कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.ekantipur.com

● वर्ष २४ ● FRIDAY, 18 JANUARY 2019 ● काठमाडौं शुक्रबार, माघ ०४, २०७५ ● पृष्ठ ३२ ● मूल्य रु. १५/-

तस्बिर : नवराज वाग्ले

सिटिजन सेलिब्रेटी

पृष्ठ २० मा

दोस्रो इनिङ

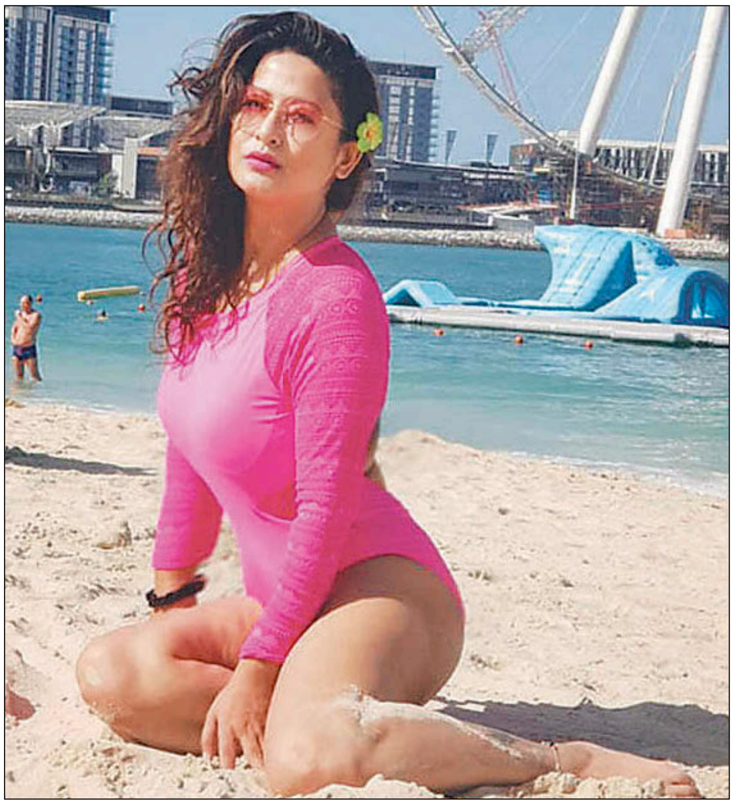
पृष्ठ ४ मा

AAROHI ENTERTAINMENT PRESENTS
FROM THE DIRECTOR OF 'GHAMPANI'
BIPIN KARKI IN & AS
गोपी
GOPI
papayasun
JOY
SPF 25
UVA & UVB protection
daily nourishing sun screen cream
DAILY SUNSCREEN
द्वारा त्वचालाई पोषित गर्नुहोस्

YouTube ट्रेन्डिङ

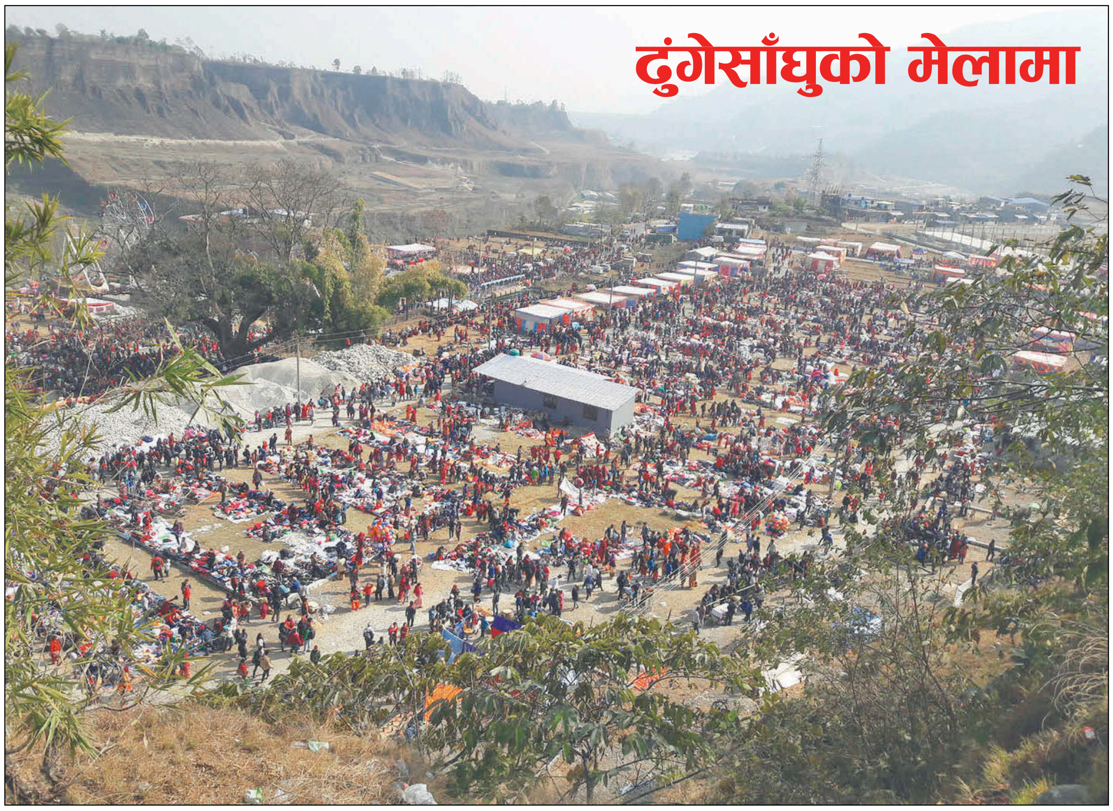
		च्यानल
१	भद्रगोल-१९३	मिडिया हब
२	मेरी मामु	बुढासुब्बा
३	साकार आका लिल बुद्ध	लिल बुद्ध
४	सोझी केटी बिजुली	कलेजेज नेपाल
५	घाममा सुकाइदेऊ	एटके एभरेस्ट
६	रामबहादुर बमजनको	प्राइम टाइम्स
७	सिलसिला	कलर्स ठिमी
८	इस्टाको फोटो	जि२१
९	मेरा इन्तेकाम	गोल्डमाइन्स
१०	पिरतीको मिठो	ओएसआर

फोटो अफ दि विक



■ **बैंककमा उषा** : पूर्व मिस नेपाल उषा खड्गीको स्विम सुट पोज !

ढुंगेसाँघुको मेलामा



■ प्रत्येक वर्ष माघे संक्रान्तिको दिन पोखरा-१७ स्थित ढुंगेसाँघुमा लाग्ने ऐतिहासिक मेलाको रौनक बेग्लै हुन्छ । बिना प्रचारप्रसार बर्सेनि आयोजना हुने यो मेलामा सहभागी हुनेहरूको भीड बढ्दै गएको छ । पोखराको वडा नम्बर १५ र १७ लाई जोड्ने ढुंगाको पुल भएको हुनाले उक्त ठाउँलाई ढुंगेसाँघु भनिएको जानकारहरू बताउँछन् । ढुंगेसाँघु मेलाको प्रसंग जोडिएको देउराली ब्यान्डको एउटा गीत निकै लोकप्रियसमेत छ ।

#टुटल #पठाओ

निजी प्रयोजनका लागि दर्ता भएका मोटरसाइकलले टुटल र पठाओजस्ता मोबाइल एप प्रयोग गरी भाडामा यात्रु बोक्ने गरेको भन्दै महानगरीय ट्राफिक प्रहरी महाशाखाले कारबाही थालेपछि यसको पक्ष-विपक्षमा सामाजिक सञ्जालमा चर्को बहस छेडिएको छ ।

BECOME A PARTNER

केही नियम साह्रै अव्यवहारिक हुन्छन् । मेरा लागि टुटल ठूलो दाजुजस्तै भएको थियो । मलाई चाहिएको ठाउँमा लिन न सरकार, न कानुन आउँथे । एकदमै थोरै ट्राफिक प्रहरीले मात्र मलाई घर पुग्न हतार भएको र सार्वजनिक यातायात नभएको बेला समाधान खोज्न मद्दत गर्थे ।

मनिता पोखरेल

मैले छोरी मानुषीबाट पहिलो पटक टुटलका बारेमा सुनेको हुँ । उनी यसको नियमित प्रयोगकर्ता हुन् । सुरुमा सबै बाउझैं छोरीको सुरक्षाका सम्बन्धमा चिन्तित नहुने कुरै भएन ! पछि बुझ्दा यो आम नागरिकका निम्ति सुलभ, सुपथ तथा भरपर्दो सेवा रहेछ । सरकार यातायात सिन्डिकेटको दबाबमा परेको हो भने बेलैमा सोचोस् । अर्बौं भ्रष्टाचार गर्नेहरू, दिनदहाडै बलात्कार-हत्या गर्नेहरू, अफिसमै सचिव कुट्नेहरूका रौं झार्न नसक्ने तर फुर्सदको समयमा दुईपाङ्ग्रे सवारी चलाएर कलेजको फिसको जोहो गर्ने र न्यून आय भएका यात्रुलाई राहत दिने स्वरोजगार युवाहरूलाई समातेर कस्तो पौरख देखाइएको हो ? उद्यमशीलता रोक्ने कानुन पो फेर्ने त ।

डा. बाबुराम भट्टराई

सूचना-प्रविधिको प्रयोगमार्फत हुने राइड-सेयरिङ (टुटल, पठाओ जस्ता सेवा) ले यातायात सेवा/व्यवस्थापनमा उल्लेख्य योगदान पुऱ्याउने हुनाले सरकारले यसको प्रवर्द्धन गर्नुपर्ने हो, तर उल्टै नियन्त्रण र बन्द ? नियमनको ठूलो मुद्दा बनाउन आवश्यक छैन । बन्द नगरिकनै नियमनको दायरामा ल्याऊँ ।

सूर्यराज आचार्य

आर्थिक क्रान्ति, फड्को मार्ने, ओहो के-के कुरा, तर युवाहरूले सार्वजनिक यातायातको दयनीय अवस्थाको विकल्प ट्याक्सीको सिन्डिकेटको दबाबमा बन्द गर्ने ? जय होस् तिम्रो खोक्रो नारा ।

सुवास घिमिरे

यो पाइला सानातिना ठेस लाग्दैमा अल्झिँदैन, किनभने हामी अरूले भनेजस्तो यो सतिले सरापेको देश भन्दैनौं । यो हामी मान्छेले बिगारेको देश हो । बनाउने जिम्मेवारी पनि हाम्रै हो ।

शिक्षित भट्ट

टुटल र पठाओ नामक एप्सद्वारा चलाइएका सवारी साधन सरखारले बन्द गऱ्यो रे ! डन्ट वरी अब नाम फेर के, नटुटल, नपठाओ नाम राखेर चलाओ, अलि दिन फेरि चल्छ ।

दीपक सर

सार्वजनिक यातायात भरपर्दो र व्यवस्थित नभएको हाम्रो जस्तो देशमा पठाओ र टुटल जस्ता एप्सले राम्रो र भरपर्दो सुविधा दिइरहेका थिए, यिनीहरूविरुद्ध सरकार नामक शत्रु किन लागेको रहेछ ?

शिव दाहाल

कुनै दिन क्रान्तिकारी बन्दकर्ताको विरोधमा गरिखान देऊ भन्ने नारा कोरेर सबै उद्यमीको गरी खान पाउने अधिकारका लागि लडेको, लोकतन्त्रपछि राज्यलाई नै गरिखान देऊ भन्नुपर्ला भनेर सोचेको थिइनँ । नियम नभए नियम कोरौं, उद्यमीलाई देशमै रोकौं ।

रञ्जित आचार्य

हो, कसैलाई हानि पुऱ्याएको भए त्यो जुनसुकै बेलामा पनि अवैध हुन सक्छ, तर हजारौँलाई फाइदा पुऱ्याइरहेको सेवालाई अवैध भनिदिँदा हामी जस्ता देशभित्रै केही गर्छौं भनेर बसेका युवाको पक्कै चित्त दुख्छ ।

सञ्जय गोल्छा

मैले आजसम्म टुटल र पठाओको सेवा लिएकी छैन, तर आफ्नी छोरीका लागि सुरक्षित यातायातको साधन (ट्याक्सी भन्दा सुरक्षित) टुटललाई नै मान्छु । सरकारले टुटल र पठाओ बन्द गराउनु हुँदैन । ऐन र कानुन छैन भने बनाऊँ । मनाङ, मुस्ताङदेखि रारासम्म पुग्ने प्राइभेट स्कोरपियो महँगो भाडामा यात्रु कोचाकोच गरेर चलाइन्छ । के सरकारको आँखा त्यता नगएको हो ? ती पनि त प्राइभेट गाडी नै हुन् । के त्यहाँ पनि कारबाही गर्ने हो ?

अर्चना थापा

राजधानीको सार्वजनिक यातायात भरपर्दो छैन । प्रविधिको उपयोग गर्दै कसैले यात्रुलाई पारदर्शी रूपमा सेवा दिन्छ भने के खराबी छ ? यसले घाटा भा'छ भने केवल बदमास ट्याक्सी चालकलाई मात्र, अरूको पेट किन दुखेको ? सरकारको काम रोक्नु मात्र हो कि नियमन र व्यवस्थापन गर्नु पनि ? न जामको जिन्ता न सवारी साधन नपाइएला भन्ने पिर । मिजासिला युवाहरूको हार्दिकतापूर्ण व्यवहार, सुलभ शुल्क र छरितो यात्रा, अबेरसम्मको सेवा पनि । लुट्न पल्किएका ट्याक्सीबाहेक यसले कसैलाई हानि गरेको देखिनँ । हेल्लो सरकार, समस्या के हो ?

बाबाजी

हामीले केही महिनाअघि टुटलका सह-संस्थापक शिक्षित भट्टसँग गुड मर्निङ नेपालमा रमाइलो कुराकानी गरेका थियौं । यस्तो राम्रो काम गर्ने व्यवसायीलाई निरुत्साही गर्ने सरकारलाई धिक्कार छ ।

समीर एम दीक्षित

भाइबर, म्यासेन्जर, ह्वाट्सएप, इमो जस्ता (ओटिटी) प्रविधिले दूरसञ्चार प्रणालीमा नोक्सानी भएकै हो । नेपालको कानुनअनुसार गैरकानुनी भएकाले टुटल मात्र किन, लाखौं ओटीटी प्रयोगकर्तालाई पनि जेलमा कोचौं, टन्टै साफ ।

गोपाल साउद

युवाहरूलाई उद्यमशीलता सिकाउँछ, दुर्व्यसनी हुनबाट जोगाउँछ र बिदेसिन रोक्छ । अन्त्यमा सर्वसाधारणलाई पनि ठगहरूको चंगुलबाट बचाइ सुलभ सेवा प्रदान गर्छ, टुटल र पठाओलाई बन्द होइन नियम संगत प्रवर्द्धन गरौं ।

राजेश राई

मुक्त आकाश

आच्छु जाडो !

अविरल थापा

हरेक वर्ष जाडो आउँछ हरेक वर्ष गर्मी आउँछ। हरेक पटक मानिसहरूलाई जाडो धेरै भएजस्तो लाग्छ। यसपालाको जाडो चाँडो आयो यसपाला त यस्तो-उस्तो भयो जस्ता कुरा गर्ने विषय धेरै हुन्छन्। हरेक मौसमका आ-आफ्नै विशेषता हुन्छन्। हरेक मौसमले जिन्दगी जिउन सिकाउँछ र समय सधैं एकनास हुँदैन भन्ने ज्ञान दिएर जान्छ।

उही घाम हो, हामी जाडोमा कति बेला घाम लाग्छ र तापौं भनेर कुर्छौं, गर्मीमा त्यसबाट भाग्छौं। खासमा जाडो होस् वा गर्मी, घामले उत्ति नै र उही तातो फाल्छ तर जाडोको घाम कम, गर्मीको चर्को लाग्छ। घाम मधुरो र चर्को लागेको होइन, पृथ्वीको हावा बरु धेरै चिसो र तातो भएको हो। आज घाम लागेन भन्छौं, वास्तवमा घाम सधैं लाग्छ, बरु बादलले छेक्छ। घामको न्यानो तातो पृथ्वीमा आउने बेलासम्म अरू कुराले अवरोध पुऱ्याउँछन् वा छेक्छन्, त्यसैले जाडोको घाम न्यानो र गर्मीमा कडा लाग्छ। यस्ता धेरै कुरा हुन्छन् जिन्दगीमा पनि, कारण अर्कै हुन्छ, हामी गहिरिएर सोच्दैनौं, विचार गर्दैनौं र दोष अन्य कुरालाई दिइरहेका हुन्छौं। बाहिरको जाडो छल्न न्याना लुगा, घाम, आगो चाहिएजस्तै जिन्दगीको जाडो छल्न माया, स्नेह र स्वस्थ खाना चाहिन्छ।

कहावत पनि छ, जाडो छल्न रुई, फुई र दुई चाहिन्छ। यसको अर्थ लगाउने वा ओढ्ने कुरा, फुई अर्थात् आगो र दुई अर्थात जोडी। जाडो महिनामा तातो तातो खान र न्यानो भएर सुत्न मज्जा हुन्छ तर चिसो पानीमा काम गर्न र चिसोमा बाहिर निस्किएर काममा जान गाऱ्हो हुन्छ। प्रकृतिको नियम मान्दिनँ भनेर कसैले पाउँदैन। जाडो वा गर्मी हटाउन सकिँदैन, तर विज्ञानको आविष्कारले छल्न र घटबढ गराउन सकिन्छ। ल्याकत हुनेले हिटर बाल्न सक्छन्, नहुनेले आगोको जोहो गर्न सक्छन्। न्यानो कपडा र मौसम अनुकूल हुने सुप र अन्य खानेकुरा पनि सहायक हुन सक्छन्। ठाउँअनुसार पनि धेरथोर जाडो हुन्छ। हुनेखानेहरू जाडो छल्न न्यानो ठाउँमा गएर पनि बस्छन्। कतिपय गरिबले लगाउने न्याना कुरा, ओढ्ने कुरा तथा खानेकुरा नभएर प्राण त्यागेका समाचार पनि आइरहेका हुन्छन्। घरमा धेरै र पुराना लुगाफाटा हुनेले नहुनेलाई पठाइदिने हो भने उनीहरूले पनि बाँच्न पाउनेछन्। यसतर्फ युवाहरू जागरुक भएर आवश्यक ठाउँमा आवश्यक वस्तु पुऱ्याउनेसत्कर्म गर्न सक्छन्।

कामअनुसार जाडो-गर्मी जे भए पनि आफ्नो समयमा उठेर हिंड्नैपर्छ। तर जो आनन्दसँग सिरकभित्र सुतेर बसेको हुन्छ, उसलाई लाग्छ कि त्यो बेला अरू पनि उसैगरी सुतेरै बसेका होलान्। बिहान अखबार बाँड्नेहरू, तरकारीको व्यापार गर्नेहरू आदिले जति जाडो भए पनि सखारै उठेर कर्मक्षेत्रमा जानैपर्ने हुन्छ। एकफेर आफू सुत्ने समयमा अरू के गर्दा रै'छन् बुझ्न कुनै दिन उठेर डुल्न निस्कने हो भने आफुले नदेखेको संसार देखिन्छ। मन्दिरका सत्तलहरूमा भांग्रो ओढेर वा पातलो कम्बल ओढेर मस्त निदाइरहेका दुःखीहरू देख्दा जिन्दगीमा सहनुको विकल्प छैन भन्ने गहिरो बोध हुन्छ। घरभित्र दुइटा सिरक खप्टेर पनि जाडो भयो भनेर कुरा गर्नेले त्यो दृश्य देखेपछि सायद संसार बुझ्छ। मान्छेको स्वभाव जति सुविधा, जति सुख भए पनि पुग्दैन। पाउन्जेल धेरै पाउन खोज्छ, सकेसम्म राम्रो रोज्न खोज्छ, तर नपाएपछि जे छ त्यसमै पनि काम चलाउँछ। हुनेखानेको घरमा लुगा धुने मेसिन तथा तातो पानी आउने व्यवस्था हुन सक्छ, तर धेरैलाई जाडोमा लुगा धुन र भाँडा माझ्न पानी चिसो भएर गाऱ्हो हुन्छ। यस्तो बेला घरका सबै सदस्यले आफूले खाएको भाँडा आफैंले माझ्ने, आफ्नो लुगा आफैं धुने हो भने एउटै मानिसमाथि कामको भार पर्दैन। आफूलाई जाडो भएजस्तै यस्ता काम गर्ने मानिसलाई पनि उत्तिकै गाऱ्हो हुन्छ, चाहे ऊ परिवारको कुनै सदस्य वा काम गर्न राखेकै मानिस किन नहोस्।

कुनै पनि कुरा गर्नुअघि वा भन्नुअघि एकफेर मनन गर्ने हो भने जिन्दगी र सम्बन्धमा धेरै फरक आउँछ। अरूको ठाउँमा आफूलाई राखेर हेर्ने हो भने धेरै समस्या र तनावको निराकरण हुन्छ, जुन कुरा गर्दा आफूलाई दुःख-पीडा हुन्छ, अरूलाई पनि उस्तै हुन्छ। स्वार्थभन्दा माथि उठेर समभावले संसारलाई नियाल्न सकियो भने जीवन सुन्दर लाग्छ, संसार रमाइलो लाग्छ, अन्यथा जता पनि समस्या देखिन्छ। त्यसैले आफू असल, अरू खराब भन्ने चेतनाबाट माथि उठौं।

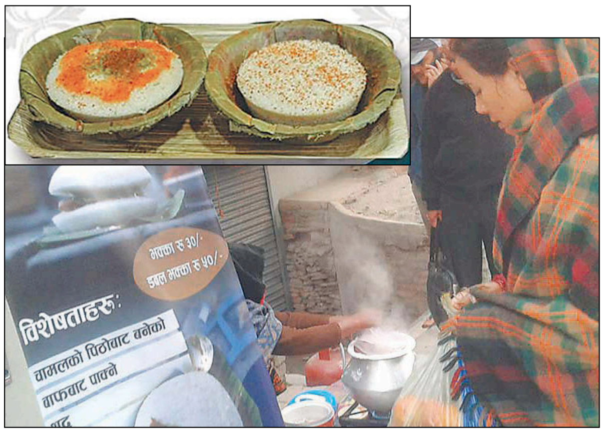
गर्मी र जाडो जस्तै जिन्दगीमा सुख र दुःख पनि आइरहन्छ, गैरहन्छ। आत्तिनु र मात्तिनु हुँदैन। अरूलाई हेप्नु हुँदैन, आफ्नो पनि पालो आउन सक्छ। हरेक मानिसको जिन्दगी सुखको खोजबाहेक केही होइन। भोग्न जान्नेहरू घरबारमै पनि सुखी छन्, नजान्नेहरू दरबारमा पनि दुःखी छन्।

जाडो त पोहोर पनि उस्तै थियो, तर यसपालाकै जाडो धेरै जस्तो लाग्छ। आच्छु ! कस्तो जाडो हगि ?

fae book o m/abeeralthapa
twitter@abeeralthapa

> कामअनुसार जाडो-गर्मी जे भए पनि आफ्नो समयमा उठेर हिंड्नैपर्छ। तर जो आनन्दसँग सिरकभित्र सुतेर बसेको हुन्छ, उसलाई लाग्छ कि त्यो बेला अरू पनि उसैगरी सुतेरै बसेका होलान्। बिहान अखबार बाँड्नेहरू, तरकारीको व्यापार गर्नेहरू आदिले जति जाडो भए पनि सखारै उठेर कर्मक्षेत्रमा जानैपर्ने हुन्छ। एकफेर आफू सुत्ने समयमा अरू के गर्दा रै"छन् बुझ्न कुनै दिन उठेर डुल्न निस्कने हो भने आफुले नदेखेको संसार देखिन्छ।

भक्का दिवस मनाइयो



चामलको पीठोबाट तयार पारिने राजवंशी समुदायको लोकप्रिय परिकार भाक्काको बजारीकरण गर्न झापामा भक्का दिवस मनाइएको छ। पूर्वी तराईका आदिवासी राजवंशी, ताजपुरिया समुदायले खाजाका रूपमा खाने भक्काको संरक्षण एवं व्यवसायीकरण गर्ने उद्देश्यले पुस २९ गते भक्का दिवसमा मनाइन थालिएको आयोजक कोचिला गाभुर फ्रन्टका अध्यक्ष अभय राजवंशीले बताए। जिल्लाको कन्काई नगरपालिका वडा नम्बर ९ घैलाडुब्बामा सञ्चालित उक्त भक्का दिवसलाई कोचिला गाभुर फ्रन्टसहित कोच केन्द्र तथा आदिवासी जनजाति महासंघले संयोजन गरेका थिए।

विष्णु सुब्बा

उदयपुरमा मैनी मेला

उदयपुरको कटारीमा माघे संक्रान्तिदेखि १५ दिनसम्म चल्ने मैनी मेला सुरु भएको छ। कमला, तावा र ककरु नदीको संगमस्थल त्रिवेणीघाटमा लाग्ने भएकाले यो मेलालाई त्रिवेणी मेला समेत भनिन्छ। परापूर्वकालदेखि लाग्दै आएको यो मेला माओवादी द्वन्द्वकालअघि एक महिनासम्म चल्थ्यो। मेलामा मकर स्नान गरी भाकल गरेअनुसारको पशुपन्छी बलिदिई पूजा-आराधना गर्नाले चिताएको पुग्ने जनविश्वास रहँदै आएको छ। सडकको पहुँच पुग्नुअघि यो मेलामा पूर्वी ओखलढुंगा, खोटाङ तथा सोलुखुम्बुका आलु, राडी-पाखी, भोटेकुकुर, भोटेघोडा र अन्य उत्पादन बिक्री गर्ने तथा तराईबाट लानुपर्ने नुन, चामल आदि सामग्री किन्ने गरिन्थ्यो।

ऋृषि राई

धनकुटामा पनि गोरु जुधाइ

तस्बिर : रमेशचन्द्र अधिकारी

माघे संक्रान्तिका अवसरमा पूर्वी नेपालमा पनि पहिलो पटक गोरु जुधाइ प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ। उक्त प्रतियोगितामा १५ हल गोरु सहभागी थिए जसमा पाख्रिबास-८ का महसुर राईको चउरे गोरुले प्रथम स्थान प्राप्त गरेको थियो। धनकुटा, पाख्रिबासको मुगामा पहिलो पटक आयोजित उक्त प्रतियोगिता हेर्न हजारौं मानिसको भीड लागेको थियो। अब यो प्रतियोगिता हरेक वर्ष आयोजित गरिने स्थानीय युवाहरूले बताएका छन्। यसअघि नुवाकोट, रसुवा र धादिङमा गोरु जुधाइ प्रतियोगिताको आयोजना हुँदै आएको छ।

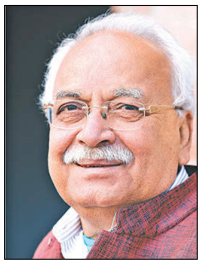
नरेन्द्र बस्नेत

यात्रा सन्दर्भ

तस्बिर : नवराज वाग्ले

करिश्माको दोस्रो इनिङ

सिनेमामा फर्कने समय सीमा तोकिएको त छैन, तैपनि उनी गम्भीर छिन् । किनभने उनी व्यवसायी हुन । यो चाहिं पक्का छ- उनको पढाइको पहिलो चरण टुंगिएपछि उनी सिनेमाको संसारमा फर्कनेछिन् । 'फर्कने त निश्चित छ । हाम्रा पार्टीका नेता भट्टराईजीले पनि मेरो निर्णयमा खुसी व्यक्त गर्नुभएको छ । राजनीति मात्र गरेर भएन । राजनीतिमै रहेर आफ्नो पेसा-व्यवसायसमेत सञ्चालन गर्नुपर्‍यो । नेपालमा यस्तो चलन देखिएन, तर संसारभरि नै छ यस्तो चलन । राजनीति र कलाकारितालाई सँगै हाँक्न गाऱ्हो त हुन्छ तर त्यसरी हाँक्न सक्ने नै कलाकारितामा पनि सफल हुँदो रहेछ ।'



किशोर नेपाल

हामी सांग्रिला होटलको शम्बाला गार्डेनमा थियौं, धमिलो घाममा कफी पिउँदै गफ गरिरहेका । करिश्माले बताइन्, 'अब म राजनीतिबाट पछाडि फर्कनेवाला छैन । यो मेरो जीवनको उद्देश्य बनिसक्यो । वैशाख, २०७२ को भुइँचालोपछि उद्धार कार्यका लागि देशका कुना-कन्दरा पुगेपछि मलाइ लाग्यो, एउटा नेपाली अर्को नेपालीसँग आत्मीय हिसाबले आबद्ध छन् परस्परमा । यो राजनीतिकै करामत थियो । यही देखेपछि राजनीतिले मेरो ध्यान तान्न थाल्यो । मेरो संगत भयो, डा. बाबुराम भट्टराईसँग । मलाई उहाँका विचार मन परे । मैले उहाँको नजिक हुने मौका पाएँ । जब उहाँले नयाँ शक्ति पार्टीको संस्थापन गर्नुभयो, त्यतिबेला म निकै खुसी भएँ । माओवादी पार्टीभित्रको आसन्न परिस्थितिमा डा. भट्टराईले लिएको निर्णय सही थियो ।'

डा. भट्टराईले नयाँ शक्ति पार्टीको स्थापना नगर्नुभएको भए करिश्मा राजनीतिमा आउने थिइनन् । यो कुरा त पक्कै हो । अहिले उनी राम्रैसँग जमेकी छिन् राजनीतिमा । उनी 'प्रत्यक्ष निर्वाचित राष्ट्रपति भए देशको द्रुततर विकास सम्भव छ' भन्ने डा. भट्टराईको विचार र मान्यताबाट साह्रै प्रभावित छिन् । यो त भनिसकियो कि करिश्मा अभिनयको संसारमा फर्किए पनि राजनीतिमा सक्रिय रहनेछिन् । किनभने, उनले समाजका प्रति आफ्नो कर्तव्यबोध गरेकी छिन् राम्रोसँग । अभिनयको संसारमा उनी हतार गर्न चाहन्नन्, टुक्राटाक्री भूमिकामा हराउन चाहन्नन् । उनमा सिंगो सिनेमाको नेतृत्व गर्ने क्षमता छ । त्यसैले उनी गतिशील भूमिकाको खोजीमा छिन् । उनको उमेर पनि त घर्किएको देखिँदैन । आउँदा दिनमा नायिकाका रूपमा आफूलाई प्रमाणित गर्ने तयारीमा लागेकी छिन् करिश्मा ।

करिश्मा कुन र कसको राजनीतिमा लागिन् ? प्रश्न यो होइन । उनी राजनीतिमा यति गहिरिएर लाग्लिन् भन्ने त कसैले सोचेकै थिएनन् । घर-परिवारमा उनको चञ्चल स्वभाव हाँसोको विषय थियो । छोरी कविता बताउँछिन्, 'परिवारको सबैभन्दा कान्छी सदस्य त म नै हुँ । मभन्दा पनि कान्छी हुनुहुन्छ ममी । ममी अनेक पेसा-व्यवसायको कुरा गर्ने, टिक्नचाहिं कतै नटिक्ने । तपाईंलाई भनिदिऊँ ? ममी सर्टिफाइड बार टेन्डर हो, सर्टिफाइड ब्युटिसियन र सर्टिफाइड हेयर ड्रेसर पनि हो । नेल र ट्याटुमा पनि राम्रो दख्खल राख्नुहुन्छ । उहाँले यीमध्ये कुनै पनि पेसा अपनाउनुभएको छैन । उहाँले केही नयाँ गर्ने भन्नेबित्तिकै हामी हाँसिहाल्छौं ।'

करिश्मा छोरीलाई हेर्छिन् र मुसुक्क मुस्कुराउँछिन् । आँखामा भाव छ : हत्तेरी छोरी, त्यसरी ममीको पोल खोल्न हुन्छ ? आमालाई हेरेर कविता हाँस्दै बताउँछिन्, 'राजनीतिमा लागेपछि भने ममी त्यसैमा दृढ भएर अडिनुभयो । हामी छक्क पर्‍यौं ।' रमाइलो परामा कविता बताउँछिन् : सुरुमा त करिश्मा राजनीतिमा लाग्ने कुरा विनोदलाई मन परेको थिएन । पछि उनले पनि कुरा बुझे । त्यसपछि उनले करिश्मालाई सघाउन थाले । परिवर्तनका भोका त विनोद पनि थिए ।

कविता कलाकार ममीको उत्तराधिकार सम्हाल्न आफूलाई तयार पार्दैछिन् । उनी प्रख्यात अभिनेता शिव श्रेष्ठको सिनेमा 'एउटा यस्तो प्रेम कहानी' मा अभिनय गर्दैछिन् । कारणवश अहिले त्यो सिनेमाको निर्माण रोकिएको छ । बन्छ कि बन्दैन थाहा छैन, तर शिव श्रेष्ठ हार खाने कलाकार होइनन् । उनको मनोबलप्रति जनताको विश्वास छ ।

वार्ता एकपटक फेरि राजनीतितिरै फर्कन्छ । करिश्मा चाहन्छिन्, केपी ओली नेतृत्वको वर्तमान सरकार पूरै पाँच वर्ष टिकोस् । अहिलेसम्म एउटा पनि सरकार पाँच वर्ष नटिकेको अभिशापले ग्रस्त छ हाम्रो देश । त्यो अभिशापको गहिरो छायाँ परेको छ देशको राजनीतिमा । त्यो छायाँ मेटिनुपर्छ । डाक्टर

भट्टराइको भनाइ पनि यही छ, तर सरकारको ताल हेर्दाचाहिँ पाँचै वर्ष टिक्लाजस्तो लाग्दैन । उही रोई-रोई टिकाउने हो भने कुरा अर्कै हो ।

करिश्माका लागि चलचित्र क्षेत्र विश्वविद्यालय हो । उनी बाल्यकालमै यो क्षेत्रमा प्रवेश गरेकी हुन् । उनले चौध वर्षको उमेरमा पहिलो फिल्ममा अभिनय गरेकी थिइन । उनको जन्म भएको थियो, सन् १९७२ मा । करिश्माको फिल्मी करियर सोचेभन्दा सफल थियो । अहिले उनी त्यही सफलताको आनन्द भोगिरहेकी छिन् । 'केही वर्ष चलचित्र क्षेत्रलाई छाडेर अमेरिका गएकी हुँ, जीवनमा अलिकति परिवर्तनका लागि । सिनेमामा असफल भएर भागेकी होइन । उनी अमेरिका जानुको प्रमुख कारण पैसा मात्र पनि थिएन । उनी कहिले पनि बढी महत्वाकांक्षी भइनन् ।

करिश्मा भन्छिन्, 'अमेरिका जानुको मुख्य कारण यहाँको जीवनको नियमितताबाट ब्रेक लिनुबाहेक केही थिएन । हल्ला गर्नेले जेसुकै गरिराखून् । लामो समयसम्म एकै प्रकारको काम गर्दा म निराशामा डुब्न थालेकी थिएँ । त्यो निराशालाई निकास दिने माध्यम भयो अमेरिकाको छोटो निर्वासन ।'

उनी भन्छिन्, 'त्यतिन्जेलसम्म मलाई एक्सन-कट भन्ने शब्द र सिनेमा क्षेत्रका केही मानिसका बारेमा बाहेक दुनियाँका अरू विषयमा कुनै ज्ञान थिएन । बिहान एक्सन, साँझ कट । अरु केही थाहा भएन त्यतिबेला । म सिनेमा क्षेत्रभन्दा अलग बाहिरको दुनियाँ चहार्न चाहन्थें । सहर-बजार र गल्लीहरू हेर्न चाहन्थें । देशको गरा, खेत र डाँडामा नाच्दै हिंडेको अनुभव भन्दा बेग्लै अनुभव लिन चाहन्थें ।'

सन २००० मा पहिलो पटक अमेरिका पुग्दा उनलाई त्यो देश प्रचुर सम्भावनाहरूको देश भन्ने लागेको थियो । त्यहाँ बसेर जीवनको अनुभव गरुँ-गरुँ जस्तो लागेपछि करिश्मा त्यहीं बसिन् । जीवन निर्वाह गर्न आफैं सानातिना काम गर्न थालिन् । उनमा विदेश बस्ने रहर भएको भए बेलायत बस्ने थिइन् । त्यहाँ उनको परिवारको व्यवसाय थियो, घर थियो । दशैंमा सासु-ससुरासँग टीका लगाउन गएको बेला दुई महिना लन्डनमा बस्थिन् ।

फिल्म क्षेत्रमा करिश्माको प्रवेश सुनियोजित थिएन । उनका साथीहरूको प्रेरणा थियो यसमा । कलिलो उमेरमा फिल्म क्षेत्रमा पसेकी करिश्माको पहिलो चलचित्र थियो– 'सन्तान' । यसका निर्देशक पनि चानचुने थिएनन् । प्रकाश थापा अब्बल मानिन्थे नेपाली सिनेमा निर्देशनमा । त्यतिबेला सबै सिनेमा चल्थे । कुन चल्यो र कुन चलेन भन्ने कुण्ठा थिएन ।

पुराना हिन्दी चलचित्र हेर्छिन् करिश्मा । नेपाली सिनेमा हेरौं भन्यो भने पनि सहज उपलब्ध हुनै गाह्रो छ । उनको रायमा पुरानो फिल्मको विशेषता के हो भने यसमा कथानक बलियो हुन्छ । त्यति बेलाका हरेक फिल्म एउटा स्वतन्त्र कलाकारिता जस्तो लाग्छ करिश्मालाई । उनले भर्खरै मात्र स्वर्गीय राजकपुरको 'संगम' र 'जिस देशमे गंगा बहती है' हेरिन । ती साह्रै कलात्मक थिए । उनी अभिभूत भइन । अहिलेका धेरैजसो नेपाली टेक्निसियनले भारतमा तालीम लिएका छन् । त्यसैले त्यहाँको प्रभाव हाम्रो फिल्ममा देखिन्छ । यसलाई नौलो कुरा मान्दिनन् करिश्मा ।

करिश्माले सधैं नयाँ सोचिन आफूलाई । उनलाई अहिले पनि आफू नेपालको चलचित्र क्षेत्रमा नयाँ नै हुँ जस्तो लाग्छ । उनले अहिलेसम्म बेस्ट एक्टर अवार्ड पाएकी छैनन् : आफूलाई सिकारु कलाकार नै सम्झन्छन् । उनी आफूले अभिनय गरेका फिल्मबाट पनि त्यति सन्तुष्ट छैनन । आफूलाई उत्कृष्ट सोच्ने घमन्ड कहिल्यै आएन उनमा ।

करिश्मालाई लागेको छ 'वसन्ती' र 'अल्लारे' सिनेमामा उनले जुन अभिनय गरिन् ती मात्र राम्रा छन् ।

जतिबेला यो अन्तर्वार्ता हुँदै थियो, करिश्मा सामान्य पुलओभर र पाइन्टमा सजिएकी थिइन्, तर उनलाई मन पर्ने पहिरन साडी हो । उनी साडीमा सजिन रुचाउँछिन् । किनभने साडीमा स्त्रीको सम्पूर्ण सुन्दरता झल्कन्छ । साडीलाई संसारकै 'सेक्सिलो ड्रेस' भन्छिन् उनी । उनको विचारमा, साडी महिलाका लागि नै डिजाइन गरिएको पहिरन हो ।

करिश्माको गुनासो छ : नेपाली फिल्मका कलाकारहरूलाई आफ्नो बुद्धि प्रयोग गर्ने अधिकार छैन । निर्देशकले जे भन्छन् त्यही गर्न विवश छन् उनीहरू । त्यसैले त नेपाली फिल्महरू चाहिने भन्दा बढी नै फिल्मी देखिन्छन् । निर्देशकलाई यहाँ कुनै कलाकारले, कसैले पनि सुझाव दिन सक्दैन । 'तिम्रो नाम के हो ?' भन्ने प्रश्न गर्न पनि यति ठाउँमा ब्रेक लिनु पर्छ कि त्यो पुरै फिल्मी हुन जान्छ । त्यही डायलगलाई साधारण तरिकाले बोल्ने हो भने त्यो साँच्चिकै स्वाभाविक सुनिन्छ । डाइरेक्टरलाई यस्तो कुरा पच्दैन । खुशीको कुरा हाल आएका नयाँ कलाकार तथा निर्देशक दुवैथरीले यसमा ध्यान दिन थालेका छन् ।

खरिददारी र पोसाकमा करिश्माको चाख पहिलेदेखि नै थियो । अहिले त्यो चाख घटेर गएको छ । उनमा समाजका विभिन्न पाटाका बारेमा जान्ने उत्सुकता बढेर गएको छ । खास गरेर राजनीतिमा लागेपछि उनका उत्सुकता थपिँदैछन् । उनी समाजलाई बुझ्दैछिन् र सिक्दैछिन् । करिश्मा नयाँ-नयाँ मानिसहरू भेट्न मन पराउँछिन् । घण्टौं राजनीतिक गफमा रमाउँछिन् । कहिलेकाहीं त मानिसहरू मलाई एवनर्मल पनि भन्छन्, तर म नर्मल छु ।

विनोद (मानन्धर) सँग विवाह भएपछि करिश्माले आफूलाई निकै सुरक्षित भएको सोचिन् । जीवन निश्चित ढंगले आफनो बाटोमा हिंडेपछि उनी खुसी भइन् ।

उनको विचारमा : विवाह भनेको अन्डरस्ट्यान्डिङ र कमिट्मेन्ट हो । अन्डरस्ट्यान्डिङ र कमिट्मेन्टस भए पछि अरू सबै कुरा गौण हुन्छन् । करिश्मालाई लाग्छ, 'विनोद र म सामान्य दम्पत्ति मात्र होइनौं । हामी त असाधारण साथी हौं ।' विनोदले करिश्मालाई हरेक परिस्थितिबाट पारलगाएका छन् । मद्दत गरेका छन् ।

धर्म-कर्ममा अत्यन्तै विश्वास गर्ने करिश्मा विगत केही समयदेखि अलिक अल्छी भएकी छिन् । पहिले बिहान ४ बजे उठेर बगलामुखी मन्दिर जान्थिन्, लाइनमा बसेर दर्शन गर्थिन् । अहिले त्यो क्रम टुटेको छ । उनले भगवान्का अगाडि पुगेर 'मेरो फिल्म हिट होस' भनेर कहिल्यै वरदान मागेकी छैनन । मनमा यो माग्नुपर्ला भनेर सोचेपनि मन्दिर पुगे पछि उनी सबै कुरा बिर्सिन्छिन् ।

करिश्माको विचारमा, नेपाली सिनेमामा एउटै शैली र तरिका अपनाइएकाले धेरै कलाकार फिल्म इन्डस्ट्रीबाट हराए । जे-जति इन्डस्ट्रीमा जीवित छन्, त्यसको कारण तिनले नयाँ-नयाँ प्रयोग गरेकाले हो । फिल्म चले पनि नचले पनि हामी कहाँ विभिन्न प्रयोग हुन भने छाडेको छैन । यो नेपाली सिनेमाको राम्रो पक्ष हो । उनी आफ्ना बारेमा भन्छिन, 'जुन भूमिकाबाट दर्शकको अपेक्षा पूरा हुँदैन, म त्यस्तो भूमिकामा अभिनय गर्दिनँ । पूरै सिनेमालाई नेतृत्वदिने भूमिका पाएँ भने म त्यसलाई छाडदिन् ।'

करिश्मा आफूलाई राम्रो नर्तकी मान्दिनन् । उनी नाच्न भने निकै रुचाउँछिन् । उनलाई बेली डान्स मनपर्छ । किनभने, यो नृत्यमा नारीको सम्पूर्ण सुन्दरता झल्किन्छ । करिश्मा भन्छिन्, नियमित एक्सरसाइज गर्ने मानिस थिएँ म । तीन वर्षदेखि छुटेको एक्सरसाइज आजैदेखि सुरु गर्न थालेकी छु । करिश्मा भन्छिन्, 'हेर्नुहोस, जीवन त एउटै छ । यो जीवनमा मन लागेको कुरा नगरे कहिले गर्नु ?'

प्रतिक्रिया

सरकारको सहयोग बिना आफ्नै बलबुतामा विश्वस्तरीय प्रतियोगिता जित्नु चानचुने कुरा होइन । (विश्वविजेता) राजनीति सप्रन नसकिरहेका बेला महेश्वर महर्जनजस्ता मेहनतीले बेला-बेला देशको नाम राखेर नेपालीहरूलाई खुसी तुल्याउँछन् । उनले पदक ल्याएको मात्र होइन, एउटा इतिहास पनि रचेका हुन् । यस्ता प्रतिभालाई सरकारले सम्मान र हौसला दिनुपर्छ । देशको नाम विश्वसामु फैलाएका महर्जनको जीवनवृत्तिमा सरकारको ध्यान जाओस् ।

मनीषा खत्री

देशको नाम राख्नेहरूले नै गुमनाम जीवन बिताउनुपर्ने बाध्यता छ । (विश्व विजेता) जो देशकै ढुकुटी रित्याउने काममा अगाडि छन् तिनकै अनेक ढंगले सम्मान गरिन्छ हाम्रो नेपालमा ।

विमल खनाल

ज्योति अनि मुकुन्देहरू चर्चामा आउने देशमा विश्व विजेतालाई कसैले चिनेनन् । (विश्वविजेता) अब यिनलाई राज्यले सम्मान गर्नुपर्छ ।

रमेश खत्री

सरकारले नेपालको नाम कमाउनेलाई भन्दा नाम गुमाउने भ्रष्टाचारी, बलात्कारी आदिलाई संरक्षण गर्छ । (विश्वविजेता) अब त सुध्र सरकार ।

रमेश चापागाइ

बिरामीले औषधि खाएन भने डक्टरको केही अर्थ हुँदैन । (अघि-अघि शंकर पछि-पछि विष्णु) त्यसैगरी पीडित मानिस जबसम्म आफैं आफ्ना लागि आवाज उठाउन अघि बढ्दैन तबसम्म अरूको प्रयास प्रयासमै सीमित रहन्छ ।

चन्दा लामा

सालको पात टपरी हुने हे बरै यो जमानामा यस्तोचाहिँ अलि नहुने । (अघि-अघि शंकर पछि-पछि विष्णु) विचरा विष्णु माझीको जिन्दगी !

एस वाग्ले

म र मेरी आमाजस्तै लाग्यो । (जाडो, बा र म) मेरी आमाको जाँगर र फुर्तिलोपन त ममा जुनीभरि नै आउँदैन जस्तो लाग्छ । उहिलेका मान्छे साह्रै तगडा र मनकारी हुन् ।

एम.डी. राई

सुबिन भट्टराई मलाई मन पर्ने लेखक हुन् । (जाडो, बा र म) उनको कृति पढ्दा आफूलाई त्यही दुनियाँमा पुगेको फिल हुन्छ, म उपन्यास पढेर रोएको समर लभ अनि साया पनि हो ।

नीलिमा ठकुरी

देश संघीयतामा जाने क्रममा कर्मचारीको संख्या बढ्दै गएको छ । (सरकारी जागिरमा मोह) पछिल्लो समयमा दक्ष युवाहरूको प्रवेशले सरकारी कर्मचारी प्रशासनमा लागेको अक्षमताको दाग मेटिएला भन्ने विश्वास बढेको छ ।

आकृति पुडासैनी

नयाँ वर्षको पहिलो दिन नै अन्तरिक्षमा नयाँ यान पुगेको समाचारले खुसी तुल्यायो । यसले आगामी वर्षको वैज्ञानिक बाटो शुभ रहेको संकेत गर्छ ।

प्रनिस मगर

कालिज रेस्टुरेन्ट खुलेको कुरा सुनेर मन प्रसन्न भयो । गैहाल्यौ जस्तो पो लाग्यो ।

आस्था खड्का

देश संघीयतामा गएसँगै प्रदेश नम्बर १ को राजधानी विराटनगरमा प्रदेश स्तरीय रोबोट प्रदर्शनी सम्पन्न भयो । (विराटनगरमा रोबोटको भिडन्त) यसले प्रतिभाहरूलाई तल्लो तहबाटै समेट्नुका साथै हौसलासमेत प्रदान गर्छ ।

सरस्वती थापा

गायक स्वप्न सुमन गहिरो प्रेममा परेका रहेनछन् । (गहिरो प्रेममा परेको छैन) मलाई उनको गायन खुबै मन पर्छ र उनीसँग गहिरो प्रेममा पर्न मन छ ।

अस्मि

अहिले गीतहरू वर्षाको खहरेजस्तो आएका छन् । (युट्युबमा भाइरल भएका दुई गीत) गीत जीवन्त हुन सदावहार हुनुपर्छ ।

रमेश

पैसा भएपछि जे पनि हुन्छ । रुसकी तरुनीले मलेसियाका बुढा सुल्तानलाई आफ्ना पतिका रूपमा स्वीकार गर्नुको कारण पनि पैसा नै हो ।

सरुन महर्जन

follow us on
twitter.com/saptahik

Like us on Facebook
facebook.com/kantipursaptahik

नेपालमै अथाह सम्भावना छ

> हामीजस्ता धेरै अध्ययनसँगै राम्रो अवसरको खोजीमा पनि आएका हुन्छौं । कानुनी अधिकार खोज्ने प्रयास गर्छौं, त्यसो गर्दागर्दै १० वर्ष बित्छ । १० वर्षमा कागज पाइन्छ, त्यतिन्जेल लगानी मात्र हुन्छ । कागज पाइसकेपछि केही गरौं भनेर व्यवसाय सुरु गर्‍यो, घर किन्यो, किस्ता तिर्‍यो, बच्चाबच्ची जन्मिन्छन उनीहरूलाई पढाउन थालिन्छ । तैपनि उनीहरूले नेपाललाई बिर्सिएका हुँदैनन् ।

तस्बिर : नवराज बाग्ले

■ पशुपति भण्डारी

सन् १९९१ मा विद्यार्थीका रूपमा बेलायत प्रवेश गरेका हुन्- गुल्मी हुगामा जन्मिएका पशुपति भण्डारी । पढाइ र बेलायतको आवासीय भिसा प्रक्रिया पूरा भएपछि उनले सन् २००३ मा रेष्टुरेन्ट व्यवसायमा हात हाले । बेलायतमा मात्र उनका राम्रा चलेका चारवटा रेस्टुराँ छन् । भण्डारीले यो व्यवसाय साझेदारीमा न्युजिल्यान्डमा समेत विस्तार गरेका छन् । भण्डारीले नेपालमा जलविद्युत् तथा होटल व्यवसायमा समेत लगानी गरेका छन् । सन् २०१५ को भूकम्पपछि अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न सरकारले सन् २०१६ मा उनलाई बेलायतका लागि पर्यटन दूत नियुक्त गरेको थियो । उनले पर्यटन दूतका रूपमा सन् २०१६ देखि २०१८ सम्म बेलायतका साथै युरोपेली देशहरूमा पर्यटन प्रवर्द्धनको काम गरे । बेलायत बसाइ, बेलायतीको नेपाल हेर्ने दृष्टिकोण, पर्यटकीय सम्भावना आदि विषयमा केन्द्रित रहेर साप्ताहिकका लागि भिषा काफ्ले र जनक तिमिल्सिनाले भण्डारीसँग गरेको कुराकानी :

बेलायत जानुको मुख्य उद्देश्य के थियो, पैसा कमाउनु वा पढ्नु ?

वास्तवमा भन्नुपर्दा दुवै थियो । स्नातक गरिसकेपछि उच्च शिक्षा हासिल गर्ने र व्यवसाय तथा अवसरको खोजीमा म बेलायत पुगेको थिएँ ।

सुरुमा बेलायतको बसाइ कस्तो रह्यो ?

नयाँ परिवेश, नयाँ देश, आर्थिक रूपमा सबै कुरा व्यवस्थापन गर्नुपर्ने भएकाले एक वर्षजति गाह्रो भयो, त्यसपछि बिस्तारै साथीहरू बनाउन थालियो अनि काम पनि सहज हुँदै गयो । बेलायतको नेपाली समाज अहिलेको जस्तो फराकिलो भैसकेको थिएन । सम्पर्क गर्न पनि गाह्रो, अहिलेको जस्तो इन्टरनेट थिएन । यी सबै कारणले घरको निकै सम्झना आउँथ्यो ।

सुरुका दिनमा कति कमाउनुहुन्थ्यो ?

बेलायत पुगेपछि सुरुमा मैले एउटा रेस्टुराँमा काम गरे । त्यतिबेला मेरो कमाइ साताको १ सय पाउण्ड थियो । त्यसले गुजारा चलाउन पनि गाह्रो पर्थ्यो । आफू मेहनति भयो भने बेलायतमा काम पाउन त्यति गाह्रो थिएन । आफूलाई चाहिएको समयमा काम पाइन्थ्यो । त्यसैले काम गरेरै खर्च पुर्‍याउने र फी पनि घरबाट सकेसम्म नमाग्ने भनेर निकै मेहनत गरियो ।

गएको कति वर्षपछि संकटबाट सहजतातिर पुग्नुभयो ?

तीन-चार वर्षपछि काममा पनि स्थिरता देखा पर्‍यो । मैले म्यानेजरको जिम्मेवारी पाए, आम्दानी पनि त्यही रूपमा बढ्दै गयो ।

व्यवसायमा कसरी आउनुभयो ?

सुरुदेखि नै आफै केही गरौं भन्ने थियो । विद्यार्थी हुँदा नै साझेदारी गर्ने अवसरहरू पनि आए, तीन-चार जना साथी मिलेर रेस्टुराँ चलायौं । आफ्नै व्यवसाय सुरु गर्न कानुनी अधिकार हुनुपर्छ । मैले बेलायतमा बस्ने आवासीय अधिकार २००३ मा पाए । सन् २००३ मा आफ्नै केही गरौं भनेर परिवार र साथीभाइको सहयोगले एभरेस्ट इन नामको एउटा रेस्टुराँ ब्रान्ड सुरु गर्‍यौं । बेलायतको केन्टमा गोर्खा आर्मी क्याम्प नजिकै ८० हजार पाउण्डमा हामीले एभरेस्ट इन सुरु गरेका थियौं । सुरुमा १०-१२ जनाको टिम थियो । हामी सफल पनि भयौं । अहिले एभरेस्ट इनसँग जोडिएका ८-९ वटा रेस्टुराँ छन्, हाम्रै मात्र ४ वटा छन् । हामीले न्युजिल्यान्डमा पनि एभरेस्ट इनकै अवधारणामा एमलाल (राजु) ढकालको परिवारको अग्रसरतामा रेस्टुराँ खोलेका छौं ।

न्युजिल्यान्ड किन जानुभयो ?

हामी नेपाली परिकारको प्रवर्द्धन, थोरै रोजगारी र नेपाली पर्यटनको प्रवर्द्धन गर्ने हिसाबले न्युजिल्यान्ड गएका हौं । म बेलायतबाट गएर २०१४ मा मेरो व्यवसायिक साझेदार एमलाल ढकालसहित न्युजिल्यान्डको वकलेण्ड पार्नेल रोडमा रेस्टुराँ खोल्यौं । त्यसको उद्घाटन एडमन्ड हिलारीकी कान्छी श्रीमती जुने हिलारी र मैले गर्‍यौं । अहिले उहाँहरूले निकै मेहनत गरेर अहिले त्यसलाई प्रतिष्ठित रेस्टुराँ बनाइसक्नुभएको छ, हालसालै हामीले त्यहाँ एउटा पुरस्कार पनि प्राप्त गर्‍यो । त्यहाँको प्रधानमन्त्रीको परिवार पनि हाम्रो रेस्टुराँको ग्राहक हुनुहुन्छ । एडमन्ड हिलारीको परिवारसहित त्यहाँका प्रतिष्ठित परिवारहरू हाम्रो रेस्टुराँमा आउनुहुन्छ । सर एडमण्ड हिलारीका छोरा पिटर हिलारीले खोल्नुभएको हिमालयन ट्रस्टको धेरैजसो कार्यक्रम हामीकहाँ हुन्छन्, जसले त्यहाँको लोकल नेटवर्क पनि राम्रो भएको छ । सन् २०२० को पर्यटन वर्षका लागि हामीले त्यहाँबाट समेत पहल गर्दैछौं ।

सुरुका व्यवसायिक दिनहरू कस्ता रहे । कसरी मेनु डिजाइन गर्नुभयो ?

हामीले सुरुमा रेस्टुराँ खोल्दा एक अनुभवी र पुरानो सेफ दाइलाई लियौं । गाह्रो के भयो भने हामी अलि आधुनिक र नयाँ गर्न खोज्ने, उहाँ पुरानै तरिकाबाट गरौं भन्ने । अलिअलि द्वन्द्व पनि भैरहेको थियो, पछि उहाँले खुशीका साथ छाड्नुभयो । पछि हाम्रो एक जना पारिवारिक सदस्य नै नेपालमै तालिम लिएर आउनुभयो, उहाँले मेनु डिजाइन गर्नुभयो । हामीले नेपाली खानालाई फ्युजन गरेर युरोपेली स्तरमा पस्किनेदेखि लिएर प्रस्तुतीकरणसम्म धेरै कुरामा ध्यान दियौं । अहिले गर्वका साथ भन्नुपर्दा बेलायतका सांसददेखि लिएर मन्त्री, प्रधानमन्त्रीका सल्लाहकार सबै हाम्रा ग्राहक हुनुहुन्छ । त्यहाँका पूर्वउपप्रधानमन्त्रीले हाम्रो रेस्टुराँमा आएर चुनावका बेला एउटा कार्यक्रम गर्नुभयो, बेलायतका तत्कालीन अध्यागमनमन्त्री डामिन ग्रीन तथा स्थानीय मेयर आएर नेपाली परिकार बनाउन सिक्नुभयो । उक्त अवसरलाई त्यहाँका सञ्चारमाध्यमले समेत राम्रो कभरेज गरेका थिए । हामीले रेष्टुराँमार्फत समय–समयमा नेपाललाई प्रवर्द्धन गर्न त्यहाँ विभिन्न च्यारिटी कार्यक्रमहरू गर्‍यौं, प्रसिद्ध अभिनेत्री जोआना लुम्लेलाई पनि हाम्रो रेस्टुराँमा ल्याएर २-३ वटा कार्यक्रम गर्‍यौं । हलिउड, बलिउड र नेपालबाट जाने कलाकारदेखि धेरैलाई स्वागत गर्दै नेपाल–बेलायत जोड्न पाइएको छ, गर्व लाग्छ ।

बेलायतीहरूले नेपाली परिकार कत्तिको मन पराउँछन् ?

हाम्रा ९९ दशमलव ९ प्रतिशत ग्राहक बेलायतीहरू नै हुन् । हाम्रो मेनु अलि महँगो छ । हामी फ्युजन गरेर परिकार बनाउँछौं, हाम्रा मुख्य मसला भारतीय र नेपाली नै हुन् । मसला हामी आफैं ब्लेन्ड गर्छौं । घरकै शैलीमा हामी कम चिल्लो, पिरो खानेकुराहरू बनाउँछौं । मसालेदार खानेहरूका लागि छुट्टै परिकार सर्व गर्छौं । तरकारी, माछा तथा मासुका विभिन्न परिकार नै बढी रुचाइन्छ । हामीले नेपाली परिकार पनि अलि फरक शैलीमा पस्किरहेका छौं ।

अहिले बेलायतमा कति नेपाली रेस्टुराँ होलान् ?

अहिले बेलायतमा झन्डै डेढ-दुई सय नेपाली रेस्टुराँ छन् । हामीले मात्र सातामा प्रत्येक रेष्टुरेन्टमा ४-५ सय बेलायतीलाई आतिथ्यता प्रदान गर्छौं । त्यसमध्ये ६० प्रतिशत नियमित र ४० प्रतिशत नवआगन्तुक हुन्छन् । त्यसबाहेक हामी होम डेलिभरी पनि दिन्छौं । बेलायतमा दिनभरि काम गरेपछि साँझ रेस्टुराँमा खाने चलन छ । थाकेर आएपछि उनीहरू घरमा खाना पकाउन झन्झट मान्छन् । त्यसकारण बेलायतमा रेस्टुराँ व्यवसाय राम्रो मानिन्छ ।

बाहिर बस्ने नेपालीहरूले बढी रेस्टुराँ तथा होटल–व्यवसायमा हात हालेको पाइन्छ, किन ?

नेपालीहरू आतिथ्यता प्रदान गर्न मन पराउने स्वभावका भएकाले होला, धेरै नेपाली यही व्यवसायमा छन् । विदेशका सबैजसो नेपाली रेस्टुराँहरूले नेपालको पर्यटन प्रवर्द्धनमा ठूलो भूमिका निर्वाह गर्दै आएका छन् । विदेशमा नेपाली रेस्टुराँ भनेर बोर्ड टाँस्नेबित्तिकै नेपालीलाई माया गर्ने र कुनै न कुनै रूपमा नेपालसँग जोडिएकाहरू एकपटक भए पनि आउँछन् । त्यहाँ गएर नेपाली खाना रुचाउँछन्, त्यही बीचमा नेपाल र नेपालीसँग जोडिने कुरा हुन्छ । त्यसकारण नेपाली रेस्टुराँ खुल्दै जानु नेपालकै लागि राम्रो हो । अरू व्यवसायबाट नेपाललाई चिनाउनुभन्दा रेस्टुराँ वा खानाले धेरैलाई

पृष्ठ ८ मा

KMG
KANTIPUR MEDIA GROUP

IT DOESN'T GET ANY LOUDER THAN THIS !

Radio Kantipur
NATIONAL MUSIC AWARDS
2075

QUANTUM/RK/0119

DishHome True HD
खुसीONगरौं!

PRESENTS

Radio Kantipur NATIONAL MUSIC AWARDS 2075

POWERED BY

सानिमा बैंक
सबल अनि विश्वसनीय बैंक

AMBE STEELS
अम्बे स्टील्स
जे बन्छ, दिगो बन्छ

and the
CATEGORIES *are...*

उत्कृष्ट ३ एजेन्सी
उत्कृष्ट नव कलाकार
उत्कृष्ट गीतकार
उत्कृष्ट संगीतकार
उत्कृष्ट लोक गायक
उत्कृष्ट लोक गायिका
लाइफटाइम अचीभमेन्ट अवार्ड
पिपल्स च्वाईस अवार्ड
उत्कृष्ट राष्ट्रिय गीत
उत्कृष्ट पार्श्व गायक
उत्कृष्ट पप गायिका
उत्कृष्ट पप गायक
उत्कृष्ट पार्श्व गायिका
उत्कृष्ट सांगीतिक समूह
उत्कृष्ट आधुनिक गायक
उत्कृष्ट आधुनिक गायिका
उत्कृष्ट आधुनिक गायिका
उत्कृष्ट युगल गीत

पिपल्स च्वाइस अवार्ड

JANUARY 19TH, 2019
LIVE ON
KANTIPUR
Radio Kantipur

CODE	गीत	गायक
१	माया लुकी लुकी	टीका प्रसाईं
२	गोजीमा दाम छैन	राजनराज शिवाकोटी, मेलिना राई, ग्रीष्मा शिवाकोटी
३	रुपै मोहनी	टंक बुढाथोकी / मीना निरौला
४	हाम्रो नेपालमा	नितेशजंग कुँवर
५	पर्ख पर्ख मायालु	कृष्ण काफ्ले / बिन्दु परियार

TYPE NMA <SPACE> SONG CODE & SEND IT TO 33001

EXAMPLE : TYPE NMA <SPACE> 1 FOR MAYA LUKILUKI
TYPE NMA <SPACE> 4 FOR HAMRO NEPALMA

MARKETED BY
A.D. RELEASE

CELEBRATION PARTNERS
CITY EXPRESS MONEY TRANSFER सिटी एक्सप्रेस मनि ट्रान्सफर
Xtraa! Cloth Care
प्रीती भोक जग्यो छ!
CBIL Capital Ltd. सि बि आई एल क्यापिटल लि. बाटुलेचर हिल्लीबजार, काठमाडौं सहाहिस्को शेयर लगानी व्यवस्थापक

JEWELLERY PARTNER
लक्की ज्वेलर्स
काठमाडौं
हेटौडा, नारायणगढ

PAINTS PARTNER
apollo paints

INSURANCE PARTNER
नेको इन्सुरेन्स लि.
NECO INSURANCE LTD.
MAKE A VISIBLE DIFFERENCE

BEVERAGE PARTNER
Warsteiner
PREMIUM GERMAN BEER

नेपालमै अथाह...

पृष्ठ ६ बाट

हामीले नेपाली परिकार पनि अलि फरक शैलीमा पस्किरहेका छौं ।

बेलायतमा नेपालीहरूलाई गोर्खालीका रूपमा हेरिन्थ्यो । पछिल्लो समय त्यो दृष्टिकोणमा केही परिवर्तन आएको छ ?
बेलायत र हाम्रो दौत्य सम्बन्ध स्थापना भएको दुई सय वर्षभन्दा बढी भैसकेको छ । उनीहरूले हामीलाई भिन्न किसिमले सम्मान गर्छन् । झट्ट हेर्दा हामी अन्य कुनै एसियाली मुलुकको जस्तो पनि देखिन सक्छौं, जब उनीहरूसँग हामी नेपाली हौं भन्ने कुरा हुन्छ, तब उनीहरू एकदमै राम्रो व्यवहार गर्छन् । कुनै न कुनै रूपमा त्यहाँका नागरिकको नेपालसँगको नाता, अनुभव र धारणा राम्रो छ, त्यही लाभ हामीले पाउँछौं । उनीहरूले हामीसँग छुट्टै सामीप्यता महसुस गर्छन् ।

बेलायतीहरू जो नेपाल आएका हुन्छन्, उनीहरूले नेपालको बढी सम्झने कुरा के–के हुन् ?
सामान्य नागरिकको आतिथ्यतालाई उनीहरू उच्च सम्मान गर्छन् । त्यसले उनीहरूलाई नेपालप्रति आकर्षित गर्छ । अर्को, नेपालको प्राकृतिक सुन्दरताको निकै प्रशंसा गर्छन् । प्रत्येक वर्ष मैले आफ्ना नजिकका बेलायती साथीहरूलाई नेपाल पठाउने गरेको छु ।

बेलायतसँगै युरोपबाट पर्यटक बढाउने सम्भावना के–के छन् ?
सन् २०१६-१९ को चुनौतीपूर्ण समयमा मैले टुरिज्म बोर्डको एउटा अनरी पब्लिक रिलेसन रिप्रिजेन्टिभ भन्ने जिम्मेवारी पाए । यो जिम्मेवारी ग्रहण गरेका युरोपका साथीहरू आयरल्यान्डमा दिपेशमान शाक्य, डेनमार्कमा सोम सापकोटा र मैले बेलायतबाट म सहित युरोपभरिका मानार्थ प्रतिनिधी र दूतावासहरूसँग सहकार्य गरेर काम गर्‍यौं । हामी सबै मिलेर सन् २०१७ लाई लेट्स फोकस भिजिट नेपाल इयर-२०१७ युरोप भनेर युरोपका सबै सहरमा कार्यक्रम गर्‍यौं, आफ्ना संसाधनमार्फत त्यहाँका विश्वविद्यालयहरूमा कार्यक्रम गर्‍यौं, उपलब्ध प्लेटफर्महरूमा नेपालको पर्यटनका सम्बन्धमा प्रचार गर्ने काम गर्‍यौं । त्यसले युरोपका पर्यटक अत्यधिक बढे । यो वर्षको अन्त्यसम्म हामीले १४ लाख पर्यटक भिœयाउने योजना बनाएका छौं, त्यसमा सफल पनि हुन्छौं । पर्यटन वर्ष–२०२० मा २० लाख पर्यटक भिœयाउने लक्ष्य पूरा हुन्छ, तर त्यसका लागि भौतिक पूर्वाधार निर्माण एवं व्यवस्थापनमा ध्यान पुर्‍याउनुपर्छ । पर्यटनमन्त्री एवं पर्यटन बोर्डका कार्यकारी प्रमुखसम्म पनि मैले हामीले भिœयाउने पाहुनालाई सुन्दर अनुभूति कसरी दिलाउने भन्नेमा सचेत हुनुपर्छ भन्ने कुरा राखेको छु । त्यसैले हाम्रा स्रोतसाधनहरूलाई पर्याप्त उपयोग गरेर अघि बढ्नुपर्छ । अतिथीहरूलाई सुन्दर अनुभव दिने र जलविद्युत्मार्फत अघि बढ्न सकियो भने नेपाललाई धेरै अगाडि बढाउन सकिन्छ । पर्यटन एवं जलविद्युत् नै हाम्रो मुलुकको समृद्धिको मुख्य आधार हुन् ।

बेलायतबाट लगानी भिœयाउने सम्भावना के–के छ ?
बेलायतबाट लगानी भिœयाउने विषयमा ब्रिटेन-नेपाल चेम्बर्स अफ कमर्स तथा नेपाल-ब्रिटेन चेम्बर्स अफ कमर्सले कार्यक्रम गरिरहेका छन् । केही वर्षअघि हामीले १३ वटा कम्पनीको ट्रेड डेलिगेसन पनि गरेका थियौं, जसमा एउटा कम्पनी हाम्रो पनि थियो । त्यतिबेला हामीले नेपालको उच्चस्तरीय भ्रमण गर्‍यौं, नेपालमा लगानीसम्बन्धी जटिलताका विषयमा छलफलसमेत भयो । हामीले सरकारलाई पनि सहज वातावरणका लागि अपिल गर्‍यौं ।

नेपालबाट युरोप, अमेरिका जाने भनेको अध्ययनका लागि हो, तर जानेहरूमध्ये ९० प्रतिशत उतै सेटल हुने मनस्थिति बनाउँछन्, किन होला ?
बेलायत, अमेरिका, क्यानाडा, जापान, अस्ट्रेलियाजस्ता देशमा बसेका नेपालीहरू सुरुमा अध्ययनका लागि गएका हुन्छन् । पढेर फर्कन्छु भन्ने धनाढ्य एवं व्यवसायी घरानाका सदस्यहरू मात्र हुन्छन् । हामीजस्ता धेरै अध्ययनसँगै राम्रो अवसरको खोजीमा पनि आएका हुन्छौं । कानुनी अधिकार खोज्ने प्रयास गर्छौं, त्यसो गर्दागर्दै १० वर्ष बित्छ । १० वर्षमा कागज पाइन्छ, त्यतिन्जेल लगानी मात्र हुन्छ । कागज पाइसकेपछि केही गरौं भनेर व्यवसाय सुरु गर्‍यो, घर किन्यो, किस्ता तिर्‍यो, बच्चाबच्ची जन्मिन्छन उनीहरूलाई पढाउन थालिन्छ । तैपनि उनीहरूले नेपाललाई बिर्सिएका हुँदैनन् । व्यवसायले राम्रो गर्न थालेपछि आफ्नै घरबाट भाइभतिजाहरू कसलाई राम्रो अवसर दिने भन्ने हुन्छ । त्यसपछि आफूले कमाएको रकमबाट नेपालमा लगानी गर्ने हो । अहिले धेरैले यही गरिरहेका छन् । त्यहाँ रहँदा पनि मन नेपालमै हुन्छ, बिहानै नेपालकै समाचार हेरिन्छ । बाहिर पुगेर नेपालीले कमाएका मात्र छैनन्, ज्ञान र सीप पनि सिकेका छन् । त्यहाँ रहेका नेपालीहरूले नेपाललाई विदेशीसँग जोड्ने र चिनाउने काम गरिरहेका छन् ।

गैरआवासीय नेपाली संघ स्थापना भएपछि नेपालमा लगानी गर्ने वातावरण बनेको हो ?
गैरआवसीय नेपाली संघ स्थापना नहुँदा नेपालबाहिर बस्नेहरूको सामान्य सोचाइ पैसा कमाएर काठमाडौंमा एउटा घर बनाऊँ, घडेरी किनौं भन्ने हुन्थ्यो । गैरआवासीय नेपाली संघ स्थापनापछि प्रशस्तै साना/ठूला ब्यक्तिगत र सामूहिक रुपमा काम भएका छन् । सानो उदाहरण सामूहिक लगानीको अवधारणासहित तत्कालीन अध्यक्ष जीवा लामिछानेको नेतृत्वमा २७ मेगावाटको दोर्दी जलविद्युत्मा करिब १ हजार लगानीकर्ता छन्, त्यसको स्थानीय साझेदार आइएमई ग्रुप हो । त्यसमा एनआरएन इन्भेस्टमेन्ट कम्पनीको ५१ प्रतिशत सेयर छ । त्यसमा हामीले सबैलाई जोड्न खोजेका हौं । त्यसमा १ लाखदेखि १ करोडसम्म लगानी गर्न पाइन्छ । सामान्य रोजगारी गर्ने साथीले १ लाख रुपैयाँ लगानी गरेर म गैरआवासीय नेपालीहरूको भाग हुँ भन्न सक्छन्, उपेन्द्र, जीवा र शेषजीले पनि सबैलाई समेट्नका लागि यो प्रोजेक्टमा १ करोड रुपैयाँभन्दा बढी लगानी गर्नुभएन । हामीले सबैलाई जोड्न यो पहल गरेका हौं । त्यस्ता अरु धेरै काम भैरहेका छन् । गैरआवासीय नेपाली संघ नभएको भए, हामी यसरी जोडिँदैनथ्यौं ।

ठूला सपना बोकेर विदेश जाने युवाहरूलाई के सुझाव दिनुहुन्छ ?
मेरो घरमै परेको समस्या के हो भने आफू गएर जमेको यसले हामीलाई नजा भन्छ भन्ने छ । ०४६-४७ सालमा म बेलायत पुग्दा नेपालमा त्यति अवसर थिएन । अहिले बेलायतमा विदेशीहरूले नै काम पाउन गाह्रो हुँदैछ । अहिले विद्यार्थीका रूपमा कुनै राम्रो कम्पनीमा रोजगारी पक्का गरेर जाने हो भने त राम्रै छ, तर त्यो सम्भावना धेरै कम छ । विद्यार्थीका रूपमा गएर त्यहाँ सम्भावना र अवसर खोज्छु भन्नु चुनौतीपूर्ण छ, छँदै छैन चाहिँ भन्दिन, तर नेपालमा अहिले सबै क्षेत्रमा सबै सम्भावना छन् । त्यसैले यहीं अध्ययन गरेर राम्रा योजनाहरूमा काम गर्नुपर्छ । ठूला-ठूला होटलहरू खुलिरहेका छन्, तर काम गर्ने श्रमशक्तिको अभाव छ । समाजले पनि छोराछोरीको विवाह भएपछि ‘ज्वाइँ कहाँ ?’ भन्दा ‘यहीं’ भन्दा ‘हँ, विदेश होइन ?’ भन्ने हेय भाव राखेको पाइन्छ, यस्तो मनस्थितिमा परिवर्तन आउनुपर्छ । नेपालमै अथाह सम्भावना छ ।

आज एपिक नेपाल म्युजिक एवार्ड

कला र गलाको संरक्षण हाम्रो अभियान भन्ने उद्देश्यका साथ आज शुक्रवार एपिक नेपाल म्युजिक एवार्ड-२०७५ वितरण गरिँदैछ । ठमेलस्थित छायाँ सेन्टरमा सञ्चालन हुने उक्त समारोहमा लोकगीत, आधुनिक, पप-लोक, तामाङ सेलो, मेंदोमाया, काठे भाका, देउडा गीत तथा पूर्वेली भाकाका साथै दसैं-तिहार विधामा कलाकारहरू सम्मानित गरिँदैछ । कुल ६६ विधामा एवार्ड वितरण गरिने उक्त समारोहमा नेपाली सुगम संगीतका धरोहर भजन शिरोमणि भक्तराज आचार्य तथा वरिष्ठ लोकगायक कुमार बस्नेतलाई नगदसहित लाइफटाइम एचिभमेन्ट एवार्डबाट सम्मानित गरिने बताइएको छ । उक्त कार्यक्रमलाई डिस होमको रमाइलो टेलिभिजन तथा टिभी टुडेबाट प्रत्यक्ष प्रशारण गरिनेछ भने कार्यक्रमको सञ्चालन दिनेश डिसीले गर्नेछन् ।

बाहुनडाँगीमा पर्यटन महोत्सव हुने

झापाको बाहुनडाँगीमा पाँचौं एशियाली ग्रामीण पर्यटन महोत्सव हुने भएको छ । प्रदेश नम्बर १ को सांस्कृतिक, भाषिक, जातीय तथा पर्यटकीय सम्पदाहरूलाई अन्तर्राष्ट्रियकरण गर्ने उद्देश्यका साथ उक्त पाँचदिने महोत्सवको आयोजना गर्न लागिएको हो ।

माघ ११ देखि १५ गतेसम्म पाँच दिन मेचीनगर-४ बाहुनडाँगीमा सञ्चालन हुने उक्त महोत्सवमा नेपाल, भारत तथा भुटानका पर्यटकहरूको समेत सहभागिता रहने महोत्सव आयोजक समितिका संयोजक अर्जुन कार्कीले बताए ।

नेपाल भ्रमण वर्ष-२०२० लाई समेत लक्षित गर्दै सञ्चालन गर्न लागिएको उक्त महोत्सवमा ग्रामीण पर्यटनको विकासका लागि टुरिस्ट गाइडसम्बन्धी तालीम, गन्धर्व गायन प्रतियोगिता, चित्रकला प्रतियोगिता, स्थानीय परिकारहरूको स्टल विशेष आकर्षणमा रहने बताइएको छ ।

विष्णु सुब्बा

फेस अफ मारवाडी किड्स

पेज थ्रीका लागि रेखा मोदी आयोजक रहेको फेस अफ मारवाडी किड्स-२०१९ मा विभिन्न उमेर समूहअनुसार विजेता निर्क्योल गरिएका थिए, जस अन्तर्गत मिष्टर एन्ड मिस मिनी फेस तर्फ युवराज गोयल र चंचल मोहता विजेता भएका थिए भने मेहुल अग्रवाल र रिद्दी सिंहानिया फस्ट रनर अप तथा कविश अग्रवाल र विधि अग्रवाल सेकेन्ड रनर्सअप छानिएका थिए ।

इभेन्ट बेटर ग्यालेक्सीको व्यवस्थापनमा सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा मिस्टर एन्ड मिस लिटिल फेसतर्फ नमन राजगडिया र पालक शारडा विजेता घोषित गरिए । यो समूहमा आयुश वर्मा र विधि अग्रवाल फस्ट रनर्सअप तथा प्रवर्तक अग्रवाल र मानश्वी खेम्का सेकेन्ड रनर्सअप भएका थिए । प्रतियोगितामा अनमोल शर्मा प्रिन्सेस फेस अफ मारवाडी छानिएकी थिइन् भने सालिनी जैन फस्ट रनर्सअप तथा नियति शर्मा सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भए ।

अब देखिने छ यस्तो प्रविधि

अमेरिकाको लस भेगासमा सधैंजस्तै यो वर्ष पनि कन्जुमर इलेक्ट्रोनिक्स शो (सीईएस) सम्पन्न भएको छ । गत जनवरी ८ देखि ११ सम्म लस भेगास कन्भेन्सन सेन्टरमा सञ्चालित उक्त शो विभिन्न नयाँ प्रविधि एवं उत्पादनहरूको प्रदर्शनी थियो । भविष्यमा कस्ता प्रविधि आउँदैछ भन्ने कुरा जान्न चाहनेहरूका लागि उक्त शो निकै महत्वपूर्ण रह्यो ।

हार्ले डेभिडसन लाइभवायर

हार्ले डेभिडसनको इलेक्ट्रिक मोटरसाइकल लाइभवायर साढे ३ सेकेन्डमै १ सय किलोमिटर प्रतिघण्टाको गतिमा गुड्न सक्छ । यसमा लिथियम आयोन ब्याट्री प्रयोग गरिएको छ । यो बाइक एकपटकको चार्जमा १ सय ७७ किलोमिटर गुड्न सक्छ । यसमा एचडी कनेक्ट नामक फिचर छ, जसले राइडर र बाइकलाई एलटीई प्रविधिको टेलिम्याटिक्स कन्ट्रोल युनिटले जोड्छ । यसका लागि हार्ले डेभिडसन एपसमेत प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसले ब्याट्री डाटाका साथै नजिकको चार्जिङ स्टेसनका बारेमा समेत जानकारी दिन्छ ।

हुन्डाई एलिभेट

हुन्डाई मोटर कम्पनीले रोबोटिक खुट्टा भएको गाडी बजारमा उतारेको छ । यो गाडी १ दशमलव ५ मिटर अग्लो भित्ता पनि चढ्न सक्छ । त्यसैगरी १ दशमलव ५ मिटर फराकिलो खाल्डो पनि छलाङ लगाएर पार गर्न सक्छ । यो कार साधारण कारसरह सडकमा दौडन सक्छ ।

५ फरक तरिकाले खोल्न सकिने स्मार्ट लक

मानिसहरूको सुविधाका लागि यस्तो स्मार्ट लक तयार गरिएको छ, जसलाई ५ फरक-फरक तरिकाले खोल्न सकिन्छ । वान स्मार्ट लक कम्पनीद्वारा निर्माण गरिएको यो सिक्योर प्रो स्मार्ट लकमा कीप्याड लगाइएको हुन्छ, जसलाई पासवर्डको सहयोगले खोल्न सकिन्छ । त्यसैगरी यसलाई फिंगरप्रिन्ट स्क्यानर, लक्ली मोबाइल एप, भ्वाइस असिष्टेन्ट कमान्डको सहयोगले समेत खोल्न सकिन्छ । त्यसबाहेक परम्परागत साँचोले पनि यसलाई खोल्न सकिन्छ । यसको अन्तर्राष्ट्रिय बजार मूल्य ३ सय अमेरिकी डलर पर्नेछ र आगामी दुई महिनामै यो बजारमा उपलब्ध हुने बताइएको छ ।

ई-लिजेन्ड साइकल

यो साइकलले भ्वाइस असिस्टेन्टलाई सपोर्ट गर्छ । ट्राफिक जाममा फसेका बेला यसले परिवारलाई घर ढिलो आइपुग्ने जानकारी दिन्छ । साइबिक कम्पनीले निर्माण गरेको यो साइकलको ह्यान्डलबारमा सानो कलर डिस्प्लेयुक्त कम्प्युटर छ, जसलाई मोबाइल हटस्पट जस्तै अन गरेर नेटवर्कसँग आवद्ध हुन सकिन्छ । त्यसैगरी यसको रडमा राखिएको पी नामक पार्किङ बटन थिचेपछि यो आफैं लक हुन्छ । त्यसपछि यसलाई कसैले चलाउन सक्दैनन् ।

मसाजर सेक्स टोय

ओएसई कम्पनीले एक प्रकारको टोय अर्थात ओएसई मसाजर प्रदर्शनीमा राखेको थियो । पुरुषको जस्तो वास्तविक मुख, जिब्रो र औंलाको अनुभव गराउने यो मसाजर लोकप्रिय भएर सीईएस २०१९ को इनोभेसन अवार्डका लागि छनौट समेत भएको थियो, तर अन्तिममा अनैतिक र भल्गर भन्दै त्यसलाई प्रदर्शनीबाटै हटाइयो ।

प्यारालाइसिस भएकाहरूका लागि

हातमा प्यारालाइसिस भएका बिरामीहरूका लागि निओफेक्ट कम्पनीले स्मार्ट ग्लोब ल्याएको छ, जसको सहयोगले कुनै पनि चिज माथि उठाउन सकिन्छ । यसले प्यारालाइज्ड हातलाई कुनै पनि चिजमा पकड जमाउन सहयोग गर्छ । यसमा डिट्याचेबल मोटर लगाइएको छ र ब्याट्रीको सहायताले लगातार ८ घण्टा सम्म चलाउन सकिन्छ । त्यसैगरी ब्लुटुथ कन्ट्रोलर प्रयोग गरी अर्को हातले समेत यसलाई उपयोग गर्न सकिन्छ । यसलाई आगामी जुन महिनासम्म बजारमा ल्याइने र यसको मूल्य २ हजार डलर हुने बताइएको छ ।

नुबियाको ड्युअल स्क्रिन फोन

नुबिया कम्पनीले दुवैतिर स्क्रिन भएको स्मार्टफोन सार्वजनिक गरेको छ । यसको अघिल्लो भागमा ६ दशमलव २६ इन्च तथा पछिल्लो भागमा ५ दशमलव १ इन्चको स्क्रिन छ । यसका दुवै डिस्प्लेले एकै पटक काम गर्न सक्छन् । यो स्मार्टफोनको पछिल्लो भागमा दुईवटा क्यामेरा छ ।

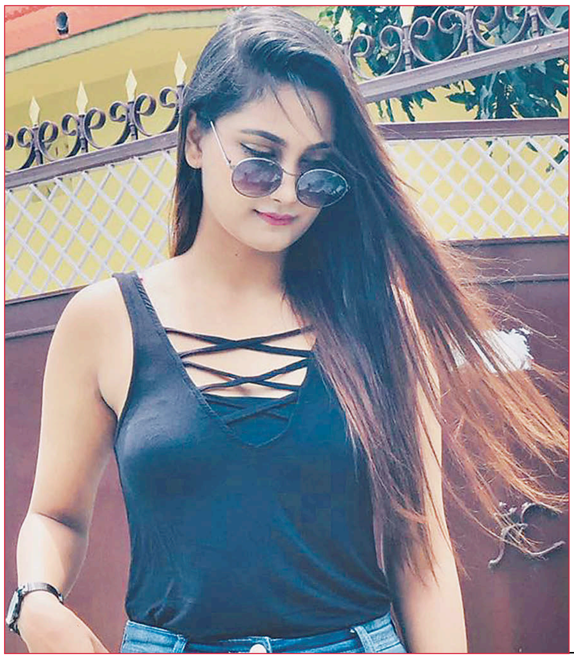
5:46
January 9 Wednesday
Paradis... 13°
Music
App Center
Gallery
NeoShare
Theme
NeoSafe
Settings
Game Cen...

एजेन्सीहरुको सहयोगमा

संगीत

मेलिनाको तिर्सना

चलचित्र 'वीर विक्रम-२' को पिरतीको मीठो तिर्सना...को रिमेकबाट सबैभन्दा बढी फाइदा कसैलाई भएको छ भने उनी गायिका मेलिना राई हुन्। केही साताअघि मात्र सार्वजनिक भएको उक्त गीत युट्युबमा त लोकप्रिय छ नै रेडियो तथा टेलिभिजनहरूमा समेत उत्तिकै प्रसारण भैरहेको छ। निर्देशक मिलन चाम्सले चलचित्र देवताका निर्माता/निर्देशक युवराज लामासँग अनुमति नै लिएर उक्त गीतको रिमेक तयार पारेका हुन्, जसमा मेलिना राई तथा ताराप्रकाश लिम्बूको स्वर सुन्न सकिन्छ। कन्सर्टहरूमा व्यस्त मेलिनाले पछिल्लो अवधिका कन्सर्टमा यही गीत धेरै भन्दा धेरै गाइरहेकी छिन्। हालैमात्र उनले आफ्नो फेसबुक पेजमा उक्त गीतको अघिल्लो चार लाइन उल्लेख गरेकी थिइन्, जसले झन्डै ४ हजार रियाक्सन तथा १ सय ४० वटा कमेन्ट पायो भने उक्त पोस्ट १ सय ७ पटक सेयर भएको देखिन्छ।



टिकटक क्विनको अभिनय

गीत तथा भिडियो सेयर गरिने सोसल साइट टिकटकमा सर्वाधिक लोकप्रिय अनुहार मानिन्छिन्- रेश्मा घिमिरे। पेसाले स्वास्थ्य परिचारिका घिमिरे फुर्सदको क्षण टिकटक भिडियो बनाएरै बिताउँछिन्। टिकटकमा आकर्षक अभिनय तथा नृत्य गरिरहेकी घिमिरे अब भने व्यवसायिक कलाकार बन्ने सम्भावना छ। उनले अभिनय गरेको नयाँ गीत इन्स्टाको फोटो...को म्युजिक भिडियो सार्वजनिक भएको छ। गायक तथा संगीतकार कालीप्रसाद बासकोटाको उक्त नयाँ गीतको भिडियोमा घिमिरेले अभिनेता आसिफ शाहसँग अनस्क्रिन रोमान्स गरेकी छिन्। कम समयमै दर्शकको मन जित्न सफल उक्त भिडियोलाई असिम शाह स्वयम्ले निर्देशन गरेका हुन्।

विश्राम लिँदै ब्रिट्नी

पप गायिका ब्रिट्नी स्पेयर्सले आफ्ना बुवाको स्वास्थका कारण आफूले केही समय सांगीतिक क्षेत्रबाट विश्राम लिने घोषणा गरेकी छिन्। उनले यो विश्रामलाई अनिश्चितकालीन भनेकी छिन्। आगामी महिना अमेरिकाको लस भेगासमा प्रस्तुत हुने डोमिनेसन शीर्षकको कन्सर्टको तयारीमा जुटेकी यी गायिकाले बुवाको स्वास्थ अवस्था बिग्रिएकै कारण उक्त कन्सर्ट पनि स्थगित गरेको बताएकी छिन्। आफ्नो सम्पूर्ण ध्यान र शक्ति परिवारको हेरचाहमा लगाउने घोषणा गरेकी ३७ वर्षीया यी गायिकाले अबको केही समय परिवारका सदस्यहरूसँग मात्र बिताउने उल्लेख गरेकी छिन्।

ब्रिट्नीका बुवा विगत केही महिनादेखि एउटा गम्भीर रोगबाट ग्रस्त छन्। ब्रिट्नीले सामाजिक सञ्जालमार्फत बुवाको करिब-करिब निधन भैसकेको उल्लेख गरेकी छिन्। केही दिनअघि मात्र अस्पतालबाट डिस्चार्ज गरिएका ब्रिट्नीका बुवा हाल घरमै स्वास्थलाभ गरिरहेका छन्।

अहिलेका लोकप्रिय लोकदोहोरी गीत

महेश तिमल्सिना

सालको पातको टपरी हुनी गीत अहिले मानिसहरूको ओठमा छ। यो गीत सुन्नेबित्तिकै बालक, वयस्कदेखि वृद्ध-वृद्धासम्मका कान ठाडा हुन्छन्, जिब्रो सलबलाउन थाल्छ। यो गीतले लोकदोहोरी इतिहासमा सबैभन्दा बढी २ करोड २५ लाखभन्दा बढी भ्युज पाएर कीर्तिमान नै कायम गरेको छ। गायक कुलेन्द्र विश्वकर्मा तथा गायिका विष्णु माझीको स्वरको यो गीत सामाजिक सञ्जाल टिकटकमा समेत त्यत्तिकै हिट छ।

गायक नारायण रायमाझी, प्रकाश सपूत तथा गायिका शान्ति श्री परियारको स्वरको बोल माया लोकगीतले पनि युट्युबमा राम्रो भ्युज पाइरहेको छ। करिब ७ महिना अघि युट्युबमार्फत सार्वजनिक भएको उक्त गीतले पनि करोडकै हाराहारीमा भ्युज पाएको छ। उक्त गीतमा गायक सपूतको शब्द तथा संगीत छ, जसमा वैदेशिक रोजगारीको सिलसिलामा परदेसिएका श्रीमान् बित्दाको पीडालाई गीतमार्फत प्रस्तुत गरिएको छ। उक्त गीतको भिडियोमा प्रकाश सपूत, अञ्जली अधिकारी, देवेन्द्र बब्लु तथा सितारे गन्धर्वको अभिनय हेर्न पाइन्छ।

कान्छी ओई कान्छी शीर्षकको लोकदोहोरी गीतले पनि अहिले राम्रो चर्चा पाइरहेको छ। उक्त गीतमा गायक बद्री पंगेनी तथा प्रिया भण्डारीको स्वर छ। यो गीतले युट्युबमा हालसम्म २५ लाखभन्दा बढी भ्युज पाएको छ। करिब ११ महिना अघि सार्वजनिक उक्त गीतमा एकनारायण भण्डारीको शब्द तथा संगीत छ। गीतको भिडियोमा शंकर बीसी, रश्मि तामाङ, सुशील सूर्यवंशी एवं दीपिका चौधरीले अभिनय गरेका छन्। उक्त भिडियोको निर्देशक मोडल तथा निर्देशक शंकर बिसीले गरेका हुन्।

पशुपति शर्माको रंगशाला जत्री गीतले पनि युट्युबमा राम्रो भ्युज पाएको छ। उक्त गीतमा शर्मासँगै गायिका सीता केसी तथा माया गुरुङको स्वर सुन्न सकिन्छ। करिब ७ महिनाअघि सार्वजनिक उक्त गीतले हालसम्म युट्युबमा ५४ लाख भन्दा बढी भ्युज पाएको छ।

गायक बद्री पंगेनी तथा रूपा घर्तीमगरको स्वरको पानी सलल गीतले युट्युबमा १४ लाखभन्दा बढी भ्युज पाएको छ। एकनारायण भण्डारीको शब्द एवं संगीतको उक्त गीतको भिडियोमा दुर्गेश थापा र जुना सुन्दासले अभिनय गरेका छन्।

काँठ क्षेत्रका चर्चित गायक सरोज लामिछानेको धानको बाला लसरी पसरी लोकदोहोरी गीतले पनि युट्युबमा राम्रो भ्युज पाएको छ। ११ महिनाअघि सार्वजनिक यो गीतले युट्युबमा १३ लाखभन्दा बढी भ्युज पाएको छ। उक्त गीतमा गायक लामिछानेसँगै गायिका प्रमिला तामाङले स्वर दिएकी छिन्। उक्त गीतको भिडियोमा सञ्जीव ठकुरी, एलिना देउजा, सरोज तथा प्रमिलाको अभिनय हेर्न पाइन्छ।

दर्शक-श्रोताको अपार माया पाएको अर्को गीत हो- फुल्यो बाबरी। करिब २ वर्षअघि सार्वजनिक यो गीतले पनि एकदमै चर्चा पायो। यो गीतमा गायिका प्रीति आले तथा गायक कुमार पुनको स्वर छ। यो गीतले युट्युबमा हालसम्म ४१ लाख भन्दा बढी भ्युज पाइसकेको छ। सुवास केसीको शब्द तथा बसन्त थापाको संगीतको उक्त गीतमा आफ्नो जहान परिवारलाई छाडेर परदेसिनुपर्दाको पीडा प्रस्तुत गरिएको छ। यो गीतको भिडियोमा सुवास केसी र रञ्जिता गुरुङको अभिनय छ।

उही खोलीमा पानी लोकदोहोरी गीतले पनि युट्युबमा राम्रो चर्चा पाइरहेको छ। करिब दुई वर्षअघि युट्युबमार्फत सार्वजनिक भएको यो गीतले करोडभन्दा माथि भ्युज पाएको छ। यो गीतमा राजन गुरुङ तथा देवी घर्तीको स्वर सुन्न सकिन्छ। केशव पौडेलको शब्द तथा वसन्त थापाको संगीतको यो गीतको भिडियोमा करिश्मा ढकाल, राजन गुरुङ, रश्मी तामाङ, बसन्त थापा आदिले अभिनय गरेका छन्।

केवल एक प्रश्न

नेपाली चलचित्र लगातार फ्लप हुनुको कारण के होला ?

तस्बिर : नवराज बाग्ले

चलचित्रको व्यापार भनेको समुन्द्रको छालजस्तै हो । कहिले धेरै कहिले थोरै । नेपाली चलचित्र पनि समयअनुसार फ्लप र हिट हुन्छन् । पछिल्लो समयको कुरा गर्नुपर्दा दर्शकको रुचि, चाहना र अपेक्षाविपरीत नेपाली चलचित्र निर्माण हुँदा फ्लप हुन थालेका हुन् । अर्को कुरा, कथालाई गतिलो ढंगले प्रस्तुत गर्न नसक्नु पनि चलचित्र फ्लप हुनुको कारण हो । अब यसबाट चलचित्रकर्मीहरूले पाठ सिकेर दर्शकको चाहना र अपेक्षाअनुरूप चलचित्र निर्माण गर्ने हो भने सुधार आउन सक्छ ।

राजेश हमाल, अभिनेता

संसारमा सबैभन्दा गाह्रो काम भनेकै चलचित्र बनाउने हो, तर नेपालमा भने सबैभन्दा सजिलो काम चलचित्र निर्माण गर्ने नै भएकाले अधिकांश चलचित्र फ्लप भएका हुन् । अर्को कुरा, नेपालमा हतारमा चलचित्र बनाउने अनि फुर्सदमा पछुताउने चलन छ । हामीले चलचित्रमा समय खर्चेर राम्रो बनाउने अनि राम्रो काम गरेछु भनेर फुर्सदमा खुसी हुनुपर्ने वातावरण बनाउनुपर्छ ।

जितु नेपाल, हास्य अभिनेता

पहिले-पहिले वर्षमा दुई-तीनवटा चलचित्र बन्थे, जसले गर्दा चलचित्र राम्रो भए पनि नराम्रो भए पनि हिट हुन्थ्यो, तर अहिले महिनैपिच्छे दर्जनौं चलचित्र बनिरहेका छन् । त्यसमा राम्रो चलचित्र चलेका पनि छन्, अलि नराम्रो अनि हतार गरिएका चलचित्र भने फ्लप भएका छन् ।

मिथिला शर्मा, अभिनेत्री

दर्शकभन्दा धेरै चलचित्र बनेर तथा लगानी गरेर चलचित्रमा अभिनय गर्ने प्रवृत्ति बढेका कारण नेपाली चलचित्र लगातार रूपमा फ्लप हुन पुगेका हुन् ।

बद्री पंगेनी, गायक

पहिलो कुरा त स्क्रिप्ट नै बलियो नहुनु हो । अर्को कुरा फूलजस्ता सुन्दर कथा उन्ने धागो गतिलो नहुनाले पनि चलचित्र फ्लप भएका हुन् ।

दीपाश्री निरौला, अभिनेत्री

पहिलो कुरा त कुनै पनि चलचित्र राम्रोसँग निर्माण भएको हुँदैन, तर त्यसलाई राम्रो छ भनेर मिडियाबाजी गरिन्छ अनि अर्को कुरा, राम्रो निर्देशक नभएकाले पनि चलचित्र फ्लप बन्न पुगेका हुन् ।

सञ्चिता लुइँटेल, अभिनेत्री

दर्शकको माग अनि बजार बुझेर चलचित्र निर्माण नहुनाले नेपाली चलचित्र नियमित रूपमा फ्लप हुँदै आएका छन् । चलचित्र निर्माण गर्दा कास्टमा ध्यान नदिनु पनि यसको अर्को कारण हो ।

असिम शाह, निर्देशक

हप्तैपिच्छे चलचित्र प्रदर्शन हुनु पनि यसको एउटा कारण हो । अर्को कुरा, स्क्रिप्टमा कम मेहनत अनि चाँडो सुटिङ सिध्याउन हतार गरिन्छ, जसले गर्दा चलचित्र फ्लप होइन सुपर फ्लप हुन पुग्छ ।

शंकर बीसी, निर्देशक तथा मोडल

मौलिक र यथार्थ विषयलाई आकर्षक ढंगले प्रस्तुत गर्न नसकेकाले नेपाली चलचित्र फ्लप हुन पुगेका हुन् ।

लक्ष्मण शेष, संगीतकार

गीत-संगीत अनि चलचित्रका सम्बन्धमा केही अध्ययन नै नगरी आँखा चिम्लिएर पैसा फ्याँक्न सक्ने साहुजीहरूको बिगबिगीले गर्दा नेपाली चलचित्रको यो हालत भएको हो ।

निर्मल शर्मा, अभिनेता

नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा एउटा ब्रान्डले राम्रो चलचित्र बनाउँछ । फलस्वरूप उक्त चलचित्र सुपर हिट हुन्छ । त्यही ब्रान्डलाई पछ्याउँदै अर्कोले त्यस्तै प्रकृतिको चलचित्र बनायो भने त्यो सुपर फ्लप हुन पुग्छ । पछिल्लो समय पनि सबैले एउटा ब्रान्डलाई पछ्याएको र कुनै परिवर्तन ल्याउन नसकेका कारण चलचित्रहरू फ्लप भएका हुन् ।

नीर शाह, अभिनेता

चलचित्र फ्लप हुने र हिट हुने भन्ने कुरा स्क्रिप्टमा भर पर्छ, तर अहिले स्क्रिप्ट राम्रो भए पनि प्रस्तुतीकरण कमजोर भएका कारण अधिकांश चलचित्र फ्लप भएका छन् ।

दीपेन्द्र के खनाल, निर्देशक

चलचित्र फ्लप हुने कि हिट हुने भन्ने कुरा दर्शकको हातमा हुन्छ, साथै कथाको पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । पहिलेका चलचित्रमा कथा एकदमै राम्रो हुन्थ्यो, तर पछिल्लो समयका चलचित्रमा कथा नै नभएका कारण पनि ती फ्लप हुन पुगेका हुन् ।

भुवन चन्द, अभिनेत्री

नेपाली चलचित्र नियमितजसो फ्लप हुनुका अनेकन कारण छन् । पहिलो कुरा त हप्तैपिच्छे चलचित्र प्रदर्शन हुनु, चाहिनेभन्दा बढी संख्यामा चलचित्र निर्माण हुनु, त्यसमा पनि राम्रा चलचित्र नहुनुले नेपाली चलचित्र फ्लप हुन्छन् ।

सोभिता सिंखडा, अभिनेत्री

प्रस्तुति : महेश तिमल्सिना

रंगमञ्च

कुञ्ज नाटक घरमा बर्बरिक

तस्बिर : प्रशान्त ढकाल

मोरङको झोराहाटस्थित झोराहाट नाटक घरका करिब दुई दर्जन कलाकार यतिबेला काठमाडौंमा छन् । यही बुधबारदेखि थापागाउँस्थित कुञ्ज नाटक घरमा मञ्चन भैरहेको नाटक 'बर्बरिक' लिएर उनीहरू काठमाडौं आएका हुन् । उक्त नाटक माघ १२ गतेसम्म मञ्चन हुने बताइएको छ ।

यो नाटक वामपन्थी नेता तथा साहित्यकार प्रदीप नेपालद्वारा लिखित उपन्यास 'बर्बरिक' मा आधारित छ । नेकपा एमालेका तत्कालीन महासचिव मदन भण्डारीलाई प्रमुख पात्र बनाइएको उपन्यास बर्बरिकलाई रंगकर्मी भरत गुरागाईंले नाट्य रूपान्तरण गरेका हुन् ।

उपन्यासमा जस्तै नाटकमा पनि महाभारतका एक पात्र बर्बरिकसँग स्व.भण्डारीको तुलना गरिएको छ । नाटकमा रंगकर्मी गुरागाईंले नै बर्बरिकको भूमिका निर्वाह गरेका छन् । यो नाटकलाई जीवन बरालले निर्देशन गरेका हुन् ।

बर्बरिक महाभारतका एक शसक्त पात्र हुन् । यो नाटकमा भीमका नाति बर्बरिकले आफ्नो क्षमता नदेखिइँदै मर्नु परेको कथालाई मदन भण्डारीको जीवनसँग तुलना गरिएको छ । नाटकमा २०४६ देखि २०५० सम्मको मदन भण्डारीको राजनीतिक गतिविधि, संयुक्त जनआन्दोलन तथा मदन भण्डारी र जीवराज आश्रितको रहस्यमय दासढुंगा दुर्घटना जस्ता विषय समेटिएका छन् ।

नाटकमा भरत गुरागाईंसहित अनु श्रेष्ठ, दीपा पोखरेल, दिव्या रेग्मी, दीक्षा चौधरी, निराशा ढुंगेल, सुनिता कटेल, सुरज माझी, विजय थारु, प्रयाग न्यौपाने, विमल सम्बाहम्फे, सुदीप कार्की, प्रदीप सरदार, लकेश राई, सुलभ पाण्डे, विजय नेपाल, नमस्ते दिवाकर घिमिरे आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । यो नाटक प्रत्येक साँझ ४:३० बजे मञ्चन हुनेछ भने बिदाको दिन दिउँसो १:३० बजे पनि मञ्चन हुने बताइएको छ ।

पोखरामा निरमाया

तस्बिर : राजाराम पौडेल

पोखरा थिएटरको गन्धर्व नाटकघरमा नाटक निरमायाको मञ्चन जारी छ । पुस २७ गते मञ्चन प्रारम्भ भएको यो नाटक माघ १२ गतेसम्म चल्ने बताइएको छ । १ घण्टा ४० मिनेट लामो यो नाटकले दर्शकको मन जितिरहेको छ । यो नाटक वरिष्ठ साहित्यकार सरुभक्त श्रेष्ठले झन्डै ३० वर्षअघि लेखेका हुन् । गरिब, शोषित, दलित तथा यौनपीडित समाजको नाङ्गो यथार्थलाई अभिव्यक्त गर्ने नाटक निरमायाले दर्शकलाई मनोरञ्जनसँगै विशेष सन्देश पनि दिन्छ । नाटकले घरी दर्शकलाई रुवाउँछ, घरी हँसाउँछ भने कति बेला गम्भीर बन्ने अवस्थासमेत सिर्जना गर्छ । त्यतिमात्र होइन, नाटकमा समावेश गरिएको लाइभ संगीत र रत्यौलीले दर्शकसँगै कलाकारहरूलाई पनि जोस्याउँछ ।

यो नाटकका निर्देशक परिवर्तन कार्की हुन् । यसअघि नाटक बितेका कुरा निर्देशन गरी नाटक निर्देशनमा पदार्पण गरेका कार्कीले आफ्नो दोस्रो नाटकमा आफू खारिएको विश्वास दिलाउन सफल भएका छन् ।

नाटकमा प्रकाश घिमिरे, प्रमिला तुलाचन, बबिता मल्ल ठकुरी, अञ्जु दाहाल, रमेश बाबु तिम्सिना, निश्चल विमल, सुर्य सुवेदी, नवराज गिरी, रेवन राई, देव बस्नेत, गोविन्द रमण पराजुली, सन्दीप पाण्डे, ईश्वर कार्की, सोनिया कार्की, प्रतीक घिमिरे, मनिषा थापा, पार्वती थापा, धनबहादुर गायक, हरिबहादुर परियार, विनोद गायक, सौरभ तिम्सिना, विश्वराज पौडेल, विष्णु तिम्सिना आदि कलाकारले अभिनय गरिरहेका छन् । गन्धर्व नाटकघरमा मञ्चित यो २३ औं नाटक हो । पोखरा थिएटरको प्रस्तुतिमा मञ्चन भएको यो पाँचौ नाटक हो । यो नाटक हरेक दिन साँझ पौने ५ बजे तथा शनिबार र बिदाका दिन अतिरिक्त शोसमेत मञ्चन भैरहेको छ ।

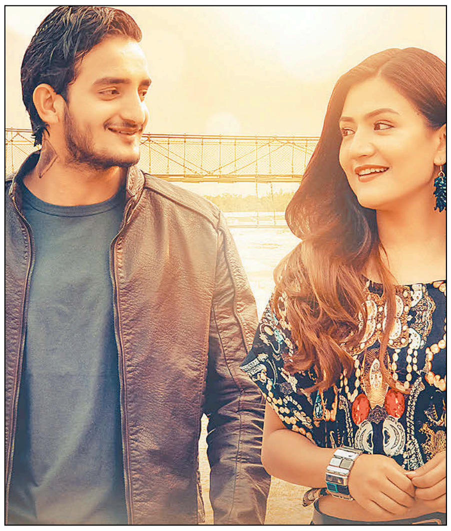
हाम्रो समाजमा देखिएको असमानताको खाडललाई नाटक मार्फत चित्रण गर्दा दर्शकले अपनत्व महसुस गर्छन् । नयाँ तथा पुराना कलाकारको अभिनयको मिश्रणले नाटक निरमायाको मिठास बढाएको छ । कलाकारहरूको वेशभूषा, प्रयोग गरिएका सामग्री, बोल्ने लबज तथा बानी-व्यवहारले दर्शकलाई वास्तविकताको अनुभूति गराउँछ ।

माघका पाँच सम्भावना

कृष्ण भट्टराई

दसैंमा प्रदर्शन भएको चलचित्र 'छक्कापञ्जा-३' पछि निकै थोरै नेपाली चलचित्रले मात्र चित्तबुझ्दो व्यवसाय गरे । जय भोले तथा चंगाचेटले निर्मातालाई खासै निराश नबनाए पनि यो अवधिमा प्रदर्शनमा आएका अधिकांश चलचित्र व्यवसायिक रूपमा असफल भए । त्यसो त दसैं-तिहारपछि ठूलो बजेटका चलचित्रको प्रदर्शनमा समेत कमी आयो । अहिले माघ लागेसँगै राम्रो प्रचार-प्रसार गरिएका, ठूलो लगानी भएका तथा लोकप्रिय कलाकारहरूको अभिनयसहितका केही राम्रा चलचित्र प्रदर्शनका क्रममा छन् । पुसको अन्तिम साता प्रदर्शन भएको चौकादाउले सन्तोषजनक व्यवसाय गरिरहेको छ भने आज शुक्रबारदेखि प्रदर्शन भैरहेको चलचित्र गरूड पुराण (हेर्नुस् पृष्ठ १५) ले पनि दर्शकलाई चलचित्र हलसम्म तान्ने अनुमान गरिएको छ । यसबाहेक माघ ११ तथा माघ १८ गते प्रदर्शन हुने चारवटा चलचित्रबाट केही बढी अपेक्षा गरिएको छ ।

SSOCIATION WITH



अनागत

माघ ११ गतेदेखि प्रदर्शन हुने भनिएको 'अनागत' केही पुरानो चलचित्र हो । विभिन्न कारणले निर्माण सम्पन्न भएलगत्तै प्रदर्शन हुन नसकेको यो चलचित्र केही साता अघिदेखि मात्र प्रसार-प्रसारमा ओर्लिएको हो । मनोविज्ञानमा आधारित यो चलचित्रमा एउटा परिवारको कथा प्रस्तुत गरिएको छ । एउटा सुन्दर परिवारमा कुनै कुराले शंका उत्पन्न भएपछि आउने परिस्थितिमा आधारित यो चलचित्रमा अर्पण थापा, प्रियंका कार्की, प्रवीण खतिवडाजस्ता दिग्गज कलाकारले अभिनय गरेका छन् । यो चलचित्रका निर्देशक साम्तेन भुटिया हुन् । भुटिया सिक्किममा बसोबास गर्ने निर्देशक हुन् । यसअघि उनले लेटर शीर्षकको चलचित्र निर्देशन गरिसकेका छन् । यो चलचित्रमा अर्पण थापा र प्रियंका कार्की श्रीमान्-श्रीमतीको भूमिकामा छन् । चलचित्रको कथा उनीहरूकै सम्बन्धको वरिपरि घुमेको बताइन्छ । निर्देशक भुटिया 'अनागत' लाई एउटा परिवारको कथा भन्न रुचाउँछन् । 'परिवामा आउने समस्यालाई प्राथमिकता दिएका छौं, निर्देशक भुटियाको भनाइ छ- 'प्रियंका र अर्पणले मेरो अपेक्षाभन्दा राम्रो काम गरेका छन् ।' निर्देशक भुटिया यो चलचित्रलाई सस्पेन्स-थ्रिलर शैलीको बताउँछन् । तडक-भडकसहित यो चलचित्र यथार्थसँग समेत नजिक छ । अभिनेता अर्पण थापाले पनि अनागतलाई हालसम्म आफूले अभिनय गरेका मध्ये आफूसँग निकै नजिक रहेको चलचित्र भनेका छन् । थापाका अनुसार उनलाई उक्त चलचित्रको चरित्रबाट बाहिर निस्कन निकै समय लागेको थियो ।

गोपी

माघ १८ गतेदेखि प्रदर्शन हुने 'गोपी' दर्शकहरूले प्रतीक्षा गरिरहेको चलचित्र हो । यो चलचित्रमा तीन जना सञ्चारकर्मी आवद्ध छन्, लेखकका रूपमा सामीप्यराज तिमिल्सिना, निर्माताका रूपमा श्रीधर पौडेल तथा निर्देशकका रूपमा दीपेन्द्र लामा । काठमाडौं सहरको एउटा कुनामा गाई पालेर गुजारा गरिरहेका एक युवकको कथामा आधारित यो चलचित्रलाई 'अर्ग्यानिक' समेत भनिएको छ । चलचित्रका निर्देशक लामाले यसमा व्यवसायिक चलचित्रका लागि आवश्यक सम्पूर्ण कन्टेन समावेश गरिएको बताएका छन् भने लेखक तिमिल्सिनाले पनि यो चलचित्र कृषिमा आधारित वृत्तचित्र जस्तो नभै माया, प्रेम, धोकासहित चलचित्रका लागि आवश्यक सबै तत्व रहेको उल्लेख गरेका छन् । पहिले खगेन्द्र लामिछानेले शीर्ष भूमिका निर्वाह गर्ने भनिएको यो चलचित्रमा अन्ततः विपिन कार्की भित्रिए । विपिनले चलचित्रमा गोपीको भूमिका निर्वाह गरेका छन् । हालसम्म सार्वजनिक भएका चलचित्रका पोस्टर, ट्रेलर तथा गीतमा विपिन साँच्चिकै गाईपालक कृषकजस्ता देखिएका छन् । हालै आयोजित एउटा पत्रकार सम्मेलनमा अभिनेता कार्कीले मोरङको आफ्नो गाउँमा आफैंले बाल्यकालमा बुवा-आमासँगै घरमा पालिएका केही गाई-भैंसीको गोबर सोहरेको, उनीहरूका लागि घाँस काटेको तथा उनीहरूले दिएको दूध बेच्न नजिकैको बजारसम्म पुगेको स्मरण गरे । 'बाल्यकालको अनुभवले मलाई गोपी बन्न खासै असहज भएन, अभिनेता कार्कीको भनाइ छ- 'मैले यो चलचित्रको स्क्रिप्ट एकै बसाइ (करिब तीन घण्टा) मा पढेर सिध्याएको थिएँ, त्यतिबेला आफूलाई गोपीका रूपमा कल्पना गरें, भोलिपल्ट बिहान अभिनयका लागि सहजै तयार भएँ ।' यो चलचित्रमा दुई नायिका छन्, वर्षा राउत र सुरक्षा पन्त । दुवैले गोपीलाई माया गर्ने भूमिका निर्वाह गरेको उल्लेख गरेका छन् । चलचित्रमा प्रकाश घिमिरे, भोलाराज सापकोटा, कमलमणि नेपाल, रमेश अधिकारी, अंकित खड्का आदि कलाकारले समेत अभिनय गरेका छन् ।

सयकडा दस

माघ १८ गते नै प्रदर्शन हुने चलचित्र हो- सयकडा दस । गाउँ-घरतिर अहिले पनि ब्याजमा पैसा लगाउने चलन छ । त्यसरी ब्याजमा पैसा लिंदा सय कडा यति (यति प्रतिशत ब्याज) भन्ने चलन छ । 'भ्रष्टाचार रोक्न प्रेम जरुरी' नारा राखिएको यो चलचित्रमार्फत व्यंग्यकार मनोज गजुरेल पहिलो पटक रजतपटमा प्रस्तुत हुँदैछन् । पलेन्दु झाद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा गजुरेलसहित राजाराम पौडेल, अमित पोखरेल, करुणा श्रेष्ठ, अमृत ढुंगाना आदि कलाकारले समेत अभिनय गरेका छन् । हालै काठमाडौंमा आयोजित एक समारोहमा चलचित्रका अभिनेता गजुरेलले उक्त चलचित्रको कथासार एक वाक्यमै भनिदिए- 'भ्रष्टाचार रोक्न प्रेम जरुरी ।' चर्चामा रहेको वाइडबडी भ्रष्टाचार प्रकरणको समाधान दीर्घकालीन रूपमा राजनीतिभन्दा प्रेमभित्र खोजिनुपर्ने उनको तर्क थियो । यही चलचित्रबाट पहिलो पटक निर्माता समेत भएका अभिनेता राजाराम पौडेलले आफ्ना लागि पैसाभन्दा कलाले अर्थ राख्ने बताएका छन् । यही चलचित्रबाट पदार्पण गरिरहेकी अभिनेत्री करुणा श्रेष्ठ तथा अभिनेता अमृत ढुंगानाले पनि आफ्नो चरित्र प्रभावकारी भएको बताएका छन् । यो चलचित्रलाई रामशरण पाठकले निर्देशन गरेका हुन्, जसले विगतमा प्रेम गीत तथा प्रेम गीत-२ निर्देशन गरिसकेका छन् । निर्देशक पाठक आफ्नो चलचित्रले हालसम्म प्राप्त गरेको प्रिभ्यूबाट उत्साहित छन् ।

रणवीर

माघ १८ गतेलाई नै प्रदर्शन मिति तोकेको तेस्रो चलचित्र हो- रणवीर । केही साताअघि सार्वजनिक भएको तिरिमिरी तिरिमिरी...गीत लोकप्रिय भैसकेको यो चलचित्रमा सुशील सिटौला तथा शुभेच्छा खड्काको जोडीले मुख्य भूमिका निर्वाह निर्वाह गरेको छ । चलचित्रमा प्रशान्त ताम्राकार तथा सुपुष्पा भट्ट पनि महत्वपूर्ण भूमिकामा छन् । होस्टल, सुन्तलीलाई भगाइलग्यो झिल्केले तथा गाजाबाजाबाट आफ्नो अभिनय क्षमता प्रमाणित गरिसकेका अभिनेता सिटौलाका लागि रणवीर टर्निङ प्वाइन्ट बन्न सक्छ । अभिनेता सिटौला भन्छन्- 'रणवीर बन्न मैले के-कति मेहनत गरेको छु, त्यो चलचित्र हेरेपछि सबैले मूल्यांकन गर्नु हुनेछ । यो मेरो अभिनय करियरकै महत्वपूर्ण चलचित्र हो । यो चलचित्रले हाम्रो पुस्ताको माया र मित्रताको कथा भनेको छ । चलचित्रमा एक्सन पनि छ, जसमा हामी सबैले प्रसस्त मेहनत गरेका छौं ।' सन् २०१२ मै मिस नेपाल इन्टरनेसनलको एवार्ड जित्न सफल शुभेच्छा खड्का यही चलचित्रमार्फत अभिनेत्रीका रूपमा दर्शकमाझ आउँदै छिन् । चलचित्रका निर्देशक गोविन्द सिंह भण्डारीका अनुसार यो चलचित्रमा माया, मित्रता तथा बदलाको कथा चित्रण गरिएको छ । ठूलो बजेटको यो चलचित्रलाई गोमा विष्ट थापा तथा दीपेन्द्र रेग्मीले निर्माण गरेका हुन् जसमा रवि गिरी, नरेश पौडेल, हरिहर शर्मा, टीका पहाडी आदि कलाकारको समेत महत्वपूर्ण भूमिका छ ।

समर लभ

उपन्यासकार सुबिन भट्टराईको कृति 'समर लभ' युवापुस्तामा अत्यधिक लोकप्रिय भयो । कुनै बेला उक्त पुस्तकले बेस्ट सेलरका रूपमा चर्चासमेत पायो । युवापुस्तालाई उपन्यास पढाउन बानी बसाउने पुस्तकका रूपमा समेत चर्चा भयो । अहिले आएर त्यही उपन्यासमा आधारित चलचित्र निर्माण भएको छ- समर लभ । उपन्यासले चलचित्रको स्वरूप ग्रहण गरेपछि त्यसमा समावेश कथालाई पर्दामा कसरी उतारियो, कतै कथाको मर्म नै मर्ने त होइन ? भन्ने जिज्ञासासमेत पैदा भएका छन् । मुस्कान ढकालद्वारा निर्देशित चलचित्र समर लभ माघ २५ गतेदेखि प्रदर्शन हुँदैछ । निर्देशक ढकालले उपन्यासको कथाको मर्मलाई आत्मसाथ गर्दै जस्ताको तस्तै पर्दामा उतारिएको दावी गरेका छन् । चलचित्रमा आशिष पिया र रेवती क्षेत्रीले अतीत तथा सायाको भूमिकालाई चरितार्थ गरेका छन् । चलचित्रको हालै सार्वजनिक तीन मिनेट लामो ट्रेलरमा अतीत र सायाबीचको प्रेमसँगै समयक्रममा उत्पन्न हुने परिस्थिति, मिलन-विछोडका थुप्रै संयोग जोडिएका छन् । सामीप्यराज तिमिल्सेनाको पटकथाको यो चलचित्रमा सुबिनको सहकार्यमा सामीप्यले नै संवाद लेखेका छन् । चलचित्रमा पुष्पन प्रधानको संगीत छ भने सुरजसिंह ठकुरी, नम्रता सापकोटा, शिशिर भण्डारी, सरोज खनाल, ओमप्रतिक, मानस थापा आदि कलाकारले समेत अभिनय गरेका छन् ।

बलिउड

दिशा पाटनीको चमक

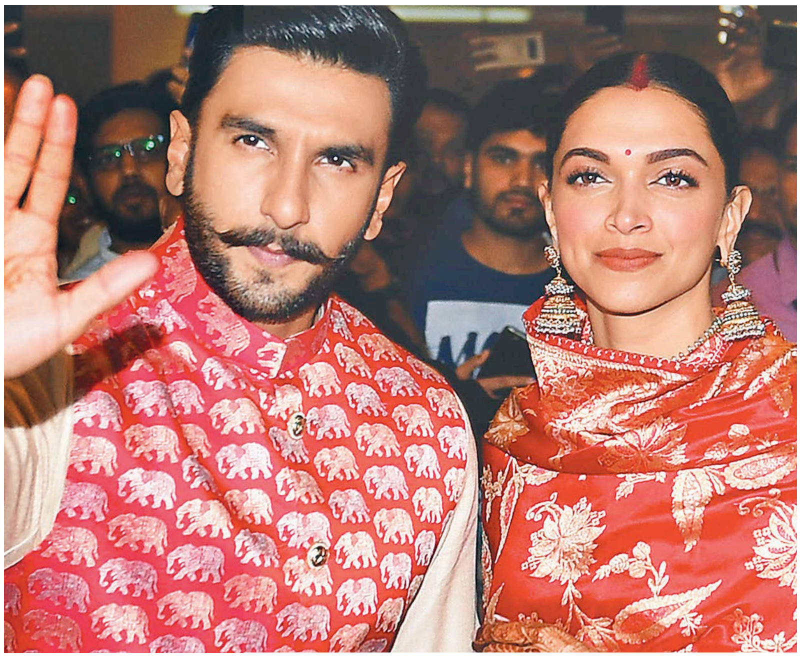
सोसल मिडियामा अभिनेत्री दिशा पाटनीको एउटा हट तस्बिर सार्वजनिक भएसँगै हलचल मच्चिएको छ। केही दिन पहिले उनले आफ्नो अफिसियल इन्स्टाग्राम एकाउन्टबाट एउटा वोल्ड तस्बिर सेयर गरेकी थिइन्। यो तस्बिर एकाएक भाइरल हुनुको कारण हो– उनको सुन्दरतासँगै हट पोज। दिशा चाँडै सलमान खानको प्रतीक्षित चलचित्र भारतमा देखा पर्दैछिन्।

दोस्रो पटक हनिमुन

प्रियंका चोपडा विवाहपछि आफ्ना श्रीमान्सँग निकै इन्जोय गरिरहेकी छिन्। उनी अहिले आफूहरूको घुमघामका विभिन्न तस्बिर सेयर गरिरहेकी छिन्। विवाहलगत्तै खाडी मुलुकमा हनिमुन मनाएर फर्किएको यो जोडी पुनः दोस्रो पटक हनिमुनका लागि क्यारेबियन क्षेत्र पुगेको छ। उनीहरूको यसपटकको हनिमुनलाई पनि मिडियाले समाचार बनाएका छन्। यसअघि प्रियंकाले एक अन्तर्वार्तामा आफ्नो व्यक्तिगत जीवन तथा श्रीमान् निक जोन्सबारेमा केही खुलासासमेत गरेकी थिइन्। भोगको जनवरीको अंकका लागि फोटोसुटसँगै दिएको अन्तर्वार्तामा प्रियंकाले भनेकी छिन्, 'उनी निकै शान्त र प्यारा छन् अनि मेरो निकै केयर गर्छन्।' प्रियंका अब तेस्रो पटक हनिमुनका लागि कतै जान्छिन् कि जाँदिनन् ? त्यो भने हेर्न बाँकी नै छ।

मख्ख सारा

२०१८ मा सबैभन्दा बढी चर्चा जाहन्वी कपुर तथा सारा अली खानको भयो। वर्षको अन्तिममा प्रदर्शनमा आए– केदारनाथ तथा सिम्बा। यी दुवै चलचित्रकी अभिनेत्री हुन्– सारा अलि खान। पहिलो कदममै दुईवटा हिट चलचित्र दिएपछि सारा यतिबेला मख्ख छिन्। बलिउड पण्डितहरूले गरेको प्रशंसाले पनि सारालाई उत्साहित तुल्याएको छ। समीक्षकहरूले २०१८ को उत्कृष्ट डेब्यु एवार्ड साराले नै पाउनुपर्ने धारणा व्यक्त गरेका छन्। बलिउडका हस्तीहरूले पनि सारालाई लामो रेसको घोडाको संज्ञा दिएका छन्। केदारनाथमा लामो भूमिका भए पनि सिम्बामा भने उनको भूमिका निकै छोटो थियो। यद्यपि उनी त्यसमा दर्शकको ध्यान आफूतर्फ तान्न सफल भएकी छिन्।

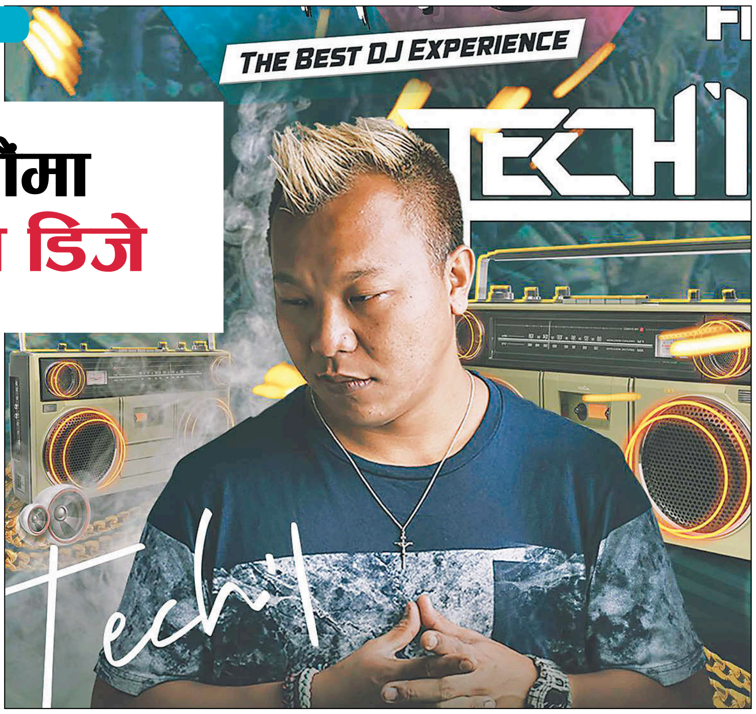


श्रीमती बन्न अस्वीकार

अभिनेत्री दीपिका पादुकोण र रणवीर सिंह केही समयअघि मात्र विवाह बन्धनमा बाँधिएका हुन्। धूमधामका साथ विवाह गरेको यो जोडीलाई बलिउडको हट जोडी पनि मानिन्छ। सन् १९८३ मा भारतीय क्रिकेट टिमले जितेको विश्वकपमा आधारित चलचित्र ८३ मा रणवीर सिंहलाई क्रिकेटर कपिल देवको भूमिकामा प्रस्तुत गर्न लागिएको छ भने उनी त्यसका लागि वर्कसपमा समेत सहभागी हुन थालिसकेका छन्। कपिल देवकी श्रीमतीको भूमिकाका लागि रणवीर सिंहकी श्रीमती तथा बलिउड अभिनेत्री दीपिका पादुकोणसमक्ष प्रस्ताव गरिएको थियो। यद्यपि उनले उक्त प्रस्ताव अस्वीकार गरेकी छिन्। रणवीर केही समयअघि फाइनल भएका थिए। दीपिकालाई पछि प्रस्ताव गरिएको थियो। दीपिकाले आफ्नै श्रीमान्सँग चलचित्रमा काम गर्ने प्रस्ताव ठाडै अस्वीकार गर्नुको कारण भने खुलाएकी छैनन्।

विकेन्ड नाइट

काठमाडौंमा सिंगापुरका डिजे



नरसिंहचोक ठमेलस्थित टर्टल लाउन्ज एन्ड क्लबमा आज शुक्रबार डिजे म्युजिकल कार्निभल नाइट हुँदैछ जहाँ सिंगापुरका चर्चित डिजे टेक वनले लाइभ प्रस्तुति दिँदैछन् । यो कार्निभल नाइटमा पायोनियर नेपालले ७ वटा विभिन्न डिजेबीच प्रतिस्पर्धा गराउने टर्टल लाउन्जका सञ्जु अधिकारीले बताए ।।

विकेन्ड फेस्टिबल

क्रिसेन्डो म्युजिक फेस्टिबल

KĀNTĀ
dʌbdʌb
EVOKE

भोलि शनिबार अरुण थापाचोक, झम्सिखेलस्थित बेस क्याम्प : आउटडोर लाइफ स्टाइलमा क्रिसेन्डो म्युजिक फेस्टिबल हुँदैछ । साँझ ६ बजे प्रारम्भ हुने उक्त म्युजिकल फेस्टिबलमा फ्रान्सको कान्टा ड्याब ड्याब म्युजिकल ब्यान्डले प्रस्तुति दिने बताइएको छ । यो कार्यक्रमको प्रवेश शुल्क ४ सय रुपैयाँ छ ।

विकेन्ड इभेन्ट

आज शुक्रबार टंगाल, भाटभटेनीस्थित स्टेरेस रुफटप लाउन्ज एन्ड बारमा फ्राइडे भाइब्सको आयोजना हुँदैछ । यो कार्यक्रम साँझ ५ बजे कार्यक्रम प्रारम्भ हुनेछ ।

ooo

कुमारीपाटी, ललितपुरस्थित नाइट बज्मा साँझ ७ बजे फ्राइडे नाइट लाइभ प्रस्तुत हुँदैछ, जसमा क्यासकेड ब्याण्डले प्रस्तुति दिँदैछ ।

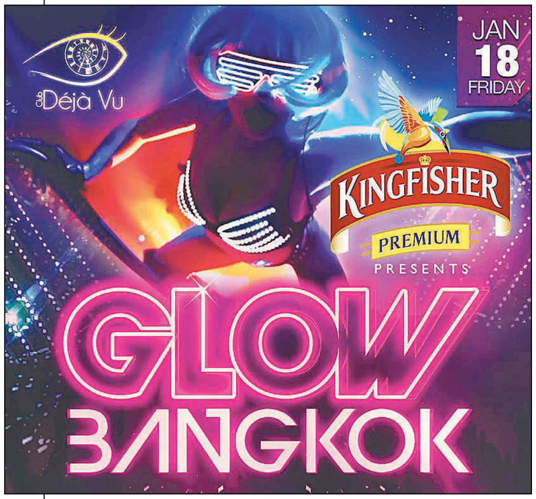
विकेन्ड फन

पाल्पाली सांगीतिक साँझ

भोलि शनिबार पोखरा सभागृहमा पाल्पाली सांगीतिक साँझ हुँदैछ जसमा पाल्पाको मौलिक संस्कृतिका रूपमा रहेको वालन, कौरा, सोरठी (मारुनी) आदि नृत्य प्रदर्शन हुनेछ । उक्त अवसरमा पाल्पाको पहिचानका रूपमा रहेका पाल्पाली करुवा, ढाकाका साथै आलुको चुकाउनी, बटुक (बारा) आदि परिकारको स्टलसमेत रहनेछ । यो कार्यक्रममा कलाकार राजेश हमाल, नारायण रायमाझी, दुर्गा रायमाझी, बद्री पंगेनी, इन्द्र जिसी, नवीन पौडेल, जमुना राना, शान्ति डोटेल आदि सहभागी हुँदैछन् । मध्यान्ह १२ बजे प्रारम्भ हुने यो कार्यक्रम पाल्पाली समाज, पोखरा स्थापना भएको २५ वर्ष पुगेको अवसरमा आयोजित गरिएको हो ।

राजाराम पौडेल

विकेन्ड डान्स पार्टी



डेजा भूमा ग्लो ब्यांकक

दरबारमार्गस्थित क्लब डेजा भूमा भोलि शनिबार साँझ ५ बजे ग्लो ब्यांकक्ले नृत्य प्रस्तुत गर्दैछ । यो पार्टीमा आफैं पनि नाच्न सकिनेछ । यो रमाइलोमा सहभागी हुन सामान्य टिकटको १ हजार तथा भिआइपी टिकटको १ हजार ५ सय रुपैयाँ तिर्नुपर्नेछ ।

विकेन्ड स्वाद

नेबुलाका परिकार

nebula
BUFF MEAT
BUFF SUKUTI
PICKLE

धरानका सात जना युवा मिलेर मासुका आधुनिक परिकार बनाउने उद्योग सञ्चालनमा ल्याएका छन् । यो उद्योगले धराने कालो बंगुर (पोर्क) को सुकुटी, बफ सुकुटी साँधेको अचार, बफ मिट पिक्कल, चिकेन पिक्कल, बफ, चिकेन र फिस मिटबल, पोर्क, बफ, चिकेन, फिस ससेज, पोर्क ह्याम, ब्याकन, सलामी आदि उत्पादन गर्छ । ती उत्पादन १ सय ५, १ सय ५०, ५ सय तथा १ हजार ग्रामका पाउच र डब्बामा उपलब्ध छन् । परम्परागत प्रविधि प्रयोग गरेर तयार गरिने परिकारहरूमा रसायनिक तथा अप्राकृतिक तत्वहरू प्रयोग गरिएको हुँदैन । यी उत्पादन देशभित्र संखुवासभा, झापा, इलाम, पोखरा, काठमाडौं तथा स्थानीय बजारका सुपरमार्केटमा उपलब्ध छन् । यसले विदेशमा अमेरिका, हङकङ, मकाउ, युके एवं दुबईसम्म बजार लिइसकेको छ । यो उद्योग १ करोड ५ लाख रुपैयाँ लगानी गरेर नौ महिनाअघिसञ्चालनमा ल्याइएको थियो । उद्योगका बजार प्रतिनिधि रमेश थापाका अनुसार दैनिक ५० हजार रुपैयाँ बराबरको कारोबार गरिरहेको यो उद्योगले १६ जनालाई प्रत्यक्ष रोजगारी प्रदान गरेको छ ।

विद्या राई

विकेन्ड सपिङ

घरमै आइपुग्छ खानेकुरा

भोज डिल्स

कमलादीस्थित भोज डिल्सले घरमै खानेकुरा डेलिभरी दिने सेवा उपलब्ध गराउँदै आएको छ । डेढ वर्षअघि सञ्चालनमा आएको भोज डिल्सले ५ सय रुपैयाँभन्दा कमको खानेकुरा १ सय, ५ सयभन्दा माथि र १ हजारभन्दा तलको अर्डर ५० रुपैयाँ तथा १ हजार रुपैयाँभन्दा माथिको अर्डर नि:शुल्क डेलिभरी गरिदिन्छ । यो सुविधा रिङरोडबाहिर डेढ किलोमिटरसम्म मात्र उपलब्ध हुन्छ ।

फूडमाण्डु

हालसम्म डेढ लाखभन्दा बढी ग्राहकलाई होम डेलिभरी सुविधा प्रदान गरिसकेको फूडमाण्डू सन् २०१० देखि सञ्चालनमा आएको हो । फूड्माण्डूमा बिहान ११ देखि साँझ ८ बजेसम्म जुनसुकै समयमा खानेकुरा अर्डर गर्न सकिन्छ । काठमाडौंको रिङरोडबाहिर समेत होम डेलिभरीको सुविधा प्रदान गर्दै आएको फूडमाण्डूले खानेकुरा अर्डर गरेबापत न्यूनतम ५० रुपैयाँ शुल्क लिन्छ । किलोमिटर जति बढ्दै गयो त्यही हिसाबले बढी शुल्क तिर्नुपर्ने हुन्छ । १ हजार ५ सयभन्दा बढीको अर्डरमा भने जतिसुकै दूरीमा पनि ५० रुपैयाँ तिरे पुग्छ ।

फुडमारियो

फूडमारियोले फोन गरेकै भरमा घरमै खानेकुरा डेलिभरी गरिदिन्छ । फुडमारियोले दैनिक ३ सयभन्दा बढी ग्राहकलाई सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । यो कम्पनीले २० जनाभन्दा बढीलाई रोजगारी दिएको छ । फेसबुक पेज, फेसबुक म्यासेन्जर, फोन वा वेबसाइटमध्ये कुनै पनि माध्यमबाट अर्डर गरेपछि फुडमारियोले गृहिणीहरूद्वारा तयार पारिएको खानेकुरा आफूले इच्छाएको ठाउँमा डेलिभरी गरिदिन्छ ।

अनलाइन फूड फेस्टिभल

नेपालको पहिलो फूड डेलिभरी कम्पनी फूडमाण्डुले अनलाईन फूड फेस्टिभल-२०१९ को आयोजना गरेको छ । अघिल्लो वर्ष सम्पन्न अनलाइन फूड फेस्टिभलबाट उत्साहित हुँदै माघ १ गतेदेखि माघ १० गतेसम्म दोस्रो अनलाइन फूड फेस्टिभलसञ्चालन गर्न लागिएको हो । फुडमाण्डूको यो अनलाइन फेस्टिभलमा ३० वटा रेस्टुराँले आफ्ना परिकार विशेष छुटमा उपलब्ध गराउने बताइएको छ ।

आमाको भान्छा घर

फेसबुक पेज आमाको भान्छा घरमार्फत पनि खानेकुरा अर्डर गर्न सकिन्छ । आमाको भान्छा घरले घरमै तयार पारिएको खाना उपलब्ध गराउँदै आएको छ ।

चियर्स अनलाइन लिक्योर स्टोर

कमलादीस्थित चियर्स अनलाइन लिक्योर स्टोरले घरमै पेय पदार्थ डेलिभरी सेवा दिँदै आएको छ । चियर्सले रिङरोडबाट ६ किलोमिटर दूरीसम्म नि:शुल्क डेलिभरी दिन्छ । यसका लागि चियर्स डटकम डटएनपीमा गएर पेय पदार्थ अर्डर गर्नुपर्ने हुन्छ ।

चौका दाउ : लगानी उठाउन धौ-धौ

निर्देशक : पूर्णेन्दु झा **निर्माता :** सौर्यजित बासकोटा
कलाकार : वर्षा राउत, सन्तोष पन्त, रविन्द्र झा, तैयब शाह, विल्सन विक्रम राई, अजश्र ढुंगाना आदि ।

अघिल्लो बिहीबार साँझै एउटा समाचार सार्वजनिक भयो, चलचित्र चौका दाउ मुलुकभरका सात दर्जन सिनेमा हलबाट एक साथ प्रदर्शन । झन्डै ५० वटा सिनेमा हलबाट प्रदर्शन प्रारम्भ भएको तथा प्रसस्त प्रचार-प्रसार गरिएको यो चलचित्रको व्यवसाय भने औसत छ । माघे संक्रान्तिलाई लक्षित गर्दै प्रदर्शनमा आएको यो चलचित्रले गत शनिबार तथा माघे संक्रान्तिको दिन राम्रै दर्शक पायो । काठमाडौंको लोकप्रिय मल्टिप्लेक्स क्यूएफएक्समा हिजो बिहीबारसम्म यो चलचित्रलाई चारवटा शो उपलब्ध गराइएको छ भने गोपीकृष्णसहितका सिनेमा हलमा पनि चलचित्र प्रदर्शन भैरहेको छ ।

कस्तो छ कथा ?

एउटै कोलनीमा बस्ने चार भिन्न पृष्ठभूमिका प्रौढको कथा यो चलचित्रमा छ । उनीहरूमध्ये एक जना पूर्वमन्त्री, अर्का म्यानपावर कम्पनीका मालिक, तेस्रा जग्गा दलाल तथा चौथा क्यासिनो सञ्चालक हुन् । उनीहरूबीच के समानता छ भने उनीहरू सबै यौनको प्रसंगमा कुण्ठित छन् । आफ्नो पेसाबाट रिटायर्ड भैसकेका उनीहरू तास खेलेर दिन कटाउँछन् । त्यही कोलनीमा बस्न आएकी एउटी युवतीको रूपबाट मोहित भएपछि चलचित्रको कथा मोडिन्छ । चारै जना पुरुष ती सुन्दरीप्रति लट्ठ मात्र हुँदैनन्, आ-आफ्नो शैलीले उनलाई आफ्नो बनाउने योजनामा सक्रिय हुन्छन् । तीनै युवतीसँग सम्बन्ध स्थापित गर्ने क्रममा उत्पन्न परिस्थितिमा चलचित्रको बाँकी कथा केन्द्रित छ ।

वरिष्ठ संगीतकार शम्भुजित बासकोटा यो चलचित्रका कथाकार तथा निर्माता हुन् । बासकोटाले यसअघि दर्जनौं चलचित्रका लागि कथा लेखिसकेका छन् । चलचित्रमा आजको सहरको विकृति प्रस्तुत गर्ने जमर्को गरिएको छ । चौका दाउमा घर-परिवारलाई ढाँटेर घर बाहिर मोजमस्ती गर्न पल्किएका पचास वर्ष कटेका प्रौढ पुरुषहरूको चरित्रलाई हास्य शैलीमा उदांगो पारिएको छ । यद्यपि दर्शकहरूलाई हँसाउने बहानामा निर्देशकले दोहोर अर्थ लाग्ने संवाद तथा दृश्यहरूमा बढी जोड दिएका छन् । चौका दाउको सांगीतिक पक्ष आकर्षक छ । चलचित्रमा राधा पियारी तथा मेरो माया कतारमा शीर्षकका दुई गीत छन् र ती दुवै गीत लोकप्रिय छन् ।

निर्माताको दाबी

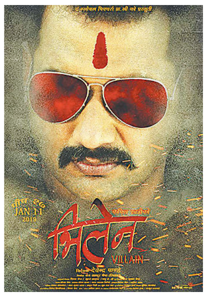
चलचित्रका निर्माताहरूमध्येका एक जनाले चौका दाउले बुधबारसम्म झन्डै डेढ करोड रुपैयाँको व्यवसाय गरेको दावी गरेका छन् । उनका अनुसार चलचित्रमा झन्डै १ करोड ४० लाख रुपैयाँ लगानी भएको थियो । यो चलचित्रले आशा गरे अनुरुप व्यवसाय गर्न नसकेको ती निर्माताले स्वीकार गरेका छन् । उनको भनाइ छ- ‘पुसको अन्तिम साताको चिसोले बिहानीका शोहरूमा दर्शकको संख्या न्यून भएको कुरा सत्य हो, यद्यपि दिउँसो र साँझका शोमा दर्शकको उपस्थिति राम्रै छ ।’ ती निर्माताका अनुसार अघिल्लो शुक्रबारको बिहानीको शो निकै खुकुलो भए पनि दिउँसोको शोबाट चलचित्रले पिकअप लिएको हो । ‘शनिबार मल्टिप्लेक्स र सिंगलगरी सबै थिएटरमा हाउसफुल भयो, माउथ पब्लिसिटी राम्रो भएका कारण आइतबारको व्यापार पनि राम्रो भएको छ । मंगलबार माघे संक्रान्ति दिन पनि चलचित्रले राम्रो व्यवसाय गऱ्यो ।’

समीक्षकको प्रतिक्रिया

चलचित्र समीक्षक गोकर्ण गौतमले शुक्रबार साँझै चलचित्रका बारेमा छोटो स्टाटस लेखे-‘कमेडीकै कत्लेआम । चौका हैन, चौपट । दाउ हैन, घाउ ।’ उनको स्टाटसमा चलचित्र निर्माता तथा निर्देशक नरेश पौडेलले प्रतिक्रिया जनाए-सुपर फ्लप । उनलाई जवाफ फर्काउँदै गौतमले पुनः लेखे-‘बक्स अफिस रिपोर्ट बुझ्न पाएको छैन ।’ गौतमले नेपाल पत्रिकामा गरेको पत्रिकाको समीक्षाको सार छ- ‘अर्थ र कारणबिना कोरा कमेडी रुचाउने र पचाउनेलाई समेत चौका दाउले सन्तुष्ट बनाउन हम्मे-हम्मे पर्छ । यस्ता चलचित्रले न बजार बढाउँछ, न त मौलिक दृश्य निर्माणमा सघाउ पुग्छ ।

कहाँ चुक्यो भिलेन ?

छक्का-पञ्जाको व्यवसायिक सफलतासँगै अहिले नेपालमा कमेडी चलचित्रको ओइरो लागेको छ । पछिल्लो समय प्रदर्शन हुने अधिकांश चलचित्र हास्य विधामै केन्द्रित भएर निर्माण भैरहेका छन् । कमेडी चलचित्र धमाधम आइरहेका बेला एक्सन स्टार अभिनेता निखिल उप्रेतीको चलचित्र ‘भिलेन’ गत साता प्रदर्शन भयो । यद्यपि यो चलचित्र दुईदिन पनि हलमा टिक्न सकेन । यसका पछाडि विभिन्न कारण होलान् तर चलचित्र हेर्ने अधिकांश दर्शकले सहजै महसुस गर्छन्, चलचित्रमा कलात्मकता र नवीनताको खडेरी छ । अहिले चलेको ट्रेड विपरीत यो चलचित्रमा निखिलले आफ्नो पुरानै रङ थोपरेर पन्छिने काम गरेका छन् ।

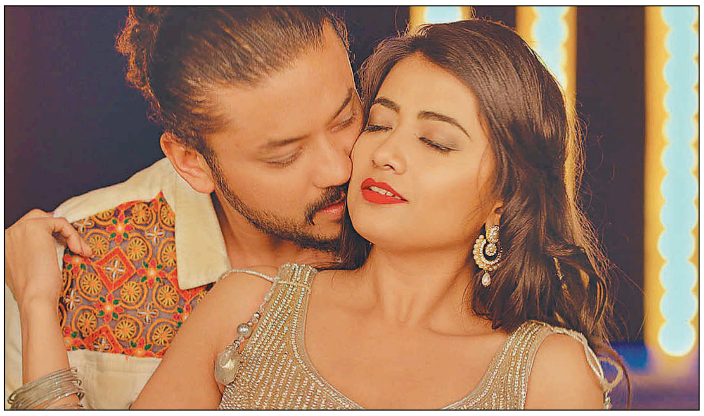


भिलेनको कथा मधेस केन्द्रित छ जहाँ मधेसको समाजलाई हल्का रूपमा चित्रण गरिएको छ । अहिलेको मधेस पुरानै मधेस होइन, त्यहाँ धेरै कुरा परिवर्तन भैसकेको छ । यहीँनिर चुकेको छ चलचित्र । मधेसको कानुन दैवले जानुन् । हिरा सिंह चौधरीले भनेको सबैले मानून् ! हिरा सिंह मधेसका मुखिया जस्ता हुन, जसले भनेको सबैले मान्नुपर्छ । गाउँमा केही कामको सुरुवात गर्दादेखि हरेक कुरामा उनैसँग सल्लाह लिनुपर्छ । कसैले उनको भनाइविपरीत काम गऱ्यो भने सिंहको चित्त बुझ्दैन । सोही स्थानमा अलिकति फरक सोच भएका र दुःखी तथा अन्यायमा परेकाहरूका सहयोगी निखिल र हिरा सिंहको झगडा र रोनाधोनामै चलचित्र अघि बढेको छ । यो किसिमका चलचित्र पहिले पनि आएका हुन्, भिलेन पनि त्यसकै अर्को एउटा कडी मात्र हो ।

निखिललाई पुरानै किसिमले पर्दामा एक्सन हिरोका रूपमा देखाउन खोजिएको छ । उनको लुक्स र अभिनयमा कुनै नयाँपन पाइँदैन । समग्र चलचित्र अनेक कोणबाट दयनीय देखिन्छ । चलचित्रमा के देखाउन खोजिएको हो भन्ने विषयमा निर्देशक देवेन्द्र पाण्डे स्पष्ट छैनन् । अहिले मधेस र पहाडले एकले अर्कालाई हेर्ने जुन दृष्टिकोण छ त्यो कुराको छनक यो चलचित्रमा कधहीँ कतै पाइँदैन । मधेसकी युवतीलाई पहाडका युवाले घर भित्र्याउँदा मधेस र पहाडको दृष्टिकोणको खाडल पुरिन्थ्यो कि ! चलचित्रमा मधेसकी एक युवतीलाई पहाडका एक युवकले मन पराउँछन् र उनीहरू प्रेममा पर्छन् । तर, युवतीको घरमा पहाडे युवकलाई मन रुचाइँदैन । ती युवक आफ्नी प्रेमिका ‘शिल्पा पोखरेल’ लाई लिएर भाग्छन्, तर उनीहरूलाई रोक्न आइपुग्छन् प्रेमिकाका आफन्तहरू ।

चलचित्रको राम्रो पक्ष भनेको यसको सम्पादन हो । यसमा मिलन श्रेष्ठ र शाहिल खान केही हदसम्म सफल छन् । मदन काश्यप घिमिरे र सौरभ लामाको क्यामेरा वर्क पनि राम्रो छ । छोटकरीमा भन्ने हो भने निर्देशकीय पाटो र कथा लेखक मौनता श्रेष्ठको लापरवाहीका कारण चलचित्रले अब्बल बन्न सक्ने सम्भावनालाई आफैंले तुहाएको छ ।

शुक्रबार एक्लै गरुड पुराण



अहिले नेपालमा कुनै पनि चलचित्रले एक्लै प्रदर्शन हुने अवसर पायो भने त्यसलाई निकै भाग्यमानी चलचित्र मानिन्छ । यदि राम्रो चलचित्र बनेको छ र शनिबार तथा शुक्रबार दर्शकलाई हलसम्म तान्न सक्यो भने अर्को चलचित्र प्रदर्शन हुने बेलासम्म उक्त चलचित्रले आफ्नो लगानी लगभग सुरक्षित गर्न सक्छ । यस्तै भाग्यमानी चलचित्र हो– गुरुड पुराण ।

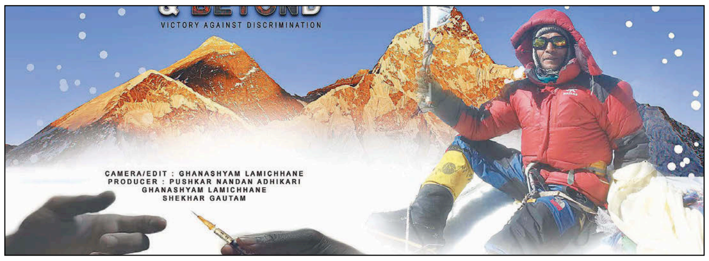
माघ ४ गतेदेखि देशव्यापी प्रदर्शनमा आउने यो चलचित्रमा अभिनेता कर्मा शाक्यले दुई फरक भूमिका निर्वाह गरेका छन् । अभिनेताका रूपमा युवा भूमिका निर्वाह गरेका कर्मा प्रौढ भूमिकामा पनि देखिने खुलासा चलचित्रनिर्माण टिमले गरेको छ । चलचित्रका निर्देशक सुवास कोइरालाका अनुसार ‘गरुड पुराण’ मा कर्मा २५ वर्षीय तन्नेरीका रूपमा प्रेमीको भूमिकामा छन् । कर्माले यो चलचित्रमा ६० वर्षे वृद्धको भूमिकासमेत निर्वाह गरेका छन् । यद्यपि उनको प्रौढ चरित्रका बारेमा केही बताइएको छैन ।

गरुड पुराण हास्यप्रधान चलचित्र हो । यो चलचित्रमा कर्मासँगै नाजिर हुसेन, प्रवीण खतिवडा, कामेश्वर चौरसिया, लुनिभा तुलाधर, प्रियंका सिंह, कमल देवकोटा आदिले समेत अभिनय गरेका छन् । कसम नेपालको कथामा यो चलचित्रको पटकथा आकाश बराल, विनोद खतिवडाका साथै निर्देशक कोइरालाले तयार पारेका हुन् । यो चलचित्रमा सुसन प्रजापतिको छायांकन, कोसिस क्षेत्रीको संगीत तथा उज्ज्वल ढकालको सम्पादन छ । गरुड पुराणकी मुख्य नायिका प्रियंका सिंह नवोदित अभिनेत्री हुन् । उनी यही चलचित्रमार्फत नेपाली चलचित्रमा पदार्पण गर्दै छिन् । झन्डै ८० लाख रुपैयाँ लगानी भएको यो चलचित्र काठमाडौं तथा बाहिरका केही जिल्लामा समेत खिचिएको थियो ।

यसबीच चलचित्र ‘गरुड पुराण’ लाई केन्द्रीय चलचित्र जाँच समितिले बालबालिकाले आफ्ना अभिभावकका साथ हेर्न मिल्ने गरी ‘प्यारेन्टल गाईडेड’ (पिजी) सर्टिफिकेट दिएको छ ।

यो चलचित्रमा ब्यान्ड बाजा बजाउने एउटा समुह र उनीहरूको परिवारले गरेको संघर्षको कथामा केन्द्रित छ । ‘ माघ महिना विवाहको मौसम भएको र यो चलचित्र बाजा बजाउनेहरूको कथा आधारित भएकाले यसलाई विवाहकै मौसम पारेर प्रदर्शन गर्न लागिएको हो । गरुड पुराणले दर्शकलाई पूर्ण मनोरञ्जन दिनेमा हामी विश्वस्त छौं ।’ निर्देशक सुवास कोइरालाले भने ।

वृत्तचित्र टु द एभरेस्ट एन्ड वियोन्ड



VICTORY AGAINST DISCRIMINATION
CAMERA/EDIT : GHANASHYAM LAMICHHANE
PRODUCER : PUSHKAR NANDAN ADHIKARI
GHANASHYAM LAMICHHANE
SHEKHAR GAUTAM

सगरमाथा आरोहण अभियानमा केन्द्रित भएर निर्माण गरिएको वृत्तचित्र टु द एभरेस्ट एन्ड वियोन्ड थाइल्यान्डमा सञ्चालन हुने एसियाली लघु चलचित्र प्रतिस्पर्धाको अन्तिम चरणमा छनौट भएको छ । उक्त वृत्तचित्र विभिन्न चार चरणको छनौट प्रक्रियापछि अन्तिम १२ मा पर्न सफल भएको हो । लागूपदार्थ प्रयोगकर्ताहरूको एसियाली संजाल एएनपीयूडीले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा नेपाललगायत १६ वटा एसियाली मुलुकको सहभागिता थियो । पोखराका वृत्तचित्र निर्माता तथा कलाकार विष्णु प्रसाद गौतमले निर्माण/ निर्देशन गरेको वृत्तचित्र टु द एभरेस्ट एन्ड वियोन्ड पूर्व राष्ट्रिय फुटवल खेलाडी तथा एचआईभी संक्रमित गोपाल श्रेष्ठको सगरमाथा आरोहण अभियानमा केन्द्रित भएको निर्देशक गौतमले जानकारी दिए ।

२०४२ सालको राष्ट्रिय फुटबल टिमका प्रमुख डिफेन्स गोपाल लागूपदार्थ प्रयोगका कारण राष्ट्रिय टिमका साथै लिग गेमवाट समेत निष्कासित भए । त्यसपछि उनी आफ्नै घर पोखरा फर्किए । परिवार, समाज र आफन्त सबैले लागूपदार्थ प्रयोगकर्तालाई तेस्रो दर्जाका रूपमा हेरेपछि उनमा मानसिक समस्या बढ्यो र त्यस क्रममा उनले बजारमा पाइने सबै खालका लागूपदार्थ प्रयोग गरे । अन्ततः उनी एचआईभीबाट संक्रमित भए । २५ वर्षपहिले डक्टरले तीन महिनाभित्र मर्ने भनिएका गोपाल यही आउँदो वैशाखमा सगरमाथा आरोहण गर्ने अभियानमा छन् । यही कथामा वास्तविक दृश्यहरूको समायोजन गरी यो वृत्तचित्र निर्माण गरिएको बताइन्छ ।

जेनिलिया श्रेष्ठ

Log on to :
facebook
www.facebook.com\kantipursaptahik

तस्बिर : कुबेर तामाङ
लोकेसन: होटल स्तूपा रिसोर्ट, नगरकोट
मेकअप : गौरी रुम्बा

तस्बिर : महेश प्रधान

पारिश्रमिक नपाउनेहरू

नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्ने कलाकार तथा काम गर्ने प्राविधिकहरूले पारिश्रमिक नपाउने गुनासो प्रायः सुनिरहन्छ। विगतमा यस्ता गुनासा अझ बढी सुनिन्थ्यो, अहिले अलि कम छ। अहिले एउटा ठूलो ब्यानरको चलचित्रमा काम गरेका अभिनेतादेखि संगीतकारसम्मले पारिश्रमिक नपाएको गुनासो सार्वजनिक भएको छ। गोपीकृष्ण मुभिज तथा आरोही इन्टरटेन्मेन्टले निर्माण गरेको चलचित्र ‘रोज’ प्रदर्शन भैसकेको छ, तर अभिनेता प्रदीप खड्कादेखि संगीतकार एसिल कार्कीसम्मले पारिश्रमिक नपाएको गुनासो गरेका छन्। अभिनेता खड्काले सम्झौता गरिएअनुसारको पूरै पारिश्रमिक पाएका छैनन्। २५ लाख रुपैयाँमा अनुबन्ध भएका खड्काले १५ लाख रुपैयाँमात्र पाएका छन्। अभिनेता कर्मा, संगीतकार एलिस कार्की, सह-अभिनेता वरुणशमशेर राणा, सम्पादक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ आदिले समेत उक्त चलचित्रबाट पारिश्रमिक नपाएको गुनासो गरेका छन्।

चञ्चले आँचल

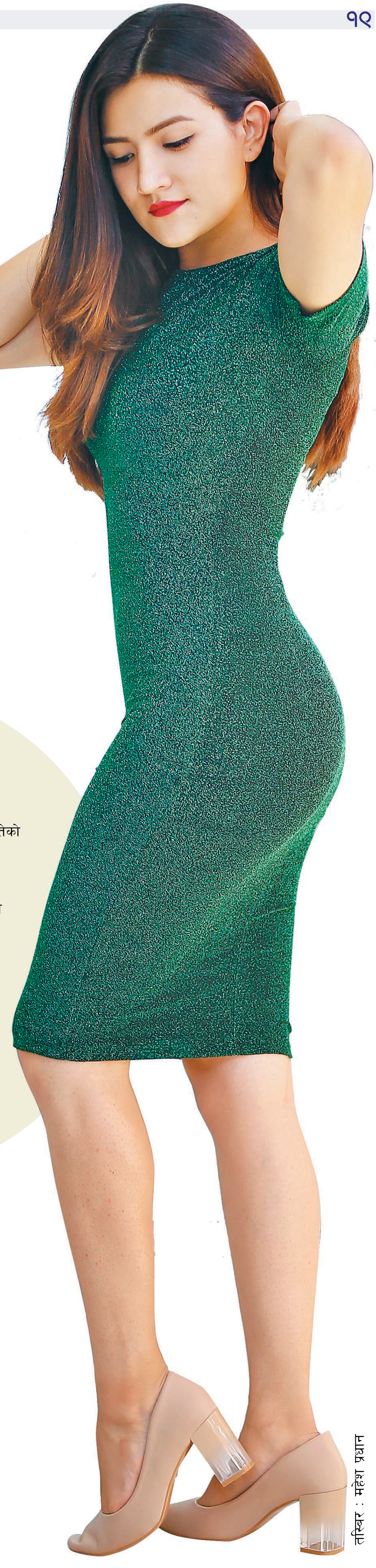
अभिनेत्री आँचल शर्मा यतिबेला चलचित्र दाल भात तरकारीको सुटिङमा व्यस्त छिन्। आँचल अलि चञ्चले स्वभावकी छिन्। त्यसो त उनमा मनमा आएको कुरा ओकलिहाल्ने बानी छ। यही बानीले कहिलेकाहीँ उनी फसादमा समेत पर्छिन्। केही समयअघि उनले चलचित्र शत्रुगतेमा कलाकारहरूको भीडबीच काम गर्दा आफूलाई घाटा भएको आशय व्यक्त गरेकी थिइन्। त्यसको केही समयपछि आँचल अभिनीत चलचित्र ब्ल्याक प्रदर्शनमा आयो। उक्त चलचित्रमा आँचल मुख्य भूमिकामै थिइन्, तर यो चलचित्रले राम्रो व्यापार गर्न सकेन। चलचित्रले उत्कृष्ट व्यापार नगरेपछि आँचललाई के फाइदा पुग्यो होला र ? यसैगरी उनले अहिले त्यही हूलमूलकै बीचमा दाल भात तरकारीमा अभिनय गरिरहेकी छिन्। यो चलचित्रमा अभिनय गर्दा पनि उनी खासै ढुक्क देखिन्नन्। यो चलचित्रले आफूलाई फाइदा गर्छ कि गर्दैन अथवा फेरि पनि कलाकारहरूको भीडबीच काम गरेर गल्ती गरें कि भन्ने चिन्ता उनमा छ।

सुरक्षाको फ्रि योजना

इन्जिनियरिङ गरेर चलचित्रमा आउने अभिनेत्री हुन्– सुरक्षा पन्त। सुरक्षा चलचित्र छनौट गर्ने कुरामा चुजी छिन्। उनी जस्तो पायो त्यस्तो चलचित्रमा अभिनय गर्न रुचाउँदिनन्। सुरक्षाले छनौट गरेका चलचित्र तथा निर्वाह गर्ने भूमिका प्रायः पृथक् रहँदै आएका छन्। हालै आयोजित एक समारोहमा सुरक्षाले एउटा रमाइलो कुरा सुनाइन्। ‘पारिश्रमिक ठूलो कुरा होइन,’ उनी भन्दै थिइन्- ‘यदि कुनै निर्माता-निर्देशक उत्कृष्ट स्क्रिप्टसहित कम बजेटको प्रस्तावका साथ आउनुहुन्छ भने पनि म अभिनय गर्न तयार हुन्छु। चलचित्रको स्क्रिप्ट र मेरो भूमिकाचाहिँ पृथक् हुनुपर्‍यो।’ मौलिक विषयमा बन्ने हरेक चलचित्रका लागि आफू उपलब्ध हुने उनको भनाइ थियो। ‘फरक विषयमा चलचित्र निर्माण गर्दै हुनुहुन्छ भने सबैभन्दा पहिले मलाई सम्झनुभए हुन्छ– सुरक्षाले निर्माता-निर्देशकहरूसँग आग्रह गरिन्।

अनमोलले मुख खोलेपछि

आफ्नो नाम जोडिएका विषयमा समेत प्रायः मौन रहन रुचाउने अनमोल केसीले पहिलो पटक एउटा विवादित विषयमा मुख खोले । ए मेरो हजुर-३ को एउटा गीतको छायांकनका लागि अमेरिका उड्नुअघि त्रिभुवन विमानस्थलमा अनमोललाई सञ्चारकर्मीहरूले घेरे । त्यही दिन उनले चलचित्र 'ब्याचलर बन्टि'को साइनिङ अमाउन्ट फिर्ता गरेका थिए । अनमोलसँग उनले छाडेको भूमिका कसलाई सुहाउला भनेर जिज्ञासा राखियो । यसअघि त्यस्ता जिज्ञासामा अनमोल फिस्स हाँस्थे । यसपटक उनी हाँसेनन्, जोक गर्दै भनिदिए- 'अहिले जति पनि छन् यो मार्केटमा प्रदीप, पल, सलिनमान उहाँहरूले गर्दा राम्रो हुन्छ ।' वास्तवमा यी तीन जना अभिनेतासँगै अनमोलको प्रतिस्पर्धा छ । अनमोलको उक्त अभिव्यक्तिपछि सिने वृत्तमा यसलाई अपमानका रूपमा बुझियो । यो विषयलाई लिएर सामाजिक सञ्जालमा अनमोलको आलोचनासमेत भयो । खासगरी अनमोलले नाम लिएका अभिनेताका प्रशंसकहरू उनीसँग रिसाएका छन् ।



शो पिस नबन्ने

सन् २०१२ मा मिस नेपाल इन्टरनेसनलको उपाधि जितेको झन्डै ६ वर्षपछि मोडल शुभेच्छा खड्का चलचित्रमा आएकी छिन् । चलचित्र रणवीरबाट रजतपटमा झुल्किएकी यी अभिनेत्रीलाई यसअघि पनि केही चलचित्रबाट प्रस्ताव गरिएको थियो । दीपिका प्रसाईंले डेब्यु गरेको चलचित्र 'ऐश्वर्य' का लागि सुरुमा शुभेच्छालाई नै प्रस्ताव राखिएको थियो । यद्यपि उनले भूमिका चित्त नबुझेको भन्दै अभिनय गर्न अस्वीकार गरिन् । उक्त चलचित्र प्रदर्शन भएर सफल मात्र भएन, दीपिकालाई अभिनयमा स्थापितसमेत गराइदियो । शुभेच्छाले भने आफ्ना लागि भनिएको भूमिका शो पिस जस्तो लागेर नगरेको बताएकी छिन् । 'मलाई उक्त चलचित्र छाडेकोमा कुनै पछुतो छैन, उनको भनाइ छ- 'आगामी दिनमा पनि म शो पिस मात्र हुने चलचित्रमा काम गर्ने छैन ।' रणवीरको आफ्नो भूमिका प्रभावकारी भएकै कारण अभिनय गर्न तयार भएको उनको दावी छ ।

रवीन्द्र कसका प्रशंसक ?

रवीन्द्र झा नेपाली चलचित्रका उम्दा अभिनेता हुन् । प्रायः तराई मूलका बासिन्दाको चरित्रमा प्रस्तुत भएर दर्शक हँसाइरहेका यी अभिनेता यतिबेला चलचित्र चौका दाउका कारण चर्चामा छन् । चलचित्रमा अभिनय गरेर लाखौं प्रशंसक कमाइसकेका यी अभिनेता स्वयं भने कसका प्रशंसक होलान् ? हालै एउटा साक्षात्कार कार्यक्रममा रवीन्द्रले यो रहस्य खोलेका छन् । रवीन्द्रका अनुसार उनी अभिनेता सन्तोष पन्तका डाइहार्ट फ्यान हुन् । लोकप्रिय हास्य श्रृंखला हिजो आजका कुरा हेरेदेखि नै रवीन्द्रलाई पन्तको अभिनय मन पर्न थालेको रहेछ । 'त्यही श्रृंखला हेरेर म पन्तको स्टाइलमा अभिनय गर्थें, रवीन्द्र भन्छन्-' जीवनमा एक पटक भए पनि सन्तोष पन्तसंग काम गर्ने धोको त्यतिबेला नै थियो, अहिले आएर पुरा भएको छ ।'

तस्बिर : महेश प्रधान

सिटिजन सेलिब्रेटी

टिकटकमा चर्चामा रहेका दुई ट्विन्स

> सुरुमा छुट्टाछुट्टै एकाउन्ट बनाएका थिए- प्रिज्मा र प्रिन्सीले । एक दिन उनीहरुकी दिदी आइशा खतिवडाले भनिन्, 'ट्विन्सहरुको भिडियो हिट छ, तिमीहरु पनि बनाओ न । कति राम्रो देखिन्छ ।' प्रिज्मा र प्रिन्सीले पनि ट्विन्सहरुका भाइरल भैरहेका भिडियो हेरेका थिए । उनीहरुलाई दिदीको सुझाव मन पर्‍यो । उनीहरुले टिकटकका लागि पहिलो भिडियो बनाए- 'बाटैमा भेट भयो, रहेछ कालेकाले....' गीतमा ।

तस्बिर : नवराज बाग्ले

यी पनि ट्विन्स सेलिब्रेटी

इच्छिता-विच्छिता– ३ लाख २४ हजार फ्यान
निक्की-लिटिल– १ लाख ६२ हजार फ्यान
लिसा क्षेत्री– ८१ हजार ५ सय फ्यान
स्वीकृति-संस्कृति– ५१ हजार ४ सय फ्यान
अमृत-अमर (दाहाल ट्विन्स)– ३१ हजार ४ सय फ्यान
सुना-सुला– ३० हजार ५ सय फ्यान
सिसन-सुसन– १२ हजार ४ सय फ्यान

जनक तिमिल्सिना

समाजमा केही यस्ता पात्र छन्, जो न नाम चलेका कलाकार हुन्, न नेता न सार्वजनिक रूपमा कहलिएका व्यक्तित्व नै । आमनागरिककै जीवन बाँचिरहेका उनीहरूको छवि सामाजिक सन्जालमा भने सेलिब्रेटीको छ ।

फेसबुक, ट्विटर, टिकटक, इन्स्ट्राग्राम आदिको दुनियाँमा उनीहरू कैयौंको मनमा बसेका छन्, व्यापक दायरामा चिनिएका छन् । कुनै खास सार्वजनिक छवि नभए पनि सामाजिक सन्जालमा थुप्रै फ्यान बटुल्न सफल यस्ता 'सिटिजन सेलिब्रेटी'हरू बग्रेल्ती फेला पर्छन् । तिनैमध्येका हुन्, टिकटकमा 'ट्विन्नी गर्ल्स'का रूपमा नेपालसँगै भारतमा छाइरहेका प्रिज्मा एन्ड प्रिन्सी खतिवडा तथा दीपा-दमन्ता श्रेष्ठ ।

ट्विन्नी गर्ल्स

प्रिज्मा र प्रिन्सी खतिवडा जुम्ल्याहा दिदीबहिनी हुन् । चाबहिल, काठमाडौंका यी दिदीबहिनीमा प्रिज्मा जेठी हुन् भने प्रिन्सी कान्छी । दिदी प्रिज्मा मेधावी कलेजमा बीएचएम थर्ड सेमेस्टरकी छात्रा हुन् भने कान्छी प्रिन्सी नाट कलेजमा डिप्लोमा इन एयरपोर्ट ग्राउन्ड अप्रेसन अध्ययनरत छिन् । अनुहार, शारीरिक हाउभाउ, स्वभाव हरेक कुरा उस्तै देखिनु उनीहरूको विशेषता हो । यही विशेषतासँग सोसल मिडिया जोडिएपछि अहिले उनीहरू छोटा सांगीतिक भिडियोका लागि चर्चित टिकटकमा सम्भवतः नेपालकै सर्वाधिक बढी फ्यान कमाउने जोडी भएका छन् ।

उनीहरूको संयुक्त टिकटक एकाउन्ट 'ट्विन्नी गर्ल्स'लाई २४ लाखभन्दा बढीले पछ्याएका छन् । भने प्रिज्माको व्यक्तिगत टिकटक एकाउण्टमा ४ लाख १९ हजार बढी फ्यान छन् । जबकि नेपालमा सामाजिक सन्जालकी सबैभन्दा हिट अभिनेत्री प्रियंका कार्कीका टिकटक फ्यान २ लाख १८ हजार मात्र छन् ।

यी दिदीबहिनी २१ वर्षका मात्र भए । आत्मविश्वासले भरिपूर्ण संवाद, मिल्दोजुल्दो आकर्षक अनुहार र कलात्मक प्रस्तुति नै उनीहरूलाई टिकटकमा धेरैले रुचाउनुका खास कारण हुन् । 'हामी सानैदेखि डान्स गर्न खुबै रुचाउथ्यौं,' हालैको एक मध्याह्न केएल टावरस्थित एक क्याफेमा प्रिन्सीले सुनाइन्, 'गीत बज्यो कि शरीर आफैं डान्स गर्न थालिहाल्थ्यो ।' टिकटक चलाउन थालेको पाँच महिना नबित्दै उनीहरूले पाएको भव्य फ्यान फलोअर्सको मुख्य कारण एउटै देखिने आकर्षक लुक्स, उत्कृष्ट एक्प्रेसन तथा पर्फेक्ट टाइमिङमा बनाइएका टिकटक भिडियो हुन् । यी दुई दिदीबहिनीको बन्डिङ पनि उत्कृष्ट छ ।

सुरुमा छुट्टाछुट्टै एकाउन्ट बनाएका थिए– प्रिज्मा र प्रिन्सीले । एक दिन उनीहरूकी दिदी आइशा खतिवडाले भनिन्, 'ट्विन्सहरूको भिडियो हिट छ, तिमीहरू पनि बनाओ न । कति राम्रो देखिन्छ ।' प्रिज्मा र प्रिन्सीले पनि ट्विन्सहरूका भाइरल भैरहेका भिडियो हेरेका थिए । उनीहरूलाई दिदीको सुझाव मन पर्‍यो । उनीहरूले टिकटकका लागि पहिलो भिडियो बनाए– 'बाटैमा भेट भयो, रहेछ कालेकाले....' गीतमा । उक्त ट्विन्स भिडियो पहिले प्रिन्सीको एकाण्उटमा अपलोड गरियो । हिट भएपछि त्यो एकाउण्टको नाम परिवर्तन गरेर 'ट्विन्नी गर्ल्स' बनाए । त्यसपछि उनीहरूको एकाउन्टमा फ्यान संख्या बढ्न थाल्यो । त्यसको दुई दिनपछि नोटिफिकेसनको बाढी नै आयो । 'त्यो बेलाको त्यस्तो प्रतिक्रिया चमत्कारिक थियो,' प्रिज्माले भनिन्, 'त्यसले हामीलाई निकै उत्साहित बनायो ।'

बलिउड गीत 'मेरे सरकार...' को टिकटक भिडियोपछि त उनीहरूले कल्पनै नगरेका फ्यान पाए । त्यो गीत भारतमा इन्स्ट्राग्राममा तत्काल भाइरल हुन थाल्यो । 'इन्स्ट्राका पेज तथा स्टोरीहरूमा सेयर हुन थालेपछि हाम्रो खुबै पब्लिसिटी भयो,' प्रिज्माले भनिन् । कसैले जोडी नटुटोस भनेर विस गर्न थाले भने कतिले एकदमै राम्रो भनेर फुर्काउन थाले । कमेन्टहरूमा उनीहरूको प्रशंसा हुन थाल्यो । कतिले त भने, 'तिमीहरू एक जना भए नर्मल मानिस हौ, जब दुई जना भयौं, त्यसले नै तिमीहरूलाई विशेष बनायो ।' 'हाम्रो बन्डिङ र पर्फेक्ट टाइमिङलाई सबैले रुचाइदिनुभएको छ । हाम्रो टाइमिङ एकदमै म्याच हुन्छ,' प्रिज्माले भनिन् । 'गड गिफ्ट नै भनुम् न,' प्रिन्सीले आफूलाई रोक्न सकिनन् । 'सुरुवात गर्दा यहाँसम्म आउला भनेर कल्पनासम्म गरेका थिएनौं,' दुवै दिदीबहिनीले स्वरमा स्वर मिलाउँदै भने । उनीहरू ट्विन्नी गर्ल्सका लागि भिडियो मेकिङ गर्न आइफोन प्रयोग गर्छन्, जसलाई उनीहरू साथ लिएर हिँड्दैनन्, घरमै राख्छन् ।

अहिले उनीहरूको टिकटक एकाउन्टमा २६ वटा भिडियो मात्र छन् । यति थोरै भिडियो बनाएर पनि यति भव्य फ्यान आखिर कसरी ? 'बलिउड सङमा काम

बायाँबाट क्रमसः प्रिन्सी, प्रिज्मा र दीपा, दमन्ता

गऱ्यौं, इन्डियनहरूलाई खुब मन पऱ्यो,' प्रिन्सीले कारण खोलिन्, 'म्याक्सिमम फ्यान भारतकै छन् । नेपाली गीतमा काम गरेपछि उनीहरूलाई कमेन्ट आउँछ, बलिउड सङमा सुहाउँछ, हिन्दीमा गर्नु न' भन्ने यो मन त मेरो नेपाली त्यसै भनिएको होइन्, प्रिज्मा र प्रिन्सीलाई पनि नेपाली गीतमा भिडियो बनाएर अपलोड नगरेसम्म चित्त बुझ्दैन ।

ट्विन्नी गर्ल्स एकाउन्टमा सबैभन्दा बढी हेरिएको भिडियो ५२ लाखभन्दा बढीले हेरेका छन् भने सबैभन्दा बढी लाइक पाउने भिडियोले २२ लाख लाइक पाएको छ । 'मेरे विन्दिया इशारा करे' गीतमा बनाइएको टिकटक भिडियो सबैभन्दा बढी हेरिएको भिडियो हो । नेपालीमा भाइरल भएको भिडियो भने 'बाटैमा भेट भयो...' हो । बिहानदेखि साँझसम्मै अलग-अगल ठाउँमा व्यस्त हुने भएकाले उनीहरूको भिडियो एकदमै ढिलो अपलोड हुन्छ । 'हामी एक शनिबार तीन-चार घण्टा फुर्सद निकालेर भिडियो बनाउँछौं,' प्रिन्सी भन्छिन्, 'चार-चार दिनको ग्यापमा पनि भिडियो अपलोड हुन्छ, कहिलेकाहीं १५-२० दिनसमेत लाग्छ ।' प्रिज्मा र प्रिन्सी मिलेर भिडियो मेकिङको क्रिएटिभ कन्सेप्ट बनाउँछन् । 'रिटेक दुई-तीन पटक मात्र गर्नुपर्छ,' प्रिज्मा भन्छिन् । कारण, एक-अर्काको एक्प्रेसन टाइमिङ जसलाई उनीहरू दुवै जना गड गिफ्टेड बन्डिङ मानेका छन् । यही लोकप्रियताका कारण नै अहिले उनीहरूलाई अन्तर्वार्ता, म्युजिक भिडियो तथा चलचित्रबाट अफर आउन थालेको छ ।

दीपा-दमन्ता

उमेरले १९ वर्षका मात्र हुन्– दमन्ता र दीपा श्रेष्ठ । यी जुम्ल्याहा दिदीबहिनीमध्ये दमन्ता जेठी हुन् भने दीपा कान्छी । उनीहरूको घर ताप्लेजुङ हो, तर अहिले काठमाडौंको पेप्सिकोलामा बस्छन् । उनीहरू तीनकुनेको ट्रिटोन कलेजमा कक्षा १२ मा म्यानेजमेन्ट पढिरहेका छन् । दुरुस्तै उस्तै देखिनु, एउटै बोलीचाली र हाउभाउ यी ट्विन्स सिष्टरको विशेषता हो ।

एउटै शारीरिक बनावटका यी दिदीबहिनीको कथा अलि बेग्लै छ । त्यो कथा पनि सोसल मिडियाकै पावरमा उनिएको हो । ०७४ को फागुनमा पहिलोपल्ट उनीहरूले टिकटकका लागि भिडियो बनाएका थिए, साथीहरूको लहैलहैमा लागेर । अंग्रेजी गीत 'यू से यू लभ'मा तयार पारिएको उनीहरूको भिडियोले क्रमशः फ्यान बटुल्न थाल्यो । डबम्यासका रमाइला भिडियो उनीहरूले फेसबुकतिर देखेका थिए, त्यसपछि उनीहरूले म्युनिकल्लीबाट रमाइला भिडियो बनाउन थाले । 'बाहिरतिरका ट्विन्सहरूले पनि भिडियो बनाएका देखेका थियौं,' दीपा भन्छिन्, 'उनीहरू मज्जाले प्रस्तुत हुन्थे, हामीले पनि उनीहरूलाई नै पछ्याउँदै भिडियो बनाउन थाल्यौं ।'

मोबाइल फोनबाटै भिडियो बनाउने उनीहरूले अहिलेसम्म १ सय ७ वटाभन्दा बढी भिडियो टिकटकमा अपलोड गरिसकेका छन् । दीपादमन्ता नामक उनीहरूको टिकटक एकाउन्टमा ६ लाख ७१ हजार फ्यान छन् । मानिसहरूलाई आकर्षण गर्ने किसिमका भिडियो कसरी तयार पार्छन् त उनीहरू ? भन्छन्, 'एउटै ड्रेसमा पहिले प्राक्टिस गर्छौं अनि रेकर्डतिर लाग्छौं । 'पाँच-छ पटक रिटेक गर्नुपर्छ,' दीपाले भनिन् । पाँच पटक मात्र ? दमन्ताले थपिन्, 'कहिलेकाहीं त १० पटक पनि रिटेक गर्नुपर्छ ।' उनीहरूको सर्वाधिक हेरिएको भिडियोले १९ लाख बढी भ्यू पाएको छ । 'गाजलु ती आँखा मेरा' नेपालीमा सबैभन्दा बढी लाइक पाउने भिडियो हो भने हिन्दीमा भने 'मै तेरे जसा मे नहीआउँगी...' ले सर्वाधिक दर्शक पाएको छ ।

> मोबाइल फोनबाटै भिडियो बनाउने उनीहरुले अहिलेसम्म १ सय ७ भन्दा बढी भिडियो टिकटकमा अपलोड गरिसकेका छन् । दीपादमन्ता नामक उनीहरूको टिकटक एकाउन्टमा ६ लाख ७१ हजार फ्यान छन् । मानिसहरूलाई आकर्षण गर्ने किसिमका भिडियो कसरी तयार पार्छन् त उनीहरु ? भन्छन्, 'एउटै ड्रेसमा पहिले प्राक्टिस गर्छौं अनि रेकर्डतिर लाग्छौं । 'पाँच-छ पटक रिटेक गर्नुपर्छ,' दीपाले भनिन् । पाँच पटक मात्र ? दमन्ताले थपिन्, 'कहिलेकाहीं त १० पटक पनि रिटेक गर्नुपर्छ ।' उनीहरूको सर्वाधिक हेरिएको भिडियोले १९ लाख बढी भ्यू पाएको छ ।

दीपा-दमन्ता अहिले दैनिक पाँच-छवटा भिडियो बनाउँछन्, तर सातामा ३ वटाजति भिडियो मात्र अपलोड गर्छन् । 'बनाएजति सबै भिडियो अपलोड गर्न लायक पनि हुँदैनन्, बनाइएकाबाट उत्कृष्ट छानेर हप्तामा तीन-चारवटा भिडियो अपलोड गर्छौं,' दीपाले भनिन् । टिकटकमा पाइरहेको रेस्पोन्सले उनीहरूलाई पुलकित बनाइरहेको छ । सुरुसुरुमा कतिले तिमीहरू ट्विन्स भएर मात्र फ्यान पाएको हो भने, केहीले तिमीहरूको एक्प्रेसन नै छैन् भनेर पनि कमेन्ट गरे, तर उनीहरूले मेहनत गर्न छाडेनन् । त्यसैको परिणाम नै मान्नुपर्छ, अहिले उनीहरूलाई कतिले अन्तर्वार्ताका लागि समय माग्छन् भने कोही मोडलिङको अफर गर्छन् । 'भारतबाट मोडलिङका लागि अफर आएको छ,' दमन्ताले टिकटकको प्रभाव सुनाइन् । टिकटकको भिडियोकै कारण उनीहरूले योहो युट्युब टिभीको 'डबल ट्रबल' शीर्षकको कार्यक्रममा प्रस्तोताका रूपमा काम गर्ने अफर पाएका छन् । टिकटकबाहेक इन्ट्राग्राम पनि चलाउने यी ट्विन्ट सिस्टर फेसबुक तथा ट्विटरमा भने झुन्डिदैनन् ।

उस्तै रुचि, उस्तै आनीबानी

सरकारी जागिरे बुवाकी छोरी प्रिज्मालाई घरमा बोलाउने नाम नानी हो भने प्रिन्सीको काली । दिदी पिज्जाप्रेमी छिन् भने बहिनीलाई म:म मन पर्छ । त्यसबाहेक प्रिज्मालाई भुटन पनि मन पर्छ । प्रिन्सीको भने म:म र ससेज अलटाइम फेबरेट हो । दुवैजना लाफिङ प्रेमी । दुवै जनालाई साउथ इन्डियन फिल्म खुबै मन पर्छन् । उनीहरूको फेबरेट कलर ब्ल्याक, पिंक र डार्क हो । 'हामी लाइट रुचाउँदैनौं,' प्रिन्सी भन्छिन् । एक जनाले छनौट गरेको लुगा अर्कोलाई मन परिहाल्छ । प्रिज्मा र प्रिन्सी दुवैलाई डान्स अति मन पर्छ । उनीहरू चलचित्र हेर्न तथा घुमघाम गर्न पनि रुचाउँछन् । उनीहरूमध्ये एक जनाले आइफोन चलाउँछिन्, अर्कीले ओप्पो ।

आइडियल हाइयर सेकेन्डरी स्कुलबाट एसएलसीमा डिस्टिङसन ल्याएका थिए यी दुवै दिदीबहिनीले । रोचक त के भने प्रिन्सीले दिदी प्रिज्मालाई मात्र प्वाइन्टले जितेकी थिइन् । '८१ प्रतिशत हो, प्रिन्सीले मलाई प्वाइन्टले जितेकी छ,' प्रिज्माले भनिन् । उनीहरूले ह्वाइट हाउस कलेजबाट साइन्समा प्ल टु गरे । त्यहाँको रिजल्ट पनि लगभग उस्तै छ, प्वाइन्टले मात्र तलमाथि । प्लस टु पढ्दा बिएस्सी नर्सिङ गर्ने दुवै दिदीबहिनीको चाहना थियो तर पछि मन बदलियो । प्लस टुपछि प्रिन्सी डिप्लोमा इन एयरपोर्ट ग्राउन्ड अप्रेसन पढ्न थालिन् भने दिदी प्रिज्माले ब्याचलर इन होटल म्यानेजमेन्ट ज्वाइन गरिन् । 'दिदीबहिनीलाई कसरी छुट्टिन मन लाग्यो त ?' 'मनले होइन, परिस्थितिले,' प्रिज्माले हाँस्दै भनिन् । यी दुवै दिदीबहिनीबीच कहिलेकाहीं ठाकठुक नपर्ने होइन, तर उति धेरै झगडा भने हुँदैन ।

दीपा र दमन्ताको कुरा पनि उस्तै छ । दीपालाई जे मन पर्छ, दमन्ता पनि त्यही खान्छिन् । दुवै दिदीबहिनीको चाहना एयरहोस्टेज बन्ने छ भने नृत्य पनि उनीहरूको रुचीको कुरा हो । दमन्ता दीपाको तुलनामा कम सक्रिय छिन् । पहिले-पहिले दमन्ताका लागि सपिङ पनि दीपाले नै गरिदिन्थिन् । अहिले भने दीपा-दमन्ता उस्तै-उस्तै लुगा किन्छन् । सँगै कलेज जान्छन्, जे गर्दा पनि लगभग सँगै हुन्छन् । छुट्टिएर हिँड्दा पनि उनीहरूलाई के छुटाए-के छुटाए जस्तो हुन्छ ।

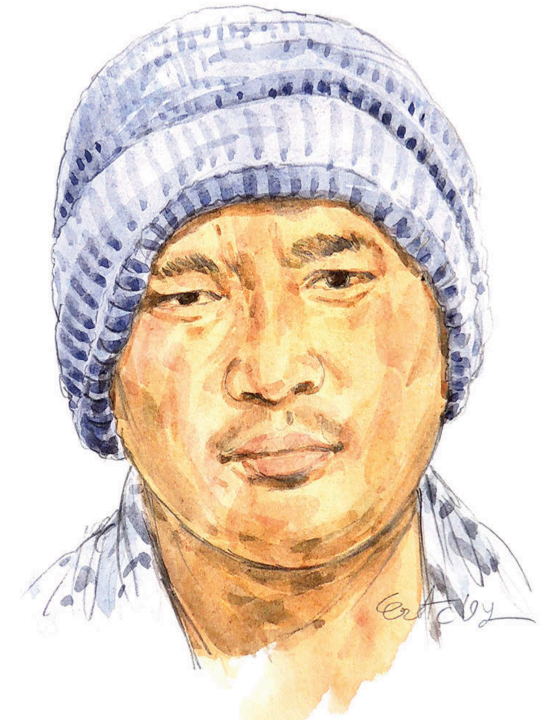
श्रेष्ठ दिदीबहिनीलाई कोरियन ड्रामा खुबै मन पर्छ । युट्युब तथा म्युजिकल्ली हेर्न रुचाउने उनीहरूले नेपाली चलचित्र नहेरेको दुई वर्ष भैसकेको छ । 'प्रियंका आयुषमान देशराजलाई चिन्छौं, वर्षा राउत तथा नम्रताहरू टिकटकमा देखिने भएकाले चिन्छौं, तर अरू नेपाली हिरो-हिरोइन चिन्दैनौं । कोरियनजस्तो भएकाले धिरज मगरलाई पनि चिन्छौं,' उनीहरूले एकसाथ भने ।

ब्लू र ग्रिन उनीहरूलाई मन पर्ने कलर हुन् । उनीहरू दुवै जनाको फेबरेट खान्की बफ म:म हो । 'अरू म:म मन पर्दैन, बफ भयो भने जति पनि खान सक्छु,' दीपाले भनिन् । दुवै जना कुकिङका पनि उत्तिकै सौखिन छन्, मम, वर्गर, थुक्का, पास्ता आदि परिकार घरमै बनाइरहेका हुन्छन्, त्यसका लागि उनीहरू युट्युबको सहारा लिन्छन् ।

उनीहरूको पढाइ पनि उस्तै-उस्तै छ । मोनास्टिक पब्लिक स्कुल काँडाघारीबाट दीपाले ८६ दशमलव ६८ तथा दमन्ताले ८६ प्रतिशत ल्याएर एसएलसी उतीर्ण गरेका हुन् । अल्छी लागे उनीहरू कि सुत्छन् कि मोबाइल हेर्छन् । दीपालाई दमन्ताको अल्छी स्वभाव मन पर्दैन । 'यसको रिसाहा स्वभाव मलाई मन पर्दैन,' दमन्ताले भनिन्, 'एकदमै लडाइँ पर्छ, जे कुरामा पनि ।' एकदिन दमन्तालाई दीपाले कपले हानिदिएकी थिइन् । 'अहिले भने यसको रिस कम हुँदै गएको छ,' दमन्ताले भनिन् । झगडा भए पनि उनीहरू मिल्न पाँच मिनेट पनि लाग्दैन ।

यो दुई जोडी ट्विन्ट सिस्टरका केही समान पक्षहरू पनि छन् । झट्ट हेर्दा दिदीहरू बहिनीजस्ता र बहिनीहरू दिदीजस्ता देखिन्छन् । सबैले दीपालाई नै जेठी भन्छन् । यस्तै समस्या छ प्रिन्सीको पनि ।

किरिया गरिसकेका व्यक्ति जिउँदै फर्किएपछि...



> कमाउने मान्छे नै बितेपछि तामाङ परिवारमा बज्रपात हुनु स्वभाविक थियो । दिनहरू बित्दै थिए, तीन महिनापछि सन्तोषीलाई साउदी अरेबियाबाट फेरि फोन आयो । फोनमा 'सुवास दाइ त जिउँदै हुनुहुँदो रहेछ । अस्पतालमा उपचार हुँदैछ', भन्ने खबर दिइयो । 'खबर सुनेर अनुहारमा केही बेरका लागि हाँसो त आयो तर दाहसंस्कार गरेको शव कसको थियो भन्ने चिन्ताले थप पिरोल्न थाल्यो । पछि बुझ्दै जाँदा शव उनीसँगै दुर्घटनामा परेका कपिलवस्तुका टेकेन्द्र भण्डारीको रहेछ ।'

देशमा रोजगारीको अवसर नभएपछि धन कमाएर सुखी जीवन यापन गर्ने र सन्तानलाई राम्रो शिक्षादीक्षा प्रदान गर्ने सपनाका साथ बिदेसिएका श्रीमान्को दुर्घटनामा मृत्यु भएको खबर पाएपछि मोरङको बेलबारी- ११ की सन्तोषी तामाङ विक्षिप्त मात्र भइनन्, पतिको शव नेपाल झिकाएर दाहसंस्कारसमेत गरिन् ।

शव नेपाल ल्याएर दाहसंस्कार गरेको केही महिनापछि उनका पति सुवास तामाङको फोन आयो । सुरुमा उनले पत्याइनन् । उनी मूर्च्छा नै परिन् । त्यसपछि बारम्बार फोन आएपछि विदेशमै रहेका आफन्तहरूमार्फत श्रीमान् जीवितै भएको कुरा थाहा पाएपछि सन्तोषीलाई विश्वास गर्न करै लाग्यो ।

सुवास तामाङ वि.स. २०७१ मा साउदी अरेबियास्थित हुन्डाई कम्पनीमा मजदुरी गर्न त्यहाँ पुगेका थिए । उनी कार्यरत कम्पनीले उनको मासिक तलब बैंकमा जम्मा गरिदिन्थ्यो । तलब लिन सँगै काम गर्ने साथीहरू पनि जान्थे । त्यही क्रममा एकपटक तलब लिएर फर्कंदा गाडी दुर्घटना भयो । वि.सं.२०७२ असार २४ गते उनी दुर्घटनामा परेर मृत्यु भएको समाचार उनको परिवारलाई फोनमार्फत दिइयो । साउदी अरेबियामै रहेका सुवासका आफन्तले समेत उनको शव नेपाल पठाउन पहल गरे । १५ दिन नबित्दै उनको शव काठमाडौं पुऱ्याइयो । श्रीमती र बुबा हर्कबहादुर तामाङले उनको शव काठमाडौंबाट बेलबारी ल्याई विधिपूर्वक दाहसंस्कार गरे ।

कमाउने मान्छे नै बितेपछि तामाङ परिवारमा बज्रपात हुनु स्वभाविक थियो । दिनहरू बित्दै थिए, तीन महिनापछि सन्तोषीलाई साउदी अरेबियाबाट फेरि फोन आयो । फोनमा 'सुवास दाइ त जिउँदै हुनुहुँदो रहेछ । अस्पतालमा उपचार हुँदैछ', भन्ने खबर दिइयो । 'खबर सुनेर अनुहारमा केही बेरका लागि हाँसो त आयो तर दाहसंस्कार गरेको शव कसको थियो भन्ने चिन्ताले थप पिरोल्न थाल्यो । पछि बुझ्दै जाँदा शव उनीसँगै दुर्घटनामा परेका कपिलवस्तुका टेकेन्द्र भण्डारीको रहेछ ।'

सुवासका अनुसार– दुर्घटना भएको दिन 'मासिक तलब लिन एटिएम कार्ड लिएर एउटै कम्पनीमा काम गर्ने ४ जना तथा ट्याक्सी ड्राइभर १ जना गरी ५ जना गएका थिए । सबैले एटिएम कार्डमार्फत तलब निकाली भोलिपल्ट घरमा खर्च पठाइदिने भनेर केही साथीसँग सापटीसमेत मागी राति करिब १ बजे कोठा आउने क्रममा बाटोमा गाडी दुर्घटना भएको थियो । मेरो होस खुल्दा म अस्पतालमा थिएँ । सुवासले भने म अस्पताल बसेको तीन महिना भैसकेको रहेछ । अस्पतालमा मृतक टेकेन्द्र भण्डारीको मान्छे भनेर उनका आफन्त आउँदा रहेछन् । मलाई होस आएपछि भेट्न आउनेलाई मेरो घर भोजपुरको कुदाक काउले हो भनेछु । श्रीमतीको नाम पनि भनेछु तर मलाई त्यसो भनेको सम्झनाचाहिँ छैन ।

पटक-पटक त्यही कुरा गरेपछि अस्पतालले कम्पनीलाई खबर गरेछ । कम्पनीले मेरो घर परिवारमा खबर गरेछ र पछि मेरा आफन्त मलाई भेट्न गए । गाडीमा ५ जना भएकोमा म मात्र बाँचेछु । म ६ महिना अस्पतालमा बसेपछि ठीक भएर कम्पनीमा फर्केर काम गर्न थालें । त्यसपछि १८ महिनाजति काम गरेर घर फर्किएँ, तर मेरो मृत्यु भैसकेको तथा दाहसंस्कारसमेत गरिएको बताउँदै मेरा आफन्तले मलाई तँ घरमा आउनु हुँदैन भनेकाले मेरो जन्मथलो भोजपुरको कुदाक काउले हाल षडानन्द नगरपालिका पुगेँ । त्यहाँ पनि मलाई घरमा पस्न दिइएन ।

गाई बाँध्ने ग्वालीमा भकारीले बेरेर एउटा ठाउँ बनाइएछ । म गएर भकारीले बेरेर राखेको ठाउँमा पसेँ । केही बेरमा आमा आउनुभयो र ऐया-ऐया भनेर कराउनुभयो । म छक्क परें । मुनिबाट बुबाले के-के भो भनेर कराउनुभयो । म अझ आत्तिएँ । केही बेरमै आमाले छोरो जन्मियो भन्नुभयो र मलाई नुहाइदिनुभयो । बुबाले त्यसपछि मात्र मलाई हेर्नुभयो । गाउँलेहरूका अनुसार एकपटक मरेको भनेर काजकिरिया गरिसकिएको मान्छे ज्यूँदै फर्किंदा उसको पुनर्जन्म गराउन त्यस्तो प्रक्रिया अपनाउनुपर्दो रहेछ । संस्कारअनुसार मलाई पनि त्यसै गरियो ।

यतिबेला सुवास श्रीमती, १ छोरा र १ छोरीसहित मोरङको बेलबारी-११, लक्ष्मीमार्गमा बस्छन् । उनी पहिलेजस्तो छैनन्, हाँसेपछि हाँसेको हाँस्यै गर्ने, टोलाउने र एकहोरो भएका छन् । दुर्घटनामा लागेको चोटका कारण यस्तो भएको हुन सक्ने सन्तोषी बताउँछिन् । सुवासले अहिले बेलबारीमै सिटी रिक्सा कुदाएर जीविकोपार्जन गर्दै आएका छन् ।

---

१८ वर्षमा फर्किए घर

रत्नबहादुर बस्नेत

रामायणअनुसार त्रेता युगमा भगवान् राम १४ वर्षको वनबासपछि अयोध्या फर्किएका थिए । उनी माता कैकेयीको इच्छा र बाबु दशरथको आज्ञापालन गर्न वनबास गएका थिए, तर झापाको बिर्तामोड-३ निवासी रामप्रसाद चौलागाईं १८ वर्षपछि प्रवासबाट घर फर्किएका छन् । उनले कसैको इच्छा वा आज्ञापालनका लागि अठार वर्ष बिना कुनै खबर प्रवासमा बिताएका होइनन् । वि.सं. २०५७ मा बिदेसिएका रामप्रसाद केही दिनअघि मात्र घर फर्किएका हुन ।

संयोगवश चौलागाईं यस्तो दिन टुप्लुक्क आइपुगे जुन दिन उनको पिताको अंत्येष्टि क्रियाको तेह्रौं दिन थियो । साधु-संन्यासीको भेषमा साँझपख उनी बिर्तामोड-९ कोलाटोली स्थित मूल घर आइपुग्दा उनलाई हेर्न गाउँलेहरूको ठूलै भीड लागेको थियो । १८ वर्षअघि युवा अवस्थामा कमाइ गर्न परदेसिएका चौलागाईं साधु भेषमा यसरी फर्किएलान् भनेर कसैले अनुमानसम्म गरेका थिएनन् । लामो दाह्री र पहेलो पीताम्बर धारण गरेका तथा हातमा त्रिशुल र कमण्डलु बोकेर 'जयश्रीराम' भन्दै हिँडेका रामप्रसाद लामो समयपछि यति बेलै किन फर्कनुभएको भन्ने प्रश्नको जवाफमा भन्छन्, 'पितृले बोलाए, यो पितृको कृपा हो ।' गत पुसमा ९६ वर्षको उमेरमा उनका पिताको निधन भएको थियो ।

रामप्रसाद भन्छन्– मेरो विषयमा चिन्ता बढ्ला भनेर मैले कसैलाई खबर गरिनँ । दिल्ली भन्दा एक दिन एकरात टाढा रेलको बाटोमा पर्ने अजमेरबाट यहाँ आइपुगेको बताउने रामप्रसादलाई स्थानीय सैनिक बजारसम्म आइपुग्दा कसैले चिन्न सकेका थिएनन् । ५१ वर्षीय चौलागाईंलाई केवल एक महिला पसलेले बोलचालपछि चिनेकी थिइन् ।

> दुई छोरी, दुई छोरा तथा एक श्रीमती रहेका रामप्रसादका एक छोरा बाहेक बाँकी अरुको विवाह भैसकेको छ । उनी घर छोडेर हिँड्दा उनकी कान्छी सन्तान (छोरी) को उमेर केवल तीन वर्ष थियो भने अरु पनि सानै थिए । माया मारिसकेका बुबा घर फर्किएपछि परिवारमा खुशीयाली छाएको छ भने छरछिमेकी पनि चकित भएका छन् । अहिले रामप्रसाद सेतो वस्त्र लगाएर पितृ शोक मानिरहेका छन् ।

दुई छोरी, दुई छोरा तथा एक श्रीमती रहेका रामप्रसादका एक छोरा बाहेक बाँकी अरूको विवाह भैसकेको छ । उनी घर छोडेर हिँड्दा उनकी कान्छी सन्तान (छोरी) को उमेर केवल तीन वर्ष थियो भने अरू पनि सानै थिए । माया मारिसकेका बुबा घर फर्किएपछि परिवारमा खुशीयाली छाएको छ भने छरछिमेकी पनि चकित भएका छन् । अहिले रामप्रसाद सेतो वस्त्र लगाएर पितृ शोक मानिरहेका छन् ।

उनी पहिलो पटक भारत गएर उतै भासिएका भने होइनन् । रामप्रसाद बेखबर हुनु अघि छ महिना भारत बसेर घर फर्किएका थिए । त्यसको केही समयपछि पुनः भारत गएपछि भने उनी बेपत्ता भए । कसरी बित्यो त करिब दुई दशक लामो समय भारतमा ? भन्ने प्रश्नको जवाफमा चौलागाईंले भने– आठ वर्ष काम गरें भने बाँकी १० वर्ष साधु संन्यासीका रूपमा बिताएँ । त्यस क्रममा उनले सम्पूर्ण भारत पुगेको अनुभव सुनाए ।

यतिबेला उनका एक छोरा विदेशमा छन् भने अर्का छोरा व्यापारमा संलग्न छन् । अब कतै नगै बाँकी जीवन पारिवारिक रुपमा बिताउने रामप्रसादको मनसाय छ ।

क्याटवाकमा प्रियंका

आकर्षक शैलीमा सजाइएको स्टेज । त्यसमाथि एकपछि अर्को गर्दै सुन्दरीहरूको लस्कर । सुनसरीको इटहरीस्थित ओसियन फन पार्क एन्ड रिसोर्टमा जेएमएम रनवे फेसन मेनिया-२०१९ मा अभिनेत्री प्रियंका कार्कीदेखि स्थानीय मोडलहरू ऱ्याम्पमा उत्रिँदा छुट्टै उत्साह देखियो । प्रियंका फेसन डिजाइनर सन्ध्या थापाको पहिरनमा प्रस्तुत भएकी थिइन् । जय मिडिया म्यानिजमेन्टद्वारा आयोजित उक्त फेसन शोमा मोडलहरू क्याजुअल, पार्टी वेयर, मिनिस्कर्ट तथा टिसर्टमा प्रस्तुत भएका थिए ।

अनिल श्रेष्ठ

लगेजूलाई मिस लिटिल नेवाः

12TH ANNUAL
MISS

नेप्लिज फेसन होमले आयोजना गरेको 'मिस लिटिल नेवाः-११३९' उपाधि सनिशा लगेजूले जितेकी छिन् । प्रतियोगिताको ग्रान्ड फिनालेमा २४ जना बालिकाले सहभागिता जनाएका थिए, जसमा लुस्वाँ मानन्धरले फस्ट रनर्सअपका साथ मिस सोसल एम्बेसडर, सेलिना प्रजापतिले सेकेन्ड रनर्सअप तथा अन्वेषा कर्माचार्यले थर्ड रनर्सअपको उपाधि प्राप्त गरे ।

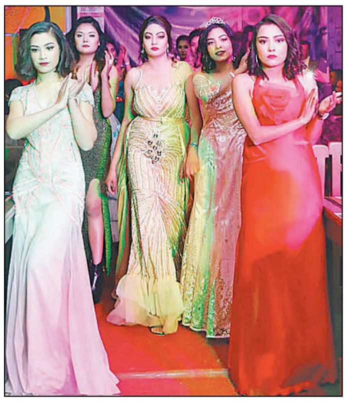
ओजस्वी र पुस्करलाई उपाधि

MISS & MISTER
TOURISM A ULTURE
UNIV
NE
WINNER
WINNER

प्लानेट मल्टिमिडिया इन्टरनेसनलले काठमाडौंमा आयोजना गरेको 'मिस एन्ड मिस टुरिजम एन्ड कल्चर युनिभर्स नेपाल-२०१९' को उपाधि ओजस्वी श्रेष्ठ तथा पुस्कर अधिकारीले जितेका छन् ।

फेसन शो

अंग्रेजी नयाँ वर्षका अवसरमा हालै काठमाडौंमा फेसन शो सम्पन्न भएको छ । लाजिम्पाटस्थित इचिवनमा सञ्चालित उक्त शोमा विभिन्न डिजाइन तथा स्टाइलका फेसनेबल पहिरनहरू प्रस्तुत गरिएका थिए । सिएनएन फेसन टचद्वारा आयोजित फेसन कार्यक्रममा गायक प्रमोद निर्वाणले सांगीतिक प्रस्तुति दिएका थिए । उक्त अवसरमा इभेन्ट म्यानेजर मनीषा राउत शो-स्टपरका रूपमा प्रस्तुत भएकी थिइन् ।



कर्पोरेट क्विन शीतल

एसएप इन्टरटेनमेन्टले आयोजना गरेको कर्पोरेट क्विन-२०१८ को उपाधि शीतल थापाले जितेकी छिन् । थापाले प्रतियोगिताको फाइनलमा पुगेका १३ जनालाई पछि पार्दै उपाधि चुमेकी हुन् । पोखरामा सञ्चालित यो प्रतियोगितामा रोजिना लामिछाने फस्ट रनर्सअप तथा प्रिया शर्मा सेकेन्ड रनर्सअप भए । रोजिनाले कर्पोरेट क्विन ट्यालेन्टको उपाधिसमेत जितेकी थिइन् । अडिसनमा भाग लिएका १९ जना मध्येबाट फाइनलका लागि उत्कृष्ट १३ जना छनौट गरिएको थियो ।

राजाराम पौडेल

एवार्ड कार्यक्रममा फेसन

एससीडब्लूसी नेपाल वेष्ट वुमन इन्टरप्रेनर-२०१८ एवार्ड कार्यक्रमको प्रमुख आकर्षण रह्यो– फेसन शो । जसमा नमुना कलेज अफ टेक्नोलोजीका विद्यार्थी डिजाइनर, कलिस्टो डिजाइन्सका अनु श्रेष्ठ तथा स्वनिगः डिजाइन्सका सरिता तुलाधरले तयार पारेका पहिरनहरू प्रदर्शन गरिएका थिए । उक्त अवसरमा नेपाल नटक्राफ्ट सेन्टरकी अध्यक्ष श्यामवदन श्रेष्ठ उत्कृष्ट इन्टरप्रेनर घोषित भएकी थिइन् । श्रेष्ठले अब श्रीलंकाको कोलम्बोमा आयोजना हुने सार्क महिला उद्यमी पुरस्कार– २०१८ मा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्नेछिन् ।

तस्बिरहरू : एपी

कुम्भ मेलाको प्रसंग

के अघोरीहरू साँच्चै डरलाग्दा हुन्छन् ?

स्वामीनाथन नटराजन
बीबीसी वर्ल्ड सर्भिस

उत्तरप्रदेशको प्रयागराजमा कुम्भमेला सुरु हुन अब केवल एक दिन मात्र बाँकी छ (अहिले सम्पन्न भैसकेको छ ।) । गंगा नदीमा डुबुल्की लगाउन देश-विदेशबाट संगम नदी किनारमा तमाम सम्प्रदायका हजारौं हिन्दू साधु-सन्त एकत्रित भएका छन् । यिनै साधुहरूमा एउटा वर्ग यस्तो पनि छ, जसलाई लिएर आम जनमानसबीच भयको अवस्था सधैं कायम रहन्छ । साधुको यो वर्गलाई अघोरी समुदाय भनिन्छ । मानिसहरू भन्छन्- अघोरीहरू मसानघाटमा बस्छन्, जलिरहेको लासको बीचमा खाना खान्छन् र त्यही सुत्छन् । अर्को पनि एउटा भनाइ छ- अघोरीहरू नांगै घुम्छन्, मानिसको मासु खान्छन्, खोपडीमा राखेर खाना खान्छन् र दिनरात गाँजा तानिरहन्छन् ।

को हुन अघोरी ?

लन्डन स्कुल अफ अफ्रिकन एन्ड ओरिएन्टल स्टडीजका संस्कृत प्राध्यापक जेम्स म्यालिन्सन भन्छन्- 'अघोरी दर्शनको सिद्धान्तअनुसार आध्यात्मिक ज्ञान हासिल गर्नु छ र ईश्वरलाई भेट्नु छ भने शुद्धताको नियमभन्दा टाढा जानुपर्छ । अक्सफोर्डमा अध्यापन गर्ने म्यालिन्सन स्वयं एक महन्त र गुरु हुन् । यद्यपि उनको समुदायमा अघोरी सम्प्रदायका प्रक्रियाहरू बर्जित छन् ।

केही अघोरी साधुहरूसँग कुराकानी गरेका म्यालिन्सन भन्छन्- अघोरीहरू स्वभाविक कुराहरूलाई मान्दैनन्, नियम-कानुनहरू तोड्छन् । उनीहरू राम्रो र नराम्रोको सामान्य नियमलाई पछ्याउँदैनन् । आध्यामिक प्रगतिको उनीहरूको बाटो मानिसको मासु र दिशा खानुजस्तो अनौठो प्रक्रियाबाट पूरा हुन्छ । उनीहरू अरूले त्याग गरेका यी चीजहरू लिए वा सेवन गरे परम चेतना प्राप्ति हुने कुरामा विश्वास गर्छन् ।'

अघोरीको इतिहास

यदि अघोरी सम्प्रदायको इतिहासको कुरा गर्ने हो भने यो शब्द १८ औं शताब्दीमा चर्चामा आएको पाइन्छ । यो सम्प्रदायले ती प्रक्रियाहरू अपनायो, जसका लागि कुनै समय कपालिका सम्प्रदाय कुख्यात मानिन्थ्यो । कपालिका सम्प्रदायमा मानिसको खोपडीसँग जोडिएका तमाम परम्पराका साथै मानिसको बलि दिने प्रथासमेत थियो । अहिले यो सम्प्रदाय अस्तित्वमा छैन भने अघोरी सम्प्रदायले कपालिका सम्प्रदायका तमाम चिजहरूलाई आफ्नो जीवनमा सामेल गरिसकेको छ ।

हिन्दू समाजमा धेरैजसो पन्थ र सम्प्रदाय तय गरिएका नियमअनुसार चल्छन् । सम्प्रदाय मान्नेहरू संगठनात्मक ढंगले नियम पालना गर्छन्, आम समाजसँग सरोकार राख्छन् । अघोरीहरूको हकमा भने त्यस्तो हुँदैन । यो सम्प्रदायसँग जोडिएका साधुहरू आफ्नो घरसँगको सम्पर्क तोड्छन् र बाहिरी मानिसहरूको विश्वास समेत गर्दैनन् । यस्तो पनि मानिन्छ कि अधिकतर अघोरी तथाकथित सानो जातबाट आउँछन् ।

म्यालिन्सन भन्छन्- अघोरी सम्प्रदायका साधुहरूको बौद्धिक कौशलमा पर्याप्त फरकपन पाइन्छ । केही अघोरी यति तीक्ष्ण बुद्धिका थिए कि तिनले तत्कालीन राजाहरूलाई समेत राय दिन्थे । एक अघोरी त नेपालका एक तत्कालीन राजाका सल्लाहकार पनि थिए ।

कुनै घृणा छैन

अधोरीमाथि केन्द्रित 'अघोरी: अ बायोग्राफिकल नोबल' पुस्तकका लेखक मनोज ठक्करका अनुसार मानिसहरूबीच अघोरीहरूका बारेमा धेरै थरिका भ्रम छन् । ठक्कर भन्छन्- अघोरीहरू एकदमै सरल हुन्छन्, उनीहरू प्रकृतिसँग रम्न रुचाउँछन् । उनीहरू कुनै पनि प्रकारको केही माग गर्दैनन् ।

'प्रत्येक चीजलाई ईश्वरको अंशका रूपमा हेर्छन् । उनीहरू न कसैलाई घृणा गर्छन्, न त कुनै चीजको विपरीत धारणा बनाउँछन् । यही कारणले गर्दा उनीहरू मानिस र जनावरको मासुका बीच भेदभाव गर्दैनन् । यसका साथै जनावरको बलि उनीहरूको पुजा पद्धतिको एउटा प्रमुख अंग हुन्छ ।' उनीहरू गाँजा पिउँछन् तर नशामा रहँदा पनि आफ्नो पूरै ख्याल राख्छन् ।

अघोरीको संख्या एकदमै कम

म्यालिन्सन र ठक्कर दुवै के मान्छन् भने संसारमा यस्ता ज्यादै थोरै साधु छन्, जो अघोरी पद्धतिलाई सही ढंगले पालना गरिरहेका छन् । उनीहरू भन्छन्- कुम्भ मेलामा भेटिने अधिकांश साधु स्वघोषित अघोरी हुन् र उनीहरूले कुनै पनि दीक्षा लिएका हुँदैनन् । कतिपय त अघोरीको भेषमा पर्यटकहरूलाई मनोरञ्जन मात्र गराउँछन् । संगममा स्नान गर्न आएका मानिसहरू उनीहरूलाई खाना र पैसा दिन्छन् । ठक्कर भन्छन्- यद्यपि अघोरीले नगद दान लिँदैनन्, उनीहरू सबैको कल्याणका लागि प्रार्थना गर्छन् । उनीहरू सन्तान प्राप्ति वा घर निर्माणजस्ता आशीर्वाद दिने कुरामा विश्वास गर्दैनन् ।

कसको पूजा गर्छन् अघोरी ?

अघोरीहरू सामान्यतया: हिन्दू देवता शिवको पूजा गर्छन्, जसलाई विनासको देवता मानिन्छ । यसका साथै उनीहरू शिवकी पत्नी शक्तिको पनि पूजा गर्छन् । ठक्कर भन्छन्- धेरैजसो मानिस मृत्युसँग डराउँछन् । मसानघाट मृत्युको प्रतीक हो । यद्यपि अघोरी जीवनको सुरुवात यहीं हुन्छ । अघोरीहरू सामान्य मानिसहरूको मूल्य-मान्यता नैतिकतालाई चुनौती दिन चाहन्छन् ।

समाज सेवामा संलग्न

अघोरी साधुहरूको समाजलाई सामान्यतया: स्वीकार गरिँदैन् तर, बितेका केही वर्षदेखि भारतमा उनीहरूको समुदाय समाजको मूलधारमा सामेल हुन खोजिरहेको छ । कैयौं ठाउँमा अघोरीहरूले कुष्ठरोग नियन्त्रणका लागि अस्पताल निर्माण एवं सञ्चालन गरेका छन् । मिनेसोटा आधारित मेडिकल संस्कृति र एन्थोपोलोजिस्ट रान्स बारेटले इमोरी रिपोर्टको आफ्नो अन्तर्वार्तामा भनेका छन्- अघोरीहरू ती मानिसहरूसँग काम गरिरहेका छन्, जसलाई समाजले अछुत मान्छ । एक प्रकारले कुष्ठरोग उपचार क्लिनिकले मसानघाटको ठाउँ लिइसकेको छ र अघोरीहरूले बिरामीको डरमाथि जित हासिल गरिरहेका छन् ।

सामान्यत: के मानिन्छ भने अघोरीहरू समाजबाट अलग-थलग रहन्छन् । यद्यपि अहिले केही अघोरी साधुहरू फोन तथा पब्लिक यातायातसमेत प्रयोग गरिरहेका छन् । यसका अतिरिक्त सार्वजनिक स्थानमा जाँदा केही अघोरी साधुहरू कपडा पनि लगाउँछन् ।

मान्यता छैन

संसारमा एक अर्बभन्दा बढी हिन्दू धर्मका अनुयायी छन् । यद्यपि ती सबै मानिस एकै प्रकारको मान्यतामा विश्वास गर्दैनन् । हिन्दू धर्ममा कुनै पैगम्बर वा त्यस्तो ग्रन्थ छैन, जसको सबै मानिसले समान रूपमा पालना गर्छन् । यस्तै अघोरीको निश्चित संख्या आँकलन गर्न मुस्किल छ तर, विशेषज्ञहरू यो हजारको संख्यामा भएको मान्छन् । केही अघोरीले सार्वजनिक रूपमै मृत शरीरसँग यौनसम्पर्क गरेको कुरा स्वीकार गरेका छन् । यद्यपि उनीहरू पुरुष समलिङ्गी यौन सम्बन्धलाई स्वीकार गर्दैनन् । खास कुरा के हो भने एउटा अघोरीको मृत्युपछि अर्को अघोरीले उसको मासु खाँदैन । अघोरीको मृत्युपछि सामान्यता: गाडेर वा जलाएर उसको अन्तिम संस्कार गरिन्छ ।

(भावानुवाद)

पहिलो विश्व

महारानीको पुरानै लुगा मोह

बेलायती राजपरिवार विश्वमै सम्मानित राजघराना मानिन्छ । कुनै समय आधा विश्वलाई आफ्नो उपनिवेश बनाउन सफल बेलायत तथा उक्त राष्ट्रकी राष्ट्रप्रमुख महारानी एलिजावेथलाई धेरैले सकारात्मक दृष्टिकोणले नै हेर्छन् । बेलायतकी महारानी ९२ वर्ष लागिन् र उनी राजकाजको क्षेत्रमा उत्तिकै सक्रिय छिन् । आर्थिक रूपमा पनि सम्पन्न मानिने बेलायती राजघरानाकी प्रमुख एलिजावेथको पहिरन मोह भने अचम्मकै छ । पश्चिमी मुलुकमा एरिस्टोकेट परिवारका सदस्यहरू सार्वजनिक समारोहमा लगाएको कुनै पनि पहिरन दोहोर्‍याएर कमै लगाउँछन् । यद्यपि यसको विपरीत देखिन्छिन् महारानी एलिजावेथ द्वितीय । उनले बोक्दै आएको ह्यान्ड ब्याग विगत ५० वर्षदेखि उनको हातमा छ भने उनका कतिपय स्कार्फ ३५ वर्ष पुराना छन् । यस्तै महारानी एलिजावेथले लामो समयदेखि तिनै कोट, पन्जा तथा जुत्ताहरू प्रयोग गर्दै आएकी छिन् ।

© UK Press via Getty Images
© Tim Graham/Getty Images

महारानी एलिजावेथ सन् १९९३ मा सम्पन्न घोडचढी प्रतियोगिता हेर्ने क्रममा नीलो रंगको रेनकोटमा देखा परेकी थिइन् भने सन् २००३ को सोही प्रतियोगितामा पनि उनी त्यही रेनकोटमा देखा परिन् ।

© Getty Images

महारानी एलिजावेथले लुनार ब्रान्डको ह्याण्ड ब्याग बोकेको करिब ५० वर्ष भएको छ । सन् १९७० मा अमेरिकी राष्ट्रपति निक्सनसँगको भेटमा बोकेको उक्त ह्यान्डब्याग सन् २०१७ मा सम्पन्न किंग्स ट्रफी घोडचडी प्रतियोगिताका क्रममा पनि उनको हातमा थियो ।

© UK Press via Getty Images
© UK Press via Getty Images

डेजाभु ब्रान्डको हरियो रंगको गिलेटलाई महारानीले सन् २००२ मा सम्पन्न घोडचढी प्रतियोगिता हेर्ने क्रममा लगाएकी थिइन् । महारानी एलिजावेथ सन् २०१२ को प्रतियोगितामा पनि त्यही गिलेटमा थिइन् ।

© Getty Images
© AFP/Getty Images

महारानी एलिजावेथ कोर्नेलिया जेम्सको पन्जा पनि निकै मन पराउँछिन् । सन् १९७७ मा न्युजिल्यान्ड जाँदा लगाएको उक्त पन्जा उनले सन् २०१८ मा पुनः लगाएकी थिइन् ।

जानुहेयरी युनिकर्न आर्मपिटमा

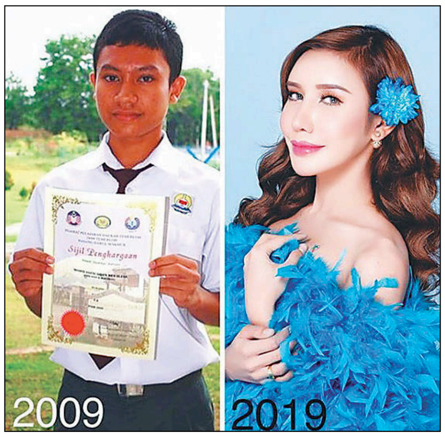
पश्चिमाहरू सन् २०१९ को जनवरीलाई आधार बनाएर 'जानुहेरी' मनाइरहेका छन् । जानुहेरी महिलाले आफ्नो सौन्दर्य बढाउन शरीरका विभिन्न भागमा आएका रौं सफाचट गर्ने कार्यको विरोध हो । अभियन्ताहरूको मान्यताअनुसार प्राकृतिक रूपमा महिलाको शरीरमा आएका रौंलाई सकारात्मक रूपले लिनुपर्छ । यो अभियानको उद्देश्य कुनै महिलाको शरीरमा रौं देखियो भने ऊ कुरुप नहुने कुरा बताउनु थियो । यो अभियानका क्रममा अभियन्ता महिलाहरूले आफ्नो शरीरको खुट्टा, पाखुरा तथा काखीमा आएका रौंका तस्बिर खिचेर समाजिक संजालमा अपलोड गरेका थिए ।

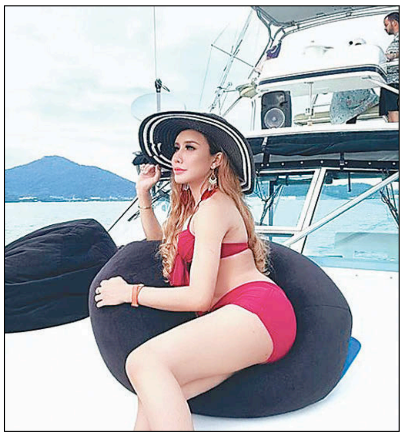
जानुहेरी अभियानलाई केही फेसन पारखीहरूले अझ आकर्षक बनाउन 'युनिकर्न आर्मपिट' अभियान चलाउन थालेका छन् । हेयरस्टाइलिस केट्लिन फोर्डले आफ्नो काखीको रौंलाई इन्द्रेणी रंगमा ढालेर सामाजिक संजालमा अपलोड गरेको तस्बिरले काखिको रौं नकाट्ने अभियानमा लागेका महिलाहरूलाई थप आकर्षित गरेको छ । यसबीच गायिका माइली साइसरले समेत आफ्नो काखीको रौंलाई गुलाबी रंगमा प्रस्तुत गरेपछि अरूलाई हौसला मिलेको छ ।

पहिलेकै अवस्थामा फर्कन दबाब

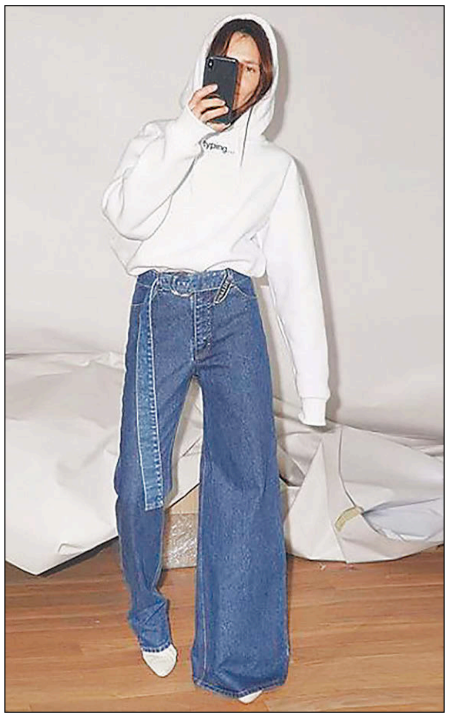
पुरुषबाट महिलामा रूपान्तरण भएकी मलेसियाकी एक धनाढ्य व्यवसायीलाई मुस्लिम धर्मगुरुहरूले पुरानै अवस्थामा फर्कन चेतावनी दिएका छन् । सौन्दर्य प्रसाधन उद्योगी साफिइ इलियासलाई स्थानीय धर्मगुरुले पहिलेको जस्तै पुरुष भेषमा फर्कन भनेका हुन् ।

इलियास आफ्नो व्यापार सौन्दर्यको क्षेत्रमा भएको र आफूलाई ग्ल्यामरको क्षेत्र मनपर्ने हुनाले पनि महिला भेषमा प्रस्तुत भएको तर्क गर्छिन् । परिवर्तित लिंगका कारण इलियास सौन्दर्य प्रसाधनको उत्पादनको क्षेत्रमा मात्र नभएर सामाजिक सञ्जालमा समेत उत्तिकै लोकप्रिय छिन् । सन् २०१६ मा पुरुषबाट महिला भएकी इलियासले आफ्नो विलासी जीवनका तस्बिर इन्स्टाग्राममा अपलोड गर्न थालेपछि उनी धेरैको चासोमा परेकी थिइन् ।





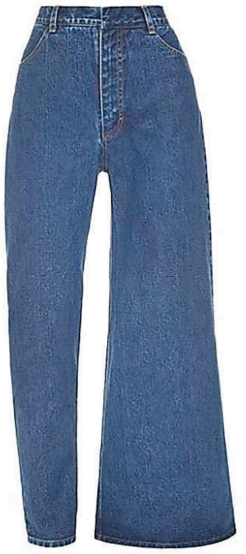
मलेसियाको कानुनअनुसार कसैले पनि लिंग परिवर्तन गर्न पाउँदैन भने समलिंगी सम्बन्ध, विवाहजस्ता कुरालाई अपराध मानिन्छ । यस्ता क्रियाकलापमा लाग्ने व्यक्तिहरूको धर्मको नाममा हत्यासमेत हुने गरेको छ ।



कसले लगाउने होला ?

एक फेसन डिजाइनरले सन् २०१९ लाई लक्षित गरेर तयार पारेको जिन्सको पाइन्टले अहिले धेरैलाई चकित तुल्याइरहेको छ । युक्रेनको राजधानी किभमा आफ्नो करिअर बनाइरहेकी डिजाईनर सेनिया स्नाइडरले तयार पारेको जिन्सको यो पाइन्ट कसले लगाउने भन्ने प्रश्नसमेत उठेको छ ।

सेनियाको पाइन्टको डिजाइन सामाजिक सञ्जालमा आएपछि त्यो भाइरल भैरहेको छ भने त्यसमा विभिन्न प्रतिक्रियासमेत व्यक्त गरिएका छन् । कसैले यो डिजाइनलाई मुर्खताको संज्ञा दिइरहेका छन् त कसैले आफू यो डिजाइन देखेर आश्चर्यचकित भएको बताइरहेका छन् । ४२ हजार नेपाली रुपैयाँ पर्ने यो पाइन्ट अनलाइनमार्फत समेत खरिद गर्न सकिन्छ । सेनियाले डिजाइन गरेको यो पाइन्टको एउटा भाग हात्तीको खुट्टा अट्लाजस्तो छ भने अर्को भाग सामान्य छ ।



सेकुवा सेन्सेसन

सेकुवा नेपालमा सर्वाधिक रुचाइने परिकारमध्ये एक हो । त्यसैले त अहिले राजधानीका अधिकांश सेकुवा कर्नरहरू सफलताको कथा भनिरहेका छन् ।

मोडल : पुजा भण्डारी, तस्बिरहरू : नवराज बाग्ले

त्रिभुवन विमानस्थलको आन्तरिक उडानको वर्तमान पार्किङ स्थल ०५३/५४ सालताका ढिस्को मात्र थियो । विमान उडेको हेर्न, चढ्न तथा छोड्न आउनेहरू सोही ढिस्कोमा बसेर पोलेको खसीको मासुको सेकुवा खान्थे । त्यहाँ दीनानाथ भण्डारी खसीको मासुको सेकुवा बेच्थे भने विनोद लामा राँगाको सेकुवा बेच्थे । एयरपोर्टले उनीहरूलाई त्यहाँबाट हटाएपछि उनीहरू सिनामंगलमा सरे । त्यसपछि खसीको मासुको सेकुवा पारखीहरूलाई आकर्षित गर्न दीनानाथले आफ्नो पसललाई बाजेको सेकुवा बनाए भने लामाले पनि सोही स्थानमा सेकुवा कर्नर खोले । अहिले दीनानाथको सेकुवा फ्रेन्चाइज सेकुवा भैसकेको छ । नेपालमा सेकुवासँग जोडिएको सबैभन्दा ठूलो सफलताको कथाका रूपमा बाजेको सेकुवालाई लिइन्छ । बाजेको सेकुवा अहिले देशभित्र मात्र होइन, विदेशमा समेत विस्तारित छ ।

२०४४ सालतिर टुँडिखेलमा १८ वर्षको उमेरमा विनोद लामाले पहिलो पटक सेकुवा पोलेर बेचेका थिए । 'त्यतिबेला दैनिक ५-६ प्लेट सेकुवा बेच्थे, एक किलो मासुबाट सुरु गरेको हुँ,' अहिले चर्चित सेकुवामध्येको एक उही पुरानो एयरपोर्टको टाउन टप लामा सेकुवा कर्नर, सिनामंगलका लामा सम्झन्छन्, 'त्यतिबेला सीलको साढे २ रुपैयाँ पर्थ्यो, दैनिक डेढ सय रुपैयाँलाई पनि निकै राम्रो कमाइ मानिन्थ्यो ।' बीचमा उनले फेन्सी पहिरनको काम पनि गरे, त्यसमा उनको व्यापार पार लागेन । उनी फेरि सेकुवा पोल्न एयरपोर्ट पुगे । बीचमा फेरि कपडामा लोभिए । यद्यपि २०५० सालपछि पुनः एयरपोर्टमै सेकुवा बेचिरहेका छन् । एयरपोर्टबाट उनी २०५६ सालमा सिनामंगल सरे । लामा त्यसयता सिनामंगलमै निरन्तर सेकुवा बेचिरहेका छन् । सुरुवाती दिनमा बफ सेकुवा मात्र बेचेका लामा १० वर्षयता बफ, चिकेन, मटन, पोर्क आदि गरेर दैनिक ६० देखि ६५ किलो सेकुवा बेच्छन् । दैनिक ४० हजारभन्दा बढी कमाइ भएन भने धान्न सकिँदैन,' लामा भन्छन्, 'एभरेजमा ५० हजारको व्यापार गर्छौं । १९ जनाले रोजगारी पाएका छन् ।' अहिले लामाले सबैभन्दा बढी बेच्ने बफ, त्यसपछि पोर्क अनि मटन र चिकेन सेकुवा हो ।

खसीको सेकुवाको अर्को चर्चित सेकुवा कर्नर मानिन्छ– पुरानो बानेश्वरस्थित मनकामना सेकुवा कर्नर । अध्ययनका लागि गोरखाबाट काठमाडौं छिरेका हरि केसीले २०५३ सालमा यसको सुरुवात गरेका हुन् । त्यसयता केसीले निरन्तर ग्राहकहरूलाई खसीको सेकुवा पस्किरहेका छन् । सुरुमा १ लाख लगानी गरिएको यो सेकुवा कर्नरमा अहिले ६ जनाले रोजगारी पाएका छन् । उनी जाडोमा १२ देखि १५ किलो सेकुवा बेच्छन् । ह्याकुला, कलेजो, सादा सेकुवा, चुस्ता सेकुवा आदि उनको मेनुमा छन् ।

यस्तै कथा छ, अनामनगरमा ११ वर्षअघि खुलेको धराने सेकुवाको । अहिले धराने सेकुवाको शाखा नखीपोटमा विस्तार भएको छ । धराने सेकुवाका म्यानेजिङ डाइरेक्टर प्रेम राई भन्छन्, 'अनामनगर आउटलेटले मात्र एभरेजमा २० किलोसम्मको व्यापार गर्छ ।' पोर्क, चिकेन, मटन तथा बफ सेकुवाको ब्यापार गर्दै आएको धराने सेकुवा कालो बंगुरको सेकुवाका लागि चर्चित छ । राईका अनुसार अहिले धराने सेकुवामा सबैभन्दा बढी पोर्क सेकुवा रुचाइन्छ, त्यसपछि, चिकेन, मटन र बफ सेकुवा मन पराइन्छ ।

०६३ मा कपनको सरस्वतीनगरमा यांगतारु सेकुवा कर्नर स्थापना भयो । ४ लाखको लगानीमा खुलेको यो सेकुवा कर्नरले त्यतिबेला एक पटकमा ३०-४० जनालाई सत्कार गर्न सक्थ्यो । यांगतारुले अहिले एकैपटकमा ४ सय जनालाई सत्कार गर्न सक्ने क्षमता राख्छ । कार्बनरहित सेकुवाको स्वाद चखाउने यांगतारुको क्षमता विस्तार नेपालीहरूमाझ सेकुवाको लोकप्रियतासँग पनि जोडिएको छ । सुरुका दिनमा ५ केजीसम्म सेकुवाको ब्यापार गर्ने यांगतारुले अहिले दैनिक औसत ५० किलोसम्म सेकुवा बेच्छ । 'हामी किलोका हिसाबले सेकुवा बेच्छौं,' सञ्चालन धिरेन लिम्बू भन्छन् ।

सेकुवाको स्वादसँग जोडिएका मिठा सफलताका किस्सा हुन् माथिका यी उदाहरण । सेकुवा नेपालमा सर्वाधिक रुचाइने परिकारमध्ये एक हो । त्यसैले त अहिले राजधानीका अधिकांश सेकुवा कर्नरहरू सफलताको कथा भनिरहेका छन् । ग्राहकको रोजाइमा परेकै कारण विगत लामो समयदेखि सेकुवा बेचिरहेकाहरूले नाम र दाम दुवै कमाएका छन् । सेकुवाको लोकप्रियता कतिसम्म छ भन्ने कुरा, सेकुवा नेपालका सडकदेखि पाँचतारे होटलसम्म बेचिने कुराले पनि स्पष्ट पार्छ । काठमाडौंका सेकुवा कर्नरहरूको मेनुमा विविधता पनि छ– एक सयदेखि एक हजारसम्म प्लेटका । खासगरी नेपालमा खसी, कुखुरा, बंगुर, राँगा, माछा आदिका सेकुवा बढी प्रचलित छन् । सबैभन्दा बढी रुचाइने सेकुवा भने खसी, राँगा र बंगुर नै हुन् ।

लोकप्रियताकै कारण हुनुपर्छ, अहिले काठमाडौंमा सेकुवा मेला समेत हुने गरेको छ । सेकुवाबाट राम्रो आम्दानी हुने भएपनि यसको वार्षिक कारोबार कति हुन्छ भन्ने यकिन तथ्यांक भने उपलब्ध हुन सक्दैन ।

सेकुवा लोकप्रिय हुनुको कारण यसको स्वादलाई मानिन्छ । टेष्ट नै सेकुवा लोकप्रिय हुनुको मुख्य कारण मान्छन् धराने सेकुवाका म्यानेजिङ डाइरेक्टर प्रेम । सेकुवा मन पराइनुको कारणका सम्बन्धमा विनोद लामाको बुझाइ भने अलि फरक छ । लामा भन्छन्, 'पोलेको मासुको स्वाद, अमन नहुने र पचाउन पनि सहज हुने भएकाले सेकुवा बढी रुचाइएको हो ।'

सेकुवा कथा

आजभोलि नेपालमा लोकप्रिय खाजाका रूपमा परिचित सेकुवासँग मिल्दोजुल्दो अनेक थरीका परिकार पाइन्छन् । कुरा, सेकुवा नेपालमा कसरी भित्रियो भन्ने हो । एकथरी मानिसका अनुसार भारत-पाकिस्तान विभाजन (सन् १९४७) तथा बंगलादेशको स्वतन्त्रता संग्राम (सन् १९७१) का बेला नेपाल पसेका बंगाली शरणार्थीहरूले सेकुवालाई नेपाल भित्र्याएका हुन् । त्यतिबेला शरणार्थीहरूको जीवनयापनका लागि उनीहरूलाई सीमित अवधिका लागि जानेको काम गरी आम्दानी गर्न छुट दिइएको थियो । यही छुटको फाइदा उठाउँदै बंगाली शरणार्थीहरूले पूर्वी नेपालका सहरी क्षेत्र (विराटनगर, रंगेली, भद्रपुर आदि) मा झिरमा उनेको मासु पोलेर जीविका चलाएका थिए । यसैगरी, सडकछेउमा पोलेको मकै बेच्ने चलन पनि बंगाली शरणार्थीहरूले नै नेपाल भित्र्याएको बताइन्छ ।

पोलेको मासु खाने परम्परा

सेकुवा एक किसिमको पोलेको मासु हो । विभिन्न जातजातिमा पोलेको मासु खाने आ-आफ्नै परम्परा छ । नेवार समुदायमा कुलपूजामा बलि चढाइएको राँगा वा बोकाको गर्धनको मासु तत्कालै पोलेर साधेर खाने चलन छ । उता, बंगालीहरू तिहारको लक्ष्मीपूजाका दिन कालीको पुजा गर्छन् । कोलकातामा प्रचलित चलनअुसार त्यो दिन उनीहरू कालीको मूर्तिले देख्ने गरी कालो बोका बलि चढाउँछन् । त्यसरी चढाइएको बोकाको फल मासु झिकेर कालीको मूर्ति अगाडि राखिन्छ । यस्तो मासु एकदिनदेखि तीन दिनसम्म त्यत्तिकै छाडिन्छ । त्यसपछि हल्का गन्हाउन थालेको उक्त मासुलाई कसैले पोलेर त कसैले पकाएर खान्छन् । मानव सभ्यताको कुरा गर्ने हो भने मानिसले आगोको प्रयोग गर्न जानेपछि आफ्नो सिकारलाई सबैभन्दा पहिले पोलेर नै खान सिकेका थिए । त्यसैले भन्न कर लाग्छ, पोलेर मासु खाने चलन आगोको प्रयोगसँगै सुरु भएको हो ।

थरी-थरीका सेकुवा

सेकुवा नेपालको मौलिक खानेकुरा होइन । यो परिकार मूलतः मुस्लिम मुलुकबाट आयातित मानिन्छ । यद्यपि नेपालमा सेकुवाले पाएको लोकप्रियता हेर्ने हो भने यो नेपालको मौलिक परिकार जत्तिकै छ ।

सेकुवा मूलतः मासुलाई विभिन्न मसलामा मोलेर झिरमा उनी गोलको रापमा पोलेर तयार पारिन्छ । अहिले यही शैलीमा मासु मात्र नभएर विभिन्न हरिया तरकारीको सेकुवा समेत तयार पार्न थालिएको छ । हामीले अहिले जुन परिकारलाई सेकुवा भनिरहेका छौं त्यसलाई पश्चिमाहरू बार्बिक्यु भन्छन् । यसैगरी मुस्लिम मुलुकहरूमा पोलेर खाइने मासुलाई कबाब भनिन्छ । कबाब बनाउने विधि भने केही भिन्न हुन्छ ।

कबाब

कबाब बनाउन रातो मासुको किमालाई भुटेको चनाको पिठो, जिरा-धनियाँ, खुर्सानी, बेसार, गरम मसला, मरिचको धूलो, नुन, प्याज, हरियो खुर्सानीको टुक्रा, दही, नुन आदिसँग मोलिन्छ । मोलेको किमालाई फित्ता आकारको झिरमा हातले लेपेर कोईलाको रापमा ओल्टाइपल्टाइ सेकेर कबाब तयार पारिन्छ ।

सिक कबाब

यो परिकार पनि मुख्य रूपमा रातो मासुकै बनाइन्छ । यसलाई तयार गर्न कबाबकै जस्तै मासुको किमालाई भुटेको चनाको पीठोमा स्वाद अनुसार जिरा-धनियाँ, बेसार, खुर्सानी, गरम मसला, मरीचको धुलो, दही, टुक्रा पारेर काटिएको प्याज, लसुन अदुवाको पेष्ट तथा नुन हालेर मोलिन्छ । मोलिएको उक्त किमालाई हातले भाँडो भित्र अट्ने सिन्कामा लेपेर थोरै तेल हालेर डामिन्छ । यसरी डामेर पाके पछि उक्त भाँडोमा तेल हाली धूवाँ निकालेर बिर्कोले छोपिन्छ । यसरी छोप्दा कोइलाको धूवाँ पाकेको कबाबमा लागेर त्यसबाट धूवाँको बास्ना आउँछ । यही नै सिब कबाबको मुख्य विशेषता हो ।

बार्बिक्यु

बार्बिक्यु पनि विभिन्न मासु वा तरकारीहरू पोलेर तयार पारिन्छ । पश्चिमाहरू यसलाई बार्बिक्यु भन्छन् र यो विभिन्न देशअनुसार फरक-फरक स्वादको हुन्छ । जस्तो युरोपियन बार्बिक्यु, अमेरिकनभन्दा फरक हुन्छ भने मेक्सिकन बार्बिक्यु थाईभन्दा फरक हुन्छ । बार्बिक्यु बनाउन स्थानीय मसलाहरू प्रयोग गरिन्छ भने कतिपयले बार्बिक्यु सस प्रयोग गरेर मासुलाई १० -१२ घण्टा म्यारिनेट गरेर राख्छन् र भोलिपल्ट कोइलाको रापमा सेकेर पकाउँछन् ।

सेकुवा

सेकुवा मूलतः नेपालमा पोलेको मासुको परिकारलाई भनिन्छ । मासुलाई सामान्यतः ६ घण्टाभन्दा बढी जिरा, धनियाँ, धुलो खुर्सानी, बेसार, नुन, गरम मसला, मिट मसला, अदुवा-लसुनको पेस्ट आदिसँग मोलेर राखिन्छ । यसरी राखिएको मासुका स-साना टुक्रालाई झिरमा उनेर कोइलाको रापमा सेकेर पकाइन्छ । यो परिकार खाजाका रूपमा र मदिरा पिउनेहरूले सितनका रूपमा बढी प्रयोग गर्छन् ।

सेकुवा पारखी सेलिब्रेटी

रामजी ज्ञवाली

सेकुवालाई सहरी क्षेत्रका नेपालीहरूको लोकप्रिय खाजा मानिन्छ । यो परिकार विशेष गरी जाडो मौसममा बढी खपत हुन्छ, तर पारखीहरूलाई मौसमको छेकबार छैन । त्यसैले न जाडो न गर्मी ! सधैं सेकुवा । सेकुवा धेरै नेपाली सेलिब्रेटीको पनि रुचिको खाजा हो यद्यपि केही यस्ता सेलिब्रेटी पनि छन्, जसलाई सेकुवा एडिक्ट नै भने पनि हुन्छ !

अहिलेकी चर्चित अभिनेत्री वर्षा राउत तिनैमध्येकी एक हुन । वर्षालाई सेकुवा भनेपछि अरू केही चाहिँदैन । 'जाडो मौसममा त घरबाट निस्किएपछि कतिपटक सेकुवा खाइन्छ भन्ने पत्तो हुँदैन', राउत भन्छिन्, 'अरू समयमा पनि मन लाग्यो भने खाइहाल्ने बानी छ ।' सेकुवाका लागि उनको ठाउँ विशेष त्यस्तो केही छैन । कहिलेकाहीं हिँडिरहेका बेला आखाँले सेकुवा खाने ठाउँ भेट्यो भने पसिहाल्छिन् । 'सेकुवासँग थोरै चटनी र चिउरा अथवा भुजा भएपछि त वाह !' मुख मिठ्याउँदै वर्षाले भनिन् ।

अभिनेता आर्यन अधिकारी पनि सेकुवाका पारखी हुन् । अधिकारी भन्छन्, 'एकपटक त के भो भने हामी ४ जना साथी सेकुवा खान वसेको ६ किलो सकेछौं, यस्ता करामत धेरै छन् ।' मलाई मासुको आईटममा असाध्यै मन पर्ने भनेको सेकुवा नै हो, उनी थप्छन्, 'खसीको सेकुवा भएपछि अरु केही चाहिँदैन ।' रेस्टुराँमा मात्र होइन, घरमा पनि कहिलेकाही सेकुवा बनाएर खान्छु । रेस्टुराँ पसेपछि ३ प्लेट सेकुवा सुरुमै अर्डर गरेर बस्छु, ल्याउँदै जान्छन् खाँदै जान्छु, अरू खान मन लागे फेरि थप्छु ।' अधिकारीले सेकुवा खाने कुनै स्पेसल ठाउँ भने नभएको बताए ।

चर्चित गायक बद्री पंगेनी सेकुवा भनेपछि हुरुक्कै ! उनले काठमाडौंमा हुँदा नियमित सेकुवा खाने ठाउँ सामाखुसीस्थित घलेको सेकुवा हो । बद्रीले एकपटकमा कम्तीमा ४ प्लेट सेकुवा खाने गरेको बताए । मासु नभै खाना समेत नखाने बद्री सेकुवा अरू परिकारभन्दा फरक स्वादको लाग्ने बताउँछन् ।

घराने सेकुवा कर्नर
टाउन टप लामा से
BAJEKO SEKUWA
याङ्गतारु
सेकुवा कर्नर
NEPAL'S FIRST CRAFT BEER
मनकामना सेकुवा कर्नर
KUWA CORN

चर्चित सेकुवाघर

बाजेको सेकुवा, **काठमाडौंका विभिन्न ठाउँ**
नरेको सेकुवा, **मीनभवन**
पुष्कर सेकुवा, **पुतलीसडक**
धराने सेकुवा, **अनामनगर**
याङ्गतारु सेकुवा, **कपन**
किशोर कुमारको सेकुवा, **सिनामंगल**
नखीपोटको सेकुवा, **नखिपोट**
टाउन टप लामा सेकुवा, **सिनामंगल**
भेटघाट सेकुवा, **अनामनगर**
मनकामना सेकुवा, **पुरानो बानेश्वर**
माइकल बाजेको सेकुवा कर्नर, **शंखमूल**
नोर्बुको सेकुवा, **गणेशस्थान**
तास एन्ड सेकुवा महल, **टेकु**
द थकाली भान्सा एन्ड सेकुवा क्याफे
नयाँ बानेश्वर

स्वास्थ्यका लागि सेकुवा हानिकारक

नेपालका हरेकजसो सहरमा कोइलामा पोलेको मासु (सेकुवा) बेचिएको पाइन्छ । होटलहरूको बाहिर नै खुला ठाउँमा मगमग बासना आउने गरी पोलिएका यस्ता सेकुवा खान मासु पारखीहरूको भीड लागेको देखिन्छ । यद्यपि यसरी तयार पारिएको मासुको सेवनले धेरै किसिमका सरुवा रोगदेखि प्राणघातक क्यान्सरसम्म लाग्ने सम्भावना भएको चिकित्सकहरू दाबी गर्छन् ।

वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ प्रा.डा. राजेन्द्र बराल कोइलामा पोलिएको मासुमा हुने रियाक्सनबाट उत्पन्न हुने तत्वले पाचन प्रक्रियासम्बन्धी क्यान्सरको जोखिम बढाउने कुरा बताउँछन् । 'आगोले डढाएको मासुमा क्यान्सर लगाउने तत्वहरू हुन्छन् ।' बराल भन्छन् 'भरिसक्के यस्तो मासु नखानु नै बेस हुन्छ, यदि सकिँदैन भने सेतो (कुखुरा वा माछा) को सेकुवा खान सकिन्छ । रातो मासु (चौपायाको) नै खाने भए उसिनेर मात्र खानु उपयुक्त हुन्छ ।'

त्यसो त यसरी पोलीने मासुको गुणस्तर पनि विश्वसनीय हुँदैन । राम्रोसँग नपाकेको मासु सेवन गर्दा फुड प्वाइजनदेखि लिएर कतिपय सरुवा रोगको सिकार हुनुपर्ने डा. शेरबहादुर पुन बताउँछन् । 'नपाकेको मासु शरीरले पचाउन गाह्रो हुन्छ र फुड प्वाइजनको सम्भावना हुन्छ ।' डा. पुन भन्छन्- राम्रोसँग नपाक्दा पशुमा भएका रोगका किटाणु मानिसको शरीरमा सोझै सर्न सक्छन् । पोलेको मासुमा धूवाँ पनि हुने हुँदा त्यसले शरीरका भित्री अंगमा असर गर्ने सम्भावना पनि त्यति नै हुने उनको भनाइ छ । काठमाडौं जस्तो धूवाँ-धूलोयुक्त सहरमा बाहिर खुला ठाउँमा राखेर बनाइने सेकुवामा फोहोर तथा माटो र दूषित जीवाणुको संक्रमणको पनि त्यति नै सम्भावना हुन्छ । यस्तो सेकुवा खाएको केही घण्टामै पेट गडबड हुने, आउँ पर्ने, झाडाबान्ता आउने जस्ता समस्या देखा पर्ने वीर अस्पताल आकस्मिक कक्षका प्रमुख डा. केदार सेन्चुरी बताउँछन् ।

अपराध

इन्काउन्टरमा मारिए भैरहवाका डन

माधव ढुंगाना

२०७१ सालको भदौ २८ गते सिद्धार्थनगर नपा-८ की उषाकिरण गुरुङको घरमा बज्रपात पऱ्यो । उनका एकमात्र छोरा आकाशको अपराधिक समूहले अपहरण गरेको दिन थियो त्यो । त्यस दिनपछि उनका छोरा घर फर्केर आउन पाएनन् । फिरौतीबापतको १ करोड रुपैयाँ नपाएको निहुँमा छोराको हत्या गरिएपछि ६८ वर्षीय बावु तेजबहादुर थला परे । पुत्र वियोगकै कारण उनले खाना खान छाडे । त्यसको केही दिनपछि उनको मृत्यु भयो ।

यो घटनापछि ६७ वर्षीया आमा उषाकिरण गुरुङको आँखा अहिलेसम्म ओभाएको छैन । छोराको वियोग, पति गुमाउनुको पीडा मात्र होइन, उषाकिरणको जीवनमा दुई/दुई जना नाति सम्हाल्नुपर्ने जिम्मेवारी पनि थपिएको थियो ।

गत आइतबार दिउँसो भैरहवास्थित जिल्ला प्रहरी कार्यालय परिसरमा भेटिएकी उषाकिरणको मन अन्य दिनभन्दा केही हलुको भएको आभास हुन्थ्यो । 'आज मेरो मन अन्य दिनभन्दा केही हलुको भएको छ,' उषाकिरणले भनिन्, 'छोराको मृत आत्मालाई पनि केही शान्ति मिल्यो होला ।'

आइतबार बिहानैदेखि स्थानीय र राष्ट्रिय स्तरका सबैजसो सञ्चारमाध्यममा प्रहरीसँगको दोहोरो गोली हानाहानमा एक अपरिचित व्यक्तिको मृत्यु भन्ने समाचारले सनसनी मच्चाएको थियो । मृतकको पहिचान खुलेको थिएन । कतिपय मिडियामा तस्करको मृत्यु भन्ने समाचार आयो । मारिने को रहेछ ? भन्ने कौतूहलता र जिज्ञासा जतातत‍ै थियो । जब मारिने व्यक्ति केदार सहनी हुन् भन्ने कुरा खुल्न आयो त्यसपछि विभिन्न चर्चा-परिचर्चाले भैरहवा र आसपासका क्षेत्र तात्न थाल्यो । केदार सहनी अर्थात् कुख्यात अपराधी ।

मारिने व्यक्ति केदार सहनी हुन् भन्ने गाइँगुइँ सुनेपछि उषाकिरण पनि यतार्थता बुझ्न प्रहरी कार्यालय पुगेकी थिइन् । उनको छोरालाई अपहरण गरेपछि बन्धक बनाएर यातना दिएको र तत्कालीन नवलपरासी जिल्लाको जंगलमा छोरालाई दौडिन लगाउँदै थाकेर भुइँमा पल्टिएका बेला गोली प्रहार गरेर हत्या गरेको दृश्यसहितको सिडी सहनीले उषाकिरणको घरमा पठाइदिएका थिए । 'अहिले पनि म दुई जना नातिलाई आफूखुसी बाहिर पठाउदिनँ, जता गए पनि साथमै लान्छु,' उनले भनिन् ।

केदार सहनी कसरी मारिए ? भन्ने विषयमा सबैका आ-आफ्नै तर्क छन् । फरार सहनीका बारेमा पत्तो पाएपछि प्रहरीले भारतबाटै नियन्त्रणमा लिई यहाँ ल्याएर इन्काउन्टर गरेको भन्नेहरूको जमात पनि ठूलै छ । तथापि प्रहरीले भने उनी मुठभेडमा मारिएको दाबी गर्दै आएको छ ।

प्रहरी उपरीक्षक हृदय थापाले चोरी तस्करी नियन्त्रणका लागि खटिएको टोलीलाई लक्षित गरेर उनीहरूले सुरुमा गोली चलाएपछि प्रहरीको जवाफी कारबाहीमा सहनीको मृत्यु भएको बताए । 'सुरुमा मारिने व्यक्तिको पहिचान नभएकाले अन्यौल भएको थियो,' थापाले भने, 'पछि उनको सनाखतका लागि विभिन्न सोधखोज गर्दा ऊ फरार र कुख्यात अपराधी सहनी भएको कुरा खुल्न आयो ।'

थापाका अनुसार भारतीय सिमानानजिकै पर्ने सिद्धार्थनगर नगरपालिका-१०, शंकरपुरमा मध्यरातमा भारतीय नम्बरको मोटरसाइकलमा दुई जना व्यक्ति सवार थिए । यूपी५३एच २०२८ भारतीय नम्बरको मोटरसाइकल नजिकै आएपछि सादा पोसाकमा रहेका प्रहरीले रोक्न लगाउँदा उनीहरूमध्ये एकले एक्कासि प्रहरीलाई लक्षित गरी गोली प्रहार गरेका थिए । उनीहरूले प्रहार गरेको गोलीबाट प्रहरी जवान कृष्ण श्रेष्ठ घाइते भएका छन् । उनको बायाँ पाखुरामा गोली लागेको छ भने प्रहरीले प्रयोग गरेको बा२ब ५८५४ नम्बरको मोटरसाइकलमा पनि गोली लागेको छ ।

त्यसपछि प्रहरीले जवाफी कारबाही सुरु गरेको थियो । केही बेर दुवै पक्षबीच गोली हानाहान भयो । प्रहरीको तीनवटा गोली लागेपछि एक व्यक्ति भुइँमा ढले भने अर्का व्यक्ति फरार भए । गोली लागेर भुइँमा ढलेको व्यक्तिलाई उपचारका लागि युनिभर्सल शिक्षण अस्पताल पुऱ्याइएपछि उपचारका क्रममै उनको मृत्यु भयो । उक्त रात बाक्लो हुस्सु लागेको थियो । घटनास्थलबाट लोड गरिएको स्वचालित एक थान पेस्तोल बरामद भएको छ ।

मृतकको लास सनाखतका लागि दिनभरि भीम अस्पतालमा राखिएको थियो, तर पहिचान हुन सकेको थिएन । धेरैले केदार सहनीको नाम लिएपछि प्रहरीले आइतबार साँझ उनका भाइ गोबिन्द सहनीलाइ झिकाएर हेर्न लगाएपछि मृतक केदार सहनी नै भएको पुष्टि भएको थियो । केदार सहनी जिल्ला प्रहरी कार्यालय सामुन्नेको भित्रि बस्तीका निवासी हुन् । उनी एक दशक भन्दा अघिदेखि हत्या, अपहरण, चन्दा असुलीजस्ता विभिन्न अपराधिक घटनामा संलग्न रहँदै आएको आरोप छ । प्रहरीको तथ्याङ्कमा सहनी २०६५ सालदेखि नै अपराधिक गतिविधिमा संलग्न रहेको देखिन्छ । सहनीले जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चा आजाद समुहमा समेत आवद्ध रही अपराधिक आतङ्क मच्चाएका थिए । प्रहरीका अनुसार, २०६५ साल असार २३ गते उनी कपिलबस्तु जिल्लामा स्वचालित पेस्तोलसहित पक्राउ परेपछि हातहतियार तथा खरखजाना मुद्दामा कपिलवस्तु कारागारमा थुनामा परेका थिए ।

२०६६ साल माघ २ गते कपिलवस्तु कारागारबाट सुरुङ खनेर भाग्नेमध्ये सहनी पनि थिए । 'कारागारमा सुरुङ खनेर भाग्ने योजनाका मुख्य योजनाकार उनी नै थिए,' रुपन्देही जिल्ला प्रहरी कार्यालयका डिएसपी कुमुद ढुंगेल भन्छन्, 'सहनीले मच्चाएको आतंक हेर्ने हो भने मनोज पुनको भन्दा भयानक छ ।'

सुरुङबाट भागेपछि सहनीले जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चा आजाद समूहमा आबद्ध भै रुपन्देही, कपिलवस्तु, नवलपरासी आदि जिल्लाका व्यवसायीहरूलाई धम्क्याउँदै चन्दाआतंक मच्चाएका थिए । प्रहरीले बिछ्याएको जालोमा परेर भारतबाट फेरि एकपटक पक्राउ परेपछि हातहतियार खर-खजानाअन्तर्गतको ५ वर्षको सजाय काटेर जेल मुक्त भएलगत्तै सहनीले २०७१ भदौ २८ गते आकाश गुरुङको अपहरण गरी हत्या गरेका थिए । त्यसयता उनी फरार रहँदै आएका थिए ।

> प्रहरीको तथ्याङ्कमा सहनी २०६५ सालदेखि नै अपराधिक गतिविधिमा संलग्न रहेको देखिन्छ । सहनीले जनतान्त्रिक मुक्ति मोर्चा आजाद समुहमा समेत आवद्ध रही अपराधिक आतङ्क मच्चाएका थिए । प्रहरीका अनुसार, २०६५ साल असार २३ गते उनी कपिलबस्तु जिल्लामा स्वचालित पेस्तोलसहित पक्राउ परेपछि हातहतियार तथा खरखजाना मुद्दामा कपिलवस्तु कारागारमा थुनामा परेका थिए ।

प्रहरी इन्काउन्टरमा मारिएकाहरू

२०७३ साउन २१ गते धादिङ र काठमाडौंको सिमाना नागढुंगामा गुण्डा नाइके दिनेश अधिकारी 'चरी' प्रहरी इन्काउन्टरमा मारिए । त्यसको अर्को वर्ष राजधानीका अर्का चर्चित गुन्डा नाइके कुमार घैंटे पनि इन्काउन्टरको सिकार भए । चरी र कुमार घैटेको इन्कान्टरपछिको एक वर्ष पुराना ठूला गुन्डाहरू अन्डरग्राउन्डजस्तै भए । यसबीच मनोज पुन र समीरमान बस्नेत मिलेर क्राइम ऱ्याकेट चलाउन थाले । उनीहरूले फिरौती माग्दै व्यवसायीहरूलाई धम्काएनन् मात्र, फिरौती नदिने व्यवसायीमाथि गोली प्रहार तथा हत्या गर्नेसम्म काममा सक्रिय भए । विदेश बसेर अन्डरवर्ल्ड शैलीमा क्राइम ऱ्याकेट चलाइरहेका मनोज र समीरमानको शैली प्रहरीको टाउको दुखाइ बन्यो । अन्ततः समीरमानले प्रहरी समक्ष आत्मसमर्पण गरे, अहिले उनी जेलमा छन् । यता मनोज पुन भने आफ्ना सहयोगी सोम आलेसहित रुपन्देहीको देवदहमा २०७४ फागुन ९ गते बिहान झिसमिसेमै प्रहरी इन्काउन्टरमा मारिए ।

२१ साउन २०७१	दिनेश अधिकारी 'चरी'	नागढुंगा
३ भदौ २०७२	कुमार घैटे	काठमाडौं
९ फागुन २०७४ मा	मनोज पुन र सोम आले	रुपन्देही
२३ साउन २०७४	प्रवीण खत्री	ललितपुर
२१ साउन २०७५	गोपाल तामाङ र अजय तामाङ	भक्तपुर

अन्तरङ्ग जीवन

स्वास्थ्य राम्रो बनाउन

तनाव र थकानले भरिपूर्ण दिनचर्याबाट जोगिन र यसलाई ह्यान्डल गर्न इन्स्टेन्ट एनर्जी टनिक, ड्रिंक्स, मेडिकेसन वा काउन्सिलिङभन्दा बढी प्रभावकारी हुन्छ, कुनै पनि व्यक्तिको यौनजीवन । सातामा तीनदेखि पाँच पटकसम्म फुलफिलिङ सेक्सले तनमनलाई रिफ्रेस गर्छ । यो कुरालाई सावित गरेको छ– अमेरिकन एसोसिएसन अफ सेक्स एजुकेटर्स एन्ड थेरापिस्टले ।

तनाव हटाउँछ

जर्नल अफ बायोलोजिकल साइकोलोजीका अनुसार नियमित यौन सम्बन्धबाट ब्लड प्रेसर नियन्त्रणमा रहन्छ भने चिन्ता, अवसाद एवं निराशाबाट मुक्ति प्राप्त हुन्छ । तनावग्रस्त २२-२२ जना महिला-पुरुषमा गरिएको एक शोधमा केही महिनासम्म उनीहरूको यौनजीवनमा कडा नजर राखिएको थियो । त्यसपछि अनुसन्धानकर्ताहरूले निकालेको परिणामअनुसार उनीहरू अब भीडमा बोल्न डराउन छोडे, खुसी रहन थाले, जीवनप्रति सकारात्मक दृष्टिकोण राख्न थाले र उनीहरूको ब्लड प्रेसर समेत नियन्त्रणमा रहन थाल्यो ।

क्यालोरी कटर

हेक्ट्रिक सेड्युलसँगै दम्पतीले एकअर्काका लागि समय नै प्राप्त गर्दैनन् । बदलिँदो जीवनशैलीले जीवनलाई सहज त बनाएको छ, तर यसले शरीरमा बोसो जमाउने कार्यसमेत गरेको छ । यसको सहज उपचार हो– हाई एनर्जी सेक्स । अनुसन्धान रिपोर्टहरूका अनुसार सेक्सको तीव्रता जति बढ्छ, त्यति नै शरीरको क्यालोरी बर्न हुन्छ । परिणाम स्वरूप रक्तसञ्चार प्रभावकारी हुनुका साथै हृदयको गति राम्रो हुन्छ अर्थात् राम्रो कार्डियो तथा रेस्पीरेटरी हेल्थ । सातामा तीनपटक यौन सम्पर्कले वर्षमा ७ हजार ५ सय क्यालोरी कम हुन्छ । यो स्वयंलाई सेपमा राख्ने राम्रो उपाय हो । नियमित सेक्सले कम्मरलाई सेप प्रदान गर्छ । आफ्नो प्रेमका लागि प्रदान गरिने आधा घण्टा समयले ८० भन्दा बढी क्यालोरी खर्च गरी आफूलाई फिट राख्न मद्दत गर्छ ।

मजबुती पनि

यौन सम्पर्कले शारीरिक तथा मानसिक आवश्कयता त पूर्ति गर्छ नै, साथै रोग प्रतिरोधक क्षमता बढाउन पनि मद्दतगार साबित हुन्छ । भागदौडले भरिपूर्ण जीवनमा दैनिक धूलो माटो एवं प्रदूषणको सामना गर्नुपर्ने हुन्छ । यसले मानिसलाई स-साना बिमारीको सिकार बनाउँछ । कहिले रुघाखोकी त कहिले ज्वरो । शोध अनुसार सातामा तीनदेखि पाँचपटक यौन सम्बन्ध राख्दा रोग प्रतिरोधक क्षमता वृद्धि हुन्छ । यसले रुघाखोकीका साथै अन्य इन्फेक्सन हुन दिँदैन । विलकिज युनिभर्सिटीका अनुसार यसले इम्युनोब्लोविन ए (आईजीए) बढाउँछ जसले गर्दा शरीर चिसो र फ्लुसँग लड्न मजबुत हुन्छ ।

मनमा कुनै जोर चल्दैन

बढी यौन सम्पर्क गर्दा मांसपेशीमा दबाब पर्छ, जुन हार्ट अटेकको कारण बन्न सक्छ भन्ने मान्यता गलत हो । जर्नल अफ एपीडीमायलजी एन्ड कम्युनिटी हेल्थकाअनुसार जो सातामा कमसेकम दुईपटक सेक्समा संलग्न हुन्छन्, उनीहरूका लागि हार्ट अटेकको खतरा ती पुरुषको तुलनामा धेरै हदसम कम हुन्छ, जो महिनामा एक वा दुईपटक यौन सम्पर्क गर्छन् । यसबाहेक सेक्सबाट ब्लड सर्कुलेसनसमेत वृद्धि हुन्छ । यसबाट व्यक्तिको अंग र कोशिकामा फ्रेस ब्लड सञ्चार हुन्छ । थोरै थकान महसुस भए पनि मन शान्त रहन्छ ।

पीडाबाट राहत

विज्ञहरूका अनुसार यौन सम्पर्कले माइग्रेनका साथै कम्मर एवं जोर्नीको दुखाइजस्ता समस्यामा राहत प्रदान गर्छ । चरमोत्कर्षको स्थितिसम्म पुग्दा अक्सिटोसिन हार्मोन पाँच गुणा बढी सक्रिय हुन पुग्छ र इन्डारफिन्स नामक हार्मोन बाहिर निस्कन्छ । यो श्राव नै पीडा कम गर्न मद्दतगार साबित हुन्छ ।

प्रोस्टेट क्यान्सर हुँदैन

ब्रिटिस जर्नल अफ युरोलजी इन्टरनेसनलका अनुसार सातामा पाँच पटकभन्दा बढी शारीरिक सम्बन्ध कायम गर्नाले पुरुषमा (आयु वर्ग २०-३०) भविष्यमा प्रोस्टेट क्यान्सरको सम्भावना निकै कम भएर जान्छ ।

पेल्भिक मसल्स

पेल्भिक एरिया अर्थात् स्त्री जनेन्द्रीय । सबैभन्दा संवेदनशील अंग । कैंयन अवस्थामा शारीरिक सम्बन्ध पीडादायक हुन्छ । हालै गरिएको एक शोधअनुसार सातामा तीनदेखि पाँच पटक शारीरिक सम्बन्ध राख्नाले पेल्भिक एरियाको मांसपेशी मजबुत हुन्छ ।

गहिरो निद्रा

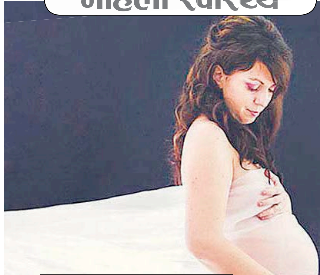
गहिरो निद्राको सीधा सम्बन्ध राम्रो स्वास्थ्यसित हुन्छ अर्थात् ८ घण्टाको गहिरो निद्रा र तनमनको स्वस्थता । शोध अनुसार चरमोत्कर्षको स्थितिसम्म पुग्दा अक्सिटोसन हार्मोन अत्यधिक सक्रिय हुन्छ । यो हार्मोन गहिरो निद्राका लागि जिम्मेवार मानिन्छ । सेक्सपश्चात् राम्रो निद्रा पर्छ र राम्रो निद्रा मानिसलाई स्वस्थ राख्न सहयोगी हुन्छ ।

फाइदा यो पनि

पुरुषमा ओर्गेज्मका बेला टेस्टास्टेरानको श्राव वृद्धि हुन्छ, यसले फिल गुड अनुभव गराउँछ भने त्यसका साथ मसल्स र हड्डीलाई समेत सबल बनाउनँछ । यसले कोलेस्टेरोल लेभलमा समेत प्रभाव पार्छ । महिलामा एस्ट्रोजनको श्रावले उनीहरूलाई हृदयसँग जोडिएका समस्याबाट सुरक्षित राख्छ ।

स्रोत : विभिन्न एजेन्सी
प्रस्तुति : रोजिन शाक्य

महिला स्वास्थ्य



म २१ वर्षकी भएँ । मेरो अध्ययन सकिएको छैन । अध्ययनका कारणले विवाह गरेकी छैन । विगत केही समयदेखि मेरो केटासाथीसँग कहिलेकाहीं यौनसम्पर्क हुने गरेको छ । अध्ययनपछि उसैसँग विवाह हुने निश्चित छ । अहिलेसम्म परिवार नियोजनका कुनै साधन प्रयोग गरेकी छैन र गर्भवती पनि भएकी छैन । मलाई परिवार नियोजनका साधन प्रयोग गर्न मन छैन । उहाँलाई पनि कन्डम मन पर्दैन, गर्भ रहे विवाह गरौंला भन्नुहुन्छ, तर मलाई डर लागिरहन्छ । गर्भ रहन नदिने अर्को कुनै उपाय छ ?

वाई.

डा.बालकृष्ण शाह
स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ,
मोरङ सहकारी अस्पताल

परिवार नियोजनको साधन प्रयोग नगर्ने अनि गर्भ पनि नचाहिने हो भने त्यसका लागि यौनसम्पर्क नै नगर्नु सबैभन्दा राम्रो उपाय हो । यसबाहेक प्राकृतिक उपायहरू अपनाउन सकिन्छ । नियमित २८-३० दिनमा महिनावारी हुने महिलामा समान्यतः महिनावारी सुरु भएको ९ देखि १९ दिनसम्मको समयलाई असुरक्षित समय भनिन्छ । उक्त अवधिबाहेकको समय अर्थात् ४ देखि ९ तथा २० देखि २८ दिनसम्म मात्र यौनसम्पर्क राख्नाले गर्भ रहने सम्भावना कम हुन्छ । त्यस्तै वीर्य स्खलन गर्दा योनिमार्ग बाहिर गर्ने जस्ता प्राकृतिक उपाय प्रयोग गर्न सकिन्छ, तर यसमा पूर्ण रूपले भर पर्न भने सकिँदैन । कहिलेकाहीं आकस्मिक गर्भनिरोधक चक्की (आईपील, आईकन, ७२ घण्टे) पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यद्यपि नियमित रूपमा गर्भनिरोधक आकस्मिक चक्की प्रयोग गरे महिनावारीमा गडबडी सिर्जना हुनसक्छ ।

Make each moment memorable
Another quality product of
NEPAL CRS COMPANY
3 DOTTED CONDOMS
D'zire

जनताको विचार

के यो डा. गोविन्द केसीको अन्तिम अनशन होला ?

यसपटकको अनशन अन्तिम हुने भैदिएको भए, अहिलेसम्म अनेकौं पटक अनशन बस्न बाध्य हुने थिएनन् डा. केसी, बरु पटक-पटक अनशन बस्दा उहाँको जीवन नै अन्तिम हुने पक्का छ ।

मनिष श्रेष्ठ

अन्तिमचाहिँ नहोस्, किनभने प्रतिपक्षले सरकारको विरोध गर्न सक्दैन, उहाँ भए कम्तीमा सरकार चनाखो त होला कि ?

आकाश

सायद होला ।

सचिन पोखरेल

अन्तिम चाहि नहोस्, अन्यथा प्रतिपक्षलाई सरकारको खेदो खन्ने मुद्दा पाउन मुस्किल हुन्छ ।

युवराज

बर्खायामको खहरेजस्तो हो, आउँछ गड्याङ्गुडुङ्ग हुन्छ, सुस्काउँछ अनि जान्छ ।

झपेन्द्र ढुंगाना

चिकित्सा क्षेत्रसँगसम्बन्धित उहाँका माग उचित नै छन् तर अहिले थपिएका माग राजनीति प्रेरित देखिन्छन् । डा. केसी राजनीतिमा नमुछिउन् भन्ने सबैको चाहना छ ।

रवि सिंह

आकर्षक उत्तर खोज्नुभएको भए मसँग तपाईंहरूको प्रश्नको उत्तर छैन । डा. केसीको अनशनलाइ प्रयोग गरेर स्वार्थपूर्ति गर्ने समुहले बारम्बार उहाँलाई अनशन बस्न उकास्छन् । आगामी दिनमा पनि अनशनका कार्यक्रम हुनेछन् ।

विनोद पौडेल

गोविन्द केसीको अनशन र निर्मलाको हत्यारा पत्ता लगाउने काम उस्तै-उस्तै हो जस्तो लाग्छ ।

ईश्वर जोसी

डा. केसीको पारा देख्दा त उनी बाँचुन्जेल उनको अनशन अन्तिम हुँदैन । बिचरालाई केही राजनीति खेलाडीले पुराना झुम्राको बल जस्तै बनाएर प्रयोग गरिरहेका छन् । यस्ता सम्मानित व्यक्ति राजनीतिको गोटि बनेर खतम हुने भए ।

जीवेन्द्र गैरे

यस्तो नहोस् कि यो नै अन्त्य होस्, बरु यसलाई निरन्तरता दिइयोस्, सरकारलाई लागोस् कि लम्पसारवादीहरूको भीडमा कोही त छ जो उग्रवादी भएर हामीलाई घचघच्चाइरहेको छ ।

सुरेश रानाभाट

बेलैमा जुस ख्वाएनन् भने अन्तिम नै हुनेछ ।

मितव्ययी

स्वास्थ्य क्षेत्रमा बेथिति छ, यसमा दुईमत छैन तर यसपालिको अनशनमा उनले राजनीतिक मुद्दा उठाउनु गलत हो । कतै उनलाई कुनै राजनीतिक पार्टीले गोटीका रूपमा प्रयोग गरिरहेको त छैन ? जबसम्म स्वास्थ क्षेत्र सुध्रिँदैन तबसम्म लड्नैपर्छ र जनताले त्यसमा साथ दिनुपर्छ । यो अनशन अन्तिम हुनु हुँदैन ।

सरिता भट्टराई

सरकार खाली कागजमा मात्र सहमति गरिरहने अनि डा. केसी अनशन बसिरहने, खै यो दोहोरी टुंगिने छाँटकाँट नै देखिएन । अझ अहिलेको सरकार कामभन्दा उखान-टुक्कामा माहिर छ, के होला र खै ?

कुमार गौतम

गोविन्द केसीलाई अनशन बस्ने बानी परिसक्यो, रमिते सरकारलाई पनि यस्तै हो भन्ने लागिसक्यो, अल्छि डाक्टरहरूलाई पनि काम नगर्ने बाहाना भैसक्यो । त्यसैले यो अन्तिम अनशन नहोला ।

गगन विष्ट

भ्रष्ट र माफियाहरूको राज्य चलेका बेला अनशन बस्नु हुँदैन भन्ने सुझाव दिन्छु । पटक-पटक, १५ औं पटक सम्झौता गरेर कार्यान्वयन नहुने दृष्टान्त छ, यो नै अन्तिम हुन्छ भन्ने कुनै आधार छैन र हुँदैन पनि । दुनियाँको तनाव बोकेर डा. केसीले आफ्नो स्वास्थ्यप्रति खेलबाड नगरून्, यो देश त यस्तै हो ।

दलु आले मगर

नेल आर्ट र ब्यूटीसियन ट्रेनिङ्गमा निशुल्क भर्ना

CTEVT बाट मान्यता प्राप्त २४ बर्ष देखी नेपालकै एक मात्र अन्तर्राष्ट्रियस्तरको ब्युटीसियन कोर्षहरुमा प्रशिक्षण गराउने: Basic, Advance Diploma, Beautician Teacher's Training, Nail Art Technician, Mehandi, Skin, Hair Cutting, Makeup Special र अन्य विविध Short Special कोर्षहरुका सिमित सिटमा रोजगारीको अवसर सहित भर्ना खुल्यो ।

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

नोट: यू. के., अमेरीका, अष्ट्रेलीया, यूरोप तथा अन्य देशहरुमा स्टुडेण्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरुका लागि विशेष कोर्ष धमाधम संचालन भईरहेका छन् ।

ITC प्रशिक्षण केन्द्र : डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८, ठमेल: ४२१५६२८, लगनखेल बसपार्क: ९८६४२५८१८८, चावहिलचोक: ४४९३३६१, नयाँबानेश्वर: ९८६४२५८१७६, कोटेश्वरचोक: ४६०००१५, कलंकीचोक: ५२३४४८९, गोंगबुचोक: ४०२००९९, बुटवल: ०७१-५४१४६९, नारायणगढ: ०५६-५७२१४४, पोखरा: ०६१-५२४९८१, बाग्लुङ्ग: ०६८-५२२७१०, इटहरी चोक: ०२५-५८७१७५, दाङ घोराही: ०८२-५६३६११, बिर्तामोड: ०२३-५४६५२९

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

मेष

समकक्षीबीच आफ्नो छवि लोकप्रिय हुँदै गएको अवस्था छ, जसलाई यथास्थितिमा राख्न विदेश भ्रमण गर्नु श्रेयष्कर हुन्छ । प्रेमी-प्रेमिकाबीचको सम्बन्धमा यदाकदा ठाकठुक परे पनि एक-अर्काबीच विश्वासको वातावरण बन्दै जानेछ । भीडभाडमा यात्रा गर्दा बहुमूल्य सर-सामानप्रति चनाखो रहनुपर्नेछ ।

वृष

मनग्य लगानि गरी थालिएको कामले उल्टो परिणाम दिँदा निराशा उत्पन्न हुन सक्छ । अचानक प्रेम प्रस्ताव आइलाग्न सक्छ । साथीहरूसँग मनोरञ्जक क्रियाकलापमा सहभागी हुँदा समय तथा स्वास्थ्यमा ध्यान पुर्‍याउनुहोला । साताको अन्त्यमा आर्थिक समस्याले पिरोल्न सक्छ ।

मिथुन

सिर्जनात्मक कार्यले जीवनसंगीसित रहेको वैचारिक मतभिन्नता समाप्त गर्नेछ । अधुरो रहेको लामो समयदेखिको मनोरञ्जन तथा विलासी चाहना पूरा हुनेछ । बोलीको मधुरताका कारण विशिष्ट व्यक्तिबाट हौसला प्राप्त हुनेछ । आर्थिक क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाई सोचेजस्तै लाभ लिन सकिनेछ ।

कर्कट

आफ्नो धरातल बिर्सिएर अर्काको नक्कल गर्न खोज्दा बढी मूल्य चुकाउनुपर्नेछ । प्रेमी-प्रेमिकाको द्वैध मनस्थितिले आफ्नो विचारमा परिवर्तन ल्याउन सक्छ । राज्यस्तरबाट दिइएको जिम्मेवारीप्रति बेवास्ता गरे ठूलो नोक्सानीको फन्दामा परिनेछ । खरानी रंगको पहिरनवाट समस्या निवारण गर्न ऊर्जा प्राप्त हुनेछ ।

सिंह

विरोधीहरूलाई आकर्षित गर्दै मान-सम्मान हासिल गर्न सकिनेछ । आफ्नो व्यक्तित्व उचाइमा पुग्ने सम्भावना छ । प्रेमिकाबाट अनपेक्षित उपहार प्राप्त होला । नीलो रंगको पहिरन प्रयोग गर्दा त्रुटिहरूलाई समायोजन गर्ने क्षमता वृद्धि हुनेछ । यात्रामा आर्थिक तथा मानसिक तनाव सामना गर्नुपर्ने हुनसक्छ ।

कन्या

धन आर्जन गर्ने अवसर जुट्नेछ । मनमा हौसला बढ्नुका साथै नयाँ काम थाल्ने प्रेरणा प्राप्त हुनेछ । लगानीको क्षेत्रमा सन्तोषजनक प्रतिफल हात लाग्ला । मान-सम्मान समेत पाइनेछ । कुरा काट्नेहरू प्रशंसा गर्न थाल्नेछन् । ठूला व्यक्तिको सुझावबाट घरेलु समस्या समाधान गर्न सकिनेछ ।

तुला

आफ्नो हैसियत बिर्सिएर अर्काको देखासिकी गर्नाले आर्थिक नोक्सानी बेहोर्नुपर्ने हुनसक्छ । सरकारी तथा निजी क्षेत्रमा ढिलै भए पनि अवसर हात लाग्ने सम्भावना छ । सोमबारपछिका दिनमा सही मार्ग पहिल्याउन सहज हुनेछ । रातो रंगको पहिरनले करियर बनाउन सहयोग गर्न सक्छ ।

वृश्चिक

ईर्ष्या गर्नेहरूलाई लोभ्याउन सकिनेछ । मन मिल्ने साथी फेला पर्नेछन् भने मायाको गाँठोसमेत कसिने सम्भावना छ । अवसरहरू हात पार्न स्वयं सक्षम भइनेछ । अर्काको जुक्ति बुद्धिबेगर नै सर्वोत्कृष्ट सावित हुन सकिनेछ । पर्याप्त विचार नगरी अरूलाई वचन दिँदा आफैंलाई घाटा हुनसक्छ ।

धनु

पराक्रमले अरूलाई आकर्षित गर्न सकिनेछ । विपरीत लिंगीहरूबाट प्रेम प्रस्ताव प्राप्त हुनसक्छ । पारिवारिक जमघटमा रमाउने वातावरण सिर्जना होला । महँगा तथा विलासिताका सामग्री बिनामोलतौल किनबेच नगर्नुहोला । साताको अन्त्यमा स्वास्थ्य प्रतिकुल हुनबाट जोगिनुपर्नेछ ।

मकर

प्रेमी-प्रेमिकाबाट आफूलाई मन पर्ने उपहार प्राप्त हुँदा मन हर्षित हुनेछ । विगतमा भएका गल्तीहरू सच्याउँदै अघि बढ्ने समय आएको छ । यात्रामा गरिने अनावश्यक खर्चले मानसिक तनाव सिर्जना गर्न सक्छ । खर्च, विवाद एवं उदासीनताबाट टाढा रहनुमै आफ्नो कल्याण छ ।

कुम्भ

साथीभाइमाझ नौलो परिचय दिन सकिनेछ । गुणस्तरीय व्यवसाय सुरु गर्न साझेदारहरूबीच मत मिल्नेछ । सघाउन आउने सहयोगीले षड्यन्त्र गर्न सक्छन्, सचेतनाले आफ्नै हित गर्नेछ । मनोरञ्जन तथा भोजभतेरमा सहभागी हुँदा स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला ।

मीन

आकस्मिक भ्रमणमा खराब विचार भएकाहरूसँग भेट हुन सक्छ, सचेत रहनुहोला । प्रलोभन देखाई तपाईंको प्रतिष्ठामा चलखेल हुनसक्छ, ध्यान पुर्‍याएर निर्णय लिनुपर्नेछ । आफूभित्रको क्षमता प्रदर्शन गर्न सकिनेछ । प्रतिस्पर्धीहरूलाई पछि पारी धन आर्जन गर्न सफल भइनेछ ।

यो साता

माघ ७ गते
स्वस्थानी ब्रतकथा प्रारम्भ
आर्य दिवस/माघ स्नान

माघ १० गते
बडा गणेश जयन्तीन

लिगको अनन्त दाउ

कुनै एक जना खेलाडीले पूरा लिगको उपाधि होडमा कति फरक पार्न सक्छन्, त्यो अनन्त तामाङले प्रमाणित गरेका छन् । यसमा उनलाई गर्व भने हुनेछैन, न त अनन्तले ठूलो स्वरमा यस विषयमा कुरा गर्न सक्नेछन् । अनन्तले हालै सम्पन्न सहिद स्मारक लिग ए डिभिजन खेल्न पाएनन् । उनको नाममा लिगमा यस्तो दाउ खेलियो, जसले अन्ततः लिगको उपाधि होडलाई नै निर्णायक बनायो । यो दाउमा केहीले जिते, केहीले हारे ।

हारको कित्तामा उभिनेमा सबैभन्दा ठूलो नाम अनन्तकै रह्यो । उनलाई नेपाली फुटबलमा सबैभन्दा प्रतिभाशाली खेलाडी मानिन्छ । उनी उत्तिकै भलाद्मी पनि छन् अनि अनुशासित पनि, तर उनले लिग सुरु हुनुअघि एउटा यस्तो ठूलो भूल गरे, जसलाई लिएर उनलाई सधैं पछुतो भैरहनेछ । जति बेला लिग सुरु हुने तय भएको थियो, त्यति बेलासम्म उनी थ्रीस्टारकै खेलाडी थिए । लिग खेल्न उनले थ्रीस्टारसँग अनुबन्धसमेत गरेका थिए ।

लिगअघिका केही नकआउट प्रतियोगिता जित्न उनले थ्रीस्टारका लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका थिए । उनी थ्रीस्टारको डिफेन्सका मजबुत खम्बा थिए । क्लबले उनलाई छाड्ने कुरै थिएन्, तर अनन्तले नजानेर अथवा बढी जानेर लिगकै लागि मनाङ मर्स्याङ्दीसँग पनि अनुबन्ध गरे । त्यहाँ जानुअघि अनन्तले थ्रीस्टारबाट खेलाडी फुकुवा चिठ्ठी भने लिएका थिएनन् । यही गल्तीका कारण उनले मनाङबाट समेत खेल्न पाएनन् ।

लिग सुरु भएपछि मनाङले उनलाई थ्रीस्टारबाट पनि खेल्न दिएन् । एकै पटक दुई क्लबसँग अनुबन्ध गर्ने खेलाडी एक वर्षको प्रतिबन्धमा पर्छ । अनन्तलाई यस्तो सजाय हुनुपर्छ भनेर कसैले उजुरी भने गरेनन् । थ्रीस्टार र मनाङ भने अनन्त कसका खेलाडी हुन् भन्ने बहसमै अल्झिरहे । दुवैले उनलाई फुकुवा गर्न चाहेनन् । कम्तीमा उनीहरू चाहन्थे, अनन्त थ्रीस्टारबाट पनि नखेलून्, मनाङबाट पनि नखेलून् ।

केही अरू क्लब, विशेषतः संकटा भने अनन्त कहिले फुकुवा होलान् र आफूले अनुबन्ध गरौंला भनेर कुरिरह्यो । आखिर अनन्तले लिग खेल्न पाएनन् । लिगमा अनन्तको अनुपस्थितिमा थ्रीस्टार वास्तवमै कमजोर देखियो, उसको डिफेन्स फिक्का रह्यो । लगातार लामो समयदेखि खेलिरहेका खेलाडीको अनुपस्थितिमा थ्रीस्टारलाई गाह्रो हुनु स्वभाविक थियो । त्यसैले उसको लय बिग्रियो, तर उनले नखेल्दा मनाङलाई भने केही पनि भएन । संकटालाई पनि अनन्त नहुनुले केही फरक परेन् । आखिरमा लिग मनाङले नै जित्यो ।

थ्रीस्टार दोस्रो हुन पनि सकेन्, तेस्रोमै चित्त बुझायो । दोस्रो स्थान संकटाले हात पार्‍यो । पछि थ्रीस्टारका प्रशिक्षक मेघराज केसीले पनि माने, क्लबका लागि अनन्तको अनुपस्थिति निकै महँगो सावित भयो । नेपाली राष्ट्रिय टिमका प्रमुख खेलाडी अनन्तलाई भने यसले ठूलै क्षति नै पुर्‍यायो, आर्थिक रूपमा पनि, प्रतिष्ठामा पनि । लिगमा अनन्तको नाममा दाउ खेलिएकै थियो र यसले नै लिगलाई धेरै हदसम्म प्रभावित पनि गर्‍यो । यो खेलमा धेरै खेलाडी सक्रिय थिए । त्यसमा केहीले जिते, केहीले हारे । सबैभन्दा बढी हार्नेमा अनन्त नै रहे ।

अनन्तले हालसालै खप्तड गोल्डकपमा सहभागिता जनाएका छन् र यसपटक उनको क्लब रह्यो, उही पुरानो थ्रीस्टार । ललितपुरको यो क्लब फेरि एकपटक अनन्तलाई खेलाउने कुरामा उदार देखियो । जति बेला उनले धनगढीमा थ्रीस्टारका लागि फेरि एकपटक खेले, सबैले एउटै कुरा भने– अन्ततः अनन्त फेरि थ्रीस्टारमै ।

मैदान बाहिर

लजालु राकेश

राकेश श्रेष्ठ जत्तिका भलादमी खेलाडी नेपाली फुटबलमा पाइँदैनन् पनि भनिन्छ । राकेशले लामो समय राष्ट्रिय टिमको कप्तानी समेत गरे । खेल्न छाडेयता उनी प्रशिक्षक भएका छन् । यिनै राकेशले यसै साता आफ्नो जन्म दिन मनाएका छन् । फेसबुकमा उनलाई जन्मदिनको बधाई दिनेहरूको ओइरो छ । यो त भयो, फेसबुके बर्थडेको कुरा । त्यसको केही दिनअघि मात्र उनले तिथि अनुसार पनि जन्मदिन मनाएका थिए । राकेश फेसबुकमा आफ्नी श्रीमती पुनम श्रेष्ठको तस्बिर सेयर गर्न खुबै रूचाउँछन् । उनीहरूका अकेकौं तस्बिर फेला पर्छन् फेसबुकमा । भनिन्छ, खेलाडी छँदा काठमाडौं बाहिर खेल्न गएका बेला राकेश घण्टौं श्रीमतीसँग फोनमा कुरा गर्थे, त्यो पनि लुकेर ।

खासमा राकेश निकै लजालु स्वभावका छन् । जन्मदिनका अवसरमा पुनमले पनि राकेशलाई शुभकामनासहित आफूहरूको तस्बिर सेयर गरिन् । उक्त तस्बिरमा पनि राकेश लजाएकै देखिन्छन् ।

रोनाल्डोमाथि फेरि आरोप

पोर्चुगलका स्टार फुटबलर क्रिस्टियानो रोनाल्ड फेरि अर्को यौन स्क्यान्डलमा फसेका छन् । यसपटक ब्रिटिस मोडल जस्मिन लेनार्डले उनलाई विवादमा ल्याउने प्रयास गरेकी छिन् । फुटबलका ठूला खेलाडीहरूका बारेमा ट्विटरमार्फत विभिन्न आरोप लगाउने काम गर्दै आएकी लेनार्डले रोनाल्डोका साथ १० वर्षसम्म आफ्नो रमाइलो सम्बन्ध रहेको बताएकी छिन् । उक्त अवधिमा रोनाल्डोले आफ्नो शारीरिक एवं भावनात्मक शोषण गरेको उनको आरोप छ । यो जोडी १० वर्ष सम्म रिलेसनसिपमा थियो ।

यस्तो आरोप लगाइएको केही दिनपछि लेनार्डको ट्विटर एकाउन्ट अचानक डिलिट भयो । डेली मेलको समाचारअनुसार रोनाल्डोको धम्कीका कारण उनको एकाउन्ट डिलिट गरिएको थियो । यदि त्यसो नगरे लेनार्डको नग्न तस्बिर उनका पिताका साथै परिवारका अन्य सदस्यलाई पठाइदिने र हत्या गर्ने सम्मको धम्की रोनाल्डोले दिएको समाचार स्रोत बताउँछ । अर्कातर्फ रोनाल्डोका वकिलले उक्त समाचारको खण्डन गर्दै मानहानीको मुद्दा दर्ता गर्ने बताएका छन् ।

अमेरिकाकी ३४ वर्षीया पूर्वमोडल क्याथरिन मायोरगाले पनि २००९ मा लास भेगासको एक होटलको कोठामा बोलाएर रोनाल्डोले आफूविरुद्ध यौन दुराचार गरेको आरोप लगाएकी थिइन् । त्यसपछि मायोरगाको मुख बन्द गर्न रोनाल्डोले उनलाई ३ लाख ७५ हजार डलर दिएर सम्झौता गरेका थिए । केही महिना पहिले ब्राजिलकी मोडल एरिका कानेलाले रोनाल्डोविरुद्ध शोषण र अपमानको आरोपमा मुद्दा दर्ता गराएकी थिइन् । २०१६ मा ब्राजिलमा 'मिस बमबम' घोषित एरिकाले गत वर्ष दुई महिनासम्म आफ्नो रोनाल्डोसँग रोमान्स चलेको दावी गरेकी हुन् ।

जाँदा-जाँदै

प्रेममा परेर बर्बाद हुनु छैन

अभिनेत्री वर्षा शिवाकोटी गत मंगलबार गैरीधारास्थित भोजघर रेस्टुराँमा रामजी ज्ञवालीसँग ठोक्किन पुगिन् । त्यस क्रममा उनीहरुबीच अनौपचारिक रूपमा रमाइलो कुराकानी भयो ।

कान्छी छोरी सधैं घरबाहिर हुनुपर्दा अप्ठ्यारो लाग्दैन ?

मलाई त केही अप्ठ्यारो लाग्दैन, तर सुरु-सुरुमा मम्मी, हजुरबुबा र मेरो दाइले म त्यसरी घरबाहिर हुँदा मन दुखाउनुहुन्थ्यो । अहिले उहाँहरूले मेरो प्रोफेसनको व्यस्तता र बाध्यता बुझ्न थाल्नुभएको छ ।

बिहान कतिबेला घरबाट निस्कनुहुन्छ ?

छायांकनको समयमा चलचित्र युनिटकै सेड्युलमा दैनिकी चलेको हुन्छ । अरू बेला काम परेन भने बाहिर निस्कन्नँ ।

तपाईंको अरूसँग घुलमिल हुने बानी छैन भनिन्छ नि ?

यो मेरो सानैदेखिको बानी हो । म परिवारमा पनि मम्मी, दाइ र हजुरबुबा वा घर आएका आफन्तसँग पनि खासै हेलमेल गर्दिनँ । एक्लै बस्न रुचाउँछु ।

मम्मी रिसाउनु हुन्न ?

रिसाउनुहुन्छ । मलाई कामबाहेक अघिपछि कसैसँग हाई-हेल्लो गर्न खासै मन लाग्दैन ।

तपाईं त बुबा-आमाको चाहनाविपरित अभिनय क्षेत्रमा आउनुभएको होइन ?

हो, जिन्दगीमा कहिलेकाहीं नदेखेको र नसोचेको कुरा हुँदो रहेछ । परिवारको मात्र होइन, मेरो चाहना पनि बैंकर्स बन्ने थियो, तर समयले मलाई अभिनेत्री बनायो ।

तपाईंको सबैभन्दा मिल्ने साथी को हो ?

मेरी आमा । फुर्सदका बेला म सधैं मेरी आमासँग हुन्छु । बिहान उठेदेखि सुत्ने बेलासम्म । कतिसम्म भने म अहिले पनि आमासँगै सुत्छु ।

अप्ठ्यारो लाग्दैन ?

बानी परिसक्यो, सुरु-सुरुमा केही अप्ठ्यारो लाग्थ्यो ।

आजभोलि केमा व्यस्त हुनुहुन्छ ?

अहिले म चलचित्र विर विक्रम-२ को छायांकनमा व्यस्त छु । यो कुराकानी प्रकाशन हुँदासम्म हामी उक्त चलचित्रको सुटिङका लागि मुस्ताङमा हुनेछौं ।

साँझ परेपछि लाउन्ज, क्लबतिर जाने बानी छ कि छैन ?

छैन, म जे कामका लागि घरबाट बाहिर निस्कन्छु, त्यो काम सकिएपछि फर्किएर घरै पुग्छु । म कहिल्यै राति रमाइलो गर्न बाहिर जान्नँ ।

साथीभाइहरूले कर गर्दैनन् ?

मेरो स्वभाव थाहा पाएका साथीभाइहरूले त्यस्तो कर गर्दैनन् । तैपनि कहिलेकाहीं नजिकका साथीभाइको जन्मदिन अथवा अन्य व्यक्तिगत विशेष समारोहमा भने अनिवार्य पुगेकै हुन्छु ।

राति अबेरसम्म बाहिर रहनुपर्दा तपाईंकी आमा रिसाउनुहुन्न ?

छोराछोरी जति नै ठूला भए पनि बुबा-आमाका लागि उनीहरू केटाकेटी नै हुन्छन् । पहिले-पहिले कराउनुहुन्थ्यो, तर अहिले मेरो सेड्युल हेरेर मलाई सचेत गराइरहनुहुन्छ । म इमान्दार भएकीले गालीचाहिँ गर्नुहुन्न ।

विवाह गर्ने बेला भएन ?

उमेरले त भयो होला, तर त्यस्तो कुनै योजना बनाएकी छैन ।

प्रेमी छैन ?

म प्रेममा छैन । अहिले अफेयरमा परेर आफ्नो करिअर बर्बाद गर्नु पनि छैन । भविष्यमा कोही मन मिल्ने राम्रो मान्छे भेटियो भने त्यो अर्कै कुरा हुनेछ ।

क्यान्सर सर्भाइभर र्‍याम्प शो

पुस २७ गते शुक्रबार सानेपास्थित हेरिटेज गार्डेनमा पृथक् उद्देश्य बोकेको फेसन शो सम्पन्न भएको छ । क्यान्सर निको हुने रोग हो, यसको उपचारपछि सहज जीवनयापन सम्भव छ र क्यान्सरको उपचार नेपालमै हुनसक्छ भन्ने सन्देश प्रवाह गर्दै नेपालमै संभवतः पहिलो पटक यस प्रकारको र्‍याम्प शो आयोजित गरिएको हो । क्यान्सर रोगको उपचार पछि जीवन दान पाएका दुई दर्जनभन्दा बढी क्यान्सर सर्भाइभर विभिन्न जनजातिको पहिरनमा प्रस्तुत भएको उक्त शोमा केहीले नृत्य एवं गायनसमेत प्रस्तुत गरेका थिए । यो फेसन शोको कोरियोग्राफी क्यान्सर सर्भाइभर मोडल एवं कोरियोग्राफर डली गुरुङले गरेकी थिइन् ।

दर्शकहरूको बाक्लो उपस्थिति रहेको उक्त शोमा मदन कृष्ण श्रेष्ठ, हरिवंश आचार्य, फोटोग्राफर राजभाइ सुवाल, अभिनेता आयुष्मान देशराज जोशी आदि चिरपरिचित अनुहारसमेत र्‍याम्पमा उत्रिएका थिए । सुदिप्ता क्यान्सर सर्भाइभर र्‍याम्प शो शीर्षकको उक्त शोको आयोजना ललितपुर, हरिसिद्धिस्थित नेपाल क्यान्सर हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टरको सहयोगमा नेपाल क्यान्सर सर्भाइभर ग्रुपले गरेको हो ।

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : सेन्ट्रल बिजनेस पार्क, थापाथली, पो.ब.नं. ६०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ५१३५०००, फ्याक्स : ९७७-१-५१३५००१, email:saptahik@kmg.com.np
दर्ता नं. ९९/०५१/५२, म.क्षे.हु.नि.द.न.४/५२/५३ सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.)लि. सँग सुरक्षित । अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक : **कैलाश सिरोहिया**, निर्देशक : **स्वस्तिका सिरोहिया**, प्रधान सम्पादक : **सुवास ढकाल ।**