सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.ekantipur.com

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष २४ ● अंक ४४ ● FRIDAY, 29 MARCH 2019 ● काठमाडौं शुक्रबार, चैत १ ... . १५/-

लुकिछिपी ट्रान्स पार्टी

मध्यपृष्ठ

विशाखा पाण्डे

YouTube ट्रेन्डिङ

१	सिलसिला	च्यानल आइकिङ
२	स्कुलको होस्टल मित्र	च्यानल इनसाइडर मिडिया
३	बस बस रे	च्यानल द काटुन्ज क्रू
४	यात्रा ट्रेलर	च्यानल ओएसआर
५	परान	च्यानल बूढासुब्बा
६	भद्रगोल-२०३	च्यानल मिडियाहब
७	एसईई परीक्षा दिन	च्यानल न्युजफिल्मी
८	फेरि घट्यो राजधानी	च्यानल गोल मिडिया
९	होली स्पेशल	च्यानल रामसार मिडिया
१०	टिकटक काण्ड	च्यानल कलेजेज नेपाल

फोटो अफ दि विक

■ **हाम्रो पोज** : गायिका ज्योती मगरसँग भिडियो जक्की सुशील नेपाल दरबारमार्गस्थित किङ लाउन्जमा तस्बिरका लागि पोज दिँदै ।

■ **लुकिङ फ्रेस** : गायिका मीना निरौलाको ताजा तस्बिर ।

■ **हिरोहरू** : निखिल उप्रेती, शिव श्रेष्ठ तथा भुवन केसीसँग संगीतकार शम्भुजित बासकोटा तथा कलाकार/निर्माता केशव भट्टराई ।

■ **प्रचारको शैली** : चलचित्र जात्रैजात्राको एक-एक जोडे दुई गीतको थिमअनुसार तस्बिर खिचाउँदै अभिनेता रवीन्द्र सिंह बानियाँ, गायिका मनीषा पोखरेल, गायक निशान भट्टराई तथा निर्देशक प्रदीप भट्टराई ।

■ **फूलको झण्डा** : काठमाडौंमा हालै सम्पन्न पुष्प मेलामा प्रदर्शनका लागि राखिएको नेपालको झण्डा ।

दाह्री ग्याङ : दाह्री ग्याङका सदस्यहरू नौलो भेषमा ।

नेपालका टेलिभिजन, अनलाइनदेखि छापासम्मका मिडियामा समाचार हेर्दा/पढ्दा लाग्छ सन्दीप लामिछाने दिल्ली क्यापिटलका मालिक/क्याप्टेन वा टिमका सर्वाधिक महत्वका खेलाडी हुन् ।

डेजाभू

सन्दीप लामिछाने प्लेइङ-११ मा परेर दुई-चार डल्ला फाल्छन् कि भनेर व्यग्र प्रतीक्षा गरियो, तर के...जाति झर्ला र खाउँला भने जस्तै हुने भयो ।

विकास सिवा

यो पटकको आईपीएलको मुख्य नेपाली दर्शक सन्दीप लामिछाने नै हुने भए ।

आफन्त

आज दिल्लीले सन्दीप लामिछानेलाई नखेलाएर भिर र असजिलो बाटो अख्तियार गरेकोमा राम राम मात्र भन्न सकियो बाबुराम भन्न सकिएन ।

हरिप्रसाद गैह्रे

इन्डियन प्रिमियर लिगमा सन्दीप लामिछानेको पर्खाइ कहिलेसम्म ?

शेरजंग गुरुङ

भारतीयहरूले नेपालीको प्रगति कहिल्यै देखिसक्दैनन् । हुँदा-हुँदा आज दिल्ली क्यापिटलले सन्दीप लामिछानेलाई पहिलो-११ मा राखेन तर, नेपाली हो, डराउँदैन, कुनै दिन ठाउँ पाउनेछ ।

राज क्षेत्री

सन्दीप लामिछाने नभएको गेम के हेर्नु ?

मेलिना

दिल्लीले सन्दीप लामिछानेलाई खेलाए पनि सपोर्ट चाहिँ चेन्नईकै गरिन्छ ।

सरोज

सन्दीप लामिछाने जिन्दावाद ।

वीरेन्द्र सिंह

आज सन्दीप लामिछाने प्लेइङ-११ मा परेनन् भने म लास्टै रिसाउँछु है गाइज ।

लक्ष्मण केसी

हल्का व्यस्त भइयो, सन्दीप लामिछानेलाई मौका नदिएकाले दिल्ली क्यापिटललाई समर्थन छैन । हारोस्-जितोस् मतवल भएन ।

गुगल ब्वाइ

यो आईपीएलमा पनि सन्दीप लामिछानेको पहिलो बल सामना गर्ने क्रममै विराट कोहली आउट भएको हेर्ने मन छ ।

सुजन श्रेष्ठ

जेएनयु उर्फ बामे/कम्लिस्टको शहर दिल्ली टिममा रिशभ पन्त र सन्दीप लामिछाने दुई-दुई बाहुन भए, वामेहरूले बसी खाने अवस्था नदिने भएकाले सन्दीप टिम बाहिर भन्ने अपुष्ट खबर ।

म.प.

आईपीएल-२०१९ मा मेरो समर्थन सन्दीप लामिछानेलाई मात्र भएको सहर्ष जानकारी गराउँछु ।

निर्मल दाहाल

मुक्त आकाश

अविरल थापा

थरी-थरीका आँसु

> मानिस हेर्दा जतिसुकै बलवान् लागे पनि यो धर्तीको सबैभन्दा कमजोर प्राणी हो । ऊ सदैव अरूको सहारा खोजेर हिँड्छ, चाहे मनको होस् वा तनको । अरूसँग खुसी खोज्छ, अरूसँग प्रेम खोज्छ । मोलतोल गर्छ । कोसँग सम्बन्ध राखेर कति खुसी हुन्छु, सुखी हुन्छु भनेर हिसाब-किताब गर्छ, सम्बन्ध राख्छ तर मानिसको जिन्दगीमा सदैव बेरुजु निस्किन्छ । यस्तो एउटा मानिस पनि यो धर्तीमा छैन जसको जिन्दगीको हिसाब-किताब ठ्याक्क मिलेको होस् । आसक्ति र आशाले अन्ततः निराशा दिन्छ र मानिस रुन्छ । कोही एकान्तमा रुन्छन्, कोही सबैका सामुन्ने । कोही मनमनै रुन्छन् कोही बलिन्द्र धारा आँसु बगाउँछन् । समाजले केटा मानिस भएर रुनु हुँदैन भन्छ र उसलाई कठोर हुन प्रशिक्षित गर्छ ।

जिन्दगीमा एकपटक पनि नरोएको त को होला र ! मानिस धेरै खुसी हुँदा पनि रुन्छ, दुःख पर्दा पनि रुन्छ । रुँदा, भावविह्वल हुँदा, खुसीको उत्कर्षमा पुग्दा अनायास आँसु बग्छ । आँसु प्रेम र दुःखको भाषा हो । हाँस्ने छुट भएजस्तै यहाँ रुने छुट पनि जो-कसैलाई छ तर मानिसहरू भन्छन्– सितिमिती रोइहाल्नु हुँदैन ।

के रुनु कमजोर हुनु हो र ? आँखाबाट बग्ने आँसु एउटै होला तर त्यो आँसुभित्र लुकेको पीडा र आँसु खस्नुको कारण एउटै हुँदैन । एउटै आँखाबाट बग्ने आँसुका पनि अनेक अर्थ र गहिराइ हुन्छन् । मानिसको रुवाइ पनि एउटै हुँदैन । शरीरमा चोट लागेर रुनु र मनमा चोट लागेर रुनुको रन्को बेग्लै हुन्छ । जीउमा लागेको घाउले एकछिन रुवाउला तर मनको घाउले जीवनभर रुवाउँछ । मन मिलनमा पनि रुन्छ, बिछोडमा पनि रुन्छ । रुनु मानिसको नियति हो, छुट्नु मानिसको नियति हो । मानिस आफ्नाहरू टाढा हुँदा वा प्रेममा घात हुँदा सबैभन्दा बढी रुन्छ । नरोई मानिसको जीवन पूर्ण हुँदैन । धनी पनि रुन्छ, गरिब पनि रुन्छ । चोटअनुसार, घातअनुसार रुवाइको घनत्व फरक-फरक हुन्छ । रुवाइको आवाज पनि बेग्लै हुन्छ । आफ्नो सबैभन्दा नजिकको मानिस मर्दा आउने रुवाइको आवाज र अरू कोही मर्दा आउने रुवाइको आवाज पनि एकनास हुँदैन । रुँदा आउने आँसुको मात्रा पनि फरक-फरक हुन्छ ।

मानिस हेर्दा जतिसुकै बलवान् लागेपनि यो धर्तीको सबैभन्दा कमजोर प्राणी हो । ऊ सदैव अरूको सहारा खोजेर हिँड्छ, चाहे मनको होस् वा तनको । अरूसँग खुसी खोज्छ, अरूसँग प्रेम खोज्छ । मोलतोल गर्छ । कोसँग सम्बन्ध राखेर कति खुसी हुन्छु, सुखी हुन्छु भनेर हिसाब-किताब गर्छ, सम्बन्ध राख्छ तर मानिसको जिन्दगीमा सदैव बेरुजु निस्किन्छ । यस्तो एउटा मानिस पनि यो धर्तीमा छैन जसको जिन्दगीको हिसाब-किताब ठ्याक्क मिलेको होस् । आसक्ति र आशाले अन्ततः निराशा दिन्छ र मानिस रुन्छ । कोही एकान्तमा रुन्छन्, कोही सबैका सामुन्ने । कोही मनमनै रुन्छन् कोही बलिन्द्र धारा आँसु बगाउँछन् । समाजले केटा मानिस भएर रुनु हुँदैन भन्छ र उसलाई कठोर हुन प्रशिक्षित गर्छ । कैयन् पटक पुरुषले आफूलाई सम्हाल्छ, सार्वजनिक रूपमा रुँदैन पनि, तर एक्लै हुँदा वा मौका पाउँदा ऊ पनि रुन्छ । रुनुमा नारी वा पुरुष भन्ने हुँदैन, कोही रोइहाल्छन्, कोही सहन्छन् ।

कैयन् पटक मानिसलाई धक फुलाएर कुरा गर्न र रुन पनि साथी चाहिन्छ । ऊ आफूले नजिक मानेको साथी, प्रेमी वा जीवनसाथीसँग कुरा गर्दागर्दै रुन्छ । कहिलेकाहीं मानिस अनायास रोइदिन्छ, थाहा छैन उसको मनमा के कुराले हिर्काउँछ । विगत सम्झेर र माया गर्ने मानिस सम्झेर पनि मानिस एकान्तमा रोएर बस्छ । अरूसँग रोएका बेलाको तुलनामा एक्लै हुँदा रोएको आँसु शुद्ध आँसु हो, किनभने त्यो मनको मुहानबाट आएको हुन्छ । मानिसको स्वाभाव र प्रकृतिअनुसार कोही कम रुन्छन् कोही धेरै रुन्छन् । सकेसम्म दुःख र कमजोरी दबाइन्छ । मानिसले दुनियाँलाई ढाँट्न सक्छ तर आफूलाई ढाँट्न सक्दैन, त्यसैले आफ्नै बानी र हर्कत सम्झेर पनि मानिस एक्लै रुन्छ । मानिस कहिलेकाहीं एक्लै ऐना हेरेर क्वाँक्वाँ रुन्छ । धेरै मानिसको चोट सहने बानी हुन्छ, सहँदासहँदा यति चोट थुप्रिसकेको हुन्छ कि कुनै दिन वा कुनै पल सानो कुराको छेस्कोले हृदय फुटाइदिन्छ र डाँको छोडेर होलसेलमा रुन्छ ।

काँडाले नकोतरेको तन र पिरतीले नकोतरेको मन कसको हुन्छ र ! प्रेमले जति खुसी दिन्छ उति नै आँसु पनि दिन्छ । जसले हँसाउँछ उसैले रुवाउँछ पनि । अरू चोटमा मानिस एकपटक रुन्छ तर प्रेमपीडामा ऊ पटक-पटक र जीवनभर रुन्छ । रुँदा मन हल्का हुन्छ । आँसुले जति मनलाई अरू कुनै चिजले पखाल्न सक्दैन । मानिस उही हो तर सानो छँदा, जवान छँदा र वृद्ध हुँदाको रुवाइ बेग्लै हुन्छ । मानिस चरम आनन्दमा पनि रुन्छ । यौनको चरम आनन्द प्राप्त हुँदा अधिकांश महिलाले आफ्नो आँसु थाम्न सक्दैनन् । त्यो पल किन रोएको वा आँसु किन झारेको भनेर न प्रश्न सोध्नुको तुक रहन्छ, न जवाफमा पूर्णता । जिन्दगीमा कतिपय प्रश्नको जवाफ आँसुले दिन्छ, बुझ्नेले बुझ्छन्, नबुझ्नेलाई कहिल्यै बुझाउन सकिँदैन । आँसु एकदमै शक्तिशाली हतियार पनि हो । आँसुले कसैलाई रोक्न सक्छ, कसैको बाटो छेक्न सक्छ । रोएर कसैले कसैलाई नजिक राख्न सक्छ, नजिक डाक्न सक्छ । कसैलाई कमजोर बनाइदिन सक्छ ।

मिलनको आँसु, विछोडको आँसु, घातको आँसु, पश्चातापको आँसु, प्राप्तिको आँसु, क्षतिको आँसु, आँसुका रंग र प्रकृति अनेक हुन्छन् । कैयन् रुवाइले शान्ति पनि दिन्छ तर पश्चातापको आँसुले मानिसलाई सबैभन्दा बढी पोल्छ, जीवनभर पोलिरहन्छ ।

हात छुट्दा साथ टुट्दा आँसु कसको झर्दैन र !

सधैं हाँसिरहने को छ ? रुन कसलाई मन लाग्दैन र !

Facebook com/abeeralthapa
Twitter@abeeralthapa

पाकाहरूको लहरे भाका

राजकुमार कार्की

> उमेरले तीन बीस नाघेका, सबैको अनुहारमा हाँसोको फोहोरा, एकटकले लहरे भाखामा गीत गाएर मनको पीर-व्यथा भुलाइरहेका थिए एक दर्जनजतिले । गोलन्जोर गाउँपालिका-४, तीनकन्याको धापचौकीमा पूर्णिमाको अवसरमा बर्सेनि लाग्ने मेला भर्न आएका ती वृद्धवृद्धा यसैगरि आफ्नो तिर्सना मेटाउँछन् ।

साँइली माइलीबाट सम्झ्यो होला उबेलाको कुन कुरा' भनेर लामो सुस्केरा हाल्दै ८५ वर्षीय वृद्ध बलबहादुर थापामगरले लहरे भाका हालेपछि जवाफमा ६६ वर्षीय मनमाया तामाङले 'सिकारी सिकारै खेतमा त्यो बुझ्नु है आफ्नो मनमा' भनेर उसैगरी लहरे भाका हालिन् ।

उमेरले तीन बीस नाघेका, सबैको अनुहारमा हाँसोको फोहोरा, एकटकले लहरे भाखामा गीत गाएर मनको पीर-व्यथा भुलाइरहेका थिए एक दर्जनजतिले । गोलन्जोर गाउँपालिका-४, तीनकन्याको धापचौकीमा पूर्णिमाको अवसरमा बर्सेनि लाग्ने मेला भर्न आएका ती वृद्धवृद्धा यसैगरि आफ्नो तिर्सना मेटाउँछन् ।

छिमेकी वडा बितिजोर, रतनचुरा, भुवनेश्वरी, डुडभन्ज्याङ आदि स्थानबाट आएर धापचौकीको खुल्ला चौरमा बसी उनीहरू लहरे भाकामा आफ्नो मनका वह पोख्छन् । मै बूढालाई पनि लहरे भाखाले लोभ्यायो, वृद्ध बलबहादुर थापामगरले भने, 'आफ्नो मनको वह सबै कहन पाइन्छ, त्यसैले सालिन्दा आउने गरेको छु ।' उनी लौरो टेकेर दुई घण्टाको हिंडाइपछि त्यहाँ पुगेका थिए ।

वर्षमा एक दिन आफ्ना पुराना साथीभाइसँग सुखदुःखका कुरा लहरे भाकाबाटै साटासाट गर्न पाइने भएकाले यो मेलामा सबै उपस्थित हुने वृद्धवृद्धाहरूले बताए । मेला भर्न आएका उनीहरूले सुरुमा सामान्य घरेलु मदिरा सेवन गरेपछि भाका हाल्ने गरेका छन् । फरक के छ भने मेलामा उनीहरूको घरेलु मदिरा किन्नु पर्दैन ।

आफ्नै घरमा बनाएको जाँड, रक्सी, निगार आदि लिएर आउने लहरे भाखामा सहभागी ७१ वर्षीय इन्द्रबहादुर थिङले बताए । थिङ भन्छन्, 'कसले राम्रो रक्सी लिएर आउने भन्ने होड नै चल्छ, बाँडेर खाने गरेका छौं ।' वर्षौंदेखि मेला भर्ने क्रममा एक-अर्कासँग सबै परिचित भएको ६९ वर्षीया इन्द्रमायाँ विकले जनाइन् ।

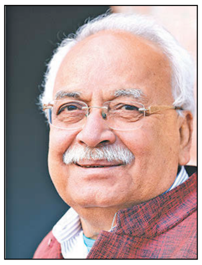
भाका सुरु हुनुअघि आफ्नो हालखबर सबैका सामु राख्ने गरिएको छ । सुखदुःखका कुरा सुनाएपछि त्यसैलाइ भाखामा मिलाउछौं, वृद्ध थिङले भने । उमेर बुढो भएर के भो त मन बुढो भएको छैनन, उनले भने, 'त्यही भएर हाम्रा धेरैजसो भाखा प्रेममा आधारित हुन्छन् ।' त्यस्तो भाखा हालेपछि यूवायूवती समेत झुम्मिने गरेका छन् ।

भरदिन लहरे भाका हालेपछि उनीहरूलाइ फेरि वर्ष दिन कहिले पुग्लाजस्तो हुन्छ । घरमा गयो उही दैनिकी, फर्कन मन लाग्दैन, तर भाखा हालेर मात्र नहुने ७१ वर्षीया रामकुमारी योञ्जनले भनिन्, 'हामी अर्को वर्षको प्रतिक्षामा हुन्छौं । हामी बुढा भएकाले कतिपय साथी थपिने-घट्ने हुन्छ, तर हामीलाइ केही छैन, जीवन दुई दिनको चोला हो भन्ने कुरा थाहा छ ।

मेलामा युवायुवतीहरू नाचगान गर्छन्, तर त्यो पाकाहरूलाई मन पर्दैन । त्यही भएर उनीहरू छुट्टै खाली चौरमा बसेर आफ्नै भाकामा रम्छन् । अहिलेका गीत मन पर्दैनन्, कानै खाने गरी बाजा बजाउँछन्, रामकुमारीले भनिन्, 'आफैंले गीत गाउने होइन्, अरूले गाएकोमा के रमाइलो हुनु ?' मेला भर्नुपहिले सबै हिंडेर आए पनि यतिबेला धापचौकीमा मोटरबाटो पुगेको छ । त्यसैले अहिले यात्रा केही सहज भएको वृद्धवृद्धाहरू एक स्वरमा बताउँछन् ।

कान्तिपुर गाथा

ह्याप्पी न्यू इयर-२०७६



किशोर नेपाल

संसारमा यस्ता राजधानी सहर सायद नहोलान्, जहाँ गाउँले र सहरियाका रूपमा जनता स्थायी हिसाबले विभाजित गरिएका छन् र यस्ता राजधानी सहर पनि कमै होलान्, जहाँ झन्डै-झन्डै प्रत्येक महिना नयाँ वर्षका उत्सव मनाइन्छन् । के हुन्छ नयाँ वर्षमा नयाँ ? कुन हिसाबले फरक हुन्छ एकै दिनको फरकमा ? समयले सबै कुरा छर्लंग देखाएको छ । तैपनि, हामी जात्राका मानिस हौं । जात्रामा हामी रमाउँछौं । हाम्रो समाजमा सधैं कुनै न कुनै नयाँ जात्रा मनाउने आकांक्षा बढी नै रहेका हुन्छन् । रेमिट्यान्सको कमाइ भित्रिन थालेपछि नेपालीहरूको स्तरोन्नति भएको छ एक हिसाबले । हामी बढी नै रैसिएका छौं चाडपर्व मान्ने र मनाउने कुरामा ।

महाकवि देवकोटाले त्यसै भन्नुभएको त पक्कै होइन, काशी, कस्मिर, अजब काठमाडौं ! (महाकविले त काशी, कस्मिर अजब नेपाल नै लेख्नुभएको हो । संशोधन मेरो हो । मेरो आशय पनि गलत होइन । महाकविको आशय पनि यही होला, काठमाडौं अर्थात् तीन सहर नेपाल । काठमाडौंलाई नेपाल खाल्डो भन्ने चलन अझैसम्म कायम छ ।)

दसैंलगत्तै, मध्यतिहारमा, नेपाल संवतको पहिलो दिनदेखि सुरु भएको न्हूँदया भिन्तुना अर्थात् नयाँ वर्षको शुभकामनाको मीठो धून कहिले कहाँ पुगेर रोकिन्छ ? कसैले भन्न नसक्ला । काठमाडौंको टुँडिखेलबाट सुरु हुने दुई-तीन थरीका ल्होत्सार र माघी पर्वका समारोहले नेपालका विभिन्न क्षेत्रमा प्रचलित भिन्न संवत्को परिचय दिन्छन् । देशका हिमाल, पहाड, मधेस, तराई, भावर, खोच र नदी किनार-सबैतिर संस्कृतिका साना, ठूला र मध्यम खालका हजारौं एकाइ छन् । रमाइलो कुरा, ती सबै एकाइका आफ्नै संवत् र आफ्नै संवत्सर छन् । ती सबै संवत र संवत्सरका आफ्नै नयाँ वर्ष छन् । शालिवाहिनी शाके संवत्, हिजरी संवत्, बुद्ध संवत्, इस्लाम संवत्, माया संवत् इतिहासको पानामा खोज्दै र थप्दै, सबै नयाँ वर्षका पहिलो दिन पत्ता लगाएर काठमाडौंमा समारोह मनाइने हो भने नयाँ नेपालको वार्षिक पात्रोका पानाहरू अपुग हुन सक्छन् ।

यति सबैले भन्न सक्छन्- काठमाडौंमा मनाइने नयाँ वर्षका समारोह र उत्सवहरूसँग इस्वी संवत् मनाउन आयोजना गरिने समारोह र उत्सवहरूको तुलना नगर्दा नै असल हुन्छ । हाम्रो देशमा हामीबाहेक विश्व ब्रह्माण्डका कुनै पनि सामान्य मानिसले नबुझ्ने विक्रम संवत् प्रचलित छ । राजा-महाराजबाट संरक्षित तथा सरकारी मान्यता पाएको यो संवत्को नयाँ वर्ष चैत मसान्तमा पर्छ । नयाँ वर्षको दिन सरकारी छुट्टी हुन्छ । तैपनि, नयाँ वर्ष आगमनको पूर्वसन्ध्यामा न राजधानी जनवरी एकको स्वागतमा जस्तो जगमगाउँछ, न पिउने-पिलाउने र नाच्ने-नचाउने रमाइला समारोह नै हुन्छन् ।

समारोह नै नहुने होइन । केही सरकारी समारोह पक्कै हुन्छन्, तर ती समारोहमा रौनक हुँदैन । सहरका लागि पिउने-पिलाउने र नाच्ने-नचाउने काम त रेगुलर नै भए । आफ्नै संवत् भएका स्वतन्त्र देशका संवत्सर फेरिने समारोहमा दिसम्बरको अन्तिम चिसो रातमा जस्तो राजधानी काठमाडौंका स्टेजहरूमा लयबद्ध ढंगले नेपाली राष्ट्रियता थर्किंदैन । विक्रम संवत्का संरक्षक रहेका राजाहरूसमेत दिसम्बरमै रमाउँथे । यद्यपि, कसैले पनि यस विषयमा कुनै संस्मरण लेखेका छैनन्, तर काठमाडौंका पाँचतारे होटलका सिनियर सर्भिस वोय्जहरूका अनुसार पछिल्ला राजा वीरेन्द्रले पनि दिसम्बरमै सल्काउँथे हवाना सिँगार, उनका छोरा राजा दीपेन्द्रले पनि दिसम्बरमै खोल्ने गरेका थिए फेमस ग्राउज व्हिस्कीको बोत्तल ।

सामान्य मानिसका दृष्टिमा 'हस्पिट्यालिटी बिजनेस'मा लागेर देशका टप पर्सनालिटी भएका श्याम कक्षपतिलाई रानीपोखरीको दक्षिण पश्चिम कुनामा स्थापित क्याफे डी पार्कबाट दरबारमार्गको दक्षिणी छेउमा सरेर नाइलो रेस्टुराँ स्थापित गर्न कुन्नि कति वर्ष लाग्यो होला ? अहिले नाइलोको नामान्तरण र रुपान्तरण भैसकेको छ शाम्स वन ट्रीका रूपमा ।

मारकाटको राजनीतिले पूरै देश बेहोस भएका बेला काठमाडौं सहर र दरबार मार्गमा इस्वी संवत्का दुई महान चाड क्रिसमस-न्यू इयर र भ्यालेन्टाइन डे धूमधाम मनाइएका थिए । तीनवटा नयाँ वर्षमा त दरवार मार्गका कुनै रेस्टुराँ, होटल, इटरी र पवमा पाइला राख्ने ठाउँसम्म थिएन । त्यो फेज आफैं सकियो । कसरी सकियो ? भन्न सकिंदैन ।

एक समयको पर्यटक केन्द्र थियो झोंछे । विन्दास । झोंछेमा मनाइने नयाँ वर्षमा स्थानीय सहभागिता कम हुन्थ्यो । पर्यटकको विन्दास नाचमा स्थानीय बासिन्दा तमासे बनेर रमाउँथे । डिसेम्बरको चिसोमा हट प्यान्ट लगाएका युवती देखेर मानिसहरू जिब्रो टोक्थे । सहरको पुरानो टोल नयाँ सभ्यताको अतिक्रमणमा परेको थियो । झोंछेबाट कहिले, कतिवेला र कसरी टुरिस्ट सेन्टर ठमेलतिर भासियो ? काठमाडौंले थाहै पाएन ।

थाहा छैन, काठमाडौंमा इस्वी संवत् को नयाँ वर्ष मनाउने चलन कहिलेदेखि चल्यो ? त्यसको तिथिमिति काठमाडौंको इतिहासमा लेखिएको छैन । काठमाडौंलाई यतिमात्र थाह छ- नयाँ वर्ष देशमा मनाइने हजारौं चाडमध्येको एउटा चाड हो, जहाँ तृषित आत्माहरू आफ्नो घाँटी भिजाउँछन् ।

नेपाल गणतन्त्र भैसकेपछि राजतन्त्रको मानकका रुपमा रहेको विक्रम संवत्लाई यति धेरै सरकारी मान्यता दिनुपर्ने र यत्रो सम्मान गर्नुपर्ने कुनै कारण देखिंदैन । साँखुको वज्रजोगिनी माईको मन्दिरमा राजा विक्रमादित्यको टाउकोको मूर्ति छ । त्यसको नजीकै एउटा ठूलो कराही राखिएको छ । यति कारणले मात्र विक्रम संवत्प्रतिको हाम्रो मोह जायज हुन सक्दैन । हाम्रो रासन-पानी, विकास-समृध्दि, दिमाग-मस्तिष्क लगायतका सबै विषय बडा दिनको चाड मनाउने धनधान्य सम्पन्नहरूको हातमा छ । हामी पासपोर्टमा इस्वी संवत्कै प्रयोग गर्छौं । विक्रम संवत् प्रयोग गर्नेबित्तिकै त्यो ५ देखि १० हजार रुपैयाँ मूल्य पर्ने सरकारी किताबको मूल्य खोस्टो जति पनि रहँदैन । त्यसमा पनि, हामी जुन देशलाई हेरेर अथवा जुन देशको संकेतमा आफनो नीति र राजनीतिको दिशा निर्देश गर्छौं, त्यो देशले शाके, हिजरी र विक्रम संवत् लाई होइन, इस्वी संवत्लाई वैज्ञानिक र वैधानिक मानेको छ । देश हिन्दुस्थान भनिए पनि संवत इंगलिस्थानकै चलेको छ । हामी नेपाली चाहिं राष्ट्रिय जनावरको सम्मान पाएको गैंडा मारेर, उसैको खाग निकालेर, आफ्ना मरेका बाबु-आमा र बाजे-बजैका नाममा रगतको तर्पण दिने राजाहरूको अहंकारको तुष्टिमा लागेका छौं अहिलेसम्म ।

नयाँ वर्ष समारोहका रंगहरू फेरिंदै गएका छन् । भारतमा पूरै देश अनिदो बसेर स्वागतमा लाग्छ नयाँ वर्षको, नयाँ एजेन्डा, नयाँ जोस, नयाँ फुर्तीका साथ । न्युयोर्क, लन्डन र पेरिसको त चर्चै किन गर्नु र ? ठूला होटल तथा रेस्टुराँहरू प्रत्येक नयाँ वर्षमा उत्कृष्ट परिकारको तयारीमा लागेका हुन्छन्- अभाकाडो वीथ जीन्जर-लेमन-हनी । पूरै संसारका पत्र-पत्रिका, टेलिभिजन, रेडियो एवं सञ्चारका अरु माध्यम नयाँ वर्षको एजेन्डा तय गर्न र पुरानो वर्षको मूल्यांकनमा व्यस्त हुन्छन् । हू वाज हू इन दिस वर्ल्ड ?

नयाँ वर्षले पाइला टेक्ने बेला भएको यो वर्षान्तमा नेपाली समाज सामाजिक विघटन र आर्थिक स्खलनतिर तीव्रताका साथ उँधो घचेटिइरहेको देखिन्छ, जसका पति रेमिट्यान्स भित्र्याउन खाडीका देशमा मेहनत र गर्मीका पसिना बहाइरहेका छन्, ती सान्नानीहरू आफ्नो व्वाइफ्रेन्डलाई अत्तर भरिएको वाथटवमा स्नान गराउने योजनामा मस्त छन् । पत्नीलाई अरू कसैको पतिको स्याहार-सेवामा पठाउने नालायक पतिहरू वर्षको अन्तिम गर्लफ्रेन्डलाई कुनै गतिलो रेस्टुराँमा लास्ट ट्रिट दिन हतारिएका देखिन्छन् । नयाँ वर्षका अर्थहरू हराइसकेका छन् । हुनेका लागि सधैं नयाँ वर्ष छ । नहुनेहरू नयाँ वर्षलाई पर्खेको पर्ख्यै छन् ।

तैपनि, चैत महिनाको हुरी-हुन्डरीका बीचमा ह्याप्पी न्यू इयर टू अल !!!

पाठक मञ्च

व्यापक बन्दै गएको सामाजिक संजालले मानिसको स्वतन्त्र अभिव्यक्तिलाई राम्रो ठाउँ दिएको छ । (सामाजिक सञ्जालका हिरोहरू) अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताका साथै धेरैलाई आयस्रोत अनि आफ्नो प्रतिभा प्रस्फुटन गर्ने प्लेटफर्म प्रदान गरेको छ । सामाजिक सञ्जाल रचनात्मक रूपमा सदुपयोग गर्नेहरूलाई हिरो बनाउने माध्यम भएको छ ।

पुण्य पौडेल

सरोजको अमेरिका पलायन त्यस्तो समयमा भएको हो जब नेपाली नाटक, टेलिफिल्म र सिनेमाको व्यापारिक मोलतोलमै धेरै निर्णय हुन्थे । (जीवनसँग गुनासो नगर्ने एउटा कलाकार) किशोर नेपालले सही कलाकारको मनोभावना अगाडि ल्याएका छन् । खनाल यस्तो समयमा विदेश गएका हुन् जतिबेला भारतमा यस्तो सिनेमा हिट भएको छ र हलिउडमा यस्तो हिट भएको छ भन्ने चर्चाबाट हाम्रो सिनेमा सुरु हुन्थ्यो । यदि अमेरिका नगएका भए उनी केही कमाउन नसकेको भनेर फ्रस्टेसनको सिकार भैसकेका हुन्थे ।

प्रताप धौगटेल

भारतीय चलचित्र क्षेत्रका अब्बल कलाकार गुलशन ग्रोवरले नेपाली कला, संस्कृति, धर्म, भाषा आदि सबै कुराका बारेमा देखाएको जानकारी सराहनीय छ । (नेपाली खानाको स्वाद मीठो लाग्छ) नेपाली खानाका पारखी अनि नेपाल र नेपालीप्रति लगाव राख्ने ग्रोवरलाई सलाम छ ।

मनीषा पन्त

जुनसुकै कुरा पनि काठमाडौं केन्द्रित भैरहेका बेला रंगमञ्चीय गतिविधि मोफसलतिर सर्दै जानु उपयुक्त हो । (नेपाली रंगमञ्चको पुनर्जागरण) पोखरालगायत मोफसलका विभिन्न ठाउँमा थिएटर सञ्चालनमा आएका छन् । यसले स्थानीय कलाकारहरूलाई प्रोत्साहित गर्छ ।

अभिनाश ठाकुर

तपाईंले देखेको या भोगेको कुनै पनि समसामयीक विषयमा बढीमा ३०० शब्दमा आफ्नो विचार saptahi@ km g.com.np वा visa.kafle@kmg.com.np मा पठाउनुहुन अनुरोध छ । उत्कृष्ट विचारलाई आगामी अंकमा स्थान दिनेछौं ।

हार्दा पनि आफूलाई प्रमाणित गर्न सक्नुपर्छ

नेपाली महिला फुटबलमा मात्र होइन दक्षिण एसियाकै उत्कृष्ट फुटबल स्ट्राइकर मानिन्छन् सावित्रा भण्डारी अर्थात् साम्बा । पाँच वर्षअघि सन २०१४ मा पाकिस्तानमा भएको साफ फुटबलमा भुटानसँगको खेलमा अतिरिक्त खेलाडीका रूपमा राष्ट्रिय टिममा पदार्पण गरेकी भण्डारीले त्यसयता हरेक निर्णायक क्षणमा आफूलाई अब्बल सावित गर्दै आएकी छिन् । गोल मेसिनको उपनामसमेत पाएकी भण्डारीले २६ अन्तर्राष्ट्रिय गोल गर्दै सर्वाधिक गोल गर्ने नेपाली खेलाडीमा आफूलाई उभ्याएकी छिन् । सन् २०१६ को साफ फुटबलमा भुटानविरुद्ध उनले डबल ह्याट्रिक गरेकी थिइन् । लमजुङको घलेगाउँमा जन्मिएकी सावित्रालाई रेफ्री शुक्र लामाले फुटबलमा ल्याएका हुन् । मोजाको बलबाट सुरु भएको उनको फुटबल यात्रा यतिबेला सफलताको उचाइमा छ । सावित्रालाई नेपाली राष्ट्रिय महिला फुटबल टिमको मेरुदण्ड मानिन्छ । धेरै फ्यान फलोइङ भएकी नेपाली महिला खेलाडीको सूचीको अग्रस्थान ओगट्न सफल सावित्राको हेयर स्टाइल, गोलपछिको सेलिब्रेसन एवं निडर व्यक्तित्वले धेरैलाई प्रभावित तुल्याउँदै आएको छ । विराटनगरमा सम्पन्न पाँचौं साफ वुमेन्स च्याम्पियनसिपमा २१ वर्षीया सावित्राले नेपालका लागि ४ गोल गरिन् । महिला फुटबलकी स्टार भण्डारीसँग साप्ताहिकका लागि अनिल श्रेष्ठले गरेको कुराकानी :

सर्वाधिक गोल गर्ने खेलाडी बन्नुभयो कस्तो महसुस भैरहेको छ ?

सर्वाधिक गोल गर्नेभन्दा पनि हाम्रो एउटै लक्ष्य थियो, घरेलु भूमिमा साफ वुमेन्स च्याम्पियन बन्ने । हामी फाइनलमा भारतलाई हराएर इतिहास रच्ने तयारीका साथ मैदानमा उत्रिएका थियौं, तर त्यो लक्ष्य पूरा हुन सकेन, त्यसैले पनि म त्यति खुसी हुन सकिरहेकी छैन ।

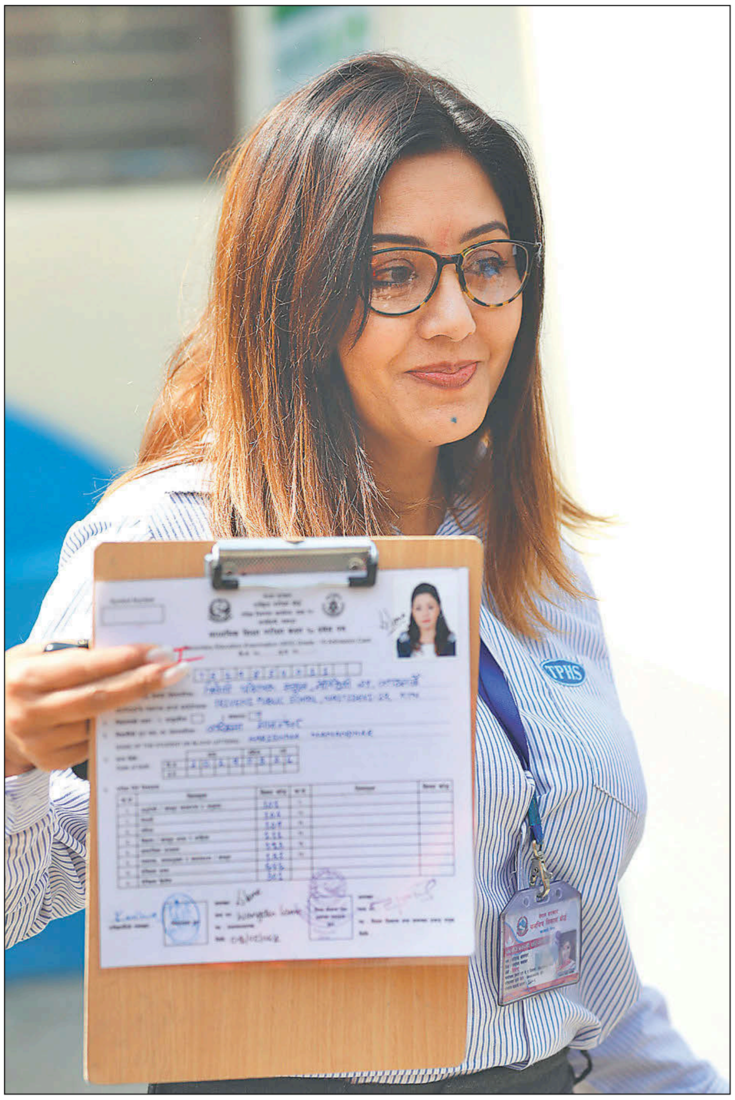
नेपालको सार्वाधिक गोल गर्ने खेलाडीको सुचिमा तपाई कहाँ हुनुहुन्छ ?

घलेगाउँबाट काठमाडौं आएपछि मेरो फुटबल करियर सुरु भएको हो । फुटबलमा करिअर बनाउन मैले निकै मेहनत गरेकी छु । यो अवधिमा अग्रज खेलाडीहरूबाट धेरै कुरा सिकें । प्रारम्भिक दिनमा मेरो ध्यान कसरी बढीभन्दा बढी गोल गर्ने र पुरानो कीर्तिमान भंग गर्ने भन्नेमा केन्द्रित थियो । पूर्व कप्तान जमुना गुरुङले २५ गोल गर्नुभएको छ । नेपालका लागि सार्वाधिक गोल गर्ने महिला खेलाडीको कीर्तिमान पूर्व कप्तान अनु लामाको नाममा छ । उहाँले ३५ अन्तर्राष्ट्रिय गोल गर्दै नेपालका लागि सर्वाधिक गोल गर्ने महिला खेलाडीको कीर्तिमान बनाउनुभएको छ । पुर्व कप्तान जमुना गुरुङको कीर्तिमानलाई मैले २७ खेलमा २६ अन्तर्राष्ट्रिय गोल गरेर पछाडि पारिसकेकी छु । अब अनु लामाको कीर्तिमान भंग गर्ने लक्ष्य छ ।

फाइनलमा भारतसँग खेल्नुअघिको योजना कस्तो थियो ?

साफ वुमेन्स च्याम्पियनसिप फुटबल प्रतियोगिताको उपाधिको होडमा जहिले पनि भारत नै हाम्रो बाधक हुने गरेको छ । फाइनलमा अहिलेसम्म हामीले भारतलाई हराउन सकेका छैनौं । आफ्नै देशमा भएको साफ च्याम्पियनसिपमा भारतलाई हराउँदै सारा नेपालीलाई खुसी

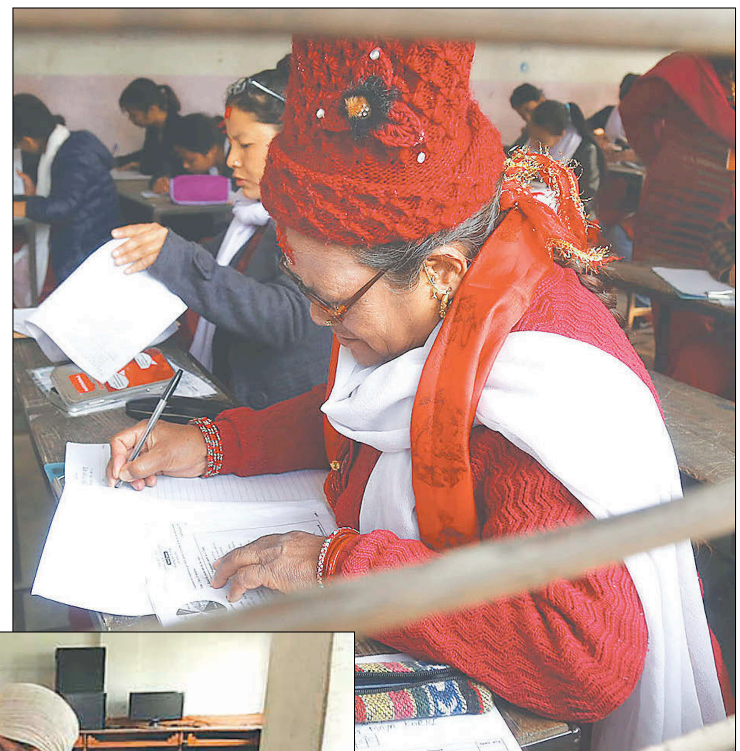
पृष्ठ ७ मा



एसईईका चर्चितहरू

युवराज गौतम

यो वर्षको माध्यमिक शिक्षा परीक्षा अर्थात् एसईईमा देशभरबाट कुल ४ लाख ७५ हजार ३ परीक्षार्थी सहभागी छन् । पहिलो पटक संघीय संरचनाका रूपमा संचालन भएको परीक्षामा नियमित, ग्रेडवृद्धि तथा प्राविधिक धारका परीक्षार्थीहरू सहभागी छन् । प्रत्येक बर्षको परीक्षामा भिन्न र अपवादका रूपमा सामेल भएका परीक्षार्थीले खुबै चर्चा बटुल्छन् । यो परीक्षामा विविधतासमेत देख्न पाइन्छ । सामाजिक संजाल एवं संचारमाध्यमहरूमा उनीहरू हटकेकका रूपमा प्रस्तुत हुन्छन् । उनीहरूलाई शिक्षामा उमेर र अन्य कुनै पनि कारण बाधक बन्दैन भन्ने सन्देशका रूपमा प्रस्तुत गरिँदै आएको छ । यो वर्ष पनि त्यस्ता केही परीक्षार्थी चर्चामा छन् ।



शान्ता चौधरी

बाल्यावस्था कम्लहरी बसेर बिताएकी प्रतिनिधिसभा सदस्य अर्थात् सांसद शान्ता चौधरी यो वर्षको एसईई परीक्षामा सहभागी भएर नौलो सन्देश दिन सफल भइन् । नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (नेकपा) संसदीय दलको सचेतक चौधरी रातो टीका र सारीमा सजिएर परीक्षा हलमा जाँदाको तस्बिर भाइरलसमेत भयो । महेन्द्र माध्यमिक विद्यालय, तुलसीपुर, दाङ सेन्टरबाट खुल्लातर्फबाट परीक्षा दिएकी ३८ वर्षीया शान्ताले एसइई परीक्षामा सहभागी हुन पाउँदा बाल्यकालको सपना पूरा भएको प्रतिक्रिया दिइन् । दाङको घोराही उपमहानगरपालिका-४ लक्ष्मीपुर निवासी शान्ताले आफ्नो बाल्यावस्थाको करिब १८ वर्ष अरूको घरमा कम्लहरी बसेका कारण पढ्न पाएकी थिइनन् । राजनीतिमा सक्रिय भएपछि दुई वर्ष अघि उनी कक्षा ८ मा भर्ना भएकी थिइन । शान्ताले पीएचडीसम्म अध्ययन गर्ने लक्ष्य लिएकी छिन् । यसपटक संयोगले उनकी १७ वर्षीया छोरी विनु चौधरी पनि काठमाडौंबाट परीक्षामा सहभागी छिन् ।

करिश्मा मानन्धर

मैतीदेवी, काठमाडौंको त्रिवेणी पब्लिक बोर्डिङ स्कुलमा भर्ना भएदेखि नै चर्चामा रहेकी अभिनेत्री करिश्मा मानन्धर पनि एसईई परीक्षामा सामेल भएर थप चर्चामा आइन् । विद्यार्थी पोसाकमा चिरिच्याँट्ट परेर विजय स्मारक मावि, डिल्लीबजार केन्द्रमा परीक्षामा सहभागी हुन जाँदा उनलाई सञ्चारमाध्यमले निकै पछ्याएका थिए । एक महिनादेखि सबै काम छाडेर परीक्षाको तयारी गरिरहेकी करिश्मालाई सयौं शुभेच्छुकले सामाजिक संजाल एवं फोनमार्फत सफलताको शुभकामना व्यक्त गरेका थिए । आफ्नै कार हाँकेर परीक्षा केन्द्र पुगेकी मानन्धरले विद्यालय तह पार गर्ने उद्देश्यले मात्र परीक्षामा सहभागी भएको बताइन । पढ्नका लागि उमेर बाधक नहुने प्रमाणित गर्न चाहेको पनि उनको तर्क छ ।

> एक महिनादेखि सबै काम छाडेर परीक्षाको तयारी गरिरहेकी करिश्मालाई सयौं शुभेच्छुकले सामाजिक संजाल एवं फोनमार्फत सफलताको शुभकामना व्यक्त गरेका थिए । आफ्नै कार हाँकेर परीक्षा केन्द्र पुगेकी मानन्धरले विद्यालय तह पार गर्ने उद्देश्यले मात्र परीक्षामा सहभागी भएको बताइन । पढ्नका लागि उमेर बाधक नहुने प्रमाणित गर्न चाहेको पनि उनको तर्क छ ।

युगमाया कार्की

रातो कुर्ता, रातो स्वेटर, उनीको रातो टोपी तथा रातो टीका टल्काएर तीनकुने सुविधानगरस्थित सिद्धेश्वर माविमा एसईई परीक्षामा सहभागी हुन पुगेकी ६७ वर्षीया युगमाया कार्कीले पनि उस्तै चर्चा बटुलिन । काठमाडौं उपत्यकाको कागेश्वरी मनोहरा नगरपालिकास्थित घरमा बसेर एसईईको तयारी गरेर परीक्षा केन्द्रमा पुग्दा उनी धेरैको नजरमा परेकी थिइन् । कक्षा ६ बाट उत्प्रेरणा महिला माविमा पढ्न थालेकी कार्कीका ७ भाइ छोरा तथा ५ जना नाति-नातिनी छन् । ओखलढुंगाको पोकलीमा जन्मिएकी कार्कीलाई परीक्षामा सहभागी हुनुपूर्व सांसद यज्ञवहादुर सुनुवारले खादा तथा टीका लगाइदिएर शुभकामना प्रदान गरेका थिए । सानै उमेरमा विवाह गरेका कारण पढाइ छुटेपछि बुढेसकालमा नातिसँगै पढ्ने रहर पलाएको कार्कीले बताइन् । युगमायाका नाति रोहन पनि एसईई परीक्षामा सामेल थिए ।

राम गौतम तथा दरेश पौडेल

हिन्दु संस्कार अनुसार आमा-बाबु वा आफन्तको मृत्युपछि कोरामा बसेका किरियापुत्रीले कसैलाई छुन नहुने र हिंडडुल गर्न नहुने भनिए पनि एसईई परीक्षामा त्यो मान्यता गलत सावित हुँदै आएको छ । रामेछापको दोरम्बा गाउँपालिका-६, लखनपुरको कालिका नमुना माविमा अध्ययनरत राम गौतमले आफ्ना बुबाको मृत्युपछि कोरामा बसेको अवस्थामा परीक्षामा सहभागिता जनाए । उनका पिता गणेश गौतमको चैत्र ८ गते निधन भएको थियो ।

लमजुङको बेंसीसहर नगरपालिका-७ का दरेश पौडेलको व्यथा पनि उस्तै छ । पौडेल ६ दिनदेखि बुवा टोख बहादुरको किरियामा थिए । चितवनको रत्ननगर नगरपालिका टाँडीस्थित श्रीराम बैद्धिक संस्कृत गुरुकुलमा अध्ययनरत पौडेल बुबाको किरिया गर्न लमजुङ आएका थिए । उनले परीक्षामा सामेल हुने इच्छा देखाएपछि परीक्षा समितिले उनलाई बेसीसहर जनविकास मावि केन्द्रमा परीक्षा दिने व्यवस्था मिलाएको थियो ।

करिश्मा बोहरा

शारीरिक अशक्तताले पढाइलाई नछेक्ने उदाहरण भएकी छिन्– बैतडीकी करिश्मा बोहरा । उनले घरमै बसेर यो वर्षको एसईई परीक्षा दिएकी छिन् । देहीमाडौंकी करिश्मा अपांगता भएका कारण परीक्षा केन्द्रसम्म पुग्न सकिनन् तर परीक्षा समितिले उनलाई घरबाटै परीक्षा दिने वातावरण बनाइदियो । मणिलेक माविमा केन्द्र भए पनि आवतजावतमा समस्या हुने भएकाले करिश्माका लागि घरमै परीक्षा दिने व्यवस्था मिलाइएको थियो । उनको परीक्षाका लागि एकजना निरीक्षक तथा एक जना सुरक्षाकर्मीको व्यवस्था गरिएको थियो । बोहराले ह्विलचियरमै बसेर परीक्षा दिइन् ।

जवानसिंह थिङ

वीरगन्ज कारागारमा कैद भुक्तान गरिरहेका जवानसिंह थिङले कारागारमै पढेर कारागारबाटै एसईई परीक्षा दिएका छन् । थिङले कारागारको पर्खाल शिक्षाका लागि बाधक नहुने उदाहरण प्रस्तुत गरेका छन् । ४८ वर्षीय जवानसिंहले कारागारको फुर्सदलाई सदुपयोग गरेको प्रतिक्रिया दिएका छन् । जवानसिंहजस्तै वीरगन्जका अन्य १६ जना कैदीबन्दी पनि परीक्षामा सामेल भए ।

हार्दा पनि आफूलाई ...

तस्बिर : अनिल श्रेष्ठ

■ सावित्रा भण्डारी 'साम्बा', स्ट्राइकर

पृष्ठ ५ बाट

दिने र इतिहास रच्ने हाम्रो योजना थियो, तर यसपटक पनि हामीले त्यो लक्ष्य प्राप्त गर्न सकेनौं । अहिले पनि मलाई यसैमा दुःख छ ।

खेल सुरु हुनुअघि चेन्जिङ रुमको वातावरण कस्तो थियो ?

त्यहाँ देशभक्तिपूर्ण गीत बजिरहेको थियो । ती गीतले खेलाडीहरूमा एक प्रकारको ऊर्जा जगाइरहेको थियो । देशभक्तिपूर्ण गीत नेपाली टिमका प्रशिक्षकले बजाउन लगाउनुभएको थियो । त्यसमा उहाँले मोटिभेसनल स्पिचसमेत दिनुभयो ।

खेलमा जित र हारलाई कसरी विश्लेषण गर्नुहुन्छ ?

खेल भनेकै जित अथवा हार हो । एउटा राम्रो खेलाडीले जित्दा मात्र होइन, हार्दा पनि आफूलाई प्रमाणित गर्न सक्नुपर्छ ।

व्यक्तिगत रूपमा तपाई आफ्नो प्रदर्शनबाट सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?

भारतसँग भएको फाइनलमा मेलै थुप्रै अवसर गुमाए । हाम्रो टिम उपविजेतामै सीमित हुन पुग्यो, त्यसैले पनि साफको आफ्नो प्रदर्शनबाट म सन्तुष्ट हुन सकेकी छैन ।

किन ?

किनभने पाँचौं साफ वुमेन्स च्याम्पियनसीप हुनुभन्दा पाँच दिनअघि म बिरामी भएर अस्पताल पुगेकी थिए । राम्रोसँग अभ्यास गर्न नपाउँदा मेरो प्रदर्शन भनेजस्तो हुन पाएन । सन् २०१६ मा हामी यही प्रतियोगिताको सेमिफाइनलमा भारतसँग पराजित भएका थियौं । त्यतिबेला म प्रतियोगिताकै उच्च स्कोरर थिए अर्थात् मैले १२ गोल गरेकी थिए । भुटानसँगको खेलमा त मैले डबल ह्याट्रिक गरें । त्यसका विपरित हाम्रो आफ्नै घरेलु मैदानमा भएको यो प्रतियोगितामा सारा नेपालीको समर्थनका साथ हामीले उपाधि जित्ने लक्ष्य राखेका थियौं । हामीलाई दोस्रो हाफमा केही गरेर देखाउन सकिन्छ भन्ने लागेको थियो, तर हामीले सोचेजस्तो नतिजा आएन । त्यसैले पनि मलाई आफ्नो निजी प्रदर्शनले त्यति सन्तुष्टि दिन सकेन ।

साफमा सबैभन्दा सहज अनि सबैभन्दा गाह्रो टिम कुन थियो ?

खेलमा सहज र गाह्रो भन्ने हुदैन । निर्णय आफ्नो पक्षमा नआउँदासम्म सबै खेल गाह्रै हुन्छ । हाम्रो पहिलो खेल भुटानसँग थियो, जसमा हामी ३-० गोल अन्तरले विजयी रहयौं । त्यो खेलमा पनि हामीले अपेक्षा गरेजस्तो नतिजा निकाल्न सकेनौं । हाम्रो अपेक्षा अलिक बढी थियो । दोस्रो चरणमा हामीले बंगलादेशसँग प्रतिस्पर्धा गर्‍यौं । यसपटक बंगलादेश अघिल्ला खेलहरूको तुलनामा निकै बलियो देखियो । उनीहरूले निकै आक्रमक फुटबल खेले । त्यसैले पनि हामीले सहज जित निकाल्न सकेनौं । सेमिफाइनलमा श्रीलंकासँग अलिकति डर थियो । पछिल्ला संस्करणहरूमा उनीहरू रक्षात्मक खेल खेलेर हामीलाई रोक्न खोज्थे, तैपनि नतिजा हाम्रो पक्षमा हुन्थ्यो । पहिलेको तुलनामा साफ फुटबल खेल्ने सबै देशको स्तर सुधारिएको छ । हाम्रो तुलनामा उनीहरूले कठोर मेहनत गरेको तथा बढी सुविधा पाएको देखिन्छ । तुलनात्मक रूपमा उनीहरूको फुटबलमा राज्यले राम्रो लगानी गरेको छ ।

नेपाली महिला फुटबलका लागि एन्फा अथवा राज्यले के-कस्तो सेवा-सुविधा प्रदान गरिरहेको छ ?

पहिलेको तुलनामा अहिले महिला फुटबललाई हेर्ने समग्र दृष्टिकोणमा परिवर्तन आएको अनुभव गरिरहेकी छु । अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा) मा नयाँ नेतृत्व आएपछि खेलाडीहरूको हकमा केही नयाँ सुविधा थपिएका छन् । अहिले हामीले म्याच एक्सपोजर पाएका छौं । प्रतियोगिताको तयारीका लागि हामीले चीनसँग चीनमै मैत्रीपूर्ण फुटबल खेल्ने अवसर पायौं । त्यसपछि ओलम्पिक छनौटमा भाग लिएर हामी दोस्रो चरणका लागि छनौट भयौं । त्यस्तै, हिरो गोल्डकपमा सहभागी भएर भारतलाई उसकै देशमा हरायौं । इरानजस्तो आफूभन्दा बलियो मानिएको देश, जुन फिफा वरियतामा पनि हामीभन्दा धेरै माथि छ लाई पनि हराएर फाइनलमा पुग्यौं । हाम्रो दुर्भाग्य हामी फाइनलमा म्यानमारसँग हार्न पुग्यौं ।

नेपालमा महिला फुटबलको विकासका लागि राज्यले के गरिदियोस् भन्ने लाग्छ ?

अहिले पनि ग्रास रुटको व्यवस्थापन भैरहेको छैन । ग्रास रुटदेखि नै प्रतियोगिताहरू सञ्चालन हुनुपर्छ । प्रदेशस्तरीय, जिल्लास्तरीय, एन्फा लिग, महिला लिगहरू गराएर खेलाडीहरूको क्षमतामा सुधार ल्याउनुपर्छ । महिला खेलाडीहरूका लागि स्वदेशी तथा वैदेशिक तालिमको व्यवस्था गरिनुपर्छ । यति हुन सक्यो भने भोलीका दिनमा नेपाली महिला टिम अझ सशक्त हुनेछ ।

फुटबलमा कसरी आउनुभयो ?

बाल्यकालदेखि नै म फुटबलमा रुचि राख्थें । चार दिदी बहिनी, दुई भाइ, बुवा र ममीसहित हाम्रो ठूलो परिवार छ ।सानैदेखि केजी भएकीले म त्यतिबेला पनि मोजाको बल बनाएर फुटबल खेल्थें । जब म स्कुल भर्ना भए, त्यहाँ फुटबल खेल्ने १/२ जना साथी फेला पारें । जसले गर्दा टिम बनाउन सहज भयो । २०७१ सालमा लमजुङको घले गाउँमा महिला फुटबल प्रतियोगिता भएको थियो । हामीले पनि त्यसमा भाग लियौं । उक्त प्रतियोगितामा म उच्च गोलकर्ता घोषित भएँ । त्यतिबेलाको मेरो प्रदर्शनका आधारमा उक्त प्रतियोगिताका रेफ्री शुक्र लामाले मलाई काठमाडौं ल्याउनुभयो । काठमाडौं आएपछि मैले गतिलो प्रशिक्षण पाएँ । १ महिनाको प्रशिक्षणपछि एपिएफ क्लबमा आवद्ध भए । एपिएफमा आवद्ध भएको डेढ महिनापछि चितवनमा आयोजित महिला राष्ट्रिय लिगमा एपिएफ क्लबबाट खेल्ने अवसर पाए । त्यहाँ गरेको राम्रो प्रदर्शन नै अहिले मैले पाएको सफलताको आधार थियो । त्यसयता मैले पछाडि फर्केर हेर्नुपरेको छैन ।

तपाईलाई दक्षिण एसियाकै उत्कृष्ट महिला स्ट्राइकर तथा गोल मेसिन मानिन्छ । कस्तो लाग्छ ?

आफूमाथि जिम्मेवारी थपिएको महसुस हुन्छ । खुसी त आफ्नो ठाउँमा छँदैछ । त्यस्तो टिप्पणीले थप जिम्मेवारीबोध गराउँदो रहेछ । मैले देशका लागि केही गर्नुपर्छ भन्ने हुन्छ ।

तपाईंको हेयर स्टाइलको निकै चर्चा हुन्छ । यस्तो हेयर स्टाइल कसरी बनाउनुभयो ?

म क्रिस्टियानो रोनाल्डोलाई फलो गर्छु । उहाँको हेयर स्टाइल पनि परिवर्तन भैरहन्छ । त्यस्तै म नेयमारलाई पनि फलो गर्छु । विदेशी खेलाडीहरूबाट प्रभावित भएरै मैले यस्तो हेयर स्टाइल बनाएकी हुँ ।

फुटबलमा तपाईंको आइडल को हो ?

मेरो सेलिब्रेसन स्टाइलबाटै थाहा पाउनुहुन्छ, म क्रिस्टियानो रोनाल्डोलाई आफ्नो आइडल मान्छु ।

तपाईंको दैनिकी कसरी चलिरहेको छ ?

बिहान आराम गर्छु, खाना खाएपछि दिउँसो प्रशिक्षणमा जान्छु । मौसमअनुसार प्रशिक्षणमा सहभागी भएपछि कोठामा फर्कन्छु । त्यसपछिको समय चलचित्र हेरेर बित्ने गरेको छ ।

फुर्सदको समय कसरी बिताउनुहुन्छ ?

घुम्न जान्छु । मलाई नयाँ-नयाँ ठाउँ घुम्न मन लाग्छ । फुर्सद मिल्यो कि साथीहरू लिएर पर्यटकीय ठाउँहरू पुग्छु । त्यस्तो ठाउँमा फोटो खिचाउने रहर पनि छ ।

आफ्नो सुन्दरता कायम राख्न के गर्नुहुन्छ ?

मेकअपमा खासै मेहनत गरेकी छैन, प्रशिक्षणका क्रममा थोरै क्रिम लगाउँछु । सुन्दरताकै लागि भनेर विशेष ध्यान दिने बानी छैन ।

कस्ता चलचित्र मन पर्छन ?

मलाई नेपाली चलचित्र नै मन पर्छन् । हास्य चलचित्र बढी हेर्छु । मोबाइलमा पनि त्यस्तै चलचित्र हेरिरहेकी हुन्छु ।

प्रेमप्रस्ताव कत्तिको आउँछन् ?

प्रेम प्रस्ताव त आइरहेका हुन्छन्, तर ती प्रस्तावप्रति मैले ध्यान दिएकी छैन । मेरो लक्ष्य र सपना ठूलो छ । अहिले म यो झमेलामा फस्न चाहन्नँ ।

अबको लक्ष्य के छ ?

चाडै ओलम्पिक छनौट खेल हुँदैछ । म्यानमारमा हुने उक्त छनौट प्रतियोगिताको तयारीमा जुट्नु छ । हामी त्यसकै तयारीमा छौं । १३ औं साग नेपालमै हुँदैछ, त्यसको पनि तयारी गर्नु छ ।

२०१९ मा देखिनेछन् यी १० प्रविधि

माइक्रोसफ्टका सह-संस्थापक बिल गेट्सका अनुसार क्यान्सर भ्याक्सिन, ल्याबमा विकास गरिएको मासु, जीवन बचाउने ट्वाइलेट तथा वेयरेबल इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम आदि प्रविधिले भविष्यमा हाम्रो जीवनलाई सहज बनाउँदै छन् । बिल गेट्सले एमआईटी टेक्नोलोजी रिभ्युको वार्षिक सम्मेलनमा आफ्नो प्रस्तुतिकरणका क्रममा यी कुरा बताएका हुन् । उनले सन् २०१९ मा विकास हुने १० नयाँ प्रविधिका बारेमा जानकारी दिएका छन् । बिल गेट्सका अनुसार ती १० प्रविधि यस्ता छन् :

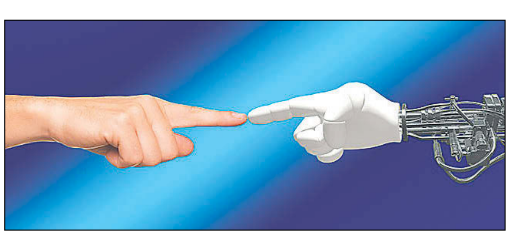
ढल नचाहिने ट्वाइलेट

अब ट्वाइलेटको फोहोर फ्याल्न ढल चाहिने छैन । यसले आफैं फोहोर मलमूत्र र अन्य फोहोरलाई सफा गर्नेछ । यसले गर्दा अहिले प्रचलित ढल प्रणाली नै विस्थापित हुनेछ ।

कुरा गर्ने एआई असिस्टेन्ट

मानिसको भाषामा मानिसजस्तै कुरा गर्ने एआई असिस्टेन्ट उपलब्ध हुनेछ । यसले मानिसको कामलाई सहज बनाउनेछ ।

रोबोटिक हात



एआईको सहयोगले मानिसको दैनिकीलाई सहज बनाउन रोबोटिक हात प्रयोगमा आउनेछ । यसले वरिपरिको वातावरण बुझेर त्यसैअनुसार आवश्यक कार्य गर्न सक्नेछ ।

प्रयोगशालाको मासु

प्रयोगशालामा मासु बनाएर र वनस्पतिमा आधारित मासु प्रयोग गरेर जीवजन्तुको मासुको प्रयोग कम गरिनेछ । मासुको उपयोगका कारण संसारमा कार्बन उत्सर्जन बढी नै छ । यसबाट त्यसमा कमी आउनेछ । बियोन्ड मिट, इम्पोसिबल मिट, मेम्फिस मिटजस्ता कम्पनी यसका केही उदाहरण हुन् ।

शरीरको जाँच गर्ने ट्याब्लेट

हाल प्रयोग गरिने औषधि जस्तै यो एक प्रकारको ट्याब्लेट हुनेछ, जसले पेटमा पुगेर पाचन प्रणाली र पेटको भित्री भागको तस्बिर खिच्नेछ । त्यसैगरी यसले बायोप्सीसमेत गर्न सक्नेछ ।

क्यान्सर विरोधी भ्याक्सिन

बायोएनटेक तथा जेनटेकजस्ता कम्पनीले क्यान्सर भ्याक्सिनको क्षेत्रमा कार्य गरिरहेका छन् । यसले शरीरको रोग प्रतिरोधक क्षमता उपयोग गरी क्यान्सरका कोशिकाहरूलाई नष्ट गर्ने प्रविधिको विकास गर्नेछ ।

नयाँ परमाणु ऊर्जा

न्युक्लियर फिजन र फ्युजन दुवै रियाक्टरलाई एकसाथ डिजाइन गरेर कार्बन उत्सर्जनमा कमी ल्याइनेछ ।

कार्बनको भण्डारण

विभिन्न माध्यमबाट उत्सर्जन भएको कार्बनलाई क्याप्चर गरी भूमिगत स्टोरेज साइटमा भण्डारण गर्न सकिनेछ । क्यानाडाको स्टार्ट-अप कम्पनी कार्बन इन्जिनियरिङ तथा स्वीट्जरल्यान्डको ज्युरिचस्थित क्लाइमवर्क्स कम्पनी यसमा लागि परेका छन् ।

ईसीजी घडी

यो एक प्रकारको वेयरेबल इलेक्ट्रोडायग्राम हो । यो ईसीजीजस्तै उपकरण हो, जसलाई घडीजस्तै हातमा लगाउन

सकिनेछ । यसले मुटुसम्बन्धी समस्याको समयमै पहिचान गरी उपचार गर्न सहयोग पुर्‍याउनेछ ।

नवजात शिशुको ज्यान बचाउने जाँच

सामान्य रगत जाँच गरी समयभन्दा पहिले नै शिशु जन्मिने समयका बारेमा पत्ता लगाउन सकिनेछ । यो प्रविधिको प्रयोगबाट धेरै बालबालिकाको ज्यान जोगाउन सकिनेछ ।

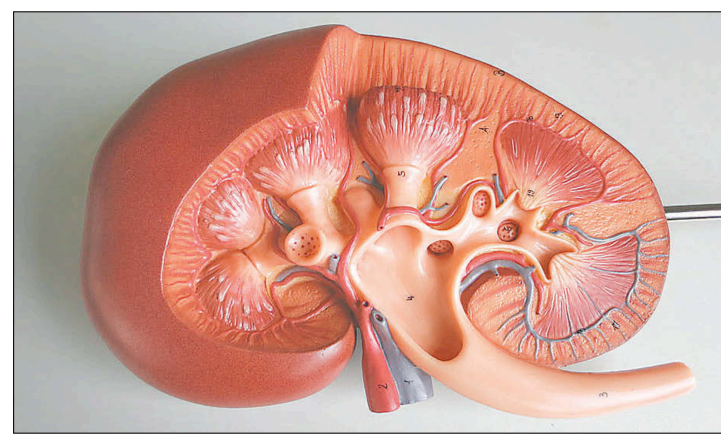
दसौं वर्षमा स्प्यारो एसएमएस

मोबाइल म्यासेजिङ सेवामार्फत सूचना प्रवाह गर्दै आएको स्प्यारो एसएमएस गत आइतबारदेखि नौ वर्ष पूरा गरी दसौं वर्षमा प्रवेश गरेको छ । यस अवधिमा कम्पनीले डेढ करोडभन्दा बढी प्रयोगकर्तालाई एसएमएस सेवा प्रदान गरेको जनाएको छ । हाल १ हजार ८ सयभन्दा बढी संस्था तथा कम्पनीले स्प्यारो एसएमएसको बल्क एसएमएस अर्थात एकै पटक धेरैलाई एसएमएस पठाउने सुविधा लिएर सेवा प्रदान गरिरहेका छन् ।

स्प्यारो एसएमएसको सुरुवात जानकी टेक्नोलोजीले गरेको हो । जानकी टेक्नोलोजीले यसरी एकै पटक धेरैलाई मोबाइल सन्देश पठाउने सेवा प्रदान गर्ने उद्देश्यका साथ सन् २०१० मा स्प्यारो एसएमएस सेवा सुरु गरेको थियो । अझै पनि इमेल तथा इन्टरनेटको पहुँच सहज नभएको हाम्रो मुलुकमा एसएमएस सेवा सन्देश प्रवाह गर्ने एउटा सहज माध्यम भएको छ ।

स्प्यारो एसएमएसले नेपालका विभिन्न सरकारी संस्था, स्थानीय सरकार, बैंक एवं वित्तीय संस्था, विद्यालय तथा कलेजहरूका साथै विभिन्न प्रसिद्ध ब्रान्डहरूका लागि एसएमएस सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । स्प्यारोले मोबाइलमा सन्देश पठाएर तरकारीको होलसेल र रिटेल मूल्य, वैदेशिक रोजगारीमा आफ्नो अनुमति पत्रसम्बन्धी सूचना, विभिन्न परीक्षाको परिणाम आदि जानकारी उपलब्ध गराउँदै आएको छ । कम्पनीले केही महिनाअघि मात्र यातायात व्यवस्था विभागसँग सहकार्य गरी सवारी चालक अनुमतिपत्रको लिखित परीक्षाको नतिजा एवं लाइसेन्स प्रिन्ट भए नभएको कुरा एसएमएसबाटै हेर्न सकिने सेवा प्रारम्भ गरेको थियो ।

मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्नु नपर्ने



वैज्ञानिकहरूले थेराप्युटिक कोशिकाको सहयोगले मिर्गौलामा भएका क्षतिग्रस्त कोशिकाहरूको सहज तरिकाले उपचार गर्न सकिने बताएका छन् । यसबाट मिर्गौलासम्बन्धी घातक रोगहरूको समेत उपचार हुनेछ भने मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्नुपर्ने आवश्यकता हुनेछैन । अमेरिकाको व्याकफरेस्ट इन्स्टिच्युट फर रिजेनेरेटिभ मेडिसिनका अनुसन्धानकर्ताहरूका अनुसार यसरी प्रयोगमा ल्याइएका स्टेम सेलले मिर्गौलालाई फेरि सक्रिय बनाएर त्यसलाई मर्मत गर्छन् । यसले रोग प्रतिरोधक क्षमता बढाउँछ र ट्युमरलाई बढ्न दिँदैन ।

टिस्यु इन्जिनियरिङ जर्नलमा प्रकाशित अनुसन्धान प्रतिवेदनअनुसार उक्त कार्यका लागि एमिनोटिक स्टेम सेललाई एक बिरामीको मिर्गौलामा इन्जेक्ट गरिएको थियो । १० साता पश्चात् यसमा निकै सुधार आएको थियो । बायोप्सी प्रतिवेदनका अनुसार स्टेम सेलले क्षतिग्रस्त कोशिकाहरूमा निकै सुधार ल्याएको पाइयो । अनुसन्धानकर्ताहरूका अनुसार चिकित्सा क्षेत्रका लागि यो उपलब्धि निकै नै महत्वपूर्ण सावित हुनेछ ।

चन्द्रमामा जाने कार

जापानी कार निर्माता कम्पनी टोयोटा अब चन्द्रमामा समेत पुग्ने तयारीमा छ । टोयोटाले चन्द्रमामा जान सेल्फ ड्राइभिङ कार निर्माण प्रक्रिया अघि बढाएको छ । टोयोटाले उक्त कारको नाम जक्सा लुनार रोभर राखेको छ । यो कारमा ६ वटा पांग्रा छन् र यसमा २ व्यक्ति आरामका साथ बसेर १० हजार किलोमिटरको यात्रा तय गर्न सक्छन् ।

टोयोटाले यो कार एरोस्पेस एक्स्प्लोरेसन एजेन्सीका लागि तयार गरिरहेको छ । यो कारलाई सन् २०२९ मा चन्द्रमामा लाने योजना छ । टोयोटाको यो कार ६ मिटर लामो हुनेछ । यसको भित्र १३ वर्गमिटर स्थान हुनेछ । जक्सा लुनार रोभर ब्याट्रीबाट चल्नेछ भने सौर्य ऊर्जाबाट चार्ज हुनेछ ।

केवल एक प्रश्न

महानगरका मेयरको काम कस्तो लागिरहेको छ ?

काम गरेको भए पो यस्तो लाग्यो भन्नु । यति लाज पचेका मेयर त मैले नेपालमै कहीँ देखेको छैन । अँ साँच्चै कतिवटा मोबाइलचाहिँ किने क्यारे !

दिनेश काफ्ले, कलाकार

केही काम गरेको भए पो मूल्यांकन गर्नु, कामै नगरेपछि के भनौं अब ?

राजु ढकाल, गायक

बजारमा हल्ला चलेजस्तो सबै नकारात्मक पनि होइन, अनि जनताले चाहेजस्तो सकारात्मक काम पनि हुन सकेको छैन । संघीयता कार्यान्वयनको चरणमा भएकाले पूर्ण रूपमा भने जति काम गर्न गाह्रो भए पनि जति गर्न सकिन्थ्यो त्यति काम पनि नभएकै हो ।

शिरीष देवकोटा, गायक

यसरी तुलना गर्नलाई मेयर सा'बले काम नै के पो गरेका छन् ? गफ मात्र गरेर हिँड्या छन् । गफले मात्र विकास-निर्माण सम्भव छैन ।

जीवन बराल, रंगकर्मी

यो प्रश्नले पो झसंग बनायो । काठमाडौं महानगरपालिकामा प्रमुख पनि छन् ?

ऋचा शर्मा, अभिनेत्री

मेयर साब'को गति कम भयो जस्तो लाग्यो । धरहरा र रानीपोखरी आफैं बनाउन सक्नुहुन्थ्यो । पुनः निर्माण प्राधिकरण आउँदा एक शब्द आफैं बनाउँछु भन्न सक्नुभएन । धूवाँ-धूलोबाट आक्रान्त सहरवासीलाई सहर स्वच्छ बनाउने कुरामा विश्वस्त तुल्याउन सक्नुभएको छैन । सार्वजनिक यातायातमा आवातजावत गर्न उस्तै सास्ती बेहोर्नुपर्छ । त्यसैले मेयर साबले के चाहिँ काम गर्नुभयो भनौं ? अब बाँकी समयमा यति मात्र काम गरिदिनु भए पनि नागरिकले लामो श्वास फेर्न पाउँथे । सडक पुननिर्माणका कामहरू भैरहेका छन्, तर त्यसको पनि गति बढाउन जरुरी छ ।

गम्भीर विष्ट, नृत्य निर्देशक

जादु गरे झैं चारैतिरको अस्त-व्यस्ततालाई एकैपटकमा समाधान गर्न सकिँदैन, तर मेयर साब काम गर्दै हुनुहुन्छ । यद्यपि ठूला कुरा गर्ने र गफ दिने चलनबाट उहाँ पनि अछुतो हुनुहुन्न ।

निर्मल शर्मा, अभिनेता

जति सोचिएको थियो त्यति काम गरे जस्तो लाग्दैन ।

आशिर प्रतापजंग, मोडल

जनताको काम नगरेर तलब भत्तामा मस्त, आफन्त आसेपासे, कार्यकर्ता एवं सल्लाहकारहरूको भुलभुलैयामै रमाउने महानगरपालिकाका मेयर मात्र होइन, देश हाँक्ने नेतृत्वमा बसेका सबैले जबसम्म ती पद छाड्दैनन् तबसम्म हामीले विकास, समृद्धि र सुशासन पाउँदैनौं । पुरातन सोच-विचार र काम गर्ने शैलीले हाम्रो देशको विकास कहिल्यै हुँदैन । कामनपाका मेयर विद्यासुन्दर शाक्यको काम त गौण कुरा हो ।

नवीन पौडेल, गायक

मुहार सुन्दर छ, लोभलाग्दो सम्मानित छ नाम । फिटिक्कै चित्तबुझ्दो छैन मेयरसाबको काम । पाँच मिनेट कलंकीमा उभ्याउन पाए आफैं भन्थे होला हरेराम-हरेराम ।

लोकराज अधिकारी, गीतकार

खासै केही गरेजस्तो लाग्दैन । उहाँ मेयर हुनभन्दा अघिको काठमाडौंको अवस्था र मेयर भैसकेपछिको अवस्था उस्तै देख्छु ।

टंक तिमल्सिना, गायक

खै आफू काठमाडौंको स्थायी बासिन्दा नभएर होला के-के काम भैरहेको छ थाहा पाइँदैन । धूलो उठाउने मेसिन आयो भन्ने सुनेको थिएँ त्यसको माध्यमबाट काठमाडौंको सडकमा उड्ने धूलो कम भएछ भने चाहिँ अलिकति काम गरेछन् भन्ने महसुस हुन्थ्यो कि ?

प्रकाश सपुत, गायक

दुःख लाग्छ । काठमाडौं महानगरपालिकाका मेयर सा'बले सबै क्षेत्रको काम अधुरो राखेको देख्दा ।

शिव विक, नृत्य निर्देशक

महानगरपालिकाका मेयर काममा भन्दा बढी कुरामा सक्रिय भए जस्तो लाग्छ । राजधानीको धूलो र ट्राफिक जाम नियन्त्रण हुन सकेको छैन ।

रामचन्द्र काफ्ले, गायक

अहिले नै केही भन्न सकिने अवस्था छैन । त्यसैले म यो प्रश्नको जवाफ एक वर्षपछि मात्र दिन्छु ।

बद्री पंगेनी, गायक

काठमाडौं महानगरपालिकामा पनि मेयर साब हुनुहुन्छ र ? यदि भएको भए त काम भैहाल्थ्यो होला नि । जता हेर्‍यो त्यतै भद्रगोल छ । काठमाडौं महानगरका मेयर साबका गफ ८५ प्रतिशत, काम १५ प्रतिशत ।

अजय लम्साल, मोडल

संगीत

आशिषको अविरल यात्रा

कृष्ण भट्टराई

करिब १८ वर्षअघि 'भिसा आउदैन..' लोक गीत गाउँदै सांगीतिक क्षेत्रमा उदाउँदा संगीतकर्मी आशिष अविरललाई आफू कुनै दिन नेपालकै स्थापित संगीतकार तथा संगीत संयोजक हुन्छु भन्ने हेक्का थिएन । गायक हुने सपना सँगाल्दै सांगीतिक क्षेत्रमा होमिएका अविरलले त्यस अवधिमा झन्डै डेढ दर्जन लोक तथा दोहोरी गीत गाए । तीमध्ये कतिपय गीत लोकप्रिय भए भने केही गीत खासै चलेनन् । करिब एक वर्ष लोकदोहोरी गायकका रूपमा सक्रिय रहँदा उनमा धुन तयार पार्ने रहर जाग्यो । त्यसपछि लोक-दोहोरीलाई चटक्कै बिर्सेर उनले संगीतकार तथा संगीत संयोजकका रूपमा काम गर्ने निर्णय गरे । त्यही क्रममा उनको भेट गीतकार आनन्द अधिकारीसँग भयो । अधिकारीसँगको उक्त भेट उनको सांगीतिक जीवनकै टर्निङ प्वाइन्ट सावित भयो । उनीहरूको सहकार्यबाट आधुनिक गीत एल्बम 'वासना' को जन्म भयो । उक्त गीतका अधिकांश गीत लोकप्रिय भएपछि संगीतकार अविरलले पछाडि फर्किएर हेर्नुपरेको छैन । उक्त एल्बममा समावेश गीतहरूमध्ये गायक नरेन्द्र प्यासीको स्वरका दुई गीत 'तिमीले दिने माया' तथा 'तिमीबिनाको जीवन' अत्यन्त लोकप्रिय भए । ती दुई गीतको सफलताले 'वासना' एल्बमको बिक्रीले कीर्तिमान नै कायम गरेको संगीतकार अविरललाई हिजै जस्तो लाग्छ । ती दुवै गीतका म्युजिक भिडियो त्यतिबेलै युट्युबमा २५ लाखभन्दा बढी पटक हेरिएका थिए । तिमीबिनाको जीवन...मा अभिनेता भुवन केसी तथा अभिनेत्री झरना थापाले अभिनय गरेका थिए ।

पहिलो एल्बमको सफलतापछि संगीतकार अविरलले गीतकार अधिकारीसँगकै सहकार्यमा दोस्रो एकल एल्बम तयार पारे– सृष्टि जसको 'माया ओ माया...' गीत लोकप्रिय भयो । उक्त

अविरलका उत्कृष्ट १०

तिमीले दिने माया	– नरेन्द्र प्यासी
तिमीबिनाको जीवन	– नरेन्द्र प्यासी
माया ओ माया	– नरेन्द्र प्यासी
म बाँचेकै तिमीसँग	– प्रमोद खरेल
नाइँ मलाई थाहा छैन	– टीका प्रसाई
माया लुकी लुकी	– टीका प्रसाई
कर्के नजर	– टीका प्रसाई
कवि देवकोटा	– विश्व नेपाली
यो गोप्य कुरा	– प्रमोद खरेल
जिन्दगी नै भन्दिनँ	– सुगम/प्रविशा
पराल	– आशिष/अञ्जु

गीतबाट अविरलले हिट्स एफएम एवार्ड समेत जिते । त्यही एल्बमको 'जाम क्यारे...' ले पनि सफलता हासिल गऱ्यो, जसमा नरेन्द्र प्यासी तथा अञ्जु पन्तको स्वर सुन्न सकिन्छ । त्यही क्रममा अविरलले तयार पारेको 'तिमीले त छोयौ' गीत पनि लोकप्रिय भयो, जसमा स्वरुपराज आचार्यको स्वर छ । शिव परियारले गाएको 'छातिमा हात राखेर..' लाई पनि श्रोताहरूले मन पराए ।

आफ्ना सिर्जनाले एकपछि अर्को गर्दै लोकप्रियता हासिल गरिरहेका बेला संगीतकार अविरल केही वर्ष गुप्तवासमै भए । 'त्यति बेला संगीत संयोजनमा बढी तल्लिन भएँ, अविरल सम्झन्छन्– 'स्टुडियो भित्रै बसेर गर्नु पर्ने काम भएकाले सार्वजनिक जीवनमा आउन भ्याइनँ ।' राम्रो धुन बनाउने शिल्पी संगीतकार स्टुडियोभित्र गुमनाम भएको धेरै गायक-गायिकालाई ठीक लागेन । फलस्वरुप २०७२ सालदेखि उनी पुनः संगीतकारका रूपमा सक्रिय हुन थाले । गायक प्रमोद खरेलको स्वर तथा एकनारायण भण्डारीको शब्दमा 'म बाँचेकै तिमीसँग माया लाउन...' गीतमार्फत उनले पुनः संगीतकारका रूपमा पुनरागमन गरे । उक्त गीतको भिडियोले युट्युबमा १ करोड ६३ लाख भन्दा बढी भ्युज पायो । उक्त गीतको सफलतासँगै अविरलका नयाँ-नयाँ सिर्जना श्रोतामाझ आउन थाले । गायिका टीका प्रसाईंको 'नाइँ मलाई थाहा छैन' अत्यन्त लोकप्रिय भयो । लगत्तै गायिका प्रसाईंकै 'माया लुकी लुकी' ले त यूट्युबमा कीर्तिमा नै कायम गऱ्यो । ५ करोडभन्दा बढी पटक हेरिएको उक्त गीतमा आनन्द अधिकारीको शब्दमा अविरलकै संगीत तथा संगीत संयोजन छ । विश्व नेपालीको 'मिठो साह्रै मीठो', समिर आचार्य र निक्की कार्कीको 'मेरो दुनियाँ', टिका प्रसाईंकै 'माया लुकी लुकी' तथा 'कर्के नजर', शिव परियारको 'हल्ला हल्लामै' तथा 'तिमी नै मेरो सास', विश्व नेपालीको 'कवि देवकोटा' तथा प्रमोद खरेलको 'यो कुरा गोप्य' संगीतकार अविरलका पछिल्ला लोकप्रिय सिर्जना हुन् ।

यसबीच, संगीतकार अविरल नेपाली चलचित्रतर्फ मोडिएका छन् । उनले संगीतबद्ध गरेको पहिलो चलचित्र 'ए मेरो हजुर-३' का दुई गीत लोकप्रिय भैसकेका छन् । चलचित्रका दुई गीतमध्ये 'जीन्दगी नै भन्दिन...' मा सुगम पोखरेल तथा प्रविशा अधिकारीको स्वर छ, जसमा अनमोल केसी तथा सुहाना थापा फिचर छन् । चलचित्रको दोस्रो गीत 'पराल...' ले संगीतकार अविरललाई पुनः गायक बनाएको छ । संयोगको कुरा के छ भने करिब १८ वर्षपछि पुनः गायक बनेका अविरलले उक्त गीतमा गीतकार आनन्द अधिकारीकै शब्द सुन्न सकिन्छ । 'निर्देशक झरना थापामार्फत मेरो सांगीतिक यात्रा चलचित्रतर्फ अघि बढेको छ, साप्ताहिकसंगको कुराकानीका क्रममा अविरल भन्दै थिए– 'संगीतको ठूलो क्यानभासमा प्रवेश भएको छ, अब यसले निरन्तरता पाइरहनेछ ।'

● आशिष अविरल, संगीतकार

मोडललाई आपत्

मोडल तथा अभिनेत्री सोनिया जिआरको जीवनमा नसोचेको घटना घटेको छ । महिनौंको मेहनतपछि तयार भएको आफैंले अभिनय गरेको 'सिउँदो...' गीतको म्युजिक भिडियो सार्वजनिक भएको २४ घण्टा नबित्दै उनले आफ्ना सामाजिक सञ्जालका एकाउन्टहरू अप्रत्याशित ढंगले ह्याक भएको बताएकी छिन् । 'एकदेव लिम्बूको स्वरमा रेकर्ड भएको उक्त गीतको म्युजिक भिडियो यूट्युबमा अपलोड भएको केही घण्टापछि नै मेरो फेसबुक आईटी, मेरो आफ्नो संस्थाको फेसबुक पेज तथा याहुको इमेल आइडीसमेत ह्याक भएको छ, सोनियाले एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै आफूले अभिनय गरेको म्युजिक भिडियो सार्वजनिक भएकै दिन आफ्नो सामाजिक सञ्जालको एकाउन्ट ह्याक हुनु संयोगमात्र नभएको बताएकी छिन् ।' यश कुमारद्वारा संगीतबद्ध उक्त गीत एक दशकअघि बाबु बोगटीको स्वरमा रेकर्ड भएको थियो भने केही महिनाअघि यश कुमार र बाबु बोगटीको सहमतिमै उक्त गीत एकदेव लिम्बुले रि-रेकर्ड गरेका थिए । यसबीच मोडल तथा अभिनेत्री सोनियाले केन्द्रिय अपराध अनुसन्धान ब्युरो, महाराजगन्जमा 'आवश्यक अनुसन्धान गरी पाउँ' भन्ने बेहोरोको आवेदन दिइसकेकी छिन् ।

वुमन इन कन्सर्ट

दमकमा प्रस्तुत वुमन इन कन्सर्टमा युवाहरू साँझ अबेरसम्म नाच्दै-गाउँदै रमाए । कन्सर्टमा महिलाहरूले वास्तविकतामा समान अधिकार नपाएसम्म वुमन इन कन्सर्टको अभियान आवश्यक रहेको सन्देश दिइएको थियो । कन्सर्टमा अभय एन्ड द स्टिम इन्जिनसहित टिना एन्ड द ब्रदर्स एवं स्थानीय ब्यान्डका कलाकारहरूले प्रस्तुति दिएका थिए । गत फब्रुअरी १७ तारिखमा प्रारम्भ भएको यो कन्सर्ट देशका आधा दर्जन सहरमा प्रस्तुत गरिँदैछ ।

विष्णु सुब्बा

गायक डाक्टरको समस्या

आफ्ना हरेक गीतको म्युजिक भिडियोमा चलचित्रका अभिनेत्रीहरूसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्ने गायक हुन्- डाक्टर विक्रान्त मेहता । यो अवधिमा उनले प्रियंका कार्की, शिल्पा पोखरेल, केकी अधिकारी आदि अभिनेत्रीलाई लिएर भिडियो निर्माण गरिसकेका छन् । यतिबेला उनको नयाँ गीत नक्कले मोराको भिडियो सार्वजनिक भएको छ, जसमा अभिनेत्री तथा नृत्यांगना एलिशा राई फिचर्ड छिन् । गायिका मेलिना राईसँगको उक्त युगल गीतको भिडियोलाई पहिले गायिका राईकै युट्युब च्यानलबाट अपलोड गरियो । पहिलो दुई दिनमा भिडियोले आशातीत भ्युज नपाएपछि गायक मेहताले कठोर निर्णय लिँदै च्यानल नै परिवर्तन गरे । ओएसआर डिजिटलबाट पुनः अपलोड गरिएपछि उक्त भिडियोले दुई दिनमै २ लाखभन्दा बढी भ्युज पाएपछि गायक मेहताले बल्ल सन्तोषको सास फेरेका छन् ।

मेरो सेक्रेट

भूत बन्न मन छ

पहिलो चलचित्र 'लिलिबिली' बाटै रजतपटमा स्थापित हुन सफल अभिनेत्री जस्सीता गुरूङ यतिबेला आफ्नो दोस्रो चलचित्र 'लभ स्टेसन' को प्रदर्शनको प्रतीक्षामा छिन् । दुई सातापछि प्रदर्शनमा आउने उक्त चलचित्रमा जस्सीताले चकलेटी अभिनेता प्रदीप खड्कासँग अनस्क्रिन रोमान्स गरेकी छिन् । पहिलो चलचित्रमा पनि उनी प्रदीपकै जोडीका रूपमा प्रस्तुत भएकी थिइन् । भन्नेहरु त जस्सिता र प्रदीप प्रेममै छन् समेत भनिरहेका छन्, यद्यपि दुवैले उक्त कुराको खण्डन गरेका छन् । साप्ताहिकमार्फत आफ्ना सेक्रेट कुरा सार्वजनिक गर्ने क्रममा समेत जस्सीताले प्रदीपलाई 'असल साथी' बताइन् । लामो समयदेखि बेलायतमा बसोबास गरिरहेकी यी अभिनेत्री अचेल काठमाडौंमै बसोबास गर्न थालेकी छिन् । बोलिरहने स्वभावकी जसीताका केही सेक्रेट यस्ता छन् :

दुई दिन व्रत

म धार्मिक स्वभावकी छु भन्ने कुरा धेरैलाई थाहा छैन । मलाई भगवानप्रति असाध्यै विश्वास छ । म भगवान शिव तथा साईबाबाको भक्त हुँ । म करिब चार वर्षदेखि प्रत्येक सोमबार तथा बिहीबार भगवान शिव तथा साईबाबाको व्रत समेत बसिरहेकी छु । नियमित व्रत बस्नु धार्मिक दृष्टिकोणले त राम्रो मानिन्छ नै, स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले समेत यो फाइदाजनक छ ।

खन्चुवा

खानेकुरालाई म आफ्नो कमजोरी मान्छु । म मिठो खानेकुरा देखेपछि आफूलाई कन्ट्रोल गर्न सक्दिनँ । हप्ताको दुई दिन व्रत लिनुपर्ने एउटा कारण यो पनि हो । मलाई चटपटे खानेकुरा असाध्यै मनपर्छ । पानीपुरी मेरो बेस्ट फूड हो । त्यसबाहेक चटपटे तथा डल्ले खुर्सानीको अचार पनि उत्तिकै मन पर्छ ।

हरर चलचित्र

मानिसहरू फुर्सदमा रोमान्टिक चलचित्र हेर्न रुचाउँछन् । मलाई भने हरर चलचित्र हेर्न मन लाग्छ । मैले हालसम्म एक सयभन्दा बढी हरर चलचित्र हेरेकी छु, त्यो पनि एक्लै बसेर । मलाई नेपाली भाषामा निर्माण हुने हरर चलचित्रमा भूत बनेर अभिनय गर्ने इच्छा छ, हेरौं कहिले पुरा हुन्छ ।

मेरो नाम

धेरैलाई मेरो वास्तविक नाम लेख्न आउँदैन । मेरो वास्तविक नाम जस्सिता हो अर्थात मेरो नाममा डबल एस छ । धेरैमा मेरो यो नाम कसरी रह्यो भन्ने जिज्ञासासमेत छ । वास्तवमा मैले यो नाम मेरा बुवा र आमाको नामबाट पाएकी हुँ । मेरो बुवाको नाम जसराम हो अनि आमाको सीता । उहाँहरूकै नामबाट मेरो नाम जस्सीता भएको हो ।

कट्रीना कैफ

म बलिउड अभिनेत्री कट्रीना कैफकी डाइ हार्ट फ्यान हुँ । चलचित्रमा आउनुभन्दा धेरै अघिदेखि मैले उनलाई फलो गर्दै आएकी छु । राम्रोसँग हिन्दीसमेत बोल्न नआउने समयमा बलिउडमा प्रवेश गरेर कठोर संघर्षपछि आज उनी त्यहाँकी सुपरस्टार भैसकेकी छिन् ।

डान्स

डान्स अर्थात् नृत्य मेरो नशा-नशामा छ भन्दा फरक पर्दैन । फुर्सदमा म प्रायः डान्स नै गरिरहेकी हुन्छु । म चलचित्रमा आउने प्रमुख कारण पनि नृत्य नै हो । सन् २०१७ मा बेलायतमा आयोजित डान्स अफ यूकेमा विजेता भएपछि नै निर्देशक मिलन चाम्सले मलाई चलचित्र लिलिबिलीका लागि प्रस्ताव राख्नु भएको थियो । म हरेक शैलीका नृत्यमा पारंगत छु ।

तौल

म कुनै बेला ६५ किलोकी थिएँ भन्दा कसैले पत्याउँदैनन् । हो, म कलेजमा छँदा निकै मोटी थिएँ । आफ्नो बढिरहेको तौलकै कारण म नृत्यतर्फ आकर्षित भएँ । नृत्य गर्न थालेपछि मैले खानपिनमा पनि ध्यान दिएँ । चलचित्रमा अनुबन्ध भएपछि मैले जिमसमेत गरें ।
कठोर मेहनतपछि आज म घटेर ५० किलोकी भएकी छु ।

प्रस्तुति : कृष्ण भट्टराई

तस्बिर : महेश प्रधान

● जस्सीता गुरुङ, अभिनेत्री

बलिउड

कंगनाको मूल्य

झाँसीकी रानी लक्ष्मीबाईको जीवनकथामा आधारित चलचित्र मणिकर्णिकामा देखिएकी 'कन्ट्रोभर्सी क्वीन' कंगना रणावत अब बलिउडकी सबैभन्दा महँगी अभिनेत्री हुने भएकी छिन्। भनिन्छ, उनलाई एउटा चलचित्रका लागि २४ करोड भारतीय रुपैयाँ अफर गरिएको छ। उक्त चलचित्र दक्षिण भारतकी लोकप्रिय अभिनेत्री तथा तमिलनाडुकी पूर्व मुख्यमन्त्री जयराम जयललिताको प्रारम्भिक समयमा आधारित हुने बताइएको छ। पूर्णरूपमा बायोपिक नभनिए पनि उक्त चलचित्रमा जयललिताको बाल्यकाल तथा चलचित्रमा स्थापित हुन उनले गरेको संघर्ष प्रस्तुत गरिनेछ। जयललिताको उक्त चरित्र निर्वाहका लागि चलचित्रका निर्माताहरूले कंगनासँग सम्पर्क गरेको तथा कंगनाले उक्त चलचित्रको कथा अध्ययन गरिरहेको बताइन्छ। यो चलचित्र तमिल, तेलुगु, कन्नड तथा हिन्दीसहित चार भाषामा निर्माण हुने निर्माण पक्षले जनाएको छ।

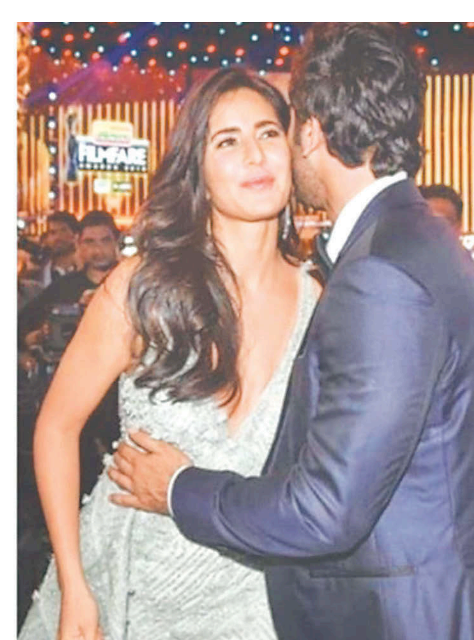
रोकियो श्रद्धाको विवाह

नेपाली मूलका फोटोग्राफर प्रेमी रोहन श्रेष्ठसँग विवाह गर्न हतारिएकी अभिनेत्री श्रद्धा कपुरलाई उनको परिवारले गतिलो झट्का दिएको छ। समाचारअनुसार यसै साता आफ्ना प्रेमीसँग परिवारको इच्छाविपरीत कोर्ट म्यारिज गर्ने निर्णयमा पुगेकी श्रद्धा कपुर पिता शक्ति कपुरको हस्तक्षेपपछि आफ्नो निर्णयबाट पछि हट्न बाध्य भएकी छिन्। समाचार स्रोत भन्छ- आमा शिवांगी कोल्हापुरे कपुरले रोहन श्रेष्ठलाई मन नपराएपछि श्रद्धाले कोर्ट म्यारिज गर्ने निर्णय गरेकी थिइन्। यो कुराको सुइँको पाएपछि पिता शक्ति कपुरले छोरी श्रद्धालाई सम्झाएको बताइन्छ। शक्ति कपुरले छोरी श्रद्धाले परिवारको निर्णयका विरुद्ध कुनै कदम नचाल्ने विश्वास व्यक्त गरेका छन्। आमा शिवांगी छोरी श्रद्धाको विवाह मराठी वा पन्जाबी युवकसँग होस् भन्ने चाहन्छिन्।

अक्षयको उपलब्धि

खेलाडी उपनामले चर्चित अक्षयकुमार यतिबेला एउटा बेग्लै कारणले चर्चामा छन्। अक्षयको चर्चाको कारण हो- उनले भारत सरकारलाई तिर्ने आयकर। भारतको केन्द्रीय आयकर विभागको हवाला दिँदै त्यहाँका समाचार एजेन्सीहरूले अक्षयकुमार सबैभन्दा बढी व्यक्तिगत आयकर तिर्ने भारतीय नागरिक भएको समाचार सम्प्रेषित गरेपछि उनको चर्चा चुलिएको हो। भारतीय नागरिक मुकेश अम्बानी संसारकै दस ठूला खर्बपतिमा दरिए पनि अक्षयकुमारले आयकर तिर्ने मामलामा अम्बानीलाई समेत पछि पार्नुलाई आश्चर्यकै रूपमा लिइएको छ। भारतीय आयकर विभागका अनुसार कुनै पनि व्यक्तिले व्यवसाय बापत तिर्ने विभिन्न कर र आयकर फरक कुरा हुन्। त्यसैले अक्षयकुमार यो मामिलामा अगाडि देखिएका हुन्। अहिले अक्षयकुमार आफ्नो चलचित्र केशरी-द ब्याटल अफ सारागढीका कारण पनि चर्चित छन्। उक्त चलचित्र यो वर्षकै सर्वाधिक कमाइ गर्ने चलचित्रको सूचीको पहिलो स्थानमा छ।

भूतपूर्वहरूको अभूतपूर्व पुनर्मिलन



गत आइतबार वितरण गरिएको भारतको प्रतिष्ठित फिल्म फेयर अवार्ड समारोहमा एउटा अभूतपूर्व दृश्य देखियो। दृश्य थियो उत्कृष्ट अभिनेताका लागि पुरस्कृत रणवीर कपुरको उनका दुई भूतपूर्व गर्लफ्रेन्डसँगको जम्काभेट, त्यो पनि अहिलेकी गर्लफ्रेन्ड आलिया भट्टसँगै। समारोहमा उत्कृष्ट अभिनेत्रीका लागि पुरस्कृत भएकी आलिया रणवीर कपुरको हात समातेर बसेकी थिइन्। त्यही समयमा उनीहरूका सामु पहिले दीपिका पादुकोण बधाई दिने नाममा झुल्किइन् भने लगत्तै कटरिना कैफ पनि सोही बहानामा कपुर जोडीसमक्ष पुगिन्। त्यतिबेला अप्ठ्यारो स्थितिमा पुगेका रणवीर कपुरलाई सम्हाल्दै आलियाले दीपिका र कटरिनासँग खुलेर कुरा गरिन्। आलियासँगको कुराकानीका क्रममा दीपिकाले उनको गालामा चुम्मा गर्दै रणवीरलाई हातबाट चिप्लिन नदिन सुझावसमेत दिन भ्याइन् भने कटारिनाले सुखद भविष्यका लागि शुभकामना दिएकी थिइन्।

इन्स्टामा भेरिफाइड

सामाजिक सञ्जाल इन्स्टाग्राम सेलिब्रेटीहरूमाझ लोकप्रिय मानिन्छ । हलिउड र बलिउडमा मात्र होइन, नेपालमै पनि अधिकांश सेलिब्रेटी आफ्ना गतिविधिका तस्बिर तथा भिडियोहरू इन्स्टाग्राममै सेयर गरिरहेका हुन्छन् । अहिले इन्स्टाग्रामले नेपाली सेलिब्रेटीहरूलाई धमाधम भेरिफाइ (आधिकारिक) गर्न थालेको छ ।

शृंखला खतिवडा (shrinkhala_)
मिस नेपाल वर्ल्ड-२०१८ शृंखला खतिवडाको इन्स्टाग्रामको एकाउन्ट हालसालै भेरिफाइ भएको छ । इन्स्टाग्राममा उनलाई ४ लाख ९१ हजारभन्दा बढीले फलो गरेका छन् भने उनले ९ सय ६२ जनालाई फलो गरेकी छिन् । इन्स्टाग्राममा शृंखलाले हालसम्म ७ सय ४२ वटा पोस्ट गरेकी छिन् ।

निकिता चाण्डक (chandak_nikita)
मिस नेपाल वर्ल्ड २०१७ निकिता चाण्डक पनि इन्स्टाग्राममा सक्रिय हुन थालेकी छिन् । हालै भेरिफाइड भएको उनको इन्स्टा एकाउन्टमा २ लाख १२ हजार ३ सय ९८ जनाले फलो गरेका छन् भने उनले ७ सय ८२ जनालाई फलो गरेकी छिन् । निकिताले हालसम्म २ सय ४९ वटा पोस्ट गरेकी छिन् ।

साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह
(srls_samragyeerlshah)
अभिनेत्री साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाहको इन्स्टाग्राम एकाउन्ट हालै ह्याक भयो । एकाउन्ट ह्याक भएपछि उनका एक हजारभन्दा बढी पोस्ट मेटिए । यद्यपि एकाउन्टमा उनलाई फलो गर्नेहरूको संख्या भने घटेन । हालै सुचारु भएको उनको एकाउन्टमा ४ लाख ३८ हजार २ सय ५२ जनाले फलो गरेका छन् । जम्मा ७१ वटा मात्र पोस्ट भएको उनको एकाउन्टबाट उनले ७ सय ८७ जनालाई फलो गरेकी छिन् ।

अदिति बुढाथोकी (aditi_budhathoki)
अभिनेत्री अदिति बुढाथोकी पनि इन्स्टाग्राममा सक्रिय छिन् । काठमाडौंको तुलनामा मुम्बईमा बढी बसोबास गर्ने अदितिको इन्स्टा एकाउन्टलाई ६ लाख ५५ हजार ८ सय ९२ जनाले फलो गरेका छन् भने उनले ६ सय ४ जनालाई फलो गरेकी छिन् । अदितिले आफ्नो इन्स्टामा हालसम्म ९ सय ९० वटा पोस्ट गरेकी छिन् ।

अनमोल केसी (anmolkc_official)
अभिनेता अनमोल केसीको भेरिफाइड इन्स्टा एकाउन्टलाई २ लाख ८९ हजार २ सय १ जनाले फलो गरेका छन् । अनमोलले भने ५ सय ६२ जनालाई फलो गरेका छन् । केसीले आफ्नो इन्स्टा एकाउन्टमा हालसम्म ४ सय ४४ वटा पोस्ट गरेका छन् ।

झरना थापा (jharanathapa)
अभिनेत्री झरना थापाले आफ्नो भेरिफाइड इन्स्टाग्राम एकाउन्टमा हालसम्म ५ सय १९ वटा पोस्ट गरेकी छिन् । उनलाई ५४ हजार ५ सय ६१ जनाले फलो गरेका छन् भने उनले २ सय २ जनालाई फलो गरेकी छिन् ।

सृष्टि श्रेष्ठ (shristishrestha)
मिस नेपाल-२०१२ तथा अभिनेत्री सृष्टि श्रेष्ठ इन्स्टाग्राममा अत्यधिक सक्रिय हुने नेपाली सेलिब्रेटी हुन् । उनले आफ्नो इन्स्टा एकाउन्टबाट हालसम्म ४ सय ३१ वटा पोस्ट गरिसकेकी छिन् । सृष्टिलाई ४ लाख ३९ हजार ९ सय ७४ जनाले फलो गरेका छन् भने उनले १ सय ३५ जनालाई फलो गरेकी छिन् ।

माल्भिका सुब्बा (malvikasubbaofficial)
सन् २००२ मै मिस नेपालको उपाधि जितेकी माल्भिका सुब्बा सञ्चारकर्मी तथा कोरियोग्राफरका रूपमा सक्रिय छिन् । उनको भेरिफाइड इन्स्टा एकाउन्टलाई २ लाख ६९ हजार २ सय ६४ जनाले फलो गरेका छन् भने उनले १ हजार १ सय ४८ जनालाई फलो गरेकी छिन् । माल्भिकाले इन्स्टाग्राममा १ हजार ६ वटा पोस्ट गरिसकेकी छिन् ।

प्रियंका कार्की (priyanka.karki)
अभिनेत्री प्रियंका कार्की पनि इन्स्टाग्राममा अत्यधिक सक्रिय रहन्छिन् । उनको भेरिफाइड इन्स्टा एकाउन्टलाई ७ लाख ४२ हजार ७ सय ७७ जनाले फलो गरेका छन् । आफ्नो एकाउन्टबाट हालसम्म २ हजार ९ सय ७३ वटा पोस्ट गरिसकेकी प्रियंकाले ७ सय ७६ जनालाई फलो गरेकी छिन् ।

प्रबल गुरुङ
(prabalgurung)
फेसन डिजाइनर प्रबल गुरुङ अमेरिकामा पनि नेपाली सेलिब्रेटीकै रूपमा चिनिन्छन् । उनको भेरिफाइड इन्स्टा एकाउन्टलाई हालसम्म ६ लाख ५२ हजार ७ सय २० जनाले फलो गरेका छन् भने उनले ४ सय २३ जनालाई फलो ब्याक गरेका छन् । प्रबलले हालसम्म इन्स्टाग्रामबाट ६ हजार २ सय १४ वटा पोस्ट गरिसकेका छन् ।

मनीषा कोइराला
(m_koirala)
अभिनेत्री मनीषा कोइरालाको एकाउन्ट हालै मात्र भेरिफाइड भएको हो । इन्स्टाग्राममा उनलाई ९ लाख ४३ हजार ८ सय २३ जनाले फलो गरेका छन् भने उनले १ सय २२ जनालाई फलो गरेकी छिन् । इन्स्टाग्राममा मनीषाले हालसम्म १ हजार ९ सय ५५ वटा पोस्ट गरेकी छिन् ।

● कृष्ण भट्टराई

विकेन्ड रेस्टुराँ

बबरमहलमा बावर्ची : द रेस्ट्रो बार

राणाकालमा निर्माण भएको बबरमहल रिभिजिटेडभित्र सुन्दर, शान्त र चिटिक्क परेको रेस्टुराँ छ- बावर्ची : द रेस्ट्रो बार। बावर्ची उर्दु शब्द हो जसको अर्थ हुन्छ– सेफ (भान्छे)। नजिकै सिंहदरबार र विभिन्न कार्यालय भएर होला, सरकारी तथा निजी क्षेत्रका व्यक्तिहरूको बाक्लै जमघट देखिन्छ। बावर्ची बिजनेस मिटिङ तथा सेमिनारहरूका लागि पनि धेरैको रोजाइमा पर्छ। यहाँ स्वदेशी मात्र होइन, विदेशीहरू पनि उत्तिकै आउँछन्। बावर्चीका सञ्चालक हुन्- राज श्रेष्ठ। अमेरिकाको विचिता युनिभर्सिटीबाट बिइ अध्ययन गरेका राज ६ वर्ष लामो अमेरिका बसाइलाई बाईबाई गरेर नेपाल फर्किएका हुन्।

७ वर्षअघि राजले सञ्चालनमा ल्याएको बावर्ची रेस्टुराँमा कन्टिनेन्टल तथा नेवारी परिकारहरू उपलब्ध गराइन्छ। बावर्चीको मेनुमा सबैभन्दा बढी रुचाइएको परिकार बावर्ची स्पेसल रोल, पनिर कवाव रोल, कार्टी रोल, बिरयानी, टाइग्रा आदि हुन्। कटी रोल, टाइग्रा चाइनिज, कट्टी कवाव, सि फुड तथा डेजर्टका थुप्रै भेराइटी यहाँ उपलब्ध छन्। यो रेस्टुराँ बिहान साढे १० बजेदेखि राति १० बजेसम्म खुल्ला रहन्छ। बावर्चीले विवाह, ब्रतबन्ध, भोज आदिमा क्याटरिङको सुबिधा समेत उपलब्ध गराउँदै आएको छ। २६ जनालाई रोजगारी दिएको बावर्चीले जावलाखेलमा आफ्नो शाखा बिस्तार गरेको छ। बावर्चीकै मातहतमा लाबिम मल, सिभिल मल तथा न्युरोडमा बावर्ची क्विक बाइट्स फास्टफुड पनि सञ्चालनमा छन्।

विकेन्ड फेस्टिबल

नेपाल ल्याटिन डान्स फियास्ता-२०१९

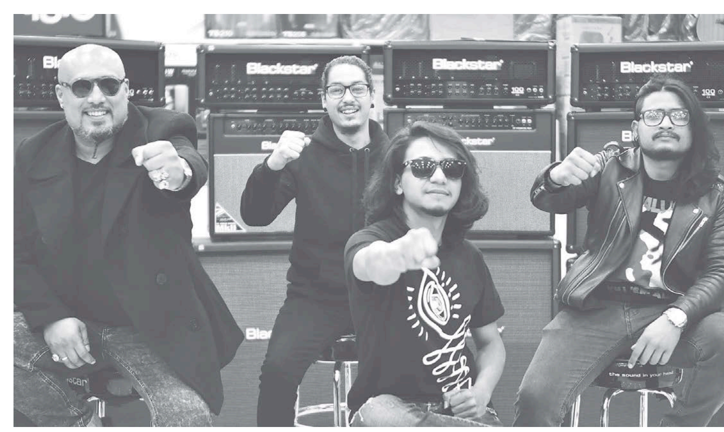
नेपालमा साल्सा डान्सका विविध कार्यक्रमहरू भैरहेका हुन्छन्। चैत २१ देखि २४ गतेसम्म नेपाल ल्याटिन डान्स फियस्ता-२०१९ को आयोजना हुँदैछ, जसमा झन्डै ३० देशका साल्सा डान्स इन्स्ट्रक्टरको जमघट हुँदैछ। नेपालमा ल्याटिन डान्स फियस्ता दोस्रो पटक आयोजना गर्न लागिएको हो। ल्याटिन डान्समा रुचि हुनेहरूले यो कार्यक्रममा सहभागिता जनाउन सक्छन्। संसारका धेरै देशबाट आएका साल्सा डान्स इन्स्ट्रक्टरले बचाता, किजोम्बा, ल्याटिन ज्याज तथा साल्साका सम्बन्धमा आ-आफ्नो अनुभव बाँड्नेछन्। यो कार्यक्रममा ५० घण्टा वर्कसप, ४ वटा बुट क्याम्प तथा १ दिन पुल पार्टी सञ्चालन गरिनेछ। कार्यक्रममा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय डिजेहरूको समेत उपस्थिति रहनेछ।

आयोजक : नेपाल ल्याटिन डान्स फियस्ता तथा फोर्ट साल्सा स्टुडियो

स्थान : छायाँ कम्प्लेक्स, ठमेल

विकेन्ड नाइट

रक एन्ड ब्लुज म्युजिकल नाइट



भोलि शनिबार ठमेलस्थित रेगी बारमा रक एण्ड ब्लुज् म्युजिकल नाइट हुँदैछ। यसमा एएसएम ब्यान्ड तथा मंकी टेम्पलले प्रस्तुति दिँदैछन्। साँझ ७ बजे प्रारम्भ हुने यो लाइभ म्युजिक मध्यरातसम्म चल्नेछ जहाँ एउटा ककटेलको खरिदमा अर्को ककटेल निःशुल्क उपलब्ध हुनेछ।

विकेन्ड लिटरेचर

छन्द तरंग, श्रृंखला-८

छन्द कविता सुन्न रुचाउँनुहुन्छ ? आज शुक्रबार छन्द तरंग श्रृंखला-८ को आयोजना हुँदैछ। छन्द कविताको मानकीकरणका लागी नयाँ अभियान स्वरुप यो कार्यक्रम आयोजित गर्दै आएको कार्यक्रम संयोजक डा रामप्रसाद ज्ञवालीले बताएका छन्।

कवि : प्रा.घनश्याम कँडेल, सुनिता सापकोटा, विष्णु न्यौपाने

स्थान : कुञ्ज थिएटर, थापागाउँ, सिडियो टोल **समय :** दिउँसो ३ बजे

आयोजक : कुञ्ज नाटक घर

विकेन्ड स्पिच

नेपालमा डा. विवेक बिन्द्रा

डा. विवेक बिन्द्रा भारतका चर्चित मोटिभेसनल स्पिकर तथा बिजनेस कोच हुन्। युवा पुस्तामाझ अत्यन्तै रुचाइएका डा. विवेकले भोलि शनिबार काठमाडौंमा मोटिभेसनल स्पिच दिँदैछन्। युट्युबमा उनका भिडियो निकै रुचाइएका छन्। डा. बिन्द्राले हालै मात्र उनले नेपालका ५ सुपरहिरो शीर्षकको भिडियो तयार गरेका थिए जसमा कुलमान घिसिङ, डा. सन्दुक रुइत, महावीर पुन, अनुराधा कोइराला तथा उत्तम सञ्जेलको योगदान समेटिएको थियो।

समय : १२ बजे **आयोजक :** जिनियस इन्साइडर

स्थान : नेपाल प्रज्ञा भवन, कमलादी

संयोजक : नरेन्द्र रौले

चलचित्र

आकर्षक भएर पनि चलेन कागजपत्र

गत शुक्रबार प्रदर्शनमा आएको चलचित्र 'कागजपत्र' ले उठाएको विषयलाई दर्शकले मन पराए । समाजमा देखा परेको जसरी भए पनि विदेश जानै पर्ने मोहलाई मुख्य विषय बनाएर निर्देशक अपिल विष्टले हल्का हास्य शैलीमा निर्माण गरेका हुन् यो चलचित्र । चलचित्रमा एकातिर पैसा कमाउन विदेश जानै पर्ने एउटा अधवैंशे पुरुषको बाध्यता चित्रण गरिएको छ भने अर्कातिर स्टुडेन्ट भिसामा अष्ट्रेलिया जान तयार युवती आर्थिक अभावका कारण कसरी ती अधवैंशे पुरुषसँग कागजी विवाह गरेर त्यता जाने प्रयास गर्छिन् भन्ने सन्दर्भ उनिएको छ ।

निर्देशक विष्टकै पटकथामा आधारित यो चलचित्रका मुख्य पात्र हुन्- हुलाक कार्यालयका पियन राजकुमार, जसलाई भोलाराज सापकोटाले निर्वाह गरेका छन् । सोझा तथा इमान्दार यी सरकारी जागिरेलाई दुई छोरा-छोरी पढाउँदै घर खर्च चलाउन धौ-धौ छ । उनी स्वयं आफ्नो दैनिकीसँग सन्तुष्ट भए पनि उनकी श्रीमती देवी (सरिता गिरी) लाई भने श्रीमान्को सिमित आयमा जीवन गुजार्न मन छैन । उनी श्रीमान्लाई विदेश जान दबाब दिँदै छिमेकी सरह धनी बन्न चाहन्छिन् । धेरै खर्च गरेर राम्रा मुलुक जाने हैसियत नभएका राजकुमार खाडी गएर मजदुरीसमेत गर्न सक्दैनन् । राजकुमारकी २० वर्षीया साली बुनु (शिल्पा मास्के) नर्सिङमा स्नातक भएकाले उच्च शिक्षाका लागि अष्ट्रेलिया जान चाहन्छिन्, तर उनको परिवारले छोरीलाई विदेश पठाउनुभन्दा देशमै सरकारी जागिर खान प्रेरित गर्छ । विदेश गए पनि उनलाई प्रेमी केशव (नाजिर हुसैन) लाई धोका दिन मन छैन । कन्सल्टेन्सीले बुनुलाई नक्कली विवाह गरेर डिपेन्डेन्ट भिसामा विदेश जाने जुक्ति सुझाउँछ । घर-परिवारमा सल्लाह गरेपछि साली-भेना नै कागजी विवाह गरेर अष्ट्रेलिया जाने निर्णयमा पुग्छन् । यद्यपि, डिभोर्स गर्नेदेखि समाजले थाहा नपाउने गरी सबै काम गर्नु राजकुमार र बुनु दुवैका लागि कम चुनौतीपूर्ण छैन । नेपालको मध्यमवर्गका मानिसहरूले छोटो समयमै धनी बन्न चाहने आफ्नो महत्वाकांक्षा पूरा गर्ने क्रममा आइपर्ने बाधा-व्यवधानलाई यो चलचित्रले रोचक शैलीमा चित्रण गरेको छ ।

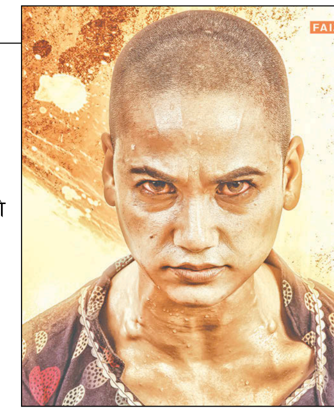
१ घण्टा ४५ मिनेट लामो यो चलचित्रमा मध्यान्तरअघिका दृश्य रोचक छन् । यद्यपि, चलचित्रका मुख्य पात्रले बोल्ने दुईअर्थी संवादले चलचित्रलाई केही भद्दा बनाएको छ । दर्शक हँसाउन राखिएका त्यस्ता दृष्यले परिवारका सबै सदस्यसहित चलचित्र हेर्न गाह्रो पर्छ ।

चलचित्रका मुख्य पात्रहरूको छनोट तथा उनीहरूको अभिनय अब्बल छ । राजकुमारको भूमिकामा प्रस्तुत भएका भोलाराज सापकोटाको अभिनय प्रशंसनीय छ । यसअघि प्रायः छोटा भूमिकामा प्रस्तुत हुने भोलालाई यो चलचित्रमा मुख्य भूमिकामै प्रस्तुत गरेर निर्देशकले ठूलै चुनौती मोलेका छन् भने भोलाराजले भने आफूलाई दिइएको जिम्मेवारी इमान्दारितापूर्वक निर्वाह गरेका छन् । श्रीमतीको भूमिकामा सरिता गिरीले सटिक अभिनय गरेकी छिन् । नाजिर र शिल्पा पनि प्रेमि-प्रेमिकाको भूमिकामा जमेका छन् । यो चलचित्रको छायांकन पनि सबल छ ।

यति हुँदाहुँदै पनि चलचित्रको व्यवसायिक पक्ष भने कमजोर छ । प्रदर्शनमा आइरहेका ठूला बजेटका चलचित्रले समेत राम्रो बजार पाउन नसकिरहेको बेला कागजपत्रले पनि त्यसको मार खेपेको छ । मल्टिप्लेक्समा समेत चलचित्र हेर्न दर्शकको खडेरी यो चलचित्रले समेत व्यहोर्नु परेको छ । कथा, प्रस्तुति, निर्माण सबै कुरामा अब्बल हुँदा-हुँदै पनि यो चलचित्रले लगानी उठाउन गाह्रै छ ।

सार्वजनिक प्रदर्शन प्रारम्भ हुनुभन्दा एक दिनअघि गरिएको प्रिमियर शोमा चलचित्र हेरेका अधिकांश चलचित्रकर्मीले सकारात्मक प्रतिक्रिया दिएका थिए । यद्यपि समिक्षकहरूले भने चलचित्रमा दुईअर्थी शब्दको प्रयोग अलि बढि नै भएको बताए । यो चलचित्र करिब डेढ करोड रुपैयाँमा निर्माण गरिएको हो ।

प्रेम लीला



गत हप्ता प्रदर्शनमा आएको चलचित्र हो- प्रेमलीला । नेपाली चलचित्र बजार सुस्ताएका बेला यो चलचित्रले पनि अपेक्षाकृत व्यापार गर्न सकेको छैन । यद्यपि, दर्शकबाट पाएको प्रतिक्रियाले भने सकारात्मक ऊर्जा प्रदान गरेको अभिनेत्री तथा निर्मात्री दीपशिखा खड्का बताउँछिन् । यो चलचित्रमा झण्डै एक करोड रुपैयाँ लगानी भएको छ । बुधबारसम्मको कलेक्सनलाई आधार मान्ने हो भने चलचित्र प्रेमलीलालाई लगानी उठाउन धौ-धौ छ । बुधबारसम्म यो चलचित्रले करिब ४० लाख रुपैयाँ आम्दानी गरेको निर्मात्री दीपशिखा बताउँछिन् । त्यसैले यो चलचित्रले आफ्नो लगानी सुरक्षित गर्नेमा उनी स्वयं ढुक्क छैनन् ।

अभिनेता अलि खान, मौसम खड्का तथा अभिनेत्री दीपशिखाले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेको यो चलचित्रमा अन्तरदेशीय प्रेमकथा प्रस्तुत गरिएको छ जसमा एक भारतीय युवकले सामाजिक सञ्जाल फेसबुकमार्फत नेपाली युवतीलाई प्रेममा पारी फसाएको प्रसंग चित्रण गरिएको छ । भारतीय युवकले फेसबुकमार्फत नेपाली युवतीलाई मन पराउँछन् । उनी ती युवती समक्ष प्रेम प्रस्ताव राख्न नेपाल आउँछन् । ती भारतीय युवक प्रेम हुन्छन् भने उनको प्रेममा पर्ने नेपाली युवती लीला हुन्छिन् । प्रेम र लीलाको बीचको सम्बन्ध नै चलचित्र प्रेमलीला हो । नेपाल आएर प्रेमले लीला समक्ष प्रेम प्रस्ताव राख्छन् । त्यसपछि लीलालाई गर्भवती बनाएर उनी भारत फर्केर गुमनाम हुन्छन् । त्यसको केही समयपछि लीला आफ्नो प्रेमी खोज्दै भारत पुग्छिन् । आखिर प्रेमचाहिँ त्यहाँका प्रख्यात मानिस निस्कन्छन् तर उनको हत्या भैसकेको हुन्छ । प्रेमको हत्या राहुलले हत्या गरेका हुन्छन् । राहुल लीलाको बाल्यकालको साथी हुन् जसले लीलालाई निकै मनपराउँथे । चलचित्रमा राहुलले प्रेमको हत्या गरेको कुरालाई सन्स्पेन्स राखिएको छ । प्रेमको हत्या राहुलले गरेको कुरा थाहा पाएपछि लिला उनीसँग बदला लिएर नेपाल फर्कन्छिन् । यो पक्षलाई चलचित्रमा सशक्त ढंगले प्रस्तुत गरिएको छ ।

चलचित्र प्रेमलीलामा अभिभावकले सन्तानलाई बढी स्वतन्त्रता र माया दिँदा बाटो बिराएर कुलतमा फस्न सक्ने कुरा समेत प्रस्तुत गरिएको छ भने विश्वासिलो पात्रले पनि कुनै स्वार्थ पूरा गर्न धोका दिन सक्छ भन्ने सन्देश यो चलचित्रले दिन खोजेको छ । चलचित्रमा निर्देशक र कथाको कन्सेप्टअनुसार मेकअप आर्टिस्टले त्यसमा न्याय गर्न सकेका छैनन् । कथा भन्न खोजेको कुरा र मेकअपमा तालमेल देखिँदैन । चलचित्रको गीत-संगीत राम्रो छ, तर गीतको भिडियोको कोरियोग्राफी गतिलो छैन । निर्देशकको काममा पनि परिपक्वता देखिँदैन । चलचित्रको मुख्य भूमिकामा रहेका कलाकारहरूले आफ्ना तर्फबाट न्याय गरेका छन्, यद्यपि सहयोगी पात्रको भूमिकामा रहेका कलाकारहरूले भने सशक्त भूमिका निर्वाह गर्न सकेका छैनन् । यो चलचित्रमा हिन्दी संवादको प्रचुर प्रयोग गरिएको छ जसले गर्दा नेपाली भाषामात्र बुझ्ने दर्शकलाई कथा बुझ्न समस्या पर्न सक्छ ।

शुभ लभ

युवा ज्योतिषी हरिहर अधिकारी अभिनित चलचित्र शुभ लभ आज शुक्रबार प्रदर्शनमा आउँदैछ । सन्तोष बाबु लोहनीद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा प्रेमकथालाई सशक्त ढंगले प्रस्तुत गरिएको निर्माण पक्षले जनाएको छ । बुद्ध इन्टरटेनमेन्टको ब्यानरमा निर्माण भएको यो चलचित्रका प्रस्तुतकर्ता प्रदीपकुमार उदय हुन् । चलचित्र शुभ लभमा धर्मराज सुवेदीको लगानी छ । यो चलचित्रमा नायक अधिकारी तथा कृष्टिन पौडेलका अतिरिक्त सरोज खनाल, राजाराम पौडेल, राजा राजेन्द्र पोखरेल, रवीन्द्र झा, प्रदीप बास्तोला आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । चलचित्रको कथा अभिनेता हरिहर स्वयंको हो भने अभिमन्यु निरवीले यसको पटकथा तथा संवाद तयार गरेका हुन् । चलचित्रमा शुभ लभ र टुक्रियो एउटा सपना गरी दुईवटा गीत समावेश गरिएका छन् । अर्जुन पोखरेलद्वारा संगीतबद्ध यो चलचित्रलाई रामेश्वर कार्कीले छायांकन गरेका हुन् । पोखरा, म्याग्दी, लुम्बिनी, भैरहवा, कालिन्चोक तथा काठमाडौंका विभिन्न स्थानका दृश्य समेटिएको शुभ लाभमा रामजी लामिछानेको कोरियोग्राफी, विक्रम भट्टराईको द्वन्द्व तथा बनिष शाह एवं भुपेन्द्र अधिकारीको सम्पादन हेर्न पाइन्छ ।

साइँली

चलचित्र साइँली आज शुक्रबारदेखि प्रदर्शनमा आउँदैछ । रामबाबु गुरुङको लेखन तथा निर्देशनको यो चलचित्रमा आफ्नो परिवारको ऋण तिर्न वैदेशिक रोजगारीमा जानुपर्ने बाध्यतामा परेका ३० वर्षीय पिताम्बर थापा तथा २५ वर्षीय माया थापामगर (साइँली) को अन्तरजातीय प्रेम जीवनमा आउने उत्तारचढाव एवं बाधाहरू समेटिएको छ । सुखद् भविष्यको कल्पना गर्ने प्रेमिल जोडीको यो चलचित्रमा गौरव पहारी, मेनुका प्रधान, दयाहाङ राई, केनिपा सिंह, माओत्से गुरुङ, प्रकाश घिमिरे, पुष्कर गुरुङ, लोकेन्द्र लेखक, किरण चाम्लिङ राई, सुष्मा निरौला, इष्टु कार्की, सरोज अर्याल, अरुणा कार्की आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । विशाल गुरुङ तथा मोहन रानामगरले निर्माण गरेको चलचित्र साइँलीका सह-निर्माता विजय अवाले, विकास पुजाज तथा शुभेच्छा केसी हुन् । मणिराम पोखरेल यो चलचित्रका कार्यकारी निर्माता हुन् । चलचित्रमा नाच माया र प्याट प्याटे गरी दुईवटा गीत समावेश छन् । यसमध्ये नाच माया गीतले युट्युबमा ५० लाखभन्दा बढी भ्युज पाएको छ । चलचित्रका गीतमा कालिप्रसाद बास्कोटा तथा सुशान्त गौतमको संगीत छ भने ब्याकग्राउण्ड स्कोर रोहित शाक्यको छ । शैलेन्द्र डि कार्कीले छायांकन गरेको यो चलचित्र कास्कीका विभिन्न स्थानका दृश्य समावेश गरिएको छ । यो चलचित्रको एक महिना अघि सार्वजनिक ट्रेलरमा माया, प्रेम, मित्रता, गरिबी तथा त्यसबाट उत्पन्न हुने समस्या देखाइएको थियो ।

विशाखा पाण्डे

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

तस्बिर : महेश प्रधान
लोकेसन : रिफ रेष्टुराँ एण्ड लाउन्ज बार, ठमेल
मेकअप : अम्बु रुचाल, मिरर ब्यूटी क्लब, मैतीदेवी

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक

प्रदीपलाई कुदैं

हेमराज बिसी, रामबाबु गुरुङ तथा छेतेन गुरुङ स्थापित निर्देशकहरू हुन् । उनीहरूद्वारा निर्देशित चलचित्र प्रायः सफल मानिन्छन् । यतिबेला यी तीनै जना निर्देशकलाई एउटै पंक्तिमा राख्नु पर्ने कारण बनेका छन्- अभिनेता प्रदीप खड्का । प्रदीपलाई लिएर चलचित्र निर्माण गर्न यी तीनै जना निर्देशक पालो पर्खेर बसेका छन् । प्रदीप भने यतिबेला उज्वल घिमिरेद्वारा निर्देशित चलचित्र लभ स्टेशनको प्रचार-प्रसारमा छन्, जुन चैत २२ गतेदेखि प्रदर्शन हुँदैछ । एकपछि अर्को चलचित्रमा सफलताको झण्डा गाडिरहेका प्रदीपको क्रेज असाध्यै राम्रो छ । त्यसैले पनि उनलाई लिन निर्माता-निर्देशकहरू पालो कुरेर बस्न बाध्य छन् । लभ स्टेसनको प्रदर्शनपछि प्रदीपले ठ्याक्कै यही नै चलचित्रमा अभिनय गर्नेछन् भन्ने त निश्चित भएको छैन, तर बजारमा चलेको हल्ला विश्वास गर्ने हो भने उनले रामबाबु गुरुङको चलचित्र 'कबड्डी-३' लाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेका छन् । यो चलचित्रको छायांकनपछि मात्र उनी क्रमशः हेमराज बिसी तथा छेतेन गुरुङका चलचित्रमा सक्रिय हुनेछन् ।

साइँलीको प्रचार काइदा

राम्रा चलचित्रले पनि सिनेमा हलमा दर्शक नपाएपछि प्रदर्शनको तयारीमा रहेका केही चलचित्रले प्रसार-प्रसारको नयाँ-नयाँ उपाय अपनाउन थालेका छन् । आज चैत १५ गतेदेखि प्रदर्शन भैरहेको चलचित्र 'साइँली' ले एउटा नयाँ प्रयोग गरेको छ, जसले निर्माण पक्षलाई सहयोग पुऱ्याउने अनुमान गर्न सकिन्छ । विगत एक सातादेखि उक्त चलचित्रले काउन्टडाउन शैलीमा प्रत्येक दिन चलचित्रको आधा मिनेट लामो ट्रेलर यूट्युबबाट सार्वजनिक गरेको थियो । चलचित्रका रोचक दृश्यहरू त्यसरी यूट्युबमा सार्वजनिक भएपछि दर्शकलाई थप आकर्षित गर्न सकिएको चलचित्रका निर्माताहरूको दावी छ । सर्ट प्रोमोका रूपमा सार्वजनिक भएका ती प्रोमोले राम्रै भ्युज पाएका थिए । चलचित्रका निर्देशक रामबाबु गुरुङका अनुसार यस्तो प्रयोगले दर्शकलाई चलचित्रको प्रदर्शन मितिका बारेमा जानकारी दिनुका साथै चलचित्रका बारेमा कौतुलहतासमेत जगाएको थियो । चलचित्र साइँलीको मुख्य भूमिकामा गौरव पहारी, दयाहाङ राई तथा मेनुका प्रधान छन् ।

कुराकानी

कडाइका साथ लागू गरिनेछ

● केशव भट्टराई, अध्यक्ष, चलचित्र विकास बोर्ड

चलचित्र विकास बोर्डको अध्यक्षका रूपमा तपाईंको पहिलो प्रतिबद्धता के हो ?
चलचित्र क्षेत्रको हितका लागि सकेको काम गर्ने तर अहितमा कुनै पनि काम नगर्ने ।

विकास बोर्ड सधैं राजनीतिमा रुमलिँदै आएको छ । यसको विगतको काम त्यति सन्तोषजनक छैन नि ?
विगतमा के कस्तो काम भए, त्यो मलाई थाहा छैन । म यहाँ रहने भनेको कुनै राजनीतिक दलको कार्यकर्ताका रूपमा होइन । म बिसुद्ध चलचित्र र चलचित्रकर्मीका लागि काम गर्न यहाँ आएको हुँ ।

केही नयाँ कार्यक्रम त तय गर्नुभएको होला नि ?
चलचित्र क्षेत्रको हितका लागि मैले केही ठोस योजनाहरू बनाएको हुँ, यद्यपि कार्यालयको पहिलो दिन नै म ती कार्यक्रम घोषणा गर्न चाहन्न ।

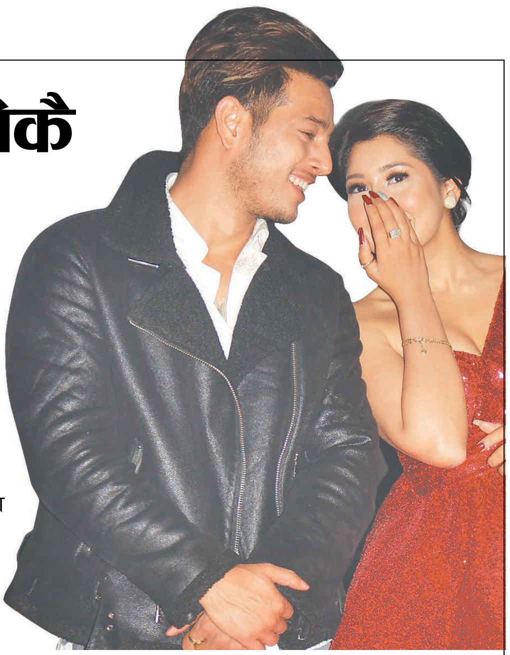
सरकारलाई बुझाउनु भएको योजनामा के छ ?
मैले सरकारलाई १६ बुँदामा महत्वाकांक्षी योजना बुझाएको छु । त्यसबाहेक म राष्ट्रिय चलचित्र नीति-२०७१ पारित गर्न सक्दो प्रयास गर्नेछु ।

अलपत्र परेको बक्स अफिसका बारेमा यहाँको धारणा के छ ?
हामी चाँडै बक्स अफिसलाई कार्यान्वयन गराउँछौं ।

विदेशी चलचित्रले नेपाली चलचित्रमाथि गर्दै आएको थिचोमिचोलाई कसरी सम्बोधन गर्नु हुन्छ ?
विदेशी चलचित्रमाथि सकारात्मक हस्तक्षेप गर्नुपर्ने आवश्यकता देखेको छु । शुक्रबारबाहेक अन्य दिन विदेशी चलचित्र प्रदर्शन गर्न नपाइने नियम कडाइका साथ लागू गराउनेछु ।

तपाईंको नियुक्तिलाई राजनैतिक मान्ने कि गैर राजनैतिक ?
म कुनै राजनीतिक कार्यकर्ताका रूपमा यहाँ आएको होइन । म बिसुद्ध चलचित्रकर्मी हुँ । बोर्डको अध्यक्षका रूपमा मैले कुनै पनि संघ-संस्थामाथि अनावश्यक हस्तक्षेप गर्ने छैन ।

विदेशीकै डर



नेपाली चलचित्रलाई प्रत्येक साता आफ्नै देशका चलचित्रसँग जुध्नु परेको पीडा त छँदैछ भने हलिउड-बलिउडका ठूला बजेट तथा ब्यानरका चलचित्रसँग जुध्नु पर्ने अर्को बाध्यतात्मक अवस्था पनि छ । त्यसैले विदेशका राम्रा चलचित्र प्रदर्शन हुने साता ठूला नेपाली चलचित्र प्रदर्शनमा आउँदैनन् । प्रदर्शन मिति तय गरिसकेका ठूला ब्यानरका चलचित्रसमेत विदेशी चलचित्रको डरले ब्याक हुने क्रम बढेको छ । यतिबेला दुई ठूला चलचित्र दाल भात तरकारी तथा जात्रै जात्राले विदेशी चलचित्रको डरकै कारण आफ्नो प्रदर्शन मिति परिवर्तन गरे । वैशाख १३ गते प्रदर्शनमा आउने भनिएको 'दाल भात तरकारी' सोही दिन प्रदर्शन हुने हलिउड चलचित्र 'एभेन्जरः इन्ड गेम' का कारण एक सातापछि सरेको छ । अब यो चलचित्र वैशाख २० मा मात्र दर्शकमाझ आउनेछ । दाल भात तरकारी एक सातापछि सरेपछि चलचित्र जात्रै जात्रा पनि पूर्व निर्धारित वैशाख २७ को मिति परिवर्तन गर्दै जेठ ३ गते प्रदर्शन हुने भएको छ । वैशाख २७ मा बलिउडको 'स्टुडेन्ट अफ द इयर-२' सार्वजनिक हुने निश्चित भएपछि जात्रै जात्रापछि सरेको अनुमान गर्न गाह्रो पर्दैन । जात्रै जात्रालाई जेठ ३ मा पनि सुख छैन, किनभने उक्त मितिमा चलचित्र वीरविक्रम-२ प्रदर्शन हुने निश्चित भैसकेको छ ।

दोहोरिंदै हाकु र गोप्ले

चलचित्र लूटको चर्चित जोडी हाकु काले तथा गोप्ले अर्थात सौगात मल्ल र दयाहाङ राईले सँगै एउटै चलचित्रमा अभिनय नगरेको धेरै भयो । अहिले उनीहरू चलचित्र लप्पन-छप्पनमा सँगै देखिएको थिए । यद्यपि, उक्त चलचित्र व्यवसायिक रूपमा सफल हुन सकेको थिएन । अहिले आएर निर्देशक मुकुन्द भट्टले त्यही चलचित्रको सिक्वेल अर्थात लप्पन छप्पन-२ मा सौगात र दयाहाङलाई नै मुख्य भूमिकामा दोहोऱ्याउने घोषणा गरेका छन् । हालै सार्वजनिक चलचित्रको पोस्टरमा उक्त चलचित्रका कलाकार तथा प्राविधिकहरूको नाम सार्वजनिक गरिएको हो । अघिल्लो चलचित्रमा मुख्य भूमिकामा रहेकी अभिनेत्री वर्षा सिवाकोटी सिक्वेल चलचित्रमा रहने छैनन् । उनलाई मिस नेदरल्याण्डकी सेकेण्ड रनर्सअप केरोलिन कोलिन्डाले रिप्लेस गर्नेछिन् । यो चलचित्रमा सौगात र दयासँगै अनुप विक्रम शाही पनि मुख्य भूमिकामा रहने छन् ।

को हुन् सुरक्षाको माया ?

चलचित्र उद्योगका अभिनेता-अभिनेत्रीहरूको प्रेम-प्रसंगले ठूलै हल्लीचल्ली मच्चाउँछ । कतिपयले आफ्नो प्रेमलाई सहजै स्वीकार गर्छन् भने कोही आफ्नो प्रेमसम्बन्धलाई सिधै नकार्छन् । यस्तै, कतिपय कलाकारचाहिँ आफ्नो प्रेमसम्बन्धलाई लिएर खुलेर कुरा गर्दैनन्, यद्यपि सामाजिक सञ्जालमा भने माया, प्रेम र विछोडको अभिव्यक्ति दिएर दिन कटाउँछन् । पछिल्लो समय अभिनेत्री सुरक्षा पन्तको फेसवुक वाललाई नियाल्ने हो भने उनी कसैसँग गहिरो प्रेममा छिन् भन्ने अनुमान लगाउन खासै गाह्रो पर्दैन । उनको फेसबुक स्टाटसमा कतै उनी प्रेम बिछोड परेकी हुन् कि भन्ने पनि लाग्छ । सुरक्षाले एक साताअघि फेसबुकमा स्टाटस लेखिन्–जति कोसिस गरे पनि सानोतिनो बिगार भैहाल्छ, त्यही बिगारसँगै माया प्रगाढ भैहाल्छ, किनभने कोसिस त गरेकै थियौ नि माया । यो स्टाटस हेर्दा कतै उनले प्रेममा पीडा भएर यस्तो लेखेकी त होइनन् ? भन्ने प्रश्न उठ्नु स्वभाविक हो । त्यसो भए को हुन् त उनका प्रेमी ? यो कुराचाहिँ सुरक्षा र उनकै पूर्वप्रेमीलाई नै थाहा होला ।

परानको कीर्तिमान

नेपाली चलचित्रले अचेल सिनेमा हलको साटो यूट्युबमा कीर्तिमान कायम गर्न थालेका छन् । छोटो समयमा सर्वाधिक भ्युज पाउने चलचित्रको गीत तथा ट्रेलर कुन हो ? भन्ने जिज्ञासा मेटाउनसमेत त्यस्ता कीर्तिमान उपलब्धिमूलक हुन थालेका छन् । केही अघि चलचित्र क्याप्टेनको ट्रेलरले २४ घण्टामा सर्वाधिक हेरिएको कीर्तिमान बनाएको थियो, जसलाई यसै साता चलचित्र ए मेरो हजुर-३ को एउटा गीतले भंग गरिदियो । परान...शीर्षकको उक्त भिडियोले पहिलो २४ घण्टामा १० लाखभन्दा बढि भ्युज पायो । यसअघि चलचित्र शत्रु गतेको रुपै मोहनीले २४ घण्टामा सर्वाधिक ८ लाख ४७ हजार भ्युज पाएको थियो । आशिष अविरल तथा अञ्जु पन्तको स्वरको परान गीतले करिब ६ हजार प्रतिक्रिया पाएको छ, जसमा अनमोल केसी र सुहाना थापाको जोडी सुहाएको प्रसंग उल्लेख गरिएका छ ।

● श्वेता खड्का, अभिनेत्री

मलाई रिस उठ्छ

- खाना मिठो भएन भने
- कसैले झुट बोल्यो भने
- कुनै काम बिग्रिएपछि अनावश्यक रूपमा त्यसको चियो-चर्चा एवं समीक्षा गरिँदा,
- आफूले एउटा सोच्यो अर्कै भैदियो भने
- कसैलाई महत्वपूर्ण काम परेर फोन गऱ्यो, तर त्यो फोनको बेवास्ता गरियो भने
- खाना मिठो भएन भने ।

पोखरामा अन्तर्राष्ट्रिय फेसन विक

फेसन फेडरेसन नेपालले पोखरामा अन्तर्राष्ट्रिय फेसन विक नेपाल-पोखराको आयोजना गर्ने भएको छ । द काठमाडौं पोस्टको प्रस्तुतिमा उक्त फेसन विक चैत २८ गतेदेखि ३० गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ । आयोजक संस्थाले जनाएअनुसार फेसन विकका क्रममा २० जना महिला तथा ५ जना पुरुष मोडलले विभिन्न पहिरन प्रदर्शन गर्नेछन् । फेसन विकको विशेष आकर्षण अन्तर्राष्ट्रिय ज्वेलरी डिजाइनर मोना श्राफले डिजाइन गरेका गरगहनाको प्रदर्शन हुनेछ । भारतीय कोरियोग्राफर श्रेया सिंहले कोरियोग्राफी गर्ने फेसन विकमा फेसन डिजाइनर प्रेम देव तथा शुभासिनी सिंहका पहिरनका अतिरिक्त अन्य स्वदेशी तथा विदेशी डिजाइनरका पहिरनसमेत प्रदर्शन गरिनेछ । फेसन विक पोखराको स्काइ स्पोर्ट्स क्लबमा सञ्चालन हुने बताइएको छ ।

बुटवलमा गुञ्जियो कन्दरा

'बिदेसिएर गइन् उनी मलाई छोडेर...' भन्दै बुटवलस्थित बुटवल मण्डपको नेपाल आइस प्रादेशिक संगीत यात्राको स्टेजमा देखा परे गायक विवेक श्रेष्ठ आफ्नो ब्यान्ड कन्दराका सहकर्मीहरूसँगै । करिब २२ वर्षअघि बुटवलमा कन्सर्ट दिएको क्षण सम्झँदै गायक विवेकले भने– यतिका वर्षपछि फेरि आएको छु, बुटवलवासीको साथ पाउने आशामा छु । उक्त अवसरमा विवेकले आफ्ना लोकप्रिय गीतहरू प्रस्तुत गरे । त्यस क्रममा ब्यान्डले गायक तथा संगीतकार राम थापाको समर्पित गर्दै उनको गीत 'लेकाली हे चोयाको डोको' समेत प्रस्तुत गऱ्यो ।

२२ वर्षअघिको लोकप्रिय गीत लेककी हे चोयाको गीत आज पनि उत्तिकै मन पराइने दर्शकहरूको वान्स मोरबाट प्रस्ट हुन्थ्यो । २५ वर्षअघि पोखरामा स्थापित लोक-पप तथा मेलोडी गीतमा केन्द्रित कन्दरा ब्यान्डका प्रत्येक गीतमा बुटवलका दर्शकहरू रमाइरहेका देखिन्थे ।

मिसेज टप अफ द वर्ल्ड

विवाहित महिलाहरूमा लक्षित मिसेज टप अफ द वर्ल्ड शीर्षकको अन्तर्राष्ट्रिय सौन्दर्य प्रतियोगिताका लागि नेपालको आधिकारिक संस्था ईप्लानेटले अलिना शाक्य तुलाधरलाई मिसेज टप अफ द वर्ल्ड नेपाल-२०१९ घोषणा गरेको छ । मिसेज टप अफ द वर्ल्ड नेपाल-२०१९ का रूपमा चयन भएकी अलिना शाक्य तुलाधारलाई औपचारिक रूपमा विजेताको ताज पहिऱ्याउने कार्य चैत ८ गतेका दिन होटल सोल्टी क्राउन प्लाजामा आयोजित एक कार्यक्रमका बीच सम्पन्न गरिएको थियो । मिसेज टप अफ द वर्ल्ड-२०१९ को अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता लातभियाको रिगा सहरमा मे २९ देखि जुन २ तारिखसम्म संचालन हुनेछ ।

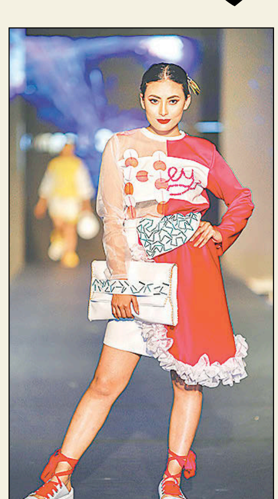
हस्पिटालिटीको उपाधि

तेस्रो संस्करणको हस्पिटालिटी नेपालको उपाधि अनिक अधिकारीले हात पारेका छन् । अधिकारी नेपाल टुरिज्म एन्ड होटल म्यानेजमेन्ट कलेजमा अध्ययनरत छन् । एपी इन्टरटेनमेन्टले आयोजना गरेको उक्त प्रतियोगितामा नेपाल टुरिज्म एण्ड होटल म्यानेजमेन्ट कलेजमा अध्ययनरत पवित्रा तामाङ फर्स्ट रनर्सअप घोषित भइन् भने माउन्ट अन्नपूर्ण कलेजमा अध्ययनरत प्रतीक गुरुङले सेकेन्ड रनर्सअपमा चित्त बुझाए । १८ जना प्रतियोगीबीच प्रतिस्पर्धा भएको यो प्रतियोगिताको बन्द प्रशिक्षण डेढ महिना चलेको थियो ।

डान्स च्याम्पियनसिप हुने

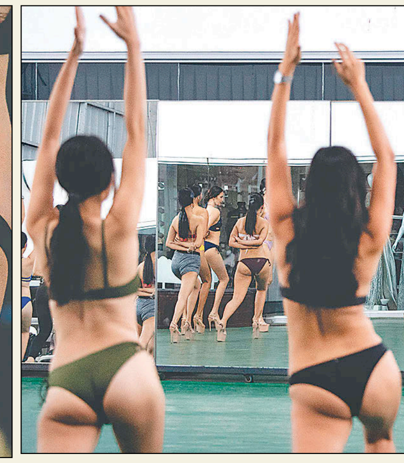
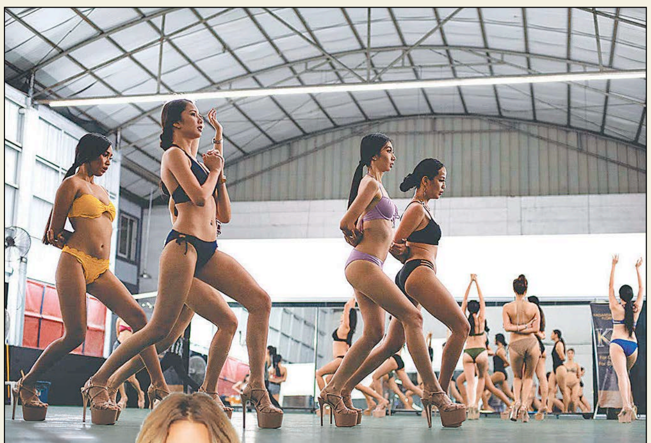
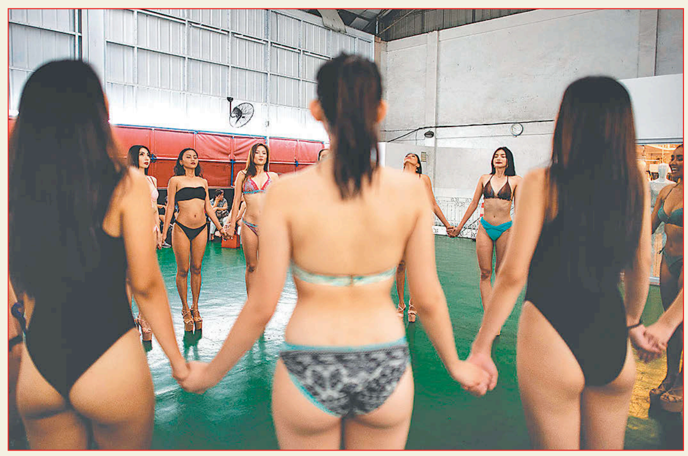
एसईई दिएर बसेका विद्यार्थीहरूलाई लक्षित गर्दै एसईई डान्स च्याम्पियनसिप सञ्चालन भएको छ । काठमाडौंमा आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा नृत्य मनोरञ्जनको साधनमात्र नभै सीपसहितको शिक्षा हो भन्ने मान्यता स्थापित गराउने उद्देश्यले यो प्रतियोगिता आयोजना गर्न लागिएको बताइएको छ । प्रतियोगिताका परिकल्पनाकार महेश गोदारका अनुसार यो प्रतियोगिताका लागि वैशाख १० गतेदेखि २५ गतेसम्म देशका प्रमुख सहरहरूमा अडिसन सञ्चालन गरिनेछ । अडिसनबाट छनौट भएका ६० जना प्रतिभालाई टेलिभिजन राउन्डमा सहभागी गराइनेछ । यो प्रतियोगिताको निर्णायकमा गम्भीर विष्ट, नन्दा बस्याल तथा प्रेम श्रेष्ठ रहने छन् । प्रतियोगिताको अडिसन काठमाडौंसहित इलाम, बिर्तामोड, धरान, पोखरा, धादिङ, बनेपा, कोहलपुर, धनगढी, बुटवल तथा नारायणगढमा सञ्चालन गरिने बताइएको छ ।

डिजाइनर्स रनवेमा फेसनको विविधता



बौद्धस्थित होटल हायात रिजेन्सीमा आइसी कलेज अफ आर्ट एण्ड फेसनबाट फेसन डिजाइनिङमा स्नातक गरेका ५३ जना विद्यार्थी डिजाइनरको परिकल्पनामा तयार भएका विभिन्न स्वरुप एवं डिजाइनका सुन्दर, आकर्षक तथा मनमोहक पहिरनहरू प्रस्तुत भए । १४ वटा सिक्वेन्समा विभाजित ती पहिरनले विद्यार्थी डिजाइनहरूको व्यवसायिक सीप, कौशल तथा दक्षताका सम्बन्धमा वर्णन गरिरहेका थिए । पूर्व मिसनेपालद्वय अश्मी श्रेष्ठ र निकिता चान्डक, मिस ग्रान्ड नेपाल-२०१८ उरुषा जोशी, मोडल हन्ट नेपाल-२०१८ अदिति अधिकारी, मिस्टर मोडल अफ द वर्ल्ड-२०१८ दिक्पाल कार्की आदिको विशेष उपस्थिति रहेको उक्त फेसन शोको कोरियोग्राफी प्रशान्त ताम्राकारले गरेका थिए ।

पहिलो विश्व

अब डक वाक

सौन्दर्य प्रतियोगिता होस् वा फेसन शो नै किन नहोस् सहभागी युवतीहरूले सधैं क्याट वाक (बिरालोको चाल) नै गर्ने चलन छ । यद्यपि फिलिपिन्समा हालै सम्पन्न एक सौन्दर्य प्रतियोगितामा सहभागी भएका युवतीहरूलाई डक वाक (हाँसको चाल) मा हिँड्न सिकाइयो । हाँसको शैलीमा हिँड्ने अभ्यास सैनिक प्रशिक्षणका क्रममा गराइन्छ र यसले शरीरलाई बलियो बनाउने मान्यता छ । यही कुरालाई ध्यानमा राख्दै सौन्दर्य प्रतियोगितामा सहभागी सुन्दरीहरूलाई डक वाकको प्रशिक्षण प्रदान गरिएको हो ।

तस्बिरहरू : एपी

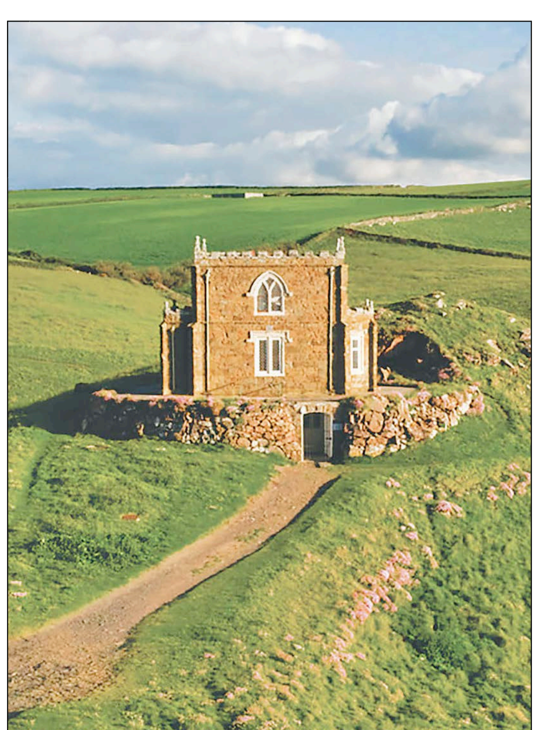
चर्चामा पिंजडा ट्राउजर

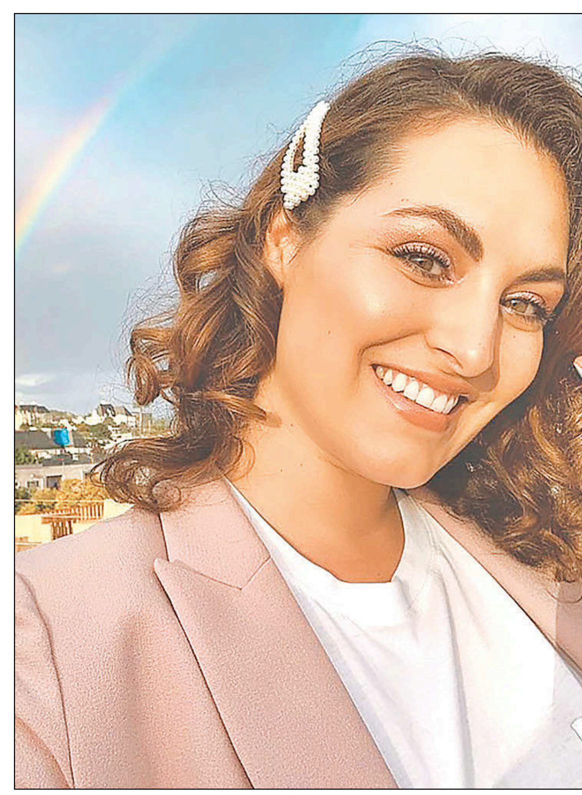
फेसन नोभालाई अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा चर्चित फेसन ब्रान्ड मानिन्छ । यो फेसन ब्रान्डले सातामै दजनौं किसिमका फेसनलाई अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पुऱ्याइरहेको हुन्छ । यसै क्रममा फेसन नोभाले ल्याएको पिंजडा सुरुवाल 'केज ट्राउजर' ले निकै चर्चा पाएको छ । साढे ५ हजार रुपैयाँ पर्ने यो ट्राउजर छालाजस्तो पदार्थले बनाइएको छ । यो ट्राउजरको डिजाइन कुन अवस्थामा लगाउने भनेर गरिएको हो भन्ने कुरालाई प्रयोगकर्ताहरूले अहिलेसम्म ठम्याउन नसकेका कारण यो फेसन अहिले अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा ठट्टाको विषय भएको छ ।

डायडेनको माग बढ्यो

१९ औं शताब्दीमा मदिरा सेवन तथा गैरकानुनी कामका लागि कुख्याति कमाएको लन्डनको डायडेन किला अहिले रोमान्टिक जोडिहरूको लोकप्रिय गन्तव्य बन्न थालेको छ । फोन र इन्टरनेटको सुविधा नभएको यो किलालाई अहिले होटलमा परिणत गरिएको छ । यही कारणले पनि यो किला होटलमा रात बिताउन जोडीहरूले तँछाडमछाड गर्न थालेका छन् । परिणामस्वरूप यो किला होटलका कोठा सन् २०२० सम्मलाई बुकिङ भैसकेका छन् ।

लन्डनको कर्नबेल क्षेत्रमा रहेको डायडेन किलालाई १९ औं शताब्दीमा गोप्य क्षेत्रका रूपमा निर्माण गरिएको थियो । त्यति बेला यो किलामा बिजुली, पानी र बाथरुमको कुनै सुविधा थिएन । मनमोहक स्थलमा अवस्थित उक्त होटलको कोठामा भने एक जोडी मात्र बस्न मिल्ने सुविधा छ, जसका कारण सन् २०२० को जुलाई महिनासम्म यो किलाको कोठा बुक भएको हो । यो किलाको कोठामा दुई रात बिताएबापत करिब ७० हजार रुपैयाँ तिर्नुपर्ने हुन्छ ।





तीन डलरको हेयरपिन

सामाजिक सञ्जालमा अहिले तीन डलरको हेयरपिनले निकै चर्चा पाएको छ । फेसन ट्रेन्डलाई रातारात चर्चामा ल्याउने काममा ख्याति पाएको इन्स्टाग्राममा अहिले मोति जडान भएको ३ डलरको हेयरपिनले आफूलाई भाइरल गराइरहेको छ । महँगो मूल्य पर्ने डिजाइनले विशेष चर्चा पाउने इन्स्टाग्राममा अहिले यति सस्तो सौन्दर्य सामग्रीले चर्चा पाउन थालेपछि इन्स्टाग्रामका प्रयोगकर्ताहरू समेत छक्क परेका छन् । अनलाइन सपिङ अमेजनमा तीन डलरमा खरिद गर्न सकिने यो हेयरपिन लगाउँदै सामाजिक सञ्जालमा फोटो अपलोड गर्ने क्रम बढेसँगै यसको लोकप्रियता शिखरमा पुगेको हो । यो लहर यही साता एसियामा नभित्रिएला भन्न सकिदैन ।

यसरी प्रारम्भ भयो अप्रिल फूल

अप्रिल महिनाको पहिलो दिन अर्थात् अप्रिल १ मा संसारभर मूर्ख दिवस मनाइन्छ । यद्यपि संसारको कुनै पनि मुलुकमा औपचारिक रूपमा यो दिवस मनाइँदैन । तैपनि यो दिन मानिसहरू एक-अर्कालाई मूर्ख बनाएर मनोरञ्जन गर्छन् अर्थात् १ अप्रिललाई ख्यालठट्टा गर्ने दिवसका रुपमा लिइन्छ ।

अप्रिल फूल किन र कहिलेदेखि मनाउन थालियो भन्ने कुराको कुनै आधिकारिक तथ्य उपलब्ध छैन । मध्यकालमा युरोपका धेरै सहरमा २५ मार्चका दिन नयाँ वर्ष मनाइन्थ्यो जुन अप्रिल १ मा अन्त्य हुन्थ्यो । सन् १५८२ मा पोप चार्ल्स नवौंले पुरानो क्यालेन्डरको स्थानमा नयाँ रोमन क्यालेन्डर लागू गरेपछि सन् १५८२ देखि नयाँ वर्षको पहिलो दिनका रूपमा १ जनवरीलाई कायम गरियो । त्यसपछि १ जनवरीलाई नयाँ वर्षका रूपमा मनाउन थालिएपछि अप्रिल १ लाई नयाँ बर्ष मान्नेहरूलाई मूर्खको संज्ञा दिन थालिएको हो ।

अप्रिल १ मा मूर्ख दिवस मनाउनुको अर्को कारण पनि छ । अंग्रेज साहित्यकार चान्सरको 'क्यान्टरबरी टेल्स' सन् १३९२ मा लेखिएको थियो, त्यसमा उनले 'सिन मार्च बिगन थर्टी डेज एन्ड टु' उल्लेख गरे, जसको अर्थ मार्च महिनाको ३२ औं दिन अर्थात अप्रिल २ पछि इंग्ल्यान्डका राजा रिचर्ड द्वितीयको 'इन्गेजमेन्ट' बोहेमियाकी एनसँग भएको वर्ष दिन हुन्छ भन्ने थियो, तर पाठकले ३२ मार्च भन्ने बुझे । खासमा मार्च महिना ३१ दिनको हुन्छ । त्यही मार्च महिनाको ३२ औं दिनलाई 'अप्रिल फूल' मान्न थालियो भन्ने एक थरीको विश्वास छ ।

अप्रिल फूल अर्थात् विश्व मूर्ख दिवसलाई नेपालमा पनि मनाइँदै आएको छ । सामाजिक सञ्जालको प्रभाव विस्तारपछि त्यसमा झूटा तर रमाइला कुरा पोस्ट हुने क्रम बर्सेनि बढ्दै गएको पाइन्छ ।

कमसे कम आजको दिन त सत्य बोलौं, बाँकी दिन त अरूलाई झुक्याउन र छल्नमै बित्छ ।

काया

यो अनलाइन प्रेममा परेकाहरूले अप्रिल फूल मनाइरहनु पर्दैन है ।

सबिता धिमाल

अप्रिल फूल र लामखुट्टे छेक्न टाँगिने झुल एउटै हुन्, कति बेला झुक्याउँछन् थाहा हुँदैन । जसरी लाए पनि भित्र छिरि हाल्छन् ।

लक्ष्मण कान्छा

भित्तामा माला लगाई टाँसिएको उसको तस्बिरले भनिदिए हुन्थ्यो नि 'कान्छु, यो त अप्रिल फूल मात्र हो ।'

मुसी

वर्षमा एक दिन मूर्ख हुनु छ भने अप्रिल फूल मनाए भो, तर पाँचै वर्ष मूर्ख बन्नु छ भने नेकपालाई जिताउनु पर्ने रहेछ ।

निरज

हुँदा-हुँदा आज गुलाफको फूलले नि अप्रिल फूल बनायो मलाई ?

मित बा

आज कलेजकी एउटा केटीले खाजा ख्वाउँछु भनेर रेस्टुराँमा लगी अनि खाजा खाइसकेपछि मसंग त पैसा छैन, अप्रिल फूल मनाको भन्दै हिंडी ।

विशाल खड्का

अप्रिल फूल कस्तो रंगको हुन्छ ?

रितु राज

बुद्धि नभएकाहरू १४ फेब्रुअरीमा प्रपोज गर्छन् । आफु त चलाख मान्छे, प्रपोज अप्रिल १ मा गरिन्छ, एसेप्ट भए कुल, नत्र भनिन्छ दिदी अप्रिल फूल– बाल मतलब ।

दीपक सापकोटा

मन पराउनु र माया गर्नुमा फरक छ । यदि मैले मन पराउने कुनै पनि मानिसको मृत्यु हुन्छ भने उसको मृत्युमा म दुःखी हुन्छु र केही समय रुन्छु । यदि म कसैसंग प्रेममा हुन्छु र उसको मृत्यु हुन्छ भने म जिन्दगीभर रुन्छु र मलाई ऊसँगै मर्न मन लाग्छ । हो यही हो प्रेम– अप्रिल फूल ।

बबिता पोखरेल

न खा भनेको खाइयो । न गर भनेको गरियो । न हिंड् भनेको बाटो हिँडियो । न बोल् भनेको कुरा बोलियो । यसरी जीवनमा धेरै पटक आफैंलाई मूर्ख बनाइयो । आफ्ना लागि त हरेक दिन अप्रिल फूल ।

नयनराज पाण्डे

अप्रिल फूल भए नि कसैले त पर्पोज गर न भन्या ।

रञ्जु

अप्रिल फुल

कलाकारको कठालोमा नेताको हात

केपी ओलीको झटारो धुर्मुसलाई

एउटा कलाकारले नेता भै टोपलिन सुहाउँछ ? नेताले नेताको काम गर्नुपर्छ । कलाकारले कलाकारको ठाउँमा बस्नुपऱ्यो नि । यस्तै ताल हो भने अब यो सरकार टुलुटुलु हेरेर बसिरहँदैन । कलाकारले समाजसेवा गरेर चुनावमा उठेर जित्यो भने १४/१४ वर्ष जेल बसेका हाम्रो भविष्य के हुन्छ ? धुर्मुसले त्यो सोच्नु पर्दैन । भूकम्पमा यसो २/४ जना सँग चन्दा मागेर १/२ घर बनाए ठिकै छ नी त भनेर छोडिदिएको त उसलाई त आफू नेतै भएँ पो भन्ने परेछ । हुँदा-हुँदा क्रिकेट रंगशाला बनाउने ? देखुम्ला नि त हामी पनि । भन्छन् नि केलाई के भयो भने के हुन्छ रे त्यस्तै होला नि ?

देउवा झम्टिए दमनमाथि

जहिल्यै मलाई जिस्क्याउने, होच्याउने यस्तो पनि हुन्छ काहीं ? अरे बाबा, मेरो बोली नै यस्तै छ त दमनले जिस्क्याएर मेरो बोली राम्रो हुन्छ भन्या । थपक्कन राम्रो बोल्नु आफ्नो बोली जस्तो छ त्यस्तै बोल्नु भैहाल्यो नि । देशमा यत्रा-यत्रा विषय छन् मेरै क्यारिकेचर किन गर्नुपऱ्यो यिनलाई । मैले डेमोक्रेसीका लागि लड्दा जिब्रै यस्तै भयो त के लाग्छ । अझ तीन पटक प्रधानमन्त्री हुने योग भएको मान्छेलाई यसरी जिस्क्याउन सुहाउँछ ? अबको प्रधानमन्त्री हुने पालोसम्म पनि यस्तै चाला रहे उ गरेर उ हुन्छ अनि आफैं उ हुन्छन् ।

कलाकार प्रचण्ड कि घनश्याम ?

माने के भनेदेखि घनश्यामजी, तपाईं मेरो ठयाक्कै नक्कल गर्न खप्पिस हुनुहुन्छ । माने तपाईं आफूलाई मात्र महान कलाकार नसम्झनुहोला । म पनि १० वर्षे जनयुद्ध लडेर शान्ति प्रक्रिया हुँदै पटक-पटक कलाकारिता गरेरै प्रधानमन्त्री भएका व्यक्ति हुँ । मलाइ एकै छिनमा रुन पनि आम्छ, हाँस्न पनि आम्छ, जनतालाई रुवाउन पनि आम्छ । माने, चुट्किला भनेर हँसाउन नसके पनि मेरा सहअध्यक्ष कमरेडले चुट्किला दिएर हसाम्न सक्नुहुन्छ । अब त मैले पनि धेरै चुट्किला सिकिसकेको छु । माने, मलाई धेरै सेन्टिमेन्टमा नल्याउनुहोला मेरो क्यारिकेचर गरेर । यदी मैले तपाईंको क्यारीकेचर गरिदिएँ भने तपाईंको पेसा संकटमा पर्छ । यसलाई धम्की नसम्झनुहोला एकीकृत ठूलो पार्टीको अध्यक्षको आग्रह सम्झनुहोला ।

बाबुराम छुट्याउन ज्योतिलाई चुनौती

ज्योतिजी, तपाईंले त हाम्री हिसिलाज्यूलाई दोधारमै पारिदिनुभयो । हुन त द्वन्द्वकालमा कम्रेड प्रचण्ड पनि म को हुँ भनेर द्विविधामै हुनुहुन्थ्यो । शान्ति प्रक्रियामा आएपछि मैले खेलेको भूमिकालाई लिएर पनि उहाँको दुविधा हटेन । पार्टी फुटाएपछि मेरी श्रीमती त दोधारमा हुनुहन्न होला भन्ने लागेको थियो फ्याट्ट तपाईंले मेरो क्यारिकेचर गरीदिन थालेपछि त उहाँ पूरै संकटमा पर्नुभएको छ । त्यसो त धेरैजसो समय म आफैं पनि दोधारमा हुन्छु म को हुँ भनेर । डाक्टर भएर जनयुद्धमा होमिए । जिन्दगीभर लिएको मार्गदर्शन छोडेर यो उमेरमा सिद्धान्तविहीन भएको छु । आखिर मै हुँ कि को हो ?

अप्रिल फूलका पाँच प्रसंग

अप्रिल १ मा सामान्य मानिसले मात्र होइन, मिडियाले समेत मानिसलाई मूर्ख बनाउने सामग्रीहरु प्रसारण गर्छन् । विगतमा बीबीसीले अप्रिल फूल बनाउन गरेका पाँच गतिविधि :

पेन्गुइन पनि उड्यो

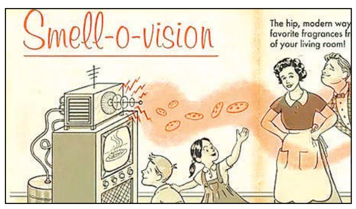
अप्रिल १, २००८ मा बीबीसीले अन्टार्टिकामा सुटिङ गरिरहेको आफ्नो टिमले अनौठो दृश्य खिचेको दावी गर्‍यो । बीबीसीले आफ्नो समाचारसँगै एउटा भिडियो क्लिपसमेत प्रसारण गरेको थियो जसमा पेन्गुइन उडिरहेको देखाइएको थियो । उक्त भिडियो तत्कालै इन्टरनेटमा धेरै हेरिएको भिडियो बन्न पुग्यो । उक्त समाचारमा प्रस्तोता टेरी जोन्सले पेन्गुइनहरू जाडो छल्न उडेर दक्षिण अमेरिका पुग्ने बताएका थिए । पछि बीबीसीले फलो अप भिडियो राखेर पेन्गुइन उडेको भिडियो बनाउन कसरी स्पेशल इफेक्ट प्रयोग गरिएको थियो भन्ने कुराको सविस्तार वर्णन गर्‍यो ।

गुरुत्वाकर्षणमा कमि आउँदा

अप्रिल १, १९७६ को एकाबिहानै बीबीसी रेडियो-२ मा बेलायती खगोलविद् प्याट्रिक मूरको अन्तर्वार्ता बज्यो, जसमा भनिएको थियो– आज बिहान ठ्याक्कै ९ बजेर ४७ मिनेटमा वृहस्पतिको पछाडि यम ग्रह गुज्रँदा पृथ्वीको गुरुत्वाकर्षण शक्ति केही कम हुनेछ । मूरले श्रोताहरूलाई यो समयमा हावामा उफ्रँदा उडेको जस्तो अनुभव हुने बताएका थिए । ९ बजेर ४७ मिनेट भैसकेपछि रेडियो स्टेसनमा सयौं श्रोताको फोन आउन थाल्यो । तीमध्ये धेरैले आफूले त्यस्तो अनुभूति गरेको दावीसमेत गरे । खासमा त्यो रेडियोका श्रोताहरूलाई अप्रिल फूल बनाइएको थियो ।

टेलिभिजनले सुगन्ध छरेपछि

अप्रिल १, १९६५ मा बीबीसी टेलिभिजनले लन्डन विश्वविद्यालयका एक प्रोफेसरसँगको अन्तर्वार्ता प्रसारण गर्‍यो जसले स्मेलोभिजन प्रविधिको आविस्कार गरेका थिए । उक्त प्रविधिले दर्शकहरूलाई



टेलिभिजन स्टुडियोमा उत्पादन गरिएको सुगन्ध उनीहरूको घरसम्म पुर्‍याउन सकिने दावी गरिएको थियो । प्रोफेसरले उनको मेसिनको माध्यमबाट सुगन्धलाई कसरी दर्शकको टेलिभिजनसम्म पुर्‍याउन सकिन्छ भन्ने बयान गरेका थिए । उनले कफीको केही बियाँ र प्याजलाई आफ्नो स्मेलोभिजन मेसिनमा राखेर देखाएका थिए अनि दर्शकलाई केही सुगन्ध महसुस भए-नभएको बताउन आग्रहसमेत गरेका थिए, जसको उत्तरमा देशभरका कैयौं दर्शकले फोन गरेर आफूहरूले फरक गन्ध महसूस गरेको बताए । अझ केहीले त प्याजको गन्धका कारण आँसु आएको सम्म भन्न भ्याए ।

डिजिटल भयो बिग बेन

अप्रिल १, १९८० मा बीबीसीको ओभरसिज न्युज सर्भिसले लन्डनको बिग बेन घण्टाघरलाई समयानुकूल बनाउन डिजिटल डिस्प्ले राखिने समाचार प्रसारण गर्‍यो । त्यो समाचारसँगै श्रोताहरूको संस्मरण पनि प्रसारण गरियो, जसमा उनीहरूले भावुक भएर विश्वप्रसिद्ध घण्टाघरको घडीका सम्बन्धमा आ-आफ्ना धारणा व्यक्त गरेका थिए । समाचारमा फोन गर्ने पहिलो चार जनाले

त्यो घडी प्राप्त गर्ने बताइएको थियो । रमाइलोका लागि तयार पारिएको उक्त कार्यक्रममा आक्रोशित श्रोताहरूको फोनको बाढी आउन थाल्यो । त्यही समाचारको सन्दर्भमा बीबीसीले श्रोताहरूसँग माफीसमेत माग्नुपरेको थियो ।

न्युज रुमको वार रुम

अप्रिल १, १९८९ मा बीबीसीको स्पोर्ट्स सो ग्रान्डस्ट्यान्डमा अचम्मको दृश्य देखाइयो । प्रस्तोता डेसमन्ड लिनामले कुन कार्यक्रम कभर गर्ने भन्ने ब्रिफिङ गरिरहेका बेला न्युजरुमका कर्मचारीहरूबीच झगडा हुन थाल्यो । झगडा चर्कंदै जाँदासमेत प्रस्तोता शान्त भएर समाचार पढ्दै 'हामी हाम्रो व्यवसायिक टिमको सहायताले खेलको सक्दो कभरज गर्छौं' भनिरहेका थिए । कार्यक्रमकै क्रममा उनले आफ्नो पछाडि घटेका झगडासम्बन्धी दृश्यका लागि क्षमा पनि मागे, तर जब स्लो मोसनमा उक्त झगडाको दृश्य देखाइयो तब थाहा भयो कि त्यो त अप्रिल फूलसम्बन्धी सामग्री पो रहेछ । किनभने समाचारकक्षमा झगडा गर्नेहरूले त्यतिबेला अप्रिल फूल लेखिएको ब्यानर बोकेका थिए ।

डरलाग्दो अप्रिल फूल

अलास्काको अल्युसन टापुमा १ अप्रिल १९४६ मा भूकम्प गएको थियो । उक्त भूकम्पको झट्का यति तीव्र थियो कि त्यसपछि आएको सुनामीले त्यहाँ निकै ठूलो नोक्सानी गरेको थियो । त्यो दिन अप्रिल फूल थियो र त्यहाँका नागरिक ख्यालठट्टामा मस्त थिए । त्यही क्रममा प्रशासनले भूकम्पपछि सुनामीको चेतावनी दियो । अलास्काका नागरिकले उक्त चेतावनीलाई अप्रिल फूल सम्झेर बेवास्ता गरे, तर अधिकारीहरूले दिएको चेतावनी सही थियो । त्यहाँ गएको भूकम्पको झट्काको तीव्रता ८.६ म्याग्निच्युड थियो जसले त्यहाँ १ सय ७५ जनाको ज्यान लियो । त्यसपछि मात्र सुनामीसम्बन्धी चेतावनी दिने प्रविधिको विकास गरिएको थियो । उक्त सुनामीलाई अमेरिकाको हवाईमा अहिले पनि अप्रिल फूल डे सुनामीका रूपमा सम्झिइन्छ ।

अप्रिल फुल चुट्किला

खडानन्दको छोरा: मम्मी, हिजो नि तपाईं घरमा नभएको बेला पल्लो घरको श्याम अंकलले हाम्रो घरमा काम गर्ने दिदीलाई अर्लम्म अँगालो हालेर डालिङ त्यो भूतनी घरमा छैन रमाइलो गरौं भन्दै हुनुहुन्थ्यो ।

खडानन्दकी श्रीमती: मलाई त पहिलेदेखि नै शंका थियो त्यो श्यामेको चरित्र ठीक छैन भनेर ।

खडानन्दको छोरा: अप्रिल फूल-अप्रिल फूल, त्यहाँ श्याम अंकल होइन बुबा हुनुहुन्थ्यो ।

हल्काफुल्का अप्रिल फुल

क्याप्टेनले कति कमायो ?

पत्रकार भएर यति पनि थाहा छैन । अलि अध्ययन-अनुसन्धान गर्नुहोस् । प्रधानमन्त्री नै आएर हेरेको चलचित्रलाई तपाईंले चानचुने मान्नु भएको छ । मेरो चलचित्र क्याप्टेनले छक्कापञ्जालाई आधामा छोड्यो । अब तपाईं आफैं हिसाब गर्नुहोस् ।

चलचित्र चलाउन यसपटक कुन हतकण्डा अपनाउनुभयो ?

यसपाली मैले कुनै हतकण्डा गर्नै परेन, गर्ने सोचेको थिएँ, तर भैदियो के भने उपराष्ट्रपतिदेखि प्रधानमन्त्रीसम्मलाई हलमा तान्न भुवन केसी नै चाहिने । आखिर भुवन केसी भनेको त केही त रैछ नि ? इन्डस्ट्रीका मानिसहरूले मलाई अझै बुझेका छैनन् ।

क्याप्टेनकी अभिनेत्री उपासना सिंह ठकुरीलाई त जिया केसीले छानेकी हुन् रे नि त ?

हो नि त । ठ्याक्कै पत्ता लाउनुभएछ । जिया जी र म जसले छानेपनि एउटै कुरा त हो नि ।

जिया र तपाईं सँगै बस्नुहुन्छ भन्ने चर्चा पनि छ ?

चर्चा के चल्यो भन्ने कुराले मलाई केही फरक पार्दैन । जिया मेरी राम्री साथी हुन् । अब यति भनेपछि बाँकी कुरा तपाईंले बुझिहाल्नुहुन्छ । किन कोट्याइरहनु ?

अर्को चलचित्रमा जियालाई नायिका बनाउँदै हुनुहुन्छ ?

जियालाई हिरोइन बनाउने हो कि के बनाउने हो त्यो बैशाखमा थाहा हुन्छ ।

अहिलेसम्म भुवन केसीको कतिजनासँग लभ पर्‍यो ?

माया गर्नु पाप होइन । मैले कतिलाई माया गरें भनेर गन्नु आवश्यक छैन । अर्को कुरा म तपाईंको जानकारीका लागि लागि बताइदिउँ, भुवन केसीले कहिल्यै वान साइड लभ गर्दैन । मेरो स्मार्टनेसप्रति आकर्षित हुने युवतीहरू नै फर्स्टसाइड लभमा पर्ने गरेका छन् । कसैको लभलाई मैले सम्मान गरेर के पाप गरें त ? हिंसा गरेर चर्चामा आउनुभन्दा प्रेम गरेर चर्चामा आउनु राम्रो होइन र ?

ढल्कँदो उमेरमा पनि प्रेमिका फेरि-फेरि हिंड्नुहुन्छ ?

बैंशलाई उमेरले छेक्दैन । मैले आफूभन्दा कान्छीलाई प्रेमिका बनाएको होइन, मलाई अंकल भन्नेहरूले नै पछि मलाई प्रेमी बनाउन रूचाउँछन् भने म के गर्न सक्छु र ।

अनमोलका लागि बुहारी खोज्ने बेला भएन ?

यो त उसको कुरा हो । यतिबेला ऊ चलचित्रमै व्यस्त छ, त्यसैले मैले कर गर्ने कुरा भएन । उसले जहिले बुहारी खोज्नु भन्छ, त्यतिबेलै लमी लगाउँछ ।

अपराध

महिला तस्करीका आरोपी पक्राउ

कमल पन्थी

डेढ वर्षदेखि फेसबुक र फोन सम्पर्कमा रहेका बर्दियाका दुई महिलालाई आकर्षक रोजगारी दिने भन्दै सिरहाका सञ्जीवकुमार महतो एक वर्षअघि बर्दिया आए । लगातार फोन र फेसबुकमार्फत सदरमुकाम गुलरियाबाट करिब १५ किलोमिटर पश्चिम घर भएका ती दुई महिलासँग उनको भेटघाट भयो ।

महतोले आकर्षक रोजगारी र तलब दिने प्रलोभनमा दुवैलाई आफ्नो फन्दामा पारे । करिब आठ महिनाअघि भारतबाट फुत्किएर प्रहरी सम्पर्कमा पुगेकी बर्दियाकी एक पीडित महिलाका अनुसार उनी नेपालगन्जमा भएकी आफ्नी बहिनीमार्फत महतोको सम्पर्कमा पुगेकी थिइन् । त्यतिबेला महतो दुई रात गुलरियाको होटलमा बसेका थिए । त्यसपछि महतोले दुवै जनालाई वैदेशिक रोजगारीमा लाने प्रलोभन देखाए । महतोको प्रलोभनबाट दुवै महिला आकर्षित थिए । महतोले उनीहरूलाई मासिक लाख रुपैयाँ तलब, खाने बस्ने सुविधा आदिको आश्वासन दिएका थिए ।

महतोको कुराबाट उनीहरू प्रभावित भए । लगत्तै उनीहरूको राहदानी बनाइयो । राहदानी बनाएपछि महतोले दुवैलाई काठमाडौं आउन भने । काठमाडौंबाट खाडी मुलुक पुऱ्याउन समस्या हुने भन्दै भारत हुँदै जानुपर्ने सल्लाह महतोले दिएको उनीहरूको भनाइ छ । वैदेशिक रोजगारीका लागि उनीहरूलाई भारतको बनारस पुऱ्याइयो । बनारस पुऱ्याइएपछि दुवै महिलाले आफूलाई बेच्न त्यहाँ पुऱ्याएको छनक पाए । कपडा किन्ने बहानामा उनीहरू फुत्कने तयारीमा लागे । त्यसपछि उनीहरू गत साउनमा भागेर बर्दिया आए । बर्दिया आएपछि उनीहरूले प्रहरीमा जाहेरी दिए । उनीहरूको जाहेरीकै आधारमा प्रहरीले सञ्जीवको खोजी थाल्यो । त्यसपछि उनी सिरहाको भएको कुरा पत्ता लाग्यो । बर्दिया प्रहरीले महतोको गिरफ्तारीका लागि सिरहा प्रहरीलाई पत्र लेख्यो ।

तस्बिर : कमल पन्थी

मानव तस्करीको आरोप लागेका सिरहा, मिर्चैया नगरपालिका–१०, प्रिपाका ३१ वर्षीय सञ्जीवकुमार महतोलाई गुलरियामा सार्वजनिक गर्दै ।

बर्दिया प्रहरीको आग्रहपछि सिरहा प्रहरीले मिर्चैया नगरपालिका–१०, प्रिपाका ३१ वर्षीय सञ्जीवलाई पक्राउ गरेको हो । उनलाई सिरहा प्रहरीले पक्राउ गरी बर्दिया प्रहरीलाई कारबाहीका लागि बुझाएको छ । महतोमाथि १ सय ५० जना नेपाली महिलालाई भारतको बनारस पुऱ्याएको आरोप छ ।

पक्राउ परेका महतोले आफू एक पटक बनारस गएको स्वीकार गरेका छन् । 'ती महिलालाई मैले बनारस पुऱ्याएको होइन', उनले भने, 'उनलाई मिला (नाम परिवर्तन) नाम गरेकी एक नेपाली महिलाले बोलाएकी थिइन् ।' मिला नेपालमा प्रतिबन्धित विनविन नामक संस्थामा कार्यरत रहेको उनले बताए । मिलासँग आफ्नो भेटघाट समेत नभएको महतोको दाबी छ ।

यता भारतबाट फुत्केर प्रहरी सम्पर्कमा पुगेका बर्दियाका दुई महिलाले भने महतोविरुद्ध आफूलाई बेच्न भारत पुऱ्याएको भन्दै किटानी जाहेरी दिएका छन् । महतो नेपाल प्रहरीको सर्वाधिक खोजीको सूचीमा रहेका व्यक्ति हुन् । पक्राउ परेका महतोले आफू स्वयं वैदेशिक रोजगारीको खोजीमा रहेको बयान प्रहरीलाई दिएका छन् । महिलालाई ललाई-फकाई भारत पुऱ्याएको आरोप भने उनले अस्वीकार गरेका छन् । प्रहरी उपरीक्षक सुरेन्द्र मैनालीले भने महतो मानव बेचबिखन सक्रिय भएको र उनी प्रहरीको सर्वाधिक खोजीमा समेत रहेको बताएका छन् ।

महतोमाथि बर्दियालगायत जिल्लाका १ सय ५० नेपाली महिलालाई आकर्षक रोजगारी दिने प्रलोभन बनारसको लटकनियदाइस्थित युवराज सिंहको घरमा बन्धक बनाई यौन दुर्व्यवहार गरेको अभियोग छ । सिंह भारतीय जनता पार्टी बनारसको युवा मोर्चाका अध्यक्ष हुन् । बनारसमा १ सय ५० जना नेपाली महिला बन्धक भएको समाचार प्रकाशित भएपछि प्रमुख जिल्ला अधिकारी रामबहादुर कुरुम्बाङको सक्रियतामा प्रहरी नायव उपरिक्षक युवराज खड्का, जिल्ला प्रशासनका अधिकृत अर्जुन सुवेदी, मधुवन नगरपालिकाका मेयर गणेश केसी आदि बनारस पुगेका थिए । उद्धारका लागि दिल्लीस्थित नेपाल दूतावासका तत्कालीन काउन्सिलर एसएसपी पुरुषोत्तम ढकाल समेत बनारस पुगेका थिए । बनारस प्रहरीले उद्धार गर्ने क्रममा बन्धक बनाइएका सबै महिलालाई दिल्ली पुऱ्याएको थियो । त्यस क्रममा दिल्ली प्रहरीले सुन्दरी भनिने भारत पश्चिम बंगाल जलपाइगुडीकी दिपीका थापा, काठमाडौंका सविन शाह, गाजीपुर भारतका राजेन्द्र यादव र दिल्लीका पवन खुरानालाई पक्राउ गरेको थियो । भारत सरकारले उक्त घटना लगत्तै विमानस्थलबाट आउजाउ गर्न नेपाली राजदूतावासको नो अफजेक्सन लेटर आवश्यक पर्ने नियम बनाएको छ ।

सञ्जीवले कहिले बाँके, चाँदनी चोक, कहिले काठमाडौं त कहिले सिराहा घर भन्दै आफ्नो वास्तविक ठेगाना कसैलाई बताएका थिएनन् । निकै खोज तलासपछि प्रहरीले महतोको पहिचान गरी सिराहा प्रहरीको सक्रियतामा उनलाई उनकै घरबाट पक्राउ गरेको थियो । उनको फोटो पनि थरीथरीको भएकाले खोज तलाशका लागि सीबीआईलाई पत्र पठाइएपछि पक्राउ परेको प्रहरी उपरिक्षक मैनालीले बताए । करिब सात महिनाअघि घर फर्किएकी ३२ वर्षीया ती महिलाका अनुसार बनारस पुऱ्याएर सञ्जीव बेपत्ता भएका थिए । प्रहरीले महतो विरुद्ध मानव बेचबिखन तथा ओसार-पसार ऐनअन्तर्गत मुद्दा दायर गरेको छ ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालयबाट राहदानी बन्ना साथ उनीहरूलाई कुवेतको भिसा लिन भन्दै काठमाडौं पुऱ्याइएको थियो । केही दिन काठमाडौंमा बसेर उनीहरूलाई दिल्लीबाट नेपालगन्ज हुँदै भारतको सीमावर्ती रुपैडिहा लाने तैयारी गरिएको थियो । नेपालगन्जको नाकामा सोधपुछ गरे कपडा किन्न रुपैडिहा जान लागेको भन्न सञ्जीवले सिकाएको जानकारी दिँदै उनले भनिन्, 'सञ्जीव हामीलाई रुपैडिहामा बस चढाएर बनारसको कोठीमा पुऱ्याइ बेपत्ता भएका थिए । बनारस प्रहरीले आठ महिना अघि सिंहको घरमा छापा मारी बन्धक बनाइएका सबैलाई दिल्ली पुऱ्याइएको थियो ।

१ सय १३ महिला तथा बालब(ालिका अझै सम्पर्कविहीन

एक वर्षयता बर्दियाका १ सय १३ महिला तथा बालबालिका सम्पर्कविहीन भए पनि अझैसम्म उनीहरूको कुनै जानकारी उपलब्ध हुन सकेको छैन । सम्पर्क विहीनमध्ये महिला ५३, बालिका ३९ तथा बालक २१ जना रहेको माइती नेपालका क्षेत्रीय प्रमुख केशव कोइरालाले बताए । तिनीहरू बिचौलियामार्फत भारत पुऱ्याइ सम्पर्कविहीन भएका हुन् । सम्पर्कविहीन नेपाली महिला तथा बालबालिका भारत हुँदै खाडीमुलुक पुगेको आशंका गरिएको छ । सम्पर्कविहीन भएकाहरूका आफन्तले उनीहरूको खोजतलासका लागि माइती नेपालमा निवेदन दिएका छन् ।

मादक पदार्थ सेवन गराई सामूहिक बलात्कार

सरोज बस्नेत

कसैको मन्जुरीबिना करकाप, डर, धम्की वा बल प्रयोग गरी जबरजस्ती गरिने यौन सम्पर्क नै बलात्कार हो । त्यसैगरी उमेर नपुगेको व्यक्तिलाई ललाईफकाई, मन्जुरी लिई वा नलिई गरिने यौन सम्पर्कलाई पनि बलात्कारकै रूपमा लिइन्छ । अहिले यस्ता बलात्कारका घटना दिनप्रतिदिन बढिरहेका छन् । कतै सामूहिक बलात्कार त कतै प्रलोभनमा पारेर बालिका तथा युवतीहरू मात्र नभै वृद्धासमेत बलात्कारमा पर्ने गरेका छन् । यसैक्रममा मोरङको उर्लाबारीमा एक महिलालाई मादक पदार्थ सेवन गराई जबरजस्ती करणी गरिएको घटना सार्वजनिक भएको छ । फागुन २८ गते राती ८ बजे उर्लाबारी-४ का देवेन्द्र लिम्बूको भान्सा कोठामा सोही ठाउँकी एक २७ वर्षीया महिलालाई मदिरा सेवन गराई सामूहिक बलात्कार गरिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

घरधनी ३० वर्षीय लिम्बूसहित सोही ठाउँका २७ वर्षीय दुर्गा शिवाकोटी, ३३ वर्षीय सुरेश राई, २८ वर्षीय रिट्ठे भनिने लोकबहादुर लिम्बू, २२ वर्षीय बालकृष्ण खड्का तथा २० वर्षीय पपिन राईले मादक पदार्थ सेवन गरी पीडितलाई समेत मादक पदार्थ सेवन गराई जबर्जस्ती करणी गरेको उजुरी पीडितले चैत ५ गते दिएकी थिइन् । सोही आधारमा प्रहरीले बलात्कारमा संलग्न भएको अभियोगमा पाँच जनालाई तत्काल पक्राउ गरी चैत्र ६ गते जिल्ला अदालत मोरङमा म्याद थप गरी अनुसन्धान गरिरहेको इलाका प्रहरी कार्यालय उर्लाबारीका प्रहरी निरीक्षक रामप्रसाद तिमल्सिनाले बताए । घटनापछि घरधनी लिम्बू फरार रहेकाले निजको खोजी भैरहेको छ ।

कसरी घट्यो घटना

उर्लाबारी-४ स्वतन्त्र टोलका जोगेन्द्र लिम्बू र भिमा लिम्बूको छोरीको जन्मदिन थियो । जन्मदिनमा घरछिमेक भेला भै भोजका साथै नाचगान गरे । सोही क्रममा भेला भएका उनीहरूले लिम्बूकै भान्साघरमा मादक पदार्थ सेवन गरे भने ती महिलालाई पनि मादक पदार्थ सेवन गराए । त्यसपछि उनीहरूले ती महिलालाई पालैपालो करणी गरेको पीडितको बयानमा उल्लेख छ ।

होटलमा लगेर बलात्कार

रतुवामाई-१० का ३६ वर्षीय खगेन्द्र सुवेदीलाई मंसिर १७ गते दिउँसो १ बजे उर्लाबारीस्थित राज होटलमा लगेर बलात्कार गरेको अभियोगमा पक्राउ गरिएको छ । २७ वर्षीया महिलालाई होटलमा ल्याएर जबरजस्ती करणी गरेको पीडितहरूको उजुरीका आधारमा सुवेदीलाई पक्राउ गरी कानुनी प्रक्रिया अघि बढाइएको छ । सुवेदीलाई जवरजस्ती करणी मुद्दामा म्याद थप गरी अनुसन्धान भैरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

लुकिछिपी ट्रान्स पार्टी

राजाराम पौडेल

लागूऔषध तथा अल्कोहलको नशामा लट्ठहरूलाई चर्को संगीतको धुनले मस्त बनाइदिन्छ अनि सहभागीहरू एकोहोरो हुन्छन् । त्यहाँ उनीहरूलाई एक-अर्काको मतलब हुँदैन । उनीहरू हातमा पेय पदार्थ अथवा लागूऔषध लिँदै नाच्न थाल्छन् अनि एक-अर्कासँग नजिकिन्छन् । विस्तारै अश्लील हर्कत हुन थाल्छ । ट्रान्स पार्टीको विशेषता हो यो । ट्रान्स पार्टी हिप्पीहरूको सर्कलमा बढी लोकप्रिय छ । ट्रान्सपार्टी एकले अर्गनाइज गर्छन् अनि ग्रुपमार्फत आफ्नो सर्कलका व्यक्तिहरूलाई खबर गरिन्छ । यस्तो पार्टी विश्वभर प्रतिबन्धित छ तर पनि यसको आयोजना हुन छोडेको छैन । यस्ता पार्टीमा सहभागी हुन वेबसाइट तथा ग्रुपमार्फत जानकारी दिइन्छ । ट्रान्स पार्टी सहर बाहिर प्रायःगरी शान्त ठाउँमा हुन्छ, तर गएको आइतबार भने पोखराको पर्यटकीय क्षेत्र लेकसाइडको खहरेमै एउटा ट्रान्स पार्टी सम्पन्न भयो ।

आइतबार खहरेको दि अफिस पब रेस्टुरेन्ट एन्ड बारमा ट्रान्सपार्टी भैरहेको खबर वडा प्रहरी कार्यालय बैदाममा आयो अनि राति साढे ९ बजे वडा प्रहरी कार्यालय बैदाम प्रहरी प्रमुख डिएसपी कोमल शाहको कमाण्डमा प्रहरी टोली त्यतातिर हान्नियो । 'हामीलाई सूचना आएपछि हाम्रो टोली त्यहाँ गएको हो । हामिले ४४ जना विदेशी तथा १४ जना नेपालीलाई पक्राउ गर्यौं जसमा सबै एडल्ट थिए ।' डिएसपी शाहले भने ।

यो नर्मल ट्रान्स पार्टी हो । उनीहरूले ड्रग्स युज गरेका थिए । प्रहरीले पहिल्यै 'रेकी' गरेको थियो । रेड हान्दा उनीहरू संगीतको तालमा रमाइरहेका थिए भने कसै-कसैसँग लागूऔषध थियो । केहीले भने प्रहरी देख्नासाथ साथमा भएको लागूऔषध फालिसकेका थिए । पार्टीका बारेमा जानकारी नभइ त्यहाँ पुगेका केहीसमेत पक्राउ परेको बताइन्छ । 'ट्रान्स पार्टी फरक-फरक लेभलको हुन्छ यो नर्मल ट्रान्स पार्टी हो' डिएसपी शाहले भने ।

ट्रान्स पार्टीबाट पक्राउ परेका ५८ जना मध्ये २८ जनालाई आइतबार राती नै छोडियो । भोलिपल्ट २१ जनालाई छोडियो । बाँकी मध्ये ६ जना विदेशी तथा १ जना नेपाली मंगलबार रिहा भए । रेस्टुराँका दुई जना सञ्चालक उपर सार्वजनिक अपराध मुद्दामा म्याद थप गरी अनुसन्धान भैरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

पक्राउ परेकाहरूबाट २ सय ६० ग्राम लागूऔषध समेत बरामद गरिएको छ । प्रहरीले उनीहरूको साथबाट २ सय ग्राम चरेस जस्तो कालो पदार्थका एम्फेटामाइन जस्तो सेतो पदार्थ ६० ग्राम बरामद गरेको जनाएको छ । उक्त ट्रान्स पार्टीका लागि विदेशबाटै मगाइएका जर्मन डिजेसमेत पक्राउ परेका थिए ।

सुरुमा बजिरहेको म्युजिक स्टप गरेर प्रहरीले त्यहाँ उपस्थिति सबैको शरीर जाँच गऱ्यो । केहीबाट गाँजा-चरेस आदि भेटियो । केहीले फाल्न र लुकाउन समेत भ्याए । त्यहाँ यौनजन्य क्रियाकलाप भने नभएको प्रहरी श्रोतको दाबी छ । प्रहरीका अनुसार उनीहरू डान्स गरिरहेका थिए । कार्यक्रमका बारेमा बार सञ्चालकले आफूलाई ट्रान्स पार्टीको जानकारी नभएको बताएका छन् । 'थाहा छैन भनेर उम्कन मिल्दैन, कानुन उल्लघन गरेको हो, कारवाही हुन्छ' डीएसपी शाहले भने । अहिले दुई जना सञ्चालक उपर म्याद थप गरी सार्वजनिक मुद्दाको अनुसन्धान अघि बढाइएको छ । बरामद गरिएको परिमाण निकै कम भएकाले कसैविरुद्ध पनि लागूऔषध मुद्दा नचलाएको प्रहरी स्रोतले जनायो ।

एक महिनाअघि वडा प्रहरी कार्यालय बैदामको प्रमुखका रूपमा जिम्मेवारी सम्हालेका डिएसपी शाहले आफू आउनासाथ पोखरा लेकसाइडको खहरेलाई निगरानीमा राखेको जानकारी दिए । ट्रान्स पार्टी मात्र नभएर लेकसाइडको खहरेमा विभिन्न किसिमबाट ड्रग्सको कारोबारसमेत भैरहेको पाइएको उनले बताए । त्यहाँ केही व्यक्तिबाट ब्राउन सुगरसमेत बरामद गरिएको उनको भनाइ छ । 'म आइसकेपछि केहीलाई पक्राउ गर्यौं' शाहले भने । लागूऔषध सेवन र बिक्रीमा युवतीहरूसमेत सक्रिय छन् । पक्राउ पर्नेहरूबाट सानो परिमाणमा लागूऔषध बरामद गरिएको उनले जनाए । त्यस क्रममा केही युजर तथा डिलर फेला परेका छन् । यस्ता गतिविधि खहरेको माथिल्लो भेगमा हुने प्रहरीको भनाइ छ । लागूऔषध बिक्रीमा युवतीहरूसमेत सरिक हुने गरेका छन् भने केही युवती युजरसमेत छन् । कति आय आर्जनको हिसाबमा यसमा लागेका छन् भने केही मस्तीका लागि मात्र । कास्कीका प्रहरी प्रवक्ता डिएसपी रवीन्द्रमान गुरुङले ट्रान्स पार्टीबाट पक्राउ परेका उपर थप अनुसन्धान जारी रहेको बताए ।

के हो त ट्रान्स पार्टी ?

चर्को संगीतको धुनबीच 'ड्रग्स, सेक्स र अल्कोहल' को मज्जा लिँदै लगातार ७२ घण्टासम्म चल्ने डान्स पार्टी नै ट्रान्स पार्टी हो । ट्रान्स पार्टी लागूऔषधको सेवन बिना सम्भव हुँदैन । लागू औषधको प्रयोग हुने हुनाले नै यस्तो पार्टीलाई विश्वभर निषेध गरिन्छ । सहभागीहरू संगीतको तालमा लगातार नाच्छन् । यस्ता पार्टीमा कसले के गरिरहेको छ भन्ने मतलब गरिँदैन । पार्टीमा सहभागीहरू निर्वाध रूपमा रमाउन पाउँछन् । यसमा पेय पदार्थ र लागूऔषधको प्रयोगसँगै शारीरिक सम्बन्धसमेत सामान्य मानिन्छ ।

यस्ता ट्रान्स पार्टीमा प्रयोग हुने लागू औषधलाई पार्टी ड्रग्स भनिन्छ । ट्रान्स पार्टीमा प्रायःगरी एक्स्टेसी लागू पदार्थ प्रयोग गरिन्छ जुन ट्याबलेटमा उपलब्ध हुन्छ । यसको असर २४ देखि ३२ घण्टासम्म रहन्छ । एलएसडी अर्को पार्टी ड्रग्स हो । यो शरीरमा टाँसिने लागूपदार्थ हो । यसको प्रयोगले मानिसको सोचमा परिवर्तन मात्र नल्याई आनन्द समेत महसुस गराउँछ । ट्रान्स पार्टीमा प्रयोग हुने अर्को ड्रग्स केटामाइन हो । केटामाइनको प्रयोगपछि रिँगटा लाग्नुका साथै बान्तासमेत हुन्छ । कोकिन पनि ट्रान्स पार्टीमा प्रयोग हुन्छ । कोकिन नाकले सुँघ्ने लागूऔषध हो जसको प्रयोगले मानिसको मुडमा तत्काल परिवर्तन आउँछ । स्पीड अर्को पार्टी ड्रग्स हो, जसलाई सुँघेर वा इन्जेक्सनद्वारा प्रयोग गरिन्छ । यस्तै गाँजासमेत पार्टी ड्रग्सका रुपमा प्रयोग हुन्छ । यस्ता पार्टीमा धनाढ्य वर्गको सहभागिता बढी पाइन्छ ।

बेला-बेलामा भैरहन्छ ट्रान्स पार्टी

यसअघि २०६९ सालको मंसिरमा पोखराको फूलबारी रिसोर्टमा ट्रान्स पार्टी भएको थियो । त्यतिबेला अवैध लागूऔषध सेवन सहितको ट्रान्स पार्टी प्रहरीकै अनुमतिमा प्रहरीकै सुरक्षाबीच भएको आरोपसमेत लागेको थियो । यस्तै २०७० मा तनहुँको बन्दिपुरमा पनि ट्रान्स पार्टी भएको थियो । उक्त पार्टीमा लागूऔषध प्रयोग गरिरहेको अवस्थामा फेला परेका केहीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको थियो । २०७१ मा नुवाकोटमा ७२ घण्टा लामो ट्रान्स पार्टी सम्पन्न भयो । उक्त पार्टी प्रहरी मिलेमतोमा गर्न दिइएको दाबीसमेत गरियो । २०७४ मा संखुवासभाको गुफापोखरीको एकान्त जंगलमा ट्रान्स पार्टी भएको बताइन्छ । सोही वर्षको माघमा गल्छीबाट १५ किलो मिटर टाढा नुवाकोट जाने बाटोमा अवस्थित एक रिसोर्टमा समेत यस्तो पार्टी भएको दावी गरिएको थियो । केही महिना अघि काठमाडौं, काभ्रे तथा भक्तपुरको सिमाना नाल्दुमा ट्रान्स पार्टी आयोजित गरियो । गत कातिकमा अर्घाखाँचीस्थित बुड्ढी खोलाको बगरमा समेत ट्रान्स पार्टी सम्पन्न भयो । २५ देशका ४० भन्दा बढी नागरिक नग्न अवस्थामा नुहाइरहेको खबर आएपछि प्रहरी त्यहाँ पुगेर आयोजकहरूलाई पक्राउ गरेको थियो । यसैगरी केही वर्षपहिले सिन्धुपाल्चोकमा समेत ट्रान्स पार्टी सञ्चालन गरिएको थियो । ट्रान्स पार्टी नेपालका लागि नौलो विषय होइन । ट्रान्स पार्टीको नाम नदिई विभिन्न बहानामा यस्ता पार्टीको आयोजना लुकीछिपी हुने गरेका छन् । कतिपय अवस्थामा यस्ता पार्टीका बारेमा प्रहरी, प्रशासनलाई मात्र नभएर कार्यक्रम आयोजना हुने स्थलका सञ्चालकले समेत पत्तो पाउँदैनन् । यस्ता पार्टीमा विदेशी युवायुवतीहरूको सहभागिता हुन्छ ।

ट्रान्स पार्टी कानुन विपरित हो

ट्रान्स पार्टी भनेको ड्रग्स युजरहरूको पार्टी हो, त्यहाँ ड्रग्सको डिलिङ समेत हुन्छ । उनीहरूले स्थानीय तहका मानिस तथा राजनीतिकर्मीहरूलाई समेत प्रभावित गरेर ग्रामीण क्षेत्र एवं रिमोट एरियामा यस्तो पार्टी गर्न खोज्छन् । प्रहरीबाहेक सबैलाई प्रभावित गरेका हुन्छन्, प्रहरीलाई पनि प्रभावमा पार्ने प्रयास गर्छन् ।

म स्याङ्जामा डिएसपी हुँदा त्यहाँको ग्रामीण क्षेत्रमा एउटा यस्तै ट्रान्स पार्टीको आयोजना गरिएका रहेछ । कतिसम्म भने ट्रान्स पार्टी भन्दै वेबसाइटबाट प्रचार र बुकिङ समेत गरिसकेका रहेछन् । मलाई शंका लाग्यो । मैले जिल्ला सुरक्षा समितिबाट निर्णय गराएर त्यो ट्रान्स पार्टी रोके । ट्रान्स पार्टीमा सहभागी हुन विदेशीहरू पनि आउँछन् । मैले त्यहाँ ट्रान्स पार्टी गर्न आउनेलाई पोखरा बसपार्कबाटै नियन्त्रणमा लिन लगाए । तीमध्ये केहीलाई सार्वजनिक अपराधमा मुद्दा पनि चलाइयो ।

ट्रान्स पार्टी कुनै पनि हालतमा गर्न दिनु हुँदैन, यो समाजका लागि विकृति हो ।

उत्तमराज सुवेदी
प्रवक्ता, नेपाल प्रहरी

ट्रान्स पार्टीका लागि विदेशीहरू उत्तैबाट बुक गरेर आउँछन् । ड्रग्स युजरहरू कानुनविपरीत यस्तो पार्टीमा नशामा चुर भएर चर्को संगीतमा नाच्छन् अनि अश्लीलता प्रदर्शन गर्छन् । ड्रग्स खाएर चर्को संगीतमा नाच्ने भएकाले केटाकेटी कसले के गरिरहेको छ थाहै नपाउने खालको वातावरण हुँदोरहेछ । समाजमा छाडा र अश्लीलता फैलाउने, कानुनविपरीत ड्रग प्रयोग गर्ने, लागू औषधको डिल हुने ट्रान्स रोक्नुपर्छ । प्रहरीले थाहा पाउने बित्तिकै यसलाई रोक्छ । यस्ता पार्टी गर्नेहरूलाई, अश्लीलता फैलाउनेहरूलाई सार्वजनिक अपराध र ड्रग्स प्रयोग गर्नेहरूलाई लागू औषध मुद्दामा कारबाही हुन्छ ।

विदेशी औषधी प्रतिबन्धको बहस

नेपालमा पटक-पटक बहस हुने गरेको छ, नेपालमै उत्पादन हुने औषधी विदेशबाट ल्याउन प्रतिबन्ध गर्ने कि नगर्ने ? पछिल्ला पाँच वर्षदेखि यो बहस चल्दै आए पनि कुनै निष्कर्षमा भने पुगेको छैन, जसका कारण बजारमा हल्ला फैलिने गरेको छ, 'यो औषधी नेपालमा प्रतिबन्धित भयो, त्यो औषधी प्रतिबन्धित भयो ।' यो समाचार तयार पार्दासम्म औषधी व्यवस्था विभागमा दर्ता भएका कुनै पनि औषधी नेपालमा प्रतिबन्धित नगरिएको विभागका कर्मचारीहरू बताउँछन् । विभागका महानिर्देशक नारायण ढकाल भन्छन्, 'नेपालमै उत्पादन भएर नेपाली जनताका लागि पर्याप्त पुग्नसक्ने गुणस्तरीय प्रमाणीत भएका केही औषधीको कच्चा पदार्थ मात्र ल्याउने गरी रोक लगाउने तयारी भैरहेको छ ।' ढकाल भन्छन्, 'नेपालमा उत्पादन नहुने सबैखालका औषधी प्रतिबन्धित गर्ने भनिएको होइन ।' स्वास्थ्य मन्त्रालयले एक वर्ष अध्ययन गरी नेपालमै उत्पादन हुने र आपूर्ति गर्न सक्षम ३० प्रकारका औषधीको कच्चा पदार्थ आयात मात्र गर्ने गरी सरकारलाई प्रस्ताव पठाएको छ ।

विदेशी औषधीमा प्रतिबन्ध लगाउँदा त्यसले सर्वसाधरणमा असर गर्छ कि गर्दैन, त्यसको गहन बहस भने भएको छैन । सबै विदेशी औषधीलाई खुला गरिनुपर्छ भन्ने तथा नेपाल आत्मनिर्भर भैसकेको औषधीलाई प्रतिबन्धित गर्नुपर्छ भन्नेहरूका आ-आफ्ना तर्क छन् । विदेशी औषधीमाथि प्रतिबन्ध लगाउनु हुँदैन भन्नेहरूको दलिल हुन्छ, 'नेपालमा उत्पादन भएका औषधीको गुणस्तर कमजोर छ । नेपाली औषधी उद्योगीहरूको तर्क छ, 'विदेशी भन्दैमा सबै औषधी गुणस्तरीय छैनन्, ती भन्दा गुणस्तरीय औषधी हामीले उत्पादन गरिरहेका छौं । उनीहरूको दावी छ, नेपालमा जति पनि औषधी उद्योगले औषधी उत्पादन गरिरहेका छन्, ती अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्ड र गुणस्तरका छन् । नेपाली औषधी उद्योगीको कुरामा सत्यता भएको नेपालको स्वास्थ्य अर्थशास्त्रसम्बन्धी गहिरो अध्ययन गरेका त्रिभुवन विश्वविद्यालयका सह-प्राध्यापक शिवहरि अधिकारी बताउँछन् । 'विदेशबाट आएका केही औषधी ज्यादै कम गुणस्तरका छन् ।' अधिकारी भन्छन्, 'ती औषधीले बिरामीमा राम्रो प्रभाव नपार्दा उपचार नै महँगो हुने गरेको छ ।' विदेशी औषधीलाई भन्दा स्वदेशीलाई सरकारले प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने धारणा अधिकारीको छ । स्वदेशी औषधीलाई प्राथमिकता दिदा उनीहरूको नियमन र मूल्यांकन गर्न पनि सहज मात्र हुँदैन, कुनै कारवाही गर्नुपर्ने अवस्था आए पनि तत्काल एक्सनमा जान सकिन्छ । 'विदेशी औषधी कम्पनीले गुणस्तरहीन औषधी बिक्री वितरण गरे त्यसलाई बन्द मात्र गराउन सकिन्छ ।' अधिकारी भन्छन्, 'यदि नेपाली औषधी कम्पनीले गल्ती गरे तत्काल कारबाही गर्न सकिन्छ ।' जसले गर्दा सरकारले नेपाली औषधी कम्पनीलाई थप जिम्मेवार बनाउन सक्छ ।

गुणस्तर र मापदण्ड पुगेका मात्र होइन, केही त्यस्ता उत्पादन पनि छन् जसलाई अब विदेशबाट मगाउनुपर्ने आवश्यकता छैन । बरु बिस्तारै ती औषधी विश्व बजारमा जाने प्रक्रिया सुरु भएको छ । दुई नेपाली औषधी उद्योग लोमस र नेसनल हेल्थ केयरले गत वर्ष ७ करोड रुपैयाँभन्दा बढीको औषधी विदेश निर्यात गरेका थिए । 'नेपाली औषधी गुणस्तरीय नभएको भए विदेश निर्यात हुने कुरै थिएन ।' लोमस फर्मासिटिकलका निर्देशकसमेत रहेका औषधी उत्पादक संघका महासचिव प्रज्वलजंग पाण्डे भन्छन् 'अब हाम्रो उत्पादन विश्वस्तरीय भएको छ, हामीले उत्पादन गरेका औषधीको ग्यारेन्टी हामी लिन्छौं ।'

सरकारले नेपालमै पूर्ण रूपमा उत्पादन भएर आत्मनिर्भर भएका ३० प्रकारका औषधीहरूको कच्चा पदार्थ मात्र आयात गर्ने नीति मन्त्रीपरिषदमा पुगेको थियो । स्वास्थ्य मन्त्रालयबाट पास भै विभिन्न मन्त्रालयको सहमतिपछि मन्त्रिपरिषद्मा पुगेको उक्त प्रस्ताव थप छलफलका लागि प्रतिनिधिसभाको सामाजिक समितिमा पठाइएको थियो । त्यो प्रस्ताव मन्त्रिपरिषद्मा पुगेको झन्डै एक वर्ष पुग्न लाग्दा पनि त्यसमा कुनै निर्णय हुन सकेको छैन । क्यान्सरका, सुइजन्य, इन्सुलिन तथा क्रिटिकल केयरका औषधीबाहेक अन्य धेरै प्रकारका औषधीमा नेपाल आत्मनिर्भरतर्फ उन्मुख भएको महासचिव पाण्डे बताउँछन् ।

नेपालमा उत्पादन हुने सबै बन्द गर्छौं : स्वास्थ्य मन्त्री

उपप्रधान तथा स्वास्थ्य मन्त्री उपेन्द्र यादव सरकारले ३० प्रकारका मात्र नभएर नेपालमै उत्पादन भएर गुणस्तरमा सुनिश्चितता भएका र कुनै पनि अवस्थामा अभाव नहुने औषधीको सुनिश्चितता गरी त्यस्तै प्रकारका औषधी विदेशबाट ल्याउन रोक लगाउन लागेको कुरा बताउँछन् । गत महिना स्वास्थ्य मन्त्रीको अध्यक्षतामा बसेको औषधी परामर्श परिषद्को बैठकले त्यस्तो निर्णय गरेको थियो । 'गुणस्तरीयता कायम हुनुपर्छ ।' मन्त्री यादवले भने 'सरकार स्वदेशी उत्पादनलाई प्रोत्साहन गर्न तत्पर छ ।' औषधी उद्योगीहरूले औषधी उत्पादनमा मात्र नभएर कच्चा पदार्थ उत्पादनमा समेत जोड दिनुपर्ने उनको सुझाव छ ।

यसअघि औषधी परामर्श समितिको बैठकले नेपाल आत्मनिर्भर भएका र गुणस्तरमा शतप्रतिशत सुनिश्चितता भएका औषधीकालागि विदेशबाट कच्चा पदार्थ मात्र आयात गर्न पाउने गरी रोक लगाउने प्रस्ताव पास गरी मन्त्रिपरिषदमा पठाउने निर्णय गरेको थियो । उक्त निर्णयअनुसार स्वास्थ्य मन्त्रालयले फाइल तयार गरी मन्त्रिपरिषद्मा पठाउने तयारी गरिरहेको औषधी व्यवस्था विभागका महानिर्देशक ढकालले बताए ।

विदेशबाट आयातमा रोक लगाउन प्रस्ताव गरिएका औषधि

१. एल्बेन्डाजोल
२. एमोक्सिलिन
३. एजिथ्रोमाइसिन
४. ट्रिमेथोरपिम
५. मेट्रोनिडाजोल
६. एन्टासिड
७. ओम्नीप्राजोल
८. पेन्टाप्राजोल
९. रेनिटिडिन
१०. भिटामिन
११. प्यारासिटामोल
१२. कफ सिरफ
१३. इन्जाइम
१४. रि-हाइड्रेसन
१५. आइबुप्रोफेन
१६. सेट्रिजिन
१७. इन्डोमेथासिन
१९. डिक्लोफेन्याक
२०. टिनिडाजोल
२०. अल्बेन्डाजोल, भेट
२१. अक्सिक्लोनाजाइड, भेट
२२. लेभामिसोल, भेट
२३. प्यारासिटामोल, भेट
२४. अक्सिटेट्र्यासाइक्लिन, भेट
२५. क्यालामाइन लोसन
२६. क्याल्सियम कार्बोनेट
२७. जेन्सन भोइलेट
२८. निमेसुलिड
२९. ट्रामाडोल
३०. साइप्रोहेप्टाडिन

संघका अध्यक्ष दिपक दाहालले सरकारले नेपाली उद्योगलाई विश्वास गरेको हुँदा त्यो विश्वासलाई अझ मजबुत बनाउन आफुहरू लागि पर्ने बताउँछन् । 'नेपाल आत्मनिर्भर हुने मात्र होइन, विदेशमा पनि निर्यात गर्ने गरी औषधी उत्पादन गर्ने हाम्रो तयारी छ,' दाहाल दावी गर्छन् । नेपालमा हाल ५६ वटा उद्योगले तीन सय भन्दा बढी प्रकारका औषधी उत्पादन गरिरहेका छन् । ती औषधीको २० अर्ब रुपैयाँ बराबरको कारोवार हुने इनोभेटिव फर्मा ल्याबका प्रवन्ध निर्देशक विप्लव अधिकारी बताउँछन् । नेपालको औषधी बजारको ४५ प्रतिशत हिस्सा नेपाली उत्पादनकै रहेको अधिकारीको दावी छ । 'नेपालमा ४५ अर्ब रुपैयाँ बराबरको औषधीको कारोबार हुने गरेको छ,' अधिकारी भन्छन्, '४५ अर्ब रुपैयाँमध्ये २५ अर्ब विदेशिने गरेको छ ।'

औषधी व्यवस्था विभागले नेपाल आत्मनिर्भर भएका भनिएका औषधीहरूमा जुकाको औषधी अल्बेन्डाजोल, एन्टिवाइटिक एमोक्सासीलिन र एजिथ्रोमाइसिन, झाडापखालाका लागि प्रयोग हुने मेट्रनाजोल र पुर्नजलीय झोल, ग्यास्ट्रिक हुँदा प्रयोग हुने ओम्नीप्राजोल, पेन्टाप्राजोल र रेनिटिडिन आदि छन् । त्यसैगरी भिटामीन, कफ सिरफ, इन्जाइमका औषधीहरूमा नेपाल आत्मनिर्भर भएको विभागको सिफारीसमा उल्लेख छ । ज्वरो, रुघाखोकी, दुखाइ कम गर्ने, छालाको रोगसम्बन्धी औषधीहरू उत्पादनमा नेपाली कम्पनी आत्मनिर्भर भएको भन्दै मन्त्रालयले ती औषधी उत्पादनका लागि चाहिने कच्चापदार्थ मात्र आयात गर्न पाउने प्रस्ताव मन्त्रिपरिषद्मा प्रस्ताव लगेको थियो ।

साहित्य

रोल्पामा अक्षर महोत्सव

राधिका अधिकारी

वरिष्ठ हास्यकलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठलाई धेरै पहिले नै रोल्पामा प्रहसन गर्ने मन थियो, तर मदनकृष्णको त्यो चाहना २०७५ सालको अन्त्यमा आएर मात्र पूरा भयो । चैतको पहिलो साता (चैत ७ र ८ गते) होलेरीमा सम्पन्न प्रथम राष्ट्रिय साहित्यिक अक्षर महोत्सवमा अभिनेता मदनकृष्णले द्वन्द्वकालमै रोल्पामा आएर प्रहसन गर्ने सोच रहेको तर नसकेको बताएका थिए ।

रुन्टीगढी गाउँपालिकाले पहिलो पटक आयोजना गरेको उक्त महोत्सवमा सहभागिता जनाउन पुगेका कवि तथा संस्कृतिविद् तुलसी दिवस, आख्यानकार अमर न्यौपाने, अर्चना थापा, कवि रमेश क्षितिज, नयनराज पाण्डे आदिले होलेरीस्थित प्रहरी चौकीमा २०५२ फागुन १ गते तत्कालीन माओवादीले आक्रमण गरी युद्ध घोषणा गरेको स्मरण गरे ।

अक्षर महोत्सवमा पहिलो पटक रोल्पा पुगेका सबैजसो सर्जक सिर्जनासँग भन्दा त्यहाँको प्राकृतिक वातावरणसँग रमाएका थिए । सर्जकहरू होलेरी आसपासका पर्यटकीय स्थल 'स्वर्गद्वारी महाप्रभुको जन्मस्थल, रुन्टी ध्यानस्थल गढी, शिवपार्वती गुफा, मुरुल्ले प्राकृतिक क्षेत्र, युद्धताका पहिलो निसाना बनेको भग्नावशेष प्रहरीचौकी आदि स्थान पुगेका थिए ।

सर्वनाम थिएटरका निर्देशक राज शाहले युद्धको आयाम र रोल्पा बुझ्न महोत्सवले सघाएको बताए । महोत्सवमा विभिन्न शिर्षकअन्तर्गत साहित्यका विभिन्न पाटाहरू समावेश गरिएको थियो । उक्त अवसरमा रोल्पाली कवि नवीनलोचन मगरले युद्धमा मारिएका ९ सय ६९ जना, एकल भएका ३ सय २३ जना महिला तथा बेपत्ता पारिएका ३३ जनाको स्मरण गर्दै कविता सुनाएका थिए ।

कार्यक्रममा सहभागी अग्रज कवि तुलसी दिवसले सामाजिक विविधताको स्वीकार्यताले नेपाली संस्कृति र साहित्य समृद्ध हुने भएकाले रोल्पाको मगर संस्कृति, कला एवं रङ झल्कने सिर्जना गरिनुपर्ने कुरा बताएका थिए ।

पर्यटन तथा साहित्य प्रवर्द्धनका लागि आयोजित अक्षर महोत्सवमा सिर्जनात्मक बहस, संवाद एवं कवितावाचनहरू भए । संविधानविद् डा. भीमार्जुन आचार्य, गायिका तथा राष्ट्रियसभा सदस्य कोमल वलीसँग आख्यानकार अमर न्यौपानेले समकालीन नेपाली राजनीतिक चरित्र र दिशाका सम्बन्धमा बहस चलाए भने छाडिएका कथाहरूका सम्बन्धमा आख्यानकारहरू अमर न्यौपाने, नयनराज पाण्डे तथा अर्चना थापासँग कवि वसन्त विवश आचार्यले सेसन चलाएका थिए । महोत्सवका क्रममा राष्ट्रिय तथा जिल्लाका सर्जकहरूको सहभागिताले स्थानीय पर्यटन एवं साहित्य प्रवर्द्धनमा टेवा पुगेको रुन्टिगढी गाउँपालिका अध्यक्ष बालाराम बूढाले बताए ।

लघुकथा

भित्ताको तस्बिर

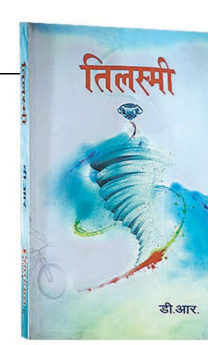
विवाह भएको दुई वर्षपछि एउटी छोरी जन्मिनासाथ मरेको आफ्नो लोग्नेको फोटो अजिताले सिरानमाथिको भित्तामा सजाएर राखेकी थिई । जब आफ्नो लोग्नेको सम्झना आउँथ्यो, ऊ त्यही सिरानको फोटो हेरेर धेरै बेरसम्म आँसु झार्थी । थाकेपछि मन बुझाउँदै कोठाबाट बाहिर निस्कन्थी । काममा जान्थी, आउँथी र फेरि त्यही फोटो हेर्दै आँसु पुछ्थी ।

सम्झनामा आइरहने र मन पिरोलिरहने भएकाले उसले त्यो फोटो त्यहाँबाट झिकेर अन्तै राख्न पनि सकिन । चाहेको बेला हेर्न सजिलो होस् भनेर उसले त्यसो गरेकी थिई ।

एक दिन अजितालाई फेरि छोरीले भुल्नै लगेको द्वन्द्वको घाउ कोट्याउँदै आँखाभरि आँसु पारेर सोधी– मामु, हाम्रो बाबा अब कहिल्यै आउनुहुन्न ? अजिताले भित्ताको तस्बिर हेरिरही । तस्बिरले पनि उनीहरूलाई एकटकले हेरिरहेजस्तो लाग्यो । उनीहरू दुवैका आँखाबाट आँसु झरिरहेका थिए ।

जे.बी. कार्की

पुस्तक परिचय



गीतकार डी.आर.द्वारा लिखित उपन्यास 'तिलस्मी' बजारमा उपलब्ध छ । यो उपन्यासमा सन्देशमूलक तथा सकारात्मक सोचलाई उजागर गर्ने प्रयास गरिएको छ । कथा, पात्र तथा चरित्रका कारण यो उपन्यास बजारमा उपलब्ध अन्य उपन्यासभन्दा केही पृथक छ । उपन्यासमा सम्भ्रान्त र अति विपन्न वर्गबीचको कथा समेटिएको छ । वर्गीय खाडल, जातीय विभेद तथा त्यसविरुद्धको विद्रोहको भावना अभिव्यक्त गरिएको यो उपन्यासलाई सकारात्मक रूपमा टुंग्याइएको छ । एउटा यात्राको गन्तव्यमा पुग्न मानिसले कति कठिनाइहरूको सामना गर्नुपर्छ भन्ने कुरा पुस्तकले अनुभूति गराउने छ उपन्यासकार डी. आर.को दाबी छ । उपन्यासले आदर्श समाजको परिकल्पना गरेको छ । २०५८ सालदेखि औपचारिक रुपमा गीत रचनामा प्रवेश गरेका उपन्यासकार डी.आर.का पाँच वटा गीति एल्बम सार्वजनिक भैसकेका छन् भने उनले लेखेका तीनवटा पुस्तक नयाँ मोडहरूमा, गीति संग्रह 'कान्तिपुरदेखि सन्दकपुरसम्म: यात्रा संस्मरण' तथा 'आत्मभाव-गीति संग्रह' प्रकाशित छन् ।

प्रकाशक : शिखा बुक्स, काठमाडौं
मूल्य : ३ सय ९३ रुपैयाँ

कविता

फलैंचा

बालिका थपलिया

यही फलैंचामा
तिमी र मैले
बिछ्याएका थियौं
प्रेमको गलैंचा
सँगै रोपेका थियौं
रङ्गीन बँगैचा ।

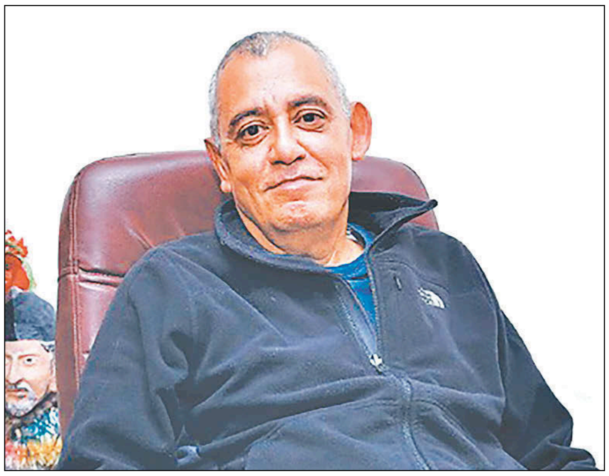
साँच्चै पृथ्वी गोलो रै'छ
अनि घुम्दै-घुम्दै
म आइपुगेछु
यही तीर्थमा
जहाँ
समर्पित गर्दै
एकले अर्कालाई
सम्पूर्ण अस्तित्व
हामीले पवित्रता धारण गरेका थियौं ।

तिमीले सुमसुम्याएको थियौ
मेरो सुनौलो, लामो कपाल
चुमेको थियौ आत्मासम्म
मुटुमा प्रेमको किला गाडेर
मैले टाँगेकी थिएँ
तिम्रो अमेटय तस्बिर
हामीले उस्तै-उस्तै
महसुस गरेका थियौं
समयको जाँदुसँगै
मायामा परेका थियौं ।

त्यो मायालु सम्झना
छचल्किरहन्छ
स्मृतिको घल्चाबाट
म प्रेमाकुल भएर
छामिरहेछु झल्झल्कोले
त्यो सुमधुर अतित
अनि प्रतीक्षारत छु
पुनर्मिलनको आशामा
तिमी अचानक आइपुग्नेछौ
फेरि एकाकार हुनेछौ हामी ।
यही फलैंचामा
तिमी र मैले
बिछ्याएका थियौं
प्रेमको गलैंचा
सँगै रोपेका थियौं
रङ्गीन बँगैचा ।

जनताको विचार

संघीयता, धर्म निरपेक्षता तथा गणतन्त्रका सम्बन्धमा जनताले चाहे जनमत-संग्रह हुन्छ भन्ने नेपाली कांग्रेसका महामन्त्री सशांक कोइरालाको अभिव्यक्ति कस्तो लाग्यो ?



तत्कालका लागि यो कुरा मृगमरिचिका हो । कांग्रेसले कम्युनिस्टसरह जनाधार बनाउन अझै दस वर्ष लाग्छ, त्यो पनि कुन्नि ? संसद्मा जनमतको भार (दबाब बनाउन) पुऱ्याउनु फलामको च्यूराजस्तै हुनेछ । हाललाई यी विषय अरण्यरोदन नै होलान् ।

प्रदीप ढुंगाना

धर्म निरपेक्षता, गणतन्त्र तथा संघीयता कैयौं नेपालीको लास र रगतबाट जन्मिएको हो । कसैसँग भीख मागेर ल्याएको होइन । एउटा युग ल्याउन त्यही सजिलो हुँदैन । यसलाई यति सस्तो रूपमा नलिइदिनुहोस् । तपाई कुन जनमतको कुरा गर्दै हुनुहुन्छ ? नेपाली जनताको जनमतले त गणतन्त्र धर्म निरपेक्षता र संघीयता ल्याइसक्यो । तपाई बल्ल निन्द्राबाट ब्यूँझनुभयो कि क्या हो ?

नवराज आचार्य

शतप्रतिशत जायज हो यो कुरा, जुनसुकै कुरा हुन्, जस्तासुकै कुरा हुन्, त्यसको अन्तिम फैसला गर्न पाउने अधिकार जनतामा निहित हुन्छ र हुनु पनि पर्छ ।

जयकृष्ण श्रेष्ठ

संघीयता, धर्म निरपेक्षता र गणतन्त्र जनतामा जबरजस्ती लाद्ने काम भएको छ । अहिले पनि देशमा ८० प्रतिशतभन्दा बढी हिन्दू धर्मावलम्बी छन्, त्यसैले धर्मका बारेमा जनमत-संग्रह गर्नु नै न्यायोचित हुन्छ ।

जीवन पराजुली

यो कुनै एजेन्डा नभएकाले नयाँ फन्डा निकालेको मात्र हो । मुलुक धर्म निरपेक्ष राष्ट्र घोषित भैसकेको अवस्थामा फेरी जनमतसंग्रहको माग गर्नु जनतामा भ्रम छर्नुबाहेक केही हुन सक्दैन, यसले के देखाउँछ भने जनतालाई आफ्नो पक्षमा पार्न नेताहरू जे पनि भन्छन् ।

नवीनकुमार

संघीयता, धर्मनिरपेक्षता, गणतन्त्र जनताको माग र आन्दोलनको स्पिरिट थिएन, त्यो त विदेशीको माग थियो । देशमा डलर बाँडेर विखण्डन, अशान्ति र धर्मको व्यापार गर्ने अनि देशलाई कमजोर तुल्याउने कुटिल चाल थियो । त्यसैले कुनै दिन सत्यको आन्दोलन हुनेछ र हाम्रो मौलिकता फर्कनेछ ।

राजन भट्टराई

जनमत संग्रह भए सबै पार्टी समाप्त हुन्छन् ।

किशोर खत्री

नेपाली कांग्रेस देशमा ठूला परिवर्तनको वाहक हो, जसले नेपालको प्रजातान्त्रिक लडाईंमा सधैं अग्रभागमा रहेर आफ्नो भूमिका निर्वाह गरेको छ । त्यसको परिणाम धेरै सकारात्मक परिवर्तन भए भने केही नकारात्मक प्रभाव पनि पऱ्यो । जनताले त्यसको मूल्य चुकाउन धेरै बलिदान दिनुपऱ्यो । अहिले फेरि जनमत-संग्रहको कुरा गरेर देशलाई पुरानै दिशामा डोऱ्याउने र अल्पसंख्यक धर्मावलम्बीमाथि दमन-शोषण गर्ने लाममा उभिनु समग्र परिवर्तनलाई चुनौती दिनु हो ।

डीबी

ओहो ! त्यसो भनेकै हो । लु सशांक कोइरालाका लागि दुई-चार सय किलोको माला उन्न सुरु गरे भो ।

मोहन

के आश्चर्यचकित हुनु ? मुद्दा खोज्दै हिँडेको कांग्रेसले अब राप्रपाको मुद्दा काँधमा हालेछ । अरू के भन्नु ? उँभो लाग्ने बाटो होइन, उँधो धकेलिने बाटो अपनाएछ कांग्रेसले ।

हरि थापा

वर्तमान संविधानले अस्वीकार गरेको मुद्दालाई पुन ब्यूँताएर बहस चलाउनुको कुनै अर्थ छैन र त्यो अभिव्यक्तिले संविधानको धज्जी उडाएको छ । के अब जनमत-संग्रह गरेर नेपाललाई हिन्दू राज्य घोषणा गर्ने अनि धार्मिक युद्ध निम्त्याउने ? यदि संघीयता देशले धान्दैनथ्यो भने राजनीति मुद्दा रूपमा किन उठाइयो ? संघीयताका नाम कैयौं जनताको ज्यान गयो के त्यसको कुनै अर्थ छैन ?

बाबु भट्टराई

यो कुराचाहिँ ताक परे तिवारी नत्र गोतामे भने जस्तै हो ।

दीपक पौडेल

यो हतास मानसिकताको पराकाष्ठ हो । हजारौंको बलिदानबाट आएको परिवर्तन उल्ट्याउन लाखौंको बलिदान हुनुपर्छ । को छ तयार ?

किशोर पुमा राई

धर्म निरपेक्षता समयानुकूल हुन जरुरी छ । नेपालजस्तो देशमा धार्मिक स्वतन्त्रताभन्दा पनि यसले जनतालाई विभाजित तुल्यायो, तसर्थ समय सान्दर्भिक धर्म निरपेक्षता लागू हुन जरुरी छ ।

विमल बस्याल

सशांक राजनीति गरेर खाने खालका नेता होइनन् । जमानामा एकलौटी शासन चलाएको कोइराला खलकले अहिले बिरालाले मुसा ढुकेजसरी बस्नुपऱ्या छ । कठै ! कति निरिह भएछन् ।

हरि थापा

संविधानविपरित भाषण दिई हिँड्नेहरूलाई आतंककारी घोषणा गर सरकार !

फुर्वासिंह लामा

आफ्नो स्वार्थअनुसार जनतालाई प्रयोग गर्नु निन्दनीय छ । सबैले जनताको नाम लिएर आफ्नै मात्र उन्नति-प्रगति गरे । जनताले कुनै पनि आधारभूत आवश्यकता प्राप्त गर्न सकेनन् ।

दिनेश थापा

नेल आर्ट र ब्यूटीसियन ट्रेनिङ्गमा निशुल्क भर्ना

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

* *

नोट: यू. के., अमेरीका, अष्ट्रेलीया, युरोप तथा अन्य देशहरूमा स्टुडेण्ट तथा अन्य भिषामा जानेहरूका लागि विशेष कोर्ष धमाधम संचालन भईरहेका छन् ।

ITC प्रशिक्षण केन्द्र : डिल्लीबजार हुलाक अगाडी ४४१३९५८,
ठमेल: ४२१५६२८, लगनखेल बसपार्क: ९८६४२५१८९८, चावहिलचोक: ४४९३३६१, नयाँबानेश्वर: ९८६४२५८१७६, कोटेश्वरचोक: ४६०००१५, कलंकीचोक: ५२३४४८९, गोंगबुचोक: ४०२००९९, बुटवल: ०७१-५४१४६९, नारायणगढ: ०५६-५७२१४४, पोखरा: ०६१-५२४९९१, बाग्लुङ: ०६८-५२२७१०, इटहरी चोक: ०२५-५८७१७५, दाङ घोराही: ०८२-५६३६११, बिर्तामोड: ०२३-५४६५२९

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

चैत १६ गते विश्व नेवाः दिवस	चैत १९ गते विश्व अटिज्म जागरूकता दिवस
चैत १८ गते विश्व मुर्ख दिवस पापमोचिनी एकादशी	चैत २२ गते घोडे जात्रा

मेष

नयाँ अवसरले पछ्याएको अवस्था छ, जसबाट आफ्नो आर्थिक स्थितिमा परिवर्तनसमेत ल्याउन सकिनेछ । सामाजिक क्षेत्रमा प्रतिष्ठा प्राप्त हुनेछ । पारिवारिक जिम्मेवारी वहन गर्दा खर्च बढ्नेछ भने भौतिक सुविधाका साधन खरिद गर्न आकर्षित भइनेछ । अन्य साना-तिना खर्चले समेत पिरोलिरहनेछ ।

वृष

पूर्वपरिचित मित्रहरूले मन पराएको सन्देश पठाउन सक्छन् । तपाईंको निर्णय पारिवारिक रूपमै अनुमोदन होला । कार्यस्थलको स्वरूपअनुसार पहिरनमा ध्यान दिनुहोला । गफमा समय व्यतीत गर्ने साथीभाइबाट टाढै रहनुपर्छ । व्यवहारिक काममा कन्जुस्याइँ नगर्नु नै आफ्नो हितमा हुनेछ ।

मिथुन

नीलो रंगको प्रयोगबाट लाभ लिन सकिनेछ । प्रतिस्पर्धामा सम्मानजनक स्थान प्राप्त हुनेछ । मित्रहरूले दिएका वचन पूरा हुनेछन् । आफूभित्रको भय उत्साहमा परिवर्तन भै समाज सेवातर्फ आकर्षित भइनेछ । मनोरञ्जनमा सहभागी भै सवारी चलाउँदा विशेष ध्यान पुऱ्याउनुहोला ।

कर्कट

खानपान तथा मौसमको फेरबदलका कारण शारीरिक दुर्बलता देखा पर्न सक्छ । डाहा गर्नेहरूले भित्रभित्रै प्रशंसा गर्न थाल्नेछन् । संयम एवं बोलीको मधुरताले बिग्रन लागेका कतिपय सम्बन्धलाई भरथेग गर्न सहयोग पुऱ्याउनेछ । परिवारजनलाई सहयोग गर्ने कामबाट टाढै रहनुहोला ।

सिंह

होसियारीपूर्वक गरिएको कार्यबाट पर्याप्त आर्थिक लाभ प्राप्त गर्न सकिनेछ । रोजगारीको अवसर जुट्न सक्छ । अन्यौलका बीच उन्नतिको मार्ग प्रशस्त हुनेछ । विश्वास पात्रलाई वचन दिँदा संयम अपनाउनुहोला । साताको अन्त्यमा भौतिक सुविधाका साधन खरिद हुने योग छ ।

कन्या

आवेशमा गरिएको कामले उल्टो परिणाम दिन सक्छ । कुनै पनि कार्य सम्पन्न गर्दा धैर्यतालाई महत्व दिनुहोला । अचानक प्रेम प्रस्ताव प्राप्त हुन सक्छ । प्रतिस्पर्धामा सफलता हात लाग्नेछ । हरियो रंगको प्रयोग फाइदाजनक सावित हुनेछ । आइतबार तथा बुधबार महत्वपूर्ण काम सम्पन्न हुनेछन् ।

तुला

अरूलाई छिटो विश्वास गर्नाले धोका हुन सक्छ । जिद्दी गरी गल्ती सच्याउन खोज्दा अझ पछि परिनेछ । खराव आचरण भएकाहरूले पिछा गर्न सक्छन् । सेयर बजारमा गरिएको लगानीले नाफा दिनेछ । आर्थिक अभाव निराकरण गर्ने वैकल्पिक उपाय पहिल्याउन सकिनेछ ।

वृश्चिक

संयमित भै खानपान र जीवनचर्यामा ध्यान दिए स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्याबाट मुक्त भइनेछ । पक्कापक्की भैसकेको व्यवसाय सञ्चालनमा ढिला सुस्ती हुन सक्छ । गोपनीयता भंग भै काममा धोका होला । प्रयत्न गरे अरूको मन जित्न सकिनेछ । विदेश जाने योजना सफल हुनसक्छ ।

धनु

विलसिताका सामग्री खरिद गर्न मन उत्साहित हुनेछ । प्रतिष्ठित व्यक्तिको प्रेरणाले ज्ञान आर्जन गर्ने अवसर जुट्न सक्छ । साथीभाइसँगको जमघटमा नौला एवं स्वादिष्ट खानपानको आनन्द उठाउन पाइनेछ । साताको प्रारम्भको तुलनामा उत्तरार्द्ध बढी लाभदायक देखिन्छ ।

मकर

आकस्मिक यात्रा गर्दा आर्थिक लाभ समेत होला । राज्यस्तरबाट महत्वपूर्ण अवसर प्राप्त हुन सक्छ । आफ्ना योजना सफल बनाउन कठोर मेहनत गर्नुपर्नेछ । सभा, सेमिनार, तालिम आदिमा सहभागि हुने अवसर जुट्नेछ । नीलो रंगको प्रयोग शुभ रहनेछ भने विदेशी पाहुनाहरूसँगको भेटघाट महत्वपूर्ण सावित हुनेछ ।

कुम्भ

सरोकार नभएका विषयमा चासो राख्दा दुःख पाइनेछ । आइतबारदेखि कतिपय बाधा स्वतः हट्नेछन् भने प्रशंसनीय काम गरेर हितैषीहरूको मन जित्न सकिनेछ । मन मिल्ने साथी फेला पर्नुका साथै प्रेमको बन्धनसमेत कसिनेछ । गल्ती सच्याउने स्वभावका कारण बिग्रन लागेका कामसमेत फत्ते हुनेछन् ।

मीन

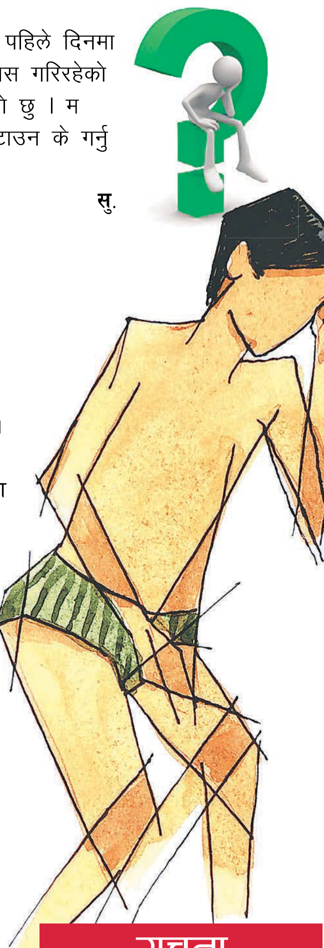
अनुशासन एवं मर्यादा पालनले आफूलाई थप उचाइमा पुऱ्याउन सहयोग गर्नेछ । विदेश भ्रमणका लागि गरिएको प्रयत्न सफल हुनेछ । प्रेमको गाँठो कसिने सम्भावना छ । बोलीको प्रभावले धेरैलाई प्रभावित तुल्याउन सकिनेछ भने सरोकार नभएका विषयमा चासो राख्दा प्रियजन चिढिनेछन् ।

यौन जिज्ञासा र समाधान

डा. राजेन्द्र भद्रा

म २५ वर्षको एकल पुरुष हुं र ममा हस्तमैथुनको लत बसेको छ । म पहिले दिनमा एक वा दुईपटक हस्तमैथुन गर्थे । अहिले मैले यसलाई नियन्त्रण गर्ने प्रयास गरिरहेको छु । अहिले दुई दिनमा एक पटक गर्छु । शायद यसैको कारणले म दुब्लो छु । म यसका असर थाहा पाउन तथा यसबाट मुक्त हुन चाहन्छु । अलिकति मोटाउन के गर्नु पर्ला ? मलाई थाहा छ यदि मैले हस्तमैथुन रोकें भने मेरो वजन बढ्छ ।

स.



हस्तमैथुनको लत भएर अति हस्तमैथुन गर्ने स्थितिमा पुग्दा घण्टौंसम्म यौन चलचित्र हेरेर बिताउने र व्यक्तिको उत्पादनशीलतमै नकारात्मक असर पर्ने हुन्छ । यौन कार्यमा अवास्तविक अपेक्षा अनि पारिवारिक सम्बन्धमा समस्या, आत्म सम्मानको कमी तथा असामाजिक बानी बेहोरा देखाउने जस्ता कुरा देखापर्न सक्छन् ।

हस्तमैथुनको लत

तपाईंले यही स्तम्भमा पनि हस्तमैथुन स्वाभाविक कुरा हो र यसले हानी गर्दैन भनेर पढ्नु भएकै होला । यो विशेष गरेर नियमित यौनसम्पर्क गरेर यौनेच्छा पूरा गर्न पाउनेस्थिति नभएका बेलामा यौनेच्छा शान्त पार्ने राम्रो विकल्प हो । त्यसैले पनि धेरैले हस्तमैथुन गर्छन् । कतिपयलाई सामाजिक मूल्य मान्यताका कारणले हस्तमैथुन गर्दा ग्लानी वा हीनताबोध हुनसक्छ र यसलाई कम गर्ने प्रयास गरिन्छ, जसरी तपाई आवश्यकता परेअनुसार तिर्खा मेटाउन पानी पिउनु हुन्छ, तिर्खा मेटिएपछि पानी पिउन रोक्नु हुन्छ र फेरि तिर्खा लागेपछि फेरि पानी पिउनु हुन्छ, त्यसरी नै यौनको तिर्खा मेटिएपछि हस्तमैथुन वा यौनसम्पर्क गर्नु हुन्न तथा फेरि यौनेच्छा जागे पछि फेरि गर्नुहुन्छ । यो सामान्य प्रक्रिया हो । इच्छा भयो र त्यसलाई पूरा गर्न लागि परियो भन्दैमा लत अर्थात addiction भनिहाल्न मिल्दैन ।

हस्तमैथुनको लत लाग्नुमा दुई रसायनले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छन् र ती हुन् dopamine तथा endorphins । हस्तमैथुन गर्दा dopamine निस्कन्छ जसले सुखानुभूतिको अनुभव दिन्छ जुन चरमसुखमा पुगेर टुङ्गिन्छ । चरमसुख पछि endorphins निस्कन्छ जसले तनाव रहित आरामको स्थितिमा पुगेको अनि सन्तुष्ट भएको अनुभूति दिन्छ र कहिलेकाहीं निद्रा लागे जस्तो हुन्छ जब कुनै व्यक्ति यस्तो अनुभूतिमा निर्भर हुन थाल्छ र जीवनका तनावपूर्ण परिस्थिति वा मानसिक समस्याबाट भाग्न प्रयोग गर्न थाल्छ हस्तमैथुनको लत लाग्ने बाटोतर्फ लम्किन्छ अनि अति नै हस्तमैथुन गर्न थाल्छ र यसमा लागेर दैनिकी नै अस्तव्यस्त हुने स्थितिमा पुग्छ ।

हस्तमैथुनको लत भएर अति हस्तमैथुन गर्ने स्थितिमा पुग्दा घण्टौंसम्म यौन चलचित्र हेरेर बिताउने र व्यक्तिको उत्पादनशीलतमै नकारात्मक असर पर्ने हुन्छ । यौन कार्यमा अवास्तविक अपेक्षा अनि पारिवारिक सम्बन्धमा समस्या, आत्म सम्मानको कमी तथा असामाजिक बानी बेहोरा देखाउने जस्ता कुरा देखापर्न सक्छन् । यौन चाहना पूरा गर्ने अन्य उपायको विकल्पका रूपमा यसलाई प्रयोग गर्ने नभई यो नगरी नहुने स्थिति compulsive sexual behaviour को स्थितिमा पुग्छ । हस्तमैथुनमा अति नै संलग्न हुँदा यौनाङ्गको छालामा जलनको स्थितिसम्म हुन्छ ।

खेलकुदका साथै शौखका कुरामा संलग्नता, एकान्तमा नबस्ने, बढीभन्दा बढी अन्य मानिससँग बिताउने, यौन उत्तेजक सामग्रीबाट टाढै रहने, स्वयंसेवी कार्यमा बढी संलग्न हुने जस्ता क्रियाकलापले अत्यधिक हस्तमैथुनलाई कम गर्न मद्दत गर्छ । लत नै लागेको स्थितिमा भने मनोपरामर्श सेवा लिनुपर्ने हुन्छ ।

तपाईंको समस्या के हो ?

अब त पक्कै नै बुझ्नु भयो होला कि तपाईंले दिनको एक वा दुईपटक हस्तमैथुन गरेको स्थितिलाई लत नै भनिहाल्नुपर्दैन । हस्तमैथुनका कारणले तपाईंको जीवनका अन्य पक्षका बारेमा केही नलेख्नु भएकाले यसै भन्न सकिने स्थिति भएन । हस्तमैथुनप्रति नकारात्मक सोच भएका कारणले सामान्य रूपमा गरिएको हस्तमैथुन पनि तपाईंलाई अत्यधिक लागेको हुनसक्छ । त्यसैले कुनै निष्कर्षमा पुग्नुभन्दा पहिले राम्रोसँग विचार गर्नुपर्ने हुन्छ ।

मोटाउन के गर्नुपर्ला

तपाईंले किन आफूलाई दुब्लो मान्नु भयो थाहा भएन । तपाईंको शरीरको तौल ठीक छ कि छैन भनने कुरा थाहा पाउन तपाईंको Body Mass Index (BMI) हेर्नुपर्छ । यो Index यदि १८ दशमलव ५ देखि २४ दशमलव ९ सम्म छ भने त्यसलाई सामान्य तौल भएको मानिन्छ । तौल १८ दशमलव ५ भन्दा कम BMI भएको व्यक्तिलाई कम तौल भएको भनिन्छ । तपाईंले उचाइ र तौल नलेख्नु भएको हुनाले यसै भन्न सकिएन । कतिपय व्यक्ति दुब्लो भए पनि स्वस्थ नै हुनसक्छन् । तपाईंले कुनै स्वास्थ्य समस्या भएको कुरा लेख्नु भएको छैन । तपाईंलाई थाहै हुनुपर्छ अहिले मोटोपन एउटा ठूलो स्वास्थ्य समस्या हुँदै गएको छ तर अति नै कम तौल हुनुको पनि आफ्नै स्वास्थ्य समस्या हुन्छन् । राम्रोसँग नखाने, थाइरोइडको समस्या, आन्द्रासम्बन्धी समस्या, मधुमेह, क्यान्सर वा संक्रमण जस्ता कतिपय समस्या शरीरको तौल कम हुने कारण हुनसक्छन् तर तपाईंले यस विषयमा केही चर्चा गर्नुभएको छैन ।

जे होस्, मोटो हुने अर्थात् शरीरको तौल बढाउन सहयोगी उपायहरूका बारेमा केही चर्चा गरौं । पहिलो कुरा त स्वस्थकर खानाको मात्रा बढाउने र शरीरले खर्च गर्ने भन्दा बढी क्यालोरी भएका खानेकुरा पर्याप्त खाने । पर्याप्त मात्रामा प्रोटिन युक्त खाना खाने साथै कार्बोहाइड्रेड र चिल्लो भएको खाना पनि पर्याप्त रूपमा खाने । प्रत्येक दिन ३-४ पटक खाने बानी बसाल्ने ।

के हस्तमैथुन रोके मोटाइन्छ ?

हस्तमैथुन रोके मोटाइन्छ भन्ने पक्का नै हुनुभएको पाराले लेख्नु भएको छ । तपाईंले हस्तमैथुन रोक्न नसकेको स्थितिले ल्याएको ग्लानी बोधबाट बाहिर निस्कँदा पक्कै पनि सकारात्मक असर पर्ला । यो अर्कै कुरा भयो । वीर्यमा भएको शुक्रकीटबाट जीवन सुरु हुने भएकाले यसलाई जोगाउनु पर्ने हाम्रो परम्परागत मान्यता छ । त्यसैले पनि यसले बढी महत्व पाएको हो । हस्तमैथुन गर्दा यस्तै ३ क्यालोरी प्रतिमिनेट खर्च हुन्छ भने भऱ्याङ्ग चढ्दा ६८ किलोको व्यक्तिको यस्तै ६ क्यालोरी प्रतिमिनेट । २ चिया चम्चा चिनीमा यस्तै ३०-३५ क्यारोरी हुन्छ । अब त तपाईंले पक्कै नै बुझिसक्नु भयो हस्तमैथुन गर्दा धेरै शक्ति खर्च हुने होइन र यो नगर्दैमा धेरै शक्ति बच्ने पनि होइन । यस्तो स्थितिमा हस्तमैथुन रोक्दैमा मोटाइन्छ भन्ने छैन ।

सूचना

तपाईंहरूको यौन र प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी कुनै समस्या छ भने हामीलाई saptahikhealth@kmg.com.np मा इमेल गर्नुहोस् । हामी सम्बन्धित डा. बाट समाधान दिनेछौं ।

किन हुन्छ एलर्जी ?

यौनसम्पर्क रमाइलो मात्र होइन, एउटा जटिल प्रक्रिया पनि हो । यो प्रक्रियामा शरीर, मस्तिष्क, हार्मोन तथा भावनाको तालमेल जरुरी छ । कहिलेकाहीं यी सबै कुरा हुँदाहुँदै पनि यौन सम्पर्क गर्न मन लाग्दैन । किनभने यौनसम्पर्कपछि एलर्जीले दु:ख दिएको हुन सक्छ ।

चिलाउने

यौनसम्पर्क सक्ने बित्तिकै यौनाङ्ग चिलाउँछ भने इन्फेक्सन भएको हुन सक्छ । यदि यौनसम्पर्कअघि समस्या छैन र यौनसम्पर्कपछि मात्र चिलाउँछ भने यौन साथीको गुप्ताङ्गमा संक्रमण हुन सक्छ ।

पोल्ने

यौन सम्पर्कपछि यौनाङ्ग पोल्छ भने त्यो पनि एलर्जीको संकेत हो । यस्तो समस्यालाई सामान्य रूपमा लिनु हुँदैन । तत्काल विज्ञसँग जाँच गराउनु उपयुक्त हुन्छ ।

अर्गेज्मिक इल्नेस

पुरुषमा यौनसम्पर्कपछि ज्वरो आएजस्तो हुने, नाकबाट सिँगान बग्ने, टाउको दुख्ने, फ्लु भएजस्तो लक्षण देखिए त्यो यौनसम्पर्कपछि हुने एलर्जी हो । यो धेरै कम पुरुषलाई हुन्छ, जसलाइ पोस्ट अर्गेज्मिक इलनेस सिन्ड्रम भनिन्छ ।

कन्डम एलर्जी

कतिपयलाई कन्डम प्रयोग गर्दा पनि एलर्जी हुन्छ । यदि त्यस्तो शंका लागे प्रयोग गरिरहेको ब्रान्ड परिवर्तन गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

लुब्रिकेन्टको एलर्जी

यदि यौन सम्पर्कका क्रममा कुनै किसिमको लुब्रिकेन्ट प्रयोग गरिएको छ भने त्यसले पनि एलर्जी गराउन सक्छ । यदि त्यस्तो लाग्छ भने लुब्रिकेन्ट परिवर्तन गर्न सकिन्छ । त्यसका साथै यौनाङ्गमा बढी सुख्खापन हुनु पनि लुब्रिकेन्टको असर हो ।

यौनांग सुन्निने

यौनसम्पर्कपछि यौनाङ्ग सुन्निन्छ भने कन्डमको लेटेक्स वा लुब्रिकेन्ट त्यसको कारण हुन सक्छ । लेटेक्स वा लुब्रिकेन्ट परिवर्तनपछि पनि समस्या कायम रहे चिकित्सकबाट जाँच गराउनुपर्छ ।

महिला स्वास्थ्य

मेरी श्रीमतीको योनिमा सानो मासु पलाएजस्तो भएको छ, जुन हल्का रातो रंगको छ । के कारणले यस्तो भएको हो र त्यसका लागि हामीले के गर्नुपर्छ ? पहिले-पहिले त्यो चिलाउँथ्यो, अहिलेचाहिं चिलाउँदैन । यसलाई कसरी हटाउने ?

एच.

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

योनिमार्गमा चिलाउने सानो मासुको डल्ला मुसा (जेनाइटल वार्ट) आउन सक्छ तर नहेरी यसै भन्न सकिंदैन । जेनाइटल वार्ट एक किसिमको भाइरस (ह्युम्यान पापिलोमा भाइरस) ले हुन्छ ।

यो एक किसिमको यौनरोग हो । यसको उपचार सम्भव भएकाले आत्तिनु पर्दैन । तपाईंले एकपटक आफ्नी श्रीमतीको परीक्षण छाला तथा यौनरोग विशेषज्ञबाट गराउनुपर्छ ।

महिला फुटबल : अझै धेरै गर्न बाँकी

खेलकुदमा दोहोऱ्याएर भनिन्छ, 'यति नजिक तर अझै कति टाढा ?' सफलताको नजिक पुगेर लाग्छ, अब यो धेरै टाढा छैन, तर जति बेला त्यसलाई आत्मसात् गर्न सकिँदैन, फेरि लाग्छ, ओहो ! यो अझै धेरै टाढा छ । हालै विराटनगरमा सम्पन्न वुमेन्स साफ च्याम्पियनसिप–२०१९ का अवसरमा पनि नेपाली महिला राष्ट्रिय टिमले ठ्याक्कै यस्तै अनुभव गऱ्यो । आफ्नै घरेलु मैदानमा नेपालसामु प्रतियोगिता जित्ने योभन्दा राम्रो अवसर थिएन ।

नेपालले प्रतियोगिता जित्न सक्छ भन्ने केही आधार पनि थिए, तर फाइनलमा नेपाल फेरि एकपटक भारतकै हातबाट पराजित भयो र भन्नैपर्ने भयो, नेपाली महिला फुटबलले अझै धेरै गर्न बाँकी छ । फाइनलमा नेपाल ३–१ ले पराजित भयो । उक्त हारपछि टिमका प्रशिक्षक हरि खड्काले नेपाली समर्थकहरूसँग माफी पनि मागे । उनले भने, 'नेपाली प्रदर्शनको सम्पूर्ण जिम्मेवारी मेरै हो ।' उनी खेलाडीहरूलाई दोष दिने पक्षमा थिएनन् ।

प्रशिक्षक खड्का पूरा प्रतियोगितामा नेपालको प्रदर्शनलाई लिएर निराश देखिएनन्, तर उनको पनि आशय थियो, अझ बढी मेहनत गर्नुपर्छ । कुल ६ टिम सम्मिलित प्रतियोगितामा नेपालले अपेक्षाअनुसार फाइनलसम्मको यात्राका लागि धेरै संघर्ष गर्नु परेन । लिग चरणमा भुटान र बंगलादेशमाथि सहज जित प्राप्त भयो । श्रीलंकाविरुद्धको सेमिफाइनल पनि खासै टाउको दुखाइ भएन । फाइनलसम्मको यात्रामा नेपालले गोल पनि खाएन ।

नेपालले प्रतियोगिताका लागि पर्याप्त समय खर्च गरेर राम्रो तयारी गरेको थियो । खेलाडीले सँगसँगै खेल्ने अवसर पाएको पनि धेरै भैसकेको थियो । फाइनलमा नेपालको सामना भारतविरुद्ध नै हुनेछ भन्ने लगभग तयजस्तै थियो, प्रश्न के मात्र थियो भने के नेपालले भारतलाई यसपटक रोक्न सक्छ ? नेपाली टिमको आत्मविश्वास बढ्नुका पछाडि यसअघि भारतविरुद्धका दुई खेल नै प्रमुख कारण थिए । ओलम्पिक छनौटमा नेपालले भारतलाई बराबरीमा रोकेको थियो ।

त्यस्तै नेपालले हिरो गोल्डकपमा भारतलाई हराएको थियो । यो भारतमाथि नेपालको पहिलो जित थियो । त्यसले नेपाललाई प्रशस्त उत्साहित बनाएको थियो । प्रशिक्षक खड्का पनि यिनै कारणले फाइनलअघि आत्मविश्वासी देखिन्थे । यस्तै स्थिति भारतीय पक्षको पनि थियो । भारतीय प्रशिक्षक मायमोल रक्की भन्थिन्, 'हामीले उपाधि जित्नेमा कुनै शंका छैन ।' आखिर त्यस्तै भयो । सहिद रंगशालामा भएको फाइनलपछि भन्न करै लाग्छ, भारतीय टिम प्रविधिक रूपमा बलियो छ अनि उत्तिकै व्यवसायिक पनि ।

फाइनलसम्मको यात्रामा भारतीय टिम एक प्रकारले चुपचापजस्तै रह्यो । आफू बलियो छु भनेर धेरै दाबी गरेन । पूरा प्रतियोगिताको इतिहासमा भारत मात्र एक्लो च्याम्पियन भएको स्थितिमा त्यस्तो दाबी आवश्यक पनि थिएन । फाइनलमा पनि भारतको प्रदर्शन एकदमै व्यवसायिक थियो । प्रशिक्षकले जस्तो रणनीति बनाएका थिए, खेलाडीले मैदानमा त्यसै अनुरूप खेले । फाइनललाई धेरै जटिल बनाएनन् । फाइनलपछि भारत उपाधिका लागि पूर्ण हकदार देखियो ।

यसपटकको भारतीय टिम पर्याप्त समय खर्च गरेर तयार पारिएको एकदम नयाँ थियो । भारतका केही राम्रा खेलाडी संन्यासको सँघारमा पुगिसकेका छन् । अहिलेको टिम पूर्णतः युवा खेलाडीमा टिकेको छ । भारतीय टिमलाई एउटै मात्र चिन्ता थियो, कतै यी कम अनुभवी खेलाडी घरेलु दर्शकका अगाडि आत्तिने त होइनन् ? प्रशिक्षक रक्कीले पनि भनिन्, घरेलु दर्शकको बाक्लो उपस्थितिले खेललाई प्रभावित तुल्याउन सक्थ्यो तर त्यस्तो भएन, बरु उनीहरूका लागि यसपटकको नेपाल यात्रा अविश्वमरणनीय रह्यो ।

नेपालबाट फर्किएपछि भारतीय खेलाडी थप आत्मविश्वासी भएका छन् । फाइनल खेलको मात्र विश्लेषण गर्ने हो भने पहिलो हाफमा नेपालले भारतमाथि दबाब सिर्जना गरेकै हो । खेल १–१ को बराबरीको स्थितिमा साबित्रा भण्डारीले गोल गर्ने राम्रो अवसर पाइन्, तर त्यसमा सफल हुन सकिनन् । साबित्रा दुई अवसरमा भारतीय गोलरक्षकलाई बिट गर्न असफल भइन् । लगत्तै भारतले दोस्रो गोल थप्यो र पूरा खेलको निर्णायक मोड त्यही रह्यो ।

अब के त ? नेपालसामु अब ओलम्पिक छनौटको दोस्रो चरण अगाडि छ । प्रशिक्षक खड्का त्यसमा पनि नेपाली टिमले उत्तिकै मेहनतका साथ खेलेको हेर्न चाहन्छन् । खड्काका अनुसार नेपाली टिमले धेरै भन्दा धेरै खेल्ने अवसर पाएको छैन । जति बलिया टिमविरुद्ध खेल्ने अवसर प्राप्त भयो, उति राम्रो । यहाँ के भुल्नु हुन्न भने नेपालले यस पटकको प्रतियोगिताको तयारीका लागि भारतमा मात्र खेल्ने अवसर पायो । भारत आफैं भने तयारीका लागि युरोप पुगेको थियो ।

मायादेवी मन्दिरको सात फन्को

मनोज पौडेल

एक/एक सेकेन्डको फरकमा उपाधिको निर्णय भयो । लुम्बिनीस्थित मायादेवी मन्दिर वरिपरिको ७ फन्को लगाएर काठमाडौंका २२ वर्षीय साइकल टेक्निसियन अनुज पराजुलीले निर्णायक क्षणमा ७७ किलोमिटर लामो साइकल दौड प्रतियोगिता जिते । पराजुलीले २ घण्टा ३० मिनेट १७ सेकेन्डमा उक्त दूरी पूरा गरेका थिए । फिनिसिङ लाइन आउनु ६ सय मिटर अघि सम्म उनी तेस्रो स्थानमा थिए । उनले जीउसँगै साइकललाई यसरी स्प्रिन्ट गरे कि फिनिसिङ लाइनमा १ सेकेन्ड अघि पुगेर उनले उपाधि चुमे । बुद्धस्थलको पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न उक्त ग्रेट बुद्धिष्ट ट्रेल माउन्टेन बाइक यात्रा सञ्चालनमा ल्याइएको थियो जसमा काठमाडौंका अर्को साइकल टेक्निसियन कुमार लामाले २ घण्टा ३० मिनेट १८ सेकेन्डमा निर्धारित दूरी पूरा गरेर दोस्रो स्थान प्राप्त गरे भने त्रिभुवन आर्मीका हिमाल टमाटा तेस्रो भए । उनले २ घण्टा ३० सेकेण्ड १९ मिनेटमा दौड पूरा गरेका थिए । 'उपाधि चुमेर निक्कै खुसी छु' अनुज पराजुलीले भने, 'राइडसँगै शान्तिको अनुभूति पाए ।' यो उपलब्धिले मेरो जीवनलाई नै सकारात्मकतातर्फ डोऱ्याएको छ । साइकल मर्मत गर्ने साधारण मानिसले उपाधि चुम्दा हर्षको सीमा छैन । अब म यसैलाई करियर बनाउँछु ।

महिलातर्फ ७७ किलोमिटरको दौडमा एपीएफकी सोनी गुरुङले पहिलो भइन् । उनले उक्त दूरी २ घण्टा ५७ मिनेट ४६ सेकेन्डमा पूरा गरेकी थिइन् । प्रतियोगितामा लक्ष्मी मगरले ३ घण्टा १६ मिनेट ४७ सेकेन्डमा निर्धारित दूरी पूरा गरिन् । प्रतियोगिताका क्रममा लक्ष्मीको साइकल दुई पटक पन्चर भयो । पन्चर बनाउन १५ मिनेटभन्दा बढी लाग्यो, तैपनि उनी दोस्रो स्थानमा आइन् । हुमी बुढामगरले ३ घण्टा १७ मिनेट २७ सेकेन्डमा दौड पूरा गर्दै तेस्रो स्थान प्राप्त गरेकी थिइन् ।

४० वर्षभन्दा बढी उमेर समूहको ५५ किलोमिटरको दौडको उपाधि हर्क लामाले जिते भने यो विधामा चिन्तविक्रम लामा दोस्रो तथा प्रशान्त पाण्डे तेस्रो भए । उनीहरूले मायादेवी मन्दिरलाई ५ फन्को लगाएका थिए । यो मन्दिरको एक फन्को लगाउँदा ११ किलोमिटर पूरा हुन्छ ।

बाबु–छोरी सहभागी

उक्त प्रतिस्पर्धामा बाबु दामोदर बुढामगर तथा छोरी हुमी बुढामगर पनि सहभागी थिए । छोरी महिलातर्फ तृतीय भइन् भने बाबु ४० वर्षमाथिको दौडमा चौथौ भएका थिए ।

घुमन्ते सन्दीपको पालो कहिले ?

क्रिकेटलाई पछ्याउने देशका मिडियाले नेपाली खेलाडी सन्दीप लामिछानेलाई दिएको नयाँ नाम हो– घुमन्ते । किन भन्दा उनले पछिल्लो वर्ष अनेकौं देशमा गएर त्यहाँका घरेलु लिग खेलेका छन् । गएको सिजनमा इन्डियन प्रिमियर लिग (आईपीएल) मा आवद्ध भएयता उनी धेरै देश पुगे, अस्ट्रेलिया, पाकिस्तान, बंगलादेश, वेस्ट इन्डिजदेखि लिएर क्यानाडासम्म । अहिले तत्काल उनी दिल्ली क्यापिटलसँग आबद्ध छन् । भर्खर सुरु भएको आईपीएलमा दिल्लीले खेलेको पहिलो खेलमा उनी परेनन् । त्यसैले यस विषयमा धेरैभन्दा धेरै नेपाली क्रिकेट प्रेमीले निराशा व्यक्त गरे । सबैको एउटै प्रश्न हुने गरेको छ, सन्दीपको पालो कहिले आउला ? दिल्लीकै केही खेलाडीको भनाइ सुन्ने हो भने यसपटक सन्दीपले प्रतियोगितामा राम्रो अवसर पाउने तय जस्तै छ । भारतीय स्टार क्रिकेटर शिखर धवनकै शब्दमा उनले दिल्ली टिमका लागि यसपटक महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नेछन् ।

अब एनआरएन खेलाडी

विदेशतिर, आफू जन्मिएको देशका लागि खेल्न कर्मथलो छाड्नेहरू धेरै छन् । अझ आफ्ना आमा-बुवा जन्मिएको देशका लागि खेल्न पनि आफू हुर्किएको देश छाड्नेहरू प्रशस्तै छन् । सम्भवतः अब यो कुरा नेपालका हकमा पनि लागू हुनेछ । यसपटकको राष्ट्रिय खेलकुददेखि एनआरएन खेलाडीहरू पनि सहभागी हुनेछन् । आठौं राष्ट्रिय खेलकुदमा २४ जना एनआरएन खेलाडीले भाग लिने निश्चित जस्तै भएको छ । ती खेलाडी सात फरक देशका हुनेछन् र तिनले नौ खेलमा सहभागिता जनाउनेछन् । यसले नेपाली खेलमा नयाँ आयाम थप्ने निश्चित जस्तै छ, किनभने यसले बलियो बनाउने आखिरमा नेपाली खेलकुदलाई नै हो । विदेशमा रहेर राम्रो भौतिक पूर्वाधार र सुविधाबीच प्रशिक्षण लिन पाएका खेलाडी अब्बल निस्कन सक्छन् र तिनले नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै अन्तर्राष्ट्रिय पदक जित्ने सम्भावना पनि बढी नै हुनेछ ।

बेकह्यामजस्तै देखिने रहर

बेलायतमा एक ट्रान्सजेन्डर महिलामा अनौठो सौख देखिएको छ । पहिले हजारौं पाउन्ड खर्च गरेर फुटबलर डेभिड बेकह्यामजस्तै देखिने प्रयास गरेका ज्याक जोनसनले अब भिक्टोरिया बेकह्यामजस्तै देखिन सर्जरी गर्ने बताएकी छिन् । २२ वर्षीया ती महिलाले यसका लागि १८ हजार पाउन्ड खर्च गर्ने बताएकी छिन् । भिक्टोरिया बेकह्यामजस्तै मोडलिङमा समेत करियर बनाइरहेकी ज्याकले भिक्टोरिया जस्ती सुन्दर नदेखिए पनि उस्तै देखिने प्रयास भने गर्ने तर्क गरेकी छिन् ।

क्रिकेट खेल्दै मह जोडी

मदनकृष्ण श्रेष्ठ र हरिवंश आचार्यले फुटबल खेलेको त हामीमध्ये धेरैले देखेका छौं, तर उनीहरूले क्रिकेटचाहिँ कसरी खेल्नेछन्, त्यसको कल्पना धेरै कमले गरेका होलान् । यद्यपि अब त्यस्तो दृश्य पनि देख्न पाइनेछ । चितवनमा निर्माण हुने गौतम बुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय रंगशालाको सहयोगका लागि मातृभूमि कप हुने भएको छ । धुर्मुस-सुन्तली फाउन्डेसनको आयोजनामा अर्को साता कीर्तिपुरको मैदानमा एक दिने खेल हुनेछ, जसमा खेलाडीहरूको टिम उत्रने त तय छ, त्यसमा कलाकारहरूको दुई टिमले पनि सहभागिता जनाउनेछन् । एउटा टिमको नेतृत्व मदनकृष्णले गर्नेछन् भने अर्को टिमको नेतृत्व हरिवंशको काँधमा हुनेछ । उनीहरूलाई साथ दिन अरू धेरै खेलाडी पनि मैदानमा उत्रनेछन् । भनेपछि अब मह जोडीसँगै अरु कलाकारहरूलाई पनि ब्याट र ब्याड समातेर दौडिरहेको देखिनेछ । खेलाडीहरूका दुई टिममध्ये एउटाको कप्तान पारस खड्का हुनेछन् भने अर्को टिमको ज्ञानेन्द्र मल्ल ।

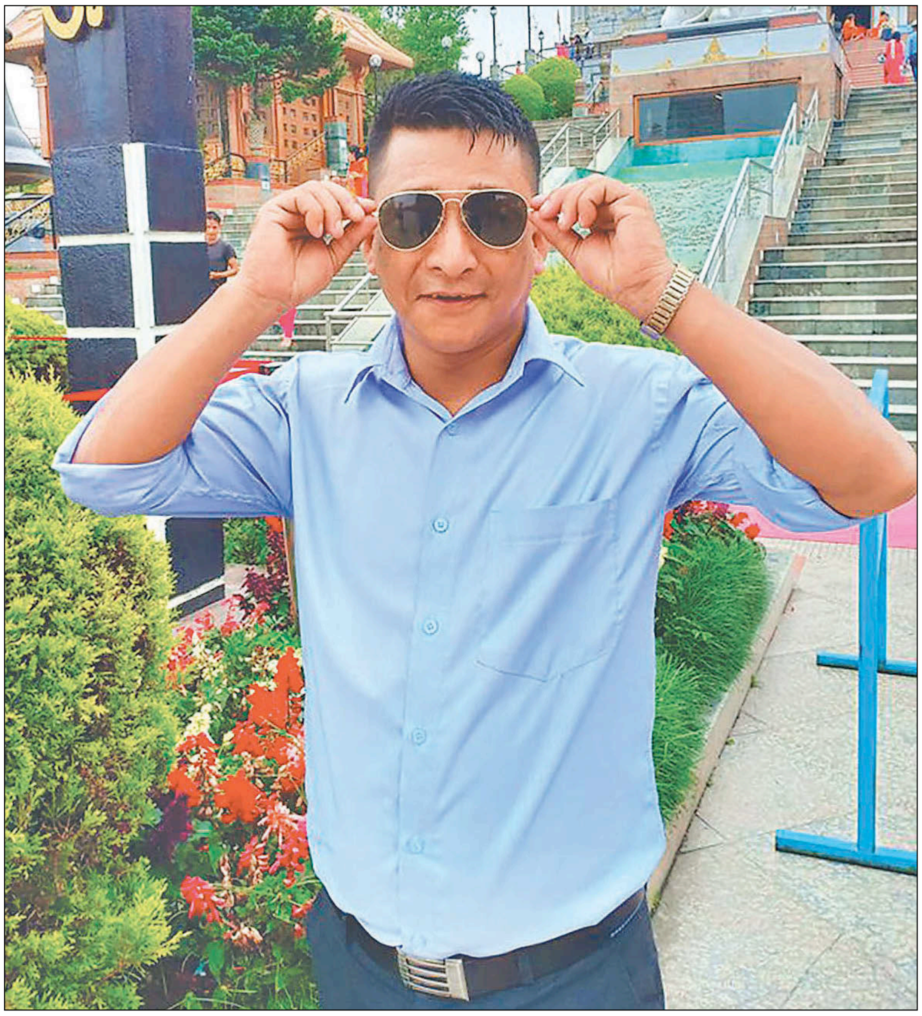
रोनाल्डोकै फ्यान बढी

नेपाली महिला राष्ट्रिय टिमकी स्टार साबित्रा भण्डारी गोलपछि खुसी मनाउन क्रिस्टियानो रोनाल्डोको शैली पछ्याउँछिन् । किनभने सावित्रालाई सबैभन्दा मन पर्ने खेलाडी रोनाल्डो नै हुन् । रमाइलो कुरा के भने नेपाली महिला राष्ट्रिय टिमका अधिकांश सदस्य रोनाल्डोकै फ्यान छन् । नेपाल र भारतबीच भएको वुमेन्स साफ च्याम्पियनसिप फाइनलअघि टिमका सबै २० सदस्यसँग हामीले सोधेका थियौं, तपाईंलाई सबैभन्दा मन पर्ने खेलाडी को हो ?

उत्तरमा सावित्रासँगै अनिता केसी, एन्जिला सुब्बा, सारु लिम्बू, रेनुका नगरकोटी, शर्मिला थापा, मन्जली योञ्जन, गीता राणा, निरु थापा, उशा नाथ, दीपा राई, कविता धिमाल, अमृता जैसी, पूजा राना, अन्जना रानामगर तथा रेखा पौडल सबै रोनाल्डोका फ्यान निस्किए अर्थात् १६ जना खेलाडी । रोनाल्डो विश्वभर नै महिलाहरूमाझ बढी लोकप्रिय छन् । बाँकी अरू खेलाडीमा अनिता बस्नेत, मनमाया लिम्बू र पूनम जर्घामगरलाई मन पर्ने खेलाडी हुन्– अर्जेन्टिनाका लियोनल मेसी ।

सबैलाई थाहा छ, रोनाल्डो र मेसी प्रतिद्वन्द्वी खेलाडी हुन् । हिरा भुजेल भने मार्सेलोकी प्रशंसक हुन् । राष्ट्रिय टिमको कुरा गर्दा ११ खेलाडी पोर्चुगलकै समर्थक छन् र यसको कारण पनि स्पष्ट छ, रोनाल्डो उक्त टिमका कप्तान हुन् । त्यसपछि पाँच खेलाडी ब्राजिलका समर्थक छन् । त्यसमा सावित्रा पनि पर्छिन्, त्यसैले उनले आफ्नो नाममै साम्बा पनि जोडेकी छिन् । मेसीलाई मन पराउने सबै अर्जेन्टिनाकै समर्थक छन् । दीपा राई मात्र प्रिय टिमका रूपमा स्पेनलाई रोज्छिन् ।

जाँदा-जाँदै



नेपालीभाषीहरूले यो नाम दिए

दिलीप गुरुङलाई कलाकार बनेर संसार घुम्छु भन्ने कहिल्यै लागेको थिएन । ड्राइभिङ पेसामा संलग्न गुरुङ गाडी चलाउँदा आफ्ना यात्रुहरूलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्न चुट्किला भन्थे भने यात्रुहरूसँग रमाइलो कुराकानी समेत गर्थे । तिनै यात्रुले फेसबुकमा अपलोड गरिदिएको भिडियोबाट दिलीप रातारात भाइरल भए । संसारभर उनका भिडियो हेर्नेहरूले उनको नामाकरण गरिदिए– सिक्किमे हमजाएगा । दिलीप अर्थात् सिक्किमे हमजाएगा, श्रीमती बसुन्धरा गुरुङ, छोरा नितेश तथा छोरी निलमसँग कालिम्पोङस्थित अलगडामा बसोबास गर्छन् । मुद्रा संकलनका सौखिन गुरुङले १ सय १० देशका मुद्रा संकलन गरिसकेका छन् । हलेसी साँझमा प्रस्तुति दिन हङकङ पुगेका गुरुङसँग साप्ताहिकका हङकङ संवाददाता अनोज रोक्काको कुराकानी :

पहिलो विदेश भ्रमण कस्तो भैरहेको छ ?

खुसीको सीमा छैन । सामान्य चुट्किलाको माध्यमबाट आफ्ना यात्रुलाई खुसी बनाउने प्रयास गरेको थिए, अहिले संसारभरबाट साथ र सहयोग पाइरहेको छु ।

तपाईं दिलीप गुरुङभन्दा पनि सिक्किमे हमजाएगाको नामबाट बढी चिनिनुहुन्छ होइन ?

हो, सबैले सिक्किमे हमजाएगा भनेर बोलाउनुहुन्छ । धेरै वर्षअघिका चिरपरिचित हमजाएगा सिक्किमकै हुनुहुन्थ्यो, उहाँ पनि गुरुङ नै, चुट्किला भन्न र हँसाउन माहिर । सम्भवतः मलाई सबैले त्यस्तै रूपमा सिक्किमे हमजाएगाको उपमा दिनुभएको होला ।

प्रारम्भिक दिनमा तपाईंका चुट्किला मात्र चर्चित थिए, मानिसहरु तपाईंलाई चिन्दैनथे । कसरी प्रसिद्ध हुनुभयो ?

प्रारम्भिक दिनमा मेरा चुट्किलाको अडियो रेकर्ड गरिएको थियो, तर त्यही चुट्किलामा धेरैले लिपसिङ गर्नुभएछ । धेरैले एक जना भाइलाई नै म मान्दा रहेछन् । सबैको सल्लाहअनुरूप जब म आफैं भिडियोमा पनि देखिन थाले त्यसपछि सबैको माया पाएको छु ।

चुट्किला कसरी बनाउनुहुन्छ ?

वास्तवमा मेरो बोलीमै हास्यरस छ, मेरा साथीभाइ, मानिसहरूको दैनिकी, फेसन तथा हरेक दिन भेटिने मानिसहरू नै मेरा चुट्किलाका पात्र हुन् । उनीहरूकै कुरामा अलिकति ठट्टा मिसाउँदा सबै हाँस्नुहुन्छ, त्यसरी नै मेरा चुट्किला बन्छन् ।

तपाईंले भन्ने चुट्किलामा महिला पात्र मात्र हुन्छन् होइन ?

यो आरोप पनि मैले भोगें । हो, मेरा केही चुट्किला महिलाहरूप्रति लक्षित छन् तर मैले महिला मात्र होइन पुरुषलाई पनि चुट्किलाको विषय बनाएको छु ।

चुट्किलाबाहेक अरू के कुरामा प्रशंसा पाउनुभएको छ ?

ह्यान्डसम त म छु नै (हाँसो), मेरो बोल्ने शैलीलाई पनि धेरैले मन पराएको पाएको छु ।

कलाकारितामा लागेर जीवन निर्वाह गर्ने सोच छ ?

काम ठूलो-सानो हुँदैन, म चालक हुँ, ड्राइभिङबाट कमाएको पैसाले परिवार चलाउन गाह्रो छैन । कलाकारिताको माध्यमबाट प्रशंसक कमाएको छु ।

हङकङबाट सुरु भएको तपाईंको विदेशयात्रा कहाँसम्म पुग्दैछ ?

हङकङको प्रस्तुतिपछि बेलायत तथा मकाउबाट निम्तो आएको छ ।

मिस नेपाल-२०१९ का खोजी हुंदै

वर्ष २०१८ का मिस नेपाल वर्ल्ड श्रृङ्खला खतिवडा, मिस नेपाल युनिभर्स मनिता देवकोटा तथा मिस नेपाल अर्थ प्रिया सिग्देलले आ-आफ्नो अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा प्राप्त गरेको उपलब्धि एवं सफलताका कारण उनीहरूको उत्तराधिकारी को होलान् भन्ने कौतूहलता बढ्दै गएको छ । यही कौतूहलताको यथार्थ आधार खोज्ने कार्य मिस नेपाल-२०१९ का लागि सम्पन्न अडिसनमा सम्पन्न भएको छ । मिस नेपाल-२०१९ का लागि देश दौडाहामा निस्किएको मिस नेपाल आयोजक संस्था द हिडेन ट्रेजरले संघीय राजधानी काठमाडौंलगायत देशका प्रमुख सहरहरूमा अडिसन सम्पन्न गरेको छ । मिस नेपाल-२०१९ का लागि फागुन २९ देखि चैत १ गते सम्ममा धनगढी, नेपालगन्ज, बुटल र पोखरामा, चैत्र ३ देखि ५ गते सम्ममा चितवन, वीरगन्ज, धरान र विर्तामोडमा चैत १० गते काठमाडौंमा फाइनल अडिसन संचालन गरिएको थियो ।

होटल अन्नपूर्णमा सम्पन्न फाइनल अडिसनमा मिस नेपाल आयोजक संस्था द हिडेन ट्रेजरका गोपाल सुन्दरलाल कक्षपति, सुवर्ण राणा, दिवाकर राज कर्णिकार, रुपेश श्रेष्ठ, कोरियोग्राफर रचना गुरुङ शर्मा तथा पूर्व मिस नेपालद्वय मलिना जोशी एवं इशानी श्रेष्ठ निर्णायकका रूपमा सहभागी थिए । अब अडिसनबाट चयन भएका अन्तिम २० देखि २५ जनालाई काठमाडौंमा सात हप्ता लामो ग्रुमिङ तथा प्रशिक्षणपश्चात् २०७६ को वैशाख २६ गते काठमाडौंमा सञ्चालन हुने ग्रान्ड फिनालेमा उतारिनेछ । प्रतियोगिताको फाइनलका लागि मिस नेपाल ओसिनिया-२०१८ अनुष्का श्रेष्ठ, मिस हङकङ नेपाल-२०१८ प्रिया गुरुङ, मिस पूर्वाञ्चल-२०१८ पूजा श्रेष्ठ, मिस पोखरा-२०१८ सारा बजिमयले मिस नेपाल-२०१९ले सोझै प्रवेश पाएका छन् ।

यस पटकको मिस नेपालबाट मिस नेपाल वर्ल्ड, मिस नेपाल युनिभर्स, मिस नेपाल अर्थ, मिस नेपाल इन्टरनेसनल तथा मिस नेपाल सुप्रानेसनलको समेत छनौट गरिनेछ । मिस नेपाल-२०१९ मा रचना गुरुङ शर्मा अफिसियल कोरियोग्राफर, राजभाइ सुवाल अफिसियल फोटोग्राफर, मनिष राई, बुमेन्स प्लानेटका सुष्मा सिंह तथा नटराज द बुटिकका आशुतोष अग्रवाल अफिसियल डिजाइनर रहनेछन् । काठमाडौं जेसिजको रजत जयन्ती समारोहका अवसरमा थालनी भएको मिस नेपाल प्रतियोगिताले वर्ष २०१९ मा आफ्नो आयोजनाको रजत जयन्ती वर्ष मनाउदैछ अर्थात् मिस नेपाल आयोजनाको यो २५ औं वर्ष हो ।

बाटुली विश्वकै ज्येष्ठ नागरिक

तथ्यांकअनुसार नेपालीहरूको सरदर आयु ७० वर्ष छ । आधुनिक सुविधा, सम्पन्नता, सन्तुष्टि एवं उचित स्वास्थ्योपचारका कारण नेपालीहरूको आयु केही बढेको तथ्याङ्कले बताउँछ । यही क्रममा तर नुवाकोटकी एक महिला उचित खानपान र तनावरहित जीवनशैलीका कारण १ सय १७ औं वर्षमा प्रवेश गरेकी छिन् । नुवाकोट जिल्ला, शिवपुरी गाउँपालिका, वडा नम्बर-८ की बाटुली लामिछाने विश्वकै ज्येष्ठ नागरिक भएकी छिन् । लामीछाने गत आइतबार १ सय १७ वर्ष पुगेकी हुन् । उक्त दिन लामिछानेको घरमा शुभकामना दिनेहरूको भीड नै लागेका थियो ।

राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक कोषले शनिबार नै लामिछानेको घरमा पुगेर उनको अभिनन्दन गर्नुका साथै शुभकामना एवं बधाई दिएको छ । कोषका अध्यक्ष रामकृष्ण कर्माचार्यको नेतृत्वमा गएको कोषको टोलीले बाटुली लामिछानेलाई केही आर्थिक सहयोगसमेत प्रदान गरेको थियो । उक्त अवसरमा अध्यक्ष कर्माचार्यले बाटुली लामिछाने विश्वकै ज्येष्ठ नागरिक भएको नागरिकता र स्वास्थ्य परीक्षणबाट पुष्टि भएको बताएका थिए ।

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** ।