा, प्रविन्स मोक्तान आदिको शब्द तथा संगीत सुन्न सकिन्छ। संग्रहमा गायक अविनाश घिसिङ ऱ्यापरका रुपमा सहभागी छन्।

● रंगमञ्च ●

नाट्य निर्देशनमा नारद

नारद खतिवडाले एउटा नाटक निर्देशन गरेका छन्। 'यो ठाउँ कसको' शीर्षकको उक्त नाटक काभ्रेपलान्चोक, सिन्धुपाल्चोक र दोलखाका विभिन्न स्थानमा मञ्चन गरिएको छ। दिगो शान्ति, जातीय, वर्गीय, लैंगिक समानता तथा दरँगामी सामाजिक सद्भावका लागि तयार पारिएको उक्त सडक नाटक करिब १ दर्जन स्थानमा मञ्चन गरिएको थियो। नाटकमा कलाकारहरू रुविन गन्धर्व, सूरवीर पण्डित, किरण थापा, रेशम थापा, राजु कमेडी, दीपेश प्रसाईं, मञ्जु रुवाइ, भावना रूपाखेती तथा राज कार्कीले अभिनय गरेका थिए।

विश्व रंगमञ्च दिवस

नेपाल सेन्टर अफ आईटीआईले विश्व रंगमञ्च दिवसका अवसरमा राजधानीको पुरानो बानेश्वरस्थित गुरुकुल थिएटरमा विविध कार्यक्रम आयोजित गऱ्यो। कार्यक्रममा रंगकर्मी सुनिल पोखरेललाई नगद २० हजार, ट्रफी तथा ताम्रपत्रसहित यस वर्षको 'डबली पुरस्कार' प्रदान गरिएको थियो। उक्त अवसरमा रंगमञ्चमा पाँच दशकभन्दा बढी योगदान पुऱ्याएका नाट्यकर्मीद्वय श्यामदास वैष्णव तथा प्रचण्ड मल्ललाई सम्मान गरियो। उक्त अवसरमा एस्कर्ट स्टुडियोका नाट्यकर्मीहरूले 'आइमाईका पलहरू' शीर्षकको नाटक मञ्चन गरे। राजधानीको त्रिपुरेश्वरस्थित लोकबाजा संग्रहालयमा पनि गत शनिबार बिहान विश्व रंगमञ्च दिवस मनाइयो।

लोकतन्त्र होसियार

इलामको हतुलङ नाट्य समूहले पाँचथरको सदरमुकाम फिदिममा 'लोकतन्त्र होसियार' शीर्षकको नाटक मञ्चन गरेको छ। फिदिममा सम्पन्न दुईदिने साहित्यिक

महोत्सवका क्रममा उक्त नाटक मञ्चन गरिएको हो। डा. देवी क्षेत्री दुलालको उक्त नाटकको संवादलाई कलाकारहरूले विशिष्ट शैलीमा प्रस्तुत गरेका थिए। ०५५/५६ देखि इलामका गाउँले स्रष्टाहरूले गाउँबाटै सचेतनाको दरिलो माध्यमका रूपमा समूह गठन गरी नाट्ययात्रा प्रारम्भ गरेका हुन्। समूहले यसअघि पश्चात्ताप, मुनामदनजस्ता नाटक मञ्चन गरिसकेको छ। नाटक लोकतन्त्र होसियारमा सुशीला खनाल, सरिता रेग्मी, हर्क रेग्मी, अविरल सागर सुवेदी, तीर्थ सुवेदी आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्।

नाटकमा अस्थायी साधन

परिवार नियोजनका अस्थायी साधनको प्रयोगले हुने फाइदाका बारेमा जनचेतना जगाउने उद्देश्यले पोखरामा एउटा नाटक मञ्चन गरिएको छ। नाटकमा महिलाहरूले मात्र प्रयोग गर्ने अस्थायी साधनका बारेमा जानकारी गराइएको थियो। पोखरा लेडी जेसिजले गत शुक्रबार पोखरामा सञ्चालन गरेको निःशुल्क परिवार स्वास्थ्य मेलामा उक्त नाटक मञ्चन गरिएको हो।

● ग्यालरी ●

लुम्बिनीका कलाकार जुटे

लुम्बिनी फाइन आर्ट्स इन्स्टिच्युटको हालै सम्पन्न भेलाले नेपाल ललितकला मञ्चको लुम्बिनी क्षेत्रीय समिति गठन गरेको छ। यामबहादुर थापाको अध्यक्षतामा गठित समितिका उपाध्यक्षमा गोविन्द चौधरी, सचिवमा विष्णुप्रसाद सुवेदी, कोषाध्यक्षमा सागर उपाध्याय तथा सदस्यहरूमा नरेन्द्र लिगल, बेनु थापा, गंगादत्त ढकाल, राजकुमार लिगल, गंगाधर आचार्य, कृष्ण रोका तथा लक्ष्मण श्रेष्ठ चयन भएका छन्। बुटवलमा सम्पन्न भेलामा मञ्चका संयोजक शान्तकुमार राई, मूर्तिकार भुवन थापासमेतको उपस्थिति थियो। समितिले चाँडै लुम्बिनी क्षेत्रमा सक्रिय चित्रकारहरूको कला प्रदर्शनी आयोजना गर्नेछ।

● लाइभ ●

भोलि डान्सपार्टी

लिटिल एन्जेलस स्कुलका पूर्वविद्यार्थीहरूको संगठन एलए अल्मुनाइले भोलि शनिबार राजधानीमा डान्सपार्टी गर्ने भएको छ। डान्सपार्टीमा स्कुलका पूर्व २० ब्याचका विद्यार्थी सहभागी हुँदैछन्। एलए अल्मुनाइको स्थापनाको अवसर पारेर पुतलीसडकस्थित क्युबमा *ब्लास्ट फ्रम द पास्ट* शीर्षकको उक्त डान्सपार्टी आयोजित गरिंदैछ।

एकल गायनमा सम्मान

गायक राजेश पायल राई भोलि शनिबार पोखरामा आयोजना हुने एकल गायन कार्यक्रममा सहभागी हुँदैछन्। क्रिएटिभ ब्रोडकास्टिङ मिडिया प्लस, पोखराले आयोजना गर्न लागेको गायक राईको एकल कार्यक्रममा उनलाई सम्मानितसमेत गरिंदैछ। भोलि दिउँसो २ बजे प्रारम्भ हुने सांगीतिक कार्यक्रमकै क्रममा *साप्ताहिक* तथा *नारी*का सम्पादक सुवास ढकाललाई पनि सम्मानित गरिनेछ। कार्यक्रममा तराई टेलिभिजनका जनकदीप पराजुली, निर्माता सुनीलकुमार थापा तथा नरेश भट्टराई पनि सम्मानित हुनेछन्।

● पुस्तक ●

झिस्किएको सिन्दूर

कवि रामबाबु सुवेदी आफ्नो नयाा कवितासंग्रह 'झस्किएको सिन्दूर' लिएर पाठकसमक्ष आएका छन्। नेपाली साहित्यबाट हराउादै गएको पद्यकविताको यो संग्रहमा ६२ वटा कविता समेटिएका छन्। ०४४ सालदेखि ०६६ सालका अवधिमा रचना गरिएका ती कविताहरू पठनीय छन्। एकता बुक्सले प्रकाशित गरेको यो पुस्तक २ सय पृष्ठको छ।

सरसको हाँस

माधव लामिछानेले लेखेका १५ वटा बालकथाको संग्रह सरसको हाँसलाई एकीकृत विकास केन्द्र, बनेपाले सार्वजनिक गरेको हो। रमाइला बालकथाहरूको यो संग्रहको मूल्य ५१ रुपैयाँ छ।

शत्रु

कथाकार नारायण तिवारी आफ्ना नयाा कथाहरूको संग्रह शत्रु लिएर पाठकहरूमाझ आएका छन्। ३३ वटा लामा-छोटा कथाहरूको यो संग्रहले समसामयिक नेपाली समाजलाई चित्रण गर्ने जमर्को गरेको छ। साझा प्रकाशनद्वारा प्रकाशित यो कथासंग्रहको मूल्य १ सय ९५ रुपैयाा छ।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

मेष

समय अनुकूल भए पनि काममा सजगता अपनाउनुहोला। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्ने बेला छ। मन अशान्त रहनेछ भने खर्चको गति तीव्र हुनेछ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। बुधबार बृहस्पतिबार तथा शुक्रबार भेटघाटमा मन रमाउनेछ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला।

मिथुन

रोग एवं शत्रु बढ्ने तथा सोच्ने शक्तिमा कमी आउने योग भए पनि अध्ययनमा सफलता हात पर्नेछ। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। आफन्तहरूबाट सहयोग पाइनेछ।बुधबार र बिहीबार स्वास्थ्य गडबड रहने, काममा अवरोध आउने तथा चिन्ता बढ्ने देखिन्छ।

सिंह

पराक्रम बढ्नेछ भने अधुरा काम पूरा हुनेछन्। भाग्यले साथ दिनेछ। अरूबाट प्रशंसा पनि पाउनुहोला। आफन्तहरूले सहयोग गर्नेछन्। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। मान-सम्मान पनि पाइनेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। यात्रा रमाइलो हुनेछ। स्वास्थ्य गडबड हुने हुँदा खानपानमा विचार पुऱ्याउनुहोला।

तुला

बोलीको प्रभाव बढ्नेछ भने नोकरी तथा राजनीतिमा सफलता पाइनेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। वैदेशिक कार्यमा रुचि बढ्नेछ। अन्त्यतिर घरेलु समस्याले सताउने तथा मित्रले धोका दिने योग छ।

धनु

खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। झूटा आरोप पनि लाग्नसक्छ। शरीरमा चोटपटक लाग्ने सम्भावना भए पनि सोमबारदेखि सोच्ने शक्ति बढ्ने तथा धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अधुरा काम पूरा हुने योग छ। मन चञ्चल हुने भएकाले धैर्यतामा जोड दिनुहोला।

कुम्भ

पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइनेछ। तपाईंको लगनशीलता एवं इमान्दारिताको सबैले प्रशंसा गर्नेछन्। अध्ययनमा सफलता हात पर्नेछ भने अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। बुधबार र बिहीबार खर्च, विवाद, शत्रु एवं चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ।

वृष

धेरै काम आफ्नै प्रयासले पूरा हुनेछन्। पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। मान-सम्मान पनि पाउनुहोला। आफन्तहरूले सहयोग गर्नेछन्। सोमबारदेखि ग्रह प्रतिकूल बन्नेछन्। खर्च बढ्नेछ भने मन अशान्त हुनेछ। शुक्रबार मान-सम्मान मिल्ने तथा नोकरी र राजनीतिमा सफलता पाइने योग छ।

कर्कट

आफन्तहरूले सहयोग गर्नेछन्। घरेलु काममा रुचि बढ्नेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। सोच्ने शक्ति बढ्नेछ। पहिलो भेटमै अरूलाई विश्वास दिलाउन सकिनेछ। स्वास्थ्य गडबड हुने हुँदा खानपानमा विचार पुऱ्याउनुपर्ला। लेनदेनमा अघि नबढ्नु होला। रिस बढ्ने हुँदा धैर्यता अपनाउनुपर्ने बेला छ।

कन्या

स्वास्थ्य गडबड हुनसक्छ। मन चञ्चल रहने भएकाले धैर्यधारण गर्नुहोला। बोलीको प्रभाव बढ्नुका साथै अरूलाई विश्वास दिलाउन सकिनेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अध्ययनमा सफलता पाइनेछ। साताको अन्त्यतिर आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउन सक्छन्।

वृश्चिक

सफलताका लागि प्रयास गर्नुपर्नेछ। झूटा आरोपको सामना पनि गर्नुपर्नेछ। अरूको मन जित्न सकिनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने र नयाँ काम पाइने योग छ। अध्ययनमा सफलता प्राप्त हुनेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। पतिपत्नीबीच विवाद सिर्जना हुनसक्छ।

मकर

अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। यात्रा रमाइलो हुनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूबाट सहयोग मिल्नेछ। नोकरी तथा राजनीतिमा गरेका प्रयासहरू फलदायी हुनेछन्। भाग्यले साथ दिनेछ। सोमबार र मंगलबार खर्च तथा विवाद बढ्ने एवं काममा अवरोध आउने योग छ।

मीन

अरूको विश्वास प्राप्त हुनेछ। धेरै काम पूरा हुने भए पनि बीचमा आउने अप्ठ्याराहरूले चिन्ता बढाउनेछन्। हात परेको काम पनि फुत्कन सक्छ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। कुरा काटनेहरू सक्रिय हुनेछन्। कर्म बलियो भएकाले पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम बन्ने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ।

यो साताको पञ्चाङ्ग

चैत २० गते : साँखु जात्रा, विश्व सुस्त मनस्थिति चेतना दिवस, २२ गते : फाल्गुनन्द दिवस, विश्व खानीसम्बन्धी चेतना दिवस, २५ गते : विश्व स्वास्थ्य दिवस, आमनरसंहारविरुद्ध विश्व दिवस।

घर रङ्गाउँदै हुनुहुन्छ ?
किफायती दाममा Tractor Emulsion ले
दिन्छ भित्री भित्तालाई प्लास्टिक पेन्टस्को शान
Winner of: NS Quality Award 2009
Certified by: ISO 9001:2008 & ISO 14001:2004
Tractor Emulsion लगाउनुहोस् घरको शान बढाउनुहोस्।
asianpaints

आकाशमा बेलुन सरर

पोखरा– आम्मै कति ठूलो बेलुन, मालेपाटनकी पाँच वर्षीया प्रतिभा नेपाली दंग परिन्। पोखराको आकाशमा लगातार पाँच दिनसम्म फनफनी बेलुन उडेको देखेर उनी रोमाञ्चित भइन्। साँच्चिकै बेलुन हो कि जहाज उनी घरमा बाबा-मम्मीसँग उत्सुक हुँदै सोधिरहेकी थिइन्। प्रतिभा मात्र होइनन्, बालकदेखि वृद्धसम्मकाले पोखराको आकाशमा उडेको बेलुन देखेर अचम्मित भएका थिए। धेरैले यो उडानलाई घरको छत र बरन्डाबाट निकै रमाइलो मानेर अवलोकन गरेका थिए।

पोखरामा साहसिक पर्यटननका लागि अर्को गन्तव्यका रूपमा बेलुन उडान थपिएको छ। साहसिक पर्यटनको आकर्षण बढ्दै गएको पोखरामा बेलुन उडानले स्वदेशी तथा विदेशी पर्यटकको ध्यान खिच्ने विश्वास लिइएको छ।

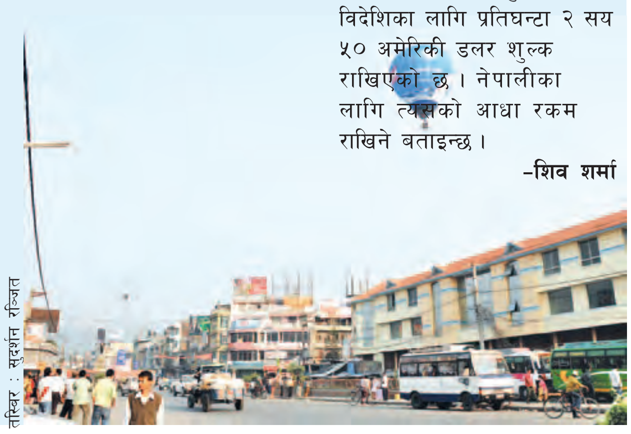
तारा एयर, यति एयर तथा अल्पाइन कन्सल्टको संयुक्त आयोजनामा बेलुन उडान अन्तर्राष्ट्रिय महोत्सवसँगै सुरु भएको हो। पाँचदिने यो महोत्सवपछि बेलुन व्यावसायिक रूपमा नियमित गरिने आयोजकहरूले जनाएका छन्। महोत्सव अवधिभर विदेशीले मात्रै बेलुनमा उडान भरेका थिए।

महोत्सवका समयमा विदेशी मात्र उडेको बेलुनमा बिस्तारै सबै नेपाली उड्न पाउनेछन्। बेलुनमा तीनदेखि आठ जनासम्म यात्रु बसेर आकाशमा उड्न सक्छन्।

फेवातालको पश्चिम र अन्तर्राष्ट्रिय पर्वतीय संग्रहालयलाई उडानक्षेत्र छनौट गरेको बेलुनमा ६ हजार फिटको उचाइमा एकदेखि डेढ घण्टासम्म उडेका थिए

बेलुनमा बसेर पोखराको प्राकृतिक दृश्यलाई हेर्न पाउँको मज्जा बेग्लै छ। बेलुनमा विदेशिका लागि प्रतिघन्टा २ सय ५० अमेरिकी डलर शुल्क राखिएको छ। नेपालीका लागि त्यसको आधा रकम राखिने बताइन्छ।

–शिव शर्मा



तस्बिर : सुदर्शन रञ्जित

स्वप्नबगैंचामा शाम ए महफिल

साप्ताहिक समाचार

गत शुक्रबार साँझ केशरमहलस्थित स्वप्नबगैंचा सुरा र संगीतको मादकतामा रमेको थियो। पृष्ठभूमिमा सुफी गायकको मीठो गीत अनि छेउमा स्न्याक्ससहितको मदिरा, त्यसपछि के चाहियो ? सांगीतिक साँझमा रमिरहेकाहरू त्यो कार्यक्रम नै नसकिए हुन्थ्यो भन्ने अपेक्षा गरिरहेका थिए। मञ्चको अघिल्तिर भारतीय राजदूत राकेश सुददेखि चल्तीका नेपाली सेलिब्रेटीहरू उपस्थित थिए। सिक्स सेन्स समूहका गायक हेमन्त रानालाई कार्यक्रम सञ्चालिका ज्योतिले स्टेजमा बोलाएलगत्तै 'शाम ए महफिल' शीर्षकको उक्त एकल साँझ प्रारम्भ भएको थियो। समर्पण इन्टरटेनमेन्टका लागि विपिन बस्नेत तथा निकेश ताम्राकारले आयोजना गरेको उक्त कार्यक्रममा गायक रानाले हाजी अलि, सचके सावन, मेरे लुलु, अल्लाह के बन्दे, जिना कैसा, वहि खुदा है, सैया, दिवानी, दम दमा दम मस्त कलन्दर, अल्ला हु आदि गीत प्रस्तुत गरेका थिए।

तीन घण्टा चलेको कार्यक्रममा गायक रानाले आफ्नो पछिल्लो गीतिसंग्रह लैजारेका तीन गीतसहित २० वटा गीत प्रस्तुत गरेका थिए। कार्यक्रममा गायक रानालाई विशाल पौडेल, दिनेश रेग्मी तथा धीरेन्द्र मिश्रको टोलीले वाद्यवादनमा साथ दिएको थियो।

अप्रिल फूल अर्थात् मूर्ख दिवस

इस्वी संवत्अनुसार अप्रिल महिनाको पहिलो दिनलाई अप्रिल फूल अर्थात् मूर्ख दिवसका रूपमा मनाइन्छ। प्रत्येक वर्ष अप्रिल १ तारिखका दिन आफ्नो घरपरिवार, छिमेकी एवं साथीसंगिनीहरूसँग ठट्टा गर्ने, उनीहरूलाई हुँदै नभएका कुरा सुनाएर मनोरञ्जन गर्ने र दुःख दिने दिनका रूपमा मनाइन्छ। त्यसैले अप्रिल १ तारिखको दिन संसारभर अप्रिल फूल डे अथवा अल फूल्स डेका रूपमा चर्चित छ।

फ्रान्समा १ अप्रिललाई नयाँ वर्षका रूपमा मनाइन्थ्यो, तर सन् १५६४ देखि जनवरी १ मा नयाँ वर्ष मनाइन थालियो। त्यस्तो परिवर्तनलाई मन नपराउनेहरूले अप्रिल १ लाई ठट्टा गर्ने चाडका रूपमा मनाउन थाले। केही व्यक्तिले अप्रिल १ लाई मूर्ख दिवसका रूपमा मनाउने चलन अठारौं शताब्दीमा ग्रेट ब्रिटेनमा सुरु गरिएको र १९ सौं शताब्दीमा त्यसले लोकप्रियता पाएको बताएका छन्।

अर्को भनाइअनुसार सन् १५८२ मा तत्कालीन पोप ग्रेगोरी तेह्रौंले सबै महिनाको मिति १० दिनअगाडि सार्ने आदेश दिए। फलस्वरूप वसन्त ऋतुको आगमनको तिथि २१ मेबाट अप्रिल १ मा सरेको थियो। वसन्तको आगमन मनाउने तिथिमा गरिएको यो परिवर्तनअनुरूप आफ्ना छिमेकी र साथीहरूलाई मूर्ख बनाउने दिवस अप्रिल १ लाई बनाइयो।

यसैगरी इ.सं.१५८२ तिर फ्रान्सका सम्राट् चार्ल्स नवौंको पालादेखि अप्रिल महिनाको पहिलो तारिखलाई अप्रिल फूल अर्थात् एकले अर्कोलाई मूर्ख बनाउने दिनका रूपमा मनाउन थालिएको बताइन्छ। त्यतिबेला सम्राट्ले ग्रेगोरियन क्यालेन्डरअनुसार नयाँ वर्ष मार्च २५ तारिखका दिन सुरु हुने घोषणा गरेका थिए। त्यसभन्दा पहिले अप्रिल १ तारिखका दिन नयाँ वर्ष सुरु हुने परम्परा रहँदै आएको थियो। सञ्चारको विकास नभैसकेकाले राजाको नयाँ घोषणा देशको धेरै भूभागमा फैलिन पाएन र त्यस्ता भूभागका जनताले अप्रिल १ तारिखका दिन नै नयाँ वर्ष मनाए।

नयाँ व्यवस्था भैसकेपछि पनि पुरानै चलनअनुसार नयाँ वर्ष मनाएकाले देशका अरू भेकका बासिन्दाले उनीहरूलाई मूर्खको संज्ञा दिए। त्यसकै सम्झनामा प्रत्येक वर्ष अप्रिल १ तारिखका दिन मूर्ख दिवस मनाइदै आएको बताउनेहरू पनि छन्।

अप्रिल फूल कहिलेकाहीं दुःखद घटनामा समेत परिणत भएका उदाहरण छन्। केही वर्षअघि पश्चिम बंगालमा पाँचवर्षीय छात्राले स्कुलमा आफ्ना साथी एवं शिक्षकहरूलाई अप्रिल फूल मनाउन आफू मूर्च्छा परको अभिनय गर्ने निर्णय गरिन्। नभन्दै तिनी मूर्च्छा परिन्, तर डाक्टरहरूले ती बालिकालाई बचाउन सकेनन्। यसैगरी सन् १९८२ को अप्रिल १ मा लन्डनस्थित भारतको उच्चायुक्तको कार्यालयमा बम राखिएको र त्यो बम २० मिनेटमै विस्फोट हुने चेतावनी दिइयो र तत्काले भवनका २ सयभन्दा बढी कर्मचारी भागाभाग गरे। स्कटल्यान्ड यार्डले बम खोज्ने काम सुरु गऱ्यो, तर बम फेला परेन। त्यो घटना ठट्टा मात्र थियो।

मूर्ख दिवस अर्थात् अप्रिल फूल मनाउने चलन १६ औं शताब्दीतिर फ्रान्सबाट सुरु भएको देखिन्छ भने बेलायतमा १८ औं शताब्दीदेखि मात्र। अहिले नेपालमा पनि अप्रिलको पहिलो तारिखका दिन विभिन्न किसिमले झुक्याउने र मूर्ख बनाउने चलन चलन थालेको छ। हाम्रो संस्कृतिमा जसरी हांस्यव्यंग्य गरी आमोद-प्रमोद गर्ने गाईजात्रा र मनोविनोद गर्न होलीमा मूर्ख सम्मेलनजस्ता कार्यक्रम आयोजित गरिन्छ, त्यसैगरी पश्चिमा समाजमा पनि अप्रिल फूल मनाइन्छ।

–बोधनाथ पौडेल

● सम्पादकीय ●

सबैका लागि अवसर जुटाऊ

कति नेपाली बालबालिका विद्यालय जान्छन् भन्ने कुरा भन्दा कति विद्यालय जाँदैनन् भन्ने कुराले महत्त्व पाउनुपर्छ भन्ने कुरा शिक्षा विभागले सार्वजनिक गरेको फ्ल्यास रिपोर्ट-१ ले सार्वजनिक गरेको छ । सार्वजनिक भएकै दिन विवादमा आएको शिक्षा विभागको उक्त प्रतिवेदन भन्छन्– अहिले नेपालका २ लाख १९ हजारभन्दा बढी बालबालिका विद्यालयमा भर्ना हुनबाट वञ्चित छन् । ५ वर्षदेखि १४ वर्ष उमेर समूहका बालबालिकाहरूप्रति लक्षित उक्त प्रतिवेदनलाई आधार मान्ने हो भन्ने नेपालमा अझै पनि शिक्षासम्मको पहुँचजस्तो नैसर्गिक अधिकारबाट कतिपय बालबालिका वञ्चित छन् । सबैका लागि शिक्षा अभियान सञ्चालन गरिरहेको राज्यले समाजका सबै वर्ग र तहका बालबालिकाहरूलाई शिक्षाको अवसर समान रूपले उपलब्ध गराउन नसकेको वातावरण कायम रहनु भनेको राज्यको सम्बन्धित निकायले आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गर्न नसक्नु हो । यस्तो स्थितिले सम्बन्धित निकायलाई असफल प्रमाणित गर्छ । विगत एक दशकदेखि नेपालको कुल बजेटको सबैभन्दा ठूलो हिस्सा शिक्षाक्षेत्रले प्राप्त गर्दै आएको छ । पछिल्लो एक दशकमा मुलुकमा चर्किएको हिंसात्मक गतिविधिका क्रममा सुरक्षाक्षेत्रले जे-जति बजेट पाए पनि त्यसले शिक्षाक्षेत्रको बजेटलाई विचलित गरेको थिएन । त्यही समयमा राष्ट्रिय योजना आयोग, शिक्षा मन्त्रालयलगायतका निकायहरूले सन् २०१५ सम्ममा सबै नेपाली बालबालिकालाई प्राथमिक शिक्षा उपलब्ध गराउने लक्ष्य निर्धारण गरेको थियो । यस्तो लक्ष्य निर्धारण भएको आधाभन्दा बढी समय बितिसक्दा पनि २ लाखभन्दा बढी नेपाली बालबालिकाले विद्यालयको ढोका देख्न नपाउनु भनेको सरकारको सम्बन्धित निकाय असफल हुनु हो ।

केन्द्रीय तथ्यांक विभागका अनुसार अहिले नेपालमा ५ देखि १४ वर्ष उमेर समूहका बालबालिकाको संख्या ३४ लाख ६५ हजार छ, जसमध्ये २ लाख १९ हजार बालबालिकाले विद्यालय जान नपाउनु भनेको उक्त उमेर समूहका ६ दशमलव ३ प्रतिशत बालबालिका प्राथमिक शिक्षाबाट वञ्चित हुनु हो । नेपाल सरकारले सबै नेपाली बालबालिकाका लागि प्राथमिक शिक्षा सहज बनाउन शैक्षिक सत्रको प्रारम्भतिर जेठ ७ गते र अन्त्यतिर चैत २३ गतेलाई शैक्षिक तथ्यांक संकलन दिवसका रूपमा मनाउँदै आएको छ । ती दिनहरूमा सरकारले विद्यार्थी भर्ना अभियानसमेत सञ्चालन गर्ने गरेको छ । यस्तो स्थितिमा पनि ६ प्रतिशतभन्दा बढी बालबालिकाले विद्यालयको ढोका देख्न नपाउनु भनेको लाजमर्दो कुरा हो । शिक्षाको उपलब्धताको सन्दर्भमा अर्को मननीय कुरा के छ भने विद्यालय भर्ना भएका बालबालिकाहरूमध्ये ३४ प्रतिशतले कक्षा दोहोऱ्याउँछन् भने १७ प्रतिशतले बीचैमा पढाइ छाड्छन् । यस्तो स्थिति रहेसम्म सन् २०१५ सम्ममा सबैका लागि शिक्षा नारा मात्र हुन सक्छ भन्ने हेक्का शिक्षा मन्त्रालय, विभाग र हामी सबैले हेक्का राख्नुपर्छ ।

समयमै संविधान साप्ताहिक/पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जालको आह्वान ।

खोला तऱ्यो लौरो बिर्स्यो

● चिठीपत्र ●

संविधानसभाको निर्वाचनताकादेखि नै बहस र खुलदुलीको विषय बन्दै आएको संघीयताका सम्बन्धमा सबै पार्टीको आ-आफ्नै परिभाषा र तर्क छन् । कोही संघीयतालाई अग्रगामी परिवर्तनसँग जोड्न चाहन्छन् त कसैले यसलाई आदिवासी जनजातिको उत्थानसँग त कसैले विकेन्द्रीकरणका रूपमा परिभाषित गर्दै आएका छन् ।

जसले जुन रूपमा व्याख्या गरे पनि संघीय राज्यप्रणालीलाई केन्द्रीकृत राज्यप्रणालीको विस्तारित रूप मान्नुपर्छ । केन्द्रीकृत शासन-प्रणालीलाई विकेन्द्रित गर्दै संघीय प्रादेशिक वा प्रान्तीय शासन-प्रणालीमा रूपान्तरण गर्ने कुरामा कसैको मतभेद छैन तर प्रादेशिक शासन-प्रणालीलाई अंगीकार गर्ने प्रान्तहरूको रेखाङ्कन तथा नामाङ्कन प्रमुख मुद्दा अर्थात् समस्या बन्न पुग्यो । प्रान्त वा राज्यहरूको सीमाङ्कन र नामाङ्कनलाई हेर्ने एवं व्याख्या गर्ने दृष्टिकोणमा समेत सबै राजनैतिक पार्टीको अलग-अलग दृष्टिकोण रहेको पाइन्छ ।

नेपालको सबैभन्दा पुरानो पार्टी नेपाली कांग्रेसले राज्यहरूको नामाङ्कन र रेखाङ्कनका लागि कुनै निश्चित आधार प्रकाशमा नल्याए पनि ऊ जातीय आधारलाई भने प्रश्रय दिने पक्षमा देखिँदैन । अर्कातिर क्षेत्रीय नारालाई समाउँदै एकाएक राजनीतिमा ठूलो शक्तिको रूप धारण गरेका मधेसवादी दलहरू अझै पनि पूर्वको झापादेखि पश्चिम कञ्चनपुरसम्मको समथर भूमिमा एकल विरासत कायम गर्न अनेक प्रपञ्च बुन्दै आएका छन् ।

सहमति र समझदारीमार्फत नेपाल सुहाउँदो राज्य निर्माण गर्नुअगावै देशको आर्थिक, भौतिक, प्रशासनिक एवं प्राकृतिक स्रोत र साधनहरूको समेत सूक्ष्म विश्लेषण गर्नु पनि उत्तिकै आवश्यक छ । सहमति र सहकार्यको मूल मन्त्रमा बनेको संविधानसभाको धज्जी उडाउँदै एमाओवादीले आफ्नो तेस्रो चरणको आन्दोलनमार्फत १३ वटा जातीय गणराज्यको घोषणा गर्दै भण्डाफोर नाम दिइएको चौथो चरणको आन्दोलन सञ्चालन गऱ्यो । गणराज्यहरूको घोषणा मात्र होइन, परिआए ती गणराज्यलाई नै समानान्तर सरकारको मान्यता दिने उद्घोषका साथ जातीय राज्यको घोषणा गर्ने एमाओवादीले अधिनायकवादी शैलीको प्रदर्शन गर्नु ठूलो चिन्ताको विषय हो ।

सत्ता प्राप्तिकै लागि आन्दोलनमा होमिएको एमाओवादी र जनताबीचको दूरी बढ्दै गएपश्चात आन्दोलनलाई उग्र रूप दिन विभिन्न आदिवासी जनजातिहरूलाई अनेक प्रलोभन बाँड्दै जातीय सद्भाव खल्बल्याउने दुष्प्रयास गर्नतर्फ अग्रसर रहँदै आएको एमाओवादीले पछिल्ला दिनहरूमा जनजाति एवं आदिवासीहरूलाई दिग्भ्रमित गर्दै आएको छ ।

आदिवासी जनजातिहरूको विकास नहुनुमा बाहुन-क्षेत्रीहरूको प्रमुख भूमिका भएको प्रचार गर्ने एमाओवादीभित्रको ठूलो जमात नै बाहुन-क्षेत्रीले भरिभराउ छ । त्यसमा पनि पार्टीका सुप्रिम पदहरूमा बाहुन-क्षेत्रीकै बाहुल्यता हुँदाहुँदै आफूहरू मात्र आदिवासी जनजातिका अभिभावक र संरक्षक हौं भन्नु दूधको साक्षी बिरालो भनेजस्तै हो । बाहुन-क्षेत्रीहरूलाई आदिवासी जनजातिहरूका रूपमा दुष्प्रचार गर्ने, जनजातिलाई आदिवासी, आदिवासीलाई जनजातिविरुद्ध प्रयोग गर्ने त आदिवासीलाई आदिवासीका साथै जनजातिलाई जनजातिकै विरुद्ध उक्साउँदै आफ्नो राजनैतिक अभीष्ट पूरा गर्ने नेताहरूको रणनीति सर्वसाधारणले बुझ्नु आवश्यक छ ।

सर्वहारावर्गको प्रतिनिधित्व गर्ने पार्टीले सत्ता पाएपश्चात कति सर्वहारा व्यवहार प्रस्तुत गर्न सक्यो ? सर्वहारा जीवनशैली अपनाउने प्रतिबद्धता गर्ने नेताहरूमा कहाँबाट उब्जियो विलासिता जीवनशैलीको मोह ? सुकुम्वासी, कमलरी, कमैया तथा हलियाहरूको पूर्ण व्यवस्था दाबी गर्नेहरूले पहिले आफ्नै गाँस, बास र कपासको व्यवस्था किन गरे ? जनताको आशा र भरोसा भएको पार्टी जनताको आशा र भरोसामा कत्तिको खरो उत्रन सक्यो ? युद्धकालदेखि नै सर्वहारावर्गको बलबुतामा बनेको पार्टीले सत्ता पाएपश्चात् जसरी सर्वहारा वर्गलाई चटक्क बिर्सियो ठीक त्यसै गरी आदिवासी जनजातिको मुद्दालाई राजनैतिक रणनीति बनाउँदै सत्तामा पुग्ने दाउ खेल्नेहरू पुनः सत्तामा आएपश्चात् सम्पूर्ण आदिवासी जनजातिहरूलाई समेत खोला तऱ्यो, लौरो बिर्स्यो भनेझैं नगलान् भन्ने के ग्यारेन्टी छ र ?

– राजेन्द्रप्रसाद पन्त, दार्चुला

● तीतो सत्य ●

- प्रेम एउटा सुनौलो जञ्जिर हो जसमा संसार बाँधिएको छ । शुद्ध प्रेमका निम्ति संसारमा कुनै कुरा असम्भव छैन ।
- जब दुई महिला-पुरुष आपसमा प्रेम गर्छन् । त्यसबखत दिनुभन्दा बढी महत्त्वपूर्ण र आनन्दायक केही हुँदैन । हमेसा दिनु प्रत्येक वस्तु, आफ्नो विचार, जीवन, शरीर अनि आफूसँग जो-जे छ त्यही दिनुमा एउटा महान् देन, एउटा अनुपम उपहारको अनुभव गर्नु र त्यसो गर्दा कुनै प्रकारको विपत्ति आइपर्छ भने प्रसन्नतापूर्वक सामना गर्नु सफल प्रेम हो ।
- प्रेमले जीवनलाई मूल्यवान् बनाउँछ ।
- बिना प्रेम सम्पूर्ण धन तथा देह समेत सुम्पिनाले पनि कुनै लाभ हुँदैन । प्रेम धैर्य तथा कृपा हो ।
- प्रेममा इर्ष्या हुँदैन । प्रेमले न आफ्नो बढाइचढाइ गर्छ, न यो घमन्डले नै फुल्छ ।
- मानिसको हृदयमा सच्चा प्रेमको विलक्षण प्रभाव पर्छ ।
- पवित्र प्रेमको उपासनाले मानिस अमर बन्छ, सत्य प्रेमबाट स्थिरता उपत्पन्न हुन्छ ।
- पूर्ण प्रेमले भय निवारण गर्छ ।

सन्तोष भुजेल

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

एक वर्षमा ७५ जिल्लाको यात्रा

'रेकी साधना र सकारात्मक विचार : स्वस्थ सफल जीवनको मूल आधार' भन्ने नाराका साथ नेपाल भ्रमणमा रहेकी भोजपुरकी मीला देवी राईले ५३ जिल्लाको भ्रमण गरिसकेकी छिन् । वैशाख १० गते बैतडीबाट आफ्नो यात्रा सुरु गरेकी राईले पैदल तथा सवारी साधनमा समेत यात्रा गरिरहेकी छिन् ।

भोजपुर तिम्माकी राई समाजसेवीका साथै रेकी मास्टर एवं योग प्रशिक्षक हुन् । इलाममा आउँदो वैशाखमा आफ्नो यात्रा सम्पन्न गर्ने उनको लक्ष्य छ । कर्णाली अञ्चलको पैदल भ्रमण गरेकी राईले यस क्रममा देखेको र सुनेको नेपालभन्दा आकाश-जमिनको फरक पाएको बताइन् । नेपालसँग अथाह सम्पत्ति रहेको तर त्यसको सदुपयोग हुन नसकेको उनको अनुभव छ । सबैभन्दा बढी पिछडिएको कर्णाली प्राकृतिक सम्पत्तिको हिसाबले सबैभन्दा धनी रहेको उनको बुझाइ छ । सहृदयीहरूबाट प्राप्त सहयोगबाट आफूले यात्राखर्च जुटाइरहेको उनले बताइन् । यस क्रममा आफूले धेरै तीता-मीठा अनुभव बेहोरेको राई बताउँछिन् ।

● सहर चर्चा ●

● मोडल वाच ●

मोडलिङमा मेरेनिका

रिटायर्ड बेलायती सैनिक भीमबहादुर कन्दङ्वाकी एक्ली छोरी मीना (मेरेनिका) लिम्बू (२३) ले सानैदेखि एउटा सोच पाल्दै आएकी थिइन्– हिरोइन बन्ने अनि नाम र दाम कमाउने । झापा, दमककी लिम्बू भन्छिन्, 'भविष्यमा सफल कलाकार बन्ने लक्ष्य छ ।' सन् २००२ मा डेब्यु गरेकी मेरेनिकाले मिस्टर एन्ड मिस झापामा पहिलो पटक सहभागी भएर बेस्ट ड्रेसको उपाधि जितेकी थिइन् । लिम्बूले नमुना कलेजले हाले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेकी थिइन् । उनले हालसम्म एक दर्जन बढी म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेकी छिन् ।

सफल मोडल बन्न अनुहार मात्र पर्याप्त नहुने उनको धारणा छ । लिम्बूले मेहनत, अनुशासन र लगनशीलताले मात्र सफल मोडल बन्न सकिने बताइन् । राजधानीकै पद्मकन्या क्याम्पसबाट स्नातक तहको अध्ययन सकेकी ५ फुट ६ इन्च अग्ली मेरेनिका फुर्सदमा गीत सुन्न मन पराउँछिन् । उनका आकर्षक तस्विरहरू विर्तामोडसिटीडटकममा हेर्न सकिन्छ ।

● मुखाले ●

म बाधक हुँ भने बाटो खोलिदिन्छु ।

प्रधानमन्त्री माधवकुमार नेपाल

०४७ सालको संविधानलाई हतारमा समाप्त गरिएकाले नै अहिले मुलुकमा संवैधानिक एवं राजनैतिक रिक्तता उत्पन्न भएको हो ।

कृष्णप्रसाद भट्टराई

संसदवादी दलहरू र माओवादीले निर्माण गरेको नयाँ राजनैतिक धारका अवसर र चुनौतीलाई सामना गर्न एकढिक्का भएको सन्देश दिँदैछौं ।

पुष्पकमल दाहाल

काठमाडौंबाट सँगै हिँडेका संसद्वादी र माओवादीको यात्रा नारायणगढसम्म सँगै आइपुगेको छ, तर अब एउटा काँकडभिट्टा र अर्को महेन्द्रनगरको यात्राका लागि तयारी गर्दैछन् ।

कमल थापा

हिजो आपसमा लडेका बेला त एकै ठाउँमा बसेर मुलुकको बाटो सँगै तय गऱ्यौं, आज त लहरै बसिरहेका छौं ।

झलनाथ खनाल

हाम्रो पार्टी पूर्वराजालाई जनकारबाही गर्नुपर्ने निष्कर्षमा पुगेको छ ।

नारायणकाजी श्रेष्ठ

पूर्वराजालाई जनकारबाही गर्नुपर्ने निर्णय हाम्रो पार्टीले गरेको छैन ।

डा. बाबुराम भट्टराई

हिन्दूराष्ट्र हुनु र राजतन्त्र फर्काउनु फरक कुरा हो ।

शेरबहादुर देउवा

काठमाडौंमा सुखी मानिस भेटिंदैनन्

पुष्कर शाह, विश्व साइकलयात्री

राजनीति गर्ने योजना बनाएको पुष्करले अचानक विश्व साइकलयात्राको योजना किन बनायो ?

विश्वयात्रा गर्ने योजना अचानक बनेको होइन । ०४६ सालको राजनीतिमा होमिँदा मेरो हातमा गोली लाग्यो । त्यसपछि नेपालको प्रजातन्त्रले जे दिनुपर्थ्यो, त्यो नदिएपछि ममा विद्रोह जन्मियो । मैले त्यो विद्रोहलाई कतै न कतै पोख्नु थियो, साइकल र विश्व मेरा लागि आवेग थेग्ने साथी बने । त्यसपछि म राजनीतिको दलदलबाट निस्किएँ, मेरा कतिपय साथी भिन्न-भिन्न दलको त्यही दलदलमा छन् ।

कस्तो राजनीतिको आशा राख्नुभएको थियो ?

स्वच्छ, प्रतिस्पर्धात्मक एवं समतामूलक, किनभने आमजनताले चाहेको त्यही हो ।

तर राजनीतिको खेती त फस्टाएकै छ, पछुतो लाग्दैन ?

अँ पजेरो चढेका छन्, कमाएका छन् । हामीले त्यस्तो चाहेको होइन । राजनीतिज्ञले पजेरो चढ्नु हुँदैन भनेको होइन, तर जबसम्म जनताको झुपडीमा पानी चुहिन छाड्दैन, जनताको आङमा घाम चियाउन छाड्दैन, तबसम्म नेताहरूलाई त्यो सुख भोग्ने अधिकार छैन ।

भर्खरै प्रधानमन्त्रीलाई भेट्नुभयो, यो कुरा भन्नुभएन ?

मैले साताको एक दिन भए पनि साइकल चढेर उदाहरण बन्नुहोस् भनेर सल्लाह दिएँ, उहाँ हाँस्नुभयो । संसार घुमेको व्यक्तिले कत्ति न ठूलो कुरा गर्छ भनेर भेटेको त साइकल चढ्ने मुर्ख सल्लाह पो दिन्छ भन्ने उहाँलाई लाग्यो होला, तर मेरो कुरा के भने काठमाडौंमा ५ लाखभन्दा बढी सवारी साधन चल्छन् । यदि साताको एक दिन सबैले साइकल चढ्ने हो भने हप्ताको ५ लाख लिटर तेल बचत हुन्छ, त्यो भनेको महिनाको २० लाख लिटर हो । अहिले भारतसँगको व्यापारघाटामा तेलले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्यो भनेर सबै कराइरहेका छन्, तर उपाय खोज्दैनन् । उपाय खोज्दा हाँस्नेहरू यो देशमा जततत्तै छन्, अनि कसरी राम्रो हुन्छ राजनीति ?

भनेपछि राजनीतिबाट फ्रस्टेड हुनुभयो ?

पूर्णरूपमा । म आफूलाई यो देश हाँक्ने नेताका रूपमा होइन, देश निर्माण गर्ने मजदुरका रूपमा उभ्याउन चाहन्छु । मैले जस्तै सबैले सोच्ने हो भने राजनीति ठीक ठाउँमा आउँछ ।

तपाईंको कुरा सुन्दा अझै राजनीति मोहचाहिँ हटेको छैन हैन ?

हेर्नुहोस्, यहाँ साम्यवादको कुरा गर्नेहरू धेरै छन् तर उनीहरूले साम्यवाद बुझेका छैनन् । अमेरिका साम्यवादीहरूको ठूलो विरोधी हो तर त्यहाँ न्युयोर्कजस्तो महँगो सहरमा एउटा ब्रान्डेड बर्गरको मूल्य त्यति नै पर्छ, जति क्यालिफोर्नियाको गाउँमा पर्छ । अर्थात् त्यहाँका राष्ट्रपतिले खाने बर्गर र भिखारीले खाने बर्गरको मूल्यमा भिन्नता छैन, अनि त्यहाँ योग्यता नभएको मानिसलाई राष्ट्रपतिले नै भनुन्, जागिर पाइँदैन । यदि राष्ट्रपतिले कसैको जागिरका लागि सिफारिस गरे भने त्यहाँ के बुझिन्छ भने त्यो व्यक्ति योग्य रहेनछ र त भनसुन भयो । साम्यवादका पक्षपाती भन्नेहरूले अवसर र समानताको यो मूल्य बुझ्न सकेनन् ।

त्यसो भए अबको बाँकी जीवन कसरी बिताउनुहुन्छ, किनभने तपाईं जताततै निराशा मात्र देखिरहनुभएको छ ?

सगरमाथा आरोहणबाट फर्किएपछि मेरो एक चरणको यात्रा सकिन्छ । त्यसपछि म आफ्नै गाउँमा असल नागरिक निर्माण गर्ने खालको विद्यालय खोल्छु । जीवनभरि त्यहींका विद्यार्थीको सेवा गर्छु । आखिर जहाँ बसे पनि देश र जनताकै लागि काम गर्ने हो ।

काठमाडौं बस्नुहुन्न ?

बस्दिनँ । संसार पढेपछि थाहा भयो, मानिस प्राकृतिक जन्तु रहेछ । जीवनलाई सम्पन्न होइन, सुखी बनाउनुपर्ने रहेछ । काठमाडौंमा धेरै सम्पन्न मानिस होलान्, तर सुखी मानिस भेटिँदैनन् । म यो भीडमा अर्को दुःखी मानिस हुन चाहन्नँ ।

तपाई यति ठूलो सेलिब्रेटी हुनुभएको छ, विवाह गरेर आरामसाथ जीवन बिताउन छाडेर निराश कुरा मात्र गर्ने ?

मानिस जुन कुराले सुखी हुन्छ, त्यस्तो कुरा गर्दा निराश भएको आरोप खेप्नुपर्छ, तर सत्य के हो भने सम्पत्ति कमाएर, विवाह गरेर मानिस सुखी हुने भए आज संसार अर्कै हुन्थ्यो । कोही मानिस फुटपाथमा पनि राम्रोसँग निदाइरहेका छन्, कोही महलको आरामदायी ओछ्यानमा पनि सुत्न सकिरहेका छैनन्, किन ? विश्वास गर्नुहोस्, म जीवनप्रति निराश छैन, संसार घुमेपछि बल्ल मैले जीवन बाँच्ने कला थाहा पाएँ ।

त्यसो भए विवाह गर्नुहुन्न ?

किटेर भन्न सक्दिनँ । जीवनको यात्रा भनेको विचार र सिद्धान्त मिल्नेसँग गरिन्छ । जब विचार र सिद्धान्त फरक हुन्छ, जिन्दगीको यात्रा विभाजन हुन्छ । भोलि मलाई लाग्यो, म अमुक महिलासँग सुखी हुन्छु, त्यसबेलाको कुरा फरक हुनसक्छ, तर कुनै महिला मसँग किन विवाह गर्न चाहन्छिन् र ? मसँग के छ र ?

सेलिब्रेटी भैसक्नुभएको छ, संसार घुम्नुभएको छ, होइन र ?

तर मसँग सम्पत्तिको नाममा एउटा थोत्रो साइकलबाहेक केही छैन । पुष्कर शाह भनेको ४२ वर्षको माग्दै गुजारा गर्ने एउटा व्यक्ति हो । हिजो ११ वर्ष मागेरै खाएँ, लाएँ र संसार घुमें । अरू सेलिब्रेटीहरू नामसँगै थोरै भए पनि दाम कमाउँछन् । चाहे खेलाडी भन्नुहोस् वा कलाकर्मी । मैले भने अरूसँग मागेर विश्व भ्रमण गरें । हातमा पैसा नभएका बेला तिम्रो नाममा एक पाइला सगरमाथा चढ्छु सय रुपैयाँ देऊ भन्दै अर्को अभियान सुरु गरेको छु । मजस्तो माग्नेसँग कसले गर्छ विवाह ?

तर केहीअघि तपाईंका २ हजार ५ सय प्रेमिका भएको खबर एउटा पत्रिकामा प्रकाशित भएको थियो, तीमध्ये कोही त तपाईंको विचार र सिद्धान्तसँग मेल खाने थिए होलान् नि ?

ती मेरा केटी साथीहरू हुन्, प्रेमिका होइनन् । संसारभरिका मेरा

पृष्ठ २९ मा जारी

कसरी बढाउने स्मरणशक्ति ?

हेमन्त खतिवडा

अध्ययनलाई व्यवस्थित एवं प्रभावकारी रूपले अघि बढाउन स्मरणशक्ति बलियो हुनुपर्छ। मेहनत मात्र गरेर स्मरणशक्ति पाउन सकिँदैन। सबै आफ्नो स्मरणशक्ति बढाउन चाहन्छन् तर कसरी ? कुनै पनि व्यक्तिको स्मरण शक्तिमा विभिन्न कुराले प्रभाव पारेका हुन्छन्। इच्छाशक्ति छ भने स्मरणशक्ति सहज रूपमा बढाउन सकिन्छ र यसमा प्रगति पनि गर्न सकिन्छ।

पुनः स्मरण गर्ने

मनको कल्पना र पुनः स्मरण गर्ने गुण विलक्षण मानिएका व्यक्तिहरूमा बढी पाइन्छ। यो विधिबाट कुनै घटनासँग सम्बन्धित विषय चयन गर्न सकिन्छ। जस्तै- एउटा पाठमा भएका केही चीजको नाम स्मरण गर्नु छ भने आफूलाई मनपर्ने कविता, गीत अथवा रोचक विषयका पंक्ति प्रयोग गरेर स्मरण गर्न सकिन्छ।

कण्ठाग्र पार्ने र अभ्यास गर्ने

कण्ठाग्र पार्ने र अभ्यास गर्ने बानीले ८० प्रतिशतसम्म स्मरण शक्तिमा वृद्धि गरेको अनुसन्धानबाट पुष्टि भएको छ। गेट्सले १९१७ मा गरेको अनुसन्धानअनुसार कुनै कुरा पढ्दै जाँदा वा पढेपछि कण्ठाग्र गर्ने र अभ्यास गर्ने कार्यले सफल भइन्छ। यो विधि अनुसार जति बढी अभ्यास गर्‍योस्मरणशक्ति त्यति नै बलियो हुँदै जान्छ। विद्यार्थीहरूले पढ्ने र दोहोर्‍याउने काम लेखेर गर्नुपर्छ।

व्यवस्थित रूपले सुसंगठन

स्मरण प्रक्रिया लुगा बुन्ने तानभैं हुन्छ, जति राम्रोसँग मिलायो, खाँद्यो कपडा त्यति नै राम्रो र आकर्षक हुन्छ। स्मरणशक्ति पनि यस्तै हुन्छ, यसलाई मिलाउनु एवं व्यवस्थित गर्नुपर्छ। धेरै बुँदा स्मरण गर्नुपर्दा आफूलाई मन पर्ने पुस्तक, गीत अथवा कुनै अनौठो नाम बनाएर पढे स्मरणलाई दिगो राख्न सकिन्छ।

सिकाइको बढी प्रयोग

विद्यार्थीहरूले पढ्ने र दोहोर्‍याउने काम लेखेर गर्नुपर्छ। महत्त्वपूर्ण बुँदाहरू पढ्ने र लेख्ने गरे स्मरण बढाउन सकिन्छ। थोरै समय दिए पनि निरन्तर अध्ययन र अभ्यास गर्ने गरे स्मरणशक्ति राम्रो बनाउन सकिन्छ।

अभिरुचि एवं सकारात्मक धारणा

आफ्नो रुचिको विषय अध्ययन गर्नुपर्छ। यसले रुचि नभएको विषयमा भन्दा पनि बढी स्मरण हुन्छ तर रुचि नभएका विषय पनि सुरुचिपूर्वक अध्ययन गरे अध्ययनप्रतिको चाख बढ्दै जान्छ। जुनसुकै विषय सुरुचिपूर्ण ढंगले अध्ययन गर्नु र त्यसप्रति सकारात्मक धारणा राख्नु आवश्यक छ। आफ्नो रुचिमा परिवर्तन गर्न सकिन्छ तर म अरूभन्दा पढाइमा राम्रो छैन, कमजोर छु भन्ने हीन भावना लिनुहुँदैन। म केही गर्छु भन्ने मनोबल लिएर अध्ययन गर्नुपर्छ, चिन्ता, फिक्री गर्नुहुँदैन र आफूलाई अरूसँग तुलना गरेर महत्त्वकांक्षी पनि बन्नु हुँदैन।

प्रोत्साहन र प्रतिफल

आशाले मानिसलाई निराशा बनाउँदैन, त्यसैले भनिन्छ आशाले मानिसको आयु लम्ब्याउँछ। आशा छ भने धैर्य हुन्छ, जहाँ धैर्य हुन्छ त्यहाँ लगनशीलता पनि हुन्छ। प्रोत्साहन र प्रतिफलले अझ परिश्रम गर्न जाँगर र ऊर्जा दिन्छ। आफ्नो अभ्यास-लेखन शिक्षकलाई परीक्षण गर्न दिने र अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा समेत भाग लिनुपर्छ। यसबाट पाइने इनाम र पुरस्कारले अध्ययनलाई निरन्तरता दिन सहयोग पुर्‍याउँछ। आशा र विश्वास राखेर परिश्रम गरिरहने हो भने एक दिन अवश्य सफतलाको स्वाद चाख्न पाइन्छ। यसले स्मरणशक्ति पनि बलियो र चुस्त बनाउँछ।

स्वास्थ्य

समरणशक्ति बढाउन शरीर स्वस्थ राख्नुपर्छ। खानपान, राम्रो बानी-व्यवहार आवश्यक छ। चिन्ता नलिने बरु सकारात्मक सोच राख्नु, आत्मविश्वास बढाउनु र लगातार मेहनत गर्नु आवश्यक छ। स्वस्थ शरीरले मात्र परिश्रम गर्न सक्ने भएकाले खानपानमा ध्यान दिनुहुँदैन। स्वस्थ शरीरमा स्वस्थ बुद्धि भनेभैं थाकेको बेला वा शरीर कमजोर भएको बेला यथोचित आराम गर्नुपर्छ।

अठोट

अठोट मनोवैज्ञानिक बल पनि हो। मनोबल र इच्छाशक्ति दृढ छ भने त्यही अनुसार मेहनत गर्न सकिन्छ। यो पनि स्मरणशक्ति बढाउने राम्रो उपाय हो।

लक्ष्य

जीवनमा एउटा लक्ष्य लिनुपर्छ। लक्ष्यले मानिसलाई लगनशील र मेहनती बनाउँछ। आफ्नो रुचि एवं परिस्थितिलाई विचार गरेर लक्ष्य लिनुपर्छ। लक्ष्य लिंदा आफ्नो भित्री प्रतिभा, खुबी केमा छ त्यसलाई विचार गर्नुपर्छ। कुनै लक्ष्य राख्ने हो भने त्यसलाई सुरु गरेर निरन्तर रूपले पूरा गर्नुपर्छ तर बीचमै छोड्नुहुँदैन। आफू पछि गएर कस्तो मानिस बन्ने त्यही अनुसार अध्ययन गर्नु आवश्यक हुन्छ।

ए लेभलका पाँच विद्यार्थी विश्व उत्कृष्ट

विश्वस्तरका विद्यार्थीको तुलनामा नेपाली विद्यार्थीको स्थान कहाँ होला ? शिक्षाप्रणालीमै आकाश-पातालको फरक देख्नेहरूबाट सायदै यसको जवाफ मिल्ला। नेपाली विद्यार्थीहरू पनि विश्वमै उत्कृष्टता हासिल गर्न सक्षम छन्, सन् २००९ मा ए लेभलको परीक्षा दिएका पाँच विद्यार्थी यसको बलियो प्रमाण हुन्। काठमाडौंका विभिन्न विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले बेलायतको क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयअन्तर्गत सञ्चालित ए लेभल परीक्षामा विश्वकै विद्यार्थीलाई उछिन्दै उत्कृष्टता हासिल गरे। जनरल पेपरमा एक जना र अरूले गणितमा विश्व उत्कृष्ट नतिजा ल्याएका हुन्।

रातोबंगला स्कुलकी अदीति अग्रवालले जनरल पेपरमा विश्व उत्कृष्ट गरिन्। त्यस्तै, रातो बंगला स्कुलकै अश्विन जोशी, काठमाडौं एकेडेमीका विजय अधिकारी, इङरोज श्रेष्ठ तथा जेभियर इन्टरनेसनल कलेजका सुमन भण्डारीले गणितमा विश्व उत्कृष्ट गरे। उनीहरूलाई उपराष्ट्रपति परमानन्द झाको हातबाट प्रमाणपत्र र एवार्ड प्रदान गरिएको थियो। सोही अवसरमा ए र एस लेभलका विभिन्न विषयमा नेपाल उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई प्रमाणपत्र प्रदान गरिएको थियो। उनीहरूको परीक्षा २००९ को जून र नोभेम्बरको सेसनमा लिइएको थियो।

कार्यक्रममा क्याम्ब्रिज इन्टरनेसनलका दक्षिण एसिया व्यवस्थापक इयान च्याम्बरले ए लेभल शिक्षाप्रति नेपाली विद्यार्थीको चासो उत्साहप्रद रूपले बढेको बताए। साइकोलोजी, बिजनेस स्टडिज, एकाउन्टिङ, कम्प्युटिङ, इकोनोमिक्स, फिजिक्स, सोसाइलोजी, इन्भारोमेन्टल म्यानेजमेन्ट, बायोलोजी आदि विषयमा विभिन्न विद्यालयका विद्यार्थीले नेपाल टप गरेका हुन्।

कर्मरत जीवन बाँचौं

आजको काम भोलिका लागि छोड्दा हुने नोक्सानीका बारेमा धेरैपटक चर्चा भैसकेको छ। भोलि गर्ने काम आजै र आज गर्ने काम अहिल्यैको सिद्धान्त अनुसार आफ्नो कामलाई थाँती राख्नुहुँदैन, किनभने पलभरमा प्रलय पनि हुनसक्छ। यदि आफ्नो काम अहिले नै पूरा गर्न सक्यौं भने अरू काम गर्न बढी समय प्राप्त हुन्छ, जसले आफ्नो काम चाँडोभन्दा सिध्याउने कुरामा विश्वास गर्छ उसले जीवनको दौडमा निश्चित रूपबाट चाँडोभन्दा चाँडो पुरस्कार पाउँछ। उसलाई थाहा हुन्छ– हरेक दिन र हरेक क्षणको मूल्य हुन्छ। ऊ भावनाबाट होइन, बुद्धिले काम लिंदै यो सत्यलाई नहडबढाई सम्मान दिन्छ कि जीवनको कुनै भरोसा छैन त्यसैले हर क्षणको सदुपयोग गरौं।

हामी सबैको उमेरको सीमा हुन्छ, त्यसैले हामी जबसम्म जीवित हुन्छौं आफ्नो समयको पूरा सदुपयोग गरौं। हामीले गरेका कुराहरू हामी मरेपछि पनि जीवित नै हुन्छन्। यदि हामीले आजको काम भोलिलाई राख्ने हो भने हाम्रो आजको दिनको खाता बिल्कुलै खाली रहनेछ। काम आफ्नो होस् वा अरूको त्यसलाई समयमै सक्नु नै उपलब्धि हो। त्यसपछि त्यो काम पूरा गर्ने चिन्ताबाट मुक्ति मिल्छ। त्यसको विपरीत यदि अरूलाई वचन दिएर उसको काम थाँती राख्ने हो भने यो कहिल्यै नसोच्नुहोस् कि मानिसहरूले तपाईंलाई सज्जन भन्लान्।

एक वरिष्ठ समाजशास्त्रीले भनेका छन्- हामी संयोगले बाँचिरहेका छौं। जबसम्म हामी बाँच्छौं तबसम्म जीवनप्रति सकारात्मकता अपनाइ निरन्तर कर्मरत रहन्छौं र चाँडै नै आफ्नो लक्ष्य प्राप्तिका लागि कदम अघि बढाइरहन्छौं। त्यसको विपरीत यदि हाम्रो अन्त कहिले हुने हो भनेर मुख खुम्च्याएर बस्ने हो भन्दै हामीमा जति क्षमता छ, त्योभन्दा धेरै कम मात्र गर्न सक्छौं। मानिसले ठूलाभन्दा ठूला काम तब मात्र पूरा गर्न सक्छन् जब उनीहरू जीवनप्रति आशावान् रहन्छन्।

–रामहरि बञ्जारा

छिटो गर्नुहोस
नि:शुल्क १० जना
८ वा ९ पास / ९ ,१० वा SLC फेल / उमेर नाघेका / जागिरे गर्दै.....
१ वर्षमानै SLC पास गर्ने हो ?
प्राईभेट TEST/ SLC 067 मा नयाँ भर्ना
समय:– बिहान/दिउँसो
माध्यम:–नेपाली/अंग्रेजी
D.E.O.- काठमाण्डौ र EIA नेपाल बाट स्वीकृती प्राप्त
बिस्तृत जानकारीको लागि
कोसेट ओपन स्कुल २१६०७३६, ९८४१२६४५१४ लाजिम्पाट (प्रहरी बिट सँगै)
कामना स्कुल ४६००३३५, ४६०१८७८, ९८४१२६८४०९ कोटेश्वर, चोक

Gillette Int'l Boarding Higher Sec. School
Kalimati, Kathmandu
Admission Notice
For Classes: Playgroup, Nursery to IX
Admission forms and prospectus are available at School Reception in all days of the week between 8:00 am to 5:00 pm.
For further detail - visit the school
Kalimati, Kathmandu, Tel: 4283036, 4279521
A decade of Academic Excellence

BTMS
Job Assured
BTMS Training
(Business Task Management Skills)
Levelwise courses
Classes are Runing
CTF Nepal
Bagbazar, Yeti Plaza (opp.to P.K)
01-2004747,01-4265637
E-mail: ctfnepal@gmail.com

आकर्षक व्यक्तित्व
Acupuncture, (VASTU) उपकरणहरू
● अनुहार गोरो बनाउन (Roop Amrit)
● डण्डीफोर, चायापोतो, चारीपना हटाउने
● स्तन घटाउन, बढाउन, टाइट गर्न (Cream)
● YOKO (Height) बढाउन
लिङ्गको लम्वाई, मोटाई बढाउन
स्खलन रोक्न (Handsum up)
● केश झर्न रोकी उमार्ने (Oil)
● रक्सी, चुरोटको कुलत छुटाउन
● मोटापा घटाउन, बढाउन
● ढाड दुखाई कम गर्ने चुम्बकीय (Belt)
Abking Pro Suna Belt, Home Jogger
Blood Circulation Machine
Free Home Delivery
TELE-SHOP INTERNATIONAL
सम्पर्क Thamel, Galkopakha (ओरालोमा)
98030-87729, 97213-19662

होटेल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट
अनुभव प्राप्त गरी आउनुभएका प्रशिक्षक द्वारा पनि प्रशिक्षण दिईन्छ
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 Pvt. Ltd. महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल- Ktm
Ph:- 4363215, 9721315801

खुल्यो ! खुल्यो !! खुल्यो !!!
१००% प्राक्टीकल
नेपालमै पहिलो पटक
CCTV, Security System, Fire alarm control system, Embedded System Design, Mastering 8051 Microcontroller तथा Electrical, Electronic विषयहरुमा अनुभवी इन्जीनियर तथा दक्ष प्राविधिकद्वारा प्रशिक्षणको तालिम खुल्यो। धमाधम भर्ना लिइदैछ, सिट सिमीत छ।
प्राविधिक तालिम तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि,
अद्वैतमार्ग, पुरानो बसपार्क, काठमाण्डौं
४२४६९३६, ९८०२०३१७६६

चिरा
महिलाहरुको पेट तथा छातीमा देखिने दाग/सेतो धर्साको सफल उपचार।
जाँड-रक्सी सुर्ति, चुरोट छुटाउने ब्राण्डेड 'हर्बल चुर्ण'
● मोटोपना घटाउन/तौल बढाउन
● चाँया-पोतो, डण्डिफोर साथै चाउरीपना हटाउन
● कपाल सम्बन्धी कस्मेटिक उपचार
"A Complete Herbal Concern"
फ्रि डेलिभरी
सम्पर्क: डिल्लीबजार, ओरालो
4438630, 4442133
98511-10326, पोखरा: 98461-37418
चितवन: 98451-59169, हेटौंडा-97450-35945

हाईट बढाउने ?
३ महिनामा ४" उचाई बढाउने
✪ केश झर्न तुरुन्तै रोकी उमार्ने
✪ १ महिनामा चाहेजती ब्रेष्ट बढाउने 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)
नेचुरल हेल्थ केयर
ललितपुर, लगनखेल, (पाटन हस्पिटल अगाडी)
फोन : 5004046, 5550195
मोवाइल : 9851112675

तन्नेरीहरूको रोजाइ इन्टेरियर डिजाइनिङ

अवसर र रोजगारीको सम्भावना बढ्दै गएपछि पछिल्लो समयमा तन्नेरीहरू इन्टेरियर डिजाइनिङको अध्ययनतर्फ आकर्षित भैरहेका छन् । पोखरामा पनि प्लस टु अध्ययनरत र सकेका युवायुवतीले इन्टेरियर डिजाइनिङतर्फ रुचि देखाउन थालेका छन् ।

मालेपाटनकी मञ्जु त्रिपाठीले भर्खर विज्ञान विषयमा पल्स टु सकेकी हुन् । घर सजावटमा रुचि राख्ने त्रिपाठीले इन्टेरियर डिजाइनिङको अध्ययन हुने कुरा थाहा पाएपछि आईईसी फेसन सेन्टरमा आएर अध्ययनलाई अघि बढाएकी हुन् । इन्जिनियरिङसँग मिल्दो यो विषयका सम्बन्धमा त्रिपाठीले भनिन्, 'धेरैको ध्यान यो विषयतर्फ नगएकाले रोजगारीको सम्भावना देखेर अध्ययन थालेकी हुँ ।

त्रिपाठीसँगै अध्ययनरत घारीपाटनकी राशि कायस्थ इन्टेरियर डिजाइनिङ पढेर अमेरिका जाने धुनमा छिन् । होटल म्यानेजमेन्टमा प्लस टु गरेकी कायस्थले भनिन्, इन्टेरियर पढेर बाहिर जाँदा रोजगारीको सम्भावना निकै रहेछ ।' यही कुरा बुझेका सम्झना खाँण,

रचना श्रेष्ठ, रविचन्द्र होडा, दीपेन्द्र गुरुङ जितेन्द्र थापा आदिले पनि राम्रो सम्भावना र भविष्य देखेर इन्टेरियर डिजाइनिङको अध्ययन गरिहेका छन् ।

बैंक, वित्तीय क्षेत्र, हाउजिङ कम्पनी, तारे होटल तथा विभिन्न कन्सल्टेन्सीको विकाससँगै इन्टेरियर डिजाइनिङको अध्ययनतर्फ युवायुवतीको आकर्षण बढ्दै गएको हो । आर्किटेक्चर इन्जिनियरिङसँग सम्बन्धित यस्ता इन्टेरियरको माग विदेशमा पनि बढ्दै गएपछि यसको अध्ययनतर्फ युवायुवती तानिंदै गएको आईईसी पोखरामा इन्टेरियर डिजाइनको अध्यापन गराउँदै आएका द्रोण कँडेलले बताए । इन्टेरियर डिजाइनरहरूको माग बढेपछि थप अध्ययनका लागि विदेश जानेहरूले धमाधम यही विषय रोजिरहेका छन्, कँडेलले भने, 'दुई-तीन वर्षयता यसको माग बढेको हो ।'

पोखरामा सात वर्षदेखि पढाइ हुँदै आएको इन्टेरियरको एकवर्षे कोर्स ५ सयभन्दा बढीले पूरा गरेको कँडेलले बताए । एकवर्षे कोर्सका लागि करिब ४० हजार रुपैयाँ खर्च लाग्छ । यसरी अध्ययन गरेकाहरू थप अध्ययनका लागि विदेश तथा कतिपय स्वदेशमै हाउजिङ, कन्सलटेन्सी आदि विभिन्न कम्पनीमा कार्यरत छन् । इन्टेरियर डिजाइनिङको अध्ययन गरेकाले खाडी मुलुकमा मासिक १ लाखभन्दा बढी कमाउने इन्टेरियरका एक शिक्षक बताउँछन् ।

कुनै पनि खाली स्थानलाई कसरी उपयोगमा ल्याई सिंगार्न सकिन्छ भन्ने कला इन्टेरियर डिजाइनिङभित्र पर्छ । इन्टेरियर डिजाइनिङको काम इन्जिनियरले गर्दै आएकाले त्यसको अभाव पूरा गर्न पनि यसको अध्ययन आवश्यक भएको छात्रछात्राहरू बताउँछन् ।

आईईसीले यसको तीनवर्षे कोर्स पनि सुरु गरेको छ । यसको अध्ययनमा औपचारिकभन्दा पनि प्रयोगात्मकलाई जोड दिंदै आइएको छ, तर नेपालमा अझै पनि यसका पाठ्यपुस्तकको अभाव रहेकाले विदेशबाट मगाउनुपर्ने अवस्था छ । युवायुवतीको माग बनेको इन्टेरियर डिजाइनिङको अध्ययन विश्वविद्यालयबाट हुनुपर्ने माग इन्टेरियर डिजाइनरहरूको छ ।

-शिव शर्मा

भौतिक विज्ञानको माग बढ्दो

विद्यालय एवं कलेजमा भौतिक विज्ञानका रूपमा नापतौल गर्ने शिक्षा अध्ययन-अध्यापन गराइन्छ, तर समयले कोल्टे फेरेको छ । हिजोआज भौतिक विज्ञानलाई मनग्य पैसा कमाउने विषयका रूपमा लिइन्छ । पैसा कमाउन चाहने केही गलत तत्त्वले भौतिक विज्ञानको दुरुपयोग पनि गर्न थालेका छन् । नेपाललगायत विश्वका अल्पविकसित देशका भौतिकशास्त्रीहरूलाई विकसित देशका विश्वविद्यालय एवं अनुसन्धानहरूले आफ्नो देशमा अनुबन्धन गर्ने गरेका छन् ।

नेपालमा हाल तीनवटा सरकारी क्याम्पसमा वार्षिक १ सय ८० जना भौतिक विज्ञानका स्नातकोत्तर उत्पादन हुन्छ । यसरी भौतिक विज्ञानमा स्नातकोत्तर तह पढाइ हुने कीर्तिपुर क्याम्पस, पाटन क्याम्पस र सिद्धनाथ क्याम्पस छन् । यसका अतिरिक्त केही निजी क्याम्पसमा समेत भौतिक विज्ञानको अध्यापन हुने गरेको छ ।

भौतिक विज्ञानलाई अन्य विज्ञानको आधारशिला मानिन्छ । विज्ञानको जुनसुकै शाखा अध्ययन गर्नेहरूले भौतिक विज्ञान अनिवार्य रूपमा पढ्नुपर्छ । हाम्रो दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने नापतौलका एकाइ जस्तै किलोग्राम, किलोमिटर र लिटरको अध्ययन भौतिक विज्ञानको पहिलो पाठका रूपमा विद्यालयस्तरका पाठ्यक्रममा राखिएका छन् । यी नापतौल हरेक व्यक्तिको जीवनमा उपयोगी हुँदै आएकाले पनि भौतिक विज्ञानलाई व्यावहारिक विषय भन्न सकिन्छ । सहरी क्षेत्रमा घरघरमा प्रयोग हुने थर्मामिटरबाट शरीरको तापक्रम नाप्न पनि भौतिक विज्ञानका सिद्धान्तहरू लागू हुन्छन् ।

भौतिक विज्ञानका क्षेत्रमा नेपालमा खासै अनुसन्धान नभएकै कारण, यहाँको विकासमा उल्लेखनीय प्रगति हासिल नभएको नेपाली भौतिक वैज्ञानिकहरूको ठम्याइ छ । विश्वजगत्सँग प्रतिस्पर्धा गर्ने संस्थाहरूको स्थापना हुन नसकेका कारण भौतिक विज्ञानका प्राज्ञिक व्यक्तिहरू पनि शिथिल अवस्थामा छन् ।

यहाँ रहेका महिलाहरूलाई सक्रिय गराई यो विषय पनि आय आर्जन गर्न सकिने क्षेत्र हो भनेर बुझाउन सकिन्छ । डाक्टर, इन्जिनियर, पाइलट आदिले पनि सुरुका वर्षमा भौतिक विज्ञान पढ्नुपर्छ । यसले पनि भौतिक विज्ञान उपयुक्त छनौट हुन सक्ने कुरा स्पष्ट हुन्छ ।

ब्युटीसियन कोर्स
नि:शुल्क
- नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त ।
- उत्कृष्ट एवं व्यवसायिक कोर्स ।
- रोजगारीको ग्यारेण्टी ।
- अनुभवी एवं दक्ष प्रशिक्षकहरूद्वारा तालिम दिइने ।
- विदेश जानेहरूको लागि Special Class

कोर्स: बेसिक, एडभान्स, डिप्लोमा, स्पेसल, हेयर ड्रेसिङ्, सर्ट कोर्सेस
ब्रीड अफ ब्युटि ट्रेनिङ् सेन्टर
फोन नं.: ०१-६२१८३९३
९८४९१३५०६१ / ९८०८१६२७०१
चाबहिल चोक, काठमाण्डौ

100 % रोजगार मूलक
होटल तालिम
● कुक ● वेटर ● हाउसकिपिङ
अंग्रेजी/नेपाली दुवैमा थप प्राक्टिकल पाँचतारेमा अंग्रेजी भाषा नि:शुल्क
७ वर्षे अनुभव ५/७ स्टारमा कार्यरत प्रशिक्षक विशेष छुट प्याकेज
KMDC
कामना मेनपावर डेभलपमेन्ट सेन्टर प्रा.लि.
कोटेश्वर चोक, ४६०१८७८/४६००३३५

JOIN THE BRITISH ARMY & SINGAPORE POLICE
We heartily congratulate the following candidates and all his family who have been selected in the British Army & Singapore Police for intake 2010
Ashok Gurung, Dev Gurung, Milan Shrestha, Nabin Pun, Nirmal Gurung, Pasan D. Sherpa, Rakesh Lama, Roshan Khatri, Raja Chand, Suman Rana, Sanjiv Rai
Now ? Your ? Turn ? Hurry Up !
We announce new admission for intake 2011 (Physical & Education)
For Details:
BRITISH GURKHA RECRUITMENT INSTITUTE & TRAINING CENTRE
Contact: 01- 4008568, 01-6214244
Chabahil, Dhobikhola
(Near by Dhumbarahi Swimming Pool)
Oppisite Om Hospital

सौन्दर्यका सामानहरू
१. उचाई बढाउने जापानी YOKO Height increaser -रु.१,२५०/-
२. Vibro Belt Price -रु.२,८९९/-
३. Breast घटाउने क्रिम -रु.१,३००/-
४. Breast बढाउने क्रिम -रु.१,३००/-
५. चुरोट खान छुटाउने Spray -रु.१,८९९/-
६. Roop Amrit -रु.१,३९९/-
७. अनुहारको चाया पोतो हटाउने -रु. १,५००/-
८. पेट घटाउन Abking pro -रु. ६,९९९/-
९. Home Jogger -रु. ६,९९९/-
१०. कपाल झर्न रोकी नया कपाल पलाउने Herbal HairOil -रु. ७५०/-
११. Breast बढाउने pump -रु. १४९९/-
१२. जाड रक्सी छुटाउने औषधी -रु. १४९९/-
Global TV. Product Shop
पुतलीसडक, (शंकरदेव क्याम्पस अगाडि) ९८५१०१४६०२
कुमारीबैंकपछाडिफोन:४१६८११५,४१६८०६१

"नेपाल सरकार बाट मान्यता प्राप्त शैक्षिक संस्था"
प्राईभेट TEST/ SLC-067
नयाँ भर्ना खुल्यो !
➤ भर्खरै कक्षा ९ तथा Test मा फेल भएर निराश भएका ।
➤ कक्षा ८, ९ र १० पास गरि विविध समस्याले पढाई रोकिएका ।
➤ उमेर नाघेका र जागिर गर्दै अध्ययन गर्न चहाने विद्यार्थीहरुको लागि अध्ययन निरन्तर गर्ने सुवर्ण अवसर ।
कक्षा समयः विहानी/दिवा/बेलुकी | माध्यमः नेपाली/English दुवै
...विगत वर्षहरुको गहिरो अनुभव सहित अब चवहिलमा पनि...
जेन्युईन एकेडेमी ☎ 4462184
चावहिल चोक (बौद्ध तर्फ जाँदा ३० मि. अगाडि, दायाँ पट्टी)

20% Discount on
MONTESSORI Training
● Montessori Training
● Primary Teacher Training
● In-charge/Coordinator Training
● Child Care Training
Job Assured.
CTF Nepal
Bagbazar, Yeti Plaza (opp.to P.K)
01-2004747,01-4265637
E-mail: ctfnepal@gmail.com

मुहार
वैदाग गोरो बनाउने आयुर्वेदिक
रुपअमृत - Rs.1650/-
Anti Pimple [Rose Sunscream Free]
केश
आस्था हेल्थ केयर
Tel.: 4498929, 9841330144
9845276046 Chitwan, इटहरी 025-580944

भर्ना खुल्यो ! भर्ना खुल्यो !! भर्ना खुल्यो !!!
प्राइभेट Test/SLC-2067
विगत ९ वर्षदेखि प्राइभेट Test / SLC मा सबैभन्दा बढी विद्यार्थीहरु सहभागी गराउँदै पास गराउन सफल ।
कक्षा ८ पास तथा भर्खरै कक्षा ९, १० वा Test/ SLC फेल भई विविध कारणले पढन नपाएकाहरुका लागि कक्षा ९ नपढी सिधै १० कक्षाको मात्र पढेर SLC Exam दिन पाइने एक वर्षे प्राइभेट Test/ SLC कक्षामा नयाँ भर्ना खुल्यो । सिट सिमित । Medium- अंग्रेजी, नेपाली दुवै । Time- बिहानी, दिउँसो, साझ ।
६ महिना मै +2
तथा Math/Science/Test नदिईकनै S.L.C. पास !! (Nios Delhi Board)
Arts Commerce Science
सिट सिमित !!
American/Nios (+2)
कक्षा ८, ९ फेल भए पनि SLC दिन पाईने, +2, 'A'Level फेल भएता पनि ६ महिनामै +2 पास गर्न सकिने, कुनै ५ विषय मात्र पास गरे पुग्ने, TU, KU तथा विश्व भरी मान्यता प्राप्त, जागीर तथा गृहणीले घरमै पढेर पनि परीक्षा दिन सकिने, नेपाली तथा अंग्रेजीमा परीक्षा दिन पाईने ।
अंग्रेजी, Japanese, फ्रेन्च, जर्मन, Spanish कोरियन, हिब्रु, भाषाहरु साथै Tution for SLC, +2, CBSE, 'A' Level, IA, ICom, BA, BBS, BBA, TOEFL, IELTS & All Computer Courses.
ओरियन एकेडेमी
सामाखुशी: 4388400, 9851021071
चावाहिल: 4460091, 9851085823
नयाँ बानेश्वर: 4484634, 9841160529
डिप्लोम्याटिक एकेडेमी
कुमारीपाटी, ललितपुर
5549139, 9851021665

बाघको संरक्षणमा चुनौती

गोपाल मरासिनी

जंगलको राजा अर्थात् शक्तिशाली र आकर्षक जनावर बाघलाई लोप हुनबाट जोगाउने उद्देश्यका साथ सन् २०१० लाई विश्वव्यापी रूपमा बाघ वर्षका रूपमा मनाउने अभियान प्रारम्भ भएको छ। विश्व वन्यजन्तु कोषको अगुवाइमा सन् २०२२ सम्ममा बाघको संख्या दोब्बर बनाउने लक्ष्यसहित टी इन्टु टु अभियान पनि सञ्चालन गरिएको छ। बीसौं शताब्दीको सुरुमा एसियामा मात्र बाघको संख्या १ लाखभन्दा बढी थियो। पछिल्लो समय बाघको संख्यामा ओरालो लागेर ३ हजार ५ सयभन्दा तल झरेको छ।

सय वर्षको अवधिमा बाघको संख्या अकल्पनीय रूपमा घटेपछि विश्वको ध्यान बाघतर्फ केन्द्रित भएको छ । सन् १९६० को दशकमा एसियाको जंगलमा मात्र ३५ हजार बाघ बस्थे। अहिले ३ हजार २ सयमा झरेको बाघको संख्याले संरक्षणमा ठूलो चुनौती देखापरेको छ। सन् १९४० यता विश्वबाट ३ प्रजातिका बाघ हराइसकेका छन् भने एक प्रजातिको बाघ केही वर्षयता जंगलमा फेला परेको छैन। बाघ घट्ने क्रम नरोकिने हो भने अबको एक दशकमा बाघ विश्वबाटै लोप हुने चेतावनी बाघ विशेषज्ञहरूले दिइरहेका छन्।

नेपाल, भारत, भुटान, चीन, थाइल्यान्ड, बंगलादेश, म्यान्मार, रूस, भियतनाम, कम्बोडिया, मलेसिया र लाओसमा बाघ पाइन्छन्। विश्वबाट लोप भैरहेको बाघको अवैध व्यापार चोरी-सिकारीका लागि नेपाल मुख्य केन्द्र भएको निक्र्यौल निक्लिएको छ। बाघका लागि १० जोखिमयुक्त देशको सूचीमा नेपाल, भारत, बंगलादेश, भियतनाम, अमेरिका, रूस, इन्डोनेसिया र मेकोङ क्षेत्र छन्।

नेपालको चितवन बर्दिया र शुक्लाफाँटामा बाघ पाइन्छ। ३ महिनाअघिको तथ्यांकअनुसार नेपालमा करिब १ सय २१ वयस्क बाघ छन्। सन् २००० को तथ्यांकलाई आधार मान्ने हो भने शुक्लाफाँटा र बर्दियामा बाघको संख्या क्रमशः ओरालो लागेको छ। त्यस क्षेत्रका करिब

३७ वटा बाघ हराएका छन्। तीव्र रूपमा घटिरहेको बाघका सम्बन्धमा अध्ययन गरेका विशेषज्ञहरूका साथै विश्व वन्यजन्तु कोष ग्लोबल टाइगर फन्ड तथा सेभ दि टाइगर फन्ड आदि दातृ निकायले जोगाउन ढिला गरिए बाघको संख्या तीव्र गतिले घट्ने निष्कर्ष निकालेका छन्। बाघ बाक्लो वन, अग्लो घाँस तथा प्रशस्त साना प्रजाति पाइने ठाउँमा बस्छ। बाघ पाइने मुलुकको ११ करोड ९० लाख हेक्टरमा फैलिएको जंगलमा बाघ बस्दै आएको एक तथ्यांकले देखाएको छ।

जनसंख्या वृद्धि, मानवनिर्मित प्रदँषण, वनजंगलको फूडानीजस्ता कार्यको चरम चाप बाघमाथि परेको छ। बाघ मारेर यसको छाला, हड्डी, दाँत, अंग तथा मासु अवैध रूपमा बिक्री-वितरण हुन्छ। महँगो औषधी र रक्सी बनाउन प्रयोग हुने बाघको अंग विशेष गरेर विश्वकै ठूलो र राम्रो बजार मानिएको चीनमा पुग्छ। अन्तर्राष्टिय बजारमा पाटेबाघको छाला र हड्डीको मागसँगै मूल्य पनि उच्च छ। चीनमा पाटेबाघ र चितुवाको हाड र छाला बिक्री-वितरणमा प्रतिबन्ध लगाइएको भए पनि त्यो प्रभावकारी छैन।

कुन प्रजातिका बाघ लोप भए ?

दशक	बाघको प्रजाति
सन् १९४०	बाली बाघ
सन् १९७०	सुमात्रान बाघ
सन् १९८०	जाभा बाघ
सन् १९९०	दक्षिण चिनियाँ बाघ

बाघको छाला र हड्डी सिकार गर्नेलाई राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा वन्यजन्तु संरक्षण ऐन २०२९ को दफा २६ अनुसार पाँच वर्षदेखि १५ वर्ष कैद वा ५० हजार देखि १ लाख रुपैयाँ वा दुवै सजाय हुने कानुन नेपालमा छ। कानुनमा लिपिबद्ध गरिएको भए पनि बाघको संरक्षण अपेक्षाअनुरूप हुन सकिरहेको छैन। चोरी सिकार, बासस्थानको क्षय, जमिनको, खण्डीकरण, प्राकृतिक आहारको कमी आदि कारणले बाघ संकटमा परेको हो।

केही दशकदेखि विश्वभर बाघको बसोबास ४० प्रतिशतले घटेको छ। विश्वव्यापी रूपमै भएको अध्ययनलाई मध्यनजर गर्ने हो भन्ने हो भने पछिल्लो १ सय वर्षमा ९३ प्रतिशतले बाघको बसोबास खलबलिएको पुष्टि भैसकेको छ। विश्व बाघ सम्मेलनका क्रममा नेपाल सरकारले गरेको क्षेत्रीय स्तरको वन्यजन्तु अपराध नियन्त्रण केन्द्र स्थापना गर्ने प्रतिबद्धता आकाशको फल आँखा तरी मर जस्तै भएको छ। त्यसैगरी प्रधानमन्त्रीको राष्ट्रिय बाघ नियोग स्थापना गर्ने प्रतिबद्धता पनि प्रतिबद्धतामै सीमित छ। थाइल्यान्डको बैंककमा सम्पन्न बाघसम्बन्धी बैठकले पनि अबका दिन बाघ जोगाउन फलामे चिउरा सावित हुने निष्कर्ष निकालेको छ।

नोकियाको नाम ?

नोकिया फिनल्यान्डको एउटा सहरको नाम हो, जुन फिनल्यान्डको राजधानी हेलसिन्कीको छिमेकी सहर टेम्परदेखि करीव १५ किलोमिटर टाढा नोकियानभिर्टा नदीको किनारमा छ। नोकियानभिर्टा नदीकै नाममा उक्त सहरको नाम पनि नोकिया रहन गएको हो। नोकियाको इतिहास हेर्दा हामी सन् १८६५ मा पुग्नु पर्छ। यसको स्थापना फ्रेडरिक इडेस्टामले गरेका थिए। सुरुमा यो पल्प मिलका रुपमा स्थापना भएको थियो। सन् १८७१ मा इडेस्टामले आफ्ना घनिष्ट मित्र लिओ माचेलिनसँग मिलेर यसलाई सञ्चालन गर्ने निर्णय गरे। त्यसपछि यसको नाम नोकिया कम्पनी राखियो। सन् १९९० को हाराहारीमा आइपुग्दा सम्म यसले विभिन्न क्षेत्रमा काम गर्न थाल्यो र शाखा पनि धेरै भए।

सन् २००९ को डिसेम्वरको तथ्यांक अनुसार विश्वका १ सय २० देशमा रहेका यसका विभिन्न शाखामा १ लाख २३ हजार १ सय ७१ कर्मचारी कार्यरत छन्। विश्वका १ सय ५० भन्दा बढी देशमा यसका उत्पादन विक्री हुन्छन्। विश्वका १६ देशमा यसका रिसर्च तथा डेभलपमेन्ट युनिट छन्। यस्ता युनिटमा मात्र ३७ हजार २० कर्मचारी कार्यरत छन्। सन् १९९६ मा स्थापना गरिएको नोकिया रिसर्च सेन्टरमा ५ हजार अनुसन्धानकर्ता, इन्जिनियर र वैज्ञानिक कार्यरत छन्। फिनल्यान्ड, चीन, भारत, केन्या, स्वीट्जरल्यान्ड, ब्रिटेन र अमेरिका गरी ७ देशमा यसका शाखा छन्। सन् २००८ यता नोकिया सहरमा यसका कुनै पनि कारखाना वा अन्य केही कार्यालय छैनन्। अहिले यसको प्रधान कार्यालय इस्पु र कारखाना सालो सहरमा छन्। यी दुवै सहर नोकियादेखि दक्षिणतिर सयौ किलोमिटर टाढा छन्। अहिले पनि पर्यटकहरू नोकियाले उत्पादन गरेका मोवाइल फोनका वारेमा जान्ने उद्देश्यले त्यहाँ जान्छन्, तर उनिहरू त्यहाँ केही पनि पाउदैनन्। त्यहाँ नोकियाको सम्झना गराउने नोकिया मेन्सन मात्र छ, जहाँ कहिलेकाही नोकिया कम्पनीका माथिल्ला स्टाफहरूबीचमा प्राइवेट पार्टी चल्छ।

खुम्जुङ होटेल तालिम
बागबजारमा
कुक, वेटर/हाउसकिपिङ/बारमेन/बेकरी लगायत सम्पूर्ण होटल तालिमहरुमा भर्ना धमाधम लिईदैछ। प्राक्टिकल ५ स्टार लेवलको होटलमा गराइने/चाइनिज, इण्डियन र कन्टिनेन्टल खानाहरुका लागि रेष्टुरेन्ट र बारको पनि सुविधा भएको साथै होष्टेलको पनि व्यवस्था छ।
Hotel Khumjung Pvt. Ltd.
हेड अफिस चक्रपथ महाराजगंज (नारायण गोपाल चोक)
Ph 4016194, 4016111
सिटि अफिस, बागबजार पि.के. कलेज अगाडि
पति प्लाजा भित्र, प्यासिफिक बिल्डिङ
4240199, 016226791, 9841578724

होटल तालिम भारी छुटमा
छैटौं बर्ष पुरा गरी सातौं बर्षमा प्रवेश गरेको उपलक्ष्यमा भारी छुटका साथ
कुक, वेटर, वार, हाउसकिपीङ्ग, तालिमहरु
→ कुक तालिममा वेटर/वेट्रेस फ्रि
→ वेटर तालिममा वार ट्रेनिङ्ग फ्रि
→ वेटर, वार ट्रेनिङ्गमा हाउसकिपिङ्ग फ्रि
→ स्पेशल कुक तालिममा भारी छुट
साथै
स्पेशल अरविक कुक तालिम गल्फ देश जानेहरुका लागि
EMTC नयाँबानेश्वर, थापागाउँ ☎ 4483969

Career after SLC....
BRIDGE COURSE
◆Science ◆Commerce

STAFF NURSE
Entrance Preparation
ENTRANCE PREPARATION COURSE
◆General ◆Intensive
A Level BRIDGE COURSE
◆Science ◆Non-Science
H.A. / PCL Lab., Radiography & Pharmacy
ENTRANCE PREPARATION COURSE
Bridge Course र Staff Nurse को बारेमा बिस्तृत जानकारीका लागि २०६६-१२-२१ गते Gorkha FM (93.0 MHZ) मा साँझ ६ देखि ७ बजे सम्म सुन्न नभुल्नुहोला।
IAS
INSTITUTE FOR ADVANCE STUDIES
Phone No: 4229149
Success Academy
for Medical and Nursing
Phone No: 4256913
In front of Kathmandu Model College,Bagbazar,KTM
Also contact for B.N. Entrance Preparation class for TU & NAMS at Success Academy

प्राइभेट TEST/SLC - 2067
१२ वर्षको गहिरो अनुभवका साथ यस पटक पनि पुन भर्ना खुल्यो SLC पास गर्ने सुवर्ण अवसर आजै सम्पर्क राख्नुहोस्।
प्राइभेट TEST/SLC कसका लागि ?
कक्षा ८ वा ९ पास गरी स्कुल जान नपाएका र कक्षा ९, Test वा SLC फेल भै निरास भएकाहरुका लागि।
सम्झना एकेडेमी नै किन ?
अत्यन्त अनुभवि शिक्षक/शिक्षीकाद्वारा अध्यापन, गरिव जेहेन्दार दलित पिछडिएकाहरुका लागि छात्रवृत्तिको व्यवस्था, कमजोरका लागि विशेष कक्षा संचालन, होस्टेलको राम्रो व्यवस्था भएको। बिहान, दिउँसो र बेलुका कक्षा संचालन हुने, अंग्रेजी/नेपाली छुट्टा छुट्टै कक्षा को व्यवस्था।
TEST/SLC ग्यारेन्टीका साथ पास हुने गरी पढ्नलाई सम्झनुहोस्
SAMJHANA ACADEMY पुरानो बसपार्क, नेपाल पुलिस क्लब ठिक पछाडि
सम्पर्क 014246397

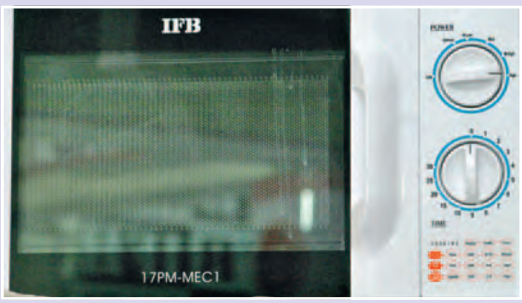
होटल तालिम विशेष छुटमा 2003 मा स्थापित
नेपाल सरकारबाट स्वीकृत प्राप्त, पाँचतारेको प्रशिक्षक
Worldwide valid Certificate
Japan, UK, Australia, Canada, Europen देशमा Working Visa, Student Visa मा जानेलाई Part time & Full time job को लागि SPECIAL CLASS भैरहेछ।
COOK, WAITER, Barman, Bakery, Tandoori, Salesman, Receptionst, House Keeping, Diploma in Hotel Mgmt., F & B Mgmt., Coffee, Juice maker, Roomboy, Bellboy etc.
ATHTIN बाट स्विकृत प्राप्त
➡ 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
Vissa Processing for Aboard Study U.K. Australia
र्‍याडीसन होटल ट्रेनिङ्ग सेन्टर
बागबजार,पि.के.क्याम्पसपछिको दोस्रो घर रत्नपार्क तर्फ
4247165, 2200889, 9841-891131
साहारा होटल तालिम सेन्टर
(Sahara School of Hospitality Mangement and Toursim Nepal)
नयाँ बानेश्वर, शिवदर्शन हल अगाडि, ओखरबोट मार्ग
2040782, 016200757, 98510-93629
र्‍याडीसन होटल तालिम सेन्टर
नयाँ बानेश्वर, BICC को पानी ट्यांकी अगाडी
4464720, 9841-891131, 98510-93629

आईएफबीका

घरायसी उत्पादनहरू

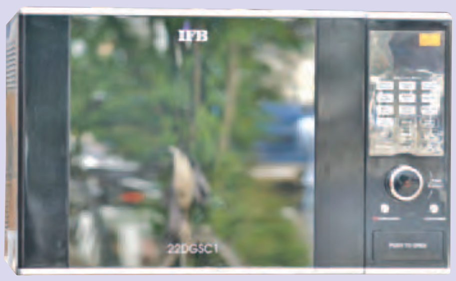
घरायसी प्रयोजनका लागि माइक्रोवेभ ओभन, वासिङ मेसिनजस्ता सामग्रीहरूको प्रयोग बढ्दै गएको छ। जीवनयापनलाई सहज बनाउने विभिन्न ब्रान्डका यी सामग्री नेपाली बजारमा सहजै पाउन सकिन्छ। खानेकुरा तताउन वा पकाउन प्रयोग गरिने माइक्रोवेभदेखि लुगा धुने वासिङ मेसिनसम्मका घरायसी सामग्रीहरू घरको शोभासमेत बन्ने गरेको छ। यसै क्रममा ए-वान सेल्स एन्ड सर्भिसेस प्रा.लि.ले हालै आईएफबी ब्रान्डका केही नयाँ उत्पादन नेपाली बजारमा उतारेको छ। जर्मन ब्रान्ड आईएफबीका केही घरायसी सामग्री :

माइक्रोवेभ ओभन



१७ पीएम

यो सोलो माइक्रोवेभ ओभन हो। यसमा खानेकुरा चाँडै तात्नुका साथै तताएको खानेकुराको स्वाद बिग्रँदैन। यो माइक्रोवेभको बजार मूल्य ६,५९०।- रुपैयाँ छ।



२२ डीजीएस

अन्य सुविधासहित यो ओभनमा डबल ग्रिल उपलब्ध छ। यो माइक्रोवेभ सेकुवाजस्ता खानेकुरा सेकेर खान उपयुक्त हुन्छ। यसको बजार मूल्य १२,०६४।- रुपैयाँ छ।

३० एसी-२

खानेकुरा पकाउने, तताउनेसहित यो माइक्रोवेभवाट कुकिज, बिस्कुटसमेत तयार गर्न सकिन्छ। कन्भेक्सन सिस्टम भएकाले यसमा बढी सुविधा छ। यो माइक्रोवेभको बजार मूल्य १९,३००।- रुपैयाँ छ।

इभा-डिएक्स

नेपाली बजारमा पाइने वासिङ मेसिनको तुलनामा यो सबैभन्दा सस्तो वासिङ मेसिन हो। ५ किलोग्राम क्षमताको यो फ्रन्ट लोड वासिङ मेसिनको खरिदमा १ हजार ३ सय बराबरको थप सामग्री पाइन्छ। यसको बजार मूल्य २७,९००।- रुपैयाँ छ।

डिस वासर

भाडाकुँडा माझ्ने जेडवाइपिएचइआर-इएक्स मोडलको डिस वासर उपलव्ध छ। १६ वटा सेटिङ भएको यो डिस वासरको बजार मूल्य ४४,९००।- रुपैयाँ छ।

क्लोथ डायर

क्लोथ डायर धोएको लुगा सुकाउन प्रयोग गरिन्छ। एमएएक्सआई मोडलमा उपलब्ध यो क्लोथ डायरको क्षमता ५ दशमलव ५ किलोग्राम छ। यसको बजार मूल्य ३१,७००।- रुपैयाँ छ।

वासिङ मेशिन

ए डब्ल्यू ६०-८०६१

यो मोडलको वासिङ मेसिन टप लोड सिस्टममा आधारित छ। ६ किलोग्राम तौल क्षमताको यो वासिङ मेसिनको मूल्य २०,९००।- रुपैयाँ छ।

ADMISSIONS OPEN

From Nursery to Class - VIII

Kromo.ad#4781324

Exploring the innate potential

Salient Features:

- Character forming and personality development activities.
- Student centered learning environment.
- Focused on creative learning.
- Montessori trained teachers for junior classes.
- Educational excursion.
- Co-curricular activities, periodical exhibitions, talent shows and numerous competitions.
- Seperate hostel facility for boys & girls.
- Effective transportation facility.

Class	Nur.	L.K.G.	U.K.G.	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
No. of Seats Available	10	20	20	20	20	15	18	12	12	13	10

ELIXIR ACADEMY
इलिक्सर एकेडेमी
We, Our Country & The World

Kharibot, Kumarigal, Kathmandu-7 , Tel: 4481840, 4486865
E-mail: elixir@elixir.edu.np, www.elixir.edu.np

चोरिँदा पनि दंग

कुनै नेपाली चलचित्रमा हिन्दी चलचित्रको एउटा गीत हुबुहु राखियो भने के होला ? नेपाली संगीतकारले भारतीय संगीतकारको नक्कल गऱ्यो भन्ने आरोप लाग्छ । यस्तो आरोप बेला-बेलामा लागि नै रहन्छ । यसपटक भने ठ्याक्कै उल्टो भएको छ । झन्डै चार वर्षअघि नै रेकर्ड भएको एउटा नेपाली गीत केही समयअघि प्रदर्शन भएको हिन्दी चलचित्रमा हिन्दी गीतका रूपमा समावेश भएको छ । गायक हिमाल सागरले आफ्नै स्वर तथा संगीतमा तयार पारेको गीत 'तिमीले माया नगरे...' को संगीतसँग ठ्याक्कै मेल खाने गीत चलचित्र 'कुर्बान' मा समावेश छ । सोनु निगम, श्रेया घोषाल तथा सलिम मर्चेन्टले गाएको 'ऐसे अपनी मोहब्बत, ऐसै रुहे इबादत...' गीतको धुन ठ्याक्कै आफ्नो गीतसँग मेल खाएको थाहा पाएपछि गायक हिमाल सागरअचम्ममा परेका थिए । सागर भन्छन्– 'अहिलेसम्म हिन्दी गीतबाट नेपाली संगीत प्रभावित भएको सुनिन्थ्यो, यसपटक हाम्रै संगीतबाट हिन्दी गीत प्रभावित भएको देख्दा मलाई दुःख होइन, खुसी नै लागेको छ ।'

एक्सन रक्षा एक्सन

चलचित्रको सम्पादक दक्ष निर्देशक बन्न सक्छ । रक्षा सिंहले यो कथन १२ वर्षअघि जब उनी चलचित्र सम्पादक बनिन्, त्यही बेलादेखि सुन्दै आएकी थिइन् । 'लौ, केटी मान्छेले पनि चलचित्र सम्पादन गर्न सक्छ ?'-मात्र १८ वर्षकी रक्षालाई कुनै एक उपबुज्रुकले पत्याएका थिएनन् । त्यसपछि महिलाले पनि चलचित्र सम्पादन गर्न सक्छिन् भन्ने कुरालाई उनले लगातार प्रमाणित गरिरहिन् । अहिले उनले जीवनको तेस्रो दशकमा पाइला टेकेकी छिन् । अब उनको बढुवा भएको छ, चलचित्र सम्पादकबाट चलचित्र निर्देशक । रक्षा सिंह पहिलो महिला सेल्युलाइड चलचित्र सम्पादक भए पनि पहिलो महिला निर्देशक भने होइनन्, तर उनी यो क्षेत्रमा महिलाहरू पनि आउनुपर्छ भन्ने कुराको पक्षधर हुन् । गत सातादेखि उनी राजधानीको नेपाल पुलिस क्लब परिसरमा भेटिन थालेकी छिन् । 'मेरो चलचित्र 'द गेम'को ५० प्रतिशत छायांकन यहीं हुँदैछ,'- उनले बताइन् । छायांकनको पहिलो दिन उनी नायक सुमन सिंहलाई निर्देशन गर्दै थिइन् । छेउमै बसिरहेकी उक्त चलचित्रकी नायिका निरुता सिंहले रमाइलो मान्दै भनिन्-'सधैं पुरुष स्वरमा 'एक्सन' भनेको सुनेको, महिला स्वरमा सुन्दा मीठो लाग्दो रहेछ ।'

जम्दैछन् मित्र

मित्र लिङ्देन पूर्वी नेपालका दर्शकमाझ परिचित अनुहार हो । नवीन सुब्बाको नुमाफुङमा अभिनय गर्नुअघि मित्रले लिम्बू भाषाको चलचित्र 'आनी साखिदम' मा अभिनय गरेका थिए । 'घुम्न जाऊँ फिदिम', 'एउटा कथा', 'अरुण पूर्व लिम्बुवान' जस्ता डिजिटल चलचित्रमा अभिनय गरिसकेका मित्र अब भने मूलधारको चलचित्रमा जम्ने तयारी गर्दैछन् । यसै सातादेखि छायांकन प्रारम्भ भएको सिनेमा-स्कोप चलचित्र 'माटो' मा नायक निखिल उप्रेतीसँग समानान्तर भूमिका निर्वाह गर्न लागेपछि उनी अहिले एकैपटक खुसी र उत्साहित भएका छन् । 'चलचित्रमा अभिनय गर्न थालेको १२ वर्ष भयो,' मित्र भन्छन्– 'बल्ल मूलधारको चलचित्रमा आफ्नो काम देखाउने अवसर पाएको छु ।' प्रायः राष्ट्रिय भावना समेटिएका चलचित्रमा काम गरिरहेका मित्रले निर्माणाधीन चलचित्र 'माटो' लाई पनि त्यस्तै भावना बोकेको चलचित्रका रूपमा चित्रण गरेका छन् । किशोर सुब्बाले निर्देशन गर्ने चलचित्र 'माटो' प्रदर्शन भएपछि आफू मूलधारका चलचित्रमा व्यस्त हुने अनुमान मित्रको छ ।

रेखाको हिरो ?

रेखा थापाले आफ्नो चलचित्रमा कसलाई हिरो लिन्छिन् होला ? आर्यन सिग्देल, विराज भट्ट, राजेश हमाल वा अरू कोही । अनि 'तिम्रो मन बदलिएछ', 'मैले छोएको पानी चल्दैन', 'यो मनले तिमीलाई रोजेको छ' जस्ता चर्चित 'ट्र्याजिटी' गीतका गायक यशकुमारले चलचित्रमा नायक हुने अवसर पाए भने उनले आफ्नी नायिकामा कसलाई रोज्छन् होला ? जवाफ सिधै आउँछ- रेखा थापालाई । यो कुरा वास्तविकतामा परिणत भैसकेको छ । यशकुमारका मित्र राजेश घतानीले निर्माण गरेको चलचित्र 'बाटोमुनिको फूल'का उनी मुख्य अभिनेता हुन् र पर्दामा उनको जोडी रेखा थापा छिन् । रेखालाई आफ्नो जोडी बनाउने भित्री चाहनाचाहिँ चलचित्रका निर्देशक सुरज सुब्बा 'नाल्बो' तथा निर्माता घतानीको भन्दा पनि यशकुमारकै रहेछ । रेखालाई आफ्नी जोडी बनाउने चाहना धेरैलाई हुनसक्छ । यशको भने चाहना पूरा भएको छ– बधाई छ ।

धन्यवाद

'म तपाईंलाई थ्याङ्क्यु भन्न आएको'- नायक अयुब केसी निकै खुसी थिए । उनी लगातार *'साप्ताहिक'* लाई धन्यवाद भन्दै थिए । केही साताअघि *साप्ताहिक*मा प्रकाशित आवरण कथा 'फेरि आए हिरोहरू' पछि अयुब निकै व्यस्त भएछन् । 'मलाई चलचित्रमा काम गर्ने बाटो खुलेको महसुस पहिलेदेखि नै भैरहेको थियो, तर यसरी एकपछि अर्को चलचित्रमा नायकको भूमिका गर्न पाउने अवसर साप्ताहिकले जुटाइदियो,'- उनी भनिहेका थिए । भएछ के भने पहिलो चलचित्र 'माया यो कस्तो माया' सार्वजनिक हुने तरखरमा उनले अर्को चलचित्र 'ठेगाना'मा नायक हुने मौका पाए । अयुवका अनुसार साप्ताहिकमा उक्त लेख प्रकाशित भएपछि उनलाई चलचित्रका प्रस्ताव निकै आए । तीमध्ये हाल छायांकन भैरहेको प्रदिप श्रेष्ठको 'सडक' र दीपक रायमाझीको 'चाँडै आऊ है'मा मात्र उनले अभिनय गर्ने निधो गरेका छन् । 'त्यसपछि अरू चलचित्रमा पनि काम गर्दै जाने वातावरण बनेको छ, फेरि पनि धन्यवाद *साप्ताहिक*लाई,'- उनको धन्यवाद भन्ने क्रम टुटेको थिएन ।

जितु पनि हिरो !

तस्बिर : नवराज वाग्ले

हास्यकलाकार जितु नेपालले कुनै चलचित्रमा नायकको भूमिका निर्वाह गरे भने के होला ? आगामी दिनमा जितु नेपालका बारेमा कम्तीमा माथि उल्लेखित प्रश्नचाहिं नउठाइने भएको छ, किनभने उनले चलचित्रमा नायकको भूमिका निर्वाह गरिसकेका छन् । चलचित्रमा उनी कस्ता देखिएका छन् भन्ने कुराचाहिं अहिलेसम्म रहस्यमै छ । किनभने चलचित्रको तस्बिर, गीत तथा दृश्य अहिलेसम्म सार्वजनिक गरिएको छैन । 'मैले पहिलो पटक नायकको भूमिका निर्वाह गरेको चलचित्रको शीर्षक हो– के साइनोले बोलाऊँ,' *साप्ताहिक*सँगको भेटमा जितुले थपे– 'चलचित्रमा मैले रोमान्टिक नायकको भूमिका निर्वाह गरेको छु ।' जितुका अनुसार चलचित्रमा नायिका सोनिया केसी उनकी नायिका बनेकी छिन् । सोनिया यसअघि चुम्बन दृश्यका कारण चर्चामा आइसकेकी नायिका हुन् । सोनिया र जितुको जोडी चलचित्रमा कत्तिको सुहाएको छ त ? जितुको जवाफ थियो– 'जोडी त बेजोड नै छ, तर मेरो उचाइ अलि कम भएकाले छायांकनका क्रममा केही अप्ठेरोचाहिं पक्कै भएको थियो ।'

'सरी ल'को उदय

एक समय च्यानल नेपालबाट प्रसारणमा आएको 'आयो बोके दाऱ्ही' टेलिसिरियलमा उनले प्रयोग गरेको थेगो 'सरी ल' ले निकै वाहवाही पाएको थियो । पछिल्लो समय त्यही थेगोले उनलाई कलाकारका रूपमा स्थापित गऱ्यो । 'यही टेलिचलचित्र मेरो ट्र्निङ प्वाइन्ट सावित भयो', झापाली कलाकार विल्सनविक्रम राई भन्छन्, 'त्यही कारणले धेरै चलचित्रमा खेल्ने अवसर पाइयो ।' 'आयो बोके दाऱ्ही' प्रसारण भैरहेका बेला निर्देशक योगेश घिमिरेले उनको अभिनय मन पराएर चलचित्र खेल्न अफर गरे । अन्ततः हालै रिलिज भएको 'सम्झना' मा दर्शकले उनलाई देख्न पाए तेस्रो लिंगीको भूमिकामा । सम्झनामा उनले गरेको तेस्रा लिंगीको अभिनय सबैले रुचाएका छन् । निखिल उप्रेती र सञ्चिता लुइँटेलबीचको प्रेममा उनी मध्यस्तकर्ताको भूमिकामा देखिएका छन् सम्झनामा । हिन्दी चलचित्र मुन्ना भाइमा सर्किटले गरेको भूमिका र उनले सम्झनामा गरेको भूमिका मिल्दोजुल्दो भएको टिप्पणी दर्शकले गरेका छन् तर उनको अभिनयले आम तेस्रो लिंगीको प्रतिनिधित्व गरेको पाइन्छ । यसअघि साथी, परदेशी र प्रतिघात चलचित्रमा बालकलाकारको भूमिका निर्वाह गरिसकेका बिर्तामोडका २५ वर्षीय युवक विल्सनलाई सम्झनाको प्रदर्शनअगावै करिब आधा दर्जनभन्दा बढी चलचित्रबाट अफर आइसकेको छ ।

लभ गुरु

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।

हाल म प्लस टु अध्ययन गर्दैछु । कुरा, आजभन्दा ६ वर्षअघिको हो । अनिता (नाम परिवर्तन) र मेरो परिचयपत्रमार्फत भएको थियो । ४ वर्षसम्म हामी पत्रकै भरमा आफ्नो मनका कुरा सेयर गर्थ्यौं । त्यसपछि हामी दिनप्रतिदिन फोनमा सम्पर्क गर्न थाल्यौं । त्यसरी नै एक वर्ष बित्यो, त्यसपछि उनी भन्न थालिन्–हजुर आउनुभएन भने म आत्महत्या गर्छु । म उनीविना र उनी मविना बाँच्न नै नसकिने अवस्थामा पुगिसकेका थियौं । कालान्तरमा मैले उनीसँग २ साता बिताएँ । त्यसपछि हामीले समलिंगी विवाह गर्ने निर्णय गर्यौं । विवाहपछि म काठमाडौं फर्किएँ । अहिले मैले के थाहा पाएँ भने उनको पहिले नै विवाह भैसकेको रहेछ र एउटा छोरा पनि रहेछ । अहिले मलाई के लाग्छ भने कतै हामीले अँगालेको बाटो गलत त होइन ? यो समाजले हाम्रो सम्बन्धलाई कुन अर्थमा लेला ? यस्तो स्थितिमा हामी के गर्न सक्छौं ?

एस.

तपाईंको जस्तो समस्या हाम्रो समाजमा विरलै हुन्छन् । समलिंगी विवाह हाम्रो समाजमा बिस्तारै मात्र सार्वजनिक हुन थालेको छ । नेपालको सन्दर्भमा भन्ने हो भने समलिंगीहरूको प्रतिनिधित्व संविधानसभामा समेत छ र संविधानमै समलिंगी अधिकारको उल्लेख हुनुपर्छ भन्ने आवाज उठेको छ । यो सन्दर्भमा तपाईंको समस्या त्यति ठूलो समस्या नहुनु पर्ने हो, समलिंगी विवाहको वकालत गर्ने र व्यवस्थापनसमेत गर्ने काममा नीलहीरा समाज सक्रिय छ । जहाँसम्म तपाईंको प्रेमीको पहिले नै विवाह भएको र छोरासमेत भएको कुरा छ, त्यो सामान्य हो । तपाईंहरू दुवैले ती छोरालाई स्वीकार गरेर विवाहित जीवन बिताउन सक्नुहुन्छ । अर्को कुरा आफूले अँगालेको बाटो गलत वा सही के हो भन्ने कुराको छिनोफानो गर्ने अधिकार पनि तपाईंहरूमै छ । तपाईंहरूको सम्बन्धका बारेमा टीकाटिप्पणी गर्ने अधिकार अरू कसैलाई छैन ।

चैत २७ गतेदेखि
नेपालका प्रमुख सहरहरूमा एक साथ प्रदर्शन हुँदैछ

● फिल्मी खबर ●

आउँदै छ यौन चलचित्र

यौनजीवनलाई मुख्य विषय बनाइए पनि प्रेमकथामा आधारित चलचित्र 'पलपलमा'को प्रदर्शनको तयारी भैरहेको छ । जेठपछि सार्वजनिक हुने यो चलचित्रमा प्रेम र शारीरिक आकर्षणलाई केलाउन खोजिएको छ । उकेश दाहालले निर्देशन गरेको यो चलचित्रलाई सेन्सर बोर्डले वयस्क चलचित्रका रूपमा पास गरेको थियो । चलचित्रमा दिलीप रायमाझी, रमित ढुंगाना, सुमन सिंह, उषा पौडेल, सुजाता सिटौला, रूपा राना आदि कलाकारको मुख्य भूमिका छ ।

दुई चलचित्र सेन्सरमा

केन्द्रीय चलचित्र जाँच-पास समितिले प्रमोद भण्डारीको निर्देशनमा बनेका दुई चलचित्र 'गंगाजल' र 'शपथ' का केही दृश्य हटाउन लगाएको छ । चलचित्र 'शपथ' मा एक नेताले 'बाह्र वर्ष गरेको पोलिटिक्सको नतिजा यही त हो नि' भन्दै घूस लिएको दृश्यलाई हटाउन भनिएको छ भने चलचित्र 'गंगाजल' मा एक जना सरकारी कर्मचारीले घूसविना काम गर्न नमानेपछि अभिनेताले ती कर्मचारीलाई 'सरकारी कुकुर' भनेर गरेको गालीको दृश्यलाई हटाउन लगाइएको छ । उक्त चलचित्रमा नायक विराज भट्टकी बहिनी बनेकी पात्रमाथि भएको जबरजस्ती करणीको दृश्यमा पनि सेन्सरले कैंची चलाएको छ । त्यस्तै विराजले तरबार चलाउँदै मारकाट गरेको र सो क्रममा खलपात्रको शरीरबाट रगतको छिटा उछिट्टिएको दृश्यमा पनि सेन्सर लागेको निर्देशक भण्डारीले बताएका छन् ।

कर्माको बन्दी

रमेश गुरुङ कर्माले निर्माण गरिरहेको चलचित्र 'बन्दी'को सम्पादनकार्य अन्तिम चरणमा पुगेको छ । विजय केरुङले निर्देशन गरिरहेको उक्त चलचित्रको स्वराङ्कन कार्य आगामी साताबाट प्रारम्भ हुने बताइएको छ । चलचित्रमा दिलीप रायभाझी, आर्यन सिग्देल, सुमन सिंह, अरुणिमा लम्साल, नन्दिता केसी, नन्दिता गुरुङ आदि कलाकारको मुख्य भूमिका छ ।

दुवैतिर सचिव

निर्देशक सुरेशदर्पण पोखरेल चलचित्र निर्माताहरूको साझा संगठन नेपाल चलचित्र निर्माता संघको सचिव पदमा नियुक्त भएका छन् । चलचित्र निर्देशकहरूको संस्था चलचित्र निर्देशक समाजमा समेत सचिव रहेका पोखरेललाई निर्माता संघको सचिव पदमा हालसालै निर्वाचित टंक लम्साल हटाएर सचिव बनाइएको हो ।

फूल भए जिन्दगी

प्रवेश दाहालको प्रस्तुतिमा शोभा घिमिरे र दीपा दाहालले निर्माण गर्न लागेको चलचित्र 'फूल भए जिन्दगी'को छायांकन आगामी सातादेखि हुने भएको छ । रामराजा दाहालले निर्देशन गर्ने उक्त चलचित्रको गत साता शुभ मुहूर्त गरियो । राजबल्लभ कोइराला, झरना थापा, मुकेश आचार्य, कल्पना शाही आदि कलाकारको मुख्य भूमिका छ । चलचित्रमा डब्बु क्षेत्री, विपिन किरण तथा सूर्यकुमार क्षेत्रीका गीत-रचनामा वसन्त सापकोटाले संगीत दिएका छन् ।

मनमनै मनपराएँ

प्रेमकथामा आधारित चलचित्र 'मनैमन मनपराएँ'को शुभ मुहूर्त भएको छ । राजेन्द्र उप्रेतीले निर्देशन गर्न लागेको उक्त चलचित्रमा मुकेश ढकाल, राज तिमिल्सिना तथा ऋचासिंह ठकुरीको मुख्य भूमिका छ । मुहूर्त लगत्तै छायांकन थालिएको उक्त चलचित्रमा कृष्ण श्रेष्ठको छायांकन, वसन्त सापकोटाको संगीत, हिमाल केसीको द्वन्द्व तथा प्रदीप श्रेष्ठको नृत्य निर्देशन रहनेछ ।

उज्ज्वलको हात भाँचियो

चलचित्र निर्देशक उज्ज्वल घिमिरेको दाहिने हात भाँचिएको छ । स्व. गिरिजाप्रसाद कोइरालाको दाहसंस्कारमा सम्मिलित हुन जाने क्रममा उनी चढेको मोटरसाइकललाई माइक्रोबसले ठक्कर दिएर दुर्घटना हुँदा घिमिरेको हात भाँचिएको हो । उनको हातको शल्यक्रिया गरेर स्टिल राखिएको छ । निर्देशक घिमिरेको चलचित्र 'छाडिगए पाप लाग्ला' केही समयअघि प्रदर्शनमा आएको थियो ।

दोधारमा छिन् जेसिका

केही समयअघि हलिउड नायिका जेसिका सिम्पसनले आफूलाई अग्लो कदका पुरुष मनपर्ने धारणा व्यक्त गरेकी थिइन् । हालसालै एक ज्योतिषीले गरेको भविष्यवाणीका कारण उनी द्विविधामा परेकी छिन् । समाचारमा जनाइएअनुसार एक जना ज्योतिषीले जेसिकासँग भावी श्रीमान्का बारेमा भविष्यवाणी गरेपछि उनी द्विविधामा परेकी हुन् । ज्योतिषीका अनुसार जेसिकाले उनकै उचाइका पुरुषसँग प्रेम गर्नेछिन् र उसैसँग विवाह पनि गर्नेछिन् । समस्या के छ भने, जेसिकालाई आफ्नो उचाइ बराबर वा आफूभन्दा होचा पुरुष पटक्कै मन पर्दैनन् । २९ वर्षीया जेसिका ज्योतिषीको कुरा मान्ने कि नमान्ने भन्ने दोधारमा परेको प्रसंग अहिले हलिउडमा चर्चित छ ।

नौ अवतारमा विपाशा

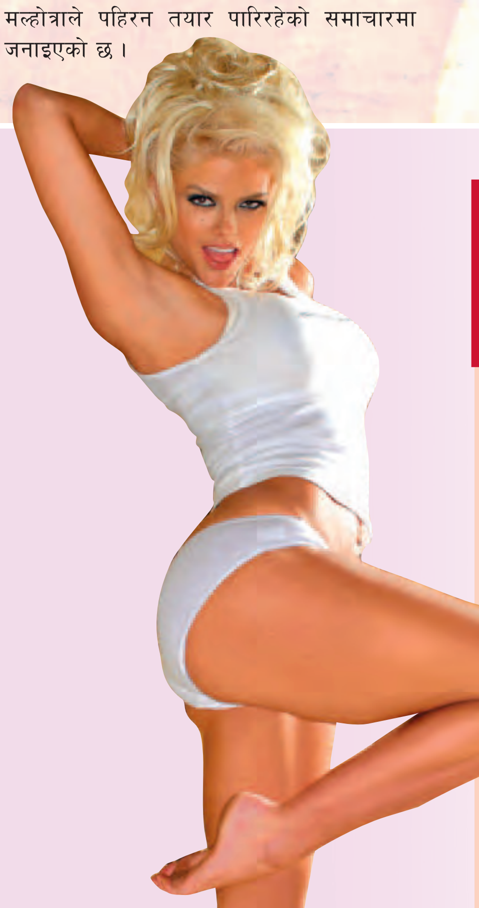
बंगाली बाला वा डस्की बेब विपाशा बासुको परिचय बलिउड अभिनेत्रीहरूको सूचीमा सेक्सी, हट, सिजलिङ ब्युटीका रूपमा छ । यी बलिउड बालालाई दर्शकहरूले चाँडै नै नौवटा विभिन्न रूपमा देख्न पाउनेछन् । यसअघि अभिनेत्री प्रियंका चोपडाले चलचित्र 'ह्वाट्स योर राशि' मा राशि अनुसारको १२ वटा चरित्र निर्वाह गरेकी थिइन् भने अब पालो अभिनेत्री विपाशा बासुको छ । विपाशा निर्देशक सुदिप्तो चटोउपाध्यायको आगामी चलचित्र 'पंख' मा नौवटा फरक भूमिकामा देखा पर्नेछिन् । आफ्नो नौवटा फरक भूमिकालाई जीवन्त र प्रभावकारी बनाउन विपाशाले चलचित्रका निर्देशक-निर्मातासित आफ्नो लुकमा प्रयोग गरिने मेकअप, हेयरस्टाइल तथा ड्रेसअपका सम्बन्धमा सरसल्लाह गर्न थालेकी छिन् । उनी यस विषयमा बढी उत्सुक देखिएको पनि स्रोतको कथन छ ।

करिना अब ग्ल्यामरस ममी

रियल लाइफमा करिश्मा कपुर दोस्रो सन्तानकी आमा बनिसकेकी छिन् । उनकै सहोदर बहिनी अर्थात् अभिनेत्री करिना कपुर पनि अब चाँडै आमाका रूपमा देखा पर्ने भएकी छिन्, दिदी करिश्माजस्तै रियल लाइफमा नभएर रिल लाइफमा । करिना निर्देशक अनुभव सिन्हाको चलचित्र आरए वनमा आधुनिक आमाको ग्ल्यामरस चरित्रमा देखा पर्ने भएकी हुन् । अभिनेता शाहरुख खानको मुख्य भूमिका रहने यो चलचित्रमा करिनाले आठवर्षीय बालककी आमाको भूमिका निर्वाह गर्नेछन् । आधुनिक आमाको चरित्रलाई जीवन्त बनाउन करिनाका लागि डिजाइनर मनीष मल्होत्राले पहिरन तयार पारिरहेको समाचारमा जनाइएको छ ।

डेमीका नयाँ प्रेमी

डिजनी स्टार डेमी लोवाटोले आफ्नो नयाँ प्रेमसम्बन्ध स्वीकार गरेकी छिन् । आफू अहिले गायक जो जोनाससँग डेटिङ गरिरहेको उनले बताएकी हुन् । हालै प्रसारित एउटा रेडियो कार्यक्रममा डेमीले भनिन् । 'जो मेरा सबैभन्दा नजिकका साथी हुन्,' डेमी भन्छिन्– 'उनी सज्जन मात्र छैनन्, जिम्मेवार पनि छन् । हामी दुवै जना थुप्रै रमाइला ठाउँमा घुम्न गैसकेका छौं ।' डेमीले जोलाई पहिलो पटक सन् २००७ मा क्याम्प रकको सेटमा भेटेकी थिइन् । भेट भएको केही समयपछि नै उनीहरूले एक-अर्कालाई मन पराउन थालेको अनुभव गरेर डेटिङमा जान थालेका थिए । त्यसो त सुरुमा डेमीले जोसँगको हरेक प्रकारको सम्बन्धको समाचारको खण्डन गर्दै आएकी थिइन् ।



नाटकमा अन्ना निकोल

प्लेब्वाइकी चर्चित मोडल अन्ना निकोल स्मिथका प्रशंसकहरूका लागि खुसीको खबर ! उनको जीवनकथा अब ओपेरामा नाटकमार्फत देखाइने भएको छ । मादक पदार्थको अत्यधिक सेवनका कारण अन्नाको ३९ वर्षको उमेरमा सन् २००७ मा निधन भएको थियो । लन्डनको रोयल ओपेरा हाउसले अन्नाको कथालाई दर्शकसमक्ष पुर्‍याउने निर्णय गरेको हो । संगीतकार मार्क एन्थनी टर्नेजले अन्नाको जीवनकथा तयार पारेका हुन् । केही दिनअघिदेखि प्रस्तुत गर्न थालिएको उक्त नाटकमा अन्नाको भूमिका इवा मारिया बेस्टब्रोकले गर्ने पक्का भएको छ ।

रोमान्समा सोनम कपुर

चलचित्रको नाम हो 'आई हेट लव स्टोरिज' अर्थात् मलाई प्रेमकथा मन पर्दैन तर चलचित्रको शीर्षकले जे-जस्तो अर्थ लगाए पनि यही चलचित्रको मुख्य चरित्रका बीच रोमान्स चलेको खबर छ । कुरा चलचित्रका निर्देशक पुनित मल्होत्रा र सोही चलचित्रकी नायिका सोनम कपुरको हो । चलचित्रका नायक इमरान खान हुन् । चलचित्रकी नायिकाको रिलको रोमान्स त इमरान खानसितै छायांकन भैरहेको छ तर रियल लाइफको रोमान्स भने निर्देशक पुनितसित चलिरहेको हल्ला छ । न्युजिल्यान्डमा छायांकनका क्रममा नायिका सोनम र निर्देशक पुनितबीच घनिष्ठता बढेको हो । सँगै डिनरका लागि जाने, छायांकन बाहेकको समय एकसाथ बिताउने, सोनमको सुन्दरतालाई क्यामेरामा कैद गर्नेजस्ता क्रियाकलापले पुनित र सोनमबीच केही चलिरहेको अनुमान गर्न सकिने स्रोतको कथन छ । यो विषयलाई लिएर इमरानले पनि सोनमलाई जिस्क्याउने गरेको बताइन्छ ।

केवल एक प्रश्न

महिलाहरूका बारेमा तपाईंले बुझ्नै नसकेको एउटा मात्र कुरा के हो ?

(हाँसो) ओहो...महिलाहरूका बारेमा मैले त्यस्तो अध्ययन त गरेको छैन, तर पनि जवाफ त दिनैपर्‍यो। उनीहरूको व्यवहारमा किन अचानक परिवर्तन आउँछ अर्थात् उनीहरू मनको कुरा किन सहजै अभिव्यक्त गर्न सक्दैनन् भन्ने कुरा मैले बुझ्न सकेको छैन।

नीरज बराल (नायक)

हा हा हा...महिला स्वयं नै बुझ्न नसकिने प्राणी हुन् जस्तो लाग्छ तर एउटा मात्र कुरा भन्नुपर्दा मैले उनीहरूको मुडका बारेमा अहिलेसम्म बुझ्न सकेको छैन।

विनय श्रेष्ठ (भिजे/मोडल)

ओ हो...यस्तो पनि प्रश्न। जवाफ लामो हुनसक्छ तर तपाईंले जम्मा एउटा मात्र कुरा सोध्नुभयो। म पनि दुई शब्दमै जवाफ दिन्छु...महिलाहरूको 'हरेक कुरा' मैले बुझ्न सकेको छैन।

राजबल्लभ कोइराला (नायक)

यो प्रश्नको जवाफ सजिलै दिन गाह्रो छ। महिलाहरू जीवनलाई किन ज्यादै गम्भीर रूपमा लिन्छन् भन्ने कुरा मैले बुझ्न सकेको छैन।

मनोज केसी (संगीतकर्मी)

रमाइलो प्रश्न! बुझ्न नसकेका कुरा त धेरै छन् तर एउटा मात्र भन्नुपर्दा... महिलाहरू किन छिटो रिसाउँछन् भन्ने कुरा मैले अहिलेसम्म बुझ्न सकेको छैन।

एसराज कार्की (मोडल/नायक)

● मेरो अनुभव ●

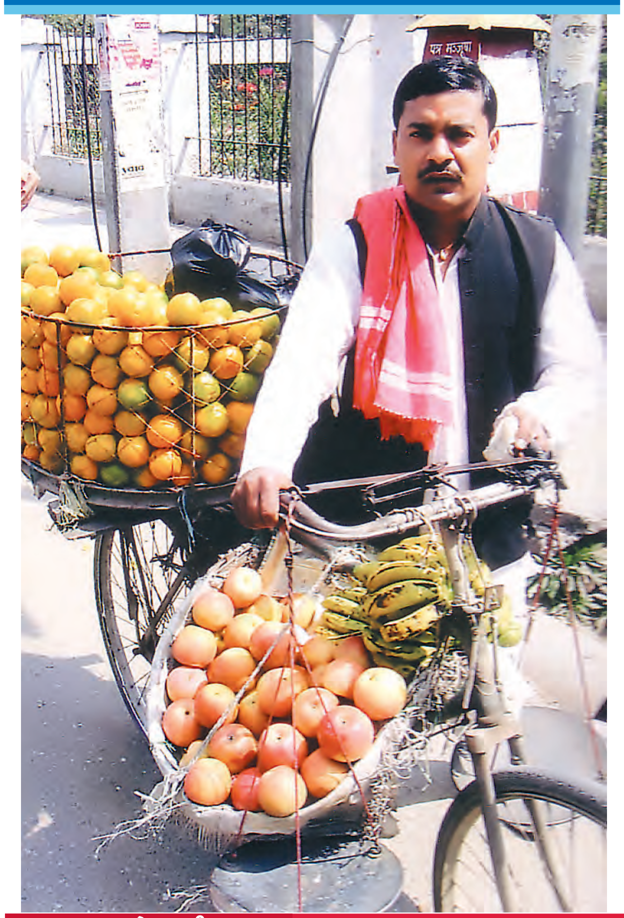
बलिउड

निरुता सिंह (नायिका)

मलाई सानैदेखि चलचित्रमा अभिनय गर्ने सौख थियो। त्यो बेला चलचित्र भन्नेबित्तिकै बलिउड नै सोचिन्थ्यो। मलाई दिदी नितुले 'तिमी हिन्दी चलचित्रकी हिरोइन बन्न सक्छ्यौ' भनेर प्रोत्साहित गरिरहनुहुन्थ्यो। म पनि त्यतिबेला सोच्थें कि बलिउडकी हिरोइन बन्न पाइनँ भने नेपालमा तुलसी दाजु (निर्देशक तुलसी घिमिरे) कै चलचित्रमा खेल्छु। आखिर मैले जे सोचें त्यही भयो। मेरो बाबा अलिक कडा स्वभावको हुनुहुन्थ्यो। त्यो बेला हिन्दी चलचित्र हेर्न दिनुहुन्नथ्यो। घरमा हिन्दी चलचित्रका पत्रिकाहरू पनि ल्याइन्न थियो, तर बाबा र आमा बलिउडकी रेखाको फ्यान हुनुहुन्थ्यो। उहाँहरूले रेखालाई मन पराउने भएकाले हामीलाई पनि रेखा नै मन पर्‍यो। पछि आएर म माधुरी दीक्षितको फ्यान भएँ। बाबाले हिन्दी चलचित्र हेर्न नदिए पनि हरेक नेपाली चलचित्र भने देखाउन लानुहुन्थ्यो।

हामी चाहेर वा नचाहेर पनि बलिउडसँग नजिक छौं। बलिउडकै चलचित्र हेरेर र त्यताका गतिविधिमा चाख राखेर नै हामी हुर्किएका हौं। त्यसैले कलाकार बन्न चाहने जसको पनि बलिउड (मुम्बई) जाने धोको हुनु स्वाभाविक हो। मेरो पनि बलिउडमा छिर्ने धोको थियो। नेपाली चलचित्रकी नायिका भएपछि यतै व्यस्त भएँ। मेरो बलिउड छिर्ने सपना सपनैमा सीमित भयो। यतै नाम र इज्जत कमाएपछि बलिउडको मोह कम भयो। नेपाली चलचित्रकै कामको सिलसिलामा धेरैपटक मुम्बई गए पनि त्यहाँ चलचित्रमा हिरोइन हुन ट्राइ गरिएन। विनोद दाइ (बलिउडका चर्चित सिनेम्याटोग्राफर विनोद प्रधान) सँग राम्रो चिनजान छ। मुम्बई गएको बेला उहाँको घरमा पुगेकै हुन्छु। उहाँकै कारण रानी मुखर्जी, प्रियंका चोपडा आदिसँग भेटघाट पनि भएको छ। यसपटक पनि इन्टेरियरको कोर्स गर्ने क्रममा धेरै समय मुम्बई बसें। म नेपाली चलचित्रकी नायिका भनेर थाहा पाउनेहरूले बलिउडमा ट्राइ गर्न भनेका थिए, तर मलाई फेरि जीरोबाट सुरु गर्न मन लागेन। आखिर जे भए पनि म नेपालीहरूको मनमा बसिसकेकी छु र सधैं नेपाली दर्शककै अभिनेत्रीका रूपमा चिनिन चाहन्छु।

● तीन प्रश्न ●



प्राय: सबै नेपाली च्यानलबाट प्रसारण हुने हास्यश्रृंखलामा अभिनय गरिरहेका कलाकार हुन् शिवशंकर रिजाल। २०५६ सालदेखि अभिनय क्षेत्रमा सक्रिय सर्लाहीका स्थायी बासिन्दा रिजाल टेलिश्रृंखलाहरूमा तराई मूलको व्यक्तिको भूमिकाका कारण चर्चामा छन्। तीतो-सत्यदेखि जिरे-खुर्सानीसम्म, झ्याइँकुटी झ्याइँदेखि सुनौलो संसारसम्म उनी प्राय: मधेसवासीको भूमिकामा प्रस्तुत हुन्छन्। 'हल्का कालो भएकाले होला, दीपकराज गिरीदेखि जितु नेपाल र दमन रूपाखेतीसम्मले मधेसीको भूमिकामा प्रस्तुत गरे। रिजाल भन्छन् 'मेरो बोल्ने शैली पनि मधेसवासीकै जस्तो भएकाले पनि होला। दिनेश डिसीले टुँडिखेलमा सञ्चालन गरेको गाईजात्रे कार्यक्रमबाट अभिनययात्रा प्रारम्भ गरेका रिजालले सबैभन्दा पहिले अभिनय गरेको श्रृंखला हो- वंश। त्यसपछि उनले दुई दिनको जिन्दगानी, जन्तर, खिचडी, तातो न छारो, मिस्टर माइकल नेपालीजस्ता दर्जनौं टेलिश्रृंखलामा अभिनय गरिसकेका छन्। दुई दर्जनभन्दा बढी विज्ञापनमा मोडलिङसमेत गरिसकेका रिजालले थुप्रै स्टेज कार्यक्रममा पनि सहभागिता जनाइसकेका छन्। प्रत्येक गाईजात्रामा प्रहसनका सिडीसमेत उत्पादन गरिरहेका रिजाल कानुन किताब व्यवस्था समितिका जागिरे हुन्। उनकै निर्देशनमा तयार हुन लागेको हास्यश्रृंखला 'घोत्रे ठ्याक' को तयारीमा व्यस्त रिजालसँग *साप्ताहिक*को तीन प्रश्न :

प्राय: सबै श्रृंखलामा तराईवासीकै भूमिकामा प्रस्तुत हुनुपर्ने कारण के होला ?

कलाकार भएपछि यो गर्छु, त्यो गर्दिनँ भन्न मिल्दैन। मेरो शारीरिक बनावट तथा संवाद बोल्ने शैलीका कारण निर्देशकहरूले प्राय: एकै प्रकारको भूमिका दिनुभएको होला।

हास्यकलाकारको भीडमा आफूलाई कहाँ पाउनुहुन्छ ?

नेपालमा अहिले झन्डै ३ सय हास्यकलाकार सक्रिय छन्। ती सबैको भीडमा म मात्र एक्लो कलाकार हुँ जो एक दशकदेखि निरन्तर मधेसीको भूमिकामा प्रस्तुत भैरहेको छु।

अभिनय गर्दा-गर्दै निर्देशक बन्नुभएछ, कुन विधालाई निरन्रता दिने ?

मेरो विचारमा अभिनय तथा निर्देशन एउटै रथका दुई पांग्राजस्तै हुन्, त्यसैले म अभिनय तथा निर्देशनलाई सँगसँगै अघि बढाउनेछु।

तस्बिर : नवराज बारले

जम्का भेट

उदय र मनिला सोताङ एक-अर्काका परिपूरक झैं लाग्छन्। हुन पनि युगल गायनबाट सांगीतिक उचाइ चुमेका उदय र मनिलाबीच जुन पारिवारिक नाता छ, व्यावसायिक नाता त्योभन्दा कम घनिष्ठ छैन। साप्ताहिकसँगको भेटमा भने मनिला थिइनन्। 'अस्वस्थताका कारण' बताउँदै आफूमात्र गीत रेकर्डका लागि आएको बताए उदयले। दार्जीलिङको तकवरमा जन्मी हुर्केर काठमाडौंलाई कर्मथलो बनाएका गायक उदयलाई पछिल्लो एल्बमको गीत रेकर्डमा लोडसेडिङले निकै बाधा पुऱ्याएको रहेछ। डिजिटल प्रविधिको प्रचलनले गीतिक्यासेटको बजार खस्किरहेकै बेला लोडसेडिङले पनि 'भिलेन' खेलेको ठट्यौली गरे उनले। माया नमार है, कहाँ पोखिन्छ आँसु, हजार जुनीसम्म, तिमीबिना बाँच्न गाह्रो भो जस्ता दर्जनौं युगल गीतबाट उचाइ चुमेका यी गायकले अर्को एल्बम ल्याउने तरखर गरिरहेका छन्। संख्याका हिसाबले यो उनको दसौं एल्बम हो, जसको नाम जुराइएको छ 'ऊ अनि मभित्रको संवाद'। यसअघिका एल्बममा झैं 'संवाद'मा पनि उदयसँगै मनिलाको युगल गीत रहनेछ। नयाँ वर्ष २०६७ को पूर्व सन्ध्यामा राजधानीको सहेन्सा होटलमा तीन दिने एकल गायन कार्यक्रम प्रस्तुत गर्ने तयारी गरिरहेका सोताङसंग साप्ताहिकका शिव मुखियाको जम्काभेट :

पछिल्लो एल्बमको तयारी कस्तो छ ?

मेहनत गरिरहेका छौ, राम्रै हुन्छ भन्ने विश्वास छ।

लामो समयपछि एल्बम ल्याउने तयारी गर्नुभो'नि ?

तीन वर्षको ग्यापपछि यो एल्बमको तयारी गरेको हुँ। बीचमा अरू नै काममा व्यस्त रहेकाले यतिका समय लागेको हो।

छोरी श्रेयालाई पनि सांगीतिक क्षेत्रमै ल्याउनुभयो नि ?

मैले ल्याएको होइन, उनको आफ्नै रहर हो। संगीतप्रति उनको रुचि सानैदेखिको हो।

पारिवारिक वातावरण त निकै संगीतमय होला, हैन ?

हो, परिवारमा तीन जना गायन क्षेत्रमा छौं। धेरैजसो कुराकानीको विषय पनि संगीत नै हुने भयो। बिहान गीतको रियाज गर्दा प्राय: हामी सँगै हुन्छौं। गीतको शब्द छनौटलगायत संगीतका बारेमा तीनै जनाबीच तर्क-वितर्क हुन्छ।

गायन क्षेत्रमा लाग्नुभएको कति भयो ?

अर्को वर्ष गायन करियरको सिल्भर जुब्ली मनाउनेछौं। दार्जीलिङको सेन्ट रोबर्ट्स पढ्दादेखि नै यतातिर लागेको हुँ। त्यतिखेर म कक्षा आठमा पढ्थें। स्कुलले नै फिलुङ्गो शीर्षकको एल्बम निकालेको थियो, जसमा मैले दुईवटा गीत गाएको थिएँ।

मनिलाजीसँग कसरी भेट भयो ?

दार्जीलिङमा हामी एउटै इन्स्टिच्युटमा संगीत सिक्थ्यौं। त्यहीं भेट भयो। त्यो भेटघाट बढ्दै जाँदा हामी मिल्ने साथी भयौं। त्यो सम्बन्ध प्रेम हुँदै विवाहमा बदलियो। विवाहपछि दुवै जना गायन क्षेत्रमा भएकाले करियर बनाउने भनेर काठमाडौं आयौं।

त्यसपछिको यात्रा कसरी तय गर्नुभो ?

सुरुका दिन, संघर्षपूर्ण थिए। त्यसबेला मनिला र म कुपन्डोलको मिनीमहल भन्ने रेस्टुराँमा गाउँथ्यौं। त्यसबापत दुवै जनाले ८ सय रुपैयाँको दरले पारिश्रमिक पाउँथ्यौं। पछि शिलाबहादुर मोक्तान, शम्भुजित बाँस्कोटा, बुलु मुकारुङजस्ता अग्रजहरूको सहयोग पाएँ।

तीन दिने एकल गायन कार्यक्रमको तयारी कस्तो छ ?

तयारी राम्रै छ। लामो समयपछि हामी दम्पत्ति नै एकल गायन कार्यक्रममार्फत प्रस्तुत हुन लागेकाले रमाइलो पनि लागिरहेको छ।

● सानो पर्दा ●

टेलिएवार्डको प्रगति

टेलिभिजन कलाकर्मी मञ्च नेपालले आगामी वैशाखमा आयोजना गर्न लागेको पहिलो टेलिएवार्डका लागि कार्यक्रम तथा टेलिश्रृंखला संकलन गर्ने कार्य सम्पन्न भएको छ। एवार्डका लागि २०६० सालदेखि २०६५ सालसम्म निर्माण गरिएका टेलिश्रृंखला, रियालिटी शो, समाचारमूलक कार्यक्रम तथा म्युजिक भिडियोबीच प्रतिस्पर्धा गराइनेछ। मिडिया हब टेलि एवार्ड-२०६६ शीर्षकको उक्त एवार्ड कार्यक्रममा सामाजिक, चेतनामूलक तथा हास्यटेलिश्रृंखला, आधुनिक, पप तथा लोकदोहोरी सांगीतिक कार्यक्रमको क्षेत्रबाट ३८ विधालाई पुरस्कृत गरिनेछ। एवार्ड समारोहमा सामाजिक, चेतनामूलक तथा हास्य श्रृंखलातर्फ गरी विभिन्न एवार्ड प्रदान गरिनेछ। कथा, पटकथा, संवाद, टेलिश्रृंखला, अभिनेता, अभिनेत्री, निर्देशक, चरित्र अभिनेता, चरित्र अभिनेत्री, बालकलाकार, छायांकार तथा सम्पादक विधामा एवार्ड प्रदान गरिने आयोजकहरूले बताएका छन्।

मिस्टर माइकल नेपाली

कान्तिपुर टेलिभिजनबाट नयाँ हास्यश्रृंखला प्रसारण हुने भएको छ। उज्ज्वल भण्डारीको निर्देशनमा तयार भैरहेको यो श्रृंखलामा उज्ज्वल भण्डारी, कमल मैनाली, शिवशंकर रिजाल आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। आगामी वैशाखको पहिलो सातादेखि प्रसारणमा आउने यो श्रृंखलाको पाँच भाग तयार भैसकेको छ।

पालो पोखरा अडिसनको

नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको रियालिटी शो 'खोजी प्रतिभाको' को आगामी मंगलबारको श्रृंखलामा पोखरामा सम्पन्न

अडिसनका रमाइला दृश्यहरू प्रसारण गरिने छ। कार्यक्रमका प्रस्तोता तथा निर्देशक दिनेश डिसीका अनुसार पोखराको अडिसनमा कोरियोग्राफर रेनेशा राई, संगीतकार सुरेश अधिकारी तथा निर्देशक डिसी निर्णायकका रूपमा सहभागी छन्। दुई साताअघि प्रसारित बुटवल अडिसनबाट २२ जना प्रतियोगी अघिल्लो चरणमा प्रवेश गर्न सफल भए। नारायणघाट अडिसनबाट गायन, नृत्य तथा अभिनय विधाबाट ५१ जना प्रतियोगीले साप्ताहिक ग्रीनकार्ड प्राप्त गर्दै अघिल्लो चरणमा प्रवेश गरे।

निर्देशकको प्रशिक्षण केन्द्र

सामाजिक तथा पारिवारिक विषयमा आधारित टेलि-श्रृंखला निर्देशन गरिरहेका निर्देशक ऋषिराज आचार्यले टेलि-श्रृंखलाहरूमा अभिनय गर्ने कलाकार उत्पादन गर्न आफ्नै लगानीमा एउटा प्रशिक्षण केन्द्र सञ्चालनमा ल्याएका छन्। राजधानीको बसुन्धरामा सञ्चालित अभिनय तथा नृत्य प्रशिक्षण दिइने उक्त केन्द्रमा प्रशिक्षण लिएर उत्तीर्ण हुने नयाँ कलाकारलाई नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण भैरहेको टेलिश्रृंखला 'आफन्त' मा अभिनय गराउने योजना निर्देशक आचार्यको छ।

नेपाल टेलिभिजनमा
प्रत्येक मंगलबार राति ९:३० बजे
पुन: प्रशारण बुधवार ३:०५ बजे

कोमोलिकाको पुनरागमन

सानो पर्दाकी सबैभन्दा कामुक बुहारीको उपाधि पाएकी कोमोलिका अर्थात् उर्वशी ढोलकिया पुन: सानो पर्दामा फर्किएकी छिन्। भारतमा जारी आईपीएलमार्फत उनी दर्शकमाझ फर्किएकी हुन्। आईपीएलको एउटा विशेष विज्ञापनमा उर्वशी शाहरूख खानसँग देखिएकी छिन्। केही वर्षअघि स्टार प्लसबाट प्रसारित धारावाहिक कसौटी जिन्दगी की मा उर्वशीद्वारा अभिनीत कोमोलिकाको भूमिका दर्शकले विशेष रुचाएका थिए। सोही भूमिकाको स्टाइलमा उर्वशी शाहरूखसँग उक्त विज्ञापनमा देखिएकी छिन्। उक्त विज्ञापन शाहरूखको टिमका लागि कोच खोज्ने कुरामा केन्द्रित छ। विज्ञापनमा उर्वशीलाई शाहरूखजत्तिकै महत्त्व दिइएको छ।

शान बन्दैछन् एङ्ग्री यङ म्यान

आफ्नो नम्र तथा आकर्षक मुस्कानका लागि चिनिने

● विदेशबाट ●

बलिउडका पार्श्वगायक तथा टेलिभिजन कार्यक्रम प्रस्तोता शानको स्वभाव आश्चर्यजनक ढंगले परिवर्तन भैरहेको छ। सानो पर्दामा उनको स्वभाव परिवर्तन भएको अनुभव गर्न थालिएको छ। स्टार प्लसबाट प्रसारण भैरहेको रियालिट शो 'म्यूजिकका महामुकावला' मा शान्स स्ट्राइकर्सको नेतृत्व गरेका शानलाई कार्यक्रम अवधिभर रिसाएको तथा चिडचिडाहट अवस्थामा देखियो। यसबाहेक कार्यक्रम अवधिभर उनको गाला पनि राता-राता हुन्छन्। यसबाहेक उनलाई प्रतिस्पर्धी तथा समकक्षी संगीतकर्मीहरूसँग तात्तातो बहस गरिरहेको पनि देखियो।

● चलचित्र ●

परदेशको जिन्दगी

कतारमा बसोबास गर्ने नेपाली कलाकारहरूको एउटा समूहले निर्माण गरेको प्रवासी नेपाली चलचित्र 'परदेशको जिन्दगी' यसै सातादेखि प्रदर्शन हुन थालेको छ। रेहान मियाँको लेखन तथा निर्देशनमा तयार पारिएको यो चलचित्रमा विनोद लामा, अमित बराइली, रामचन्द्र ढकाल, कोपिला राई, विन्दु विक, पार्वती लोहनी आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। यो डिजिटल चलचित्रको निर्माण होमनाथ पौडेलले गरेका हुन्। हिमाल घलेद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रका गीतहरूमा राजेशपायल राई, दीपक लिम्बू, आभा मुकारुङ, मिलन लामा, माण्डवी त्रिपाठी, सपनाश्री, नारायण लामा, पूजा लामा आदिले स्वर प्रदान गरेका छन्। मितेरी फिल्म्स प्रोडक्सनको ब्यानरमा तयार पारिएको यो चलचित्रका अधिकांश दृश्यको छायांकन कतारमै गरिएको हो। केही दृश्य चितवनमा पनि छायांकन गरिएको छ। चलचित्रमा परदेश जाने हरेक नेपालीले पैसा कमाउने मात्र उद्देश्य लिएको हुँदैन, जीवनमा पैसा बाहेक अरू कुराको पनि ठूलो महत्त्व हुन्छ भन्ने यथार्थ समेटिएको छ। त्यसो त चलचित्रमा स्वदेश तथा विदेशमा भैरहेका विकृति तथा विसंगतिहरूलाई पनि देखाइएको छ। चलचित्रको छायांकन सुरज गौतमले गरेका हुन् भने भीमसेन सुनार यो चलचित्रको मुख्य सहायक निर्देशक हुन्।

तुम मिलो तो सही

बलिउडकी पुरानी नायिका डिम्पल कपाडियाले लामो समयपछि अभिनय गरेको चलचित्र 'तुम मिलो तो सही' आज शुक्रबार सार्वजनिक हुँदैछ। कवीर सदानन्दद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा डिम्पलका अतिरिक्त नाना पाटेकर, सुनील शेट्टी, विद्या मालवदे, अञ्जना सुखानी, रेहान खान, मोहनीश बहल आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। निखिल पञ्चामियाले निर्माण गरेको यो चलचित्रमा सन्देश शान्डिल्यको संगीत निर्देशन छ। सामाजिक श्रेणीमा राखिएको यो चलचित्रका गीतमा शान, सुनिधि चौहान, कुणाल गाञ्जावाला, डोमिनिक सेरेजो, राघव साचर, सुखविन्दर सिंह आदि गायक-गायिकाको पार्श्वगायन छ। चलचित्रमा समाजका त्यस्ता सामान्य मानिसहरूको कथा चित्रण गरिएको छ, जो उमेरले मात्र भिन्न छन्। चलचित्रमा तीनवटा वैवाहिक जोडीको कथा समावेश छ। एउटा जोडी टिनएजरहरूको छ। दोस्रो जोडीको उमेर ३० वर्षको सेरोफेरोमा छ। तेस्रो जोडीको उमेर भने करिब ५० वर्ष छ। यी भिन्न उमेरका तीन दम्पतीमा के-कस्ता समानता तथा भिन्नता छन्? जीवनसम्बन्धी धारणामा उनीहरू के कुराले पृथक् छन् भन्ने कुरा चलचित्रको रोचक पक्ष हो। तीनवटै जोडीलाई के लाग्छ भने उनीहरूको जस्तो मजबुत जोडी संसारमा अरु कसैको हुनै सक्दैन। जीवनको यात्रा अघि बढ्ने क्रममा उनीहरूमा वास्तविक प्रेमका बारेमा आएको चेतना चलचित्रको अर्को रमाइलो पक्ष हो। चलचित्रमा डिम्पल तथा नानाले ५० वर्ष उमेर समूहको जोडीको भूमिका निर्वाह गरेका छन् भने सुनिल तथा विद्याले ३० वर्ष उमेर समूहको प्रतिनिधित्व गरेका छन्। रेहान तथा अञ्जना भने टिनएजर जोडीका रूपमा प्रस्तुत भएका छन्।

द लास्ट सङ

सांगीतिक क्षेत्रमा लोकप्रिय भएपछि चलचित्रमा नायक अथवा नायिकाका रूपमा अभिनय गर्ने परम्परा हलिउडमा पनि प्रारम्भ भएको छ। पप गायिका माइली साइरस पहिलो पटक हलिउडको एउटा चलचित्रमा नायिकाका रूपमा प्रस्तुत हुँदैछिन्। आज शुक्रबार सार्वजनिक हुने चलचित्र 'द लास्ट सङ' मा उनी टिनएजरको भूमिकामा प्रस्तुत भएकी छिन्। त्यसो त यसअघि डिज्नीले निर्माण गरेको बालकार्यक्रम हाना मोन्टानामा समेत काम गरिसकेकी माइलीका लागि अभिनय नौलो विधा होइन। हलिउडमा यही चलचित्रमार्फत डेब्यू गरेकी माइलीलाई दर्शकले नायिकाका रूपमा रुचाउने हुन् कि होइनन्, हेर्न बाँकी नै छ। जुलि एनी रोबिन्सनद्वारा निर्देशित चलचित्र 'द लास्ट सङ' मा माइलीका अतिरिक्त लिम हेम्स्वर्थ, ग्रेग किनर, केल्ली प्रेस्टन तथा बबी कोलम्यानले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। ड्रामा, किड्स/फेमिली, रोमान्स तथा एडप्टेसन विधामा राखिएको यो चलचित्रलाई वाल्ट डिज्नी स्टुडियोले नै विश्वव्यापी रूपमा वितरण गर्न लागेको हो। चलचित्रमा बुबा र छोरीको भावनात्मक सम्बन्ध चित्रण गरिएको छ। एक-अर्कालाई पटक्कै मन नपराउने बुबा र छोरीलाई कसरी संगीतले नजिक ल्याउन सहयोग पुऱ्याउँछ भन्ने कुरा नै चलचित्रको मुख्य विषय हो।

पोखरामा ब्युटिसियनहरूको सौन्दर्य प्रतियोगिता

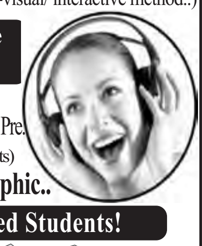
स-साना बालबालिका तथा युवतीको सौन्दर्य प्रतियोगिता त बारम्बार हुँदै आएका छन्, तर विवाहित महिलाहरूबीच भने यस्ता प्रतियोगिता विरलै हुने गरेका छन्। त्यसमा पनि ब्युटिसियनहरूबीचको सौन्दर्य प्रतियोगिता त विरलै हुने गरेको छ। यस्तै पोखरामा वैशाखको पहिलो साता हुने पोखरा एचके ट्यालेन्ट कन्टेस्टमा ब्युटिसियनहरू ऱ्याम्पमा उत्रने तयारीमा जुटेका छन्। हङकङ ब्युटी इन्स्टियुच्युटले गर्न लागेको प्रतियोगितामा ३० जना ब्युटिसियनको सहभागिता छ।

एक छोरीकी आमा अन्जु गुरुङ निकै फुर्तीका साथ तालिममा सहभागि भैरहेकी छिन्। 'आफ्नो खुबी देखाउन प्रतियोगितामा सहभागी हुन लागेकी हुँ', गुरुङले भनिन्, 'यसले लुकेर रहेको प्रतिभालाई बाहिर ल्याउन मद्दत गर्नेछ।' उनको भनाइमा सही थप्दै थिइन् रीता गुरुङ। उनले यस्तो प्रतियोगिताले महिलामा आत्मविश्वाससमेत बढ्ने कुरा बताइन्। यतिबेला उनीहरूलाई कोरियोग्राफर रवीन्द्र बज्राचार्य तथा सुरक्षा गुरुङले ऱ्याम्पमा हिँड्न सिकाइरहेका छन्।

Language & Computer

English: Elementary, Intermediate, Advanced & Special Courses
(Supervised by P. Swoveet, free books, cassettes, audio-visual/ interactive method..)

Japanese/ Korean/German/Chinese
French/ Spanish/ Italian.. classes



TOEFL/IELTS/SAT/GRE Pre.
(Free Books/ materials/ Lab & Online practice/ weekly tests)
Computer: Basic/Advanced/Accnt./Graphic..
Special Discount for SLC appeared Students!

Our Products: Language books/Cassettes/CDs/Video DVDs ....
Easy Learning Language Book, Cassettes/CDs Basic to Advanced
Face to Face Language Videos Price: Rs. 160/-
Easy Way Prem Swoveet's best language books with Audio /Video DVDs for elementary/ Intermediate & Advanced levels are coming soon!
Upto date Essays for TOEFL/IELTS 201 Essays Rs.188/-
Boost Vocabulary Enhance word power Basic to Advanced Price: 50 & 60/-
-OLC's Publications, ph. 4-247897

O'seas Academy (OLC) Head office Bag Bazar, 4-268945
OLC Jamal-Branch, 4-244741
(Institute run by P. Swoveet! Other so called OLC don't belong to us!)

+2/SLC १ वर्ष मै

❒ १ वर्षमै +२ पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
❒ ८, ९, १० पास नभए पनि S.L.C. दिन चाहनुहुन्छ ?
❒ Maths/Science साथै Sent up नदिइ SLC पास गर्न चाहनुहुन्छ ?
❒ SLC/+2 मा ५ विषय पढे पुग्ने।
❒ जागिरे/गृहिणीहरुले घरमै बसी पढ्न सक्ने।
❒ TU/HSEB/KU तथा विश्वभर मान्यता प्राप्त।
❒ Nepali/English भाषामा परीक्षा दिन सकिने।

पाथ-फाईन्डर ग्लोवल एजुकेशन
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं (रिपोर्टर्स क्लवको अगाडि) 01-2005077

..........भर्खरै ९ तथा Test मा फेल भएर निराश भएका..........
कक्षा ८ पास, गरि विविध समस्याले बिचैमा पढाई छुटी SLC पास गर्ने अवसरको खोजि गरिरहेका विद्यार्थीहरूको लागि:
नयाँ भर्ना खुल्यो !
प्राईभेट TEST/ SLC-067
पास गर्न अत्यन्तै सजिलो, आजै भर्ना हुनुहोस्।
पिस भिजन ओपन स्कूल ४३८९३००
सोह्रखुट्टे, (ओरालो मोड) ०१-६९१३२८६

Achieve your dream...Make your career
BRITISH ARMY Being & SINGAPORE POLICE
"Every man is an architect of his own fortune, but it needs proper guidance"
NG.Lic No.44948/063-64
British Army तथा Singapore Police Preperation Class मा भर्नाखुल्यो !!!
चाँडै गर्नुहोला धमाधम भर्ना लिईदैछ

COURSES

Educational
- Mathematics
- English
- Grammar
- Barb Test
- Oral Test
- Essay Writing
- Dictation
- Passage

Physical
- Puss Up
- Set Up
- 800m (Running
- Drill
- B.F.T
- Doko Carry

हाम्रा विशेषताहरु
- न्युनतम शूल्कमा गुणस्तरिय सेवा प्रदान गरिने।
- गत Intake हरुमा अधिकतम विद्यार्थीहरुलाई भर्ती गराउन सफल
- Ex-British Army द्वारा शारिरिक प्रशिक्षण गराईने।
- दक्ष शिक्षकहरुबाट शैक्षिक प्रशिक्षण गराईने।
- हरेक हप्ता Test गराईने।
- उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई छुटको व्यवस्था गरिने।
- कम्पनीको आफ्नै Uniform उपलब्ध गराईने।
- पुरानो प्रश्नपत्र एवं सम्भावित नयाँ मोडेल अनुसार अधिकतम अभ्यास गराईने।

BRITISH GURKHAS EDUCATIONAL & PHYSICAL TRAINING CENTRE(P.) LTD.
Shankhapark-4, Dhumbarahi, Kathmandu,Nepal
Contact: 01-4007538, 9841344404, 9841306113,9849145319, 9851002703

Branch Office
Dharan-9, Acharya Line
Ph: 025-696513, 9804007669
9842021640,9842195609

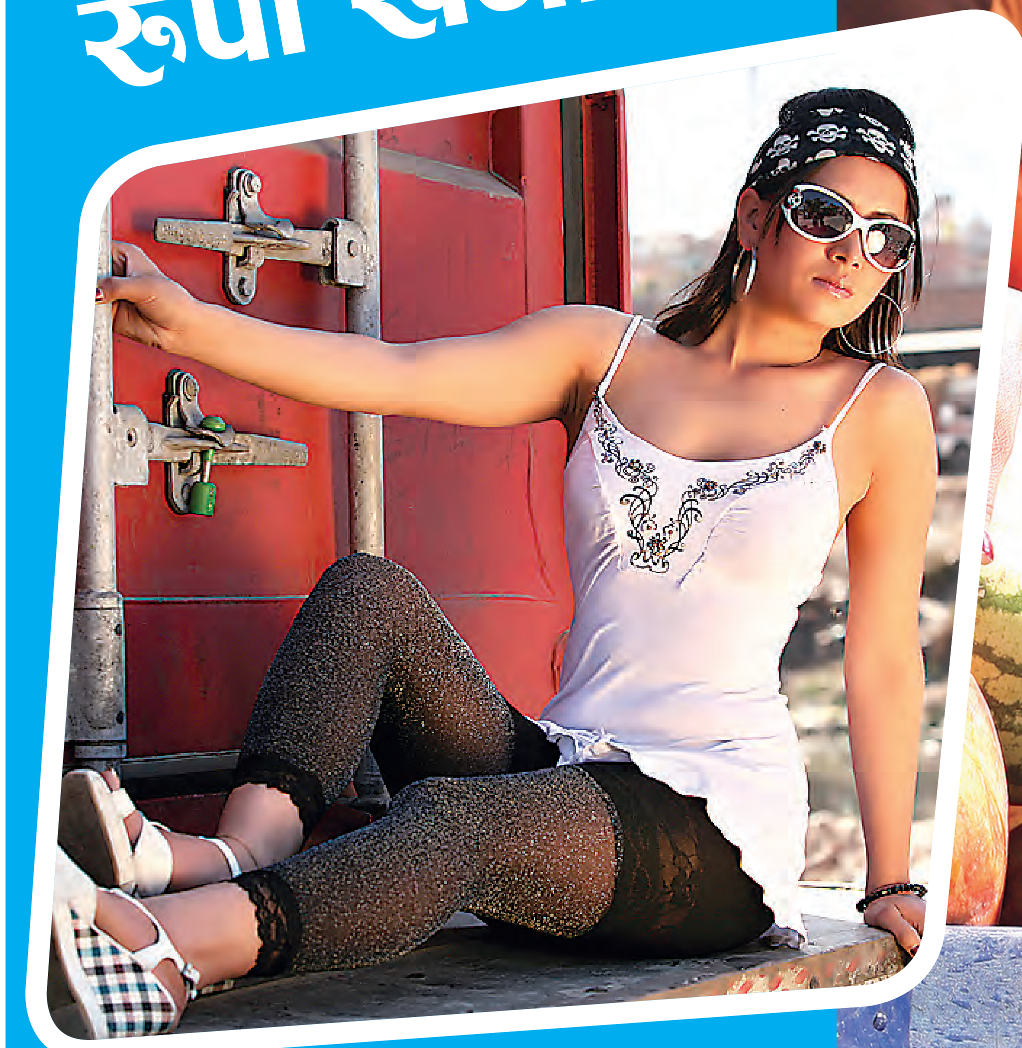
एकता, विस्तार र गुणस्तरीयता, शिक्षामा बर्षौंदेखिको हाम्रो प्रतिबद्धता
प्राईभेट टेष्ट/SLC 2067
को लागि कक्षा १० मा
कक्षा ९ वा टेष्ट/एस.एल.सी. फेल भएका, कक्षा ८ वा ९ उतीर्ण गरी विविध कारणले विद्यालय जान नसकेका विद्यार्थीहरुका लागि कक्षा १० मा धमाधम भर्ना लिईदैछ।
नयाँ भर्ना खुल्यो
Shift: Morning/Day
Medium: Nepali/English
जिल्ला शिक्षा कार्यालय काठमाडौंबाट मान्यता प्राप्त

चावहिल	कालीमाटी	कोटेश्वर
Bright Future	Merit Academy	Harvard Int'l Academy
Ph: 4463073	Ph: 4285664	Ph: 4601434

साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

तस्बिर : राजीव श्रेष्ठ/मेरो वेवसाइट्स डटकम

रूपा खनाल



भकुन्डेबेसी, काभ्रेकी स्थायी बासिन्दा रूपा कृषि विज्ञानकी छात्रा हुन् । पेसाले उनी जेटीए हुन् । प्राविधिक क्षेत्रमा काम गरिरहेकी रूपा अब भने जेटिएभन्दा बिल्कुलै भिन्न विधा अभिनयतर्फ आकर्षित भएकी छिन् । 'मसँग कृषि विज्ञानमा जेटीए उत्तीर्ण गरेको प्रमाणपत्र छ,' चलचित्र नायिका बनिसकेकी रूपा भन्छिन्– 'अभिनयचाहिं सौख पूरा गर्न थालेकी हुँ ।' जेटिएको प्रमाणपत्रका कारण उनी जुनसुकै बेला आफ्नो मूल पेसामा फर्कन सक्छिन् । 'तर दुई-चार वर्षचाहिं चलचित्रमै काम गर्ने रहर छ ।'

प्रदर्शनको तयारीमा रहेको चलचित्र 'दशगजा' मार्फत प्रस्तुत हुने तयारी गरिरहेकी रूपाले यसअघि भोजपुरी चलचित्र 'भैया राखीके लाज रखिय' मा नायिकाको भूमिका निर्वाह गरिसकेकी छिन् । डिजिटल चलचित्र 'परिधी' मा कामुक युवतीको भूमिका निर्वाह गर्नुअघि रूपाले पहिलो पटक अभिनय गरेको चलचित्र चाहिँ 'माया नगर' हो । यो चलचित्रमा उनले दिलीप रायमाझीकी बहिनीको भूमिका निर्वाह गरेकी थिइन् । ५ फिट ३ इन्च अग्ली रूपा प्रायः हाफ पाइन्ट र टिसर्ट लगाउँछिन् । 'ती पहिरन लगाउँदा मलाई कामुक देखिन्छ भन्छन्, रूपा भन्छिन्– 'त्यसो त मलाई सारीमै पनि कामुक देख्नेहरू प्रशस्तै छन् ।' यौनलाई शारीरिक आवश्यकताका रूपमा चित्रण गर्ने रूपा विवाहपछिको यौनसम्बन्धकी पक्षपाती हुन् । 'विवाहअघिको यौन फेसन मात्र हो, जसमा म रत्तिभर आकर्षित छैन ।' २३ वर्षीया रूपा अझै केही वर्ष विवाह नगर्ने धारणा व्यक्त गर्छिन् । त्यसो त रूपाले अहिलेसम्म ब्वाइफ्रेन्ड पनि बनाउन भ्याएकी छैनन् । उनी भन्छिन्– 'त्यो पनि एउटा फेसन नै हो, जुन टिनएजरहरूले गर्छन् ।' भविष्यमा प्रेम तथा परम्परागतमध्ये कुन विवाह गर्ने विषयमा समेत उनी अनभिज्ञ छिन् ।

- कृष्ण भट्टराई

● साताको स्वर ●

किरण माइकल

हुक्का तानी....कस्तो शैलीको गीत हो ?

चलनचल्तीका गीतभन्दा केही पृथक् अर्थात् लोक रक शैलीमा आधारित गीत हो ।

रक गीतलाई लोकशैलीमा ढाल्दा कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुभएको छ ?

रक गीत र लोकसंगीतको मिश्रणले यो गीतलाई फन्नि शैलीको बनाएको छ, जसले कम समयमै श्रोताहरूको मन जितिरहेको छ ।

कस्ता श्रोताले यो गीत मन पराएका छन् ?

३५ वर्षभन्दा बढी उमेरका श्रोताले यो गीत बढी रुचाएका छन् ।

गीतमा कस्तो भावना समेट्नुभएको छ ?

मानिस तरुनो छँदा अर्थात् उमेरमा कति जोस हुन्छ भन्ने कुरा उमेर ढल्किएपछि मात्र थाहा पाइन्छ भन्ने यथार्थतालाई गीतमा व्यक्त गरिएको छ ।

म्युजिक भिडियो कस्तो बनेको छ ?

प्रकाश ओझाको निर्देशनमा हास्यकलाकार सुरज चापागाईं 'बान्द्रे' को अभिनयले भिडियोलाई मनोरञ्जन बनाएको छ ।

● म्युजिक अपडेट ●

प्रमोदको शैली

गायक प्रमोद खरेलले आफ्नो पछिल्लो गीतिसंग्रहको शीर्षक जुराइदिने जिम्मा श्रोताहरूलाई दिएका छन् । आफ्नो संग्रहमा समावेश गरिएका गीतलाई सुहाउने शीर्षक राखिदिन प्रमोदले श्रोता गुहारेका हुन् । यसअघि 'प्राप्ति' तथा 'सेन्टिमेन्स' शीर्षकका दुई गीति संग्रह श्रोतामाझ ल्याइसकेका प्रमोदले तेस्रो संग्रहमा गजल, आधुनिक, क्लासिकल तथा देशप्रेम झल्कने आठवटा गीत समावेश गर्ने बताएका छन् । संग्रहका गीतमा महेश खड्का, हरि लम्साल, जगदीश समाल, सुरेश गैरे तथा गायक स्वयंकै संगीत छ । यो संग्रहलाई नयाँ वर्षको आगमनसँगै सार्वजनिक गर्ने तयारी छ । प्रमोद पछिल्लो समयमा नेपाली चलचित्रको पार्श्वगायनमा व्यस्त छन् ।

अन्नपूर्ण एवार्डमा चलचित्र पनि

पोखरामा सञ्चालित रेडियो अन्नपूर्णले आफ्नो दसौं वार्षिकोत्सवको अवसर पारेर वितरण गर्न लागेको चौथो अन्नपूर्ण म्युजिक एवार्डमा यस पटकदेखि नेपाली चलचित्रलाई विभिन्न तीन विधामा समावेश गरेको छ । उत्कृष्ट चलचित्र संगीतको विधामा सुरेश अधिकारी (छोडिगए पाप लाग्ला), वसन्त सापकोटा (नैना रेशम), महेश खड्का (पहिलो-पहिलो माया), बीबी अनुरागी (बाटुली) तथा शम्भुजित बास्कोटा (कहाँ भेटिएला) बीच प्रतिस्पर्धा हुँदैछ । आगामी वैशाख ११ गते वितरण गरिने यो एवार्डका लागि यसपटक २३ वटा विधा निर्धारण गरिएका छन् । रेडियो अन्नपूर्णले गत वर्षदेखि सञ्चालन गरेको अलिमियाँ लोकतारा शीर्षकको सांगीतिक प्रतिस्पर्धालाई यस वर्ष पनि निरन्तरता दिने भएको छ ।

सम्पूर्णको विमोचन

गायक शुक्र लामाको गीतिसंग्रह 'सम्पूर्ण' को विमोचन सम्पन्न भएको छ । पूर्व प्रधानसेनापति रुक्माङ्गत कटुवालले उक्त संग्रह विमोचन गरेका हुन् । राम कार्कीद्वारा संगीतबद्ध गीतहरूको उक्त संग्रहको समीक्षा गीतकार डा.भोला रिजालले गरेका थिए । कार्यक्रममा गायक लामाले आफ्नो सांगीतिक संघर्षका बारेमा जानकारी गराएका थिए । समारोहमा विमोचित संग्रहको 'हँसिलो त्यो मुहारैमा...' गीतको म्युजिक भिडियोको प्रिमियर गरिएको थियो । शिशिर सुवेदीद्वारा निर्देशित उक्त भिडियोमा सिम्पल खनाल तथा दिनेश खड्काले अभिनय गरेका छन् ।

जूनकीरीले जित्यो उपाधि

एक साता लामो दोहोरी प्रतियोगिता २०६६ मा मित्रनगरको जूनकीरी दोहारी साँझले प्रथम स्थान हासिल गर्दै नगद १ लाख रुपैयाँ जितेको छ । गत शनिबार सम्पन्न प्रतियोगितामा जूनकीरी दोहोरी साँझ 'क' ले प्रथम स्थान हासिल गर्नुअघि जूनकीरी दोहोरी साँझ 'ख' ले तेस्रो स्थानमा चित्त बुझाएको थियो । ३ दर्जनभन्दा बढी दोहोरी समूहले सहभागिता जनाएको प्रतियोगितामा तीनकुनेस्थित कान्तिपुर दोहोरी साँझले दोस्रो स्थान हासिल गर्दै नगद ५० हजार रुपैयाँ जित्यो । लोकदोहोरी सांस्कृतिक व्यावसायिक संघले राजधानीको भृकुटीमण्डपस्थित फनपार्कमा आयोजना गरेको प्रतियोगितामा पुल्चोकको झरना दोहोरी साँझले सान्त्वना पुरस्कार प्राप्त गऱ्यो । प्रतियोगितामा कालीगण्डकी दोहोरी साँझ, बसपार्कका चन्द्र परियारले उत्कृष्ट दोहोरी गायक तथा झरना दोहोरी साँझ पुल्चोककी मधु पोखरेलले उत्कृष्ट दोहोरी गायिकाको पुरस्कार जित्न सफल भए । प्रतियोगितामा सेमीफाइनलबाट बाहिरिएका कालीगण्डकी दोहोरी साँझ, शान्ति दोहोरी साँझ, लुम्बिनी दोहोरी साँझ 'ए' तथा 'बी' लाई पनि ३-३ हजार रुपैयाँ प्रदान गरिएको थियो । प्रतियोगिताको समापन समारोहमा गायक प्रेमराजा महतले पानको पात बोलको आफ्नो सदाबहार लोकदोहोरी गाउँदा दर्शक रमाएका थिए । कार्यक्रममा सुनिता दुलाल, बद्री पंगेनी, राधिका हमाल, नवीन पौडेल, विष्णु खत्रीलगायतका गायक-गायिकाले आफ्ना लोकप्रिय गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

धुलिखेलमा गीत-संगीत

बाह्रवर्षे हरिसिद्धि जात्राको अवसर पारेर धुलिखेलमा आयोजित महोत्सवमा प्रस्तुत गरिएको सांगीतिक कार्यक्रमले स्थानीय बासिन्दाको मन जितेको छ । कार्यक्रममा हेमन्त शर्मा, सुरेश अधिकारी, हरि थापा, अमृता लुङगेली मगर, विदुर घोरासैनी, सीता थापालगायत स्थानीय कलाकार राजु तामाङको दोहोरी गीतमा दर्शक झुमेका थिए । महोत्सवमा प्रताप हमागाईंले प्रस्तुत गरेको बोतल डान्सले दर्शकलाई रोमाञ्चक बनाएको थियो । महोत्सव अवधिभर चलेको सांगीतिक कार्यक्रममा राष्ट्रिय स्तरका गायक-गायिकाका साथै हास्यकलाकारको सहभागिता थियो । बेइमान अर्थात् रवि डंगोलको हास्यप्रस्तुतिले दर्शकलाई हँसाएको थियो । महोत्सवमा ऐतिहासिक हरिसिद्धि नाच पनि प्रदर्शन गरिएको थियो ।

अमेरिकामा रामकृष्ण

गायक रामकृष्ण ढकालले नयाँ वर्ष २०६७ को स्वागत अमेरिकाबाटै गर्ने भएका छन् । गत साता अमेरिका उड्नुअघि *साप्ताहिक*सँग छोटो भेटमा गायक ढकालले अमेरिकामा बसोबास गर्ने नेपालीहरूलाई आफ्ना लोकप्रिय गीत-संगीत सुनाउँदै नयाँ वर्षको स्वागत गर्ने बताए । रामकृष्णसँगै नयाँ वर्षको अवसरमा आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रममा सहभागि हुन नायिका तथा गायिका गौरी मल्ल, हास्यकलाकार शिवहरि पौडेल तथा निरु खड्का पनि अमेरिका पुगेका छन् । हास्यकलाकार खड्काले केही रमाइला गीतमा नृत्यसमेत प्रस्तुत गर्नेछिन् । नृत्य निर्देशक वसन्त श्रेष्ठ पनि यिनै कलाकारसँग अमेरिका पुगेका छन् । कार्यक्रममा नृत्य गर्ने कलाकारलाई निर्देशन गर्न अमेरिका पुगेका श्रेष्ठ त्यहीं बसोबास गरिरहेका आफ्ना परिवारसँग नयाँ वर्ष मनाउँदैछन् ।

'पलपलमा' को संगीत

प्रदर्शनको तयारीमा रहेको चलचित्र 'पलपलमा' को एउटा नयाँ गीतको भिडियो प्रिमियर गरिएको छ । 'तिमी माया गर्छु भन न...' गीतको भिडियो फिल्मीखबर डटकममार्फत वर्ल्ड प्रिमियर गरिएको हो । महेश खड्काको संगीत रहेको उक्त गीतमा दीपक लिम्बु तथा अञ्जु पन्तको स्वर छ । यसबीच महेश खड्काकै संगीत रहेको नयाँ चलचित्र 'नाईं नभन्नु ल' को शीर्षक गीतलाई सीआरबीटीमा राखिएको छ । चलचित्रको शीर्षक गीतमा दीपक लिम्बु तथा रजिना रिमालको स्वर सुन्न पाइन्छ ।

डिजराजका तीन कार्यक्रम

गायक डिजराज पौडेल सातामा तीन दिन सांगीतिक कार्यक्रममा व्यस्त हुन थालेका छन् । देशका विभिन्न स्थानमा आयोजना हुने महोत्सवहरूमा उनको सहभागिता ह्वात्तै बढेको छ । गत साता मात्र उनी तनहुँको खैरेनीटारमा आयोजित खैरेनीटार महोत्सवका दुई भिन्न सांगीतिक कार्यक्रममा व्यस्त भए । गत शुक्रबार पनि उनी स्याङ्जाको आँधीखोलामा आयोजित आँधीखोला महोत्सवमा सहभागी भए । त्यसअघि उनले पूर्वी नेपालमा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रममा गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

इटहरीमा सांस्कृतिक कार्यक्रम

इटहरी जेसिसको आयोजनामा गत साता इटहरी बजारमा एउटा रमाइलो सांस्कृतिक कार्यक्रम सम्पन्न भयो । कार्यक्रममा राजधानीबाट गएका कलाकारहरूले गीत, संगीत, नृत्य तथा हास्यव्यंग्यात्मक कार्यक्रम प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रममा सुगम पोखरेल, हिमाल सागर, प्रकाश ओझा आदि गायकले गीत-संगीत प्रस्तुत गरेर दर्शकको मन जिते । कार्यक्रममा मेरी बास्सैका बान्द्रे (सुरज चापागाईं) तथा प्रकाश ओझाले प्रस्तुत गरेको प्रहसनले दर्शकलाई हँसाएको थियो । कार्यक्रममा नायिका झरना थापाले आकर्षक नृत्य प्रस्तुत गरेर दर्शकलाई थप मनोरञ्जन प्रदान गरेकी थिइन् ।

भिडियोको प्रिमियर

गायक हिमाल सागरले आफ्नो गीतिसंग्रह 'त्यो दिन' को तेस्रो म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेका छन् । 'जाँदैछु म तिमीलाई छाडेर...' गीतको म्युजिक भिडियो यसै सातादेखि विभिन्न टेलिभिजन च्यानलबाट प्रसारण हुन थालेको हो ।

● अफबिट ●

पोज दिदै लस्करै उभिएका हामी : **तस्बिर खिचाउने मुडमा गायिका प्राश्ना शाक्य, गायकहरु सुदिप गिरी, बाबु बोगटी, यस कुमार, हेमन्त शर्मा र राजेश घतानी ।**

● विदेशबाट ●

सजिलो छैन गाउन

हलिउड अभिनेत्री क्रिस्टिन स्टिवर्ट अचेल अभिनयका साथसाथै आफ्नो नयाँ चलचित्रमा गीत गाउँदैछिन् । क्रिस्टिन उक्त गीतमा कडा मेहनत गरिरहेकी छिन् । एक वेबसाइटका अनुसार उनी चलचित्र 'द रनवेज' मा अभिनयका साथै एउटा गीत पनि गाउँदैछिन् । रमाइलो कुरा के छ भने जीवनमै पहिलो पटक गीत गाउन लागेकी क्रिस्टिनले गीत गाउने काम सहज नभएको प्रतिक्रिया दिएकी छिन् । 'दुई महिनादेखि जम्मा एउटा गीत गाउने प्रयास गरिरहेकी छु,' उनी भन्छिन्– 'संगीतकारले अभ्यास नै पुगेन भनेपछि हैरान भएकी छु ।'

दोस्रो सन्तानको चाहना

पूर्वगायिका एम्मा बुन्टनले आफ्ना प्रेमी जेड जोन्सबाट दोस्रो सन्तान चाहेको बताएकी छिन् । बुन्टन र जोन्सले दुई वर्षअघि पहिलो सन्तानका रूपमा छोरा जन्माएका थिए । उनीहरूले छोराको नाम ब्यू राखेका छन् । 'छोरा दुई वर्ष भैसकेको छ, बुन्टन भन्छिन्– 'म दोस्रो सन्तान जन्माउन तयार भैसकेकी छु ।' समाचारमा जनाइएअनुसार बुन्टन निकट भविष्यमै दोस्रो सन्तान जन्माएर आफ्नो परिवार बढाउन इच्छुक छिन् ।

● ब्याण्ड ●

रेज हाइब्रिड

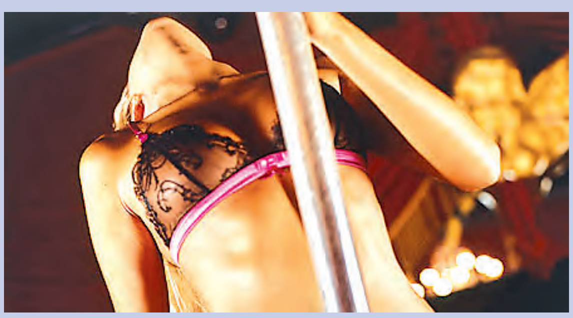
नेपालमा मेटल संगीतको क्रेज कस्तो छ ? गत वर्ष स्थापना भएको सांगीतिक समूह 'रेज हाइब्रिड' का संगीतकर्मीहरूसँग यो प्रश्न सोध्ने हो भने जवाफ सकारात्मक आउँछ । किनभने मेटल संगीतको बढ्दो क्रेजसंगै उनीहरू पनि यस्तै गीत-संगीत सिर्जना गर्ने उद्देश्यले यो समूहको स्थापना गर्दै सांगीतिक क्षेत्रमा प्रवेश गरेका छन् । उनीहरूले मेटल संगीतको पनि न्यू वेभ मेटल तथा मेटल कोर विधा अपनाएका छन्, जुन युवापुस्तामाझ लोकप्रिय हुँदैछ । भर्खरै सम्पन्न अन्तरकलेज ब्यान्ड कन्टेस्टमा तेस्रो सर्वोत्कृष्ट ब्यान्डको उपाधि जित्न सफल यो समूहमा पाँच जना संगीतकर्मी सक्रिय छन् । समूहमा गौरव श्रेष्ठ गायकका रूपमा सक्रिय छन् भने अमित रञ्जित बेस गिटारिस्ट हुन् । रञ्जित तामाङ तथा सुजन श्रेष्ठ लिड गिटारिस्ट हुन् भने दिपेश श्रेष्ठ समूहका ड्रमर हुन् । सांगीतिक समूह स्लिप नटबाट प्रभावित यो समूहले संगीतलाई आफ्नै शैलीबाट परिभाषित गरेको छ । समूहका सहकर्मीहरू भन्छन्– 'मानिसहरू मनोरञ्जनका लागि संगीत सुन्छन्, हामीचाहिं सामाजिक परिवर्तनका लागि संगीत तयार पार्छौं ।' इन्टेन्सिभ इन्टरनेसनल एकेडेमीमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूको यो समूहको नामकरणको कथा पनि रोचक छ । समूहका गायक गौरव भन्छन्– 'समूहका पाँचै जना संगीतकर्मीहरू छुट्टाछुट्टै सांगीतिक विधाबाट आएर एउटा नयाँ शैलीको मेटल संगीत सिर्जना गर्ने भएकाले समूहको नाम रेज हाइब्रिड राखिएको हो ।'

हिले कुस्तिः चीनमा आयोजना भएको अन्तराष्ट्रिय महिला कुस्ति प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गर्दै महिला सहभागिहरु ।
तस्विर- एएफपी

यो सेवा पनि गर्नुपर्छ

नेदरल्यान्डका नर्सहरूले हालै आफ्नो सेवाको सीमा निर्धारण हुनुपर्ने माग राखेका छन् । शारीरिक रूपमा अपांग भएका एक ४२ वर्षीय रोगीले २४ वर्षीया नर्सलाई आफ्नो सेवामा नियुक्त गरे, तर ती रोगीले नर्सलाई आफ्नो स्वास्थ्यसेवाका क्रममा यौन आनन्द पनि दिनुपर्ने प्रस्ताव राखे । रोगीले आफूलाई यौनले स्फूर्ति दिने हुनाले नर्सले यस्तो सेवा पनि दिनुपर्छ– उनले भने । ती रोगीले राखेको त्यस्तो प्रस्तावपछि नेदरल्यान्डका नर्सहरू आन्दोलित भए । उनीहरूको युनियनले नर्सले घरमा गएर स्याहार गर्ने रोगीहरूले कुन-कुन किसिमको सेवा पाउने हो भन्ने कुरा पहिल्यै निर्धारण हुनुपर्ने कुरा बताएको छ । युनियनले रोगीको उक्त प्रस्तावलाई सेक्सुअल ह्यारेसमेन्टको संज्ञा दिएर उक्त रोगीविरुद्ध प्रहरीमा उजुरी गरेको छ ।

● पहिलो विश्व ●



चर्को शुल्कले यौन आकर्षण

किङ्गस्टन युनिभर्सिटीका प्राध्यापक डाक्टर रोन रोबर्टले आफ्नो सर्वेक्षणमा कलेजस्तरका विद्यार्थीमा यौन गतिविधि पछिल्लो १० वर्षमा २५ प्रतिशतले वृद्धि भएको बताएका छन् । युरोपमा विश्वबिद्यालय र कलेजको खर्च बढेका कारण विद्यार्थीहरूले यौनजन्य क्रियाकलाप गर्न थालेको रोनले बताए । सर्वेक्षणमा सहभागी विद्यार्थीमध्ये १६ प्रतिशतले वेश्यालयमा काम गर्ने गरेको बताए । त्यसबाहेक कतिपय विद्यार्थीले इन्टरनेट पोर्नोग्राफी साइटका लागि निर्वस्त्र तस्बिर खिचाएर, नाइट क्लबहरूमा निर्वस्त्र नृत्य गरेर पैसा कमाउने बताए ।

यौनव्यापारलाई युरोपका अधिकांश देशले कानुनी मान्यता दिएका कारण पनि यसमा विद्यार्थीहरूको सहज पहुँच पुगेको हो । सर्वेक्षणमा सहभागी एक छात्राले विद्यालयको शुल्क तिर्न आफूले ल्याप डान्स गर्ने गरेको बताइन् । रेस्टुराँमा वेट्रेसको काम गर्दा पारिश्रमिक कम पाइने हुनाले पनि आफू यसतर्फ आकर्षित भएको ती छात्राले बताएकी थिइन् । विद्यार्थीहरूको आकर्षण बढेपछि केही व्यवसायीले नाइट क्लबहरूलाई युवती आपूर्ति गर्ने एजेन्सीको काम गर्न थालेका छन् ।

अन्त्यमा...

सार्वजनिक स्थलमा हुने यौनकार्य रोक्न बेलायती प्रशासनले ६ हजार रूख काट्ने निर्णय गरेको छ । लेङ्कसायरस्थित जंगलमा अधिकांश जोडी अभिसारका लागि जाने गरेको पाइएपछि स्थानीय प्रशासनले रूख काट्ने निर्णय गरेको हो । १२ हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको उक्त जंगल दोस्रो विश्वयुद्धपछि रोपिएको हो । सार्वजनिक स्थलमा यौनसम्पर्क गर्नेहरूको संख्या बढ्दै गएको र प्रहरी प्रशासनले उनीहरूलाई रोक्न नसकेपछि रूख काट्ने निर्णय गरिएको हो । स्थानीय प्रशासनले जंगल विनाश गर्ने निर्णय गरेपछि पर्यावरणविद् तथा स्थानीय बासिन्दाले उक्त कार्यको विरोध गरेका छन् । उक्त जंगलमा कतिपय बहुमुल्य रूखसमेत रहेकाले रूख काटेर यौन गतिविधिलाई निरुत्साहित गर्नुभन्दा त्यस्ता गतिविधिलाई रोक्नु राम्रो हो भन्ने उनीहरूको धारणा छ ।

पुष्प व्यापार मेला

चैत महिना फूल रोप्ने सिजन भएको हुँदा हरेक वर्ष भृकुटीमण्डपमा पुष्प व्यापार मेला हुने गरेको छ । यही व्यापार मेलाको पूर्वसन्ध्यामा भक्तपुरको गरुडकुण्डलमा फूल रोपेर बगैंचा निर्माण गरिएको छ । जग्गाजमिन घट्दै गएको काठमाडौं उपत्यकामा गमलामा पनि फूलका बोटहरू रोपेर घर-आागन सिँगार्न सकिन्छ भन्ने कुरा देखाउन कुम्हाले पेसा अँगालेका भक्तपुरका प्रजापतिहरूको संगठन गरुडकुण्डल कुम्ह समाजले गत रामनवमीका दिन त्यहाा २ सय ३० वटा गमला राखेका हुन । त्यहाा ६ दर्जनभन्दा बढी बोटबिरुवा रोपिएको छ । यस वर्ष भक्तपुरका कुम्हहरूले पुष्प व्यापार मेलामा गमला तथा माटोका भाााडाका स्टल राखेका छन् । कुम्हहरूले पोखरी र सार्वजनिक स्थलहरूमा गमला राख्ने अभियान थालेका छन् ।

आफूले गर्दै आएको पेसाका बारेमा भैरहेको गतिविधि बुझाउन उनीहरू भृकुटीमण्डपमा भइरहेको पुष्प व्यापार मेलामा सहभागी भएका छन् । मेला चैत १९ गतेदेखि २३ गतेसम्म भृकुटीमण्डपमा चल्नेछ । भृकुटीमण्डपको ठूलो हलभित्र १२ वटा अस्थायी बगैंचा निर्माण गरिएका छन् । भृकुटीमण्डपमा २०५१ सालदेखि हरेक वर्ष पुष्प व्यापार मेला हुँदै आएको छ । हालसम्म नेपालमा यस किसिमका ३१ वटा मेला सम्पन्न भैसकेका छन् ।

मेलामा ५५ वटा नर्सरी तथा ५ वटा फूलसँग सम्बन्धित सरकारी निकायले स्टल राखेका छन् । गत वर्ष नेपालबाट करिब ६ करोड रुपैयााबराबरको फूल विदेश निर्यात भएको थियो । नेपालमा भने ५० करोड रुपैयाा बराबरको फूल आयात भएको थियो । मेलाका कारण फूलको व्यापार घाटा हरेक वर्ष घट्दै गएको आयोजकहरूको दाबी छ ।

मेलामा मौसमी फूलहरू, आलङ्कारिक बोटबिरुवा, कट फ्लावार, ड्राइपफ्लावर, सुनाखरी, कम्पोस्ट मल, फूलको गानो, बीउबिजन, औजार, उपकरकण आदि वस्तुहरू प्रर्दशन तथा बिक्रीका लागि राखिएका छन् । मेलामा ४ सय ५० थरी फूल एकै छतमुनि प्रदर्शनका लागि राखिएका छन् । यस वर्ष मेलामा फूलबारीसम्बन्धी पुस्तक पनि बिक्रीका लागि राखिएको छ ।

मेला आयोजनाका क्रममा विगत वर्षमा झैं यस वर्ष पनि विविध विधामा प्रतिस्पर्धा गराई प्रथम हुनेलाई पुरस्कृत गरिने कार्यक्रम छ । यस वर्ष पााचवटा विधाअर्न्तगत उत्कृष्ट स्टल, उत्कृष्ट ल्यान्डस्केपिङ, उत्कृष्ट बिरुवा, उत्कृष्ट फुल्ने बिरुवा र उत्कृष्ट मौसमी फूलमा प्रथम हुनेलाई पुरस्कृत गरिँदैछ ।

इन्टनरेटमा नेपालीको बगैंचा

नेपालीहरूका लागि बगैचा र साजसज्जा सम्बन्धी एउटा वेबसाइट सञ्चालनमा छ । www.phoolbari.com मा बगैंचा व्यवस्थापन गर्ने विधिहरूका बारेमा जानकारी गराइन्छ । उद्यानहरू बनाउन सिक्न चाहनेहरूका लागि यसमा आवश्यक सामग्रीहरू राखिएका छन् । नेपालमा पाइने बोट-बिरुवाहरूका तस्बिर यो साइटमा संग्रहित छन् ।

डोल्पा ताक्दै निर्णय

शिव मुखिया

गायक निर्णय श्रेष्ठ बेग्लै धपेडीमा थिए । अरू बेला झैं हिपहप पहिरनमा ठाँटिएका निर्णयले हतारमा भने- 'डोल्पाको दुई विद्यालयमा पाठ्यसामग्री पठाउनुपर्ने ।' ती विद्यालयलाई आवश्यक पाठ्यसामग्री संकलन गर्न राजधानीको चारवटा विद्यालयमा कार्यक्रम गरेर आएका रहेछन् उनी । 'अपेक्षा गरेअनुसार सहयोग जुटेको छ', उनले हर्षित भावमा सुनाए -'त्यसबाट थप हौसला मिलेको छ ।'

निर्णय द एनएसके टुर फर एजुकेसन अभियानअर्न्तगत उनी विद्यालयमा सांगीतिक कार्यक्रम गर्दै हिँडेका हुन् । गत एक महिनाको अवधिमा उनले राजधानीका सेन्ट जेभियर्स, एभिएम, युलेन्स तथा अरनिको बोर्डिङ स्कुलमा कार्यक्रम गरी पाठ्यसामग्री संकलन गरेका छन् । कार्यक्रमबाट किताब, कपी, पेन्सिल आदि स्टेसनरी सामग्रीहरू जम्मा भएको छ । त्यसैगरी एभीएम स्कुलबाट सहयोगकै लागि १० हजार रुपैयाँ संकलन भएको थियो । उक्त रकमबाट पाठ्य सामग्री किनेर डोल्पाको विद्यालयमा पठाइनेछ । ती विद्यालयहरूमा भएको कार्यक्रममा निर्णयले आफ्ना चर्चित गीतहरू सुनाएका थिए । कार्यक्रममा गायिका आस्था बी, ऱ्याप कनेक्सन, नेसन्स आदिले साथ दिएका थिए । शैक्षिक टुरअर्न्तगत नै भोलि शनिबार जेनिथ र न्यु जेनिथ स्कुलमा कार्यक्रम हुँदैछ । सन् २००६ मा प्रारम्भ भएको यो अभियानअर्न्तगत उनले दुर्गमका थुप्रै विद्यालयमा पाठ्यसामग्री पठाइसकेका छन् । 'यो अभियान निरन्तर रहन्छ', निर्णय भन्छन्- 'यसबाट मलाई आत्मसन्तुष्टि मिलेको छ ।'

इलाममा औद्योगिक मेला

चियाखेतीका लागि विश्वमै कहलिएको इलाममा औद्योगिक मेला हुने भएको छ । मेला चैत २५ गतेदेखि ३ दिनसम्म चल्नेछ । मेलामा इलाममा रहेका चिया उद्योगका उत्पादनहरू विशेष प्रदर्शन गरिनेछ । उक्त क्षेत्रका अन्य उद्योगको प्रचारका लागि पनि स्टलहरू राखिएका छन् । चियाबगानसँगै त्यहाा पिकनिक उद्योग पनि फस्टाएको छ । पिकनिक आउने बढ्दो क्रमसँगै क्याटरिङ व्यवसाय पनि उद्योगका रूपमा विकास हुन थालेको छ । मेलाका आयोजकले इलामलाई महत्त्वपूर्ण पिकनिक गन्तव्य बनाउने उद्देश्य राखेका छन् ।

१९ औं मिस इन्डिया वर्ल्ड वाइड सम्पन्नमा

गत शनिबार अर्थात् मार्च २७ मा दक्षिण अफ्रिकाको डर्बनस्थित इन्टरनेसनल कन्भेन्सन सेन्टरमा सम्पन्न मिस इन्डिया वर्ल्ड वाइडको १९ औं संस्करणमा दक्षिण अफ्रिकाकी २३ वर्षीया काजल लुच्मिनारेअनले विजेताको ताज पहिरेकी छिन् । यसअघि दक्षिण अफ्रिकाकी सारिका सुक्दियाले सन् २००२ मा यो उपाधिमा कब्जा जमाएकी थिइन् । विश्वभरका भारतीय मूलका युवतीहरूबीच हुने यो प्रतियोगितामा यसपटक २५ राष्ट्रका सहभागीहरूले मुख्य उपाधिका लागि प्रतिस्पर्धा गरेका थिए । प्रतियोगितामा बेलायतकी निहारिका रैजाडाले फस्ट रनर्सअप स्थान हासिल गरिन् भने सुरिनामकी चर मर्चन्डले सेकेन्ड रनर्सअप उपाधि जितिन् । भारतीय मूलका नेपाली युवतीहरूको यो प्रतिस्पर्धा मिस इन्डिया वर्ल्ड वाइड नेपाल २०१० को उपाधि जितेपछि वत्सला शर्माले नेपालको प्रतिनिधित्व गरेकी थिइन् । मिस इन्डिया वर्ल्ड वाइडको २० औं संस्करण सन् २०११ मा हल्यान्डमा हुनेछ ।

कौंइच कल्चरल शो

बाहिर मध्याह्नको चर्को घाम । हलभित्र दर्शक खचाखच । गर्मी खप्नै नसकिने थियो । तैपनि आफ्नो जातीय संस्कृति हेर्न झुम्मिएका दर्शकहरू धैर्यतापूर्वक कार्यक्रमको प्रतीक्षामा देखिन्थे । यति नै बेला मञ्चमा सुनुवार वेशभूषामा सजिएकी एक अधबैसे देखा परिन् । परम्परागत गरगहनाले ढाकिएकी उनी नाचको ताल मिलाउदै सुरिलो धुन अलाप्न थालिन् ।

यही बेला उद्घोषकले मञ्चमा निम्त्याए मनबहादुर मुखिया र विश्व मुखियालाई । साहित्य र चलचित्र क्षेत्रका मुखियाद्वयलाई सम्मानका लागि त्यहाँ निम्त्याएको रहेछ । 'अनि देउराली रुन्छ' जस्ता चर्चित नाटकका लेखक र चलचित्रका कला निर्देशकलाई आँखैअगाडि पाउदा सुनुवारबन्धुहरू दंग देखिन्थे । उनीहरूको तालीको गडगडाहटसँगै कार्यक्रमको ढोका उघारियो । त्यसपछि विभिन्न रोचक प्रस्तुतिसँगै सुनुवार युवायुवतीहरूले दर्शकको मन जिते ।

गएको शनिबार सुनुवार कलाकार तथा चलचित्रकर्मी समाजको प्रस्तुतिमा कौंइच कल्चरल शो सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रममा साहित्य, कला र संस्कृतिका क्षेत्रमा क्रियाशील सुनुवार जातिहरूको विशेष प्रस्तुति थियो । उनीहरूले जातीय संस्कृतिमा आधारित गीत, नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए । सोही अवसरमा सुनुवार भाषामा निर्मित वृत्तचित्र स्याँदरशिली र पिदार नाम्दार प्रदर्शन गरिएको थियो ।

चैत अन्तिममा फेवा महोत्सव

पोखरा- पश्चिमाञ्चल होटल संघ पोखराले नेपाली नववर्षको अवसरमा बर्सेनि गर्दै आएको फेवा नववर्ष महोत्सवको सातौं संस्करण यही चैत २९ गतेदेखि वैशाख २ गतेसम्म हुने भएको छ । नववर्षको गन्तव्यस्थलका रूपमा पोखरालाई चिनाउन, होटल तथा पर्यटन व्यवसायीबीच सम्बन्ध विकास गर्दै आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटक प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्य यो महोत्सवको छ ।

चैत २९ मै नेपाल पर्यटन वर्ष २०११ को तयारी पनि प्रारम्भ हुने भएकाले त्यसै दिन पारेर महोत्सव गर्न लागिएको संघका अध्यक्ष गोविन्दराज पहारीले बताए । पर्यटन वर्षको नारा 'पर्यटनका लागि सँगसँगै' भन्ने वाक्यांशलाई आत्मसात् गरी समग्र पर्यटनको प्रवर्द्धनमा महोत्सवले टेवा पुऱ्याउने विश्वास लिएका छौं', पहारीले भने, 'महोत्सवबाट हुने आम्दानी फेवाताल संरक्षणमा खर्च गरिनेछ ।'

महोत्सवमा स्वदेशी तथा विदेशी रेस्टुराँका स्टल राखिनुका साथै पश्चिमाञ्चल क्षेत्रका विभिन्न होटल संघहरूबीच जिल्लाको मौलिक पहिचान र सुन्दरताको विशेषतालाई आधार बनाएर पर्यटकीय लोकदोहोरी गीत प्रतियोगिता सञ्चालन गरिनेछ । यसैगरी हास्यव्यंग्य तथा लाइभ ब्यान्ड, मिनी म्याराथुन, डुंगादौड, भलिबल प्रतियोगिता पनि सञ्चालन गरिने महोत्सवका संयोजक हरिप्रसाद शर्माले बताए । शर्माका अनुसार महोत्सवस्थलमा घरेलु हस्तकला, खाद्यान्न, तरकारी, नर्सरी, लत्ताकपडा गरी ४० वटा व्यापारिक स्टल रहनेछन् । महोत्सव करिब ३ लाखले अवलोकन गर्ने तथा २ करोडजतिको कारोबार हुने विश्वास लिइएको छ ।

-लालप्रसाद शर्मा

नेपाल चीन व्यापार मेला

नेपालीहरूको आधुनिक वस्तुहरू उपभोग गर्नका लागि चिनियाा सामानहरूले सजिलो बनाइदिएको छ । सस्तोमा पाइने चिनियाँ इलेक्ट्रोनिक्स र विद्युतीय सामग्रीहरूका कारण नै धेरै नेपालीले आधुनिक प्रविधि प्रयोग गर्न पाएका छन् । नेपालमा बिक्री-वितरण हुने चिनियाँ सामानहरूको बजार विस्तार गर्ने क्रममा नेपाल-चीन व्यापार मेला हुन लागेको छ ।

भृकुटीमण्डपमा चैत २५, २६ र २७ गते मेला हुन लागेको हो । मेलामा चीनबाट नेपालमा व्यापार गर्ने डिलर एवं उद्योगका स्टलहरू रहनेछन् । विद्युतीय सामग्रीबाहेक चिनियाा कस्मेटिक्स, घरायसी सामानहरू, कपडा, मोबाइल, टेलिभिजन, वासिङ मेसिन तथा चिनियाा ट्राभल एजेन्सीहरूले स्टल राख्दैछन् ।

अमेरिकामा नेपाल फेस्ट

काठमाडौं– नेपालीको संख्या दिन-प्रतिदिन बढ्न थालेपछि अमेरिकामा नेपाली सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना हुने क्रम ह्वात्तै बढेको छ। अमेरिकाका प्रायः सबै राज्यमा नेपालीहरूले बसोबास गर्न थालेपछि महिनामा दुई-चारवटा कार्यक्रम नियमित रूपले आयोजना भैरहेका छन्। यस क्रममा गत शनिबार अमेरिकामा नेपाल फेस्ट शीर्षकको सांस्कृतिक कार्यक्रम सम्पन्न भयो। नेवा अर्गनाइजेसन अफ अमेरिका (एनएओ) ले विगत तीन वर्षदेखि आयोजना गर्न थालेको नेपाल फेस्टको यो तेस्रो श्रृंखला हो। यसपटकको कार्यक्रममा अमेरिकामै बसोबास गरिरहेका लोकप्रिय गायक-गायिकाले गीत-संगीत प्रस्तुत गरे। कार्यक्रममा दम्पती गायक-गायिका सञ्जीप प्रधान, सरिष्मा अमात्यका अतिरिक्त नेपालबाट सोही कार्यक्रममा सहभागी हुन अमेरिका पुगेका गायक प्रकाश श्रेष्ठले आफ्ना कर्णप्रिय गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए। कार्यक्रममा ओकिली ब्यान्डका सृजन ताम्राकार, सरोज दत्त तथा सांगीतिक समूह १९७४ एडी का गायक तथा गिटारिस्ट फिरोज स्याङ्देनले पनि गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए। लाइभ ब्यान्डसहितको उक्त कार्यक्रममा न्यूयोर्कस्थित सांगीतिक समूह सम्साराले ब्याकअप ब्यान्डका रूपमा सांगीतिक धुन प्रस्तुत गरेको थियो।

अलिमियाँ लोकताराको खोजी

पोखरा- गायन प्रतिस्पर्धाका लागि तारा बन्ने होड यतिबेला पोखरामा बढेको छ। त्यही होडमा थिइन बाग्लुङकी ज्योति लोहनी। उनले 'चिसो-चिसो हावा सरर' गीत अत्यन्त मीठो पारामा गाइन्। यो थियो रेडियो अन्नपूर्णले आफ्नो १० औं वार्षिकोत्सवका अवसरमा आयोजना गरेको प्राइम अलिमियाँ लोकताराको। लोहनीको यो गीतले उनलाई उत्कृष्ट १५ औं स्थानमा पुऱ्याएको छ।

त्यही भीडमा लमजुङ तारा बनेका फुच्चे विशाल तामाङ पनि कम देखिएनन्। उनले मन सानो भए पनि वियोगको गीत सुनाए। 'तिम्रो जन्ती मेरो मलामी' गीत उनले दुरुस्तै गाए। निर्णायकहरू प्रजापति पराजुली धनबहादुर गायक र जयकुमार समेत मुग्ध भए। प्रतियोगिताको उत्कृष्ट १५ मा जीवन गुरुङ, शिवकुमार गुरुङ, प्रमिला तामाङ, बुद्धिबहादुर थापा, रामजी पौडेल, मञ्जु बिक, विमल परियार र सन्तोष बगर पनि छनौट भएका छन्।

१ लाख रुपैयाँ पुरस्कारको अलिमियाँ लोकतारामा ५ सयभन्दा बढीले अडिसन दिएकोमा विभिन्न चरण हुँदै छनौटकार्य धमाधम भैरहेको छ। पोखरासँगै स्याङ्जा, म्याग्दी, तनहुँ पर्वत र लमजुङबाटसमेत प्रतिभा छनौट गरिएको छ। गला र कला भएका तर अवसरबाट वञ्चित प्रतिभाहरूलाई यो प्रतियोगिता समर्पित छ, कार्यक्रम संयोजक सरस्वती गुरुङले भनिन्, प्रतियोगिताको उद्देश्य लोककविको सम्मान पनि हो।

तस्बिर सौजन्य : नेपाल न्यूज डट कम

रमाइलो भयो बीच क्रिकेट

साप्ताहिक समाचार

कुरिनटार- हरेक टिममा पाँच जना मात्र रहने गरी १६ वटा टिम छुट्ट्याइयो। चलचित्र कलाकारहरूको टिममा परे अशोक शर्मा, झरना थापा, सुनिल थापा, दीपकराज गिरी र दीपाश्री निरौला। झरना थापाले ब्याटिङ गर्नुपर्ने भयो। सुरुमा उनलाई अप्ठेरो लागेछ, सुनिल थापाले सिकाएपछि उनी तयार भइन्। पाँच ओभरको खेलमा उनी सुरुमै आउट भइन्। दीपक र दीपाको जोडी पनि क्रिकेट खेल्नभन्दा हँसाउनै व्यस्त रहे। चलचित्र कलाकार समूह पराजित भए पनि मनोरञ्जक क्रियाकलाप गरेर उपस्थित दर्शक तथा अन्य समूहका लागि रमाइला खेलाडी बने। सफ्ट बललाई बल्लाले हिर्काएर खेलिने बीच क्रिकेटमा नायिका तथा मोडल नम्रता श्रेष्ठ सद्भावना दूत भएकी छिन्। यद्यपि उनको रेस्टुराँ एटिकको समूह पनि खेलमा सहभागी थियो। 'सद्भावना दूतका रूपमा व्यवस्थापनमै व्यस्त भएकाले यसपटक खेल्न नपाए पनि अर्को पटक त खेल्नैपर्ला,'- खेल हेर्दै रमाइरहेकी नम्रताले भनिन्। त्रिशूलीको किनारमा अवस्थित रिभरसाइड स्प्रिङ्ग रिसोर्टमा खेलिएको बीच क्रिकेट पर्यटन वर्ष २०११ मा पर्यटकलाई मनोरञ्जन गराउने एउटा गतिलो बहाना हुने आयोजकमध्येका एक आमिर अख्तरले बताए। 'नेपाल आइस बीच क्रिकेट फेस्टिभल' आगामी अप्रिल ९ र १० तथा १६ र १७ तारिखमा पनि हुनेछ।

फिजिकलपछि ट्यालेन्ट शो

काठमाडौं– मोडलिङ प्रतियोगिता अब क्याटवाक तथा पहिरन प्रदर्शनमा मात्र सीमित रहेन। यस्ता प्रतियोगितामा भाग लिने महिला तथा पुरुष मोडलहरूले अब खेलकुदमा समेत रुचि राख्नुपर्ने भएको छ। आगामी चैत २८ गते राजधानीमा आयोजना हुन लागेको 'मिस्टर एन्ड मिस राजधानी २०१०' अन्तर्गत पहिलो पटक खेलकुदसमेत सञ्चालन गरिएको छ। गत साता मीनभवन स्थित ईपीएस स्कुलको खेलकुद मैदानमा ३५ जना पुरुष तथा १५ जना महिला मोडलले खेलकुदका केही प्रतियोगितामा भाग लिए। प्रतियोगिताअन्तर्गत उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन गर्ने एक-एक जना महिला तथा पुरुष मोडललाई मिस्टर एन्ड मिस स्पोर्ट्सको उपाधि प्रदान गरिनेछ।

यसबीच मिस्टर एन्ड मिस राजधानीका सबै प्रतियोगी गत बुधबार राजधानीमै सम्पन्न ट्यालेन्ट शोमा सहभागी भएका छन्। नयाँ बानेश्वरस्थित अलाकार्टा होटल तालिम केन्द्रको प्रांगणमा आयोजित ट्यालेन्ट शोमा सहभागी सबै मोडलले आफ्नो प्रतिभा प्रदर्शन गरेका थिए। प्रतिभा प्रदर्शन गर्ने क्रममा अधिकांश महिला मोडलले नृत्य प्रदर्शन गरेका थिए। पुरुष मोडलहरूमध्ये केहीले मात्र नृत्यमार्फत आफ्नो प्रतिभा प्रदर्शन गरे। अधिकांश पुरुष मोडलले गायनमार्फत आफ्नो कौशल प्रदर्शन गरेका थिए। तीमध्ये केहीले मार्शल आर्ट्स प्रस्तुत गरे भने केहीले कविता वाचन, अभिनय, क्याटवाकलगायतका प्रतिभा प्रदर्शन गरे। एक्सपोज नेपाल डटकमले आयोजना गर्न लागेको यो प्रतियोगिताको फाइनल चरणको कार्यक्रम भने जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा सञ्चालन गरिनेछ।

थाहै नदिई जाँड रक्सी र चुरोटको कुलत छुटाउने
यौन शक्ति उत्तेजना नहुने, शीघ्रपतन रोक्ने, लिङ्गको साईज बढाउने Herbal Product को साथम Japani Oil
३ ईन्च सम्म उचाई बढाउने Height Plus
मोटोपना घटाउने/तौल बढाउने १२ Kg सम्म
Breast बढाउने घटाउने र टाईट गर्ने
चायाँ पोतोको ग्यारेण्टी उपचार
गोरो बनाउने र जवानी देखाउन रूप अमृत
फ्रि होम डेलिभरी
तुरुन्त केश झर्न रोकी उमार्ने
Gorkha Herbal
१००% ग्यारेण्टी ०% साईडईफेक्ट
Helpline: 4282138, 9841079654
9851026391, चितवन 9845279326

Finished SLC Exam?
Now is the time for you to acquire skills on
Mass Media Presentation & Public Speaking Training
On Nepal Television
mero F.M. 93.5
Courses:
Communication
Presentation
Conversation
Camera works
News Reading
Program Anchoring
Field Anchoring
Studio Anchoring
Camera Facing
Instructors:
Naresh Bhattrai (Image Fm/Terai TV)
Pawan Acharya (Kantipur FM)
Sabeena Karki (Kantipur FM)
Deepak Sameer (Mero FM)
Mridhula Khanal (Kantipur TV)
Mahima Bhattrai (Image FM/Image TV)
Training Co-ordinator:
Rajiv Timalsina
MEETING POINT
Bagbazar, Kathmandu (Opposite to Asia Publication)
Ph: 01-4263364, 4220378, 9841450177

सजिलै पास गरौ
रेगुलर, प्राईभेट SLC
कक्षा १० मा भर्ना खुल्यो
कक्षा संचालन भईरहेको छ
(SLC को मार्कसिटमा प्राईभेट नभई रेगुलर सरह मार्कसिट आउने)
६ महिनामै +2, SLC
(NIOS SLC को लागि Science, Maths, Test नदिई ५ विषय मात्र दिए पुग्ने, जिल्ला स्तरीय कक्षा ८ को मार्कसिट नभए पनि SLC दिन पाउने)
६ महिनामै कक्षा-८
जि.शि.का. बाट सम्बन्धन प्राप्त
(५,६,७,८ फेल भएका पुरुष तथा गृहिणी महिलाहरुको लागि कक्षा ९ नपढी सोझै SLC दिन पाउने)
स्याण्ड्रा नमुना मा.वि.
स्वोहखुट्टे
4361712
Chitwan : 056-525918
जेम्स ओपन स्कूल
नयाँ बानेश्वर
016223251,016225018
9841203836
नयाँ बानेश्वर BICC पानी ट्याङ्की अगाडी

प्राइभेट
टेष्ट/SLC
भर्ना खुल्यो
- भर्खरै कक्षा ९ तथा टेष्टमा फेल भएर निराश भएका
- कक्षा ८, ९ र १० पास गरी विविध समस्याले पढाई रोकिएका
- उमेर नाघेका र जागीर गर्दै अध्ययन गर्न चाहने विद्यार्थीहरुका लागि अध्ययन निरन्तर गर्ने सुवर्ण अवसर
Medium: Nepali/English
Shift: Morning/Day
६ महिनामै +2 र SLC (NIOS Board)
जिल्ला शिक्षा कार्यालय काठमाडौंबाट मान्यता प्राप्त
चावहिल
Pascal Institute
Ph: 4478483
चावहिल चोकबाट १५ मि. अगाडी गणेशस्थान जाने बाटो
भोटाहिटी
Kathmandu Multiple Institute
Phone No. 4232203
राष्ट्रिय वाणिज्य बैंकको ठीक अगाडि

लेट्स मेक हर फल इन लभ

रोजिन शाक्य

ड्रिम गर्ल पाउनु भनेको एक हिसाबले ड्रिम कार पाउनुभन्दा पनि कठिन कार्य हो। केही रकम डाउनपेमेन्ट गरी बाँकी रकम सरल किस्तामा बुझाएर कारको सुविधा उपभोग गर्न सकिन्छ। पूरा रकम एकमुस्ट तिर्ने हो भने डिस्काउन्ट पनि सम्भव हुन्छ, तर आफूले मन पराएकी युवतीलाई प्राप्त गर्ने काममा डिस्काउन्टको कुरा हुँदैन र उनलाई कारसित तुलना गर्नु पनि मुर्खतासिवाय अरू केही होइन। उनी अत्यन्त प्रिय हुन्छिन् र उनलाई आफ्नो भावना अभिव्यक्त गर्नका लागि शब्द मात्र भएर पुग्दैन, मनका शब्द आवश्यक हुन्छन्।

पहिलो डेटिङमै कुनै टम, डिक एन्ड ह्यारीले जस्तो व्यवहार गरेर, बोलेर वा ड्रेसअप गरेर कुनै डिसेन्ट युवतीको ध्यान आफूतिर तान्नुपर्छ भन्ने छैन। आफू अरूभन्दा अलग हुने प्रयास गर्नुपर्छ। आफ्नो बेग्लै स्टाइल र आफ्नै पहिचान भएको व्यक्तिका रूपमा प्रस्तुत हुनुपर्छ। सभ्य तरिकाले ड्रेसअप गर्नुपर्छ, आफ्नो बोली र व्यवहारमा सजग रहनुपर्छ, सभ्य तरिकाले प्रस्तुत हुनुपर्छ तथा चुरोट खाने, ड्रिंक गर्ने आदि काम गर्नुहुँदैन।

उनले आफूलाई मन पराउन केही समय अवश्य लाग्छ। सबैभन्दा पहिले उनलाई बुझ्ने प्रयास गर्नुपर्छ। अधिकांश स्त्रीझैं, हुनसक्छ उनी पनि आफूलाई प्रेम गरेको, आफूप्रति आत्मीयता दर्साएको मन पराउँछिन्। हुन सक्छ, उनी पनि प्रेमका लागि प्रेम गरेको, आत्मीय सम्बन्धका लागि पहल गरेको, उनलाई चाहेर उनको चाहनाको ख्याल गरेको रुचाउँछिन्। यो बुझाइले उनको नजिक पुग्न सहयोग गर्छ र उनका चाहना, इच्छा, रोजाइ, मन पर्ने र मन नपर्ने कुराका बारेमा बुझ्ने अवसर प्राप्त हुन्छ।

प्रेम मित्रताको धरातलमा उब्जने भएकाले यसले एक-अर्काका बारेमा जान्ने-बुझ्ने यथेष्ट समय र अवसर प्रदान गर्छ, अर्थात् मित्रवत् व्यवहारबाट प्रेमसम्बन्धलाई सजीव आकार दिन सम्भव हुन्छ। अतः आफ्नो व्यवहारबाट मपाईं प्रवृत्ति वा स्वार्थीपनको गन्ध आउने काम गर्नु आफ्नै खुट्टामा आफैंले बन्चरो हानेसरह हुनेछ। त्यसैले उनलाई असल मित्र महसुस गराउने प्रयास गर्नुपर्छ र यसैबाट उनको मनमा तपाईंका लागि स्पेस सिर्जना हुन्छ। उनलाई आवश्यक परेका बखत अडेस लगाउन आफ्नो काँध दिने मामिलामा पछि पर्नु हुँदैन। उनले विश्वास गर्न सक्ने, सहयोग माग्न सक्ने र सुख-दुःख बाँड्न सक्ने साथीका रूपमा आफूलाई प्रस्तुत गर्ने कुरामा चुक्नु हुँदैन।

त्यस्तो साथी बन्ने प्रयास गर्नुपर्छ, जसले उनलाई सहयोग र साथ दिनसक्छ, उनलाई प्रेरणा र हौसला प्रदान गरिरहन्छ। यिनै कुराले तपाईंलाई उनलाई आवश्यक भिटामिनका रूपमा अघि ल्याउँछ, किनभने तपाईंका कारण उनलाई आफ्नो सक्षमता प्रस्तुत गर्न सम्भव हुन्छ र उनको व्यक्तित्व र आत्मविश्वासमा निखार आउँछ। यो अवस्थासम्ममा उनले तपाईंमा त्यो साथी अनुभव गरिसकेकी हुन्छिन्, जसका अगाडि उनी निर्धक्क भएर आफ्ना इच्छा, चाहना व्यक्त गर्न सक्छिन्, सुख-दुःख बाँड्न सक्छिन् र सही-गलत कुराका सम्बन्धमा सल्लाह, सुझाव माग्न सक्छिन्।

उनका उपलब्धि र सफलताको खुसीमा रमाउन उनको साथ रहन छुटाउनु हुँदैन र उनको कुरा सुन्ने कुरामा कन्जुस्याइँ पनि गर्नु हुँदैन। आफ्ना लागि उनी विशेष भएको महसुस गराउनुपर्छ, किनभने उनी तपाईंकी साथी हुन् र उनले तपाईंको जीवनमा एउटा विशेष स्थान बनाएको कुरा पनि उनलाई अनुभव गराउनुपर्छ। आफ्नो जीवनमा उनको उपस्थितिको महत्त्व दर्साएर उनका कारण तपाईंले पाउनुभएको हौसला र उत्साहका लागि कृतज्ञता जाहेर गर्न छुटाउनु हुँदैन।

दैनिक कुराकानीमा उनीसित आफ्ना सपना बाँड्नुहोस्, आफ्नो जीवनको हरेक पक्षमा उनलाई सहभागी बनाउने प्रयास गर्नुहोस्। उनीसित सपना देख्नुहोस्, उनीसँगै अघि बढ्ने प्रयास गर्नुहोस्, उनीसँगै खुसी हुनुहोस् र उनको साथ र आत्मीयतमा तपाईं रमाउनुभएको कुरा उनलाई अनुभव गराउनुहोस्। जीवनको हरेक बिहानी उनीबाट प्रारम्भ हुने र हरेक रात उनकै सोचाइमा बित्ने गरेको कुरा उनलाई थाहा दिनुपर्छ। आफ्नो न्यानो ओछ्यानमा पल्टँदा निद्रादेवीको आगमनपूर्व उनको स्मृति हुने र उनकै सपनाको आशामा निदाउने कुराले उनको मनमा तपाईंप्रति मायारूपी भावनाले आकार लिने सम्भावना बढाउँछ।

यो प्रक्रियामा समय लाग्न सक्छ तर सकारात्मक परिणामको अपेक्षा गर्दै धैर्यता अपनाउनु आवश्यक छ। फोन गर्ने र सम्पर्कमा रहने मामिलामा पछि पर्नु हुँदैन। उनले अपेक्षा नगरेको अवस्थामा पनि फोन गर्ने, हालखबर बुझ्ने कुरालाई बिर्सनु हुँदैन। विशेषतः उनको जन्मदिनमा, चाडपर्वको अवसरमा बधाई, शुभकामना दिने सबैभन्दा पहिलो व्यक्ति आफैं हुने प्रयत्न गर्नुपर्छ।

तपाईंले उनलाई कति पटक डेटमा लानुभयो, महत्त्वपूर्ण कुरा होइन, तर यो कुरामा ख्याल राख्नुपर्छ कि हरेक डेटपश्चात् उनको कति नजिक जाने प्रयत्न गर्नुभयो। डेटपश्चात् उनलाई घरमा ड्रप गर्नु अनि मित्रवत् रूपमा प्रस्तुत हुँदै बिदा माग्नुपर्छ। उनले अपेक्षा गरेकै स्थितिमा पनि किस गर्नु हुँदैन। यसले तपाईंप्रति उनको सम्मान बढ्छ, विश्वास बढ्छ। विशेषतः किस गर्ने मामिलामा होस् वा शारीरिक रूपले नजिकिने मामिलामा धैर्य आवश्यक हुन्छ र तपाईं यस्ता मामिलामा धैर्यता अपनाउन सक्नुहुन्छ भन्ने प्रस्ट्याउनु आवश्यक छ।

असल पुरुष साथी पनि सजिलै पाउन सकिँदैन भन्ने कुरा बुझाउनुपर्छ। उनलाई यो कुराको अनुभूति गराउनुहोस् कि जतिखेर उनी अलि सन्चो नभएको महसुस गर्छिन्, अलि थाकेको जस्तो, दुःखीजस्तो, बोर भएको जस्तो, चिसो लागेको जस्तो, एक्लिएको जस्तो महसुस गर्छिन्, त्यतिखेर उनले केही कुरा मिस गरिरहेकी हुन्छिन् र त्यो हो- भिटामिन यू अर्थात् तपाईं। यस स्थितिसम्ममा उनी तपाईंप्रति धेरै हदसम्म सकारात्मक भैसक्केको स्थितिमा पुगिसक्केकी हुन्छिन्। प्रेम मनमा पलाएर आँखामा फक्रने भए पनि यसलाई व्यवहारबाट मात्र नभै बोलीबाट पनि व्यक्त गर्नुपर्ने भएकाले आफ्नो भावनालाई सम्मानका साथ व्यक्त गर्नुपर्छ।

प्रेम अभिव्यक्तिसँगै आफ्नो अनकन्डिसनल मायालाई जीवनभर कायम राख्ने, आफू उनको साथमा हरेक अवस्था र परिस्थितिमा रहने, उनको भावना बुझ्ने, चाहनालाई सम्मान गर्ने, उनको खुसीलाई प्राथमिकता दिने र आफ्नो मायाको अनुभूति सदैव गराइराख्ने कुरामा उनलाई विश्वस्त तुल्याउनुपर्छ। तथापि मनसम्म पुग्ने सुगम मार्ग धैर्यता भएको कुरालाई बिर्सनु हुँदैन।

आफूमा मालीको जस्तो गुण विकास गर्नुपर्छ, जसले फललाई रूखमा फलेको हेर्छ, फल एक दिन टिप्नका लागि तयार हुने आशा राख्छ, स्वअनुशासन कायम राखी उक्त फललाई महसुस गर्ने, छुने वा टिप्नका लागि तयार भयो वा भएन भनेर जाँच्दैन र एक दिन उसले हात थाप्छ र फल आफैं उसको हातमा झर्छ, खानका लागि तयार भएर स्वाद र सन्तुष्टिका साथ। धैर्य, अनुशासन र आत्मनियन्त्रणले तपाईंलाई अझ सम्मानित बनाउँछ, मायाका लागि उपयुक्त बनाउँछ र यही विशेषताले तपाईंलाई उनको जीवनभरका लागि आवश्यक भिटामिनका रुपमा प्रेस्काइब पनि गर्छ।

आजको परिस्थितिमा सुन्दरता, शारीरिक आकर्षण एवं सेक्सुयालिटीलाई फरक दृष्टिकोणबाट हेरिन्छ, जसमा महिला र पुरुषबीचको प्रारम्भिक आकर्षणबाट अघि बढ्ने कुरालाई प्राथमिकता दिइएको छ, अर्थात् महिला-पुरुषबीचको प्रारम्भिक आकर्षणका लागि दुवै जना सेक्सुयली सुन्दर हुनुपर्छ। यो मान्यता शतप्रतिशत ठीक हो भन्न सकिँदैन। किनभने सामाजिक स्थितिलाई सही रूपमा अघि बढाउन सुन्दरता, आकर्षण र सेक्सुयलाटीको परिभाषा समयसँगै परिवर्तन हुने गरेको पाइन्छ। यद्यपि यी तीन पक्षबीचको अन्तरसम्बन्धलाई बाँध्ने प्रयास भने पछिल्लो समयमा मात्र भएको देखिन्छ।

केही मनोविश्लेषकका अनुसार महिला-पुरुषबीच शारीरिक आकर्षण र झुकाव यस कारणले छ कि दुवैले एक-अर्काको शारीरिक भिन्नता र आवश्यकतालाई राम्रोसँग बुझ्न सक्छन् र यसकै आधारमा सुन्दरता, आकर्षण एवं सेक्सुयालिटीबीच सम्बन्ध रहन गएको हो। 'इभोलुसनरी साइकोलोजिस्ट' ले सेक्सुयालिटीका बारेमा १० हजार जनाबीच गरेको एक अनुसन्धानअनुसार पुरुषमा शारीरिक आकर्षणतर्फ बढी झुकाव रहेको पाइयो भने महिलाले भावी योजना, लक्ष्य, आर्थिक एवं सामाजिक स्थितिका साथै भावनात्मक पक्षलाई बढी प्राथमिकता दिएको पाइयो, तथापि महिला-पुरुष दुवैमा प्रारम्भिक आकर्षणको आधार भने शारीरिक सुन्दरता नै रह्यो।

शोधअनुसार पुरुषहरूले यौनजीवनको आनन्द र वंश वृद्धिको चाहनाअनुरूप सुन्दर महिलातर्फ आफ्नो आकर्षणलाई जोडेको पाइयो भने आर्थिक सक्षमता, आफ्नो र आफ्नो सन्तानको आवश्यकताको पूर्तिसित महिलाहरूले सुन्दर पुरुषतर्फ आफ्नो आकर्षणलाई जोडेको पाइयो। पुरुष र महिलाको एक-अर्काप्रति आकर्षणका आ-आफ्नै आधार भए पनि मूलतः तिनीहरूबीचको आकर्षणलाई शारीरिक एवं भौतिक पक्षले बढी प्रभावित गरेको पाइयो। यसो हुनुपछाडिको कारण ती शारीरिक अवस्थासित सम्बद्ध छ, जसले मस्तिष्कको 'हाइपोथलामस' नामक भागलाई प्रेरित गर्छ, जसले यौन उत्तेजना, रक्तचापको वृद्धि, हृदय गतिको वृद्धि, पसिनाको श्रावजस्ता विभिन्न शारीरिक प्रक्रियालाई जन्म दिन्छ।

आकर्षणका चार पक्ष

आकर्षणका पक्षहरू

हेराइ

यो स्थिति तब आउँछ जब पुरुष र स्त्रीले एक-अर्कालाई एकनासले हेर्छन्। यो हेराइ सामन्यतः हुने आँखा जुधाइभन्दा फरक हुन्छ। यसमा एक-अर्काप्रति एक प्रकारले अनौठो खालको चुम्बकीय आकर्षण, सम्मोहनजस्तै हुन्छ जसले एक-अर्कालाई बाँध्छ। यसमा भावना र चाहना अभिव्यक्तिका लागि शब्दको आवश्यकता पर्दैन र हेराइबाट नै सबै कुरा अभिव्यक्त हुन्छ।

प्रिनिङ

प्रिनिङ भन्नाले आफूलाई त्यस रूपमा ग्रुमिङ गर्ने भन्ने बुझिन्छ जसमा आफ्नो व्यक्तिको सबै ती कुरालाई विशेष रूपले हाइलाइट गर्नु हो, जसका कारण आफूप्रति दोस्रो व्यक्ति पूर्ण रूपमा सम्मोहित होस्।

फ्लर्टिङ

यो कुरालाई सामान्य जिस्क्याउने रूपमा लिन सकिन्छ, तर फ्लर्टिङ सामान्य जिस्क्याइ मात्र नभएर स्त्री-पुरुष दुवैले एक-अर्कालाई विचार, शारीरिक क्रिया, यौन सक्रियतालगायतका कुराले कुनै नै कुनै रूपमा आफूतर्फ सम्मोहित गर्नु वा उत्तेजित गर्नु हो।

शारीरिक निकटता

जब एउटी स्त्रीले पुरुषतर्फ बढेर आफ्नो हातलाई आत्मीयतापूर्वक उसको हात वा छातीमा स्पर्श गराउँछिन्, त्यसले स्त्रीको पुरुषप्रतिको आकर्षण बढेको र उनमा शारीरिक रूपमा पुरुषसित नजिकिने चाहना रहेको दर्सिन्छ। यो कुराले के देखाउँछ भने सुन्दरता, आकर्षण र सेक्सुयालिटीबीच सम्बन्ध छ र यिनै कुराले स्त्री-पुरुषलाई शारीरिक रूपमा नजिकिन प्रेरित गर्छ, उत्तेजित गर्छ। शारीरिक आकर्षण, उत्तेजना र त्यसपछि यौन क्रियातर्फको अग्रसरता क्रमैसँग अघि बढ्ने कुरा हो। यो वास्तविकताका बाबजुद पनि यो कुरालाई ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ कि स्त्री-पुरुष दुवै समाजका अभिन्न अंग हुन् र उनीहरूले समाजको अनुशासनभित्र रहनुपर्छ। अतः आफ्नो शारीरिक चाहनालाई अनुशासित एवं मर्यादित बनाउनु पर्ने कुरामा पनि ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ।

वसन्त ऋतुसँगै रंग खुल्यो फेसनको

वसन्त ऋतुको आगमनसँगै प्राकृतिक सुन्दरतामा थप निखार आउँछ। चारैतिर हरियाली छाउँछ, सुन्दर फूलहरू फुल्न थाल्छन्, प्रकृति बेहुलीझैँ सिँगारिन्छ र चारैतिरको वातावरण मनोरम देखिन्छ। प्राकृतिक सुन्दरताको यो अनुपम वातावरणबाट फेसन पनि प्रभावित नभई रहन सक्दैन। फेसनको दुनियाँमा रंगहरूको सुन्दर संयोजनलाई वसन्त ऋतुले अझ प्रेरित गरेको हुन्छ र यसैबाट प्रादुर्भाव हुन्छ फेसनका नयाँ-नयाँ कलर कम्बिनेसनहरू। वसन्त ऋतुमा के कस्ता रंग सुहाउँदा हुन्छन् र प्रयोगमा आउँछन् भन्ने जिज्ञासामा फेसन प्यालेसका डिजाइनर रूपक जोशी भन्छन्- 'वसन्तु ऋतुमा पर्पल, ब्लु, लेमन, एलो जस्ता रंगहरूको बाहुल्यता रहनेछ।' बटम वेयरमा भने ह्वाइट, क्रिम र खादीको प्रयोग हुने रूपकले बताए।

आइएनआईएफडीका डिजाइनर कोअर्डिनेटर एवं फेसन डिजाइनर सैकत दत्तका अनुसार पुरुष फेसनतर्फ स्प्रिङ कलर सेडमा लाइट पिन्क, नेचुरल ग्रिन र लाइट पर्पलको बाहुल्यता रहनेछ। दत्तका अनुसार डार्क पिन्क, टरक्वाइज र रेड सेड्स महिला फेसनमा बढी प्रयोग हुनेछ। अर्का डिजाइनर योगन्द्रमेहर बज्राचार्य भने पिंक, ग्रिन र ओरेन्ज रंगका हल्का सेड्सहरू महिला फेसनमा रहने बताउँछन्। पुरुष स्टाइलमा भने ग्रिनलाइट र लाइन येलोलाई बढी रुचाइने मेहरको कथन छ।

उल्लेखित प्रसंग भए हाम्रा फेसन डिजाइनरहरूको तर विश्व परिप्रेक्ष्यमा भने प्यान्टोनलाई सबैभन्दा भरपर्दो र विश्वसनीय कलर स्ट्यान्डर्ड मानिन्छ। प्यान्टोनले हरेक वर्ष न्यूयोर्क फेसन डिजाइरहरूबीच सर्वेक्षण गर्छ र उनीहरूको राय तथा प्रतिक्रियाका आधारमा प्रोमिनेन्ट कलर कलेक्सनको रिपोर्ट प्रस्तुत गर्छ। प्यान्टोन रिपोर्टलाई अधिकांश फेसन डिजाइनर, पत्रकार एवं फेसनविज्ञहरूले रिफरेन्सको आधार मानेको पाइन्छ।

यसपटक न्यूयोर्क, लण्डन, मिलान फेसन सप्ताहमा लेसमन र साइट्रस लाइम, पपाया र म्यांगोजस्ता फ्रुटी रंगले प्राथिमकता पाए। नीलो रंगको प्रभावमा रोज डस्ट तथा स्लेट ग्रेको सोफिस्टिकेटेड सेड्सको बाहुल्यता रह्यो। कोबाल्ट ब्लुभन्दा कम गाढा र स्काई ब्लुभन्दा गाढा सेड्स जस्तै- लेभेन्डर, भाइब्रेन्ट प्यालेस ब्लुको चमक उत्तिकै देखियो। फुसियादेखि रोजसम्मका गुलाफी रंगका सबै सेड्सको प्रभाव पनि उत्तिकै रह्यो। ग्रिन सेड्सतर्फ भने साइट्रस लाइम, लुसाइट र भाइब्रेन्ट ग्रिनको आकर्षण पाइयो। प्यान्टोनको टपटेन स्पिङ कलर सेड्सले पनि उल्लेखित रंगलाई पछ्याएको पाइन्छ। जसअनुसार यसपटकको वसन्त ऋतुमा ब्लू, रेड, ग्रीन तथा एलो रंगको प्रभाव देख्न पाइने अनुमान गर्न सकिन्छ।

ब्लु सेड्स (प्यालेस ब्लु) : यो रंग स्काई ब्लु र स्ट्रङ नेभी ब्लुबीचको संयोजनबाट प्राप्त हुन्छ। मूलतः यो रंगको कम्बिनेसन पिंक, एलो, लेभेन्डर, ग्रिनजस्ता रंगासित सुहाउँदो हुन्छ।

लेभेन्डर : ब्लु कलरको यो सेड्सले भने सफ्ट, फेमिनेन, रोमान्टिक र रोमाञ्चक अनुभूति प्रदान गर्छ। मूलतः टपका लागि यो रंग बढी सुहाउँछ।

रोज डस्ट : फिक्का पिंकी ब्लु सेड्सका रूपमा परिचित यो रंगलाई सबैभन्दा कुल कलरका रूपमा अँगालिन्छ।

स्लेट ग्रे : प्यान्टोन कलर लिस्टमा रहेका अन्य नौवटा सेड्सले भन्दा यसले कुल लुक दिनुका साथै न्युट्रल अनुभूति दिन्छ। ट्राउजर एवं स्कर्टमा यो रंग बढी सुहाउँछ।

रेड सेड्स (फुसिया रेड) : सिडक्टिभ, पावरफुल र भायब्रेन्ट शब्दहरूले यो कलर सेडको परिचय दिन्छ। आकर्षक एवं मनमोहक यो सेड नेल पोलिस र लिपिस्टिकमा पनि उत्तिकै प्रचलनमा छ।

सालमोन रोज : सबैखाले कम्प्लेक्सनका लागि सुहाउँदो यो सेड मूलतः ओरेन्ज कलरको फिक्का सेड तथा बेबी पिंकको कम्बिनेसनबाट प्राप्त हुन्छ र यसलाई सबैले रुचाएको पाइन्छ।

ग्रिन सेड्स : भाइब्रेन्ट ग्रिन ब्राइट भए पनि यसलाई सोबर मानिन्छ। प्रकृतिसित ब्लेन्ड गरेर पहिरन लगाउन रुचाउनेहरूमा यसप्रतिको आकर्षण बढी हुन्छ।

डार्क साइट्रस : ओलिभ कलरजस्तो देखिने यो सेड सबैखाले लेमन टोनसित उत्तिकै सुहाउँछ।

लुसाइट ग्रिन : यो सेड खासगरी सफ्ट कलर मन पराउनेहरूबीच लोकप्रिय छ। सफ्ट एवं लाइट सेडको यो रंगले कुल र सिमर लुक प्रदान गर्छ।

एलो सेड्स (सुपर लेसमन) : एलो सेड्सअन्तर्गत यो सबैभन्दा राम्रो, सुन्दर एवं आकर्षक उपलब्धि हो। प्यान्टोनका अनुसार यो रंग रोमाञ्च एवं सकारात्मकताको संवाहक हो।

सचित्र

अब आफ्नै हेयर स्टाइल ?
हेयर डिजाइनर नील डेविड आफ्नै कपाल मिलाउन व्यस्त ।

सागरसरि चोखो माया...:
गायक राजेशपायल राई तथा गायिका अञ्जु पन्त एउटा कार्यक्रममा गाउँदै ।

मिल्यो अनुलोम विलोम :
बाबा रामदेवको योगमा मस्त, भुवन केसी, झरना थापा र रेखा थापा

चियापान कि फोटोसेसन ?
आरजे सबिना कार्की र मिस नेपाल जेनिषा मोक्तान

फेवामा साइली :
नायकद्वय धीरेन शाक्य र अर्जुन कार्की डुङ्गा सयर गर्दै ।

रहर त छ नि, के गर्नु ? :
अभिनेत्री दीपाश्री निरौला बच्चा खेलाउँदै ।

चलचित्रमा
चौथो पुस्ताका निर्देशक

सुब्रत आचार्य

गएको दसैंअघि ठूला बजेटका तीनवटा चलचित्र प्रदर्शनमा आए । घटस्थापनाको १५ दिनजतिअघि प्रदर्शनमा आएको चलचित्र 'द युगदेखि युगसम्म'ले सफलता पायो । चलचित्रका निर्देशक दिपेन्द्र के. खनालले जापानबाट पढेर आएको चलचित्र निर्माण निर्देशन विधालाई मज्जाले प्रयोग गरे । १९ वर्षदेखि प्रायः उस्तै हेयरस्टाइल र ड्रेसअपमा सयौं चलचित्रमा अभिनय गरेका राजेश हमालको हेयरस्टाइल र ड्रेसअपमा परिवर्तन ल्याउने कार्य खनालले यही चलचित्रबाट गरे । वर्षौंअघि आफू जन्मिएको दिन सार्वजनिक भएको चलचित्रको सिक्वेल चलचित्र बनाउने अवसरबाट किन चुक्थे र निरक पौडेल ? अमेरिकाबाट चलचित्र निर्माणको अध्ययन गरी फर्किएका निरकले चलचित्रको सिक्वेल बनाए । फूलपातीको दिन सार्वजनिक भएको चलचित्र 'कुसुमे रुमाल'ले व्यावसायिक सफलता पाएको छ । त्योभन्दा एक साताअघि निर्देशक सुदर्शन थापाद्वारा निर्देशित चलचित्र 'मेरो एउटा साथी छ'ले पनि पछिसम्म चर्चा पाइरहेकै छ ।

चलचित्र 'निशाना' निर्देशक सुरेश दर्पण पोखरेलको पहिलो चलचित्र हो । यो चलचित्रलाई दर्शकले मन पराइरहेको खबर तिहारअघिसम्म सुनिएको थियो । तिहारमै पनि निर्देशक आरबी खत्री शरदको निर्देशनमा बनेको चलचित्र 'नैना रेशम' र सानु शाक्यको निर्देशनमा बनेको चलचित्र 'रक्षक' प्रदर्शनमा आए । यी चलचित्रले पनि दर्शक जुटाएको खबर सुनियो । गएको वर्ष पनि चलचित्र क्षेत्रमा निर्देशकहरूको आगमन भैरह्यो ।

दुई वर्षयता उदाएका केही

राजेन्द्र उप्रेती, आलोक नेम्वाङ, सिमोस सुनुवार, विकास आचार्य, निरक पौडेल, सुदर्शन थापा, सुरेशदर्पण पोखरेल, दीपेन्द्र के. खनाल, सिमोस सुनुवार, शंकर घिमिरे, योगेश घिमिरे, श्याम भट्टराई, आरबी खत्री शरद्, सानु शाक्य, उकेश दाहाल, रामजी लामिछाने, रामराजा दाहाल आदि ।

रामजी लामिछाने 'घातक'बाट झुल्किए । योगेश घिमिरेले 'सपूत' बाट चर्चा पाए । चलचित्र लेखकबाट निर्देशक भएका विकास आचार्यले 'नसिव आफ्नो'बाट निर्देशकीय क्षमताको प्रदर्शन गरे । आलोक नेम्वाङले 'सानो संसार'बाट डिजिटलमा व्यावसायिक चलचित्र बनाउने कुरालाई गति दिए । राजेन्द्र उप्रेतीको 'सिलसिला'ले वर्षकै सर्वाधिक सफल चलचित्रको उपाधि पायो भने 'जय शिवशंकर' र 'गिरफ्तार' पनि सफल ठहरिए ।नेपाली चलचित्रमा बीएस थापा (माइतीघर), प्रताप सुब्बा (परालको आगो), चेतन कार्की (विश्वास), प्रकाश थापा (सिन्दूर, जीवनरेखा) आदिका योगदानलाई बिर्सनु हुँदैन । पुस्तान्तरण हुँदै जाँदा पाँच-दस वर्षअघिसम्म चलचित्र क्षेत्रमा तुलसी घिमिरे, युवराज लामा, किशोर राना, लक्ष्मीनाथ शर्मा, नीर शाह, दयाराम दाहाल, यादव खरेल, दीपक रायमाझी, शम्भु प्रधान, राजकुमार शर्मा, अशोक शर्मा, रमेश बुढाथोकी, रेशराज आचार्य, नारायण पुरी आदि निर्देशक हावी थिए ।

तुलसी घिमिरेको 'कुसुमे रुमाल', 'चिनो', 'लाहुरे', 'दर्पण छायाँ', 'बलिदान', युवराज लामाको 'देश परदेश', 'देवदूत', किशोर रानाको 'सीमारेखा', 'करोडपति', लक्ष्मीनाथ शर्माको 'साथी', 'सारंगी', नीर शाहको 'वसन्ती', 'वासुदेव', दयाराम दाहालको 'भरिया', 'दौंतरी', 'ठुल्दाइ', यादव खरेलको 'लोभीपापी', 'प्रेमपिण्ड', 'नासो', दीपक रायमाझीको 'युगदेखि युगसम्म', 'कसम', 'शम्भु प्रधानको 'सम्झना', 'सपना', 'स्वर्ग', राजकुमार शर्माको 'ट्रक ड्राइभर', 'परिवार', अशोक शर्माको 'सीता', 'अल्लारे', 'मिस्टर रामकृष्णे', रमेश बुढाथोकीको 'मोहनी', 'बाबुसाहेब', रेशराज आचार्यको 'तिलहरी', 'धर्मसंकट', नारायण पुरीको 'रगत', 'शंकर', 'आगो' जस्ता चलचित्रले नेपाली चलचित्रलाई व्यावसायिकता प्रदान गरे । यीमध्ये कतिपय अझै पनि सक्रिय छन् । उनीहरूपछि उदाएका शिव रेग्मी, सोभित बस्नेत, उज्ज्वल घिमिरे, ज्ञानेन्द्र देउजा, दीपक श्रेष्ठ, आकाश अधिकारी, किशोर ढकाल, मदन घिमिरे, नरेश पौड्याल, प्रदीप श्रेष्ठ आदिले नेपाली चलचित्रको घरको तला उठाउने काम गरिरहेका छन् । नेपालमा पनि चलचित्र बनिरहेको छ भन्ने कुरालाई निरन्तरता दिन उनीहरूको लगनशीलता एवं कल्पनशीलताको कदर गर्नैपर्छ । यद्यपि नेपाली चलचित्रमा नयाँ कुराको खोजी र त्यससम्बन्धी प्रश्न उठि नै रहेको छ ।

हिजोसम्म हिन्दी चलचित्रबाट कथा र विषयवस्तु नक्कल गरिन्थ्यो । अब आएर कोरियन चलचित्रबाट पनि नक्कल गर्न थालियो । नयाँ पुस्ताले पनि नक्कललाई नै निरन्तरता दिन थालेको छ । आलोक नेम्वाङको 'सानो संसार'मा कोरियन चलचित्र 'माइ स्यासी गर्ल'को झलक भेटिनु वा सुदर्शन थापाको 'मेरो एउटा साथी छ'को कथा र प्रस्तुति 'मिलेनियर्स फस्ट लभ'सँग हुबहु मिल्नु पक्कै पनि संयोग होइन । फरक के छ भने उनीहरूले नक्कल गर्न अक्कलको प्रयोग गरेका छन् । फोटोकपि त हो नै, तर त्यसमा उनीहरूको मेहनत पनि देखिन्छ । निर्देशक विकास आचार्यको चलचित्र 'नसिब आफ्नो'मा पनि बलिउड चलचित्रको गन्ध आउँछ । सानु शाक्यको चलचित्र 'रक्षक'को कथा हिन्दी चलचित्र 'हिरो'सँग मिल्छ । पुराना पुस्ता हुन् वा नयाँ सबै अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्रबाट प्रभावित नै छन् । त्यो प्रभावलाई पर्दामा उतार्दा उनीहरूको सिर्जनशीलता पनि मिश्रण गरी निर्माण भएका चलचित्र स्वाभाविक रूपमा राम्रा बनेका छन् । 'सानो संसार', 'मेरो एउटा साथी छ', 'नसिब आफ्नो' वा 'रक्षक' यी सबै चलचित्रले नेपाली चलचित्रको बजार तताएकै छन् ।

निर्देशकहरूमा सबैभन्दा अघिका पुस्ताका निर्देशक जसले चलचित्रको जग बसाले र त्यसपछिका पुस्ता जसले चलचित्रको जगमा घर ठड्याउने काम गरे भने त्यसपछिका पुस्ताले घरको तला थप्ने काम गरिरहेका छन् । अबका निर्देशकहरूले भने यो घरलाई अत्याधुनिक र अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको बनाउनुपर्ने भएको छ । आफूभन्दा अघिल्ला तीन पुस्ताका निर्देशककै अनुसरण गर्ने हो भने उनीहरू धेरै दिन यो घरमा टिकिरहन सक्दैनन् ।

• तालुमा आलु •

प्रकाश ओझा

एक प्रेमी आफ्नी प्रेमिकाको बुबाकहाँ गयो र भन्यो : म तपाईंकी छोरीको हात माग्न आएको ।

प्रेमिकाको बुबा : हात मात्र त पाइँदैन । माग्नु छ भने पूरै छोरी माग ।

०००

एउटा व्यक्तिले होटेलमा खाना खायो र म्यानेजरसँग भन्यो-

'हजुर, यो होटलमा म तीन-चार दिनअघि नै आउनुपर्ने थियो जस्तो लाग्यो ।'

'हजुर यो त हाम्रो भाग्य अनि तपाईंको महानता हो' म्यानेजरले भन्यो ।

'होइन, खासमा जुन खाना मैले अहिले खाएँ, त्यो अलि ताजा हुन्थ्यो कि ?'

०००

दुई जना व्यक्ति होटलमा खाना खान गए । दुईमध्ये एक होटलको नियमित ग्राहक थियो । वेटर आएर अर्डर माग्यो ।

'भाइ, मलाई त त्यही पहिलेकै चिकेन तन्दुरी हाफ ल्याऊ, उहाँचाहिँ के खानुहुन्छ सोध ।'

वेटर अर्कोपट्टि फर्क्यो ।

'मलाई पनि चिकेन तन्दुरी नै ल्याऊ तर मचाहिँ पहिलेको होइन ताजा खान्छु,' दोस्रोले भन्यो ।

०००

एउटा मानिसको कार बाटोमा बिग्रियो । बाटो साँघुरो थियो । पछाडिको गाडी अघि बढ्न सकेन । पछाडिबाट अर्कोले लगातार हर्न बजाउन थाल्यो । अगाडिको व्यक्ति बोनट खोलेर इन्जिन चेक गर्दै थियो तर पछाडिबाट लगातार हर्न बजेको बज्यै गऱ्यो । धेरै बेर हर्न बजेपछि वाक्क भएर अगाडिको मानिस पछाडि आएर हर्न बजाउने व्यक्तिलाई भन्यो-

'भाइ, हर्न बजाउँदा-बजाउँदा थाक्नुभयो भने तपाई गएर मेरो गाडी बनाइदिनुहोस् म तपाईंको सट्टा हर्न बजाइदिन्छु ।'

०००

छिमेकी : बहिनी तपाईंको नयाँ कुकुरले घरको रखवाली त राम्रै गर्छ नि होइन ?

अर्की छिमेकी : एकदमै गर्छ । जब घरमा मलाई चोर आएको कुरा थाहा हुन्छ म कुद्दै कुकुरलाई उठाइदिन्छु अनि भुक्न थाल्छ ।

०००

मनकुमारले दुईवटा चिठ्ठाको टिकट किन्यो । एउटा चिठ्ठा परेर उसले सात लाख पायो । सबैले उसलाई बधाइ दिए तर सबैका अगाडि उसले दुःखी हुँदै भन्यो- 'केको बधाइ हजुर, एउटा टिकट त त्यसै खेर गयो... ।'

मेरो कुरो

'तपाईंको भविष्य सपनाले निर्धारण गर्छ, सुत्न जानुहोस् ।'

• कविता •

बत्तीस मुजा पारेछौ

बत्तीस मुजा पारेछौ मुहार तिमीले
सकेनौ जुटाउन हारगुहार तिमीले
नराम्रो भयौ तिमी ज्यादै नै कुरूप भयौ
तर्साउने भूतजस्तै पायौ जीवनको सार तिमीले
खस्यौ खस्यौ जीवनदेखि हाऱ्यौ तिमी
त्रिपन्न चौबन्न किलोको उचाल्यौ भार तिमीले
प्यासी भयौ जीवनमा सधैंभरि तिमी अरूको
सिकेनौ छिचोल्ने संघर्षको मझधार तिमीले ।

रामेश्वर सिलवाल

पैसा भन्नुमा नै सीमित छ

मित्थ्या कुरा नगर्नोस् भो दुनिया यसैमा जीवित छ
केही होइन भन्छन् पैसा, भन्नुमा नै सीमित छ,
हुनेखाने मोटर चढ्छन् कहिले डिस्को घरमा
नहुनेलाई आज पनि त्यसै फिटफिट छ,
छ धन, थपिन्छ अझै, जित भो भन्ठानौं
घरमा चुलो नबल्नेहरूको नहार छ न जित छ,
कस्तो विडम्बना यो पैसा हुने मालिक अरे
नहुनेलाई मान्छे नगन्ने हाम्रो यस्तै रीत छ ।

प्रभात खत्री

धूवाँजस्तै

उडिजान्छ मन पनि सिमलको भुवाजस्तै
उड्दै जाँदा हराइजाने आगाको धूवाँजस्तै
समाएर नसकिने मानिसको त्यो भावानालाई
बाँच्ने पो कसोरी हो बिर्सिएर आफैंलाई
एकै ठाउँमा थुप्री बस्ने पानीको कुवाजस्तै
उडदै जाँदा हराइजाने आगोको धूवाँजस्तै
चर्चा चल्छ अनगिन्ती ती प्रेम-कहानीको
सबैलाई एउटै आशा त्यो नौलो बिहानीको
हार-जितमा कति सोच्छन् जुवाडेको जुवाजस्तै
उड्दै जाँदा हराइजाने आगोको धूवाँजस्तै ।

रेशमकुमार सुनवार

नशामा झुल्न थालेपछि

माया-प्रेम बसिहाल्यो बोल्न थालेपछि
झन् गाडा माया बस्यो दिल खोल्न थालेपछि
छट्पटीमा रात बित्थ्यो, आँसु झर्थ्यो काली
एकैछिन टाढा हुँदा छाती पोल्न थालेपछि
कसरी हेरूँ यो आँखाले मुर्छा परी लडें म त
हजारौंसँग मेरो काली डुल्न थालेपछि
देख्दा पनि चिन्दैनौ अब म कस्तो भएँ आज
लाससरि जीवन भो, तिमीले भुल्न थालेपछि
साथ यस्तो पाएँ आज तिमीलाई त के कुरा
जीवन नै बिर्सेछु नशामा झुल्न थालेपछि ।

सौगात मिश्र

छाउन सकिएन

माफ गर यो जुनीमा आउन सकिएन
चोखो मायाा तिमीसित लाउन सकिएन ।
जिन्दगीका यात्रा सागै हिड्ने प्रण गरेकी थें
एकसाथ दुवै मिली धाउन सकिएन ।
कैयौं यामहरू गए तिम्रो यादमा हराउँदा
मायाको गीत सागै बसी गाउन सकिएन ।
सपनाको संसारमा देवता भाकी कसम खाादा
विपनीमा तिमीलाई पाउन सकिएन ।
बाचा भयो अर्को जुनी माया बनी उदाउँला
यो जुनीमा मायााको घर छाउन सकिएन ।

देवकी अर्याल

• लघुकथा •

गोष्ठी

बेलायतमा जलश्रोतसम्बन्धी गोष्ठीमा भाग लिन पुगेका नेपाली प्रतिनिधिले नेपालमा जलश्रोतको अपार सम्पदा भएको कुरा बताए । उनले नेपालको जलश्रोतबाट नेपाल मात्र होइन, भारत पनि झलमल्ल हुने बताए । उनले प्राकृतिक सम्पदामा विश्व संसारकै उत्कृष्ट मुलुक भएको कुरा गर्वका साथ सुनाए । उनको आत्मविस्वासले भरिपूर्ण भाषण यति गहकिलो थियो कि बाँकी देशका प्रतिनिधिले लामो समयसम्म ताली बजाए ।

जतिखेर नेपाली प्रतिनिधिले आत्मगौरवका साथ भाषण गर्दै थिए, त्यसबेला नेपालमा रात पर्दैथियो । त्यो रातमा बिजुली पुगेका धेरैजसो गाउँमा अँध्यारो थियो भने बिजुली नपुगेका गाउँमा अँध्यारो हुनु स्वाभाविकै थियो । आधा काठमाडौं अँध्यारो थियो । धारामा पानी नआएको भन्दै धेरैजसो गृहिणीहरू श्रीमान्सँग गुनासो गर्दै थिए । ठीक त्यसैबेला कुनै डेराबाट बिबिसी नेपाली सेवा प्रसारण हुन थाल्यो ।

रेडियोले बेलायतको गोष्ठीमा भाषण गर्ने नेपाली प्रतिनिधिको स्वर सुनाउँदै भन्यो, 'नेपालमा भएको जलसम्पदाले नेपालमा मात्र होइन, पूरै भारत पनि उज्यालो बनाउन सक्छ ।'

-रोबर्ट

संगीतको रमझममा धुलिखेल महोत्सव

मनोज बस्नेत

काभ्रे- कार्यक्रमस्थल हजारौं युवा दर्शकले भरिभराउँ भैसकेको थियो । खुट्टा राख्ने ठाउँसमेत थिए । राष्ट्रिय स्तरका कलाकारको प्रस्तुति हेर्न र संगीत सुन्न दर्शकहरू आतुर देखिन्थे । कालो चस्मा लगाई नाच्दै अन्जु पन्तले सुनकोसी सुसेलेको.......गीत गाउँदा दर्शकहरू नाच्न व्यस्त थिए । दर्शकको ताली र जोस देखेर उनी पनि जौसिदै नाच्न थालिसकेकी थिइन् । पन्तको कम्मर मर्काई निकै आकर्षक थियो । धुलिखेल महोत्सवको अवसरमा दर्शकहरूले पर्याप्त मनोरञ्जन प्राप्त गरेका थिए । रवि डंगोल (बेइमान), पूर्ण थापा (सुब्बा दाजु) आदि कलाकारको प्रस्तुतिलाई दर्शकहरूले उत्साहपूर्वक हेरेका थिए ।

स्थानीय कलाकर्मीको चित्र प्रदर्शनी, धुलिखेलको चिनारी गराउने तस्बिर, कलात्मक वस्तु प्रदर्शनी, विभिन्न धार्मिक सस्थाको प्रवचन, भजन सन्ध्या, नेवारी संस्कृति तथा वस्तु प्रदर्शन, मटःपुजा, सर्कस, बालउद्यान आदि महोत्सवका मुख्य आकर्षण रहे । उक्त अवसरमा काभ्रेमा जन्मिएका राष्ट्रिय प्रतिभा हास्यकलाकार हरिवंश आचार्य तथा संगीतकार सुरेश अधिकारीलाई सम्मान पनि गरिएको थियो । 'धार्मिक, सांस्कृतिक एवं पर्यटकीय विकासको लक्ष्य लिएर महोत्सव आयोजना गरिएको हो', महोत्सव आयोजक समितिका अध्यक्ष अशोक ब्याञ्जूले भने– 'यो महोत्सवले पर्यटन वर्ष २०११ लाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्न सहयोग पुऱ्याउनेछ ।' महोत्सवमा कम्प्युटर, हस्तकला, कपडा, बैंक, फुड फेस्टिबलका साथै मनोरञ्जनका लागि दोहोरी, हास्यव्यंग्य, रोटेपिङ, सर्कसका साथै विभिन्न जातजातिको प्रदर्शन समावेश थियो । महोत्सवभर करिब ५ सय महिलाले प्रत्येक दिन मटपूजा गरेका थिए भने धुलिखेलका होटलहरूले लजिङ र फुडिङमा ५० प्रतिशत छुटको व्यवस्था मिलाएका थिए । १ सय १० स्टल रहेको र २ लाखभन्दा बढीले अवलोकन गरेको महोत्सव एक सातासम्म चलेको थियो ।

कलाकारले पाए रोयल्टी

'डिजिटल प्रविधिको बढ्दो प्रयोगले नेपाली संगीतको बजार खस्किएको छ', संगीतक्षेत्रका कलाकारहरूबाट बारम्बार सुनिने भनाइ हो यो । एकतर्फी रूपमा हेर्दा यो भनाइ ठीकै लाग्छ, तर यसबाट उनीहरूले थप आयस्रोतको बाटो पनि पाएका छन् । मोबाइलमा बज्ने सीआरबीटी (कल रिङ ब्याक टोन) यसको एउटा उदाहरण हो । कुराकानीसँगै विविध मनोरञ्जनको साधन बनेको मोबाइलमा प्रयोग हुने सीआरबीटीबाट संगीत क्षेत्रका कलाकारहरू प्रत्यक्ष लाभान्वित भएका छन् । यसबाट गीतले नयाँ प्रविधिमार्फत व्यापकता त पाएको छ नै, त्यसका संगीतकर्मीलाई रोयल्टी पनि मिलेको छ । यसै क्रममा डिजिटेन्टमेन्ट प्रालिले आनिछोइङ डोल्मा, आनन्द कार्की तथा एड्रियन प्रधानलाई रोयल्टी प्रदान गरेको छ । गत शुक्रबार आयोजित एक कार्यक्रममा उनीहरूलाई रोयल्टी प्रदान गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा डिजिटेन्मेन्टका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत सुमन शाक्यले नेपाली सांगीतिक क्षेत्रको विकासका लागि अन्तर्राष्ट्रिय सहकारिताको महत्त्वका सम्बन्धमा जानकारी दिएका थिए । सोही अवसरमा रोयल्टी संकलन समाजका अध्यक्ष यादव खरेलले भने- 'संगीतकर्मीजस्ता सिर्जनशील व्यक्तिहरूको हित संरक्षण गर्नुपर्छ ।'

रोयल्टी वितरण कार्यक्रमकै अवसरमा नेपाली सांगीतिक क्षेत्रका वेब पोर्टल 'सेलरोटी' को सेवा एवं उद्देश्यका सम्बन्धमा जानकारी दिइएको थियो । नेपाली संगीतलाई बढावा दिने उद्देश्यले परिक्षणका रूपमा सञ्चालनमा ल्याइएको 'सेलरोटी'मा संगीतसम्बन्धी लेख तथा समाचार समेटिन्छ । त्यस्तै, विश्वको जुनसुकै ठाँउबाट पनि इन्टरनेटमार्फत संगीत सुन्न यो वेबपोर्टल राम्रो माध्यम बन्ने डिजिटेन्मेन्टले जनाएको छ ।

बिर्तामोडमा बोके दाह्री

बिर्तामोडको कृष्ण टाकिजमा नेपाली चलचित्र 'सम्झना'को पहिलो प्रदर्शन सुरु हुन लाग्दै थियो भने सोही चलचित्रमा आबद्ध कलाकारको एउटा टोली भने खुदुनाबारीतिर हुइँकिँदै थियो । कलाकार विल्सनविक्रम राईलगायतको टोली फिल्म प्रवर्द्धनका लागि खुदुनाबारी शरणार्थी शिविरमा आयोजित कन्सर्टमा मस्त थियो ।

'यो चलचित्र प्रचारको नौलो शैली हो', विल्सनसँगै रहेका गायक श्रीकृष्ण लुइँटेलले भने- 'पूर्वमा हामीबाटै यो अभियान थालिएको हो ।' 'नेपाली चलचित्र बनाइन्छ मात्रै', लुइँटेलले भने- 'तर प्रचार पटक्कै गरिँदैन ।' उनले प्रचारकै अभावमा नेपाली चलचित्र क्षेत्र धराशायी बनेको गुनासो गरे ।

गएको मंगलबार विल्सन, श्रीकृष्णलगायतले कन्सर्टमार्फत 'सम्झना' हेर्न शरणार्थी दर्शकलाई आह्वान गरेका थिए । 'सम्झना हेर्दिनुस् है', विल्सनले सयौं शरणार्थीतर्फ माइक तेर्स्याउँदै भने । कन्सर्टमा विल्सनले नृत्य, गीत एवं हास्यंव्यग्य प्रस्तुत गर्दा सबैले पेट मिचिमिची हाँसेका थिए ।

बोकेदारी अर्थात् श्रीकृष्णले उनका चर्चित गीतहरू 'ए बा किन्देऊ न भटभटे' र 'मिटमसला मलाई धेरै नचला' आदि गीत गाएर मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए ।

–पर्वत पोर्तेल

● सन्देश ●

सूचना

नयाँ वर्ष २०६७ का अवसरमा आफ्ना इष्टमित्रहरूलाई शुभकामना सन्देश पठाउन चाहनुहुने महानुभावहरूले आफ्नो सन्देश साप्ताहिकको कार्यालयमा चैत २२ गतेसम्म आइपुग्ने गरी पठाउनुहुन अनुरोध गरिन्छ।
(सन्देश कुपन अनिवार्य)
सम्पादक

दीपक मुटुभरिको माया अनि मीठो सम्झना। मप्रतिको तिम्रो माया सदा यसैगरी कायम रहोस्, हरेक पाइलामा सफलता मिलोस्, तपाईंले जे चाहनुभएको थियो, पूरा होस्।

संगी.

निष्ठुरी पत्रमित्रहरू एरोना, पारू, कुमारी, एलिना, सरोज, उमामा मीठो माया एवं शैक्षिक सफलताको कामना। राजीव, रवि, संगम, गोविन्दा, इन्दु, सन्तोष, सुष्मा, नानु, क्षितिज, दीपिका, आरती, गणेश, हरिश, दिदी कल्पना, सर्मिला, मनकुमारी, आयुष, बहिनी रनिता, नीरा, सुशीला, कल्पना, दाइ उद्धव तथा अनिलमा शैक्षिक सफलताको कामनाका साथै मीठो माया।

प्रणयल

सन्ध्या, जन्मदिनको लाखौंलाख शुभकामना। तिमीले चालेका हरेक पाइलाले सफलता चुमुन्। पूरा नभएका हर इच्छा-आकांक्षा पूरा हुन्।

राजन

जेनि., हाम्रो माया कति चोखो र साँचो छ, न त दैवले नै हराउन सक्छ न त कसैले नै छुटाउन सक्छ। त्यसैले म भन्दैछु माया एउटा जिन्दगीको अन्तिम पलसम्मको साथ हो। साँचो माया गर्न सिक, अनि माया एउटा परिस्थिति हो दुःखमा पनि हाँस्न सिक।

दीपक

विनि., तिमीलाई मैले बुझ्न सकेको छैन। म अरूलाई पनि प्रेम गर्दिनँ। यतिखेर म अध्ययन गर्दैछु। छिट्टै तिमीसँग भेट्न चाहन्थे। मभन्दा राम्रो, असल र पढेको केटा पायौ भने कुरिरहनु पर्दैन। म तिमीलाई जस्तोसुकै अवस्थामा पनि विवाह गर्न तयार छु।

किरण

सबु, जन्मदिनको लाखौंलाख शुभकामना। जीवनयात्रामा पीर, व्यथा र असफलता नआओस्, चालेका कदमहरू सफलताको शिखरमा पुगुन्। सधैं हाँसीखुसी रहनु, मलाई केही थाहा छैन किन तिमी परिवर्तन भएकी? म तिम्रो सम्झनामा बाँचेको छु। प्लिज एकपल्ट फोन गर।

अनिष

कान्छु, जन्मदिनको लाखौंलाख शुभकामना। तिम्रो सुख, समृद्धि, सुस्वास्थ्य तथा दीर्घायुको कामना गर्दछु। केही दिन सक्दिनँ तर मनमा यति माया छ भनेर देखाउन पनि सक्दिनँ। विवश छु, यसरी नै भए पनि जीवनभर माया गरिरहनेछु।

एनआर

पवि, चोखो मायाको झूटो कसम खाई अर्कैसँग सिउँदो भर्नेलाई भन्नु त केही थिएन तैपनि अन्तिम मायाको सौगात स्वरूप भन्दैछु– यो जुनीमा नभए पनि अर्को जुनीमा तिमी मेरै हुनेछौ र बिन्ती छ यसरी नै मायाको झूटो आश्वासन दिई कसैलाई आँसुको भेलमा नडुबाउनु। बस, सधैं खुसी रहनु, शुभकामना छ तिमीलाई।

मणि

एस, बोलचाल अनि भेट नभएको पनि लामो समय भैसक्यो, तिम्रो माया र सम्झनाले हरपल सताइरहन्छ। तिमी जहाँ भए पनि म तिमीलाई अन्तर हृदयदेखि मन पराउँछु, माया गर्छु, मलाई बुझ्ने प्रयास गर है।

भाइ प्रकाश

● जीवनको गोरेटोमा ●

मनोवेग

म अवाक भएँ, उनको आकर्षक सौन्दर्य देखेर। मैले यति सुन्दर अनुहार देखिएला भनेर कल्पना पनि गरेको थिइना। करिब चार बजे, पनौती कुम्भ मेलाको अन्तिमतिरको दिन। पनौतीबाट फर्कन बस चढेको थिएँ। बसमै हाम्रो भेट भएको थियो। सुन्दर चीज आफूनिकट राख्न मन लाग्नु एवं त्यसप्रति आकर्षण बढ्नु, प्रेम हो कि लोभ? यस्तो प्रश्न मनमा उब्जिए।

ती अपरिचित सुन्दरी मसितै टाँसिएर बसिन्। म ती सुन्दरीको मोहक सौन्दर्यले पग्लिएँ। मनले मलाई धकेल्दै लग्यो, के भनेर कुरा सुरु गरू भन्ने तीव्र इच्छा पलायो। म संकोची प्रकृतिको मानिस, जीवनमा कुनै पनि अपरिचित महिलासँग बोलेकै थिइना। त्यसैले बोल्ने बहाना रच्न सकिना वा भनौं आँट गर्न सकिनँ।

बस गुड्न थाल्यो। उनी आफ्ना तस्विर क्यामेरामा हेर्न थालिन्। आफैंमा हराउने उनको प्रयास लाग्यो मलाई, मैले उनको आँखामा खै कस्तो कौतूहल अनि आफ्नो मनले आफैंलाई नियालेको भाव अनुभूत गरें। ममा यौवनको उन्माद सुरु भयो। बेकाबु अवस्थामा पुग्न लागेको थिएँ, तर त्यो निर्जन ठाउँ थिएन। लाग्यो, म बलात्कारी हुँ। म पशु प्रवृत्ति बढी भएको व्यक्ति हुँ। मन थाम्न सक्नु मेरो वशको कुरा भएन। प्रकृति मेरो विपरीत हुन खोज्दै थियो। इन्द्रियरूपी घोडाहरू दौडिरहेका थिए।

क्यामेराका तस्विरहरू बन्द भैसकेका थिए। अब मोबाइलबाट गाना बजिरहेको थियो। म भित्रको अल्प ज्ञानले तर्क लगाइरहेको थियो– यी परी कसैको जालमा बाँधिइसकेकी होलिन्? मेरो यो आकर्षण पवित्र हुनै सक्दैन। जुन मनले, जुन भावनाले म ध्यानमा मेरो आराध्यदेवलाई भेट्टाउँछु, त्यही भावले म यिनलाई भेट्टाउन सक्दिना, किनभने पनि पवित्रता छैन। हे दैव! यो कसका लागि भैरहेछ र किन भैरहेछ?

धनेश्वर नजिकै आइपुग्दा आफ्नो चुलबुले मनलाई अकुंश लगाउने हेतुले मेरा मित्रलाई मोबाइलबाट फोन लगाएँ। उनलाई के थाहा म कुन अवस्थाबाट गुज्रँदैछु। मेरो मनभित्र कस्तो तुफानी हलचल चलिरहेछ। आफ्नो भावनालाई जबरजस्ती अन्तै मोडेर म अभिनयको डाइलग बोल्दै थिएँ आफ्नै लागि। त्यसभित्रको मनोवेग अरूलाई के थाहा?

हरेक घुम्तीमा मेरा भावहरू त्यसैगरी मोडिन्थे जसरी बस मोडिइरहेको थियो। त्यतिखेरसम्म पनि हामीबीच बोलचाल भएन। मेरो मनभित्रको अन्तरकुन्तरमा एउटा मलिन आवाज गुन्जिरहेको थियो- तँभित्र पुरुषत्व नै छैन कि क्या हो? सायद मसँग बस्ने ती यौवनाको मनमा पनि यही प्रश्न उब्जिएको थियो होला, आजको युग?

मलाई सम्झना छ त्यस दिनको, जुन दिन मैले कसैगरी बिर्सन नसक्ने भएको छ। त्यो दिन उनको विकासोन्मुख सौन्दर्यले ढकमक्क यौवन हेरेर मैले धोका खाएको थिएँ। लाग्छ, जीवन कतिखेर कसरी बदलिन्छ थाहै हुँदैन। तिमी पनि त तिम्रो सुलभ विचारमा वासनालाई प्रेम भन्दी हौ? अस्ताउँदो सूर्यको रक्तिम लालिमासँगै हराउँदै गएको संसार आखिर एउटा मायाजाल न हो। त्यही मायाजालमा अल्झाएर आफूबाट टाढा राख्ने विधाता मैले थोरै मात्रामा हेक्का राखेको छु-त्यो हो, उसको कला। मन बहकाएर त्यसैको विचित्रतामा अल्झाउने उसको मायाजाल कहाँ नबुझेको हो र? तर मन शब्द बडो विचित्रको अनुभूति गर्ने तत्व, रासायनिक प्रतिक्रिया भैरहने तत्व चेतनसँग मिलेर गडबडी मच्चाइरहने तत्व। यसलाई बुझ्दा-बुझ्दै पनि तिनीसँग मेरो के सम्बन्ध थियो र?

यात्रा साँगा भन्ज्याङको ओरालीबाट गुज्रिँदै थियो। उनले नै पहिलोपल्ट बोल्न भाडाको निहुँ बनाइन्। म बेहोसीमा जवाफ फर्काउँदै थिएँ। शब्द साटासाट हुन पाएन। कुरा अघि बढ्ने पाएन। पवित्रतालाई नछामी म कहाँ अघि बढ्न सक्छु र? हृदयले देखेको कुरा आन्तरिकतामा गडेर बस्छ। म बाह्य वा आन्तरिक दुवै फन्दामा पर्न लागिसकेको थिएँ। मैले ईश्वरलाई दिइरहेको हृदयको एक कुना खाली गर्नु उचित थियो त? अवश्य थिएन। त्यसैले मेरो त्यो यात्राको मनोवेग बाह्य मात्र रहयो।

-राहुल

कुपन सन्देश

सन्देशका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

पाउने :

पठाउने :

सन्देश :

साप्ताहिक साथीका लागि फर्म

साप्ताहिक साथीका लागि कुनै शुल्क लाग्दैन तर कुपन अनिवार्य छ।

नाम : …

उमेर : … उचाइ : …

पेसा : … शिक्षा : …

स्वभाव : … वैवाहिक स्थिति : …

अभिरुचि : … वर्ण : …

इमेल : …

ठेगाना : …

तपाईं कस्तो साथीको खोजीमा हुनुहुन्छ ?

…

…

आफूले उल्लेख गर्न चाहेको थप विवरण छुट्टै पानामा पठाउन सकिनेछ।

● साथी ●

आईएड दोस्रो वर्षमा अध्ययनरत रजिना राई हँसिलो तथा मिलनसार स्वभावकी छिन्। ५ फिट अग्ली राई रातो वर्णकी छिन्। १७ वर्षीय रजिना पत्रमित्रतामा रुचि राख्छिन्। मिलनसार, मनको कुरा नलुकाउने, मित्रलाई चिन्न सक्ने साथीको खोजीमा रहेकी रजिनालाई आइएड दोस्रो वर्ष, स.ज. उच्च माध्यमिक विद्यालय, ओखलढुंगामा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

सारा सुनुवार ५ फिट अग्ली छिन्। कक्षा ९ मा अध्ययनरत सारा हँसिली, नम्र एवं चञ्चल स्वभावकी छिन्। धेरै साथी बनाउने अभिलाषा राख्ने सारा अध्ययन एवं गीत-संगीतलाई प्राथमिकता दिन्छिन्। गहुँगोरो वर्णकी सारा मिलनसार, हँसिलो, अरूको भावना बुझ्ने, दुःखमा नआत्तिने, सुखमा नमात्तिने तथा लगनशील साथीको खोजीमा छिन्। सुनुवारलाई तरहरा, तामाडटोल, हासपोसा-४ सुनसरीमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

असिस्टेन्ट हेल्थ वर्करका रूपमा कार्यरत कुमारमणि शर्मा २५ वर्षका भए। ५ फिट अग्ला शर्मा रातो वर्णका छन्। आइओईबाट असिस्टेन्ट हेल्थ कोर्स गरेका शर्मा हालसम्म अविवाहित छन्। समाजसेवामा विशेषरुची राख्ने, समाजसेवामै समर्पित, देशलाई असाध्यै माया गर्ने, जो-कोही आफ्नो साथी बन्न सक्ने उनी उल्लेख गर्छन्। शर्मालाई साथी बनाउन चाहनेहरूले ग्रामीण स्वास्थ्य इकाइ किन्जा, सोलुखुम्बुमा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ।

मिलनसार स्वभावका पवन पौडेल पत्रमित्रता, भ्रमण एवं खेलकुदमा अभिरुचि राख्छन्। गहुँगोरो वर्णका पौडेल हाल कक्षा १२ मा अध्ययनरत छन्। अविवाहित पवनको उचाइ ५ फिट ५ इन्च छ। नेपाली हुनुमा गर्व गर्ने, मातृभूमिप्रति अगाध आस्था राख्ने, देशले हामीलाई के दियो हैन कि हामीले देशलाई के दिन सक्यौं भनेर सोच्ने, भावनात्मक सम्बन्धलाई महत्त्व दिने साथीको खोजीमा रहेका पवनलाई सैपु-८, ओखेनी, रामेछापमा पत्राचार गर्न सकिन्छ।

५ फिट ५ इन्च अग्ला मनहरि पोखरेल (समीर उदासी) गहुँगोरो वर्णका छन्। कक्षा १२ मा अध्ययनरत पोखरेल पत्रमित्रतामा अभिरुचि राख्छन्। मिलनसार स्वभावका मनहरि हाल १७ वर्षका छन्। एकपटक मित्रता गरिसकेपछि त्यसलाई निरन्तरता दिइरहने, सुख-दुःखमा साथ दिने, सहयोगी भावना भएका साथीको खोजीमा रहेका मनहरिलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले बरहथवा-४, कर्मचारी टोल, सर्लाहीमा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ।

पढेर जानिन्छ कि परेर?

खै पढेर जान्ने भए एमए पढ्दैछु, केही जानेको छैन, परेर जान्न पनि दु:ख बाहेक अरू केही परेको छैन ।

bnkoirala@hotmail.com

उस्तै-उस्तै हो, विद्या पढेर, व्यवहार परेर तर हाम्रो नेपालमा हरेक दिन बन्द हडताल गरेर जानिन्छ ।

सन्तोष अधिकारी

बूढापाकाहरू भन्थे कि परेर कि पढेर तर मलाईचाहिँ परेर नै जानिन्छ कि जस्तो लाग्छ ।

कुमार श्रेष्ठ, रामेछाप

नपढी के नै जान्न सकिन्छ र ? पढेर नै जानिन्छ नि ।

उपेन्द्र गोले

परेरभन्दा पढेरै धेरै कुरा जानिन्छ तर सुन्नुभन्दा देख्नु र देख्नुभन्दा त्यसमा डुबेर धेरै सिकिन्छ । अनुभवका लागिचाहिँ परेकै हुनुपर्छ ।

प्रदिप चौलागाईं (१८), **तनहुँ**

यी दुवै कुरा आवश्यक छन्, किनभने मानिसहरू व्यवहारमा परेपछि दुवैलाई ध्यानमा राखी अघि बढ्छन् ।

देवराज ढकाल

परेरभन्दा पढेर नै बढी जानिन्छ, होला ।

दीपु, छाउनी, पीपलबोट

पढेकाले पढेर जान्दछन्, परेकाले परेर जान्दछन् ।

त्रिताल नोदनाथ (२७), **धनकुटा,**

दुवै तरिकाबाट जानिन्छ तर पढेर जान्नु नै राम्रो हुन्छ ।

मानध्वज बमजन (२०)

पढेर र परेर उत्तिकै जानिन्छ तर पढेर र परेर भन्दा प्रेम गरेर अलि बढी जानिन्छ ।

किस्मत चाम्लिङ (१६)

आधी पढेर, आधी परेर जानिन्छ ।

राम त्रिपाठी

पढेर नै जानिन्छ होला नि ? पढिसकेपछि नजान्ने कुरा यो संसारमा केही होला जस्तो लाग्दैन ।

रजनी चौधरी, सप्तरी

परेर पो जानिन्छ त, पढेर त बुझिन्छ नि, बच्चा जन्माउन पढेर जानिन्छ कि परेर सम्पादकज्यू ?

अन्दिप उप्रेती (२०), **सर्लाही**

● 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. वेश्यावृत्तिलाई कानुनी मान्यता दिनु हुन्छ कि हुँदैन ? किन ?
२. नेपालमा जातीय आधारमा राज्य बनाउनु कत्तिको उपयुक्त हुन्छ ? किन ?
३. कस्ता मान्छेले राजनीति गर्नुपर्छ ?
४. रोमान्टिक गीत राम्रा हुन्छन् कि ट्र्याजिक ? किन ?
५. नेपालले खेलकुदमा किन सधैं हार्छ ?
६. अश्लील भिडियोको बढ्दो चलनका सम्बन्धमा के भन्नुहुन्छ ?
७. तपाईं एक्लै हुँदा के सोच्नुहुन्छ ?
८. राजनीति राम्रो कि समाजसेवा ? किन ?
९. तपाईंले पछिल्लो पटक कहिले झूटो बोल्नुभयो ?
१०. साप्ताहिकको ब्लो-अप तपाईंलाई कस्तो लाग्छ ? किन ?

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

प्रश्न : मेरो उमेरअनुसार शरीरिक बनावट छैन । म अहिले २२ वर्षको भएँ, तर मेरो स्तन एकदमै सानो छ । त्यसैले यो कुराले मलाई एकदमै चिन्ता लागेको छ । कुन हार्मोनले स्तनको विकास हुन्छ ? के कारणले मेरो स्तन सानो भएको होला ? अनि स्तन ठूलो बनाउन के गर्नुपर्ला ? यसको कुनै उपचार छैन ?

– स.

डा. राजेन्द्र भद्रा

उत्तर : शरीरको बनावटको आकर्षकता

तपाईंले कुन अर्थमा शरीरको बनावट नभएको कुरा गर्नुभएको हो, स्पष्ट भएन तर पनि कस्तो शरीरलाई विशेष यौन आकर्षक मानिन्छ त्यसका बारेमा केही चर्चा गरौं । पुष्ट अधर, कोमल छाला, स्वस्थ आँखा, चमक भएको कपाल अनि कसिलो मांसपेशी भएको महिला शरीरलाई आकर्षक मानिन्छ । त्यसै गरी विकसित स्तन पनि महिलाको शारीरिक आकर्षणको मापदण्डमा पर्छ । विकसित स्तनले भावी सन्तानको पोषणको सुनिश्चिततालाई संकेत गर्छ । त्यसैले जैविक रूपमा पुरुषहरू थाहा पाई वा नपाई विकसित अर्थात् ठूला स्तन भएकी महिला प्रति आकर्षित हुन्छन्, जसले गर्दा उक्त महिलाबाट जन्मने ती सन्तान बाँच्ने सम्भावना बढी होस् । त्यसैले पुरुषहरू ठूला स्तनप्रति आकर्षित हुनु स्वाभाविक हो ।

अहिले केही अति नै पातली (जीरो फिगर) को चर्चा चले पनि वास्तवमा 'खाइलाग्दो शरीर' नै बढी आकर्षक भएको पाउँछन् पुरुषहरूले । त्यसैले तपाईंले आफ्नो तौलमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । महिलाको सन्दर्भमा अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष कम्मर र नितम्बको अनुपात हो । प्राय: सबै समाजमा महिलाको आकर्षणमा कम्मर-नितम्ब अनुपातको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुने देखिन्छ । कम्मर-नितम्बको अनुपात ० दशमलव ७ भएका महिला (कम्मरको नाप नितम्बको नापभन्दा ७० प्रतिशत कम) बढी आकर्षक मानिन्छन् । अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष अनुहारको सौन्दर्य हो । अनुहार दायाँबायाँ मिलेको हुनुका साथै अनुहारको माथिल्लो भाग (निधार भएको भाग), मध्यभाग (आँखा, नाक भएको, गाला भएको भाग) अनि तल्लो भाग (ओठ, चिँउडो भएको भाग) समान अनुपातको हुनुलाई सुन्दर अनुहार मानिन्छ । छालाको रङ्ग र कोमलतालाई पनि शारीरिक आकर्षणको महत्त्वपूर्ण पक्ष मानिन्छ । प्रायश: पुरुषले आफूभन्दा केही कम उचाइ भएकी महिलालाई रुचाएको पाइन्छ ।

सानो स्तनको चिन्ता किन ?

स्तनको आयतन र आकारलाई महिला सौन्दर्यसँग जोडिने भएकाले यसले विशेष महत्त्व पाएको छ । त्यसैले निकै चासो र चिन्ता हुन्छ । स्तनको विकासका क्रममा यसको आकार र कडापनमा पनि परिवर्तन हुन्छ । स्तनको आकार व्यक्तिअनुसार फरक हुन्छ । स्तनको आकारमा वंशाणुगत कुराको प्रभाव एकातिर हुन्छ भने अर्कातिर पोषणको । यी दुवैको संयुक्त प्रभाव स्तनको आकार निर्धारणमा महत्त्वपूर्ण छ । पोषण ठीक नभएकी युवतीको शरीरको तौल कम हुने मात्र होइन, स्तनको आकारमा समेत प्रभाव पर्छ ।

हार्मोन (रागरस) को कुरा गर्दा, किशोरावस्थामा पुगेपछि इस्ट्रोजन भन्ने हार्मोनको प्रभावले महिलामा स्तनको विकास हुन थाल्छ । स्तनमा दूध निर्माण गर्न आवश्यक पर्ने ग्रन्थि तथा नलीहरूको विकास हुन थाल्छ । बाहिरबाट देखिने स्तनको आकार यसका कारणले नभई स्तनमा भएको बोसोको कारणले हुन्छ । शरीरको अन्य भागको तुलनामा भन्दा यस अङ्गमा अतिरिक्त मात्रामा बोसो जम्मा हुने कार्य पनि इस्ट्रोजनको प्रभावले गर्दा नै हुन्छ । गर्भवती हुँदा सालबाट अतिरिक्त रूपमा निस्कने यही हार्मोनले नै स्तनको विकासलाई अझै पूर्णता दिन्छ । स्तनमा दूध बनाउने भागको विकासका लागि प्रोजेस्टेरोन भन्ने अर्को हार्मोनको आवश्यकता पर्छ ।

के साँच्चै नै स्तन सानो भएको हो त ?

तपाईंले स्तनको नाप लेख्नुभएको छैन । सामान्य आयतन र आकारकै स्तन भए पनि कसैलाई यो सानो लाग्न सक्छ भने कसैलाई ठूलो । विशेष गरेर वास्तविक रूपमा स्तन ठूलो नभए पनि किशोरावस्थामा भर्खर स्तनको विकास हुँदा यो ठूलो लागेको हुनसक्छ । पछि स्तनको नाप र आकारमा अभ्यस्त भएपछि त्यो स्थिति आउँदैन । किशोरावस्थाको सुरुमा स्तन ठूलो हुनुपर्ने दबाब नहुन सक्छ, तर पछि सो दबाब बढी भएको हुनसक्छ । यसमा तपाईंमा आमसञ्चारका माध्यमको प्रभाव परेको पनि हुनसक्छ भने अर्कातिर तपाईंको नजिकका युवती साथीहरूका स्तन बढी ठूलो भएको र केटा साथीहरू उतै केही बढी आकर्षित भएकाले पनि यस्तो दबाब हुनसक्छ । बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने स्तनको आकार सानै भए पनि यौन आनन्द दिन र स्तनपानका लागि दूध उत्पादन गर्न सक्छ ।

स्तन आकर्षक देखाउने उपायहरू

अचेल शरीरचाहिँ अति पातलो तर स्तनचाहिँ ठूला हुनुपर्ने अपेक्षा गरिन्छ । छापा वा चलचित्र, टेलिभिजनमा देखिएका कति कुराको सत्यता विचार नगरी त्यसकै पछि लाग्नुहुँदैन । भाग्यवश स्तन खुला राख्नु नपर्ने अङ्ग भएकाले यसको उभारलाई शल्यक्रिया नै नगरी बढी भएको जस्तो देखाउन सकिन्छ । सबैभन्दा सजिलो त आफ्नो थुनचोली (ब्रा) भित्र कपडा, कपास वा यस्तै कुनै वस्तुको प्रयोग गर्नु नै सबैभन्दा सजिलो तथा सस्तो उपाय हो । त्यसबाहेक अलि खर्च गरेर यस्तै वस्तुहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ । स्तनलाई माथितिर उचाल्न प्रयोग गरिने साधनहरूले स्तनको वास्तविक आकारमा परिवर्तन नगरे पनि देख्दा स्तन ठूलो भएको भान पर्न जान्छ र सुन्दरतामा वृद्धि हुन्छ । यसै किसिमको स्तनलाई पूरै ढाक्ने साधन पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ, जसको मद्दतले स्तन २ साइजसम्म ठूलो भएको भान पार्न सकिन्छ । यसैगरी वक्षस्थलमा उभार ल्याउन बाक्लो तरल सिलिकोन भएका साधनहरू पनि पाइन्छन् । ब्राभित्र लगाउन मिल्ने यस्ता साधनको प्रयोग गर्दा लुगाबाहिरबाट स्पर्श गर्दासमेत वास्तविक स्तनजस्तो लाग्छ । यी साधनहरूको प्रयोगले स्तनको आकारलाई यस्तै १ वा २ साइज बढी बनाउन सकिने भएकाले ब्रा पनि त्यही आकारको लगाउनुपर्ने हुन्छ ।

स्तनमा लगाइने इस्ट्रोजन भएका क्रिम अनि पम्पले स्तनको आकार बढाउने दाबी गरिएको छ, तर त्यसबाट स्तनको आकार तथा नापमा हुने स्थायी प्रभावका सम्बन्धमा अझै केही विवाद छ । शल्यक्रिया गरेर स्तनको आकार बढाउनु एक पक्का उपाय हो, तर शल्यक्रिया गर्नुभन्दा पहिले धैरै कुराको विचार गर्नुपर्ने हुन्छ, किनभने यी विधि खर्चिलो मात्र होइन, शल्यक्रियाका नकारात्मक प्रभाव पनि प्रशस्तै हुन सक्छ ।

कस्मेटिक सर्जरी
- शरीरमा भएको दाग, कोठी, मुसा, ट्याटु, अप्रेशन पछिका दागहरू हटाउन
- नाक, कान, आँखा सम्बन्धी कष्मेटिक सर्जरी
- मंगोलियन आँखाको उपचार
- अनुहारको चाउरीपन हटाउन (BoTOX TREATMENT)
- स्तन सम्बन्धी कष्मेटिक उपचार
- टाउकोमा केश उमार्न
नेपाल प्लाष्टिक सर्जरी अस्पताल
हरिसिद्धि, ललितपुर
५२५०६६५, ९८०३८८३५७७

100% पावर
गम्भीर समस्याको अब सफल समाधान
Young & Sweet Breast Care
स्तन घटाउन बढाउन
साथै टाईट बनाउने
ब्रान्डेड "हर्वल क्रिम"
अनावश्यक मोटोपना घटाई स्लिम बन्न
● चिरा, पेटको सेता धर्सा हटाउनको लागि क्रिम
● अनुहरको चायाँ-पोतो डन्डीफोर हटाउन
लिङ्गको लम्बाई मोटोई बढाउन
गुप्ताङ्ग टाईट गर्ने Gel
सम्पर्क: कलंकी खसीबजार
9751090597, 9803634896

100% फिट्नेस

स्तन — बढाउने, घटाउने तथा टाईट र आकर्षक बनाउन सकिने ।
अनुहार — पोतो, चायाँ, डण्डीफोर तथा Wrinkle हटाउने ।
यौन — शिघ्र स्खलन, उत्तेजना नहुने लिङ्गको लम्बाई तथा मोटाई बढाउन ।
4276068, 4336701
9841981976, 9841981976

सौन्दर्यका सामान
● Height बढाउने (Yoko Japanese) - 1050/-
● मोटोपन घटाउने (Sauna Belt)
● अनुहार गोरो बनाउने (Roop Amrit)
● स्तन बढाउने, घटाउने साथै टाईट गर्ने (Cream)
● डण्डीफोर, चाया पोतो हटाउने (Cream)
● धुम्रपान, जाँड रक्सी छुटाउने, चाउरीपना हटाउने
● कपाल नझर्ने वा उमार्ने तेल (Herbal-44)
● लिङ्ग बढाउने साथै गुप्ताङ्ग टाईट गर्ने ।
Free Home Delivery / 100% Guaranteed
Worldwide Shopping Centre
(शंखमुल मार्ग, तयारी पोशाक संघको अगाडी)
Newbaneshwor, 9808301235
Ph. 2290871, Mob. 9841506134

सुखी विवाहित जीवनको लागि
सेवाको १६ वर्ष
विवाहको पहिलो वा विवाहपछि भएको यौन रोग, शीघ्रपतन, यौनदुर्बलता, स्वपनदोष, पिसाब सित धातु खस्ने, नपुंसकता, शुक्राणुको कमि, नि:सन्तानपन आदिको सफल उपचारको लागि आज नै भेट्नुहोला ।
भेट्ने ठेगाना: फोन नं.: ४-४६०७८५
पापुलर आयुर्वेद औषधालय
ज्ञानेश्वर, रातोपुल (पारिपट्टी) काठमाडौं

के तपाईमा 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 ।
मानसिक
निराशा उदासिपन, मानसिक डर, भय, दिमागको वोधोपन ।
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 – ०६१–५३९१९४ | वुटवल – ०७१–५४८८९३
भरतपुर – ०५६–५२०९६८ | इटहरी – ०२५–५८४०८८
दाङ– ०८२–५६२९८३, | हरिओन सर्लाही – ०४६–५३०४८४
हेटौडा – ०५७–५२६०४६ | सप्तरी, फत्तेपुर – ०३१–५५०११२

सफलता तपाईंको हातमा
कक्षा ९ र १० फेल ? पढाई छुट्यो ?
No. चिन्ता !
जि.शि.का. बाट अनुमति प्राप्त
६ वर्षको अनुभव
प्राईभेट टेष्ट/ SLC - 2067 मा भर्ना खुल्यो ।
स्मल हेभन Open Inst. (P) Ltd.
लगनखेल ☎ 2120693, 9841452755
मछिन्द्रनाथको रथ राख्ने चौबाटो बाट पूर्व
स्मल वर्ल्ड Open Inst. (P) Ltd.
कोटेश्वर ☎ 4601589, 9841306634
प्रहरी बिटबाट पश्चिम हिमालयन कलेजसंगै

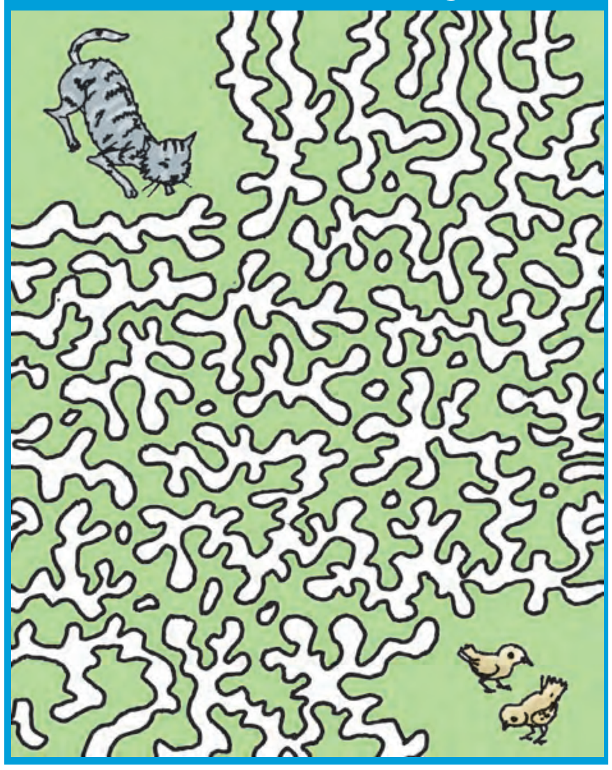
Asian Sky Shop का सामानहरु र टि.भि.मा देखिाइने सामानहरु पाईन्छ ।
शक्ति सम्बृद्धिको लागि हर समस्या, हर रोगबाट छुटकारा दिलाउने नजर कबज साथमा त्रिस्टल र हरेक लकेटहरु पाईन्छ ।साथमा चुरोट, जाँड, रक्सीको नशाबाट छुटकारा दिलाइन्छ ।
Counselling for 9808503540
Male & Female SEX PROBLEM ?

100% Sliming Center
If u want slim, Beauty, heighty, Smart, Active Personality Plz contact
Japanes Oil 499/-
मोटाउने दवाई पनि पाईन्छ।
Handsome Up लिङ्को लम्बाई र मोटाई बढाउने अमेरिकन प्रोडक्ट
१ महिनामा 150 cm देखि 180 cm सम्म Height बढाउन योको हाईट
यौन उत्तेजना नहुने महिलाहरुका लागि यौन सन्तुष्टि दिने – भाइब्रेसन बा बा
स्तन, गुप्ताङ्ग टाईट एक दम फिट 100 % ग्यारेण्टी
- 5 in a Magic Sofa & Air
- Foot Bath, Massager
- Body Bath Steamer
- AB King pro
- Exercise सामानहरु
मोटोपना घटाउने १ महिनामा १५ के.जी (44 cm - 13 cm = 31 cm)
पहिले

९० के.जी. 51 cm
चायाँ पोतोको अचुक उपचार
99% Guarented No Side Effect 100 % Natural
बुढौयलीपन कम गराउने गुमेको सुन्दरता फिर्ता चाउरीपना हटाई गोरो बनाउने रुप अमृत, पेटको धर्सा मेटाउने
Slim Hip, Thai, Stomach १ दिनमा नै ५ इन्च कम हुने
होम डेलिभरी ९८४१०३०७३४
हेल्दी होम फिटनेश एण्ड ब्यूटी क्लब गणेशस्थान रोड, गोंगबु
२४ घण्टा भित्र भ्याली बाहिर डेलिभरी गरिनेछ ।
कपाल उमार्ने तेल
हट लाइन ०१–४३५४९८५ ९७२१५२६१३५
समधुर वैवाहिक जिवन तहस नहस हुन बाट बच्न एक अर्कामा सन्तुष्टि । यदि चाहानुं हुन्छ भने यौन दुर्वलता, यौन चाहाना, यौन सन्तुष्टी Long time को लागि
कोरियन स्प्रे एण्ड सेक्स पावर जेल रू. १९९९।-
अहिले

६६ के.जी. 35 cm (मात्र केहि दिनमा)

बाटो पत्ता लगाउनुहोस्



पत्याउनु हुन्छ ?

इन्डोनेसियामा हालै फेला परेको उड्ने छेपारोलाई ड्रागन सम्झेर स्थानीय व्यक्तिहरूले त्यसबाट बच्चा निकाल्ने प्रयास थालेका छन् । मानिसबाट लुकेर भाग्ने हुनाले यो छेपाराले बच्चा दिन सक्छ कि सक्दैन भन्ने द्विविधा भने कायमै छ ।

श्रीमतीसाग हालै पारपाचुके गरेका केभिन हयास्टेडले चिट्ठामा ३४ लाख डलर पाए । अलग भएकै कारण पुरस्कार पाएको विश्वासमा उनले आधा रकम पूर्वश्रीमतीलाई दिने घोषणा गरे ।

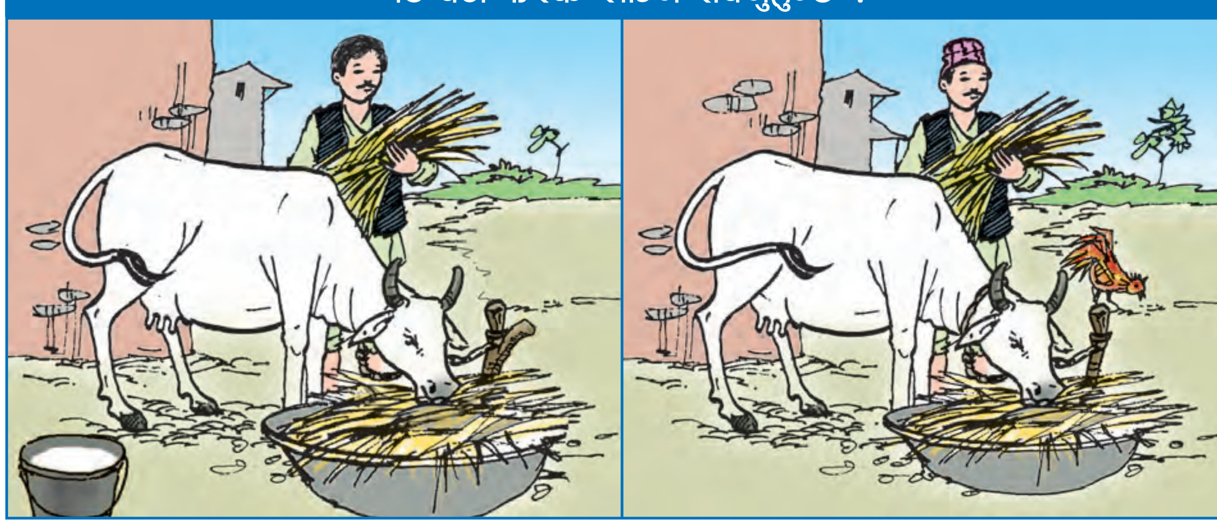
काम गर्दागर्दै पनि शरीरको मोटोपन बढेर २ सय ७२ किलोग्राम भएपछि डोना सिम्सन गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डसमा आफ्नो नाम दर्ता गर्ने सुरमा छिन् । यदि मोटी महिलामा आफ्नो नाम दर्ता नभए उनले मोटी आमा बन्ने प्रयास गर्ने कुरा बताएकी छिन् ।

नर्वेको सैनिक अभ्यासमा कुकुरलाई प्यारासुटबाट छलाङ मार्न लगाइन्छ । विस्फोटक पदार्थ पत्ता लगाउन कुकुर भरपर्दो हुने हुंदा नर्वेमा उनीहरूलाई १० हजार फिटबाट हामफाल्ने प्रशिक्षण दिइदैछ ।

भुल्ला हुने भ्यागुता

समान्यतः भ्यागुताको छाला खस्रो, सुख्खा र रौविहीन हुन्छ, तर केही युरोपियन देशमा छालामा भुल्ला भएका भ्यागुतासमेत पाइएका छन् । ती भ्यागुतामा अरू भ्यागुतासँग नमिल्ने गुण भेटिएका छन् । ती भ्यागुताको शरीर र अंगहरूको बनावट पनि भिन्नै हुन्छ । सामान्यतः स्तनधारी जनावर र पन्छीहरूमा मात्र भुल्ला हुन्छ भन्ने वैज्ञानिक मान्यतालाई ती भ्यागुताले चुनौती दिइरहेका छन् । जीव वैज्ञानिकहरू ती भ्यागुताको भुल्लालाई सक्कली मान्ने पक्षमा छैनन् । यो भ्यागुताको वैज्ञानिक नाम स्टाइलोस्टेनर्स हो ।

१० वटा फरक खोज्न सक्नुहुन्छ ?



साप्ताहिक कोठेपद

१			२			३			४
	■	■	५				■	■	
	■	६					७	■	
	■	८			९			■	
१०			■	११		■	१२		१३
	■	१४	■			■	१५	■	
	■		१६					■	१७
१८	■				१९			■	
	■	■		२०			■	■	
२१				२२		२३			

दायाँ

१. चन्द्रमाको सोह्र कला (४)
२. रातो पात हुने फूल (४)
३. पूर्वको एक जिल्ला (४)
५. सुन्दर, रमणीय (३)
६. डमरुभन्दा सानो बाजा (४)
८. तनहुँको पुरानो सदरमुकाम (४)
९. मीठो, रसयुक्त फल (३)
१०. रुपैयाँ, पैसा (३)
११. रोटी पकाउने भाँडा (२)
१२. एक प्रकारको माटो (३)
१६. होहल्ला, कोलाहल (४)
१९. आयुर्वेदका एक प्रवर्तक (३)
२०. एक सय जनाउने शब्द (३)
२१. यज्ञ गराउने व्यक्ति (४)
२२. बँदेल, विष्णुको एक अवतार (३)
२३. एक प्रकारको विष (४)

तल

१. लासलाई घाट लैजाने यात्रा (४)
२. पूर्वी तराईको एक बजार (४)
३. केटाकेटीले खेल्ने एक खेल (४)
४. पुरुषोत्तम महिना (४)
६. हैकम, रवाफ (४)
७. माछाको एक प्रजाति (५)
९. धाक, फुर्ती (३)
१०. उत्तम मानिस (४)
११. सप्तकोसीमध्ये एक (४)
१३. एक हिमश्रृंखला (४)
१४. पश्चिमको एक जिल्ला
१५. पूरा गर्ने व्यक्ति वा अंक (४)
१६. बग्गी हाँक्ने व्यक्ति (४)
१७. लिच्छविकालीन एक अड्डा (३)
१८. मयालाका मानिस (३)
१९. सुनसरीको एक ठाउँ (३)

कुरा बुझ्नु भो त !

प्रस्तुती : योगेश खपाङ्गी

काठमाडौंमा सुखी मानिस भेटिंदैनन्

पृष्ठ ५ बाट जारी

५ हजार मित्रमध्ये कोही तयार हुन सक्लान्, तर प्रेम र विवाह फरक कुरा हो । प्रेम नभैकन विवाह गर्नुको कुनै अर्थ छैन ।

तपाईंको विचारमा के हो प्रेम ?

प्रेम गर्ने व्यक्तिसँग कुनै अपेक्षा नराखी समर्पित हुनु ।

जीवनमा कति पटक प्रेम गर्नुभयो ?

एकपटक मात्र गरें । जसलाई मैले प्रेम गरें, उनले २१ वर्षसम्म कुनै अपेक्षा नराखी समर्पण मात्र गरिन् । मेरो विवाह किन पनि असम्भव छ भने त्यस्तो त्याग गर्ने अर्को व्यक्ति मैले नपाउन सक्छु ।

२१ वर्षसम्म ठीक रहेको प्रेम २२ वर्षमा बेठीक हुनसक्छ र ?

सक्दो रहेछ । उदाहरणका लागि म एउटा बलियो मोटरसाइकलको उदाहरण दिन्छु । तपाईंले एउटा सबैभन्दा बलियो बाइकलाई २१ वर्षसम्म साँगुरो गल्ली, ग्राभेल, खाल्डाखुल्डी, हिलो सबैतिर कुदाउनुभयो । तपाईंलाई लाग्यो यो बाइक साँच्चै नै बलियो छ र जस्तोसुकै अप्ठारा बाटोमा हिंड्न सक्छ । जब तपाईंले सबै अप्ठ्यारा पार गर्दै राम्रो पिच रोडमा पुग्नुभयो, तपाईंको स्पिड बढ्न थाल्यो । त्यसैबेला मोटरसाइकलको एउटा यस्तो नट खुस्कियो, जुन पिचरोडमा हरायो । त्यो नट भेट्न सक्नुभएन, जसका कारण मोटरसाइकल चलेन । मेरो प्रेम त्यस्तै हो । त्यो नटमा खिया लागिरहेको रहेछ, बेलैमा सर्भिसिङ गर्नुपर्ने रहेछ । हामी दुवैले त्यसको हेक्कै राखेनौ । अचानक खुस्किएपछि पो थाहा भयो ।

नट तपाईंको खुस्किएको रहेछ कि उहाँको ?

उनको खुस्कियो भनौं भने दोष जति उनलाई थोपरेको हुन्छ । म आफूलाई दोष दिऊँ भने म इमान्दार छु भन्ने लाग्छ । थाहा छैन, दोष कसको हो ? सत्य के हो भने मेरो २१ वर्षे प्रेम ब्रेक भयो ।

प्रेमको अन्त्य हुँदैन, केवल विचार मात्र परिवर्तन हुन्छ भनिन्छ । त्यस अर्थमा पुनर्मिलनको सम्भावना पनि होला नि ।

हुनसक्छ, तर हाम्रो प्रेम २१ वर्षपछि एकैपटक विस्फोट भएकाले त्यसको क्षति पनि ठूलै छ । त्यसैले गाह्रो छ ।

कसरी प्रेम भयो ?

म रत्नज्योति कलेज पढ्थें, उनी पनि त्यहीं पढ्थिन् । प्रजातन्त्रपछि ठूला-ठूला सपना देखेको समयमा हाम्रो प्रेम सुरु भयो । देश बिग्रँदै गयो, तर हाम्रो प्रेम फल्दै-फुल्दै गयो । विवाहको उमेर पुग्दा उनले खुसीसाथ मेरो विश्वयात्रामा सहयोग गरिन् । मेरा लागि २१ वर्ष पर्खेर बसिन्, तर पनि प्रेम ब्रेक भयो ।

प्रेम प्रस्ताव कसले राख्यो ?

प्रेमको प्रस्ताव कायरहरूले राख्छन् । प्रेम स्वतः बुझिने कुरा हो । यसमा प्रस्ताव राखिरहनुपर्छ र ?

भनेपछि यतिखेर तपाईं दुःखी हुनुहुन्छ ?

प्रेमिका पाउनु मात्र जीवनको प्राप्ति होइन । उद्देश्यअनुरूपको लक्ष्य प्राप्त गर्नु पनि प्राप्ति हो । अबको बाँकी जीवन कसरी बिताउँछु मैले भनिसकें । फेरि तपाईंले यो नठान्नुहोला कि मैले आफ्नो उद्देश्यका लागि प्रेमको बलिदान गरें । जीवनमा जे पाइन्छ, त्यसलाई स्वीकार गरेर अघि बढ्नुपर्छ ।

तपाईंले धेरै देश घुम्नुभयो, सबैभन्दा सुन्दर युवती कहाँ देख्नुभयो ?

ल्याटिन अमेरिकी युवतीहरू असाध्यै सुन्दर हुँदा रहेछन्, तर पनि इजिप्टको कायरोको एउटा सडकमा साइकल कुदाइरहेको थिएँ । फुटपाथमा मैले एउटी त्यस्ती सुन्दर युवती देखें, मेरो आँखालाई नै विश्वास भएन । साइकल रोकेर हेरें । उनी अलि परको घुम्तीबाट हराइन्, उनको सौन्दर्यलाई मैले आँखाको लेन्सबाट यति धेरै तस्बिर खिचिसकेको रहेछु, आज पनि उनको सौन्दर्य सम्झन्छु ।

कस्ती थिइन् ?

ओहो, वर्णन गर्नै नसकिने । शरीरको सेप, उचाइ, अनुहारको बनौट, कसरी वर्णन गरौं ? उनलाई जम्माजम्मी एक मिनेट देख्न पाएँ हुँला, तर लाग्छ, उनी संसारकी सबैभन्दा आकर्षक युवती थिइन् ।

संसारका सुन्दर देशहरू पनि घुम्नुभयो, सबैभन्दा बढी कुन मन पर्‍यो ?

आफ्नो देश सबैलाई राम्रो लाग्छ, यद्यपि प्राकृतिक सौन्दर्यका दृष्टिले नेपालजस्तो सुन्दर देश संसारमा अर्को छैन ।

नर्वे एवं स्वीजरल्यान्डलाई संसारको सुन्दर देश भनिन्छ, त्यसै भनिएको होला त ?

ती देशको प्राकृतिक सौन्दर्यलाई सिंगारिएको छ, हामीले कुरूप बनाउँदैछौं । उनीहरू प्रकृतिले जस्तो विकासको माग गर्छ, त्यस्तो विकास गर्छन् । हामी सौन्दर्यलाई ध्यान दिँदैनौ । काठमाडौं खेतीका लागि आकर्षक स्थल हो । फराकिला रोड बनाएर काठमाडौं खाल्डोमा आकर्षक फार्मिङ गर्नुपर्थ्यो । डाँडा-डाँडामा प्यागोडा शैलीका घर बनाइनुपर्थ्यो । हामीले धान रोप्ने स्थानमा कंक्रिटका घर रोप्यौं । अनि कसले भन्छ राम्रो ? जब काठमाडौंको यो रूप मानिसले देख्छन्, अनि कसले भन्छ नेपाललाई संसारको सबैभन्दा राम्रो देश ? हामी हिरामाथि बसेका छौं र हीरा कहाँ छ भनेर खोजिरहेका छौं ।

संसार घुमेपछि तपाईंलाई नेपाल पनि विकसित हुन सक्छ भन्ने लाग्यो ?

संसार घुमेपछि त नेपाललाई सजिलै विकास गर्न सकिन्छ भन्ने विश्वास पलाएर आएको छ । उदाहरणका लागि म इजरायलको डेथ भ्यालीलाई लिन्छु । डेथ भ्याली संसारकै सबैभन्दा होचो उपत्यका हो । उनीहरूले त्यसलाई यसरी मार्केटिङ गरेका छन् कि त्यही एउटा डेथ भ्यालीमा वार्षिक लाखौं पर्यटक भित्रन्छन् । हामीसँग संसारकै अग्लो स्थान छ, खै सगरमाथाको नाममा मार्केटिङ गर्न सकेको ? हामीसँग बुद्ध जन्मिएको ठाउँ छ । संसारका एक अर्ब बौद्धमार्गीलाई खै आकर्षित गरेको ? हामीसँग विश्वप्रशिद्ध ट्रेकिङ स्थलहरू छन्, खै करोडौं घुमक्कडहरूलाई बुझाएको ? हामीसँग कति छ कति ? मलाई त कहिलेकाहीं एक्लै बर्बराउन मन लाग्छ ।

हामी कहाँनेर चुक्यौं ?

नियम नमानेर चुक्यौं । जसले जे गर्दा पनि हुन्छ भन्ने मानसिकताले बिग्रियौं । म अमेरिकामा पुग्दा जर्ज डब्लु बुस राष्ट्रपति थिए । उनका भाइ जेब बुस फ्लोरिडा राज्यका गर्भनर थिए । यस्तो बेलामा जेब बुसकी १६ वर्षकी छोरीले उमेर ढाँटेर मदिरा पिइछन् । उक्त कुरा थाहा पाएपछि प्रहरीले उनलाई पक्रेर छ महिना सुधारगृहमा राख्यो । तपाईं त्यही कुरा नेपालमा भएको कल्पना गर्नुहोस् । यहाँ पावरमा भएका जो-कोही पनि आफ्नी छोरी समात्ने प्रहरीको जागिर सजिलै खाइदिन्छन् । छोरीलाई छ महिनासम्म सुधारगृहमा राख्ने आमा-बुबाले त्यो कुरा कसरी सहे होलान्, त्यो पनि संसारकै शक्तिशाली व्यक्तिले । हामी यहींनेर चुक्यौं ।

संसारमा आश्चर्य लाग्ने विकास कहाँ पाउनुभयो ?

संयुक्त अरब इमिरेट्समा । हामी दुबई भन्नेबित्तिकै त्यसलाई सजिलै चिन्छौं । त्यो ठाउँमा बालुवाबाहेक केही छैन, तर त्यस्तो उराठ मरुभूमिलाई उनीहरूले यसरी सजाएका छन्, त्यो देख्दा मुटु ढक्क फुल्छ । त्यहाँका भवन देख्दा यो बालुवैबालुवाको उराठ मरुभूमि हो भन्ने कुरा बिर्सन्छ र त्यहाँ पुग्ने नेपालीले मानिस कहाँ पुगिसक्यो भनेर हजारौं पटक आफैलाई प्रश्न गर्न थाल्छ ।

संसारमा हजारौं मानिससँग संगत गर्नुभयो, सबैभन्दा रमाइलो कहाँ भयो ?

प्रकृतिमा रमाउने पेरुका मानिसहरू संसारकै असल मानिसमध्ये एक हुन् । उनीहरूको लोक-संगीत, एक प्रकारको मीठो जाँड र मिलनसार युवा-युवतीहरू । त्यहाँ पुगेपछि मलाई लाग्यो, त्यो ठाउँबाट कहिल्यै नफर्कौं ।

संसारका धेरै युवतीहरूसँग तपाईंको शारीरिक संसर्ग भयो, सबैभन्दा आकर्षक युवती कहाँका लागे ?

शारीरिक भोक सबैलाई लाग्छ । यद्यपि मैले कहिल्यै वेश्यागमन गरिनँ । जति भयो, मित्रता एवं उपहारका रूपमा एक अर्कालाई साट्ने काम भयो । हामी जति-जति पश्चिम लाग्दै जान्छौं, उति-उति युवतीहरू खुला हुँदै जान्छन् । महिलामा अलिकति लज्जा एवं प्रेम भएन भने हामीजस्ता एसियालीहरूलाई नमज्जा लाग्दो रहेछ ।

तपाईं यात्रामा निस्किएको मानिस, कहिल्यै लामो समय एक स्थानमा बस्नु भएन, तर पनि शारीरिक सम्पर्क सजिलै भयो भन्ने कुरा अलि बुझिएन नि ?

पश्चिमा युवतीहरूमा कहिले १८ वर्ष पुगौंला र मदिरा र यौनको आनन्द लिउँला भन्ने एक प्रकारको कौतूहल हुँदो रहेछ । यदि कसैका ब्वाइफ्रेन्ड केही समयका लागि छुट्यो भने अर्को खोजी सुरु हुँदो रहेछ । मेरो यात्रामा त्यस्ता युवतीहरू सधैं अघि बढ्ने सहयोगी भए । संसारभरि प्रेम र यौवनको भाषा एउटै हुँदो रहेछ । मैले कहिल्यै यौनलाई महत्त्व दिइनँ, तर यात्रामा अघि बढाउन कतिपय स्थानमा यो सहयोगी भयो ।

११ वर्ष साइकलमा हिंड्दा त सपनामा पनि साइकल नै चढेको देख्नुहुन्छ होला ?

म कहिलै सपना देख्दिनँ । सपना देख्नुको अर्थ हो, पूर्ण निन्द्रा नहुनु । म दिनभरि बिनास्वार्थ परिश्रम गर्छु र धन्यवाद दिँदै सुत्छु । एकैपटक बिहान भएको थाहा पाउँछु ।

यति कुरा गरेपछि मलाई सोध्न मन लाग्यो, जीवन भनेको के रहेछ ?

जीवन यात्रा हो, तर यो यात्रा कलात्मक एवं सिर्जनशील हुनुपर्ने रहेछ ।

मृत्युसँग जुध्नेहरू

सन् १९९८ मा सम्पन्न विश्वकपको क्वाटरफाइनलमा अर्जेन्टिनाले प्रतिष्ठाको म्याचका रूपमा इङ्ल्यान्डलाई पराजित गर्नु थियो। निर्धारित समयमा दुवै पक्षवाट २-२ गोल भएपछि निर्णयका लागि भएको पेनाल्टी सुटमा गोलकिपर कार्लोस रोवाको काँधमा अर्जेन्टिनाको प्रतिष्ठा अडेको थियो। उनले युरोपियन फुटबलका हस्ती पाउल इंक र डेभिड ब्याटीको पेनाल्टी रोकेर अर्जेन्टिनालाई क्वाटर फाइनल मात्र पुर्‍याएनन्, आफूलाई विश्वकपको हिरोसमेत बनाए।

आफ्नो स्वास्थ्यमा गौरव गर्दै अर्जेन्टिनाका गोलकिपर कार्लोस रोवा भन्थे- 'म धूम्रपान गर्दिनँ, मदिरापान गर्दिनँ, म खेलाडी भएका कारण सन्तुलित जीवनयापन गर्छु।' आफ्ना बारेमा यसो भनिरहँदा उनलाई एकपटक चिकित्सकले क्यान्सर भएको समाचार सुनाए। त्यस्तो समाचार सुनेर उनी छाँगाबाट खसेजस्तै भए। उनले आफ्नो जीवन त्यहीं अन्त्य भएको महसुस गरे। रोगबाट बच्न किमोथेरापी गरी उनी पुनः फुटबलमा त फर्किए, तर विश्वकपको जस्तो जोस र उत्साह उनमा भएन।

'मेरो पहिलो सन्तान भएलगत्तै चिकित्सकले मलाई क्यान्सर भएको जानकारी दिए।' आयरल्याण्डका प्रोफेसनल फुटबलर स्टेफन म्याकफिल भन्छन्– 'त्यसपछि मेरी

श्रीमती विचलित भइन् भने मलाई नजिकका साथीहरूले के सोच्लान् भन्ने चिन्ताले सतायो। मैले खेल करियरलाई केही समय रोकेर भए पनि आफूलाई उपचारमा संलग्न गरेर स्वस्थ हुनुबाहेक अरू केही सोचिनँ।

रोवा र म्याकफिलले जस्तो नियति अन्तर्राष्ट्रिय फुटबलमा धेरै खेलाडीले भोगेका छन्। यसरी अकस्मात् अकल्पनीय रोगको सामना गरेर फुटबलको क्षेत्रमा फर्कने खेलाडीहरूको संख्या पनि बढी नै छ। ठूलो रोगको सामना गरेर फुटबलमा फर्कने खेलाडीको संघर्षका कथाहरू काल्पनिकजस्तै छन्। इभान क्लास्निस र न्वान्को कानुको कथा त कतिपयले पत्याउन पनि सक्दैनन्। जर्मनीमा जन्मिएर क्रोएसियाको राष्ट्रिय टोलिमा रहेका इभानको मृगौला प्रत्यारोपण गरिएको छ। हाल इङ्लिस प्रिमियरमा बोल्टन वन्डररका तर्फबाट खेल्ने इभानले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सन् २००४ मा डेब्यु गरेका थिए। जर्मन फुटबलर रुडी भोलरले उनलाई जर्मनीबाट खेल्न प्रस्ताव गरेका थिए। इभानले आफूले उमेर समूहमा क्रोएसियाका तर्फबाट सफलता पाएको कारण दर्साउँदै उनी जर्मनी टिममा सहभागी हुन चाहेनन्। युरो २००४ र विश्वकप २००६ मा क्रोएसियन टिममा सहभागी भएका

इभानले सन् २००७ मा दुवै मृगौलाले काम नगरेको यथार्थ सामना गरे। उनको जीवनमा आएको यस्तो बज्रपातविरुद्ध लड्न इभानकी आमा सिमाले आफ्नो एक मृगौला दिइन्। मृगौला प्रत्यारोपण भएको केही महिनापछि नै उक्त मृगौलाले काम गर्न छोड्यो। त्यसपछि उनलाई उनको बाबुले आफ्नो एक मृगौला दिए। त्यसले भने काम गर्‍यो। चिकित्सकहरूको निगरानीमा रहेका इभान सोही वर्ष लिगको प्रतियोगितामा थोरै समयका लागि मैदानमा उत्रिए।

पहिलो पटक ६५ मिनेट खेलेका इभानले दोस्रो खेलमा आफूलाई ८५ मिनेट मैदानमा टिकाए। क्लबस्तरमा उनको प्रतिभा देखेर उनलाई सन् २००८ मा राष्ट्रिय टोलीमा बोलाइयो। युरो २००८ मा इभानले पहिलो चरणमा पोल्यान्डविरुद्ध र क्वाटरफाइनलमा पूर्वविजेता टर्की विरुद्ध गोल गरेर आफ्नो क्षमता प्रदर्शन गरे। फिफाका अनुसार इभान मृगौला प्रत्यारोपन गरेर अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा फर्कने पहिलो खेलाडी हुन्।

सन् १९९३ मा फिफाले जापानमा आयोजना गरेको १७ वर्षमुनिको विश्वकप फुटबल प्रतियोगितामा नाइजेरियालाई विजेता बनाउन न्वान्को कानुले प्रतियोगिता

अवधिभर ५ गोल गरेका थिए। उनको अद्वितीय प्रदर्शनका कारण उनी अन्तर्राष्ट्रिय क्लबहरूका आँखामा परिसकेका थिए। सन् १९९६ मा अमेरिकाको एटलान्टा सहरले आयोजना गरेको ओलम्पिक प्रतियोगितामा कानुको टिमले स्वर्ण पदक जित्यो। यो सफलता पाएर फर्किएलगत्तै उनको मुटुमा समस्या देखा पर्‍यो। उनको मुटुको शल्यक्रिया गरेर भल्व फेर्नुपर्‍यो। सोही वर्ष उनलाई ओलम्पिक प्रतियोगितामा गरेको प्रदर्शनका आधारमा अफ्रिकी प्लेयर्स अफ दि इयरको सम्मान प्रदान गरियो। त्यसको एक वर्षपछि उनी फुटबल मैदानमा फर्किए। हाल नाइजेरियाको फुटबल टिममा रहेका कानु इङ्ल्यान्डको पोर्ट्स माउथ क्लबबाट प्रोफेसनल फुटबल खेलिरहेका छन्। फुटबलबाहेक उनले कानु हर्ट फाउन्डेसन पनि चलाएका छन्, जसले उनले जस्तै मुटुको समस्या भोगेका अफ्रिकाका बालबालिकाको उपचारमा सहयोग गर्छ।

सन् १९८७ देखि १९९८ सम्म बुल्गेरियाको राष्ट्रिय टिममा सेन्टर फरवार्डका रूपमा खेलेका लुबोस्लाभ पेनेभ आफ्नो खेल करिअरको उत्कर्षमा रहँदा अकस्मात् क्यान्सर रोगबाट ग्रसित भए। टेस्टिकुलर क्यान्सर रोगबाट ग्रसित भएका पेनेभ आफ्नो आत्मबलकै बलमा स्वस्थ लाभ गरेर मैदानमा फर्किए।

मनीष लिम्बू बने मिस्टर धरान

धरान– सोमबार धरानको सभाहलमा सम्पन्न खुला नगरस्तरीय शारीरिक सुगठन प्रतियोगिताको फाइनलमा १६ औं मिस्टर धरान भिजन जिम हलका मनीष लिम्बूले प्रथम स्थान हात पारेका छन्। त्यसपछि उनी नयाँ मिस्टर धरान घोषित भए। लिम्बूले नगद १७ हजारका साथै ट्रफी र प्रमाणपत्र पाए। उनले मस्ट मसलको उपाधि पनि पाए। विजेता भएपछि प्रसन्न मुद्रामा लिम्बूले भने- 'मेरो मिस्टर धरान हुने सपना पूरा भएको छ।'

५५, ६०, ६५ र ७० तौल समूहबीच सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा ६० तौल समूहबाट उनी विजेता बनेका हुन्। मनीष अघिल्लो वर्ष १५ औं मिस्टर धरानका फस्ट रनर-अप भएका थिए। मेजेस्टी जिम हलका तर्फबाट धरान-८ का पूर्ण तामाङ लिम्बू दोस्रा भए। उनले नगद ८ हजारसहित ट्रफी एवं प्रमाणपत्र पाए। साथै बेस्ट पोजरको उपाधि पनि उनैले कुम्ल्याए। शारीरिक सुगठन प्रतियोगिताको फाइनलमा क्रमशः विश्वबन्धु खाम्पाङ तथा उत्तम खत्री तेस्रो र चौथो भए। खत्रीले मस्ट इम्प्रुभमेन्टको उपाधि पनि जिते।

• मैदान बाहिर •

क्लार्कको प्रेम जीवन अन्त्य

अष्ट्रेलियाका क्रिकेटर माइकल क्लार्क तथा उनकी प्रेमिकाबीचको मनमुटाव चरमोत्कर्षमा पुगेको छ। पूर्वप्रेमीले बाथरुममा नुहाएको बेला खिचेको निर्वस्त्र तस्बिर पत्रिकामा प्रकाशित भएपछि क्लार्क र लारा ब्रिङ्गलबीचको प्रेमजीवन लगभग अन्त्य भएको छ। यो महिना वैवाहिक सम्बन्धमा बाँधिने योजनामा रहेका लारा र माइकलबीच लाराको तस्बिर सार्वजनिक भएपछि मनमुटाव बढेको हो। अहिले दुवैले विवाह नगर्ने घोषणा गरेका छन्। यो घटनापछि लाराको मोडलिङ करिअरमा भने फाइदा पुग्न थालेको छ। लाराका मोडलिङ एजेन्टका अनुसार क्लार्कसँग अलग भएपछि उनलाई मोडलिङको प्रस्ताव बढी आइरहेको छ। यसबीच लारालाई अष्ट्रेलियाको एक पत्रिकाले विशेष अन्तर्वार्ता दिए १ लाख डलर पारिश्रमिक प्रदान गर्ने प्रस्ताव अघि सारेको छ।

तु : आवश्यकता
USA बाट विस्तारित अफिसलाई कर्मचारी आवश्यकता।
योग्यता-SLC or +2 above
सङ्ख्या-9 Gents & Ladies
तलब -10,500 + Saving Fund
URI | USI
01-6637290 | 01-5532447
9841680647 | 9803437476
होस्टेलको सुविधा भएको नयाँ ठिमी, शङ्खधर चोक, भक्तपुर | नख्खु, दोबाटो, ललितपुर
नोट : बुझ्न आउँदा Document अनिवार्य हुनुपर्ने।

हार्दिक शुभकामना
Oasis Abroad Study Services & Consultancy (P.) Ltd. बागबजार काठमाडौंको व्यवस्थापनमा अनुभवि चिकित्सक, नर्स एवं प्रशिक्षकहरुद्वारा Staff Nurse, Advanced Bridge Course in Science, BSC. Nursing, BPH/B.Pharmacy तथा MBBS का प्रवेश परीक्षाको तयारी कक्षाहरु छुट्टै पहिचान सहित गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्न स्थापित NIMAS (National Institute for Medical & Allied Sciences) को उत्तरोत्तर प्रगति एवं सफलताको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।
प्रबन्ध निर्देशक
तथा
सनमुन मिडीया प्रा. लि. परिवार
लाजिम्पाट, फोन : ४४४१७७५

TEST / SLC 067
को लागि साथै कक्षा ६, ७, ८ र ९ मा
भर्ना खुल्यो
कक्षा ४,५,६,७ वा ८ पास गरी स्कुल जान नसकेका, कक्षा ९, Test वा SLC फेल भई स्कुल छाडेका वा स्कुल जाने उमेर नाघेका र जागिर गर्दै पढ्न चाहने विद्यार्थीहरुलाई
अध्ययन निरन्तर गर्ने सुवर्ण अवसर
- अंग्रेजी र नेपाली दुवै भाषामा पढाईन्छ।
- SLC दिने विद्यार्थीहरुले कक्षा १० को मात्र पाठ्यवस्तु पढे पुग्ने।
- बारम्बार फेल भई निराश भएका र पढाई छाडि बसेकाहरुको लागि विशेष कक्षाको व्यवस्था गरी मनोवैज्ञानिक तरिकाले पढाइने।
- होस्टेल तथा यातायातको समेत व्यवस्था छ।
- कक्षा समयः बिहान र बेलुका।
- नियमित स्कुल आउन नसक्नेहरुको लागि खुला सिकाईको व्यवस्था।
- जुन कक्षामा विद्यार्थी भर्ना हुने हो त्यसभन्दा २ कक्षा तलको कक्षा उत्तीर्ण गरेको प्रमाण पत्र पेश गरे पुग्ने।
Students' Open Learning Academy
द्वारा सञ्चालित तथा जि.शि.का. बाट अनुमति प्राप्त
Students' Coaching & Tutorial Academy
भाटभटेनी चोक (सिजापति शालिक संगै), PHONE: 4415244

भर्ना खुल्यो !
प्राईभेट Test/SLC मा भर्ना खुल्यो
एक वर्षमै S.L.C. पास गर्ने हैन त?
निःशुल्क भर्ना मात्र १५ जनालाई
- ८ पास ९, १०, Test/S.L.C. फेल भएकाहरुका लागि
- उमेर नाघेका जागिरे, गृहिणी आदिलाई
- दक्ष तथा अनुभवी शिक्षक शिक्षिकाद्वारा पढाईने
- विगत ८ वर्ष देखि उत्कृष्ठ नतिजा ल्याउन सफल।
Free Computer & Tuition.
माध्यम - अङ्ग्रेजी र नेपाली
समय- बिहान दिउँसो र बेलुका
जि.शि.का. र EIA बाट मान्यता प्राप्त
KINGS ACADEMY
Koteshwor-35
Contact: 01-4600245
Mob: 9849489453

एसीसी ट्रफी
आत्मविश्वासी नेपालको बढ्दो आशा

समूह 'ए'	समूह 'बी'
हङकङ	युएई
नेपाल	अफगानिस्तान
सिंगापुर	मलेसिया
कुवेत	बहराइन
ओमन	भुटान

राजु घिसिङ

काठमाडौं- उमेर समूह छाडेर पहिलोपल्ट नेपालले विश्वस्तरीय क्रिकेटको उपाधि गएको महिना मात्र जित्यो । घरेलु भूमिमा नेपाल आईसीसी वर्ल्ड क्रिकेट लिग डिभिजन फाइभ च्याम्पियन हुँदै डिभिजन फोरमा बढुवा भयो । त्यसपछि सम्पन्न एसीसी यू-१६ इलाइट कपमा भने नेपाल उपविजेतामै रोकियो । प्रतियोगिताको पहिलो संस्करणमा फाइनलसम्मको यात्रालाई नेपालले सुखद नतिजा मानेको छ ।

एक महिना यताको दुई सफलतापछि नेपाल अहिले कुवेतमा भैरहेको एसीसी ट्रफी इलाइट २०१० मा प्रतिस्पर्धा गरिरहेको छ । त्यसमा नेपाली टिमसँग सुदृढ प्रदर्शनको अपेक्षा गरिएको छ । डिभिजन फाइभमा हात पारेको उपलब्धिपछि नेपाली टिम आत्मविश्वासी छ ।

इटालीमा अगस्टमा हुने वर्ल्ड क्रिकेट लिग डिभिजन फोरको तयारी पनि हो– एसीसी ट्रफी । डिभिजन फोरमा फाइनल यात्रा पूरा गर्न सके नेपालले डिभिजन तीर्नमा प्रवेश मात्र पाउनेछैन, सन् २०१५ को विश्वकप क्रिकेट खेल्ने आशा पनि कायमै राख्नेछ । त्यसैले पनि कुवेतमा नेपाली टिमलाई सकारात्मक नतिजाको खाँचो छ । यसअघि नै उपविजेता भैसकेको नेपालको लक्ष्य एकपछि अर्को खेल जितेर इतिहास रच्दै उपाधि चुम्ने छ ।

यसअघि कुवेतमा भएका दुई प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेका उपकप्तान ज्ञानेन्द्र मल्लको अनुपस्थिति नेपालका लागि महँगो हुन सक्छ । दुईपल्ट प्रयास गरे पनि उनलाई कुवेतले भिसा दिन अस्वीकार गर्‍यो । केही खेलाडीलाई भिसा नदिने खाडी मुलुकको खराब व्यवहार पटक-पटक नेपाली क्रिकेट टिमले बेहोर्दै आएको छ । यो क्रम यसपटक पनि रोकिएन ।

मार्च ३१ मा सुरु भएको प्रतियोगिता अप्रिल ९ सम्म हुनेछ । त्यसमा नेपाली टिमलाई सन्तुलित भएकाले कुनै पनि टिमले कमजोर आँकेका छैनन् । आईसीसी वर्ल्ड लिग क्रिकेट डिभिजन फाइभमा सहभागी खेलाडीले नै कुवेतमा नेपालको प्रतिनिधित्व गरेका छन् ।

लामो समयदेखि नेपाली टिमको बागडोर सम्हाल्दै आएका श्रीलंकाली प्रशिक्षक रोय डायस एसीसी ट्रफीलाई डिभिजन फोरको तयारी मानेका छन् । उनको नेतृत्वमा नेपालले सफलता चुम्न नसकेको प्रतियोगिताका रूपमा एसीसी ट्रफीको परिचित छ ।

एसीसी ट्रफीमा पहिलोपल्ट पारस खड्काले नेपालको नेतृत्व सम्हाल्दै छन् । सिनियर टिमको कप्तानका रूपमा यो उनको तेस्रो प्रतियोगिता हो । डिभिजन फाइभमा सफलता दिलाएका उनले पहिलोपल्ट नेपाली सिनियर टिमको कप्तानी एसीसी ट्वान्टी-२० कपमा सम्हालेका थिए । डिफेन्डिङ च्याम्पियन हङकङसँगै सिंगापुर, कुवेत र ओमानको समूह 'ए' मा नेपाल पनि छ ।

दुई वर्षअघिको संस्करणमा नेपालले सेमिफाइनलसम्मको यात्रा तय गरेको थियो । ५० ओभरको क्रिकेटमा नेपालले अहिलेसम्म युएईलाई हराउन सकेको इतिहास छैन । फाइनल पुग्नबाट नेपाललाई युएईले रोकेको थियो । १४ मध्ये ११ खेलाडीसँग रहेको एसीसी ट्रफीको अनुभव यसपालि काम लाग्ने अनुमान गरिएको छ ।

पहिलो खेलमा नेपालले बुधबार साविक विजेता हङकङलाई ११८ रनले पराजित गर्‍यो । सन् २००४ को उपविजेता ओमनसँग नेपालको भेट शुक्रबार हुनेछ । तेस्रो खेलमा शनिबार नेपालको प्रतिद्वन्द्वी सिंगापुर हुनेछ । समूह चरणको अन्तिम खेल नेपालले मंगलबार खेल्नेछ, जहाँ आयोजक कुवेत नेपालका लागि चुनौती रहनेछ । समूह चरणमा शीर्ष दुई स्थानमा रहन सके नेपालले अन्तिम चारतर्फ अघि बढ्नेछ । सेमिफाइनलको बोटो खोल्न नसके नेपालको प्रतिस्पर्धा शीर्ष चारबाहेकका स्थानका लागि हुनेछ ।

आठ वर्षअघि सिंगापुरमा भएको एसीसी ट्रफीको फाइनल पुग्नु नै प्रतियोगितामा नेपालको सर्वोत्कृष्ट नतिजा हो । फाइनलमा नेपालको उपाधि चुम्ने सपनामा युएई बाधक रह्यो । उसले नेपालको चुनौती ६ विकेटले समाप्त पारेको थियो । प्रतियोगिताको इतिहासमा नेपालले तीनपल्ट अन्तिम चारको यात्रा गरेको छ । दुई सेमिफाइलमा नेपालको तगारो युएई नै थियो ।

समूह चरणमा हङकङ र सिंगापुर नेपालका लागि कठिन प्रतिद्वन्द्वी हुन सक्नेछ । नेपालमा सम्पन्न आईसीसी वर्ल्ड क्रिकेट लिग डिभिजन फाइभमा नेपालसँग हारेपछि सिंगापुरले लगातार चार खेल उत्कृष्ट रूपमा जितेको थियो । नेपालले सफलता चुम्ने हो भने परम्परागत कमजोर ब्याटिङमा सुधार ल्याउन आवश्यक छ । विगतमा कुवेतमा भएका प्रतियोगितामा नेपालको नतिजा सन्तोषजनक छैन । कुवेती भुमिमा भएका एसीसी ट्वान्टी-२० कप र यु-१९ मा नेपाल सफलताबाट वञ्चित भयो । खराब नतिजाको श्रृंखलामा यसपालि पूर्णविराम लगाउने अपेक्षा गरिएको छ ।

एकदिवसीय क्रिकेट खेल्ने मान्यता पाएको अफगानिस्तान, युएई, मलेसिया, बहराइन र भुटान रहेको समूह 'बी' मा खेल्नेछन् । एसीसी च्यालेन्ज कप विजेताका रूपमा पहिलोपल्ट भुटानले एसीसी ट्रफीमा अवसर पाएको हो । समय अभावका कारण योपल्ट एसीसी ट्रफीका फाइनल पुग्ने दुई टिमले टेस्ट मान्यताप्राप्त राष्ट्रहरू भारत, पाकिस्तान, श्रीलंका र बंगालदेशसँगै एसिया कप खेल्ने अवसर भने पाउनेछैनन् ।

टेस्ट क्रिकेटको मान्यता पाउनुअघि बंगलादेशले एसीसी ट्रफीका सुरुवाती दुई संस्करण जितेको थियो । त्यसपछि युएईले प्रतियोगितामा एकछत्र राज गर्‍यो र लगातार चार उपाधि जित्यो । सन् २००८ को फाइनलमा भने उसलाई पन्छाएर हङकङ नयाँ विजेताका रूपमा उदाएको थियो ।

सबै चुकेको घटना

हिमेशरत्न बज्राचार्य

दीपक विष्टले भूल गरेका हुन्, त्यो निश्चित थियो । कम्तीमा नैतिक धरातलमा यो ठूलै कुरा थियो । सिंगापुरमा हुने युथ ओलम्पिकको तेक्वान्दो छनौटमा नेपालले भाग लिन पाएन । यस्तोमा नेपाल तेक्वान्दो संघ विशेषतः नेपाल ओलम्पिक कमिटीविरुद्ध रूखो देखिएको थियो र आन्दोलनको मुडमा थियो । यो आन्दोलनको जिम्मा तेक्वान्दकै कीर्तिमानी खेलाडी दीपकले पाए । यो प्रसङ्ग सेलाउन नपाउँदै दीपक युथ ओलम्पिकको बैठकमा सेफ द मिसनका रूपमा भाग लिन सिंगापुर गए ।

दीपक खेलाडी मात्र थिएनन । खेलाडीका नेता थिए, तेक्वान्दो संघका सदस्य थिए, राखेपका कर्मचारी पनि थिए । अन्ततः यो भूलमा दीपकले ठूलो मूल्य चुकाउनुपर्‍यो । उनलाई तत्कालीन राखेपले अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुदबाट एक वर्षको प्रतिबन्ध लगायो, भलै एक साताभित्रै परिषद्ले आफ्नो भनाइ फेर्‍यो र त्यसलाई निलम्बनमा सीमित राख्यो । प्रतिबन्ध शब्द कतै नलेखिएको दाबी गर्दै राखेपले आफ्ना भनाइ 'मिस-अन्डरस्टायन्ड' को सिकार भएको दाबी गर्‍यो ।

वास्तवमै दीपक फुटबल खेलाडी हुँदा हुन् त उनले मैदानको बीच भागमा गरेको 'फल' का लागि रेफ्रीले पेनाल्टीको निर्णय दिएजस्तै थियो, राखेपको कारबाही । अन्त्यमा राखेपले दीपकमाथिको निलम्बन फुकुवा गरेपछि एक हदसम्म यो प्रकरण शान्त भएको छ, तर यही बिन्दुबाट धेरै प्रश्नको उत्तर खोज्ने बेला भएको छ, जस्तो युवा सभासद गगन थापा मान्छन् । 'अब दीपकको प्रसङ्गपछि नयाँ बहस सुरु गर्ने बेला भएको छ', उनको विश्लेषण थियो ।

नेपाली खेलकुदको फोहोरी राजनीतिले नै दीपकलाई सिकार बनाएको निचोड धेरैको थियो । राखेप र ओलम्पिक कमिटीबीचको विवाद कुनै नयाँ होइन । उनीहरू बीच को ठूलो भन्ने विवादमा नेपाली खेलकुदको समग्र विकासले कम महत्त्व पाउने गरेको छ । तेक्वान्दो संघको आपत्तिपछि ओलम्पिक कमिटीले दीपकलाई सेफ द मिसन बनाएर यस्तो ब्रह्मास्त्र प्रयोग गर्‍यो, जसले दीपक, तेक्वान्दो संघ र राखेप सबैलाई मर्माहित बनायो ।

अन्त्यमा त्यसले ओलम्पिक कमिटी स्वयंलाई आघात पुर्‍यायो । सेफ द मिसनजस्तो जिम्मेवारीपूर्ण पदमा सक्रिय खेलाडी तोक्नु आफैंमा भूल थियो । यसलाई दीपकले सम्मानका रूपमा लिए । विवाद चर्किएपछि ओलम्पिक कमिटीको बैठकमा त्यसका अध्यक्ष तथा दीपकलाई सेफ द मिसन तोक्नुका पछाडि प्रमुख भूमिका निर्वाह गर्ने ध्रुवबहादुर प्रधानले माफी मागेको स्रोत बताउँछ । ओलम्पिक कमिटीका केही प्रभावशाली सदस्यले यसको खुलेर विरोध समेत गरेका छन् । अर्कातर्फ ओलम्पिक कमिटीलाई काउन्टर दिन राखेप स्वयंले गलत चाल चल्यो ।

विशेषतः राखेप उपाध्यक्ष पिताम्बर तिम्सिनाले यसमा हतार गरे र दीपक सिंगापुर छँदै उनलाई एक वर्ष प्रतिबन्ध लगाएको बताउन उनी पछि परेनन् । उनको दाबी थियो, राखेप बोर्ड बैठकले दीपकमाथिको प्रतिबन्धलाई पूर्णता दिनेछ । उनको यो भनाइ धेरै दिन टिक्न सकेन् । राखेप सदस्य-सचिव हरिबाबु चौधरीले प्रतिबन्धको कुनै निर्णय नभएको, दीपकलाई निलम्बन मात्र गरिएको बताए । दीपकले खेद प्रकट गरेपछि उक्त निलम्बन पनि फुकुवा भएको छ ।

पूरा प्रकरणमा ओलम्पिक कमिटी, राखेप र दीपक स्वंय चुकेको स्पष्ट हुन्छ । अर्थात् सबै भएका छन्, ब्याकफायरको सिकार । 'नेपाली खेलकुद राजनैतिक पार्टीको भागबन्डामा सीमित छ', सभासद थापाको भनाइ थियो, 'अहिले नेपाली खेलकुदलाई राजनीतिबाट मुक्त राख्ने समय आएको छ । किन दीपकको प्रसङ्गसँगै यो आवाजलाई अघि नबढाउने ?'

यहाँनिर तेक्वान्दो संघको नयाँ कदम उत्तिकै हेर्नलायक हुनेछ । संघले आफ्ना सदस्य दीपकलाई पनि निलम्बनमा राखेको छ र यो घटनाक्रममा आफूलाई परिपक्व रूपमा पेस गर्न सफल भएको छ । दीपकको नाममा लगातार चारपल्ट दक्षिण एसियाली खेलकुदमा स्वर्ण जितेको कीर्तिमान छ, उनलाई भविष्यका खेलकुद नेताका रूपमा पनि हेरिएको छ । यस्तो स्थितिमा पूरा घटनाक्रम दीपकका लागि पनि ठूलो शिक्षा हुनेछ ।

सविना भइन् मिस पूर्वाञ्चल

धरान- निकै अबेर सम्म जारी प्रतियोगिताको नतिजा पर्खाइमा रहेका दर्शकको जिज्ञासालाई समाप्त पार्न जब उद्घोषकद्वय नरेश भट्टराई र मोनिका राईले निर्णायकले दिएका रिजल्ट पढ्न थाले। हलमा खचाखच उपस्थित दर्शकको सास टक्क अडियो। केही समयमै दर्शकलाई मिस पूर्वाञ्चल को बन्ने हो अनुमान गर्न लगाउँदै निर्णायकद्वयले रिजल्ट पढे।

२२ प्रतियोगीबीचबाट ट्याग नम्बर ९ मिस पूर्वाञ्चल घोषित भइन् र यस पटकको अन्ना लिफान मिस पूर्वाञ्चल- २०१० को ताज झापा बिर्तामोडकी २१ वर्षीया सविना सुब्बाले पहिरिइन्।

टप फाइभमा पुगेकी सुब्बाले प्रतियोगिताको मुख्य निर्णायक साप्ताहिक तथा नारीका सम्पादक सुवास ढकालको 'महिलाहरू पनि पुरुषजत्तिकै सक्षम छन् भन्ने कुरालाई कसरी पुष्टि गर्नुहुन्छ ?' भन्ने प्रश्नमा 'महिला पुरुषभन्दा कम छैनन्, महिलामा अवसरको खाँचो छ। अवसर पाए जे पनि गर्न सक्छन्। फेरि महिलाले सगरमाथा पनि चढिसकेका छन्, त्यसमाथि छोरामान्छे गर्न नसक्ने काम उनी सन्तान जन्माउन पनि सक्छिन्, जुन छोरा मानिसले गर्न सक्दैनन्' भनेकी थिइन्। उनलाई मिस नेपाल जेनिसा मोक्तानले ताज पहिराइदिएकी थिइन्।

स्थानीय कञ्चनजंगा एफएमकी आरजे सुब्बाले सातामा पाँचभन्दा बढी कार्यक्रम प्रस्तुत गर्ने गरेकी छिन्। बूढासुब्बा ट्रेनिङ सेन्टरद्वारा आयोजित मिस पूर्वाञ्चल प्रतियोगितामा सेन्टरका अध्यक्ष वीरेन्द्र लिम्बूले उनलाई अन्ना लिफान स्कुटीको चाबी हस्तान्तरण गरेका थिए। उनी उपाधिसँगै अन्ना लिफान स्कुटीको एक वर्षका लागि ब्रान्ड एम्बेसडर पनि बनिन्। झापा चकचके-७ की

सुब्बा कन्काई कलेजमा स्नातक दोस्रो वर्षमा मानविकी संकायमा अध्ययनरत छिन्।

प्रतियोगीताको फस्ट रनर्सअप धरानकी प्रिया लामा घोषित भइन्। उनले फस्ट रनर्सअपको ताजसँगै एक थान ल्यापटप पनि हात पारेकी थिइन्। प्रतियोगिताको सेकेन्ड रनर्सअप धरानकै २१ वर्षीय जमिना लिम्बूले हात पारिन्। नेसनल एकेडेमी धरानमा कक्षा १२ मा अध्यनरत लिम्बूले एक थान डेक्सटप कम्प्युटर हात पारिन्। उनले बेस्ट फिगरको उपाधि पनि जितेकी थिइन्।

प्रतियोगितामा मिस फ्रेन्डसिपमा उमा राई दरिइन भने मिस कल्चरको उपाधि कल्चरल राउन्डमा धिमाल जातिको पहिरनमा सजिएर प्रस्तुत भएकी जुना राईले जितिन्। मिस डिसिप्लिनमा इलामकी सिर्जना शर्मा घोषित भइन् भने मिस भ्यूअर च्वाइसमा सर्वाधिक एसएमएस बटुल्न सफल श्वेच्छा पौड्याल छानिइन्।

ब्युटिफूल हेयरमा सनिता राईको केशले उत्कृष्टता प्राप्त गऱ्यो भने प्रतियोगी प्रमिशा राईको स्किनले ब्युटिफूल स्किनको टाइटल जित्यो। हँसिलो अनुहारकी धनी धरानकी बृन्दा राईले बेस्ट स्माइलको टाइटल जितिन्। मिस क्याटवकमा सविना राईको क्याटवक राम्रो साबित हुन पुग्यो भने मिस फोटोजेनिक बीना लिम्बूको आकर्षक मुहारले जितेको थियो। मिस ट्यालेन्टमा सविना याख्याको प्रदर्शन उत्कृष्ट ठहरिएको थियो।

शनिवार धरानको सभाहलमा सम्पन्न प्रतियोगिताको अन्य निर्णायकमा चलचित्र निर्देशक दीपक श्रेष्ठ, तराई टेलिभिजनका डाइरेक्टर जनकदीप पराजुली, मिस नेपाल जेनिसा मोक्तान, ब्युटिसियन सान्द्रा पुन, हेयर स्टाइलिस नील डेभिड तथा अर्विट एमबीबीएस प्रिपेरेसनका प्रतिनिधि जयासिंह बस्नेत थिए।

राज फैजुको कोरियोग्राफीमा सम्पन्न प्रतियोगितामा सौरभ श्रेष्ठको इभेन्ट म्यानेज थियो। निकै लामो समयपश्चात्

सञ्चालित दोस्रो संस्करण र आकर्षक उपहार राखिएको मिस पूर्वाञ्चल प्रतियोगिता अब प्रत्येक वर्ष आयोजना गरिने बताएको छ।

राष्ट्रिय तथा स्थानीय कलाकारहरूले प्रतियोगितालाई सांगीतिक वातावरण प्रदान गरेका थिए। प्रतियोगिताको बीच-बीचमा गायक राजेश पायल राई, नवराम राई, विनोद खम्बु, सपन श्रेष्ठ एवं एपी शेर्पाले आ-आफ्ना गीत प्रस्तुत गरे।

-भीषण राई

उपाधि जित्दा कस्तो लागिरहेको छ ?
खुसी लागेको छ। साँच्चै भन्ने हो भने म अहिले निकै एक्साइटेड भएकी छु।

मुकुट पहिरिँदा कसलाई सम्झनुभयो ?
जन्म दिने आमालाई सम्झिएँ।

यो खुसीयाली को-कोसँग बाँड्न चाहनुहुन्छ ?
एफएममा कार्यरत मेरा सम्पूर्ण साथीहरू एवं परिवारसँग बाँड्न चाहन्छु।

तपाई त आरजे पनि, कुन-कुन कार्यक्रम चलाउनुहुन्छ ?
सांगीतिक कार्यक्रम, क्विज, मनोरञ्जनका साथै माया-प्रेमका कार्यक्रमहरू चलाइरहेकी छु।

अब के गर्नुहुन्छ ?
जिम्मेवारी थपिएको छ। अब यही क्षेत्रमा लागेर करियर अघि बढाउने सोच बनाएकी छु।

Private
TEST/SLC
❖ भर्खरै ९ तथा Test फेल भएका।
❖ ८, ९ र Test पास भएका/ उमेर नाघेका/ जागिर गर्दै पढ्न चाहने विद्यार्थीहरुका लागि
दश कक्षामा भर्ना खुल्यो
100% result since 2004....
❖ बिहान र दिउँसो/नेपाली र अंग्रेजी माध्यममा पढाइने
❖ जि.शि.का. र EIA बाट सम्बन्धन प्राप्त
फारम वितरण तथा भर्ना प्रक्रिया धमाधम भैरहेको छ।
Contact/Visit
Columbia Academy
Tel: 4781061, 9851095070

Admission Open for
Pre BRITISH GURKHAS ARMY & SINGAPORE POLICE FORCE
For 2010/2011
Lincoln Sports Pvt. Ltd.
Gongabu Tel: 01-4354576
Jawalakhel Tel: 01-5008571
Mob. 9851011166, 9841330670

Work & Study in JAPAN
Japanese Language/IELTS (Free Books, CDs, Lab Practics, Weekly Tests)
Languages: English, French, German, Korean, Hebrew, Chinese, Spanish, Italian, & more
COMPUTER COURSES
Load Shedding No Problem
Software, Hardware, and Networking
Basic, Office, Graphics, webpage, Accounting, Programming, PHP
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor (Opp. New Baneshwor Dept. store) Tel: 4785226 | New Baneshwor (Opp. BICC water Tank) Tel: 4483414 | Adwait Marg (Bagbazar) Tel: 4232866 | Lagankhel (Bus Park) Tel: 5004018

Shaping Minds Group
Kumaripati 5008632 2292233/44
Putalisadak 2222605 4233478
Baneshwor 4782162 4781431
Itahari 025-584310
Birgunj 051-523421
Career Oriented Training
* Banking Training - 42 Days - 2 Hrs Daily
* Diploma in Fashion Design - 12 Months
* Diploma in Interior Design - 12 Months
* Hardware Training - 8 Weeks - 2 Hrs Daily
* Secretarial Training - 8 Weeks - 2 Hrs Daily
* Accounting Package - 8 Weeks - 2 Hrs Daily
* Diploma in Cook Training - 8 Weeks - 2 Hrs
* Personality Development - 8 Weeks - 2 Hrs
* Special English Course - 8 Weeks - 2 Hrs Daily
* Advance Web / Graphic Design - 8 Weeks - 2 Hrs
* IELTS / TOEFL / SAT / GRE / GMAT - 8 Weeks - 2 Hrs
Projector Base Education from Experts with Good Discount Amount

फोटोग्राफी भिडियोग्राफी
फोटो/भिडियो एडिटिङ
फोटो/भिडियो प्रत्रकारिता
फोटो ल्यामिनेशन
अरुण दत्तद्वारा वि.सं. २०५३ देखि निरन्तर
Hurry UP
नेपाल फोटोग्राफी ट्रेनिङ ईन्स्टिच्यूट
Nepalpti@yahoo.com, 4216291

मोबाईल तालिम
(मोबाईल फोन Chinese मोबाईलको सफ्टवेयर गराईन्छ)
रेडियो क्यासेट DVD, VCD, TV
कम्प्युटर हार्डवेयर, सफ्टवेयर
एसी/फ्रिज
हाउसवायरिङ
मोटरवाईण्डिङ
Guarantee
लोडसेडिङ नो प्रोब्लम
१३ वर्ष पुरानो
छुटमा ३३%
Job को लागि सहयोग
तालिमको लागि सम्पर्क:
राज ईलेक्ट्रोनिक्स
शिव दर्शन हल अगाडी
नयाँ बानेश्वर फोन: ४४९५५८१
कालिमाटी ०१-६२२४७९८
नोट: विदेश जानेलाई विशेष कोर्ष

ब्यूटीसियन तालिममा नि:शुल्क भर्ना खुल्यो
विगत १३ वर्ष देखि देशभर १२ वटा शाखाहरुबाट विदेशमा तालिम लिएका वरिष्ठ ब्युटिसियनहरुद्वारा आधुनिक र अन्तर्राष्ट्रियस्तरको कोर्षमा Basic, Advance, Diploma, Beautician Teachers Trainining, Hair Dressing र Special Short Course र अन्य विविध कोर्षका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो।
****
नोट: यू. के., अमेरिका, अष्ट्रेलीया, यूरोप, तथा अन्य देशहरुमा स्टुडेन्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरुका लागि विशेष कोर्ष संचालन भईरहेका छन्।
ITC प्रशिक्षण केन्द्र : बुटवल ०७१-५४१४६५, जावलाखेल चोक २०८२६४१, नारायणगढ ०५६-५३२७५५, पोखरा ०६१-६२२०९५, नयाँबानेश्वर २०४२६५२, डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, कोटेश्वरचोक २०८१६७०, कलंकीचोक २१५०२१८, ठमेल चोक २१५०८००, गोंगबुचोक २०८११०५, चाबहिल चोक ४४५३३६१, लगनखेल बसपार्क २१२२४४८

Consultancy Sale
Well Running Educational Consultancy
Centrally Located at New Baneshwor
Option for Franchisee/ Complete Sale
2 Phone Lines with Epabx System
Ample Parking with Affordable Rent
Carpeted 7 Rooms with Power Backup
LCD Computers with Hi-Tech Furnitures
Multiple Training Options with Kitchen
Proper Networking with Net Connection
Both Franchise Partner as well as Buyers will be well Entertained...
Those Serious Parties can call us for the Location visit to monitor the above stated Infrastructure.
Genuine Inqury: 9851055733

होटल तालिम
(१००% रोजगारी मुलक)
कुक (इण्डियन, चाईनिज, कण्टिनेन्टल, इटालियन, मेक्सिकन) वेटर, वारमेन, क्याप्टेन, होटल सुपरभाइजर, रिसेप्सनिष्ट, हाउसकिपीङ्ग आदि।
*५ तारे होटलमा कार्यरत अनुभवी प्रशिक्षक बाट तालिम दिइने।
*दाढाबाट आएका र विदेश जानेहरुको लागि स्पेसल कोर्षको व्यवस्था।
*Ex-practical को लागि होटलहरुमा पठाइने।
अन्तराष्ट्रिय होटल तालिम प्रा.लि.
बालाजु चोक (Vision Institute) सँगै
फोन: 01-4384548

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
10th Year of Establishment
South Asia Tourism HRD Program
Compare our quality with the others
सम्पर्क: सांग्रीला पर्यटन तथा होटल तालिम केन्द्र प्रा. लि.
नयाँ बानेश्वर चोक
Affiliated to CTEVT
Member HAN REBAN ATHTIN
✆ 4472553 / 4475113

Drive Your Career in 5 star Hotel
Internship & Job Opportunities
ADMISSION OPEN
Advance Level Courses Details
2 Years Hotel Management
18 Months F & B Management
1 Years Kitchen Management
6 Months Advance Cook/Bartender
5 Months Advance Bakery/Pastry
Basic Level Courses
Cook/Waiter/Bar/Front Office/ Housekeeping
Global Institute of Hotel Mgmt & Tourism Technical Center P. Ltd
✆ 4484098, 2134544
नयाँबानेश्वर मिनभवन शान्तिनगर गेट सँगै

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।