सर्वाधिक बिक्री हुने

साप्ताहिक

सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष १६ ● अंक ३ ● काठमाडौं, शुक्रबार, जेठ २१, २०६७ ● SAPTAHIK ● Nepali National Weekly ● Friday, June 4, 2010 ● पृष्ठ २४ + ८ = ३२ ● मूल्य रु. १२/-

लोग्ने होइन, लोग्नेमानिस चाहिन्छ

● सुव्रत आचार्य/अश्विनी कोइराला

दुनियाँ अजीव छ। एउटा व्यक्तिलाई जुन कुरा मन पर्दैन, अर्को व्यक्तिलाई त्यही कुरा राम्रो लाग्छ। कतिपय व्यक्ति परम्परा जोगाउन मरिमेट्छन्, कोही परम्परा तोड्नुलाई नै आफ्नो जीवनको उद्देश्य मान्छन्। केही वर्षअघिसम्म ब्राह्मणले सुँगुर छुँदा उसलाई परिवारबाट निकालिन्थ्यो वा चोख्याएर मात्र गृह प्रवेश गराइन्थ्यो। त्यसबेला केही पढेलेखेका ब्राह्मणले सुँगुरको मासु खाएर त्यसको विरोध गरेका थिए। यस्ता धेरै परम्परा तोडिँदै आएका कारण समाज आजको अवस्थासम्म आइपुगेको हो। अहिले समाजमा नतोडिएको कुनै नियम छैन। यही नियम तोडिँदै जाँदा 'एक नारी ब्रह्मचारी' अहिले 'अनेक नारी सर्वहारी' भएको छ। यो नियम पुरुषमा मात्र लागू हुन्छ, महिलामा हुँदैन भन्ने मान्यता पनि अहिले तोडिन थालेको छ। अहिले पुरुषलाई खेलौनाका रूपमा प्रयोग गर्ने महिलाको संख्या उल्लेख्य देखिन थालेको छ। खोजी गर्दै जाँदा त्यस्ता सयौं युवती भेटिन्छन्, जो पुरुषलाई केवल मनोरञ्जनको साधन मात्र मान्छन्। तिनै युवतीमध्ये एक हुन्– मोडल स्मिता थापा।

साप्ताहिकमा प्रकाशित हट ब्लोअपमध्ये सर्वाधिक चर्चित तस्बिरकी धनी स्मिता त्यस्ता युवतीहरूकी प्रतिनिधि हुन्, जो पुरुषलाई साधन मात्र मान्छिन्। महिलाको जीवन विवाह गर्न, सन्तान जन्माउन एवं घरधन्दा गर्ने मात्र हो भन्ने मान्यता राख्नेहरूका लागि स्मिताजस्ता युवती अराजक लाग्न सक्छन्। उनको विचारमा पुरुषले महिलामाथि मायाको नाममा आफ्नो शारीरिक आवश्यकता मात्र पूरा गरेको छ। यौन आवश्यकता पुरुषको मात्र अधिकारको कुरा होइन, यो महिलालाई पनि आवश्यक छ भन्ने कुरा बुझेपछि उनले पनि पुरुषलाई त्यही रूपमा हेर्न थालेकी हुन्।

स्मिताले पहिलो पटक साप्ताहिकमार्फत आफ्ना केही व्यक्तिगत रहस्य सार्वजनिक गरेकी छिन्। आफ्नो 'ब्रेस्ट' ठूलो भएकै कारण धेरै पुरुष आफूप्रति आकर्षित भएको उनको अनुमान छ। थापा जंगली जनावरजस्तै आक्रामक पुरुष मन पर्ने कुरा पनि निर्धक्क बताउँछिन्। करिब एक दशक लामो आफ्नो यौनजीवनमा सबै किसिमको आसनको अनुभव गरेको उनले बताइन्। लामो अनुभवपछि उनको निष्कर्ष छ- 'यो जति खाए पनि नअघाइने अमृत फल रहेछ।' नक्सालस्थित बाबर्ची रेस्टुराँमा चम्किलो गाडीमा अन्तर्वार्ता दिन आएकी स्मिताले ह्विस्कीको पेग लिनुअघि नै खुला रूपमा आफ्नो विचार व्यक्त गर्न थालेकी थिइन्। ह्विस्कीको पेग बढ्दै जाँदा उनी अझ खुल्दै गइन्।

विस्तृत कुराकानी पृष्ठ ५ मा

यो अंकमा विश्वकप फुटबल तथा एमबीबीएस इन्ट्रान्स तयारीसम्बन्धी विशेष सामग्री समावेश छ।

सँगै देखिए मनिषा र सम्राट

नायिका मनिषा कोइराला आफ्नो भावी श्रीमान् सम्राट दाहालसँग गत बुधवार त्रिभुवन विमानस्थलमा पहिलो पटक संगै देखिइन्। केही दिनअघि मुम्बई गएकी मनिषालाई लिन सम्राट एयरपोर्ट पुगेका थिए। मनिषा र सम्राट आगामी असार ६ गते वैवाहिक जीवनमा बाँधिदैछन्। वैवाहिक समारोहमा सहभागि हुन बलिउडका जैकी श्राफ, गोविन्दा, सुवास घई आदि चलचित्रकर्मी काठमाडौं आउने बताइन्छ।

तस्वीर : विकास रौनियार

Properties	Cement Paint	Nepolin Exterior Emulsion
Covering Capacity for 2 coat / lit **	20	60
Material cost per Kg	35	250
Material cost per sq. feet	1.75	4.17
Labour cost / sq ft.	2	5
Total cost per sq feet	3.75	9.17
Durability or Life	1 Year	4 Years
Average cost per sq ft per Year	3.75	2.29

** Coverage is based on well prepared wall surface only. Data may vary based on the surface of wall for product & labour rate vary as per skill & location.

प्रति स्क्वायर फिट रंगको लागत रू. २.२९ मात्र!

For more information call 01-4265405

● क्यासेट ●

टच

गायक ईश्वर मागियाका पप गीतहरूको संग्रह 'टच' लाई भाइब्स क्रिएसनले बजारमा ल्याएको छ। संग्रहमा समाविष्ट गीतहरू राम सिटौला, निर्माण योञ्जन, कालीप्रसाद बास्कोटा, नरेन्द्र प्यासी, जीवित जल्मी तथा दिनेश तण्डुकारले संगीतबद्ध गरेका हुन्।

डहर

गायक अजित घिसिङका पप गीतहरूको संग्रह 'डहर' श्रोतामाझ आएको छ। युवा रेकर्ड्सले बजारमा ल्याएको यो संग्रहका गीतमा गायक घिसिङका अतिरिक्त शिलाबहादुर मोक्तान तथा सुरेशले संगीत दिएका छन्।

समर्पण

गायक तुलाधर दर्नालका आधुनिक गीतहरूको संग्रह 'समर्पण' बजारमा आएको छ। संग्रहका गीतमा एनबी चाम्लिङको संगीत तथा युवराज पौडेलको शब्द सुन्न पाइन्छ। टाइम्स म्युजिकको यो उत्पादनमा नौवटा गीत संग्रहित छन्।

● रंगमञ्च ●

जनचेतनामूलक सडक नाटक प्रदर्शन

विश्व एड्स सप्ताहका अवसरमा सिद्धार्थ क्लबद्वारा सराङकोट गाविसमा शैक्षिक सामग्री वितरणका साथै सडक नाटक प्रदर्शन सम्पन्न भएको छ। सो अवसरमा सराङकोट गाविसको नौवटा सामुदायिक विद्यालयका अति विपन्न परिवारका नौ जना बालबालिकालाई शैक्षिक सामग्री प्रदान गरिएको थियो। कार्यक्रममा करिब ४ सय जनाको उपस्थितिमा एचआईभी संक्रमित तथा प्रभावित बालबालिकाहरुलाई बिनाभेदभाव सहज रूपमा पढ्न पाउने वातावरण सिर्जना गर्नका साथै बालबालिकालाई बाल-मैत्रीपूर्ण वातावरणमा शिक्षा आर्जन गर्ने वातावरण प्रदान गर्ने कार्यमा अभिभावकको भूमिकाका सम्बन्धमा जनचेतना अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले **'सोच'** शीर्षकको नाटक मञ्चन गरिएको थियो। उक्त नाटक सिद्धार्थ बालक्लब, सूर्योदय बालक्लब, एचआईभी र एड्स न्यूनीकरण तथा समाज सुधार समितिका सदस्यहरूले प्रस्तुत गरेका थिए।

पाल्पामा सडक नाटक

लोकतन्त्रलाई सुदृढ तुल्याउने उद्देश्यले पाल्पाका विभिन्न गाउँमा सडक नाटक मञ्चन गरिएको छ। नाटकमा आरोहण गुरुकुलबाट तालिम प्राप्त कलाकारहरूले अभिनय गरेका छन्। पिछडिएका दुर्गम गाविसका जनतामा लोकतन्त्रको चेतना जगाउन यो सडक नाटक मञ्चन गरिएको हो। सडक नाटकमार्फत कलाकारहरूले हरेक वर्ष बजेट आएर पनि विकास निर्माणका कुनै पनि काम नगर्ने मुखिया तथा गाउँका अगुवाहरूप्रति व्यंग्य गरेका छन्। गाविसमा जाने रकमको विवरण पारदर्शी हुनुपर्ने सन्देश पनि नाटकमा छ। स्थानीय तहमा लोकतन्त्र निर्माणका लागि पाल्पाका १५ स्थानमा सडक नाटक मञ्चन भएको छ। नाटकको लेखन तथा निर्देशन चोपलाल गिरीले गरेका हुन्। नाटकमा लक्ष्मी गिरी, तारा थापा, पीताम्बर बस्याल, छन्दविक्रम पाण्डे आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्।

सराप परेको देश

शैली थिएटरको आयोजनामा गत शुक्रबारदेखि राजधानीमा 'सराप परेको देश' शीर्षकको नाटक मञ्चन भैरहेको छ। आगामी असारसम्म हरेक शुक्रबार साँझ ४:३० बजे मञ्चन गरिने यो नाटकको निर्देशन नवराज बुढाथोकीले गरेका छन्। देशको राजनैतिक अवस्था चित्रण गरिएको यो नाटक कमलपोखरीस्थित रूसी सांस्कृतिक केन्द्रमा मञ्चन भैरहेको छ। नाटकमा निरीह सरकार भएको देशमा कर्मचारीतन्त्रको हालिमुहालीले पारेको प्रभाव तथा सोझा जनताले भोग्नुपरेको पीडा चित्रण गरिएको छ। कथाकार अन्टोन चेखवको कथा 'कारिन्दाको मृत्यु' तथा 'छेपारो' मा आधारित रहेर नवराज बुढाथोकीले यो नाटक तयार पारेका हुन्। नाटकमा समन्त आचार्य, प्रेम पौडेल, आकाश मगर, मञ्जु देवकोटा, केदार श्रेष्ठ, आकाश शाही, अभय बराल, योगराज पाण्डे, कुसाङ आदिले अभिनय गरेका छन्।

जैविक धुनहरु

रंगकर्मी रामबाबु रेग्मीले गत शनिबार राजधानीको रत्नपार्कमा 'जैविक धुनहरू' शीर्षकको नाटक मञ्चन गराएका छन्। मण्डपिका कला समूहको आयोजना मञ्चित यो नाटक प्रदर्शनको उद्देश्य जैविक विविधतासम्बन्धी जनचेतना जगाउनु थियो। नाटकमा टंकप्रसाद चौलागाई, जेबी रुवाली, गंगाप्रसाद तिवारी, जीवन बराल, रञ्जु श्रेष्ठ, सविना बडाल, दुर्गा विश्वकर्मा आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन्। यो नाटक जैविक विविधता दिवस अर्थात् गत मे २२ का दिन पोखराका विभिन्न चार स्थानमा समेत मञ्चन गरिएको थियो।

● ग्यालरी ●

धरानमा तस्बिर प्रदर्शनी

धरानस्थित स्वयं आर्ट ग्यालरीमा अन्तर्राष्ट्रिय तस्बिर प्रदर्शनी आयोजना गरिएको छ। ग्यालरीकै आयोजनामा सञ्चालन भैरहेको प्रदर्शनमा ४ जना स्वदेशी तथा १३ जना विदेशी फोटोग्राफरका तस्बिर प्रदर्शन भैरहेका छन्। प्रदर्शनीमा ३३ वटा तस्बिर छन्। प्रदर्शनीमा अमेरिका, हल्यान्ड, डेनमार्क, आयरल्यान्ड र फिनल्यान्डका तस्बिर राखिएका छन्। महेश श्रेष्ठ, प्रकाश श्रेष्ठ, विकास राई तथा मिङ्मा शेर्पाले खिचेका तस्बिर पनि प्रदर्शनीमा राखिएका छन्। प्रदर्शनी पर्सि आइतबारसम्म चल्नेछ।

बिक्री भए बुद्धका चित्रकला

बुद्धजयन्तीको अवसर पारेर लुम्बिनीमा एकदिने चित्रकला प्रदर्शनीमा सहभागी भियतनामी कलाकार फू बिङका पाँच थान चित्रकला बिक्रीका लागि बुकिङ भएका छन्। निर्वाण आर्ट ग्यालरीको आयोजनामा सञ्चालन भएको प्रदर्शनीमा राखिएका चित्रकलामध्ये एउटा २ हजार अमेरिकी डलरमा बिक्री हुँदैछ भने बाँकी ५ सय डलरमा। बिक्रीबाट संकलन भएको रकमको आधा हिस्सा लुम्बिनी विकास कोषले प्राप्त गर्नेछ। चित्रकार फु बिङले नेपाल थाइल्यान्ड, भारत, पाकिस्तान, तिब्बत, कम्बोडिया आदि देशमा प्रचलित बुद्धका अनुहारलाई एक्रेलिक माध्यमबाट चित्रकलामा उतारेका छन्। उनले पाँच वर्ष नेपालमा बसेर बुद्धका सम्बन्धमा अध्ययन गरेका थिए।

● लाइभ ●

लाइभ कन्सर्टमा मेरो नेपाल...

अमेरिकामा बसोबास गरिरहेका गायक राजु लामा भोलि शनिबार पोखरामा आयोजना हुने एकल गायन कार्यक्रम 'मेरो नेपाल...' मा सहभागी हुँदैछन्। पोखराको नयाँबजारस्थित प्रदर्शनी केन्द्रमा शनिबार दिउँसो १ बजे प्रारम्भ हुने लाइभ कन्सर्टमा गायक लामा आफ्नो समूह मंगोलियन हर्टसका संगीतकर्मीहरूसाग प्रस्तुत हुँदैछन्। कन्सर्टमा गायक लामाले आफ्ना करिब दुई दर्जन लोकप्रिय गीत प्रस्तुत गर्दैछन्। यसैगरी आगामी शुक्रबार काठमाडौंमा आयोजना हुने 'राजु लामा मंगोलियन हार्ट : एन एक्स्क्लुसिभ लाइभ' मा पनि गायक लामाले गीत-संगीत प्रस्तुत गर्दैछन्।

● पुस्तक ●

प्रतिनिधि नारी यौनकथा

नेपालका १८ महिला साहित्यकारद्वारा रचना गरिएका यौन विषयक कथाहरूको संगालो प्रतिनिधि नारी यौनकथालाई विमल भौकाजीले संकलन तथा सम्पादन गरेका हुन्। प्रस्तुत कृतिमा समेटिएका कथाहरू प्रकाशनका समयमा विवाद र चर्चामा रहेको दाबीसमेत गरिएको छ। यो कृतिको मूल्य १ सय ९५ रुपैयाँ छ।

गणतन्त्रदेखि लोकतान्त्रिक गणतन्त्रसम्म

जनआन्दोलन-२ को उपलब्धि गणतन्त्रले सिर्जना गरेका नयाँ नेपालका राजनैतिक विषयहरू समेटिएको पुस्तक गणतन्त्रदेखि लोकतान्त्रिक गणतन्त्रसम्ममा संघीयताको समस्या र समीक्षालाई प्रमुख रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। ज्ञानमणि नेपालद्वारा लेखिएको यो पुस्तक गणतन्त्रका विषयमा जान्न र बुझ्न चाहने पाठकहरूलाई सजिलो हुनेछ। मकालु प्रकाशन गृहद्वारा प्रकाशित यो कृतिको मूल्य २ सय २५ रुपैयाँ छ।

शिरीषको फूल (अंग्रेजी)

स्व.पारिजातको प्रसिद्ध उपन्यास 'शिरीषको फूल' को अंग्रेजी अनुवाद *'ब्लु मिमोसा'* प्रकाशित भएको छ। सन् १९७२ मा पहिलो पटक प्रकाशित शिरीषको फूललाई टंक विलास वार्याले अंग्रेजीमा अनुवाद गरेका हुन्। शिरीषको फूलको अंग्रेजी रूपान्तरणलाई अर्किड बुक्सले प्रकाशित गरेको हो। २०२३ सालमा मदन पुरस्कार प्राप्त शिरीषको फूल नेपाली साहित्यमा अत्यधिक बिक्री हुने कृति मानिन्छ। बर्सेनि १० हजारभन्दा बढी प्रति बिक्री हुने यो कृतिको नेपाली भर्सन १ लाखभन्दा बढी प्रति बिक्री भैसकेको छ।

तपाईंको यो साता

ज्यो. पं. ओजराज उपाध्याय लोहनी

यो साताको पञ्चाङ्ग

जेठ २१ गते : क्रोधको सिकार भएका बालबालिकासम्बन्धी विश्व दिवस, २२ गते : विश्व वातावरण दिवस, २५ गते : अपरा एकादशी, विश्व ब्रेन ट्युमर दिवस, समुद्र दिवस।

मेष

काम सहज रूपमा अघि सर्नेछ। सोच्ने शक्ति, पराक्रम एवं बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको सहयोग पाउनुहोला। प्रतिस्पर्धीसित सजग रहनुहोला। स्वास्थ्य गडबड हुनसक्छ। आइतबार र सोमबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने देखिन्छ।

मिथुन

सानातिना उल्झनको सामना गर्नुपरे पनि लक्ष्य प्राप्त हुनेछ। भाग्य बलियो छ। गरेको काममा सन्तोष प्राप्त हुनेछ। सजिलै अरूको मन जित्न सकिनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। धन-मान हासिल हुनेछ। मित्र तथा परिवारको सहयोग भने मिल्ने देखिँदैन।

सिंह

पहिलो भेटमै अरूको मन जित्न सकिनेछ। पराक्रम बढे पनि काममा सफलता पाउन गाह्रो पर्ला। धन-मान पाउने योग भए पनि चिन्ताको सामना गर्नुपर्ला। खानपानमा विचार पुऱ्याउनुहोला। भाग्यले साथ दिनेछ। आइतबारदेखि ग्रह प्रतिकूल हुनेछन्। स्वास्थ्य गडबड रहन सक्छ। नैराश्यता एवं उदासीनताले सताउनेछ।

तुला

मन चञ्चल हुनेछ। धैर्यतामा मात्र सफलता पाउन सकिनेछ। स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्ला। आर्थिक कारोबारमा अघि नबढ्नुहोला। घरेलु समस्याले सताउनेछ। कर्म बलियो छ। प्रयास गर्दा आफ्नो लक्ष प्राप्त गर्न सकिनेछ। काममा अवरोध सिर्जना गर्नेहरूको कमी छैन। कुरा काट्नेहरू प्रसस्तै हुनेछन्।

धनु

पराक्रम एवं बोलीको प्रभाव बढ्नेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। आफन्तहरूको सहयोग प्राप्त हुनेछ। अध्ययनमा सफलता मिल्नेछ। आइतबारदेखि स्वास्थ्य गडबड हुनसक्छ। आम्दानीका मार्गहरू बन्द हुनेछन्। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिन सक्छन्। समयमा निर्णय नहुँदा आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउनेछन्।

कुम्भ

साताका सबै पक्ष राम्रा रहे पनि स्वास्थ्यमा समस्या आउन सक्छ। अरूलाई विश्वास दिलाएर आफ्नो वर्चस्व बढाउन सकिनेछ। सानै प्रयासले पनि ठूला काममा सफलता मिल्नेछ भने अध्ययनमा सोचेजस्तै सफलता हासिल हुनेछ। महत्त्वपूर्ण जिम्मेवारी आफूमाथि आउनेछ। इमान्दारिताले ठूला व्यक्तिको मन जित्न सकिनेछ।

वृष

कामकाज सोचेजस्तै गरी अघि बढ्नेछन्। मन प्रसन्न रहनेछ। सानै प्रयासले पनि ठूलो काममा सफलता मिल्नेछ। पराक्रमको गति तीव्र हुनेछ। कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन्। भाग्यले साथ दिनेछ। सामाजिक कार्यका रुचि बढ्नेछ। प्रशंसा पनि पाउनुहोला। बुधबार र बिहीबार खर्च, विवाद एवं चिन्ता बढ्ने योग छ।

कर्कट

मन अशान्त रहनेछ। स्वास्थ्य गडबड हुनसक्छ। सानोतिनो काममा पनि धेरै प्रयत्न गर्नुपर्ला। समयमा निर्णय नहुँदा आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउनेछन्। नैराश्यता एवं उदासीनता बढ्नेछ। मंगलबारदेखि ग्रहहरू अनुकूल हुनेछन्। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। भाग्यले पनि साथ दिनेछ।

कन्या

सानातिना समस्याको सामना गर्नुपरे पनि अड्किएका कामहरू पूरा हुनेछन्। भाग्यले साथ दिनेछ। भेटघाटले मनलाई प्रसन्न बनाउनेछ। आफन्तहरूबाट सहयोग पाउनुहोला। बुधबार र बिहीबार स्वास्थ्य गडबड रहने, चिन्ता बढ्ने तथा काममा अवरोध आउने योग छ। समयमा निर्णय नहुँदा आफ्नो काममा अरूले अधिकार नै जमाउनेछन्।

वृश्चिक

आफन्तहरूको सहयोग मिल्नेछ। नयाँ मित्रको आगमनले मनोबल दरो हुनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। सामाजिक कार्यमा मन जानेछ। ठूला काममा अघि बढ्ने बेला आएको छ। प्रतिस्पर्धीहरू बढे पनि जित तपाईंकै हुनेछ। आर्थिक कारोबारमा अघि बढ्नु उचित हुँदैन।

मकर

अरूको विश्वास जित्न सकिनेछ। अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम पाइने योग छ। सानै प्रयासले पनि ठूलो काममा सफलता प्राप्त होला। तपाईंको लगनशीलताले अरूलाई आकर्षित गर्नेछ। महत्त्वपूर्ण भेटघाटले मनोबल बढाउनेछ। भाग्यले साथ दिनेछ। अध्ययनमा सोचेजस्तै सफलता हात पर्नेछ। घरेलु कार्यमा खासै सफलता मिल्ने देखिँदैन।

मीन

काममा बाधा उत्पन्न हुनसक्छ। कुरा काट्नेहरू सक्रिय हुनेछन्। गलत विचार बढ्नेछ। हात परेको काम पनि फुत्कन सक्छ। विश्वास गरेकाहरूले धोका दिनेछन्। परिवारिक झन्झटले पनि सताउन सक्छ। आइतबार, सोमबार तथा मंगलबार समय राम्रो रहनेछ। पराक्रम बढ्नुका साथै अधुरा काम पूरा हुने तथा नयाँ काम हात पर्ने योग छ।

दैनिक एक हजार वैदेशिक रोजगारीमा

पोखरा- वैदेशिक रोजगारीको आकर्षण बढिरहेका बेला नेपालबाट दैनिक १ हजार मानिस विदेश जाने गरेका छन् । श्रम तथा यातायात मन्त्रालय वैदेशिक रोजगार विभागबाट स्वीकृति लिएर त्यति मानिस विदेशमा गए पनि गैरकानुनी रूपमा भने ठूलो संख्या जाने गरेको वैदेशिक रोजगार विभागका अधिकृत नवराज ढुङ्गानाले पोखरामा आयोजित वैदेशिक रोजगारीको वर्तमान अवस्था विषयक कार्यक्रममा जानकारी दिए । गैरकानुनी रूपमा जानेहरूमध्ये अधिकांश विदेशमा अलपत्र पर्ने गरेका छन् ।

'वैदेशिक रोजगारीमा जानेमध्ये प्रत्येक दिन दुर्घटना तथा जोखिमपूर्ण कामले गर्दा दुईदेखि तीन जनासम्मको मुत्यु हुने गरेको छ,' ढुङ्गानाले भने, 'यस्ता घटनामा पर्नेहरूमध्ये अधिकांश श्रम स्वीकृति नलिई गैरकानुनी ढंगले जानेहरू छन् ।'

वैदेशिक रोजगारीका क्रममा विभिन्न मुलुकमा १६ लाख नेपाली कार्यरत छन् । त्यत्तिकै नेपालीहरू अवैध रूपमा पनि वैदेशिक रोजगारमा गएका छन् । विभागले वैदेशिक रोजगारका लागि १ सय ८ देश खुला गरेको छ । तिनै देशमा विभागको स्वीकृति लिएर विभिन्न म्यानपावर कम्पनीले रोजगारीका लागी विदेश पठाउने गरेका छन् । नेपालमा ८ सय ५२ वटा म्यानपावर कम्पनी रहेकोमा २ सय १४ वटा खारेज भै हाल ६ सय १४ रहेको ढुङ्गानाले बताए ।

नेपालबाट वैदैशिक रोजगारीका लागि धेरै मानिस जाने देश मलेसिया हो । वार्षिक रूपमा नेपालबाट ५० हजार मानिस मलेसिया जाने गरेका छन् । अघिल्लो वर्ष मात्र २ लाख १९ हजार ९ सय जना विदेश गएकोमा आर्थिक वर्षको चैतसम्ममा २ लाख २ हजार ७ सय ७४ जना युवा वैदेशिक रोजगारमा गएको विभागका कानुनी अधिकृत पुष्पराज नेपालले जानकारी दिए । नेपालका अनुसार वैदेशिक रोजगारका लागि भारतबाट पठाउदा, बन्द गरिएका देशमा पठाउँदा, एउटा काम भनी अर्को काममा पठाउने दलालका कारण वैदेशिक रोजगारीमा जानेहरू ठगिने गरेका छन् । विभागले नेपालको पाँचै विकास क्षेत्रमा वैदेशिक रोजगारीका सम्बन्धमा सरोकारवालाहरूसँग छलफलका लागि कार्यक्रम सुरु गरेको छ ।

● **शिव शर्मा**

दर्ता भएका बन्दुकको गैरकानुनी प्रयोग

बिर्तामोड- जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापामा दर्ता भएका ४ सय ५१ बन्दुक गैरकानुनी रूपमा प्रयोग भैरहेको छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापामा ७ सय ९१ वटा बन्दुक दर्ता भएकोमा ६३ वटा मात्र नवीकरण भएका छन् । प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएका ३ सय ७६ मध्ये ७३ वटा बन्दुक फिर्ता गरेको छ भने अन्य प्रहरीसँगै छ । नवीकरण र प्रहरी नियन्त्रणमा रहेका बाहेकका ४ सय ५१ हतियार के कसरी प्रयोग हुँदैछन् वा कोसँग छन् भन्ने अत्तोपत्तो छैन ।

सशस्त्र द्वन्द्वको समयमा झापाका नागरिकसँग भएका ३ सय ७६ बन्दुक प्रहरीले आफ्नो नियन्त्रणमा लिएको थियो । प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको कुल ३ सय ७६ मध्ये ७९ वटा मात्र फिर्ता भएको झापाका प्रहरी प्रमुख एसपी रवीन्द्र शर्माले जानकारी दिए । जिल्ला प्रहरी कार्यालयको हतियार राख्ने प्रबन्ध शाखामा रेकर्ड नभएको तर प्रहरीले भर्पाई दिएको एउटा बन्दुकको तथ्य पनि फेला परेको छ ।

माओवादीले द्वन्द्वको समयमा नागरिकबाट कति बन्दुक लगे भन्ने तथ्यांक न त प्रहरीसँग छ न त जिल्ला प्रशासन कार्यालयसँग नै छ । नवीकरण भएका कुल बन्दुकमध्ये ३४ वटा तीनवटा बैंकका छन् भने २९ वटा सर्वसाधारणका हतियार छन् । सर्वसाधारणमध्ये २६ वटा बन्दुक र ३ वटा पेस्तोल नवीकरण भएको जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापाका लेखा अधिकृत भवीन्द्र तामाङले जानकारी दिए । नेपाल बैंक लिमिटेड, राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक तथा कृषि विकास बैंकले हतियार दर्ता र नवीकरण गरे पनि निजी क्षेत्रका बैंकले न त हतियार दर्ता गराएका छन् न त नवीकरण नै गरेका छन् ।

माओवादीले गाउँ-गाउँबाट सर्वसाधारणका निजी हतियार खोस्न थालेपछि प्रहरीले २०५८ सालदेखि हतियार नियन्त्रणमा लिएको हो । नियन्त्रणमा लिइएका कतिपय हतियार कामै नलाग्ने भएका छन् । पथरिया, केचना, बालुवाडी, बनियानीलगायत भारतसँग सीमा जोडिएका गाविसका बासिन्दाले बन्दुक फिर्ता लिएका हुन् । उनीहरूले भारतीय डाँकाबाट बच्न बन्दुक फिर्ता लगेका हुन् ।

फिर्ता लगिएका हतियार समेत बिनानवीकरण प्रयोगमा आइरहेको छ । ७९ वटा बन्दुक प्रहरीबाट फिर्ता लगे पनि सर्वसाधारणले २६ वटा बन्दुक मात्र नवीकरण गराएका छन् । प्रहरीबाट फिर्ता लगिएका अन्य ५३ वटा बन्दुक नवीकरणबिनै प्रयोग भैरहेको छ । प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएका बन्दुक फिर्ता दिने काम भैरहेको झापाका प्रहरी उपरीक्षक शर्माले जानकारी दिए । प्रशासनले पनि गाउँगाउँमा नवीकरण नगरिएका हतियार भएको थाहा पाउँदा-पाउँदै पनि त्यसलाई नियन्त्रण गर्ने कुनै चासो देखाएको छैन ।

– **हिमाल खरेल**

• सम्पादकीय •

अपराधको चक्रव्यूह र राजनैतिक दल

बीपी कोइराला मेमोरियल क्यान्सर अस्पताल भरतपुरका निर्देशक डा. भक्तमान श्रेष्ठ बेपत्ता भएको दुई साताभन्दा बढी समय बितिसक्दा पनि सम्बन्धित निकाय डा. श्रेष्ठको अवस्था सार्वजनिक गर्न असफल हुनुले मुलुकको सुरक्षा–संयन्त्रको लाचारी र कमजोरी उजागर हुन पुगेको छ । अहिलेसम्मका अनुसन्धानहरूले नेकपा एमाओवादीसाग डा. श्रेष्ठको सम्पर्कलाई केही हदसम्म प्रमाणित गरे पनि अहिले डा. श्रेष्ठ कहाा र कुन अवस्थामा छन् भन्ने कुरा सार्वजनिक हुन सकेको छैन डा. श्रेष्ठले अहिले भोग्नुपरेको नियतिका बारेमा आमजनमानसबीच अनेक किसिमका शंका–उपशंका हुनु स्वाभाविक हो । डा. श्रेष्ठका बारेमा अहिलेसम्म बाहिर आएका कुराले उनी बेपत्ता हुनुका पछाडि नेकपा एमाओवादीसाग उनको सम्पर्क र लेनदेनको विषयतर्फ इंगित गरेको छ । डा. श्रेष्ठका नजिकका आफन्तहरूका अनुसार डा. श्रेष्ठ बेपत्ता भएकै समयदेखि उनको आवास र नातेदारहरूसहित भेटघाटका लागि आएका मानिसहरूसमेत माओवादीहरूको निगरानीमा रहनुले पनि डा. श्रेष्ठ प्रकरणमा माओवादी संलग्नतातर्फ संकेत गर्छ ।

विभिन्न सञ्चार–माध्यममा आएका उपरोक्त कुरालाई माओवादी नेतृत्वले पटक–पटक खण्डन गर्दै आएको छ । यति मात्र नभै डा. श्रेष्ठको खोजीका लागि अहिले माओवादीले छानबिन समिति गठन गरेको र डा. श्रेष्ठको खोजीकार्यलाई तीव्र बनाएको समाचार पनि सार्वजनिक भएका छन् । पहिले आफैंले बेपत्ता बनाएको आरोप खेपिरहेको माओवादीले डा. श्रेष्ठको खोजीका लागि छानबिन समिति गठन गर्नुलाई कतिपयले 'आफैं बोक्सी आफैं झाक्री' जस्तो भएको प्रतिक्रियासमेत दिएका छन् । यस्तो प्रतिक्रिया किन पनि स्वाभाविक हो भने झन्डै दुई वर्षअघि काठमाडौं कोटेश्वरका व्यापारी रामहरि श्रेष्ठ बेपत्ता पारिदा पनि माओवादी पक्षबाट यस्तै गतिविधिहरू भएका थिए । कालान्तरमा रामहरि श्रेष्ठ मारिएको र त्यसमा माओवादीका वरिष्ठ कमान्डर नै मुछिएको घटना आमनेपालीको स्मरणबाट अहिले पनि हराएको छैन ।

प्रमुख राजनैतिक दल जनताको अपहरण, हत्या, हिंसा, लुटपाटजस्ता घटनामा संलग्न हाुदै आएको अहिलेको नेपालका लागि जति दुर्भाग्यको कुरा हो त्यति नै यो तथ्य नेपाली जनताका लागि लज्जाको विषय बनेको छ । जबसम्म राजनैतिक दलहरू अपराधीहरूसाग साठगााठ गर्नुपर्ने बाध्यताबाट मुक्त हाुदैनन् वा त्यस्तो घटनाको साक्षी बन्न अस्वीकार गर्दैनन् तबसम्म डा. श्रेष्ठहरू बेपत्ता पारिने क्रम जारी नै रहनेछ । यो तीतो सत्यप्रति हाम्रा राजनैतिक दलहरूले आत्ममन्थन गर्नैपर्छ र राजनीतिलाई अपराधको स्तरमा झर्ने वातावरणको अन्त्यका लागि ठोस पहल गर्नुपर्छ विशेषतः आफूलाई जनताको सबैभन्दा ठूलो हितैषी दावा गर्ने ए माओवादीले ।

समयमै संविधान साप्ताहिक/पाक्षिक पत्रिका राष्ट्रिय सञ्जालको आह्वान।

कहिलेसम्म चल्छ यसरी देश ?

राजनैतिक प्रतिबद्धता एवं इमान्दारिताको खाँचो अहिले देशमा खड्रिहेको छ। सबै राजनैतिक दलको मूल एजेन्डा सत्ताप्राप्तिकै चलखेलमा सीमित भएपछि देश विकास, संविधान निर्माणजस्ता महत्त्वपूर्ण विषयहरू ओझेलमा परेको छ। जनता महँगीको मारमा पिल्सिएको कुराप्रति कसैले चासो राखेको देखिँदैन। पानीको अभावमा काकाकुल जीवन बाँच्न विवश जनताको समस्याप्रति पनि कोही संवेदनशील भएको देखिएन। बिजुलीबिना धेरैजसो समय अन्धकारमा बाँच्न विवश जनताको कथा बुझ्न कसैले चाहेको पटक्कै अनुभूति हुन सकेन।

समस्याहरूको सूची बनाउँदै जाने हो भने कति खात लाग्छ कति ? तर नेताहरूले यतातिर ध्यान दिएको पाइँदैन। ठूला राजनैतिक दलहरूभित्र पनि आपैंमा अन्तरकलहको नाटक मञ्चन भैरहेछ। उनीहरू आपसमै झगडा गरी बसेका छन्। सरकारले पनि खासै प्रभावकारी काम गर्न सकेजस्तो लाग्दैन। सरकारमा आसीन मन्त्रीहरू पनि एक-आपसमा विरोधाभासपूर्ण कुरा गरी हिंडिरहेछन्। दण्डहीनता र अपराधको बिगबिगी बढेर गए पनि त्यसले मन्त्रीहरूको दबाब र संरक्षण पाएको खबरले कत-कता मन चिमोटिएर आउँछ। सरकार ढल्ने डरले मन्त्रीहरू जसरी हुन्छ, अपराधीहरूलाई संरक्षण दिएर सरकार टिकाउने दाउमा देखिन्छन्।

यदि देश र जनताका लागि सत्तामा रहेको र आफ्नो कर्तव्यबोध हुने भए सिडिओ कुट्ने मन्त्रीहरू कारबाहीमा पर्थे। अपराधी ठहरिएका मानिसहरूलाई उनीहरूको पदबाट बर्खास्त गरेर कार्बाहीको दायरामा ल्याइन्थ्यो। राजनैतिक दलहरू पटुका कसेर संविधान निर्माणमा लागेका हुन्थे। देशमा विकासको मूल फुटाउन तुफानका साथ अघि बढिरहेका हुन्थे। ठूला-ठूला सपना बाँड्ने भाषणहरूको रापमा सोझा जनताले कतिसम्म पिल्सिनुपर्ने हो ? देश खोक्रोमाथि खोक्रो हुँदै जाँदा न कोही संवेदनशील हुन्छन्, न कसैले उत्तरदायित्वबोध गर्छन्। आखिर कहिलेसम्म यसरी देश चल्छ ?

–रेशमकुमार सुनुवार

• चिठीपत्र •

विवश नारीहरूको के दोष ?

कीर्तिपुरको एउटा सानो गलीभित्र डेरा गरी बस्ने युवती। सुनिता (परिवर्तित नाम) रातभरि डिस्कोमा डान्स गर्छिन् र बिहान आफ्नी रोगी विधवा आमाका लागि औषधी लिएर फर्कन्छिन्। उनीप्रति मानिसहरूको दृष्टिकोण गलत छ। उनको सामाजिक शून्यता समाजको चाहना हो, तर उनले छरेको आदर्श र मातृभक्ति यो सभ्य समाजलाई पाठशाला नहुनु विडम्बना हो।

यो समाजमा कैयन् यस्ता विवश नारी छन् जसले वेश्यावृतिलाई पेसाका रूपमा अूगाली आफ्नो परिवार चलाइरहेका छन्। कतिपय युवतीले रातभरको सहवासको मूल्यलाई आफ्ना भोका भाइबहिनीको दालभातसाग साटेका छन्। कतिपय युवती आफू जिउँदै मरेर, आफ्ना वृद्ध पितामाताको औषधी बनेका छन्। ती महिलाहरू वेश्या हुन् कि नारीको वास्तविक रूप ? त्यस्ता युवतीलाई घृणा गर्ने र सामाजिक लाञ्छना लाउने अधिकार कसैलाई छैन। उनीहरूले वेश्यावृत्तिलाई पछ्याउनुमा दोष उनीहरूको छैन, दोष त्यो समाजको हो, जसले एउटी विवश नारीलाई वेश्या हुन बाध्य बनाउँछ। आफ्नो वास्तविक नाम गुमाएर चमेली, उजेली, कान्छी, सुन्तलीजस्ता नाममा चिनिएका ती युवतीको जीवन कति कष्टप्रद होला ?

पिता र पुत्रसँग एकै रातमा सम्भोग गर्ने रहर कुनै पनि नारीको हुँदैन। हजार कथा लिएका तर एउटै व्यथा भोगेका ती नारीलाई त्यस्तो कालो पेसाबाट मुक्त गरी, उनीहरूलाई त्यस्तो पेसामा धकेल्नेलाई कारबाही हुनुपर्ने हो। हालै एक प्रहरी अधिकृतले नांगो नाच्नेभन्दा नचाउनेलाई छोडदिनू भनी जुन उद्घोष गरेका छन्, त्यो सकारात्मक छ, तर त्यो भनाइ व्यवहारमा चरितार्थ हुनु आवश्यक छ। वैकल्पिक पेसाको व्यवस्था भए कुनै पनि नारी त्यस्तो नारकीय पेसामा जान चाहन्नन्। जबसम्म यस्ता विवश नारीलाई वैकल्पिक पेसा उपलब्ध गराइादैन तबसम्म अस्मितालाई दालभातसँग साट्न विवश नारीहरू पछि हट्नेछैनन्। यस्तो पेसा अपनाउने युवतीलाई समाजमा सहानुभूतिको खाँचो छ।

–प्रेमकृष्ण श्रेष्ठ, कीर्तिपुर

• तीतो सत्य •

● पटक-पटकको प्रयास नै सफलताको सिंढी हो।

● फूलमा सुवासको महत्त्व हुन्छ भने मानिसमा मानवताको।

● सुन्दर हुनु र बन्नुमा भन्दा पनि व्यक्तित्वशील हुनु नै राम्रो हो।

● गल्ती गरेर माफी माग्नुभन्दा गल्ती नै नगर्नु उत्तम हुन्छ।

● छाप्रोको ठूलो रूप कटेरो, कटेरोको ठूलो रूप घर, घरको ठूलो रूप भवन, भवनको ठूलो रूप महल, महलको ठूलो रूप दरबार भए पनि आखिर सबै नाशवान् छन्।

अक्षोभ के.सी.

● मानिस विवेकशील प्राणी भए पनि पशुवत् व्यवहार गर्न पछि पर्दैन।

● समय र परिस्थितिअनुसार चल्ने मानिस कहिल्यै असफल हुँदैन।

● मानिस माया र दयाको खाँचोमा तड्पिन्छ। सुखमा हिंड्न जान्दैन र लड्न थाल्छ। दुःखमा पिउन जान्दैन र चाँडै सिद्धिन्छ।

ऐश्वर्य श्रेष्ठ

● कतिपय हार जितभन्दा पनि उपलब्धिपूर्ण हुन्छन्।

● शान्त हृदयले चारैतिर शान्ति देख्छ।

ईश्वरबम मल्ल

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

–सम्पादक

• सहर चर्चा •

पुनर्जीवन दिने चिकित्सक

चिकित्सकको कामै पुनर्जीवन दिने हो, तर डा. सुधीरकुमार सिंह पशुलाई मात्र पुनर्जीवन दिँदैनन्, सरकारी संरचनालाई नै पुनर्जीवन दिँदैछन्। सिंहकै कारण सर्लाही जिल्ला पशु सेवा कार्यालयले २५ वर्षयता पहिलो पटक पुनर्जीवन पाएको छ। एक वर्षअघिसम्म गोबर जाँच्ने काम मात्र हुने उक्त कार्यालयमा पशुका सबै सेवा उपलब्ध छन्। पुरानो कार्यालय रंगरोगन गरेर नयाँ भएको छ। त्यहाँ जेनेरेटर राखेर आवश्यक भ्याक्सिन चिस्याइन्छ। चिटिक्क परेको फूलबारी निर्माण भएपछि अन्य सरकारी कार्यालयका कर्मचारीहरू पनि यो कार्यालय पस्न थालेका छन्। 'सरकारी कर्मचारी र कार्यालयको इमेज धेरै बिग्रिएपछि आफ्नो स्तरमा सुधार प्रारम्भ गरेको हुँ।' तीन वर्षअघि सरकारी सेवामा प्रवेश गरेका ३० वर्षीय सिंह भन्छन्, 'आफ्नो कार्यालय सुधार गर्ने इच्छा एक वर्षमै पूरा भयो।'

देश बिग्रियो, भत्कियो भन्नेहरू नै काम चोर भएको देखेपछि उनले अरूलाई गाली गर्न छाडेर आफ्नो स्तरमा सुधार गर्न थालेका हुन्। एक वर्षभित्र उनी जिल्लाका ९४ गाविस घुमेर

आफ्नो उद्देश्य किसानलाई बताइसकेका छन्। जिल्लामा ९९ गाविस र एक नगरपालिका छन्। गाउँ पुग्दा भेटिएका प्रत्येक किसानलाई उनी आफ्नो मोबाइल नम्बर दिएर समस्या परे फोन गर्न आग्रह गर्छन्। उनले धनगाढा गाविसलाई पशुपालनको नमुना गाविस बनाएका छन्, जहाँ १ सय महिलाको एउटा समूह गठन गरेर एक-एकवटा भैंसी पाल्न दिइएको छ। त्यसैगरी पुरानो बाखापालन कार्यक्रममा हुने भ्रष्टाचारलाई पूर्णतः बन्द गरेपछि किसानको स्तरवृद्धि भएको छ। एकै वर्षमा जिल्लाको अनुहार परिवर्तन गरेपछि उनलाई केन्द्रले उत्कृष्ट कर्मचारीको पुरस्कार दिएको छ। पुरस्कार वितरण कार्यक्रममा भेटिएका सिंहले साप्ताहिकसँग भने, 'नेपालमा मन लगाएर काम गर्नेहरूको कमी छ। त्यसैले राम्रो काम गरेको तुरुन्तै देखिँदो रहेछ।'

• मोडल वाच •

मोडलिङबाट अभिनयतर्फ

ब्युटिसियन गंगा आलेलाई सुन्दरताका बारेमा धेरथोर ज्ञान नहुने कुरै भएन। नारीमा भएको सुन्दरतालाई कसरी प्रस्तुत गर्ने भन्ने कुराकी भुक्तभोगी यी सुन्दरी आकर्षक शारीरिक बनावट एवं अनुहारकै कारण धेरैको नजरमा पर्दै आएकी छिन्। हरैंचा, मोरङकी गंगालाई स्थानीय स्तरमा बन्ने चलचित्र तथा म्युजिक भिडियोबाट अभिनय प्रस्तावको ताँती नै लागेपछि उनी नायिकाको दौडमा सामेल भएकी छिन्। चलचित्र 'लिम्बुवान' बाट डेब्यु गरेकी गंगाले त्यसअघि गायक श्रीकृष्ण लुइँटेलको 'बोकेदाह्री...' गीतको म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरेकी थिइन्। ५ फिट ७ इन्च अग्ली गंगा भन्छिन्- 'ग्ल्यामरस देखिन जति पनि एक्सपोज हुन तयार छु, तर खराब नियतले चाहि छोटा पहिरन लगाउँदिनू।' पछिल्लो समयमा थप दुईवटा चलचित्रमा अभिनय गर्ने तयारीमा रहेकी गंगालाई मोडलिङमा पनि उत्तिकै रुचि छ। आफूमा सबैलाई लोभ्याउने मुहार, आकर्षक शरीर अनि अभिनयको खुबी भएकाले नै मोडल तथा नायिकका रूपमा स्थापित हुने उनको अनुमान छ।

• मुखाले •

एक वर्षभित्र दिगो शान्ति स्थापना र लोकतान्त्रिक संविधान-लेखनलाई टुंगोमा पुऱ्याइ मुलुकलाई राजनैतिक निकास दिन जिम्मेवार राजनैतिक दलहरू सफल हुने विश्वास लिएको छु।

राष्ट्रपति डा. रामवरण यादव

विजयको उन्मादले आफ्नै सहयात्रीको अपमान गर्न बाँकी राखिएन्, सहमतिको राजनीतिलाई किनारा लगाइयो। त्यसैको परिणाम हामीले दुई वर्षसम्म भोग्नुपरेको यथार्थलाई नस्वीकारी हामी सहमतिको यात्रामा अघि बढ्न सक्दैनौं।

प्रधानमन्त्री माधवकुमार नेपाल

संविधानसभाको म्याद थप्ने जुन सहमति भएको छ, त्यसले शान्ति-प्रक्रियालाई टुंगोमा पुऱ्याउन र संविधान-लेखनको कुरालाई सुनिश्चित गरेको छ।

पुष्पकमल दाहाल

अबको एक वर्षलाई हामी उपयोग गर्नेछौं र जारी शान्ति प्रक्रियालाई टुंगोमा पुऱ्याउनेछौं।

रामचन्द्र पौडेल

हामी ठोस सिद्धान्तका आधारमा राष्ट्रिय सहमतिको सरकार निर्माण गर्दै अघि बढ्नेछौं।

झलनाथ खनाल

राजनैतिक सहमति र संविधान संशोधनले संविधान निर्माण शान्ति प्रक्रियालाई निरन्तरता दिएको छ।

सुभासचन्द्र नेम्वाङ

लोग्ने होइन, लोग्नेमानिस चाहिन्छ

दुनियाँ अजीव छ। एउटा व्यक्तिलाई जुन कुरा मन पर्दैन, अर्को व्यक्तिलाई त्यही कुरा राम्रो लाग्छ। कतिपय व्यक्ति परम्परा जोगाउन मरिमेट्छन्, कोही परम्परा तोड्नु नै आफ्नो जीवनको उद्देश्य मान्छन्। आधुनिक नेपाली समाजमा परम्परा तोड्न उद्यत् एक युवती हुन्- स्मिता थापा। साप्ताहिकमा प्रकाशित हट ब्लोअपमध्ये सर्वाधिक चर्चित तस्बिर खिचाउने स्मिता त्यस्ता युवतीहरुकी प्रतिनिधि हुन्, जो पुरुषलाई साधन मात्र मान्छन्। युवतीहरूको उपयोगिता जीवन विवाह गर्न, सन्तान जन्माउन एवं घरपरिवार बसाउन हो भन्ने मान्यता राख्नेहरूका लागि उनी अराजक देखिन सक्छिन्। उनको विचारमा पुरुषले महिलामाथि मायाको नाममा यौन शोषण गरेको छ। अब पालो युवतीको हो। युवतीहरूले पनि पुरुषहरूलाई यौन साथीका रूपमा मात्र हेर्न सिक्नुपर्छ। उनको विचारसँग सहमत हुने युवतीहरुको संख्या बढ्दै गएको सन्दर्भमा साप्ताहिकले स्मिताको धारणा बुझ्ने प्रयत्न गरेको थियो।

भनिन्छ, कतिपय पुरुष महिलालाई खेलौनाका रूपमा हेर्छन्, उनीहरू खेल्छन् र उपादेयता सकिएपछि फ्याँक्छन् । के यस्तै कुरा महिलाहरू पनि सोच्छन् ?

सोच्छन्, किन सोच्दैनन् ? म त्यस्तै युवती हुँ । पुरुषहरू मेरा खेलौना हुन् । मेरो शरीरले इच्छा गर्दा उनीहरूलाई युज गर्छु । सकिएपछि त्यसको उपादेयता पनि सकिन्छ ।

कति पुरुषसँग संगत गर्नुभयो ?

मैले १६ वर्षको उमेरदेखि पुरुषको संगत गर्दै आएकी छु । अहिलेसम्म कति पुगे होलान् भनेर गन्दा अल्मलिन्छु । धेरै पुगिसके, कति भन्नु ? (लामो हाँसो) ।

भनेपछि ती सबै खेलौना नै थिए ?

पहिले त ती ड्रीम ब्वाइ नै थिए । पछि-पछि मलाई पुरुष भनेका खेलौना हुन् भन्ने लाग्न थाल्यो ।

यस्तो सोच कहिलेदेखि आयो ?

पहिले शरीरको आवश्यकता पूरा गर्न सम्बन्ध राखें । कहिलेकाहीँ सम्बन्ध राख्दै जाँदा त्यो मायामा पनि परिणत भयो । मानिसको व्यवहार बुझ्दै जाँदा यो स्वार्थी जीव हो, यहाँ माया प्रेमको अर्थ छैन भन्ने कुरा जब मैले थाहा पाएँ त्यसयता मैले पनि पुरुषसँग 'युज एन्ड थ्रो' कै व्यवहार गर्न थालेकी छु ।

तपाईंको विचारमा पुरुष स्वार्थी कि महिला ?

म महिला भएकीले महिलालाई किन स्वार्थी भनौं ? पुरुष नै स्वार्थी हुन्छन् । महिलाहरू मायामा पग्लिन्छन्, तर पुरुष पग्लिएको मैले पाइन् । म कुनै पुरुषको मायामा पर्दा उसले मसँग विवाह गरेन । मायामा पग्लिने भए त हाम्रो विवाह भैहाल्थ्यो नि ।

विवाह गर्ने अनुकूल अवस्था नहुन पनि सक्छ नि, विवाह नगर्ने बित्तिकै पुरुषलाई स्वार्थी भन्न मिल्छ ?

पुरुषहरू विवाहअघि म जस्तै हट एन्ड सेक्सी गर्लफ्रेन्ड चाहँदा रहेछन् । गाडीमा राख्यो, घुमायो, मोजमस्ती गर्‍यो । जब विवाहको कुरा आउँछ, उनीहरूलाई घर सम्हाल्ने, सीधा-साधा युवती चाहिन्छ । विवाहअघि पनि गर्ने त्यही हो, पछि पनि त्यही हो । त्यसो भए व्यवहारचाहिँ किन फरक ? त्यही भएर मैले स्वार्थी भनेकी हुँ ।

किनभने तपाईंहरू जस्ता युवतीलाई उनीहरूले खर्च गरेका हुन्छन्, स्वार्थकै लागि संगत गरेका हुन्छन्, होइन र ?

म कल गर्ल होइन । बरु मेरै पैसाबाट उनीहरूले मोज गरेका छन् । त्यस्ता युवती पनि होलान्, जसलाई खान-लाउन पुग्दैन, उनीहरूका लागि त्यसरी पैसा लिनु बाध्यता पनि होला, तर म त सम्पन्न घरकी युवती हुँ । मजस्ता खुला विचारका युवतीलाई देख्ने बित्तिकै समाजले गलत अर्थ लगाउँछ । हाम्रो समाजको धारणा नै गलत छ ।

तपाईं गाडी चढ्नुहुन्छ, फ्ल्याटमा बस्नुहुन्छ, कुनै काम नगरी यति ठूलो खर्च गर्ने, विचार र व्यवहार पनि त्यस्तै देखेपछि यस्तो सोच्नु स्वाभाविक नै हो नि, होइन र ?

म मेरो व्यक्तिगत जीवनमा फेमिली ब्याकग्राउन्डको कुरा गर्न चाहन्नँ । यद्यपि यति भन्छु, म महिनाको ४-५ लाख खर्च गर्ने क्षमता राख्छु । म बी टेक गरेकी शिक्षित एवं सक्षम युवती हुँ ।

तपाईंको जीवनको उद्देश्य के हो ?

राम्रो मोडल बन्ने । खुसी साथ जीवन बिताउने । दुई-चारवटा एड गर्दा बजारबाट जुन रेस्पोन्स पाएँ, त्यसले मोडलिङमा रुचि बढ्दै गएको छ । बाँकी जीवन आफूले चाहे जस्तो गरी बिताउने । विशेषगरी नयाँ-नयाँ पुरुषसँग संगत गर्ने ।

सबैभन्दा पहिले पुरुषको संगत गर्नुभयो कि मोडल बन्ने चाहना राख्नुभयो ?

म स्कुलमा फरवार्ड थिएँ । राम्रो नाच्थें र एक्टिङ गर्थें, तर १६ वर्षदेखि नै पुरुषको संगत पनि गर्न थाले ।

पहिलोपल्ट संगत गरेको पुरुषको सम्झना छ ?

छ, मैले डान्समै उसलाई भेटेकी हुँ । उ २७ वर्ष जतिको थियो । उसँग मेरो 'ओरल सेक्स' भएको थियो ।

त्यति सानो उमेरमा कसरी यस्तो कुरा थाहा पाउनुभयो ?

त्यो आफैं थाहा पाउने कुरा हो । सेक्स त नेचुरल कुरा हो नि, होइन र ? फेरि ऊ निकै अनुभवी मानिस थियो, उसले नै मलाई सेक्सको महत्त्व सिकाएको हो ।

त्यो एक प्रकारको शोषण थियो भन्ने लाग्दैन ?

अहिले आएर लाग्छ । किनभने उसले मेरो चाहना पूरा गर्दैनथ्यो । यद्यपि उसलाई सन्तुष्टि दिने क्रममा मलाई जुन आनन्द आउँथ्यो, त्यसबाट म सन्तुष्ट थिएँ ।

दोस्रो पुरुष पनि सम्झनुहुन्छ ?

सम्झन्छु । त्यसबेला म १७ वर्षकी थिएँ । उसँग मेरो प्राकृतिक सम्पर्क भएको थियो । म पहिलो पटक साँच्चैकी युवती भएकी थिएँ । ऊ भने ३१ वर्षको थियो ।

तपाईंलाई पाको पुरुष नै मनपर्नुको कारण ?

किनभने उनीहरू अनुभवी हुन्छन्।

पृष्ठ २१ मा जारी

डाक्टर बन्ने लहड

विदुर खतिवडा

दसैं नजिकिँदै छ, अबको केही महिनापछि नै नेपालीहरूको महान् चाड दसैं आउनेछ, यहाँ दसैंको प्रसंग उधिन्नुको अर्थ छ, त्यो के हो भने– अक्सर दसैंमा मान्यजनहरूले आफ्ना सन्तानलाई डाक्टर बन्ने आशीर्वाद दिन्छन् । नेपाली समाज जहाँ 'डाक्टर' शब्दलाई विशेष अर्थमा बुझिन्छ । मेडिकल डाक्टर भएको परिवारलाई हेर्ने दृष्टिकोण पनि फरक हुन्छ । डाक्टर सचिन देउजा भन्छन्- 'धेरै अभिभावकको सपना आफ्ना छोरा-छोरी डाक्टर बनून् भन्ने हुन्छ, मेरो परिवारमा पनि त्यस्तै चाहना थियो, मैले हजुरबुबाको इच्छाबमोजिम एमबीबीएस अध्ययन पूरा गरेको थिएँ ।' त्यति भनिसक्नेबित्तिकै उनले थपे- 'त्यसो त मेरो पनि चाहना डाक्टर बन्ने नै थियो, त्यसकारण पनि मैले मेहनत गरेर लक्ष्य भेट्टाएँ ।'

पेसागत दृष्टिकोणले सबैभन्दा अब्बल मानिने चिकित्सा पेसाप्रति नेपाली समाजको दृष्टि नै फरक छ, त्यसकारण डाक्टर बन्ने चाहना अत्यधिक छ । यद्यपि डाक्टर बन्न सजिलो भने छैन, निश्चित छात्रवृत्ति कोटा र थोरै संख्यामा उपलब्ध हुने सिटका कारण डाक्टर बन्न चाहनेहरूमध्ये थोरैले मात्र यो अवसर पाउँछन् । 'अहिलेको परिप्रेक्ष्यमा हेर्ने हो भने डाक्टर बन्ने धुनमा तयारी गरेका १५ प्रतिशत विद्यार्थीले अध्ययनको सूविधा प्राप्त गर्छन्,' अर्बिट इन्टरनेसनलका निर्देशक तथा डाक्टर सुवास प्याकुरेलले भने- 'यसमा पूर्ण छात्रवृत्तिको अवसर ५ प्रतिशतले मात्र पाउँछन् ।'

कडा प्रतिस्पर्धा हुने भएकाले एमबीबीएस प्रवेश परीक्षाको तयारीमा जुटेकाहरू अर्जुन दृष्टिजस्तै एउटै निशाना बनाएर लागेका हुन्छन्– जसरी भए पनि एमबीबीएसमा नाम निकाल्ने । आईएस्सी वा प्लस टु विज्ञान संकायमा ५० प्रतिशत अंक ल्याउने धेरै विद्यार्थीको पहिलो रोजाइ डाक्टर बन्ने भएकाले पनि यसमा उच्च प्रतिस्पर्धा भएको हो । एमबीबीएस तयारी कक्षा सञ्चालन गरेका शैक्षिक संस्थाहरूले दिएको विवरणअनुसार यतिबेला करिब १० हजार विद्यार्थी एमबीबीएस परीक्षाको तयारीमा जुटेका छन् ।

गत वर्षको आँकडालाई आधार मान्ने हो भने अहिले प्रत्येक वर्ष १ हजार ४ सय विद्यार्थीले एमबीबीएसको अध्ययन पूरा गर्ने गरेका छन् । अहिले प्रवेश परीक्षाको तयारी गर्ने विद्यार्थीको हकमा भने करिब १ हजार ५ सय सिट छन्, जसमा छात्रवृत्ति ३ सय ५० र पूर्ण शुल्कमा १ हजार १ सयको

हाराहारीमा विद्यार्थी भर्ना लिइन्छ । मेडिकल काउन्सिलको तथ्यांक अनुसार प्रत्येक वर्ष न्यूनतम् ६ सय विद्यार्थी एमबीबीएस अध्ययनका लागि बिदेसिने गरेका छन् । यो संख्या बर्सेनि बढ्दो छ । कुनै बेला एमबीबीएस अध्ययनका लागि चिन जाने लहर चलेको भए पनि अहिले त्यसमा केही कमी आएको छ । बंगलादेश, पाकिस्तान र फिलिपिन्स एमबीबीएस अध्ययनका अन्य गन्तव्य हुन् । त्यसबाहेक अमेरिका र युरोपका विभिन्न राष्ट्रमा गएर एमबीबीएस अध्ययन गर्नेहरू पनि छन् । छिमेकी मुलुक भारतमा भने महँगो शुल्कका कारण छात्रवृत्ति कोटामाबाहेक पूर्ण शुल्कमा अध्ययनमा जान असम्भवप्राय: नै छ । तैपनि राम्रो आर्थिक पृष्ठभूमि भएकाहरू अध्ययनका लागि भारत पनि जाने गरेका छन् ।

एम्स नेपालका प्रबन्ध निर्देशक द्विराज शर्माका अनुसार एमबीबीएसप्रतिको आकर्षण कति छ भन्ने कुरा बुझ्न प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा लिइरहेका विद्यार्थीहरूलाई भेटे प्रस्ट हुन्छ । 'म सातौं पटक एमबीबीएस प्रवेश परीक्षाको तयारी गरिरहेको छु', नाम उल्लेख नगर्ने सर्तमा एक विद्यार्थीले भने- 'यसपटक जसरी भए पनि नाम निकाल्छु । गत वर्षसम्म मैले राम्रो तयारी गरेको रहेनछु जस्तो लाग्न थालेको छ । यसपटक नाम निकाल्ने कुरामा पूर्ण विश्वास भएको छ ।'

सामान्यत: दुई वर्षको तयारी गरेका धेरै विद्यार्थीले नाम निकाल्छन् भनिए पनि पछिल्ला वर्षहरूमा फ्रेस विद्यार्थीले पनि सहजै नाम निकाल्ने गरेको पाइन्छ । पुराना विद्यार्थीहरू विषयको गहिराइमा पुगे पनि नयाँ बढी चनाखो, प्रतिभाशाली अनि ताजा हुने भएकाले उचित मार्गनिर्देशन पाए उनीहरूले राम्रो गर्न सक्ने शिक्षकहरू बताउँछन् ।

नेपालमा मात्र नभै विश्वबजारमा पनि डाक्टर सहजै विक्ने पेसा हो, त्यसकारण पनि डाक्टरमोह अधिक भएको निमास एजुकेसनका प्रमुख डा. लेखनाथ बराल बताउँछन् । 'ठूलो रकम खर्चिए पनि डाक्टर भैसकेपछि लगानी सहजै उठ्ने विश्वासले पनि डाक्टर बन्ने प्रतिस्पर्धा बढाएको छ ।' डा. बराल भन्छन्- 'अहिले त पहिलेको तुलनामा एमबीबीएस अध्ययनको मार्ग पनि सहज छ, त्यसकारण नामको अगाडि डाक्टर झुन्ड्याउन चाहनेहरूले राम्रो मेहनत गरे सहजै लक्ष्य भेट्छन् ।'

सही समयमा प्रवेश परीक्षा तयारी सुरु गर्ने

आईएस्सी वा प्लस टुको परीक्षा सकिएलगत्तै वैशाखको अन्त्यदेखि नै स्व-अध्ययनबाटै एमबीबीएसको तयारी सुरु गर्दा हुन्छ । स्वअध्ययनका अतिरिक्त सहयोगका लागि इन्स्टिच्युट जानेहरूलाई नेम, सचदेवा, जिम्स, निमास, एम्स, निम्स तथा अर्बिट इन्टरनेसनलले प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गरेका छन् । आत्मविश्वास बलियो भएका उच्च मनोबलयुक्त विद्यार्थीले भने इन्स्टिच्युट जानुपर्ने बाध्यता हुदैन ।

सब्जेक्टिभ बेसमा आईएस्सी वा प्लस टु अध्ययन गरेका विद्यार्थीहरूले मल्टिपल च्वाइस सिस्टमअन्तर्गतको अब्जेक्टिभ प्रश्नपत्रमा परीक्षा दिनुपर्ने भएकाले तयारी भने राम्रैसँग गर्नुपर्छ । प्रश्नसँगै चारवटा अप्सनमा उत्तर दिइने र विद्यार्थीले सही उत्तर पत्ता लगाएर चिनो लगाउनुपर्ने मल्टिपल च्वाइस सिस्टममा सानो हेलचेक्र्याइँ पनि महँगो सावित हुनसक्छ । 'विद्यार्थीले मेहनत गरेको छ भने मात्र सही उत्तर पहिचान गर्न सक्छन्', एमबीबीएस प्रवेश परीक्षा सञ्चालन गर्ने अर्बिट इन्टरनेसनलका डा. प्याकुरेल भन्छन्- 'मुख्य कुरा जसरी भए पनि नाम निकाल्छु भनेर समर्पित विद्यार्थीले प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षामा सही परामर्श पाए भने सफलता पाउन सक्छन् ।'

प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गरिरहेका शैक्षिक संस्थाहरूका अनुसार एमबीबीएसमा नाम निकाल्नेमा टपरहरू मात्र सफल छन् भन्ने धारणा अब गलत साबित भैसकेको छ । आईएस्सी वा प्लस टुमा ५० प्रतिशत वा त्योभन्दा बढी ल्याएर उत्तीर्ण भएका जो-कोहीले पनि राम्रो मेहनत गरेको खण्डमा नाम निकालेका प्रशस्त उदाहरण छन् । प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गर्ने ग्लोबल इन्स्टिच्युट अफ मेडिकल साइन्स (जिम्स) का सकिल अहमदका अनुसार त्यसका लागि उचित मार्गदर्शनको आवश्यकता पर्छ ।

प्रवेश परीक्षाका लागि आईएस्सी वा प्लस टुअन्तर्गत

पृष्ठ ७ मा जारी

होटल तालीम अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डको
✧Cook ✧Waiter ✧Bartender ✧Housekeeping ✧Front Office ✧Coffee Making ✧Bakery ✧Caregiver ✧Hotel Mgmt. ✧F&B Mgmt.
✧Airfare & Ticketing (Fare Calculation) ✧Abacus, Amadeus, Galileo, e-ticketing ✧Travel Operation ✧Tour & Travel Mgmt.
✧3/4/5 Star होटलहरूमा तालिम दिइने
✧Abroad Study- UK, USA र Australia
बिदेश जानेहरूको लागि विशेष कोर्ष
Excel Academy of Tourism & Hotel Mgmt. Pvt. Ltd.
Ph: 4460956 Chabahil, Ktm (Near to Medicare)

जिल्ला शिक्षा कार्यालयबाट मान्यता प्राप्त
प्राइभेट TEST / S.L.C.
■ 8, 9 तथा Test पास गरी पढाई छाडेका
■ 9 तथा Test फेल भएका सबैलाई समेटने गरी
10 कक्षामा अन्तीम भर्ना !!!
विस्तृत जानकारीका लागी
सिभिल नेशनल एकेडेमी
नयाँ बानेश्वर चोकमै, ४७८०२२८, ९८४१३८१४१६

खुल्यो ! खुल्यो !! खुल्यो !!!
नि:शुल्क ब्युटिसियन ट्रेनिङ्ग सेन्टर खुल्यो ल्न्इ को सहयोगमानेपाल सरकारबाट मान्यताप्राप्त विदेशबाट तालिम लिका वरिष्ट ब्यूटिसियनद्वारा अत्याधुनिक मेसिनहरुबाट छोटो समयमा कोर्षहरु ग्यारेन्टीका साथ Basic, diploma, Advance, Teaching/ Special Beautician Course मा सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।
कोरियन लोसनद्वारा ग्यारेन्टीकासाथ हेयर स्ट्रेट गरिन्छ ।
तुः सम्पर्क गर्नुहोला
New ITC ट्रेनिङ्ग सेन्टर
गोगंबु, गणेशथान रोड, काठमाडौं
फोन: ०१-२०२३६१८, ९८४१३३०८५०, ९८४१०४५९१९

प्राइभेट टेष्ट/SLC मा 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
◆ ६ महिनामै कक्षा ८ पास गरी सोझै Test/SLC दिन पाइने
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)
कोटेश्वर — Harvard Academy Tel. 4601434 (कोटेश्वर प्रहरी बीटबाट ३० मी भित्र)

जिल्ला शिक्षा कार्यालय काठमाडौंबाट अनुमति प्राप्त
प्राईभेट रेगुलर Test/SLC र कक्षा ८ मा भर्ना खुल्यो
कक्षा समय: विहान/दिउँसो/बेलुका
माध्यम: नेपाली/English
◆ कक्षा ८ पास तथा कक्षा ९, १० वा रेगुलर Test/SLC फेल भई विविध कारणले पढ्न नपाएकाहरुका लागि कक्षा ९ नपढी कक्षा १० मा अध्ययन निरन्तर गर्ने स्वर्ण अवसर
◆ कक्षा ४, ५, ६, ७, ८ फेल भई विचैमा पढाइ छाडेका विद्यार्थीहरु सिधै कक्षा ८ मा भर्ना हुन पाईने
◆ यसै विद्यालयबाट कक्षा ८ पास गर्ने बित्तिकै कक्षा १० मा पढ्न पाउने
श्री बुद्ध नमुना मा.वि. — गोगबु, ४३६५९५५
श्री वागमती नमुना मा.वि. — कालोपुल, ४४३८०४२
श्री जनसेवा नमुना मा.वि. — कलंकी, ९८४१-४२१८२१ (बैंक अफ एसिया सँगै)

डाक्टर बन्ने लहड

पृष्ठ ६ बाट जारी

बायोलोजी लिएका विद्यार्थीले मात्र अवसर पाउँछन् । शिक्षण अस्पताल महाराजगन्जको हकमा प्रवेश परीक्षाअन्तर्गत फिजिक्स (३० अंक), केमेस्ट्री (३० अंक) र बायोलोजी (४० अंक) गरेर१०० पूर्णाङ्कको परीक्षा दिनुपर्छ । बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान, धरानमा भने स्वास्थ्य शिक्षा र सामान्य ज्ञानबाट पनि प्रश्न सोधिन्छ । शिक्षा मन्त्रालयअन्तर्गतको छात्रवृत्तिको हकमा आईएस्सी वा प्लस टुको प्राप्तांक ५ प्रतिशत जोडिन्छ । बायोलोजीअन्तर्गत एनाटोमी, डिजिजजस्ता मेडिकलसँग सम्बन्धित प्रश्न आउने गरेका छन् । धेरै प्रश्नलाई थोरै समयमा हल गर्ने खुबी विद्यार्थीमा हुनु अनिवार्य हुन्छ । एमबीबीएसको तयारी गर्दा विगतका प्रश्नपत्रहरू बढीभन्दा बढी हल गर्ने र नमुना प्रश्नपत्रको समाधानमा ध्यान दिनुपर्छ ।

विज्ञानका स्वच्छ विद्यार्थीका लागि यो नितान्त नयाँ किसिमको परीक्षा हो, जसका लागि सही पुस्तक, प्रश्नको प्रकार र त्यसको गहन अध्ययन शैलीका बारेमा जान्न प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षाको आवश्यकता हुन्छ ।

सही पुस्तक छनौट

बजारमा एमबीबीएस परीक्षाको तयारीका लागि बग्रेल्ती पुस्तक भेटिन्छन् तर यसका लागि कुनै निश्चित पुस्तक भने हुँदैन । सही छनौटका लागि दक्ष शिक्षक, विगतमा नाम निकाल्न सफल आफूभन्दा सिनियर विद्यार्थी वा पुस्तकप्रति मोह राख्ने व्यक्तिसँग जानकारी लिनुपर्छ । विद्यार्थीले पुराना प्रश्न तथा मोडल प्रश्न र त्यसको हल गर्ने विधिसँग सम्बन्धित पुस्तकको ज्ञान लिँदा परीक्षा प्रणालीका सम्बन्धमा राम्रो ज्ञान प्राप्त हुन्छ । यसबाहेक प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गरेका इन्स्टिच्युटले विकास गरेका पाठ्यक्रममा आधारित पुस्तक पनि परीक्षाका निम्ति उपयोगी हुन्छन् । परीक्षाको कन्सेप्टका लागि एउटै पुस्तक पढेर सबै कुरा बुझ्न सकिँदैन । धेरै पुस्तकका सब्जेक्टिभ कुरा पढी अब्जेक्टिभ प्रश्नको अभ्यास गर्नुपर्छ । पुस्तक यस्तो किन्नुपर्छ जसमा कन्सेप्टको व्याख्या अब्जेक्टिभ रूपमा गरिएको छ । एमबीबीएसको प्रवेश परीक्षाका लागि प्लस टु साइन्स नै मुख्य आधार मानिन्छ । शिक्षण अस्पतालको प्रवेश परीक्षामा प्लस टुबाटै प्रश्नपत्र तयार गरिन्छ भने बीपी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानले सीबीएसई बोर्ड तथा बीएस्सी पहिलो वर्षको पाठ्यक्रमलाई पनि प्रश्नपत्रको स्रोत बनाउने शिक्षकहरू बताउँछन् ।

नोट बनाउने

सामान्यत: नोट्स बनाउनुलाई विद्यार्थीहरू पुस्तकमा लेखिएको कुरा हुबहु सार्नु हो भन्छन् तर मेडिकल परीक्षामा यस्तो धारणा निरर्थक सावित हुन्छ । अत्यन्त महत्त्वपूर्ण र घोक्नैपर्ने कुराको छुट्टै नोट बनाउने जसमा इन्स्टिच्युटले दिएको नोटले मद्दत गर्छ । गत ५-१० वर्षयताका सम्पूर्ण प्रश्नपत्र जम्मा पारी त्यसलाई आधार मानेर त्यही किसिमको नोट बनाउनुपर्छ । धेरै प्रश्न सोधिएका पाठलाई प्राथमिकता दिँदा धेरै प्रश्न हल गर्ने सम्भावना हुन्छ । आफूले बुझ्ने किसिमको र गाह्रो लागेको विषयलाई केन्द्रबिन्दु बनाउनुपर्छ । सूत्र याद गर्ने र आफ्नै निश्चित कोड वाक्य प्रयोग गरेर नोट बनाउनुपर्छ ।

समय व्यवस्थापन

परीक्षाको तयारी कुनै तपस्याभन्दा कम हुँदैन । जबसम्म विद्यार्थीले समय व्यवस्थापनको कलालाई आफ्नो जीवनशैलीमा अपनाउँदैनन् त्यो परीक्षाको तपस्या उनीहरूका लागि निकै कठिन हुन्छ । किनभने छोटो

पृष्ठ ९ मा जारी

एमबीबीएस तयारी कक्षा सञ्चालन गर्ने शैक्षिक संस्थाहरूमध्ये आफ्नो संस्था अग्रणी रहेको निमास एजुकेसनका प्रिन्सिपल डा. लेखनाथ बराल बताउँछन् । दक्ष अनुभवि शिक्षण टोली सामेल भएको निमासले एमबीबीएसको लक्ष्य राखेका विद्यार्थीलाई उचित स्थानमा पुऱ्याउन सही मार्गदर्शन गर्ने बताएको छ । एमबीबीएस तयारी कक्षामा केन्द्रित रहेर डा. बरालसँग गरिएको संवाद:

पैसा ख्वाएर नाम निकाल्न पाइन्छ रे, किन प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा लिनु नि ?

यो निराधार कुरा हो, केही व्यक्ति यो क्षेत्रलाई बदनाम गर्न लागिपरेका छन् । तिमी प्रवेश परीक्षाको तयारी गर हामी पास गराइदिने प्रोसेसमा लाग्छौं भनेर केही व्यक्ति सक्रिय छन् । विद्यार्थी पास भयो भने खाएको पैसा फिर्ता गर्नुपर्दैन, असफल भयो भने पैसा फिर्ता दियो खेल समाप्त ।

इन्स्टिच्युटहरूको भीडमा निमासको विशेषता ?

एमबीबीएस प्रवेश परीक्षा तयारीमा अध्यापन गराउँदै आएका अनुभवि शिक्षकहरूको समूह मिलेर निमास जन्मिएको हो । त्यसकारण शिक्षकहरू आफैंले व्यवस्थापन सम्हाल्ने हुँदा विद्यार्थीका समस्यालाई हामीले सहज ढंगले बुझ्छौं । निश्चित विद्यार्थी राखेर सही पाठ्यक्रमअन्तर्गत कक्षा सञ्चालन गरेका छौं । प्रत्येक विद्यार्थीलाई केयर गरेका छौं । पुस्तक नि:शुल्क उपलब्ध गराएका छौं ।

त्यसो भए शिक्षकले आफैं व्यवस्थापन गरेको संस्था राम्रो हो ?

प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षामा पैसा खर्च गरेर आएका विद्यार्थीलाइ भेडा-बाखा जस्तो खाद्ने र जर्बजस्ती एकोहोरो पढाउने प्रवृत्ति देखेर त्यसको विरोधकै रूपमा हामी शिक्षकले निमास एजुकेसनको स्थापना गरेका हौं । आफैंले स्थापना गर्दा व्यवस्थापनको दबाब झेल्नु पनि परेन र विद्यार्थीलाई इनकरेज पनि गर्न पाइयो ।

इन्स्टिच्युटहरूको प्रतिस्पर्धा अस्वस्थ हुन थालेको हो ?

विद्यार्थीसंख्या बढ्नु, प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा संचालन गर्ने संस्था बढ्नुले स्वस्थ प्रतिस्पर्धातर्फ संकेत गर्छ, तर विद्यार्थीलाई आकर्षित गर्ने नाममा कतिपय शैक्षिक संस्थाले भ्रमको खेती गरिरहेका छन्, त्यसमा भनें विद्यार्थी आफैं सचेत हुनुपर्छ । एमबीबीएसको छात्रवृत्ति कोटामा कसरी सफल हुने भनेर पढाउनुको सट्टा चीन र बंगलादेशको कन्सल्टेन्ट भएर काम गर्नेहरूको संख्या बढ्नुले अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा हुन थालेको प्रष्ट हुन्छ ।

डाक्टर किन बन्ने ?

प्रोफेसनल चार्म, सोसियल प्रेस्टिज तथा फाइनान्सियल सेक्युरिटि तीन कुरा डाक्टर हुँदा सहजै पाइन्छ । त्यसैले क्यारियर विकासको पहिलो प्राथमिकतामा डाक्टर पर्छ ।

तपाईंको इन्स्टिच्युटमा विद्यार्थीको उपस्थिति कस्तो छ ?

एकदम राम्रो छ, हामी निश्चित विद्यार्थी लिएर कक्षा सञ्चालन गर्छौं, हाल ६ वटा समूहले अध्ययन गरिरहेका छन् । हाम्रो आफ्नै किसिमको पाठ्यसामग्रीअनुसार प्रत्येक विद्यार्थीलाई कसरी सफल हुन सकिन्छ भनेर विशेष गाइडलाइन दिन्छौं ।

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 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

Learn Job oriented COMPUTER
Basic Windows, Diploma
Graphic Designing
Web Page Designing
Accounting
Computer Operator
Load Sheding No Problem
English Language
IELTS/TOEFL
Study Abroad
Getway Educational Consultancy P. Ltd Bagbazar,KTM.Ph: 4239719, 4241870

RJ VJ MC उद्घोषण तालिम
रेडियोकर्मीद्वारा सञ्चालित उद्घोषण तालिम केन्द्र
ख्याती प्राप्त संचारकर्मी दिनेश डि.सी.का साथमा
मृदुला खनाल, मुनाल शिशिर, रबि थापा, सन्तोष खनाल, केशबजङ्ग पाण्डे, नबिन लुँइटेल, हिरामणि तिमल्सिना, मधु नेपाल, R.D. श्रृंखला
रू१०००/ छुट
BIKALPA THE OPTION फोन: ०१-२२९०१६८ ०१-४२४१७०९
बागबजार, काठमाडौं (श्रेष्ठ टेलरिङ्गको दाहिनेपट्टि)
विकल्प FM TIME मा कार्यक्रम चलाउने १००% ग्यारेण्टी

सान्डा तेल
लिङ्ग मोटो लामो खडा गर्ने
शीघ्रपतन रोक्ने No. 1 सान्डे तेल
चुरोट खैनी ग्यारेण्टी छुटाउने जडिबुटी रस
चायाँ पोतो हटाउने क्रिम
गुप्ताङ्ग ग्यारेण्टी टाईट गर्ने DRPOS
स्तन टाईट, सानो, ठुलो पार्ने जेल, CAPSULE
पुरानो भन्दा पुरानो पिनास निको पार्ने जडिबुटी रस
मोटोपना हटाउने जापानीज 8 Diet
H.H. 9721539235, 9803436438 नयाँ बसपार्क

बिहेवारी
विदेशी केटाहरु सँग विवाह गर्न इच्छुक २०-२८ सम्मको नेपाली केटीहरुले सम्पर्क ।
नेपाल इ-सोल कम्पनी ०१-४२५७९२८ ९८०८५१६९५८

SWIMMING TRAINING
Duration: 15 days, 1 Month
By Lady Instructor
Only for Female
Time:7am-7pm
Contact: 5536057, 5523082 9841208749
Venue: Hotels & Clubs

100% पावर
शिघ्र स्खलन रोक्न तथा उत्तेजना बढाउन
स्तन घटाउन बढाउन साथै टाईट गर्ने ब्राण्डेड "हर्बल क्रिम"
अनावश्यक मोटोपना घटाई स्लिम बन्ने की ?
- पेट तथा स्तनको सेतो धर्सा हटाउने क्रिम
- कालोपोतो, डन्डीफोर Wrinkles हटाई गोरोबन्न
- हाइट अनुसार मोटोपना बढाई स्वस्थ बन्न
- जाँड-रक्सीको कुलत छुटाई स्वस्थ जीवन दिने
लिङ्गको साइज बढाउने की ?
कलंकी खसीबजार (नर्सरी बगैंचा पछाडी) 9751090597, 9803634896

आवश्यकता

निर्यात उद्योगको लागी काँटी, क्रुस र डल (Doll) बुन्न जान्नेहरु तथा JUKI सिलाइ मेशीन चलाउन जान्नेहरुले तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।
सम्पर्क: रेणुजी, फोन ४२६००७३, ४२६९७०१
फोन गर्ने समय : १०-५ बजे (शनिबार बन्द)

अर्बिट इन्टरनेसनलले गत वर्षदेखि एमबीबीएस प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालनमा ल्याएको छ। वैदेशिक शिक्षाका लागि परामर्श प्रदान गर्दै आएको स्थापित ब्रान्ड अर्बिट इन्टरनेसनलले स्थापित तथा अनुभवि शिक्षकहरूको समूहलाई राखेर एमबीबीएस प्रवेश परीक्षा कक्षा सञ्चालन गरेको थियो। प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षाका विषयमा केन्द्रित रहेर निर्देशक डाक्टर सुवास प्याकुरेलसँग गरिएको संवाद:

एमबीबीएस प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गर्ने शैक्षिक संस्थाहरूको भीडमा अर्बिटले कस्तो स्थान बनाएको छ ?

मेडिकल क्षेत्रमा क्यारियर विकास गर्न चाहने विद्यार्थीहरूलाई सही गन्तव्यमा पुऱ्याउन अर्बिट इन्टरनेसनलको प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा प्रभावकारी छ भन्ने कुरा सावित भैसकेको छ। लामो समयको अनुभव हासिल गरेका डाक्टर तथा शिक्षकहरूको समूह आबद्ध भएर सञ्चालन गरेको हुँदा गत वर्ष पहिलो पटकमै आशाभन्दा बढी सफलता पायौं। गत वर्ष शिक्षण अस्पताल महाराजगन्जको ४२ सिट मध्ये ९ सिट हाम्रा विद्यार्थीले प्राप्त गरे। त्यस्तै शिक्षा मन्त्रालयका ७० वटा कोटामा २० वटा कोटा, पाटन एकेडेमीमा ६० मा ५० जना विद्यार्थी छनोट हुन सफल भए। यी उदाहरणले एमबीबीएस तयारी कक्षाका निम्ति अर्बिटसँगको यात्रा सहज छ भन्ने कुरा पुष्टि हुन्छ।

मेडिकल एजुकेसनको तयारी कक्षाका लागि अर्बिटको प्रवेशलाई कसरी बुझ्ने ?

मेडिकल डिमान्डिङ एजुकेसन हो। त्यसमा पनि एमबीबीएस त पहिलो रोजाइमा पर्छ। विश्वव्यापीकरणको आजको युगमा मेडिकल शिक्षा हासिल गरेको विद्यार्थीले जहाँ गएर पनि मानवसेवा गर्न सक्छ। मेडिकल एजुकेसनको स्कोप देखेर राष्ट्रिय-अन्तर्राष्ट्रिय जानकारी प्रष्ट रूपमा विद्यार्थीमाझ पुऱ्याउन सकिने सम्भावनालाई मध्यनजर गरी हामीले मेडिकल एजुकेसनमा हात हालेका हौं। विद्यार्थीलाई मेडिकल प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षामा सफलता हात पार्न सहज होस् भनेर हाम्रो प्रवेश भएको हो।

यसपटक विद्यार्थीको संख्या कस्तो छ ?

हामीले १ हजार ५ सय विद्यार्थी मात्र लिने भनेकोमा ३ हजारभन्दा बढी विद्यार्थी प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षाका लागि भर्ना भएका छन्। यद्यपि चाप बढ्यो भन्दैमा व्यवस्थापन फितलो छैन्, एउटा कक्षामा निश्चित विद्यार्थी राखेर प्रत्येक विद्यार्थीको समस्यालाई उत्तिकै महत्त्व दिइएको छ। उनीहरूको मेडिकल क्यारियरको लक्ष्यलाई सहज रूपमा भेट्टाउने गरी मदत गर्न हामी दत्तचित्त छौं।

प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गर्ने संस्था बढ्दै जाँदा अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा पनि बढ्दै गएको हो ?

क्वालिटीका लागि उच्च प्रतिस्पर्धा आवश्यक छ। जति बढी शैक्षिक संस्था र विद्यार्थी हुन्छन्, टेक्निकल एजुकेसन त्यसमा पनि मेडिकल एजुकेसन त्यति नै बलियो हुन्छ। प्रतिस्पर्धाकै कारण हामीले विद्यार्थीलाई अधिकतम सुविधा दिएका छौं। अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा प्रमाणित भैसकेको शिक्षण विधि, क्लास टेस्ट, सक्सेस टिप्स सेसन, इ-लाइब्रेरी जस्ता सेवाले विद्यार्थीलाई सफल हुन् थप मदत गर्छ।

अर्बिटमा पढ्ने विद्यार्थीले सफलता पाउने प्रमुख आधार के छ ?

अर्बिटसँग यस्तो टिम छ, जसलाई डाक्टर बन्न चाहने विद्यार्थीको सफलताको सूत्र राम्रोसँग थाहा छ, यो गत वर्षको सफलताले नै प्रमाणित गरिसकेको छ। हरेक विषयका शिक्षक आफैंमा अनुभवि हुने, डाक्टरको टिमले क्यारियर काउन्सिलिङ गर्ने, उपत्यका बाहिरका विद्यार्थीलाई होस्टलको सुविधा उपलब्ध गराइने, विद्यार्थीलाई मेडिकल ओरिएन्टेसनबाट कक्षा लिइने तथा विशेष ट्युटोरियल कक्षा सञ्चालन गराइने भएकाले विद्यार्थीले सफलता पाउने निश्चित छ।

डाक्टर किन हुने नि ?

विश्वव्यापी मान्यताअनुसार मानवताको रक्षाका निम्ति पहिलो नम्बरको पेसा यही हो। नेपालको सन्दर्भमा स्वास्थ्य क्षेत्रमा धेरै परिवर्तन आवश्यक छ, त्यसका लागि मेडिकल शिक्षामा ग्लोबल परिमार्जन आवश्यक छ। त्यसका लागि अत्यन्त भरपर्दो अनुसन्धान संस्थाका रूपमा समेत हामीले अर्बिटलाई उभ्याउन खोजेका छौं। डाक्टर बन्दा पेसागत सन्तुष्टिको मात्रा अधिकतम हुन्छ। तीनवटा पि अर्थात् प्राक्टिस (माग), प्रतिष्ठा र प्रोपर्टीको संयुक्त स्वरूपका रूपमा डाक्टरको क्यारियरलाई बुझिएको छ, त्यसकारण यसमा स्कोप छ।

अल्फाबिटा इन्स्टिच्युटअन्तर्गतको एम्स नेपालले सन् २००३ देखि एमबीबीएस प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षा सञ्चालन गर्दै आएको छ। शैक्षिक क्षेत्रमा अनुभवी व्यक्तिहरूको संलग्नता रहेको एम्स नेपालले प्रत्येक वर्ष १० प्रतिशतभन्दा बढी विद्यार्थीलाई एमबीबीएसको प्रवेश परीक्षामा सफल गराएको बताउँदै आएको छ। एम्स नेपालका प्रबन्ध निर्देशक द्विराज शर्मासँगको कुराकानी :

एम्सका मुख्य विशेषता के-के छन् ?

हामीसँग 'स्ट्रङ फ्याकल्टिज' छ। त्यसबाहेक प्रवेश परीक्षा तयारी कक्षाकै क्रममा भारतको नयाँदिल्लीबाट 'हाइ र्याङकिङ टिचर' झिकाइन्छ। उनीहरूले १५ देखि ३० दिनसम्म मल्टिपल च्वाइस सिस्टममा रहेर प्रवेश परीक्षासम्बन्धी विशेष कक्षा लिन्छन्। विशिष्ट शिक्षकहरूको यो समूहले नियमित शिक्षक र विद्यार्थीलाई साथै राखेर कक्षा सञ्चालन गर्छ। यो शिक्षण विधि विद्यार्थीका निम्ति अत्यन्तै उपयोगी हुन्छ।

विद्यार्थीले एम्सलाई कत्तिको रोज्छन् ?

एम्सले कहिल्यै धेरै विद्यार्थी संकलन गर्ने र थोकमा पढाउने सोच राखेन। हामी थोरै विद्यार्थी लिएर राम्रो परिणाम हासिल गर्नेमा प्रयासरत छौं। ८ वर्षयता एम्सका ३ सयभन्दा बढी विद्यार्थीले एमबीबीएसको परीक्षामा सफलता पाएका छन्। गत वर्ष पनि ३२ जना विद्यार्थीले सफलता पाएका थिए।

शिक्षण विधिमा अन्य संस्थाभन्दा के फरक छ ?

हामी विद्यार्थीलाई आईएस्सी वा प्लस टुमा प्राप्त अंकका आधारमा वर्गीकरण गर्दैनौं। यहाँ आएका कतिपय विद्यार्थी फलानो इन्स्टिच्युटले तिमीहरू बी ग्रेडका रहेछौ, बी ग्रेडकै टिचर पाउछौ भनेको सुनाएका छन्। यसले विद्यार्थीलाई डिसकरेज गर्छ तर हामीले विद्यार्थीलाई सधैं इनकरेज गर्दै आएका छौं। नियमित प्राक्टिस टेस्ट लिने र विद्यार्थीको कमजोरी पत्ता लगाएर शिक्षकले त्यहीअनुसार ट्रिटमेन्ट गर्छन्। त्यस्तै प्रवेश परीक्षामा सफल भएका पुराना विद्यार्थी र तयारी कक्षामा रहेका विद्यार्थीबीच अन्तर्क्रिया गराउँछौं। विद्यार्थीको समस्या हल गर्नका लागि विषयगत शिक्षकलाई बिहानदेखि बेलुकासम्म उपलब्ध गराउँछौं।

विदेशी शिक्षक आकर्षणका लागि त होइन नि ?

प्रवेश परीक्षा दिने तरिका, पढाउने तरिका र विद्यार्थीले प्रवेश परीक्षाका लागि तयारी गर्ने कुरा भिन्दाभिन्दै हुन्। एमबीबीएस प्रवेश परीक्षामा मल्टिपल च्वाइस सिस्टममा आधारित रहेर प्रश्न समाधान गर्नुपर्ने भएकाले विशेषज्ञ शिक्षक झिकाएका हौं। ३० औं वर्ष प्रवेश परीक्षामा अध्यापन गराउँदै आएका यी शिक्षकहरूले विद्यार्थीले के पढ्नु आवश्यक छ, के छैन ? भनेर बाटो देखाइदिने भएकाले विद्यार्थी एम्समा आउनु जरुरी हुन्छ।

तपाईंहरूले प्रि-मेडिकल कोर्स पनि राख्नुभएको रहेछ, किन ?

हो, हामीले मेडिकल क्षेत्रमा करियर विकास गर्न चाहने विद्यार्थीहरूलाई लक्षित गरेर कक्षा ११ र १२ मा अध्ययनरतहरूलाई भविष्यमा सहजै सफलता प्राप्त गर्न नियमित अध्ययनसँगै प्रि-मेडिकल कोर्स पनि गर्न सल्लाह दिन्छौं। यो भारतमा लोकप्रिय विधि हो, यसरी प्रि-मेडिकल कोर्स गर्दा विद्यार्थीलाई कक्षा ११ र १२ को बोर्ड परीक्षालाई धेरै नै सपोर्ट मिल्छ। कक्षा १२ पूरा गरिसकेपछिको ४ महिनाको प्रवेश परीक्षा तयारी कम हुने भएकाले पनि प्लस टु अध्ययन गर्दै गर्दा मेडिकल प्रवेश परीक्षाको तयारी गर्न पनि यो कोर्सले मद्दत गर्छ। हाम्रो विगतको अनुभवमा पनि यसरी प्रि-मेडिकल कोर्स गरेका फ्रेस विद्यार्थीले नाम निकालेका उदाहरण भेटिन्छन्। गत वर्ष ४२ जना फ्रेस विद्यार्थीमा १६ जनाले नाम निकालेका थिए।

English&Computer
BASIC TO ADVANCED COURSES
English : Special, Speaking Focus Class
Japanese, German, Korean
French, Spanish, Chinese
IELTS, JOB,VISA Pre.
Computer Basic, Office, Graphic, Web, Tally, Hardware
OASIS
Language & Computer Institute
OLCI-Thamel, Galkopakha 4359170
4418912, Chhetrapatichowk 4250763

सफलता तपाईंको हातमा
कक्षा ९ र १० फेल ? पढाई छुट्यो ?
निःशुल्क होईन गुणस्तरीय शिक्षा रोजौं।
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 बिटको ठिक पछाडी ठूलो भवन

"विगत वर्षहरुको गहिरो अनुभव र हाम्रो सफलता"
प्राइभेट TEST/SLC
कक्षा १० भर्ना खुल्यो !
कक्षा माध्यम: नेपाली र English
कक्षा ८ पास, ९, Test/SLC असफल भएका, स्कुल जाने उमेर बितेका, गृहिणी या Job गर्दै आफ्नो पढाईलाई निरन्तरता दिन चाहने इच्छुक सबैले आजै सम्पर्क राख्नुहोस्।
हाम्रा विशेषताहरु
➢ जि. शि. का. बाट मान्यता प्राप्त
➢ अनुभवि तथा दक्ष शिक्षक-शिक्षिकाद्वारा अध्यापन गराइने
➢ निःशुल्क शैक्षिक सामाग्री
➢ उचित शैक्षिक परामर्श तथा प्रोत्साहन
➢ कमजोर विद्यार्थीहरुको लागि निःशुल्क छुट्टै कक्षाको व्यवस्था
➢ Weekly, Monthly & Terminal परिक्षा
➢ उत्पीडित वर्ग, गरिब तथा जेहेन्दार विद्यार्थीहरुको लागि छात्रवृद्धिको व्यवस्था
भर्खर SLC दिएर बसेका विद्यार्थीहरुलाई COMPUTER र English Language traning मा विशेष छुट, सिट सिमित छ।
कक्षा समय: बिहानी र दिवा
REAL VISION OPEN EDUCATION टंगल, मंगलबजार २२९६४४९, ९८४१४७१५३७ (लगनखेल बसपार्क देखि ४०० मि. अगाडि NDEP बैंक सगै)
नवबुद्ध OPEN SCHOOL चाबहिल ४४७५३००/०१६२१२३७५ (चाबहिल चोकदेखि गणेशथान जाने बाटो) शोभाभगवती, ढल्कुचोक ४२५०५३३, ९८४१९१६०६७ (इन्द्रेणी मन्दिर अगाडि)

जि.शि.का. तथा EIA नेपालबाट मान्यताप्राप्त
प्राईभेट टेष्ट/SLC 2067
को लागि कक्षा १० मा नयाँ भर्ना खुल्यो
भर्खरै कक्षा ९, १० वा टेष्ट SLC फेल भएका, कक्षा ८ वा ९ उतीर्ण गरी विविध कारणले विद्यालय जान नसक्केका विद्यार्थीहरुका लागि धमाधम भर्ना लिइदैछ।
◆ ६/६ महिनामै +2 र SLC
◆ Math/Science र Test नदिइकन SLC (NIOS)
◆ ५ विषय मात्र पढे पुग्ने
◆ TU/KU/HSEB साथै विश्वभरी मान्यता प्राप्त
चावहिल Bright Future Ph: 4463073, 9851002804
कालीमाटी Merit Academy 4285664, 9841372440

प्राईभेट TEST/SLC 2067
कक्षा ८ पास तथा कक्षा ९/१० फेल भएकाहरुको लागि।
घरायसी काम काजले पढ्न छुटेकाहरुको लागि।
विशेषताहरु:
अपाङ्ग, गृहिणी तथा ४० वर्ष उमेर नाघेकाहरुलाई फ्रि भर्ना तथा वार्षिक फि मा ५०% छुट।
प्राईभेट पढ्ने विद्यार्थीलाई फ्रि कम्प्यूटर टिउसन (अंग्रेजी, गणित, विज्ञान) कक्षा
कम्प्यूटर साईन्स पढाई हुने।
होस्टेल तथा लाईब्रेरीको व्यवस्था।
आईरनगेट ईन्टरनेशनल एकेडेमी
फोन नं.: ४४८५८५०, ९८५१११६६२
नयाँ बानेश्वर (प्रिमियर कलेजसँगै) पुरानो बानेश्वर जाने बाटोमा।

डाक्टर बन्ने लहड

पृष्ठ ७ बाट जारी

समयमा उनीहरूले पाठअनुसार बढी प्रश्नलाई ग्राह्यता दिँदैनन् तर यसो भन्दैमा कुनै पनि प्रश्न परीक्षाको दृष्टिले सामान्य हुँदैनन्। कहिलेकाहीँ जुन कुरामा कम ध्यान केन्द्रित हुन्छ, त्यसबाट बढी प्रश्न आउँछ। प्रत्येक प्रश्नलाई एक मिनेटमा भ्याउनुपर्छ। कम समय लिने प्रश्नलाई जतिसक्दो चाँडो गरी बढी समय लाग्ने प्रश्नमा बचेको समय खर्च गर्नुपर्छ। विज्ञहरूका अनुसार मन मिल्ने उस्तै स्वभावका साथीहरू बसेर कम्बाइन स्टडी गर्नु पनि लाभदायक हुन्छ।

सिट संख्या

एमबीबीएसका लागि शिक्षण अस्पताल, महाराजगन्जमा ४२+१ (स्टाफ) कोटाका लागि प्रवेश परीक्षा असोजमा हुन्छ। यसबाहेक त्रिविसम्बद्ध युनिभर्सल मेडिकल कलेज भैरहवा, जानकी मेडिकल कलेज जनकपुर, चितवन मेडिकल कलेज भरतपुर, नेसनल मेडिकल कलेज वीरगञ्ज, किष्ट कलेज अफ मेडिकल साइन्स ग्वार्को, पिपल्स डेन्टल कलेजले पनि महाराजगञ्जको परीक्षामा उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूबाटै छनौट गर्छन्। महराजगञ्जको प्रवेश परीक्षामा सामेल हुन प्लस टु वा आईएस्सीमा ५० प्रतिशत अंक ल्याएको हुनुपर्छ। यसैगरी काठमाडौं विश्वविद्यालयबाट सम्बन्धनप्राप्त कलेजले पनि विश्वविद्यालयले लिएको प्रवेश परीक्षामा उत्तीर्ण भएकाहरूबाटै विद्यार्थी छनौट गर्छन्। काठमाडौं विश्वविद्यालयअन्तर्गत पूर्ण शुल्कमा ९ वटा मेडिकल कलेजमा एमबीबीएस अध्यापन हुन्छ, जसमा नेपाल मेडिकल कलेज जोरपाटी, काठमाडौं मेडिकल कलेज सिनामंगल, काठमाडौं युनिभर्सिटी मेडिकल स्कुल धुलिखेल, नेपालगन्ज मेडिकल कलेज नेपालगन्ज, कलेज अफ मेडिकल साइन्स भरतपुर, नोबल मेडिकल कलेज विराटनगर, मणिपाल मेडिकल कलेज पोखरा, लर्डबुद्ध मेडिकल कलेज पाल्पा छन्। शिक्षा मन्त्रालयले विभिन्न देशका विभिन्न कलेजका लागि लिएको छात्रवृत्ति कोटाअन्तर्गतको परीक्षा भने यसपटक असार १९ गते हुने सूचना सार्वजनिक भैसकेको छ। शिक्षा मन्त्रालयलाई विदेशी लगानीमा सञ्चालित मेडिकल कलेजले २० प्रतिशत र स्वदेशी लगानीका मेडिकल कलेजले १० प्रतिशत कोटा छात्रवृत्ति दिनुपर्ने प्रावधान छ, जसअन्तर्गत विद्यार्थीले प्रवेश परीक्षामा खरो उत्रनुपर्छ। मन्त्रालयले प्रदान गर्ने छात्रवृत्ति कोटाका निम्ति प्लस टु वा आईएस्सीमा ६० प्रतिशत अंक ल्याएको हुनुपर्छ। छात्रवृत्ति कोटामा नाम निकाल्न सफल विद्यार्थीले ५ वर्षको पढाइ अवधिभर ५ लाख रुपैयाँ खर्चिए पुग्छ भने व्यक्तिगत खर्चमा पढ्नेहरूले २० देखि ३० लाख रुपैयाँसम्म खर्चिन्छन्। बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा न्यूनतम शुल्क कोटामा ३१ जना, आंशिक शुल्क कोटामा ३५ तथा पूर्ण शुल्कमा ३२ विद्यार्थी भर्ना लिइन्छ। भारतीय दूतावासअन्तर्गत प्रत्येक वर्ष १५ जना विद्यार्थीले छात्रवृत्ति प्राप्त गर्छन्। दूतावासको प्रवेश परीक्षा दिन ६० प्रतिशत ल्याएर प्लस टु वा प्रमाणपत्र तहमा उत्तीर्ण हुनुपर्छ। छात्रवृत्तिअन्तर्गत जगदम्बा मदन पुरस्कार गुठीले दुई सिट, पाकिस्तान दूतावासले ५ देखि १० सिट, बंगलादेश दूतावासले ८ सिट र चीन, जापानजस्ता केही मुलुकले केही सिट उपलब्ध गराएका छन्। छात्रवृत्ति नपाउनेहरूले मेरिट लिस्टमा नाम निकालेका आधारमा व्यक्तिगत खर्चमा नेपाल भित्रैका कलेजमा पढ्न पाउँछन्। एक दर्जन कलेजमा करिब एक हजार १ सय सिटमा व्यक्तिगत खर्चमा पढ्न पाइन्छ।

रिभिजन आवश्यक

विद्यार्थीले परीक्षाको तयारी दुई महिनापहिले नै गर्नुपर्छ। बाँकी दुई महिना पहिले सबै प्रश्नपत्रको हल गर्दै, आफूले गरेको गल्तीलाई एक-एक गरी सुधार्दै पढ्नुपर्छ। वैज्ञानिक तथ्यहरू धेरै हुन्छन् र एकैपटकमा सबै कुरा सम्झिइन्छ भन्ने छैन। नोट्समा सबै कुरा समेटेपछि कम्तीमा तीन चार पटक रिभिजन गर्नैपर्छ। कुनै पनि विषयमा पूरा ध्यान दिँदै पढ्नुपर्छ, किनभने कुनै पनि विषय परीक्षाको दृष्टिकोणले कम महत्त्वपूर्ण हुँदैन।

जति नम्बरको प्रश्न हुन्छ, त्यति नम्बर ल्याउने प्रयास हुनुपर्छ। पिरियोडिक टेस्टिङबाट आफूले पढेको पाठमा आफ्नो योग्यता मापन गर्न सकिन्छ। परीक्षाको तयारी जति नै राम्रो भए पनि परीक्षाको सफलता आफ्नो मेहनत तथा भाग्यमा भर पर्छ। परीक्षामा प्रश्न राम्रोसँग बुझेर अनि दिइएको सूचना ध्यानपूर्वक पढी उत्तर लेख्नुपर्छ। प्रतिस्पर्धामा १ अंक पनि महत्त्वपूर्ण हुन्छ। गल्ती ज्यादै सानो हुन सक्छ तर त्यो करियरका लागि उत्तिकै घातक पनि। इन्स्टिच्युटमा अध्ययन गर्नेबाहेक विद्यार्थीले दिनमा करिब ४ देखि ६ घण्टा घरमा छुट्टै मेहनत गर्नुपर्छ। विज्ञहरूका अनुसार पढ्दा एकतिहाइ समय पुरानो प्रश्नपत्र, मोडल प्रश्नपत्र र मल्टिपल च्वाइस सिस्टमको प्रश्नपत्रमा दिनुपर्छ। परीक्षाको सन्दर्भमा अनुसन्धानहरूले देखाएका वैज्ञानिक अवधारणालाई अवलम्बन गर्नु जरुरी छ।

एमबीबीएसको विकल्प

तुलनात्मक रूपमा हेर्ने हो भने एमबीबीएस अध्ययन गर्न चाहने विद्यार्थीको संख्या बर्सेनि घट्दै गएको छ। यसको कारण मेडिकल क्षेत्रमा अन्य विषयहरूप्रति आकर्षण बढ्दै जानु पनि हो। बीडीएस, बीएस्सी नर्सिङ, बीपीएच, फार्मेसी, फुड टेक्नोलोजी, भेटेरिनरी, आयुर्वेदजस्ता विषयमा पनि पर्याप्त अवसर भएकाले यी विषय एमबीबीएसको विकल्प बनेका हुन्।

ADMISSION OPEN FOR PRE BRITISH ARMY & SINGAPORE POLICE
FOR 2010/2011
Lincoln Sports Pvt. Ltd.
Gongabu Tel: 01-4354576, 9849130340
Jawalakhel Tel: 01-5008571, 9851119134

Nepal's No.1 Leading & Pioneering Pre-Gurkha Army Training Center
SALUTE GORKH Training Center Pvt. Ltd.
के तपाईं पनि ब्रिटिश आर्मी तथा सिंगापुर पुलिसमा भर्ती हुन चाहनुहुन्छ?

Rahul Pandey Chairperson 9846219177 9841876269
Bibek Thapa Managing Director 9846262455 9847061236
Admission Open for Intake 2010/11
Congratulations

You are
Contact Address
Head office : Amarsingh Chowk, Pokhara, Phone : 061-524851
Branches :
UK : 39 Ceres Road, Plumstead, London, SE 18 1HR, Mo: 00447792586113
Kathmandu : Balaju Chakrapath, Ph: 01-4385975
Dang : Ghorahi, Ph : 9847831552, 082-563278
Dharan : Acharya Line, Ph : 025-696513, 9804007669
Info Centers:
Baglung, Ph : 068-522413, 522017, Mo. : 9847620398 | Nepalgunj, Ph : 081-560249, Mo : 9848029953 | Butwal, Mo. : 9804409768 | Myagdi, Mo. : 9847703205, 9847627817

होटेल तालिम मोडर्नमा
Switzerland & UK बाट
Cook, Waiter, Waitress, Bakery, Barman, Captain, Front Office, House keeping (Room Boy), Supervisor, Care Giver, Domestic Helper तथा सम्पूर्ण Hotel Management सम्बन्धि तालिम दिइन्छ।
www.modernhoteltraining.com.np
Modern Management Modern Technology
MODERN HOTEL Training Center Pvt. Ltd. महाराजगञ्ज बसुन्धरा पुल- Ktm
Ph:- 4363215, 9721315801

उद्घोषण
RJ/VJ/MC /Radio Technician
Journalism & Other Training
- चर्चित तथा अनुभवि सञ्चारकर्मीबाट प्रशिक्षण दिइने ।
- आफ्नै Digital recording studio.
- आफूले बनाएको कार्यक्रम आफ्नै आवाजमा रेकर्ड गर्न सकिने ।
Rs. 1000/- Discount
AXIS (Attraction) Media
Bagbazar, Kathmandu,
Phone :– 01-4250000
mediaattraction@gmail.com
असार १ सम्म भर्ना हुनेलाई विशेष छुट

भर्ना खुल्यो !भर्ना खुल्यो !! भर्ना खुल्यो !!!
प्राइभेट Test/SLC-2067
विगत ९ वर्षदेखि प्राइभेट Test / SLC मा सबैभन्दा बढी विद्यार्थीहरू सहभागी गराउँदै पास गराउन सफल ।
कक्षा ८ पास तथा भर्खरै कक्षा ९, १० वा Test/ SLC फेल भई विविध कारणले पढ्न नपाएकाहरूका लागि कक्षा ९ नपढी सिधै १० कक्षाको मात्रै 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
अन्तिम भर्ना !!
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, जागीरे तथा गृहणीले घरमै पढेर पनि परीक्षा दिन सकिने, नेपाली तथा अंग्रेजीमा परीक्षा दिन पाईने ।
बाहिर बाट आएकाहरुलाई होस्टेलको व्यवस्था छ ।
कोरिया खुल्यो ! EPS Exam चाँडै हुने भएकाले कोरिया जान चाहनेहरुको लागि EPS-KLT Preparation Course मा पनि भर्ना खुल्यो ।
Note: सन २००८ मा भएको EPS-KLT को परीक्षामा सबै भन्दा बढी विद्यार्थीहरू पास गराउन सफल ।
डिप्लोम्याटिक एकेडेमी
कुमारीपाटी: 5549139, 9851021665
लगनखेल: 5531437
ओरियन एकेडेमी
सामाखुशीपुल: 4388400, 9851021071
चावाहिल: 4460091, 9851085823
नयाँ बानेश्वर: 4484634, 9841160529

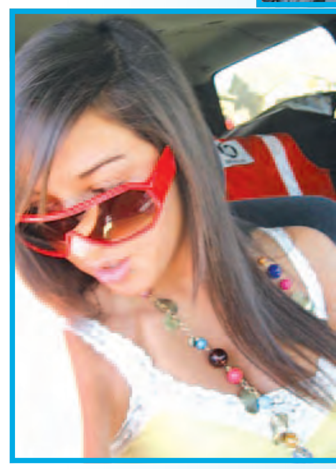
स्टाफ नर्स
प्रवेश तयारी कक्षा
जन स्वास्थ्य विकास केन्द्र
कोटेश्वर, काठमाडौं
(प्रहरी चौकी देखि करिब १०० मि. भित्र)
फोन: ०१६२१८९३४, ९८५१०६८३५४
E-mail: phdc_org@yahoo.com

Private रेगुलर Test/SLC
टेष्ट ग्यारेन्टी पास
कक्षा समय विहान दिउँसो
- ९, १० र SLC फेल भई निराश भएकाहरुलाई सजिलै SLC पास गर्ने मौका
- ६ महिनामै कक्षा ८ पास, ९ नपढी सोझै SLC दिन पाउने
- SLC मार्कसिटमा प्राइभेट नभई रेगुलर भएर आउने
माध्यम अंग्रेजी नेपाली
श्री शिवपुरी नमुना मा.वि. सामाखुशी, कपुरधारा
(चिल्ड्रेन पार्कको ठीक अगाडी) Ph. 014362125

नानु अब गायिका

सुन्दर अनुहार, आकर्षक शारीरिक बनावट अनि अभिनय क्षमता । एउटी नायिकाका लागि यी तीन कुरा अपरिहार्य मानिन्छन् । यी सबै गुण छन्– नानु लिम्बूमा । अभिनयमा प्रशस्त सम्भावना हुँदाहुँदै पनि उनी अहिले संगीततर्फ आकर्षित भएकी छिन् । नवीन सुब्बाको चलचित्र 'नुमाफुङ' मा सह-नायिकाको भूमिका निर्वाह गरेपछि नानुले कुनै पनि चलचित्रमा अभिनय गरेकी छैनन् । नानु भन्छिन्– 'सांगीतिक आर्कषणले गर्दा चलचित्रमा जम्न सकिनँ ।' जन्मथलो पाँचथरमा रहँदा नाटकहरूमा अभिनय गरेर चर्चा पाएकी नानु अहिले बिर्तामोडमा बसोबास गर्छिन् । स्थानीय सरगम संगीतालयमा संगीतको अध्ययन गरिरहेकी नानुले 'तिमीलाई मेरो शुभकामना...' गीतमार्फत गायिकाको परिचय बनाइसकेकी छिन् । ब्युटिसियनका रूपमा समेत कार्यरत नानु चित्तबुझ्दो भूमिकाका लागि प्रस्ताव आए अझै पनि चलचित्र नायिका बन्न भने तयार छिन् । उनी भन्छिन् – 'सांस्कृतिक जनजीवन झल्काउने चलचित्रमा अभिनय गर्ने इच्छा छ ।'

कोही छ नायिका बन्ने ?



निर्देशक दिवाकर भट्टराई- 'असारको अन्त्यदेखि चलचित्रको छायांकन थाल्ने तयारी पूरा भैसक्यो, अहिलेसम्म नायिकाको टुंगो लागेको छैन ।' निर्माता सुनिल रावल- 'भदौदेखि चलचित्र थाल्ने भएका छौं, लौन कोही नयाँ नायिका छैनन ?' दिवाकर आफ्नो पहिलो निर्देशनमा नयाँ नायिका 'डेब्यु' गर्ने विचारमा छन् । उनले निर्देशन गर्न लागेको चलचित्र 'मेरो जीवनसाथी'का लागि प्रायः कलाकारको चयन भैसके पनि उनी मुख्य भूमिकाका लागि टिनएजर नायिकाको खोजीमा छन् । त्यस्तै अवस्था छ सुनिलको पनि । दिवाकरझैं उनी पनि दुई महिनाअघि घोषणा गरेको चलचित्र 'त्यसैले त रोजे तिमीलाई'मा केन्द्रीय भूमिका निर्वाह गर्ने नयाँ अनुहारको खोजी गरिरहेका छन् । दुवैको भनाइ उस्तै छ- 'स्थापित नायिकालाई सुहाउने भूमिका भएन, नयाँ खोज्दा पाइन्न । चलेका वेबसाइट, फोटोस्टुडियो र मोडलिङ एजेन्सी चहारिरहेका छौं । रूप हुनेसँग गुण हुँदैन, गुण हुनेलाई सुहाउँदैन ।' उनीहरू भन्छन्- 'रूप र गुण दुवै भएकाले अवसरको फाइदा उठाउन सक्छन् ।' कोही छ नायिका बन्ने ?

गान्टोक, गुहावटी र ग्रान्ड ओपनिङ

हेयर स्टाइलिस्ट नील डेविड केही साताअघि मुम्बईमा थिए । काठमाडौंमा भेटिएका नील गुहावटी, सिलिगुडी हुँदै फेरि मुम्बई पुगेका हुन् । हेयर स्टाइलिस्ट डेविड हेयर स्टाइल र मेकअपको क्षेत्रमा सोचेभन्दा छिटो लोकप्रिय भएका हुन् । पहाडे मूलका युवाले पेसा बनाउन नसकेको केश काट्ने काममा हात हालेका नील चाँडै नै यो व्यवसायमा सफल मात्र भएनन्, सेलिब्रेटीका रूपमा समेत दर्ज भए । काठमाडौं मलबाट प्रारम्भ भएको उनको सफल व्यावसायिक यात्रा पोखरा हुँदै ललितपुर कुमारीपाटी, धरानसम्म पुग्यो । करिब दुइ वर्षअघि उनले सिलिगुडीमा पनि सैलुन खोले । त्यहाँ पनि उनले सोचेभन्दा राम्रो सफलता पाए । यतिखेर नील डेविड हेयर स्टाइल एन्ड मेकअप सैलुनको थप शाखा विस्तार गर्ने ध्याउन्नमा लागेका नील बलिउडलाई लक्ष्य बनाएर अघि बढेको बताउँछन् । 'सिक्किममा सैलुन निर्माण भैरहेको छ,' नील डेविडले भने- 'गान्तोकलगत्तै गुहावटीमा पनि अर्को शाखा खुल्नेछ ।' नील डेविडका अनुसार यी दुवै स्थानमा ग्रान्ड ओपनिङका साथ निल डेविड सैलुन खुल्नेछन् ।

प्रमोदको अर्को पहिचान

गायक प्रमोद खरेल यतिखेर पार्श्वगायनमा पनि उत्तिकै चम्किएका छन् । पछिल्ला दिनमा उनले एक दर्जन नेपाली चलचित्रमा आफ्नो स्वर दिइसकेका छन् । हाइपिचका गीत गाउन सक्ने प्रमोदको स्वर भर्सटाइल भएकाले पनि उनी पार्श्वगायनमा जमेका हुन् । आधुनिक गीतिसंग्रह लिएर सांगीतिक क्षेत्रमा आएका प्रमोदको दोस्रो गीतिसंग्रह पप संग्रह थियो । यतिखेर महत्वाकांक्षी गजल गीतिसंग्रह लिएर स्रोतामाझ आउने तयारी गरिरहेका प्रमोद उक्त गीतिसंग्रहको नाम जुर्न नसकेको बताउँछन् । 'अब गजल प्रयोग गर्दै छु, हेरौं दर्शक-श्रोताले यसलाई कसरी लिनुहुन्छ,' सुर्दशन थापाले निर्देशन गर्ने मेरो लभ स्टोरीका संगीतकार प्रमोदका अनुसार उनले हिफाजत, सम्झना, दाग, फर्ज, फ्लासब्याक, विष, आफ्नो मान्छे आफ्नै हुन्छ आदि चलचित्रमा स्वर दिएका छन् । प्रमोदको अर्को परिचय उनी लेक्चरर पनि हुन् । जेभियर इन्टरनेसनल कलेजका केमेस्ट्री टिचर प्रमोदको यो परिचय भने अहिलेसम्म बाहिर आएको छैन् ।

हास्यव्यंग्यमा जम्दैछन् मितजी

सुनसरीको इटहरी हास्यकलाकार जन्माउने थलो बनेको छ । यहाँबाट आफ्नो कला सुरु गरेका श्री कृष्ण लुइँटेल, प्रकाश ओझा आदिको नाम स्थापित भैसकेको छ । अहिले आएर इटहरीमा 'मितजी'को जोडीले चर्चा बटुल्दै छ । दुई किशोरको यो जोडी अहिले पूर्वको मञ्च तताउन अभ्यस्त छ । 'मितजी' अर्थात मिलन परियार तथा जीवन दाहालको यो जोडीलाई पूर्वका धेरैले हास्यकलाकारका रूपमा चिनिसकेका छन् । इटहरीको जनता क्याम्पसमा ११ कक्षा अध्ययनरत यी किशोरले झापाको माइखोला पश्चिमका अधिकांश मञ्चमा प्रस्तुति देखाउन भ्याइसकेका छन् । स्वर्गीय गिरिजाप्रसाद कोइराला, माओवादी अध्यक्ष प्रचण्ड, प्रधानमन्त्री माधवकुमार नेपाल, एमाले अध्यक्ष झलनाथ खनाल, कांग्रेस नेता शेरबहादुर देउवा, रामचन्द्र पौडेलसँगै विभिन्न चर्चित कलाकारको समेत जस्ताको तस्तै अभिनय गरेर यो जोडी पूर्वका मनोरञ्जनप्रेमीको मनमा स्थान बनाउन सफल भएको छ ।

तु-आवश्यकता
नयाँ अफिस संचालन गर्नको लागि विभिन्न पदमा कर्मचारी चाहियो ।
संख्या : 12 Ladies/13 Gents
योग्यता : SLC वा Test पास
तलब : 6200 + संचयकोष
ACCESS Kalanki
01-4301822
9841887523
नोटः पुरानो मकालु काउन्टर बाट ज्ञानोदय मार्ग जाने १०० मिटर भित्र

EDV 2011
विजेताहरूलाई हार्दिक बधाई
विगत ५ वर्षदेखि निशुल्क डिभि भराउँदै आएको ख्याति प्राप्त यस यारा डिजिटलमा 1st Letter देखि Interview सम्मको लागि सम्पूर्ण परामर्श निशुल्क प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।
FREE DV COUNSELING
yara digital
Tel: 4219790, Bagbazar (Shankar Dev Campus Line), Infront of Tukucha Tarkari Bazar, Kathmandu, Nepal
www.yaradigital.com.np

तालिम
ब्यूटिसियन, सिलाई र कटाई, फेसन डिजाईन, बुनाई, प्याचवर्क, इम्ब्रइदरी तथा बिभिन्न तालिम दिइन्छ ।
ब्युटिसियन एड्भान्सड कोर्ष संचालन भइरहेको छ ।
त्रिवेणी तालिम केन्द्र
बागबजार, काठमाडौं : ४२३ १०३०
(खुल्ने समयः बिहान ७ बजेदेखि साँझ ५ बजेसम्म)
शुक्रबार महिलाहरूलाई निःशुल्क कपाल काटिन्छ ।

• फिल्मी खबर •

मदनको स्वाभिमान

निर्देशक मदन घिमिरे, रामकेशर बोगटीले निर्माण गर्ने चलचित्र 'स्वाभिमान'को निर्देशन गरिरहेका छन् । द्रुतगतिमा छायांकन भैरहेको चलचित्र 'स्वाभिमान' मा राजेश हमाल, सुमन सिंह, झरना

थापा, सौजन्य सुब्बा, हिउँबाला गौतम, रवि गिरी आदि कलाकारको मुख्य भूमिका छ । चलचित्रमा महेश खड्काको संगीत, शिवम् अधिकारीको लेखन तथा रोशन श्रेष्ठको द्वन्द्व निर्देशन हेर्न पाइनेछ ।

सिन्दूर

गोविन्द गौतमको लेखन-निर्देशनमा निर्माण भैरहेको कथानक चलचित्र 'सिन्दूर' को प्रदर्शनपूर्वका प्राविधिक कार्य अन्तिम चरणमा पुगेको छ । सरिता ढुङ्गानाको प्रस्तुति एवं राधेश्याम राई निर्माता रहेको 'सिन्दूर' विशुद्ध पारिवारिक प्रेमकथामा आधारित चलचित्र हो । विराज भट्ट, जेनिसा केसी, तृप्ति नाडकर, लक्ष्मी गिरी, स्नेहा शर्मा आदिको मुख्य भूमिका रहेको 'सिन्दूर' को छायाङ्कन मकवानपुर जिल्लाका विभिन्न रमणीय स्थानमा गरिएको छ भने चलचित्र आगामी भाद्रसम्ममा सार्वजनिक प्रदर्शनमा आउने अनुमान छ ।

विशेष चलचित्र दासढुंगा

नेकपा एमालेका नेताद्वय मदन भण्डारी र जीवराज आश्रितको जीप दुर्घटनामा भएको मृत्युका विषयमा निर्माण गरिएको चलचित्र 'दासढुंगा'लाई चलचित्र विकास बोर्डले विशेष चलचित्र घोषणा गरेको छ । सेन्सर हुन निकै समय लागेको उक्त चलचित्रको प्रस्तुति उत्कृष्ट भएकाले त्यसलाई विशेष चलचित्र घोषणा गरिएको बोर्डले जनाएको छ । चलचित्र 'दासढुंगा'को निर्माण अपिल विष्ट तथा निर्देशन मनोज पण्डितले गरेका हुन् । विशेष चलचित्र घोषणा भएपछि उक्त चलचित्रले प्रदर्शनका लागि पालो पर्खनुपर्नेछैन ।

निगरानी तयार

राजेन्द्र उप्रेतीको निर्देशनमा निर्माण भएको चलचित्र 'निगरानी' प्रदर्शनका लागि तयार छ। सुशील पोखरेलले लगानी गरेको यो चलचित्रमा विराज भट्ट, अरुणिमा लम्साल, मुकेश ढकाल, जेनिशा केसी, दिनेश कार्की, उत्तम केसी आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् ।

जब मन रुन्छ

नरेन्द्र श्रेष्ठको निर्देशनमा निर्माण हुन लागेको चलचित्र 'जब मन रुन्छ'का निर्माता विनोद श्रेष्ठ हुन् । आगामी भदौ महिनातिर छायांकन प्रारम्भ हुने यो चलचित्रका संगीतकार चेतन सापकोटा हुन् भने चलचित्रमा कलाकारको छनोट भैरहेको छ ।

घनश्यामको जय होस्

सञ्चारकर्मी घनश्याम खतिवडा चलचित्र निर्देशक भएका छन् । खतिवडाको निर्देशनमा चलचित्र 'जय होस्' को छायांकन प्रारम्भ भएको छ। राजेश हमाल, विराज भट्ट, कृष्ण भट्ट, सुमिना घिमिरे, सौजन्य सुब्बा, दिनेश डिसी, नवीन श्रेष्ठ आदि कलाकारको मुख्य भूमिका निर्वाह गर्ने यो चलचित्रका निर्माता सुदन धिताल हुन् । पुरुषोत्तम प्रधानले छायांकन, रोशन श्रेष्ठले द्वन्द्व, दिनेश अधिकारी, पुनम राई तथा कविराज गहतराजले नृत्य निर्देशन गरिरहेको चलचित्र 'जय होस्' मा शम्भुजित बाँस्कोटाको संगीत सुन्न पाइनेछ ।

काठमाडौंमा तुलसी

नायिका ऋचा घिमिरेको प्रस्तुतिमा निर्माण भैरहेको चलचित्र 'तुलसी' को छायांकन पोखरा र धम्पुसपछि काठमाडौंमा भैरहेको छ । काठमाडौंको छायांकनसँगै चलचित्रको छायांकन सम्पन्न हुने निर्देशक शंकर घिमिरेले बताए । रनजित घिमिरेको संगीत सुन्न पाइने उक्त चलचित्रमा ऋचा घिमिरे शीर्ष भूमिकामा छिन् भने विमलेस अधिकारी तथा आयुष रिजाल नायक छन् ।

• 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।

म २२ वर्षीय हिन्दू युवक हुँ । विगत दुई वर्षदेखि मेरो एक मुस्लिम युवतीसँग प्रेम चलिरहेको छ । हामी एक-अर्काका परिपूरक भैसकेका छौं । हाम्रो यो सम्बन्धका बारेमा उसको परिवार राम्रोसाग अवगत भएको कुरा मैले उनीबाट थाहा पाएँ । हाम्रो यो सम्बन्धका कारण उनले अन्यत्रबाट आएका विवाह प्रस्तावलाई समेत अस्वीकार गरिसकेकी छिन् र थप प्रस्ताव नल्याउन आफ्नो परिवारसमक्ष आग्रहसमेत गरिसकेकी छिन । उनको परिवारका तर्फबाट हाम्रो सम्बन्धमा कुनै समस्या छैन । अहिले आएर हाम्रो सम्बन्ध मेरो दाइले थाहा पाउनुभयो । हाम्रो सम्बन्ध धर्मका कारणले हाम्रो आमाबुवा र नागातोतालाई अमान्य हुने मेरो दाजुको तर्क छ । त्यसैले उहाले हाम्रो सम्बन्धलाई विस्तारै टुङ्याउँदै लान सुझाव दिनुभएको छ, जुन हाम्रा लागि असम्भव छ । उनी मेरा लागि जस्तोसुकै त्याग गर्न पनि तयार छिन् र धर्म परिवर्तन गर्न पनि मञ्जुर छिन्, तर पनि यसले समस्या सुल्झिएलाजस्तो लाग्दैन । यस्तो स्थितिमा मैले के गर्दा ठीक होला ?

एस.पी

आजभोलि विवाहले धार्मिक वा आस्थागत मान्यता पाउनुभन्दा कानुनी एवं सामाजिक मान्यता पाउनुलाई महत्त्व दिइन्छ। हाम्रो समाजमा धर्म तथा जातिका कुराले कतिपय प्रेमप्रसंग अल्पायुमै टुङ्गिएका उदाहरण पनि छन्। जहाँसम्म कानुनको कुरा छ, कानुनले अन्तरजातीय वा अन्तरधार्मिक विवाहमा कही कतै रोक लगाएको छैन। यसो भन्दैमा विवाहले समाजका केही मर्यादाहरूप्रति पनि जिम्मेवारी बोध गर्नुपर्ने हुन्छ। तपाईंको हकमा तपाईंको सामाजिक एवं आर्थिक पृष्ठभूमिले पनि केही ठोस निर्णय गर्न सघाउन सक्छ। मुख्य कुरा तपाईं आत्मनिर्भर हुनुपर्छ। तपाईं आत्मनिर्भर हुनुहुन्छ भने आफ्ना केही शुभचिन्तक र आफूसाग सहमत नजिकका नातेदारलाई साक्षी राखेर तपाईंले कानुनी विवाह गर्न सक्नुहुन्छ। यसका लागि सबैभन्दा ठूलो आवश्यकता भनेकै तपाईंको आत्मविश्वास हो। जहाँसम्म अन्तरधर्म विवाहको कुरा छ, हाम्रो समाजमा सफल अन्तरधर्मीय विवाहका थुप्रै उदाहरण छन्।

सर्पसित मल्लिका

चर्चित ग्ल्यामर फोटोग्राफर रिचार्ड एभडनको फोटोग्राफी कलामा बोल्ड बलिउड अभिनेत्री मल्लिका सेरावत र सर्पलाई एउटै फ्रेममा देख्न पाइएको छ। असीको दशकताका चर्चित जर्मन अभिनेत्री नश्ताजा किन्स्की र अजंगको शर्प बोआ कन्स्ट्रीक्टरलाई एकसाथ तस्बिरमा उतारेका फोटोग्राफर रिचार्डले यस पटक भने लगभग त्यस्तै कन्सेप्टमा बलिउड बाला मल्लिका शेरावतलाई तस्बिरमा कैद गरेका छन्। आफ्नो होम प्रोडक्सनमा निर्माण भैरहेको 'हिस्स' मा स्नेक वुमनकै भूमिका निर्वाह गरिरहेकी मल्लिकालाई उक्त चलचित्रको पोस्टरमा सर्पसित देखाइनेछ। सर्पसितको तस्बिरमा नांगिएकी जर्मन अभिनेत्री जस्तै नै अभिनेत्री मल्लिका पनि आफ्नो शरीर प्रदर्शन गर्ने मुडमा देखिएको श्रोतको कथन छ।

सर्जरी नगर्ने नायिका

हलिउड नायिका मेगन फक्सले कुनै पनि हालतमा प्लास्टिक सर्जरी नगर्ने घोषणा गरेकी छिन्। फक्सका अनुसार त्यस्तो सर्जरी गर्ने अधिकांश महिला असुरक्षाको भावनाबाट ग्रसित हुन्छन्। एउटा पत्रिकामा प्रकाशित समाचारमा जनाइएअनुसार फक्सले प्लास्टिक सर्जरी गर्ने महिलाहरूले त्यसो गर्नुअघि चिकित्सकको सल्लाह लिनुपर्ने धारणा व्यक्त गरिन्। 'ट्रान्सफर्मर' चलचित्रकी नायिका फक्सले आफू प्लास्टिक सर्जरीको विरोधी नभएको पनि स्पष्ट पारेकी छिन्। 'मलाई लाग्छ, कम समयमै सुन्दर हुन चाहनेहरूका लागि यो राम्रो उपाय हो, तर म आफैंचाहिं यो उपाय अपनाउँदिनँ।'

२ लाखको नोक्सानी

सुपर मोडल केट मोसले एक दिनमै दुई लाख डलरको नोक्सानी बेहोर्नुपरेको छ। लन्डनको आफ्नो भव्य महलमा ढलको पानी पसेपछि उनले यति धेरै नोक्सानी बेहोर्नुपरेको हो। ढलको पानी घरभित्र पसेपछि घरका महागा फर्निचर, केटको जुत्ताको संग्रहालय, मारियो तेस्तिनोद्वारा खिचिएका थुप्रै दुर्लभ तस्बिर नष्ट भएका छन्। ती वस्तुहरूको मर्मतसमेत असम्भव भएको बताइन्छ। ढलको पानी घरको अन्डरग्राउन्डमा पसेको थियो, जहाँ भान्छा कोठा, लाउन्ज आदि छन्। त्यहाँ करिब १८ इन्च पानी भरिएको थियो। घरमा पानी पसेपछि निराश भएकी ३६ वर्षीया बेलायती सुन्दरी नजिकैको एउटा घरमा शरण लिन पुगेकी थिइन्। पानी पस्नुभन्दा केही दिनअघि मात्र केटले आफ्नो घरको साजसज्जा गराएकी थिइन्।

सलमानलाई रिस उठ्यो

अभिनेता सलमान खान आफ्नो रिसाहा प्रवृत्तिका कारण सधैं चर्चामा रहन्छन्। यस पटक उनको रिसको सिकार बनेकी छिन्– अभिनेत्री दीपिका पादुकोण। स्रोतका अनुसार दीपिकाले आफूलाई चलचित्रमा साइन गराउन सलमान आफ्नो पछाडि लागेको भन्ने कुरा जोकोहीसँग गर्न थालेपछि अभिनेता सलमान दीपिकासँग रिसाएका हुन्। यस विषयमा सलमानले दीपिकासित कुरा गर्न खोज्दा उनले कुरा गर्न अस्वीकार गरेको स्रोतले बताएको छ।

कलेज नजाने निर्णय

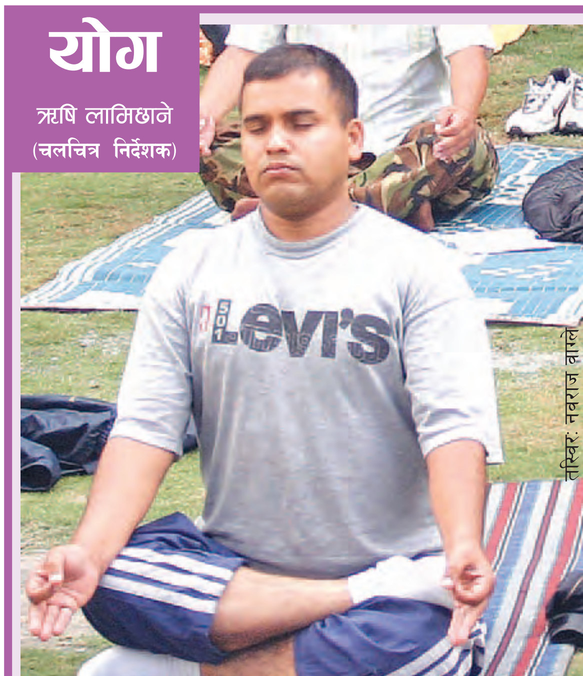
दर्शककी प्रिय नायिका माइली साइरसले कलेज जान मन नलाग्ने आफ्नो धारणा सार्वजनिक गरेकी छिन्। 'मलाई कलेज जान मन लाग्दैन,' साइरस भन्छिन्– 'कुनै पनि उमेरमा कलेजमा गएर अध्ययन पूरा गर्न सकिने भएकाले पनि मलाई अहिले कलेज जान मन नलागेको हो।' चर्चित टेलिभिजन कार्यक्रम 'हाना मोन्टाना' की नायिका माइलीका अनुसार युवाहरूलाई कम उमेरमै पढाइ पूरा गर्न दबाब दिनु उचित छैन। माइली भन्छिन्– 'म अहिले नै कलेज जान चाहन्ना। मलाई लाग्छ, हामी जीवनको उत्तरार्द्धमा पनि आफ्नो अध्ययन पूरा गर्न सक्छौं। मेरी हजुरआमा पनि ६२ वर्षको उमेरमा कलेज गएकी थिइन्।' १७ वर्षीया माइलीले आफ्नो अध्ययनलाई पूर्णविराम नै लगाउने निर्णय भने गरिसकेकी छैनन्।

बबी खेती गर्दै

आफू अभिनीत चलचित्रको छायांकनका क्रममा पटियाला पुगेका अभिनेता बबी देवल त्यहाँस्थित आफ्नो फार्म हाउसमा निकै व्यस्त देखिए। फार्मभिलेबाट भर्च्युयल फार्मिङको आनन्द लिने युगमा पनि पन्जाबस्थित आफ्नो फार्म हाउसमा आफ्ना सहयोगीहरूका साथमा खेतीमा मग्न देखिएका अभिनेता बबीको यो रुचिप्रति सञ्चारमाध्यमहरूको ध्यान तानिएको थियो। चलचित्र करियरपछि अभिनेता बबीले खेती गर्ने सोच बनाएका हुन् सक्छन्।

योग

ऋषि लामिछाने
(चलचित्र निर्देशक)



तस्विर: नवराज वाग्ले

● मेरो अनुभव ●

केही साताअघि साप्ताहिकमा म मोटाउँदै गएको गसिप प्रकाशित भएपछि मेरी अर्धाङ्गिनी सरिता लामिछाने समेत कराउन थालिन् । जीवनसँगिनी भएपछि मेरो स्वास्थ्यको मामिलामा उनले कचकच गर्नु स्वाभाविक थियो । मेरो तौल बढेकोमा केही साथीभाइले पनि घटाउने सल्लाह दिइरहेका थिए । बिहान पाँचै बजे निद्रा खुले पनि टिभी हेर्दै दुई कप चिया पिएपछि आठ बजे ओछ्यान छाड्ने, खानपिन नबार्ने, विशेष गरी मांसाहारी खाना, हल्का रक्सी एवं कार्बोहाइड्रेड भएका परिकारहरूमा रुचि भएपछि तौल बढेर ८० किलो पुग्यो । मेरो शरीर अहिले पनि मोटो नै देखिन्छ, तर मैले एक साताको अवधिमा ५ किलो घटाएँ । यसको श्रेय म योगलाई दिन्छु । चलचित्र निर्देशक समाजको पहलमा पतञ्जली योगपीठका प्रशिक्षक अश्विनी कोइरालाले हामी निर्देशकहरूलाई एक साताको योग प्रशिक्षण दिनुभयो । त्यसैको परिणाम मेरो शरीरमा देखिएको छ । शरीर फुर्तिलो भएको छ । बिहान उठेर ओछ्यानमै समय बिताउने अल्छीपन हराएको छ । साँझ सात बजेपछि म केही खान्नँ, पिउन पनि छाडिदिएँ । योग शिविर सकिए पनि दैनिक योग गर्न भने छाडेको छैन । म तपाईंहरूसँग १५ दिन भेट्दिनँ । त्यसपछि मैले सर्ट, पाइन्ट र टिसर्ट नयाँ किन्नुपर्नेछ । तौल घटेको ऋषि लामिछानेको साक्षात्कार तपाईंहरूसँग हुनेछ ।

मलाई कपालभाती र अनुलोम-विलोम गर्दा निकै मज्जा आयो । वास्तवमै योगले स्वस्थ बनाउँदो रहेछ । मैले आफ्नो जीवनकालमा यसरी कहिल्यै योग सिकेको थिइनँ । सरिताले टेलिभिजन हेरेर योग गरेको देखेकी थिएँ, तर आफैंले प्रयास भने गरेको थिइनँ । त्यसो नगरेर मैले गल्ती गरिरहेको रहेछु । म चलचित्र निर्देशक मात्र नभै देशको एक जिम्मेवार नागरिक पनि हुँ । त्यसैले योग गरी शरीर स्फूर्त र स्वस्थ राख्न सके देश निर्माणमा सबैले आ-आफ्नो कर्मबाट सहयोग गर्न सक्छन् । स्वस्थ शरीर भएपछि मात्र काममा लगन बढ्छ ।

ज्योतिष विद्यामा विश्वास गर्नुहुन्छ कि हुन्न ? किन ?

अलि अलि गर्छु तर ज्योतिष विद्यामा विश्वास गरेर पछुताउनुपरेको छैन । कहिलेकाहीं अलि बढी नै विश्वास लाग्छ, तर प्राय: ज्योतिषिहरूले भनेजस्तो हुँदैन । पछुताउने गरी विश्वासचाहिं गर्दिनँ ।

मेडिना जोशी (गायिका)

ज्योतिषिको सल्लाह मान्छु र उनीहरूलाई विश्वास पनि गर्छु तर अचम्मको कुरा अहिलेसम्म आफ्नो मन जित्ने ज्योतिषीचाहिं भेटेको छैन । मेरो चिना नबनेकाले तथा राशि थाहा नभएकाले पनि त्यसो भएको हुनसक्छ । हरिद्वारमा एक जना ज्योतिषीले भनेअनुसार एउटा औंठी लगाइरहेको छु तर त्यो लगाएपछिको फल भने पाएको छु जस्तो लाग्दैन ।

कमल गाउँले (हास्यकलाकार)

केवल एक प्रश्न

म १२ वर्षको हुञ्जेल ज्योतिषीले मेरो राशि कर्कट हो भने । २१-२२ वर्ष छँदा अर्को ज्योतिषीले धनु राशि हो भने । अस्ति भर्खर मैतीदेवीमा हात देखाउँदा मेरो राशि तुला हो भनियो । सामान्य राशिसम्म निश्चित गर्न नसक्ने यो विद्यामा कसरी विश्वास गर्नु ?

हेमन्त शर्मा (गायक)

ज्योतिष विद्यामा ४० प्रतिशत मात्र विश्वास लाग्छ । सतप्रतिशत विश्वास गर्दा आफैंलाई हानि भएपछि विश्वासको प्रतिशत घटेको हो । ज्योतिषीहरू मलाई रातो रंग तथा मंगलबार शुभ छ भन्छन्, तर दु:ख गरेर मैले मंगलबारको दिन किनेको रातो रंगको पल्सर मंगलबारकै दिन चोरियो । जुन अहिलेसम्म भेटिएको छैन । ज्योतिषीले जे भन्छन् त्यसको ठ्याक्कै उल्टो काम हुन थालेपछि विश्वास लाग्न छाडेको हो ।

नरेश भट्टराई (टेलिभिजनकर्मी)

अलि-अलि लाग्छ तर पूरै चाहिं लाग्दैन । एकपटक ज्योतिषीको कुरा मानेर कालभैरवको मन्दिरमा कालो कपडासहित विभिन्न सामग्री लगेर कसैसँग नबोली पूजा पनि गरें । त्यति गर्दा ज्योतिषीले जे हुन्छ भनेका थिए त्यो आजसम्म पनि पूरा भएको छैन । त्यसैले हिजोआज विश्वास गरिहाल्न मन लाग्दैन ।

शिशिर सुवेदी (हास्यकलाकार)

MBBS entrance 2010
Your Option Now ...
Determination
Concentration
Study, Practice
Time management
Give us your commitment, leave the rest to us.
www.namembbs.com
since 1996
NAME
Putalisadak, Infront of Singhdurbar
Tel: 4231144, 4220255

प्राईभेट
Regular Test/SLC - 2067
☞ भर्खरै कक्षा ९ तथा Test फेल भएका
☞ ८ पास ९,१०, Test/SLC फेल भई विभिन्न कारणले पढाई छाडेकाहरु
☞ उमेर नाघेका, जागिर गर्दै, घरमै बसि अध्ययन गर्न चाहानेहरु
☞ कक्षा ९ नपढी सिधै Test/SLC दिन पाईने
भर्ना खुल्यो
SLC मार्कसिट प्राईभेट नभई रेगुलर हुने
सजिलै ८ पास गरौं
‣ कक्षा ५,६,७,८ पढ्दा पढ्दै विविध कारणले बिचैमा पढाई छाडेका विद्यार्थी, गृहणी,महिला, पुरुषहरुको लागी कक्षा ८ मा भर्ना भईरहेको छ ।
‣ यसै स्कुल बाट कक्षा ८ पास भएका विद्यार्थीहरुले कक्षा ९ नपढी सिधैं १० पढ्न पाउने ।
बाइरन मा. वि.
बनस्थली,चोक, काठमाडौं
01-4364888, 9841700087

अन्तिम भर्ना ! अन्तिम भर्ना !!
अब, केहि दिन मात्र बाँकी ।
प्राईभेट Test/ SLC-067
विगत वर्षहरूमा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउन सफल ।
भर्खरै ९ तथा Test फेल भएका, कक्षा ८ पास भई, विविध कारणले पढाई रोकिएका हरूले सिधै कक्षा १० मात्र पढि सजिलै SLC पास गर्ने सुवर्ण अवसर ।
६ महिनामै +2
कक्षा ११ पढ्नु नपर्ने, कक्षा १२ को मात्र परीक्षा दिए पुग्ने । (NIOS Board)
➢ Science, Management, Arts Faculty भएको ।
➢ +2, A-Level फेल भए पनि परीक्षा दिन पाइने ।
➢ TU, KU, HSEB तथा विश्व भरी मान्यता भएको
➢ जागिरे तथा गृहणीले घरैमा पढेर परीक्षा दिन पाइने ।
➢ नेपाली तथा अंग्रजी माध्यमवाट परीक्षा दिन पाइने ।
कक्षा समय: विहानी, दिउँसो र वेलुकी
Medium: English / Nepali
साथै, ✪ English, Japanese, Korean Language Classes. (जान्दै नजान्नेलाई विशेष कक्षाको ब्यवस्था ।)
✪ Basic to Advance Computer Courses, ✪ Tuition for all level all subjects...
नेपाल सरकार शिक्षा कार्यालय वाट मान्यता प्राप्त ।
सोह्रखुट्टे — पिस भिजन — Ph.: 4389300, 016913286
चावहिल — जेन्युईन — Ph.:4462184, 9841575318
लगनखेल — रियल भिजन — Ph.:2296449, 9841471537

अन्तिम भर्ना-पालो तपाईंको
जिल्ला शिक्षा कार्यालयबाट मान्यता प्राप्त
प्राईभेट TEST/SLC २०६७
कक्षा ८ पास गरि ९, १० फेल वा पास र Test /SLC फेल भएका उमेर नाघि पढ्ने इच्छा भएका वा विविध कारणले विधालय जान नसकेका विधार्थीहरुका लागि अध्ययन गर्ने सुवर्ण अवसर....
नोट: SLC Registration Form भर्ने अन्तिम मिति २०६७ असार १५ गते सम्म मात्र ।
कोसेट ओपन स्कुल — २१६०७३६, ९८४१२६४५१४ — लाजिम्पाट (प्रहरी बिट सँगै)
पाइथागोरस एकेडेमी — ४२६०६३२, ९८५१००९४२७ — पुतलीसडक (पद्मोदय मोड)

● तीन प्रश्न ●

सानो तथा ठूलो पर्दाका दर्शकका लागि खेम शर्मा परिचित नाम हो। झन्डै २९ वर्षअघि 'भीडमा हराएको मान्छे' शीर्षकको नाटकमा अभिनय गरेर मनोरञ्जनको दुनियाँमा प्रवेश गरेका खेम शर्मा अभिनयका पर्याय नै भैसकेका छन्। २०३८ साल फागुन २ गते उक्त नाटकमा अभिनय गरेपछि हालसम्म उनी यो क्षेत्रबाट टाढा जान सकेका छैनन्। ६ सयभन्दा बढी टेलिश्रृंखला, तीन दर्जन चलचित्र तथा दुई दर्जनभन्दा बढी नाटकमा अभिनय गारिसकेका शर्मा सानो पर्दाकै कारण आफू चिनिएको बताउँछन्। २०४४ मै प्रसारण भएको हास्यश्रृंखला 'चतुरेको दाउपेच' मा चतुरेको भूमिका निर्वाह गरेर लोकप्रिय भएका शर्माले करोडपति, नेपालीबाबु, झझल्को, दुश्मन, अधिकार आदि चलचित्रबाट पनि दर्शकको मन जितिसकेका छन्। हराएको सारी, देवी, यहाँको चलन, सहनशीला सुशीला, अन्धवेगजस्ता टेलिश्रृंखलालाई कालजयी मान्ने शर्मा आजका दिनमा पनि अभिनयमा उत्तिकै क्रियाशील छन्। उनले अभिनय गरेका चारवटा हास्यश्रृंखला अहिले विभिन्न टेलिभिजन च्यानलका प्रसारण भैरहेका छन्। शुक्रबार राति नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने झ्याइँकुटी झ्याइँ, नेपाल टेलिभिजन-२ बाट सोमबार राति प्रसरण हुने चलेको चलन तथा बुधबार प्रसारण हुने रातो पीरो अनि शुक्रबार तराई टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने गाई कि त्रिशूलको छायांकनमा व्यस्त शर्मासँग साप्ताहिकको तीन प्रश्न :

यो उमेरमा पनि एकै हप्तामा चारवटा श्रृंखलाको काम कसरी भ्याउनुहुन्छ ?

(हाँसो) उमेर त धेरै भएको छैन नि, म मानिस मात्र पुरानो हो । अलग-अलग सेड्युलमा छायांकन हुने भएकाले भ्याइरहेको छु ।

चारवटामध्ये कुन श्रृंखलाको कुन भूमिकाबाट सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?

अहिले प्रसारण भैरहेका चारैवटा श्रृंखला मलाई उत्तिकै प्रिय छन् । सन्तुष्टिकै कुरा गर्नुपर्दा दमन रूपाखेतीको निर्देशन रहेको 'झ्याइँकुटी झ्याइँ' तथा राजु मास्टरसा'बको 'रातो पीरो' मा राम्रो काम गर्न पाएको छु ।

भविष्यको योजना के छ ?

एउटा कलाकारलाई बाँचुन्जेल अभिनय गर्न पाइयोस् भन्ने त हो नि । त्यसबाहेक केही साथीसँग मिलेर एउटा हास्यचलचित्र निर्माण तथा निर्देशन गर्दैछु ।

● सानो पर्दा ●

हाम्री सिवानी

बालयौन दुराचारविरुद्ध जनचेतना फैलाउने उद्देश्यले टेलिशृंखला 'हाम्री सिवानी' को निर्माण प्रारम्भ भएको छ । असारको पहिलो सातादेखि नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने यो शृंखलाको निर्देशन प्रदीप कसपालले गरिरहेका छन् । यो शृंखला २६ भाग लामो हुनेछ । शृंखलामा प्रेक्षा अधिकारीले मुख्य भूमिका निर्वाह गरिरहेकी छिन् । शृंखलामा शिशिर सुवेदी, आरती आचार्य, अष्मिता भण्डारी, ईशान राउत, दिनेश खड्का, सुब्रत आचार्य आदि कलाकारले अभिनय गरिरहेका छन् ।

सागरको गोलमाल

राजाराम पौडेल, विष्णु सापकोटा, सुलेमान शंकर (इकु), देवीराम पराजुली (भोक लाग्यो), सुनिता गौतम (मैयाँ) आदि कलाकारले अभिनय गरेको हास्यशृंखला 'हुन्छ हुन्छ पक्कै हुन्छ गोलमाल' प्रसारणका लागि तयार भएको छ । असारको पहिलो सातादेखि तराई टेलिभिजनबाट यो शृंखला प्रसारण हुनेछ । सागर लामिछाने यो शृंखलाका निर्देशक हुन् । जनकदीप पराजुलीको परिकल्पनामा तयार भएको यो शृंखलाको १३ भागको छायांकन सम्पन्न भैसकेको छ ।

आउँदैछ हिमालयन टेलिभिजन

आगामी साउन एक गतेदेखि प्रसारण प्रारम्भ हुने हिमालयन टेलिभिजनले समाचार तथा मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रमलाई मुख्य आधार बनाउँदैछ । चलचित्र लेखक तथा निर्देशक विकास आचार्य यो च्यानलमा मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रम प्रमुखका रूपमा अनुबन्धित भएका छन् भने सञ्चारकर्मी प्रवीण गिरी समाचार प्रमुखका रूपमा आबद्ध भएका छन् । यो च्यानलमा जीवन लुइँटेल, ऋचा सिंह ठकुरी, भरत सिटौला आदि कलाकार भिडियो जक्कीका रूपमा सहभागी हुँदैछन् । ललित अग्रवालको लगानी रहने यो च्यानलमा तपनाथ शुक्ला तथा मणि राना पनि सहभागी छन् ।

तीतो सत्यका तीन मोटे

हास्य शृंखला तीतो सत्यका तीन जना कलाकार अहिले चर्चामा छन् । निर्मल शर्मा 'गैंडा', रवि शर्मा 'घाटो' तथा आरपी भट्टराई 'लाजालाम' पछिल्लो दुई सातादेखि चर्चामा आएका हुन् । तीतो सत्यमा अभिनय गरेर दर्शक हँसाइरहेकाले मात्र उनीहरू चर्चित भएका होइनन् । अघिल्लो साता राजधानीमा वितरण गरिएको पहिलो टेली एवार्ड वितरण समारोहमा उनीहरूले प्रस्तुत गरेको कमेडी नृत्यका कारण उनीहरूको चर्चा चलेको हो । रमाइलो कुरा के छ भने तीनै जना कलाकारको तौल सामान्यभन्दा बढी छ । निर्मल शर्मा एक सय दुई किलोका छन् भने आरपी भट्टराईको तौल एक सय चार किलो छ। रवि शर्माको तौल भने ९२ किलो छ। तीनै जना कलाकार आफ्नो तौल घटाउन चाहन्छन् तर तौल घट्नुको साटो बढिरहेको छ । आरपी भन्छन्- 'मोटो भएकैले दर्शकले मन पराएकोमा खुसी लागिरहेको छ ।'

नेपाल टेलिभिजनमा
प्रत्येक मंगलबार राति ८:३० बजे
पुन: प्रसारण बुधबार ३:०५ बजे

● विदेशबाट ●

सोनाली नै निर्णायक

कलर्स च्यानलबाट प्रसारित रियालिटी शो 'इन्डिया गट्स ट्यालेन्ट' दर्शकले अत्यन्त मन पराएका कार्यक्रमहरूमध्येको एक हो । यो कार्यक्रमको पहिलो सिजनको प्रसारण सम्पन्न भैसकेको छ । अहिले यो कार्यक्रमका निर्माता यसको दोस्रो सिजनको तयारीमा जुटेका छन् । कार्यक्रमको पहिलो सिजनमा बलिउड नायिका सोनाली बेन्द्रे, कलाकार किरण खेर तथा निर्देशक शेखर कपुर निर्णायक थिए । सिजन दुईका लागि पनि नायिका बेन्द्रेलाई निर्णायक बन्न आग्रह गरिएको थियो, जसलाई उनले स्वीकार गरेकी थिइनन् । नायिका सोनम कपुरले उनको स्थान लिने सम्भावना थियो । यद्यपि हालै सार्वजनिक भएको एक समाचारअनुसार सोनाली सिजन दुईमा पनि निर्णायक बन्न तयार भएकी छिन् । सोनालीको यो निर्णयले कार्यक्रमका निर्मातामात्र होइन, प्रतियोगीहरूसमेत खुसी छन् ।

जमका भेट

सुमिना घिमिरे नेपाली चलचित्रमा नयाँ अनुहार हुन्। उनले अभिनय गरेका एउटा पनि चलचित्र सार्वजनिक भएका छैनन्, यद्यपि उनको दिन आएको छ। सुमिनालाई एकपछि अर्को चलचित्रको प्रस्ताव आइरहेको छ। अभिनय गरेको पहिलो चलचित्र 'तिमी मेरो म तिम्रो' सार्वजनिक नहुँदै सुमिना दोस्रो र तेस्रो चलचित्रको छायांकन सकेर चौथो चलचित्रको छायांकनमा व्यस्त छिन्।

तपाईंका एउटा पनि चलचित्र दर्शकले हेर्न पाएका छैनन्, तर तपाईं एकपछि अर्को चलचित्रमा व्यस्त हुनुहुन्छ, किन होला ?

यसको जवाफ मसँग छैन । यसको जवाफ मलाई आफ्ना चलचित्रमा नायिकाको भूमिका प्रदान गर्ने निर्देशक तथा निर्माताहरूले दिन सक्नुहुन्छ । पक्कै पनि उहाँहरूले ममा केही क्वालिटी देख्नुभयो होला । म उहाँहरूप्रति कृतघ्न छु ।

दर्शकले तपाईंको काम हेर्न पाएका छैनन् । यस्तो अवस्थामा उनीहरूले पछि तपाईंलाई नायिकाका रूपमा स्वीकारेनन् भने ?

दर्शकले मलाई मन पराउनुहुन्छ भन्ने कुरामा भने म ढुक्क छु । दर्शकले चाहेको स्वाद दिन म सक्षम छु र मैले अभिनय गरेका चलचित्रमा मेरो भूमिका पनि सुहाउँदो छ ।

कसरी आउनुभयो चलचित्र क्षेत्रमा ?

रहर त पहिलेदेखि नै थियो । वसन्त सर (नृत्य निर्देशक वसन्त श्रेष्ठ) को क्लासमा डान्स सिक्दै थिएँ । एक दिन निर्देशक रामराजा दाहालको फोन आयो । उहाँले कहाँबाट मेरो नम्बर पाउनुभएछ, बेकरी क्याफेमा बोलाउनुभयो । चलचित्र 'तिमी मेरो म तिम्रो'मा निखिल उप्रेतीकी बहिनीको भूमिकाका लागि प्रस्ताव गर्नुभयो । उक्त चलचित्रमा मेरो भूमिका सहयोगी भए पनि 'छविलाल कञ्जुस छैन'मा मैले पहिलो पटक एक्ली नायिकाको भूमिका पाएँ । 'तिमी मेरो म तिम्रो'को सुटिङकै क्रममा टेलिभिजनबाट मेरो अन्तर्वार्ता प्रसारण भयो । साइबरसंसारमा फोटो सुट पनि भयो । त्यो देखेपछि निर्देशक ज्ञानेन्द्र देउजाले मलाई 'छविलाल कञ्जुस छैन'मा नायिकाको भूमिकामा छनोट गर्नुभएको हो ।

अरू निर्देशकले पनि त तपाईंलाई लिएका छन् ?

प्रदीप श्रेष्ठले 'सडक' र घनश्याम खतिवडाले 'जय होस्'मा काम गराइरहनुभएको छ । उहाँहरू पनि चरित्र सुहाउँदो नायिकाको खोजीमा हुनुहुँदो रहेछ । मलाई भेटेपछि उहाँहरूको खोजी सकियो ।

कुन नायकसँग काम गर्दा रमाइलो भयो ?

पहिलो चलचित्रमा मेरा कुनै नायक थिएनन् । निखिल उप्रेती दाइको भूमिकामा हुनुहुन्छ । उहाँले सेटमा दाइकै व्यवहार गर्नुभयो । 'छविलाल कञ्जुस छैन'मा सुमन सिंहकी नायिका भएकी छु । उहाँ निकै व्यावहारिक हुनुहुन्छ र कामप्रति लगनशील । उहाँबाट 'इन्सपायर' भइन्छ । 'सडक'मा अयुब केसी नायक हुनुहुन्छ । उहाँ रमाइलो स्वभावको हुनुहुन्छ । 'जय होस्'मा म भट्ट दाजुभाइ (विराज भट्ट र कृष्ण भट्ट) की नायिका भएकी छु । विराज दाइ सहयोगी हुनुहुन्छ र आफ्ना जुनियरलाई सिकाउन पछि पर्नुहुन्न । कृष्ण र म साथीजस्ता छौं । यसमा राजेश हमाल पनि हुनुहुन्छ । उहाँका बारेमा जे सुनेकी थिएँ, त्यस्तै पाएँ । उहाँ आउनेबित्तिकै सेटकै रौनक बढ्छ । उहाँको व्यक्तित्व र शैलीले सबैलाई प्रभावित तुल्याउँछ ।

● चलचित्र ●

राजनीति

बलिउडमा आज शुक्रबार प्रदर्शन हुने 'राजनीति' दर्शकले प्रतीक्षा गरिरहेको चलचित्र हो। प्रकाश झाद्वारा निर्माण तथा निर्देशन गरिएको यो चलचित्रमा अजय देवगन, रणवीर कपुर, क्याट्रिना कैफ, अर्जुन रामपाल, मनोज बाजपेयी, नसिरुद्दीन शाह, नाना पाटेकर आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन्। यथार्थपरक यो चलचित्रको कथा भारतीय राजनीतिलाई केन्द्रमा राखेर तयार पारिएको छ। चलचित्रमा भारतको राजनीतिलाई नै मुख्य विषय बनाइएको छ। चलचित्रमा भारतीय लोकतन्त्रको यथार्थ चित्रण गरिएको छ। यसमा भारतीय निर्वाचनको सत्यतालाई प्रस्तुत गरिएको छ, साथै चलचित्रमा ती मुठ्ठीभर व्यक्तिको कथा समेटिएको छ, जो करोडौं जनतालाई नियन्त्रणमा राख्छन्। ती व्यक्तिको महत्त्वाकांक्षा अनियन्त्रित छ। उनीहरू आफ्नो महत्त्वाकांक्षा पूरा गर्न कुनै पनि हद नाघ्न तयार छन्। चलचित्रमा ती व्यक्तिलाई प्रस्तुत गरिएको छ, जो 'पावर' को अर्थ राम्रोसँग बुझ्छन्। उनीहरूलाई पावरको प्रयोग कसरी गर्नुपर्छ भन्ने कुराको पनि राम्रो जानकारी छ। प्रितम, आदेश श्रीवास्तव, शान्तनु मित्र तथा वाने सार्पद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रका गीतमा मोहित चौहान, अन्तरा मित्र, आदेश श्रीवास्तव, शंकर महादेवन आदि गायक-गायिकाको स्वर सुन्न पाइन्छ।

रणसंग्राम

आज शुक्रबार सार्वजनिक हुने चलचित्र 'रणसंग्राम' को कथा अहिले चलेको ट्रेन्डभन्दा पृथक् छ। शीर्षकअनुसार नै यो चलचित्रलाई एक्सनप्रधान बनाइएको छ। चलचित्रका लागि वर्षौंदेखि द्वन्दकला सिर्जना गर्दै आएका सात जना द्वन्द्व कलाकारको चलचित्र निर्माण संस्था सेभेन ब्रदर्स एक्सन मुभी मेकरले यो चलचित्र निर्माण गरेको हो। द्वन्द्व निर्देशक राजेन्द्र खड्गी तथा उनका छ जना सहायकको संयुक्त लगानीमा निर्माण भएको यो चलचित्रको विषय द्वन्द्वमै आधारित नहुने त कुरै भएन। यद्यपि चलचित्रमा हास्य तथा रोदनका साथै रोमान्सलाई पनि स्थान दिइएको छ। चलचित्रका अधिकांश द्वन्द्व दृश्य जोमसोमक्षेत्रमा खिचिएका छन्। खलनायकको कुकृत्यका कारण द्वन्द्वका लागि नायकहरू एकजुट हुन्छन्। शिव श्रेष्ठ, सुमन सिंह, अमृत लामा, रेखा थापा, उषा पौडेल, तृप्ति नाडकर, सम्झना खड्का आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको यो चलचित्रमा वनिष शाहको सम्पादन, उमेश नेवाको द्वन्द्व, वसन्त नेपाली तथा विश्वबन्धु घिमिरेको नृत्य निर्देशन छ। चलचित्रका निर्देशक ज्ञानेन्द्र देउजा हुन्।

किलर्स

एस्टन कुचर, क्याथराइन हेजल, टम सेलेक, क्याथराइन ओ'हारा, क्याथराइन विन्निक आदि कलाकारले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको हलिउड चलचित्र 'किलर्स' को सार्वजनिक प्रदर्शन आज शुक्रबारदेखि हुँदैछ। रोबर्ट लुकेटिकद्वारा निर्देशित यो चलचित्रको निर्माण विलियम वेस्तीले गरेका हुन्। एक्सन, एड्भेन्चर तथा थ्रिलर श्रेणीमा राखिएको यो चलचित्रको विश्वव्यापी वितरण लायन्सगेटले गर्दैछ। 'फाइभ किलर्स' को नाममा समेत प्रचार गरिएको यो चलचित्रको छायांकन फ्रान्स, इटली तथा अमेरिकामा गरिएको छ। चलचित्रमा नायक एस्टनले स्पेन्सर एमिज तथा नायिका हेजलले जेन कोर्नफेल्डको भूमिका निर्वाह गरेका छन्। यात्राका क्रममा स्पेन्टरले हेजललाई भेट्छन्। केही समयको प्रेमालापपछि उनीहरू वैवाहिक जीवनमा बाँधिन्छन्। विवाह गरेको तीन वर्षपछि उनीहरूको जीवनमा संकट आउँछ। कुनै अपरिचित व्यक्तिले उनीहरूको हत्या गर्न लाखौं डलर खर्च गरेको पत्ता लाग्छ। ज्यान जोगाउन यो दम्पतीले अपनाउने अनेकौं उपायले चलचित्रलाई रोमाञ्चक बनाएको छ।

सर्वाधिक बिक्री हुने
साप्ताहिक
सबैको लागि सम्पूर्ण पत्रिका

तस्बिर : कविन्द्रमान शाक्य

निशा सुनार

'म खुला किताब हुँ, जसले पल्टाए पनि हुन्छ', गायिका निशा सुनारले यो वाक्य टुङ्ग्याउन नपाई थपिन्- 'मनमा पाप छैन, त्यसैले मेरो जीवन खुला किताबझैं छ ।' स्वीम सुटको फोटोसुटले उदार भएको देखाउँछ नि ? उनले भनिन्- 'जति आवश्यक छ, त्यति उदार छु, स्वीमिङ पुलमा फोटो सुट गर्ने भनेपछि चौबन्दी चोलोमा सजिएर भएन क्यारे !

तपाई त गायिका, किन नायिकाजस्तो फोटोसुटमा लाग्नुभा'को नि ? पाँचवटा गीतिसंग्रह बजारमा ल्याइसकेकी निशाले भनिन्- 'शारिरिक संरचना आकर्षक छ भन्छन्, हो कि भनेर ट्राई मारेको ।' निशा आफूलाई सफल गायिका मात्र होइन, त्यत्तिकै राम्रो मोडल भन्न रुचाउँछिन् । 'एक्सप्रेसन हेर्नु न, थाहा भैहाल्छ नि,' उनले भनिन्- 'अहिलेका मोडलभन्दा कम देखिएको छैन क्यारे !'

दोहोरी गायनबाट सांगीतिक क्षेत्रमा प्रवेश गरेकी निशाका अनुसार समय परिवर्तन भएझैं उनले पनि आफ्नो गायनलाई आधुनिक शैलीमा रूपान्तरण गरेकी छिन् । तपाईंको दृष्टिकोणमा सेक्स के हो ? निशाले भनिन्- 'प्रकृतिले दिएको सुनौलो वरदान, तर उपभोग गर्न जान्ने कला चाहिन्छ ।' निशाको सुन्दरतामा लट्ठ हुनेहरू थुप्रै छन् । 'आफूलाई त धेरै राम्री छु जस्तो लाग्दैन, तर अरूले सेक्सी भन्दिन्छन् । मलाई प्रोपोज्ड गर्ने कुमार केटा भेटिएन क्या !' अब साप्ताहिकले खोजिदेला कि ? उनले भनिन्- 'अरूका श्रीमान्ले त थुप्रै पटक प्रोपोज हानिसके ।'

पानमा पराग छ, नभन माया, श्रीमान्-श्रीमती, यतै दिल गाँसे हुन्न र ? तथा निशा रिमिक्स गीतिसंग्रह बजारमा ल्याइसकेकी निशा यतिखेर महत्वाकांक्षी गीतिसंग्रह 'सोलो' सार्वजनिक गर्ने तयारीमा छिन् । मेरा यी तस्बिर जति हट छन्, उनले भनिन्, 'गीतिसंग्रह पनि त्यत्तिकै हट हुने विश्वास छ ।

पानमा पराग छ, यो लोकप्रिय गीतमा भुवन केसीसँगको अभिनयले उनलाई चिनाएको थियो, त्यसयता उनले दिलीप रायमाझी, शिव श्रेष्ठ, विशाल विष्ट आदि नायकसँग अभिनय गरेकी छिन् । अपकमिङ 'सोलो' एल्बमका लागि ड्रिम ब्वाइ राजेश हमालसँग अभिनय गर्ने उनको योजना छ । निशाले भनिन्- 'हेरौं, भर्सटाइल हिरोले मलाई कत्तिको साथ दिनुहुन्छ ?'

–विदुर खतिवडा

● साताको स्वर ●

नेत्र गुरुङ

'माया बस्यो मुटुमा...' गीत रिमिक्स गर्ने योजना कसरी भयो ?

चलचित्र आगोको यो गीत श्रोताले अहिलेसम्म पनि मन पराइरहेकाले डिजे राजले यसलाई रिमिक्स गरेका हुन् ।

रिमिक्स गीत गाउन कत्तिको गाह्रो पर्‍यो ?

पहिलेदेखि नै सुनिरहेको तथा शब्दहरू परिचित भएकाले होला गीत रेकर्ड गर्न खासै गाह्रो भएन ।

रिमिक्स गर्दा के कुरामा ध्यान दिइएको छ ?

रिमिक्स गर्ने क्रममा संगीत संयोजनमा विशेष ध्यान दिइएको छ । अलिकति फास्ट बिटमा तयार भएको छ । डान्स पार्टीमा पनि बजाउन सकिने गरी तयार पारिएकाले रिमिक्स भर्सन कम समयमै लोकप्रिय भएको छ ।

गीत लोकप्रिय भएकै हो त ?

विभिन्न टेलिभिजन च्यानलमा दर्शकको अनुरोध तथा काउन्टडाउन पनि पर्न सफल भएकाले लोकप्रिय भएकै मान्न सकिन्छ ।

म्युजिक भिडियोमा कत्तिको मेहनत गर्नुभएको छ ?

भिडियोलाई आकर्षक बनाउन स्पेसल इफेक्टहरू प्रयोग गरिएको छ, साथै सुन्दर मोडलहरूको नृत्यले पनि भिडियोलाई मनमोहक बनाएको छ ।

यो व्यस्तताको विमोचन

गायक सगुन संग्रौलाले गाएका पपगीतहरूको संग्रह 'यो व्यस्तता' को विमोचन सम्पन्न भएको छ । विमोचन समारोहमा संग्रहका दुई गीतको म्युजिक भिडियोको प्रथम प्रदर्शनसमेत गरिएको थियो । संगीता श्रेष्ठ तथा अर्जुन अधिकारीले ती भिडियो निर्देशन गरेका हुन् । विमोचन समारोहमा गीतिसंग्रहका स्रष्टाहरूलाई मायाको चिनो पनि प्रदान गरिएको थियो ।

गीतिसंग्रहमा पर्यटन वर्ष

पर्यटन वर्ष २०११ को प्रचार-प्रसार गरी पर्यटनका बारेमा जनचेतना फैलाउन लोकगीतिसंग्रह 'पर्यटन वर्ष-२०११' सार्वजनिक गरिएको छ । गत शुक्रबार राजधानीमा आयोजित एक समारोहमा गन्तव्य नेपाल पब्लिकेसनले उक्त संग्रह तयार पारेको हो । गन्तव्य नेपालका अध्यक्ष शिव अधिकारीको परिकल्पनामा श्रीनाथ म्युजिकले बजारमा ल्याएको संग्रहमा 'सफल पारौं पर्यटन वर्ष-२०११' शीर्षकको गीतलाई लोकलयमा प्रस्तुत गरिएको छ । गीतमा कृष्ण आासु, खुमन अधिकारी तथा देवी घर्तीको स्वर छ भने शिव श्रेष्ठको शब्द तथा कृष्ण आासुको लय संकलन छ ।

संगीताको आगमन

गायिका संगीता तिमिल्सिना नयाँ गीतिसंग्रहमार्फत श्रोतामाझ आएकी छिन् । तीन वर्षअघि नै 'आस्था' शीर्षकको भजन-संग्रहमार्फत श्रोतामाझ आएकी संगीताले त्यसबेला खासै चर्चा पाएकी थिइनन् । यसपटक उनले आधुनिक, लोक तथा रिमिक्स गीतहरूको संग्रह 'श्रृंगार' प्रस्तुत गरेकी छिन् । श्रृंगारका दुई गीत 'तिमी कता म कता' तथा 'यी ओठ तिम्रा...' चर्चामा आउन थालेपछि उनी सांगीतिक कार्यक्रममा पनि व्यस्त हुन थालेकी छिन् । अतुल संगीत विद्यालयमा संगीतको अध्ययन गरिरहेकी संगीताले संगीतलाई नै करियर बनाउने निर्णय गरेकी छिन् ।

● म्युजिक अपडेट ●

युरोप यात्रामा सुकर्म

सांगीतिक समूह सुकर्म सांगीतिक कार्यक्रमका क्रममा युरोप पुगेको छ । करिब डेढमहिने सांगीतिक यात्राका क्रममा यो समूह गत साता त्यसतर्फ प्रस्थान गरेको हो । समूहका तीन संगीतकर्मी धु्रवेशचन्द्र रेग्मी (सितारवादक), श्याम नेपाली (सारंगी) तथा प्रमोद उपाध्याय (तबला) सांगीतिक यात्रामा संलग्न छन् । यसबीच पर्यटन बोर्डले उनीहरूलाई सद्भावना दूतको समेत जिम्मेवारी दिएको छ । फ्रान्स, लग्जेम्बर्ग, नेदरल्यान्ड, बेल्जियम, जर्मनी, इटाली तथा स्वीजरल्यान्डमा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गर्ने सुकर्मको तयारी छ ।

सहारा कन्सर्ट २०१०

गायक सविन राई तथा विजय लामाले बेलायतका दुई सहरमा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रम 'सहारा कन्सर्ट-२०१०' सहभागी भएर आफ्ना लोकप्रिय गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका छन् । गत शनिबार तथा आइतबार आयोजित सांगीतिक कार्यक्रमबाट संकलित रकम पोखरास्थित सहारा एकेडेमीको सहयोगका लागि प्रदान गरिनेछ । सहारा एफसी यूकेले स्थानीय अल्टासोटको प्रिन्सेस हलमा आयोजना गरेको कन्सर्टबाट संकलित रकम पोखराको दोविल्लास्थित सहारा एकेडेमी भवन निर्माणका लागि खर्च गरिनेछ ।

इमेलले हैरान

गायक हिमाल सागरको इमेल आईडीको पासवर्ड चोरिएको छ । आफूले प्रयोग गर्दै आएको हिमालडटसागर एट हटमेल डटकमको पासवर्ड चोरी भएपछि उनी हैरान भएका हुन् । पासवर्ड चोरिएर मात्र होइन, आफ्नो नामबाट धेरै जनालाई इमेल पनि गरिएको थाहा पाएपछि हिमाल सागर चिन्तितसमेत छन् । 'मेरो इमेल प्रयोग गरेर धेरै जनालाई झुक्याइएको थाहा पाएँ, हिमालले आफ्ना प्रशंसकलाई उक्त आईडीबाट प्राप्त ईमेलमा विश्वास नगर्न आग्रह गरेका छन् । पछिल्लो समयमा उनले सागरडटहिमाल एट याहू डट कम प्रयोग गरिरहेका छन् ।

काठमाडौंमा कन्सर्ट

गरिब तथा असहाय विद्यार्थीको सहयोगका लागि राजधानीमा एउटा सांगीतिक कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । कालीमाटीस्थित एउटा कलेजमा आयोजित कन्सर्टमा रेश्मा सुनुवार, सूर्य रुम्बा, सबिना कार्की आदि गायक-गायिकाले गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

घडेरीका कुरा

गायक डिजराज पौडेलले आफ्नो नयाँ गीतिसंग्रहको शीर्षक 'घडेरी' राखेका छन् । 'अहिले घडेरीको किनबेच बढिरहेकाले गीति संग्रहको शीर्षक 'घडेरी' राखिएको चाहिं होइन, डिजराज भन्छन्– 'संग्रहमा मनको घडेरीको कुरा गरिएको छ ।' संग्रहको शीर्षक गीतको म्युजिक भिडियोमा डिजराज स्वयंले अभिनय गरेका छन् ।

अमेरिका जाने तयारी

स्वदेशका प्रायः सबै सहरमा आयोजित सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी भैसकेकी गायिका अञ्जु पन्तले अब अमेरिकामा बसोबास गरिरहेका नेपालीहरूलाई समेत मनोरञ्जन प्रदान गर्ने भएकी छिन् । आफ्ना गायक श्रीमान् मनोज सेवासँगै अञ्जुले अमेरिकाका विभिन्न सहरमा गीत-संगीत प्रस्तुत गर्न लागेकी हुन् । सांगीतिक कार्यक्रममा सहभागी हुन अञ्जु तथा मनोज यसै साता अमेरिका उड्दैछन् । 'हामीले भिसा लिइसक्यौं, अञ्जु भन्छिन्– 'कार्यक्रम प्रस्तुत गर्न यसै साता त्यता जाँदैछौं ।' अञ्जुले यसअघि एसिया तथा युरोपका विभिन्न देशमा सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत गरिसकेकी छिन् ।

● अफ द बिट ●

नेपाली माइकल : **गायक, संगीतकार तथा गीतकार किरण माइकल नयाँ संग्रह 'बस्ती' को निर हो.... गीतको म्युजिक भिडियोको छायांकनका क्रममा मोडलद्वय राजु लामा तथा माया बस्नेतसँग ।**

सरुन काठमाडौंमा

सांगीतिक समूह 'द अग्लिज' का गायक सरुन ताम्राकारका प्रशंसकहरूलाई खुसीको खबर ! अस्ट्रेलियामा बसोबास गरिरहेका सरुन अहिले काठमाडौं फर्किएका छन् । स्वदेश फर्किएलगत्तै उनी सांगीतिक कार्यक्रममा समेत व्यस्त हुन थालेका छन् । यसबीच भोलि शनिबार नयाँ बानेश्वरमा आयोजना गर्न लागिएको स्ट्रिट फेस्टिबलमा सरुनले आफ्नो सांगीतिक समूहका संगीतकर्मीसँगै गीत-संगीत प्रस्तुत गर्दैछन् । फेस्टिबलमा द अग्लिजका अतिरिक्त निमा रुम्बा, रुबिकन, नेप्सेड्याज, एड्रिन एन्ड भिक्ट्री, मुक्ति एन्ड रिभाइवल, रोबिन एन्ड द न्यू रेभूलुसन आदिले पनि गीत-संगीत प्रस्तुत गर्नेछन् ।

नाम्चेमा राजेशपायल

देशव्यापी सांगीतिक कार्यक्रममा व्यस्त गायक राजेशपायल राईले यो साता सोलुखुम्बु तथा नाम्चेबजारका श्रोतालाई आफ्ना गीत सुनाएका छन् । गत बुधबार आयोजित कार्यक्रममा राजेशले आफ्ना लोकप्रिय गीत-संगीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

फेसबुकमा प्रणय

गायक प्रमोद खरेलले बजारमा ल्याउन लागेको आफ्नो नयाँ संग्रह 'प्रणय' को प्रचार फेसबुकमार्फत प्रारम्भ गरेका छन् । हालै मात्र उनले गीतिसंग्रहको आवरण फेसबुकमार्फत सार्वजनिक गरेका हुन् । निकट भविष्यमै संग्रहको एउटा गीतको म्युजिक भिडियो पनि फेसबुकबाटै सार्वजनिक गरिनेछ ।

सुगमको शिलान्यास

गायक सुगम पोखरेलले आफ्नो गीतिसंग्रहको शीर्षक 'शिलान्यास' राखेका छन् । करिब एक महिना लामो अस्ट्रेलिया भ्रमणपछि स्वदेश फर्किएका सुगम सांगीतिक कर्ममा व्यस्त भैसकेका छन् । भर्खरै मात्र उनले शिलान्यासका चारवटा गीत रेकर्डिङ गरिसके भने पछिल्लो समयमा उनी निर्माणाधीन चलचित्र 'देशले रगत मागे' को रेकर्डिङमा व्यस्त छन् ।

● विदेशबाट ●

सकिरा सबैभन्दा लोकप्रिय

कम उमेरमै विश्वसामु आफ्नो आवाजको जादु छर्न सफल सकिरा विश्वकै सबैभन्दा लोकप्रिय संगीतकर्मी बन्न सफल भएकी छिन् । नोकियाको ओवी म्युजिकले हालै गरेको एउटा सर्वेक्षणमा सकीराको गीत अग्रस्थानमा छ । यति मात्र होइन, उनी अमेरिकी सेलिब्रेटीमा पनि सबैभन्दा माथि छिन् । सकीरा भन्छिन्– 'जति बेला म चार वर्षकी थिएँ, त्यसबेला नै मलाई संगीत मेरो जीवन हो भन्ने आभास भएको थियो ।' उनी हरेक शुक्रबार स्कुलमा आयोजना हुने सांगीतिक समारोहमा सहभागी हुन्थिन् । उनलाई अरबी धुन प्रिय लाग्छ । त्यसैले होला, उनको संगीतमा श्रोताले अरबी फ्लेवर महसुस गर्न सक्छन् ।

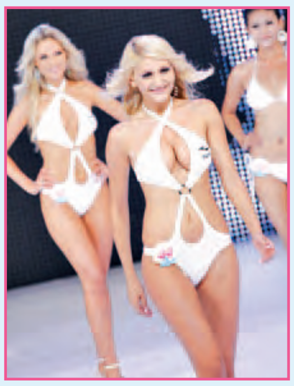
● ब्याण्ड ●

जिरो ट्रान्जिसन

संगीतका विभिन्न विधा हुन्छन् । सन् १९८० को दशकदेखि प्रयोगमा आएको एउटा विधा हो पोस्ट हार्ड रक । नेपालमा कमै सुनिने यो विधालाई सांगीतिक समूह जिरो ट्रान्जिसनले प्रयोगमा ल्याएको छ । सन् '८० को दशकको मध्यताका अमेरिकाबाट प्रारम्भ भएको पोस्ट हार्ड रक विधा त्यसपछि चल्तीमा रहेको हार्डकोर पंकको विकसित रूप हो । रक संगीतको यो विकसित रूपलाई राजधानीस्थित इन्फोम्याटिक कलेजका संगीतप्रेमी विद्यार्थीहरूले नेपाली शैलीमा ढाल्ने प्रयास गरिरहेका छन् ।

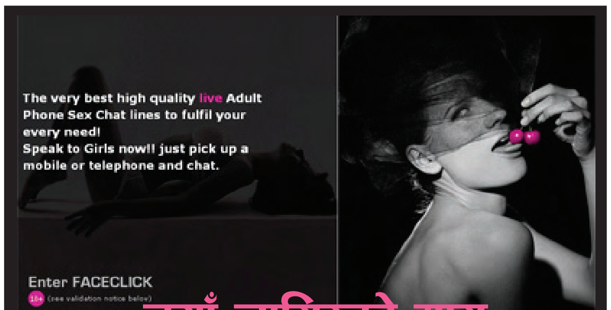
सन् २००९ मा स्थापना भएको यो समूहसँग पाँच जना संगीतकर्मी आबद्ध छन् । सुजित श्रेष्ठ समूहका व्यवस्थापक हुन् । अनिल थापा गिटारिस्ट हुन् । रजत हाङ जबागु गायकका साथै गिटारिस्ट पनि हुन् । विशाल राई पनि समूहका गिटारिस्ट हुन् । केही महिनाअघि राजधानीमा सम्पन्न अन्तरकलेज संगीत प्रतियोगितामा सहभागिताता जनाइसकेको यो समूह निर्भाना तथा ब्लिङ्क १८२ जस्ता अन्तर्राष्ट्रिय सांगीतिक समूहबाट प्रभावित छ। द एज, नेपथ्य तथा कबवेब यो समूहलाई मनपर्ने स्वदेशी सांगीतिक समूह हुन् । संगीतलाई स्वतन्त्रतासँग तुलना गर्ने जिरो ट्रान्जिसनका संगीतकर्मीहरू सांगीतिक कार्यक्रममा पनि सहभागी भैरहन्छन् ।

● पहिलो विश्व ●



इरिना मिस विकिनी

चीनको सान्यामा सम्पन्न ३५ औं मिस विकिनी इन्टरनेसनलको उपाधि मिस रोमानिया डायना इरिना बोआन्काले हात पारिन् । १० दिनसम्म चलेको उक्त प्रतियोगितामा ६४ जना सुन्दरीले सहभागिता जनाएका थिए ।



नयाँ जागिरको माग

बेलायतको बर्मिङघम, बारबिक सायर तथा स्रोपसायरस्थित सेक्ससपले सेक्रेटरीको माग गर्दै प्रतिसाता ७ सय पाउन्ड (७५ हजार रुपैयाँ) दिने निर्णय गरेको छ । बेलायतको लोकप्रिय जब सेन्टरले सेक्ससपमा सेक्रेटरीको माग गर्दै उक्त पदकको आवेदकले वेब क्यामेराको सामुन्ने निर्वस्त्र रहेर जस्तोसुकै क्रियाकलाप गर्न सक्ने जनाएको छ । फेसक्लिक नामक एडल्ट एजेन्सीले माग गरेको उक्त विज्ञापन जब सेन्टरमा आएपछि अहिले बेलायतमा त्यसले चर्चा पाएको छ । १९ वर्षभन्दा माथिका युवतीले मात्र आवेदन दिन पाउने यो विज्ञापन पहिलो पटक प्रकाशित भएको हो । सरकारलाई कर बुझाउने जब सेन्टर कम्पनीले सेक्रेटरीको माग गर्दै यस्तो किसिमको विज्ञापन गरेकोमा विरोधसमेत भएको छ । सन् २००३ मा जब सेन्टरको नीतिमा कुनै पनि अडल्ट कम्पनीहरूको विज्ञापन नगर्ने नियम थियो । उक्त सेन्टरले यस्तो किसिमको विज्ञापन प्रकाशित गरेपछि युवतीहरूमा नकारात्मक धारणाको विकास हुने जनाउँदै बर्मिङघमका सभासद्ले छानबिन गर्ने भएका छन् ।

अन्त्यमा...

स्वीडेनका १५ देखि २० वर्षका युवाको आकर्षण सामूहिक सहवासमा केन्द्रित हुन थालेको छ । स्वीडेनको एक यौन शिक्षा केन्द्रले गरेको सर्वेक्षणमा सहभागी भएका युवाहरूमध्ये ६५ प्रतिशतले असुरक्षित यौनसम्पर्क गर्ने गरेको बताए । स्वीडेन, डेनमार्क र फिनल्यान्डका ५ हजार ४ सय ९७ जनालाई सोधिएको प्रश्नमा यौनको विषयमा २८ प्रतिशत स्वीडिस खासै खुसी नभएको, फिनिसहरू खुसी नै नभएको, तर नर्वेजियनहरू खुसी भएको परिणाम आयो ।

सोही उमेर समूहका युवाहरूमध्ये स्वीडिस बढी नै सक्रिय हुने गरेको देखियो भने त्यसमा ३७ प्रतिशत युवा सामूहिक यौनसम्पर्क गर्न चाहने मुडमा देखिए । नर्वेका युवालाई सार्वजनिक स्थलमा यौनसम्पर्क गर्न बढी मन लाग्छ । यो सर्वेक्षणपछि स्वीडिस सरकारले युवाहरूलाई सुरक्षित यौनसम्पर्कतर्फ अग्रसर गराउने अभियान थाल्ने भएको छ ।

प्राचीन सेक्सटोय

महिलाहरूले सेक्सटोयको प्रयोग विकासको क्रमसँगै गर्दै आएको अनुमान वैज्ञानिकहरूले गरेका थिए, तर जर्मन वैज्ञानिकहरूले हालै ३० हजार वर्ष पुरानो सेक्सटोय फेला पारेको दाबा गरेका छन् । युनिभर्सिटी अफ टुबिनगेनका वैज्ञानिकहरूले केही समयअघि फेला पारेको ढुङ्गाको लामो वस्तु आगो बाल्ने औजार नभएर महिलाले प्रयोग गर्ने सेक्सटोय भएको बताएका छन् । जर्मनीको उल्म गुफामा फेला परेको उक्त औजार ८ इन्च लामो थियो । पहिले हुने अनुसन्धानमा यस्ता लामा वस्तु आगो बाल्ने औजारजस्ता हुने भएकाले वैज्ञानिकहरूले पनि त्यसलाई आगो बाल्ने औजारकै रूपमा प्रस्तुत गरेका थिए, तर यो औजार बनेको ढुङ्गा र त्यसको नरमपनलाई हेर्दा यो कृत्रिम लिङ्ग भएको पछि पुष्टि भएको थियो । नियान्डरथलको समयको उक्त औजार महिलाले सेक्सटोयका रूपमा किन प्रयोग गर्थे भन्ने विषयमा वैज्ञानिकहरूले आफ्नो अनुसन्धान अघि बढाउने भएका छन् ।

हामी सबैको उभौली

चेप्टे सुन कानमा कुम-कुमको
नाचीमा जाऊ हैं थुमथुमको
सोइ ढोले सोइ अर्को ढोले खोइ ?

किराँत-राई जातिको घना बस्तीहरूमा यस्तै मौलिक भाकासहित ढोल-झ्याम्टाको आवाज गुञ्जिन थालेका छन् । यतिखेर किराँत-राईहरूले प्रमुख चाडका रूपमा मान्दै आएको वैशाखे पूर्णिमा अर्थात् उभौली पर्वले छोपेको छ । मंसिरे पूर्णिमामा मनाउने उधौली पर्वभन्दा भव्य रूपले मनाइने वैशाखे पूर्णिमालाई चण्डीपूर्णिमा, साकेला, साकेन्वा, तोषी आदि नामले चिनिन्छ । प्रकृतिपूजक राईहरू यो पर्वमा आफ्ना पुर्खाको स्मरण गर्दै १५ दिनसम्म गाउँगाउँ र टोल-टोल गएर समूह-समूहमा नाच्छन् ।

विशेष गरेर राई जातिको बढी बसोबास भएको जिल्ला भोजपुर, खोटाङ, इलाम, उदयपुर, सङ्खुवासभा तथा धनकुटामा यसको विशेष महत्त्व छ । यसका अतिरिक्त बसाइँ-सराइका क्रममा झापा, मोरङ, सुनसरी, काठमाडौं उपत्यका, मुलुकबाहिर हङकङ, बेलायत तथा अमेरिकासम्म पुगेका राईहरूले उधौली र उभौली उत्तिकै महत्वका साथ मनाउँछन् । जहाँ राई जातिको बसोबास छ त्यस क्षेत्रमा १५ दिनसम्म नै किराँत वेशभूषामा सजिएका युवा, वृद्ध अनि भर्खरका केटाकेटीहरू चण्डी नाच्न हौसिएका हुन्छन् । यसैगरी भारतको दार्जीलिङ, खर्साङ, कालिम्पोङ, सिक्किमको नाम्ची तथा गान्तोक क्षेत्रमा पनि धूमधामका साथ साकेला मनाइन्छ ।

किराँत मुन्धुमअनुसार वर्षलाई दुई भागमा बाँडेर यो पर्व मनाइने गरेको छ । वैशाख पूर्णिमादेखि मंसिर पूर्णिमासम्म उभौली र मंसिर पूर्णिमादेखि वैशाख पूर्णिमासम्मको समयलाई उधौली भनिन्छ । तराईतिर गर्मी बढेर माछा, चराचुरुङ्गीसमेतले उँभो लेकतिर बास सार्ने भएकाले पनि वैशाख पूर्णिमामा मनाइने पर्वलाई उभौली भनिएको हो । त्यस्तै उधौलीका बेला लेक वा पहाडतिरको वातावरण चिसो हुने हुँदा त्यहाँका चराचुरुङ्गी मधेसतिर झर्छन् । मौसमअनुसार पर्व मनाउने राई समुदायले प्रकृतिको पूजा गरेर आफ्नो दिनचर्या सम्पन्न गर्छन् ।

राई जातिका बिजुवाले उभौली पर्वका अवसरमा प्रकृतिलाई पुकार्दै बालीनाली सप्रियोस्, सहकाल जागोस्, हामी सबैको रक्षा गर्नु जस्ता प्रार्थना गर्छन् । वास्तवमा अहिले बाली लगाउने समय भएकाले पनि आउँदा दिनलाई सम्झेर खाद्यान्नको अभाव हुन नदिन पनि प्रकृतिको पूजाआजा गर्ने परम्परा रहिआएको छ । त्यस्तै, मंसिर पूर्णिमा अर्थात् उधौली पर्वका अवसरमा पाकेको अन्नबाली भित्र्याउने समय हुन्छ । उभौलीका अवसरमा गरिएको पूजाआजाले अन्नबाली राम्रो भयो, अनिकालको सामना गर्नुपरेन भन्दै राई बिजुवामार्फत प्रकृतिलाई धन्यवाद दिने चलन छ ।

वर्षको दुई पटक प्रकृतिको पूजा गरेपछि राईहरू निर्वाध रूपमा चण्डी नाच्छन् । यो नाच आफैँमा वैज्ञानिक पनि छ । उनीहरू सिली (हातखुट्टाको ताल)मा नाच्छन् । सिली धेरै प्रकारका छन् । किराँत-राई जातिमध्ये बान्तवा, चाम्लिङ, सुनुवार, साम्पाङ आदि थर भएका राईले आ-आफ्नै सिलीका आधारमा पर्व मनाउँछन् । उनीहरूको भाषा पनि फरक-फरक छ । यो पर्वमा धनी र गरिब तथा महिला अनि पुरुष निर्धारित साकेला थानमा भेला भएर नाच्छन् । यसबाहेक चुला पूजा गर्ने घरमा साकेला टोली गएर सिली प्रदर्शन गर्ने चलन छ । यो पर्वले राई समुदायबीच सामाजिक एवं सांस्कृतिक महत्व त छँदैछ, अझ यो आपसी सद्भाव र प्रेमको चाडका रूपमा विकसित हुँदै गएको पाइन्छ ।

पछिल्लो समयमा साकेला नाचलाई स्तरीयता प्रदान गर्न प्रतियोगिता नै आयोजना गरिँदै आएको छ, जसको नेतृत्व किराँत-राई जातिको छाता सङ्गठन किराँत-राई यायोक्खाले गर्दै आएको छ । देशभित्र तथा देशबाहिर रहेका यायोक्खाका समितिले स्थानीय स्तरमा साकेला नाच आयोजित गरेर उत्कृष्ट साकेला टोलीलाई पुरस्कृत पनि गर्दै आएको छ । उक्त अवसरमा विभिन्न सिलीहरू प्रस्तुत गरिन्छ । आ-आफ्नो बसोबास एवं क्षेत्रका आधारमा सिली प्रस्तुत गरिन्छ । जसमा कुनै टोलीले हातले मात्र सिली प्रस्तुत गर्छन् भने कसैले खुट्टाका भरमा । कतिपय समूहले हातखुट्टा दुवैको माध्यमबाट सिली प्रस्तुत गरिरहेका हुन्छन् । सिलीमा मानव-सभ्यताको चित्रण गरिएको हुन्छ । मानिसले बाँच्नका लागि गरिआएको व्यवहार सिलीबाटै प्रस्ट पारिएको हुन्छ । एउटा मानिसले गर्ने कर्म र बालीनाली लगाउनुअघि, लगाइरहेको र त्यसपछि त्यसलाई भित्र्याउने क्रियाकलापलाई सिलीको माध्यमबाट प्रस्तुत गरिन्छ ।

पूर्वमा साकेला नृत्यको महत्व प्रत्येक वर्ष बढ्दै गएको पाइन्छ । धरान, कानेपोखरी, पाडाजुंगी, बुट्टाबारी, बिर्तामोड, मेचीनगर, बाहुनडाँगी आदि स्थानमा किराँत-राई यायोक्खाको अगुवाइमा साकेला पर्व सम्पन्न हुने गरेका छन् । साकेला नाच्नुअघि राई बिजुवाले रक्सी र अदुवाले प्रकृतिको पूजाआजा गर्ने चलन छ । त्यसपछि गोलाकार भएर महिला र पुरुष उत्तिकै उत्साहका साथ साकेला नाच्छन् । ढोल, झ्याम्टा, चमार अनि स्याउला नचाउँदै साकेला नाचिन्छ । एक जना सिली माङ्पा (समूहको नेतृत्वकर्ता)को इशारा वा निर्देशनमा सिली फेरबदल गरिन्छ । साकेला लोकप्रिय हुँदै गए पनि यसको मौलिकता भने संकटमा पर्दै गएकोमा संस्कृतिप्रेमीहरू चिन्तित छन् । पुरानो पुस्ताको मृत्यु तथा नयाँ पुस्ताको कम चासोले नै मौलिकता संकटमा पर्ने गरेको विज्ञहरूको भनाइ छ । यद्यपि, किराँत-राई जातिले मात्र मनाउँदै आएको साकेला अहिले अन्य जातीय समुदायले पनि रुचाउन थालेका छन् । उनीहरूले यो संस्कृतिलाई साझा संस्कृतिका रूपमा विकसित गर्नुपर्ने धारणा अघि सार्ने गरेका छन् ।

हिमाल खरेल

रिमिक्स बन्दैछ साकेला

अहिलेको जमाना नै रिमिक्सको छ । गीतमा पनि रिमिक्सकै बोलवाला छ, हामीले खाने-पिउने वस्तुहरूमा पनि रिमिक्सको गन्ध आउन थालेको छ । लगाउने लुगाको त कुरै गर्नुपर्दैन । त्यसमाथि माया गर्ने चलनमा पनि रिमिक्स थपिँदै गएको छ । हुँदाहुँदै युवा पुस्ताले परम्परागत कला, संस्कृति चाड-पर्वलाई पनि रिमिक्स गर्न थालेका छन् । परम्परागत संस्कृतिमा छाइरहेको रिमिक्स संस्कृति एवं किराँत-राईहरूको प्रमुख चाड साकेला सिली पनि अछुतो रहन सकेको छैन । क्रमश: आधुनिकता र परम्परागत संस्कृतिका बीचमा आइपुगेको छ साकेला नृत्य ।

साकेला यस अर्थमा पनि रिमिक्स हुँदै गएको छ कि आधुनिकतामा रमाउने युवापुस्ता अनि परम्परामा विश्वास गर्ने उमेर ढल्किएको जमात दुवैको रोजाइको चाड बन्दै गएको छ । सांस्कृतिक वेशभूषा गुन्यू, चोली शिरबन्दीमा सजिएका युवती एवं दौरा-सुरुवाल स्टकोटमा सजिएका युवाहरूसँगै आधुनिक फेसनमा सजिएका युवा-युवतीहरू एकसाथ साकेला सिली नाच्न व्यस्त हुन्छन् ।

किराँत-राई समुदायमा मात्र नभएर गैरकिराँती युवा समूहमा पनि साकेला नृत्य लोकप्रिय बन्दै गएपछि यो सबैको साझा नाच र चाड बनेको छ । किराँती र गैरकिराँती युवा-युवतीहरू जानी-नजानी खुट्टा हल्लाउँदै हात समातेर साकेला नाच्ने चलन बढ्दै गएको छ । त्यसका साथै युवापुस्ता पुराना लोकगीत, आधुनिक, पप गीतहरूलाई रिमिक्स गरेर साकेला सैलीमा ढाल्दै नाच्न खप्पिस देखिन्छन् । गत बिहीबार सुरु भएको यो वर्षाको साकेला उभौलीको प्रारम्भमा धनकुटाका युवा-युवतीहरू पुरानो एउटा लोकगीतलाई साकेला सिलीमा यसरी ढाल्दै थिए :

सिन्कौली स्याउली भाँच्दै आयौं
साकेला सिली नाच्दै आयौं
साकेला थानको धूलोमूलो
नाचिमा जाऊँ है सानो-ठूलो
सोई ढोले सोई, नयाँ संविधान खोइ ?

गीतले भनेझैं साकेला थानमा जति धूलोमूलो उडे पनि किराँत-राईहरूको बस्ती भएका गाउँ, सहर यतिबेला के वृद्ध, के तरुण, के बच्चा, के किराँत-राई, के बाहुन, के क्षेत्री, के नेवार, के तामाङ, के लिम्बू सबै थुमथुमबाट सिन्कौली स्याउली भाच्दै साकेला थानमा आएर साकेला सिली नाचिरहेका छन् ।

साकेला मनाउन जम्मा भएका आधुनिक पुस्ताको प्रतिनिधित्व गर्ने युवा हुन् वा अभिभावक भनिने अधबैंसे समूह वा इतिहास देखेको कथा सुनाउने बूढापाका सबैले साकेलालाई आ-आफ्नै प्रकारले नाचेर गाएर रमाइलो मनाइरहेका छन् । रमाइलोका साथमा उनीहरूले तोकिएको समयमा आफूले जिताएर पठाएका नेताहरूले संविधान निर्माण गर्न नसकेको, संविधानसभा र शान्ति-प्रक्रिया नै अन्योलमा पारेकोमा चिन्ता व्यक्त गर्दै गीत र नृत्यको माध्यमबाट खबरदारी पनि गरिरहेका थिए । खबरदारी गर्ने कुरामा भने सबैको एकमत थियो जनतालाई छिटो नयाँ संविधान देऊ र शान्ति-प्रक्रियालाई टुंगोमा पुऱ्याउ ।

विगतमा प्रकृतिको बखान र माया-पिरतीका भाकामा नाचिने साकेला सिलीमा दुई-चार वर्षदेखि आधुनिक गीतले ठाउँ पाउँदै आए पनि यसपटक भने नेताहरूले संविधान बनाउन नसककेको घटनामै व्यंग्य पनि प्रहार भयो । साकेलाका सहभागीहरूले प्रकृतिसँग नेताहरूलाई छिटो संविधान बनाउने सद्बुद्धि दिन आग्रह गरे ।

साकेला सिली उभौली आदिवासी किराँत-राईको सबैभन्दा ठूलो चाड हो । किराँत-राई जातिको बसोबास क्षेत्र यतिबेला साकेलामय भएको छ । ढोल झ्याम्टाको आवाजसँगै यतिबेला पूर्वी नेपाल साकेलामय बनेको छ । नयाँ बाली लगाउने बेला भएको सन्देश दिँदै लागाएको बाली राम्रोसँग फलोस् भन्ने प्रार्थनाका साथ साकेला सिली नाच्ने चलन छ । त्यसमा परम्परागत संस्कृतिलाई जोगाउँदै आधुनिकता पनि मिसिंदै गएकाले पनि पूर्वमा साकेलाको महत्त्व बढ्दै गएको धनकुटा साप्ताहिकका सम्पादक एवं सांस्कृतिक खोजकर्ता राजेश्वरबहादुर श्रेष्ठ बताउँछन् । दुई वर्ष अघिदेखि सरकारले साकेलाका अवसरमा सार्वजानिक बिदा दिने व्यवस्था गरेपछि किराँत-राई समुदायको उत्साह अझ बढेको छ ।

भिषा काफ्ले

लोग्ने होइन, लोग्नेमानिस चाहिन्छ

पृष्ठ ५ बाट जारी

अर्कोकुरा पाको मानिससँग उठबस गर्दा अरूले अनावश्यक शंका पनि गर्दैनन् । मैले अहिलेसम्म आफू सेफ साइडमा बसेर जीवन बिताएकी छु ।

अहिलेसम्म मैले गलत गरें भन्ने पश्चाताप छैन ?

एकपल्ट ४० वर्षको पाको मानिस मलाई यति मनपऱ्यो कि उसलाई फकाउने क्रममा उसको कारमै हाम्रो सम्बन्ध भएको थियो । त्यसबेला उसले मेरा बारेमा के सोच्यो होला भन्ने पीर लागिरह्यो । मलाई लाग्यो मेरो शरीर आवश्यकताभन्दा बढी भोको छ । यो राम्रो कुरा होइन भन्ने लागेको थियो ।

तर त्यो बानी परिवर्तन भएन ?

भएन, ऊ मबाट यति प्रभावित भयो कि मेरा लागि सबैथोक छाड्छु भन्न थाल्यो । उसको परिवार बिग्रने डर भएपछि म साइड लागें । किनभने उसका श्रीमती, छोरा-छोरी थिए । मेरो उद्देश्य ऊसँग सम्बन्ध राख्ने मात्र थियो, परिवार बिगार्ने थिएन ।

कति समयमा तपाईं केटा फेर्नुहुन्छ ?

यति समय भन्ने छैन, तर एउटा पुरुषसँग संगत गर्दा अरू पुरुषसँग उठबस गर्दिन । मलाई मनै लाग्दैन । आफ्नो ब्वाइफ्रेन्डमाथि अन्याय भएजस्तो लाग्छ ।

यौनसम्बन्धमा माया प्रेमको भूमिका हुनुपर्छ कि पर्दैन ?

प्रेम र सेक्स फरक कुरा हुन् । यद्यपि सेक्समा प्रेम भयो भने त्यो सुनौलो हुँदो रहेछ । नेपालीमा उखान छ नि, सुनमा सुगन्ध, प्रेम भएको अवस्थामा सेक्सको त्यही महत्त्व छ ।

यति लामो यौनजीवनमा कतिपटक सुनमा सुगन्ध महसुस गर्नुभयो ?

एकपटक । केही वर्ष पहिले एकजना सञ्चारकर्मीसँग मेरो संगत भएको थियो । आफू सेफ हुन मैले उसँग संगत गरेकी थिएँ, तर एक वर्ष नबित्दै उसँग मेरो प्रेम हुन गयो । म उसको मायामा यति धेरै पग्लिएछु कि ऊसँग मात्र मैले तीन वर्ष संगत गरें । त्यसबेला मलाई लाग्यो, सेक्सको आनन्द प्रेममा रहेछ, तर के गर्नु उसले मसँग विवाह गर्न मानेन ।

उसले विवाह गर्न नमान्नुको कारण के होला ?

म उमेरले सानी भएँ रे । संगत गर्दाचाहिँ सानी नहुने, विवाह गर्दाचाहिँ सानी हुने ? म त्यसबेला खुब रोएकी थिएँ ।

त्यसो भए विवाह गरेर लाइफ सेटल गरे भैहाल्यो नि ?

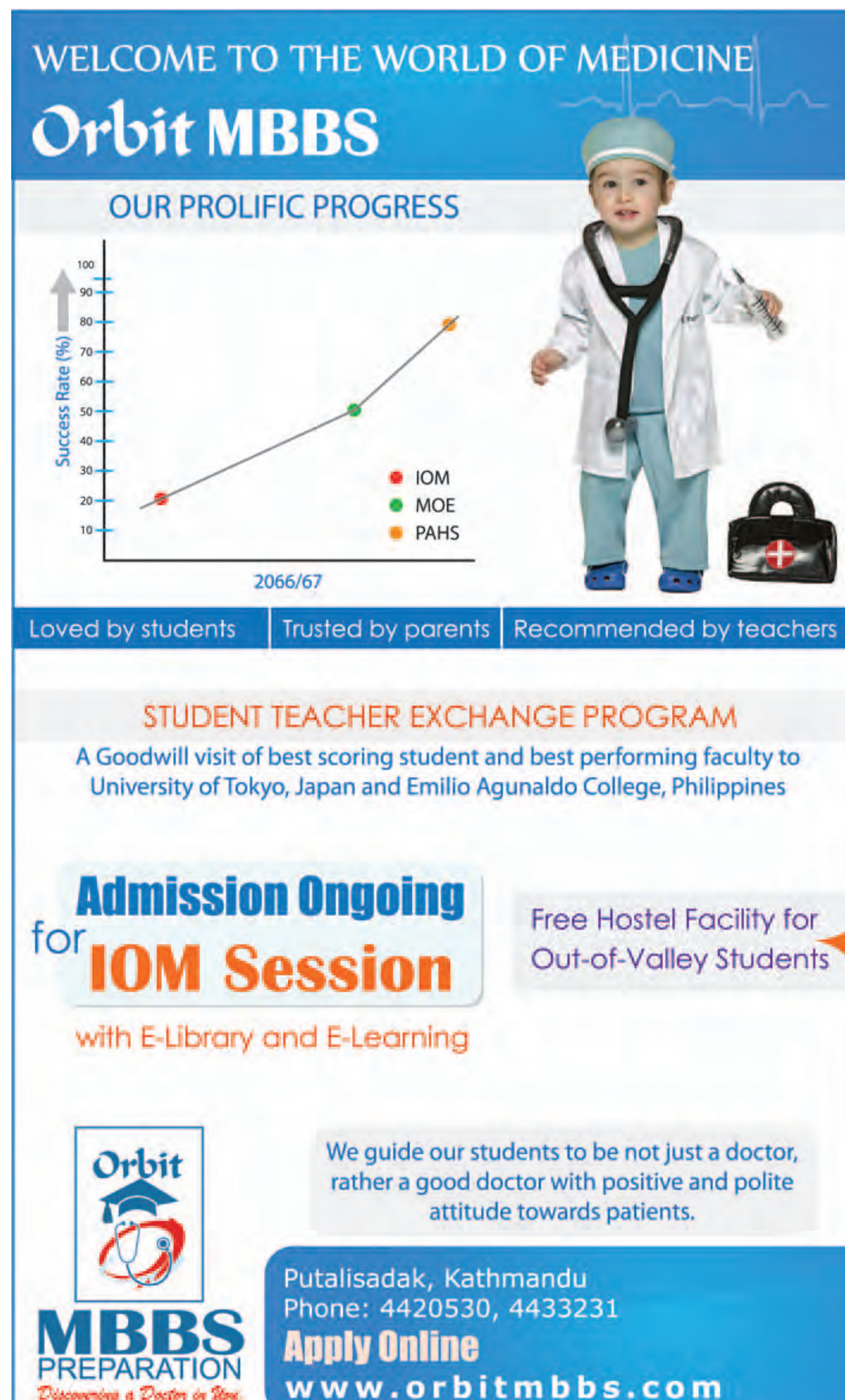
उसले धोका दिएपछि प्रेमप्रति मेरो विश्वास रहेन । त्यसपछि मैले पुरुषको भावनामा बग्नुहुन्न, बरु पुरुषलाई युज गर्नुपर्छ भन्ने कुरा बुझें । अब मलाई लोग्ने होइन, लोग्नेमानिस चाहिएको छ ।

सधैंभरि यस्तो जीवन कसरी चल्छ ?

मलाई थाहा छ, मोडलिङको पनि आफ्नो उमेर हुन्छ । यसरी रमाइलो गर्नुको पनि एउटा समय हुन्छ । त्यसैले दुइटी धर्मपुत्री पाल्दैछु । एक करोडको लगानीमा एउटा बिजनेस सुरु गर्दैछु । आम्दानी भएको पैसाले समाजसेवा गर्छु । जसरी होस्, जीवन मोजमा बिताउँछु । अहिले मोडलिङमा मेरो चर्चा छ, भोलि समाजसेवामा मेरो नाम रहनेछ ।

विवाह नगरेपछि आफ्ना सन्तान हुँदैनन्, यसले एउटा महिलाको जीवन अपूरो भयो नि ?

सन्तानका लागि विवाह किन गर्नुपऱ्यो र ? मलाई एउटा यस्तो लोग्नेमानिस चाहिएको छ, जो हेन्डसम होस्, असल व्यवहारको होस् । उसलाई म आफ्नो सन्तानको बुवा बनाउन चाहन्छु, तर त्यसमा उसको अधिकार हुनेछैन । त्यो मेरो मात्र सन्तान हुनेछ ।



सचित्र

लौ न कसैले देख्ला:
नायिका प्रेरणा शर्मासँग एउटा फोटोसेसनमा नायक रेश मरहट्टा

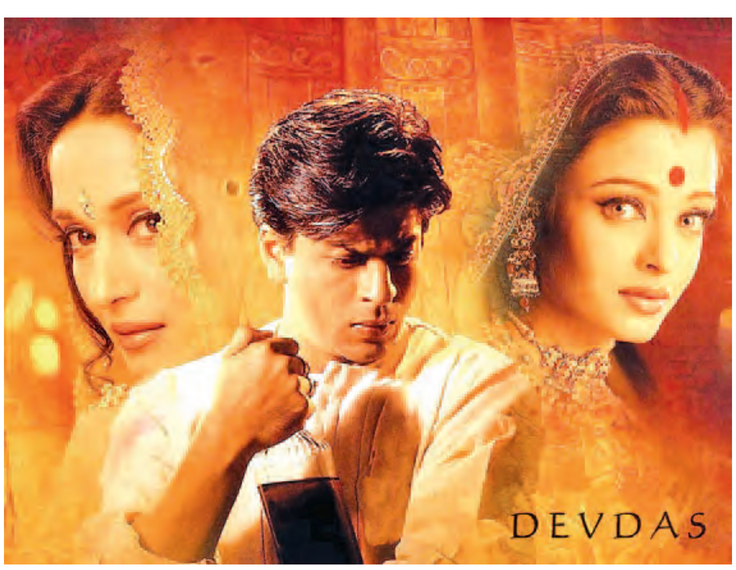
दुई ब्ल्याक, एक ह्वाइट
गायिकाद्वय नलिना चित्रकार र श्रेया सोताङको छेउमा पोज दिँदै माल्भिका सुब्बा ।

हाँसो राम्रो
गायक राजु लामासँग हाँस्दै भिजे पुष्पा जोशी

जुम्मा चुम्मा दे दे
तीन नायिका रेखा थापा, झरना थापा र अरुणिमा लम्सालालाई भेटेपछि चलचित्र प्राविधिक संघका महासचिव मनोज केसीको अनुहार ।

ओम शान्ति ओम :
आश्रममा ध्यान गर्दै नायिका पुजना प्रधान ।

लेट्स डान्स बेबी
हालै सम्पन्न टेलिएवार्डमा नाच्दै नायक दिलीप रायमाझीका साथ नायिका अरुणिमा लम्साल ।



साहित्यिक कृतिका चलचित्र

हेमन्त खतिवडा

हलिउडमा अत्यधिक बिक्री भएका साहित्यिक कृतिहरूमा चलचित्र बनाउने चलन छ । 'बेस्ट सेलर' कृतिहरू चलचित्रको पर्दामा लोकप्रिय पनि भएका छन् । नेपाली चलचित्रजगत्मा पनि 'परालको आगो', 'परिवर्तन', 'सिन्दूर', 'वासुदेव' तथा 'बसाइँ' देखि 'बन्धकी' सम्मका केही चलचित्र साहित्यिक कृतिमा बनेका हुन् । हलिउडमा साहित्यिक कृतिका चलचित्रले दर्शकबीच राम्रो प्रभाव छाडेका प्रशस्त उदाहरण छन् तर कलिउडमा त्यस्तो उदाहरण छैन भने पनि हुन्छ ।

हिन्दी चलचित्रजगत्मा पनि साहित्यिक कृतिमा आधारित चलचित्र बनेका छन् । ती धेरै चलचित्रमध्ये सबैभन्दा सफल चलचित्र हो 'देवदास' । देवदास शरतचन्द्र चट्टोपाध्यायद्वारा लिखित उत्कृष्ट कृति हो । देवदास त्यस्तो उपन्यास हो जसमा हिन्दी र बंगालीलगायत भारतका विभिन्न भाषामा चलचित्र बनिसकेका छन् ।

साहित्यिक कृतिमा बनेका चलचित्रहरूमध्ये भारतमा अत्यधिक सफल मानिएको यो चलचित्रको सबैभन्दा नयाँ संस्करणमा शाहरूख खान, ऐश्वर्या राय, माधुरी दीक्षित र ज्याकी श्राफजस्ता लोकप्रिय कलाकारले अभिनय गरेका थिए ।

चट्टोपाध्यायले बंगाली भाषामा लेखेको उपन्यासमा आधारित चलचित्र 'देवदास' का पुराना संस्करणहरू सन् १९६० को दशकमा निर्माण भएका थिए । उतिबेलाको एउटा 'देवदास' मा दिलीपकुमारले मुख्य भूमिका नर्विाह गरेका थिए । १९५० को दशकमा भने कुन्दनलाल सहगलले देवदासको मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका थिए । दिलीपकुमार र सहगलको भूमिका प्रंसनीय थियो र यी लोकप्रिय पनि सावित भए । त्यसपछि पनि यो क्रम रोकिएन । बलिउड चलचित्रकर्मीहरूका लागि देवदासका रचयिता शरतचन्द्र चट्टोपाध्याय प्यारा लाग्न थाले र उनका रचनाहरू अझ लोकप्रिय भए । चार वर्षअघि प्रदर्शन गरिएको 'परिणिता' पनि उनकै रचना हो । संयोग पनि कस्तो देवदासजस्तै परिणिता पनि धेरैपटक चलचित्रको पर्दामा उत्रने रचना बन्यो । सैफअलि खान,

सञ्जय दत्त, विद्या वालन नवीनतम् संस्करणका कलाकार हुन् भने पुरानो संस्करणमा अशोक कुमार, मीना कुमारी, प्रदीपकुमार आदिले अभिनय गरेका थिए ।

अर्का बंगाली साहित्यकार विमल मित्रको साहिब बिबी और गुलाममा पहिले पनि चलचित्र बनिसकेको छ र फेरि पनि बनिरहेको छ । साहित्यिक कृतिमा बनेका चलचित्र लोकप्रिय र प्रशंसनीय भएका कारण साहित्यकारहरू पनि उत्साहित छन् ।

भारतमा साहित्यिक कृतिमा चलचित्र बनिरहँदा नेपालमा भने चलचित्र बनाउँदा रचनाहरूमा निहित गम्भीर प्रस्तुति एवं भाषागत क्लिष्टताले दर्शक तान्न कठिन हुने भन्दै यसतर्फ कसैले खासै हिम्मत गर्न सकेका छैनन् । अमृता प्रितमका कृतिमा बनेका कादम्बरी र पिंजर बलिउडमा सफलता प्राप्त गरेका चलचित्र हुन् । गोदान, गरिब, मजदुर र शतरञ्ज के खिलाडी प्रेमचन्दका कृतिमा बनेका सफल चलचित्र हुन् । कमलेश्वरको कृति आगामी अतीतमा बनेको 'मौसम' र काली आँधीमा बनेको 'आँधी' अत्यन्त सफल रहे । यसरी हेर्दा साहित्यिक कृतिको मूल मर्मलाई यथावत् राखी चलचित्रमा उतारिएका चलचित्र व्यावसायिक रूपमा पनि सफल भएको देखिए । आरके नारायणन्को 'गाइड' र फणिश्वरनाथ रेणुको 'तिसरी कसम' पनि यही वर्गका चलचित्र हुन्, जसले सफलताको झन्डा गाडे ।

नेपालमा साहित्यिक कृतिको यथार्थ चित्रण गर्ने प्रयास नगरिएकाले पनि साहित्यिक कृतिमा बनेका धेरैजसो चलचित्र असफल भएका हुन् कि ?

समरमा सन ड्रेसको स्टाइल

रोजिन शाक्य

हलुका र आरामदायक पहिरन गर्मीको आवश्यकता हो। फेसनेबल र स्टाइलिस देखिनु अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष हो। फेसन महिलाका लागि हो, महिला फेसन गर्नका लागि। यस्तो स्थितिमा महिलाले आफ्नो समर फेसन वार्डरोबमा लाइट कलर र आरामदायक पहिरनलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ। वन् शोल्डर, डीप नेकलाइन, ब्याकलेस स्टाइलस, स्लीभलेस क्याप स्लिभ तथा स्ट्र्यापलेस भर्सन गर्मी मौसममा महिलाको सदावहार फेभरेट रहँदै आएको छ। यही सन्दर्भमा शरीरलाई आराम दिने, शीतलता प्रदान गर्ने

गर्मी मौसमको पर्यायवाचीकै रूपमा फेसन स्टाइलमा छ। गर्मी मौसममा सायदै कुनै यौवना सन ड्रेसलाई मिस गर्न चाहन्छिन्। हलुका, आरामदायक, सहज र स्टाइलिस लुक यसका विशेषता हुन्। जसबाट महिला व्यक्तित्वमा स्टनिङ लुक सञ्चार हुन्छ। फ्लोरल इम्ब्रोइडरी वा फ्लोरल प्रिन्टले यसप्रकारको पहिरनलाई पार्टी वेयर वा अरू कुनै विशेष समारोहका लागि उपयुक्त बनाउँछ।

गर्मीमा शरीरलाई आराम दिने, शीतलता प्रदान गर्ने साथै स्टाइल सेन्सको पनि प्रभावकारिता झल्काउने विभिन्न पहिरनमध्ये हिजोआज सन ड्रेसको प्रयोग उल्लेख्य रूपमा बढेको पाइन्छ। साठीको दशकताकाको यो डिजाइनलाई गर्मी मौसमका लागि सन ड्रेस कुल, आकर्षक, आरामदायक र मौसमअनुकूल शैलीका रूपमा व्याख्या गरिन्छ। अन्तर्राष्ट्रिय परिचय बोकेका फेसन डिजाइनर नानेट ल्यापोरेका अनुसार सन ड्रेस गर्मी

एवं स्टाइल सेन्स पनि झल्काउने विभिन्न पहिरनमध्ये हिजोआज सन-ड्रेसको प्रचलन समर ट्रेन्डकै रूपमा विशेषगरी युवतीमाझ लोकप्रिय हुँदै गएको छ। सन ड्रेसले महिला व्यक्तित्वलाई फेमिनेनन लुक त प्रदान गर्छ नै साथै यो पहिरन स्कर्ट र ब्लाउजभन्दा बढी हलुका अनि आरामदायक छ। आधुनिक शैलीका सन ड्रेसहरूमा डीप नेक लाइन, सर्ट हेमलाइन, लम्बाइको विविधता र प्याटर्न तथा प्रिन्टको आकर्षण पनि पाइन्छ।

सन ड्रेस हलुका फ्याब्रिकमा विशेषगरी कटनमा उपलब्ध कुनै पनि आकार र डिजाइनको वन पिस शैलीको इनफर्मल पहिरन हो जुन मौसमका लागि सजिलो पहिरन हो। नानेटका अनुसार यो शैलीका प्रयोगकर्ताले मात्र जुत्ता परिवर्तन गरेर यसलाई क्याजुयल मुडदेखि डिनेर डेट र अफिससम्म प्रयोग गर्न सक्छन्। वुमेन क्लोथिङअन्तर्गतको कन्टेम्पोररी स्टाइलअन्तर्गत एप्रोन लुक, इम्ब्रोइडर्ड वायस कट स्लीप्स्, पेस्टल कटन ट्वील्समा फुल स्कर्ट शैली आदि विशेष छन्।

सन ड्रेस शैलीको आकर्षणबाट महिला फेसन त अघि बढेको छ नै अधिकांश पुरुष पनि सन ड्रेसलाई वुमेन वार्डरोबको कामुक पहिरन शैलीमध्येको एक भएको मान्छन्। कटन इनकोरपोरेटेड लाइफ स्टाइल मोनिटर टीएमको सर्वेक्षणको परिणाममा गर्मीमा यौवनाहरूले सन ड्रेस पहिरिएको रुचाउने पुरुष ४३ प्रतिशत थिए। उक्त सर्वेक्षणमा २६ प्रतिशत पुरुषले समर वुमेन ड्रेसभित्र स्कर्ट र डेनिम जिन्सप्रति झुकाव देखाएका थिए भने एलिगेन्ट ड्रेसमा २८ प्रतिशत पुरुषको मत देखिएको थियो।

मौसम, वातावरण तथा आफ्नो व्यक्तित्वअनुरूप फेसन छनोट गर्ने मामिलामा निकै सजग देखिएका फेसन पारखीमाझ सन ड्रेसले कम्फर्ट विथ स्टाइलको परिचय बनाएको छ। यौवना, कामकाजी महिला, नवविवाहिता लगायत प्राय: सबै उमेर समूहका लागि उपयुक्त सन ड्रेस छनौट गर्ने फ्याब्रिकमा ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ। मूलत: हावाको सर्कुलेसन हुने र बढी पसिना नआउने, वातावरण मैत्री, मेन्टेन गर्न सजिलो फ्याब्रिकलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ।

व्यक्तिको कम्फर्ट लेभलअनुसार सन ड्रेसको फ्याब्रिक फरक-फरक हुन सक्छ। तर मूलत: यसमा कटन, जर्जेट, पप्लीन्स, कटन ब्लेन्डसको प्रयोग बढी देखन पाइन्छ। फ्याब्रिकसँगै डिजाइन प्याटर्न र ड्रेसको कलर पनि महत्त्वपूर्ण कुरा हो। जसका लागि लाइट कलर र कमभन्दा कम तातोपन सोस्ने तथा शरीरलाई शितलता प्रदान गर्ने रंगलाई प्राथमिकता दिनु राम्रो हुन्छ। चलेको ट्रेन्डअनुसार अहिले ह्वाइट, येलो, पिन्क, ब्लु, ग्रीन, पर्पल, लवेन्डर एवं न्युडल कलर रेन्जका सन ड्रेसको स्टाइललाई अनुभव गर्न सकिन्छ। सन ड्रेसको स्टाइल र डिजाइनमा पनि विविधताको आकर्षण पाइन्छ, जसमा कुल स्ट्राप्स, पोल्का र प्याटर्नको छुट्टै क्रेज देख्न सकिन्छ। डिजाइनको स्टाइलिङ भने हल्टर, अफ सोल्डर, पप स्लीभ, टयुब स्टाइल, स्पेगेटी स्ट्र्याप्स, स्टेप लेस रफल ड्रेस, क्रस स्ट्र्याप ट्याङ्क, स्लीभलेस, बेल्टेड सर्ट स्लीभ लङ स्कर्ट स्टाइल आदिको विविधता पाइन्छ।

स्टाइलिङ विथ सन ड्रेस

सन ड्रेस भर्सटाइल समर पहिरन हो। यसलाई हिल जुत्तासित लगाउन सकिन्छ। फ्ल्याट स्यान्डलसित पनि यसको जोडा उत्तिकै सुहाउँदो हुन्छ। यद्यपि आफ्नो फिगरलाई सुहाउँदो सिल्हुट्स छनोट गरेर आत्मविश्वासपूर्ण लुक प्राप्त गर्नु राम्रो हुन्छ।

सुन्दर, स्लीम र राम्रोसँग टोन्ड भएका सेक्सी खुट्टालाई साइड स्लीटबाट प्रदर्शन गर्न सकिन्छ भने हेभी र मोटो खुट्टालाई फ्लोइङ स्कर्ट शैलीको लङ डिजाइनबाट लुकाउन सकिन्छ। हेभी हिपलाई लुकाउन एलाइन ड्रेसको सहारा लिन सकिन्छ वा छेउतिर धेरै फ्लेयर भएका नी-लेन्थ लगाउन सकिन्छ। ठूलो बस्टलाइनको इफेक्ट दिन एम्पायर वेस्ट लाइनयुक्त ड्रेस छनौट गर्नुपर्छ। यसैगरी सानो चेस्टलाई लुकाउन रफल वा ग्यादरिङ प्रयोग गर्नु उचित हुन्छ।

वेल टोन्ड सोल्डर र अपर ब्याकलाई एक्सपोज गर्न हल्टर सन ड्रेस उपयुक्त हुन्छ। वेस्टलाइन नजिकै डार्ट राखिएको स्लीप ड्रेस प्रयोग गरी फिगरमा आकर्षक कर्भको उभार ल्याउन सकिन्छ। यो स्टाइल कर्भी, फिगर नभएका, मोटो कमर भएकाहरूलाई पनि सुहाउँदो हुन्छ। लामो घाँटीलाई एक्सपोज गर्न स्ट्र्यापलेस वा डेलिकेट स्पेगेटी स्ट्र्याप प्रयोग गर्नु ठीक हुन्छ। टाइट फिगर सेपमा भने मिनी ड्रेस उपयुक्त हुन्छ। सर्ट लेन्थको स्कर्टले लामो खुट्टाको भ्रम सिर्जना गर्छ।

JOIN THE BRITISH ARMY & SINGAPORE POLICE

Admission Open
For Intake 2010 /2011
Both Physical & Educational
Sponsor By:
Bikas Gurung (UK)
Sudip Rai (Singapore)
British Gurkha Fitness & Education Training Centre
Chabahil Shifal, Tel: 01-2081532, Mobile: 9741103508, 9804254890
यस ट्रेनिङ सेन्टर चाबहिल चुच्चेपाटीबाट चाबहिल सिफल चौर अगाडि सरेको सम्बन्धित सबैमा जानकारी गराईन्छ।

SLC/+2 फेल No चिन्ता
नेपालको पहिलो तथा एकमात्र मान्यता प्राप्त
Maths/Science/Test नदिई SLC,
1 बर्षमा +2 (NIOS), 6 महिनामा गर्न सकिने
American +2 मा नयाँ भर्ना खुल्यो।
Best for piloting & Abroad * Free Piloting Ground Class
☛ कक्षा ८, ९ फेल भए पनि SLC दिन पाईने ☛ पास गर्न सजिलो, विश्वभरी मान्यता भएको ☛ 24 hrs internet facility

Pratyus Bhandari
Nepal Top 2009
कक्षा संचालन भईरहेछ।
www.hwhitehouse.edu.np
"Nepal's Largest Open School"
Himalayan White house Open School
Bagbazar - 4244499
Pulchowk - 5009200
Bhaktapur - 2020758
Chitwan - 530645
Ithari - 582862

के तपाई Math, Science/ Test नदिई S.L.C. तथा १ वर्षमा +2 पास गर्न चाहानु हुन्छ ?
यदि चाहनु हुन्छ भने NIOS Board मा April 2011 को लागि Admission खुल्यो !
- 5 Subjects पढे पुग्ने।
- Class 10 मा Math, Science तथा Test दिनु नपर्ने।
- नेपाल तथा world wide equivalent
- नेपालीबाट पनि Exam दिन पाईने।
- SLC पास गरेको १ वर्ष Gap भए सिधै +2 पढ्न पाईने।
- 6/6 महिनामा Exam दिन पाईने।

Prashiddha Adhikari
97 Marks in Commerce
विदेश पढ्न जान सजिलो।
WISDOM EDUCATION FOUNDATION
PH. 4238086
Baglung, Mobile No: 9847-631582

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!)

मिस टिनको तयारी पूरा

बिर्तामोड– जेठ २२ गते शनिबार झापाको बिर्तामोडमा हुने मिस टिन झापा प्रतियोगिताका उत्कृष्ट १० को छनोट सम्पन्न भएको छ । आयोजकहरूले कार्यक्रमको सम्पूर्ण तयारी पूरा भएको बताएका छन् ।

स्थानीय मदरल्यान्ड जिम हाउसको आयोजनामा हुने प्रतियोगिताका लागि छानिएका उत्कृष्ट १० मा मनीषा प्रधान, सोनिया काफ्ले, अस्मिता गजमेर, सुष्मा सुब्बा, सङ्गीता लिम्बू, स्मिता उप्रेती, पूजा कट्टेल, सुप्रतिष्ठा क्षेत्री, अस्मिता ओली तथा देवी भण्डारी छन् । प्रतिस्पर्धीहरूलाई कोरियोग्राफर मनोज कार्कीले आवश्यक प्रशिक्षण दिइरहेका छन् । आयोजक संस्थाका अध्यक्ष दीपक गिरीका अनुसार मिस टिन झापाले २५ हजार नगदसहित ट्रफी पाउनेछिन् । त्यस्तै, फस्ट र सेकेन्ड रनरअप तथा अन्य विभिन्न सात विधामा प्रतिस्पर्धीहरूलाई एवार्ड प्रदान गरिने कुरा कार्यक्रम संयोजक प्रेम राजवंशीले बताए ।

राजवंशीका अनुसार प्रतियोगिताका लागि निर्णायक पनि निर्धारण भैसकेका छन् । सोही प्रतियोगितामा मिस्टर झापाका ३० प्रतिस्पर्धी पनि मञ्चमा उत्रनेछन् । उनीहरूबीच ५५ देखि ७० किलोग्राम तौलसमूहमा प्रतिस्पर्धा हुने अध्यक्ष गिरीले बताए ।

– हिमाल खरेल

मिस्टर हङकङमा सानु गुरुङ

तीनपटकसम्म नेपालको राष्ट्रिय शारीरिक सुंगठन प्रतियोगिता विजेता सानु गुरुङ पर्सि आइतबार हङकङ बडी बिल्डिङ च्याम्पियनसिपमा भिड्दै छन् । उक्त प्रतियोगितामा गतवर्ष पनि सहभागी गुरुङले सत्तरी केजी तौलभन्दा माथिको नोभोइस समूह तथा असी केजी तौल समूहको हेभीवेटमा सेकेन्ड रनर अपसहित वेस्ट पोजिङको उपाधि जितेका थिए । हङकङ चाइना बडी बिल्डिङ एसोसिएसनद्वारा आयोजित यो प्रतियोगिता हङकङको प्रतिष्ठित प्रतियोगिता मध्येको हो ।

झन्डै एक सय प्रतिस्पर्धी रहने यो प्रतियोगितामा सानु हेभी वेट समूहमा प्रतिस्पर्धा गर्दैछन् । प्रतिस्पर्धा निकै कडा हुने भए पनि विगतका अनुभवले उपाधि जित्नेमा आफू विश्वस्त रहेको उनले साप्ताहिकलाई बताए । वानचाईस्थित क्विन एलिजावेथ स्टेडियममा हुने प्रतियोगितामा गुरुङले हङकङ नेपाल बडी बिल्डिङ एसोसिएसनको प्रतिनिधित्व गर्नेछन् । पैतीस वर्षीय गुरुङ हङकङका स्थायी परिचयपत्र बाहक हुन् । उनले नेपालको प्रतिष्ठित शारीरिक सुंगठन प्रतियोगिता धर्मश्री लगातार दुईपटक हात पारेका थिए ।

निर्मल श्रेष्ठ

माओवादी विद्रोह डकुमेन्ट्रीमा

पोखरा- २०५२ सालमा सुरु भएको १० वर्षे माओवादी विद्रोहलाई सञ्चारकर्मी श्रीभक्त खनालले डकुमेन्ट्रीमार्फत प्रस्तुत गरेका छन् । 'वार टु पिस : माओइस्ट इन्सरजेन्सी इन नेपाल' शीर्षकको यो डकुमेन्ट्री जेठ १४ गते पोखराको होटल बाराहीमा सार्वजनिक भयो । डकुमेन्ट्री हेर्न आएकाहरूले यसले युद्धकालीन अवस्थालाई निष्पक्ष ढंगले प्रस्तुत गरिएको प्रतिक्रया दिए । युद्धका बेला हात गुमाएकी तथा डकुमेन्ट्रीकी एक पात्र प्रवीणा गोले 'नमुना' ले भनिन्- 'मलाई युद्धकालको सम्झना आयो । निर्देशकको काममा खासै खोट लगाउने ठाउँ देखिएन् ।'

छ वर्षअघि इलाममा माओवादीको अपहरणमा परेका प्रहरी जवान जीवन उप्रेतीलाई निर्देशक खनालले डकुमेन्ट्रीमा प्रस्तुत गरेका छन् । अपहरणमा परेका बेला उनले सञ्चारकर्मी तथा अधिकारकर्मीको रोहवरमा बाध्य भएर जागिर छाड्नुपरेको कुरा बताएका छन् । डकुमेन्ट्रीमा उनी बन्दी हुँदाको दृश्य पनि देखाइएको छ । यस्ता थुप्रै प्रसङ्गले डकुमेन्ट्रीलाई चाखलाग्दो मात्र बनाएको छैन, युद्धकालीन अवस्थाको जीवन्त चित्रण पनि गरेको छ । राज्यपक्षबाट बेपत्ता बनाइएका बेपत्ता भाइ दीपकको खोजीमा रहेका गोर्खाका प्रेम न्यौपानेको लयात्मक कविताले सबैका आँखा रसाउँछन् । उनले 'बिहान उठी दैलाको तस्बिर छातीमा राखेर, रुनेछिन आमा बेपत्ता आफ्नो त्यो छोरा सम्झेर' गाइरहेका बेला धेरै दर्शकले खल्तीबाट रुमाल निकालेका थिए ।

जनयुद्ध सुरु भएको दिन माओवादीले कारबाही गरेको गोर्खाको साना किसान विकास आयोजनादेखि छापामारले मोर्टार प्रहार गरेको दृश्यसमेत डकुमेन्ट्रीमा देख्न पाइन्छ । खुकुरी र भरुवा बन्दुकबाट सुरु भएको व्रिद्रोह कसरी र किन देशव्यापी फैलियो भन्ने कुरा पनि डकुमेन्ट्रीले प्रस्तुत गरेको छ । छापामारका उतिबेलाका गतिविधि दर्शकका लागि घतलाग्दा र छाप छोड्ने खालेका छन् । श्रीभक्त खनालले यसअघि नेपालमा रहेका तिब्बती शरणार्थीमा आधारित 'एन इनकम्प्लिट स्टोरी' तथा उपल्लो मुस्ताङमा आधारित 'अपर मुस्ताङ : अ डिस्टिनेसन लाइक नो अदर' डकुमेन्ट्री निर्माण गरिसकेका छन् ।

– शिव शर्मा

लुक्लामा राई इज किङ

गायक राजेश पायल राई दर्शन नमस्ते टुरका क्रममा लुक्लामा कन्सर्ट गरेर फर्किएका छन् । गत १६ गते स्थानीय एक माध्यमिक विद्यालयमा आयोजित कन्सर्टमा राईले आफ्नो बहुचर्चित गीतिसंग्रह दर्शन नमस्तेबाट प्रारम्भ गरेर उनले करिब एक दर्जन गीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

साप्ताहिकको टिसर्टमा स्टेजमा उत्रिएका राइले दर्शन नमस्ते गाइसकेपछि नौजाले मायाले, शिरैफूल शिरबन्दी, निष्ठुरी मायालगायतका गीत प्रस्तुत गरेका थिए । 'स्थानीय स्तरमा भव्य कार्यक्रम सम्पन्न भयो', काठमाडौं फर्किएपछि उनले साप्ताहिकलाई भने- 'लुक्लाको कार्यक्रमसँगै साप्ताहिकको प्रस्तुतिमा बजारमा आएको गीतिसंग्रह दर्शननमस्ते टुरको पहिलो श्रृंखला समाप्त भएको छ ।' महत्वाकांक्षी गीतिसंग्रह राई इज किङ बजारमा ल्याउन लागेका गायक राइका अनुसार कार्यक्रममा उनलाई दर्शकले पनि उत्तिकै साथ दिएका थिए ।

कार्यक्रममा अर्का चर्चित गायक क्रान्ति आलेले पनि आफ्ना चर्चित गीत प्रस्तुत गरे । कार्यक्रममा हास्यकलाकार जितु नेपालले उपस्थित दर्शकलाई पेट मिची-मिची हास्न बाध्य तुल्याएका थिए ।

सौन्दर्य एक्स्पो हुने

स्वास्थ्य र सुन्दरता हरेक व्यक्तिको आवश्यकता तथा चाहना हुन्छ । यही तथ्यलाई हृदयंगम गर्दै स्वास्थ्य र सुन्दरतामा देखिने नयाँ आविष्कार, उत्पादन तथा सेवालाई सम्बन्धित व्यक्तिहरूसमक्ष प्रत्यक्ष जानकारी पुऱ्याउने उद्देश्यअनुरुप असार ३० गतेदेखि साउन १ गतेसम्म भृकुटीमण्डप प्रदर्शनीमार्गमा स्वास्थ्य र सुन्दरतासम्बन्धी एक्स्पो हुन लागेको छ ।

कुल ७८ स्टल तथा ४ वटा प्याभिलियन रहने यो प्रदर्शनी कस्मेटिक्स, पर्फ्युम्स, फिटनेस, स्पा, वेलनेस, डेन्टल, हेयर केयर, एन्टी एजिङ प्रोडक्ट, ब्युटिपार्लर, बुटिक, हर्बल प्रोडक्ट, थेरापी, योगा, आयुर्वेद, स्पोर्ट्स आदि कम्पनीको सहभागिता रहनेछ ।

ब्युटिसियन प्रोफेसनल एसोसिएसन नेपाल तथा स्पा एन्ड वेलनेस एसोसिएसन अफ नेपालको सहयोगमा द हिडन ट्रेजरले आयोजना गर्न लागेको यो प्रदर्शनीले स्वास्थ्य तथा सुन्दरता हरेकको चाहना भन्ने मूल नारा बोकेको छ । मेलामा १ लाखभन्दा बढीको सहभागिता रहने अपेक्षा गरिएको छ ।

निर्देशकलाई योग

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं- चलचित्र निर्देशकहरूको साझा संस्था चलचित्र निर्देशक समाजमा झन्डै सय जना निर्देशक सदस्य छन्, यद्यपि स्वास्थ्यमा सजक डेढ दर्जन मात्र रहेछन् । चलचित्रको भाषामा 'क्याप्टेन अफ द सिप' भनिने चलचित्र निर्देशककै काँधमा पूरै चलचित्रको जिम्मेवारी हुन्छ । त्यसैले उनीहरू मानसिक तथा शरीरिक रूपमा स्वस्थ एवं स्फुर्त रहनु अत्याधिक जरुरी छ । त्यही भावनाले पतञ्जली योगपीठका योग शिक्षक अश्विनी कोइरालाले गत साता नेपाली चलचित्रका डेढ दर्जन निर्देशकलाई एकहप्ते योग शिविरमा सहभागी गराए ।

काठमाडौंको एयरपोर्ट गेटस्थित टर्मिनल क्याफेको परिसरमा हरेक दिन बिहान चलचित्र निर्देशकहरू योग गरिरहेका भेटिए । उक्त योग शिविरमा सहभागी भएपछि समापनका दिन निर्देशक उदय सुब्बाले आफ्नो ढाड दुख्ने समस्या कम भएको अनुभव सुनाए भने निर्देशक राजेन्द्र उप्रेतीले मानसिक रूपमा 'चंगा' भएको र योगकै कारण नौला सिर्जना गर्ने जाँगर बढेको बताए । योग शिविरको आयोजक निर्देशक समाजका अध्यक्ष केपी पाठकका अनुसार कतिपय निर्देशक चलचित्र निर्माणमा व्यस्त रहेकाले शिविरमा आउन नसकेको जनाए ।

एञ्जल २०१० को घोषणा

साप्ताहिक समाचार

काठमाडौं– १७ देखि २५ वर्ष उमेर समूहका युवतीहरूलाई खुसीको खबर ! सौन्दर्य तथा प्रतिभा प्रदर्शन गर्ने प्रतियोगिता 'एञ्जल-२०१०' को घोषणा गरिएको छ । ह्वाइट हर्स मिडियाले पहिलो पटक आयोजना गर्न लागेको यो प्रतियोगिता आगामी साउन १ गते शनिबार सञ्चालन गरिनेछ । *साप्ताहिक*को समेत सहभागिता रहने यो प्रतियोगितामा सहभागिताका लागि आगामी असार ४ गतेभित्र आवेदन फर्म भरिसक्नुपर्नेछ । असारको पहिलो साता अडिसनमार्फत अन्तिम प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुने २५ युवती छनौट गरिने आयोजक संस्थाका प्रमुख तथा टेलिभिजनकर्मी नवराज आचार्यले बताए । प्रभा अमात्यले कोरियोग्राफी गर्ने यो प्रतियोगिताका सहभागीहरूलाई एक महिनाको प्रशिक्षण दिइनेछ । सोल्टी होटलमा आयोजना गरिने यो कार्यक्रमको कान्तिपुर टेलिभिजनले प्रत्यक्ष प्रसारण गर्नेछ । प्रतियोगितामा 'एञ्जल-२०१०' को मुकुट पहिरिने सुन्दरीले नगद १ लाख रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछिन् । फस्ट रनर्सअप तथा सेकेन्ड रनर्सअपलाई पनि क्रमश: ५० हजार तथा ३० हजार रुपैयाँ प्रदान गरिनेछ ।

चन्द्रको बलमा माया बोल्ड

नेपाली राष्ट्रिय टिमका बलर चन्द्र सावदको बलमा राष्ट्रिय महिला टिमकी प्रमुख सदस्य माया रावत बोल्ड भइन्। चार वर्षदेखिको प्रेमसम्बन्धलाई उनीहरूले औपचारिक समारोहबीच विवाहमा परिणत गरेका हुन्। राजधानीमा सुरु भएको राष्ट्रिय पुरुष तथा महिला प्रतियोगितामा सहभागी हुन माया र चन्द्रले विवाहको दुई दिनपछि नै महेन्द्रनगर छाडे। विवाह-बन्धनमा बाँधिनुभन्दा दुई दिनअघिसम्म स्थानीय खुल्ला मञ्चमा क्रिकेट अभ्यासमा जुटिरहेका चन्द्र र माया बेहला-बेहुलीका रूपमा प्रस्तुत हुँदा उनीहरूका धेरै साथी अचम्भित भए।

राजेन्द्र नाथ

महेन्द्रनगर– महेन्द्रनगरका दुई क्रिकेटर लगनगाँठोमा बाँधिएका छन् । नेपाली राष्ट्रिय टिमका बलर चन्द्र सावदको बलमा राष्ट्रिय महिला टिमकी प्रमुख सदस्य माया रावत बोल्ड भइन् । चार वर्षदेखिको प्रेमसम्बन्धलाई उनीहरूले औपचारिक समारोहबीच विवाहमा परिणत गरेका हुन् ।

क्षेत्रीय क्रिकेट विकास समिति क्षेत्र नम्बर ६ की मायाले क्रिकेट खेल्न थालेको एक वर्षमै अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउने अवसर पाइन्। गत वर्ष थाइल्यान्डमा सम्पन्न १९ वर्षमुनिका किशोरीहरूको एसीसी महिला क्रिकेट प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउन माया स्थानीय महेन्द्रनगरको खेल मैदानमा अभ्यास गर्दै थिइन् । उनलाई अभ्यास गराउने जिम्मा पाए चन्द्र साउदले । त्यही अवधिमा उनीहरूबीच प्रेमले मौलाउने अवसर पायो ।

चन्द्रसित आधा दर्जन अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट प्रतियोगिताको अनुभव थियो । पहिले पनि देखादेख र सामान्य परिचय भए पनि अभ्यास गराउने क्रममा एक अर्कालाई राम्रोसँग बुझ्ने अवसर पाएको उनीहरूले बताए । एक वर्षभन्दा बढी समय लाग्यो भावना व्यक्त गर्न । 'भेटेर भन्न लाज लाग्थ्यो, पहिले फोनमै भावना साटासाट गऱ्यौं', चन्द्रले सुनाए- 'घरसम्म कुरा पुऱ्याउन निकै आपत् पऱ्यो ।'

राजधानीमा सुरु भएको राष्ट्रिय पुरुष तथा महिला प्रतियोगितामा सहभागी हुन माया र चन्द्रले विवाहको दुई दिनपछि नै महेन्द्रनगर छाडे । विवाह-बन्धनमा बाँधिनुभन्दा दुई दिनअघिसम्म स्थानीय खुल्ला मञ्चमा क्रिकेट अभ्यासमा जुटिरहेका चन्द्र र माया बेहला-बेहुलीका रूपमा प्रस्तुत हुँदा उनीहरूका धेरै साथी अचम्भित भए ।

पहिलो पटक माया क्षेत्रीय महिला क्रिकेट प्रतियोगिताका लागि कञ्चनपुरबाट २०६४ सालमा छनोट भइन् । उनले राम्रोसित कप्तानी निर्वाह गरिन् । डँडेलधुरामा सम्पन्न पहिलो द्वारिकादेवी ठकुरानी महिला क्रिकेट प्रतियोगिताको उत्कृष्ट प्रदर्शनले मायालाई राष्ट्रिय प्रतियोगितासम्म पुऱ्यायो । उनले महिला राष्ट्रिय प्रतियोगितामा पनि राम्रो खेल देखाइन् । छनोटकर्ताको आँखामा पर्न सफल माया त्यही वर्ष एसीसी एलिट कप खेल्न मलेसिया पुगिन् । ब्याट र बलसित परिचित भएको वर्षदिन नपुग्दै मायाले घरेलु क्रिकेटदेखि अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितासम्मको अनुभव बटुलिन् । थाइल्यान्डमा सम्पन्न १९ वर्षमुनिका किशोरीहरूको एसीसी महिला क्रिकेट प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रर्दशन गर्दै नेपालले उपाधि चुम्यो । नेपाललाई उपाधि जिताउन महत्त्वपूर्ण योगदान दिएकी मायाले प्रतियोगिताभर सबैभन्दा बढी रन बनाइन् । उनले नेपाली महिला क्रिकेट टिमको उप-कप्तानीको जिम्मेवारीसमेत सम्हालेकी थिइन् । प्रदर्शनलाई निरन्तरता दिँदै मायाले गत वर्ष मलेसियामा सम्पन्न एसीसी सिनियर महिला क्रिकेट प्रतियोगितमा सहभागी भइन् । मायालाई उनी अध्ययनरत जनज्योति बहुमुखी क्याम्पसले स्नातकोत्तर तहसम्म निःशुल्क पढाउने घोषणासमेत गरेको छ । माया उक्त क्याम्पसमा दस जोड दुईमा अध्ययनरत छिन् ।

२०४६ सालमा महेन्द्रनगरमा जन्मिएका चन्द्र साउद दस वर्षदेखि निरन्तर क्रिकेट खेलिरहेका छन् । उनले साथीभाइहरूको आग्रहमा क्रिकेट खेल्न थालेका हुन् । लगनशील साउद साथीहरूभन्दा उत्कृट निस्किए । २०५३ सालमा महेन्द्रनगरमा सम्पन्न यु-१७ क्षेत्रीय प्रतियोगितमा साउदले उत्कृष्ट प्रदर्शन गरे । उनले २०६० मा पहिलो पटक यू-१५ राष्ट्रिय प्रतियोगितामा भाग लिए । एक दशकमा साउदले ६ वटा अन्तराष्ट्रिय प्रतियोगिताको अनुभव बटुलिसकेका छन् । उनी राम्रा बलर मानिन्छन् ।

कञ्चनपुरको भीमदत्त नगरपालिका-१८, महेन्द्रनगरका सावद र वडा नम्बर-६, ऐठपुरकी मायाको पारिवारिक सहमतिमा विवाह भएको हो । नेपाली राष्ट्रिय टिमका बलर साउदले पाकिस्तान, दुबई, श्रीलंका, बंगलादेश, मलेसिया तथा कुवेतमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको क्रिकेट प्रतियोगिता खेलेका छन । त्यस्तै महिलातर्फको राष्ट्रिय टिमकी प्रारम्भिक ब्याट्स वुमन मायाले हङकङ, सिंगापुर र मलेसियामा उत्कृष्ट प्रर्शन गरिसकेकी छिन् । क्रिकेटर माया सन् २००९ मा नेपाल खेलकुद मञ्चले आयोजना गरेको उत्कृष्ट वर्ष खेलाडीको मनोनयनमा समेत परेकी थिइन् । दुवै जनाले विवाहपछि कञ्चनपुरमा क्रिकेट एकेडेमी खोलेर नयाँ खेलाडी उत्पादन गर्ने तथा क्रिकेटलाई निरन्तरता दिने योजना बनाएका छन् ।

राजधानीमा शैक्षिक मेला

साप्ताहिक समाचार

लाखौं विद्यार्थी एसएलसी परीक्षाको नतिजा पर्खिरहेका छन् । त्यस्तै कक्षा १२ का विद्यार्थी भर्खरै परीक्षा सकेर बसेका छन् भने ११ को परीक्षा २६ गते सकिदैछ । यही मेसोमा राजधानीमा भव्य शैक्षिक मेलाको तयारी भैरहेको छ । नेपाल शैक्षिक परामर्श संघ (इक्यान) तथा डाइरेक्सन नेपाल प्रालिले संयुक्त पहलमा हुने यो मेला अहिलेसम्मकै 'भव्य' हुने बताइएको छ । १ सयभन्दा बढी स्वदेशी तथा विदेशी क्याम्पस एवं विश्वविद्यालयको सहभागिता रहने यो मेलामा विद्यार्थीले प्रशस्तै लाभ उठाउने विश्वास लिइएको इक्यानका कोषाध्यक्ष विष्णुहरि पाण्डेले साप्ताहिकलाई बताए । मेला आगामी २७ गतेदेखि ४ दिनसम्म भृकुटीमण्डपमा चल्नेछ । मेला प्रवेशका लागि २५ रुपैयाँ शुल्क लाग्नेछ ।

यसअघि इक्यानले अब्रोड स्टडिको तयारीमा रहेका विद्यार्थीलाई लक्षित गरी शैक्षिक मेलाको आयोजना गर्दै आएको थियो । 'यसपालि स्वदेशी कलेजलाई प्राथमिकता दिइनेछ,' डाइरेक्सन नेपालका त्रैलोकेश्वर मल्लले भने- 'मेला भ्रमण गर्न आउनेले स्वदेशी कलेजका बारेमा सम्पूर्ण परामर्श पाउनेछन् ।' त्यसो त जर्मन, मलेसिया, बेलायत, फ्रान्ससहित थुप्रै देशका क्याम्पस तथा विश्वविद्यालयहरूले मेलामा सहभागिता जनाउँदैछन् ।

परीक्षा सकेर उच्च शिक्षाको तयारी गरिरहेका विद्यार्थीले मेलाको अवसरमा एकै छानोमुनि आवश्यक जिज्ञासा मेट्न पाउनेछन् । 'एसएलसी तथा कक्षा ११ र १२ सिध्याएपछि कुन कलेज खोज्ने, के पढ्ने, कहाँ पढ्नेजस्ता अन्योलले घेरिरहेको हुन्छ,' डाइरेक्सन नेपालका मल्ल भन्छन्- 'उनीहरूका लागि मेला उपयुक्त गन्तव्य हुनेछ ।' मेलामा विद्यार्थीले आफ्नो रुचि अनुसारको विषय अध्ययन गर्न कुन कलेज उपयुक्त हुन्छ, कति खर्च लाग्छ भन्ने जस्ता जिज्ञासाका सम्बन्धमा प्रत्यक्ष परामर्श लिन सक्नेछन् । त्यसो त उच्च शिक्षामा कुन विषय पढ्ने भनेर अलमलिइरहेका विद्यार्थीहरूले आफ्नो बौद्धिक तथा आर्थिक क्षमताअनुसार विषय र कलेज खोज्न विज्ञहरूबाट सल्लाह लिन सक्नेछन् । त्यसैगरी मेलामा कतिपय कलेजले स्पट एड्मिसनको समेत व्यवस्था गरेका छन् । 'विद्यार्थीले क्राइटेरिया मिट गरेको अवस्थामा स्पट एड्मिसनसमेत गर्न सक्छन्,' इक्यानका पाण्डे भन्छन् ।

मेलामा अब्रोड स्टडिको तयारी गरिरहेका विद्यार्थीलाई लक्षित विभिन्न कार्यक्रम सार्वजनिक गरिने आयोजकहरूको भनाइ छ । शैक्षिक परामर्श व्यवसायी संस्था, उत्कृष्ट विश्वविद्यालय-कलेजका अतिरिक्त विदेशी कूटनीतिक नियोगबाट समेत मेला अवलोकनकर्ताले अन्तरक्रिया गर्न सक्नेछन् ।

मेलामा कलेज तथा विषय छनोटका लागि विद्यार्थीले सही निर्णय लिने आधार पाउनेछन् । 'कुन कलेज कस्तो हो भन्ने कुरा प्रत्यक्ष थाहा पाउन सक्नेछन्,' डाइरेक्सन नेपालका मल्ल भन्छन्- 'त्यस्तै उनीहरू आफूले पढ्ने विषयका सम्बन्धमा पनि स्पष्ट हुन सक्नेछन् ।' सबै किसिमका शैक्षिक संस्थाको उपस्थिति रहने भएकाले यो मेलाले विद्यार्थीले कलेज छनोटमा हुने अन्योल मेट्न सक्ने दाबी गरिएको छ ।

मेलामा मेडिकल, इन्जिनियरिङ, नर्सिङ, बायो-टेक्नोलोजी, सूचना तथा संचार प्रविधी (आइसिटी), एयरहोस्टेज, चार्टर्ड एकाउन्टेन्ट, ट्राभल एन्ड टुरिज्म, होटल म्यानेजमेन्ट, फेसन डिजाइनिङ जस्ता पाठ्यक्रमका बारेमा जानकारी गराइनेछ । मेलामा आउने विद्यार्थीले टेष्ट प्रिपरेसनअन्तर्गत टोफल, आइइएलटीएस, जीआरइ, जिम्याट, स्याट, एसिटी आदि पाठ्यक्रमका बारेमा पनि जानकारी हासिल गर्न सक्नेछन् ।

अध्ययनका लागि विदेश जाने विद्यार्थीहरूले उच्च शिक्षा क्रममा अध्ययन गर्नुपर्ने पाठ्यक्रम, विश्वविद्यालय-कलेजको शैक्षिक वातावरण एवं शुल्कका बारेमा यथार्थ विवरण मेलामार्फत प्राप्त गर्न सक्नेछन् । सम्बन्धित मुलुकको कूटनीतिक नियोगको सहभागिताका कारण विद्यार्थीहरू भ्रममुक्त हुनेछन् । विद्यार्थी एवं अभिभावकलाई लक्षित गरिएको यो मेला १ लाखले भ्रमण गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

British(Gorkha)Army को Form छुट्ला है !!!

(PTI Gajen Grg)

Chief Edu. Instructor K.B.Gurung

Salient Features:-
- Physical Exercise को लागि स्वच्छ तथा खुल्ला वातावरण भएको Open Hall Area.
- Education Classes by Ex-British council Teacher (Anthony)/K.B. Gurung
- Weak students को लागि British Council Learning Center मा 3 months free self Study Facilities.
- full counseling (परामर्श) By Ex-Gurkha British Army

Intake 2010 को परिवर्तित नियम अनुसार British(Gorkha)Army र Singapore Police को Pre-Training दिनुको साथै Form Registration को समय सिमित भएकोले सो सम्वन्धी सवै परामर्श दिई Form भराइन्छ ।

British (Gorkha) Vision Pvt.Ltd.
Maharajunj-4 (शंखपार्कको ठिक अगाडी),Kathmandu
Contact Mob No: 98510-71327,9841713236

ब्युटीसियन कोर्स निःशुल्क
- नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त ।
- उत्कृष्ट एवं व्यवसायिक कोर्स ।
- रोजगारीको ग्यारेण्टी ।
- अनुभवी एवं दक्ष प्रशिक्षकहरूद्वारा तालिम दिईने ।
- विदेश जानेहरूको लागि Special Class

SLC दिएर बसेकाहरुलाई विशेष छुट ।
कोर्सः बेसिक, एड्भान्सड, डिप्लोमा, स्पेसल, हेयर ड्रेसिङ्ग, सर्ट कोर्सेस
ब्रीड अफ ब्युटि ट्रेनिङ्ग सेन्टर
फोन नं.: ०१-६२१८३९३
९८४९१३५०६१ / ९८०८१६२९७१
चाबहिल चोक, काठमाण्डौ

The Flying Institute announces Admission open for
Airhostess Training

Get trained from Nepal's No. 1 Cabin Crew instructor Ms. Shanta Shrestha
Call: 4465653, 9841278689
www.theflyinginstitute.edu.np
The Flying Institute P. Ltd.
Minbhawan, Kathmandu

मुहार केश तौल उचाई स्तन

सम्वन्धी सम्पुर्ण समस्याको समाधान
प्राकृतिक उपचार पद्धती द्वारा
मिराकल फाउण्डेशन नेपाल
बिजुलीबजार, काठमाडौं, 4780678
9851016824, 9808594757

होटल तालिम
Cook / Bakery
Waiter / ess / Bar Tender
Front office/House keeping
Care Giver
विदेश जानेहरुको लागि विशेष कोर्षको व्यवस्था गरिएको छ।
Manpower Training Center Pvt. Ltd.
PACIFIC Jamal, Kathmandu 4232196

२५ कर्मचारी चाहियो
American Company को D.M.M. Project लाई कर्मचारीको चाहियो ।
संख्याः 15 Ladies/10 Gents
योग्यताः Test ,SLC or Above
तलबः 10500+अन्य
Unique Reliance
9851038463, 9803152873
9849195509
लोकेसनः कोटेश्वर SOS को अपोजिट निखिलेश्वर मन्दिर प्रवेश मार्गको छेउको लामो घर
नोटः Office Visit गर्दा Document अनिवार्य छ।

होटल तालिम
Cook / Bakery
Waiter / ess / Bar Tender
Front office/House keeping
Care Giver
विदेश जानेहरुको लागि विशेष कोर्षको व्यवस्था गरिएको छ।
National Employment Training Center Pvt. Ltd.
चुच्चेपाटी, चावहिल, काठमाडौं
४४९००१६ २०२३३६७

Wanted
बहुराष्ट्रिय Public Company लाई कर्मचारी आवश्यकता
संख्याः 11 Gents & Ladies
तलबः 10,500/-
योग्यताः Test, SLC, above
Unique Solution
Gwarko, Lalitpur
5543056, 9841466409
9803897872
नोटः SLC दिएर बसेकाहरुलाई पनि अवसर बुझ्न आउदाँ Document अनिवार्य छ।

सन्देश

काली, तिमीले चालेका हरेक पाइलाले सफलताको शिखर चुमून् । तिम्रो ओठमा सधैं मुस्कान देख्न पाऊँ । तिमीलाई हरेक मोडमा भगवान्ले साथ दिऊन् अनि तिम्रो हृदयमा सधैं सकारात्मक सोच एवं विचारले बास पाओस्– हार्दिक शुभकामना ।

नरेन्द्र

नानु, म तपाईंलाई पवित्र माया गर्छु । म तपाईंबिना बाँच्न त सक्छु होला तर तपाईंबिनाको मेरो जीवनयात्रा नुनबिनाको तरकारीजस्तै हुनेछ । आई रियल्ली लभ यु, मलाई बुझ्ने प्रयास गर्नुहोला ।

मीन

आकृति, मैले तिम्लाई भित्री हृदयमा सजाएथें तर तिमीले त केवल एक्टिङ गरेकी रै'छ्यौ । आजकाल त फोन पनि रिसिभ गर्दिनौ । ठीकै छ, जहाँ भए पनि म तिमीलाई सधैं सम्झिरहनेछु ।

अर्जुन

अर्जुन, तपाईंले दिएको चोट सहन नसकी तड्पिरहेकी छु । तपाईंको प्रेममा यतिसम्म पागल भएछु कि मैले आफूलाई नै बिर्सिएँ । कहाँ जाने के गर्ने, तपाईंबिनाको जीवन सोच्न सकिरहेकी छैन । तपाईंका लागि म जे गर्न पनि तयार थिएँ । जीवनमा मैले कसैलाई यति धेरै माया गरेकी थिइन् ।

मुना

बालाजु बस पार्कतिर हिँडिरहेका दुईजना केटामध्ये एकले कालो ज्याकेट अनि टोपी लगाएको थियो भने अर्कोले कालो प्यान्ट अनि हातमा रातो कलरको प्लास्टिक झोला बोकेको थियो । ती दुई जनालाई माइक्रोबसभित्रको अन्तिम सिटमा बसेर कलंकीतिर गैरहेका दुई युवती, जसमध्ये एकले चस्मा लगाएकी थिइन्, अर्कीले लगाएकी थिइनन् । ती केटाहरूलाई फर्केर बारम्बार बाई गर्दै गएको तर केटाले बोल्ने प्रयास गर्दा माइक्रोबसभित्र बोल्न पाएनन् । प्लिज, इमेल गर्नुहोला ।

bhai_rockingsallu@yahoo.com

आत्मीय मित्र एस, तपाईंसँग म रिसाएर नबोलेको त पक्कै होइन । मैले मनको कुरा खोलेको दिनदेखि तपाईंसँग बोल्न अप्ठ्यारो महसुस हुन्छ । मैले आफ्नो मन खोल्न ढिला गरेर हो वा छिटो गरेर हो यस्तो हुन गएकोमा क्षमा चाहन्छु ।

एच.जे.टी.

साप्ताहिक तिमी निरन्तर अघि बढ, लाखौंलाख साथ हुनेछन्, छेक्न खोजे हरेस नखाऊ, मुटु नकामाऊ जस्तोसुकै परिस्थितिमा, हिम्मत नहार संघर्षदेखि डराई कहिल्यै कदम पछि नसार ।

जेबी खत्री

हरपल तिम्रै हुनेछु दुई मुठी सास रहुञ्जेलसम्म पनि, तिमीलाई नै साथ दिनेछु तिमी कसैको भए पनि ।

भुवन

जुनी दिदी, आराम छु र तपाईंको सुस्वास्थ्यका लागि पशुपतिनाथसँग प्रार्थना गरिरहेको छु । म घरमा नआएको धेरै भैसक्यो, नरिसाउनु । बाध्यताका कारण अहिले म चार पर्खालले घेरिएको छु । दिदी, सपनामा पनि नसोचेको कुरा हुँदो रहेछ । बुबा, आमा र भाइलाई धेरै-धेरै सम्झना, दाइको हालखबर के छ ?

जेलर

विनी, प्राप्ति मात्र माया होइन, त्याग पनि त माया हो । त्यसैले मैले तिमीलाई भुल्न खोजिरहेको छु, तर सधैं याद आइरहन्छ । तिमीले त मलाई भुलिसक्यौ होला ।

त्रिचन्द्र

जीवनको गोरेटोमा

म अनि मधुमाया

विगत कोट्याउनुभन्दा आगतका लागि वर्तमानलाई सदुपयोग गरे भविष्यमा आउने कठिनाइसँग लड्न सजिलो हुन्छ तर उतार-चढावको यो जीवनमा जस्तो पनि दुर्घटना हुन सक्छ । हामी जन्मदेखि नै कर्म र भाग्य लिएर आएका हुन्छौं । विगतका कुरा बिर्सूं भन्यो झन् मनमा गाठो परेर आउँछ । मन थाम्न सक्दिनँ र आँखा रसाउन थाल्छन् ।

सायद मैले जानिनँ कि उनीसँग सम्बन्ध विस्तार गर्न, मेरो माया नपुग भयो तर आज अतीतका कुराले खिल्ली उडाउँदा मलाई बाच्न गाह्रो भएको छ । डर, त्रास र लोभीपनले मैले माया लाएको थिइन्, केवल हृदयबाट माया लाएको थिएँ । लाग्छ क्षणिक समय तिम्रो मायाको पोखरीमा रमाएँ । थोरै मीठासपूर्ण अतीतले जीवन जिउन केही सहज वातावरण सिर्जना गरे पनि तिम्रो हेलचेक्र्याइँलाई मैले कुन सूत्र लगाएर हिसाब कोरूँ ? म जान्दथें हाम्रो माया निश्चल छ । मृत्यु नै हामीलाई छुटाउने अन्तिम शत्रु हुनेछ भन्ने विस्वासमा थिएँ तर अफसोच, नसोचेको घटनाले मेरो हृदयमा ठूलो हलचल मच्चाइदियो ।

यो मेरो मन छियाछिया भयो । तिमी किन परिवर्तन भयौ ? कतै रूपको कोटीमा कमी त देखिनौ, कतै ममा गुणको तौल नै पुगेन कि ? किन मीठो प्यार भनी तिमीलाई झुक्याएँ ? भन न तिमीलाई मैले प्रेम गरेको थिइनँ ? थिएँ नि । तिमीलाई धेरै विश्वास गरेको थिएँ । तिमीलाई पाउँदा सारा संसार भुलेर तिम्रो छेउमा रमाउँथें । खोइ त तिमीले मलाई त्यसको फल दिएको ? मात्र दियौ सजाय । कसैलाई माया गर्दा सजाय् पाइने भए यो संसारमा माया गर्ने सबैले सजाय पाउनुपर्ने हो तर मलाई मात्र किन सजायको भागिदार बनाउन चाहन्छन् भगवान्ले ? मसँगको सम्बन्ध सूत्र मेटिएपछि त तिमी उच्चकोटीमा पर्‍यौ होली । सबैले पुज्ने देवी भयौ होला तर म यो संसारले कुल्चने धूलो भएको छु । सबैले थुक्ने थुक भएको छु अनि ग्रहण लागेको चन्द्रमाझैं अन्धकारमा रुमल्लिरहेको छु । म के गरूँ ? विकल्प पत्ता नलाग्दा अन्यौल भै बीच बाटोमै अलपत्र परेको छु । मेरा लागि थामिदिने कसैको हात छैन । त्यसैले भन्न मन लाग्छ- चोखो माया दिँदा घृणाको शिरफूल पहिराइन्छ भने मेरो भन्नु केही छैन । मात्र तिम्रो सफल जीवनको शुभकामना ।

– लव

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

राजनीतिमा अभिरुचि राख्ने आमोदभाइ काफ्लेले बीबीए अध्ययन पूरा गरेका छन् । ५ फिट ६ इन्च अग्ला काफ्ले सहकारीकर्मी हुन् । अविवाहित काफ्ले हँसिलो तथा रमाइलो स्वभावका छन् । इटहरी-४, हलगाडा, हाम्रो चोकका स्थायी बासिन्दा काफ्ले अविवाहित विशेष गरी महिला साथीको खोजीमा छन् । नयाँ नेपालको परिकल्पनाअनुसार चल्न सक्नेहरूले उनलाई साथी बनाउन सक्छन् । काफ्लेलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले aamodbhai@yahoo.com मा इमेल गर्न सक्नुहुन्छ ।

१६ वर्षीय सिर्जना सुनुवार 'प्रकृतिप्रेमी' हाल कक्षा १० मा अध्ययनरत छिन् । ५ फिट अग्ली सिर्जना चिन्तनशील स्वभावकी छिन् । अविवाहित सिर्जना भ्रमण तथा पत्रमित्रतामा अभिरुचि राख्छिन् । गहुँगोरो वर्णकी सिर्जना मानवतावादी, सहयोगी, भेदभावविरोधी, राष्ट्रप्रेमी तथा असल साथीको खोजीमा छिन् । सिर्जनालाई हिमगंगा-६, कोइरालोटार, रामेछापमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

५ फिट ५ इन्च अग्ला सुरज आचार्य 'संगीतप्रेमी' २० वर्षका भए । स्नातक तह पहिलो वर्षमा अध्ययनरत सुरज गहुँगोरो वर्णका छन् । सुरज मिलनसार स्वभावका छन् । मिलनसार, दुःखसुखमा साथ दिने, गीतसंगीतप्रति रुचि राख्ने साथीको खोजीमा रहेका सुरजलाई पोखरा-८, सभागृहचोकमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

खेलकुदमा अभिरुचि राख्ने सामना प्रतीक्षाले एसएलसीसम्मको अध्ययन पूरा गरेकी छिन् । १६ वर्षीया सामना ५ फिट ३ इन्च अग्ली छिन् । मिलनसार स्वभावकी सामना गहुँगोरो वर्णकी छिन् । जातभातको भेदभाव नगर्ने, सादा जीवन तथा उच्च विचार भएको, दुःखमा नआत्तिने र सुखमा नमात्तिने, सहनशील एवं लगनशील साथीको खोजीमा रहेकी सामनालाई होक्से-६, काभ्रेपलान्चोकमा पत्राचार गर्न सकिन्छ ।

गहुँगोरो वर्णका समीर छेत्री 'गोकर्ण' हाल बीएड अध्ययनरत छन् । ५ फिट ६ इन्च अग्ला छेत्री अविवाहित हुन् । २५ वर्षीय समीर मिलनसार स्वभावका छन् । धेरै साथी बनाउने तथा नयाँ स्थानको भ्रमणमा अभिरुचि राख्ने समीर मिलनसार, सुखदुःखमा साथ दिने, सहयोगी भावना भएका साथीको खोजीमा छन् । उनलाई साथी बनाउन चाहनेहरूले भीमेश्वर नगरपालिका-११, महेन्द्रनगर, कञ्चनपुरमा पत्राचार गर्न सक्नुहुन्छ ।

वेश्यावृत्तिलाई कानुनी मान्यता दिनु हुन्छ ?

हुन्छ, किनभने कानुनी मान्यता दिँदा सामाजिक अपराध, एचआईभी 'एड्स' आदि घट्न सक्छ।

वैद्यनाथ कोइराला

अहिलेको युगमा, त्यो पनि नेपालमा के को कानुन र कसलाई कानुन ? मान्यता नपाए नि चलेकै छ क्यार !

मिनु हिताङ, स्याङ्जा

एउटा सीमित क्षेत्र तोकेर मात्र कानुनी मान्यता दिनुपर्छ।

टीकाराम अर्याल, स्याङ्जा

हुँदैन, किनभने वेश्यावृत्तिले पूरै देशलाई अराजक बनाउँछ।

पेशल दाहाल

त्यो पनि एउटा व्यवसाय हो, मान्यता दिनुपर्छ तर त्यसको नियन्त्रण गर्न सक्ने कानुन बन्नुपर्छ।

राम अर्याल

नकारात्मक असर पार्ने कामलाई पनि कानुनी मान्यता दिनुहुन्छ भन्या ?

प्रवीण ज्ञवाली, करादी

हुँदैन, आजसम्म कानुनी मान्यता नदिँदा त पशुभन्दा कम छैनन् कानुनी मान्यता दिने हो भने भोलि कालोचश्मा लगाएर हिँड्नुपर्ने हुन्छ।

जीवन थापा

हुँदैन, विकृति अझ बढ्न सक्छ।

मानध्वज बम्जन (२०)

एउटा निश्चित ऐन बनाई कानुनी मान्यता दिएकै राम्रो।

विनोद खतिवडा, इनरुवा

दिनैपर्छ जस्तो लाग्छ। किनभने सबैको इच्छा, चाहना एउटै हुँदैन।

उपेन्द्र गोले (३०), **रौतहट**

हुन्छ नि किन हुँदैन जे को पनि सिस्टम बनाए अवश्य सबैलाई राम्रो गर्छ।

दीपक गोतामे, वालिङ

वेश्यावृत्तिलाई कानुनी मान्यता दिनु हुँदैन, किनभने हाम्रो यो अबुझ राष्ट्रमा सबै कुलतमा फस्न सक्छन्।

जयप्रसाद धमला (१४)

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

यस्तो नराम्रो काम रोक्नुपर्छ।

आलेभाइ सूर्य

वेश्यवृत्तिलाई कानुनी मान्यता नदिए हामी जस्ता भीमसेन बोका कहाँ जाने ?

किशोर

दिनु उपयुक्त छैन।

महेशप्रसाद अवस्थी (१९)

उसै त कस्तो आपत आइरहेको छ झन् कानुनी मान्यता दियो भने के हुन्छ सोच्नुहोस् त ?

हरिशप्रसाद अवस्थी (१८)

दिँदैमा हाम्रो बाउको के जान्छ र.... रोक्नु हुँदैन। तिनीहरूले पछि आफै थाहा पाइहाल्छन् नि...।

अविनास तामाङ (१७)

जथाभावी सञ्चालनले असुरक्षित हुने हुँदा सही प्रावधान, समय र स्थान तोकी नियमअनुसार अध्ययन गर्न मिल्छ।

सेकबहादुर, हडकङ

उनीहरू अर्थात् यस कार्यमा आबद्ध व्यक्तिहरूलाई कानुनी मान्यता दिनु ठीक हुन्छ। किनभने उनीहरूले प्रशस्त पैसा कमाउँछन् तर हामीलाई भने कानुनी मान्यता दिनु हुँदैन। आफ्नो देहलाई केही समयसम्म केही पैसामा कसैलाई बेच्नु भनेको अपराध र लाचारीपन हो।

सञ्जीव खत्री (१९)

● यौन जिज्ञासा र समाधान ●

प्रश्न : म ३८ वर्षीया अविवाहित पुरुष हुँ। घरायसी साथै अनेक कारणले म विवाह-बन्धनमा बाँधिन सकेको छैन। बिस्तारै विवाह-बन्धनमा बाँधिने प्रयास गर्दैछु। ममा एक्कासि यौनसमस्या देखा पर्‍यो, जस्तै– बेला-बेलामा पिसाब पोल्ने, पिसाब गरिसकेपछि कहिलेकाहीं लिंगको टुप्पो दुख्ने, पिसाब आउन धेरै समय लाग्ने, पिसाब पोल्दा कस्तो-कस्तो महसुस भै शरीरका रौं ठाडा-ठाडा हुने। कहिलेकाहीं हेर्न अप्ठ्यारो महसुस हुने, छिन-छिनमा पिसाब लाग्ने, आलस्य महसुस हुने, कमजोरी देखापर्ने जस्ता यौनरोगहरू बेलाबेलामा देखापरिरहेका छन्। मेरो धेरै अगाडिदेखि एउटा नराम्रो बानी बसेको छ। त्यो के हो भने लिंग उत्तेजित भएको समयमा एकान्तमा बसेर हस्तमैथुन गर्ने। यस्तो कार्य सातामा दुई-तीन पटक हुन्छ। मैले कुनै पनि महिलासँग यौनसम्पर्क राखेको छैन। विवाह-बन्धनमा बाँधिएपछि आफ्नी श्रीमतीसँग मात्र यौनसम्पर्क राख्ने विचार गरेको छु, तर मलाई अहिले डर लागिरहेको छ। हस्तमैथुन गर्ने बानीले यी माथिका यौनरोग लागेको हो कि ? पछि विवाह गरी ल्याएकी श्रीमतीलाई यौनसन्तुष्टि दिन नसक्ने पो हुँ कि ? बालबच्चा जन्माउन कुनै अवरोध आउने हो कि ? जस्ता तर्क-वितर्क मनमा उब्जिरहेको छ।

– आर.

उत्तर : पिसाब किन पोलेको होला ?

तपाईंले पिसाब पोल्ने वा दुख्नेजस्ता कुरा गर्नुभएको छ। गर्मीमा पानी नपुग्दादेखि संक्रमणले समेत यस्तो हुन्छ। यस्ता कुरा यौनरोग भए पनि हुनसक्छ। तपाईंलाई थाहै होला, यौनसम्पर्कबाट सर्ने संक्रमणलाई नै हामी समग्रमा यौनरोग भन्छौं। अचेल यसलाई यौनजन्य संक्रमण भन्ने चलन पनि छ। यस्ता संक्रमण हुने थुप्रै कारण हुन्छन्। यौनरोग भनिए पनि यो वास्तवमा संक्रमणमा केन्द्रित हुन्छ र अन्य कतिपय यौनसमस्या यौनरोगभित्र पर्दैनन्। तपाईंको समस्यालाई केलाउँदा, यसलाई

डा. राजेन्द्र भद्रा

तपाईंले संकेत गर्नुभएको जस्तो यौनसमस्या भनिहाल्न मिल्दैन। अर्कातिर तपाईंको समस्या मूत्रप्रणालीसँग सम्बन्धित हुने सम्भावना छ। त्यसैले एकपल्ट मूत्ररोग विशेषज्ञसँग सम्पर्क राखी यससम्बन्धी कुनै समस्या नभएको कुरा निक्र्यौल गर्नु आवश्यक छ।

समस्या के होला ?

हुन त तपाईंले पत्रमा एक्कासि यौनसमस्या देखा परेको कुरा गर्नुभएको छ। यौनाङ्गसँग सम्बन्धित कुरा भएकाले तपाईंलाई त्यस्तो लागेको हुनसक्छ। पुरुषमा विशेष गरेर मूत्रप्रणालीको गहिरो सम्बन्ध यौनाङ्गसँग हुने भएकाले त्यस्तो हुनसक्छ। तपाईंलाई थाहै होला, प्रजनन तथा यौनसम्बन्धी कुरा एक-अर्कासँग गाँसिएको हुन्छ, तर प्रजनन तथा यौन एक-अर्कासँग एकदम नजिक भए पनि केही आधारभूत कुरामा फरक छ।

तपाईंको समस्यालाई केलाउँदा अर्को पाटो पनि विचार गर्नुपर्ने हुन्छ। तपाईं ३८ वर्षको पुगिसक्नुभएको छ र अझै पनि अविवाहित नै हुनुहुन्छ। नेपाली समाजमा यो सामान्यतः विवाह हुने उमेरभन्दा ढिलो हो। तपाईंले प्रयासको कुरा गर्नुभए पनि अहिलेसम्म किन विवाह हुन नसकेको भन्ने स्पष्ट रूपमा भन्नुभएको छैन। त्यसका आफ्नै कारण हुन सक्छन्। विवाह समयमा नहुने कुराले होस् वा अहिले विवाहका लागि अग्रसर हुने कुराले एक किसिमको तनाव वा चिन्ता त थप्छ नै। इच्छा भएर पनि उपयुक्त केटी नभेटिएको वा केहीबाट आफू स्वीकार्य नभएको जस्ता कतिपय कुरा होलान्। यस्ता कुराले पनि एक किसिमको तनाव त गराउँछ नै। तपाईंले आफूमा कुनै तनाव वा चिन्ता गराउनेजस्ता समस्या छन् कि भन्ने विषयमा पनि सोच्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले एकपल्ट मनोचिकित्सकसँग सम्पर्क गरेर सल्लाह लिनु बेस होला।

के हस्तमैथुनले यौनरोग लाग्छ ?

हस्तमैथुन स्वाभाविक यौन क्रियाकलाप हो भन्ने कुरा त बुझ्नुभएकै होला। सामान्य रूपमा हस्तमैथुनले कुनै किसिमको हानि गर्दैन र रोक्नुपर्ने कुनै कारण छैन। बरु यसका अनेक फाइदा छन्। प्रत्यक्ष अर्को व्यक्तिसँग यौनसम्पर्क राख्ने अवसर नमिलेको अवस्थामा पनि यसले यौन आनन्द लिने अवसर प्रदान गर्छ। हस्तमैथुन गर्दा अर्को व्यक्तिसँग यौनसम्पर्क गर्नु आवश्यक नभएकाले यौनरोग लाग्ने कुरै भएन। हस्तमैथुनसम्बन्धी नकारात्मक धारणाका कारण व्यक्तिमा ग्लानि वा दोषीपनजस्ता समस्या देखिन सक्छन्, तर यो हस्तमैथुनको समस्या होइन।

के श्रीमतीलाई यौनसुख दिन सकिएला ?

तपाईंहरू श्रीमान्-श्रीमती दुवैमा मिल्दो यौनचाहना र यौन क्रियाकलापमा संलग्न हुन एक समझदारी भएमा दुवैले यौन सुख लिन वा दिन सक्नुहुन्छ। यौनसन्तुष्टि प्राप्त गर्न बाधा पार्ने कुनै पनि कुराका शारीरिक, मानसिक वा दुवै कारण छन् भने त्यसलाई हटाउनुपर्छ। दैनिक जीवनमा आइपर्ने तनावहरू जस्तै चिन्ता, निराशा, थकाइ, अन्तरव्यक्ति सम्बन्धको चिसोपन तथा दम्पतीबीचको तनावलाई सक्दो पर राख्नुपर्छ। तपाईंले हीनताबोध गर्नुपर्ने कुनै कारण छैन। पुरुष र महिलाको यौनसुख प्राप्त गर्ने शैली केही फरक हुनसक्छ। यौनचरमसुखसम्म पुग्न महिलालाई केही बढी समय लाग्न सक्छ, त्यसैले योनिमा लिङ्ग प्रवेश गराउनुभन्दा पहिले तपाईंहरूले पर्याप्त पाक्क्रीडा गर्नुपर्छ।

अन्तमा, एउटा कुरा के भनौं भने कुनै पनि व्यक्तिले उसको आफ्नै इन्द्रियहरूबाट सुख प्राप्त गर्छ। संगीतको आनन्द होस् वा मीठो खानेकुराको स्वाद, उक्त व्यक्ति आफैंले लिनुपर्ने हुन्छ। अर्को व्यक्तिले त्यसको सुनिश्चितता वा ग्यारेन्टी गर्न सक्दैन। यौनसुख प्राप्तिको सन्दर्भमा पनि यो कुरा लागू हुन्छ। यो कुरा भने पक्कै हो कि अर्को कुनै व्यक्तिले सुख प्राप्त गरोस् भनेर सहयोगीको भूमिका निर्वाह गर्न सकिन्छ, तर सुख प्राप्त गर्ने ग्यारेन्टी गर्न सकिँदैन। आशा गर्छु, कुरा बुझ्नुभयो होला।

के तपाईंमा यौन सम्बन्धी समस्या छ ?

पुरुषहरूमा देखिने
शीघ्र पतन, यौन सन्तुष्टि नहुने, यौन चाहना नहुने, लिङ्ग चिलाउने, स्वप्न दोष, सरुवा यौनरोगका साथै उमेर अनुसार यौनाङ्ग विकास नहुनु।

महिलाहरूमा 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
हेटौंडा – ०५७-५२६०४६ | सप्तरी, फत्तेपुर – ०३१-५५०११२

पासहुनेनैगरी पढ्न आउनुहोस्।
भर्ना खुल्यो - 2067
समय: बिहान/दिउँसो/बेलुका
माध्यम: अंग्रेजी/नेपाली
PRIVATE/OPEN { TEST/SLC/Exempted, I.A, I.Com, B.A, M.A, M.P.A
REGULAR Tuition & Coaching { SLC,PCL,+2, Bachelor & Master
गृहिणी/उमेर नाघेका/जागिर खाँदा खाँदै पढ्ने इच्छा भएका समेत बेलैमा शैक्षिक परामर्शदातासाथ अभिभावक-विद्यार्थी-अनुभवी शिक्षकहरूको प्रयासबाट छोटो समयमै पासहुनेनैगरी Capsule कक्षामा पढ्न आउनुहोस्।
प्राइभेट एकेडेमी
पुतलीसडक, काठमाडौं, ✆ 01-4422105

सुपर बेदाग गोरो बनाउने आयुर्वेदिक

रूपअमृत Rs. 1650/- मात्र
Anti Pimple (Rose Sunscream Free)
*मुहारको दाग धाँया पोतो हटाउने Dr. Japan - Rs.350/-
*मुहारको चाउरीपन हटाउने Cream - Rs.1250/-
*स्तन घटाउने तथा बढाउने Cream - Rs.1650/-
*शरिरको Weight घटाउने Dr. Slim Tea - Rs.1250/-
शरीरको तौल + उचाई बढाउने
जाँड-रक्सीको कुलत बाट छुटाउने
No side effect 100% Garantee
सफल आयुर्वेदिक प्राकृतिक उपचार
केश झर्न तुरुन्त रोकी उमार्ने तेल Harbal 44 Rs. 750/-
आस्था हेल्थ केयर
काठमाडौं, मखशाला (द्वारिका होटल अगाडि)
Tel.: 4498929, 9841330144
9845275046 Chitwan, 9842083409 इटहरी

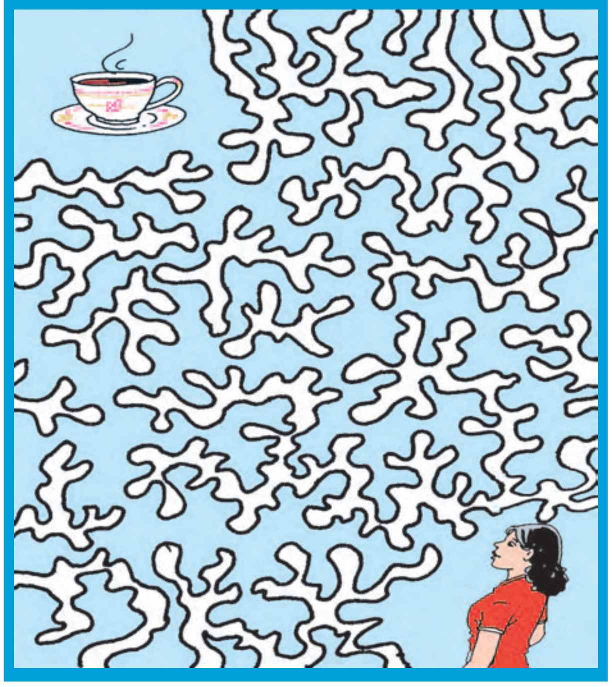
What after Exam ?
उद्घोषण/ANCHORING
(RJ / VJ / STAGE / NEWS / TECHNICIAN)
Public Speaking / Speech Art
Personality & Confidence Development
(Mass को अगाडी बोल्न नसक्नेको लागि)

The Media's Collection
Bagbazar (Opp. to Petrol Pump) Ph: 4233042
Chardobato, Banepa (opp. to Red Cross):-011-664506
Also in Pokhara and Itahari Rs. 1000/- Discount
Job opportunity for the best

100% Guarantee
यौन यौन समस्या, यौनाङ्ग विकास, गुप्त रोगको समस्या
अनुहार कालोपोतो, चाँया, डण्डीफोर हटाउन
चाहेजति शारिरिक तौल घटाउन वढाउन
जाँड-रक्सीको कुलत छुटाउन
Breast घटाउन वढाउन टाइट गर्न, मधुमेह, ग्याष्ट्रिक, दम वाथ एलर्जी
सम्पर्क: महारुद्र आयुर्वेद
With Home Delivery
2291316, 9851115833
9849117597, 9751011098

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

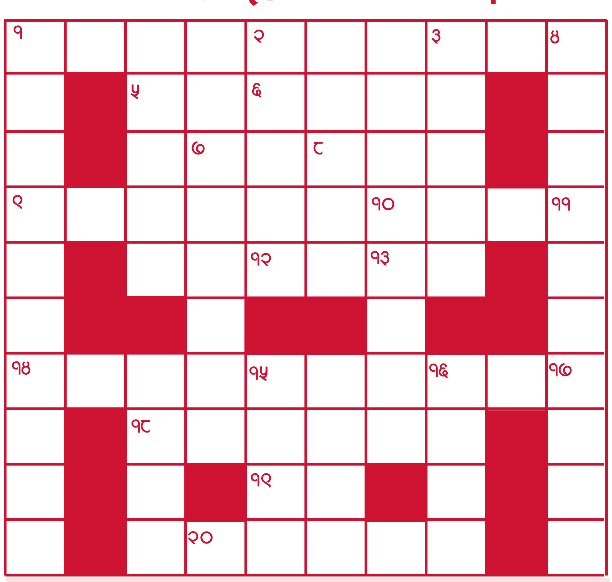
बाटो पत्ता लगाउनुहोस्



परिवारको खुसीको स्रोत

हाम्रा आफन्त र प्रियजनले भन्दा हामीलाई धेरै खुसी पार्न सक्ने केही छैन । हालसालैको एक अध्ययनले देखाएअनुसार मानिस परिवारसाग रहेका बेला सबैभन्दा खुसी हुन्छ । १६ देशमा गरिएको उक्त अध्ययनका लागि प्रत्येक देशका ५ सयदेखि १ हजार व्यक्ति समावेश गरिएका थिए । तीमध्ये ४० प्रतिशतले कामबाट फर्किएपछि परिवारसाग बिताइने समय सबैभन्दा सुखपूर्ण हुने बताए । तीबाहेकका २० प्रतिशतले परिवार, आफन्त तथा मित्रहरूसाग बसेर खाना खाादा अत्यधिक आनन्द प्राप्त हुने बताए । अध्ययनमा सामेल ८० प्रतिशतका लागि परिवार वा जीवनसाथी आनन्द प्राप्तिका लागि प्रमुख स्रोत देखिएको छ ।

साप्ताहिक कोठेपद



दायाँ

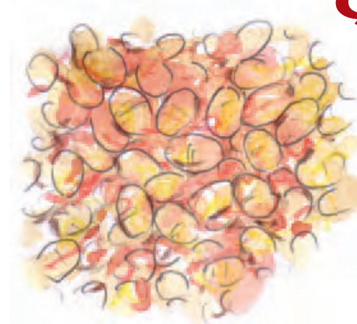
१. संविधान बनाउने ठाउँ (६)
२. संखुवासभाको प्रसिद्ध पोखरी (५)
३. किनगेल (३)
५. तिर्नुपर्ने दायित्व (४)
६.एक छिमेकी मुलुक (३)
७.तपस्या, साधना (३)
८.सम्पत्ति, वैभव, धन (३)
९. पुरुष, लोग्नेमानिस (२)
१०. तरकारी खाइने फल (४)
१२. कपालमा हुने परजीवी (२)
१३. गन्ध, संगीतको धुन (२)
१४ पश्चिम सीमा नदी (४)
१५. फलाम गाल्ने ठाउँ (३)
१६. अन्न, खाद्यपदार्थ (३)
१८. तिहारको पहिलो दिन (५)
१९. लिम्बूहरूको एक थर (२)
२०.भारतको एक प्रसिद्ध सहर (४)

तल

१. परिवर्तन गर्ने काम (४)
२. बैठकको अध्यक्षतामा गर्ने व्यक्ति (४)
३. नायब सुब्बाभन्दा तलको पद (४)
४. आगो निभाउने यन्त्र गाडी (४)
५. बाधा, अवरोध (४)
६. बाफ (२)
७. तौलने, जोख्ने साधन (३)
८. टाइम, क्षण (३)
९. सानो सहर (३)
१०. अरूको अधीनमा रहेको (४)
११. नुन (३)
१२. चन्द्रमाको उज्यालो (३)
१४. एक प्रकारको कपडा (४)
१५. अतिथि राख्ने व्यक्ति (४)
१६. प्राणवायु (४)
१७. महाभारतको एक पात्र (४)
१८. अमिलो रस हुने फल (३)

पत्याउनु हुन्छ ?

चीनको एक डिपार्टमेन्टल स्टोरले सर्वाधिक चाँडो ब्रा खोल्ने प्रतियोगिता आयोजना गर्दा एक मोडलले २१ सेकेन्डको अवधिमा आफूले लगाएको २१ वटा ब्राको हुक खोलेर पहिलो भएकी छिन् ।

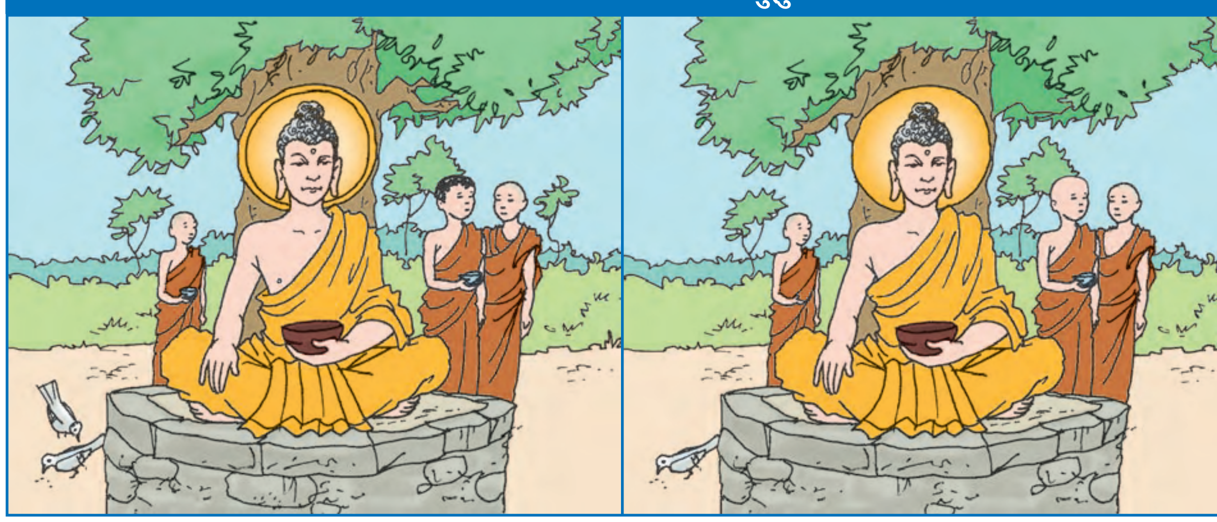


सन् २००९ मा बेलायतमा ८० करोड क्यान गेडागुडी खपत भएको थियो । यो खपत विश्वकै सर्वाधिक हो । यो तथ्यांकमा बेलायतपछि अस्ट्रेलिया र क्यानाडा छन् ।

दक्षिण अमेरिकामा ७ वर्षअघि लोभ भैसकेको सेतो रंगको स्ट्रबेरीलाई जर्मनका कृषकले पुनः उत्पादन गरेका छन् । यो स्ट्रबेरीको स्वाद भुइँकटहरको जस्तो हुन्छ ।

पहिलो पटक स्पेनका एक कृषकको मुहारको प्रत्यारोपण गरिएको थियो । ३० जना चिकित्सकले २४ घण्टाको प्रयासपछि उक्त शल्यक्रियामा सफलता पाएका थिए ।

१० वटा फरक खोज्न सक्नुहुन्छ ?



कुरा बुझ्नु मात !

प्रस्तुती : योगेश खपाङ्गी

मण्डेला थिए प्रेरणाका स्रोत

मण्डेलाको देश दक्षिण अफ्रिकाले सन् १९९० मा अन्तर्राष्ट्रिय खेलक्षेत्रमा प्रवेश गरेयता लगातार महत्त्वपूर्ण प्रतियोगिता आयोजित गर्दै आएको छ । दक्षिण अफ्रिका सन् १९९४ मा पहिलो पटक विश्वकपको अयोजना गर्न तम्सिए पनि लामो समयको परिश्रमपछि यो अवसर पाउन सफल भएको हो । सन् १९९० को राजनैतिक परिवर्तनपछि नयाँ युगमा प्रवेश गरेको मण्डेलाको देशले लगातार विश्वकप आयोजनाका लागि प्रयास गरे पनि १९९४ मा अमेरिकाले बाजी मारेपछि आफ्नो अभियानलाई तीव्र पारेको थियो । दक्षिण अफ्रिकी आयोजना प्रमुख इरभिन कोजा यो उपलब्धिलाई लामो समयको धैर्यता एवं प्रयासको प्रतिफल बताउँछन् ।

१९९४ मा अमेरिकाले अवसर पाएपछि दक्षिण अफ्रिकी फुटबल महासंघका अध्यक्ष स्टिक्स मोरेवाले सन् २००६ को विश्वकप आयोजनाको अवसर पाउनुपर्ने दाबीसहित १९९४ देखि नै लबिङ सुरु गरे । १९९६ मा औपचारिक रूपमा प्रस्ताव दर्ता गरियो । कुनै अफ्रिकी देश विश्वकप आयोजनाका लागि आर्थिक रूपले सक्षम छ कि छैन भन्ने बहस चलिरहेको बेला १९९६ मा दक्षिण अफ्रिकाले बिड कमिटी गठन गऱ्यो । त्यसको एक वर्षपछि डेनी जोर्डनको नेतृत्वमा अभियान नै चलाइयो ।

फिफा अध्यक्ष सेफ ब्लाटरले अफ्रिकी महादेशको पक्षमा वकालत गरेपछि दक्षिण अफ्रिकी फुटबल महासंघले अफ्रिकी महासंघ सामु प्रस्ताव पेस गऱ्यो । तत्कालीन प्रशासनिक मन्त्री गेरार्डलाइन फ्रेसरले सरकारका तर्फबाट पहल गरेपछि दक्षिण अफ्रिकी सरकार कूटनैतिक रूपले फुटबल संघको अभियानमा सरिक भयो । ब्लाटरको समर्थन र पछि अफ्रिकी महादेश एकीकृत भएपछि विश्वकप आयोजनाको अभियानले तीव्रता पाएको थियो । नेल्सन मण्डेलाको प्रयासपछि विश्व फुटबल महासंघको प्रतिनिधि मण्डल दक्षिण अफ्रिकी भ्रमणमा जाँदा १ हजार बालबालिका फुटबल तथा दक्षिण अफ्रिकी अंकित जर्सीसहित सडकमा भेटेपछि त्यसले सबैलाई प्रभावित तुल्यायो ।

अफ्रिकी फुटबल महासंघमा मोरक्को, नाइजेरिया, इजिप्ट, लिबिया तथा घानाले प्रतिप्रस्ताव प्रस्तुत गरे । अफ्रिकी फुटबल महासंघले अरूलाई प्रस्ताव फिर्ता लिन लगाइ मोरक्को र दक्षिण अफ्रिकाको प्रस्ताव अघि बढाएको थियो । मतदानमा ब्राजिल, मोरक्को र इङ्ल्यान्ड पराजित भएर दक्षिण अफ्रिका र जर्मनी मात्र बाँकी रहेपछि सन् २००६ को विश्वकप आयोजना गर्ने अवसर दक्षिण अफ्रिकाले पाउने सम्भावना प्रबल बनेको थियो ।

मतदानको समय थियो, जर्मनी विश्वकप अभियानका नेता फ्रेन्च बेकनबाउर प्रस्तुत भए र खोजालाई भने, 'सरी, तपाईंहरू घर जानुहोस् ।' जुरिचको होटलमा ब्लाटर आएर दक्षिण अफ्रिकालाई वचन दिएका ओसियानाका प्रमुख चार्लेस डेम्सी अनुपस्थित भएको तथा जर्मनीले १२ तथा दक्षिण अफ्रिकाले ११ मत पाएको खबर सुनाएको घटना आसन्न विश्वकप आयोजक फुटबल अधिकारीले कहिल्यै बिर्सनेछैनन् ।

स्वीजरल्यान्डबाट देश फर्किएको टिमलाई ढाडस दिँदै मण्डेलाले भनेका थिए, 'गो एन्ड फाइट ब्याक' त्यही प्रेरणदायी स्वरका कारण दक्षिण अफ्रिका कहिल्यै थकित भएन र विश्वकप आयोजनाका लागि तत्परता देखाइरह्यो । दक्षिण अफ्रिका डेम्पसीको अनुपस्थितिका बारेमा कानुनी उपचारको खोजीमा पनि नलागेको होइन, तर फिफा अध्यक्ष ब्लाटरले त्यसको केही अर्थ नरहने बताउँदै फेरी प्रयास गर्न सल्लाह दिएका थिए ।

फिफाले सबै महादेशले पालैपालो विश्वकपको आयोजना गर्ने बताउँदै सन् २०१० को अवसर अफ्रिकालाई प्रदान गर्ने निर्णय गऱ्यो । विश्वकप अभियानलाई दक्षिण अफ्रिकी फुटबल संघले नेल्सन मण्डेला फउन्डेसनमार्फत सुरु गऱ्यो । क्यारेबियन क्षेत्रबाट सुरु गर्दै मण्डेलाले विश्व भ्रमण गर्न र अभियानलाई तीव्र बनाउने कुरामा दक्षिण अफ्रिकी सरकार र फुटबल संघ एकमत भए । मण्डेलाका निजी चिकित्सकले उनी अस्वस्थ र भ्रमणका लागि फिट नभएको बताएपछि अर्को धक्का लागेको थियो । अन्ततः मण्डेला क्यारेबिन क्षेत्र पुगेर त्यहाँका अध्यक्ष ज्याक वार्नरको मत निश्चित गरेका थिए ।

फिफा कार्यसमितिका १० सदस्य दक्षिण अफ्रिकाको भ्रमणमा आउँदा त्यहाँको संरचनामा भएको विकासबाट प्रभावित भएका थिए । त्यसपछि भएको मतदानमा दक्षिण अफ्रिकाले १३ तथा मोरक्कोले १० मत पाए । उक्त घोषणा सुन्न मण्डेला जुरिच पुगेका थिए ।

प्राईभेट Test / S.L.C.
विगत ८ बर्ष देखि निरन्तर Private Test/S.L.C. मा 100% विद्यार्थी पास गराउन सफल एक मात्र Institute मा २०६७ सालको लागि नयाँ भर्ना खुल्यो ।
हाम्रा विशेषताहरु:
अनुभवी तथा दक्ष शिक्षक-शिक्षिकाद्वारा पढाइने ।
अग्रेजी र नेपाली दुवै माध्यमबाट पढाइने ।
कमजोर विद्यार्थीहरुका लागि विशेष कक्षाको व्यवस्था गरिने ।
Weekly तथा Terminal परिक्षा लिइने ।
पुस्तकालय र प्रयोगशालाको व्यवस्था ।
Audio तथा Visual को व्यवस्था ।
जेहेन्दार तथा गरिब विद्यार्थीका लागि छात्रवृतिको व्यवस्था ।
शुरुमा भर्ना हुने १५ विद्यार्थीहरुका लागि विशेष छुटको व्यवस्था ।
Model Educational Institute
बागबजार (P.K. Campus को गेट अगाडी), Tel: 4-218146

SLC 067
को लागि साथै कक्षा ६, ७, ८ र १० 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 समय: 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

Spa Therapist Training
Job Oriented Nepal/Aboard
Duration 3 month
No of Students-30
Wellness Hospital
alternative medicine
We Care!
Bansbari, Kathmandu
Tel: 4371877

Achieve your dream...Make your career
Being
BRITISH ARMY & SINGAPORE POLICE
ADMISSION OPEN
No.Lic No.44948/063-64
British Army & singapore police preparation classes for intake 2010/11
Educational & Physical Classes अनुभवी र दक्ष प्रशिक्षकद्वारा लिईने साथै अन्य आकर्षक Packege का साथमा धमाधम भर्ना लिईदैछ ।
For Further Details
Free Swimming & Diet Available
BRITISH GURKHAS EDUCATIONAL & PHYSICAL TRAINING CENTRE(P.) LTD.
Shankhapark-4, Dhumbarahi, Ktm, Nepal
contact:- 01-4007538, 9851002703, 9841344404,9841306113,9849145319
Branch Office DHARAN-9 Acharya Line
Ph:- 025-696513,9804007669 9842021640, 9842195609

नेपालको पहिलो र एक मात्र अनुमति प्राप्त open School
S.L.C/+2,A level फेल? Tension छैन
कक्षा ८,९,१०,Test पास/फेल, S.L.C फेलहरुले तथा घर वा अफिसमै पढेर पास गर्न सकिने
Math/Sci नपढी,Test नदिई
९ महिनामै S.L.C / +2 पास गर्न चाहानु हुन्छ ?
NIOS X & XII मा भर्ना खुल्यो
मात्र ५ विषय पढे पुग्ने
• परिक्षा नेपालीमा दिन पाईने •पास गर्न सजिलो
•Nepal gov., HSEB र TU द्वारा Equivalent
•Free Tuition classes
•Books are available on Admission
केही सिट मात्र बाँकी
अन्तिम भर्ना 100% पास अन्तिम भर्ना
कक्षा शुरु भैसक्यो
Test S.L.C 2067 मा निशुल्क भर्ना
जिल्ला शिक्षा कार्यलयबाट अनुमति प्राप्त
•Math/Sci/Eng को निशुल्क Tuition
• Eng कमजोर हुनेहरुलाई Eng Lang. Free
• दक्ष शिक्षक तथा शिक्षिकाबाट पढाईने
• मनोवैज्ञानिक ढङ्गले १ वर्षमै पढाईने
• आउनुहोस् हाम्रो अघिल्ला वर्षहरुको रेकर्ड हेर्नुहोस
• कमजोर विद्यार्थीको लागि विशेष व्यवस्था
कक्षा बिहानी र दिवा
Paragon putalisadak 014421390
भर्ना हुनु पूर्व १ पटक अवश्य सम्पर्क गर्नुहोस

स्पेशल सर्ट स्किन ट्रिटमेन्ट कोर्ष
●स्कीन बेसिक : एनोटोमी, फङ्गसन्स, एनालाइसिस र फेसियल सिस्टम ●पिम्पलका प्रकार, कारण र ट्रिटमेन्ट ●स्कार प्रकार, कारण र ट्रिटमेन्ट ●चायाँ पोतो प्रकार, कारण र ट्रिटमेन्ट ●चाउरीपना प्रकार, कारण र ट्रिटमेन्ट ●गोरोपना र यसको ट्रिटमेन्ट ●लिम्फेटिक र फेसियल ड्रेनेज ट्रिटमेन्ट ●गोल्ड फेसियल र ट्रिटमेन्ट ●सन प्रोब्लम र त्यसको ट्रिटमेन्ट
समय : १० देखि १ र २ देखि ५ बजे । कोर्ष अवधि : १८ दिन
(एक हप्ताभित्रमै एड्मिसन गर्नुहुनेका लागि ५०% सम्म छुट
नोट : कोर्षमा चाहिने सम्पूर्ण फेसियल सामाग्री निःशुल्क ।
● बेसिक/डिप्लोमा/एड्भान्स ब्युटिसियन कोषहरू सञ्चालन भइरहेको छ ।
● विदेश जानेहरूका लागि विशेष एक हप्तादेखि ४५ दिनभित्रमै परफेक्ट ब्युटिसियन कोर्ष ।
थ्योरी : डी.बी. गुरुङ्ग/ प्राक्टिकल : जानकी श्रेष्ठ
Professional Beauty & Cosmetology Academy
Kupondole-1, Lalitpur Ph-01-5555698
NEPALS BEST THEORY & PRACTICAL BEAUTY ACADEMY

कस्मेटिक सर्जरी
➲ शरिरमा भएको दाग, कोठी, मुसा, ट्याटु अप्रेसन पछिका दागहरु हटाउन
➲ शरिरमा आगोले पोलेर भएको समस्याको लागी
➲ नाक, कान, आँखा सम्बन्धि कस्मेटिक सर्जरी
➲ मंगोलियन आँखाको उपचार
➲ टाउकोमा केश उमार्न
➲ अनुहारको चाउरीपन हटाउन
➲ स्तनसम्बन्धि कस्मेटिक सर्जरी
नेपाल प्लाष्टिक सर्जरी अस्पताल
हरिशिद्धी, ललितपुर
५२५०६६५, ९८०३८८३५७७

तु : आवश्यकता
URI Project (NC) कम्पनीलाई केही थप कर्मचारी आवश्यकता ।
सङ्ख्या-7 Gents/Ladies
तलब -10,500 + अन्य सुविधा
योग्यता-Test SLC Above
(होस्टेलको व्यवस्था भएको)
सम्पर्क: 01-6637290
9841680647, 9841574773
लोकेशन: नयाँठिमी, शंखधरचोक, भक्तपुर
नोट : S.L.C. दिएर बसेकालाई पनि अवसर। बुझ्न आउँदा Document अनिवार्य हुनुपर्ने।

भर्ना खुल्यो भर्ना खुल्यो
जिल्ला शिक्षा कार्यालय बाट मान्यता प्राप्त
प्राईभेट TEST/SLC 2067
दक्ष तथा अनुभवी शिक्षकहरु द्वारा उत्कृष्ट अध्यापन गराई सर्वोत्कृष्ट नतिजा ल्याउन सफल यस
TIME INSTITUTE
Technical information for Multiple Education
Bagbazar Kathmandu, Nepal
Tel: 01-4239156, 4240082 (Right Side to P.K. Campus)
माध्यम अंग्रेजी/नेपाली
मा धमाधम कक्षा संञ्चालन भइराखेको छ, चाडै सम्पर्क गर्नुहोला ।
पुनश्च: कलाकारीता, राजनीति तथा अन्य रोजगारी पेशामा लागि पढ्न छुटाएका बिद्यार्थीहरुका लागि बिशेष कक्षाको समेत व्यवस्था गरिएको छ ।

विश्वकपका बलहरू

सन् १९३० मा पहिलो पटक विश्वकप फुटबल प्रतियोगिता आयोजित हुँदा फाइनलमा पुगेका अर्जेन्टिना र आयोजक उरुग्वेबीच कुन बलले फाइनल खेल्ने भन्ने विषयमा विवाद भएको थियो । दुवै टिमले आफूले ल्याएकै बलबाट फाइनल खेलाउनुपर्ने अडान राखेपछि विवाद सुल्झाउन पहिलो हाफमा अर्जेन्टिनाको बल प्रयोग गर्ने र दोस्रो हाफमा उरुग्वेको बल प्रयोग गर्ने निर्णय भयो । उक्त निर्णयअनुसार पहिलो हाफमा अर्जेन्टिनाले उरुग्वेविरुद्ध २-१ को अग्रता लियो भने दोस्रो हाफमा उरुग्वेको बल प्रयोग गर्दा ४-२ को नतिजा ल्याउदै उरुग्वे नै विजेता भयो ।

सन् १९६६ को विश्वकप अघिसम्म पनि छालाको बल प्रयोग हुन्थ्यो । सन् १९६६ मा इङ्ल्यान्डमा सम्पन्न विश्वकपमा एडिडास कम्पनीले पहिलो पटक उत्पादन गरेको सेन्थेटिक बल प्रयोग गरियो । उक्त विश्वकपमा आधिकारिक बलको मान्यता नदिए पनि स्यान्टियागो नामको बललाई मुख्य बल मानेर प्रतियोगिता सञ्चालन गरिएको थियो । त्यसपछिका विश्वकपमा भने जर्मन खेलकुद सामग्री निर्माता कम्पनी एडिडासले विश्वकपको बल आधिकारिक रूपमा निर्माण गर्दै आएको छ ।

एडिडासले सन् १९६३ देखि फुटबल निर्माण थाले पनि सन् १९७० को विश्वकपमा आधिकारिक बललाई प्रयोगमा ल्यायो । टेलिस्टार नामको उक्त बलमा ३२ वटा सेता तथा काला भाग थिए । पहिलो पटक विश्वकपको टोली प्रसारण गर्दा श्यामश्वेत दृश्यमा पनि उक्त बल प्रस्ट देखिन्थ्यो ।

सन् १९७४ मा एडिडासले टेलिस्टार डुरलास्ट बल नै प्रयोगमा ल्याए पनि सन् १९७८ को विश्वकपमा भने फरक किसिमको बल प्रयोगमा ल्यायो । उक्त विश्वकपमा ट्यांगो बल प्रयोगमा ल्याइएको थियो । पछिल्ला विश्वकपमा प्रयोग हुने बलमा ३२ वटा भाग हुन्थे भने यसमा २० वटा भाग थिए । यो गोलाकार घेराले बललाई आकर्षक देखाउँथ्यो । सन् १९८२ मा स्पेनमा सम्पन्न विश्वकपमा ट्यांगो स्पाना बल प्रगोगमा ल्याइयो । उक्त बल वाटरप्रुफ किसिमको थियो । कतिपय अवस्थामा बल मैदानको चिसो र खेलाडीहरूको प्रहारबाट गऱ्हुँगो हुने समस्या यो विश्वकपदेखि हट्यो ।

सन् १९८६ को विश्वकपमा एडिडासको अज्टेका बल प्रयोगमा ल्याइयो । उक्त बल वर्षातको पानीले नभिज्ने साथै सेन्थेटिकले बनेको यस्तो बल थियो, जुन मैदान सुख्खा र भिजेको दुवै अवस्थामा प्रयोग हुन सक्थ्यो । सन् १९९० को इटाली विश्वकपमा एडिडासले इटरभेस्को बल प्रयोगमा ल्यायो । यो बलको भित्री भागमा फोम प्रयोग गरिएका कारण बल विगतका विश्वकपमा प्रयोग गरिएका बलहरूको तुलनामा हलुंगो थियो ।

सन् १९९४ मा अमेरिकाले आयोजना गरेको विश्वकपमा एडिडासले क्वेस्ट्रा नामक बललाई प्रयोगमा ल्यायो । उक्त बलको भित्री भागमा फमको प्रयोग गरिए पनि त्यो विगतका बलहरूभन्दा नरम किसिमको थियो । यो बल तीव्र गतिको थियो । सन् १९९८ मा फ्रान्सले आयोजना गरेको विश्वकपमा एडिडास कम्पनीले पहिलो पटक बललाई श्याम श्वेतबाट रंगीन बनायो । फ्रान्सका खेलाडीहरूको जर्सी रातो-सेतो-नीलो रंगको थियो भने एडिडासले पनि आफ्नो बलको रंग फ्रान्सको जर्सीसँग मेल खाने किसिमले बनाएको थियो ।

सन् २००२ को विश्वकपमा पनि एडिडासले रंगीन बल नै प्रयोगमा ल्यायो । फेभरनोभा बलमा सुनौलो रंग प्रयोग गरिएको थियो । उक्त बल पछिल्ला विश्वकपको भन्दा बाक्लो भित्री तहको थियो । उक्त बल हावामा नबत्तिने किसिमको थियो । जर्मनीले सन् २००६ मा आयोजना गरेको विश्वकपमा एडिडासले टिमगेस्ट नामक बल प्रयोगमा ल्यायो । सुनौलो र कालो रंगको उक्त बलको बुट्टाले बललाई अझ गोलाकार देखाउँथ्यो ।

सन् २०१० को विश्वकपका लागि एडिडासले जुबिलानी बल प्रयोगमा ल्याउने भएको छ । उक्त बललाई गत वर्ष नै फिफाले आगामी विश्वकपको आधिकारिक बलको मान्यता दिएको थियो । यो बलको नाम दक्षिण अफ्रिकाको इसिजुलु समुदायको भाषाको एक शब्दबाट लिइएको हो । दक्षिण अफ्रिकाको ११ औं राष्ट्रिय भाषामा रहेको इसिजुलु अहिले केवल २५ प्रतिशत नागरिकले मात्र बोल्छन् । यो भाषामा जुबिलानीको अर्थ उत्सव मनाउनु हो । एडिडासले पनि आगामी विश्वकप आयोजक दक्षिण अफ्रिकालगायत विश्वले महोत्सवका रूपमा मनाउने हुनाले बलको नामकरण जुबिलानी राखेको हो । यो बलमा ११ वटा रंग प्रयोग गरिएको छ । यो ११ रंगले टिमका ११ खेलाडीको मात्र प्रतिनिधित्व गर्दैन, यसले दक्षिण अफ्रिकाको ११ राष्ट्रिय भाषा र ११ स्थानीय समुदायको समेत प्रतिनिधित्व गर्छ ।

पिनास र माइग्रेनको उपचार

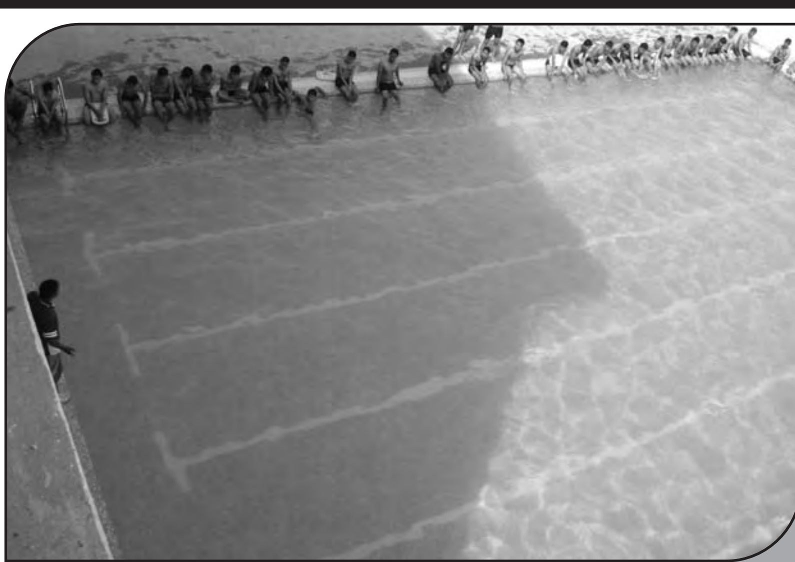
अकुपंचर अकुप्रेसर पद्धतीबाट हड्डी खिइएको, नशा च्यापिएको, बाथ, ग्यास्ट्रिक, डिप्रेसन, निन्द्रा नलाग्ने समस्याको समाधानका लागि ।

बैकल्पिक उपचार सेवा केन्द्र
त्रिपुरेश्वर, ट्रलीबस स्टप अगाडी
फोन - ४२६२११५

फ्रि : वेटर / वेट्रेस
दैनिक भत्ता रू-२००/-
तालिम पश्चात फ्रि-BARTENDER पनि
5 star होटलमा Pactical हुने
उत्कृष्टलाई १0000 सम्मको जागीरको व्यवस्था ।
विदेश जानेकोलागी होटल सम्बन्धी स्पेशल कोर्षको व्यवस्था ।
WISDOM HOTEL TRAINING
KALIMATI CHOWK 01 - 4277104
CHABHIL CHOWK 01 - 6223587

NGO को सहयोगमा मात्र ५०० मा प्राइभेट SLC/10+2
NGO बाट Computer Course FREE
Shining Youth नामको NGO को सहयोगमा सबैको लागि शिक्षा र शिक्षाबाट नै अवसर उद्देश्यका साथ केही सिटको लागि भर्ना खुल्यो
Shikhar Academy
Chabahil Chowk, 9851112107,9841199446
Samsung Electronic Building(1st floor)

British Army and Singapore Police
recruiting training classes for
intake 2011.



We also provide **2 length breast stroke TRG.** on own swimming pool.
TRG By: Ex. British Army (PTI)

BULLS INDOOR SPORTS HALL
Maharajgunj, Basundhara
Tel: 01-4354524, 9851054494
Web: www.bullsgym.com.np, www.bullsclub.com.np

BULLS CLUB
Nakhu, Bhaisepati
Tel: 01-5592599
9841059701

Regd. No.46700/63-64
जिल्ला शिक्षा कार्यालय ललितपुरबाट मान्यता प्राप्त
बिगत ६ वर्ष देखि राम्रो नतिजा ल्याउन सफल यस स्कूलमा समाधम भर्ना लिइदै छ । छिटो गर्नुहोस्
प्राईभेट Test/SLC
कक्षा ८ पास गरि ९, १० र टेष्ट एस.एल.सी फेल भई बसेका र पढाइ रोकिएर बस्नेहरुको लागि सिधै एस.एल.सी पास गर्ने सुवर्ण अबसर ।
बिगतका वर्षहरूमा पास गराउन सफल १००%
Medium English/ Nepali
Shift Morning/ Day
यस इन्स्टिच्यूटमा बिदेस जाने र जान्दै नजान्नेहरुका लागि स्पेसल English ल्यांग्वेज + Computer ट्रेनिङ्ग को पनि व्यवस्था छ । र साथै All Level ट्यूशनको समेत ब्यवस्था छ ।
म्याग्नोलिआ एजुकेशनल एकेडेमी प्रा. लि. लगनखेल चोक ५५४०८०८,९७५१००२२९७
फष्ट भिजन एकेडेमी लगनखेल बसपार्क फोन २१२१४७४,९८४११९८७३३७
लिंकेज/जेनिथ ल्यांग्वेज एण्ड कम्प्यूटर + ट्यूशन इन्स्टिच्यूट
(लगनखेल बसपार्क पुलिस चौकी संगै) ९८४९३३६२०९, ९८४१७०२६१०

होटल तालिम
Special Discount for +2 Students
Cook - 3000, 4500/-
Waiter/Waitress -1200/-
साथै होटल सम्बन्धि सम्पूर्ण तालिम दिईन्छ
kalika Hotel Management Center
Your right place kupondole
सम्पर्क बिहान ७ बजेदेखि बेलुकि ५ बजे सम्म
९८०८०७५५५१७
५५२९४१५,२०६०४०७

Asian Sky Shop का सामानहरू र टि.भि.मा देखिाइने सामानहरू पाईन्छ ।
शक्ति सम्बृद्धिको लागि हर समस्या, हर रोगबाट छुटकारा दिलाउने नजर कबज साथमा त्रिस्टल र हरेक लकेटहरु पाईन्छ ।साथमा चुरोट, जाडँ, रक्सीको नशाबाट छुटकारा दिलाइन्छ ।
यौन बर्धक भिटामिन, कर्डी सेप, यार्सागुम्बा सेक्स पावर बढाउने रू. ३६९९।-
कपाल उमार्ने तेल
अनुहार उज्यालो बनाउने क्रिम
अनावश्यक रौं हटाउने
हात खुट्टा पैताला फुटेको लागि अचूक उपचार
५ मिनेटमै गाडिको दाग मेटाउने
यौन उत्तेजना नहुने महिलाहरुका लागि यौन सन्तुष्टि दिने - भाइब्रेसन बा बा
Male & Female SEX PROBLEM ?
Health & Physical Problem ?
100% Sliming & Good Looking को लागि हर्बल पद्धती एक महिनामा १५ के.जी मोटोपन घटाउने, हाईट बढाउने १ महिनामा १५० से.मी. देखि १८० से.मी., अनुहारको समस्याहरु चायाँ पोतो, दाग र अनुहार उज्यालो गोरोबनाउने, घुमेको सुन्दरता फिर्ता, चाउरीपन हटाउने, पेटको धर्सा मेटाउने, स्लीम, हिप थाई, पेट **१ दिनमा नै ५ ईन्च कम हुने** मोटाउने औषधि १ महिनामा १० देखि १२ केजी बढाउने १० वर्ष उमेर कम देखाउने योङ बनाउने
स्तन, गुप्ताङ्ग टाईट एक दम फिट 100 % ग्यारेण्टी
Handsome Up लिङ्गको लम्बाई र मोटाई बढाउने अमेरिकन प्रोडक्ट
कोरियन स्प्रे एण्ड सेक्स पावर जेल रू. २१००।-
100% Guarented 100% Naturally No Side Effect
Japanes Oil 300/-

पहिले
९० के.जी.
51 cm
BEFOR
होम डेलिभरी ९८४९०३०७३४
हट लाइन ०१-४३५४९८५ ९८०८५०३५४०
हेल्दी होम फिटनेश एण्ड ब्यूटी क्लब गणेशस्थान रोड, गोंगबु
२४ घण्टा भित्र भ्याली बाहिर डेलिभरी गरिनेछ ।
- 5 in a Magic Sofa & Air
- Rocket Excersice Machine
- Body Bath Steamer
- AB King pro मोटोपना घटाउने १ महिनामा १५ के.जी
- Exercise सामानहरु (44 cm - 13 cm = 31 cm)

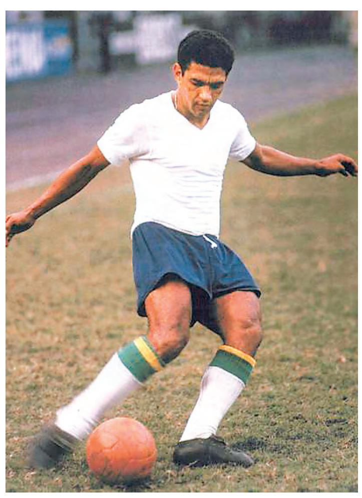
अहिले
६६ के.जी.
35 c
(मात्र के दिनमा)
AFTER

तु: आवश्यकता
नेपाल स्थित संचालित यस पब्लिक कम्पनीको शाखा कार्यालय (मित्रपार्क) को लागि थप केही कर्मचारी ।
संख्या - 6 Ladies/10 Gents
योग्यता - SLC or +2 Above
तलब - 9,500/-
सुविधा - नि:शुल्क व्यक्तित्व तथा नेतृत्व विकास सम्बन्धी तालिम ।
UNIQUE INTERNATIONAL
2292363
9841747489, 9803809968

विश्वकपका महान् खेलाडी

अबको ६ साता ब्लोमफेन्टनदेखि नोउक्याम्पसम्म, म्याड्रिडदेखि तेस्रो विश्वसम्म एउटै चर्चा चल्नेछ। को उत्कृष्ट मेसी कि रोनी ? रोनाल्डो उत्कृष्ट कि काका ? अथवा १९ औं विश्वकपले कल्पनाबाहिरको कुनै नायक जन्माउँछ ? यी नायक अर्को चार वर्षका लागि मात्र नायककै रूपमा पनि रहन सक्नेछन् तर, यहाँ चर्चा इतिहासका महान् र पृथक् व्यक्तिको गरिएको छ।

१९३० मा मन्टेभिडियोबाट प्रारम्भ भएको विश्वकप फुटबलले ८० वर्षे लामो यात्रा पार गर्दा इतिहासले सधैं सम्झना गर्ने केही स्टार जन्मायो। तीन पटकको विश्वकप विजेता अनि फुटबल इतिहासकै महान् पुरुष पेलेको प्रेरणामा ब्राजिलले सन् १९५८, १९६२ र १९७० को विश्वकपको उपाधि जितेको थियो। आफ्नो एथलेटिज्म, स्पिड र जादुयी खेलका कारण उनले १७ वर्ष २ सय ३९



दिनमा विश्वकप खेल्ने अवसर पाएका थिए। स्वीडेनसँगको फाइनलमा २ गोल गरेका पेलेले ब्राजिललाई पहिलो पटक उपाधि दिलाएका थिए।

चार विश्वकप खेलेका डिएगो म्यारोडोना सन् १९८६ मा अर्जेन्टिनालाई विश्वकप उपाधि दिलाउँदै उत्कृष्ट खेलाडी घोषित भएका थिए। यी चार विश्वकपमध्ये १९८६ को इङ्ल्यान्डसँगको क्वाटरफाइनलमा गरेको २ गोलले उनलाई फुटबल इतिहासकै मिथक पुरुषका रूपमा स्थापित गर्‍यो। इङ्ल्यान्डले १-० को अग्रता लिएको समयमा उनले इङ्लिस गोलरक्षक पिटर सिल्टनमाथि उफ्रेर हातले गोल गर्दा पनि रेफ्रीले देखेनन्। त्यसको चार मिनेटपछि उनले आफ्नै डिएरियामा रहेको बललाई ६ इङ्लिस खेलाडीलाई छलाउँदै गोल गरेका थिए। सन् २००२ को फिफा अनलाइन भोटिङले उक्त

गोललाई शताब्दीकै उत्कृष्ट गोल घोषणा गरेको थियो।

कप्तान तथा प्रशिक्षकका रूपमा विश्वकप जित्ने एकमात्र खेलाडी जर्मनीका फ्रेन्क बेकनबउर मास्टर माइन्ड फुटबलरका रूपमा परिचित थिए। रक्षापंक्तिदेखि मैदानको मध्यभागसम्म बललाई नियन्त्रणमा लिने उनको क्षमता अचम्मकै थियो। १९७४ को विश्वकप विजयी पश्चिम जर्मनीका कप्तान बेकनबउर रक्षकलाई पनि आक्रमणमा उतार्न माहिर कप्तानका रूपमा परिचित थिए।

नेदरल्यान्डका योहन क्रुफलाई विश्वकप नजिते पनि महान खेलाडीको सूचीमा राखिन्छ। टोटल फुटबलको परिकल्पानकारका रूपमा परिचित क्रुफ सेन्टर फरवार्ड भए पनि मिडफिल्डमा पनि प्रभावकारी थिए। क्रुफकै कारण सन् १९७४ को विश्वकपमा नेदरल्यान्ड १ गोल मात्र खाएर विश्वकपको फाइनलमा पुगे पनि दुर्भाग्यवश पश्चिम जर्मनीबाट पराजित भए पछि उपाधि बिमुख भएको थियो।

नौ वर्ष ब्राजिलको राष्ट्रिय टिममा रहेका गारिन्चा सन् १९५८ र १९६२ को विश्वकप विजयी टिमका महत्त्वपूर्ण सदस्य थिए। उनी १९६२ को विश्वकपका उत्कृष्ट खेलाडी पनि हुन्। दायाँभन्दा बायाँ गोडा छोटो भए पनि उनी इतिहासकै उत्कृष्ट ड्रिब्लरका रूपमा परिचित छन्। १९६२ विश्वकपमै पेले घाइते भएपछि गारिन्चाले इङ्ल्यान्ड र चिलीविरुद्ध ४ गोल गरे। नौ वर्षे खेल जीवनमा उनले एकपटक सन् १९६६ को विश्वकपमा मात्र

पराजयको सामना गरे। विश्वकपमा १५ गोल गरेर इतिहास कायम गरेका रोनाल्डोले सन् १९९४ र २००२ मा विश्वकपको उपाधि जितेका थिए। सन् १९९८ को विश्वकपमा सबैभन्दा उत्कृष्ट फर्ममा भएका बाबजुद विश्वकप जित्न नसकेका रोनाल्डोले त्यसको चार वर्षपछि ८ गोल गर्दै ब्राजिललाइ उपाधि दिलाए, जसमा फाइनलमा जर्मनीविरुद्ध गरेको २ गोल पनि समावेश थियो।

विक्रम राई

प्रसंग कतिपय

गफैगफको यो संसारमा आज आफ्नै बारेमा गफ गरौं जस्तो लाग्यो । चालीसेले छोएपछि शरीर सोह्रबर्षे जवानीको जस्तो ख्याउटे र दुब्लो-पातलो नहुँदो रहेछ । अरूलाई सधैं भेजिटेरियन बन्न उक्साउने यो नन-भेज जिब्रोले खसी-बोका, राँगो, कुखुरा तथा बंगुरको बोसे स्वाद लिएर नै होला, यो नेपाली हाइटको ज्यान, आफ्नै शरीरले आहार गरेको बंगुरको जस्तो बोसे र फोक्से भै १ सय ५ किलोको भैसक्दा पनि पत्तो भएन । वर्ल्डकप फुटबलको सिजन सुरु हुने बेलामा यो शरीरले फुटबलजस्तै रूप ग्रहण गर्ने क्रममा, सडकतिर बरालिंदा अनि छेउछाउमा र भेटघाटमा सामुन्नेका आँखाहरूले कटाक्ष गर्न थालेका छन् । फेरि मित्रजन एवं शुभचिन्तकहरूको चासो र चिन्ताले मनलाई असाध्यै भावविभोर बनाएको छ, तर परिणाम यो गोलाइ घट्नुको साटो ब्लडरमा हावा थपेझैं बढ्दो क्रममा छ ।

प्रत्येक नयाँ वर्षको सुरुवातसँगै गरिने अनेकौं वाचामध्ये यो वर्ष २५ किलोसम्म वजन घटाउने सार्वजनिक घोषणा गरिएकै हो । फेसबुक र ट्विटरमा पनि लेखिएकै हो । त्यतिखेर कृतिले हेल्थ क्लबमा डिस्काउन्ट गरिदिने वचन पनि दिएकी थिइन् । उनले गरेको डिस्काउन्ट अफरलाई साधुवाद दिनैपर्छ । त्यसो त हेल्थ क्लबमा कसरत गर्दैमा वजन घट्ने हो भने संसारभरि मोटामोटीहरूको संख्या औंलो उल्मूलन गरेझैं न्यून हुने थियो होला, तर त्यसो त कहाँ नै भएको छ र ? फेरि हेल्थ क्लबभित्र बनेका रेस्टुराँ एवं फास्टफुड सेन्टरले मनलाई थप लोभ्याउने सम्भावना पनि उत्तिकै छ ।

रमेश सरको सल्लाहमा वजन घटाउन बैंकक पनि पुगियो । उहाँले घटाएको वजनबाट प्रभावित हुँदा महँगो सयरमा परियो । त्यहाँ हार्मोन चेक गराइयो । सबै ठीकठाक देखियो । बैंकक पुगेपछि एउटा कुरामा विश्वास बढ्यो कि त्यहाँ बसेर औषधी-उपचार गर्ने हो भने वजनचाहिँ पक्कै घट्ने रहेछ । विचित्र प्रकारका औषधी-उपचार । कुकुरलाई पेटीले बाँधेझैं मोटो मानिसलाई एउटा सुविधा-सम्पन्न फाइभ स्टारजस्तो फ्ल्याटमा थुनेर राखिँदो रहेछ । त्यहाँ स्वीमिङ पुल, जिमखाना र पिउने पानीबाहेक अन्य केही थिएन । सम्पूर्ण खानपानमा बन्देज लगाइँदो रहेछ । जेलमा जस्तो क्यालोरी नापेर दिनमा एकपटक हलुका खाना मात्र दिइँदो रहेछ । अनि त्यो बन्द कोठामा दिनभरि थुनिएर कसरत गर्नुबाहेक केही काम नहुँदो रहेछ । 'थुइक्क' भन्दै यस प्रकारको औषधी-उपचार यही आफ्नै देशमा पनि गर्न सकिन्छ भनी बैंककबाट फर्किएको धेरै दिन भएको थिएन, काठमाडौंमा केएफसी खुल्यो । 'ब्राजिलियन चिकेन' आफ्नै ठाउँमा भेटिँदा को नै खुसी हुँदैन ? आजभोलि शरीररूपी ब्लाडरमा हावा भर्न यो चिकेनले थप मद्दत गरिरहेछ ।

'ब्लड प्रेसर र मोटाइ कन्ट्रोल गर है', प्रेम र स्नेहका साथ राजकृष्ण दाइले अमेरिकाबाट फेसबुकमा मेरो फोटो देखेर कमेन्ट गर्नुभयो । विनिताले पनि अनलाइन च्याटमा करेलाको रस खानुपर्ने सुझाव दिइन् । करेलाको तीतो रस सम्झँदै वाक्क लागेर च्याटमै अस्वीकार गर्दा छोरीजस्ती विनिताले आमाझैं 'रिजिड' नबन्नु भनेर कमेन्ट ठोकिहालिन् । हुनत: यस्तै मोटो शरीर हुनेलाई हाम्रो पहाड गाउँघरमा खान्दानियाँ भनिने गरेको छाप यद्यपि यो दिमागमा तरोताजा छ ।

मोटो मान्छेलाई भेट्नेबित्तिकै घट्नका निम्ति टिप्स दिनेहरूको संख्या पनि बग्रेल्ती छ । हुन पनि मोटाहरूका समस्या अनेकन् छन् । सार्वजनिक स्थानमा महिला र अपांगजस्तै मोटाहरूका लागि पनि सिट आरक्षित हुनुपर्ने हो । अथवा भनौं बस्ने सिट ठूलो हुनुपर्ने हो । इकोनोमी क्लासको मानिस हुँदाहुँदै पनि क्याच्चकुच्च बसी कुँजो भै हवाईयात्रा गर्नुको सट्टा बिजिनेस क्लासको फराकिलो सिटको महँगो टिकट काट्नुपर्ने बाध्यता छ । आफूले लगाउने कपडा दोब्बरै किन्नुपर्ने हुन्छ । मन परेका रेडिमेटहरूमा दुब्ला-पातलाहरूको हालिमुहाली छ । सबैभन्दा ठूलो दु:ख 'अन्डर गार्मेन्ट' पाउन गाह्रो छ । केही डिपार्टमेन्टल स्टोरका साहूको कृपाले अनेकौं पटकको प्रयासमा आफ्नो साइजको माल बल्ल-बल्ल पाइन्छ । मोटो भएकै कारणले 'टम एन्ड जेरी' जस्तो हास्य पात्र बन्नुपर्ने सामाजिक बाध्यता त छँदैछ । 'जीरो साइज' को जमानामा युवतीहरूले पखालाको ट्याबलेट खाएर वजन घटाएजस्तो गर्नुभएन क्यारे ! 'यस्तै मोटाउँदै गयौं भने चाँडै नै पत्रिकामा तिम्रो पुण्यतिथि पारेर हामीले हार्दिक समवेदना दिनुपर्ने छ ।' हाइलाइनर शुभेच्छुकहरूको खरो सुझावमा पनि जोरले ठहाका मारेर हाँस्नुपरेको छ । फेरि मोटा मानिसहरूको औंला पनि मोटै हुन्छ । मोबाइलको किप्याडमा नम्बर थिच्दा छेउको अर्कै नम्बर थिचिएर अन्तै डायल हुदाँ पाइने नि:शुल्क 'मिस्ड कल' को हप्की-दप्की त छँदैछ । धन्य, कमरेड प्रचण्डले सुकिला-मुकिलालाई जस्तै मोटाघाटाहरूप्रति टिप्पणी गरिदिनुभएन । भएका सफा लुगा धूलो माटोमा दलेर रातारात मैलाधैला बन्न सकिएला, तर यो बोसो घटाउन कहाँ नै सकिन्छ र ? तपाईहरूसँग पुरानो ख्याउटे शरीर मै फर्कने कुनै बनाउने केही उपाय छ कि ?

prasangakatipaya@hotmail.com

दीपंकरको सफल 'आइटी लभस्टोरी'

काठमाडौं- अहिलेको साइबर युगमा आइटीले गर्दा संसार सानो भएको छ । संसार यति सानो भैसकेको छ कि पश्चिम अमेरिकाको केनसास सहरमा नर्सिङ अध्ययन गरिरहेकी युवतीको काठमाडौंमा आइटी क्षेत्रमा योगदान पुर्‍याइरहेका एक युवकसँग इन्टरनेट सञ्जालका माध्यमबाट प्रेम हुनु नौलो कुरा रहेन ।

प्रेममात्र होइन, युवती काठमाडौं आएको केही दिनमै हिजो बिहीबार साँझ आफन्त तथा साथीभाइहरूको समुपस्थितिमा ती जोडीको 'इन्गेज्मेन्ट' पनि सम्पन्न भएको छ । ती युवक हुन् साइबरसंसार डटकमका सञ्चालक, ग्ल्यामर फोटोग्राफर तथा वेब डिजाइनर दीपंकर कसजू । उनी आफ्नो व्यक्तित्वका कारण चर्चित छन् । अमेरिकामा अध्ययन गरिरहेका कान्छा भाइ सरोबर कसजूसँग भिडियो च्याट, मेसेन्जर च्याट गर्दा गर्दै सरोबरकी साथी इशा राजभण्डारीसँग उनको चिनाजानी भयो । इशाले मेसेन्जर र फेसबुकमार्फत दीपंकरलाई साथी बनाइन् । क्रमश: मेसेञ्जरमा च्याट गर्दागर्दै उनीहरूको मित्रताले प्रेमको रूप लियो । फेसबुक, मेसेन्जर, स्काइपलगायतका संसारका मानिसहरूबीचको दूरी घटाएका इन्टरनेट सञ्जालले उनीहरूको प्रेमलाई झाँगिन मद्दत पुर्‍यायो ।

काठमाडौं आएको केही समयपछि अभिभावकहरूले उनीहरूको विवाह गरिदिने निधो गरे । दीपंकर र इशा पोखरा, पाल्पा घुम्दै सिक्किम पुगे । सिक्किमको १२ हजार फिट उचाइमा रहेको छेंगु भन्ने ठाउँमा याकमाथि चढेर हामीले औंठी साटासाट गर्‍यौं, दीपंकरले भने । विवाहका लागि इशाको पढाइ सकिनुपर्ने भनिए पनि दीपंकरका अनुसार दुवैले एक अर्काको आवश्यकता महसुस गरेको कुनै पनि बेला विवाह हुनेछ । त्यो दिन कहिले आउँछ ? दीपंकरले भने, 'सायद यही वर्ष, नभए अर्को वर्ष टार्दैनौं ।

-सुव्रत आचार्य

Shaping Minds Group
Satdobato 5536751 2292200
Kumaripati 5008632 2292244
Baneshwor 4782162 2292233
Putalisadak 4233478 2222605
मात्र रु १000 Plus VAT Limited Seats Sarojina Scholarship Fund
Cook Training
*Special English
General English
Secretary Training
IELTS Preparation
Accounting Training
Web / Graphic Design
Hardware & Networking
Personality Development
Computer Office Package
किन मात्र रु १000?

ब्यूटीसियन तालिममा नि : शुल्क भर्ना खुल्यो
विगत १४ वर्षदेखि देशभर १३ वटा शाखाहरूबाट विदेशमा तालिम लिएका वरिष्ठ ब्युटिसियनहरूद्वारा आधुनिक र अन्तर्राष्ट्रियस्तरको कोर्षमा, Basic, Advance, Diploma, Beautician Teachers Training, Hair Dressing / Special Short Course र अन्य विविध कोर्षका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।
नोट : यू. के., अमेरिका, अष्ट्रेलीया, युरोप, तथा अन्य देशहरूमा स्टुडेण्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरूका लागि विशेष कोर्ष संचालन भईरहेका छन् ।
ITC प्रशिक्षण केन्द्र : बुटवल ०७१-५४१४६९, जावलाखेल चोक ५०२२६४१, नारायणगढ ०५६-५३२७५५, पोखरा ०६१-६२२०९५, नयाँबानेश्वर ४४९२६५२, डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, कोटेश्वरचोक ५०९१६७०, कलंकीचोक ४२९०२१८, ठमेल चोक ४२१०८००, गौशालाचोक ४०१११९, चाबहिल चोक ४४९३३६१, लगनखेल बसपार्क ५१२२४४८, बागलुङ ०६८-५२२७१०

रोजगारीमूलक तालिम १५ वर्षदेखि निरन्तर...
नेपालको नं. 1 Study Center (CTEVT द्वारा सम्बन्धनप्राप्त)
फोटोग्राफी VISUAL EDITING & ANIMATION भिडियोग्राफी
KANTIPUR PHOTOGRAPHY VIDEOGRAPHY INSTITUTE
पुतलीसडक चोक, काठमाडौं, फोन : ४४४३३१९, ९८४१-३२२७७७

फोटोग्राफि तथा भिडियोग्राफि
फोटो तथा भिडियो पत्रकारिता
➪ नेपालकै सबैभन्दा बढी सुविधा सम्पन्न फोटोग्राफि/भिडियोग्राफि तालिम केन्द्र
➪ अत्याधुनिक प्रविधिबाट Shooting, Editing, Mixing, Animation
➪ छोटो समयमै तालिम लिन चाहनेहरुको लागि विशेष कक्षाको व्यवस्था
➪ दक्ष तथा अनुभवि प्रशिक्षकहरुद्वारा प्रशिक्षण
➪ पूर्ण व्यवसायिक कोर्ष तथा परामर्श
Gingko Media Production Pvt. Ltd.
Chabahil Chowk, Kathmandu, Nepal
Phone No. 4499203, 4494342, Mobile: 9841832125

Special Discount for S.L.C. appeared students
Work & Study in JAPAN
TOEFL/IELTS (Free Books, CDs, Lab Practics & Weekly Tests)
Languages: English, Japanese, French, German, Korean, Hibrew, Chinese, Spanish, Italian, & more.
Computer Courses
Software, Hardware & Networking
Basic, Office, Graphics, webpage, Programming Accounting Package.
Osish Language & Computer Center (OLC)
New Baneshwor (Opp. New Baneshwor Dept. store) Tel: 4785226 | New Baneshwor (Opp. BICCO water Tank) Tel: 4483414 | Adwait Marg (Bagbazar) Tel: 4232866 | Lagankhel (Bus Park) Tel: 5004018

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 सगै

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

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.
4240199, 016226791, 9841578724

प्राईभेट Test/S.L.C. २०६७ मा भर्ना खुल्यो ।
Free Computer Tuition
कक्षा ८ पास ९, १0, Test/SLC फेल भएर चिन्तित हुनुहुन्छ ?
विगत ८ वर्ष देखिको अनुभवमा
दक्ष तथा अनुभवी शिक्षकद्वारा पढाईने,
उत्कृष्टलाई छात्रवृत्ती,
उमेर नाघेका जसले पनि पढ्न सक्ने,
विहान, दिउँसो र बेलुकाको कक्षा,
माध्यम अंग्रेजी र नेपाली
Kings Academy
Koteshwor-35
Ph.: 01-4600245
Mob; 9849489453

प्राईभेट TEST/SLC
❖ भर्खरै ९ तथा Test फेल भएका ।
❖ ८, ९ र Test पास भएका/ उमेर नाघेका/ जागिर गर्दै पढ्न चाहने विद्यार्थीहरुका लागि
१0 कक्षामा अन्तिम भर्ना
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 ।
Columbia Academy
नयाँ बानेश्वर, शंखमुल जाने ओरालोको मुखैमा
Tel: 4781061, 9851095070

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : कान्तिपुर कम्प्लेक्स, सुबिधानगर, 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 ।