कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.ekantipur.com

• वर्ष २४ • अंक ४५ • FRIDAY, 05 APRIL 2019 • काठमाडौं शुक्रबार, चैत २२, २० १५/-

तीन हाइप्रोफाइल अपराध

मध्यपृष्ठमा

मलिका महत

JOY HAIR FRUITS

प्रत्येक ३४० एम.एल. जोय हेयर फ्रुट्स सेम्पुको खरिदमा रू. १५२ बराबरको जोय केराटिन प्रोटिन कन्डिसनर सित्तैमा*

Available in

Hairfall Defense
Conditioning Shampoo with Pomegranate & Strawberry

Hair Dryness Control
Conditioning Shampoo with Lemon & Olives

Long & Silky
Conditioning Shampoo with Apricot & Peach

Shining Black
Conditioning Shampoo with Amla & Black Grapes

*conditions apply

www.joypersonalcare.com

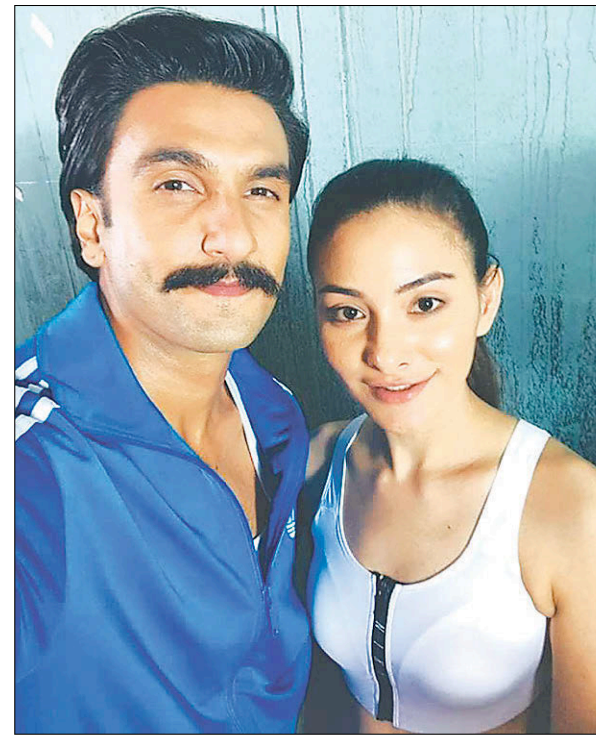
YouTube ट्रेन्डिङ

	शीर्षक	च्यानल
१	नागिन-३	कलर्स टिभी
२	प्रियंका आयुष्मान	गज्जब टिभी
३	मि.समिर घिसिङ	द स्टोरीटेलर्स
४	पोखरामा १० करोड	फलानो न्युज
५	भद्रगोल-२०४	मिडिया हब
६	बारा र पर्सामा हावाहुरी	हिमशिखर
७	ए मेरो हजुर-३	बूढासुब्बा
८	कङ् ग्राचुलेसन	पेउडाइपाइ
९	टिकटक काण्ड-२	कलेजेज नेपाल
१०	एक्स्क्लूसिभ	समाचारपाटी

फोटो अफ दि विक

■ **फ्रेस मुड** : अभिनेत्री अदिति बुढाथोकीको ताजा तस्बिर ।

■ **विद्यार्थी नेता** : सांसद गगन थापा अमेरिकाको हावर्ड विश्वविद्यालयस्थित हावर्ड केनेडी स्कुलमा छोटो अवधिको एक्काइसौं शताब्दीका लागि विश्वव्यापी नेतृत्व र सार्वजनिक नीति शीर्षकको कोर्स गर्दै ।



■ **रणवीरसँग रेनुका** : बलिउड अभिनेता रणवीर सिंहसँग मुम्बईमा रहेकी नेपाली मोडल रेनुका सिंह ठकुरी । उनीहरूले अभिनय गरेको टेलिभिजन विज्ञापन चाँडै सार्वजनिक हुने मोडल सिंहले आफ्नो फेसबुकमार्फत जानकारी गराएकी छिन् ।

■ **हावाहुरीपछि** : बारामा हावा हुरीले घर भत्काएपछि ।

■ **सुरवीनाको पर्खाइ** : चलचित्रको खोजिमा रहेकी अभिनेत्री सुरवीना कार्की सामाजिक सञ्जालमा भने सक्रिय रहन्छिन् ।

हावाहुरी चल्दा कम्मरमा ढुंगा बाँधेर हिंड्न लुरालुरीहरूलाई गृह मन्त्रालयको निर्देशन ।

विश्व

नेकपा र कांग्रेसका सांसदले त १/२ दिनको तलब दिने भए रे, मधेसी दलका सांसदले कति-कति दिनको तलब दिने, कतै सुनिन त ।

डाधीको केटो

हावाहुरी चितवनबाट पूर्वतिर सर्दैछ है, सचेत रहौं ।

प्रेमकान्त

अस्पतालको शैय्यामा सेतो कपडाले ढाकिएका मृत शरीरले उठेर भनिदिए हुने नि-ह्याप्पी अप्रिल फुल ।

निरोज

सामाजिक सञ्जालमा समवेदना प्रकट गर्नुभन्दा राम्रो सबै मिलेर प्रत्यक्ष सहयोग गरौं । यही समय हो- सबै एक हौं भनेर देखाउन । के तराई, के पहाड, के हिमाल, सबै नेपाली मिली अघि आउँ र सहयोग गरौं ।

मिस्टर कुल राहुल

यस्तो विपद्को घडीमा पूरै मधेसको मसिहा ठान्ने डाम्नाहरूले त समवेदना पनि दिएको देखिएन त । हेल्लो सरकार, हावाहुरी प्रभावित दाजुभाइ-दिदीबहिनीहरूको सहयोगमा कुनै कसर बाँकी नरहोस् ।

मिलन घिमिरे

विध्वंसात्मक हावाहुरीको खबर र अपडेट सुन्न राति नेपालका च्याउ सरी रेडियो (मिडिया) सबै जसो बटार्दा पनि एउटाले कभरेज गरेको भेटिन, सबैले रेकर्डेड समाचार हालेका छन् । ऋषि धमालाका समाचार प्रमुख समाचार छन्- कठै मिडिया ।

दर्पण तिमिल्सिना

यति बेला हिमाली होस् अथवा पहाडी, तराई केन्द्रित हुनुपर्छ ।

नेपाली पर्यटन

हाम्रो मौसम विभागले सूचना जारी गरेको थिएन कि, संयन्त्र नपुग्या हो कि के हो ? पहिल्यै सावधानी सूचना जारी गर्न पाएको भए यति हुन्थेन कि ?

दीपक सर

तराई रुँदै छ, कसरी निदाउने ?

विश्वास पौड्याल

झन्डै जमलको आकाशेपुलबाट उडाएर रानी पोखरी पुऱ्याएन, धन्न मोटाएछु र फेस गरियो ।

हरिप्रसाद शर्मा

हावाहुरीले मेरो ट्वीट कहाँ पुऱ्यायो ?

सच नेपाल

देवता रिसाएपछि के-के हुन्छ भन्थे, साँच्चै देवता रिसाए जस्तो छ ।

कल्याणी न्यौपाने

सरकारले नि:शुल्क औषधि/उपचार भनेको छ तर अस्पतालहरूले यहाँ छैन भन्दै औषधी किन्न लगाएको खबर छ । यदि यस्तै हो भने यता पनि ध्यान दिनु पर्ला कि ?

गीता चिमोरिया

मिडियामा प्रचार गर्न मात्र र फेसबुकका भित्ता रंगाउन राहतको नाममा राहत सामग्रीभन्दा बढी क्यामेरा बोकेर दुई दिनपछि घरबाट हिँडेदेखिका फोटो हाल्दै र हल्ला गर्दै हिँड्ने २/४ हुल भीडभन्दा रातदिन नभनी खटिने सुरक्षाकर्मीलाई सलाम ।

अक्षय भारती

विपदले विचारा बनेका बाराका अवोध बालबालिका । बाराका हुण्डरी पीडितहरूको सहयोगमा सक्रियता बढाऔं ।

मिथिलेस

नेताले लुटी रहेको हामीलाई बेला-बेलामा प्रकृतिले पनि लुटिरहन्छ ।

राजीव रेग्मी

आर्थिक सहयोग गर्नेले राज्य संयन्त्रभित्र रहेर खोलिएका बैंक खाताहरूबाट मात्र सहयोग गरौं । राज्य संयन्त्र चुस्त-दुरुस्त बनाउनु सबै नागरिकको कर्तव्य हो ।

प्रकाश

कक्षा १० (SEE-2076) का साथै कक्षा ८, ७, ६ मा भर्ना खुल्यो !!!

★ कक्षा ९, SLC फेल भई वा कक्षा ८ मात्र पास गरी स्कूल छाडेका विद्यार्थीहरुले SEE पास गर्न यस स्कूलमा भर्ना गरी ढुक्क भई पढ्नुहोस्।

★ कक्षा ५ वा ६ मात्र पास गरेकाले कक्षा ८ मा भर्ना भई पढ्न पाउने र यस स्कुलबाट कक्षा ८ पास गरेका विद्यार्थीहरुले कक्षा ९ नपढी सिधै कक्षा १० पढी SEE दिन पाउने छन्।

कक्षा समय: बिहान,दिउँसो, बेलुका

यातायात र होस्टेलको समेत सुविधा छ ।

अंग्रेजी र नेपाली दुवै माध्यममा पढाइने

सम्पर्क

SAHAYOGI PATHSHALA
(Alternative School)
भाटभटेनी चोक (चाइनिज एम्बेसी नजिकै) PHONE : 4415244

मंगल होस्

मनोज गजुरेल

के मानिसको दिमागमा सम्भावित विध्वंसको पूर्वसंकेत आउँछ ?

“रुसी विज्ञान तथा प्रविधि विभागको हवाला दिंदै समाचार सार्वजनिक भएपछि लाखौं सर्वसाधारणले सम्भावित खतराबाट जोगिन आफ्ना सामाजिक सञ्जालहरु डिएक्टिभेट गर्न थालिसकेका थिए । तर केही समयपछि उक्त समाचार अर्धसत्य मात्र भएको बेलायती, अमेरिकी तथा रुसी सञ्चारमाध्यमहरुले बताए । बीबीसीले भन्यो- ‘सम्पूर्ण सामाजिक सञ्जाल ह्याक भएको समाचार आंशिक मात्र सत्य हो ।’”

अहिले मध्यतराईलाई ठूलो चोट लागेको छ, तर पीडा सिंगो देशलाई भएको छ । प्राकृतिक विपत्तिमा ज्यान गुमाउने नेपालीलाई हार्दिक श्रद्धाञ्जली । घाइतेलाई समवेदना तथा शीघ्र स्वास्थ्यलाभको कामना । राहत र उद्धारमा संलग्न सबैलाई धन्यवाद ।

जतिबेला तराईमा त्यो विध्वंस मच्चियो त्यतिबेला म यो तलको समाचार लेख्दै थिएँ । बिहान अपडेट गर्ने गरी सुतें । तराईको घटनाका सम्बन्धमा भोलिपल्ट मात्र थाहा भयो । दुःखद समाचार आयो । हिजो लेखेको कुरा अपडेट गर्ने मन लागेन । त्यत्तिकै थियो ।

त्यही समाचार अहिले तपाईंहरूसमक्ष प्रस्तुत गर्दैछु, पढ्नुहोस् है ।

त्यो दिन बिहानैदेखि विश्वभरि एउटा समाचार भाइरल भएको थियो- ‘सावधान, तपाईंको गोप्य कुराकानी सार्वजनिक हुँदैछ !’ यो समाचार त्यो बेलासम्म लाखौं मानिसका मोबाइलमा पुगिसकेको छ ।

समाचार अनुसार, ‘कन्जरभेटिभ ह्याकर’हरूले नासाको सेटेलाइट सिस्टम नै कब्जामा लिएको, विश्वभरिका सबै फेसबुक, ह्वाट्एप, भाइबर, ईमो, विच्याट एकाउन्टहरू ह्याक गरेको तथा त्यहाँका सम्पूर्ण गोप्य कुराकानी सार्वजनिक गर्न सुरु गरेको चेतावनी दिइएको थियो ।

रूसी विज्ञान तथा प्रविधि विभागको हवाला दिंदै समाचार सार्वजनिक भएपछि लाखौं सर्वसाधारणले सम्भावित खतराबाट जोगिन आफ्ना सामाजिक सञ्जालहरू डिएक्टिभेट गर्न थालिसकेका थिए ।

तर केही समयपछि उक्त समाचार अर्धसत्य मात्र भएको बेलायती, अमेरिकी तथा रूसी सञ्चारमाध्यमहरूले बताए । बीबीसीले भन्यो- ‘सम्पूर्ण सामाजिक सञ्जाल ह्याक भएको समाचार आंशिक मात्र सत्य हो ।’

फेसबुकले सार्वजनिक वक्तव्य जारी गर्‍यो- ‘सेटेलाइटमा अलि बढी समस्या आएकाले केही लाख एकाउण्ट चलिरहेका छैनन् । हामी चाँडै समस्या पहिचान हुने आशामा छौं ।’

ह्वाट्सएपका प्रमुख कार्यकारी विजेश्वर महादेवनले ट्विट गरे- ‘हाम्रा प्रयोगकर्ताहरूको गोपनीयता भंग भैरहेकोमा हामी एकदमै चिन्तित छौं । भगवान्सँग प्रार्थना गर्छौं, जति भयो-भयो, अब थप दुर्घटना नहोस् ।’

उता नासाका पूर्वप्रमुख ड्यानियल लरेन्सले भने गम्भीर कुरा खोल्दै सिएनएनसँग भने- ‘जति नै ढाकछोप गरे पनि मैले सत्य भन्नैपर्छ । यो सबैभन्दा खतरनाक साइबर आक्रमण हो । ह्याकरले व्यक्तिका निजी कुराकानीहरू सार्वजनिक गर्दैछन्, जसले व्यक्ति, परिवार र समाजमा विध्वंस मच्चाउनेछ ।’

‘कन्जरभेटिभ ह्याकर’हरूले भने सबै एकाउन्ट ह्याक गरे पनि केही लाख एकाउन्टका निजी कुराकानी मात्र सार्वजनिक गर्ने बताए । उनले भने-‘हामी विश्वका प्रत्येक देशका ५-५ हजार नेता, व्यापारी, सेलिब्रेटी, पत्रकार, समाजसेवी तथा सार्वजनिक व्यक्तित्वका गोप्य कुराकानी सार्वजनिक गर्दैछौं जसले गर्दा जनताले उनीहरूको असली अनुहार देख्न सकून् ।’

नेपालमा पनि त्यसको प्रत्यक्ष असर परेको देखियो । विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयका साइबर प्रमुख चोलाकान्त गैरेले भने- ‘केही मन्त्री र सचिवज्यूका गोप्य कुराकानी भन्दै आपत्तिजनक तस्विरहरू सार्वजनिक भएका छन् । हामी अनुसन्धानकै क्रममा छौं । यो विश्वव्यापीसमस्या हो । त्यसैले केही दिन आफ्नो सोसियल एकाउन्ट डिएक्टिभ बस्नु नै राम्रो होला !’

‘आखिरसत्य के हो ?’ हाम्रो जिज्ञासामा साइबरविज्ञ तथा ‘एपहरू’ सफ्टवेयरका प्रमुख कार्यकारी ट्रुप संग्रौलाले भने- ‘कहाँ सत्य हुन्छ दाजु ! यो त गजुरियल डटकमले अप्रिल फूल मनाएको हो नि !!’

अहिले सोच्छु, प्रकृतिले त्यो विध्वंस मच्चाइरहेका बेला प्रविधिको यो विध्वंसको कल्पना मेरो दिमागमा कसरी आयो होला ?

भक्तपुरमा सांस्कृतिक मेला

नयाँ वर्ष नयाँ सोच, युवाहरूका लागि छ प्रगतिको स्रोत’ भन्ने नाराका साथ नेपाली नयाँ वर्षको पूर्वसन्ध्यामा भक्तपुरमा पाँचौं भक्तपुर औद्योगिक सांस्कृतिक, पर्यटन तथा व्यापार मेला प्रारम्भ भएको छ । यो महोत्सव चैत २१ गते देखि वैशाख २ गतेसम्म भक्तपुरको सल्लाघारीस्थित तीनकुने चौरमा सञ्चालन भैरहेको छ । औद्योगिक शान्ति नेपाल तथा मध्यपुर ब्राइज ब्यान्डले संयुक्त रूपमा उक्त मेला सञ्चालन गर्न लागेका हुन् । भक्तपुर आफैंमा धार्मिक, सांस्कृतिक एवं पर्यटकीय दृष्टिकोणले महत्वपूर्ण स्थल हो । यसैअनुरुप यो मेलाले भक्तपुरको आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटनमा वृद्धि गरी आर्थिक रूपले पनि मजबुत बनाउने र भक्तपुरलाइ राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय रूपमा चिनाउन मद्दत पुग्ने कुराको जानकारी मेलाका संयोजक दीपक थापाले दिए । विगतका वर्षमा भएका कमी-कमजोरी सुधार गर्दै पाँचौं भक्तपुर औद्योगिक सांस्कृतिक, पर्यटन तथा व्यापार मेलालाई ऐतिहासिक बनाउने उनले जानकारी गराए ।

मेलामा अन्तर्राष्ट्रिय स्टलसहित २ सयभन्दा बढी स्टल छन् भने चर्चित कलाकारहरूले मनोरञ्जक प्रस्तुति दिइरहेका छन् । २५ देखि ५० प्रतिशतसम्म छुटको व्यवस्था हुने यो मेला करिब ५ लाख उपभोक्ताले अवलोकन गर्ने अनुमान गरिएको छ ।

नाट्यश्वर म्युजिक एवार्ड-२०७५

काभ्रेको बनेपामा नाट्यश्वर म्युजिक एवार्ड-२०७५ वितरण गरिएको छ जसको प्रमुख अतिथि गणतन्त्र नेपालको प्रथम राष्ट्रपति डा. रामवरण यादव थिए । कार्यक्रममा यादवले भाषा सस्कृति तथा सभ्यताले कुनै पनि मुलुक कति पुरानो हो भन्ने पनि चिनाउने बताए । पूर्वराष्ट्रपति डा. यादवले नेपाल आर्य र मङ्गोल सभ्यताको बीचमा रहेको उल्लेख गर्दै नेपालीहरूले आफ्नो मौलिकता छाड्नु नहुने जिकिर गरे । नेपाली कला, संस्कृति एवं सभ्यताकै कारण नेपाल विश्वभर चिनिएको उनको तर्क थियो ।

एवार्ड कार्यक्रममा शिव नारायण जोशीलाई लाइफ टाईम एचिभमेन्ट एवार्डले सम्मान गरिएको थियो भने नाट्यश्वर स्वर्ण सम्मान वसुन्धरा भुसाल, चैत्यदेवी रजत सम्मान शान्तिप्रिय, विशेष सम्मान सरु थापा, हरि कर्माचार्य, नाट्यश्वर रत्न सम्मान उत्तम केसि, सिताराम पोखरेल, कला सम्मान डीबी लामा, कला पत्रकारिता सम्मान सूर्य चन्द, स्वस्तिका चिलवाल, शिव देवकोटा, अरविन्द्र गौतम, पुरुशोत्तम बस्नेत, बलराम श्रेष्ठ, सचित खड्का, कमला जोशी आदिले प्राप्त गरे । ४५ विधामा वितरण गरिएको नाट्यश्वर म्युजिक एवार्ड-२०७५ मा उत्कृष्ट सर्जक, गायक गायिका, विभिन्न भाषाभाषीका गीत तथा मोडल विधामा कलाकारहरूलाई पुरस्कृत गरिएको थियो ।

राष्ट्रिय साधना म्युजिक एवार्ड

काठमाडौंमा प्रथम राष्ट्रिय साधना म्युजिक एवार्ड-२०७६ को आयोजना हुने भएको छ । सामना म्युजिक क्रियसन आयोजक रहने एवार्डको नारा अग्रजलाई सम्मान, नयाँलाई प्रोत्साहन, कला गला तथा संस्कृति संरक्षणमा हाम्रो अभियान रहेको साधना म्युजिक एवार्ड कार्यक्रमका संयोजक गौतम शेर्पा बताउँछन् ।

नेपाली लोकगीत, आधुनिक, पप तथा लोक पप, डिजे गीत एवं राष्ट्रिय गीत आदिका ५० विधामा एवार्ड वितरण गर्न लागिएको आयोजक कमिटीकी अध्यक्ष सामना शाहले बताइन् । एवार्ड कार्यक्रममा आफ्नो सहभागिता जनाउन चाहने स्रष्टा तथा सर्जकहरूका लागि आवेदन फर्म खुला गरिएको पनि बताइएको छ । २०७५ वैशाख १ गतेदेखि चैत मसान्तभित्र बजारमा आएका गीत-संगीतका कलाकारहरूले यो एवार्डमा सहभागिता जनाउन सक्नेछन् । गायक-गायिकाहरू भने भिडियो तयार नभए पनि प्रतिस्पर्धामा सहभागी हुन सक्नेछन् भने फारम भर्ने अन्तिम मिति २०७६ वैशाख १० गते भएको आयोजकहरूले जनाएका छन् ।

समय सन्दर्भ

अधिकारी रवीन्द्र

दस किसिमका फेसबुक प्रयोगकर्ता

भर्खरै बाबु-आमा भएका जोडाजोडीको बेग्लै किसिमका तस्बिर देख्न पाइन्छ फेसबुकमा । डे वानदेखि डे ३६५ सम्मका बच्चाका अपडेट । क्याप्सनमा अनेक थरी लेखे पनि फोटो भने उस्तै पाराको हुन्छ- बच्चा उत्तानो परेर सुतिरहेको । यस्ता चित्रमा आमा बनिसकेका महिलाहरूको वा आमा बन्नै लागेका केटीहरूको बिशेष दिलचस्पी र 'सो क्युट' वाला कमेन्ट देखिन्छ ।

१. फलानो संगठनका फलानो व्यक्ति ढिस्कानो पदमा निर्वाचित हुनु भएकोमा हार्दिक बधाई, फलानो व्यक्ति ढिस्कानो देश प्रस्थान गर्न लाग्नुभएकोमा शुभकामना भन्दै फोटो पोस्ट गर्ने व्यक्ति : यस्ता व्यक्ति राजनीतिका पक्षपोषक र शक्तिका पुजारी हुन् । यिनीहरू विजय जुलुसमा सहभागी भएका छन् भने मौका छोपेर फूलमाला अबिर-केसरीसहितको फोटो विजयी उमेदवारसँगै बसेर खिच्छन् अनि आफूले के-केन लछारपाटो लगाएजसरी फेसबुकमा पोस्टिन्छन् । जुलुसमा गएको छैन भने पनि जितेको सुइँको पाउनसाथ विजयी व्यक्तिसँग कुनै मौकामा खिचिएको पुरानो फोटो धुइँधुइँती खोजेर अरूले भन्दा चाँडो पोस्ट गर्छन् ।

२. छोराछोरी वा ज्वाइँ-बुहारी विदेशमा भएकाले बेलाबखत भिडियो कल गर्न भनेर छोराछोरी, नातिनातिना वा अन्य आसेपासेले खोलिदिएका एकाउन्ट प्रयोग गर्ने बूढाबूढी वा अधबैंसे फेसबुके : मोबाइल प्रविधि प्रयोगमा आउनुभन्दा अघि नै वृद्ध भएकाले यिनीहरूलाई कल गर्न र रिसिभ गर्नबाहेक अरू केही गर्न आउँदैन ।

३. अर्का थरीका आमाबुवा छन् जो छोराबुहारी वा छोरीज्वाइँको निम्तोमा अस्ट्रेलिया, अमेरिका वा युरोपेली भूमि पुगी पार्क, समुद्री किनारा वा गगनचुम्बी भवनअगाडि पोज दिएको फोटो बडो हर्षोल्लासका साथ फेसबुक वालमा पस्किन्छन् । यदाकदा यस्ता प्रौढ दम्पतीका पोसाक वा पोज अनपेक्षित आधुनिक र सहजै हजम नहुने खालका हुन्छन् ।

४. त्यसैगरी पुच्छे भिसामा अस्ट्रेलिया-अमेरिका जाने बाबुआमाहरू छन्, जसले पनि फेसबुकमा छुट्टै गौरवमय स्थान ओगटेका छन् । कोही छोरा वा छोरीको दिक्षान्त समारोहको बहानामा विदेश घुम्ने उत्कण्ठा पूरा गर्न त्यहाँ पुगेका हुन्छन् र हामी पनि कमका छैनौं है भनेर संसारलाई देखाउन फेसबुकमा फोटो हाल्छन् । भर्खरै जन्मिएका नातिनातिना स्याहार्न सुत्केरी भिसामा छ महिनाका लागि विदेश जाने हजुरआमाहरू पनि फेसबुकका नवआगन्तुक प्रयोगकर्ता हुन् ।

५. मान्छेको जात नै आफ्नो प्रशंसा मन पराउने दिमागी सफ्ट्वेयर जडान गरेर बनाइएको छ । फेसबुकेहरूको ठुलै एउटा जमात छ जो आफ्नो भारी प्रशंसा गरिएको लिङ्क सेयर गर्न माहिर छ । यस्ता लिङ्क वा एपले तपाईं फलानो यस्तो, उस्तो मिलनसार, आत्मविश्वासिलो कुन्नी के-के हो के-के भनेर सेयरकर्ताको गुनगान गाएको हुन्छ । गाली गरेको भए केही पनि नमिलेको जस्तो लाग्थ्यो होला तर प्रशंसा गरिएकाले सबै गुण हुबहु मिलेझैं लाग्छ र त बेलाबखत टेस्टोनी वा मल्लुएप्स जस्ता लिङ्कले न्युज फिड भरेर आतङ्कै मच्चाउँछन् ।

६. फेसबुकमा एक थरीका हावादारी प्रयोगकर्ता छन् जो फलानो लिङ्क सेयर गरे बापत आइफोन एक्स जित्न सक्नुहुनेछ अथवा जुकर्बर्ग दम्पतिले यो लिङ्क सेयर गरेबापत १० लाख डलर पुरस्कार दिने वा मनकामना माइको यो तस्बिर सेयर गरेबापत १० मिनेटमा फल प्राप्त गर्नुहोस् भन्ने खालका लिङ्क सेयर गरेर हैरानै पार्छन् । उनीहरूलाई कृपया कसैले बुद्धि देओस् आधारहीन हल्लाको पछि नलाग्न । हलेश्वर वा पाथिभरा मातालाई के थाहा होला र उनीहरूको नाममा फेसबुकमा के सेयर भैरहेको छ भन्ने कुरा ?

७. सुत्न लाग्दाको, बिहान उठ्ने बित्तिकैको, कहिलेकाहीँ भित्री गन्जीमात्र लगाएको दिक्क लाग्दो सेल्फी खिचेर नोफिल्टर ह्यास्ट्याग समेत नराखी फोटो हाल्ने झुन्ड पनि ठुलै छ । न लाइट मिल्ने न एङ्गल मिलेका यस्ता ओरिजिनल तस्बिरले दर्शकमाझ खासै अर्थ राख्दैनन् तर पनि फ्रेन्ड लिस्टमा दर्ता भैसकेपछि यस्ता पोस्टहरू झेल्नैपर्छ ।

८. भर्खरै बाबु-आमा भएका जोडाजोडीको बेग्लै किसिमका तस्बिर देख्न पाइन्छ फेसबुकमा । डे वानदेखि डे ३६५ सम्मका बच्चाका अपडेट । क्याप्सनमा अनेक थरी लेखे पनि फोटो भने उस्तै पाराको हुन्छ- बच्चा उत्तानो परेर सुतिरहेको । यस्ता चित्रमा आमा बनिसकेका महिलाहरूको वा आमा बन्नै लागेका केटीहरूको बिशेष दिलचस्पी र 'सो क्युट' वाला कमेन्ट देखिन्छ । त्यसैले त फेसबुक फ्रेन्डलिस्टमा कतिपय यस्ता मित्र छन् जसलाई उसको विवाह हुनुभन्दा ५ वर्षअघि भेटेको हुन्छ, तर उसका बालबच्चालाई वर्षौंअघि चिनेको जस्तो भान भैसक्छ । ती बालबालिकाका रहनसहनसमेत साथीहरूलाई कण्ठप्रायः हुन्छ र त्यतिनै बेला त्यो नाबालकको फ्रेन्ड रिक्वेस्ट आइसकेको हुन्छ । अरु त अरु बोली नै नफुटेको दुईवर्षे बालकले आफ्नो बाउलाई फेसबुक स्ट्याटस मार्फत जन्मदिनको शुभकामनासमेत दिएको यिनै आँखाले देख्नुपरेको छ ।

९. एकथरी सुलसुले फेसबुकेहरू पनि छन् जो आफ्ना बारेमा चुइँक्क केही बोल्दैनन्, अरूका बारेमा चाँही सबै अपडेट राख्छन् । कसैलाई लाइक पनि गर्दैनन् र मेसेजको रिप्लाई पनि गर्दैनन् । मरेको बाँचेको थाहा पाउन उनीहरूलाई प्रत्यक्ष भेट्नैपर्छ, तर उनीहरू आफूले भने अरु साथीहरूको जानकारी लिइरहेका हुन्छन् ।

१०. कोही हुन्छन् अरूलाई ठग्ने, झुक्याउने, ब्ल्याकमेल वा प्राङ्क गर्ने अभिप्रायले फेक एकाउन्ट खोलेर सताउने खालका । विभिन्न सेलेब्रिटी, उच्चपदस्त व्यक्ति, बिपरित लिङ्गी आदिको नामबाट एकाउन्ट खोली हरेक बहानाबाजी गर्दै आर्थिक लाभ लिनेहरूले पनि फेसबुकलाई माध्यम बनाएको पाइन्छ ।

जे-जस्तो भए पनि हामी सचेत नागरिकले चाहिँ सामाजिक सञ्जाललाई एउटा सकारात्मक ऊर्जा प्रदान गर्ने प्रविधिको अमूल्य देन मान्नुपर्छ जसले गर्दा यसको प्रयोगले आफूलाई मात्र होइन, सबैलाई फाइदै फाइदा पुगोस् । यसलाई सूचना र सन्देश द्रुत रूपमा प्रवाह गर्ने माध्यम बनाउनुपर्छ । गलत गर्न पनि हुँदैन र गर्न दिनु पनि हुँदैन भन्ने ज्ञान सबैमा हुनुपर्छ ।

ravinems@iom.edu.np

पाठक मञ्च

साबित्रा भण्डारी नेपाली फुटबलकी नयाँ नक्षत्र हुन् । (हार्दा पनि आफूलाई प्रमाणित गर्न सक्नुपर्छ ।) दक्षिण एसियाकै अब्बल महिला फुटबलरसँग साप्ताहिकले लिएको अन्तर्वार्ता सराहनीय छ । साबित्राले आगामी दिनमा पनि देशको नाम यसरी नै राख्दै जाऊन्– शुभकामना ।

मनिता धिताल

नयाँ आउन लागेका प्रविधि उत्कृष्ट र जीवनोपयोगी लागे । (२०१९ मा देखिनेछन् यी १० प्रविधि) ज्ञान-विज्ञानको यस्तो विकासले मानिसमा आशा जगाउँछ । साप्ताहिकको प्राथमिकतामा यस्तै सामग्री पर्नुपर्छ ।

उपहार मैनाली

पढ्न र सिक्नलाई उमेरले छेक्दैन भन्ने कुरा यसपटकको एसईईमा पनि देखियो । (एसईईका चर्चित) शान्ता चौधरी, करिश्मा मानन्धर, युगमाया कार्कीमा जागेको शिक्षाको भोकले धेरैलाइ प्रेरणा दिएको छ ।

अपूर्ण थापा

आशिष अब्बल गायक तथा संगीतकार हुन् । (आशिषको अविरल यात्रा) उनको सक्रियतामा नयाँ-नयाँ सिर्जना सुन्न पाइयोस् । उनका गीत सबैका मुखमा झुन्डिने खालका हुन् ।

माया राउत

अहिले नेपाली चलचित्रको बजार खस्कँदो छ । (आकर्षक भएर पनि चलेन कागजपत्र) लेखन, निर्देशन, छायांकनका साथै प्रचार-प्रसार पनि त्यत्तिकै चाहिन्छ । सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा दर्शकलाई हलसम्म ल्याउने अर्ग्यानिक खुराक आवश्यक हुन्छ ।

पूर्णबहादुर घर्ती

नेपालमा कानुन मिच्दा ठूलो मान्छे भएको भान पर्छ । (लुकिछपी ट्रान्स पार्टी) देशको कानुनविपरीत बारम्बार ट्रान्स पार्टी हुनु भनेको राज्यलाई चुनौती हो । कानुनलाई हातमा लिएर यस्तो व्यवसाय गर्नेहरूविरुद्ध कडाभन्दा कडा कारबाही हुनुपर्छ । खुकुलो कानुन कार्यान्वयनका कारण पटक-पटक यस्ता पार्टी हुने गरेका छन् । यदि ट्रान्स पार्टी सही हो भने कानुन बनाएर व्यवस्थित गरे भयो नि ।

रामचन्द्र धामी

यदि नेपाल नै औषधीमा आत्मनिर्भर छ भने विदेशबाट ल्याउन रोक लगाउनु नै राम्रो हुन्छ । (विदेशी औषधी प्रतिबन्धको बहस) नेपाली उद्योगहरूलाई प्रोत्साहित गर्न सके मूल्यांकन र अनुगमन सहज हुनेछ भने हजारौं युवायुवतीले स्वदेशमै रोजगारी प्राप्त गर्न सक्नेछन् ।

कौशल थापा

बालबालिकाको भविष्य र समाज

बालबालिकालाई बाह्रखरी रटाउनुपर्ने उमेरमा डाक्टर, इन्जिनियर बन्नुपर्छ भनी रटाइन्छ । रहरभन्दा पनि समाज र घरपरिवारको प्रभाव वा दबाबले धेरैभन्दा धेरै यही बाटो हिँड्छन् । यसबाट फाइदा केवल गैरसरकारी शिक्षण संस्थाहरूले उठाउँछन् । अभिभावकको सम्पत्ति नाश, बालबालिकाको भविष्य खत्तम । यसरी बनेका डाक्टर, इन्जिनियर कहाँ सर्वसाधारणको सेवामा ध्यान दिन्छन् ? बरु अध्ययनमा भएको लगानी उठाउनुलाई नै प्राथमिकतामा राख्छन् । यस्तो सोच एवं व्यवहारले समाज अझ कमजोर हुँदै गएको छ ।

'यो काम ठुलो,त्यो सानो' नभनी सबै काम समान भन्ने सोचले पो समाज बदलिन्छ, तर हाम्रो समाजले हरेक व्यवसायलाई अर्थसँग दाँजेर अर्थहीन बनाइदिन्छ । कहिलेकाहीं त लाग्छ, समाज अविवेकी र अन्धो छ । यहाँ एउटा बिरामीसँग लाखौं रुपैयाँ असुलेर उसको जीवन जोगाउने डाक्टरलाई जति सम्मान मिल्छ, त्यति नै सम्मान आफ्नै जीवन जोखिममा राखी गन्हाउने ढल र फोहोर सफा गरेर हजारौंलाई खतरनाक रोगको महामारीबाट जोगाउने सफाइकर्मीलाई किन मिल्दैन ? किन उनिहरूको सामाजिक तथा आर्थिक स्तर माथि उस्कन सकेको छैन ? पारम्परिक सामाजिक संरचनाले गर्दा यस्तो भएको हो कि ?

बालबालिकाबाट कल्पनाशिलता र इच्छाशक्ति खोसेर उनीहरूलाई समाजसुधारक बनाउने कुरा सोच्नु र औंलाले गनेर आकाशका ताराको संख्या पत्ता लगाउँछु भन्नु एउटै कुरा हो । एउटा बालक समृद्ध मुलुकको सर्जक हो । उसको आफ्नो छुट्टै संसार हुन्छ । उसको रुचि, सिर्जनशीलता एवं कलात्मकताले एउटा निश्चित गन्तव्य बोकेको हुन्छ । उसका यी गुणलाई केलाउन र त्यो गन्तव्य पहिल्याई लक्ष्य प्राप्ति सहज बनाइदिन समाजको विशेष भूमिका हुन्छ । बालकमा विवेक हुँदैन तर दृढ इच्छाशक्ति भने हुन्छ । जब ऊ किशोरावस्थामा पुग्छ तब इच्छाशक्ति कम हुँदै जान्छ भने विवेक बढ्दै जान्छ । त्यतिबेला दृढ इच्छाशक्ति जगाइदिने विशेष तत्वको आवश्यकता पर्छ, तर हाम्रो समाजले उसको विवेकलाई समेत निष्क्रिय पारिदिन्छ ।

निरज नेपाल, सिन्धुपाल्चोक

तपाइले देखेको या भोगेको कुनै पनि समसामयीक विषयमा बढीमा ३०० शब्दमा आफ्नो विचार saptahik@kmg.com.np वा visa.kafle@kmg.com.np मा पढाउनुहुन अनुरोध छ । उत्कृष्ट विचारलाइ आगामी अंकमा स्थान दिनेछौ ।

KANTIPUR PUBLICATIONS PVT. LTD.

KMG KANTIPUR MEDIA GROUP

कान्तिपुर को
करोडपति
सिजन-३
बन्ने होइन त फेरि करोडपति?

कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक वा द काठमाडौं पोष्टको
वार्षिक ग्राहक बन्नुहोस् र लक्की ड्रबाट जित्नुहोस्

१० लाख मासिक पुरस्कार
१ करोड बम्पर पुरस्कार
१ लाख साप्ताहिक पुरस्कार

* शर्तहरू लागु हुनेछन् ।

पक्का पुरस्कार
• शिखर इन्स्योरेन्सको रु.५ लाखको दुर्घटना बीमा • स्वास्थ्य बीमामा रु.७५० छुट

Shikhar Insurance Happysurance

स्क्र्याच कार्ड मार्फत् रु.२०० देखि रु.२५०० सम्मको छुटका साथै जित्न सक्नुहुनेछ

BALTRA एलइडी टिभी. ASUS ल्यापटप स्मार्ट फोन ब्लुटुथ स्पीकर वायरलेस हेडफोन स्मार्ट वाच

ग्राहक अवधि बाँकी रहेकाहरुले पनि समय बढाएर यस योजनामा सहभागी हुन सक्नुहुनेछ । "जति छिटो ग्राहक बन्नुहुनेछ, जित्ने मौका त्यति नै बढ्नेछ ।"

कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक वा द काठमाडौं पोष्टको वार्षिक ग्राहक बनको लागि SUB<space> आफ्नो नाम टाइप गरी ३८०८० मा पठाउनुहोस (NTC प्रयोगकर्ताकालागि मात्र)। एस.एम.एस र अनलाईन सब्सक्रीप्सनका लागि २४ घण्टा भित्र विस्तृत विवरण सहित हाम्रा प्रतिनिधिहरुले तपाईंलाई सम्पर्क गर्नेछन्।

टोल फ्रि नम्बर: १६६० ०१ २२२२२ (NTC), ९८०१ ५७ २२२२ (Ncell) काठमाडौं: शिशिर राज पाण्डे ९८४११६६७८४, राम कृष्ण घिमिरे ९८५१०९८९४४ चितवन: शंकर न्यौपाने ९८५६०४४१४० पोखरा: राजेश पौडेल ९८५६०२५८८५, नेपालगंज: अशोक श्रेष्ठ ९८५८०३०६७७, विराटनगर: अनुज लाल कर्ण ९८५२०२८१२३

We Accept
fonepay payments फटाफट

KANTIPUR DAILY
THE KATHMANDU POST

1 Open your mobile banking / eSewa app
2 Scan this code, confirm the payment details and make quick payment.

eSewa
www.esewa.com.np

उपयोगी रिजार्चर एप

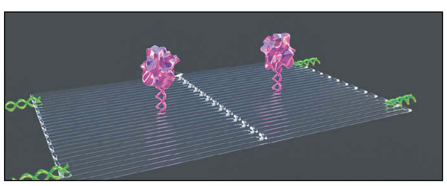
दैनिक जीवनमा अति आवश्यक कुरालाई सजिलो माध्यमबाट सेवा-सुविधा दिने लक्ष्यका साथ निर्माण गरिएको रिचार्जर एपले कम समयमै लोकप्रियता हासिल गरेको छ। यो एपले गुगल प्ले तथा एप्पलको एप स्टोरबाट रिचार्जर डाउनलोड गरी एकाउन्ट खोल्नेबित्तिकै प्रयोगकर्ताले १ सय रुपैयाँ क्यास ब्याक पाउने सुविधा उपलब्ध गराएको छ। त्यसपछि यो एपबाट जत्तिको मोबाइल रिचार्ज गरिन्छ, त्यत्ति नै क्यास ब्याक पाउने सुविधा पनि उपलब्ध छ। एप निर्माण गर्ने कम्पनीले जनाएअनुसार नेपालको यो एक मात्र त्यस्तो एप हो, जसबाट अनलाइन पेमेन्ट तथा अनलाइन सपिङ सजिलै गर्न सक्छन्। यो एपबाट मोबाइल रिचार्ज गर्दा, चलचित्र, बस वा हवाई टिकट खरिद गर्दा वा अनलाइनबाट सपिङ गर्दा उपभोक्ताले चलनचल्तीका अधिकांश बैंकको ई-बैंकिङ, ई-सेवा, आईएमई पे आदि गेटवेका साथै मास्टर तथा भिसाका डेबिट र क्रेडिट कार्डबाट समेत सोझै पैसा तिर्न सकिन्छ। 'नेपाली एप्स हामी नेपालीहरूकै लागि' भन्ने नाराका साथ सञ्चालनमा आएको यो एपले सपिङका लागि नेपालमा उत्पादन भएका तथा विदेशबाट चलनचल्तीमा रहेका १ हजारभन्दा बढी ब्रान्डसँग सहकार्य गर्दै सुपथ मूल्यमा वस्तु तथा सेवा उपलब्ध गराउने लक्ष्य लिएको छ। यो एपबाट होटल, रेस्टुराँ, पानी, बिजुलीका साथै इन्टरनेट सेवा प्रदायकका बिलहरूसमेत तिर्न सकिन्छ।

गुगलले ल्यायो स्टाडिया

गुगलले गेम स्ट्रिमिङ सेवा 'स्टाडिया' सार्वजनिक गरेको छ। अमेरिकाको सान फ्रान्सिस्कोमा आयोजित गुगलको गेम डेभलपर कन्फ्रेन्समा उक्त सेवा सार्वजनिक गरिएको हो। उक्त सेवा सञ्चालनमा आएपश्चात् प्रयोगकर्ताहरूले कुनै पनि डिभाइसबाट ठूलो क्षमताका गेम समेत निःशुल्क खेल्न सक्नेछन्। स्टाडियाले गुगल क्लाउडबाट सिधै गेम प्ले गर्नेछ। यसको सहयोगले ६० फ्रेम प्रतिसेकेन्डको स्पिडमा फोरके रिजोल्युसन भएको गेम खेल्न सकिन्छ। यसले एटके रिजोल्युसनयुक्त गेमलाई पनि सपोर्ट गर्छ। उक्त सर्भिसलाई युट्युबसँग पनि जोड्न सकिन्छ।

उक्त अवसरमा गुगलले विभिन्न गेम खेल्न बनाइएको खास गेमप्याड पनि सार्वजनिक गरेको छ। यसलाई वाइफाईको माध्यमबाट इन्टरनेटसँग कनेक्ट गरी प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसमा भएको क्याप्चर र गुगल असिस्टेन्ट बटनको सहयोगले सोसल मिडियामा गेम सेयर गर्न सकिन्छ। गुगलले यो सेवा यही वर्षदेखि अमेरिका, क्यानाडा, बेलायत तथा युरोपमा सञ्चालनमा ल्याउने योजना बनाएको छ। यद्यपि यसको शुल्क कति लाग्छ भन्ने विषयमा केही जानकारी दिइएको छैन।

क्यान्सरको पहिचान गर्ने नानो रोबोट



क्यान्सरको सहज उपचारका लागि वैज्ञानिकहरूले नानो रोबोटिक प्रणालीको विकास गरेका छन्, जसले क्यान्सरको लक्षण तुरुन्तै पत्ता लगाउँछ। साइन्स रोबोटिक्स पत्रिकामा प्रकाशित एउटा लेखमा नानो रोबोटलाई चुम्बकिया चिम्टा भनिएको छ। यसले मानिसको शरीरको कोशिकाको गहिराइसम्म पुगेर क्यान्सर कोष पत्ता लगाउँछ। क्यानाडाको युनिभर्सिटी अफ टोरन्टोका वैज्ञानिक जियान वाङका अनुसार लेजर रेको सहयोगले कोशिकाहरूको जाँचमा प्रयोग गरिने अप्टिकल चिम्टा निकै प्रसिद्ध छ र यो प्रविधिले सन् २०१८ को नोबेल पुरस्कारसमेत प्राप्त गरेको थियो।

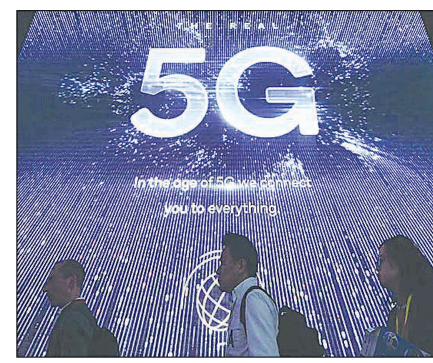
वाङद्वारा विकसित उक्त प्रणालीमा जिवित क्यान्सर सेलयुक्त एक माइक्रोस्कोपको कभर स्लिपमा ६ वटा म्याग्नेटिक क्वाइल राखिएको छ। मानिसको केशभन्दा दश गुणा पातलो उक्त म्याग्नेटिक क्वाइलको सहयोगले क्यान्सरयुक्त कोषको पहिचान गर्न सकिन्छ। यसले सुरुवाती र अन्त्य सबै अवस्थाको रक्त क्यान्सरको जाँच गर्न सक्छ। भविष्यमा नानो रोबोट प्रयोग गरी ट्युमरमा भएको रक्तवाहिनी नलीलाई ब्लक गरेर यसको विकास रोक्न सकिने र क्यान्सर कोष नष्ट हुने वाङले जानकारी दिएका छन्।

२४ वटा स्मार्टफोनमा पोकेमन गो

ताइवानको राजधानी ताइपेह निवासी चेन सेन युआनले सन् २०१६ देखि लगातार पोकेमन गो गेम खेलिरहेका छन्। उनी यसका लागि विभिन्न क्रिएचर खोज्न प्रत्येक साँझ साइकलमा कैयन किलोमिटरको यात्रा गर्छन्। ७० वर्षीय चेनलाई त्यहाँका मानिसले 'अंकल पोकेमन' भन्छन्। उनले ६६ वर्षको आफ्नो जन्मोत्सवमा छोराबाट मोबाइल गिफ्ट प्राप्त गरेपछि यो गेम खेल्न थालेका थिए। सुरुमा एउटा स्मार्टफोनमा पोकेमन गो खेल्ने चेन गत वर्षसम्म ११ वटा स्मार्टफोनमार्फत यो खेल खेल्थे। च्यालेन्जर्स बढ्दै जाँदा हाल उनले यसका लागि २४ वटा स्मार्टफोन प्रयोग गरिरहेका छन्। उनले ती स्मार्टफोनमध्ये २२ वटा फोनलाई साइकलको ह्यान्डलबारमा एट्याच गरेका छन् भने दुईवटा स्मार्टफोन उनको खल्तीमा हुन्छन्।

पोकेमन गो गेम अगमेन्टेड रियालिटी प्रविधिमा आधारित छ। गेमको स्क्रिनमा अलग-अलग लोकेसनमा क्रिएचर शो हुन्छ। प्रयोगकर्ताले त्यही लोकेसनमा पुगेर क्रिएचरलाई समात्नुपर्ने हुन्छ।

विश्वकै पहिलो फाइभजी सहर



चीनको सांघाई सहर विश्वमै पहिलो फाइभजी कभरेज भएको सहर भएको छ। चीनको सरकारी पत्रिका चाइना डेलीका अनुसार सांघाईले फाइभजी कभरेज तथा ब्रोडब्यान्ड गिगाबिट नेटवर्क भएको विश्वको पहिलो सहर भएको दाबी गरेको छ।

चीनको सरकारी दूरसञ्चार सेवाप्रदायक कम्पनी चाइना मोबाइलको सहयोगमा सांघाईले फाइभजी कभरेज तथा ब्रोडब्यान्ड गिगाबिट नेटवर्क प्राप्त गरेको हो। गत शनिबारदेखि यसको प्रयोग प्रारम्भ भएको छ। यसका लागि विगत तीन महिनायता फाइभजी बेस स्टेसन तयार भैरहेको थियो। सांघाईका उपमेयर वु क्विङले फाइभजी फोल्डेबल फोन ह्वावे मेट एक्सद्वारा फाइभजी नेटवर्कमा पहिलो भिडियो कल गरेका थिए। चीनले हाल फाइभजी प्रविधिका लागि तीव्र रुपमा कार्य गरिरहेको छ। फाइभजीमा फोरजीको तुलनामा १० देखि १०० गुणा तीव्र गतिमा डाटा डाउनलोड गर्न सकिन्छ।

जुत्ताबाट निस्कनेछ विद्युत्

कुनै स्थानमा हिँड्दा वा बिहान मर्निङ वाकमा निस्कँदा प्रशस्त शक्ति खर्च भैरहेको हुन्छ। त्यही शक्तिलाई स्टोर गर्न सकियो भने विद्युत् निकाल्न सकिन्छ। स्वीडेनको इन्टरनेसनल एसोसिएसन अफ एडभान्स मेटरियल संस्थानका प्रोफेसर अजितांशु वेद रत्नमले यस सम्बन्धी पिजो इलेक्ट्रिकल मेटरियलमा अनुसन्धान गरिरहेका छन्। रत्नमका अनुसार पैदल हिँड्दा पैतलाको दबाबबाट मेकानिकल इनपुट मिल्छ। यस्तो घर्षण वा दबाब सँगै इनपुट बढ्छ र इलेक्ट्रिकल सिग्नल पैदा हुन्छ। उक्त सिग्नललाई पिजो मेटरियलको सहयोगले स्टोर गर्न सकिन्छ। यसका लागि नानो टेक्नोलोजीमा आधारित सर्किट तयार पारिएको छ, जसमा जडान गरिएको पिजो मेटरियलले मेकानिकल इनपुटलाई विद्युतमा परिवर्तन गर्छ। प्रोजेक्टको पहिलो चरणमा उक्त पिजो मेटरियललाई जुत्तामा फिट गरिनेछ। यसमा पैदा भएको विद्युत्को सहयोगले मोबाइल चार्ज गर्न वा यस्तै साना कार्य गर्न सकिनेछ। भविष्यमा विभिन्न स्थानका वाकिङ जोनका साथै सडक किनारामा समेत यस्ता उपकरण राखेर विद्युत् उत्पादन गर्ने योजना भएको बताइएको छ।

बन्द हुने भयो विन्डोज-७

माइक्रोसफ्टले सन् २०२० जनवरी १४ देखि आफ्नो अपरेटिङ सिस्टम विन्डोज-७ को अपडेट तथा टेक्निकल सपोर्ट बन्द गर्ने घोषणा गरेको छ। यसका लागि माइक्रोसफ्टले नोटिफिकेसनसमेत पठाउन थालेको छ। द भर्जको रिपोर्टअनुसार विन्डोज-७ अपरेटिङ सिस्टमका प्रयोगकर्ता करिब १ अर्ब छन्। त्यसैगरी हाल प्रयोगमा रहेको पछिल्लो भर्सन विन्डोज-१० का प्रयोगकर्ता करिब ८० करोड छन्। कम्पनीले आफ्नो नयाँ अपरेटिङ सिस्टम विन्डोज-१० लाई प्रवर्द्धन गर्न पनि यो फैसला गरेको अनुमान गरिएको छ। माइक्रोसफ्टले सन् २००९ जुलाई २२ मा विन्डोज ७ रिलिज गरेको थियो। त्यसपछि यो माइक्रोसफ्टको सबैभन्दा बढी मन पराइएको विन्डोज भर्सन बन्न सफल भएको थियो।

स्टेजमा एक्लै भएको छु

लोकदोहोरीका अहिलेका सर्वाधिक चर्चित गायक हुन्- कुलेन्द्र विश्वकर्मा । उनको पाँचौं एल्बम "सालको पात टपरी हुनी" गीतले इतिहास रचिसकेको छ । उक्त गीतले युट्युबमा हालसम्म ३ करोड ७० लाखभन्दा बढी भ्युज पाइसकेको छ । यससँगै कुलेन्द्रको व्यस्तता समेत निकै बढेको छ । यही सेरोफेरोमा साप्ताहिकका लागि महेश तिमल्सिनाले उनीसँग गरेको कुराकानी :

तस्बिर : नवराज वाग्ले

■ कुलेन्द्र विश्वकर्मा, गायक

सालको पात.... हिट हुनुभन्दा अघिको कुलेन्द्र र पछिको कुलेन्द्रमा के फरक पाउनुहुन्छ ?

त्यस्तो फरक केही छैन, मेरो जीवनशैली त्यस्तै छ । हिजो म जस्तो थिएँ आज पनि त्यस्तै छु र भोलि पनि त्यस्तै रहन्छु । हो, यो गीतपछि मेरो व्यस्तता अलि बढेको छ । अर्को कुरा, सालको पातको भिडियोमा मैले नै अभिनय गरेकाले मेरा श्रोताहरूले मलाई सहजै चिन्न थाल्नु भएको छ ।

एउटा गायकले गीत गाएरै आफ्नो जीविकोपार्जन गर्न सक्छ ?

मैले करिब १८ वर्षजति यही क्षेत्रमा बिताइसकें । अहिलेसम्म गीत गाएरै जीविकोपार्जन गरिरहेको छु । कामप्रतिको लगाव र मेहनत कति गरेको छ भन्ने कुरामा भर पर्छ । कुनै पनि क्षेत्रमा आजको भोलि प्रतिफल पाईदैन । आफ्नो काममा दत्तचित्त भएर लागियो भने एउटा गायकले गीत गाएकै भरमा आफ्नो जीवन सहजैसँग चलाउन सक्छ ।

तपाई एउटा गीत गाएबापत कति पारिश्रमिक लिनुहुन्छ ?

यति नै भनेर पारिश्रमिक तोकेको छैन । आफू पनि चल्नु र सन्तुष्ट हुनु ठूलो कुरा हो । म परिस्थिति हेरेर पारिश्रमिक लिन्छु । यद्यपि अहिले साथीभाइको सल्लाह-सुझावका आधारमा अलिकति पारिश्रमिक बढाएको छु ।

सालको पातले तपाईंको पारिश्रमिक पनि बढाइदियो नि ?

सालको पातले मेरो मात्र होइन, सबैको पारिश्रमिक बढाइदिएको छ । पहिलो कुरा त दोहोरी गीत भन्नेबित्तिकै नाक खुम्च्याउनेहरूका लागि यो गीत उदाहरणीय सावित भएको छ, जसले गर्दा लोकदोहोरी क्षेत्रकै शिर ठाडो भएको महसुस भैरहेको छ । अहिले नेपाली चलचित्रलाई सफल बनाउनमा लोकगीतकै योगदान बढी देखिएको छ । सालको पातले सबै कुराको स्तरोन्नति गरेको छ ।

सालको पातले यति धेरै सफलता पाउनुको रहस्य के होला ?

यो गीतमा सबै कुरा छन् । रचनाकार नवराज पन्तले राम्रो गीत लेख्नुभयो, संगीतकार वसन्त थापाले मीठो लय बनाउनुभयो, शिव विकले उत्कृष्ट नृत्य निर्देशन गर्नुभयो, आशिष अविरलले पनि एरेन्जरको काम निकै राम्रोसँग गर्नुभयो । यस्तै म्युजिक भिडियोमा मरिष्का पोखरेलको अभिनय त्यत्तिकै राम्रो रह्यो । गायिका विष्णु माझीले पनि मलाई राम्रो साथ दिनुभयो, त्यसैले यो गीत साँच्चिकै सालजस्तै बलियो भएर निस्कियो ।

सालको पातले यति सफलता पाउला भन्ने अपेक्षा थियो ?

सालको पातको सबै पक्ष राम्रो छ, केही न केही चाहिँ हुन्छ भन्ने लागेको थियो, तर यति धेरै सफलता पाउला भन्ने कल्पना भने गरेको थिइनँ ।

सालको पातका संगीतकार वसन्त थापासँग तपाईंको खटपट छ भन्ने खबर पनि बाहिरिएको छ नि ?

हामीबीच त्यस्तो केही पनि छैन, हाम्रो सम्बन्ध पहिले जस्तो थियो अहिले पनि त्यस्तै छ ।

लोकदोहोरी गीतले सफलता पाउन कुन-कुन तत्वले काम गर्नुपर्छ ?

कुनै पनि गीतले सफलता पाउन शब्द, संगीत, एरेन्जमेन्ट, गायक, गायिका, स्टुडियोको स्तरदेखि लिएर भिडियोको नृत्य निर्देशक सबैले आ-आफ्नो ठाउँबाट राम्रो काम गर्नुपर्छ । गीत रचना गर्दा ठेट शब्द प्रयोग गरिनुपर्छ, जसमा मौलिकता झल्कियोस् ।

तपाईंको गीत छान्ने मापदण्ड के हो ?

मैले त्यस्तो कुनै मापदण्ड निर्धारण गरेको छैन, तैपनि शब्द चयनमा विशेष ध्यान दिन्छु । लोकदोहोरीमा पच्ने खालको शब्द हुनुपर्छ भन्ने मेरो मान्यता छ । त्यसबाहेक संगीतको पाटोमा पनि मेरो ध्यान जान्छ । म शब्द र संगीतलाई गहिरिएर अध्ययन गर्छु । शब्द र संगीतले मन जित्यो भने म गीत गाउन तयार हुन्छु ।

स्वरलाई मिठासपूर्ण बनाउन के गर्नुहुन्छ ?

त्यस्तो खासै केही गर्दिनँ । खानपिन बार्ने बानी छैन । म चिल्लो-पिरोको पारखी हुँ । अचार तथा अमिलो निकै मनपर्छ, तर यी कुराले मेरो स्वरलाई खासै असर गरेको छैन । म नियमित रियाज गर्छु । यो मेरो नित्यकर्म नै भैसकेको छ । म दैनिक कम्तीमा दुई-तीन घण्टा रियाज गर्छु । एउटा गायकका लागि रियाज अत्यावश्यक मानिन्छ ।

सालको पातकी गायिका विष्णु माझी गुमनाम हुनुहुन्छ, तपाईंले महोत्सवहरूमा गएर गीत गाउँदा दर्शकले विष्णु माझीको खोजी गर्दैनन् ?

गर्छन्, कतिपयले तपाई र विष्णु माझी आउनुपर्‍यो भनेर अनुरोध गर्नुहुन्छ, तर उहाँ (विष्णु माझी) मिडियामा त देखिनुहुन्न भने स्टेजमा हजारौं दर्शकका अघि आफूलाई सार्वजनिक गर्नुहुन्छ जस्तो लाग्दैन । धेरै आयोजकले हामी दुवैलाई निमन्त्रणा दिए पनि विष्णु माझी कार्यक्रममा हिँड्नु हुन्न, त्यसैले स्टेजमा म एक्लै हुन्छु । विष्णु माझी पनि गीत गाउन हिँडिदिनुभएको भए साह्रै रमाइलो हुन्थ्यो । उहाँका बारेमा धेरै ठाउँमा प्रश्न उठ्छ कतिपय ठाउँमा त जवाफ दिँदादिँदै हैरान भइन्छ ।

लोकदोहोरी क्षेत्रमाथि उठ्न नसक्नुको कारण के होला ?

हिजो-आज लोकशैलीको गीतले नै बजार पिटेको छ । हाम्रो लोकदोहोरी क्षेत्रमाथि नै उठेको छ । त्यसैले म यो कुरा स्वीकार गर्दिनँ । त्यसको पछिल्लो उदाहरण हो– सालको पात । सालको पातले मलाई मात्र होइन, लोकदोहोरी उद्योगलाई नै माथि उठाएको छ ।

तपाईंको आइडल को हो ?

मलाई राजु परियारका साथै विष्णु माझीको स्वर पनि मन पर्छ । म राजु परियारलाई आफ्नो आइडलका रूपमा लिन्छु । पहिले-पहिले कतिपयले मलाई कुलेन्द्रले राजु परियारको जस्तै गीत गाउँछ भन्थे । एउटा घटना पनि छ । राजु परियारले काठमाडौं डिजिटलमा गीत गाउँदा-गाउँदै लोडसेडिङ भएछ । त्यति बेला उहाँ निकै चर्चामा हुनुहुन्थ्यो । उहाँले गाउँदा-गाउँदै छाड्नुभएको त्यो गीत पूरा भएको थिएन । पछि त्यो गीतको बाँकी भाग मैले गाएर पूरा गरेको थिएँ । त्यो गीत मैले उहाँकै आवाज निकालेर गाएको थिएँ र त्यो स्वरमा कसैले पनि भिन्नता पाउन सकेनन् । यतिसम्मकी उक्त गीतका संगीतकारले पनि मेरो र राजु परियारको स्वर छुट्ट्याउन सक्नुभएन ।

सालको पातपछि कुलेन्द्र अमेरिकातिर पलायन भयो भन्ने आरोप पनि लागेको थियो नि ?

सालको पात हिट हुनुभन्दा अघि पनि म दुईपटक अमेरिका पुगिसकेको थिएँ । त्यहाँ संसारभरका मानिस ठूलै सपना लिएर पुग्छन् । तीमध्ये कसैको सपना पूरा हुन्छ, कसैको हुँदैन । कलाकारहरूको हकमा कुरा गर्ने हो भने अमेरिका पुगेका अधिकांश कलाकार फिरलै फर्किएका छन् । मैले गीत गाएरै आफ्नो परिवार पालिरहेको छु । मलाई पैसाको आवश्यकता छ, तर मैले आर्थिक रूपमा छलाङ नै मार्नुपर्छ म एकाएक धनी हुनुपर्छ भन्ने सोचेको छैन, त्यस्तो सोचेको भए म अहिले अमेरिकामै हुन्थें, तर अहिले म जे छु त्यो मलाई लोकदोहोरीले नै दिएको हो । त्यसैले मैले पनि लोकदोहोरीका लागि केही गर्नुपर्छ भनेर अमेरिकाबाट फर्किएको हुँ ।

कलाकारहरू किन विदेश भासिन्छन् ?

आर्थिक समस्या नै हो, अरू केही होइन । एउटा कलाकार चर्चाको शिखरमा पुगिसकेपछि उसले लाउने-खानेदेखि लिएर आफ्नो परिवारलाई पनि केही परिवर्तित गरौं, आर्थिक रूपमा पनि बलियो भएर बसौं भन्ने चाहना हुन्छ । चर्चामा आइसकेपछि कलाकारलाई एउटा गाडीको आवश्यकता हुन्छ अनि सहरमा एउटा घर भैदिए हुन्थ्यो भन्ने पनि हुन्छ । यी आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्न नसकेपछि कलाकारहरू बिदेसिन्छन् ।

फुर्सदमा के गर्नुहुन्छ ?

साथीभाइसँगको भेटघाटमै व्यस्त हुन्छु । बाँकी समय गीत-संगीतका बारेमा पनि सोचिरहेको हुन्छु । कहिलेकाहीँ पुस्तक पनि पढ्छु ।

परिवारलाई समय दिन भ्याउनुभएको छैन होला, परिवारको गुनासो कतिको रहन्छ ?

परिवारले गुनासो गरिरहन्छ । हाम्रो क्षेत्रमा भगवान्ले साथ दिएर, दर्शक-श्रोताले माया गरेर आयोजकले मन पराएपछि हामीले काम पाउने हो । कहिलेकाहीं यसो घुमघामका लागि निस्किऊँ भन्ने हुन्छ । मलाई पनि गाह्रै छ । फेरि परिवारले मप्रति गरेको गुनासो बेठीक पनि होइन । परिवारसँग बसेर खानपिन एवं घुमघाम गर्न पाए हुन्थ्यो भन्ने चाहना सबैमा हुन्छ, ममा पनि छ ।

सालको पातभन्दा अघि र अहिले आम्दानीमा परिवर्तन आएको छ ?

परिवर्तन आएको छ, कायापलट गर्न सक्ने कमाइ त होइन तैपनि विगतका वर्षको तुलनामा सालको पात हिट भएपछिको कमाई केही बढेको छ ।

आफ्नो कमाइलाई कसरी सदुपयोग गरिरहनुभएको छ ?

असार-साउनको भेलजस्तो कमाइ छैन । आफ्नो जिन्दगी चलाउनलाई पुगेको छ । म आफैं संघर्ष गरेर आएको मानिस हुँ । मैले पैसाको महत्व बुझेको छु । त्यसैले अनावश्यक खर्च गर्दिनँ ।

तपाईंले आफ्नो सिर्जनाबाट रोयल्टी पाउनुभएको छ ?

यो सिस्टम बसेको पनि धेरै भएको छैन । मैले पनि थोरथोर रोयल्टी पाएको छु ।

फ्यान फलोइङ कत्तिको छ ?

पहिलेको तुलनामा धेरै समर्थक पाएको छु । उहाँहरूको मायाले नै यो क्षेत्रमा अघि बढ्न थप ऊर्जा मिलेको छ ।

छोराछोरी कति छन् ?

एउटी छोरी छिन् ।

कस्तो खानपिन रुचाउनुहुन्छ ?

सामान्य दाल-भात नै हो ।

पहिरन नि ?

ब्रान्डेडभन्दा पनि आफूलाई सुहाउने पहिरन लगाउँछु ।

सवारी साधन के छ ?

एउटा मोटरसाइकल छ ।

घुमघामका लागि कत्तिको निस्किनुहुन्छ ?

घुमघाम गर्ने बानी अलि कम छ । खाली समय आनन्दले बस्न पाए हुन्थ्यो भन्ने लाग्छ । त्यसैले घुमघामका लागि त्यति निस्किन्नँ ।

तपाईंलाई मन पर्ने खेल कुन हो ?

भलिबल ।

मन पर्ने अभिनेता-अभिनेत्री ?

राजेश हमाल तथा रेखा थापा ।

मन परेको नेपाली चलचित्र ?

पशुपतिप्रसाद ।

मन पर्ने गायक-गायिका ?

राजु परियार र विष्णु माझी ।

मनपर्ने गीत ?

रामकृष्ण ढकालको मलाई यो जिन्दगीले कहाँ पुऱ्यायो निकै मन पर्छ ।

एसईईपछिको फुर्सदमा के गर्ने

युवराज गौतम

माध्यमिक शिक्षा परीक्षा (एसईई) सकिएपछि विद्यार्थीहरू केही समय फुर्सदिला हुन्छन् । परीक्षापछिको फुर्सद निकै आनन्ददायक हुन्छ । नतिजा नआउन्जेलसम्मको यही समय सदुपयोग गर्न सकियो भने त्यो जीवनभरका लागि उपयोगी हुनसक्छ । फुर्सदमा नानाथरी कुरा सोचिने भएकाले गलत बाटो रोज्नसक्ने खतरा पनि उत्तिकै हुन्छ । यो समयमा गरिने सानो निर्णयको प्रभाव धेरै पछिसम्म रहन्छ । त्यसैले सचेत र सजक हुनु आवश्यक छ ।

यो समयलाई ठीक ढंगले परिचालन गर्न सकियो भने सकारात्मक परिणाम हात पार्न सकिन्छ । त्यसैले एसईई पछिको छोटो अवधिलाई विद्यार्थीले आफ्नो हितमा अधिकतम सदुपयोग गर्न सक्नुपर्छ, त्यसैले फुर्सदमा के गर्ने भन्ने योजना बनाउनुपर्छ ।

तस्बिर : नवराज वाग्ले

भविष्यको योजना बनाउने

परीक्षाको नतिजा प्रकाशन भएपछि के पढ्ने र कहाँ पढ्ने ? यससँग सम्बन्धित सूचना वा जानकारी प्राप्त गर्नेतर्फ लाग्नुपर्छ । एसईईपछिको शिक्षा कुन कलेज वा कुन ठाउँमा पढ्ने सोच्न–बुझ्न थाल्नुपर्छ । यो समयमा धेरै भन्दा धेरै व्यक्तिसँग भेटेर आफूले अध्ययन गर्न चाहेको विषयका परामर्श लिनुपर्छ । भविष्यमा कुन विषय रोज्ने, त्यसको प्रवेशसम्बन्धी प्रक्रियाहरू के–के छन बुझ्नुपर्छ ।

एसईईपछिको कक्षा भर्नाका लागि प्रवेश परीक्षा दिनुपर्ने भयो भने त्यसको पाठ्क्रमका बारेमा जानकारी लिनुपर्छ । धेरै भन्दा धेरै व्यक्तिसँग भेटेर आफ्नो मनले रोजेको क्षेत्रमा प्रवेश गर्ने योजना बनाउन थाल्नुपर्छ । एसईईपछिका विद्यार्थीहरूलाई लक्षित गरेर संचालित परामर्श वा व्यक्तित्व विकासका कक्षाहरूमा सहभागिता जनाउन सकिन्छ ।

उपयोगी पुस्तक पढ्ने

कोर्सका पुस्तक पढेर थाकेकाहरूले परीक्षा सकिएपछि अतिरिक्त पुस्तक पढ्न सक्छन् । कलेज भर्ना हुनासाथ कोर्सका पुस्तक पढ्ने बोझ हुने भएकाले यो समयमा आफूलाई मन परेका उपन्यास, कथा, आत्मकथा, प्रसिद्ध व्यक्तिका जीवनी आदि पढ्न सकिन्छ । यस्ता पुस्तक पढ्दा लेख्ने शैली तथा सिर्जनात्मक क्षमताको पनि विकास हुन्छ । यसका लागि विज्ञानमा रुची भएका विद्यार्थीले वैज्ञानिक खोज र अनुसन्धानसम्बन्धी पुस्तक रोज्नुपर्छ ।

राजनीतिज्ञ तथा अर्थशास्त्री बन्न चाहनेहरूले तिनै विषयका पुस्तक पढ्नुपर्छ । प्राविधिक ज्ञान हासिल गर्ने हो भने त्यसैसँग सम्बन्धित पुस्तक अध्ययन गर्नुपर्छ । यसरी फुर्सदमा पढ्ने बानी बसाल्दा सधैंभरिलाई फाइदा हुन्छ । पछि कलेजको कोर्स पढ्दा यस्ता अतिरिक्त पुस्तकबाट हासिल गरेको ज्ञानले उच्च शिक्षामा समेत मद्दत मिल्छ ।

समाजसेवा

परीक्षा सकिएपछि मानसिक थकान बिसाएर समाजसेवा गर्नु उत्तम हुन्छ । यसले समाजलाई त फाइदा पुग्छ नै आफ्नो व्यक्तिगत जीवनमा समेत सकारात्मक प्रभाव पार्छ । भविष्यमा विदेश अध्ययन गर्न जान चाहनेहरूलाई छात्रावृत्तिमा आवेदन दिंदा सहयोग मिल्छ । स्कलरसिपमा अब्रोड स्टडी गर्न जानेहरूले शैक्षिक क्षेत्रमा अब्बल त हुनैपर्छ त्यसबाहेक समाजसेवाका क्षेत्रमा आफ्नो योगदानको विवरणसमेत पेस गर्नुपर्छ । त्यसो हुनाले गाउँठाउँका सामाजिक संघ, संस्था तथा क्लबहरू अर्थात स्वयमसेवी संस्थाहरूमार्फत समाजसेवा गरेर अनुभव लिनु उपयुक्त हुन्छ ।

घुमघाम तथा मनोरञ्जन

परीक्षाका बेला पढाइले थाकेका विद्यार्थीहरू परीक्षा सकिनासाथ घुमघाम तथा मनोरञ्जनका योजना बनाउँछन् । वास्तवमा यो नराम्रो होइन । खान, सुत्न पनि बिर्सेर परीक्षाको तयारीमा लागेकाहरू परीक्षापछि तनावपूर्ण दिन बिताउन चाहने कुरै भएन । घुमघाम, नयाँ ठाउँहरू अवलोकन तथा जानकारी लिने कामले दिमागलाई फराकिलो बनाउन सहयोग पुऱ्याउँछ । घुम्दा पनि धेरै कुरा सिक्न पाइन्छ । देखेर सिकेको कुराले दिर्घकालिन फाइदा पुऱ्याउँछ । त्यसबाहेक ज्ञानबर्द्धक टेलिसिरियल तथा चलचित्र हेरेर पनि मनोरञ्जन गर्न सकिन्छ ।

सिर्जनात्मक कुराहरू सिक्ने

परीक्षापछिको फुर्सद सिर्जनात्मक कुराहरू सिक्ने ठूलो अवसर पनि हो । यो आफूलाई मन पर्ने कलाका क्षेत्रहरू नृत्य, गायन, अभिनय, चित्रकला सिक्ने, कविता, कथा, निबन्ध आदि लेख्ने अभ्यास गर्ने उपयुक्त समय हो । नयाँ कुरा सिक्नु वा सिर्जना गर्नु निकै रमाइलो र फाइदाजनक हुन्छ । सिर्जनात्मक एवं रचनात्मक कामले मन–मस्तिष्कलाई सन्तुलित राख्न मद्दत गर्ने भएकाले परीक्षापछिको फुर्सदलाई सिर्जनात्मक काममा लगाउनुपर्छ ।

ब्रिजकोर्स तथा सिपमुलक तालिम

एसईईपछि धेरै विद्यार्थीको ध्यान ब्रिजकोर्स एवं सीपमूलक तालिमतर्फ तानिएको हुन्छ । आफ्नो रुचि एवं चाहनाअनुरूप सिप सिक्नु नराम्रो होइन । यस क्रममा ब्रिजकोर्स अर्थात विशेष शिक्षा लिन सकिन्छ । उच्च शिक्षा अध्ययनका लागि भर्नापूर्व विद्यार्थीले रुचाएको विषय अध्ययनका लागि तयारी कक्षा लिनु पनि फलदायी हुन्छ । सम्बन्धित विषयमा विद्यार्थी कत्तिको जानकार छ भनेर लिइने यो परीक्षाले नै क्याम्पसमा भर्ना पाउने वा नपाउने कुराको निधो गर्छ । त्यसैले यस्तो परीक्षामा राम्रो तयारी गरेर उत्कृष्ट नम्बर ल्याउनु आवश्यक छ । त्यसबाहेक कम्प्युटर तालिम तथा विभिन्न भाषाका कक्षा, उद्घोषण, अभिनय तथा नाटकमा रुचि भए सम्बन्धित विषयको तालिम लिन सकिन्छ ।

आय आर्जनका कामहरू गर्ने

एसईईपछि थप अध्ययन गर्ने इच्छा हुँदाहुँदै पनि कतिपय विद्यार्थीको पारिवारिक अवस्था कमजोर हुन्छ । आर्थिक अवस्था कमजोर भएका एवं मध्यमवर्गीय विद्यार्थीले फुर्सदको समयलाई आय आर्जनको काममा लगाउन सक्छन् । आत्मनिर्भर भइने र परिवारलाई समेत सहयोग पुग्ने भएकाले यस्ता कार्यमा लाग्नु धेरै राम्रो हो । आर्थिक अवस्था कमजोर भएका विद्यार्थीका लागि यो बाध्यता पनि हो । विभिन्न सेवा तथा वस्तुको मार्केटिङ, कुनै कार्यालयको काम, खेती–किसानी आदि क्षेत्रमा लाग्नु भविष्यका लागि अनुभव बटुल्नु पनि हो । कतिपय संघ–संस्थाले दैनिक भत्ता दिएर सामाजिक सेवामा अवसर दिने भएकाले त्यसमा पनि समय दिन सकिन्छ ।

एसईईपछिको घुमघाम

परीक्षापछि नयाँ–नयाँ ठाउँ घुमेर पनि धेरै कुरा सिक्न सकिन्छ । सांस्कृतिक, ऐतिहासिक तथा धार्मिक महत्व बोकेका वा प्राकृतिक सुन्दरताले भरिपूर्ण अन्य स्थान घुमघाम गर्नु राम्रो हुन्छ । विद्यालयको पाठ्यक्रममा पढेका स्थानका बारेमा स्थलगत भ्रमण गरेर थप ज्ञान बटुल्नु उपयोगी मानिन्छ ।

काठमाडौं उपत्यका भित्र रहेका ऐतिहासिक स्थलहरू घुमेर प्रशस्त ज्ञान बटुल्न सकिन्छ । त्यसबाहेक काठमाडौंबाहिर त्यस्ता धेरै स्थान छन् जहाँ विद्यार्थीले ज्ञानगुनका कुरा सिक्न सक्छन् । यसमा छोटो पदयात्रा (हाइकिङ) पनि रमाइलो हुन्छ ।

सिरुबारी

स्याङ्जाको पञ्चमुल गाविस– ४ मा पर्ने सिरुबारी ग्रामिण पर्यटकीय स्थल हो । यो गाउँ गुरुङ जातिको संस्कृति बुझ्न उपयोगी मानिन्छ । यहाँ पाहुनालाई सत्कार गर्ने अनौठो चलन छ । गुरुङ पहिरनमा सजिएका महिला तथा पुरुषले फूलमाला लगाइदिन्छन् भने पञ्चै बाजा पनि बजाइन्छ । पाहुनालाई सुरुमा गाउँको गुम्बा पुऱ्याइन्छ । त्यसपछि खान, पिउन तथा नाचगानमा रमाउन पाइन्छ । यहाँ एक रात बसेको १ हजारदेखि १५ सयसम्म खर्च लाग्छ । सिरुबारी पुग्न पोखराबाट सोझै गाडी पाइन्छ । पोखराबाट सिरुबारीसम्मको ६४ किलोटिर बाटो पार गर्न गाडीमा ५ घण्टा लाग्छ ।

लुम्बिनी

भगवान् बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनी घुम्दा बेग्लै आनन्द आउँछ । ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, पुरातात्विक एवं धार्मिक महत्व बोकेको लुम्बिनी र त्यहाँका बिहारहरूको अवलोकन गर्न खुबै मज्जा हुन्छ । शान्तिदीप, बुद्धको जन्मस्थान, अशोक स्तम्भ, उद्यान क्षेत्र, माया देवीको मन्दिर तथा बुद्ध विहारहरू यहाँका घुम्न लायक स्थान हुन् । गौतमी भिक्षुणी विहारका साथै बर्मा, कम्बोडिया, भारत, थाइल्यान्ड, नेपाल, कोरिया, चिन, अस्ट्रिया, भियतनाम, क्यानाडा, फ्रान्स, जापान, जर्मनी आदि देशका बौद्ध विहारहरू घुम्दा धेरै कुरा सिक्न पाइन्छ ।

जिरी

दोलखाको जिरीलाई स्वीजरल्यान्डको ज्युरिच सहरसँग तुलना गरिन्छ । तामाकोशी नदी, मनमोहक हरियाली र झरना तथा परम्परागत बस्तीले जिरीलाई रमणीय बनाएका छन् । जिरी सगरमाथा प्रवेशद्वारका रुपमा समेत परिचित छ । काठमाडौंबाट करिब आठ घण्टाको बस यात्रापछि जिरी पुग्न सकिन्छ । स्वीजरल्यान्ड सरकारको सहयोगमा विकसित जिरी निकै आकर्षक शहर हो । यहाँ जिरेल जातिको संस्कृति अवलोकन गर्न सकिन्छ । काठमाडौंको पुरानो बसपार्कबाट जिरी जाने बस चढ्न सकिन्छ ।

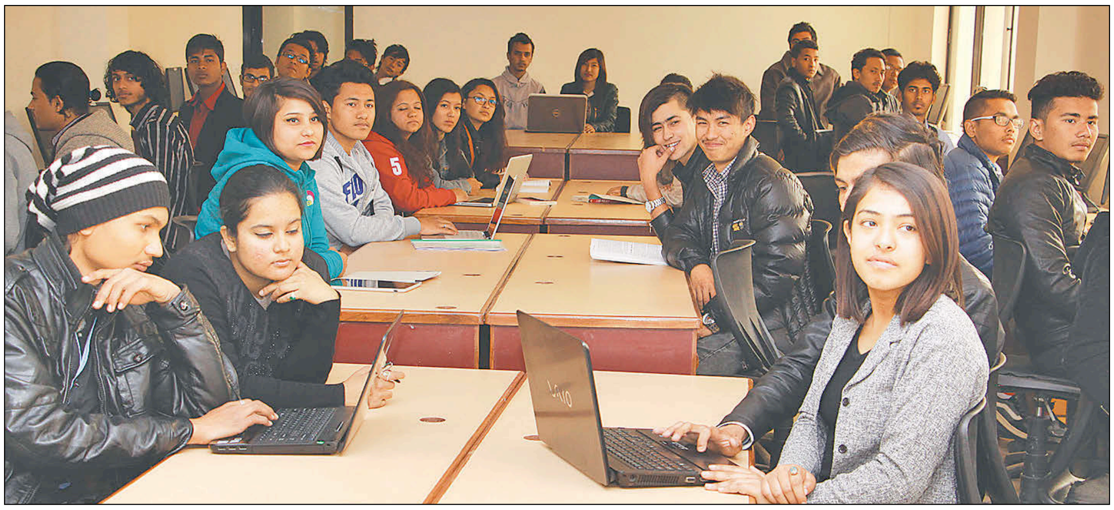
पोखरा

प्राकृतिक सुन्दरताले भरिपूर्ण पोखरा भरपर्दो गन्तव्य हो । प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक सम्पदाको पनि सहर पोखरा घुम्नुको छुट्टै आनन्द छ । पोखराको नाइट लाइफ पनि उस्तै आकर्षक हुन्छ । लाइभ म्युजिक, डिस्को, गजल तथा दोहोरीले पनि पर्यटकहरूलाई भुलाउँछन् । पोखरामा साहसिक खेलकुद प्याराग्लाइडिङ, जिप फ्लायर, अल्ट्रालाइटमा रमाउन सकिन्छ । विन्ध्यबासिनी, तालबाराही गुम्बा आदि त्यहाँका धार्मिक स्थल हुन् ।

सौराहा

चितवन थारु संस्कृतीका लागि प्रख्यात छ । चितवनको सौराहा 'वाइल्डलाइफ टुरिज्म'का लागि प्रसिद्ध छ । चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जमा बन्यजस्तु तथा पन्छीहरू अवलोकन गर्न सकिन्छ । हात्ती चढेर जंगल सफारी गर्नु, वन्यजन्तुहरू हेर्नु, राप्ती नदिमा डुङ्गा सयर गर्नु, सूर्यास्त हेर्नु, थारु संस्कृतिको अवलोकन गर्नु सौराहाका आकर्षण हुन् । काठमाडौंबाट हवाइ वा बसको यात्रा गरेर सौराहा पुग्न सकिन्छ ।

पृष्ठ ९ मा



आकर्षण ए लेभलको

एसएलसीपछिको दुईवर्षे कोर्स ए लेभल नेपालमा पनि लोकप्रिय छ। सन् १९८६ देखि नेपालमा सुरु भएको एड्भान्स्ड लेभल क्वालिफिकेसनको छोटकरी रूप नै ए लेभल हो। बेलायतस्थित क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयको जनरल सर्टिफिकेट अफ एडुकेसन जीसीई कार्यक्रमअन्तर्गत सञ्चालित ए लेभलले जनरल सर्टिफिकेट अफ एजुकेसन अर्थात् जीसीई सञ्चालन गर्छ। जीसीईले गत ५० वर्षदेखि विश्वका करिब १ सय ७० देशमा लगभग ७० विषयमा ए लेभलको शिक्षा प्रदान गर्दै आएको छ।

नेपालमा ब्रिटिस काउन्सिलले क्याम्ब्रिज युनिभर्सिटीको सहयोगीका रूपमा ए लेभलको परीक्षा सञ्चालन तथा अनुगमन गरिरहेको छ। ए लेभलले विदेश पढ्न जान चाहने विद्यार्थीहरूलाई स्वदेशमै गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्दै आएको छ। ए लेभल सञ्चालकहरूका अनुसार यसले गर्दा नेपाली पैसा विदेसिनबाट जोगिएको छ। नेपालको प्लस टु सरहको मान्यता पाएको ए लेभल पार गरेपछि विद्यार्थीहरू संसारका कुनै पनि विश्वविद्यालयमा स्नातक तह अध्ययनका लागि योग्य मानिन्छन्।

पछिल्ला वर्षहरूमा नेपालमा ए लेभल धेरै विद्यार्थीको रोजाइमा पर्दै आएको छ। सन् १९८६ मा बूढानीलकण्ठ स्कुलबाट यसको अध्यापन प्रारम्भ भएको हो। यतिबेला यो कोर्स नेपालका ३४ वटा कलेजले सञ्चालन गरिरहेका छन्। तीमध्ये विराटनगरको एक र पोखराका ३ कलेजले यो कोर्स सञ्चालन गरिरहेका छन् भने बाँकी सबै कलेज काठमाडौं उपत्यकामा छन्। संयुक्त अधिराज्य बेलायतमा सन् १९५१ मा ए लेभल कोर्स प्रारम्भ गरिएको थियो। त्यसपछि आयरल्यान्ड, स्कटल्यान्डका देशहरूमा पनि यो शिक्षा सुलभ भयो। हाल काठमाडौं, पोखरा, बुटवल, चितवन आदि सहरमा प्रत्येक वर्ष करिब ५ हजार विद्यार्थी ए लेभलमा भर्ना हुन्छन्। ए लेभल उत्तीर्ण विद्यार्थीहरूलाई क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयको प्रमाणपत्र प्रदान गरिन्छ। विश्वभर मान्यताप्राप्त भएकाले स्वदेश वा विदेश जहाँ पनि उच्च शिक्षाका लागि मान्यता पाइन्छ।

ए लेभल कलेज

बुढानीलकण्ठ स्कुल, नारायणस्थान
लिटल एन्जल्स कलेज, हात्तीवन
जेभियर इन्टरनेसनल कलेज, कालोपुल
काठमाडौं भ्याली हाइयर सेकेन्डरी स्कुल, महाराजगन्ज
मल्पी इन्टरनेसनल कलेज, बालुवाटार
ओरियन्ट कलेज अफ साइन्स एन्ड म्यानेजमेन्ट, महाराजगन्ज
चेल्सी इन्टरनेसनल एकेडिमी, नयाँ बानेश्वर
एस इन्स्टिच्युट अफ म्यानेजमेन्ट, सिनामंगल
द ब्रिटिस कलेज, थापाथली रोड
सेन्ट जेभियर कलेज, माइतीघर
ट्रिनिटी इन्टरनेसनल कलेज, डिल्लीबजार हाइट
युलेन्स स्कुल, खुमलटार
काठमाडौं युनिभर्सिटी हाइयर सेकेन्डरी स्कुल, चौकोट, काभ्रे
चेल्सी इन्टरनेसनल एकेडिमी, लैनचौर
रातो बंगला स्कुल, पाटनढोका
किड्स कलेज, बबरमहल

कतिलाई ए लेभल बढी खर्चिलो लाग्न सक्छ। यसको अध्ययन पद्धति पनि फरक छ। यसलाई सजिलै ग्रहण गर्न नसक्दा ए लेभलको डिग्री हात पार्न विद्यार्थीहरूलाई सहज नहुन सक्छ। यो कोर्स घोकन्तेभन्दा प्रयोगात्मक शिक्षामा केन्द्रित छ। नेपालका ए लेभल अध्ययन गरेका विद्यार्थीले अन्य देशका विद्यार्थीलाई पछि पार्दै अग्र स्थानमा आएका उदाहरण पनि छन्। ब्रिटिस काउन्सिलको सन् २०१२ को ए-लेभल परीक्षामा ललितपुरको रातोबङ्ला स्कूलका निरज पराजुली र सोउलराज जोशी गणित विषयमा विश्वकै उत्कृष्ट भएका थिए।

कुन-कुन विषय पढ्न सकिन्छ ?

ए लेभलमा आफ्नो चाहना र क्षमताअनुसार मानविकी, विज्ञान तथा व्यवस्थापनमा फरक-फरक विषय छनौट गर्न सकिन्छ। नेपालमा जनरल पेपरअन्तर्गत अंग्रेजीलाई अनिवार्य विषय बनाइएको छ। त्यसबाहेक अध्ययनका लागि विज्ञान समूहअन्तर्गत फिजिक्स, केमेस्ट्री, बायोलोजी तथा गणित विषय रोज्न सकिन्छ।

विद्यार्थीले कम्तीमा तीन र त्योभन्दा माथि अन्य विषय पनि पढ्न सकिने व्यवस्था छ। त्यसैगरी व्यवस्थापन समूहअन्तर्गत एकाउन्टेन्सी, बिजनेस स्टडी, अर्थशास्त्र, गणित, कम्प्युटर आदि विषय पढ्न सकिने व्यवस्था छ। मानविकी समूहमा गणित, मनोविज्ञान, समाजशास्त्र, लिबरल आर्ट्स जस्ता विषय छनौट गर्न सकिन्छ। ए लेभल पढ्न रुचि हुने विद्यार्थीले क्याम्पस भर्ना हुनुपर्छ भन्ने बाध्यता छैन। लाजिम्पाटस्थित ब्रिटिस काउन्सिलमा आफ्नो नाम दर्ता गराएर युनिभर्सिटीलाई तिर्नुपर्ने रजिस्ट्रेसन, परीक्षा शुल्क आदि बुझाएर परीक्षामा सहभागी हुन सकिन्छ।

ए लेभलको कोर्स अन्य कोर्सभन्दा कति फरक छ ?

कुनै पनि विद्यार्थीले अंग्रेजी भाषाबाट एउटा र बाँकी अन्य विषयबाट कम्तीमा तीनवटा विषय छनौट गर्न सक्ने व्यवस्था छ। कुनै विषयमा राम्रो अंक प्राप्त भएन भने पुनः परीक्षा दिन सकिन्छ। परीक्षाको तालिका पूर्वनिर्धारित भएकाले सबै कोर्स समयमै पूरा हुन्छ।

खर्च कति लाग्छ ?

नेपालमा ए लेभल केही महँगो शिक्षा मानिन्छ। बेलायतस्थित प्रतिष्ठित क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयबाट डिग्री पाइने हुनाले तुलनात्मक रूपमा अलिकति महँगो हुनु अस्वभाविक पनि होइन। दुईवर्षे ए लेभल पार गर्न झन्डै २ लाख रुपैयाँ खर्चिनुपर्ने हुन्छ। ए-लेभल अध्ययनका लागि कलेज अनुसार फरक-फरक शुल्क निर्धारण गरिएको छ। कतिपय कलेजले मासिक ५ हजारदेखि २० हजार रुपैयाँसम्म लिने गरेका छन्। भर्नाका लागि ५८ हजारदेखि ९६ हजार रुपैयाँसम्म बुझाउनुपर्ने हुन्छ। बेलायतमै ए लेभल अध्ययन गर्न झन्डै ३० लाख रुपैयाँ खर्चिनुपर्छ।

कस्ता विद्यार्थी ए लेभलमा भर्ना पाउँछन् ?

नेपालमा हरेक वर्ष झन्डै १ हजार ५ सय विद्यार्थी ए लेभल अध्ययनका लागि भर्ना हुन्छन्, तर भर्ना भए जति सबै ए लेभल अध्ययनका लागि योग्य हुँदैनन्। त्यसका लागि केही न्यूनतम सर्त छन्। अंग्रेजी भाषा राम्रो भएका र एसईईमा राम्रो अंक ल्याएको हुनुपर्छ। कलेजहरूले प्रवेश परीक्षा तथा अन्तर्वार्तामा राम्रो गर्ने विद्यार्थीहरूलाई नै प्राथमिकता दिन्छन्।

एसईईपछिको...

पृष्ठ ८ बाट

जामुनखाडी

झापाको जामुनखाडी सीमसार क्षेत्र हो। जामुनखाडी सीमसार क्षेत्र पूर्व-पश्चिम राजमार्गको सुरुङ्गाबाट करिब एक किलोमिटर उत्तर हिँडेर वा गाडीमार्फत पुग्न सकिन्छ। यहाँ विश्वबाट लोप हुँदै गएको अजिङ्गर हेर्न पाइन्छ। त्यहाँ सानो चिडियाखानासमेत अवलोकन गर्न सकिन्छ। मृगस्थली, बालउद्यान, रंगीन माछाको पोखरी, झोलुङ्गे पुल आदि जामुन खाडीका आकर्षण हुन्। काठमाडौंबाट ५ सय ५० किलोमिटरको बस यात्राबाट जामुनखाडी पुगिन्छ।

अन्तुडाँडा

सामान्य ज्ञानमा पढ्न पाइने दिपेन्द्र शिखर अर्थात अन्तुडाँडा सूर्योदय दृश्यावलोकनका लागि प्रख्यात छ। करिब २३ सय २८ मिटरको उचाइमा पर्ने अन्तुडाँडा पुगेपछि चिया बगानहरू पनि घुम्न पाइन्छ। इलामको फिक्कल बजारबाट ट्याक्सी चढेर छिपिटार-सिद्धिखोला-छिरुवा हुँदै करिब चार घण्टामा अन्तुडाँडा पुगिन्छ। त्यहाँ लोपोन्मुख लाप्चा जातिको संस्कृतिसमेत अवलोकन गर्न सकिन्छ।

सदर चिडियाखाना

लोप हुन लागेका जनावर तथा पन्छीहरूको अवलोकनका लागि ललितपुरको जावलाखेलस्थित सदर चिडियाखाना उपयुक्त स्थान हो। शीतल र रमणीय स्थल भएकाले यहाँ घुम्न निकै रमाइलो हुन्छ। यहाँ पोखरी किनार र सँगै रहेका खेलकुद स्थानहरूमा रमाउन पाइन्छ। सदर चिडियाखाना बिहान १० देखि साँझ ५ बजेसम्म खुल्ला हुन्छ।

हवाइट गुम्बा

शान्त वातावरणयुक्त हवाइट गुम्वा निकै आकर्षक छ, जहाँबाट काठमाडौं उपत्यकाको रमणीय दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ। स्वयम्भु वा सितापाइलाबाट डेढ घण्टा हिँडेर हवाइट गुम्बा पुग्न सकिन्छ। रमणीय बगैंचा तथा हरियालीयुक्त डाँडामा रमाउन खुबै मजा हुन्छ।

भोटेचौर

'मिनी इलाम' को उपनामले चिनिएको काठमाडौं नजिकैको भोटेचौर चियाबगानका लागि प्रसिद्ध छ। चावहिलबाट ३० किलोमिटर दूरीमा अवस्थित सिन्धुपाल्चोकको भोटेचौर, साँखुबाट पाँच घण्टा हाइकिङ गर्दा छुट्टै आनन्द प्राप्त हुन्छ।

ए लेभलमा अवसर

केशर खुलाल, प्रिन्सिपल
बूढानीलकण्ठ स्कुल

ए लेभल यही स्तरका अन्य शिक्षाभन्दा कसरी फरक छ ?

विषयवस्तुका आधारमा भन्ने हो भने खासै फरक छैन। थोरै मात्र फरक छ। ए लेभलको असिसमेन्ट (परीक्षा प्रणाली) फरक छ। पढाउने तौरतरिका फरक हुने नै भयो। सबै कुरा असिसमेन्टमा भर पर्छ। ए लेभल पढेका विद्यार्थीहरू अलि खारिएका, माझिएका र सिर्जनशील हुन्छन्।

ए लेभलका खास फाइदा तथा बेफाइदा के-के छन् ?

बेफाइदा भनेको महँगो छ। परीक्षा शुल्क पाउन्डमा तिर्नुपर्छ। त्यो पैसा बेलायत जान्छ। न्यूनतम शुल्क राख्दा पनि ठूलो रकम बाहिरिन्छ। फाइदाको कुरा भनेको यसको सर्टिफिकेट संसारभर बिक्छ। ६/६ महिनामा जाँच हुन्छ। पहिलो र दोस्रो वर्षको जाँच एकैपटक समेत दिन सकिन्छ। यो-यो वर्षको परीक्षा अहिले दिन्छु, यो-यो विषयको परीक्षा मात्र दिन्छु भन्ने सुविधा पनि छ। उत्तीर्ण हुनेलाई ग्रेडमा सर्टिफिकेट दिन्छ। अनुत्तीर्ण हुनेले सर्टिफिकेट पाउँदैनन्। वैज्ञानिक पद्धतिका आधारमा परीक्षा लिइन्छ।

ए लेभल १६-१८ वर्षकाले मात्र पढ्न पाउँछन् भन्ने छ, यसमा उमेरको हदबन्दी हुन्छ ?

त्यो भ्रम हो, क्याम्ब्रिजले कुनै हदबन्दी लगाउँदैन। जो इच्छुक छ उसले परीक्षा दिन पाउँछ। प्रायः १६-१८ वर्षकाले परीक्षा दिएको पाइन्छ। यद्यपि ३० वर्ष पुगेकाले पनि परीक्षा दिन पाइन्छ।

नेपालमा यसको प्रवेश र हालको स्थिति कस्तो छ ?

सन् १९८७ मा पहिलो ब्याचले परीक्षा दिएको हो। बीचमा बुम भयो, धेरैले यसलाई कमाइ खाने भाँडो माने। अहिले राम्रै छ। प्लस टुले यससँग प्रतिस्पर्धा गरिरहेको छ।

शुल्क कति तिर्नुपर्छ ?

संस्था हेरेर फरक-फरक शुल्क छ। जाँच फी झन्डै एकदेखि सवा लाख तिर्नुपर्छ। बुढानिलकण्ठ स्कुलमा खान-बस्नसहित ७ लाख रुपैयाँ लाग्छ।

ए लेभल पढेकाहरूका लागि कस्ता-कस्ता अवसर छन् ?

प्लस टु जस्तै हो।

ए लेभल व्यवहारिक र प्रयोगात्मक शिक्षा हो। खासमा यसमा व्यवहारिक ज्ञान कसरी दिइन्छ ?

पाठ्यक्रम बनाउँदा पनि व्यवहारिक बनाइएको छ। मूल्यांकन विधि पनि फरक नै हुन्छ। यसमा समसामयिक विषयवस्तु समेटिएको हुन्छ। रेडियो, टिभी, पत्रपत्रिका हेर्नु तथा सुन्नुपर्ने हुन्छ। बेलायतको भए पनि बेलायतकै मात्र कुरा हुँदैन। संसारभरको विषयवस्तु समेटिएको छ।

संगीत

वास्तविक कन्सर्टको स्वाद दिनेछौं

'पोखरामा प्रमोद खरेल' कस्तो कार्यक्रम हो ?

यो पोखरामा पहिलो पटक आयोजना हुने मेरो सोलो कन्सर्ट हो । लाइभ ब्यान्डसहित प्रस्तुत हुने यो कार्यक्रमलाई पोखरापछि देशका अन्य सहरमा समेत सञ्चालन गरिनेछ । काठमाडौंमा भने यो कार्यक्रम प्रमोद खरेल एकल साँझका रूपमा आयोजना हुनेछ ।

कार्यक्रमको तयारी कस्तो छ ?

करिब १५ जना वाद्यवादकसहित हामी झन्डै दश दिनदेखि यही कन्सर्टका लागि अभ्यास गरिरहेका छौं । धेरै जना वाद्यवादकलाई स्टेजमा उतारिने भएकाले कार्यक्रमको तयारी पनि त्यही अनुसार गरिरहेका छौं ।

पोखरामै यो कार्यक्रम प्रस्तुत गर्ने योजना कसरी बन्यो ?

मेरो दिल छ पोखरामा...लोकप्रिय भएपछि पोखरामा एउटा वृहत कन्सर्ट गर्नुपर्छ भन्ने सोच धेरै पहिलेदेखि कै हो । अहिले आएर बार्दली क्रिएसनले यो कार्यक्रम प्रस्तुत गर्ने प्रस्ताव राखेपछि म तयार भएको हुँ ।

यो तपाईंका अन्य कार्यक्रमको तुलनामा कत्तिको पृथक् हुनेछ ?

प्रायः कन्सर्टमा हामी ट्रयाकमा गाइरहेका हुन्छौं । म यो कन्सर्टमा लाइभ ब्यान्डका साथ गाउँदैछु। त्यसैले पनि यो वास्तविक कन्सर्ट हुनेछ, जहाँ दर्शकले प्रत्यक्ष संगीतको आनन्द लिन पाउनुहुनेछ। यही कार्यक्रममार्फत बिस्तारै आयोजक तथा दर्शकमा लाइभ कन्सर्टको बानी बसाउनु पर्छ भन्ने उद्देश्य पनि लिएको छु।

गायिका मीना निरौलाको प्रस्तुति कस्तो हुनेछ ?

कार्यक्रममा मैले एकल रुपमा झन्डै २५ वटा गीत प्रस्तुत गर्नेछु । गायिका मिना निरौलासंगको प्रस्तुति भने पृथक् रहनेछ जसमा पुराना लोकप्रिय युगल गीतहरूको एउटा बेग्लै प्रस्तुति हुनेछ, जहाँ हामी दुईले झन्डै आधा घण्टा ती गीत प्रस्तुत गर्नेछौं ।

मनोज गजुरेललाई कसरी प्रस्तुत गर्दै हुनुहुन्छ ?

सांगीतिक कार्यक्रमको बीचमा उहाँले स्ट्याण्ड अप कमेडीमार्फत दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्नु हुनेछ।

● प्रमोद खरेल, गायक

शिशिरको खोज

गायक शिशिर योगी सधैं नौलो काम गर्न रुचाउँछन् । यतिबेला उनले एउटा नयाँ गीति संग्रह सार्वजनिक गरेका छन्, जहाँ दिवंगत संगीतकारका हालसम्म सार्वजनिक नभएका संगीत सुन्न सकिन्छ । योगीले सार्वजनिक गरेको 'शिशिर' शीर्षकको एल्बममा अम्बर गुरुङ तथा नारायण गोपालका अहिलेसम्म बाहिर नआएका गीत सोटिएका छन् । एल्बममा समावेश कमल दीक्षितको पुतली शीर्षकको कवितामा गायक योगीले नै धुन भरेका छन् । उक्त कविता २०२२ सालमा उदय पत्रिकामा प्रकाशित भएको थियो । अघिल्लो साता काठमाडौंमा आयोजित एल्बम विमोचन समारोहमा पुतलीको म्युजिक भिडियो समेत प्रिमियर गरिएको छ । एल्बमका अन्य गीत भीम विराग, सत्यमोहन जोशी, रत्नशमशेर थापा, कालीप्रसाद रिजाल आदिले रचना गरेका छन् । 'म आफ्नो संघर्षमय जीवनमा अम्बर गुरुङजस्ता संगीतविज्ञ एवं साधकलाई गुरु थाप्न पाएर धन्य भएको छु,' गायक योगी भन्दै थिए- 'गुरुबाट मैले संगीतका सम्बन्धमा सिकेको र बुझेको कुरा के हो भने, मैले केही पनि सिकेको छैन र केही पनि बुझ्न सकेको छैन ।'

ऐतिहासिक गीतमा मीना

गायिका मीना निरौलाले एउटा ऐतिहासिक गीत गाउने मौका पाएकी छिन् । सहिद शुक्रराज शास्त्रीका शब्दको गीत 'न घरलाई घर कहिन्छ..' गाएर निरौलाले इतिहास रचेकी हुन् । नेपालकै पहिलो गायिका मेलवा देवीको स्वरको उक्त गीतमा मीनाले आफ्नो स्वर भरेकी हुन् । अघिल्लो महिना पलेंटी श्रृंखलामा मीनाले प्रस्तुत गरेको उक्त गीतको भिडियो यसै साता सार्वजनिक भएको छ । पलेंटीको आयोजक नेपालयले आफ्नो यूट्युब च्यानलमार्फत उक्त भिडियो सार्वजनिक गरेको हो । अघिल्लो महिनाको पलेंटीमा महिला स्रष्टाहरूलाई सम्मान अर्पण गर्ने क्रममा मेलवादेवी, कोइलीदेवी, तारादेवी, हिरादेवी आदिका गीत प्रस्तुत गरिएको थियो ।

दोहोरी सम्मान

ठमेलस्थित पोखरा दोहोरी नाचघरमा शुक्रबार रातको वातावरण बेग्लै थियो । नाचघरका सञ्चालिकाद्वय सुचित्रा घिमिरे तथा सुमी श्रेष्ठले लोकदोहोरी गायनको क्षेत्रमा योगदान दिएका स्रष्टाहरूलाई सम्मान गर्न विशेष कार्यक्रम आयोजित गरेका थिए । राती ९ बजेपछि प्रारम्भ भएको कार्यक्रममा लोकगायक नारायण रायमाझीदेखि लोकगायिका मञ्जु पौडेलसम्मलाई सम्मानित गरियो । राजु परियार, रेशम थापा, खुमन अधिकारी, कृष्ण कँडेलले सम्मान ग्रहणपछि गीत-संगीत समेत प्रस्तुत गरे । समारोहमा लोकदोहारी गीतका म्युजिक भिडियोमा कोरियोग्राफी गर्दै आएका शिव हमाल, बाबुराम बोहरा तथा उदिराम खड्का पनि सम्मानित भए भने गायिका मञ्जु पौडेलको प्रस्तुतिमा कलाकारहरूले समेत कम्मर मर्काए ।

भिडियोमै सीमित

अभिनेत्री अनु शाह एकताका चलचित्रमा व्यस्त थिइन् । अनुले अभिनय गरेका चलचित्र गोरे, द्रव्य, लक्ष्य, बागीजर, तसाल आदि एकपछि अर्को गर्दै प्रदर्शनमा आए । यद्यपि, अहिले उनको हातमा कुनै चलचित्र छैनन् भन्दा पनि हुन्छ । अभिनेता सविन श्रेष्ठसंग प्रेममा रहेकी अनु चलचित्रमा नदेखिए पनि फुर्सदमा भने छैनन् । किनभने उनले अहिले पनि म्युजिक भिडियोको अभिनयलाई निरन्तरता दिइरहेकी छिन् । हप्तामा दुई-तीनवटा भिडियोको काम गरिरहेकी अनुले अभिनय गरेको पछिल्लो गीत बोतलको पानी यसै साता सार्वजनिक भएको छ ।

केवल एक प्रश्न

२०७५ लाई कसरी सम्झनुहुन्छ ?

यही वर्ष म धेरैजसो व्यस्त नै भएँ । यो वर्ष मेरा दुईवटा चलचित्र प्रदर्शनमा आए । त्यसले पनि मेरो व्यस्तता बढायो । चलचित्रको छायांकन अनि प्रदर्शनका लागि अस्ट्रेलिया, भियतनाम, दार्जीलिङ, टर्की आदि देश जाने मौका मिल्यो । विगतका वर्षमा मेरो एउटा मात्र चलचित्र प्रदर्शनमा आउँथ्यो त्यसैले अलि फुर्सदिलो हुन्थें, तर यसपालि व्यस्तता कारण व्यक्तिगत काममा समेत समय दिन भ्याइनँ ।

प्रदीप खड्का, अभिनेता

म २०७५ सालभरि सुटिङमै व्यस्त भएँ । गत वर्ष मेरा तीनवटा चलचित्र प्रदर्शनमा आएका थिए । यद्यपि यो वर्ष भने मैले अभिनय गरेको कुनै पनि चलचित्र प्रदर्शनमा आएन । त्यसैले पनि यो साल मेरा लागि सम्झनलायक बन्यो । यो वर्ष नेपाली चलचित्रको व्यापार पनि सन्तोषजनक रहेन भने देशमा पनि विभिन्न खालका घटना घटे, जसले दुःखी बनायो ।

पल शाह, अभिनेता

२०७५ साल कलाकारिताको हिसाबले एकदमै उत्कृष्ट रह्यो । व्यवसायिक हिसाबले मैले यही वर्ष इचिवान रेस्टुरेन्ट सुरु गरें । त्यसैले व्यावसायिक क्षेत्र पनि राम्रो भएको छ । अर्को कुरा मैले गत वर्ष जनस्तरबाट क्रिकेट रंगशाला निर्माण गर्नुपर्छ भनेर एउटा धारणा सामाजिक सञ्जालमा पोस्ट गरेको थिएँ । त्यो यो वर्ष घोषणा भएर सुरुसमेत भएको छ । त्यसैले यो वर्ष मेरा लागि सबै क्षेत्रमा सुखद् रह्यो ।

कुमार कट्टेल, हास्यकलाकार

मेरा लागि २०७५ साल विशेष रह्यो । साउन अन्तिमतिर सार्वजनिक भएको नाच फिरिरि गीत सर्वाधिक हिट भयो । त्यसैले म वर्षभरि नै व्यस्त भएँ । युट्युबमा यो वर्षकै सबैभन्दा बढी हेरिएको गीतका रूपमा नाच फिरिरी दर्ता हुन अर्को खुसीको कुरा हो । यही गीतका कारणले देश विदेशका विभिन्न कार्यक्रममा प्रस्तुति दिने अवसर पाएँ । त्यसबाहेक यो वर्ष अन्य थुप्रै महत्वपूर्ण काम सुरु भएका छन्, जसले २०७६ साल पनि उत्तिकै विशेष बनाउँछ भन्नेमा आशावादी छु ।

महेश काफ्ले, गायक

२०७५ साल मेरा लागि मिश्रित रह्यो, किनभने यो वर्षले मलाई केही कुरा दियो भने धेरै कुरा लुट्यो ।

सुशीला गौतम, गायिका

२०७५ साल मेरा लागि उपलब्धिमूलक रह्यो । यद्यपि देशका लागि भने यो वर्ष मिश्रित रह्यो ।

केदारप्रसाद घिमिरे, हास्यअभिनेता

यो वर्ष मेरा लागि निकै लाभदायक रह्यो । किनभने मैले विगतमा गर्न नसकेका काम यो वर्ष गरेको छु । मैले आफूले गरेको काममा पनि राम्रो सफलता पाएको छु । त्यसैले यो मेरा लागि सम्झनलायक वर्ष हो ।

सृष्टि खड्का, मोडल

अत्यन्तै सुखद वर्षका रूपमा सम्झन्छु । यही वर्ष मैले अस्ट्रेलियामा अन्तराष्ट्रिय पुरस्कार प्राप्त गरे । त्यसका साथै जापान, हङकङ, कतार, अस्ट्रेलिया आदि देशको सांगीतिक यात्रा गर्ने अवसर मिल्यो । यही वर्ष सामाजिक कामहरूमा पनि संलग्न भएँ । यो वर्ष मैले स्वदेशका मेला महोत्सवमा पनि बाक्लै उपस्थिती जनाएँ । त्यसैले आर्थिक हिसाबले पनि थप मजबुत भएकी छु भने चितवनमाडी नगरपालिकामा दुई कठ्ठा अनि बुटवल उपमहानगरपालिकामा आधा कठ्ठा घडेरी जोडेकी छु । समग्रमा २०७५ साल मेरा लागि निकै फलदायी रह्यो ।

राधिका हमाल, गायिका

राम्रो रह्यो । यही वर्ष मेरो नयाँ गीत टिकुली सार्वजनिक हुनुका साथै सफल पनि भयो । यही वर्ष मैले आफ्नै युट्युब च्यानल सुरु गरें ।

बाबु बोगटी, गायक

मेरो करियरका हिसाबले २०७५ साल सम्झनलायक वर्ष हो, तर बर्दिबास महोत्सवमा जाने क्रममा दुर्घटनामा परें । म उक्त घटना कहिल्यै बिर्सन सक्दिनँ ।

बिनु शाक्य, मोडल

यो वर्षलाई म आफ्नो सांगीतिक जीवनको महत्वपूर्ण वर्षका रूपमा सम्झन्छु । यो वर्ष सार्वजनिक भएका माया लुकी लुकी, जे पनि हुन सक्छ मायामा र किन कर्के गीतको माध्यमबाट अझ बढी दर्शक-श्रोताको मनमा बस्न सफल भएकी छु । मैले यही वर्ष विभिन्न पुरस्कारबाट सम्मानित हुने अवसरसमेत प्राप्त गरें ।

टीका प्रसाई, गायिका

०७५ सालमा नेपालमा विकासका केही काम भए । यही सालदेखि नेपाली जनता अब नेपालमा केही हुन्छ भनेर खुसीको श्वास फेर्न थालेका छन् । गीत-संगीत पनि विगतको तुलनामा स्तरीय रुपमा अघि बढिरहेको छ । यस सँगै विभिन्न घटनाबाट दुःखी हुँदाहुँदै पनि अब केही गर्नुपर्छ भनी एकजुट भएर अघि बढेको सालका रूपमा सम्झन्छु म वर्ष २०७५ लाई ।

खुमन अधिकारी, गायक

यो वर्ष मेरा लागि मिश्रित रह्यो । यो वर्ष मैले सकारात्मक पक्षहरूलाई पछ्याउँदै नकारात्मक पक्षलाई यहीँ पूर्णविराम लगाएर आउने वर्ष थप ऊर्जाका साथ काम गर्ने सोच बनाएकी छु ।

पूजन घिमिरे, मोडल

प्रस्तुति : महेश तिमल्सिना

ब्याक बाइट्स

भगवान् कृष्णलाई अलि बढी नै सम्झन्छिन्

चलचित्र 'ए मेरो हजुर-३' फ्लोरमा जानुभन्दा अघिसम्म अभिनेत्री सुहाना थापाले अभिनेता अनमोल केसीलाई आक्कल-झुक्कल मात्र भेटेकी थिइन् । केही वर्षअघि वितरण गरिएको नेफ्टा एवार्डमा सुहाना र अनमोलको पहिलो भेट भएको थियो । त्यसयता सुहानाले अनमोलका चलचित्र न हेरेकी थिइन्, न त सोसल साइटमा उनीहरूले एक-अर्कालाई फलो नै गरेका थिए । ए मेरो हजुर-३ मा अनमोल अनुबन्ध भएपछि सुहानाले अभिनेत्रीका रूपमा पदार्पण गर्ने निश्चित भयो । चलचित्रमा सुहानाले गायकको भूमिका निर्वाह गर्ने अनमोलको डाइहार्ट फ्यानको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने भयो । त्यसका लागि निर्देशक झरना थापाले आफ्नी छोरी सुहानालाई करिब एक महिनासम्म अनमोलले अभिनय गरेका चलचित्र, गीत, ट्रेलर, तस्बिर आदि मात्र हेर्न लगाइन् । उद्देश्य थियो, चलचित्र फ्लोरमा पुगुन्जेलसम्ममा सुहाना अनमोलको साँच्चिकै डाइहार्ट फ्यान बनुन् । सुहानाले मेहनत गरेर आफू अनमोलको फ्यान बन्न सफल भएको बताइसकेकी छिन् । यसबीच *साप्ताहिक*को आग्रहमा अनमोलले सुहानाका सकारात्मक तथा सुधार गर्नुपर्ने पक्षका बारेमा आफ्नो धारणा व्यक्त गरेका छन् ।

राम्रो पक्ष

कृष्ण भक्त : म भगवान् कृष्णको भक्त हुँ । सुहाना त मभन्दा पनि बढी कृष्णभक्त हुन् । उनको यो कुरा मलाई असाध्यै मन पर्‍यो ।

भेजिटेरियन : मजस्तै सुहाना पनि भेजिटेरियन हुन् । मलाई भेजिटेरियन मानिसहरू मन पर्छन् ।

डेडिकेसन : सुहानाको कामप्रतिको डेडिकेसन असाध्यै लोभलाग्दो छ । उनीबाटै सिकेर मैले पनि आफूमा डेडिकेसनको भावना बढाएको छु ।

कन्फिडेन्ट : सुहाना असाध्यै आत्मविश्वासी छिन् । आत्मविश्वासी स्वभावका कारण अभिनय क्षेत्रमा उनी निकै माथिसम्म जाने सम्भावना देखेको छु ।

डाउन टु अर्थ : सेलिब्रेटी परिवारकी सदस्य भए पनि उनी आम मानिसझैं सामान्य व्यवहार गर्छिन्, सबैलाई सम्मान गर्छिन् ।

सुधार्नुपर्ने

आस्तिक : सुहाना भगवान्प्रति अति नै भक्तीभाव दर्साउँछिन् । कामको बीचमा पनि उनी भगवान् कृष्णलाई सम्झेर बसिरहेको पाइन्छ ।

अभिनय : अभिनयमा भर्खरै आएकाले उनले अझै धेरै कुरा सिक्न बाँकी छ, आशा छ उनी समयसँगै परिपक्व हुनेछिन् ।

मिडिया फ्रेन्डली : कलाकार भएपछि मिडियासँग फ्रेन्डली हुनुपर्छ । यो पक्षमा पनि उनले सुधार ल्याउनेछिन् भन्ने कुरामा म आशावादी छु ।

डाइटिङ : अलि बढी डाइटिङ गर्छिन् । खाएकै मानिस काम लाग्छ भन्ने कुरा उनले बुझ्नुपर्छ ।

प्रस्तुति : कृष्ण भट्टराई

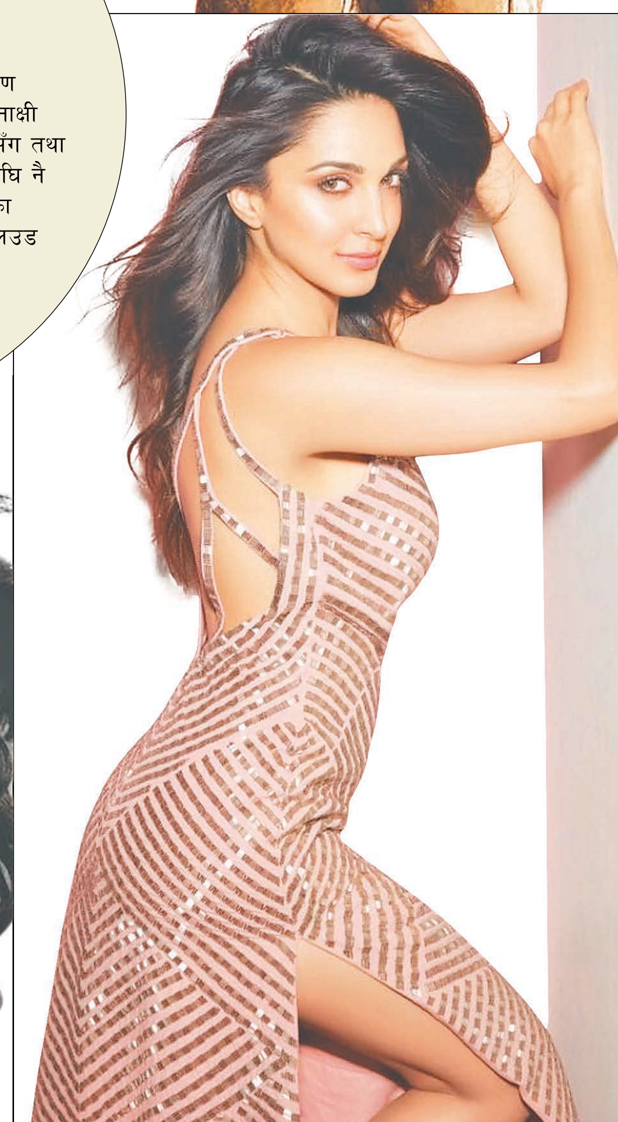
बलिउड

आमा बन्दै एमी ज्याक्सन

ब्रिटिस मूलकी बलिउड अभिनेत्री एमी ज्याक्सन विवाहअघि नै आमा बन्ने भएकी छिन् । रजनीकान्त र अक्षयकुमारसँग चलचित्र २.० मा देखा परेकी एमीले गत आइतबार आफू आफ्ना ब्वाइफ्रेन्ड जर्ज प्यानियोटोको सन्तानको आमा बन्न लागेको जानकारी दिएकी थिइन् । एमीका अनुसार उनीहरूले आगामी वर्ष ग्रिसमा विवाह गर्नेछन् । स्मरणीय छ जर्ज प्यानियोटो ग्रीसकै अर्बपति व्यवसायी हुन् ।

सोनाक्षीको विवाह पहिले

वैशाख ४ गते सार्वजनिक हुन लागेको करण जौहरको चलचित्र कलंककी अभिनेत्री सोनाक्षी सिन्हाले आफूले आलिया भट्टले रणवीर कपुरसँग तथा बरुण धवनले नतासा दलालसँग विवाह गर्नुअघि नै विवाह गर्ने घोषणा गरेकी छिन् । उनले यसका लागि आफूले वर खोजिरहेको बताए पनि बलिउड सूत्र भने उनी अहिले हालै सार्वजनिक भएको चलचित्र नोटबुकका अभिनेता जहिर इकवालसँग डेटिङमा रमाइरहेको बताउँछ ।



तापसीले पोल डान्स सिक्ने

यतिबेला बलिउडका कलाकारहरूबीच पोल डान्सको ठूलो क्रेज छ । बलिउडमा पोल डान्सलाई लोकप्रिय बनाउने श्रेय श्रीलंकन अभिनेत्री ज्याकलिन फर्नान्डिजलाई दिइन्छ । अहिले तापसी पन्नु र ज्याकलिन फर्नान्डिज जुडवा-२ मा सँगै काम गरिरहेका छन् । उक्त चलचित्रको सुटिङका क्रममा पोल डान्सको कुरा उठेपछि तापसी पन्नुले आफूले उक्त डान्स सिक्न चाहेको कुरा बताउँदै ज्याकलिनसमक्ष त्यसको इन्स्ट्रक्टर बनिदिन अनुरोध गरेकी थिइन् । तापसीको उक्त अनुरोध ज्याकलिनले स्वीकार गरेको बलिउड सूत्रको दाबी छ । त्यसो हो भने चाँडै नै तापसी पन्नुलाई पनि पोल डान्स स्टारका रूपमा हेर्न पाइनेछ ।

कियाराको चर्चा

यतिबेला नवोदित नायिका कियारा आडवाणी चर्चामा छिन् । उनको चर्चा त्यसै भएको होइन । गत आइतबार एबीसीडी-२ का लागि खिचिएको सुन साथियाँ गीतको नृत्य सिक्वेन्स भाइरल भएपछि कियाराको चर्चा चुलिएको हो । उक्त गीतमा कियाराले बरुण धवनसँग स्क्रीन सेयर गर्दै गज्जबको पर्फमेन्स दिएको बताइन्छ । गत साता मात्र सार्वजनिक भएको चलचित्र कलंकको फर्स्ट क्लास गीतमा पनि कियाराले बरुण धवनसँगै त्यस्तै धमाकेदार नृत्य गरेर चर्चा कमाएकी थिइन् ।

देशैभरि एसईई सुन्दर सुन्दरी छान्ने लहर

रोजिन शाक्य

वर्ष २०७५ को माध्यमिक शिक्षा परीक्षा (एसईई) चैत १० गते प्रारम्भ भएर चैत २१ गतेसम्पन्न भएको छ भने एसईई परीक्षा सकिँदा-नसकिँदै एसईई सौन्दर्य प्रतियोगिताको चहल-पहल प्रारम्भ भएको छ। एसईई सम्बन्धित प्रतियोगिताहरूले आ-आफ्नो फेसबुक पेजको भित्तामा प्रतियोगितासम्बन्धी प्रचारप्रसार गरेको पाइन्छ जसमा प्रायः सबैले फेसबुक स्पोन्सर्ड विज्ञापन सुविधा प्रयोग गरेका छन्। केहीले भने त्यससँगै पोस्टर, पम्प्लेट र लिफ्लेट समेत प्रयोग गरेका छन्। काठमाडौं केन्द्रित अधिकांश एसईई प्रतियोगिताले आफ्नो अडिसन चैत २३ गते शनिबारलाई तय गरेका छन्। यस अर्थमा एसईई प्रतियोगिताहरूबीच आफैंमा रोमाञ्चक प्रतिस्पर्धा हुने अनुमान गर्न सकिन्छ।

एएनपी मिडिया हाउसको ब्यानरमा घोषणा भएको मिस्टर एन्ड मिस एसईई आइकन, नयाँ बानेश्वरस्थित रोयल एलिनाज् बेकरी क्याफेमा, रिबन इन्टरटेनमेन्टको ब्यानरमा सञ्चालन हुने मिस्टर एन्ड मिस एसईई अफ द इयर तथा स्टार वान इन्टरटेनमेन्टको आयोजनामा संचालन हुने मिस टिन एसईई, संखमूलस्थित होटल रानी महलमा, डिएम इन्टरटेनमेन्टले सञ्चालन गर्ने एसईई मोडल हन्ट, नयाँ बानेश्वरस्थित मोक्ष लाउन्जमा, ग्ल्याम वर्ल्ड इन्टरटेनमेन्टले सञ्चालन गर्ने मिस्टर एन्ड मिस एसईई ग्ल्याम, नयाँ बानेश्वरस्थित बियोन्ड बाउन्ड्रिज एजुकेसन कन्सल्टेन्सीमा, पेजेन्ट नेपालको आयोजनामा सञ्चालन हुने मिस्टर एन्ड मिस एसईई ग्लोबर स्टार, संखमूलस्थित होटल अर्याल इन्टरनेसनलमा, मोडल सङ्स नेपालको आयोजनामा हुने मिस्टर एन्ड मिस एसईई सुपरस्टार, नयाँ बानेश्वरस्थित द बर्गर हाउस एन्ड क्रन्ची फ्राइड चिकनमा अडिसन सञ्चालन गर्दैछन्।

यतिबेला काठमाडौंमा मात्र ४० भन्दा बढी यस्ता प्रतियोगिताको घोषणा, तयारी र अडिसन भैरहेका छन्। मोफसलका विभिन्न क्षेत्रमा पनि यस्ता प्रतियोगिताको क्रेज बढिरहेको छ। काठमाडौं र मोफसलसमेत जोड्दा यो वर्ष घोषणा भएका यस प्रकारका कार्यक्रमको संख्या ७० को हाराहारीमा पुगिसकेको छ भने यो वर्ष मात्र दुई दर्जनभन्दा बढी प्रतियोगिता थपिएका छन्।

थालनीका कुरा

एसएलसी परीक्षार्थीहरूमा केन्द्रित सौन्दर्य प्रतियोगिताको थालनी वि.सं. २०६८ देखि भएको हो। यो अवधारणामा सबैभन्दा पहिले सिजन मिडियाले काम गरेको थियो। त्यतिबेला प्रतियोगिताको शीर्षक एसएलसी प्रिन्सेस-२०११ तथा स्लोगन अ गेटवे फोर हायर एजुकेसन एन्ड करियर थियो। २०६८ साल जेठ २ गते अडिसनमार्फत छनौट गरिएका ३० जना प्रतियोगीलाई करिब एक महिनाको ग्रुमिङपश्चात् २०६८ साल असार १२ गते पहिलो एसएलसी प्रिन्सेसको छनौट गरिएको थियो, जसमा परिक्रमा राईले पहिलो एसएलसी प्रिन्सेसको उपाधि जितेकी थिइन्। प्रतियोगिताको तयारी र प्रशिक्षण अवधिमा ब्रिज कोर्स, स्टेज पर्फमेन्स, व्यक्तित्व विकास, आत्मविश्वास अभिवृद्धि, विभिन्न शैक्षिक संस्थाहरूको स्थलगत भ्रमण, करियर काउन्सिलिङ, शैक्षिक भ्रमण, विभिन्न सामाजिक कार्यक्रममा सहभागिता, सेलिब्रेटीहरूसँगको साक्षात्कार, फिटनेस, फेसन, सौन्दर्य एवं पौडीको प्रशिक्षण आदिले यो प्रतियोगितालाई अरूभन्दा फरक र उपयोगि बनाएको थियो।

दोस्रो वर्ष वि.सं. २०६९ मा सिजन मिडिया सँगै थपियो बन्दना कला केन्द्र र उसको अयोजनामा सञ्चालन भयो मिस एसएलसी-२०१२ प्रतियोगिता। वि.सं. २०७१ सम्म पुग्दा द फेसन प्लसको आयोजनामा थपियो– मिस एसएलसी नेपाल-२०१३। वि.सं. २०७१ मा यस्तो प्रकृतिको प्रतियोगिताको संख्या ७ पुग्यो। काठमाडौंमा एएनपी मिडिया हाउसको मिस एसएलसी आइकन-२०१४ तथा ट्रिनिटी मार्केट्रिङ एन्ड इभेन्ट म्यानेजमेन्टको मिस एसएलसी आइडल-२०१४ थपिए। पोखरामा इभेन्ट फोर युको आयोजनामा मिस एलएलसी पोखरा-२०१४ तथा धरानमा धरान जेसिजको आयोजनामा मिस एसएलसी धरान-२०१४ थपियो। त्यसपछिका वर्षहरूमा यस्ता प्रतियोगिताको संख्या निरन्तर बढ्दै गएको छ।

वर्ष २०१९ का लागि घोषणा भएका एसईई सौन्दर्य प्रतियोगिता

प्रतियोगिताको शीर्षक	आयोजक
एसएलसी प्रिन्सेस	सिजन मिडिया
मिस एसईई २०१९	सेन्टर मिडिया प्वाइन्ट
मिस एसईई नेपाल, एसईई प्रिन्स	इभेन्ट्स नेपाल
मिस्टर एसईई एन्ड मिस एसईई-२०१९	इभेन्ट्स नेपाल
मिस्टर एन्ड मिस एसईई आइकन	एएनपी मिडिया हाउस
मिस्टर एन्ड मिस नेपाल्स एसईई आइकन	एएनपी मिडिया हाउस
मिस एसईई एलिगेन्ट	एएनपी मिडिया हाउस
मिस्टर एन्ड मिस एसईई आइडल	ट्रिनिटी मार्केटिङ एन्ड इभेन्ट म्यानेजमेन्ट
मिस एन्ड मिस्टर एसईई अफ द इयर	रिबन इन्टरटेनमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस एसईई-२०१९	द फेसन इरा
मिस्टर एन्ड मिस एसईई इन्टरनेसनल नेपाल-२०१९	द फेसन इरा
मिस्टर एन्ड मिस एसईई सबकन्टिनेन्ट-२०१९	द फेसन इरा
मिस्टर एन्ड मिस टिन एसईइ	स्टार वान इन्टरटेनमेन्ट
मिस एसईई ग्लोब	स्टार वान इन्टरटेनमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस एसईई ग्ल्याम	ग्ल्याम वर्ल्ड इन्टरटेनमेन्ट
मिस एसईई युनिभर्सनल	ग्ल्याम वर्ल्ड इन्टरटेनमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस एसईई ग्लोबल	प्लान बी इन्क
एसईई मोडल हन्ट	डिएम इन्टरटेनमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस एसईई मोडल नेपाल	इडिबस इन्क
मिस एसईई आइकन-२०१९	रेक्स फेसन होम
मिस एसईई स्टार-२०१९	भवानी इन्टरटेनमेन्ट
एसईई प्रिन्स एन्ड प्रिन्सेस	इभेन्ट बेटर ग्यालेक्सी इन्टरटेनमेन्ट
एसईई एन्जल-२०१९	टिन मिडिया
मिस्टर एन्ड मिस एसईई बेस्ट मोडल अफ द इयर	युथ क्रिएसन नेपाल
मिस्टर एन्ड मिस ग्रेस एसईई	ग्रेस इभेन्ट्स
मिस्टर एन्ड मिस नेपाल एसईइ	अभ्यानी प्रोडक्सन
मिस्टर एन्ड मिस एसईई सुपरस्टार	मोडल सङ्स नेपाल
मिस्टर एन्ड मिस एसईई ग्लोबल स्टार	पेजेन्ट नेपाल
मिस्टर एन्ड मिस स्टुडेन्ट अफ द इयर एसईइ	फेसन फ्याक्ट्री
मिस्टर एन्ड मिस एसईई मोडल	एकाग्र इन्टरटेनमेन्ट वर्ल्ड
मिस्टर एन्ड मिस एसईई स्टार	दक्ष इन्टरनेसनल
मिस एसईई स्टार	भवानी इन्टरटेनमेन्ट
एसईई मिस्टर एन्ड मिस प्राइड अफ नेपाल	जेभि स्टुडियो
एसईई टप मोडल आइकन	ग्यालेक्सी मल्टि मिडिया एन्ड इभेन्ट्स
एसईई किङ क्वीन	आरके इन्टरटेनमेन्ट ग्रुप
एसईई इलाइट मोडल नेपाल	ड्रिम्स प्रोडक्सन इभेन्ट म्यानेजमेन्ट
एसईई च्याम्पियन	एक्सन इन्टरटेनमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस एसईई क्यापिटल	क्यापिटल मिडिया ग्रुप
मिस्टर एन्ड मिस एसईई क्रिएटिभ नेपाल	क्रिएटिभ मिडिया हाउस
नेपाल्स मिस्टर एन्ड मिस एसईइ	च्याम्प जोन इन्टरटेनमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस एसईई सुपर टिन	ब्राइट इभेन्ट म्यानेजमेन्ट
मिस्टर एन्ड मिस ग्रेस एसईइ	ग्रेस इभेन्ट्स

एसईई सौन्दर्य प्रतियोगिताको आकर्षण

गुणात्मक शिक्षाले विद्यार्थीको करियरको संरचना तयार गर्छ भने अतिरिक्त क्रियाकलापले उक्त संरचनामा रंग भरेर त्यसको डिजाइनलाई आकर्षक बनाउने काम गर्छ। यस्ता प्रकृतिका प्रतियोगिताको उपयोगितालाई उल्लेखित कुरासित जोडेर पनि हेर्ने गरिएको छ। अतः एसईइमा सहभागी भएका परीक्षार्थीहरूमा केन्द्रित प्रतियोगिताको संख्यात्मक वृद्धिले यसको आकर्षणलाई नै पुष्टि गर्छ। यी आयोजनाको प्रचार सामग्रीमा उल्लेख भए अनुसार सहभागीहरूले प्रतियोगितामा मुख्य गरी अंग्रेजी, गणित र विज्ञान विषयको ब्रिज कोर्सको तयारी, अंग्रेजी भाषाको आधारभूत कक्षाहरू, व्यक्तित्व विकास, उद्घोषण, कम्युनिकेसल स्किल, नृत्य, गायन, संगीत, अभिनय, फिटनेस, चित्रकला, पौडी आदिको आधारभूत प्रशिक्षण, स्वास्थ्य परीक्षण, शैक्षिक भ्रमण, विभिन्न सामाजिक संस्था, सञ्चारगृह, वृद्धाश्रम आदिको स्थलगत भ्रमण, फोटोसेसन, फेसन एवं सौन्दर्यसम्बन्धी जानकारी, करियर काउन्सिलिङ, स्टेज प्रस्तुतिकरणसम्बन्धी प्रशिक्षण, योगा, ध्यान, जुम्बाजस्ता विषयमा प्रशिक्षण प्राप्त गर्नेछन्। त्यसबाहेक प्रतियोगितासँग सम्बद्ध संस्थाहरूमा कम्प्युटर, फेसन डिजाइनिङ, मोडलिङ, एयर होस्टेस, ब्युटिसियन तालिममा विशेष छुटको व्यवस्थासंगै प्रतियोगितासँग आबद्ध शैक्षिक संस्थाहरू विशेषतः १० जोड २ र ए लेभलका कलेजहरूमा विशेष छुटदेखि आंशिक छात्रवृत्तिको व्यवस्थासमेत गरिएको पाइन्छ। यीमध्ये पनि विजेता भएपछि प्राप्त हुने विभिन्न अवसर विशेषतः मिडिया प्रोमोसन, मोडलिङ आदिका साथै गिफ्ट ह्याम्पर, नगद पुरस्कार तथा प्रतियोगितासित प्रायोजक, सह-प्रायोजक वा अन्य कुनै रूपमा आबद्ध शैक्षिक संस्थाहरूमा उच्च शिक्षा अध्ययनमा पूर्ण वा आंशिक छात्रवृत्तिको व्यवस्थाले एसईईपछि सञ्चालन हुने यस्ता प्रतियोगिताप्रति सहभागीहरू बढी आकर्षित भएको बताइन्छ। यसपटक विदेश भ्रमणको प्याकेज, स्कुटर, नगद तथा महँगा मोबाइल फोन आदि पुरस्कारको व्यवस्थाले यस्ता प्रकृतिका प्रतियोगिताको क्रेज बढाउन मलजल गर्ने निश्चित छ। यस प्रकारका अधिकांश प्रतियोगिताले विजेताले अन्तर्राष्ट्रिय सौन्दर्य प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउने अवसर प्राप्त गर्ने कुरालाई पनि प्राथमिकताका साथ प्रचार-प्रसार गरेका छन्। सबैजसो प्रतियोगितामा प्रवेश शुल्क ५ सय रुपैयाँ तोकिएको छ भने प्रशिक्षण तथा सहभागिता शुल्क १२ हजारदेखि १५ हजार रुपैयाँसम्म राखिएको छ।

यी प्रतियोगिताहरूसित १० जोड २ वा ए लेभल अध्यापन गराउने संस्थाहरू मुख्य प्रायोजक, प्रायोजक वा सहयोगीका रूपमा आबद्ध भएको पाइन्छ। ती संस्थाहरूलाई हुने लाभको कुरा गर्दा यस्ता प्रकृतिका प्रतियोगिताबाट सहभागी विद्यार्थीहरूमाझ प्रत्यक्ष रूपमा आफ्नो संस्था र त्यहाँ उपलब्ध हुने शिक्षा र सुविधाका सम्बन्धमा जानकारी प्रदान गर्ने अवसर प्राप्त हुन्छ, जुन अन्य विज्ञापनको तुलनामा प्रभावकारी हुने गरेको छ। विद्यार्थीवर्गले पनि यस्ता प्रतियोगिताबाट कलेजहरूका बारेमा राम्रो जानकारी र काउन्सिलिङको सुविधा प्राप्त गर्छन्।

विकेन्ड रेस्टुराँ

सिम्फोनी लाउन्ज एन्ड बार

धेरैवटा बाजाबाट एकैपटक म्युजिक निकाल्यो भने त्यसलाई सिम्फोनी भनिन्छ । एउटै थलोमा गुणस्तरीय बाजाबाट संगीत सुनाउने, राम्रा कलाकारहरूको जमघट गराउने र उपभोक्ताहरूलाई मीठा परिकार ख्वाउने उद्देश्यले हात्तीसार, लालुपाते मार्गमा गएको फागुनदेखि सिम्फोनी लाउन्ज एन्ड बार सञ्चालनमा आएको छ ।
यो रेस्टुराँको लोकेसन खोज्न खासै गाह्रो पर्दैन । सिद्धार्थ बैंकको केन्द्रीय कार्यालयको पार्किङकै अगाडि अवस्थित छ– सिम्फोनी लाउन्ज । सिम्फोनीमा कन्सर्टकै लागि प्रयोग हुने ठूलो स्टेज छ । उक्त हलमा २ सय जना अटाउन सक्छन् । रेस्टुराँभित्र पाँचवटा कोठा छन्, जसलाई मिटिङका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । डेढ रोपनीमा फैलिएको यो रेस्टुराँमा भित्र र बाहिर गरेर ५ सय जना अटाउने क्षमता छ । एक दर्जन रेस्टुराँ खोलिसकेका सुमित सिग्देल सिम्फोनी लाउन्ज एन्ड बारका सञ्चालक हुन् ।
युवा व्यवसायी सिग्देलले सिम्फोनीमा ३५ जनालाई रोजगारी दिएका छन् । यो रेस्टुराँको मेनुमा झन्डै डेढ सय किसिमका इन्डियन, कन्टिनेन्टल तथा चाइनिज परिकार उपलब्ध छन् । पिज्जा, सिजलर, तन्दुरी, नान यहाँ सबैभन्दा बढी अर्डर हुने परिकार हुन् । रेस्टुराँले हात्तीसार आसपास होम डेलिभरिको सुविधासमेत प्रदान गर्दै आएको छ । कर्पोरेट डिनर तथा लन्चका लागि एक सयदेखी डेढ सय जनाका लागि अग्रिम बुकिङ गर्न सकिन्छ । सिम्फोनीमा हरेक बुधबार, शुक्रबार तथा शनिबार विभिन्न ब्यान्डले सांगीतिक प्रस्तुति दिन्छन् । 'नयाँ वर्षपछि विभिन्न इभेन्ट आयोजना गर्ने योजना छ,' सञ्चालक सुमित भन्छन् । यो रेस्टुराँ बिहान ९ बजेदेखि राति १२ बजेसम्म खुला रहन्छ ।

विकेन्ड ग्यालरी

विकेन्ड आर्ट

आज शुक्रबार बौद्ध टुसालस्थित हयात रिजेन्सीमा कला प्रदर्शनी हुँदैछ । हयातको तारागाउं म्युजियममा हुन लागेको कला प्रदर्शनीमा विभिन्न कलाकारका चित्रहरु राखिनेछन् । यो कला प्रदर्शनी सुशीला आर्ट्स एकेडेमी तथा स्वामी विवेकानन्द कल्चरल सेन्टर, भारतीय राजदूतावासले संयुक्त रूपमा आयोजना गर्न लागेका हुन् ।

समय : बिहान १० देखि साँझ ६ बजेसम्म
आयोजक : अभिस्मी आर्टफोलियो

विकेन्ड स्पोर्ट्स

रंगशालाका लागि मातृभूमि कप

धुर्मुस-सुन्तली फाउन्डेसनले चितवनको भरतपुरमा निर्माण गर्ने 'गौतम बुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट रंगशाला' निर्माण सहयोगार्थ भोलि शनिबार सञ्चालन हुने मातृभूमि कपबाट उठेको रकमको १५ प्रतिशत रकम बारा-पर्साका हावाहुरी प्रभावित क्षेत्रमा खर्च गरिने भएको छ । फाउन्डेसनले दिएको जानकारी अनुसार नेपाली राष्ट्रिय क्रिकेट टिमका खेलाडीहरूसँग हुने कलाकारहरूको भिडन्त कीर्तिपुर खेल मैदानमा शनिबार बिहान १० बजे प्रारम्भ हुने बताइएको छ ।

विकेन्ड लाइभ

फरेनहाइटमा द मंगोलियन हार्ट

ब्यान्डहरूको भीडमा द मंगोलियन हार्टको आफ्नै पहिचान छ । विभिन्न एवार्डबाट सम्मानित भैसकेको द मंगोलियन हार्टले ठमेलस्थित फरेनहाइटमा विशेष प्रस्तुति दिँदैछ जसमा उसले आफ्ना नयाँ तथा पुराना गीत सुनाउने बताइएको छ । त्यस्तै यो ब्यान्डले नेपाल टुर पनि गर्दैछ ।
कलाकार : राजु लामा, बबि लामा, बिनय महर्जन, सन्तोष मगर, बाबुराजा महर्जन, किरण नगरकोटी तथा पवन कपाली ।
आयोजक : क्लब फरेनहाइट

विकेन्ड क्याम्प

आजदेखि स्प्रिङ क्याम्प

काठमाडौंको मैतीदेवीस्थित डान्स फिवर (राइम्स अफ सोल) ले आफ्नो १५ औं वार्षिकोत्सवका अवसरमा दुई साता लामो स्प्रिङ क्याम्प सञ्चालन गर्ने भएको छ ।
आज शुक्रबार प्रारम्भ हुने उक्त क्याम्पले विद्यालय बिदा भएको मौका जुराएको छ । वैशाख २२ गतेसम्म सञ्चालन हुने क्याम्पमा बालबालिकाहरूमा अन्तर्निहित क्षमता पहिचान गर्ने उद्देश्य लिइएको छ । अभिनेता गजित विष्टका अनुसार क्याम्पमा ३ वर्षदेखि १४ वर्ष उमेर समूहका ५० जना बालबालिका सहभागी छन् । क्याम्पमा नृत्य, गायन, वक्तृत्वकला, भाषण तथा उद्घोषण कला, जादु, चित्रकला, आत्मरक्षा कला आदि विषयमा प्रशिक्षण प्रदान गरिनेछ । क्याम्पसमा अभिनेता गजित विष्ट, अभिनेत्री अशिष्मा नकर्मी, अभिनेता निर्मल शर्माले अभिनय , डेनी निरौलाले संगीत, चन्द्रमणी भट्टराईले उद्घोषण, दिनेश सुनुवारले जिम्न्यास्टिक तथा पार्कर एवं महादेव त्रिपाठीले जादुका विभिन्न पक्षमा प्रशिक्षण दिनेछन् । यसका साथै दीपाश्री निरौला, दिनेश डिसी, पल शाह, आँचल शर्मा, गम्भिर विष्ट, सौगात विष्ट तथा सागर लम्साल बलेले पाहुना प्रशिक्षकका रूपमा बालबालिकाहरूलाई प्रशिक्षण प्रदान गर्नेछन् ।

विकेन्ड फेस्टिबल

नेपाल जिप्सी ज्याज फेस्टिबल

आज र भोलि गैरिधारास्थित लस एस्कोबार्समा नेपाल जिप्सी ज्याज फेस्टिभल हुँदैछ । बंगलादेशका चर्चित गायक अर्को मुखर्जी उक्त फेस्टिभलका प्रमुख आकर्षण हुनेछन् । बंगाली गायक मुखर्जी नेपालीलगायत थुप्रै भाषामा गीत गाउँछन् । हरि महर्जन, ड्यानियल जिभोनी, कौस्तभ डेले उनलाई गीतारमा तथा म्याक्स बेडउलले भायोलिनमा साथ दिनेछन् ।
स्थान : लस एस्कोबार्स, गैरीधारा **समय :** साँझ ७ बजे

विकेन्ड हाइकिङ

सिम्पानी

भोलि शनिबार फुर्सदमा हुनुहुन्छ भने हाइकिङ गएर सदुपयोग गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईं पहिलो पटक यो हाइकिङमा सहभागी हुँदै हुनुहुन्छ भने १ हजार रूपैयाँ तिर्नुपर्नेछ भने पुरानाले ६ सय रूपैयाँ तिरे पुग्छ । विदेशीका लागि भने १ हजार ५ सय रूपैयाँ शुल्क तोकिएको छ । पहिलो पटक जानेहरूलाई टिसर्ट उपलब्ध गराइन्छ । नियमित शुल्कभित्र यातायात, ब्रेकफास्ट तथा फर्स्ट किड आदिको सुविधा प्राप्त हुन्छ । मातातीर्थबाट सुरू हुने यो हाइकिङ मच्छेगाउँ पुगेर टुंगिनेछ ।

समय : बिहान ७ बजे **रुट :** मातातीर्थ, चाखेल देउराली, सिम्पानी छाप डाँडा, मच्छेगाउँ **अवधि :** ६ घण्टा **आयोजक :** नेटिभ ट्रेल्स ट्रेकिङ

चलचित्र

दर्शकले रूचाए साइँली

गत शुक्रबार नेपाली चलचित्र साइँली प्रदर्शनमा आयो । एउटै शैलीमा अघि बढिरहेको नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा साइँलीले केही फरक महसुस गराएको छ । यो चलचित्रको कथा एवं प्रस्तुति बेजोड छ । चलचित्रमा कहीं पनि बोर फिल हुँदैन । चलचित्रको व्यापारको कुरा गर्दा अहिले नेपाली चलचित्रले लगानी मात्र उठायो भने पनि उत्कृष्ट व्यापार गर्‍यो भन्न बाध्य हुनुपर्ने अवस्था छ । यो चलचित्रमा करिब २ करोड रुपैयाँ लगानी भएको निर्माण पक्षले जनाएको छ । मंगलबारसम्मको अवस्थालाई हेर्ने हो भने चलचित्रले लगानी उठाउने कुरामा ढुक्क रहेको चलचित्रका कार्यकारी निर्माता मणिराम पोखरेल बताउँछन् । यो चलचित्रले मंगलबारसम्म १ करोड ७० लाख रुपैयाँको हाराहारीमा व्यापार गरेको पोखरेलको दाबी छ । हलहरूमा साइँली हेर्ने दर्शकको भीड बुधबारसम्म पनि उस्तै देखिन्छ । यो हप्ता पनि एउटा मात्र चलचित्र प्रदर्शनमा आउने भएकाले साइँलीलाई अझ थप व्यापार गर्ने अवसर मिलेको छ ।

यो चलचित्र ऋण तिर्न वैदेशिक रोजगारीमा जानुपर्ने बाध्यतामा परेका पिताम्बर थापा (गौरव पहारी) र माया थापामगर (मेनुका प्रधान) को अन्तरजातीय प्रेम जीवनमा आउने विभिन्न उत्तारचढाव एवं बाधामा केन्द्रित छ । चलचित्रमा पिताम्बरले गाउँकै धनाड्य बाबुकी छोरी अर्थात् साइँलीलाई माया गर्छन् । यी दुईबीच जातीय पर्खाल छ, तर उनीहरूको प्रेममा जातीय समस्या भने आएको होइन । पिताम्बरका बाबु पद्म (प्रकाश घिमिरे) ले साइँलीका बाबु फुर्तिमान (माओत्से गुरुङ) सँग लिएको ऋण उनीहरूको प्रेमको अवरोध बन्न पुग्छ । आर्थिक अभावका कारण यो जोडीको प्रेममा आइपरेका विभिन्न उत्तारचढावको वरिपरि नै यो चलचित्र घुमेको छ । सरसर्ती हेर्दा मध्यान्तरसम्म चलचित्र अनेक कुरामा अल्झिएको पाइन्छ भने पिताम्बर र मायाले विभिन्न अवरोधकाबीच पनि विवाह गर्छन् ।

त्यसपछि चलचित्र गम्भीर विषयमा प्रवेश गर्छ । विवाहपछि यो जोडीले विभिन्न कठिनाइ भोग्छ भने उनीहरूमा मनमुटाव सुरु हुन्छ । यो प्रसंगलाई भने निर्देशकले गहन शैलीमा उतारेका छन् । चलचित्र हेर्दा जो कोहीले पनि कहीं न कहीं आफ्नोपन पाउँछन् । यो चलचित्रले दर्शकलाई आफ्नोपनको अनुभूति दिलाउन सक्नु चानचुने कुरा होइन । त्यसैले निर्देशक रामबाबु गुरुङ स्यावासीको पात्र भएका छन् ।

चलचित्रको शीर्षक साइँली चर्चित गीत सुन साइँलीबाट लिइएको हो । उक्त गीतको भिडियोमा गौरव र मेनुकाले नै अभिनय गरेका थिए । चलचित्रमा पनि यही जोडी नै मुख्य भूमिकामा छ । यद्यपि गीत र चलचित्रको भिडियोमा भने निकै फरकपन पाउन सकिन्छ । यसको अर्थ चलचित्र गीत जतिको उत्कृष्ट छैन भन्ने होइन, चलचित्र आफैंमा उत्कृष्ट छ । साइँलीमा गम्भीर विषय पनि छन् भने केही रमाइला प्रसंग पनि समावेश भएका छन् । जसले दर्शकलाई पनि पेट मिचीउन्जल हाँस्न बाध्य बनाउँछ ।

चलचित्रको निर्देशकीय पक्षको कुरा गर्दा निर्देशक गुरुङ कुनै-कुनै ठाउँमा चुकेका पनि देखिन्छन् । उनले चलचित्रको मध्यान्तरभन्दा अघि कतिपय प्रसंगमा कैंची चलाउन सक्थे, साथै मध्यान्तरभन्दा पछि पनि उनले चलचित्रलाई जुन गतीमा कुदाउनु पर्ने थियो त्यसमा केही अल्झिएको अनुभूति हुन्छ । चलचित्रको मूख्य विषय भनेको साहूको ऋण तिर्न नसकेर विदेशिनु पर्ने बाध्यता र त्यसैमा पलाएको प्रेमको टुसा हो । ऋणकै कारण यो जोडीले विभिन्न उत्तारचढाव बेहोर्छ, तर ऋण कति थियो भन्ने कुरा चलचित्रमा कतै खुल्दैन ।

चलचित्र साइँलीमा कलाकारहरूको अभिनय उत्कृष्ट छ । गौरव र मेनुकाको अभिनयकलामा निखार देखिन्छ भने सहायक पात्रको भूमिकामा प्रस्तुत दयाहाङ राईले पनि चलचित्रप्रति न्याय गरेका छन् । उनको अभिनयले पनि बेला-बेला दर्शकलाई झसँग बनाउँछ । अन्य सहायक कलाकार प्रकाश घिमिरे, माओत्से गुरुङ, किरण चाम्लिङ राई, इष्टु कार्की आदिले समेत आफूले निर्वाह गरेको चरित्रप्रति न्याय गरेका छन् । यस्तै, केनिपा सिंहको यो डेब्यु चलचित्र हो । सिंहले साइँलीमा गरेको अभिनयको प्रशंसा गर्नैं पर्छ । छायांकार शैलेन्द्र डी कार्कीले चलचित्रको कथालाई दृश्यमा कैद गर्न कुनै कसर बाँकी राखेका छैनन् ।

प्रभाव पार्न सफल शुभ लभ

लामो प्रचार-प्रसारपछि गत शुक्रबार सार्वजनिक प्रदर्शनमा आएको चलचित्र 'शुभ लभ' व्यवसायिक रूपमा औसत सावित भएको छ । यो चलचित्रले काठमाडौंका मल्टिप्लेक्सहरूमा खासै शो नपाए पनि सिंगल थिएटरमा भने राम्रो व्यवसाय गरेको चलचित्रका वितरकहरूको दाबी छ ।

युवा ज्योतिष हरिहर अधिकारी पहिलो पटक रजतपटमा प्रस्तुत भएको चलचित्र शुभ लभ मनोरञ्जक शैलीको छ जसमा अभिनेता हरिहर मात्र नयाँ छैनन्, अभिनेत्री कृष्टिन पौडेलदेखि निर्देशक सन्तोष बाबु लोहनी पनि चलचित्र क्षेत्रका लागि नयाँ नै हुन् । नयाँ अनुहारकै बाहुल्यता रहे पनि चलचित्रले राम्रो प्रभाव पार्न छोड्छ । यो चलचित्रमा प्रेम कथालाई मुख्य विषय बनाइएको छ । प्रदीपकुमार उदयको यो चलचित्रको कथा अभिनेता तथा ज्योतिष हरिहर अधिकारी स्वयंले लेखेका हुन् ।

ठूला स्टारका चलचित्रले समेत आशा गरे अनुरूप व्यवसाय गर्न नसकिरहेका बेला त्यसको प्रत्यक्ष प्रभाव शुभ लभमा समेत परेको छ । त्यसै त मल्टिप्लेक्सहरूमा राम्रो शो नपाएको यो चलचित्रले सिंगल थिएटरको मात्र भर पर्नु पर्दा लगानी सुरक्षित गर्न नै गाह्रो परिरहेको यथार्थतालाई निर्माताहरूले लुकाएका छैनन् ।

धेरै जनाको चिना र हात हेरेर भविष्य र भाग्य बताइसकेका हरिहरले भविष्यमा चलचित्रको अभिनयलाई निरन्तरता दिन्छन् कि दिँदैनन् भन्ने कुराको निर्णय यही चलचित्रको व्यवसायमा निर्भर थियो । चलचित्रमा हरिहरले ज्योतिषकै भूमिका निर्वाह गरेका छन् । चलचित्रको आफ्नो भूमिकाका बारेमा हरिहरले भनेका छन्- 'म ज्योतिष जस्तो कर्ममा लागेको मान्छे, मैले न अभिनयको क्लास लिएको छु । यसले अभिनय गर्ला र भन्ने सशंय पनि थियो । त्यसमाथि मेरो उचाइ पनि अलि कम छ । चलचित्रमा लुक्ससँगै यस्ता यावत चिजहरू पनि हेरिन्छ ।' चलचित्र प्रदर्शनको पूर्व सन्ध्यामा अभिनेता अधिकारीले एउटा आशंका व्यक्त गरेका थिए-सुपरस्टारहरूले अभिनय गरेको भनिएका चलचित्रले समेत दर्शक पाइरहेको छैन । यस्तोमा एउटा नयाँ अभिनेताको डेब्यू चलचित्र भनेपछि म धेरै गाह्रो अवस्थामा चलचित्रमा आएको छु ।'

चलचित्र शुभ लभले हालसम्म नेपाली चलचित्रमा समावेश नगरिएको विषय उठान गरेको छ । चलचित्रको कथामा नयाँपन भएको दर्शकहरूको प्रतिक्रिया छ । समीक्षकहरूले समेत यो चलचित्रको कथा रुचाएको प्रतिक्रिया दिएका छन् भने हरिहर र कृष्टिनको अभिनयले पनि प्रशंसा पाएको छ ।

अभिनेता प्रदीप खड्का अभिनीत चलचित्र लभ स्टेसन आज शुक्रबारदेखि प्रदर्शनमा आउँदैछ । नेपाली चलचित्रको व्यापार खस्किरहेको अवस्थामा आशा गरिएका चलचित्रलाई नै लगानी उठाउन धौ-धौ परिरहेका बेला यो चलचित्रले आशालाग्दो व्यापार गर्छ कि भन्ने आशा धेरैमा छ । यद्यपि विगतका चलचित्रको परिणाम हेर्ने हो भने यो चलचित्रको अवस्था पनि त्यही शृंखलाको अर्को कडी नहोला भन्न सकिँदैन । पारिवारिक प्रेमकथामा आधारित चलचित्र लभ स्टेसनको निर्देशन उज्ज्वल घिमिरेले गरेका हुन् । काफिया फिल्म्सको ब्यानरमा तयार भएको यो चलचित्रका प्रस्तुतकर्ता गोविन्द शाही हुन् भने यसलाई काफिया शाही तथा कविर विक्रम शाहीले निर्माण गरेका हुन् । चलचित्र लभ स्टेसनमा प्रदीप खड्का र जस्सिता गुरुङका अतिरिक्त, रमेश बुढाथोकी, प्रकाश शाह, रेशु भट्टराई, विनोदकुमार पौड्याल, प्रिया रिजाल, सरु विष्ट, रवि डंगोल, दिनेश काफ्ले, कालु राना आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । आलोक शुक्लाले दार्जीलिङ, काठमाडौं, भियतनाम, इलाम, झापा आदि स्थानमा छायांकन गरेको चलचित्र लभ स्टेसनमा करिब २ करोड रुपैयाँ लगानी भएको निर्माण पक्षले जनाएको छ । यो चलचित्रमा मेरो आँगनीमा, घाम जुन बोलका दुईवटा गीत समावेश छन् जसको संगीत शम्भुजित बाँस्कोटा, दीपक शर्मा, राजनराज शिवाकोटी तथा एलिश कार्कीले तयार पारेका हुन् । एक महिनाअघि सार्वजनिक भएको चलचित्रको ट्रेलरमा प्रदीप र जस्सिताको प्रेम देखाइएको छ भने एक्सनका केही दृश्य पनि ट्रेलरमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

सूचना र मनोरञ्जनको संगालो
साप्ताहिक
मलिका
महत

नेपाली चलचित्रमा यो वर्ष झन्डै एक दर्जन नयाँ अनुहार अभिनेता तथा अभिनेत्रीका रूपमा प्रवेश गरेका छन् । तीमध्ये सम्भावना बोकेकी एउटी अनुहार हुन्– मलिका महत । मलिकाको पहिलो चलचित्र यात्रा : अ म्युजिकल झ्लग प्रदर्शनको तयारीमा छ । चलचित्रका प्रचार सामग्रीहरूबाट मलिकाले आफ्नो कामको प्रशंसा पाउन थालिसकेकी छिन् । अभिनेता सलिनमान बनियाँको जोडीका रूपमा प्रस्तुत भएकी मलिकाले उक्त चलचित्रमा दृष्टिविहीन युवतीको भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् । यतिबेला मलिकाको अभिनय मात्र होइन, सौन्दर्यको पनि चर्चा चलिरहेको छ । मलिकालाई चलचित्रका निर्देशक सम्राट शाक्यले इन्स्टाग्रामको उनको एउटा तस्बिर देखेपछि अभिनयका लागि प्रस्ताव राखेका थिए ।

'पहिलो चलचित्रमै दृष्टिविहीनको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्दा डर लागेको थियो, स्पाइसी फुडकी पारखी मलिका भन्छिन्– 'यद्यपि सम्पूर्ण टिमको सहयोग र उत्साहले चुनौतीपूर्ण भूमिका पनि कुशलतापूर्वक निर्वाह गर्न सफल भएँ ।' चलचित्र यात्रामा अभिनय गर्नुअघि गायक स्वप्न सुमनको म तिम्रो तथा गायक उमंगराज श्रेष्ठको फ्लोजन गाइज गीतको म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेकी १९ वर्षीया मलिका आगामी दिनमा पनि चलचित्रको अभिनयलाई निरन्तरता दिने योजनामा छिन् । सन् २०१८ को मिस एसएलसीकी सहभागी मलिका काठमाडौंमै जन्मिएर यतै हुर्किएकी हुन् । उनी यतिबेला स्नातक पहिलो वर्षमा अध्ययनरत छिन् ।

कृष्ण भट्टराई

तस्बिर : महेश प्रधान

लोकेसन : डाइनिङ पार्क रेस्टुराँ, पुरानो बानेश्वर

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

कोलकाताबाट सोझै

नेपाली चलचित्रको बजार विदेशसम्म फैलिएपछि विदेशमा बसोबास गर्ने नेपाली भाषीहरूसमेत यो क्षेत्रमा आकर्षित हुन थालेका छन् । केही अघि नेपाली मुलकी भारतीय मोडल रेवती क्षेत्रीले चलचित्र समर लभमा अभिनय गरेकी थिइन् । यसबीच कोलकातामा बसोबास गर्ने नेपाली मुलकी श्रद्धा क्षेत्री पनि रजतपटमा भित्रिएकी छिन् । अघिल्लो साता फ्लोरमा गएको चलचित्र हृदयभरिमार्फत श्रद्धाले नेपाली चलचित्रमा पदार्पण गरेकी हुन् । सुरज सुब्बा नाल्बोद्वारा निर्देशित उक्त चलचित्रमा श्रद्धाले मिस नेपालको भूमिका निर्वाह गर्ने बताइएको छ । श्रद्धा भारतमा मोडलका रूपमा स्थापित छिन् । कोलकातामै बसेर उनले मोडलिङलाई निरन्तरता दिइरहेकी छिन् । हृदयभरिमा श्रद्धाले अभिनेता पल शाहसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्नेछिन् ।

तस्बिर : प्रशान्त ढकाल

दुम्सीभन्दा पनि खुसी

आफूलाई फेसनेबल अभिनेताका रूपमा स्थापित गराएका सलिनमान बनियाँ पृथक हेयरस्टाइलका कारण युवापुस्तामाझ लोकप्रिय छन् । उनको हेयरस्टाइल सामान्य मानिसहरूको तुलनामा पृथक् त छ नै, नेपाली चलचित्र उद्योगमै उनको जस्तो हेयरस्टाइल अरु कसैको छैन । यसैकारण पनि उनी भीडमा अरूभन्दा अलग देखिन्छन् । पृथक् हेयरस्टाइलसहित स्टाइलिस पहिरनले बनियाँको व्यक्तित्व नै आकर्षक देखिन्छ । यद्यपि, सलिनमानको हेयरस्टाइलमाथि ठट्टा गर्नेहरू पनि प्रशस्तै छन् । कतिपयले हेयर स्टाइलकै कारण उनलाई 'दुम्सी' समेत भनेका छन् । सलिनमानले पनि उक्त टिप्पणी सुनेका छन् । यद्यपि उनी उक्त टिप्पणीप्रति दुःखी छैनन् । 'म त उल्टो खुसी पो छु,' सलिनमान भन्छन्– 'मलाई आफैंलाई मन पर्ने जनावरको नाम लिएर बोलाइँदा निराश हुनु पर्ने कुनै कारण छैन ।' सलिनमानका अनुसार दुम्सी उनलाई मनपर्ने जनावर हो ।

१६ लाखको रातो टीका

अभिनेता-अभिनेत्रीको पारिश्रमिकको कुराले बेला-बेलामा नेपाली चलचित्र उद्योग पनि तरङ्गित भैरहेको हुन्छ । केही दिनअघि रातो टीका निधारमा चलचित्रका लागि निर्माता तथा निर्देशक अशोक शर्माले अभिनेत्री साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाहलाई १६ लाख रुपैयाँ पारिश्रमिक सहित अनुबन्धित गरेको खबर सार्वजनिक भएको छ । उक्त चलचित्रमा अभिनेत्री जस्सिता गुरुङले अभिनय गर्ने चर्चा चलिरहेका बेला शर्माले साम्राज्ञीलाई अनुबन्धित गरेका हुन् । साम्राज्ञीलाई चलचित्रमा अनुबन्धित गरेसँगै जस्सितालाई शर्माले चलचित्रमा किन समावेश गरेनन् भन्ने प्रश्न पनि खडा भएको छ । कतिपयले भने भर्खरै चलचित्रमा देखा परेकी कलाकार भए पनि जस्सिताले १० लाख पारिश्रमिक माग गरेपछि शर्माले साम्राज्ञीलाई अनुबन्धित गरेको बताउन थालेका छन् ।

माई फेभरेट

आफूलाई मनपर्ने आफ्नै १० गीत

- जिन्दगी यो फूलैफूलको
- नबिर्से तिमीलाई
- तिमी रोएको पल
- भन्छ आज मनका कुरा
- चरी चट्ट परी भुरुरु
- सुर्के थैली खै
- पूर्व-पश्चिम रेल
- के लाउनु खै पिरती आँसु-आँसु हुनु
- बनकी चरी के भन्छे के
- रहर छ सँगै

● अञ्जु पन्त, गायिका

तस्बिर : श्रुति श्रेष्ठ

छोरालाई हिरो बनाउँदै

पुराना चलचित्र निर्माता तथा निर्देशक अशोक शर्माले आफ्ना छोरा अंकित शर्मालाई अभिनेताका रूपमा रजतपटमा प्रवेश गराउने निर्णय गरेका छन् । शर्मा आफैले निर्देशन गर्ने चलचित्र 'रातो टीका निधारमा' मार्फत अंकितले नायकका रूपमा पदार्पण गर्ने पक्का भएको छ । शर्मा भन्छन्– 'आगामी दसैंमा प्रदर्शनमा आउने हाम्रो नयाँ चलचित्रमा अंकितले मुख्य अभिनेताका रूपमा अभिनय गर्ने निश्चित भैसकेको छ, शर्माका अनुसार यसअघि अंकित चलचित्र जय भोलेमा निर्माताका रूपमा सहभागी थिए । वैशाखको अन्तिम साता फ्लोरमा जाने उक्त चलचित्रमा नीता ढुंगाना, रवीन्द्र झा, बुद्धि तामाङ, राजाराम पौडेल, शिवहरि पौडेल आदिले अभिनय गर्नेछन् । चलचित्रको शीर्षक निर्देशक शर्माकै डेढ दशकअघिको चलचित्र अल्लारेको लोकप्रिय गीत रातो टीका निधारमा...बाट लिइएको हो । यो चलचित्रमा उक्त गीतको सिक्वेलसमेत समावेश गरिने बताइएको छ ।

चर्चा पारिश्रमिकको

हरेक शुक्रबार प्रदर्शनमा आउने नेपाली चलचित्रले लामो समयदेखि आशातीत व्यवसाय गर्न सकेका छैनन् । ठूलो लगानी गरिएका चलचित्रले समेत लगानी सुरक्षित गर्न नसकिरहेको अवस्था एकातिर छ भने अर्कातिर चलचित्रका कलाकारहरूले भने दिन-प्रतिदिन आफ्नो पारिश्रमिक बढाइरहेका छन् । यस क्रममा अभिनेता पुष्प खड्काले आफू एउटा नयाँ चलचित्रमा ३० लाख रुपैयाँ पारिश्रमिकमा अनुबन्ध भएको बताएका छन् । सञ्चार माध्यममा आएका कुरालाई हल्ला भनिएपछि पुष्पले नेपाल तथा दार्जिलिङमा छायांकन हुने एक चलचित्रबाट आफूले प्राप्त गर्ने पारिश्रमिकका बारेमा मुख खोलेका हुन् । यो समाचारसँगै अनमोल केसी र प्रदीप खड्कापछि पुष्प सर्वाधिक पारिश्रमिक लिने तेस्रो अभिनेता भएका छन् ।

बेनिशाको बायाँ सुत्ने बानी

स्वस्थ जीवनका लागि निद्रा निकै महत्वपूर्ण मानिन्छ । त्यसमा पनि हरेक मानिसको आ-आफ्नै सुत्ने तरिका हुन्छ । यो नितान्त निजी कुरा हो । फुर्सद कटाउन कतिपयले साथीहरूसँग हरेक कुराकानी गर्छन् । यसैक्रममा एकदिन अभिनेत्री बेनिशा हमालले आफ्नो सुताइको तौरतरिकाका सम्बन्धमा साथीहरूलाई जानकारी दिइन् । बेनिशाको बायाँ फर्केर सुत्ने बानी छ । बेनिशाका अनुसार बायाँ फर्केर सुत्दा मीठो निन्द्रा लाग्ने भएकाले उनी सानैदेखि बायाँ फर्केर सुत्छिन् ।

तस्बिर : महेश प्रधान

झरनाको आत्मविश्वास

अभिनेत्रीबाट निर्देशकका रूपमा बढुवा भैसकेकी झरना थापा यतिबेला आफ्नो दोस्रो चलचित्र 'ए मेरो हजुर-३' का कारण चर्चामा छिन् । चलचित्रका प्रायः सबै प्रचार सामग्रीले राम्रो प्रतिक्रिया पाएपछि उनको उत्साह समेत बढेको छ । चैत २९ गते प्रदर्शनमा आउने उक्त चलचित्रमार्फत झरनाले आफ्नै छोरी सुहानालाई अभिनेत्रीका रूपमा पदार्पण गराउँदै छिन् । अघिल्लो साता आफ्नो जन्मदिनको अवसर पारेर चलचित्रको ट्रेलर सार्वजनिक गरेकी झरनाले सार्वजनिक समारोहमै छोरीको अभिनयको मुक्तकण्ठले प्रशंसा गरिन् । 'मैले आफ्नी छोरीको प्रशंसा गरेकी होइन, झरनाले भनिन्- 'तपाईंहरूले पनि चलचित्र हेरेपछि अनुभव गर्नु हुनेछ, सुहानाले वास्तवमै उत्कृष्ट अभिनय गरेकी छिन् ।' चलचित्र हेरेपछि सुहानाको अभिनय र सौन्दर्यको हरेकले प्रसंसा गर्ने झरनाको दाबी छ । झरनाले आत्मविश्वासका साथ भनिन्– 'जसरी म विगतमा तपाईंहरूको मनमा बस्न सफल भएकी थिएँ, सुहानाले पनि ठीक त्यसरी नै तपाईंहरूको मनमा बास पाउने कुरामा ढुक्क छु ।'

ठगीको आरोपमा जोशी

चेक बाउन्स तथा ठगीको आरोपमा सुनसरीको इटहरीमा पक्राउ परेकी कलाकार प्रज्ञा जोशीलाई प्रहरीले हवाईजहाजमार्फत काठमाडौं पुर्‍याएको छ । निर्मातृ समेत रहेकी कलाकार जोशीलाई आइतबार प्रहरीले इटहरीमा पक्राउ गरेको थियो । उनीमाथि ५० लाख रुपैयाँ ठगी गरेको आरोप छ । जोशीलाई जिल्ला अदालत काठमाडौंमा उपस्थित गराउन प्रहरीले काठमाडौं लगेको हो । जोशीविरुद्ध सुवर्ण कुमारी श्रेष्ठले ठगीको उजुरी दिएकी थिइन् । प्रहरीले सोही उजुरीका आधारमा लामो समयदेखि कलाकार जोशीको खोजी गरिरहेको थियो । इलाका प्रहरी कार्यालय, इटहरीले जोशीविरुद्ध ५० लाखभन्दा बढीको बाउन्स चेक दिएर ठगी गरेको आरोप भएको जनाएको छ । जोशी लामो समयदेखि इटहरीमा लुकेर बसेको कुरा पत्ता लागेपछि प्रहरीले उनलाई पक्राउ गरेको थियो ।

मिस इको इन्टरनेसनलमा मुना

फेसन मोडलका रूपमा परिचय बनाउन सफल मुना गौचनले हालै इजिप्टमा संचालित मिस इको इन्टरनेसनल-२०१९ मा उत्कृष्ट २१ सम्मको यात्रा तय गरेकी छिन्। उक्त प्रतियोगितामा विश्वका पाँच दर्जनभन्दा बढी सुन्दरी सहभागी थिए। मुना ट्यालेन्ट राउन्डअन्तर्गत आफूले प्रस्तुत गरेको नृत्यमा उत्कृष्ट १५ सम्म पुगे की थिइन्। कायरो ओपेरा हाउसमा गएको मार्च २९ तारिखमा सञ्चालित फाइनलको उपाधि पेरुकी सुहिन सिप्रियानीले जितेकी छिन्।

मिनी मोडल वर्ल्ड-२०१९

इजिप्टमा सञ्चालित स्टार्ट मिनी मोडल्स अफ द वर्ल्ड-२०१९ मा नेपाली सहभागी ५ वर्षीया प्रिन्सा खड्का मुख्य उपाधि विजेता भएकी छिन्। उनले प्रतियोगितामा बेस्ट डान्सरको एवार्डसमेत हात पारिन्। टिभी स्टार्ट इन्टरनेशनल टिभी फेस्टिभलद्वारा आयोजित उक्त प्रतियोगिता गत मार्च २१ देखि २८ सम्म इजिप्टको हुर्घादा सहरस्थित द क्यारेबियन वर्ल्ड रिसोर्टमा सञ्चालन भएको थियो। प्रतियोगितामा १८ वर्षमुनिका ४५ जना सहभागी थिए। प्रिन्सा सबै सहभागीमध्ये सबैभन्दा कान्छी थिइन्। प्रिन्साले यस अघि मर्निङ ग्लोरी इन्टरटेनमेन्टले आयोजना गरेको मिनी लिटिल च्याम्प-२०१९ को उपाधि जितेकी थिइन्। अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताका लागि प्रिन्साको वार्डरोब रिब्लुम फेसन बुटिक तथा बन्दना बुटिकले तयार पारेका थिए भने उनको नृत्य काठमाडौं डान्स स्टुडियोको निर्देशन एवं कोरियोग्राफीमा तयार गरिएको थियो।

अश्विनी मिस लुम्बिनी

रुपन्देहीमा सम्पन्न मिस लुम्बिनी सिजन-३ को उपाधि तिलोत्तमा नगरकी अश्विनी कार्कीले हात पारेकी छिन्। ड्रिम इभेन्ट्स एन्ड इन्टरटेन्मेन्ट बुटवलको आयोजनामा शुक्रबार बेलबासस्थित कुमारी रिसोर्टमा सम्पन्न प्रदेशस्तरीय प्रतियोगिताको फिनालेमा अन्तिम ६ जना प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै कार्कीले उक्त उपाधि चुमेकी हुन्। अन्तिम पाँच प्रतिस्पर्धीका बीच सञ्चालित प्रश्नोत्तर राउन्डमा सटिक उत्तर दिँदै कार्कीले उपाधि आफ्नो नाममा पारिन्। उनले अब दुबईमा हुने मिस सुपर ग्लोबल-२०१९ मा भाग लिन पाउनेछिन्। प्रतियोगितामा सैनामैनाकी पुजा ढकाल फस्ट रनर्सअप भएकी छिन् भने उनले हङकङमा हुने ट्यालेन्ट स्टार इन्टरनेसनलमा सहभागिता जनाउनेछिन्। यसैगरी प्रतियोगितामा बुटवलकी सञ्जु थापाले सेकेन्ड रनर्सअप हुँदै युरोपमा हुने कोशोवा बेस्ट मोडल ग्रान्ड युनिभर्सिमा सहभागिता जनाउने अवसर प्राप्त गरेकी छिन्।

स्वस्तिक श्रेष्ठ

नर्सिङ आइडलमा निशु

दोस्रो संस्करणको नर्सिङ आइडल-२०१९ को उपाधि स्वास्थ्य परिचारिका निशु महर्जनले जितेकी छिन्। उनले १६ जना प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै उक्त उपाधि हात पारेकी हुन्। विजेता महर्जनले उपाधि बाहेक मस्ट पपुलर, पब्लिक च्वइस तथा मस्ट एट्र्याक्टिभको उपाधि समेत प्राप्त गरिन्। अमेजन इन्टरटेन्मेन्टले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा देनुषा घर्तीमगर फस्ट रनर्सअप तथा सुष्मा थापा सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भएकी थिइन्।

ओपन डान्स प्रतियोगिता

पोखरामा आयोजित पश्चिमाञ्चल ओपन डान्स प्रतियोगिताको उपाधि लक्ष्मी गर्बुजाले जितेकी छिन्। युनिक डान्स क्रुले पोखरा उद्योग वाणिज्य संघको हलमा सञ्चालन गरेको फाइनलमा सन्तोष तामाङ फस्ट रनर्सअप तथा युकेश विक सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भए। यसैगरी लिटल स्टार ओपन डान्स स्टारको उपाधि भने मोनिका कुँवरको हातमा पर्‍यो भने रबिना विक फस्ट रनर्सअप तथा कृति बस्याल सेकेन्ड रनर्सअप भए।

एसईई आइडल

शिक्षा र संगीतलाई एकसाथ प्रवर्द्धन गर्दै ओझेलमा परेका गायन प्रतिभाहरूको खोजी गर्ने उद्देश्यले एसईई आइडलको आयोजना हुने भएको छ। सुनसरी धरानस्थित फक्ताङलुङ मिडिया हाउसले प्रदेश नम्बर १ स्तरीय रूपमा यो प्रतियोगिता सञ्चालन गर्न लागेको हो। प्रदेशका १४ वटै जिल्लामा पुग्ने यो प्रतियोगिताको फाइनल जेठको अन्तिममा हुनेछ भने प्रतियोगिता दस चरणमा विभाजित हुनेछ।

नारायण तुम्बापो

लन्डनमा मिलन र राजन

गायिका मिलन अमात्य तथा गायक-संगीतकार राजनराज शिवाकोटी यतिबेला बेलायत यात्रामा छन्। उनीहरू त्यहाँ सहिद स्मृति आवासीय माध्यमिक विद्यालय सुनसरीका द्वन्द्वपीडित बालबालिकाको सहयोगार्थ 'मीरा सांगीतिक साँझ' मा आफ्नो प्रस्तुति दिन पुगेका हुन्। उनीहरूले गत शनिबार अल्डरसटमा पहिलो शो गरेका थिए भने दोस्रो शो साउथ हयारोस्थित गोल्डेनसीप रेस्टुराँमा गरेका छन्। त्यसक्रममा उनीहरूले आफ्ना लोकप्रिय एकल तथा युगल गीत प्रस्तुत गरेका थिए।

शब्द/तस्बिर: कुशल श्रेष्ठ

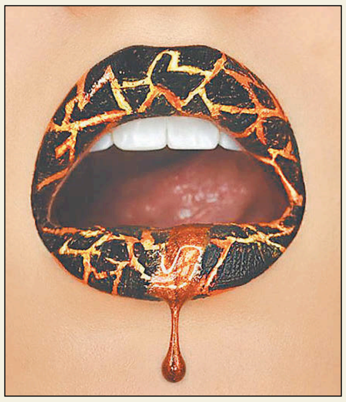
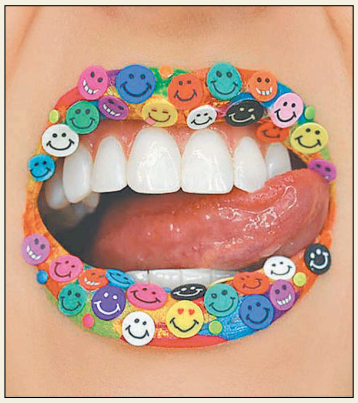
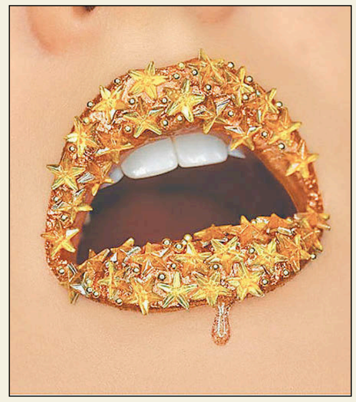
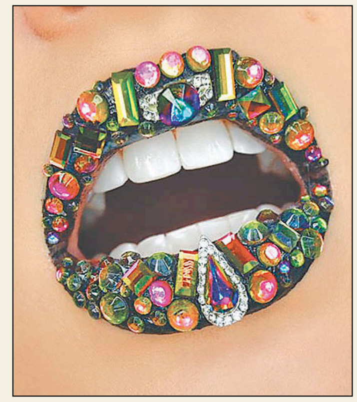
हेमालाई ब्युटिसियन नेपाल

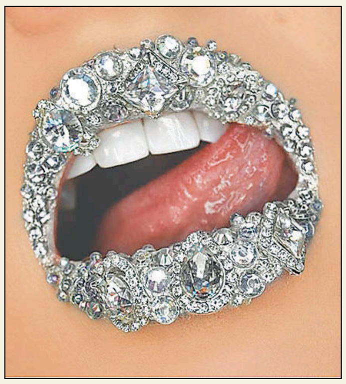
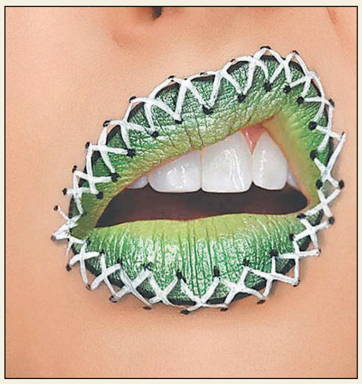
पाँचौं संस्करणको ब्युटिसियन नेपाल-२०१९ को उपाधि हेमा पुन मगरले हात पारेकी छिन्। जमलस्थित राष्ट्रिय नाचघरमा सम्पन्न प्रतियोगितामा १६ जना प्रतिस्पर्धीलाई उछिन्दै मगरले उक्त उपाधि जितेकी हुन्। उक्त अवसरमा मनु थापा मगर फस्ट रनर्सअप तथा सुमित्रा सुवेदी सेकेन्ड रनर्सअप भएका थिए।

मिसेज कल्चर

पोखरामा आयोजित तेस्रो संस्करणको मिसेज कल्चर नेपाल-२०७५ को उपाधि पोखरा-२२, पुम्दी भुम्दीकी दक्षिणा गिरीले जितेकी छिन्। फाइनलमा पुगेका १५ जनालाई उछिन्दै उनले मस्ट कन्फिडेन्ट तथा मस्ट पपुलरको उपाधिसमेत प्राप्त गरिन्। पुष्पाञ्जली फेशन एन्ड इभेन्ट ले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा दुर्गा पौडेल फस्ट रनर्सअप तथा विष्णु तामाङ सेकेन्ड रनर्सअप भए।

पहिलो विश्व

ओठको जादु

सौन्दर्यका पारखीहरू युवतीको ओठमा जादु हुन्छ भन्छन् । हुन पनि हो कि क्या हो ? यही कुरा बुझेर एक युवतीले आफ्नो ओठलाई विभिन्न ढंगले सिँगारेको तस्बिर इन्टरनेटमा भाइरल भैरहेको छ । लिड्समा बसोबास गर्ने २५ वर्षीया मिन्नी म्याकगीले आफ्नो ओठलाई क्यानभासकै रूप दिएकी छिन् । आफ्नो ओठलाई विभिन्न ढंगले श्रृंगार गरेर दिएको नयाँ रूपलाई उनी इन्स्टाग्राममा अपलोड गर्छिन् । उनको यो कार्य धेरैले रुचाएका छन् । यही कारणले इन्स्टाग्राममा उनका फलोअर्स बढिरहेका छन् ।

ज्वाइँमाथि अनौठो आरोप

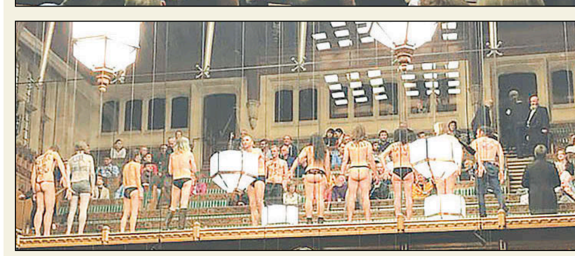
आफ्नी २३ वर्षीया विवाहित छोरीको अकस्मात् मृत्यु भएपछि उनका बुबाले ज्वाइँको लिंगका कारण आफ्नी छोरीको मृत्यु भएको अनौठो आरोप लगाएका छन् । इन्डोनेसियाको पूर्वी जाभा प्रान्तमा बसोबास गर्ने ती पिताले आफ्नी छोरीको मृत्यु ज्वाइँको लिंग अत्यधिक ठूलो भएका कारणले भएको उजुरी प्रहरीसमक्ष दर्ता गराएका छन् । उजुरी प्राप्त भएपछि प्रहरीले ती ज्वाइँलाई गाउँबाटै पक्राउ गरेको थियो । ती ज्वाइँले ससुराले लगाएको आरोप झूटो भएको बताए पनि गाउँलेहरूले पुरुषलाई आफ्नो लिंग देखाउन दबाब दिएका थिए । स्थानीय बासिन्दाहरूको दबाब झेल्न नसकेपछि ज्वाइँले भीडलाई नै आफ्नो लिंग देखाउनुपरेको थियो । लिंग परीक्षणपछि ज्वाइँको लिंग सामान्य निस्कियो । त्यसैले ती युवतीको मृत्युको कारण उनको ठूलो लिंग नभएर अन्य भएको बताइयो । मृतक महिला लामो समयदेखि छारे रोगले ग्रस्त भएको बताइन्छ । आखिर ती ससुरालाई कसले यस्तो उट्पट्याङ कुरा सुनाएर उकास्यो भनेर उनका ज्वाइँ भने शोकको अवस्थामा समेत आश्चर्य व्यक्त गरिरहेका छन् ।

मोटोपन घटाउन सरकार नै अग्रसर

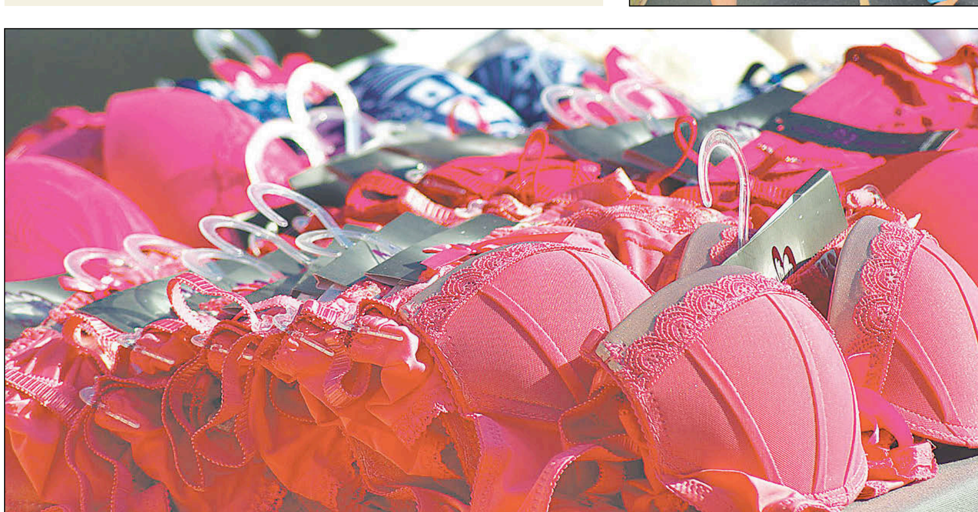
आफ्ना कर्मचारीहरूको शरीरको तौल बढ्दै गएपछि संयुक्त अरब इमिरेट्स सरकारले मोटोपन घटाउने विशेष योजना अघि सारेको छ । लुज टु विन अभियानमा मोटोपनको सिकार भएका कर्मचारीहरूले सहभागिता जनाउन पाउँछन् ।

यो अभियानमा सरकारको मातहतमा रहेका पोषण विशेषज्ञ तथा स्वास्थ्य शिक्षकहरूले सही खानपिन, कसरत आदिका तौर तरिकाका सम्बन्धमा जानकारी दिने छन् । त्यस बाहेक धेरै मोटोपन भएका व्यक्तिलाई आठ सातामा तौल घटाउने विशेष टिप्ससमेत प्रदान गरिनेछ । यसैगरी पोषणविज्ञ मार्फत बजारमा पाइने खानाहरू कति मात्रामा खानेदेखि लिएर खानेकुराको लेभल हेर्न समेत सिकाइनेछ ।

संसद्भित्र अर्धनग्न प्रदर्शन



बेलायतको संसद हाउस अफ कमन्समा संसद् बैठक चलिरहेका बेला वातावरण अभियानको क्षेत्रमा सक्रिय कार्यकर्ताहरूले बैठकस्थलमै अर्धनग्न प्रदर्शन गरेका छन् । १२ जना प्रदर्शनकारीले शरीरमा मौसम परिवर्तनको दोष पश्चिमी मुलुकहरूले लिनुपर्ने देखि सरकारी तवरबाटै मौसम सुधार गर्ने प्रतिबद्धता आउनुपर्ने मागहरू लेखेर विरोध प्रदर्शन गरेका थिए । यो प्रदर्शनमा विभिन्न सामाजिक संस्थाका अतिरिक्त सिइओ, वैज्ञानिक, अन्वेषकदेखि सञ्चारकर्मीजस्ता पेसाकर्मीहरूसमेत सहभागी थिए ।



प्रयोग गरेको भित्री वस्त्र बिक्री

न्युयोर्क युनिभर्सिटीमा अध्ययनरत एक छात्राले आफूले प्रयोग गरेको भित्री वस्त्र बढी मूल्यमा बिक्री गरेर आफ्नो अध्ययन खर्च उठाउने गरेकी छिन् । ग्ल्यामर नामक वेबसाइटलाई अन्तवार्ता दिँदै ती २१ वर्षीया छात्राले आफूले लगाएको भित्री वस्त्रको मूल्य लगाएको समयअनुसार निर्धारण हुने कुरा बताइन् । जति लामो समय लगाएको छ त्यसको मूल्य त्यति नै बढी हुने गरेको छ ।

अध्ययन खर्च निकाल्ने क्रममा उनी एकैपटक धेरै भित्री वस्त्र किनेर ल्याउँछिन् र आफूले लगाएको दिनअनुसार त्यसको मूल्य तोक्छिन् । उनले लगाएका ब्रा र पेन्टीको मूल्य औसत १३ हजार रुपैयाँ हुने गरेको छ ।

वेब क्याम गर्लका रूपमा काम गर्दा पुरुषहरूले युवतीको भित्री वस्त्र सुँघ्ने चाहना राख्ने जानकारी पाएपछि ती छात्राले अनलाइनमार्फत प्रयोग भैसकेका आफ्ना अन्तर्वस्त्र बिक्री गर्न थालेकी हुन् । अहिले उनका ग्राहक यति बढेका छन् कि कतिपय उनको काखीको गन्ध सुँघ्न पनि आउने गरेका छन् । उनले १५ मिनेट काखी सुँघाएको करिब ५५ हजार रुपैयाँ लिने गरेकी छिन् । यो कामबाट उनले मासिक रूपमा औसत १ लाख ९० हजार रुपैयाँ आम्दानी गर्ने गरेकी छिन् ।

तीन हाइप्रोफाइल अपराध

नैतिक एवं मानवीय आचरणको उच्चतम विकासले मानव समाजलाई आधुनिक बनाएको हो । आधुनिक मानव त्यही कारणले बढी नैतिक, गुणी, संस्कारी एवं मानवीय भावनाले ओतप्रोत प्राणी मानिन्छ । शिक्षा, सचेतना, नैतिकताजस्ता गुणलाई आधुनिक समाजका गहनाका रुपमा हेरिन्छ । अझ शिक्षित, सार्वजनिक पदमा रहेका तथा हाइप्रोफाइल व्यक्तिहरुबाट समाजले उत्कृष्ट ब्यवहारको अपेक्षा गरेको हुन्छ । त्यो व्यवहार जो बाँकी समाजका लागि प्रेरणा बनोस्, अनुसरण योग्य होस् । यद्यपि यसको ठीक विपरीत केही दिनयता मोरङ, पर्सा र दाङमा घटेका तीनवटा घटनाले हाइप्रोफाइल व्यक्तिबाट सभ्य समाजको अपेक्षामा प्रश्नचिन्ह खडा गरेको छ ।

तीनवटै घटनासँग जोडिएका व्यक्ति शिक्षित र हाइप्रोफाइल हुन्, तर उनीहरुको व्यवहार अनपेक्षित मात्र छैन, जघन्य प्रकृतिकै छ । रुसमा डाक्टरी पढेर सरकारी अस्पतालमा कार्यरत पर्साका डा. सच्चितानन्द यादव श्रीमती सुनिता यादवलाई मरणासन्न हुने गरी कुटपिट गरेको आरोपमा पक्राउ परेका छन् । निर्मम कुटपिटबाट गम्भीर घाइते भएकी उनकी श्रीमती सुनिताको १५ चैतमा शिक्षण अस्पताल काठमाडौंमा निधन भैसकेको छ । राजनीति र व्यवसायमा संलग्न मोरङ बेलबारीका योगेन्द्र गुरुङ आफ्नो अनैतिक सम्बन्ध लुकाउन प्रेमिका रमिला राईको हत्या गरेको आरोपमा हिरासतमा छन् । लामो समय प्रमिलासँगको सम्बन्धलाई विवाह परिणत गर्न दबाब दिँदा उनले प्रेमिकाको हत्या गरेको प्रहरीले जनाएको छ । दाइजो नदिएको झोकमा श्रीमतीलाई मरणासन्न हुने गरी पिटेको आरोपमा पक्राउ परेका चिकित्सक तथा नाजायज सम्बन्ध ढाकछोपका लागि प्रेमिका मारेर कोशी नदीमा बगाउने आरोप लागेका ब्यवसायी एवं राजनीतिज्ञसँग जोडिएका यी घटनाले सामाजिक संवेदना र मानवीय मूल्यमाथि निर्मम प्रहार गरेका छन् ।

दाङमा घटेको अर्को एक घटनामा पनि हाइप्रोफाइल व्यक्ति नै जोडिएका छन् । विलासी जीवनका लागि दाङ तुलसीपुर उपमहानगरपालिका-११ का भुवन धितालले कैयौं महिलालाई लाखौं ठगेका मात्र छैनन्, विभिन्न दबाब र प्रलोभनमा उनीहरुको अस्मितामाथि पनि खेलवाड गर्दै आएको प्रहरीले जनाएको छ । प्रहरीले पत्रकार भेषधारी भुवनलाई पक्राउ गरेर अनुसन्धान अघि बढाइसकेको छ । यी तीन घटनाले समाजका केही शिक्षित र हाइप्रोफाइल भनिएकाहरुमा बढिरहेको सम्पत्तिको लालसा, यौन भोक र आडम्बरलाई उदांगो पारिदिएको छ ।

चिकित्सकमाथि पत्नी हत्याको आरोप

शंकर आचार्य

सर्वसाधारणले भगवान् उपमा दिने एक चिकित्सकउपर नै पत्नी हत्याको आरोप लागेको छ, त्यो पनि दाइजो नपाएको निहुँमा । नारायणी उपक्षेत्रीय अस्पताल वीरगन्जमा कार्यरत चिकित्सक डा. सचितानन्द यादवउपर त्यस्तो आरोप लागेको हो । गत साता डा. यादवकी जेठी श्रीमती ४३ वर्षीया सुनितालाई उनको माइती पक्षले गम्भीर घाइते अवस्थामा अस्पताल भर्ना गरेको थियो ।

सुनितालाई उनको घरबाट उद्धार गर्दा उनको शरीरभरि घाउ नै घाउ देखिएको सुनिताका काका तर्फका दाजु जयप्रकाश यादवले बताए । 'उनीहरूले तपाईंकी बहिनीको अवस्था ठीक छैन भन्दै फोन गरेपछि हामी लिन गयौं,' जयप्रकाशले भने, 'उनको शरीरमा घाउ नभएको ठाउँ नै थिएन ।' माइती पक्षले डा. सचितानन्द र उनको परिवारले सुनितालाई आगोले डामेको तथा करेन्ट लगाएर यातना दिएको दाबी गरेको छ । कुटपिटबाट सुनिताको अवस्था गम्भीर भएपछि मात्र उनीहरूले माइतीलाई खबर गरेका थिए । त्यसपछि माइती पक्षले सुनिताको उद्धार गरी स्थानीय गण्डक अस्पतालमा भर्ना गरेका थिए । त्यहाँ पनि उपचार हुन नसकेपछि काठमाडौं लगेर शिक्षण अस्पतालमा भर्ना गरिएको थियो । शिक्षण अस्पतालका डाक्टरहरूको अथक प्रयासका बाबजुद पनि सुनितालाई बचाउन सकिएन ।

सुनिताको मृत्युपछि डा. यादव तथा उनको परिवारका अन्य सदस्यसमेत मिली सुनितालाई कुटपिट गर्नुका साथै मानसिक यातना समेत दिएर गम्भीर घाइते बनाएको दाबी माइती पक्षको छ । चैत ११ गते सुनिताका दाजु बारा, बहुअरीका मनोहरप्रसाद यादवले जिल्ला प्रहरी कार्यालयमा किटानी जाहेरी दिएपछि त्यसै दिन डा. यादवलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको थियो । सामाजिक सन्जालमा यो घटना भाइरल भएपछि प्रहरीले डा. यादवलाई तत्कालै नियन्त्रणमा लिएको हो ।

हिरासतमा बस्दा आफू बिरामी भएको भन्दै डा. सचितानन्दले उपचारको माग गरेपछि उनलाई उनी कार्यरत नारायणी अस्पतालको आइसियूमा भर्ना गरिएको थियो । तीन दिन त्यही आराम गरेका डा. यादवलाई पत्नी सुनिताको चैत १५ गते काठमाडौंमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएपछि पर्सा प्रहरीले अस्पतालबाटै पुनः नियन्त्रणमा लिएको थियो । माइती पक्षको दाबी जे भए पनि डा. सचितानन्दको परिवारले भने सुनिता नालामा लडेको र उनी पोलमा ठोक्किएर घाइते भएको दाबी गरेको छ ।

बारा, परवानीपुर-५ की सुनिताको ९ फागुन २०५९ मा सचितानन्दसँग विवाह भएको थियो । त्यति बेला माइती पक्षले नगद र गरगहना गरी १५ लाख रुपैयाँ र अन्य सामान गरी झन्डै २० लाख रुपैयाँ बराबरको दाइजो दिएका थिए । त्यसपछि पनि सचितानन्दको परिवारले थप दाइजो मागेको र आफूहरूले थप दाइजो दिन नसकेपछि सुनिताको मृत्यु हुने गरी क्रूरतापूर्वक कुटपिट गरी यातना दिइएको दाबी माइती पक्षको छ । सुनिताका काकातर्फका दाजु जयप्रकाश यादवका अनुसार, विवाह गर्ने बेलामा सचितानन्द यादव रुसमा एमबीबीएस अध्ययनरत थिए । समाजमा प्रतिष्ठित मानिने जय प्रकाशको परिवारले डाक्टरी पढिरहेका यादवको परिवार र उनीहरूको सामाजिक प्रतिष्ठा हेरेर छोरी दिएको बताएका छन् । जयप्रकाशका अनुसार सचितानन्दलाई रुस जान/आउन र पढाइमा समेत सुनिताको माइतीले सहयोग गरेको थियो ।

सचितानन्द पढाइ सकेर रूसबाट फर्किएपछि सुनितालाई दाइजो माग्न भन्दै टर्चर दिन थाले, तर सुनिताले बुवाले जति दिनुभयो अब सक्नुहुन्न, मेरा अरु दाजुहरू पनि हुनुहुन्छ भनेर डा. यादवलाई आफ्नो माइती पक्षको असमर्थता सुनाउँदै आएको बताइन्छ । सुनिताको माइती पक्षले सुनिताको विवाह भएको दुई महिनापछि नै डा. यादव तथा उनको परिवारले सुनिताको माइतीपक्षसँग जग्गा र गाडी माग्दै उनलाई यातना दिन थालेको दाबी गरेको छ । कतिसम्म भने सुनिता माइती आएका बेला डा. यादवको परिवारले सुनितालाई अब घर आउनु पर्दैन माइतमै बसेर खा भनेर लिन नै आउन छाडे । मानसिक तथा शारीरिक यातना निकै बढेपछि २०६२ असार २ गते सुनिताले जीउज्यानको सुरक्षाको माग गर्दै जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा निवेदन दिएकी थिइन् । त्यतिबेला पनि सचितानन्दले कुटपिट नगर्ने सर्तमा मिलापत्र गरिएको थियो ।

सुनितामाथि कुटपिट र यातना दिने क्रम त्यसपछि पनि नरोकिएको र पटक-पटकको यातनापछि सुनिता डिप्रेसनमा गएको अनि ०६४ सालतिर डा. यादवले दाइजोका लागि सीमापारी विहार, रक्सौलकी एक महिलासँग दोस्रो विवाह गरेको सुनिताका माइती पक्षको दाबी छ । दोस्री पत्नीबाट डा. यादवका छोराछोरी समेत जन्मिएका छन् । जेठी श्रीमती सुनिता हरतपतगंजस्थित डा. यादवको पुर्ख्यौली घरमा बस्थिन् । सचितानन्द भने वीरगन्जमा दोस्री पत्नी र बालबच्चासँग बस्दै आएका थिए । सचितानन्दले त्यतिबेला दोस्रो विवाह गर्दा पनि मिलेर बसौं भनेर आफूहरूले बहुविवाहको मुद्दा नहालेको जयप्रकाशले बताए ।

पर्सा प्रहरीका प्रवक्ता अनन्तराम शर्मा प्रहरीले घटनाको अनुसन्धान जारी राखेको बताउँछन् । 'घटना अनुसन्धानका क्रममा छ,' उनले *साप्ताहिक*सँग भने, 'हामीले गर्नुपर्ने अनुसन्धान तदारुकताका साथ अघि बढाइरहेका छौं ।' प्रहरीसँग सचितानन्दले आफूले दाइजो नलिएको र कुटपिट पनि नगरेको बयान दिएका छन् ।

घटनामा पति सचिदानन्द, ससुरा नागेन्द्र यादव, सासू आशादेवी तथा देवर अचितानन्द माथि पर्सा प्रहरीले ज्यान मुद्दा दर्ता गरी अनुसन्धान अघि बढाएको छ । डा. यादवबाहेक अरुलाई पर्सा प्रहरीले पक्राउ गर्न सकेको छैन । घटनाको विरोधमा वीरगन्जका सामाजिक अगुवा तथा महिला अधिकारकर्मीहरूले वीरगन्जमा पटक-पटक प्रदर्शन गर्दै आएका छन् । सुनिताका ससुरा नागेन्द्र यादव गएको स्थानीय निर्वाचनमा संघीय समाजवादी फोरमका तर्फबाट वीरगन्ज महानगरको २० नम्बर वडाको वडाध्यक्ष पदको उम्मेदवार थिए तर, निर्वाचनमा उनी पराजित भए ।

नेता प्रेमीबाट मारिइन् रमिला

अनिल श्रेष्ठ

मोरङ, बेलबारी-४, धरहरा चौक घर भएका तत्कालीन एमालेका नगर अध्यक्ष तथा स्थानीय नोबेल हस्पिटलका सञ्चालक योगेन्द्र गुरुङकी श्रीमती काम विशेषले लामो समयदेखि काठमाडौंमा बस्छिन्। यही क्रममा योगेन्द्र सम्बन्धविच्छेद गरी सोही ठाउँमा छिमेकीका रूपमा बसोबास गर्दै आएकी २६ वर्षीया रमिला राईसँग नजिक हुन्छन्। प्रहरीका अनुसार योगेन्द्रले रमिलालाई आर्थिक सहयोगदेखि उनलाई आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण सामग्रीको जोहो गरिदिन्थे। योगेन्द्रले सारो गाह्रो पर्दादेखि लिएर दुःख-सुखसम्ममा साथ दिन थालेपछि रमिला उनीसँग नजिक भइन्। उनीहरूको सम्बन्ध प्रेममा परिणत भयो। घुम्दै रमाइलो गर्दै आएका उनीहरूले ६ वर्ष जति प्रेमी-प्रेमिकाका रूपमा जीवनको भरपुर आनन्द लिए।

हत्या गरिएकी रमिला

रमिला र योगेन्द्रको सम्बन्धका बारेमा रमिलाको परिवारलाई जानकारी थियो। यद्यपि यही कुरा योगेन्द्रको परिवारलाई भने थाहा थिएन, तर विवाहका लागि रमिलाबाट दबाब आएपछि योगेन्द्रको मन फेरियो। उनीहरूबीच वादविवाद बढ्न थाल्यो। हिजोअस्तिसम्म आफ्नो सबैभन्दा निकट रहेकी प्रेमिका रमिलालाई योगेन्द्रले जीवनको काँडाका रूपमा हेर्न थाले। अन्ततः चतुर योगेन्द्रले रमिलाको रहस्यमय ढंगले हत्या गरे।

समाजमा प्रतिष्ठित कहलिएका योगेन्द्रलाई प्रेमिका रमिलाले विवाह गर्न दबाव दिएपछि उनको हत्या गरिएको प्रहरीको अनुसन्धानबाट खुलेको छ। योगेन्द्रले आफ्नो घरमै कुटपिट गर्दै श्वासप्रश्वास बन्द गराएर रमिलाको हत्या गरेको कुरा बयानका क्रममा स्वीकार गरेको इलाका प्रहरी कार्यालय बेलबारीका प्रमुख प्रहरी निरीक्षक रामकुमार राईले बताए। 'योगेन्द्र बेलबारीमा नोबेल अस्पतालका सञ्चालकका साथै स्थानीय नेतासमेत भएकाले समाजमा इज्जतिला मानिन्थे,' अनुसन्धानमा संलग्न एक प्रहरी अधिकारीले भने, 'सामाजिक कार्यमा लागि परेका, परिवार भएका मान्छे। रमिलाले विवाह गर्न दबाव दिदै होहल्ला गर्न खोजेपछि हत्या गरेको प्रारम्भिक अनुसन्धानबाट खुल्न आउँछ।'

अघिल्लो तस्बिरमा योगेन्द्र, दोस्रो तस्बिरमा रमिलाकी छोरी सहित आफन्तहरू

यसरी गरे हत्या

गत फागुन १७ गते साँझ रमाइलो गर्न भन्दै योगेन्द्र रमिलासँगै थप दुई जना साथी लिएर रेस्टुराँ जाने भए। योगेन्द्रले प्रयोग गरिरहेको बा.१५ च. ७९१६ नम्बरको आइट्वेन्टी कार लिएर उनीहरू विराटचौकतर्फ हान्निए। बेलबारी बजारबाट करिब ५ किलोमिटर पश्चिम विराटचौकमा छ- हवाना रेस्टुरेन्ट। उनीहरू साँझदेखि रेस्टुराँमा मदिराको चुस्कीसँगै नाचगान गर्दै रमाइलो गर्न थाल्छन् अनि १०:५२ मा रेस्टुराँबाट निस्किएर बेलबारीतर्फ लाग्छन्। सँगै गएका दुई जना साथीलाई गन्तव्यमा पुर्‍याएपछि योगेन्द्र रमिलालाई लिएर आफ्नो घर पुग्छन्, रातको ११:३० मा। दुवै जना मदिराको नशामा थिएँ। योगेन्द्रको घर पुगेलगत्तै रमिलाले होहल्ला गरिन्, विवाह गर्नुपर्छ भन्दै। मध्यरातमा छिमेकीहरूले उनको होहल्ला सुन्ने भयले योगेन्द्रले रमिलाको मुख बन्द गरी कोठाको भित्तामा धकेले। परिणाम स्वरूप उनको निधार र टाउँकोमा गहिरो चोट लाग्यो। रमिला त्यही ढलिन। त्यसपछि योगेन्द्रले रमिलाको घाँटी र मुख बन्द गरे। रमिलालाई स्वास फेर्न गाह्रो भयो, उनले प्रतिकार गर्न खोजिन् तर सकिनन्। योगेन्द्रले दरिलो तरिकाले मुखमा हात राखेर अँठ्याए। रमिलाको प्राण त्यहीं गयो।

शव कोसी ब्यारेजको २९ नम्बर ढोकाबाट मिल्काए

रमिलाको हत्यापछि योगेन्द्रलाई शव व्यवस्थापन गर्न समस्या भयो। तत्काल उनले जुक्ति निकाले- लास कोसी ब्यारेजबाट सप्तकोसी नदीमा बगाउने। रमिलाको दुवै हात र खुट्टा डोरीले बाँधे अनि करिब ५ फिट लामो सेतो प्लास्टिकमा रमिलाको शव बेरे। त्यसपछि उक्त शवलाई सेतो रंगको प्लास्टिकको बोरामा हाले। निधार र टाउकोमा चोट लागेर बगेको रगत तन्नाले पुछे अनि उक्त तन्नालाई पनि शवसँगै बोरा भित्र कोचे। शव घरबाट निकाल्ने तयारी गर्दागर्दै घरमै रातको २ बज्यो। गुरुङले उक्त शव आफैले प्रयोग गर्दै आएको बा.१५ च. ७९१६ नम्बरको गाडीको डिक्कीमा हाले। तीव्र गतिमा गाडी दौडाउँदै योगेन्द्र बेलबारीबाट करिब एक घण्टामा (बिहान ३ बजे)कोसी ब्यारेज पुगे अनि गाडी साइड लगाए। माछा मार्ने स्थानीय माझीसँग माछाको व्यापार सोध्ने बहाना बनाएर सप्तकोसीको कति नम्बरको ढोका खुल्ला छ ? भन्ने प्रश्न गरेपछि ती माझीले जवाफ दिए– २९ नम्बर। योगेन्द्रले हतार-हतार पानीको बहाव बढी भएतिरबाट रमिलाको शव कोसीमा मिल्काए अनि गाडी घुमाएर बेलबारी फर्किए। घर पुगे पनि उनी तनावमा थिए– शव खोलाले बगायो कि बगाएन ? भनेर। योगेन्द्र भोलिपल्ट फागुन १८ गते पुनः शवको अवस्था बुझ्न कोसी ब्यारेज पुगें। नदीमा फालेको रमिलाको शव के भयो ? कोसी ब्यारेजबाट मिल्काएको ठाउँमा पुगेर हेरे। शव हालेको बोरा कतै देखिएन् अनि ढुक्क भएर घर फर्किए।

हत्यापछि योगेन्द्रको नाटक

सँगै हिँड्ने, सँगै घुम्ने भएकाले योगेन्द्र रमिलाको परिवारसँग परिचित थिए। योगेन्द्रसँग गएकी रमिला भोलिपल्ट पनि घर नफर्किएपछि परिवारले सोधीखोजी सुरु गरे। योगेन्द्रले रमिलाको परिवारलाई भनेका थिए- फागुन १७ गते राति साढे ११ बजे नै मैले घरअगाडि छोडिदिएको थिएँ तर योगेन्द्रले भने जस्तो उनले रमिलालाई घरमा छोडेका थिएनन्। 'भोलिपल्ट रमिलाको परिवारलाई लिएर योगेन्द्र आफैं रमिला हराएको उजुरी लिएर इलाका प्रहरीक कार्यालय बेलबारी आए,' इलाका प्रहरी कार्यालय बेलबारीका प्रहरी निरीक्षक रामकुमार राईले भने, 'गुरुङले बेपत्ता भएकी रमिलाको खोजीका लागि पहल गरिदिन भन्दै आफैले निवेदन दिए, साथमा रमिलाको तस्बिरसमेत बुझाए।' प्रहरी र आफन्तसहित योगेन्द्रले प्रेमिका रमिला हराएको भन्दै नजिकको जंगल तथा खोलातिर खोज्न पनि सघाए। रमिला हराएको उजुरी दिएको पाँच दिन बितिसक्दा पनि केही

बाँकी पृष्ठ २४ मा

कसरी प्रेममा परे ?

श्रीमान्सँग छुट्टिएर माइतीमा बस्दै आएकी रमिला र योगेन्द्र विगत पाँच वर्षदेखि प्रेममा थिए। रमिलाको तेह्रथुमका भीम लिम्बूसँग विवाह भएको थियो। उनीहरूकी १० वर्षकी छोरी शिखा आमा रमिलासँगै थिइन्। विगत ६ वर्षदेखि रमिला र उनका श्रीमान् बीच राम्रो सम्बन्ध नभएको रमिलाको पारिवारीक स्रोत बताउँछ। तेह्रथुम घर भए पनि विवाहपछि रमिला र भीम ससुरालीमै बस्दै आएका थिए। उनीहरूबीच खटपट भएसँगै भीमले रमिलालाई छोडेर गएको रमिलाकी दिदी गंगाले बताइन्। यद्यपि हालसम्म सम्बन्ध-विच्छेद भने भैसकेको थिएन। ५ वर्षअघि रमिला बेलबारीकै एक फेन्सी पसलमा काम गर्थिन्। सोही क्रममा रमिला र योगेन्द्रबीच चिनजानसँगै भेटघाट बढ्न थाल्यो। चिनजान भएको छोटो समयमै उनीहरूबीच प्रेम बस्यो। गुरुङकी पत्नी काठमाडौं बस्दै आएका कारण पनि रमिलासँग उनको प्रेम झाँगियो। उनीहरूबीच पति-पत्नी सरहको सम्बन्ध भएको दाबी गरिन्छ। लामो समयदेखि प्रेममा रहे पनि उनीहरूले एकअर्कालाई साथी भन्दै आएका थिए। रमिला र योगेन्द्रका बारेमा गाउँमा कुरा चल्न थालेपछि रमिलाकी दिदी गंगा सुनुवारले तिमीहरूको सम्बन्ध के हो भन्दै प्रश्न उठाएकी थिइन्। त्यसपछि रमिलाले योगेन्द्रसमक्ष विवाहको प्रस्ताव राखेकी थिइन्। गत कात्तिकदेखि रमिलाले विवाह गर्नुपर्छ भन्न थालेपछि उनीहरूबीचको ठाकठुक बढ्दै गएको थियो। रमिलासँग प्रेममा रहेकै बेला योगेन्द्रको अर्की युवतीसँग पनि चक्कर चलेको हल्ला चलेपछि उनीहरूबीच पटक-पटक झगडा हुँदै आएको थियो। गत फागुन २ गते भ्यालेन्टाइन डे मा पनि रमिला र योगेन्द्र सँगै घुम्न गएका थिए। त्यसक्रममा पनि उनीहरूबीच झगडा परेको बताइन्छ। त्यतिबेला रमिलाले योगेन्द्रको गाडीको सिसा फुटाइदिएकी थिइन्। त्यसदिन रमिलालाई योगेन्द्रले आधा बाटोमै छोडिदिए, तर रमिला भने ट्याम्पो रिजर्व गरी योगेन्द्रको घरमै पुगेर हल्लाखल्ला गर्न थालिन्। त्यसपछि उनीहरूको सम्बन्धका बारेमा गम्भीर प्रश्न खडा हुन थालेको थियो। रमिलाकी दिदी गंगाका अनुसार रमिलाले आफूलाई स्वीकार गर्न योगेन्द्रमाथि दबाब दिँदै आएकी थिइन्। 'मैले यस्तो नगर भनेर बहिनीलाई धेरै पटक सम्झाएँ, योगेन्द्रलाई पनि सम्झाएको थिएँ' गंगाले भनिन्- 'रमिलाले मलाई प्रयोग गर्ने अनि अरुसँग सम्बन्ध बढाउने भनेर कुरा निकालेपछि उनीहरूबीच झगडा हुने गरेको हामीले प्रत्यक्ष सुनेका थियौं।' रमिला र योगेन्द्रको सम्बन्धको हल्ला चलेपछि योगेन्द्रकी पत्नी काठमाडौंबाट बेलबारी आएकी र योगेन्द्रले उनलाई आफू कुनै सम्बन्धमा नरहेको विश्वास दिलाउँदै काठमाडौं फर्काएको बताइन्छ। त्यसपछि रमिला योगेन्द्रको टाउको दुखाइ हुन थालिन्। पत्नीले आफ्नो सम्बन्धका बारेमा सुइँको पाएपछि अन्ततः योगेन्द्र रमिलाको हत्यासम्म पुगे।

हत्यापछि लाश फाल्न प्रयोग गरिएको गाडी

पृष्ठ २३ बाट

पत्ता नलागेपछि प्रहरीले आफ्नो अनुसन्धानलाई अन्यत्र मोड्यो ।

योगेन्द्रसँगै हिँडडुल गर्ने रमिला उनीसँगै गएको दिनदेखि एक्कासि बेपत्ता भएकाले प्रहरीले पहिले योगेन्द्रमाथि नै 'गोप्य' अनुसन्धान थाल्यो । प्रहरी निरीक्षक राईका अनुसार त्यस क्रममा गुरुङको मोबाइलको कल विवरण (सिडिआर) समेत हेरिएको थियो । योगेन्द्र फागुन १७ गतेदेखि २५ गतेसम्म प्रहरीको खोजीमा संलग्न थिए । 'आफैं खोज्न लागिपरेको घटनाका सम्बन्धमा प्रहरीले प्राविधिक रूपमा अनुसन्धान थालेको तथा आफू शंकाको घेरामा रहेको कुरा बुझेपछि योगेन्द्र डराए,' राईले भने, 'प्रहरी अनुसन्धान आफैंतिर सोझिएको यकिन भएपछि गुरुङ विराटनगर जान्छु भन्दै फागुन २४ गते मोबाइल अफ गरेर आफैं बेपत्ता भए ।'

सिसी टिभी फुटेजले पत्ता लगायो हत्यारा

प्रहरीले पक्राउ गर्ने सुइको पाएपछि योगेन्द्र फागुन २४ गते इलामको पशुपतिनगर हुँदै दार्जीलिङतर्फ लागे । प्रहरीले उनको खोजी तीव्र बनाएको थियो । प्रहरीले पक्राउ गर्ने भएपछि भागेको दुई दिनपछि योगेन्द्रलाई इलाका प्रहरी कार्यालय बेलबारीका प्रहरी निरीक्षक रामकुमार राईको नेतृत्वको टोलीले दार्जीलिङबाट फर्कने क्रममा फागुन २६ गते इलाममा पक्राउ गरेको थियो । 'पक्राउ परेपछि पनि उनले घटनाको वास्तविकता लुकाउन खोजे,' प्रहरी निरीक्षक राईले भने, 'प्रहरीले बेलबारीदेखि इटहरी हुँदै पश्चिम कोसी ब्यारेजसम्म राजमार्ग किनारमा जोडिएका सिसिटिभी क्यामेराको फुटेज निकाल्यो । प्रहरीले जुन दिन रमिला हराएकी थिइन, त्यही दिनको सिसिटिभी फुटेज हेर्‍यो । सिसिटिभी फुटेज हेर्दा योगेन्द्रले प्रयोग गरिरहेको बा.१५ च. ७९१६ नम्बरको गाडी इटहरीबाट पश्चिमतर्फ लागेको देखियो ।' बेलबारीदेखि इटहरीसम्म १३-१४ वटा सिसिटिभी छन्, जसको फुटेजबाट योगेन्द्र पश्चिमतर्फ लागेको पुष्टि भएको प्रहरी निरीक्षक राईले बताए ।

प्रहरीले कोसी ब्यारेजको समेत सिसिटिभी फुटेज निकाल्यो । योगेन्द्रको यात्रा त्यही रोकियो, जहाँ योगेन्द्रले गाडीबाट एउटा ठूलो बोरा निकालेर सप्तकोसी नदीमा फालेको प्रष्ट भयो । सिसिटिभी फुटेजमा योगेन्द्रले प्रयोग गर्दै आएको गाडी रातको साढे २ बजे इटहरीबाट पश्चिम लागेको देखिएको थियो । 'शनिबार बिहान साढे ४ बजेको फुटेजअनुसार योगेन्द्र गोठगाउँबाट पुनः पूर्व लागेको देखिन्छ,' राईले भने ।

शव सप्तकोसीमा फालेपछि योगेन्द्रले गाडी फर्काएको भिडियो रेकर्ड फेला परेपछि रमिलाको हत्या उनैले गरेको निष्कर्ष प्रहरीले निकालेको थियो । यी सबै तथ्यका आधारमा बयान लिन थालेपछि हिरासतमा रहेका योगेन्द्रले घटना लुकाउन सकेनन् । 'रमिलाको हत्या आफैंले गरेको स्वीकार गरे,' प्रहरी निरीक्षक राईले भने, 'कोसी ब्यारेजमा शव फालेको बयान दिए । त्यसलगत्तै हामी शव खोज्न ब्यारेज पुग्यौं ।'

२६ दिनपछि शव फेला पर्‍यो

कोसी ब्यारेजबाट सप्तकोसीमा फालिएको रमिलाको शव फेला पार्न प्रहरीलाई २६ दिन लाग्यो । सेतो बोरामा हात खुट्टा बाँधिएको अवस्थामा रमिलाको शव गत बुधबार कोसी ब्यारेजबाट बरामद गरिएको हो । रमिलाको हत्याको आरोपमा पक्राउ परेका योगेन्द्रले प्रहरीलाई दिएको बयानका आधारमा मोरङ प्रहरीले सुनसरी प्रहरीको सहयोगमा रमिलाको शव खोज्न एक साताभन्दा बढी विशेष टोली परिचालन गरेको थियो ।

कोसी ब्यारेजका स्थानीय युवाहरूको सहयोगमा रमिलाको शव सप्तकोसी नदीबाट बाहिर निकालिएको थियो । नदीमा बोराको ठूलो पोको देखेपछि स्थानीय बासिन्दाहरूले प्रहरीलाई खबर गरेका थिए । पछि स्थानीय प्रहरीको अनुरोधमा कोसी ब्यारेजका तीनजना युवाले उक्त शव करिब डेढ घन्टा लगाएर डुङ्गाको सहयोगमा नदीबाट बाहिर निकालेका थिए । राईका आफन्तले शव बुझेपछि धरानस्थित बीपी कोइराला प्रतिष्ठानमा त्यसको पोर्स्टमार्टम गरियो । रमिलाका आफन्तले उनको दाहसंस्कार बेलबारीमै गरेका थिए ।

को हुन् योगेन्द्र गुरुङ ?

बेलबारी-४ घर भएका ४६ वर्षीय योगेन्द्र सम्पन्न परिवारका हुन् । उनी राजनीतिमा लागेपछि विभिन्न संघसंस्थामा आवद्ध भए । तत्कालीन नेकपा एमालेका बेलबारी नगर अध्यक्ष गुरुङ स्थानीय नोबेल हस्पिटलका संचालक पनि हुन् । हाल उनी नेकपाका प्रभावशाली स्थानीय नेता मानिन्थे । उनी बेलबारी किसान साझेदारी वन तथा बेलबारी बोर्डिङ स्कुलका अध्यक्ष रहनुका साथै विभिन्न संघसंस्थामा आवद्ध छन् । गुरुङका २ छोरा तथा श्रीमती छन् ।

कारबाहीको माग

योगेन्द्रले क्रूर तरिकाले हत्या गरेको भन्दै रमिलाका आफन्तले उनका विरुद्ध हदैसम्मको कारवाहीको माग गरेका छन् ।

'यो हत्या योगेन्द्र एक्लैले गरेका होइनन्, यसमा अरूको पनि संलग्नता हुनुपर्छ,' पीडित परिवारले आयोजना गरेको पत्रकार सम्मेलनमा रमिलाकी दिदी गंगामायाले भनिन्, 'प्रहरीले सूक्ष्म रूपमा अनुसन्धान गरी घटनाको यथार्थ विवरण सार्वजनिक गर्नुपर्छ ।' रमिलाको हत्यासँगै उनकी १० वर्षीया छोरी शिखाको भविष्य अन्यौलमा परेको भन्दै परिवारले उनको लालनपालन एवं शिक्षा दीक्षाका लागि आवश्यक पहल गरिदिन समेत माग गरेको छ ।

महिलालाई ठग्दै शारीरिक सम्बन्ध

दुर्गालाल केसी

वैदेशिक रोजगारीपछि विभिन्न व्यवसाय हुँदै अन्त्यमा ठगी र जबर्जस्ती करणीमा लागेका एक व्यक्ति लामो समयपछि पक्राउ परेका छन् । शैक्षिक स्तर कमजोर भएका, एकल महिला तथा श्रीमान् विदेश गएका महिलाहरूलाई लक्षित गरी उनीहरूसँग सम्पर्क गर्ने, ढुकुटी खेल्ने भनेर रकम संकलन गर्ने अनि विभिन्न प्रलोभन एवं दबाबमा पारी यौनसम्पर्क गर्ने तुलसीपुर उपमहानगरपालिका-११, बेलगनारका ४० वर्षीय महेश भनिने भुवन धिताल प्रहरी फन्दामा परेका हुन् ।

धितालले जबरजस्ती करणी गरेको भन्दै तीन जनाको छुट्टाछुट्टै जाहेरी परेको छ । उनीहरू तीनै जनाले विभिन्न समयमा दबाब र प्रलोभनमा पारी आफ्नो यौनशोषण समेत गरिएको दाबी गरेका छन् भने पाँच जनाले ठगिएको भन्दै सामूहिक जाहेरी दिएका छन् । धिताल पक्राउ परेपछि पीडित महिलाहरूले जिल्ला प्रहरी कार्यालय पुगेर उनीविरुद्ध चर्को आक्रोश व्यक्त गरेका थिए । 'यसले लुट्न केही बाँकी छैन । हाम्रो सबथोक लुटेको छ,' एक पीडित महिलाले भनिन्, 'हाम्रो पैसा र इज्जत लुट्नेलाई कडा कार्वाही हुनुपर्छ ।' धितालका कारण आफ्नो घरबार बिग्रने खतरा भएको पीडित महिलाहरूको गुनासो छ ।

पीडितहरूको जाहेरीका आधारमा धितालालाई पक्राउ गरिएको जिल्ला प्रहरी प्रमुख एसपी बेलबहादुर पाण्डे बताउँछन् । धितालालाई दाङ र बाँकेको सीमा क्षेत्रबाट पक्राउ गरिएको एसपी पाण्डेले जानकारी दिए । बाँके हुँदै भागेर काठमाडौं जान लागेका बेला उनलाई पक्राउ गरिएको एसपी पाण्डेले बताए । पीडितहरूले प्रहरीमा जाहेरी दिएको जानकारी पाएपछि उनले जिल्ला छोड्ने योजना बनाएका थिए । आफ्नै गाडीमा नेपालगन्ज पुगेर त्यहाँबाट जहाजमा काठमाडौं जाने योजनामा अघि बढेका धितालालाई प्रहरीले बाटैबाट पक्राउ गरेको हो ।

महिलाहरूको रकम लिएर ठग्ने र पैसा फिर्ता माग्दा आफू पत्रकार भएको, प्रहरीका हाकिमहरूसँग आफ्नो राम्रो सम्बन्ध भएको भन्दै धम्क्याउँदै आएको पीडितहरूले बताएका छन् । धितालले जलजला खबर डट कमको नामबाट पत्रकार परिचयपत्र बनाएर त्यसको दुरुपयोग गरेको प्रहरीले जनाएको छ । कहिलेकाहीं रकम सापटी दिने र धम्क्याएर ३६ प्रतिशतसम्म ब्याज असुल गर्ने, खाली चेकमा हस्ताक्षर गर्न लगाउने र विभिन्न तरिकाले प्रलोभन र दबाबमा पारी यौनशोषण गर्ने गरेको पीडितहरूको उजुरीमा उल्लेख भएको एसपी पाण्डेले बताए ।

धितालको साथबाट १ करोड ६९ लाख रुपैयाँका ८२ थान चेक, दुईवटा खाली चेक, १ करोड २४ लाख रुपैयाँका ३२ वटा तमसुक, बा १५ च ७६६८ नम्बरको एउटा सेतो फोर्ड गाडी, भे ८ प ३९५५ नम्बरको एउटा स्कुटर, चारवटा ढुकुटी खेलाएको रजिष्टर, चारवटा खाली तमसुक, दुईवटा मोबाइल, दुई सुनका औंठी, एउटा ब्रासलेट, १८ हजार ५ सय रुपैयाँ, एउटा घडी तथा एउटा पत्रकार परिचयपत्र बरामद भएको एसपी पाण्डेले जानकारी दिए ।

धितालको आर्थिक स्रोत र सम्पत्तिका बारेमा थप अनुसन्धान गर्न सम्पत्ति शुद्धीकरण विभागलाई समेत अनुरोध गरी पठाइएको एसपी पाण्डेले बताए । प्रहरीले धितालबाट पीडित भएकाहरूसमक्ष निर्धक्क जाहेरी दिन अनुरोध गरेको छ । 'उनको जीवन निकै विलासी देखिन्छ । आम्दानीको स्रोत केही पनि देखिँदैन । पीडितहरू पनि धेरै भएको अनुमान छ,' एसपी पाण्डेले भने,'उनको सम्पत्तिका बारेमा थप छानबिन हुनुपर्ने देखिन्छ । यसमा अरु कोही संलग्न भए नभएको पनि अनुसन्धान गरिरहेका छौं ।'

२०३५ जेठ १ गते तुलसीपुरको बेलगनारमा जन्मिएका धिताल एसएलसीसम्म पढेर २०६० साल वैशाखमा वैदेशिक रोजगारीका लागि मलेसिया गै तीन वर्षपछि फर्किएका थिए । उनी केही वर्ष घरमै खेतीपातीको काम गरेर २०६६ सालमा फेरि दुबई पुगे । २०६८ मा नेपाल फर्किएर धितालले घोराही-१५, दीपशिखा रोडमा तीन वर्ष तथा इन्द्रेणी टोलमा ८ महिनाजति होटल व्यवसाय सञ्चालन गरेका थिए । २०७२ मा होटल व्यवसाय छोडेका धितालले केही समय घरमै बसेर जग्गाको कारोबार गरेका थिए । त्यसयता उनी निरन्तर ठगी र यौनशोषणमा लागेको प्रहरीले जनाएको छ ।

जग्गा कारोबारका क्रममा धिताल ठग्ने काममा संलग्न भएको प्रहरीले जनाएको छ । 'जग्गा दलाली गर्दा बिभिन्न क्षेत्रका मानिसहरूसँग सम्पर्क हुने, पैसा भएका मानिसहरू पहिचान हुने, श्रीमान् विदेश भएका र यहाँ घडेरी किन्न खोज्ने महिला धेरै हुने भएकाले उसलाई ठगीमा संलग्न हुन सजिलो भएको पाइन्छ,' एसपी पाण्डेले भने, 'जग्गा कारोबारकै क्रममा उसले पैसा भएका थुप्रै महिलासँग सम्पर्क गरेको देखिन्छ । सुरुमा कारोबारका नाममा सम्पर्क बढाउने धितालले कतिपयसँग शारीरिक सम्बन्ध राख्दै ठगीसमेत गरेको पाइएको छ ।'

साहित्य

सौराहामा साहित्यिक जमघट

रमेशकुमार पौडेल

जंगल सफारीका लागि देश-विदेशमा परिचित पर्यटकीय क्षेत्र हो – सौराहा, तर यो चैतको दुई साता सौराहामा साहित्यकारहरूको पनि राम्रै जमघट भयो अनि साहित्यका बारेमा मन्थन चल्यो ।

चैत्र ९ गते शनिबार भरतपुरको कविडाँडा साहित्य समाजले नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठानसँग मिलेर सौराहामा 'राष्ट्रिय आख्यान विमर्श' को आयोजना गरेको थियो । नेपाली आख्यानको समसामायिक अवस्था केलाउन देशका नामी आख्यानकार एवं समीक्षकहरू उक्त विमर्शमा जुटेका थिए । उक्त अवसरमा आख्यान अर्थात् उपन्यास, कथा तथा लघुकथाको पछिल्लो १०/१५ वर्षको अवस्थाका सम्बन्धमा जानकारी दिन अनुसन्धानमा आधारित कार्यपत्रहरू समेत प्रस्तुत गरिए ।

प्रज्ञा प्रतिष्ठानका कुलपति गंगाप्रसाद उप्रेती स्वयं उपस्थित उक्त कार्यक्रममा आख्यानकार ध्रुवचन्द्र गौतम, सनत रेग्मी, माया ठकुरी, नारायण ढकाल, नारायण वाग्ले, नयनराज पाण्डे, अभय श्रेष्ठ, अमर न्यौपाने जस्ता स्रष्टा सहभागी थिए । नेपाली कथाका विषयमा रजनी ढकाल, उपन्यासका बारेमा रामजी तिमिल्सिना तथा लघुकथाका बारेमा पुष्करराज भट्टले कार्यपत्र पेस गरे । नेपाली आख्यानलाई देश बाहिरसम्म के-कसरी फैलाउने भन्ने विषयमा कार्यपत्र पेश गर्दै महेश पौड्यालले अनुवादले मात्र यो काममा सहयोग नपुग्ने बताए ।

समीक्षकहरू लक्ष्मण गौतम र धनप्रसाद सुवेदीले मन्थनलाई मजबुत बनाउन आलोचनात्मक दृष्टिकोण प्रस्तुत गरेका थिए । आख्यानकार ध्रुवचन्द्र गौतमले पाठकको स्वभाव बुझेर उसलाई मन पर्ने र आवश्यक विषय दिन लेखकहरू नै सजग हुनुपर्ने सुझाव दिए । आख्यानकार नारायण वाग्ले, नारायण ढकाल, अमर न्यौपाने तथा रेणुका सोलुले आख्यानमा राजनीति र राजनीतिमा आख्यानका विषयमा अभय श्रेष्ठसँग मन्थन गरेका थिए । नेपाली आख्यानमा नारीको, बदलिँदो तस्विरका सम्बन्धमा कुमारी लामाको मध्यस्थतामा अर्चना थापा, नयनराज पाण्डे तथा मनिषा गौचनले चर्चा गरेका थिए ।

सौराहामा उक्त कार्यक्रमले साहित्यिक तरङ्ग छोडेको थियो । अर्को साहित्यिक कार्यक्रमका लागि सौराहाले हप्ता दिन पनि कुर्नु परेन । चैत १५ गते साहित्यकारहरू फेरि सौराहामा जुटे । उनीहरूले दुई दिनसम्म सौराहालाई साहित्यिक वातावरणमा डुबाए जसमा नारायण ढकाल, नयनराज पाण्डे तथा अमर न्यौपाने दोहरिएका थिए भने खगेन्द्र संग्रौला र सुविन भट्टराई थपिएका थिए । विषय र सन्दर्भ पहिलेको भन्दा फरक थियो ।

चिकित्सा शिक्षा अध्ययन गर्ने विद्यार्थीहरूको समूहले सौराहामा उक्त मेडिकल लिट्रेचर मेला सम्पन्न गरेको हो । चैत्र १५ र १६ गते दुई दिन चलेको मेलामा आख्यान लेखनमा सक्रिय चिकित्सक तथा अन्य आख्यानकारहरू सहभागी थिए । त्रिभुवन विश्वविद्यालय चिकित्सा शास्त्र अध्ययन संस्थानमा एमबीबीएस अध्ययनरत साहित्यप्रेमी विद्यार्थीहरूको पहलमा मेडिकल लिटरेचर मेलाको सुरुवात भएको हो ।

डा. गोविन्द केसीले मेलाको उद्घाटन मात्र गरेनन् विपद्का बेला उद्धार र उपचारका लागि देश- विदेशमा खटिँदाको अनुभवसमेत सुनाए । चिकित्सा शिक्षाका सन्दर्भमा उनले आफूले सुरु गरेको अनशनको औचित्य पनि प्रस्ट्याए । स्वस्थ्य हुनुको मूल्यका विषयमा वरिष्ठ कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठले आफ्नो अनुभव प्रस्तुत गरे । डा. रामेश कोइराला, डा. सरोज धिताल तथा डा. जीवन क्षेत्रीले चिकित्सा बाहिरको स्वास्थ्य तथा डाक्टर हुनुको अर्थका बारेमा चर्चा गरे भने विश्लेषक हरि शर्माले सत्याग्रहका सम्बन्धमा मन्तव्य दिए ।

सुविन भट्टराईले सञ्चालन गरेको सत्रमा आख्यानमा पात्र छनौटका विषयमा नयनराज पाण्डे र अमर न्यौपानेले आ-आफ्नो धारणा प्रस्तुत गरे । उद्घाटनका दिन चिकित्सक तथा साहित्यकारसमेत गरेर १३ जनाले कविता सुनाए । दोस्रो दिन डा. सुधा शर्मा र विष्णु विष्टले चिकित्सा पेशामा लागेका महिलाहरूको संघर्षका कथा वर्णन गरे भने दुर्गम क्षेत्रमा कार्यरत डाक्टरका बारेमा डा.सुमन कर्माचार्य एवं डा.समिर लामाले अनुभव सेयर गरे ।

ठुलै साहित्यकारको परिचय बनाएका खगेन्द्र संग्रौला र नारायण ढकाल डाक्टरका पिता पनि रहेछन् । उनीहरूले उपचार सेवा र सन्तानको शिक्षा तथा पेशाका बारेमा रोचक स्मृतिहरू सुनाए । डाक्टरले किन लेख्ने ? भन्ने विषयमा कृतिहरूसमेत सार्वजनिक गरिसकेका डा.सरोज धिताल, डा. रामेश कोइराला तथा डा. रवीन्द्र समीरका धारणा सुनेपछि मेला सम्पन्न भएको थियो ।

कार्यक्रम आयोजक समितिका संयोजक विशद दाहाल सौराहाको कार्यक्रमले आफूहरूलाई निकै प्रभावित गरेको बताउँछन् । समितिका सदस्य आविष्कार चापागाईंका अनुसार मेडिकल लिटरेचर मेलाको अर्को संस्करण पनि चितवनमै गर्ने सोच छ । सौराहा क्षेत्रका पर्यटकीय होटलहरूको संस्था क्षेत्रीय होटल संघका अध्यक्ष सुमन घिमिरे आफैं पनि साहित्यकार हुन् । चितवनमा मन्थनसहितका साहित्यिक कार्यक्रम विरलै हुने गरेका छन् । यस्ता कार्यक्रमले पर्यटनमा समेत सहयोग पुग्ने उनको ठम्याइ छ ।

साहित्यमय सिलगुडी

पर्वत पोर्तेल

सीमापारि दार्जीलिङ भाषा, साहित्य र संगीतमा वैभवशाली छ । दार्जीलिङले अगमसिंह गिरीदेखि इन्द्रबहादुर राई जस्ता साहित्यिक हस्तीहरू जन्माएको छ । गोपाल योन्जन, अरुणा लामा, अम्बर गुरुङहरू जन्माएको छ । भलै अहिले दार्जीलिङ त्यो अवस्थामा छैन । युवा पुस्ताका केही साहित्यकार दार्जीलिङलाई पुनः त्यही अवस्थामा पुऱ्याउने अभियानमा लागेका छन् यतिवेला । यही मेसोमा चैत १५ गतेदेखि १७ गतेसम्म दार्जीलिङको सिलगुडी नेपाली साहित्यमय भयो ।

साग्रिला-दार्जीलिङ लिटरेचर फेष्टिवल नाम दिइएको उक्त उत्सवमा भारत, भुटान, बंगलादेश तथा नेपालका स्रष्टा-सर्जकहरूको ऐतिहासिक जमघट थियो । दार्जीलिङ सानातिना साहित्यिक गतिविधिमा रुमल्लिरहेको तर्क गर्दै कालिम्पोङका पत्रकार प्रज्वल क्षेत्रीले भने, 'सिलगढीमा यस्तो उच्चस्तरको साहित्यिक उत्सव भएको थाहा थिएन । यस किसिमको उत्सव हुनु सिंगो भारतीय नेपालीहरूकै लागि गर्वको विषय हो ।'

उक्त तीनदिने महोत्सवमा भाषा, साहित्य, संस्कृति, शिक्षा, फिल्म, पर्यटन, नाटक एवं दर्शनका सम्बन्धमा अलग-अलग छलफल भएको आयोजक राजा पुनियानीले बताए । चित्रकला, फोटो प्रदर्शनी आदिले महोत्सवलाई थप रोचक बनाएको थियो । भारतीय नाट्य जगतका लिजेन्ड रतन थियमदेखि भारतीय पप संगीत जगतका महारथी अन्जन दत्तसम्म उक्त महोत्सवमा सहभागी भए ।

त्यसका अतिरिक्त राजेन्द्र भण्डारी, सोनम नाम्ग्याल, अजय राय, विपुल चक्रवर्ती, प्रमिल भट्टचार्य, सुमाना राय आदिले विविध विषयका प्यानलमा वैचारिक बहस गरे । दार्जीलिङको इतिहासदेखि वर्तमानसम्म चर्चा गरे इतिहासका ज्ञाता सोनम नाम्ग्यालले । उनले दार्जीलिङ-सिक्किम तथा भुटानका सम्बन्धमा ऐतिहासिक पृष्ठभूमिसहित आफ्ना मत व्यक्त गरे ।

मणिपुरे रंगकर्मी रतन थिएमले भारतीय रंगमञ्च र त्यसका विविध आयाममाथि चर्चा गरे । कोरस थिएटरमा विश्वकै 'टप टेन' कलाकारमा पर्ने थियमले भारतीय रंगमञ्च ध्वस्त बन्दै गएको अनुभव सुनाए । '९९ प्रतिशत भारतीय थिएटर व्यवसायिक छैनन्', रतनले आफ्नो लामो अनुभव साटे,'सरकारी सहायता र सदासयता पटक्कै छैन ।'

उत्सवमा 'इतिहासका गल्छेडामा दार्जीलिङ र नेपाल' विषयको छलफलमा विभु लुइँटेलले पत्रकारहरू केदार शर्मा, देवेन्द्र भट्टराई, सिलगुढीका लेखक ज्ञानेन्द्र खतिवडाबीच बहस चलाइन् । दार्जीलिङ नेपाली साहित्यिक गतिविधिका सम्बन्धमा गम्भीर छलफल भयो । महिलावादी लेखनका सम्बन्धमा कविता लामा, विन्द्या सुब्बा र लीला लुइँटेल गफिए । उक्त बहस लेखनमा नारीवादी चेतमा केन्द्रित थियो । पत्रकार दिपक सापकोटाले नायक दयाहाङ राईसँग रमाइलो कुराकानी गरे । दयाले नाटक, फिल्मदेखि आफ्ना सुख, दुःखका अनुभव खुलेर साटे । आख्यानकार शारदा शर्मा, कुमार नगरकोटी, ब्रजेश खनाल, घिमिरे युवराज आदि पनि विभिन्न बहसमा सहभागी भएका थिए ।

कविता

उनको समाचार

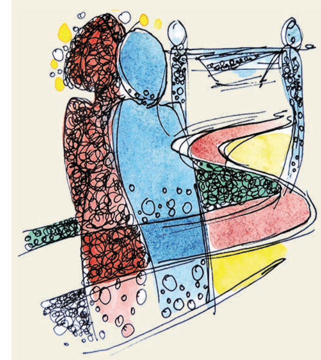
मीनराज वसन्त

भनुँ त, सयौं मधुमासहरू आएर
रित्तै डोली फर्किगएका छन्
जिन्दगीबाट ।

के अर्थ र ? तिमीबिनाको रित्तो डोलीको ।
भनुँ त, बर्सेनि अतिवृष्टि हुँदा
पग्लिँदै गईरहेको छ
चट्टानजस्तो घरमाथिको दमाहा ढुङ्गा
के लाग्छ मन नपग्लिएपछी,
तर, बगेको छ भयंकर पहिरो छातीबाट ।

भनुँ त, घरको भित्तामा
गौथली आफैंले बनाएको गुँड छोडेर
उडेकी छे सधैंका लागि ।
त्यसै शून्य-शून्य भएको छ मन ।

भनुँ त, आँखामा ओत लागेका
सपनाहरू थिए केही
ती पनि बगाएर लगिदिएको छ
मनताता आँसुहरूले ।



र, नभनूँ त प्रिय
भन्नैपर्ने एउटा समाचार छ तिमीसँग ।

समाचार यसप्रकार छ ।
तिमी भेटिएकी थियौ
कुनै होटलको 'टि-टेवल' मा
तिमी मुस्कुराएकी थियौ
बसेर हरियो दूबोको गलैंचामाथि
र, पाउजु लगाएका खुट्टा हल्लाउँदै
तिमी बोलिरहेकी थियौ
अरू कसैसँग ।

त्यही बेला हो
आँखाको लेन्स मिलाएर
तिम्रो फोटो खिचेको मैले
जसका बारेमा थाहै छैन तिमीलाई

प्रिय, तिमी आफैंले थाहा नपाएको
एउटा सुन्दर तस्बिर छ मसँग ।

खै, कसरी काट्छु दिन कट्छ
तर, रातभर वैशाखी टेक्छ तिम्रो तस्विरले
र, हिँडिरहन्छ आँखाको वारपार ।

तिमीसमक्ष पुग्नुपर्ने समाचार त
खासमा यही हो प्रिय
तर, हराएको छ जबदेखी हुलाकी
म आफै बोकि हिँडिरहेछु
तिम्रो समाचार ।

घोडेजात्रा

आज चैत २२ गते काठमाडौंको टुँडिखेलमा घोडेजात्रा मनाइँदैछ । काठमाडौं उपत्यकाका प्रसिद्ध जात्राहरूमध्ये घोडेजात्रा पनि एक हो । अन्य जात्राहरूको जुन सांस्कृतिक महत्व छ, त्यसको तुलनामा घोडेजात्राको तान्त्रिक महत्व बढी छ । प्रचलित कथाअनुसार कुनै बेला काठमाडौंका मानिसहरूलाई उनीहरूका केटाकेटी चोरेर खाइदिने विशालकाय दैत्यलाई मार्न तान्त्रिक अनुष्ठान गरी दैत्यमाथि घोडा दौडाइएको थियो । उक्त दैत्य मारिएपछि काठमाडौंका नागरिकहरूले फेरि-फेरि त्यस्तो दुःख बेहोर्नु नपरोस् भनेर बर्सेनि काठमाडौंको टुँडिखेलमा काल्पनिक दैत्यलाई घोडाको टापले कुल्चने परम्पराको विकास भएको हो, जुन अहिलेसम्म निरन्तर जारी छ ।

पहिले-पहिले घोडेजात्रा मनाइँदा स्थानीय मानिस तथा घोडेजात्रासँग सम्बन्धित गुठीका गुठियारहरू मात्र संलग्न हुन्थे । नेपाल एकीकरणपछि यो जात्रामा राज्यले हस्तक्षेप गर्‍यो । राज्यको हस्तक्षेपपछि घोडेजात्रा नेपाली सेनाको वार्षिक कार्यक्रममा पर्‍यो । त्यसयता अहिलेसम्म घोडेजात्रा नेपाली सेनाले नै मनाउने गरेको छ । यसमा घोडेजात्रासँग सम्बन्धित सामाजिक पक्ष तथा गुठियारहरूलाई समेत संलग्न गराइए पनि अहिले यो शुद्ध रूपमा सेनाको इभेन्टजस्तो देखिन्छ । सेनाले घोडेजात्रासँग सम्बन्धित मिथकीय पाटोहरूलाई विधि विधानसहित पूरा गर्छ भने त्यसका साथै अन्य विभिन्न साहसिक खेलहरू समेत प्रदर्शन गरिन्छ । यो कथाले घोडेजात्राको सन्दर्भलाई कोट्याए पनि खासमा घोडा मानिसको सबैभन्दा नजिकको साथी जनावर हो । यसैकारण पनि हाम्रो समाजमा घोडाको विशेष स्थान छ ।

घोडा र मानिस

सृष्टिको अनादिकालदेखि नै घोडा र कुकुर मानिसको साथमा रहँदै आएको विश्वास गरिन्छ । अन्य घर पालुवा जनावरभन्दा अघि नै घोडा र कुकुरले मानिसलाई साथ दिदैं आएको मानव इतिहासमा अंकित छ । यसैकारण पनि घोडा हाम्रो समाजमा विशेष रुपले सम्मानित छ ।

घोडालाई लगभग ६ हजार वर्षअघि मानिसले जंगलीबाट घरेलु प्रजातिमा रुपान्तरण गरेको वैज्ञानिकहरूको मत छ । ६ हजार वर्षअघिको समय भनेको हाम्रा लागि महाभारतकालको प्रमाणित समय हो । यसरी हेर्दा घोडा महाभारत युगमा मानिसको सामीप्यमा आइसकेको थियो र त्यतिबेलाको भारत वर्ष (अहिलेको सम्पूर्ण दक्षिण एसिया) मा घोडा लोकप्रिय सवारी साधन तथा राजामहाराजाहरूको प्रिय जनावरमा रुपान्तरण भैसकेको विश्वास गर्न सकिन्छ ।

के हो घोडा ?

घोडा वैज्ञानिक परिभाषाअनुसार इक्युडी (Equidae) परिवारअन्तर्गतको स्तनधारी प्राणी हो । यो परिवार अन्तर्गत नै गधा, जेब्राजस्ता जनावर पनि छन् । घोडाको प्राचीनतम स्वरुप इयोहिप्पस (Eohippus) लाई मानिन्छ । घोडाको वैज्ञानिक नाम इक्वस (Equus) हो । यो ग्रीक शब्द हो, जसको अर्थ नै घोडा हुन्छ । संसारभर घोडाका घरेलु र जंगली सबैथरिका प्रजातिका लागि यही एउटा शब्दमात्र प्रयोग हुन्छ । अहिलेको अवस्थामा मध्य एसियाको पश्चिमी मंगोलिया र पूर्वी तुर्किस्तानका घासे मैदानमा मात्र घोडाको वास्तविक जंगली प्रजाति पाइन्छ । अन्यत्रका लगभग सबै घोडा घरेलु घोडामा परिणत भैसकेका छन् । स्मरणीय छ, मानिसका लागि अनेकौं भूमिका निर्वाह गरेपनि घोडाले मानिसको हाउभाउ तथा आदेश कसरी बुझ्छ ? भन्ने विषयमा अहिलेसम्म गरिएका कुनै पनि अध्ययनले यही विशेषताका कारण घोडाले मानिसलाई बुझ्छ भनेर ठोकुवा गर्न सकिएको छैन ।

प्राकृतिक रूपमा घोडा शाकाहारी प्राणी हो । जंगली अवस्थामा दानासहितको घाँस मन पराउने घोडाले मानिसको सम्पर्कमा आएपछि अन्य अनाजको स्वाद पाएको हो । ती अनाजमध्ये चना र मकै घोडाका लागि प्रिय मानिन्छन् । यद्यपि अहिले पनि घोडाले पकाएको अनाज वा अन्य खानेकुरा रुचाउँदैन । उसका लागि काँचो अनाज नै प्रिय हुन्छ ।

मानिसले आफ्ना लागिजस्तै घोडा लागि पनि आवासको व्यवस्था गर्दै आएको छ । घोडा नै आवासको व्यवस्था पाउने पहिलो जनावर हो । अहिले पनि गाईभैंसीलगायतका जनावरका लागि गोठको व्यवस्था गर्दा घोडाका लागि पनि विशेष रूपमा तबेलाको व्यवस्था गरिएको हुन्छ । तबेलामा घोडा आफ्नो प्रजातिसँग मात्र बस्न रुचाउँछ । तबेलामा घोडाले अन्य जनावरको संगत मन पराउँदैन ।

घोडा सामाजिक प्राणी हो । जंगली अवस्थामा यो झुण्डमा रहन मन पराउँछ । एउटा झुन्डमा लगभग १ हजारसम्म घोडा भेटिएका छन् । घोडाले एक पटकमा एउटा मात्र बच्चा जन्माउँछ भने जन्मिएको ६ महिनासम्म स्तनपान गराउँछ । घाँस चर्ने भएपछि घोडा आफ्नी आमाबाट बिस्तारै अलग हुन थाल्छ । वयस्क भएपछि जोडी खोजेर आफ्नो परिवार बनाउनेतर्फ प्रेरित हुन्छ । यसो हुँदा पनि उसले आफ्नो झुण्ड त्याग्दैन् । पहिले-पहिले मानिसले आफूलाई आवश्यक घोडा यस्तै कलिला घोडा जंगलबाट समातेर घरमा ल्याई प्रशिक्षण दिएर तयार गर्थे । कालान्तरमा घोडाको प्रजनन समेत मानिसले आफै गराउन थाल्यो जुन अहिलेसम्म निरन्तर छ ।

घोडाको इतिहास

घोडालाई सबैभन्दा पहिले एसिया र युरोपलाई छुट्याउने युराल पर्वत वरिपरि बसोबास गर्ने मंगोल समुदायका मानिसले प्रयोग गरेको विश्वास गरिन्छ । निकै पछिसम्म पनि फिरन्ता र सिकारी जीवन बिताएका मंगोलहरूका लागि घोडा वरदान नै थियो । कालान्तरमा मध्यएसियादेखि युरोपसम्म मंगोल साम्राज्य विस्तार हुँदा उनीहरूको सैनिक अभियानमा घोडा सबैभन्दा भरपर्दो साथी थियो । इतिहासकारहरूको मान्यताअनुसार घोडालाई लडाइँमा प्रयोग गर्ने पनि मंगोलहरू नै थिए । घोडाको यस्तै सफल र सबल प्रयोगका कारण नै कुनै बेला सम्पूर्ण एसिया र युरोप मंगोल साम्राज्यको अधिनमा थिए । हन्निबाल, अटिला, चंगेज खान, तैमुरलङजस्ता इतिहास प्रसिद्ध योद्धाहरू घोडाकै सफल प्रयोगका कारण आफ्नो साम्राज्य विस्तारमा सफल भएका थिए ।

घोडासम्बन्धी केही तथ्य

- मानिसपछि घोडा मात्र यस्तो जनावर हो, जसको शरीरबाट पसिना आउँछ ।
- घोडामात्र यस्तो जनावर हो, जसको मानिसको जस्तै केस हुन्छ ।
- घोडाले नाकबाट मात्र श्वास फेर्छ । श्वास फेर्दा घोडाले हामीलेजस्तो वा अन्य जनावरलेजस्तो मुख प्रयोग गर्दैन ।
- घोडा नरोकिई लगातार आठ घण्टासम्म दौडन सक्छ ।
- धेरै मानिसले घोडालाई बसेको अवस्थामा नदेखेका हुन सक्छन् । यसका पछाडि पनि वैज्ञानिक कारण छ । घोडाले उभिदाभन्दा बस्दा दोब्बर उर्जा खपत गर्छ । त्यसैले आफ्नो शरीरको उर्जा बचाउन घोडा बस्दैंन ।
- एक अनुमानअनुसार अहिले संसारभर ६ करोडभन्दा बढी घोडा पाल्तू अवस्थामा छन् ।
- अन्य स्तनधारी जनावरको तुलनामा घोडाको आँखा उसको शरीरको अनुपातमा ठूलो हुन्छ ।
- संसारभर ३ सयभन्दा बढी प्रजातिका घोडा पाइन्छन् ।
- घोडाको औसत उमेर ३० वर्ष हो ।
- घोडामाथि लेखिएको पहिलो कृति 'शालिहोत्र'लाई मानिन्छ । उक्त कृति महाभारतकालमा लेखिएको अनुमान गरिएको छ ।
- एउटा घोडाले अधिकतम १४ दशमलव ९ अश्वशक्ति बराबरको उर्जा उत्पादन गर्न सक्छ । एक अश्वशक्ति बराबर ७ सय ४६ वाटशक्ति हुन्छ । यसैकारण अहिले पनि वैज्ञानिकहरू शक्ति अथवा उर्जालाई हर्षपावर अर्थात अश्वशक्तिका रुपमा परिभाषित गर्छन् ।

सामाजिक प्रचलन र घोडा

- घोडा मानिससँग कतिसम्म नजिक छ भने मानिसले घोडालाई आफ्नो सामाजिक तथा सांस्कृतिक संस्कारहरूमा समेत प्रयोग गर्छन् । उदाहरणका लागि विवाहमा दुलाहा घोडामा चढ्नु र लडाइँमा सेनाले घोडाको उपयोग गर्नुलाई लिन सकिन्छ ।
- घोडामात्र यस्तो जीव हो, जसलाई अन्तर्राष्ट्रिय ओलम्पिक कमिटीले समेत मानिसलाई जस्तै एउटा खेलाडीका रूपमा मान्यता दिएको छ । यसैकारण ओलम्पिकलगायतका कतिपय अवसरमा घोडासँग सम्बन्धित खेल पनि हुन्छन् र घोडाले समेत पदक जित्छ ।
- औषधी विज्ञानमा पनि घोडाको ठूलो महत्व छ । अहिले पनि सर्पको डसाइको उपचारका लागि वैज्ञानिकहरू घोडाको रगत प्रयोग गर्छन् । सर्प डसाइको औषधी बनाउन घोडाको रगतमा सर्पको विष मिसाएर एक किसिमको सिरमको विकास गरिन्छ । उक्त सिरमबाट नै सर्पको डसाइबाट बचाउने औषधी निर्माण गरिन्छ ।
- मंगोलियालगायतका कतिपय देशमा घोडाको मासु सबैभन्दा लोकप्रिय मानिन्छ । ती देशमा घोडाको मासुबाट अनेकन स्वादिला परिकार समेत तयार पारिन्छ ।

केही प्रसिद्ध घोडा

मारेन्गो

ट्राभलर

पालोमो

चेतक
मेवाडका शासक महाराणा प्रतापको घोडा चेतक इतिहासकै सर्वाधिक चर्चित घोडा हो। भनिन्छ, उक्त घोडाले विभिन्न लडाइँका क्रममा महाराणा प्रतापलाई धेरै पटक मर्नबाट जोगाएको थियो। भारतीय इतिहासकारहरूले यसको गतिशीलता र स्वामीभक्तिको मुक्तकण्ठले चर्चा गरेका छन्।

बुसफालस
विश्वविजयमा निस्किएका ग्रिसका शासक अलेक्जेण्डर द ग्रेटको निजी घोडा थियो–बुसफालस। अहिले पनि विभिन्न मूर्तिकारले घोडाको मूर्ति बनाउने परिकल्पना गर्दा यही घोडाको काल्पनिक चित्रलाई आधार बनाउँछन्।

ट्राभलर
अमेरिकी स्वतन्त्रता संग्रामका नायक जनरल रबर्ट इ.लिको निजी घोडा ट्राभलरले अमेरिकी स्वतन्त्रता संग्रामका बेला जनरल लि लाई धेरै पटक अंग्रेज तथा युरोपेली सैनिकहरूको दुष्चक्रबाट जोगाउन दुश्साहसिक क्षमता प्रदर्शन गरेको थियो।

मारेन्गो
यो घोडा विश्वविजयको सपना देख्ने फ्रान्सका सम्राट नेपोलियनको निजी घोडा थियो। नेपोलियन बोनापार्टको जीवनको अन्तिम समयसम्म उनी सँगै रहेको यो घोडालाई वाटरलुको अन्तिम युद्धमा ब्रिटिसहरूले विजय प्राप्त गरेपछि आफ्नो कब्जामा लिएका थिए। यसलाई युद्धबन्दी बन्ने पहिलो घोडासमेत मानिन्छ।

पालोमो
सम्पूर्ण दक्षिण अमेरिकालाई स्पेन र पोर्चुगलको दासताबाट उन्मुक्ति दिन युद्ध अभियान सञ्चालन गरेका विश्वकै सर्वाधिक चर्चित योद्धा सिमोन बोलिभरको नीजि घोडाको नाम पालोमो थियो। यही घोडामा चढेर बोलिभरले एण्डिजको पर्वतमालादेखि अर्जेन्टिनाको पुछारसम्म आफ्ना स्वतन्त्रता सेनानीलाई युद्धसम्बन्धी निर्देशन दिन्थे।

काजतान्का
प्रथम विश्वयुद्धताका जर्मन आक्रमणकारी सेना विरुद्ध पोल्यान्डका जनताको नेतृत्व गर्ने मार्सल जोजेफ पिल्सुड्स्की यही घोडामा सवार भएर आफ्ना सैनिकको नेतृत्व गर्थे। खासमा यो एउटा घोडी थिई।

हिन्दू मिथकमा घोडा

हिन्दू मान्यताअनुसार घोडाको उत्पति समुन्द्र मन्थनबाट भएको हो। कथाअनुसार समुन्द्र मन्थन गर्दा ऐरावत हातीपछि उच्चश्रैवा निस्किएको थियो। देवता तथा दानवहरूबीचको सहमतिअनुसार त्यतिबेला उक्त घोडा देवताहरूका राजा इन्द्रलाई प्रदान गरिएको थियो। भनिन्छ, इन्द्रको रथ यही घोडाले तान्थ्यो।

अश्वशीर
पौराणिक कथाअनुसार श्रीमहादेवका भक्त ऋषि दधिचीले दानवहरूको संहार गर्न आफूलाई आहुती दिएर आफ्ना हाड बज्र बनाउन दिएका थिए। उक्त घटनापछि आफ्नो जीवन गुमाएका ऋषि दधिचीलाई पुर्नजीवन दिन अश्विनीकुमारले आफ्ना दुईमध्ये एक टाउको दिए। उक्त टाउको प्राप्त गरेपछि दधिचीको नाम नै अश्वशीर भएको थियो।

अश्विनीकुमार
देवताहरूका वैद्य अश्विनीकुमारको घोडा दुईवटा टाउको भएका व्यक्ति थिए। उनको उत्पति सुर्यदेवले आफ्नी पत्नी संज्ञालाई सन्तुष्टी दिने क्रममा भएको बताइन्छ।

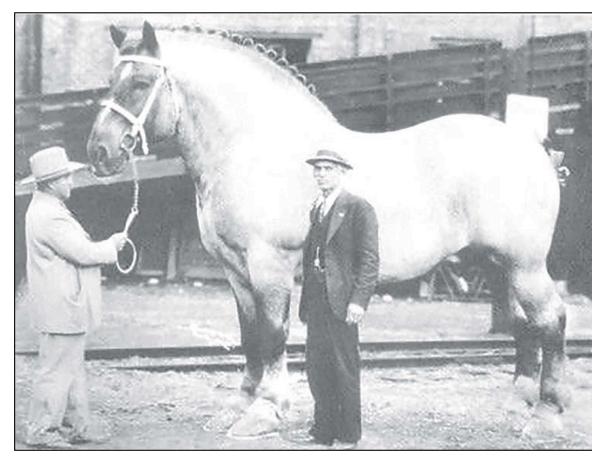
हयग्रिव दैत्य र हयग्रिव अवतार
कश्यप ऋषिका दैत्यपुत्रको नाम हयग्रिव थियो। हयग्रिवको अर्थ हुन्छ, घोडाकोजस्तो टाउको र घाँटी भएको मानिस। कालान्तरमा हयग्रिवले देवत्व प्राप्त गर्न भगवान विष्णुको तपस्या गरेका थिए। हयग्रिवको तपस्याबाट प्रशन्न भएका भगवान विष्णुले उनका दानवीय स्वभाव समाप्त गर्न र उनलाई आफूमा लीन गराउन हयग्रिवको अवतार लिनुभएको थियो।

अश्वमेध यज्ञ
हिन्दू धर्मशास्त्रमा यज्ञको ठूलो महत्व छ। यज्ञहरूमा पनि अश्वमेध यज्ञलाई सबैभन्दा ठूलो मानिन्छ। उक्त यज्ञमा चक्रवर्ती राजाले घोडाको विशेष पुजा गरेर त्यसलाई चारै दिशातिर छोड्छन्। शास्त्रअनुसार त्यसरी छाडिएको घोडाले एक दिनमा जति ठाउँ ओगट्न सक्छ ती ठाउँमा तिनै राजाको शासनाधिकार स्थापित हुन्थ्यो। कथमकदाचित कसैले त्यो घोडा रोके उसले सम्बन्धित राजासित युद्ध गर्नुपर्थ्यो भने पराजित भएको अवस्थामा दास हुनुपर्थ्यो।

सबैभन्दा सानो घोडा

अमेरिकामा विकास गरिएको फालाबेला मिनिएचर हर्स संसारकै सबैभन्दा सानो प्रजातिको घोडा हो। यो घोडा ३२ इन्च अर्थात् ८१ सेन्टिमिटरमात्र अग्लो हुन्छ। यो घोडाको विकास खासगरी सर्कस तथा अन्य रमाइला खेलमा बालबालिकाहरू रमाउने वातावरण सिर्जना गर्न गरिएको हो।

सबैभन्दा ठूलो घोडा



संसारको सबैभन्दा ठूलो घोडा स्याम्पसन थियो। शायर हर्स प्रजातिको उक्त घोडालाई सन् १८४६ मा बेलायतको बेडफोर्डशायर भन्ने ठाउँमा मापन गरिएको थियो। त्यतिबेला स्याम्पसन ८६ दशमलव ५ इन्च अथवा २ सय २० सेन्टिमिटर अग्लो थियो भने यसको तौल १ हजार ५ सय २४ किलोग्राम थियो।

सबैभन्दा तीव्र गतिको घोडा

घोडा त्यसै पनि गतिशील जीव हो। पृथ्वीमा उपलब्ध स्तनधारी जनावरहरूमध्ये मानिसको संगतमा रहेको सबैभन्दा तीव्र गतिको जनावर घोडालाई नै मानिन्छ। गिनिज बुक अफ वर्ल्ड रेकर्डकाअनुसार थोरोब्रेड प्रजातिको एउटा घोडाले दौडिने क्रममा ७० दशमलव ७६ किलोमिटर प्रतिघण्टाको गति प्राप्त गरेको थियो।

जनताको विचार

नयाँ वर्षमा कहाँ घुम्ने सोच छ?

नयाँ वर्षमा हेलिकप्टरमार्फत सगरमाथाको शिखर अवलोकन गर्ने हो । शिखर चुम्न नसके पनि नजिकबाट त हेर्नुपर्‍यो नि ।

गोपाल अर्याल

काठमाडौं जाने हो, नयाँ मेसिन आइर'छ अरे, त्यही बाटो बढारेको हेर्न ।

चन्दा गौतम

धरहरा र रानीपोखरी घुम्ने प्लान थियो नि, के गर्नु बनाएनन्, खाइदिए दुवै ।

गणेश गौतम

यसो बन्जी हान्न जाउँ भनेर सोचिरा', तर यति कल्कलाउँदो बैंसमा डोलीमा चढ्न नपाई के डोरीमा झुन्डिनु भन्ने कुराले पिरोलिरा'छ हजुर ।

पदमकुमार श्रेष्ठ

अब कसैले निमन्त्रणा गरेछन् भने जाउँला नि रारातिर डुबुल्की मार्न, कि त भोटेकोसीमा हाम फाल्न, अन्त त धुलै-धुलो छ कहाँ जानु र ?

हरी थापा

परिवारका सबै सदस्य एकै ठाउँमा जम्मा भएर खुसी र माया साटासाट गरि नयाँ वर्ष मनाउन पाउनु नै सबै भन्दा ठूलो कुरा हो ।

कुसु खड्का

नयाँ वर्षमा नेपालकै रारा, मुस्ताङ, बर्दिया र खप्तड राष्ट्रिय निकुञ्ज घुम्ने सोच थियो तर वैदेशिक रोजगारमा भएको मान्छे, यहाँ कता घुम्नु र खै ?

भावना घिमिरे

जिन्दगीमा नयाँ वर्ष रमाइलो गरी मनाउने दिन कहिल्यै जुरेन । अहिले पनि त्यस्तै छ । देश छोडेर विदेश आएको छु, नेपालमा नयाँ वर्ष हुँदा यता कामकै चटारो हुन्छ ।

ब्रहिम विष्ट

जिन्दगीले यत्तिकै घुमाइराखेको छ । यहाँभन्दा बढी के घुम्नु र खै ? सकिन्न होला योभन्दा बढी घुम्न ।

मनोजकुमार तामाङ

घुम्न जान त हुन्थ्यो । प्रहरीको फन्दा र ट्राफिक प्रहरीको ल्याङ-ल्याङ सुन्नुभन्दा, घरमै बसेर लोकल चिरिप्प पार्दै साथीभाइहरूसँग नयाँ वर्ष मनाउने विचार गरेको छु ।

रोहित गुरुङ

सुन्दरताले भरिपूर्ण मेरो जन्मभूमि र पुर्खाको भूमि घुमेर अनि नवीन सोच लिएर नयाँ वर्ष मनाउनेछु ।

वेदप्रकाश

धेरै टाढा कतै जाने विचार छैन, म त वृद्धाश्रम जाने अनि बा-आमाहरूसँग बसेर खुसी साट्ने ।

सेप्टेम्बर क्विन

बाइक भाडामा लिएर भएनी पूर्व मेचीदेखि महाकालीसम्म पुग्नुपर्ला । रेलको कुरा त अब के गर्नु र खै ?

पि लिम्बु

घले गाउँ, घान्द्रुक हुँदै काठमाडौं जाने हो ।

विकल थापा

मलाई त आफ्नै जिन्दगीले घुमाएको छ हजुर, कता जानु र घुम्न पनि ?

संयोग लिम्बू

गोजीमा गाँठ छैन त्यसैले घुम्ने आँट छैन । बेरोजगारीको समस्याले नयाँ वर्षमा पनि मार हान्ने भो ।

नवराज आचार्य

म यहाँ घुम्न जान्छु भन्ने कुरा छापियो, अनि त्यो ठाउँ घुम्न गइएन भने के हुन्छ ? –सोचमग्न भएको अवस्था ।

रोशन राना

म त चन्द्रमा जाने घुम्न, त्यो नि बूढाबूढी मिलेर ।

नविनराज मल्ल

घुम्न त मन छ नि के गर्नु सरकारले बिदा र तलब बढाको होइन ।

प्रकाश पाण्डे

बाग्मतीमा माछा मार्न जाने योजना छ ।

मिना

वर्ष नयाँ तर पुरानो ठाउँ रारा ताल जान मन छ ।

लविन्द्रजंग हमाल

पैसा खर्च नहुने ठाउँ हेर्नु छ ।

दिलीप मगर

मैले अबुधाबी घुम्ने योजना बनाएको छु ।

सुवास पण्डित

रिंगटा नलाग्ने ठाउँ घुम्ने हो ।

सुदीप तामाङ

बाहिर घुम्न गए खुट्टा टेक्ने ठाउँ हुँदैन, टन्न सोलमारी ल्याउने हो, दिनभरि खाँदै-पिउँदै बस्ने हो ।

कुमार बुढाथोकी

गर्लफ्रेन्ड लिएर प्राग जाऊँ कि भन्दैछु ।

सुलभ दाहाल

हुम्लाको सर्केघाट गाउँपालिकासम्म पुग्ने योजना छ । साथीहरूबाट प्राप्त जानकारीअनुसार त्यहाँ एक बोरा चामलका लागि ज्यान लिन र दिन पनि तयार हुन्छन् रे मानिसहरू ।

जीवन पौडेल

बेरोजगार भएर साहूको ऋण लिई खाडी छिरेको, सावाँ-ब्याज तिर्न नसकेर खाडीमै रुमल्लिन बाध्य छु के नयाँ वर्ष के चाड पर्व, मात्र विगतको स्मरण ।

एस

नयाँ वर्षमा एक दिन छुट्टि त्यो पनि बाहिर कहाँ जानु र ? घरमै बसी परिवारसँग रमाइलो गरिन्छ त्यो जति रमाइलो अरू के हुन्छ र ?

अनिल खरेल

नगरकोटतिर लागिन्छ अनि मीठा-मीठा परिकार खाइन्छ, समयमै घर आइन्छ र आमाले देख्दा छोरी कति असल, नयाँ वर्षमा नि किन घुम्न मन नगरेकी भन्छिन्, आफू समयमै घुमघाम सकेर घर आइन्छ ।

थापा

शे-फोक्सुन्डो ताल घुम्न जाने योजना बनाएको छु । त्यहाँ तस्बिर खिचाउने ठूलो रहर छ ।

गोठाली

हामी विदेशीलाई त १ महिना त घरमै ठिक्क हुन्छ, समय गएको पत्तै हुँदैन ।

कृष्ण भुषाल

नेल आर्ट र ब्यूटीसियन ट्रेनिङ्गमा निशुल्क भर्ना

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

* *

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

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

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

चैत २२ गते
घोडे जात्रा
चैत २४ गते
विश्व स्वास्थ्य दिवस
चैत २५ गते
विस्केट जात्रा प्रारम्भ

मेष

कार्यव्यस्तताले जीवनशैलीमा परिवर्तन आउन सक्छ । प्रयत्न गर्दा आँटेको काम सम्पन्न गर्न सकिनेछ । नसोचेको काममा खर्च हुनेछ । आफ्नो भलो चिताउनेहरूसँग भेटघाट हुन सक्छ । साताको अन्त्यमा व्यक्तित्वको आकर्षण बढाउँदै दिगो कामको जग बसाउन पाइनेछ ।

वृष

मेहनतले उच्च स्थान दिलाउनेछ ।सभा सम्मेलनमा भाग लिने अवसर जुट्नेछ । समयको ख्याल गर्नुहोला । विपक्षीहरूले कुरा काट्दा आफैँलाई फाइदा मिल्नेछ । शुभ समाचार प्राप्त भएर मनमा उत्साह थपिनेछ । श्रीमती वा प्रेमिकाले घुर्क्याउन सक्छिन् ।

मिथुन

ठूला किसिमका कार्य सम्पन्न गर्नुपर्ने हुनाले त्यसको जटिलतातर्फ ध्यान दिनुहोला । आकस्मिक यात्रामा सरसामान छुट्न सक्छ । प्रभावशाली व्यक्तित्वहरूसँग भलाकुसारी हुनेछ । समयले साथ दिएको छ, प्रतिष्ठा जोगिने गरी काम गर्नुहोला ।

कर्कट

शिक्षामा लगानी गर्दा थप मेहनत गर्नुपर्ने हुन्छ । विलासिताका साधन खरिद-बिक्री गर्न अग्रसर भइनेछ । प्रेम प्रस्ताव राख्ने समय आएको छ । कम बोल्दा नै राम्रो परिणाम हात लाग्नेछ । सरकारी कर्मचारीले विवेक एवं सावधानी अपनाउनुहोला । सेतो रंगको पहिरनले आशीर्वाद बर्साउनेछ ।

सिंह

भविष्यका निम्ति दिगो जग बसाउने बेला आएको छ । छोटो समयमै घुलमिल हुन खोज्नेहरूसँग सचेत रहनुहोला । नयाँ मित्रतामा प्रेम अंकुरित हुन सक्छ । मान्यजनको सुझाव अत्मसात् गर्दा जीवनमा सकारात्मक उर्जा प्राप्त हुने देखिन्छ । आर्थिक क्षेत्रमा गरिएका प्रयत्नले लक्ष्यमा पुग्ने बाटो देखाउनेछ ।

कन्या

पूर्वतर्फको यात्राबाट मनग्य मुनाफा हात पर्न सक्छ । रुचिका विषयमा लगानी गर्न सकिनेछ । सवारी साधन खरिद गर्ने योजना बनाउनुभएको छ भने प्रक्रिया अघि बढाउनुहोला । आफ्नो प्रतिष्ठासँग जोडिएर कार्यक्षेत्रमा नयाँ चुनौति देखा पर्न सक्छ ।

तुला

रोकिएका काममा पुनः प्रयास गर्दा सफलता हात पर्न सक्छ । आर्थिक विषयलाई लिएर अभिभावकहरूसँग मतभेद उत्पन्न होला । ईर्ष्या गर्नेहरूबाट टाढै रहनुपर्नेछ । सोमबारपछि बाधा-अड्चनहरू स्वतः समाप्त हुनेछन् । व्यवसाय तथा उद्योगधन्दाबाट राम्रै मुनाफा प्राप्त गर्न सकिनेछ । साथीभाइले यथेष्ठ खर्च गराउनेछन् ।

वृश्चिक

उच्च शिक्षाका निम्ति रोजिएको विषयमा अवसर प्राप्त गर्न अझ केही समय कुर्नुपर्नेछ । यात्रा तथा मनोरञ्जनका क्रममा अनावश्यक खर्चले तनाव सिर्जना गर्न सक्छ । नयाँ परिचित मित्रबाट अपेक्षा गरेभन्दा बढि सहयोग पाइनेछ । साताको अन्त्यमा पुण्य कार्यको अवसर जुट्नेछ ।

धनु

सोचेजस्तो लाभ हासिल गर्न केही समय कुर्नुपर्ने अवस्था छ । घरायसी व्यवहारबाट टाढै रहनुहोला । आकस्मिक लाभ प्राप्त हुने सम्भावना छ । भ्रमणका क्रममा भेटिएका मित्रले अनुचित फाइदा उठाउने प्रयास गर्न सक्छन् । कम बोल्नु नै उपयुक्त हुन्छ ।

मकर

विपक्षीले आफ्ना त्रुटि औँल्याउन सक्छन् । खराब नियत भएकाहरूबाट टाढै रही प्रतिष्ठा जोगाउने प्रयास गर्नुहोला । नीलो रंगको पहिरन प्रयोग गर्दा कम मेहनतमै सही मार्ग पहिल्याउन सहज हुनेछ । सवारी साधन चलाउँदा सावधानी अपनाउनुपर्नेछ ।

कुम्भ

जिम्मेवारीबोध गर्दा अवसरले उचाइमा पुर्‍याउनेछ । शारीरिक आलस्यताका कारण महत्वपूर्ण काम छुट्न सक्छ, समयको ख्याल गर्नुहोला । ठूला अवसरहरूले पिछा गरेको अवस्था छ । अधुरै रहेको लामो समयदेखिको मनोरञ्जनको चाहना पूरा हुनेछ । खानपानमा विशेष ध्यान दिनुहोला ।

मीन

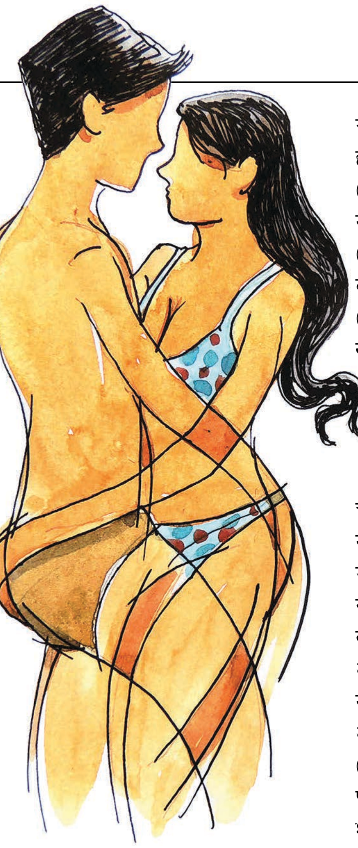
नयाँ स्थान र अवसरका निम्ति केही दौडधूप गर्नुपर्ला । परिस्थितिसँग सम्झैता गर्नुपरे पनि आफूलाई दिगो फाइदा हुनेछ । साथीहरूसँग भ्रमणमा रमाउँदा खर्चको भार थपिनेछ । अभिभावकहरूको वचन परिवर्तनले सवारी साधन गुम्ने खतरा छ । खानपान तथा भोज भतेरमा सामेल हुँदा स्वास्थ्यको ख्याल राख्नुहोला ।

यौन जिज्ञासा र समाधान

डा. राजेन्द्र भट्ट

म २० वर्षीया अविवाहित महिला हुँ। दुई वर्षअघि मेरो केटा साथीसँग यौनसम्पर्क हुन्थ्यो तर अहिले हुँदैन। आजभोलि मेरो योनि चिलाउँछ र खुकुलो पनि छ। यसले भविष्यमा समस्या निम्त्याउँछ कि जस्तो लाग्छ, मलाई यसको सहज समाधान बताइदिनुहुन अनुरोध छ।

पी.डी.



कतिपय योनिको शोथ वा संक्रमणले योनि चिलाउने हुन सक्छ। यसका लागि विशेष गरेर ट्राइकोमोनियासिस वा क्यान्डिडियासिसजस्ता संक्रमण जिम्मेवार हुन्छ। ट्राइकोमोनियासिस हुँदा हरियो-पँहेलो किसिमको फोमजस्तै योनिश्राव हुने तथा योनि चिलाउने हुन्छ भने क्यान्डिडियासिस हुँदा सेतो बाक्लो दहीजस्तै योनिश्राव भै चिलाउँछ। क्यान्डिडियासिस एक ढुसी जातको क्यान्डिडा एल्बिकान्स भनिने सूक्ष्मजीवले गराउँछ भने ट्राइकोमोनियासिस ट्राइकोमोनास भ्याजिनालिस भनिने एक कोषीय प्राणीले गराउँछ। तपाईंलाई थाहै होला, यौनरोग यौनसम्पर्कबाट संक्रमित हुन्छ। आफ्नो केटासाथीसँगको यौन सम्पर्कलाई तपाईंले कत्तिको सुरक्षित बनाउनुभएको थियो थाहा भएन। समस्या कायम रहे चिकित्सकको सल्लाहमा औषधी सेवन गर्नुहोला। त्यसबाहेक यौन अंगको सरसफाइको कमी तथा कमजोर स्वास्थ्यले पनि यस्तोसंक्रमणलाई बढावा दिन्छ। कडा किसिमको साबुन वा डियोडेरान्टको प्रयोगका साथै एन्टिबायोटिकको अनावश्यक सेवनले पनि यस्तो हुन सक्छ।

खुकुलो योनिको कुरा

व्यक्तिअनुसार लिंग वा योनिको नाप र आकारमा धेरै भिन्नता हुन्छ। कतिपय स्थितिमा लिंगको गोलाइसँग तुलना गरी यो खुकुलो भयो कि भनिन्छ। तपाईंले कसरी योनिको नाप लिनुभयो र खुकुलो भयो भन्ने कुरा थाहा पाउनुभयो ? तपाईंले आफ्नो योनिलाई किन खुकुलो भन्नुभएको हो बुझ्न सकिएन। योनि मांसपेशीले बनेको एकदमै लचिलो वा भनौं तन्किन सक्ने गुण भएको नली आकारको अंग हो, जसको लम्बाइ सामान्यतया ३ देखि ४ इन्च हुन्छ। योनि नली आकारको अंग भए पनि पाइपको जस्तो जतिबेला पनि प्वाल वा खाली ठाउँ रहेको स्थिति भने हुँदैन। सामान्य अवस्थामा यसका भित्ताहरू एक-अर्कासँग टाँसिएको अवस्थामा हुन्छन् तर लिंग प्रवेश गर्दा यसले त्यसका लागि स्थान दिन्छ। एकछिन विचार गर्नु होस् त, कुनै ठूलो आकारको कुरा मुखमा हालियो भन्दैमा त्यो सधैं खुकुलो भएर सानो कुरा च्याप्नै नसक्ने हुन्छ र ? पक्कै हुँदैन। ठूलो लड्डु खाएपछि हाम्रा ओठले पातलो सियो पनि राम्रोसँग समाउन सक्छ। यौनसम्पर्क राख्दैमा योनि खुकुलो हुने कुनै वैज्ञानिक आधार छैन। यौन उत्तेजना हुँदा धेरै पानी अर्थात् योनि रस आएर अत्यधिक चिप्लो हुँदा खुकुलोपन महसुस हुन्छ। अत्यधिक चिप्लो हुँदा अलिकति पुछेर यौनसम्पर्क गर्दा हुन्छ तर योनिलाई सुख्खा नै बनाउनु बुद्धिमानी हुँदैन।

योनि कसिलो बनाउन के गर्न सकिन्छ ?

यौनांग क्षेत्रको मांसपेसीलाई बलियो बनाउन गरिने कसरतलाई केगेल (Kegel) कसरत भनिन्छ। योनिमा औंला पसाई औंलालाई अँठ्याउने अर्थात् खुम्च्याउने गर्दा यो मांसपेशीलाई तपाईंले महसुस गर्न सक्नुहुन्छ। उक्त मांसपेशी पहिचान गरेपछि औंला नपसाई पनि खुम्च्याउन सकिन्छ। सुरुमा यस्तै १ सेकेन्डसम्म बेस्सरी खुम्च्याएर राख्ने र छाड्ने अर्थात् खुकुलो बनाउने। बिस्तारै यसलाई बढाएर ५ सेकेन्डसम्म पुर्‍याउनुपर्छ। बिस्तारै १० देखि १५ पटकसम्म संकुचित गर्ने (खुम्च्याउने) र छोड्ने। यो क्रम बढाउँदै दिनभरिमा यस्तो गर्ने क्रम २० पटकसम्म पुर्‍याउनुपर्छ। ६ हप्तासम्म नियमित रूपमा यो कसरत गरे फरक महसुस हुने गरी केही फरक देखिन्छ। यो मांसपेशी संकुचित गरेर यौनसम्पर्कका बेला लिंगलाई बेस्सरी समात्न प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसले महिलालाई मात्र होइन, पुरुषलाई पनि यौनसुख प्राप्त गर्न मद्दत गर्छ। यसबाहेक अन्य उपायहरूका बारेमा भन्नुगर्दा, निश्चित तौलका योनि कोन (vaginal cone) महिलाको योनिमा राखेर त्यसलाई अड्काइराख्न भनिन्छ, जसले गर्दा यौनांगको मांसपेशी बलियो होस्। त्यसैगरी विद्युतीय उत्तेजना (electric stimulation) अर्थात् योनिमा एक किसिमको यन्त्र (probe) राखेर विद्युत्को हल्का करेन्ट प्रयोग गरी यौनांग क्षेत्र (pelvic floor) का मांसपेशीलाई खुम्चन र खुकुलो हुन उत्तेजित पारिन्छ। Neocontrol व्यापारिक नाम भएको यो साधन एउटा विशेष किसिमको कुर्सी हो। विशेष किसिमले चुम्बकीय क्षेत्रको प्रयोग गरेर यौनांग क्षेत्रको मांसपेशीलाई उत्तेजित पारिन्छ। यो उपचार सामान्यतः २० देखि ३० मिनेटका लागि साताको दुईपटक यस्तै आठ साताजति गरिन्छ। अन्त्यमा योनि खुकुलोपनको समस्या अति नै छ भने vaginoplasty (भजाइनोप्लास्टी) शल्यचिकित्सा पनि गर्नुपर्ने हुनसक्छ। यस्तो शल्यचिकित्सालाई सामान्यतया अन्तिम उपायका रूपमा लिइन्छ। अचेल यसमा लेजर प्रविधिको प्रयोग समेत सुरु भएको छ।

भविष्यमा समस्या पर्ने कुरा

शारीरिक पक्षमा केन्द्रित भएर हेर्दा यसले तपाईंको जीवनमा खासै असर पर्ने देखिन्नँ। पहिलेको यौन सम्बन्धका बारेमा चर्चा गरिएन भने त्यो थाहा पाउन सजिलो छैन। महिला यौनांगको बनावटका सम्बन्धमा सामान्य जानकारी पुरुषलाई हुने भए पनि तपाईंको भगक्षेत्र तथा योनिको बनावट वा स्वरूप यस्तै थियो भन्ने कुरा थाहा हुँदैन र यौनसम्पर्क राखेको कुरा थाहा पाउन त अझ गाह्रो कुरा हो। आफ्नो यौनसाथी 'अक्षत योनि' वा 'कुमारी' हो-होइन भन्ने चासो धेरै पुरुषलाई हुन सक्छ, तर यो कुरा पत्ता लगाउन भने सजिलो छैन। योनिच्छद (hymen) भए वा नभएको कुरालाई नै मुख्य आधार बनाउन मिल्दैन।

भविष्यमा समस्या पर्ने सन्दर्भमा यसको सामाजिक पाटो हेर्न बिर्सनु हुँदैन। घर-परिवार, छर-छिमेक अनि समाजले यस्ता सम्भावित सम्बन्धलाई जहिले पनि निकै चासोका साथ नियालिरहेको हुन्छ र गोप्यता वा गोपनियताको कुरा वास्तवमा तुलनात्मक हुन सक्छ। अर्को व्यक्तिसँगको सामिप्यता कसै न कसैले देखेको हुन्छ र यस्ता कुरा सार्वजनिक हुन सक्छन् र यो कुरा भविष्यमा तपाईंको यौन साथी वा श्रीमान्ले पनि थाहा पाउने सम्भावना हुन्छ। अर्को विचार गर्नुपर्ने कुरा तपाईंको केटासाथी के-कस्तो स्वभावको हुनुहुन्छ। तपाईंको केटासाथीसँग सम्बन्ध अघि बढेन अनि उहाँको स्वभाव वा चरित्र ठीक छैन भने उहाँले पनि तपाईंहरूबीचको सम्पर्कलाई चर्चामा ल्याउने खतरा हुन्छ। यस्तो जोखिम कति छ भन्ने कुरा विचार गर्नुपर्छ। कतिपय स्थितिमा उसले भयादोहन (blackmail) गर्न पनि सक्छ, त्यसैले भयादोहन गर्न नसकोस् भनेर मन बलियो बनाउनुपर्छ। परिस्थिति खुलस्त भएको स्थितिमा जीवन अघि बढाउने अर्थात् सामना गर्ने अठोट छ भने तपाईंलाई डर-धम्की देखाउन सजिलो हुने छैन।

कन्डम प्रयोग गर्दा पनि गर्भ रहन सक्छ ?

कन्डमको शतप्रतिशत ग्यारेन्टी हुँदैन

अनिच्छित गर्भ तथा यौन रोगबाट जोगिन कन्डमको प्रयोग सबैभन्दा प्रभावकारी मानिन्छ। चिकित्सकले यसको प्रयोग सुरक्षित तरिकाले गर्न सल्लाह दिन्छन्। यद्यपि यौनसम्पर्कका बेला हुने बेहोसी वा सही तरिकाले उपयोग गर्न सकिएन भने यो भने जस्तो सुरक्षित नहुन सक्छ। यौनसम्पर्कका बेला फुट्ने वा सही समयमा सही तरिकाले नलगाउँदा पनि समस्या सिर्जना हुनसक्छ। कहिलेकाहीं प्रयोग अगाडि सही छ/छैन भनेर नहेर्दा क्वालिटीले धोका दिन सक्छ। कतिपय कन्डमको प्याकेटमै लेखिएको हुन्छ- यदि तपाईंकी श्रीमती गर्भवती भए अचम्मित नहुनुहोस्।

गलत तरिकाको प्रयोग

कन्डम प्रयोग गरेर पनि गर्भ रहने कुरामा सबैभन्दा बढी यसको गलत प्रयोग जिम्मेवार हुन्छ। एक अध्ययन अनुसार कन्डम लगाउने तरिका र प्रयोगपछि यसलाई निकाल्दा सावधानी नअपनाए गर्भ रहन सक्ने सम्भावना सबैभन्दा बढी हुन्छ।

यस्तो पनि कारण

केही जोडीले बढी सावधानीको चक्करमा दुईवटा कन्डम वा पुरुष र महिलाको दुवै कन्डम एकैपटक प्रयोग गरेको पाइन्छ। यद्यपि यसबाट दुईवटा प्रयोग गर्नुको उद्देश्य भने पूरा हुँदैन। यसरी दुईवटा कन्डम लगाउँदा एक-अर्कामा घर्षण भएर यौन सम्पर्कका बेला कन्डम बाहिर निस्कन वा फुट्न सक्छ।

कन्डम जाँच गर्ने

कन्डम प्रयोग गर्नुअघि त्यसमा कुनै प्वाल छ वा मिति सकिएको छ जस्ता कुरा जाँच गर्नुपर्छ। त्यस्तो कुरा थाहा हुँदाहुँदै प्रयोग गरे गर्भ बस्ने निश्चितप्रायः छ।

अविस्मरणीय सुहागरातका लागि

कौमार्य भ्रम मात्र

विवाह पहिले यौन सम्पर्क गर्नु वा नगर्नु व्यक्तिको निर्णय हो। नवविवाहित दम्पतीले कौमार्यकै आधारमा एक अर्कालाई परीक्षण गर्नु उपयुक्त हुँदैन। जोडीको ध्यान र क्रियाकलाप आफ्नो पहिलो यौन सम्पर्कलाई कसरी खास बनाउने भन्नेमा केन्द्रित हुनुपर्छ।

गुप्तांगको सफाइ

यौनमा स्वास्थ्यको अहम भूमिका हुन्छ। जोडीमध्ये कसैले पनि यो कुरामा लापर्वाही गर्नु हुँदैन। दुवैजनाले यौन सम्पर्क गर्नु अघि गुप्ताङ्गको सफाइ राम्रोसँग गर्नुपर्छ। स-साना गल्ती वा लापरवाहीका कारण गुप्ताङ्ग फोहोर भए त्यसले इन्फेक्सनको समस्या सिर्जना गर्छ।

उत्सुक बनाउने

सुहागरातका लागि साथीलाई कौतुहल बनाउन प्रयास गर्नुपर्छ। सेक्स अपिल भएको पहिरन लगाउने तथा ओछ्यान र कोठाको साज-सज्जामा विशेष ध्यान दिने कुरा बिर्सनु हुँदैन।

हतार नगर्ने

यौनसम्पर्कका लागि कसैले पनि हतार नगर्ने। जब दुवैजनामा उत्तिकै कौतुहलता हुन्छ तब मात्र सुहागरात शानदार हुन्छ। एक-अर्काले साथीलाई खुल्न कतिको सहज हुँदै गएको छ र फिलिङ्स आएको छ/छैन ध्यान दिनुपर्छ।

अब महिला फ्रेन्चाइज क्रिकेट

नेपाली महिला क्रिकेटमा प्रसस्तै गुनासा छन् । पहिलो त प्रतियोगिता नै हुँदैन, खेल्नै नपाएको दुःख कस्तो हुन्छ, नेपाली महिला क्रिकेट खेलाडीहरूसँग सोधे हुन्छ । पुरुष खेलाडीको तुलनामा आफूविरुद्ध विभेद भएको आरोप लगाउन पनि चुक्दैनन, महिला खेलाडीहरू । महिला क्रिकेटमा व्यवसायिकता छँदै छैन भने पनि हुन्छ । नेपाली पुरुष क्रिकेटले एक खालको छलाङ लगाउने क्रममा त्यसको तुलनामा नेपाली महिला क्रिकेट भने धेरै पछाडि परेको पक्कै हो ।

यसबीच एउटा सुखद समाचार आएको छ र त्यो हो, वुमेन्स टी- २० लिगको । वैशाख ७ देखि १४ गतेसम्म विराटनगरमा उक्त लिग सञ्चालन हुनेछ र त्यसअघि काठमाडौंमा महिला खेलाडीको ऐतिहासिक लिलामी भएको छ । यो प्रतियोगिता धेरै अर्थमा ऐतिहासिक हुनेछ । पहिलो त यो प्रतियोगिता एसियाकै पहिलो फ्रेन्चाइज महिला क्रिकेट हुनेछ । भारतसँगै टेस्ट खेल्ने देशमा पनि महिलाको फ्रेन्चाइज क्रिकेट हुँदैन । एसिया बाहिर अस्ट्रेलियामा भने महिला फ्रेन्चाइज क्रिकेट सञ्चालनमा छ । त्यो त्यहाँको बिग बास लिगको महिला संस्करण हो ।

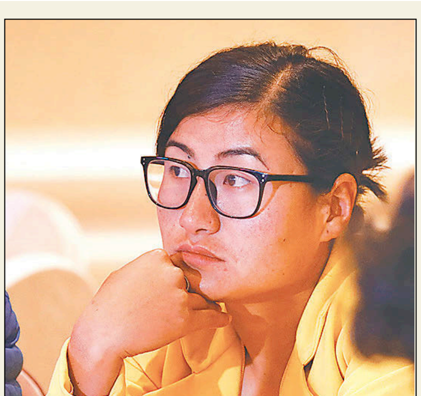
त्यति मात्र होइन, पूरा विश्व क्रिकेट इतिहासमै पनि महिला खेलाडीको लिलामी भएको यो पहिलो अवसर हो । अस्ट्रेलियामा पनि महिला क्रिकेट खेलाडीको लिलामी भएको थिएन । यस अर्थमा समग्र नेपाली खेलकुदकै लागि यो प्रतियोगिता र यसका लागि भएको खेलाडीको लिलामी ऐतिहासिक सावित भएको छ । बाँकी रहेको एउटै प्रश्न के हो भने प्रतियोगिता यो वर्ष मात्र होइन, आउने वर्ष पनि सञ्चालनमा आउनेछ त ?

यो प्रतियोगिता अघि बढ्ने हो भने यसले सकारात्मक प्रभाव पार्ने निश्चित छ । 'हामी महिला क्रिकेट खेलाडी निकै खुसी छौं,' नेपाली महिला राष्ट्रिय टिमकी कप्तान रुबिना क्षेत्री पनि मान्छिन् । भैरहवा क्विन्सकी मार्की खेलाडी रुबिनाको विचारमा यो प्रतियोगिताले महिला खेलाडीमा उत्साह बढाउनेछ र यसले नेपालमा महिला क्रिकेटको स्तर वृद्धिमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नेछ भने केही हदसम्म यसले महिला क्रिकेटलाई व्यवसायिक समेत बनाउनेछ ।

एसियामा थाइल्यान्ड महिला क्रिकेटमा नेपालभन्दा बलियो रहेको स्थितिमा उक्त टिमलाई चुनौती दिन पनि यस्ता प्रतियोगिता चाहिन्छ । प्रतियोगिताको आयोजक एनसीएल स्पोर्ट्स हो । नेपाली खेलकुदका लागि यो नयाँ नाम हो । यो समूहमा तिनै व्यक्तिहरूको बाहुल्य छ, जोसँग यसअघि नेपाली चलचित्रमा काम गरेको अनुभव छ । प्रतियोगितामा चार फ्रेन्चाइज टिमको सहभागिता रहनेछ र ती टिम हुन्- विराटनगर रोरिङ लायोनेस, धनगढी वन्डर वुमन, काठमाडौं सुपर च्याम्पियन्स तथा भैरहवा क्विन्स ।

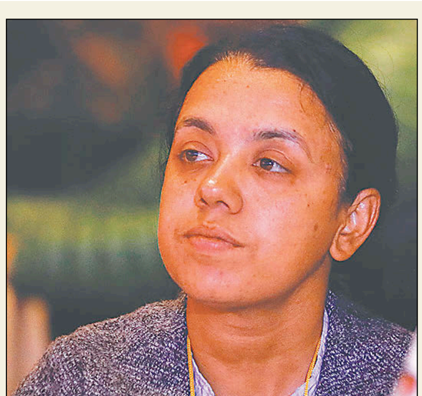
प्रत्येक टिमले प्रतियोगिताका लागि कम्तीमा ४० लाख रुपैयाँ खर्च गर्नेछन् । टिमले उक्त रकम आन्तरिक रूपमै जुटाउनेछन् र त्यसका लागि प्रायोजकहरूले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्नेछन् । प्रत्येक टिममा १३/१३ जना खेलाडी रहनेछन् । प्रत्येक टिमले एक-एक मार्की खेलाडीको घोषणा गरिसकेका छन् । यी चार खेलाडीले कम्तीमा एक लाख रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछन् । लगभग यिनै मार्की खेलाडीले टिमको कप्तानी गर्नेछन् ।

लिलामीमा तीन स्तरका खेलाडी थिए, ए, बी र सी । ए ग्रेडका खेलाडीले कम्तीमा ४० र बढीमा ७५ हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछन् । त्यस्तै बी ग्रेडका खेलाडीले कम्तीमा २५ र बढीमा ५० हजार रुपैयाँ पाउनेछन् । सी ग्रेडका खेलाडीको भागमा कम्तीमा १५ र बढीमा २५ हजार रुपैयाँ पर्नेछ । 'नेपाली क्रिकेटका लागि यो निकै सुखद सुरुवात हो,' अर्की प्रमुख खेलाडी सीता रानामगर पनि मान्छिन्, 'यसलाई निरन्तरता दिन सक्नुपर्छ ।'



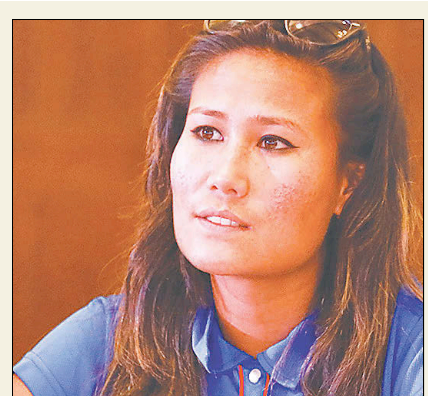
धनगढी वन्डर वुमन

टिम मालिक : हरि खनाल
प्रशिक्षक : राजु बस्न्यात
लिलामीमा गरिएको खर्च : ५ लाख ५० हजार रुपैयाँ
खेलाडी : सीता रानामगर (मार्की), ज्योति पाण्डे, कविता कुँवर, सवनम राई, संगीता राई, आरती बिडारी, रेखा रावल, रोशनी बोहरा, कञ्चन श्रेष्ठ, अस्मिता खरेल, रुबी पोद्दार, मनीषा राना, निशा भट्ट तथा सीमाकुमारी कुँवर ।



विराटनगर रोरिङ लायोनेस

टिम मालिक : अनुप सक्सेना
प्रशिक्षक : सामसनजंग थापा
लिलामीमा गरिएको खर्च : ५ लाख ५० हजार रुपैयाँ
खेलाडी : करुणा भण्डारी (मार्की), काजल श्रेष्ठ, अप्सरी बेगम, ऋतु कनौजिया, डोली भट्ट, अञ्जली चन्द, सरस्वति पुन, अनुराधा चौधरी, अस्मिना कर्माचार्य, कृतिका मरासिनी, प्यारी चौधरी, सञ्जु लामा, सुष्मा श्रेष्ठ तथा राजमती ऐरी ।



भैरहवा क्विन्स

टिम मालिक : अनिल भण्डारी/दीपक सुवेदी
प्रशिक्षक : शक्ति गौचन
लिलामीमा गरिएको खर्च : ५ लाख ५० हजार रुपैयाँ
खेलाडी : रुबिना क्षेत्री (मार्की), सोनु खड्का, इन्दु बर्मा, विन्दु रावल, सरस्वतिकुमारी चौधरी, रश्मी शर्मा चौलागाई, कविता जोशी, एलिसा केसी, नीतु भण्डारी, ममता थापा, शर्मिला रोक्का मगर, लक्ष्मी साउद, सन्तोषीकुमारी चौधरी तथा नवीना खड्का ।

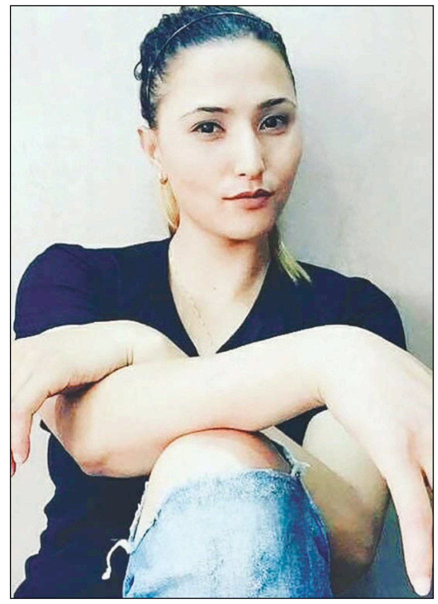
काठमाडौं सुपर च्याम्पियन्स

टिम मालिक : रेखा थापा
प्रशिक्षक : दीपेन्द्र चौधरी
लिलामीमा गरिएको खर्च : ५ लाख ७० हजार रुपैयाँ
खेलाडी : नेरी थापा (मार्की), ममता चौधरी, सरिता मगर, रोमा थापा, लक्ष्मी चौधरी, सुमन खतिवडा, रेवती धामी, सुमन विष्ट, मञ्जुकुमारी चौधरी, गीता गोसाइ, शान्तिकुमारी चौधरी, कृति सेन, इश्वरी विष्ट तथा सीमा थापा ।

आईपीएलमा फिक्सिङ ?

अहिले इन्डियन प्रिमियर लिग (आईपीएल)-२०१९ चलिरहेको छ र यसमा पहिलो विवादका रूपमा अगाडि आएको छ, म्याच फिक्सिङको आरोप । त्यो पनि कुनै न कुनै रूपमा नेपाली स्पिनर सन्दीप लामिछानेसँग जोडिएर । दिल्ली क्यापिटल र कोलकाता नाइट राइडर्सविरुद्धको खेलमा यो विवाद अगाडि आएको हो । त्यसमा सन्दीपको एक बलमा कोलकाताका रोबिन उथप्पाले चौका प्रहार गर्छन् । त्यसअघि दिल्लीका विकेटकिपर ऋषभ पन्तले भनेको सुनिन्छ, यो त त्यसै पनि चौका हो । यसलाई आधार मानेर पूर्व आईपीएल प्रमुख ललित मोदीले ट्विट गरिहाले र उनको आशंका थियो, यसमा खेल मिलोमतो भएको छ । खेल मिलोमतोमै फसेका मोदी अहिले इंग्ल्यान्डमा निर्वासित जीवन बिताइरहेका छन् र उनी भारत आउन सक्दैनन् । भारतीय क्रिकेट बोर्डसँग उनको सम्बन्ध निकै खराब छ । त्यसैले बोर्डले नै उनको यो फिक्सिङको दाबी खारेज गरेको छ । बोर्डका अनुसार यो प्रसंग पूरा घटना नबुझी युवा खेलाडीलाई फसाउन खोज्ने दुस्प्रयास मात्र हो ।

कमब्याक गर्दै बास्केटबल



कुनै समय, नेपालमा सबैभन्दा बढी खेलिने खेल थियो- बास्केटबल । कम्तीमा काठमाडौंका स्कुल तथा कलेजमा लगातार बास्केटबलका प्रतियोगिता हुन्थे । नेपाली बास्केटबल इतिहासका लागि त्यो स्वर्णिम समय थियो । पछि त्यसमा 'ब्रेक' लाग्यो र प्रतियोगिताहरू हुन छाडे । अहिले नेपाली बास्केटबल 'कमब्याक' गर्ने प्रयासमा छ । त्यसकै प्रयासस्वरूप ५५ दिन चल्ने बास्केटबल लिग प्रतियोगिता हुने भएको छ, जुन होम एन्ड अवेका आधारमा सञ्चालन हुनेछ । कुल ८ टिम सहभागी हुने यो बास्केटबल प्रतियोगिता नेपाली बास्केटबलको इतिहासमै सबैभन्दा लामो समय चल्ने प्रतियोगिता हुनेछ । यो त भयो, पुरुषतर्फको प्रतियोगिता, आयोजक पीडीसीएनले महिला लिग पनि सञ्चालनमा ल्याउने जनाएको छ । यसलाई लिएर नेपाली महिला राष्ट्रिय टिमकी कप्तान सदिना श्रेष्ठ निक्कै खुसी छिन् । बास्केटबल सुन्दरी सदिनाकै भाषामा प्रतियोगिता हुने घोषणाले नै महिला खेलाडीमा उत्साहको सञ्चार भएको छ ।

सफलताले दिलाएको सुविधा

केही समय अघिसम्म पनि अजितकुमार यादव नेपाली खेलकुदमा अपरिचित थिए । त्यति मात्र कहाँ हो र, उनलाई खेलाडीका रूपमा उनी पढ्ने पिनाकल कलेजमै पनि धेरै कमले चिन्थे, तर एकपटक उनले हङकङमा भएको तेस्रो एसियन युथ च्याम्पियनसिपमा स्वर्ण पदक के जिते, यादव एकाएक ठूला स्टार भएका छन् । उनको यो सफलतासँगै सुविधा पनि पछि-पछि लागेको छ । यादवले लगभग १० लाख रुपैयाँ बराबरको सम्मान पाउने भएका छन् । त्यस क्रममा उनले १ सय २५ सीसीको मोटरसाइकल प्राप्त गरेका छन् । अबको एक वर्ष उनले मासिक ६० हजार रुपैयाँ पाउने छन् । यस्तै केही व्यापारिक संस्थाले उनलाई अलग्गै १२ हजार रुपैयाँ दिनेछन् । त्यति मात्र होइन, उनले एक वर्षको जिम र पौडीको नि:शुल्क सुविधा पनि लिन सक्नेछन् । त्यस्तै यादवलाई पिनाकल कलेजले एक वर्षको होस्टल सुविधा समेत दिनेछ । स्वभाविक रूपमा अजित निकै खुसी छन् । उनकै भाषामा- अब बुबाले उनको डाइटका लागि अलग्गै खर्च छुट्याउनुपर्ने छैन ।

सपना देख्न नछाड्नु

बेलायती खेलकुद इतिहासकै सबैभन्दा सफल खेलाडी डेम क्याथरिन गत साता काठमाडौंका विभिन्न कार्यक्रममा व्यस्त रहिन् । रोविङमा लगातार पाँचवटा ओलम्पिक स्वर्ण पदक जित्ने कीर्तिमान उनकै नाममा छ । सन् २०१२ मा लन्डनमा स्वर्ण जित्नुअघि उनले सिड्नी, एथेन्स, बेजिङ र रियो डे जेनेरियोमा पनि त्यस्तै सफलता हात पारेकी थिइन् । क्याथरिन हाल ब्रिटिस स्पोर्ट्सकी अध्यक्ष हुन् । नेपाल भ्रमणका क्रममा उनको भनाइ थियो, उनले हात पारे जस्तो सफलता अरूले पनि प्राप्त गर्न सक्छन् । त्यसका लागि कडा मेहनत भने गर्नुपर्छ । सबैभन्दा ठूलो कुरा सपना देख्न छोड्नु हुँदैन । आफूलाई जे गर्दा खुसी प्राप्त हुन्छ, त्यसकै पछाडि लागिरहनुपर्छ ।

बेबी बम्पको तस्बिरमा पनि आकर्षक

अमेरिकाकी मार्सल आर्ट्स फाइटर म्याकेन्जी डर्न रिङमा जति आक्रामक देखिन्छिन्, निजी जीवनमा त्यति नै सरल छिन् । म्याकेन्जीले हालै इन्स्टाग्राममा एउटा तस्बिर राखेर सबैलाई नयाँ समाचार दिइन् । उक्त तस्बिरमा उनी गर्भवती भएको स्पष्ट देख्न सकिन्छ र म्याकेन्जीले त्यसलाई स्वीकारसमेत गरेकी छिन् । ब्राजिलका लोकप्रिय सर्फर वेस्ले सान्तोससँग समुद्र किनारमा छुट्टी मनाइरहेकी म्याकेन्जी उक्त तस्बिरमा कालो रङको टु पिस बिकिनीमा देखिएकी छिन् । उनले अब केही समय रिङबाट बाहिर हुने घोषणा गर्नुका साथै सबै कुराका लागि भगवानलाई धन्यवाद दिएकी छिन् । म्याकेन्जी र वेस्लेक केही वर्षदेखि लिभ इन रिलेसनमा छन् ।

आशावादी शम्भु

वरिष्ठ फुटबल प्रशिक्षक शम्भु केसी नेपाली फुटबलको भविष्य सुमधुर हुँदै जानेमा आशावादी छन् । यो क्षेत्रमा आउन खोज्नेहरूको संख्या तथा उनीहरूको जोशले उनमा उक्त आशा जगाएको हो । पर्वतको तिलाहारमा जन्मिएका केसीले वि.सं. २०३० देखि २०५५ को आफ्नो जीवनको महत्वपूर्ण समय फुटबल खेलमा समर्पित गरे । गण्डकी, पश्चिमाञ्चल, फेन्डस, त्रिभुवन आर्मी, महेन्द्र पुलिस आदिबाट उनले करिएर अघि बढाए । २०५५ सालपछि भने फुटबल प्रशिक्षकका रूपमा उनको यात्रा मोडियो । पश्चिमाञ्चल क्षेत्र, महिला राष्ट्रिय फुटबल, पश्चिम क्षेत्रको महिला फुटबल, पोखराका क्लब, जिल्ला क्षेत्र तथा अञ्चल हुँदै अहिले उनले गण्डकी प्रदेशको कोचको जिम्मेवारी प्राप्त गरेका छन् । शम्भूले विशेषगरी नयाँ खेलाडी उत्पादनमा आफ्नो अनुभव खर्च गरिरहेका छन् । 'नयाँ खेलाडी राम्रा छन्, सम्भावना छ । 'स्कुलबाट स्किलफुल प्रतिभाहरू आइरहेका छन्' केसीले भने । २० वर्षदेखि कोचका रूपमा काम गरिरहे पनि उनलाई खेलाडी हुँदाकै दिन रमाइलो लाग्छन् । केसी भन्छन्- मलाई खेलाडी हुँदा सजिलो तर कोच हुँदा गाह्रो लाग्यो ।

जाँदा-जाँदै

म सबै क्षेत्रमा फैलन सक्दिन

अभिनेत्री सोविता सिम्खडा कुनै बेला नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारण हुने 'नमस्ते कलिउड' कार्यक्रम सञ्चालन गर्थिन् । उनले डेढ वर्ष कार्यक्रम 'सरोबर' पनि चलाइन्, जुन नृत्य प्रतिस्पर्धामा आधारित थियो, त्यो पनि नेपाल टेलिभिजनबाटै प्रसारण हुन्थ्यो । 'नमस्ते कलिउड' कार्यक्रम सञ्चालनकै सिलसिलामा उनले चलचित्रमा अभिनय गर्ने अवसर प्राप्त गरिन् । केही अघि उनको उपन्यास 'वराङ्गना' बजारमा आएको थियो । सोवितासँग नरेन्द्र रौलेको जम्काभेट :

सोविता सिम्खडा

तपाईंको पहिलो उपन्यास 'वराङ्गना'बाट कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुभयो ?

अत्यन्तै राम्रो प्रतिक्रिया पाएँ । वराङ्गना बजारमा आएपछि धेरै ठाउँका अन्तर्क्रियामा भाग लिएँ । नेपाल बाहिर कतार पुगें । स्वदेश-विदेश सबैतिरबाट एकदमै सकारात्मक प्रतिक्रिया प्राप्त भयो ।

नयाँ के लेख्दै हुनुहुन्छ ?

दोस्रो उपन्यास लेख्दैछु जुन सामाजिक विषयवस्तुमा केन्द्रित छ । हाम्रै देशको समस्यामा आधारित छ । पूरा हुन भने अझै केही समय लाग्छ । यसका लागि थप अनुसन्धानको खाँचो छ ।

चलचित्रको तुलनामा लेखनतिर तानिँदै जानु भएको हो ?

तानिँदै गएको होइन तानिइसकेकी छु । मलाई एकान्त मनपर्छ । म एकान्तमा लेखपढ गर्न रुचाउँछु । आफ्नो स्वभावअनुसार मलाई चलचित्र भन्दा लेखन नै उपयुक्त लाग्यो ।

चलचित्रको तुलनामा लेखनबाट बढी पारिश्रमिक आएर हो कि ?

पैसा कहिल्यै मेरो प्राथमिकतामा परेन । मैले आफ्ना इच्छा-आकांक्षालाई प्राथमिकतामा राखें । पैसाको हिसाब किताब खासै गरिएन । दैनिक जीवन चलाउन पाए पुग्छ । धेरै धनसम्पत्ति बटुलेर को नै खुसी भएको छ र ? आनन्दित हुनुपर्‍यो, खुसी हुनुपर्‍यो ।

लेख्न रमाइलो कि पढ्न ?

पढ्न, पढेर नै लेख्ने रहर पलाएको हो । लेखाइ र पढाइ दुवै एक अर्काका परिपूरक हुन् ।

तपाईं अध्यात्मप्रति समर्पित हुनुहुन्छ । किन यतातिर लाग्नुभयो ?

अध्यात्मले चेतनाको स्तर बढाउँछ । मैले धेरै बेहोसी मानिस देखेकी छु । जीवनमा मैले पाउनु केही छैन । म आफूलाई यति भाग्यमानी मान्छुकी हरेक दिन भगवानलाई धन्यवाद दिन्छु । म माछामासु खान्न, डिस्को, डान्सबार छिरेकी छैन, वाइन पिउँदिन । धादिङमा हाम्रो घर नजिकै ओशो तपोवन थियो । त्यही पृष्ठभूमिमा हुर्किएकाले होला, म अध्यात्ममा लागें ।

लेखन र चलचित्रमा काम गर्दाको फरक अनुभूति कसरी साट्नुहुन्छ ?

लेखन कर्म आफ्नै मुड भर पर्छ । आफूले सोचे जसरी काम गर्न पाइन्छ । आफ्नो समयअनुसार जतिबेला, जहाँ लेखे पनि भयो । चलचित्रमा भने अर्काको मुड, इच्छाअनुसार काम गर्नुपर्छ । फेरि चलचित्रमा निर्देशक तथा अरू कलाकारहरू पनि हुन्छन् उनीहरूसँग सहकार्य गर्नुपर्छ । लेखनमा भने सबैथोक आफैं हो । आफैंमा रमाउन सकिन्छ ।

तपाईं कस्तो खालको व्यक्ति हो ?

म एकोहोरो स्वभावकी छु । जेमा मन लाग्यो, त्यसैमा केन्द्रित भैरहने खालकी । म सबै क्षेत्रमा फैलन सक्दिन ।

जीवनमा प्रेमपत्र कत्तिको पाउनुभयो ?

अलिअलि आउँथे, त्यस्तो धेरै त होइन । म लजालु र गम्भीर खालकी थिएँ । बोली हाल्न नसक्ने खालकी युवती । फेरि मेरो बुबा स्कुलको प्रिन्सिपल हुनुहुन्थ्यो, त्यसैले डर पनि लाग्थ्यो । मैले भने कसैलाई प्रेम पत्र लेखिनँ ।

तपाईंको प्रेम विवाह हो कि मागी विवाह ?

नितान्त आफैंले खोजेर, घरमा आफैंले भन्ने हिम्मत राखेर विवाह गरेकी हुँ । हामीबीच प्रेम भयो, कहिलेकाहीं एक-अर्काको घर आउजाउ हुन्थ्यो । घरमा विवाहको कुरा आउन थाल्यो । मैले कुरा राखें । स्वीकार भयो । हाम्रो विवाह सजिलै भयो ।

जीवनको रमाइलो केमा छ ?

हरेक कुरालाई गम्भीर रूपमा लिनु हुँदैन । प्रफुल्लित रहनुपर्छ । आनन्द मान्नुपर्छ । जीवनमा पाउनु-गुमाउनु केही छैन भन्ने सोचले मानिसलाई आनन्दित तुल्याउँछ ।

गुराँसको जंगलमा अन्तर्राष्ट्रिय संगीत महोत्सव

चन्द्र कार्की

एकै स्थानमा २८ प्रजातिका गुराँस फुल्ने तीनजुरे मिल्के जलजले (टिएमजे) क्षेत्रको चौकी बजारमा आज चैत २२ गते १ सय २ देशका २५ हजारभन्दा बढी पर्यटकको जमघट हुँदैछ । नयाँ वर्ष २०७६ लाई संगीतमय बनाउन विश्वभरका संगीतप्रेमी नागरिकलाई त्यहाँ भेला हुने मेसो मिलाइएको हो ।

संखुवासभाको मादी नगरपालिकाको सहयोगमा काठमाडौंस्थित शक्ति पिक नेपाल नामक संस्थाले स्थानीय तीनजुरे गुराँस क्लबको संयोजनमा एक साता लामो अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको संगीत महोत्सवको आयोजना गर्न लागेको मादी नगरपालिकाका प्रमुख विदुर लिङथेपले बताए । नगर प्रमुख लिङथेप भन्छन्, 'चौकी तथा मंगलबारे क्षेत्र गुराँस र विदेशी पर्यटकका टेन्टले नयाँ वर्षअगावै रंगिनेछ ।'

मादी नगरपालिका-१, राँकेधार डाँडामा हुने कार्यक्रममा विश्वका ख्यातिप्राप्त संगीत ब्यान्डमा आबद्ध संगीतकर्मीहरूको सहभागिता हुने आयोजक संस्थाले जनाएको छ । महोत्सवको संयोजन गरिरहेको स्थानीय तीनजुरे गुराँस क्लबका अध्यक्ष रविन तामाङका अनुसार उक्त महोत्सव चैत २२ देखि वैशाख ७ गतेसम्म चल्नेछ, तर नगरपालिकाले भने एक साताका लागि मात्र दैनिक १ हजार रुपैयाँ राजस्व जम्मा गर्न लगाएर महोत्सवका लागि स्वीकृति दिएको छ ।

गुराँस भुमी टिएमजे क्षेत्रको प्रचार-प्रसार गर्न महोत्सवको आयोजना गरिएको नगरपालिकाले जनाएको छ । 'हामीसँग विश्वमै नभएको गुराँसको प्राकृतिक वन छ,' नगर प्रमुख लिङथेपले भने, 'यही प्राकृतिक सम्पत्ति देखाएर विश्वको ध्यान मादीमा केन्द्रित गर्ने अभियानमा छौं ।' महोत्सवमा भाग लिन आउने विदेशी संगीतकर्मीको जमघटले टिएमजे क्षेत्रको मात्र नभै नेपालकै पर्यटन प्रवर्द्धनमा सहयोग पुऱ्याउने विश्वास गरिएको छ ।

विश्वभरका पर्यटकले महोत्सवमा सहभागिता जनाउन अनलाइनमार्फत फारम भरिरहेको नगर प्रमुख लिङथेपले बताए । यहाँसम्म आएका पर्यटकहरू उच्च पहाडी हावापानी, यहाँको जंगली सुन्दरता तथा लेकाली जनजीवनमा समेत रमाउन पाउनेछन् । पर्यटकहरूको आवासका लागि चौकी, मंगलबारे तथा गुफा बजारको मध्यभागमा रहेको खुला चौरमा टेन्ट गाडेर बसोबासको व्यवस्था मिलाइएको छ । त्यहाँ चौरमै खाने, बस्ने, सुत्ने र रमाउने प्रबन्ध मिलाइएको आयोजक संस्थाका कार्यक्रम प्रबन्धक सुवास केसीले बताए ।

हेम्जा आलु महोत्सव

आलु गाउँका रूपमा परिचित कास्कीको हेम्जामा आज शुक्रबारदेखि दसौं राष्ट्रिय हेम्जा आलु महोत्सव-२०७५ सञ्चालनमा आउँदैछ । विष्णुपादुका क्लबले आयोजना गर्ने यो महोत्सव वैशाख १ गतेसम्म चल्नेछ । 'सुन्दर ठाउँ हेम्जा जाऔं, आलुका स्वादिष्ट परिकार खाऔं, आलु एक परिकार अनेक' भन्ने नाराका साथ बर्सेनि यो महोत्सव सञ्चालन हुँदै आएको छ ।

महोत्सवको आकर्षणमा आलु तथा ताजा तरकारीको प्रदर्शनी, आलुको ठुलो पहाड निर्माण, आलुका विभिन्न परिकार, विविध सांस्कृतिक कार्यक्रम, राष्ट्रिय स्तरको कृषि दोहोरी गीत प्रतियोगिता, कृषि झाँकी प्रतियोगिता, पप कन्सर्ट, हास्य कलाकारहरूको प्रस्तुति, जापानी सुन्तला, च्याउ, कफी एवं चियाको बिक्री तथा प्रदर्शनी, कृषि बीउबिजन एवं अन्य कृषि यन्त्रको प्रदर्शनी आदी रहनेछन् ।

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.नं.४/५२/५३ सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.)लि. सँग सुरक्षित । अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक : **कैलाश सिरोहिया**, निर्देशक : **स्वस्तिका सिरोहिया**, प्रधान सम्पादक : **सुवास ढकाल** ।