सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक
saptahik.com.np
कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.
• वर्ष २५ • अंक २३ • FR
• काठमाडौं शुक्रबार, कातिक ०८, २०७६ • पृष्ठ ३२ • मूल्य रु. १५/-

आम्दानीको अर्को स्रोत

जुम इन

कुकुरलाई सामूहिक भोजन

एउटा दुइटा होइन एक दर्जनजति कुकुरलाई दैनिक खानेकुरा ख्वाएर मात्र आफू खाने व्यक्ति पनि छन् भन्दा कतिपयलाई आश्चर्य लाग्न सक्छ। झापा बिर्तामोडकी एक महिलाले करीब एक दर्जन कुकुरलाई दैनिक बिहान बेलुका भोजन गराउँदै आएकी छिन्।

झापाको बिर्तामोड नगरपालिका-४, भद्रपुर रोड निवासी पुष्पा पौडेलले एक दर्जन सामुदायिक कुकुरलाई दैनिक खाना ख्वाउने गरेकी हुन्। आफ्नै घर अगाडि भद्रपुर बसस्ट्यान्डमा प्रत्येक बिहान सबेरै कुकुरलाई सामूहिक भोजन गराउँदै आएकी ५१ वर्षीया पौडेलले १५ वर्षदेखि नियमित रूपमा यो काम गर्दै आएको बताइन्छ। तीनवटा कुकुर भने उनकै घरमा बस्ने गरेका छन्। 'यो घर बनाएको १५ वर्ष भयो, घर बनाएदेखि सधैं बिहान-बेलुका यिनलाई खाना ख्वाउने गरेकी छु,' उनले आफ्नो घर देखाउँदै भनिन्, 'एउटा नानी च्यापेर एउटा कोठाको सहारामा बस्दै अहिले यतिको अवस्थामा पुगियो। यति पनि नगरेर के गर्नु ?' मानिसले धर्मकर्म तथा पुण्यका लागि विभिन्न धार्मिक अनुष्ठान सम्पन्न गर्छन्, तर प्राणीको सेवा गरेर पनि पुण्य आर्जन हुने पौडेल बताउँछिन्।

पौडेलले कुकुरहरूलाई कहिले भात पकाएर दिने गरेकी छिन् भने कहिले चिउरा, चाउमिन आदि खानेकुरा दिने गरेकी छिन्। कहिलेकाहीं कुकुरको संख्या घटबढ भए पनि यी कुकुरले अनुशासित ढंगले नबाझीकन मिलेर खाना खाने स्थानीय होटल व्यवसायी दुर्गा आचार्य बताउँछन्।

ताप्लेजुङबाट झापा बसाइँ सरेकी पौडेल आफूले गरेको दान सेवा गुप्त राख्नुपर्छ अर्थात् प्रचार गर्नु हुँदैन भन्ने मान्यता राख्छिन्। त्यसैले उनले तस्बिर खिचाउनसमेत असहज महसुस गरेकी थिइन्।

रत्नबहादुर बस्नेत

रुखको बीचमा यस्तो घर

नेपाल पर्यटन वर्ष सन् २०२० नजिकिँदै जाँदा पूर्वी पहाडी जिल्ला धनकुटाको छथर जोरपाटी गाउँपालिका वडा नम्बर-५ परेवादिन चुम्लुङ टोलमा आर्कषक ट्री हाउस निर्माण गरिएको छ।

ट्री हाउस सञ्चालकद्वय हेम लिम्बू तथा प्रेम लिम्बूका अनुसार उक्त स्थानमा पर्यटक आकर्षित गर्न तथा स्थानीय बासिन्दाहरूमा रोजगारीको अवसर सिर्जना एवं बसाइँ-सराइको क्रम न्यूनीकरण गर्ने लक्ष्यका साथ यो ट्री हाउस सञ्चालनमा ल्याइएको हो।

हेम र प्रेमले आफ्नै जग्गामा ३ लाखभन्दा बढी खर्च गरेर यो ट्री हाउस निर्माण गरेका हुन्। ४२ महिना विदेशमा काम गरेर केही वर्षअघि मात्र घर फर्किएका ३१ वर्षका हेम र गाउँमै सामुदायिक स्वास्थ्य एकाइमा काम गरिरहेका २६ वर्षका प्रेमले निर्माण गरेको ट्री हाउस यतिबेला उक्त क्षेत्रको आर्कषक गन्तव्य भएको छ।

यो ट्री हाउस बरको रुखमा निर्माण गरिएको छ भने यसलाई अझ सुन्दर एवं व्यवस्थित बनाउँदै त्यही क्षेत्रमा अरु काम पनि गर्ने यी छिमेकीको योजना छ।

नरेन्द्र बस्नेत

राष्ट्रिय झन्डा फहराउँदै लिस्बन म्याराथनमा

अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर भएका एक नेपाली बालकले नेपाली राष्ट्रिय झन्डा बोकेर लिस्बन म्याराथन पूरा गरेका छन्। पोर्चुगलमा भएको लिस्बन मिनी म्याराथनमा सातवर्षे युरेशले आफ्ना भाइ युरेकका साथ उक्त दौड पूरा गरेका हुन्। लिस्बन मिनी म्याराथुनमा भाग लिने दुईजना मात्र नेपाली युरेश र युरेक मात्र भएको आयोजक म्याराथन क्लब पोर्चुगलले जनाएको छ।

म्याराथन क्लब पोर्चुगलद्वारा गत शनिबार राजधानी लिस्बनमा आयोजित ईडीपी मिनी च्याम्पियन्स म्याराथनमा सात वर्षीय युरेश पाण्डेयले आफ्ना पाँच वर्षीय भाइ युरेकका साथमा २ किलोमिटर लामो दौड पूरा गरेका थिए।

बोल्न नसक्ने बौद्धिक अपागंता भएका युरेशमा अटिजमको पहिलो लक्षण तीन वर्षको उमेरमा देखिएको उनका पिता गणेश पाण्डेय बताउँछन्। ४ देखि ७ वर्षसम्मका झन्डै ५ सय बालबालिकाबीच भएको प्रतियोगितामा दौड पूरा गर्ने बालबालिकाहरूलाई मेडल प्रदान गरिएको थियो।

एफटिआईमा नेपाली चेली

नेपालका साथै दक्षिण एशियाली मुलुक मात्र नभई अन्य महाद्वीपका युवाहरूको पनि आकर्षणमा रहेको एफटिआईमा निर्देशनको कोर्स गरिरहेकी छिन्- वीरगन्ज श्रीपुरकी २१ वर्षीया सादगी गुप्ता।

एफटिआईमा भर्ना हुन कडा प्रतिस्पर्धा हुन्छ। प्रतिस्पर्धाबाट छानिएर त्यहाँ अध्ययनको अवसर पाउनु आफ्ना लागि ठूलै अवसर भएको गुप्ता बताउँछिन्। नेपालमा मधेश आन्दोलनताका विद्यालय लामो समय बन्द रहेपछि सादगीका अभिभावकले उनलाई स्कुले शिक्षाका लागि भारतको देहरादून पुर्‍याए। त्यहाँ स्कुले शिक्षा सक्याएर उनले आफ्नो रुचिको फिल्म निर्देशन विषय अध्ययनका लागि एफटिआईमा आवेदन दिइन्। 'म साँच्चैनै भाग्यमानी रहेछु, विश्वभर भएको कडा प्रतिस्पर्धामा म छनौट हुन सके,' उनले भनिन्, 'यहाँ पढ्नु मेरो सपना थियो र त्यो पूरा पनि भयो।'

सादगीले यही वर्ष आफ्नो कोर्स सकेर स्वदेशमै केही गर्ने मनस्थिति बनाएकी छिन्। 'म बलिउडमा होइन, आफ्नै देशमा केही गर्न चाहन्छु,' उनले भनिन्, 'मलाई सर्ट मुभी मेकिङमा रुचि छ।'

तथ्याङ्क

आर्थिक वर्ष ०७५/७६ को ११ महिनाभित्र विभिन्न मुलुकबाट नेपाल भित्रिएको रेमिट्यान्स :

अमेरिका : १ खर्ब ८१ अर्ब ४७ करोड रुपैयाँ
भारत : ९० अर्ब १४ करोड रुपैयाँ
ओमान : ४ अर्ब ७५ करोड रुपैयाँ
साउदी : ८६ अर्ब २७ करोड रुपैयाँ
कुवेत : १४ अर्ब २० करोड रुपैयाँ
कतार : ६४ अर्ब ३८ करोड रुपैयाँ
बहराइन : २३ अर्ब पाँच करोड रुपैयाँ
यूएई : ८१ अर्ब ९२ करोड रुपैयाँ
मलेसिया : ७२ अर्ब ६ करोड रुपैयाँ
दक्षिण कोरिया : ३१ अर्ब ८६ करोड रुपैयाँ
जापान : ६४ अर्ब ६८ करोड रुपैयाँ

जनसरोकार — जलकुम्भी टेन्सन

पर्यटकीय सहर पोखराको मुख्य आकर्षण मानिने फेवाताल जलकुम्भी झारका कारण कुरुप बन्दै गएको छ। जलकुम्भी झारकै कारण आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरूले त्यहाँ सहज रूपमा डुंगामा सयर गर्न पाएका छैनन्। जलकुम्भी झारका कारण फेवाताल कुरुप भएपछि एकातिर दैनिक डुंगा चलाएर जीविकोपार्जन गर्दै आएका व्यवसायीको रोजीरोटी धरापमा परेको छ भने पर्यटकलाई राखेर डुंगा चलाउन जोखिमपूर्णसमेत भएको छ। गत वर्ष मेसिनको सहयोगमा तालको झार निकालिएको थियो। मेसिनको प्रयोग गर्दा पनि तालको जलकुम्भी निकाल्न १ देखि २ महिना लाग्ने अनुमान गरिन्छ।

दीपावलीको आ-आफ्नै चलन

तिहार हिन्दूहरूको दोस्रो महान् चाड हो । यसलाई उज्यालोको पर्वका रूपमा लिइन्छ । यमपञ्चकका पाँच दिनमध्ये लक्ष्मीपूजाका दिन विशेष उल्लास छाउँछ । गोवर्द्धन पूजा र भाइटीका हिन्दूहरूका लागि विशेष मानिन्छन् । रंग, फूलमाला, मिठाई, उज्यालो तथा पूजाआजाबीच रमझमका साथ तिहार मनाइन्छ । विदेशमा भएका नेपालीहरूमात्र नभै भारत, बंगलादेश, म्यानमार, बेलायत, अमेरिका, चीन, मलेसिया, कोरिया आदि देशमा हिन्दू तथा गैरहिन्दूहरूले दीपावलीलाई विशेष महत्वका साथ मनाउँछन् । यद्यपि दीपावली मनाउने तौरतरिका भने भिन्न छन् । कतिपय देशमा कुलदेवताको पूजा गरी नयाँ वर्षको स्वागत स्वरूप दीपावली गर्ने चलन छ ।

युवराज गौतम

भारत

तिहारका अवसरमा गरिने दीपावलीलाई भारतमा चल्तीको भाषामा दिवाली भनिन्छ। यो अवसरमा भारतका विभिन्न ठाउँमा मेला लाग्छ। बजार तथा ठूला सहरहरूमा आतिसबाजी गरिन्छ। दीपावलीको दुई दिनअघि अर्थात त्रयोदशीका दिन धनतेरस मनाइन्छ। धनतेरसमा नयाँ भाँडाहरू किन्नु शुभ मानिन्छ। दीपावलीका बेला विभिन्न थरीका मिठाई तयार गरिनुका साथै गणेश तथा लक्ष्मीको पूजा गरिन्छ। मानिसहरू आफन्त, साथीभाइका घर गएर मिठाई एवं उपहारहरू घुमघामका साथ आदान-प्रदान गर्छन्। दियो-बत्ती, आतिसबाजीले भारतका गाउँसहर औंसीको रातमा उज्यालो हुन्छ। यतिबेला पवित्रताको प्रतीक रंगोली कोरेर तथा बत्ती बालेर घर उज्यालो बनाइन्छ। लक्ष्मीपूजाका दिन बनाइने रंगोलीले घरमा सुख-शान्ति तथा समृद्धि भित्र्याउने विश्वास गरिन्छ।

चीन

बौद्ध, ताउ, कन्फ्युसियस धर्मको बाहुल्यता रहेको चीनमा हिन्दूहरूको पनि राम्रै प्रभाव छ। चीनमा दीपावलीलाई 'नेइ महुआ' भनिन्छ। त्यहाँ बसोबास गर्ने हिन्दूहरूले आफ्नै तरिकाले तिहार मनाउँछन् र दीपावली गर्छन्। दीपावलीको दोस्रो दिनदेखि चीनमा नयाँ संवत सुरु हुने भएकाले गैरहिन्दूहरूले भने अलिक भिन्न रूपले दीपावली गर्छन्। त्यहाँ दीपावलीलाई प्रकाश पर्वका रुपमा पनि लिइन्छ। व्यापारीहरूले हिसाबकिताबको नयाँ खाता खोल्दै धूमधामका साथ यो पर्व मनाउँछन्। यतिबेला घरको मूल ढोकाका दुवैतर्फ मानव आकृतिका कागज टाँगिन्छ भने त्यहाँ रंगीविरंगी प्रकाश छर्ने लाल्टिन पनि राखिन्छ अनि मीठा-मीठा परिकार बनाएर यो उत्सव मनाइन्छ।

जर्मनी

क्रिस्चियन धर्मावलम्बीहरूको बाहुल्यता रहेको जर्मनीमा पनि दीपावाली गर्ने चलन छ। त्यहाँ एक-अर्काको सु-स्वास्थ्य तथा दीर्घायुको कामना गर्दै दीपावली मनाइन्छ भने गिर्जाघरहरू झिलिमिली पारेर सजाइन्छ। जर्मनीमा ऋतु परिवर्तनका कारण लाग्ने रोगहरूबाट छुट्कारा प्राप्त गर्न धूमधामका साथ आतिसबाजी तथा दीपावली गर्ने परम्परा छ।

मलेसिया

मलेसियामा दुष्टका विरुद्ध सज्जनले विजय प्राप्त गरेको उपलक्ष्यमा दीपावली गर्ने चलन छ। 'हरि दीपावली' भनिने यो उत्सवमा रावणविरुद्ध रामले विजय प्राप्त गरेको मानिन्छ। करिब १८ प्रतिशत हिन्दूको बसोबास भएको मलेसियामा फूल तथा तेलको दियोले घर सिंगारिन्छ। तिहार वा दीपावलीका बेला यहाँ रमाइलो मेला, सांगीतिक कार्यक्रम एवं आकर्षक खेलहरू पनि आयोजना गरिन्छ।

म्यानमार र थाइल्यान्ड

म्यानमारमा गौतम बुद्ध अवतरण भएको अवसर पारेर दीपावली तथा आतिसबाजी गर्ने चलन छ। यो दिन बौद्ध मठहरूमा पूजाअर्चना गरिन्छ भने घर-घरमा रंगीविरंगी बत्ती बालेर सजाउँदै तथा खुसीयाली मनाइन्छ। थाइल्यान्डमा भने अनिश्चितताबीच जीवनलाई निरन्तरता दिने विश्वासका साथ केराले बनेको दियोमा मैनबत्ती, सिक्का एवं धूप राखेर दीपावली गर्ने चलन छ। थाइल्यान्डमा शिख, जैन, बौद्ध तथा हिन्दू परम्पराअनुरूप दीपावली गरिन्छ।

बेलायत

बेलायतमा भारतीय तथा नेपाली हिन्दूहरूको बसोबास भएकाले तिहार मनाउँदै भव्य दीपावली गर्ने चलन छ। त्यहाँ लक्ष्मीको मन्दिरमा गएर पूजाआजा गरिन्छ। बेलायती प्रधानमन्त्रीले दीपावलीमा शुभकामना समेत दिन थालेका छन्। दीपावलीका अवसरमा मानिसहरूले आफ्नो घरलाई दीप तथा मैनबत्तीले सजाउँछन्। यस क्रममा लक्ष्मीको प्रसादका रूपमा मिठाई वितरण गरिन्छ। बेलायतमा भएका गोर्खा पल्टनमा पनि दीपावलीको रौनक छाउँछ।

अमेरिका

हिन्दूहरूको बसोबास रहेको मुलुकमा अमेरिका पनि अग्रपंक्तिमा छ। भारत, भुटान, बंगलादेश, नेपाल आदि देशबाट अमेरिका पुगेका हिन्दूहरूले तिहार तथा दीपावली भव्य रुपले मनाउँछन्। सन २००३ मा ह्वाइट हाउसमा पहिलो पटक दीपावली मनाइएको थियो। अमेरिकी कंग्रेसमा पूर्व राष्ट्रपति जर्ज डब्लु बुसले दीपावलीलाई आधिकारिकता प्रदान गरेका थिए। सन् २००९ मा तत्कालीन राष्ट्रपति बराक ओबामा पनि दीपावलीमा रमाएका थिए। २०११ मा पनि अमेरिकामा भव्य दीपावलीको आयोजना गरिएको थियो। अमेरिकाका थुप्रै सहरमा हिन्दू परम्पराअनुसार दीपावली गर्ने चलन छ।

सिंगापुर तथा इन्डोनेसिया

सिंगापुर र इन्डोनेसियामा पनि हिन्दूहरूको बाक्लो बसोबास छ। त्यहाँ स्थायी रुपमा बसोबास गरिरहेका हिन्दू तमिलहरूले धूमधामसँग दीपावलीको आयोजना गर्छन्। सिंगापुरमा सार्वजनिक बिदा नै दिने चलन छ। सिंगापुर प्रहरीमा भएका हिन्दूहरूले विशेष कार्यक्रमहरूको आयोजना गर्छन्। त्यहाँ दीपावलीलाई उत्सवकै रूपमा मनाइन्छ। इन्डोनेसियामा पनि हिन्दूहरूको बसोबास भएकाले धूमधामसँग दीपावली गरिन्छ। त्यहाँ बिहान तेलले स्नान गरेर नयाँ लुगा लगाउने, उपहार आदान-प्रदान एवं मन्दिरमा गएर पूजा गर्ने चलन छ।

अस्ट्रेलिया

अस्ट्रेलियाका विभिन्न सहरमा भारतीय तथा नेपाली मुलका मानिसहरूको बसोबास भएकाले दीपावलीमा बेग्लै उत्साह हुन्छ। सन् २००६ मा मेलबर्नको फेडरेसन स्क्वायरमा भव्य रूपमा सामूहिक दीपावली आयोजना गरिएपछि अस्ट्रेलियाका अन्य सहरमा पनि दीपावली मनाउन थालिएको छ। यो अवसरमा नेपालीहरूका विभिन्न संघ-संस्थाले अलग्गै रूपमा दीपावलीको आयोजना गर्छन्। एक सातासम्म चल्ने दीपावलीको रौनकमा व्यापारिक भवनहरूलाई सजाएर झिलिमिली पारिन्छ। विशेष गरी भारतीय मूलका हिन्दूहरूले सामूहिक दीपावलीको आयोजना गर्छन्।

श्रीलंका

श्रीलंकामा तमिलहरूले विशेष रूपमा दीपावली मनाउँछन्। त्यहाँ तेलले स्नान गर्ने, मिठाई वितरण गर्ने साथै मन्दिरमा गएर पूजा गर्ने चलन छ। यस क्रममा रातभर घर-आँगन झिलिमिली राखिन्छ। दीपावलीका अवसरमा विभिन्न खेल, आतिसबाजी, गायन, नृत्य संगीत, भोज आदिको आयोजना गरिन्छ। श्रीलंकाका हिन्दूहरूले पनि तेलको दियो बालेर धनकी लक्ष्मी देवीको आराधना गर्छन्।

(एजेन्सीको सहयोगमा)

मंगलमय शुभकामना

महान् पर्व दीपावली, नेपाल संवत् ११४० एवं म्ह पूजा तथा छठका अवसरमा सम्पूर्ण पाठक, वितरक, विज्ञापनदाता तथा शुभेच्छुकहरूप्रति देवी लक्ष्मीको कृपा सदैव कायम रहोस् भन्ने मंगलमय शुभकामना ।

साप्ताहिक
कान्तिपुर मिडिया ग्रुप

प्रेम र संस्कृतिको प्रतीक तिहार

■ डा. नम्रता पाण्डे

आफूलाई चीन, आफू भित्रको प्रेमलाई चीन, आफ्नो संस्कृतिलाई चीन र भाइचारा अनि दिदीबहिनीको प्रेमलाई अमर बनाऊ भन्ने सन्देश लिएर प्रत्येक वर्ष आउने तिहारले मखमली फूल झैं दीर्घकालीन र अमर सम्बन्धलाई अरू फक्रिने अवसर प्रदान गर्छ । हृदयमा गडेर रहेको प्रेमलाई सप्तरंगी टीका तथा मखमली मालाले दाजुभाइलाई सिंगार्ने दुबो र तेल कहिल्यै नसुक्ने र कहिल्यै नओइलाउने प्रेम भावको प्रस्तुति हो- तिहार । प्रसन्नता, प्रफुल्लता, आनन्द र शान्तिको छनक दिलाउने शान्ति एवं आनन्द प्रेम र सुमधुर सम्बन्धमा छ र यो चाह्यो भने वर्षैभरि प्राप्त गर्न सकिन्छ भनेर स्मरण गराउने पर्व हो- तिहार । दिदीबहिनी एवं दाजुभाइको बालापनको सम्झना, देउसीभैलो खेलेर, जितेर, खोसेर, लडेर, खेलेर, रमाएर बिताएका क्षणहरूलाई ताजगी प्रदान गर्ने तथा उमेरले खुसी र सम्बन्धलाई छेक्दैन भन्ने आभाष दिलाउने पर्व हो- तिहार । जहाँ प्रेम छ त्यहाँ खुसी छ र जहाँ खुसी छ त्यहाँ जीवन्तता छ, जिउनुको मज्जा छ भन्ने सन्देश दिने पर्व हो- तिहार ।

कुनै पनि घरमा सुख, समृद्धि, प्रसन्नता र शान्ति छ भने त्यसको कारण हो, उक्त घरमा दाजुभाइ एवं दिदीबहिनीको सम्बन्ध सुमधुर र प्रेमिल छ । जुन घरमा पारिवारिक प्रेम,आत्मियता र सहयोगी भावना छैन, त्यो घरमा दरिद्रता, गुनासो र अशान्ति बाहेक केहि हुँदैन । सम्पत्ति, सम्मान, पद र समृद्धि त्यतिबेला झल्किन्छ जतिबेला दाजुभाइ, दिदीबहिनीको प्रेम बाआमाले महसुस गर्न पाउनुहुन्छ र उहाँहरुको आँखाबाट हर्षका आँसु वर्षन्छन् अनि चाउरिएका अनुहारबाट मिठो हाँसो फुट्कन्छ ।

प्रत्येक पर्व अस्तित्वगत, प्रकृतिगत एवं मानव जीवनमा व्यवहारिक रूपमा वैज्ञानिकता बोकेर आउँछन् किनभने जीवन अस्तित्वको सृष्टि हो र सृष्टिको स्रोत प्रेम हो । संसारको आपाधापीमा हामी यी महत्वपूर्ण कुराहरूलाई बिर्सिरहेका हुन्छौं । त्यसैले हरेक पर्वले हामीलाई स्व-स्मरणमा पुऱ्याउँछन् । यो संसारमा हुनु र जिउनुको पछाडि धन, सम्पत्ति र सम्पन्नताले मात्र भूमिका खेल्दैन त्यसको मूल स्रोत के हो त्यसलाई हामीले बिर्सनु हुँदैन । पारिवारिक प्रेम, श्रद्धा र सुमधुर सम्बन्ध नै सबै सृष्टिको स्रोत एवं आधार हो । तिहार त्यस्तै प्रेम, सम्बन्ध, संस्कार र आस्था प्रकट गर्ने एउटा प्रतीक हो । जसले हामीलाई द्वन्द्व र भ्रमबाट आनन्द एवं खुसीतर्फको यात्रा गराउँछ ।

दीपावली र बत्तीको झिलिमिली केवल कपासको बत्ती र तेलको मिश्रणबाट आउने उज्यालो मात्र होइन हामी भित्रको अन्धकाररूपी रिपुहरूलाई जलाएर ध्यान, प्रेम, शान्ति एवं आनन्दको प्रकाश छरौं भन्ने सन्देश पनि हो । बाहिरको झिलिमिलीले मात्र आन्तरिक प्रकाश जागृत हुँदैन । क्रोध, हिंसा, घृणा, लोभ, मोह, ईर्ष्या, द्वेष, कामना जस्ता अन्धकाररूपी रिपुहरुले जीवनलाई अधोगतितिर लगिरहेका हुन्छन् । भित्रको

> कुनै पनि घरमा सुख, समृद्धि, प्रसन्नता र शान्ती छ भने त्यसको कारण हो उक्त घरमा दाजुभाइ एवं दिदीबहिनीको सम्बन्ध सुमधुर र प्रेमिल छ । जुन घरमा पारिवारिक प्रेम,आत्मियता र सहयोगी भावना छैन त्यो घरमा दरिद्रता, गुनासो र अशान्ति बाहेक केहि हुँदैन । सम्पत्ति, सम्मान, पद र समृद्धि त्यतिबेला झल्किन्छ जतिबेला दाजुभाइ, दिदीबहिनीको प्रेम बाआमाले महसुस गर्न पाउनुहुन्छ र उहाँहरुको आँखाबाट हर्षका आँसु वर्षन्छन् अनि चाउरिएका अनुहारबाट मिठो हाँसो फुट्कन्छ ।

प्रकाशरूपी उज्यालो अर्थात् प्रेमरूपी, आनन्दरूपी, खुसीरूपी प्रकाश फैलिन भित्रकै अन्धकार तिरोहित गर्न सक्नुपर्छ ।

हामी जति सम्पन्न र शक्तिशाली भए पनि आफ्नो परिवार, प्रेम, संस्कृति एवं पर्वबाट टाढा भयौं भने धेरै कुराबाट पश्चातापमा पर्छौं । भाइहरुलाई लगाइदिने सप्तरंगी टीकाको रंग वर्षमा एकपटक प्रदान गर्ने निधारको आकर्षण मात्र होइन, सधैं प्रेम, करुणा, प्रसन्नता, प्रफुल्लता, परोपकार, मानवीयता, इमान्दारिता जस्ता सप्तरंगी गुणहरुले भरिपूर्ण हुन सकुन् भन्ने दिदीबहिनीको आशीर्वाद पनि हो । यमपन्चक भरी गरिने सजावट र सरसफाई बाहिरी सफाईको मात्र संदेश होइन आफू भित्रका अवगुणहरूलाई समाप्त गरेर सद्गुणमा बाँच्ने संकल्प गर्नु पनि हो । बाहिरको फोहोर भन्दा अदृश्य रूपमा दुर्गन्धित भएर बसेको मन भित्रको फोहोर बढी हानिकारक हुन्छ । त्यसैले ईर्ष्या, घृणा, लोभ, कामना, मोह, हिंसात्मक भावना, बेहोसी, वैरभाव, तनाव, आलस्यता, अपूर्णताको भाव जस्ता दुर्गन्धहरू हटाउनु जरूरी हुन्छ ।

हाम्रा कर्म, सम्बन्ध, संस्कृति तथा पहिचानले हामीलाई हौसला, प्रफुल्लता एवं जीवनको महत्वलाई सकारात्मक रूपमा लिन मद्दत गर्छन् । दिदीबहिनी एवं दाजुभाइको प्रेम तथा सम्बन्धले सबैमा अपनत्वको भावना जागृत गर्छ, सकारात्मक सन्देश प्रदान गर्छ । यस्तै प्रेमभावको सम्बन्ध र संदेशले आत्मसन्तुष्टि र आत्मसम्मान प्राप्त भएको अनुभूति हुन्छ ।

हामी जे आर्जन गर्छौं त्यही उपभोग पनि गर्छौं, जे संग्रह गर्छौं बेला मौकामा तिनै सम्पदाले काम गर्छन् । त्यसैले के आर्जन गर्ने हामी आफैंमा भर पर्छ । प्रेम, करुणा, सद्भाव, ध्यान, साधना र मधुरताले हृदयलाई झंकृत गरिदिन्छ र हामीलाई आफ्नो कर्म र सम्बन्धप्रति सजग हुन मद्दत पुऱ्याउँछ । सकारात्मक र प्रेमपूर्ण व्यवहारले कसैलाई पछुतोमा लादैन तर हाम्रो नकारात्मक भाव र सम्बन्धले पछुतोमा लगिरहेको हुन्छ । दुर्गुणरूपी अन्धकार मानिसको स्वभाव हुँदै होइन । सद्गुणको अभाव नै जीवनमा झेल्नुपर्ने अभाव र दुर्गुणको कारण तथा परिणाम हो । तिहार जस्तो पर्वमा संस्कार, संस्कृति, अनुशासन, मानवीयता, जागरुकता र पूर्णताको अनुभूति मिल्छ किनभने उत्सवको वातावरणमा हामी सबै रिपुहरू र अन्धकारबाट टाढा रहन्छौं अनि स्वयंमा स्थिर हुन्छौं । जब हामी स्वयंमा स्थिर हुन पुग्छौं, तब हामी मस्तिस्कबाट चल्दैनौं, आन्तरिक प्रेरणाबाट प्रवाहित हुन्छौं ।

बाहिर समस्या मात्र छन् भने आन्तरिक प्रेरणाले समाधानको उपाय पनि बताइरहेको हुन्छ । मौनता, तिहारले अखण्डित र पुनर्मिलनको अर्को सन्देश पनि दिइरहेको हुन्छ । दीपावली र भाइटीकाले जगाउन खोजेको आफूभित्रको प्रकाश, आपसी सहयोग, भाइचारा, स्वाभिमान र सम्मान जस्ता चिन्तनले भौतिक विकासको मात्र प्रतिनिधित्व गर्ने होइनन् यसले आफ्नो उद्देश्य, कार्यकुशलता, आत्मविश्लेषण, होस र बोधलाई समेत समेटेको हुन्छ ।

वर्षमा ५ दिन मनाइने तिहारले ५ दिन मात्र खुसी रहने सन्देश दिँदैन । तिहारको उमङ्गले अरु बढी जागरुकता, उत्साह र उत्प्रेरणा मिलोस्, अनि बाँकी ३६० दिन पनि त्योहार (तिहार) बनोस् बन्ने सन्देश दिन्छ । ५ दिन घर सफा र उज्यालो बनाएर मात्र होइन, वर्षैभरी घरमा प्रेमको, होसको, सद्भावनाको र ध्यानको दीप बल्न सक्यो भने हाम्रो उद्देश्य पूरा हुनेछ । पर्वको उमङ्गले ल्याउने ईर्ष्या रहित, घृणा रहित सद्भावलाई सभ्य, सु-संस्कृत, मर्यादित र प्रेमील भएर आफ्नो आन्तरिक प्रतिभा र सम्पदा उजागर गरी कल्याणकारी कार्यमा लाग्ने प्रेरणा जागृत भए जीवन सधैं उत्सवमय हुन्छ ।

तिहार स्वच्छ र सफा मौसम, फूलैफूलको मौसम, खुसी र रमाइलो वातावरण तथा सद्भाव र मित्रताका कारण अरू समयमा पनि यी गुणहरू कायम रहुन् भन्ने पुनर्स्मरणको अवसर हो । पाखाभरी गाइतिहारे फुल्ने, खेतका डिलभरी सयपत्री फक्रिने र गह्राका कुनाभरि मखमली फुल्ने मौसम तिहारमा सबैको मनमा हर्षोल्लास छाएको हुन्छ । देउसीभैलोको माध्यमबाट साथीभाइको रमाइलो र लोक संगीत अनि, घर छेउको चौरमा हालिएको रोटे पिंग र लिंगे पिंग, औंसीको रातमा पनि बत्तीको झिलिमिलीले प्रदान गर्ने प्रकाशमय वातावरण सबै जीवलाई सकारात्मक र हर्सोल्लासकासाथ बाँच्न प्रेरित गर्ने माध्यम हुन् ।

तिहारको सेल पकाउन आमाको सामग्रीको जोहो र हतार कति प्रेमपूर्ण हुन्छ ? सेल पकाउँदै जाँदा जति-जति सेल बिग्रिन्छ, त्यति त्यति खान पाइने रमाइलो हाम्रा लागि भने टीकाको उपहारमा राम्रो सेल नपुग्ला भन्ने आमाको चिन्ता पनि एउटा रमाइलो र पारिवारिक प्रेमको प्रतीक हो । उता भाइबहिनीहरू तोरण उन्न, माला गाँस्न र रंगोली बनाउन व्यस्त हुँदा सबैमा कामप्रतिको उत्तरदायित्व र काम पूरा गर्न दत्तचित्त भएको देख्दा सबैलाई रमाइलो आभाष हुन्छ ।

कति मौलिक छ, कति पारिवारिक र आनन्दमय छ- तिहार । त्यसैले त जीवन आपाधापी होइन उत्सव र प्रेमको संगम हो भनेर व्याख्या गर्न मन लाग्छ । यस्तै क्रियाकलापले हामीमा भौतिक सुविधा मात्र होइन आध्यात्मिक चेतना पनि छ भन्ने बोध गराउँछ र हाम्रा कर्म एवं भावहरु हृदयस्पर्शी हुन थाल्छन् । यद्यपि यो पर्वले दिने सन्देशलाई आत्मसात गर्न सकिएन भने त्यसलाई दुर्भाग्य नै मान्नुपर्छ ।

अन्तरवार्ता

पैसा नकमाए सबैले हेर्छन्

सानिमा बैंकका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत (सीईओ) हुन्– **भुवनकुमार दाहाल** । दाहाल २०४८ सालअघि संसद् सचिवालयका सरकारी जागिरे थिए । संसद सचिवालयको जागिर छोडेर उनले २०४८ सालमा नबिल बैंकमा सहायकका रूपमा जागिर सुरु गरे । २२ वर्ष नविल बैंकको जागिरे जीवनमा उनी सहायक महाप्रबन्धकसम्म भए । २०७० मा उनी सानिमा बैंकमा डेपुटी सीईओमा नियुक्त भए, त्यसको ६ महिनापछि फुल सीईओ भए । त्रिभुवन विश्वविद्यालयबाट अंग्रेजी तथा अर्थशास्त्रमा स्नातक एवं फाइनान्समा स्नातकोत्तर गरेका छन् । २८ वर्षदेखि नेपाली बैंकमा पैसा वरपर रहेर बिताएका दाहालसँग साप्ताहिकका लागि मुकुन्द बोगटी तथा जनक तिमिल्सिनाले गरेको कुराकानीः

तस्बिर : नवराज वाग्ले

■ भुवनकुमार दाहाल, प्रमुख, सानिमा बैंक

एउटा बैंकको सीईओले चिनेको पैसा के हो ?

समाजमा दुई खालका मानिस हुन्छन् । एउटासँग यति आम्दानी हुन्छ कि जसले आफ्ना दैनिक आवश्यकता पूरा गरेर केही रकम बचत गर्छ । समाजमा अर्काथरी मानिस हुन्छन्, जसलाई लगानी तथा खर्चका लागि पैसा पुग्दैन । बैंक यस्तो संस्था हो, जसले यी दुईका बीच पुलको काम गर्छ । उदाहरणका लागि एक जना चिकित्सकले १० लाख आर्जन गर्छन् र २ लाख खर्च गर्छन् भने ८ लाख रुपैयाँ बचत हुन्छ । ती चिकित्सकले त्यो पैसाको पर्चेजिङ पावर बढ्ने ठाउँमा लगानी गर्न लगानीको क्षेत्र खोजिरहेका हुन्छन् । अर्का एक जना व्यवसायी छन्, जोसँग १ अर्ब छ, तर नयाँ उद्योगमा लगानीका लागि २ अर्ब रुपैयाँ चाहिन्छ । यस्तो स्थितिमा बैंकले व्यवसायीलाई डेफिसिट युनिट भन्छ भने चिकित्सकलाई सरप्लस युनिट । हामी ती चिकित्सकलाई सेभर अफ मनी र व्यवसायीलाई युजर अफ मनी पनि भन्छौं । पैसा चाहिएको र पैसा भएकाको बीचमा पुलको काम बैंकले गर्छ । चिकित्सकको ८ लाख मात्र बचत छ, तर व्यवसायीलाई १ अर्ब अपुग छ, त्यस्ता धेरै बचतकर्ताबाट उक्त रकम जम्मा गरेर बैंकले भएका व्यवसायीहरूलाई व्यवसायको सम्भाव्यताका आधारमा ऋण उपलब्ध गराउँछ । उनको उद्योग-व्यवसाय सफल भए त्यसले प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष रोजगारी वृद्धिका अतिरिक्त अर्थतन्त्रमा मल्टीपिलर इफेक्टको भूमिका खेल्छ । उद्योग-व्यवसाय असफल भए भैरहेको पुँजीसमेत क्षय हुन्छ । त्यसैले एउटा बैंकले सरप्लस युनिटको बेफिसिट युनिटलाई दिँदा त्यसको इफिसेन्ट युज हुने गरी दिनुपर्छ ।

माथिको भूमिकाका आधारमा एउटा बैंकको सिईओले चिनेको पैसा भनेको सामान तथा सेवा खरिद्का लागि अति आवश्यक र राम्रोसँग प्रयोग गरे निरन्तर फुल दिने कुखुराजस्तो, दुरुपयोग गरे रोग लागेर मर्ने कुखराजस्तो हो ।

नेपालीले पैसालाई कत्तिको चिनेका छन् ?

लिभिङ स्ट्यान्डर्ड निरन्तर सुधार भएको देख्दा नेपालीहरूले पैसालाई मज्जाले चिनेका छन् जस्तो लाग्छ । भर्खरै आएको राष्ट्र बैंकको तथ्यांकअनुसार नेपालमा झन्डै ३ करोड जति (९४ प्रतिशत) बैंक खाता छ । त्यसमा भएका डुप्लिकेट खाता हटाउँदा ६१ प्रतिशत नेपालीको बैंक खाता छ । सहकारीमा खाता हुनेहरूलाई पनि जोड्ने हो भने ८० प्रतिशत नेपाली वित्तिय कारोबार गर्न जान्ने छन् । धेरै मानिस रिस्क लिन नसकेर उद्यमशील बन्न सकिरहेका छैनन्, उद्यम गर्दा मानिस अझ बढी धनी हुने सम्भावना हुन्छ । अहिले अपवादबाहेक सबैजसो व्यापारीले राम्रै पैसा कमाइरहेका छन् । लोन लिने मानिस भनेका ४/५ प्रतिशत मात्र छन् । यदि ऋण लिएर व्यवसाय गर्ने मानिसको संख्या भनेजसरी बढाउन सकियो भने नेपालीहरूको जीवनस्तर र कमाइमा निकै वृद्धि ल्याउन सकिन्छ ।

विदेशका नेपालीहरूले कत्तिको बचत गर्छन् ?

बाहिर गएका अधिकांश नेपालीले दुःख गर्नुभएको छ, संघर्ष गर्नुभएको छ र उहाँहरूले नेपालमा बस्नेहरूको तुलनामा बढी पैसा चिन्नुभएको छ । सबैले त भन्दिनँ, विदेशमा रहेका धेरै नेपालीले बचत र विविध क्षेत्रमा लगानी गर्नुभएको छ भने अधिकांश ठाउँबाट राम्रो रिटर्नसमेत आइरहेको छ । बाहिर गएर दुःख गरेका नेपालीहरूले यहाँ मात्र होइन, आफू बसेको देशमा पनि राम्रो गरेका छन् । विदेशमा भएका नेपालीहरूले सानो उद्यम पनि अनुशासित रूपमा चलाएका छन् । नेपालमा त्यस्तो अनुशासन कमै देखिन्छ । गल्फतिर गएका नेपालीहरूमा लगानीको उति ज्ञान नहोला, तर युरोप, अमेरिका, अष्ट्रेलियातिर गएका मानिसहरू बढी पढेलेखेका छन्, उनीहरू कहाँ लगानी गर्दा बढी रिटर्न छ, आफैं क्यालकुलेसन गर्न सक्छन् ।

कतिपयले मनी ट्रान्सफरलाई खर्चिलो मानेर पैसा जोगाउन हुन्डीबाट पनि पैसा पठाइरहेको पाइन्छ । त्यो कति सुरक्षित बाटो हो ?

त्यो एकदमै गलत बाटो हो । बैंकबाट पठाउँदा केही कमिसन दिनुपर्ला त्यो आफ्नो ठाउँमा छ, तर त्यो रकम तत्काल आउँछ र सुरक्षित पनि हुन्छ । हुन्डीबाट आउँदा केही कम पैसा लाग्ला, तर एउटा व्यक्तिलाई विश्वास गर्ने कि ८ अर्ब क्यापिटल भएको बैंकमाथि विश्वास गर्ने ? त्यसैले बैंकको बाटो नै सबैभन्दा सुरक्षित बाटो हो । हुण्डी कारोबारीहरू ठगेर भागेका उदाहरण पनि छन् तर कुनै बैंक भागेको छ त ? हामी विदेशमा कमाइकै लागि त्यत्रो मेहनत गरिरहेका छौं भने केही रुपैयाँका लागि किन गैर कानुनी र असुरक्षित काम गर्ने ? हामी स्वाभिमानका साथ विदेशमा बसिरहेका छौं, नियमको पालना गरिरहेका छौं भने केही रुपैयाँको लोभ किन गर्ने ? त्यसैले वैधानिक बैंकिङ च्यानलबाट मात्र पैसा पठाऔं । अहिलेका अर्थमन्त्रीले हुन्डीलाई कन्ट्रोल गर्नुभएको छ, भन्सारमा कडाइ गरेर। यसले राजस्वमा पनि टेवा पुगेको छ भने बैंकिङ प्रणालीमा समेत सुधार आएको छ ।

पृष्ठ ६ मा

पैसा नकमाए...

पृष्ठ ५ बाट

विदेशमा नेपालीहरूले कमाएको पैसाको व्यवस्थापन कसरी भैरहेको छ ?

जो पढेलेखेका छन्, जसलाई इन्भेस्टमेन्टको ज्ञान छ, उनीहरूले हाइड्रो पावर, सिमेन्ट, बैंक, होटल, स्वास्थ्य, घर-जग्गा, शिक्षा मिडियाजस्ता क्षेत्रमा लगानी गरेका छन्। जो गल्फ कन्ट्रीतिर जानुभएको छ, उहाँहरूको आम्दानी पनि कम छ। उहाँहरूले घर-जग्गा खरिद तथा छोराछोरीको शिक्षामा खर्च गरिरहनुभएको छ।

विदेशबाट आएको पैसाका कारण सामाजिक विचलनका घटनाहरू पनि सतहमा आइरहेका छन् नि ?

बुवाआमाले विदेशमा परिश्रम गरेर कमाएको पैसा छोराछोरीले जाँड-रक्सीमा सकेका घटना पनि समाजमा देखिन्छन्। यस्ता घटना परिवारमा कम कन्ट्रोल वा शिक्षा कमजोर भएकाहरूमा सिर्जना हुन्छन्। यस्तो समस्या समाजमा छ, कतिपयको परिवारै विघटन भएका, पैसा लिएर श्रीमती अन्तैतिर लागेका घटना पनि छन्। त्यस्ता घटना परिवार टाढिएका कारणले भएको हो। यद्यपि अधिकांशको राम्रो छ, हामी नराम्रोको उदाहरण दिन्छौं। मलाई लाग्छ, ९० प्रतिशत त राम्रो नै छ, बाँकी १० प्रतिशतजतिमा समस्या छ, त्यो स्वभाविक हो कि ?

विदेशमा कुन क्षेत्रमा काम गर्ने नेपालीले बढी बचत गरेको पाइन्छ ?

विदेशमा बढी बचत गर्नेहरूमा टेक्निकल लाइनमा काम गर्नेहरू अग्रणी छन्। इन्जिनियर, चिकित्सक, सिएजस्ता क्षेत्रमा काम गर्नेहरूको आम्दानी बढी छ। विदेशमा व्यवसाय गर्ने नेपालीहरूले पनि राम्रो कमाएको देख्छु। गल्फ कन्ट्रीहरूमा पनि ह्वाइट कलरको जबमा एकदमै राम्रो कमाइ छ।

कहाँका नेपालीले बढी पैसा पठाउँछन् ?

तथ्यांक हेर्दा सबैतिरबाट आएको देखिन्छ। गल्फ कन्ट्रीतिरबाट कमाइको अधिकांश पैसा नेपाल आउँछ। राम्रो आम्दानी भएका कतिपयले नेपालमा कम पैसा पठाएको देख्छु, उनीहरू उतै लगानी गर्छन्। युरोप, अमेरिका, अस्ट्रेलिया जानेहरू प्रायः उतै सेटल हुन्छन्। नकारात्मक पक्ष के छ भने उनीहरू यहाँ भएको घरजग्गा पनि बेचेर पैसा उतै लान्छन्।

नेपालीहरूको खर्चको स्वभावलाई कसरी नियाल्नुभएको छ ?

नेपाली एकदम रिल्याक्स गर्नुपर्ने जात हो। नेपालीहरूले आधारभूत वस्तुका अतिरिक्त बियर, रक्सी तथा चुरोटको उपभोग उत्तिकै गरिरहेका हुन्छन्। दसैं-तिहार जस्ता चाडपर्वमा जाँड-रक्सी बिक्रीको तथ्यांक हेर्ने हो भने त्यो कुरा स्पष्ट देखिन्छ। रेस्टुराँमा सोध्ने हो भने नेपालीहरूले विदेशीभन्दा बढी खर्च गर्ने प्रवृत्ति बढिरहेको पाइन्छ।

नेपालभित्र कुन वर्गका नेपालीले अलि बढी बचत गरिरहेका छन् ?

जसले दुःख पाएका छन्, तिनले बचत गर्छन्। हामी गाउँबाट आयौं, संघर्ष गऱ्यौं, कहिलेकाहीं रमाइलो पनि गर्छौं तर त्यति धेरै फुर्माइसी गर्दैनौं बचत नै गर्छौं।

यद्यपि हाम्रा छोराछोरीले दुःख देखेका छैनन्, तिनले अलि बढी फुर्माइसी गर्छन्। म कहिलेकाहीं भन्छु पनि, हामी लोकल कुखुराजस्ता, हाम्रा बच्चाबच्चीहरू बोइलर कुखुराजस्ता।

जातिगत रूपमा कसले बढी बचत गरेको पाइन्छ ?

बैंकिङ बचतको ट्रेन्ड हेर्ने हो भने जातिगत रूपमा नेवार, मारवाडी, थकाली तथा बाहुन-क्षेत्रीले बढी बचत गर्छन्। त्यसमा पनि नेवार र मारवाडी समुदाय बढी उद्यम गर्ने र कमाउनेमा पर्छन्। कतिपय समुदायमा अलि बढी रमाइलो गर्ने चलन पाइन्छ। मैले यो सामान्य ट्रेन्ड भने तर बचत र खर्च गर्ने कुरा जातभन्दा पनि व्यक्तिमा बढी भर पर्छ।

पैसा बढाउने कुनै टेक्निक छ ?

अनावश्यक रुपमा खर्च नगर्ने, सेयरमा लगानी गर्ने वा जग्गामा लगानी गर्ने ? केमा लगानी गर्दा रिटर्न्स राम्रो हुन्छ, जसले स्टडी गरेर इन्भेस्ट गर्छ उसले पैसा बढाउने हो। जसलाई त्यति धेरै विश्लेषण गर्न आउँदैन, उसले बैंकमा डिपोजिट राखेर ब्याज खाने हो। जो रिस्क लिन चाहन्छ, उसले बिभिन्न सेक्टरमा लगानी गरेर विविधीकरण गर्ने हो। पोर्टफोलियो बनाउने जस्तोः बैंकमा कति, सेयरमा कति, जमिनमा कति, गोल्ड तथा सिल्भरमा कति भन्ने निश्चित गर्ने हो।

लगानीको कुनै फर्मुला हुन्छ ?

यो गतिशील चिज हो। आज जग्गामा लगानी गर्दा बढी रिटर्न होला, भोलि सेयरमा लगानी गर्दा बढी हुन सक्छ। पर्सी दुवै चिज डाउन भएका बेला बैंकमा राखेको रिटर्न पनि बढी हुन सक्छ। दुई वर्षअघि म्युचुअल फन्डहरूले सेयरमा लगानी गरे, अहिले त्यो डाउन छ। अहिले बैंकमा राखेको पैसाले त्यसलाई जित्छ। इन्भेस्टमेन्ट भनेको डाइनामिक चिज हो, स्टाटिक्स होइन। परिस्थिति एकदमै बदलिरहन्छ, त्यसकारण जसले परिस्थिति चिनेर लगानी गर्छ, पोर्टफोलियो डाइभर्सिफाइड गर्छ ऊ सफल हुने हो। एउटै मात्र क्षेत्रमा लगानी गर्नु हुँदैन। अंग्रेजीमा एउटा भनाइ छ– यू सुल्ड नेभर ले अल एग इन द सेम बास्केट। एउटै भाँडोमा अन्डा राख्नुभयो भने कहिलेकाहीं सबै अण्डा फुट्न सक्छ, तपाईंले डाइभर्सिफाइड गर्नैपर्छ। जस्तो आफूसँग भएको पैसाको ५० प्रतिशत जग्गामा, ३० प्रतिशत सेयरमा, १० प्रतिशत सुन तथा चाँदीमा तथा १० प्रतिशत बैंकमा राख्नुभयो भने त्यो आजको दिनमा आइडल हुनसक्छ, तर जग्गाको मूल्य घट्दो क्रममा रह्यो भने त्यसलाई घटाएर सेयरमा बढाउनुपर्छ। लगानी गर्दा जुन पोर्टफोलियो क्रिएट गरिन्छ, त्यसको एनालाइसिस गरेर काम गर्नुपर्छ। एउटै क्षेत्रमा लगानी गर्ने मानिसचाहिँ मूर्ख हुन्छ। जसले परिस्थितिको विश्लेषण गरेर आफ्नो पोर्टफोलियोलाई रिएडजस्टमेन्ट गर्छ त्यो मानिस नै वारेन बफेटजस्तो सफल हुन सक्छ। बफेटको लस नहुने होइन तर ओभर अलमा प्रोफिट नै हुन्छ। तास खेल्न जानेको मान्छे हार्दा पनि कम हार्छ, जित्दा पनि बढी जित्छ। तास खेल्न नजान्ने मान्छे तासै आएका बेला पनि कम जित्छ, हार्दा बढी हार्छ। तास खेल्न जान्ने मानिस र लगानी गर्न जान्ने मानिस उस्तै-उस्तै हुन् लगानीका दृष्टिले।

यस्ता खालका नेपाली कति होलान् ?

नेपालमा इन्भेस्टमेन्टसम्बन्धी एक्सपर्टहरूको संख्या कम छ। त्यसैले अहिले इन्भेस्टमेन्ट बैंकिङको कन्सेप्ट चलेको छ। यिनीहरूको कामै लगानीको क्षेत्र कुन एरियामा बढ्दैछ, कुन क्षेत्रमा घटिरहेको छ विश्लेषण गरेर लगानी गर्नु हो। ती कम्पनीका एक्सपर्टहरूले फन्ड तथा पोर्टफोलियो म्यानेजमेन्ट गरिरहेका हुन्छन्। लगानी सम्बन्धी ज्ञान कम भएका/नभएका व्यक्तिहरूले इन्भेस्टमेन्ट बैंकिङको सेवा लिनु उपयुक्त हुन्छ।

पैसा कमाउन कुन महत्वपूर्ण छ, बुद्धि कि मेहनत ?

दुवै चाहिन्छ। बुद्धि भएर पनि अल्छी भयो भने त्यसले कमाउँदैन। मेहनत छ तर गलत ठाउँमा मेहनत गरिरहेको छ भने उसले पनि कमाउँदैन। कमाउनका लागि बुद्धि र मेहनत दुवैको कम्बिनेसनका साथै भाग्यको पनि साथ हुनुपर्छ। बुद्धि र मेहनत त चाहियो नै त्यसमा भाग्य पनि हुनु जरुरी हुन्छ। भाग्यले साथ दियो भने चाँडै कमाइन्छ, भाग्यले साथ दिएन भने बुद्धि र मेहनत भएर मात्र पनि हुँदैन। कहिलेकाहीं प्रशस्त मेहनत र राम्रो प्रोजेक्ट हुँदाहुँदै पनि सफल भइँदैन, कहिलेकाही कम मेहनतमै सामान्य प्रोजेक्ट पनि सफल भइदिन्छ। जस्तैः नारायणमूर्तिले इन्फोसिस आइटीमा लगानी गरे, बुद्धि पनि थियो, मेहनत पनि थियो, आइटी सेक्टर बुम भएका बेला उनले प्रशस्त पैसा कमाए।

पैसावालाहरू र लक्ष्मीको कनेक्सन के हो जस्तो लाग्छ ?

पैसाकी देवी लक्ष्मी हुन्। मलाई त लक्ष्मी र सरस्वतीबीच इन्टरलिंक छ जस्तो लाग्छ। लक्ष्मीवालाहरूले सरस्वतीवालाहरूलाई किनिरहेको देख्छु। जोसँग पैसा छ, उसले एक्सपर्टहरूलाई हायर गर्छ। लक्ष्मीवालाहरूसँग सबै विषयमा ज्ञान नहुन सक्छ, तर उ एक्सपर्ट हायर गर्न सक्ने हुन्छ। सरस्वतीवालाले लक्ष्मी कमाउन सहयोग गर्ने हो। लक्ष्मीवालाले सरस्वतीवाला हायर गरेर आफ्नो सम्पत्ति अझ बढाउने हो। एक्सपर्ट भनेका त सरस्वतीवालाहरू हुन्।

पैसाको महत्व कहाँ–कहाँ छ ?

पैसा भएन भने सबैले हेप्छन्। अहिले नेपाली पासपोर्टलाई हेप्नुको कारण हामी गरिब भएर पनि हो। पैसा कमाउन जरुरी छ, तर गैरकानुनी रूपमा कमाउनु भएन। गरिब भएपछि सबैले हेप्छन्। सिंगापुर त्यति सानो देश छ, धनी भएकाले सरकार लगानी गरेर डिभिडेन्ट खान्छ। हामीले जियोपोलिटिकल चिजहरू ब्यालेन्स गर्न सक्यौं भने नेपालमा पनि अथाह स्रोतहरू छन्। सगरमाथा, लुम्बिनी, पोखरा, नेचर, कल्चर, एडभेन्चर सबै दृष्टिले हामी नेपाली भाग्यमानी छौं, तर हामीले इन्फास्ट्रक्चर नै विकास गर्न सकेका छैनौं। हामीले फराकिला सडक तथा ठूला एयरपोर्टहरूसम्म बनाउन सकेका छैनौं। प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीको सोच ठूलो छ, तर कार्यान्वयनको पाटोमा खै किन उहाँ चुकिरहनुभएको छ ? उहाँले मन्त्रीहरूलाई स्वतन्त्रपूर्वक काम गर्न दिएर क्लोज मनिटरिङ गर्नुभयो भने छिटो र राम्रो परिणाम आउँथ्यो कि ?

मनी माइन्डेड ट्रेन्डले समाजमा समस्या पनि सिर्जना गरिरहेको छ। यसलाई कसरी रोक्ने सकिन्छ ?

यसमा राजनेताहरूले नै उदाहरण सेट गर्नुपर्छ। अहिले जग्गाको भाउ अचाक्ली बढेको छ। अहिले कुनै पनि कर्मचारीले शुद्ध कमाइबाट काठमाडौंमा घर बनाएर देखाओस् त ? टाढा-टाढाको जग्गा पनि आनाको २०-२५ लाख भनिन्छ। हामी बैंकमा काम गर्ने मान्छे भाग्यमानी छौं, हामीलाई आफ्नै बैंकले लोन दिन्छ। विदेशतिर ५-७ वर्षको कमाइले एउटा ठिक्कको घर बनाउन पुग्दो रहेछ। नेपालमा त त्यो सम्भावना नै छैन। राज्यले जग्गाको भाउ किन बढ्यो यसलाई एड्रेस गर्नुपर्छ। अर्को शिक्षा र स्वास्थ्य पनि उत्तिकै महँगो छ। घरजग्गा, स्वास्थ्य र शिक्षामा बढिरहेको महंगीमा राज्यले हस्तक्षेप गर्नुपर्छ। त्यसो नगर्ने हो भने भ्रष्टाचार रोक्नै सकिँदैन। भ्रष्टाचार रोक्न सबैभन्दा पहिले शिक्षा र स्वास्थ्यमा हुने खर्च रोक्नुपर्छ। शिक्षा र स्वास्थ्यलाई हामीले निकै महँगो बनायौं। अर्को कुरा, एउटा मान्छेले ३० वर्ष जागिर गरेपछि एउटा घर होस् भन्ने त चाहन्छ, तर हामीकहाँ त्यो किसिमको वातावरण नै छैन। नेताहरू उपचार गर्न निजीमा, नेताका छोराछोरीहरू पढ्न सबै निजीमा। नेपालीका छोराछोरी पढ्ने राम्रो सरकारी स्कुल र उपचार गर्न जाने एउटा राम्रो अस्पताल बनाएर उदाहरण सेट गर्न सकिँदैन ? यो चिजमा हामीले ध्यान दिन सक्यौं भने भ्रष्टाचार न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ। ब्युरोक्रेसी र नेताहरू ठीक भएपछि देशमा चुस्त प्रणाली विकास गर्न सकिन्छ।

नाङ्लो पसलेदेखि धनाढ्यसम्म सबै पैसा कमाउन चाहन्छन्। यो पैसा भन्ने कुरा कस्तो शक्ति हो ?

धन सधैं पावरफुल छ। हामीले पौराणिक ग्रन्थमा कुबेरको कथा पढेका छौं। उपचार गर्न, विदेश भ्रमण गर्न, छोराछोरीलाई राम्रो ठाउँमा पढाउन पैसा त चाहियो चाहियो। पैसा कानुनी रूपमा कमाउनुपर्छ। हाम्रो बैंकमा सुरुमा प्रवेश गर्नेहरूको तलब ३० हजार रुपैयाँ छ, बोनसलगायतका सुविधा गरेर झण्डै ६० हजार हुन्छ। स्नातक गर्ने बित्तिकै युवाहरूले ६० हजार मासिक कमाउँछन्, त्यसबाहेक हामी एक वर्षपछि अटो लोन दिन्छौं, ३ वर्षपछि घर लोन पाइन्छ। स्नातक गरेकाले नबिल बैंकमा ज्वाइन गर्ने बित्तिकै ५० हजार तलब पाउँछ, बोनस समेत जोड्ने हो भने १ लाख पुग्छ। नेपालमा लिगल्ली काम गरेर पनि त पैसा कमाउन सकिँदो रहेछ। त्यसैले नेपालमा एकदमै सम्भावना छ। व्यापारी-व्यवसायीहरूको रिटर्न्स पनि उत्तिकै लोभलाग्दो छ। धनी नभएकाले नै हाम्रो भिसा रिजेक्ट पनि हुन्छ। त्यसकारण हामीले धनी त हुनैपर्छ। कानुनी रूपमा पैसा कमाउनुपर्छ। पैसा नकमाएपछि सबैले हेप्दा रहेछन्। पैसाले मानिसलाई कन्फिडेन्स पनि दिन्छ, तर पैसा कमाउँदा अनेस्टी र इन्टीग्रेटी पहिलो सर्त हुनुपर्छ।

प्रधानमन्त्री ओलीसँग अहिले मौका छ। मापदण्डमा आधारित भएर निष्पक्ष रुपमा उहाँले दक्ष व्यक्तिहरू नियुक्ति गर्न थाल्नुभयो भने केही वर्षमै नेपाल आर्थिक रूपले सम्पन्न हुन गाह्रो छैन। हाम्रो विश्वविद्यालयको अवस्था पनि नाजुक छ। बुद्ध एयरले नाफा गर्ने, यति एयरले नाफा गर्ने नेपाल एयरलाइन्स सधैं घाटा हुने कसरी हुन्छ ? त्यसैले सरकारी संस्थानहरूको व्यवस्थापन पनि चुस्त र क्षमतावान् बनाउनुपर्छ। नेपाल गरिब भएको रिसोर्स नभएर होइन, व्यवस्थापनमा कमी-कमजोरी भएर हो। राम्रोसँग व्यवस्थापन गर्ने हो भने नेपाल धनी हुन्छ। हामीसँग पैसाको अथाह स्रोत छ, हामीले चिन्न नसकेको मात्र हो।

सिस्नुपानीको देउसी-भैलो

रोचक एवं घोचक किसिमका हास्यव्यंग्य प्रस्तुतिका लागि चिनिने सिस्नुपानीले तिहारको माहौलमा आफूलाई फरक रूपले प्रस्तुत गर्दै आएको छ । फरक यस अर्थमा कि तिहारको यो वातावरणमा सिस्नुपानीले प्रधानमन्त्री, पूर्व प्रधानमन्त्री, राजनीतिक दलका नेतादेखि सर्वसाधारणलाई एकै ठाउँ जम्मा पारेर मनोरञ्जक प्रस्तुति दिने गरेको छ ।

■ नेमिष गौतम

तिहारको देउसी-भैलो र सिस्नुपानी नेपाल पर्याय हुन् भन्दा फरक नपर्ला । रोचक एवं घोचक किसिमका हास्यव्यंग्य प्रस्तुतिका लागि चिनिने सिस्नुपानीले तिहारको माहौलमा आफूलाई फरक रूपले प्रस्तुत गर्दै आएको छ । फरक यस अर्थमा कि तिहारको यो वातावरणमा सिस्नुपानीले प्रधानमन्त्री, पूर्व प्रधानमन्त्री, राजनीतिक दलका नेतादेखि सर्वसाधारणलाई एकै ठाउँ जम्मा पारेर मनोरञ्जक प्रस्तुति दिने गरेको छ । सिस्नुपानी यसपटक पनि विगतको तुलनामा अलिक पृथक रूपमा कार्यक्रम गर्ने तयारी गर्दैछ । यसपटक सिस्नुपानीले २२ औं संस्करणको देउसी-भैलो कार्यक्रम कात्तिक १० गते आइतबार अर्थात् लक्ष्मीपूजाको दिन नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठानको सभाकक्षमा प्रस्तुत गर्दैछ ।

सिस्नुपानीका संस्थापक तथा वर्तमान अध्यक्ष लक्ष्मण गाम्नागेका अनुसार यसपटकको संस्करणका लागि तीव्र तयारी भैरहेको छ । 'यसपटक त्यस्तो ठूलो फरकपन केही छैन, तर सांगीतिक प्रस्तुतिमा केही नयाँपन दिँदैछौं । राजनीतिदेखि सामाजिक क्षेत्रमा वर्षभरि भएका घटनालाई प्रहसन, सांस्कृतिक प्रस्तुति, कविता आदिका माध्यमबाट प्रस्तुत गर्दैछौं । हाम्रो कार्यक्रममा प्रधानमन्त्री प्रमुख अतिथिका रूपमा आउदै हुनुहुन्छ', लक्ष्मण भन्छन्, 'यो कार्यक्रमका लागि हाम्रो संस्थाका पाँच जना सदस्यले दुई दिन-दुई रात मोबाइल स्विच अफ गरेर बुढानिलकण्ठमा बसी योजना बनाएका थियौं ।'

२०५५ सालमा स्थापना भएको सिस्नुपानी नेपालले त्यसयता नियमित रूपमा तिहारमा देउसी-भैलो कार्यक्रम गर्दै आएको छ । 'हास्यव्यंग्यका लागि काम गर्ने भनेर संस्था स्थापना गरियो । संस्थाको आर्थिक सवलीकरणको योजना बनाउँदा त्यसको उपयुक्त माध्यम देउसी-भैलो नै सावित भयो । हामी परम्परागत रूपमा अरूले खेल्दै आएजस्तो देउसी-भैलो खेल्दैनौं', लक्ष्मण खुल्छन्, 'अरू देउसी-भैलोजस्तो आशिष दिएर पैसा उठाउँदैनौं । केही संस्था, बैंक तथा अन्य निकायमा कार्यक्रमको अवधारणा बुझाएपछि खुसी भएर उनीहरूले सहयोग गर्छन् । हाम्रो कार्यक्रम उच्च किसिमको भएकाले पनि यो उनीहरूका लागि आफ्नो ब्रान्ड प्रवर्द्धन गर्ने उपयुक्त प्लेटफर्म सावित हुन्छ ।'

लक्ष्मणको अनुभवमा अहिलेसम्मको कार्यक्रममा राजनीतिक नेताबाट नकारात्मक प्रतिक्रिया आएको छैन । 'कहिलेकाहीं अलि बढी गर्नुभयो मात्र भन्छन् । सायद कार्यक्रम मन पराएरै होला, उनीहरू हरेक वर्ष दोहोऱ्याएर आउँछन्', लक्ष्मण भन्छन् । लक्ष्मणका अनुसार यसपटक सबै नेपाली परम्परागत संस्कृति झल्कने 'नेपाल नृत्य', सांगीतिक वाद्यवादनको प्रस्तुति, कविता, प्यारोडी, समसामयिक विषयमा प्रहसन तथा देउसी-भैलो आदि प्रस्तुत हुनेछन् । सदाझैं यसपटक अर्जुन पोखरेलले कविता, मनोज गजुरेलले प्रहसन तथा यमन श्रेष्ठले गीतमार्फत मनोरञ्जन गराउनेछन् ।

सिस्नुपानीका संस्थापक सदस्य मनोज गजुरेल यसपटक 'सरप्राइज' प्याकेज लिएर आउँदैछन् । 'अघिल्ला प्रहसनको तुलनामा यसपटकको मेरो प्रहसनमा सरप्राइज हुनेछ', मनोज भन्छन्, 'मेरो भागमा प्रहसन परेको छ ।' मनोजले देउसी-भैलो कार्यक्रममा कलाकार सिताराम कट्टेल 'धुर्मुस'सँग मिलेर गरेका प्रहसन निकै रुचाइने प्रहसनमा पर्छन् । मनोज र सितारामको डोनाल्ड ट्रम्प र शेरबहादुर देउवासम्बन्धी प्रहसन तथा प्रचण्ड र केपी ओली सम्बन्धी प्रहसन चर्चित छन् ।

मनोजझैं संस्थापक सदस्य कवि अर्जुन पराजुली देउसी-भैलो कार्यक्रमका लागि आफूहरूले १५ दिनदेखि तयारी गरिरहेको बताउँछन् । 'यसपटक पनि एउटा हास्यव्यंग्यात्मक कविता सुनाउँछु । त्यो कविता ७ मिनेटजतिको होला', अर्जुन भन्छन्, 'कविता वाचनबाहेक समूहमा रहेर देउसी पनि खेल्छु । मैले हरेक वर्ष कविता नै सुनाउँदै आएको छु । कविता सुनाएपछि नेताहरूले राम्रो भनी प्रतिक्रिया दिन्छन्, तर मलाई नेताको भन्दा जनताको प्रतिक्रिया राम्रो लाग्छ ।'

खालका खेलाडी

■ महेश तिमल्सिना

जब तिहार लाग्छ, समाजमा जुवाका अनेकन मझेदार किस्सा सुन्न पाइन्छ । तिहारमा जुवाडेहरूले त खालहरूमा दाउ लगाउने नै भए । कतिपय सर्वसाधारणले समेत यो फेस्टिब मुडमा मनोरञ्जनका लागि तास फिटेकै हुन्छन् । सामान्य मानिसदेखि चर्चित सेलिब्रिटीसम्म तिहारमा तास नफिट्ने महिला-पुरुष विरलै फेला पर्छन् । अझ जुवा-तासका पारखीहरू दसैंदेखि नै खालमा जमिरहेका हुन्छन् ।

कतिपयले रमाइलोका लागि खेल्छन् भने कतिपय साथीभाइको लहैलहैमा लागेर लाखौं रुपैयाँ स्वाहाः पारिरहेका हुन्छन् । यसको गतिलो उदाहरण हुन्– गायक आनन्द कार्की । २०६२ सालमा गायक कार्कीले ४० लाख रुपैयाँको बिट्टो एकै दिनमा जुवाको खालमा स्वाहा पारे । बानेश्वरस्थित एभरेस्ट होटलमा सांगीतिक कार्यक्रम सिध्याएर कार्की बलिउड कमेडियन जोनी लिभरलगायत अन्य बलिउड कलाकारका साथमा क्यासिनो छिरे । रातको ११ बजेको थियो । क्यासिनो छिरेपछि त्यहाँको वातावरणले तानिहाल्यो । उनी आफैं जुवाको खालमा बसे ।

सुरुमा लगातार ४-५ लाख रुपैयाँ जिते । '५ लाखसम्म जित्दा रमाइलो लाग्दै थियो,' गायक कार्की भन्छन्, 'रमाइलो लाग्दा-लाग्दै ४० लाख सकिएको पत्तो भएन ।' ५ लाखको उनको जितको किस्सा बिहान ४ बजे निस्कँदा ४० लाखको ठूलो हारमा बदलिइसकेको थियो । जुवामा हारेको ४० लाखको परकम्पन उनको जीवनका अन्य ठाउँमा पनि पर्‍यो । उक्त जुवाको ऋण निखन्न उनले १५ लाखको टोयोटा कार बिक्री गरे । यति हुँदा पनि उनले जुवामा ४० लाख सिध्याएको कुरा घरमा कसैलाई पत्तो दिएनन् । यति कि श्रीमतीसमेत त्यसबाट अनभिज्ञ रहिन् । अन्ततः कसै गरे पनि जुवामा हारेको ऋण तिर्न नसकेपछि उनले चाबहिलमा आफैंले जोडेको ७ आना जग्गा बेच्ने निधो गरे । करिब एक वर्षपछि श्रीमतीलाई आफूले जुवामा त्यत्रो रकम स्वाहा पारेको जानकारी दिए । उक्त कुरा श्रीमतीले थाहा पाएपछि उनीसँग एक महिनासम्म बोलचाल बन्द भएको कार्की बताउँछन् । 'श्रीमतीलाई फकाउन निकै गाह्रो भयो,' सुमधुर स्वरका धनी कार्की भन्छन्, 'तैपनि मैले परिवारमा कुनै पनि कुराको कमी हुन दिइनँ, किनभने त्यतिबेला मेरो कमाइ राम्रै थियो ।' यसरी एउटै खालमा ४० लाख सिध्याएपछि उनले जोस्सिएर र लहैलहैमा जुवा खेल्न चटक्कै छाडे । 'त्यतिबेला साथीहरूको लहैलहै, उमेर र अलिअलि भएको पैसाले मलाई त्यो अवस्थामा पुर्‍याएको थियो,' उनी स्मरण गर्छन् । त्यसपछि कार्कीले लामो समय जुवातास खेलेनन् । यद्यपि हिजोआजचाहिँ उनी परिवार एवं आफन्तहरूसँग दीपावलीका बेला फ्लास खेल्छन् । कार्की भन्छन्, 'ठूलो हारजित हुने गरि खेलिदैन, त्यो घटनाले ठूलो सबक सिकाएर गयो ।'

कुनै बेला सेलिब्रेटीवृत्तमा जुवा भन्नेबित्तिकै दीपकराज गिरीको सम्झना गरिन्थ्यो । अभिनेता गिरीलाई जुवातासले मोहनी नै लगाएको थियो । यतिसम्म कि उनले तीन दिन दुई रात तासको खालमै बिताएका छन् । 'दसैंको अष्टमीको दिन तास खेल्न बसियो भने बेलुका त्यहीं सुतेर भोलिपल्ट मुख धोएर फेरि तास खेल्दै टीकाको दिन मात्र घर पुगिन्थ्यो,' साप्ताहिकसँग आफ्नो जुवाको किस्सा खोल्दै गिरी भन्छन् । जुवाको मोहजालले उनलाई नपुर्‍याएको क्यासिनो विरलै छन् । २०६२ सालतिर राजधानीका विभिन्न क्यासिनोमा करिब २ लाख रुपैयाँ हारेको नमीठो अनुभव पनि छ गिरीसँग । तासका खेलमध्ये उनलाई सबैभन्दा मन पर्ने कलब्रेक हो । त्यसमा पनि ५ हजार, १० हजार र २० हजारसम्मको दाउ खेलेको उनी स्मरण गर्छन् । यद्यपि अहिले भने अभिनेता गिरी जुवातासप्रति वितृष्णा जागेको कुरा बताउँछन् । 'म पहिले धेरै जुवातास खेल्ने मान्छे हुँ, तर चलचित्रमा काम गर्न थालेपछि भने जुवातासप्रतिको मोह हराएको छ,' गिरी भन्छन्, 'अहिले फुर्सदमा चलचित्रकै बारेमा केही सोचौं भन्ने लाग्छ । रचनात्मक काम गर्नेहरूका लागि जुवातास एकदमै खराब कुरा हो भन्ने भएपछि चटक्कै छाडें ।'

कोही रमाइलोका लागि पनि तास खेलिरहेका हुन्छन् । कतिले तनाव कम गर्न पनि यसलाई रोज्छन् । अभिनेता दयाहाङ राईलाई नै हेरौं । साथीभाइसँगको जमघटमा मनोरञ्जन र रिफ्रेसमेन्टका कहिलेकाहीं तास खेल्ने राई बताउँछन् । 'तास खेल्छु, तर जित हारका लागि भन्दा पनि तासको पत्तिसँगै फ्रस्टेसन फाल्न खेल्छु' राई भन्छन् । पहिलो पटक बाल्यकालमा जुटपत्ति खेलेका दया अहिले म्यारिज र कल ब्रेक खेल्छन् । यसरी खेल्दा हारे पनि ५/७ हजार रुपैयाँ र जिते पनि त्यसकै हाराहारीमा हुने उनी बताउँछन् ।

गायक हिमाल सागर चाडपर्वमा जोस्सिएर जुवातास खेल्नेमा पर्छन् । उनी प्रायः दसैं-तिहारको अवसरमा तास खेल्न छुटाउँदैनन् । हिमाललाई फ्लास र कलब्रेक निकै मन पर्छ । करिब चार वर्षअघिको तिहारको कुरा हो । जन्मस्थान झापाको बनियानीमा सात जना साथीको समूहमा उनी फ्लास खेल्न बसे । खेल्दै जाँदा उनलाई गुलाम ट्रायल पर्‍यो । उनले खेलअघि बढाएपछि अरू ५ जनाले हेरेर प्याक गरे । त्यसपछि उनीसँगै अर्को एक जना साथी बाँकी रहे । सागर जोस्सिएर चल्दै गए । खालमा उनले करिब १० हजार रुपैयाँजसो चलिसक्दा पनि अर्का साथीले खोल्न नचाहेपछि उनी आफैंले सो गरे । आखिर अर्को साथीलाई बास्सा ट्रायल परेको रहेछ । 'त्यो दिन खल्ती रित्याएर घर फर्किएँ,' हिमाल भन्छन् । त्यसयता पनि दसैं-तिहारजस्ता चाडपर्वमा उनी तास खेल्छन् । फ्लास खेल्दा प्रायःजसो आफूलाई ट्रायल परिरहने सागर बताउँछन् । गएको दसैंमा पनि उनलाई तिर्की ट्रायल परेको थियो तर त्यसमा सय रुपैयाँमात्र मारे । यसपालिको दसैंमा तास खेलेर करिब १५ हजारजस्तो जितेको सागरले बताए । सागर तिहारमा पनि तास खेल्ने योजनामा छन् । तिहारमा आफू युरोपमा हुने भएपनि उतैका साथीहरूसँग तास खेल्ने उनको मनसाय छ ।

गायक हेमन्त शर्मा पनि दसैं-तिहारका अवसरमा मज्जाले तास खेल्छन् । प्रायः म्यारिज र फ्लास खेल्न रुचाउने शर्मा गएको दसैंमा २-४ हजार रुपैयाँ जितेको कुरा बताउँछन् । 'अरू बेला तास खेल्दिनँ, तर दसैं-तिहारजस्ता चाडपर्वमा परिवार एवं साथीभाइहरूसँग घरमै बसेर तास खेल्छु,' शर्मा भन्छन् ।

भिडियो एडिटर टेकेन्द्र शाह तिहारमा फ्लास खेल्छन्, तर अहिलेसम्म जितेको रेकर्ड नरहेको बताउँछन् । 'हरेक तिहारमा २५/३० हजार हारिरहेको हुन्छु, यसपालि पनि २५ देखि ३० हजारको तास खेल्ने योजनामा छु,' शाह भन्छन्, 'तर जित्ने आश भने छैन ।'

निर्देशक वसन्त निरौला तिहारमा तीन पत्ती अर्थात् फ्लास निकै खेल्छन् । तीन पत्तीमा अहिलेसम्म आफूले हारेको रेकर्ड नभएको उनी दाबी गर्छन् । निरौला भन्छन्, 'साथीभाइहरूसँग तिहारको मौकामा फ्लास खेल्दा थोरैमा १ हजार भएपनि जितेकै हुन्छु ।' उनले परार सालको तिहारमा चलचित्र 'होलिडे'को सुटिङका लागि युरोप गएका बेला ६० हजार रुपैयाँ जितेका थिए भने गत वर्ष नेपालमै साथीहरूसँग खेल्दा २० हजार रुपैयाँ जितेका थिए । यसपालि पनि साथीभाईहरूसँग फ्लास खेल्न २० हजार रुपैयाँ छुट्याइसकेका छन् ।

मोडल तथा गायक दुर्गेश थापालाई फ्लास निकै मनपर्छ । त्यसो त उनी हरेक वर्ष तिहारको भाइटीकाको दिन साथीभाइहरूसँग तास खेल्छन् । त्यति धेरै नखेले पनि गत वर्षको तिहारमा भने आफूले ७ हजार रुपैयाँ हारेको उनी सम्झन्छन् । उनले अहिलेसम्म हारेको सबैभन्दा ठूलो रकम यही नै हो । यसपालि भने थापाले तास खेल्ने सम्भावना निकै कम छ । यसवर्ष भाइटीका पनि नहुने भएकाले उनी कार्यक्रममै व्यस्त हुनेछन् ।

पुरुष सेलिब्रेटी मात्र होइनन्, महिला सेलिब्रेटीहरू पनि तिहारमा तासमा जमिरहेका हुन्छन् । अभिनेत्री जेविका कार्की दसैं-तिहारका बेला फ्लास तथा जुटपत्ती खेल्छिन् । विगतका वर्षमा हार्दै आएपनि यसपालि दसैंमा फ्लास खेल्दा ३ हजार ५ सय जितेको कार्की बताउँछिन् । गत वर्ष उनले २ हजार हारेकी थिइन् । विशेषगरी परिवारका साथमा तास खेल्दै आएकी जेविकाले तिहारमा तास खेल्न ५ हजार छुट्याएकी छिन् ।

अभिनेत्री ऋचा शर्मा प्रायः दसैं-तिहारमा परिवार एवं साथीभाइहरूमाझ तास खेल्छिन् । उनी तासका खेलमध्ये किट्टी निकै रुचाउँछिन् । यद्यपि आजसम्म जितेको रेकर्ड नभएको अभिनेत्री शर्मा बताउँछिन् । यसपालि दसैंमा अभिनेत्री केकी अधिकारी, रिमा विश्वकर्मा तथा परिवारका अन्य सदस्यहरूसँग खेल्दा ४ हजार हारेको उनी बताउँछिन् । यो टिममा धेरैजसो केकीले जित्ने ऋचाको दावी छ । अभिनेत्री रिमा पनि तासमा केकीलाई प्राय दाउ लाग्ने गरेको बताउँछिन् । गएको दसैंमा केकीसँग लगातार ४ दिन तास खेलेको रिमाले बताइन् ।

केवल एक प्रश्न

तिहारमा प्रविधिको बढ्दो प्रयोग कस्तो लाग्छ ?

प्रविधिको प्रयोग बढ्नु स्वाभाविक अनि राम्रो कुरा हो, तर प्रविधिको मात्र भर परेर आफ्नो मौलिक संस्कृतिचाहिँ लोपोन्मुख हुँदै गएकोमा चिन्ता लाग्छ । हाम्रो मौलिक संस्कृतिको संरक्षण गर्नुपर्छ ।

आदित्य बुढाथोकी, अभिनेता/निर्देशक

तिहार हाम्रो मौलिक पर्व हो । यो पर्वमा समयअनुसार प्रविधि प्रयोग गरिँदा हाम्रो परम्परालाई भुल्नु हुँदैन । प्रविधिलाई अस्वीकार गर्न सकिँदैन, तर त्यस क्रममा हामीले मौलिकतालाई बिर्सनु हुँदैन । तिहारमा कृत्रिम र आयातित वस्तुको सुन्दरतामा रमाउने भन्दा हाम्रा दियो, बत्ती, मखमली फूलसहित गाउँठाउँका उत्पादन एवं परिकारलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ ।

ज्ञानेन्द्र खड्का, पत्रकार

सबै सँगै हुँदा रमाइलो हुने चाडपर्वमा हिजोआज मानिसहरू प्रविधिका कारण आ-आफ्नो ठाउँमै रमाउन थालेका छन् । भेटूँ-भेटूँ लाग्ने मनहरू प्रविधिका कारण टाढाबाटै सँगै भएझैं खुसी हुन थालेका छन् । खुट्टा छोई आशीर्वाद थाप्ने शिरहरू प्रविधिका अगाडि शिर झुकाई आशीर्वाद लिन थालेका छन् । एक-अर्काको दुःखसुखमा रसाउने आँखाहरू प्रविधिका अगाडि टोलाउन थालेका छन् । आफन्त एवं साथी-भाइहरू लाइक, कमेन्ट, सब्स्क्राइबका आधारमा केलाइन थालेको छ ।

अराज केशव, गायक

मुख्य ठाउँमा अर्थात् लक्ष्मीको पूजा हुने ठाउँमा दियोको प्रयोग उपयुक्त हुन्छ । बाँकी ठाउँमा विद्युतीय सामग्रीको प्रयोग ठीकै हुन्छ । तिहारलाई मदिरायुक्त अनि होहल्ला गर्ने किसिमले मनाउने चाडका रूपमा लिइँदै गएकाले चिन्ता बढाएको छ । यस्तो बेला दियोले आगलागी हुने खतरा हुन्छ । त्यसैले विद्युतीय बत्ती नै ठीक लाग्छ । अहिले विद्युत्‌को आपूर्तिमा सुधार आएकाले पनि राम्रो भएको छ । तिहारको वास्तविक महत्व सञ्चारमाध्यमबाट आउन जरुरी छ ।

मदन गोपाल, गायक/संगीतकार

चाडपर्व आफन्त, साथीभाइ एवं परिवारबीच रमाइलो गर्न अनि खुसी साट्नका लागि नै हो । प्रविधिको प्रयोगले झिलिमिली तिहारमा रौनक छर्छ भने यसको प्रयोग नराम्रो होइन ।

महेश काफ्ले, गायक

विस्तारै हामीले आफ्नो मौलिकतालाई गुमाउने पो हौं कि भन्ने डर लाग्छ ।

मनिषा पोखरेल, गायिका

तिहार, हाम्रो मौलिकतासँग जोडिएको छ । यसको आफ्नै स्वरूप छ । झिलिमिली बत्ती पनि यसको प्रमुख विशेषता हो । अहिले दियो बत्तीको सट्टा विद्युतीय बत्ती बाल्ने चलन बढेको छ । यसलाई आधुनिक समाजको उदाहरणका रूपमा लिन सकिन्छ, तर हाम्रो मौलिकता के हो, दियो बालिनुको महत्व, यसको अर्थ के कस्तो छ भन्ने कुरा पनि बिर्सनु हुँदैन । हाम्रो मौलिक संस्कृति, रहनसहन आदि कुरामा पनि विशेष ध्यान दिई सकेसम्म दियो नै बाल्नुपर्छ । यद्यपि दियोको जोखिमप्रति सचेत हुनुपर्छ ।

लोकेन्द्र वली, अधिवक्ता

प्रविधिको प्रयोग गरेर बनाइएका कृत्रिम शुभकामना तथा प्लास्टिकका फूलहरूप्रति घृणा लाग्छ र म तिनको प्रयोग पनि गर्दिनँ । तिहारमा खेलिने देउसी-भैलो मीठो आवाजमा भट्याएको असाध्यै मन पर्छ ।

मनोजकुमार अधिकारी, वातावरणीय अभियन्ता

हामीले आफ्नो परम्परा भुलेको अवस्था छ । अब त तिहारको गीत पनि जे पायो त्यही आउन थाल्यो ।

खुश्बु खड्का, अभिनेत्री

हामीले पुरानो संस्कार पछ्याउनुपर्छ । पालाको उज्यालो बिछट्टकै रमाइलो किसिमको उज्यालो हुन्छ । जुन उज्यालो विद्युतीय बत्तीबाट प्राप्त हुन सक्दैन । हामी रात-दिन बत्ती बाल्छौं तर तिहारमा पालामा बालिने दियोजत्तिको मूल्यवान विद्युतीय सामग्री हुँदैन । त्यसैले बत्तीको उज्यालो भन्दा पनि दियोको उज्यालो आवश्यक छ ।

स्मृति पोखरेल, गायिका

प्रविधिको प्रयोग भन्दा हाम्रो आफ्नै मौलिक कुरामा जोड दिन आवश्यक छ ।

विवेक खतिवडा, भीजे

परम्परागत चलन एवं रीतिरिवाजको सुन्दरता छुट्टै हुन्छ । फेरी प्रविधिको प्रयोग कृत्रिम देखिन्छ, जसले हाम्रो तिहारको वास्तविक सुन्दरता र शोभा घटाउँछ ।

सुविन्द्र केसी, गायक

विज्ञान प्रविधिको युगमा यसको प्रयोगलाई अन्यथा कसरी मान्नु ? तर प्रविधिले मौलिकतालाई भने बिस्तारै खाइदिँदै गयो । माटाको पालामा तेलको दियो बालेको खोज्नुपर्ने अवस्था आउनुचाहिँ सकारात्मक होइन कि ?

लोकराज अधिकारी, गीतकार

गलत जस्तो लाग्छ, चाडपर्व हाम्रो धर्म, संस्कृति एवं परम्पराअनुसार मनाउनुपर्छ । प्रविधिको नाममा हामीले आफ्नो संस्कार, संस्कृति एवं परम्परालाई भुल्दै त छैनौं ?

सरु गौतम, गायिका

समयअनुसार ठीकै हो, तर त्यसले अरूलाई असर गर्नु भएन ।

कविराज गहतराज, कोरियोग्राफर

प्रविधिको प्रयोग देशको संस्कृति तथा परम्परा अनि समाजलाई आँच नआउने किसिमले गर्नु उचित हुन्छ अन्यथा राम्रो हुँदैन ।

सुशीला पाठक, गायिका

यो समयको माग हो । विज्ञान र प्रविधिको विकाससँगै नयाँ पुस्ताको रुचि, चाहना एवं स्वाद फरक हुनु स्वभाविक हो । यद्यपि आफ्नो कला-संस्कृतिको मर्म पनि मार्नु हुँदैन ।

देवल भण्डारी, गीतकार

इच्छा-आवश्यकताअनुसार ठीकै हो, तर प्रविधिको दुरुपयोग हुनु भएन ।

अमृत सुनुवार, छायाँकार

प्रविधि भनेको मानिसले आफ्नै सजिलोका लागि बनाएको कुरा हो । यद्यपि अहिलेको स्थितिमा हामी आफै त्यही प्रविधिको दास भएजस्तो लाग्छ । यसले गर्दा सम्बन्धहरू परपर हुँदै जान्छन् कि ?

विजय बराल, रंगकर्मी/अभिनेता

प्रविधिको प्रयोग बढ्नु राम्रो हो, तर कसले कसरी प्रविधिको प्रयोग गर्छ भन्ने कुरामा ध्यान पुऱ्याउनु आवश्यक छ । प्रविधिको प्रयोग गर्नु पनि पर्छ र चाहिने जति अर्थात आवश्यकभन्दा बढी प्रयोग नगर्दा राम्रो ।

चिरन्जीवी भण्डारी, गायक

हाम्रो संस्कार-संस्कृतिको पहिचान हराइरहेको छ । सबै नेपाली आफ्नो अस्तित्वका लागि सचेत हुनुपऱ्यो ।

बाबु बोगटी, गायक

यो व्यक्तिमा भर पर्ने कुरा हो, जसले जस्तो रूपमा प्रयोग गर्छ, त्यस्तै हुने हो । त्यसकारण सबैमा प्रविधिको सही प्रयोग गर्दै आफन्त एवं साथीभाइहरूसँग तिहार मनाउनु होला भन्न चाहन्छु ।

गजित विष्ट, अभिनेता

प्रविधिले टाढा भएकाहरूलाई नजिक त ल्यायो तर नजिक भएकाहरूलाई चाहिँ टाढा बनाउँदैछ ।

निश्चल बस्नेत, निर्देशक/अभिनेता

अहिले विश्व नै डिजिटलाइज्ड छ । हामी प्रविधिमा बढी आश्रित हुँदैछौं । प्रविधिले परिवार तथा आफन्तहरूलाई औंला चलाएको भरमा नजिक्याउँछ । विश्वलाई एउटै घर बनाउन प्रविधिले ठूलो भूमिका खेलेको छ । तिहारमा पनि प्रविधिका कारण धेरै परिवारले सँगै भएको महसुस गर्न पाएका छन् ।

ऋचा घिमिरे, अभिनेत्री

संगीत

यस्ता छन् तिहारका नयाँ गीत

तीज र दसैंपछि चाडपर्व लक्षित गीतको बाढी आउने अवसर हो– तिहार । यसपटकको तिहारमा करिब पाँच दर्जन गीत तथा म्युजिक भिडियो सार्वजनिक भैसकेका छन् । तीमध्ये केही गीत 'दसैं-तिहार' विशेष भन्दै दसैंअघि नै सार्वजनिक भएका छन् भने अधिकांश गीत यसैपटकको तिहारलाई लक्षित गर्दै तयार पारिएका हुन् ।

यो वर्ष सार्वजनिक भएका तिहारका गीतमध्ये सबैभन्दा चर्चा र विवादमा आउन सफल भयो गायक दुर्गेश थापाको 'ह्याप्पी तिहार...' । गएको तीजको अवसरमा 'बीच्च बीच्चमा...' गाएर लोकप्रियताको शिखर चुमेका गायक थापालाई दसैंअघि 'छ माया छपक्कै' को प्रमोसनल गीतले पनि चर्चामा ल्यायो । ती दुई गीतको सफलताबाट हौसिएका गायक थापाले तिहारमा भने सुन्दै भद्दा लाग्ने तथा उच्छृंखल शैलीको गीत तयार पारे । दसैंको टीकाको दिन आफ्नै च्यानलबाट अपलोड गरेको थापाको उक्त गीतमा तिहारको रमाइलो कम, बियरको विज्ञापन बढि भयो भन्दै चर्को आलोचनासमेत भएको छ । रोचक कुरा के छ भने युट्युबमा भिडियोले अत्यधिक नकारात्मक प्रतिक्रिया पाएपछि गायक थापाले सम्पूर्ण प्रतिक्रियालाई 'अफ' गरिदिएका छन् अर्थात् उक्त गीतमा आएका कुनै पनि प्रतिक्रिया अब पढ्न पाईंदैन । गीतले तिहार जस्तो रमाइलो चाडलाई रक्सी र गाँजा खाने पर्वका रूपमा चित्रण गरेको भन्दै श्रोताहरूले त्यसमा नकारात्मक टिप्पणी गरेका छन् ।

ह्याप्पी तिहारको ठीक विपरीत तिहार र भाइटीकाको सांस्कृतिक पक्ष झल्काउँदै गायक रामकृष्ण ढकालले गाएको गीत 'टिका माला...' ले दर्शक-श्रोताहरूको मन जितिरहेको छ । बीबी अनुरागीको संगीत तथा रमेश बिजीको शब्दको उक्त गीतको म्युजिक भिडियोमा अभिनेत्री सरिता लामिछाने तथा गायक प्रकाश सपूतले दिदी-भाइका रूपमा अभिनय गरेका छन् ।

टीका मालाका कलाकार : रामकृष्ण ढकालको तिहार गीत 'टीका माला...' को म्युजिक भिडियोका कलाकार ।

उक्त भिडियोको निर्देशन शंकर बीसीले गरेका हुन् ।

गायक सन्तोष केसी तथा गायिका शर्मिला गुरुङले गाएको 'देउसी रे....' गीत झण्डै १७ मिनेट लामो छ । सन्तोष केसीकै शब्द तथा संगीतको उक्त गीतको भिडियोमा सारिका केसी तथा रमेश केसीले अभिनय गरेका छन् भने कपिल लामाले त्यसलाई निर्देशन गरेका हुन् ।

गायिका पूर्णकला बीसी तथा गायकद्वय थम्मन परियार र प्रेमसागर पौडेलको स्वरको नयाँ तिहार गीत 'चिउरीको पातमा दियो बालेर...' पनि हालसालै सार्वजनिक भएको छ । थम्मन परियारको शब्द तथा संगीतको उक्त गीतको भिडियोमा निर्मल तथा सृजनाले अभिनय गरेका छन् । उक्त भिडियोको निर्देशन चित्र मास्की मगरले गरेका हुन् ।

गायक खुमन अधिकारी तथा गायिका समीक्षा अधिकारीको तिहार गीत 'आँगनमा भैलिनी...' गीतलाई पनि दर्शकले मन पराएका छन् । विष्णु न्यौपानेको संगीतको उक्त भिडियो करिव साढे ६ लाख पटक हेरिएको छ ।

काउली बूढी उपनामले लोकप्रिय सन्ध्या बूढाले गायक तेजश रेग्मीसँग सहकार्य गर्दै नयाँ तिहार गीत सार्वजनिक गरेकी छिन् । उक्त गीतको भिडियोलाई हास्यरस प्रदान गरिएको छ । कलाकार यादव देवकोटा अर्थात सरापेले रमाइलो अभिनय गर्दै भिडियोलाई हास्य प्रधान बनाइदिएका छन् । उनलाई अभिनेत्री रञ्जिता गुरुङले साथ दिएकी छिन् ।

गायिका दिप्सी भट्ट तथा गायक प्रिन्स सिलवालले पनि यसपटकको तिहारका लागि एउटा नयाँ गीत तयार पारेका छन् । 'तिहार..' शीर्षकको उक्त गीतमा रमेश पाठकको संगीत तथा जीवन कार्कीको शब्द सुन्न सकिन्छ ।

किरण बाबु पुन, तुलसी घर्ती मगर, करिष्मा घर्ती मगर, तुलसा पुन तथा वीरता पुनको सामूहिक स्वरमा सजिएको 'हजुरको दैलोमा...' शीर्षकको तिहार गीत पनि सार्वजनिक भएको छ ।

गायक पशुपति शर्मा तथा गायिका टीका पुनले पनि तिहार विशेष गीत तयार पारेका छन्, 'देउसी रे खेलम...' शीर्षकमा । उक्त गीतमा गायक शर्माकै शब्द तथा संगीत छ । मौसम हिमालीद्वारा निर्देशित उक्त भिडियोमा पशुपति शर्मा तथा करिष्मा ढकालले अभिनय गरेका छन् ।

गजेन्द्र लिम्बु तथा सुनिता थुगिमको स्वरको तिहार गीत 'शुभकामना' पनि हालै सार्वजनिक भएको छ । गजेन्द्र लिम्बुको संगीत निर्देशनको उक्त गीतको भिडियो अर्जुन थापाले निर्देशन गरेका हुन् ।

शान्तिश्री परियार तथा दिपेन्द्र डाँडीको स्वरको 'झिलिमिलि तिहार...' को भिडियो रमाइलो छ । अशोक बिकेद्वारा निर्देशित उक्त भिडियोमा गायक प्रकाश सपुत तथा करिना डाँगीले आकर्षक नृत्य गरेका छन् ।

लालु रिकाला तथा कल्पना बीसीको स्वरको 'भाइ टीका...' शीर्षकको गीत हालसालै सार्वजनिक भएको छ । रमेश बिजुली बीसीद्वारा निर्देशित उक्त भिडियोमा सबिता, राजेश, कविता आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् ।

गायक हेमराज आश्रमले गाएको देउसी रे.गीतको भिडियो पनि आकर्षक छ । गायक आश्रमकै शब्द तथा संगीतको उक्त भिडियोको निर्देशन गायक आश्रमले नै गरेका हुन् ।

गायक लक्ष्र प्रकाश मल्लले तिहारको अवसरमा पप शैलीको गीत सार्वजनिक गरेका छन् । आफ्नै शब्द तथा संगीतको 'केटाको तिहार...' शीर्षकको उक्त म्युजिक भिडियोलाई लाइभ कन्सर्टको शैलीमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

गायिका विष्णु माझी तथा गायक सुन्दरमणि अधिकारीको स्वरको 'तिहारमा देउसी र भैलो' गीत गत दसैंअघि नै सार्वजनिक भएको हो । उक्त भिडियोको निर्देशन शंकर बीसीले गरेका हुन्, जसमा निर्देशक बीसीका साथमा सम्भना बुढाथोकीले नृत्य गरेकी छिन् ।

यसबाहेक गायक केशव अधिकारी तथा निरिशा तामाङले आज हामी लाउरेको घर, रामप्रसाद खनालले तिहारको मौलिक देउसी भैलो, सज्जन धामी तथा पवित्रा बिकेले आमा बाटो हेर्दै, बल बहादुर परियार र संगिता पौडेलले देउसी-भैलो, देवी घर्तीले भैलो, जुना श्रीष र दीपक परियारले फूलको माया, खुमन जोशी तथा पवित्रा केसीले देउसी-भैलो शीर्षकका तिहार विशेष गीतहरू सार्वजनिक गरेका छन् ।

तिहारका लोकप्रिय ६ गीत

निधारमा लर्काएर सप्तरंगी टीका...
शब्द : दिनेश अधिकारी
संगीत : शम्भुजित बाँस्कोटा
स्वर : हेमलता
चलचित्र : विजय पराजय

दियो बाली साँझको...
शब्द : कुसुम गजमेर
संगीत : रञ्जित गजमेर
स्वर : आशा भोसले
चलचित्र : चिनो

तिहारै आयो लौ झिलिमिली...
शब्द : यादव खरेल
संगीत : शम्भुजित बाँस्कोटा
स्वर : लोचन भट्टराई तथा नूतन प्रधान
चलचित्र : स्वर्ग

देउसी रे भन...
शब्द : सञ्जय श्रेष्ठ तथा सुनील उप्रेती
संगीत : सुनील उप्रेती
स्वर : सञ्जय, सुनील, राज कुमार जोशी तथा प्रकाशचन्द्र श्रेष्ठ

भाइटीकामा भेट्न आउँला...
शब्द/संगीत : शुक गुरुङ
स्वर: राजु लामा
एल्बम : निवेदन

वर्षमा दिनमा लै लै
शब्द : रवि श्रेष्ठ
संगीत : सुगम पोखरेल
स्वर : सुगम पोखरेल

परम्परागत पहिरनमा देउसी-भैलो

तिहार सांस्कृतिक पर्व हो । यो पर्व देउसी-भैलोका कारण समेत लोकप्रिय छ । समूहमा मिलेर देउसी-भैलो खेल्दै रमाइलो गर्न के युवा, के वृद्ध, के बालबालिका सबै लालायित हुन्छन् । कोही व्यक्तिगत रमाइलोका लागि देउसी-भैलो खेल्छन् । कतिपयले विभिन्न सामाजिक कार्य गर्न रकम संकलन गर्ने माध्यमका रूपमा पनि देउसी-भैलोलाई प्रयोग गर्छन् ।

विगत दस वर्षयता तिहारमा परम्परागत पहिरन लगाएर देउसी भैलो खेल्ने क्रम बढ्दै गएको अनुशीलन कला पाठशाला पोखराका सञ्चालक तथा वरिष्ठ नृत्य निर्देशक गोरे गुरुङ बताउँछन् । तिहारमा भट्याएर देउसी-भैलो भन्ने क्रमभन्दा गीतमा नाच्ने चलन बढेकाले नृत्य प्रशिक्षण लिनेहरू समेत प्रशस्तै हुन्छन् । देउसी-भैलो लागि नृत्य सिक्नेहरू बढ्दै गएको स्टार्स स्टुडियो पोखराका सञ्चालक जसु गुरुङ पनि बताउँछिन् ।

हुन पनि पछिल्लो समयमा नयाँ पुस्ताको आकर्षण देउसी भैलोतर्फ बढ्दैछ । यो सुखद कुरा पनि हो । उनीहरू मौलिक वेशभूषामा सजिदै देउसी-भैलोको कार्यक्रममा सहभागी हुने गरेका छन् । यसले नेपालको सांस्कृतिक पर्व तिहारको संरक्षण गर्दै संस्कृति हस्तान्तरण गर्न सहज होला, तर नयाँ पुस्तालाई देउसी-भैलोको सांस्कृतिक महत्व बुझाउँदै देउसी-भैलो खेल्ने मौलिक संस्कृतितर्फ आकर्षित गर्नुपर्ने आवश्यकता भने छ ।

पोखरा, न्युरोडस्थित स्टार्स स्टुडियोमा पुग्दा शम्भुजित बाँस्कोटाले संगीत भरेको नेपाली चलचित्र स्वर्गको गीत तिहारै आयो लौ झिलिमिली बजिरहेको थियो । लोचन भट्टराई तथा नुतन प्रधानले आवाज भरेको यो गीत तिहारको अवसरमा धेरै ठाउँमा सुन्न पाइन्छ । यो गीतमा विभिन्न उमेर समुहका बाबु-नानीहरू नृत्य सिकिरहेका थिए ।

पोखरा चाउथेका सबु भट्ट ८ वर्षका भए । तिहार उनलाई मनपर्ने पर्व हो । भट्टलाई देउसी पनि मन पर्छ । ११ वर्षीय राहिमा निउरेसँग यसअघि दिदी-बहिनीहरूसँग मिलेर देउसी खेलेको अनुभव छ । १२ वर्षिय रेश्मा गुरुङ यसअघि दिदीहरूसँग देउसी-भैलो खेल्थिन् । उनलाई नृत्य गर्न आउँछ तर भट्याउन आउँदैन । दिदी-बहिनीहरूसँग नाच्न पाइने भएकाले उनलाई तिहार मनपर्छ ।

पोखरा रामबजारकी कुसुम गुरुङ १० वर्षकी भइन् । तिहारमा देउसी-भेलो खेल्दा नृत्य गर्ने उनको तयारी छ । गुरुङले यसअघिको तिहारमा समेत नृत्य गरेकी थिइन् । गाउँमा छँदा क्लबबाट देउसी-भैलो खेलेको अनुभव सँगालेकी जस्मिन गुरुङलाई देउसी-भैलो मनपर्छ । उनीहरू जस्तै धेरै बालबालिका तिहारमा खेलिने देउसी-भैलोको तयारीमा जुटेका छन् । सहर-बजारमा भाडामा विभिन्न जातीय पहिरन पाइने भएका कारण त्यस्ता पहिरन लगाएर नाच्ने क्रम बढ्न थालेको हो ।

राजाराम पौडेल

मलाई मन पर्छ

तिहार भन्नासाथ आममानिसमा उज्यालोको सम्झना आउँछ । झिलिमिली बत्ती, सेलरोटीको बास्ना, देउसी-भैलोको रमाइलो त छँदैछ, तिहारले दिदीबहिनी तथा दाजुभाइबीचको आत्मीय सम्बन्धलाई पनि सम्झाउँछ । दसैंको १५ दिनपछि आउने तिहारको सबैतिर जोडतोडका साथ तयारी भैरहेको छ । तिहारका पाँचदिन हरेकलाई विशेष लाग्छ । तिहारकै माहौलमा नेवार समुदायको नयाँ वर्ष न्ह्यू दया भिन्तुना तथा म्ह:पूजा पनि पर्छ । यही मेसोमा इभेन्ट म्यानेजर हेमा मानन्धरले म्ह:पूजा, अभिनेता अनमोल केसीले भाइटीका तथा अभिनेत्री दीपिका प्रसाईंले समग्र तिहारमा आफूलाई मन पर्ने कुरा साप्ताहिककर्मी नेमिष गौतमसँग साटेका छन् ।

देउसी-भैलो विशेष लाग्छ

बत्तिको झिलिमिली

मलाई तिहार भन्नासाथ बत्तिको झिलिमिली खुबै मन पर्छ । दिउँसो दिदीबहिनीको हातबाट भाइटीका लगाएपछि साँझ काठमाडौं वरिपरिको झिलिमिली हेर्न निस्कन्छु । यो समयमा काठमाडौं निकै सुन्दर देखिन्छ । साथीभाईसँग बजारको झिलीमिली हेर्न निस्कदा निकै रमाइलो लाग्छ ।

दिदीबहिनीको माया

भाइटीका भनेकै दाजुभाइप्रति दिदीबहिनीको तथा दिदीबहिनीप्रति दाजुभाइको माया एवं आदर हो । अन्य समयमा माया नगरिने त होइन, तर यो दिनको माया विशेष किसिमको हुन्छ । यो माहौलमा पारिवारिक जमघट पनि राम्रो हुन्छ । दिदीबहिनीबाट लुगा, चकलेट आदि उपहार पाइन्छ । दिदीबहिनीसँग सुखदुःखका कुरा गरिन्छ । उनीहरूले मेरो चलचित्र करियरका बारेमा पनि जानकारी लिन्छन् ।

सेल-रोटी

मलाई चिल्लो-पिरो त्यति मन पर्दैन, तर तिहारको माहौल भएकाले केही मात्रामा सेल रोटी खान्छु । दिदीबहिनीले भाइटीकामा दिने खानेकुरा मेरा लागि विशेष हुन्छन् । भाइटीकाको दिन थालीमा राखिएको काजु, किसमिस तथा फलफूल खादा छुट्टै मज्जा आउँछ ।

तास

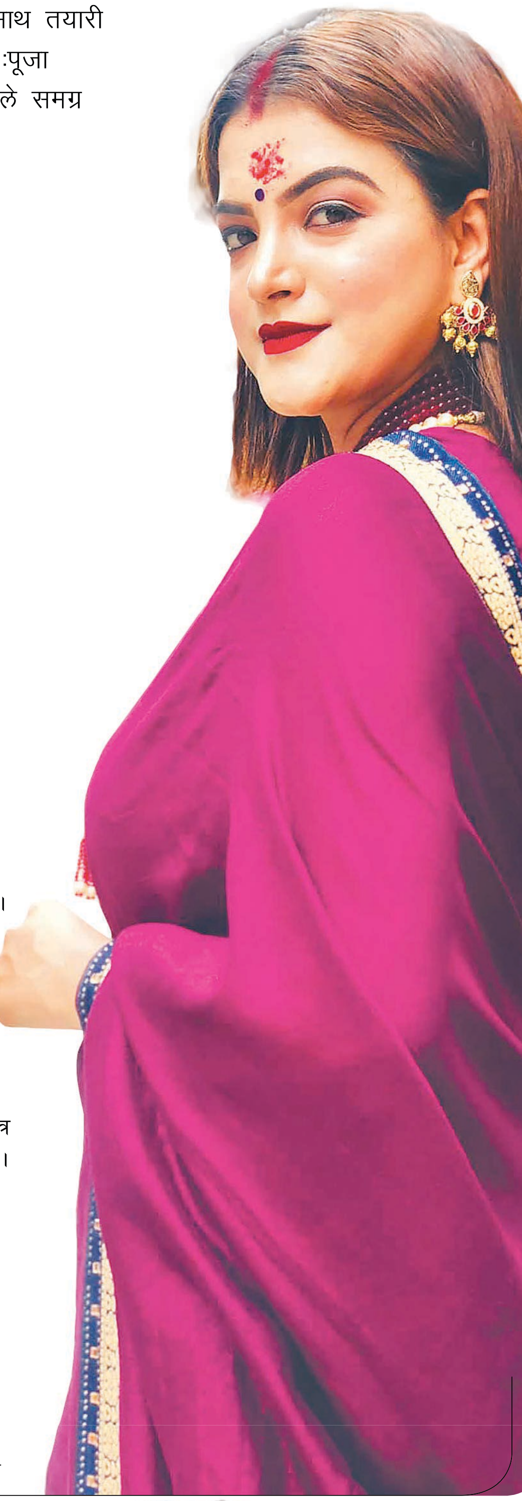
म दसैं-तिहारका बेला तास पनि खेल्छु । म विशेष गरी तीनपत्ती खेल्छु, म्यारिज खेल्न अल्छी लाग्छ । प्रायःजसो दिउँसो वा साँझ तास खेल्छु । म दसैं-तिहार भन्नासाथ तास पनि आउने भएकाले यो खेल छुट्दैन ।

देउसी

देउसी-भैलो मलाई विशेष लाग्छ । पाँच-छ वर्ष अघिसम्म त म पनि देउसी खेल्थें, तर अहिले खेल्न छोडेको छु । घरमा देउसी, भैली खेल्न आउनेहरूलाई हेर्छु-सुन्छु । उनीहरूले देउसी-भैलो खेलेको हेर्दा मलाई आफूले खेलेको देउसी-भैलोको सम्झना आउँछ । त्यो क्षणले निकै नोस्टाल्जिक बनाउँछ ।

● अनमोल केसी, अभिनेता

रंगोली मन पर्छ



झिलीमिली

मलाई तिहारको झिलीमिली निकै रमाइलो लाग्छ । धनगढीमा तिहार मनाउने क्रममा हामी आफ्नो घर झिलीमिली पारेर गाउँको झिलीमिली हेर्न निस्कन्थ्यौं । अघिल्लो वर्ष काठमाडौंमा रहँदा पनि यहाँको झिलीमिली उज्यालो वातावरण हेर्न घरबाहिर निस्किएका थियौं । काठमाडौंको झिलीमिली मलाई निकै सुन्दर लाग्छ ।

देउसी-भैलो

मलाई देउसी, भैलो निकै मन पर्छ । धनगढी घरमा हामी परिवारका सदस्यहरू मिलेर देउसी-भैलो खेल्छौं । काठमाडौंमा चाहिँ मिल्ने साथी सर्कल नभएकाले खासै खेलिँदैन । अहिले देउसी-भैलो रमाइलोका लागि खेलिन्छ । बाल्यकालमा चाहिँ देउसी-भैलोबाट उठेको रकमबाट पिकनिक गइन्थ्यो ।

सेलरोटी

मलाई तिहारमा पकाइएको सेलरोटी असाध्यै मन पर्छ । यो चाडमा चिल्लो पनि खासै बारिन्न । तिहारमा सेलरोटी तथा अनारसाको स्वाद अन्य समयको फन्दा फरक लाग्छ । घरमा ममीले बनाएको सेलरोटी निकै मीठो लाग्छ ।

रंगोली

लक्ष्मीपूजाको दिन घरमा बनाइने रंगोली मलाई मन पर्ने अर्को पक्ष हो । मलाई अलिअलि मात्र रंगोली बनाउन आउँछ । घरमा रहँदा आमा तथा साथीभाइले रंगोली बनाउन सघाउँछन् । रंगोलीमा प्रयोग गरिने विभिन्न रंग मनमोहक मात्र देखिँदैनन्, ती रंगले विभिन्न भाव पनि प्रकट गरिरहेका हुन्छन् ।

भाइटीका

भाइटीकालाई तिहारको प्रमुख दिन मानिन्छ । मेरो भाइ अस्ट्रेलियामा भएकाले अघिल्ला दुई वर्षझैं यो वर्ष पनि भाइटीका लगाउन पाउँदिन । यो दिन मलाई नरमाइलो लाग्छ । भाइबाहेक अरूलाई भाइटीका नलगाउने भएकाले पनि मलाई केही खल्लो लाग्छ । यद्यपि घरमा गेटटुगेदर गरिने भएकाले त्यो खल्लोपन केही हदसम्म घट्छ ।

● दीपिका प्रसाई, अभिनेत्री

समेबजी मीठो लाग्छ

मण्डप

म्ह:पूजा आफ्नै पूजा गर्ने चलन हो । यो पूजामा तान्त्रिक विधि अनुसार आकर्षक मण्डप बनाइएको हुन्छ । मण्डपमाथि फलफूल सजाइन्छ । त्यसमा भटमासदेखि अन्य कुराहरू पनि राखिन्छ । यो दिन नयाँ वर्ष पनि हो । सबै समस्यासँग लडेर आफ्नो जिम्मेवारी राम्रोसँग पूरा गर्न यो पूजा गरिन्छ । एक किसिमले भन्नुपर्दा काम र जिम्मेवारीको युद्ध गर्नु अघि गरिने पूजा नै म्ह:पूजा हो ।

भेटघाट

म्ह:पूजाको एउटा राम्रो पक्ष भनेको भेटघाट हो । यो दिन नेवार समुदायको बसोबास रहेको हरेक ठाउँमा आफन्त तथा साथीभाई भेटघाट गरेर म्ह:पूजा गरिन्छ । हामी पनि अभिभावक हौं भनेर सम्झन पनि यो पूजा महत्वपूर्ण छ ।

खानेकुरा

यो पर्वमा मीठा खानेकुराहरू तयार गरिन्छ । खास गरी बारा, भटमास, छोयला, उसिनेको अण्डा, तारेको माछा आदि । यी सबै परिकार चिउरामाथि सजाएर समेबजीका रूप दिइन्छ । मलाई समेबजी मीठो लाग्छ । दिनभरी दिदीबहिनी मिलेर घरमै यी परिकार तयार पारिन्छ । यो दिन बाहिरबाट यस्ता परिकार ल्याउन मिल्दैन ।

एकता

यो पर्व एकताको प्रतीक पनि हो । हामी भित्री रूपमा विवाद र द्वन्द्वमा रहे पनि यो दिन सबैले आफ्नो पूजा आफैंले गर्ने भएकाले त्यो तुष हटेर जान्छ । यो दिन कसैले कसैलाई भेदभाव गर्दैन । केटाकेटीदेखि बुढाबुढी एकै ठाउँ जम्मा भएर म्ह:पूजा गरिन्छ ।

युवापुस्ता

नेवार समुदायको वर्तमान पुस्ताले फेसबुकमा राख्नकै लागि भए पनि म्ह:पूजा गर्छ । उनीहरूले यो पूजाको विधि सिकेर-बुझेर अन्य साथीभाइलाई समेत जानकारी गराउँछन् ।

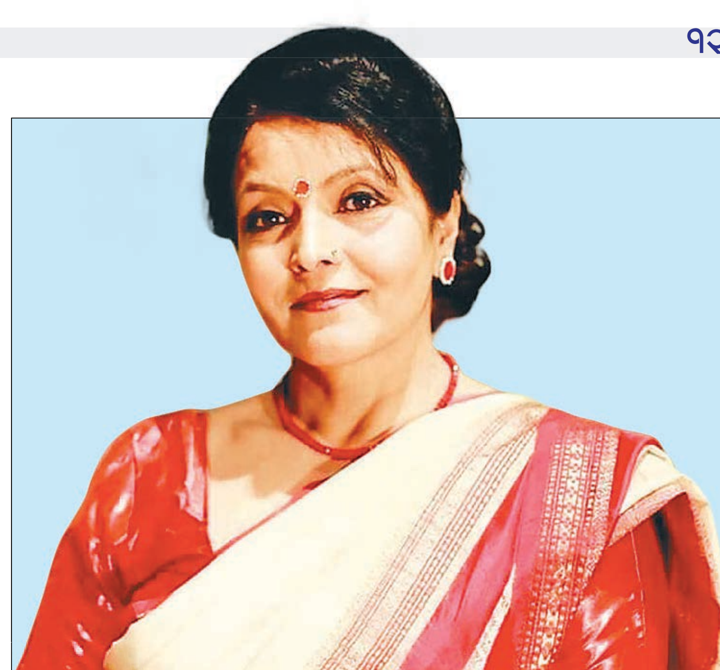
● हेमा मानन्धर, इभेन्ट मेनेजर

अनुभव

● दिनेश डिसी, सञ्चारकर्मी

एक जुग नै निधार खाली

म एक्लो सन्तानका रूपमा जन्मिएकाले दिदीबहिनी नहुँदा तिहार निकै नरमाइलो लाग्थ्यो । सबैले भाइटीका लगाउँथे, तर दिदीबहिनी नभएकाले आफ्नो निधार खाली हुन्थ्यो । अर्को कुरा अरुको घरमा सबैका दिदीबहिनीले घर सफा गर्थे-सिंगार्थे, तर आफ्ना दिदीबहिनी नभएकाले सबै काम आफैंले गर्नुपर्थ्यो । मेरा बुवाका तीन जना दाजुभाइमा तीनै जनाका छोरी थिएनन् । त्यसैले तिहारमा हामी सबैको निधार खाली हुन्थ्यो । बुवा-काकाहरूकी एउटी दिदी हुनुहुन्थ्यो । उहाँले नै हामीलाई टीका लगाइदिन थाल्नुभयो । १२ वर्षसम्म तिहारमा खाली रहेको निधारमा फुपूको हातबाट टीका लगाएपछि भाइटीकाका दिन मेरो मुहार अलि हँसिलो भयो । मैले फुपूसँग ५ वर्ष निरन्तर टीका लगाएँ । त्यसपछि अध्ययनको सिलसिलामा काठमाडौं आएँ । कलेज अध्ययनका क्रममा कहिल्यै भाइटीका लगाइएन । एकदिन एउटा तिहारमा ममीले मामाघरमा केही सामान पुऱ्याउन लगाउनुभयो । त्यो दिन भाइटीका थियो । मामाघरमा मामाकी छोरीले भाइ आएछ टीका लगाइदिन्छु भनेर तयारी थाल्नुभयो । ममीले सामान पुऱ्याएर फर्किहाल भनेकाले खल्तीमा पैसा थिएन । मामाकी छोरीलाई दक्षिणा दिने पैसा नभएपछि मैले टीका लगाउन मानिन । बुवा-ममी विराटनगरमा बैंकमा जागिरे भएकाले म पनि विराटनगरमा थिएँ र मामाघर पनि नजिकै थियो । त्यसपछि घर गएर पैसा लिएर आएँ अनि मामाकी छोरीको हातबाट टीका लगाएर २ सय रुपैयाँ दक्षिणा दिएँ । त्यतिबेला म कक्षा ९ मा अध्ययनरत थिएँ । पछि काठमाडौं आएर बसोबास गर्न थालेपछि पनि धेरै भाइटीकामा मेरो निधार खाली रह्यो । करिब १० वर्षअघिको भाइटीकाका दिन सबैलाई भाइटीकाको शुभकामना छ, तर मेरा दिदीबहिनी नभएकाले भाइटीका छैन भनेर फेसबुकमा स्टाटस अपलोड गरें । उक्त स्टाटस गायिका कुन्ती मोक्तान दिदीले हेर्नुभएछ । उहाँले मलाई पहिलेदेखि नै निकै माया गर्नुहुन्थ्यो । उहाँले मलाई तत्कालै फोन गरेर हामी दिदीभाइको सम्बन्ध त छँदै छ, तर तपाईंका दिदीबहिनी हुनुहुन्न रहेछ त्यसैले यसपाली म तपाईंलाई भाइटीका लगाइदिन्छु भन्नुभयो । एउटी चर्चित गायिकाले आफूलाई भाइ बनाएर टीका लगाइदिन्छु भन्दा मैले नाइँ भन्ने ठाउँ थिएन । त्यसपछि मैले निरन्तर उहाँसँगै भाइटीका लगाउँदै आएको छु । यसपटक भने मैले टीका लगाउन नमिल्ने भएकाले हामी भेटघाट र खानपिन मात्र गर्नेछौं ।



● मिथिला शर्मा, अभिनेत्री

सामान्य तरिकाले लक्ष्मीपूजा

तिहार मलाई मनपर्ने चाड हो । यो पर्वमा काग, कुकुर, गाई तथा गोरुको पूजा गरिन्छ । यो पक्ष मलाई अत्यन्तै मनपर्छ । धनकी देवी लक्ष्मीको पूजाको दिनले मन थप प्रफुल्लित बनाउँछ । यो दिन हरेकका घर-आँगन सिंगारिएका हुन्छन्, सबैतिर झिलिमिली हुन्छ । फूलमाला उनेर मूलढोका तथा झ्यालहरूमा लगाउने, लक्ष्मीपूजा गरिसकेपछि भैलो खेल्ने जस्ता कुरा मलाई असाध्यै रमाइलो लाग्छ । तिहारमा यस्ता कुरा देखेपछि बाल्यकालमा रमाएका क्षण आँखै अघि तेर्सिन्छन् । लक्ष्मीपूजाका दिन आमाले पाठ गर्दै पूजा गर्नुहुन्थ्यो । म र दिदी आमालाई सघाउँथ्यौं । आँगनमा गाईको गोबरले लिपेर पालामा बत्ती बाल्दै लक्ष्मी भित्र्याइन्थ्यो । आमाले पूजा नसकुन्जेल हामी तास, लङ्गुरबुर्जा वा भैलो खेल्न जान पाउँदैनथ्यौं । त्यसैले कतिबेला आमाले पूजा सक्नुहुन्छ र प्रसाद खान पाइन्छ अनि खेल्न कुँदौला भनेर कुरेर बस्थ्यौं । आमाले पूजा गरिसकेपछि अग्रज कलाकार तथा साथीहरूसँग भैलो खेल्न हिंडिन्थ्यो । म सानैदेखि कलाकारितामा भएकाले देउसी-भैलोको आनन्द प्रशस्तै लिएकी छु । गोपाल योन्जन, कल्याण शेरचन, पूर्ण नेपाली, बुद्धि परियारका साथै साथी शशि, विमला, सुवर्ण पोखरेल आदिसँग भैलो खेलेर रमाइलो गरिन्थ्यो । बाल्यकालमा तिहारको सबै काम आमाले गर्नुहुन्थ्यो जसले गर्दा खुला रूपमा देउसी-भैलो खेल्न हिंडिन्थ्यो, तर अहिले आफूमाथि जिम्मेवारी थपिएपछि भने सबै काम आफैंले गर्नुपर्छ । अहिले म पहिले आमाले निर्वाह गर्नुभएको भूमिकामा रहेर लक्ष्मीपूजा गर्छु । त्यसमा आमाजति पूर्ण छैन तर, आमा र दिदीले धेरै कुरा सिकाउनुभएको छ । म उहाँहरूले सिकाए अनुसार घर सफा गर्छु, गाई पूजा गर्छु र बेलुका धनकी देवी लक्ष्मीको पूजा गर्छु । लक्ष्मीपूजाको दिन कतिपयले तडकभडकपूर्ण ढंगले पूजा गरिरहेका हुन्छन्, तर मलाई त्यस्तो मनपर्दैन । मैले एकदमै सामान्य तरिकाले लक्ष्मीपूजा सम्पन्न गर्दै आएकी छु ।

● सविन श्रेष्ठ, अभिनेता

म्हःपूजा रमाइलो लाग्छ

नेवार समुदायमा तिहारका बेलामा मनाइने म्हःपूजा मलाई निकै रमाइलो लाग्छ । यसमा ठूलाले सानाको शरीरको पूजा गरिन्छ । मेरो संयुक्त परिवार भएकाले हरेक वर्षको म्हःपूजाको दिन विशेष हुन्छ । करिब २५ देखि ३० जना जम्मा भएर म्हःपूजा गरिन्छ । परिवारका सदस्य धेरै भएकाले हामी पालैपालो म्हःपूजा गर्छौं । सुरुमा हामी दाजुभाइहरूको समूह बस्छ, त्यसपछि आमा, भाउजू, बुहारी र त्यसपछि साना बालबालिकाहरूको पूजा गरिन्छ । यसरी सबैजना एकै ठाउँमा बसेर म्हःपूजा गर्दा निकै रमाइलो हुन्छ । म्हःपूजा गरिसकेपछि ठूलाले सानालाई सगुनका रूपमा उसिनेको अन्डा, तारेको माछा तथा रक्सी दिने चलन छ । यो दिन घरमा ठूलै भोज हुन्छ । पूजा सकेपछि परिवारका सदस्यहरू बसेर खानपिन गरिन्छ, तास खेलिन्छ, नजिकका साथीहरूलाई बोलाएर रमाइलो गरिन्छ । मैले आफूले जान्ने भएदेखि नै म्हःपूजा गर्दै आएको छु । म्हःपूजा गर्दा बत्ती बालिएको हुन्छ । जुन बत्ती जति लामो समयसम्म बल्यो उति नै आयु बढ्छ भन्ने विश्वास छ । म्हःपूजा सकिएपछि सगुनसँगै मिठाई, भोगटे, पान आदि प्रसादका रूपमा खाइन्छ । गत वर्ष म्हःपूजाका दिन असाध्यै रमाइलो भएको थियो । अझै म्हःपूजाको भोलिपल्ट अर्थात् भाइटीकाका दिन म्हःपूजाको दिन कसले राम्रोसँग पूजा गऱ्यो भनेर रमाइलो गरिन्छ । जसले म्हःपूजामा अल्छी गऱ्यो उसलाई कम दक्षिणा दिने भनेर जिस्किँदा अझ रमाइलो हुन्छ ।

प्रस्तुति : महेश तिमल्सिना

The prime minister says fewer people have to wear dust masks since he's taken office. But pictures don't lie, and neither do numbers. The Post will bring you both, without fear or favour. See upto-the-minute status of air quality in major cities across the country at :

kathmandupost.com/airquality

THE KATHMANDU POST
WITHOUT FEAR OR FAVOUR

विकेन्ड कन्सर्ट

ठमेलमा डिजे दनिका

आज शुक्रबार काठमाडौंको ठमेलमा युक्रेनकी डिजे दनिकाको डिजे सेसन प्रस्तुत हुँदैछ । ठमेलस्थित इबिजा लाउन्ज एन्ड बारमा हुने उक्त कार्यक्रममा डिजे सेसनसँगै दनिकाले बारमा उपस्थित हुनेहरूलाई भ्वायोलिन बजाएर समेत मनोरञ्जन प्रदान गर्नेछिन् । बेलुका ७ बजे प्रारम्भ हुने कार्यक्रममा दनिकाको डिजे सेसनका लागि राति ११ बजेर ४५ मिनेटपछिको समय छुट्ट्याइएको छ । कार्यक्रममा दनिकालाई नेपाली डिजेहरूले साथ दिनेछन् भने इन्ट्रो ब्यान्डले छुट्टै कन्सर्ट दिनेछ ।

हलोइन नाइट

यदि तपाईं हलोइन प्रेमी हुनुहुन्छ भने एउटा खुसीको खबर छ । नयाँ बानेश्वरस्थित द लफ्ट लाउन्जले आगामी बिहीबार हलोइन प्रेमीहरूलाई मध्यनजर गर्दै हलोइन नाइटको आयोजना गर्दैछ । कार्यक्रममा द लोडिङ ब्यान्डले सांगीतिक प्रस्तुति दिनेछ भने उत्कृष्ट हलोइन पहिरनमा उपस्थित हुनेहरूलाई आकर्षक गिफ्टको व्यवस्थासमेत गरेको छ । साँझ ७ बजे प्रारम्भ हुने यो कार्यक्रममा प्रवेश निःशुल्क छ ।

रेडियो कान्तिपुरको भिन्तुना

रेडियो कान्तिपुरले नेवारी समुदायको नयाँ वर्ष न्युदया भिन्तुनाको अवसरमा आगामी मंगलबार कार्यक्रम गर्ने भएको छ । रेडियोले नेपाल संवत् ११ सय ४० को अवसरमा काठमाडौं, ललितपुर तथा भक्तपुरका विभिन्न स्थानमा कार्यक्रम गर्नेछ । कार्यक्रममा मोटर साइकल र्‍याली तथा सांस्कृतिक प्रस्तुति हुनेछ । बिहान ८ बजे सुरु हुने कार्यक्रमको रेडियोले प्रत्यक्ष प्रसारण गर्नेछ ।

भाइटीका फेस्टिभल

तिहारका अवसरमा पोखरामा १३ औं संस्करणको भाइटीका फेस्टिभल-२०७६ को आयोजना हुँदैछ । पश्चिमाञ्चल होटल संघद्वारा आयोजित यो फेस्टिभल कात्तिक १२ गते मंगलबार सञ्चालन हुनेछ । फेस्टिभलमा विभिन्न देशका पर्यटक सहभागी हुनेछन् । नेपाली मौलिक पर्व तिहारका बारेमा पर्यटकहरूलाई जानकारी गराउँदै पर्यटन प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले उक्त फेस्टिभललाई निरन्तरता दिइँदै आएको संघका अध्यक्ष विकल तुलाचनले बताए । फेस्टिभलमा यसपालि ५० जना जति पर्यटक सहभागी हुने संघका अध्यक्ष तुलाचनले जानकारी दिए । फेस्टिभल दिउँसो साढे २ बजेदेखि साँझ ६ बजेसम्म चल्नेछ ।

नेपालका पुराना दुई मिठाई पसल

तिहारमा मिठाईको महत्व स्वभाविक रूपमा अन्य चाडपर्वको तुलनामा बढी हुन्छ । नेपाली समाजमा तिहार र मिठाईलाई नङ र मासुको जस्तै सम्बन्धका रूपमा लिइन्छ । तिहारमा रंग र बत्तीको जस्तो महत्व मिठाईले पनि राख्दै आएको छ । पहिले-पहिले तिहारमा मात्र मिठाई खाने नेपालीहरु मिठाई पसलको संख्यामा वृद्धि, बदलिँदो परिवेश तथा भारतीय मिठाई नेपाल भित्रिन थालेपछि भने परिवर्तित हुन थालेका छन् । नेपालमा लामो समयदेखि नेपाली मिठाई प्रस्तुत गर्दै आएका दुई मिठाई पसल :

काष्ठमण्डप भण्डार

काठमाडौंको मरुटोलस्थित काष्ठमण्डप भण्डार नेपालका पुराना मिठाई पसल मध्ये एक हो । गम्भीरदास राजकर्णिकारको यो मिठाई पसलले ७० वर्षदेखि नेपाली मिठाईका परिकारहरू उत्पादन एवं बिक्री-वितरण गर्दै आएको छ । आजभन्दा करिब ७० वर्षअघि हजुरबुवा भानदास कर्णिकारले पसल सञ्चालनमा ल्याएको र उक्त पसललाई अझ विस्तृत रूपमा बुवा गोविन्द दासले अघि बढाएको गम्भीरदास बताउँछन् । हजुरबुवाले थालेको तथा बुवाले अघि बढाएको मिठाई पसललाई अहिले दाजुभाइहरू मिलेर अस्ट्रेलियासम्म पुर्‍याएको उनले बताए । लाखामरी तथा ऐठ्याजस्ता परिकार काष्ठमण्डपका विशेषता हुन् । त्यसबाहेक यो भण्डारमा अनरसा, रोट, खजुरी, खाजा, गुदँपाक, बर्फी, फिनी, बलबारा, रातोपुरी, गुलमरी, सेल तथा निम्की आदि परिकार तयार पारिन्छ । काष्ठमण्डपले तयार पारेका यी मिठाई नेपालका प्रमुख सहरहरू धरान, विराटनगर, पोखरासम्म पुग्ने तथा सुपरमार्केटहरू मार्फत बिक्री-वितरण हुने राजकर्णिकार बताउँछन् । नेपाली मिठाईबाट सुरु गरिएको यो काष्ठमण्डपमा समय क्रमसँगै अहिले भारतीय मिठाईहरू पनि उपलब्ध हुन थालेका छन् ।

मूल्य

लाखामरी : रु. ५ सय प्रतिकिलो
गुँदपाक : रु. ६ सय ५० प्रतिकिलो
गुलमरी : रु. ५ सय प्रतिकिलो
औषधी गुँदपाक : रु. ९ सय प्रतिकिलो
सेलरोटी : रु. ४० प्रतिगोटा
ऐठ्या : रु. ७ सय प्रतिकिलो

पूर्णमान मिठाई पसल

काठमाडौं नरदेवीस्थित पूर्णमान मिठाई पसल विगत ४० वर्षदेखि सञ्चालनमा रहेको नेपाली मिठाई पसल हो । काठमाडौंको किलागलबाट व्यापार व्यवसाय गर्ने उद्देश्यले आफ्ना ससुराले यो पसल स्थापना गरेको नानीहीरा ताम्राकार बताउँछिन् । लाखामरी, ऐठ्या, निम्की, फिनी, रोट, खजुरी, प्यारा, लड्डु, खाजा, अनरसा, जेरी, स्वारी, मालपुवा जस्ता परिकार यो पसलका विशेषता हुन् । लाखामरी यो पसलमा भएकामध्ये सबैभन्दा बढी मन पराइएको परिकार हो । मिठाईका यी परिकार विशेष गरी पूजाको अवसर तथा तिहारमा बढी प्रयोग गरिन्छ । यो पसल पुस्ता हस्तान्तरण हुँदै अहिले छोरासम्म पुगेको छ । ससुराको समयमा पसलबाट राम्रो आम्दानी हुन्थ्यो । घरखर्च चलाएर पनि बचत गर्न सकिन्थ्यो तर अहिले त्यस्तो अवस्था नरहेको नानीहीरा बताउँछिन् । नानीहीरा सम्झन्छिन्– पहिले-पहिले मिठाई पुर्‍याउनै नसकिने गरी अर्डर आउथ्यो, काम गर्न भ्याइनभ्याइ हुन्थ्यो । अहिले मिठाई पसलको संख्यामा वृद्धि भएको छ, साथै भारतीय मिठाईले समेत बजार ओगटेका कारणले नेपाली मिठाईको माग त्यति सारो नहुने ताम्राकार बताउँछिन् ।

मूल्य

लाखामरी : रु. ६ सय प्रतिकिलो
ऐठ्यामरी : रु. ६ सय प्रतिकिलो
निम्की : रु. २० प्रतिगोटा
फिनी : रु. २५ प्रतिगोटा
रोट : रु. २० प्रतिगोटा
खजुरी : रु. २० प्रतिगोटा
प्यारा : रु. ५ प्रतिगोटा
खाजा : रु. २० प्रतिगोटा
लड्डु : रु. ५ प्रतिगोटा
अनरसा : रु. २० प्रतिगोटा ।

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक
सूचना तथा मनोरञ्जनको सँगालो साप्ताहिक पत्रिकाको आधिकारिक वेबसाइट
www.saptahik.com.np
GET IT ON Google Play
Available on the App Store

चलचित्र

पोइ पर्‍यो काले

तिहारको अवसर पारेर आज शुक्रबार प्रदर्शनमा आउन लागेको चलचित्र 'पोइ पर्‍यो काले' मा समाजको यथार्थ चित्रण गरिएको निर्देशक शिशिर राणाको दाबी छ । निर्देशक राणाका अनुसार मानिसको अनुहारको रङमा जानुका साटो उसको मन हेर्नुपर्छ, बानी-बेहोरा हेर्नुपर्छ । चलचित्रले बाहिरी आवरण हेरेर व्यक्तिको मूल्यांकन गर्न नहुने सन्देश बोकेको निर्देशकको भनाइ छ ।

गत जेठमा छायांकन गरिएको यो चलचित्रको शीर्षक पुरानो लोक गीत 'ए दिदी पोइ पर्‍यो काले, हुन्देऊ बैनी इज्जतै नफाले' बाट साभार गरिएको हो । रोचक कुरा के छ भने चलचित्रको शुभमुहूर्तका क्रममा समेत यही गीत बजाइएको थियो, जसमा चलचित्रका मुख्य कलाकार सौगात मल्ल, सृष्टि श्रेष्ठ, आकाश श्रेष्ठ तथा पूजा शर्माले गीतकै भावमा अभिनय गरेका थिए । चलचित्रमा दुई भिन्न जोडीलाई प्रस्तुत गरिएको छ । यद्यपि, सौगातकी जोडी पूजा हुन् कि सृष्टि भन्ने कुरा आजको मितिसम्म खुलाइएको छैन । चलचित्रमा सौगात मल्ललाई कालो वर्णका पोइ अर्थात् श्रीमान्‌का रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । हास्यशैलीमा निर्माण गरिएको यो चलचित्रमा सोहित मानन्धर, सुरक्षा पन्त, राजाराम पौडेल, किरण नेपाली, सृष्टि खड्का, शिशिर राणा, श्याम राई, गोपाल ढकाल 'छन्दे' आदिले समेत अभिनय गरेका छन् ।

चलचित्रको आफ्नो भूमिकाका बारेमा केही नभने पनि अभिनेता सौगातले बाहिरी आवरणका आधारमा विभेद गर्न नहुने सामाजिक मुद्दालाई चलचित्रले उठाएको कुरा बताएका छन् । अभिनेत्री पूजाले भने पहिलो पटक दिग्गज अभिनेता तथा निर्देशकसँग काम गरेकाले आफूलाई नौलो अनुभव भएको धारणा व्यक्त गरेकी छिन् । पूजाले चलचित्रको नाम मात्र सुन्दा कमेडी शैलीको लागे पनि चलचित्रमा चेतनामूलक सामग्री समावेश गरिएको कुरा बताएकी छिन् । पोखरा तथा काठमाडौंमा छायांकन गरिएको यो चलचित्रको निर्माण राजीव गुरुङ (दीपक मनाङे) तथा सरोज नेपालीले गरेका हुन् जसको सांगीतिक पक्ष पनि आकर्षक छ । चलचित्र पोइ पर्‍यो कालेमा लालबहादुर खाती, अर्जुन पोखरेल तथा पुरुषोत्तम न्यौपानेको संगीत निर्देशन छ ।

घामड शेरे

निर्देशक टर्न अभिनेता निश्चल बस्नेत तथा अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काले आज शुक्रबार सार्वजनिक हुने चलचित्र 'घामड शेरे'मा स्क्रिन सेयर गर्दैछन् । सम्बन्धमा श्रीमान्-श्रीमती यो जोडी यसअघि चलचित्र 'दुई रुपैयाँ'को गीत 'कुटुमा कुटु'मा मात्र सँगै देखिएका थिए । हेमराज बीसीद्वारा निर्देशित चलचित्र घामड शेरेमा निश्चल र स्वस्तिमा साली भेनाको चरित्रमा प्रस्तुत हुँदैछन् ।

डेब्यू चलचित्र 'होस्टेल'बाट नै आफ्ना चलचित्रमा सहरीया कथा प्रस्तुत गर्दै आएका निर्देशक हेमराजले चलचित्र 'घामड शेरे'मा ग्रामीण परिवेश प्रस्तुत गर्दैछन् । 'वर्षौं विदेशमा बसेर कमाएको पैसाले गाउँमै खेतीपाती गर्ने योजना बोकेर स्वदेश फर्किएको एक युवकको जीवनमा आउने उतारचढावलाई चलचित्रमा प्रस्तुत गरेका छौं', हेमराज भन्छन्- चलचित्रमा निश्चलले घामड चरित्र निर्वाह गरेका छन् । जो जिद्दी, एकसुरे, अरुले भनेको नसुन्ने र नटेर्ने शैलीको हुन्छ । उसको काम नै घामड किसिमको हुन्छ ।

निर्देशक बिसीले चलचित्र छायांकन भएको स्थान सुर्खेतमा एक व्यक्तिले आफूले किनेको खेत खोलालाई बगाएपछि खोलालाई नै मुद्दा हालेको कुरा सुनेपछि त्यही घटनाबाट प्रेरित भएर यो चलचित्र तयार पारेको बताएका छन् । 'यो घटना सही हो कि गलत थाहा छैन, तर सुर्खेतमा यो किस्सा अहिले पनि चर्चित छ', हेमराज भन्छन्, 'चलचित्रको कथाको मागअनुसार नै निश्चल र स्वस्तिमालाई अनुबन्धित गरेका हौं । चलचित्रको स्क्रिप्ट पढेपछि स्वस्तिमाले आफ्नो स्थानमा अर्की अभिनेत्री राख्न सिफारिस पनि गरिन्, तर मैले सालीको चरित्रमा स्वस्तिमा बाहेक अरू कोही देखिनँ ।'

अभिनेता निश्चल स्वस्तिमासँग काम गर्दा शुरुमा केही अप्ठ्यारो भए पनि विस्तारै सहज हुँदै गएको बताउँछन् । 'हेमराजले प्रस्ताव ल्याउँदा मलाई अनौठो लागेको थियो । स्वस्तिमाले मान्ने हो कि होइन भन्ने डर थियो । चलचित्रमा हामी साली-भेनाको चरित्रमा छौं । सासु ज्वाइँको चरित्रमा भएको भए पक्कै गाह्रो हुन्थ्यो', निश्चल भन्छन्, 'चलचित्रको कुरा गर्दा प्रेमकथाको चलचित्र होला भन्ने लागेको थियो, तर स्क्रिप्ट सुनेपछि म झसंग भए । मैले सोचेको भन्दा अर्कै चरित्रमा काम गर्नुपर्ने अवस्था आयो । हुन त यो चरित्र केही हदसम्म ममा पनि मिल्छ ।'

अभिनेत्री स्वस्तिमा चलचित्रमा गाउँमा अंग्रेजी पढाउने छुच्ची र केही बोल्ड चरित्रमा छिन् । 'मैले यो चरित्र अन्य अभिनेत्रीले नै गर्न सक्छन् भनेर अरूकै नाम सिफारिस गरेकी थिएँ, तर निर्देशकले मलाई नै उपयुक्त मान्नुभयो । चलचित्रमा निश्चल पनि छ भन्ने जानकारी पाएपछि चलचित्रमा काम गर्दा रमाइलो हुन्छ कि जस्तो लागेको थियो, तर यसलाई दर्शकले स्वीकार्लान् या नस्वीकार्लान् भन्ने डर पनि छ,' स्वस्तिमा भन्छिन्, 'मलाई आफ्नै बूढाकी सालीका रूपमा अभिनय गर्न असहज भएन ।'

तिहार : कलाकारको फुर्सदिलो जमघट

तिहार नेपालीहरूको घर-दैलोमै आइपुगेको छ अर्थात् भोलि शनिबारदेखि तिहार सुरु हुँदैछ । तिहारकै लागि मरमसाला, दियो, बत्ती, पालासँगै विद्युतीय सामानको किनमेल पनि सुरु भैसकेको छ । दसैंमा मासु भनेजस्तै तिहार भन्नासाथ सेलरोटी, अनर्साका साथै अन्य मिठाईको सम्झना आउँछ । नेपाली चलचित्र तथा संगीत क्षेत्रमा आबद्ध कलाकारहरू पनि पाँचदिने तिहारलाई रमाइलो किसिमले मनाउन तयारीमा जुटिसकेका छन् ।

कलाकार अनुराग कुँवर प्रत्येक तिहारमा घरमै नजिकका कलाकार साथीहरूलाई बोलाएर जमघट गर्छन् । उनी घरमै सेलरोटीको व्यवस्थापन गर्छन् । सामाखुसी घर भए पनि हाल हात्तीवनस्थित अपार्टमेन्टमा बस्दै आएका अनुरागले घरमा जमघट गर्न थालेको एक दशक भैसकेको छ । 'यसपटकका लागि योजना बनाइरहेको छु । सबै कलाकार आ-आफ्नो काममा व्यस्त छन् । तै पनि तिहारको समयमा फुर्सद निकालेर जमघट गर्दा रमाइलै हुन्छ', अनुराग भन्छन्, 'जमघटको फाइदा- बेफाइदाभन्दा पनि एकबारमा पाइने जिन्दगीमा रमाएर बाँचौं न भन्ने नै हो ।'

अनुरागको अघिल्ला वर्षका जमघटमा नीर शाह, दीपकराज गिरी, दीपाश्री निरौला, केदार घिमिरे 'माग्ने बुढा', जितु नेपाल 'मुन्द्रे', गौरी मल्ल, रमेश उप्रेती, विल्सनविक्रम राई, सीताराम कट्टेल, कुन्जना घिमिरे, पुजा शर्मा, सुदर्शन थापा, सन्दीप क्षेत्री, निर्मला शर्मा आदि कलाकार सहभागी हुन्थे । 'यसपटक पनि तिनै कलाकारलाई सहभागी गराएर जमघट गर्ने योजना छ । भरसक आफू नजिकका कोही पनि नछुटुन् भन्ने चाहना हो', अनुराग खुल्छन्, 'तीन घण्टा जति घरमै बसेर रमाइलो गर्छौं । तास खेल्छौं, सेलरोटी तथा मासु खान्छौं । हल्का-फूल्का मदिरा त भैहाल्छ नि ।'

दसैंमा आफ्ना नजिकका कलाकारलाई घरमा बोलाएर जमघटको रमाइलो गरेका कलाकार किरण केसीचाहिँ तिहारमा मदनकृष्ण श्रेष्ठ र हरिवंश आचार्यको परिवारलाई मात्र बोलाएर जमघट गर्ने तयारीमा छन् । 'दुई पाथी चामलको सेलरोटी बनाउँछौं । देउसी-भैलो टोलीलाई दिन नयाँ नोट साट्दैछु । घरमा टन्नै फूल भएकाले फूल किन्नु परेन', किरण भन्छन्, 'यसपटकको तिहारमा अघिल्ला वर्षको तिहार जस्तै छोटो सांगीतिक कार्यक्रम पनि राखेको छु । मेरो घरमा जाडरक्सी केही चल्दैन । यसपटक पूरै हाइजेनिक किसिमको तिहार जमघट गर्दैछु ।'

गायिका मिलन नेवारले विगत १० वर्षदेखि काठमाडौंमै तिहार मनाउँदै आएकी छिन् । एक भाइ र एक दाइ विदेशमा भए पनि काठमाडौंमै भएका कान्छा भाइलाई उनी भाइटीका लगाइदिन्छिन् । भाइटीकासँगै उनको पारिवारिक जमघट पनि रमाइलै हुन्छ । 'म साथीभाइ कसैलाई पनि बोलाउँदिनँ । हाम्रो अलिक ठूलो परिवार भएकाले घरमै परिवारसँग बसेर खानपिन तथा रमाइलो गर्छौं', मिलन भन्छिन्, 'मलाई तिहारको सेलरोटी र अनारसा असाध्यै मनपर्छ । घरमै आमाको हातबाट बन्ने भएकाले पनि विशेष मिठो लाग्छ । हामी नेवार भएकाले घरमा हल्काफुल्का मदिरापान पनि चल्छ । म आफू नखाए पनि विदेशको कार्यक्रममा गएर नेपाल फर्कंदा ड्युटी फ्रीको मदिरा ल्याएकी हुन्छु । घरका सदस्यहरूले हल्काफुल्का लिनुहुन्छ । त्यसबाहेक माछा, मासु तथा मटनको छोएलाजस्ता परिकार पनि बन्छन् ।'

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक

ह्याप्पी तिहार

सदा थापा
कृतिका श्रेष्ठ
निरिष्जा दली श्रेष्ठ

तस्बिर : महेश प्रधान
मेकअप : प्रतिमा खड्का
पहिरन : कायरा बुटिक, कुपन्डोल
लोकेसन : सम्पदा गार्डेन, लाजिम्पाट

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

पर्दामा देखिने बाचा

दीपाश्री निरौलाले लामो समयदेखि चलचित्रमा अभिनय गरेकी छैनन् । चलचित्र छ माया छपक्कैमा उनलाई दर्शकले देख्न पाएनन् । यो चलचित्रमा उनले प्राविधिक सल्लाहकारको भूमिका निर्वाह गरिन् । अहिले उनको शारीरिक बनावटमा आएको परिवर्तनका कारण चलचित्रमा अभिनय गर्ने अवसर गुमेको त होइन भन्दा दीपा त्यसलाई ठाडै अस्वीकार गर्छिन् । 'त्यो कारण त होइन । चाहे भने तुरुन्त घट्न सक्छु । शरीर सुहाउँदो खालको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ' उनले भनिन् । दीपाको तौल ७८ केजी पुगेको छ । चलचित्रमा अभिनय गर्नुपर्ने भयो भने तौल घटाएर ६० केजीसम्म पुर्‍याउने उनको दाबी छ । अहिले चलचित्रमा अभिनय नगरेकोमा खिन्नता महसुस हुन थालेको उनले स्वीकार गरिन् । मैले पर्दाबाट टेक्निकल पार्टतर्फ जम्प मारे । टेक्निकल पार्टमा काम गर्नुको मज्जा अर्कै छ, तर दर्शकहरूले मलाई छ माया छपक्कैमा मिस गर्नुभयो । दर्शकले एक झलक मात्र तपाईंलाई देख्न पाएको भए हुन्थ्यो भन्नुभयो । यसले मलाई पनि नरमाइलो लाग्यो । अब म अर्को चलचित्रमा सुहाउँदो भूमिका भयो भने अवश्य अभिनय गर्छु- दीपाले भनिन् ।

दुई अनुहारको डेब्यू

अभिनेता तथा अभिनेत्रीका रूपमा नयाँ-नयाँ अनुहारले चलचित्रमा पदार्पण गरिरहेका छन् । यसबीच प्रदर्शनको तयारीमा रहेको चलचित्र 'लभ यू हमेशा' मार्फत दुई नयाँ अनुहार अभिनेत्री नेपाली रजतपटमा भित्रिँदैछन् । यशराज गराचसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्दै फिजा योञ्जन तथा ऋचा थापा अभिनेत्रीका रूपमा दर्शकमाझ आउन लागेका हुन् । त्रिकोणात्मक प्रेम कथामा आधारित यो चलचित्रमा फिजा र ऋचाले राम्रो सम्भावना देखाएको दार्जीलिङ निवासी चलचित्रका निर्देशक भाष्कर प्रधानको भनाइ छ । दोलखाकी स्थायी बासिन्दा फिजा यही चलचित्रमार्फत अभिनयमा आएकी हुन् भने कीर्तिपुरकी ऋचाले चलचित्रमा आउनुअघि झन्डै दुई दर्जन म्युजिक भिडियोमा अभिनय गरिसकेकी छिन् ।

एवार्ड दिलाउने भन्दै यौन प्रस्ताव ?

अमेरिकामा हुन गैरहेको वर्ल्ड नेपाली म्युजिक अवार्डका महासचिव तथा कलाकार संघ युएसएका अध्यक्षले आफुलाई पटक-पटक इमोसनल ब्ल्याक मेलिङ तथा सेक्सुअल हेरासमेन्ट गरेको आरोप कलाकार 'जेन्निफर' उर्फ छिरिङ डोमा शेर्पाले लगाएकी छिन् । अनेक थरी प्रलोभन देखाएर आफूलाई टप तिनमा पुर्‍याउने भन्दै हेलिकप्टरमा मनाङ जान तथा पोखराको होटलमा बस्न आफूलाई पटक-पटक दबाव दिएको उनको दाबी छ । धेरै पटक प्रस्ताव राख्दा पनि अस्वीकार गरेपछि आफुलाई प्रतियोगीतामा सहभागिता गर्न नदिने र विभिन्न धम्की एवं चेतावनीका साथ सामाजिक सन्जालबाट ब्लक गरेको शेर्पाले बताएकी छिन् । यस विषयमा आफूहरूले बारम्बार सम्पर्क गर्न खोज्दा आरोपित संस्थाको सम्पर्कमा नआएको सस्थाका उपाध्यक्ष दावा शेर्पाद्वारा जारी विज्ञप्तीमा जनाइएको छ ।

फिल्मीखबर

- क्यानाडाको टोरोन्टोमा आयोजना हुने सिने स्टार एवार्ड-२०२० का लागि आयोजक हिल्सा इन्टरटेन्मेन्टले चलचित्र दर्ताका लागि आह्वान गरेको छ ।
- ग्लोबल नेपाली फिल्म एवार्डको चौथो संस्करण नोभेम्बर ३० देखि डिसेम्बर १ तारिकसम्म अमेरिकाको सन फ्रान्सिस्कोको बे एरियामा प्रस्तुत हुने भएको छ ।
- व्यावसायिक रूपमा सफल चलचित्र छ माया छपक्कैको समूहले मोफसलको यात्रा तय गरेर स्थानीय दर्शकहरूसँगै बसेर चलचित्र हेरेको छ ।
- अभिनेता तथा निर्माता दीपकराज गिरीले तत्काल 'छन् गेडी सबै मेरी' शीर्षकको चलचित्र निर्माण नहुने जानकारी गराएका छन् ।
- कात्तिक १५ गतेदेखि प्रदर्शनमा आउने चलचित्र 'बादशाह जुट' को रोमान्टिक गीत सुसाइड गर्छु कि क्या हो सार्वजनिक भएको छ, जसमा सुशील श्रेष्ठ, आमिर गौतम, रोषी खड्का, केइसा रावतलाई फिचर गरिएको छ ।
- धुर्मुस-सुन्तली अर्थात सीताराम कट्टेल एवं कुन्जना घिमिरेद्वारा निर्मित तथा रामबाबु गुरुङद्वारा निर्देशित चलचित्र 'सेन्टी भाइरस' को छायांकन सम्पन्न भएको छ ।
- जात्रै जात्रा तथा कबड्डी कबड्डी कबड्डीको सफलतापछि अभिनेता दयाहाङ राईको माग उच्च भएको छ । सेन्टी भाइरसमा अभिनय गरेका अभिनेता राईले निकट भविष्यमा उपेन्द्र सुब्बा तथा दीपेन्द्र लामाका दुई भिन्न चलचित्रमा अभिनय गर्नेछन् ।
- मंसिर १३ गते प्रदर्शनमा आउने चलचित्र प्रेम संसारको रामचन्द्र काफ्ले तथा जुनु रिजालको स्वरको लोक शैलीको गीत सुन सुन चम्पा सार्वजनिक भएको छ, जसमा अभिनेता प्रेम सोनी तथा अभिनेत्री मोनिका दाहालले नृत्य गरेका छन् ।
- सौरभ चौधरीद्वारा निर्देशित चलचित्र 'लभ डायरीज' निर्माण भएको करिब डेढ वर्ष बितिसक्दा समेत प्रदर्शन मिति टुंगो लाग्न सकेको छैन, जसमा अभिनेता सुशील श्रेष्ठ प्रमुख भूमिकामा छन् ।
- अभिनेता अनमोल केसी मंसिर २० गतेदेखि छायांकन प्रारम्भ हुने चलचित्र 'धुपौरे' मा अनुबन्धि भएका छन्, जसलाई साम्तेन भुटियाले निर्देशन गर्दैछन् ।
- भोजपुरी चलचित्रका अभिनेता दिनेश लाल यादव निरहुवाले नेपाली चलचित्र छ माया छपक्कै हेरेपछि उक्त चलचित्र उत्कृष्ट भएको प्रतिक्रिया दिएका छन् ।

थपियो अर्को कमेडी

दीपकराज गिरी तथा दीपाश्री निरौलाको समूहले चलचित्र 'छक्कापञ्जा' मार्फत पाएको सफलतापछि यतिबेला कमेडी चलचित्र निर्माणको बाढी नै आएको छ । छक्कापञ्जाका तीनवटै श्रृंखला व्यवसायिक रूपमा सफल भएपछि अधिकांश हास्य कलाकार अहिले कमेडी चलचित्रका पछाडि लागेका छन् । दीपक-दीपालाई पछ्याउँदै मह जोडी तथा किरण केसीले पनि हास्य चलचित्रको निर्माणलाई तीव्रता दिएका छन् भने निर्देशक प्रदीप भट्टराईको समूह पनि हास्य प्रधान चलचित्रबाट सफल भैरहेको छ । धुर्मुस-सुन्तली समूहले हास्य विधामै चलचित्र 'सेन्टी भाइरस' निर्माण गरिरहेको छ भने हास्य श्रृंखला सक्किगो निको समूहले 'फनफनी' शीर्षकको चलचित्र निर्माण गर्ने घोषणा गरिसकेको छ । यता हास्य अभिनेता शिवहरी पौडेलले 'लक्का जवान' निर्माण गरिरहेका छन् । हालै आएर अभिनेता सन्तोष पन्त पनि हास्य विधामै आधारित चलचित्र 'हिजो आजका कुरा' निर्माण गर्ने घोषणा गरेका छन् । कुनै बेला नेपाल टेलिभिजनबाट प्रसारित आफ्नै हास्य श्रृंखलाको शीर्षकमै पन्तले नयाँ चलचित्र निर्माण गर्ने घोषणा गरेका हुन्, जसलाई उनकै छोरा साकार पन्तले निर्देशन गर्दैछन् ।

देउसी-भैलोकी कोरियोग्राफर

नायिका केकी अधिकारी बाल्यकालको तिहार रमाइलो हुने अनुभव सुनाउँछिन् । 'बाल्यकालमा देउसी-भैलो खेल्न जान्थ्यौं हामी । केही दिन अघिदेखि नै सांस्कृतिक कार्यक्रमको तयारी हुन्थ्यो । त्यसबाट संकलित पैसाले पछि पिकनिक जान्थ्यौं,' -केकीले भनिन् । देउसी खेल्दा आफुले, नाच्ने, भट्याउने र कोरियोग्राफी गर्ने गरेको उनले बताइन् । आजभन्दा १५ वर्षअघिको कुरा हो । धेरै रकम संकलन नभए थोरैमै पनि रमाउँथ्यौ । १-२ सय पाउँदा पनि एकदमै खुसी लाग्थ्यो । अहिले पनि देउसी-भैलो खेल्न मज्जा लाग्छ, तर कतिपय कारणले खेल्न मिल्दैन । यद्यपि साथीभाइहरू मिलेर रमाइलो गर्न कसैको घरमा देउसी-भैलो खेल्न पुग्छौं- उनले भनिन् । 'मलाई सेल बनाउन त आउँदैन तर पकाएको हेर्नचाहिँ मनपर्छ,' -केकी भन्छिन् । परिवार तथा आफन्तसँग रमाइलोका लागि तास पनि खेल्ने उनले बताइन् । तिहार भनेको उज्यालो चाड हो । यो चाडले जनावरलाई रेक्स्पेक्ट गर्ने सन्देश दिन्छ । यी कारणका अतिरिक्त दीपावली, भाइटीका आदिका कारण पनि केकीलाई यो चाड विशेष मन पर्छ ।

वर्षा पनि प्रेममा !

केही साताअघि अभिनेत्री बेनिशा हमाल प्रेममा परेको हल्ला चलेको थियो । सामाजिक सञ्जालमा बेनिशालाई उनका प्रेमीसँग देखिएको थियो । यतिबेला अभिनेत्री वर्षा शिवाकोटीको प्रेम प्रसंग चर्चामा छ । अभिनेत्रीका रूपमा खासै चल्न नसके पनि म्युजिक भिडियोमा जमेकी वर्षा यतिबेला अमेरिकामा बसोबास गर्ने सविनजंग थापाको प्रेममा परेको चर्चा छ । आफ्ना प्रेमीलाई भेट्न उनी हालै अमेरिका पुगेको बताइन्छ । यो प्रसंगमा वर्षाले हालसम्म मुख नखोले पनि उनका प्रेमी सविनले भने फेसबुकको स्टोरीमा वर्षासँगका केही रोमान्टिक तस्बिर सार्वजनिक गरेका छन् । तस्बिरमा दुवै निकै खुसी तथा उत्साहित देखिन्छन् । सविनले उक्त तस्बिरमा वर्षाको नामसँगै प्रेमको आकार समेत पोस्ट गरेका छन् । तस्बिरबाट उनीहरूको प्रेमको गहिराइ मापन गर्न सकिन्छ । एउटा अपुष्ट जानकारी अनुसार दुवैले आगामी वर्ष लगनगाँठो कस्ने निर्णय गरिसकेका छन् । त्यसो त केही अघि वर्षाकी आमाले समेत एक वर्ष भित्र छोरीको विवाह भैसक्ने संकेत दिएकी थिइन् ।

कुराकानी

ग्रुप टिकाउने चुनौती छ

सर्पोटिङ कलाकारका रूपमा कला क्षेत्रमा प्रवेश गरेर अहिले मुख्य कलाकारका रूपमा स्थापित हुनु भयो, सोच्नु भएको थियो यस्तो होला भनेर ?

यो त सोचाइभन्दा धेरै टाढाको कुरा हो, तर मनभित्र एउटा रहर हुन्छ नि त्यो त थियो । तँ साँच्चै मनैदेखि चाहना गर अनि चाहे अनुसारको कर्म पनि गर, म पुर्‍याएर देखाउँछु भनेर भगवानले भनेको कुरा जस्तै भएको छ ।

तर लामो समयसम्म त तपाईं हिरोको पछाडि नै लाग्नुभयो नि ?

सुरुवातमा म कमेडी तिर लागे । कमेडी तिर लागेपछि हिरोको पछाडी लाग्नुपर्‍यो तर भगवान्को कृपाले मसँग राइटिङ स्किल थियो, त्यो राइटिङ स्किलका कारण अघि बढ्न सहज हुँदै गयो । पछि ट्रेन्ड पनि कस्तो आयो भने, कपाल लामो पाल्ने, पाखुरा ठुलो हुने, तिघ्रा ठुलो हुने हिरो हुने भन्ने विस्तारै सोच परिवर्तन आउन थाल्यो । त्यसपछि मैले आफ्नो सम्भावना देखें । तितो सत्यबाट कमाएको अलि-अलि पैसा थियो । अनि आँटौ हिरो बन्ने बेला आयो भन्ने लाग्यो । स्क्रिप्टमा मेहनत गरे । त्यो हिसाबले यो उचाइमा पुगे ।

तपाईंलाई बाहिरका चलचित्रबाट अफर आएको छैन ? कस्तो चलचित्र तपाईंको प्राथमिकतामा पर्छ ?

वर्षमा तपाईंहरूले मेरो एउटै फिल्म हेरिरहनुभएको छ, तर मलाई वर्षमा ७-८ वटा चलचित्रको अफर छ, अहिलेपनि दीपकले आफ्नो चलचित्रमा काम गरिदियोस् भन्ने थुप्रै हुनुहुन्छ । साथीहरूलाई म भन्छु म लगातार चलचित्र खेल्ने हिरो होइन, म त कथाले बनाएको हिरो हो, यसकारण मेरो कथा नै बलियो हुनुपर्छ । मेरो मुख्य ध्यान स्क्रिप्टमा हुन्छ ।

टिममा काम गर्नु भएको छ, बाहिर म्यासेज पनि टिममा काम गर्दा सफल भइन्छ भन्ने गइरहेको छ, तर टिमलाई मजबुत राख्न त अझ ठुलो चुनौती छ, टिममा झन्झट आएको छैन ?

म आफू मात्र अघि बढ्नेमा विश्वास गर्दिन, म त यहाँ पुगे, म त एक्लै चल्छु भन्ने भम्र पाल्दिन, म जुन स्क्रिप्ट हेर्छु म त छु तर त्यो कथामा मेरा साथीहरू छन् कि छैनन्, छैन भने निकालौ भन्ने सोच्छु । ग्रुप टिकाउन आफ्ना बारेमा मात्र सोच्नु हुँदैन, स्वार्थी हुनु हुँदैन । ममाथि यो गुप्र टिकाउने चुनौती पनि छ, भगवानको कृपाले टिकिरहेको छ र टिक्छ पनि ।

दर्शकको माया पाइरहनु भएको छ, तर एकथरीले एकै प्रकारको कन्टेन भयो, यसले पछि गएर नेपाली चलचित्र क्षेत्रलाई असर गर्छ भन्ने गरेका छन् ?

यो चलचित्रमा त फरक नै छ, छक्का पञ्जा सम्म छक्का पञ्जा मात्र बनाइरहने हो कि भनिन्थ्यो । हामीले गौरव गर्ने कुरा नै के हो भने छ एकान छ देखि अहिलेसम्म आइपुग्दा हरेक फिल्मको कथा फरक-फरक छ । वडा नम्बर-६ पनि हाम्रै टिमले गर्‍यो, छक्का पञ्जा त नेपाली फिल्मको इतिहास नै भयो, शत्रुगते अलि फरक थियो । अब म छिट्टै एक्सन कमेडी गर्दै छु, म एउटै चिज दोहोर्‍याउँदिनँ,।

राजाराम पौडेल

● दीपकराज गिरी, अभिनेता

बलिउड

नितु सिंह लुकमा यामी

बलिउड चलचित्रका पारखीहरूले नितु सिंहलाई पक्कै बिर्सिएका छैनन् । चलचित्रमा चुलबुले युवतीको भूमिका मार्फत् सफलता पाएकी अहिलेकी सुपर स्टार रणवीर कपुरकी आमा नितु सिंह आफ्नो समयमा फेसन आइकन मानिन्थिन् । तिनै नितु सिंहको सन् १९७० को दशकको लुकमा अब यामी गौतम प्रस्तुत हुँदै छिन् । आफ्नो अपकमिङ चलचित्र बालामा यामी त्यस्तो लुकमा देखा पर्न लागेकी हुन् । नितु सिंह लुकका लागि यामीको तयारी उच्चस्तरको रहेको बलिउड सूत्र बताउँछ । चलचित्र खेल खेलमे को एक मै और एक तु गीतमा नितु सिंहको लुकलाई यामीले बालाको एउटा गीतमा जस्ताको तस्तै रिक्रिएट गर्न लागेको बताइन्छ ।

बक्स अफिस

● गत शुक्रबार बलिउडमा प्रदर्शित एकमात्र चलचित्र लाल कप्तान नराम्रोसँग डुबेको छ । नागा साधुहरूको फरक कथामा आधारित यो चलचित्रमा सैफ अलि खानले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका छन् । यो चलचित्रमा नागा साधुको फरक र डरलाग्दो गेटअपमा देखिएका सैफ अलि खानको अभिनयको प्रशंसा भए पनि चलचित्रले पहिलो विकेन्डमा जम्मा सवा ३ करोडको व्यापार गरेको छ । जबकि यो चलचित्रको बजेट नै ३२ करोड थियो ।

● अघिल्लो साता प्रदर्शित पिंक इज स्काईले पनि दोस्रो विकेन्डमा कुनै चमत्कार गर्न सकेन । दुई विकेन्डको समाप्तिमा चलचित्रको व्यापार जम्मा २४ करोड पुगेको छ ।

● हलिउडमा गत शुक्रबार प्रदर्शित मेलफिसेन्टले पहिलो विकेन्डमा १ करोड १ लाख ८४ हजार डलर बराबरको कारोबार गरेको छ । चलचित्रको बजेटअनुसार यसलाई पनि फ्लपको ट्याग लागेको छ ।

● अघिल्लो साता प्रदर्शित जोकरको चकचकी हलिउडको बक्स अफिसमा दोस्रो साता पनि जारी रह्यो । दोस्रो विकेन्डमा जोकरले ८२ लाख २६ हजार डलर बराबरको कारोबार गरेर बक्स अफिसमा आफ्नो दबदबा कायमै राखेको छ ।

अन्डरवाटर फोटो सुटमा आलिया

बलिउडकी क्युट अभिनेत्री आलिया भट्टले गतसाता अन्डर वाटर फोटो सुट गराएकी छिन् । चर्चित फेसन म्यागजिन भोगको नोभेम्बर २०१९ को अंकका लागि आलियाले उक्त फोटो सुट गराएकी हुन् । फोटो सुटका क्रममा आलिया चम्किलो हरियो रंगको विकिनी स्टाइलको पहिरनमा थिइन् । पानीभित्रै खिचिएको उक्त तस्बिर अहिले इन्स्टाग्राममा चर्चामा छ । भोगले आफ्नो नोभेम्बरको अंकलाई वुमन अफ द इयर-२०१९ का रूपमा प्रस्तुत गर्दैछ । उक्त अंकमा चार फरक-फरक कभर हुने बताइएको छ । आलिया भट्टबाहेक ती कभरमा क्याटरिना कैफ, रणवीर सिंह तथा अनुश्का शर्मा पनि समेटिएका छन् ।

त्यो नियमित कामजस्तै हो

इलियाना डिक्रुज बलिउडकी सुन्दर अनुहार हुन् । आफ्नो अभिनय क्षमताका कारण बलिउडदेखि दक्षिण भारतका चलचित्र उद्योगहरूमा समेत स्थापित डिक्रुजले हाले शिवानी दान्डेकरसंग टेलिभिजन च्याट शो द लभ, लाफ एण्ड लाइफमा यौन सम्बन्धका बारेमा खुलेर कुराकानी गरेकी छिन् । उक्त कुराकानीको संक्षिप्त अंश :

यौनसम्पर्क र प्रेमका बीच कस्तो सम्बन्ध हुन्छ ?
यौनसम्पर्कसँग प्रेमको कुनै भावनात्मक सम्बन्ध हुँदैन । प्रेममा यौनसम्पर्क हुन सक्छ तर यौनसम्पर्कमा प्रेम हुनै पर्छ भन्ने छैन ।

यौनसम्पर्कलाई कसरी लिनुहुन्छ ?
मलाई आवश्यक भएका बेला सम्पर्क राख्छु । म यसलाई रमाइलो कुरा मान्छु र एउटा नियमित क्रियाकलापकै रूपमै लिन्छु ।

भनेपछि दिनहुँ.......?
मैले भन्न खोजेको कुरा, हरेक मानिसले यौनमा आनन्द लिनुपर्छ, तर, त्यसमा उनीहरूको भावना पनि जोडिएको हुनुपर्छ ।

तपाईंको विचारमा कतिबेलाको यौनसम्पर्क बढी आनन्ददायक हुन्छ ?
जब तपाई कसैको प्रेममा हुनुहुन्छ, त्यतिबेलाको यौनसम्पर्क निकै आनन्ददायक हुन्छ । त्यतिबेला दुई शरीर होइन अपितु दुई आत्मा त्यसमा संलग्न हुन्छन् ।

हलिउड

बेला हदिद हुन् वास्तविक सुन्दरी

विज्ञानका अनुसार सुपर मोडल बेला हदिद संसारकै सबैभन्दा सुन्दर महिला हुन् । ग्रिक गणितको गोल्डेन रेसियो अफ ब्युटी पीएचआई स्टान्डर्ड अनुसार पृथ्वीकै सबैभन्दा सुन्दर महिलामा वैज्ञानिकहरूले बेला हदिदलाई पहिलो स्थान दिएका हुन् । गोल्डेन रेसियो अफ ब्युटी पीएचआई स्टान्डर्डले क्लासिक ग्रिक क्यालकुलेसनको सर्तअनुसार सौन्दर्यको यो मूल्यांकन गरिएको बताइएको छ । यो परिभाषाअनुसार २३ वर्षीया बेला हदिद ९४ दशमलव ३५ प्रतिशत सटिकताका साथ पहिलो स्थानमा छिन् । दोस्रो स्थानमा गायिका बियोन्से छिन् । उनको सटिकता ९२ दशमलव ४४ प्रतिशत छ । यो सूचीको तेस्रो स्थानमा ९१ दशमलव ८५ प्रतिशत सटिकताका साथ हलिउड नायिका अम्बर हर्ड छिन् ।

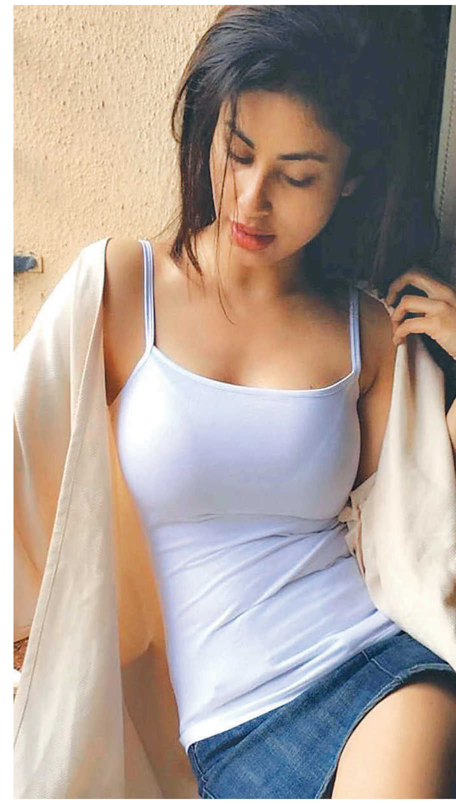
समाचार

- आज शुक्रबार दीपावलीको अवसर पारेर तीनवटा ठूला चलचित्र एकसाथ प्रदर्शनमा आउँदैछन् जसमा भूमि पेडनेकर र तापसी पन्नु अभिनीत साँढ की आँख, राजकुमार राव र मौनी रायको मेड इन चाइना तथा अक्षयकुमार, बबी देवल एवं रितेश देशमुख अभिनीत हाउसफुल-४ छन् ।

- बलिउड सूत्रका अनुसार अक्षयकुमार हेराफेरी-३ बाट बाहिरिएका छन् । अक्षयकुमारलाई कार्तिक आर्यनले रिप्लेस गरेका हुन् । हेराफेरी-३ बाट बाहिरिएलगत्तै अक्षयकुमार भूलभुलैया-२ बाट पनि बाहिरिएका छन् । भूलभुलैया-२ का निर्देश अनिश बाजमीसँग कुरा नमिलेपछि अक्षयकुमार त्यसबाट बाहिरिएको बताइन्छ ।

- २ अक्टोबरमा प्रदर्शित ऋत्विक रोशन तथा टाइगर श्राफ अभिनीत चलचित्र वारले प्रदर्शनको १९ औं दिनमा साढे ४ सय करोड व्यापार गरेर वर्षकै सबैभन्दा सफल चलचित्रको ट्याग पाएको छ ।

- कुनै बेलाको सुपरहिट टार्जन सिरिजका चलचित्रमा टार्जनको मुख्य भूमिका निर्वाह गर्ने अभिनेता रान एलीका छोरा क्यामरुन एलीले आफ्नै आमा ६२ वर्षीया भ्यालेरी लुंगिन एलीको हत्या गरेका छन् । अघिल्लो मंगलबार भएको यो घटनापछि भाग्न लागेका क्यामरुन आफैं पनि प्रहरीको फायरिङमा मारिएका छन् ।



- देव आनन्दका भतिजा तथा विजय आनन्दका छोरा वैभव आनन्दलाई एकता कपुरले आफ्नो वेव शो द भर्डिक्ट नानावती भर्सेज स्टेटमा अनुबन्ध गरेकी छिन् ।

रेनरमाथि गम्भीर आरोप

मार्बल सिनेमाद्वारा निर्मित चलचित्रमा सुपर हिरो आई हकको भूमिका निर्वाह गर्ने अभिनेता जेरेमी रेनरमाथि केही महिला सहकर्मीले गम्भीर आरोप लगाएका छन् । उनीहरू उक्त आरोपसहित अदालतसम्म पुगेका छन् । आरोप लगाउने महिलाहरूमध्ये एक लिलीले जेनरले कम उमेरका युवतीहरूलाई कोकिन प्रयोग गर्न प्रेरित गर्ने गरेको कुरा बताएकी छिन् । त्यसबाहेक उनले त्यस्ता युवतीहरूको सामाजिक सञ्जालमा अर्धनग्न तथा अश्लील तस्बिर समेत पठाउने गरेका छन् । उक्त आरोपको पुष्टि रेनरकी श्रीमती सोनीले समेत गरेकी छिन् । सोनी अहिले आफ्नी छोरीको अभिभावकत्वका लागि अदालतमा रेनर विरुद्ध मुद्दा लडिरहेकी छिन् ।

उम्दा अभिनयका लागि

हलिउड अभिनेता रबर्ट पेटिन्सन आफ्नो भूमिकाप्रति कति गम्भीर हुन्छन् भन्ने कुराको खुलासा उनका सहकलाकार विलियम डेफोले गरेका छन् । डेफोका अनुसार गत शुक्रबार प्रदर्शनमा आएको हरर चलचित्र द लाइट हाउसको कथा प्रतिन्याय गर्न पेटिन्सनले आफैंलाई विभिन्न माध्यम प्रयोग गरेर पिटाउँथे । उनी पानीमा डुबेको अभिनयका लागि आफैं गहिरो पानीमा हाम फाल्थे । यो मामिलामा उनी आफ्ना कुनै पनि सहकलाकारमाथि विश्वास गर्दैनथे । अभिनयमा जीवन्तता ल्याउन पेटिन्सनका यस्ता कतिपय प्रयासमा अमेरिकी प्रहरीले समेत हस्तक्षेप गरेको डेफोले बताएका छन् ।

मिस अर्थमा प्रतिस्पर्धा गर्दै रिया

नेपालकी रिया बस्नेत मिस अर्थ-२०१९ को उपाधिका लागि प्रयासरत छिन् । फिलिपिन्सको मनिलामा भोलि कात्तिक ९ गते संचालन हुने मिस अर्थ प्रतियोगिताको १९ औं संस्करणको ग्रान्ड फिनालेमा सहभागी रिया मिस नेपाल-२०१९ को मिस नेपाल अर्थ-२०१९ उपाधि विजेता हुन् । रिया प्रतियोगिता अन्तर्गत फायर समूहमा छिन् । मिस नेपाल-२०१९ मा मिस नेपाल अर्थ उपाधि विजेता सँगै मिस पपुलर च्वाइस एवार्ड पनि जितेकी २३ वर्षीया रिया ५ फिट ७ इन्च अग्ली छिन् । बीबीए अध्ययन पूरा गरेकी काठमाडौं निवासी रिया उपन्यास अध्ययन, खेलकुद, भ्रमण तथा नृत्यमा रुचि राख्छिन् । उनी गैर नाफामूलक संस्था योङ रुट्सकी संस्थापक एवं संचालिका पनि हुन् ।

पहिलो मिस धनकुटा

पहिलो पटक आयोजित मिस धनकुटा-२०१९ को उपाधि सावित्रा घिमिरेले जितेकी छिन् । अघिल्लो बुधबार राति अबेर सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा सोनी कार्की फस्ट रनर्सअप तथा निरुता सुब्बा सेकेन्ड रनर्सअप घोषित भएका थिए ।

अन्तिम तीन प्रतिस्पर्धीलाई महानायक राजेश हमालले तपाईंले यो सौन्दर्य प्रतियोगितामा किन भाग लिनुभयो ? भन्ने प्रश्नमा लिखित जवाफ दिँदै घिमिरेले २८ जना प्रतिस्पर्धीबीच उक्त उपाधि हात पारेकी हुन् । पाख्रीबास नगरपालिका-३ की स्थायी घर भएकी घिमिरे जाल्पादेवी क्याम्पसको स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियनकी सभापति हुन् ।

मिस धनकुटा-२०१९ को छनौटका क्रममा प्रस्तुत कार्यक्रममा गायक तथा नायक बाबु बोगटीको प्रस्तुति विशेष आकर्षणमा रहयो भने निर्णायक हमालले नृत्य गरेर दर्शकको मन जिते । यसैगरी गायक कमल क्षेत्री, समीर विक तथा विद्या तिवारीले पनि दर्शकहरूलाई नचाए भने सुजन रसाइलीले गीत एवं स्थानीय कलाकारहरूले नृत्य प्रस्तुत गरे ।

रमेशचन्द्र अधिकारी

मिस कस्मोपोलिटन वर्ल्डमा प्रिया रानी

मलेसियाको क्वालालम्पुरमा आज कात्तिक ८ गते सञ्चालन हुने मिस कस्मोपोलिटन वर्ल्ड-२०१९ को ग्रान्ड फिनालेका लागि नेपालका तर्फबाट प्रिया रानी लामाले प्रतिस्पर्धा गर्ने छिन् । माइको बायोलोजीमा स्नातक गरेकी प्रियाले मिस नेपाल २०१० मा सहभागिता जनाएकी थिइन् भने उनी मिस नेपाल २०१५ पुनः सहभागी भएकी थिइन् । ५ फिट ५ इन्च अग्ली २८ वर्षीया प्रिया सक्षम फाउन्डेसनका सद्भावना दूत पनि हुन् ।

मिस्टर नेपाल अक्षयले भेटे उपराष्ट्रपति पुन

नेपालको प्रतिनिधित्व गर्दै मिस्टर वर्ल्ड-२०१९ मा सहभागी अक्षयजंग रायमाझीलाई उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुनले बधाई तथा शुभकामना दिएका छन् । मंगलबार साँझ आफ्नो कार्यकक्षमा भेट गर्दै पुनले सौन्दर्य प्रतियोगितामार्फत विश्वमा आफ्नो मुलुकलाई चिनाएको भन्दै रायमाझीको प्रशंसासमेत गरेका थिए । अक्षयले केही समयअघि फिलिपिन्सको मनिलामा सम्पन्न मिस्टर वर्ल्डको उत्कृष्ट १० मा पुग्दै मल्टिमिडिया अवार्डसमेत प्राप्त गरेका थिए । उपराष्ट्रपति पुनसँगको भेटमा अक्षयले प्रतियोगिताका क्रममा आफूले नेपालको गौरव सगरमाथा, गौतम बुद्ध, हिमाल, नदीनाला आदिको वर्णन गर्दै अन्तर्राष्ट्रिय समुदायलाई भिजिट नेपाल-२०२० को निम्तो समेत दिएको जानकारी दिए । उक्त प्रतियोगितामा अक्षयले नेपाली कलासंस्कृति झल्कने भेषभूषामा काल भैरव नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए ।

नीर शाहलाई लाइफटाइम एचिभमेन्ट एवार्ड

कालिका मिडिया, चितवनले वरिष्ठ चलचित्रकर्मी, कवि, गीतकार तथा नेपाल टेलिभिजनका संस्थापक अध्यक्ष नीरविक्रम शाहलाई लाइफटाइम एचिभमेन्ट एवार्डले सम्मान गरेको छ । १७ औं वार्षिकोत्सवका अवसरमा आयोजित १५ औं कालिका म्युजिक एवार्डमा शाहलाई सम्मान गरिएको हो । उक्त अवसरमा शाहले आफूभन्दा पनि आफ्नो पेसा सम्मानित भएकोमा गर्व लागेको कुरा बताए ।

१५ औं कालिका म्युजिक एवार्डमा चलचित्र 'छक्कापञ्जा-३' को 'पहिलो नम्बरमा' गीतले वर्चस्व जमाएको छ । सर्वोत्कृष्ट चलचित्र महिला गायनमा बिन्दु परियार, सर्वोत्कृष्ट संगीतकारमा दीपक शर्मा र वर्षको सर्वोत्कृष्ट गीतको एवार्ड प्राप्त गर्न सफल 'पहिलो नम्बरमा' ले ह्याट्रिक नै गरेको थियो । सर्वोत्कृष्ट गीतको एवार्ड गायक डेविड शंकर र बिन्दु परियारलाई प्रदान गरियो । 'पहिलो नम्बरमा' गीतका रचनाकार राजेन्द्र थापा हुन् ।

सर्वोत्कृष्ट चलचित्र गीतको रचनाकारको एवार्ड भने चलचित्र 'क्याप्टेन'का गीतकार दिग्गज देउरालीले हात पारे । चलचित्र गायनमा पुरुषतर्फको एवार्ड 'फूल होइन' गीतका गायक प्रताप दासले प्राप्त गरे । सर्वोत्कृष्ट आधुनिक गायनमा पुरुषतर्फ शिव परियारले 'मेरो भाग्यको खुसी' र महिलातर्फ दीपा लामाले 'कुर्दैछु म' गीतबाट एवार्ड पाए । सर्वोत्कृष्ट युगल गायनमा 'कर्के नजर' गीतबाट सञ्जीव पराजुली र टीका प्रसाईं पुरस्कृत भए ।

लोकदोहोरी गायनमा पुरुषतर्फ 'लालुमै' का लागि सन्दीप न्यौपाने र महिलातर्फ 'गलबन्दी' का लागि शान्ति श्री परियारले एवार्ड प्राप्त गर्दा पप गायन पुरुषतर्फ 'सानी' गीतका लागि बुद्ध लामा र महिलातर्फ 'तिम्रै पर्खाइमा' गीतका लागि अनामिका मल्लले एवार्ड प्राप्त गरे । सर्वोत्कृष्ट ब्यान्डतर्फ अभया एण्ड दी स्टीम ईन्जिन सर्वोत्कृष्ट घोषित भयो । 'चुप चाप छौ तिमी' ले वर्षको सर्वोत्कृष्ट गजल, यही गजलबाट आनन्द कार्कीले उत्कृष्ट गजल गायक तथा सुदन डोटेलले सर्वोत्कृष्ट गजलकारको एवार्ड जिते । सर्वोत्कृष्ट राष्ट्रिय गीतमा सुमित खड्का उत्कृष्ट घोषित भए ।

उक्त अवसरमा सर्वोत्कृष्ट संगीत संयोजनको एवार्ड आशिष अविरलले प्राप्त गरे । लोकदोहोरी संगितमा 'सालको पात' बाट वसन्त थापा उत्कृष्ट घोषित भए । सर्वोत्कृष्ट भिडियो अभिनयमा 'इन्स्टाको फोटो'बाट आशिफ शाह र महिला तर्फ 'इन्स्टाको फोटो' बाटै रेश्मा घिमिरेले एवार्ड हासिल गरे । भिडियो निर्देशनका लागि आशिफ शाहले एवार्ड हात पार्दा सर्वोत्कृष्ट सिनेमाटोग्राफरमा 'मेरो भागको' बाट बुद्ध थापाले एवार्ड प्राप्त गरे । सर्वोत्कृष्ट मध्य नेपाल गायनमा 'म तिम्लाई माया गर्छु'का गायक तम्पेशर राई र सर्वोत्कृष्ट नवप्रवेशी कलाकारमा 'कसरी' गीतबाट देवेन्द्र बब्लुले तथा सर्वोत्कृष्ट स्थानीय लोकदोहोरी कलाकारतर्फ अस्मिता डिसीले एवार्ड हात पारे ।

प्रमिता ढकाल

पहिलो विश्व

४० वर्षको मेहनत

धेरै देशका धेरै बासिन्दाको सबैभन्दा प्रिय जनावर कुकुर नै हो । धर्म, समुदायअनुसार कुकुरप्रति गरिने सम्मान र स्नेह पनि फरक-फरक हुन्छ । प्राथमिक उपचारको क्षेत्रमा कार्यरत ६६ वर्षीय क्रिस पोर्स्जले कुकुर प्रति अनौठो किसिमको सद्भाव देखाएका छन् । विगत ४० वर्षदेखि प्यारामेडिक (प्राथमिक उपचार) को क्षेत्रमा कार्यरत क्रिसको अर्को सौख भनेको फोटोग्राफी हो । विभिन्न सहर तथा स्थानको भ्रमण गर्ने क्रममा उनले विगत ४० वर्षदेखि कुकुरका विभिन्न अवस्थाको फोटो खिच्दै गए । अहिले उनले आफूले खिचेका कुकुरका विभिन्न अवस्थाका २ सय वटा तस्बिर छनौट गरेर पुस्तकको रूप दिएका छन् । उक्त पुस्तकमा समावेश केही तस्बिर :

बालइच्छाको कदर गर्दै

केटा भएर जन्मिए पनि केटीको लुगा लगाएर चर्चामा आउने बालबालिका धेरै कम हुन्छन् । यस्तै बालकहरूलाई भेला गरेर 'फाइभ स्टार किड्स इन ड्र्याग' नामक डकुमेन्ट्री निर्माणको तयारी थालिएको छ । यो डकुमेन्ट्रीमा सबैभन्दा कम उमेरका फाबुलुस पनि रहनेछन् । ९ वर्षका फाबुलुस ६ वर्षको उमेरदेखि नै आमाको लिपिस्टिक र मस्करा लगाएर आफूलाई महिलाका रूपमा प्रस्तुत गर्थे । यो क्रम बढ्दै गएर अहिले उनी आफूलाई लेडी गागा र बियोन्सका रूपमा प्रस्तुत गरिरहेका छन् । १० वर्षका स्टेफन ब्रिटिस मूलका भए पनि स्पेनमा बस्दै आएका थिए । उनका अभिभावक उनको यो क्षमताले अझ चर्चा पाओस् भनेर क्यानाडामा बसाइँ सरेका छन् । यस्तै लियो नोकिज अर्का बालक हुन् जो विभिन्न सेलिब्रेटीकै जस्तो ड्रेसअप गर्न रुचाउँछन् । यी तीन बालकको जीवनशैलीलाई लिएर अहिले डकुमेन्ट्री निर्माण हुँदैछ । यो डकुमेन्ट्रीले बालबालिकाहरूको विचारमा बन्देज लगाउने भन्दा पनि उनीहरूलाई आफ्नो इच्छाअनुसार अभिभावकले कसरी खुला छोड्नुपर्छ भन्ने कुरा प्रस्तुत गर्ने बताइएको छ ।

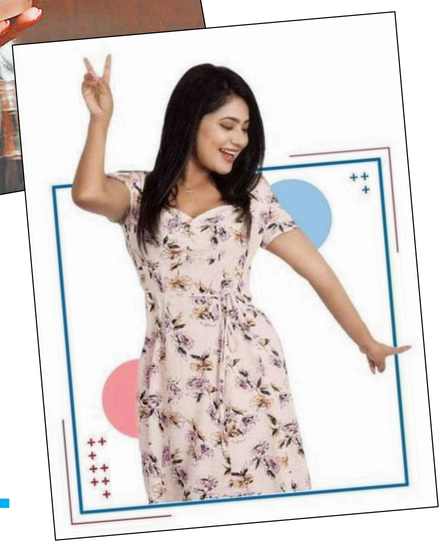
बेलायती राजपरिवारमा को कति धनी ?

१. महारानी एलिजावेथ द्वितीय	२ खर्ब ३६ अर्ब ८० करोड रुपैयाँ
२. राजकुमार चार्ल्स	१४ अर्ब ८० करोड रुपैयाँ
३. राजकुमार एन्ड्र्यु	८ अर्ब ४३ करोड ६० लाख रुपैयाँ
४. राजकुमार फिलिप	६ अर्ब ५१ करोड २० लाख रुपैयाँ
५. राजकुमार एडवार्ड	५ अर्ब १८ करोड रुपैयाँ
६. राजकुमार विलियम	४ अर्ब ४४ करोड रुपैयाँ
६. राजकुमार ह्यारी	४ अर्ब ४४ करोड रुपैयाँ
७. जारा फिलिप	२ अर्ब २२ करोड रुपैयाँ
८. केट मेडिलटन	१ अर्ब १८ करोड ४० लाख रुपैयाँ
९. मेगान मार्केल	८८ करोड ८० लाख रुपैयाँ
१०. राजकुमारी बेट्रिस	५७ करोड ७२ लाख रुपैयाँ
११. राजकुमारी युजीनी	५६ करोड २४ लाख रुपैयाँ

एलिनाको आकर्षण

रसियाकी ६ वर्षीया मोडल एलिना याकुपोभाका तस्बिर सामाजिक संजालका विभिन्न प्लेटफर्ममा भाइरल भैरहेका छन् । चार वर्षको उमेरदेखि मोडलिङमा प्रवेश गरेकी एलिनालाई विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय ब्रान्डले लिनुको मुख्य कारण उनको मुहारको आकृति पुतलीजस्तै देखिनु हो ।

नीलो आँखा र पुतलीको जस्तो अनुहार भएकै कारण उनले चार वर्षको उमेरदेखि नै विभिन्न ब्रान्डको ध्यान आफूतर्फ खिच्दै आएकी छिन् । प्रेसिडेन्ट किड्स मोडलिङ एजेन्सीसँग आबद्ध एलिनाको व्यस्तता अहिले सुपर मोडलहरूको भन्दा बढी छ । उनी दिनहुँजसो फोटोसुटमा व्यस्त हुन्छिन् । एलिनालाई अहिले युरोप, अमेरिका, ल्याटिन अमेरिकालगायत विभिन्न देशमा रहेका बहुराष्ट्रिय ब्रान्डहरूले आबद्ध गर्न चाहेका छन् । उनलाई 'विश्वकै सर्वाधिक राम्री केटी' को उपनामसमेत दिइएको छ । रसियामा सबैभन्दा बढी नेम, फेम भएकी बालिका मोडल एलिनाको इन्स्टाग्राम एकाउन्ट पनि छ, जसमा उनलाई साढे ३७ हजार जनाले पछ्याइरहेका छन् ।



आम्दानीको अर्को स्रोत

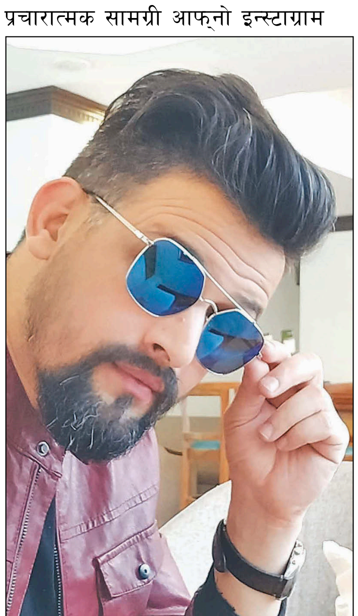
■ कृष्ण भट्टराई

अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काको इन्स्टाग्राम प्रोफाइल फलो गर्नुभएको छ ? स्वस्तिमाको भेरिफाइड इन्स्टा प्रोफाइललाई हालसम्म ७ लाखभन्दा बढीले फलो गरेका छन् । विभिन्न नेपाली चलचित्रमा विविध प्रकारका भूमिका निर्वाह गरेर दर्शकको मन जितिरहेकी अभिनेत्री खड्काले लामो समयदेखि आफ्नो इन्स्टाग्राममार्फत पनि राम्रो आम्दानी गरिरहेकी छिन् भन्ने सुन्दा धेरैलाई आश्चर्य लाग्न सक्छ । वास्तविकता के छ भने अभिनेत्री खड्काले आफू आबद्ध व्यवसायिक उत्पादनलाई इन्स्टाग्राममा पोस्ट गरेबापत लाखौं रुपैयाँ पारिश्रमिक पाइरहेकी छिन् । अभिनेत्री खड्काले इन्स्टाग्रामको आफ्नो परिचय (बायो) मै आफूलाई सानिमा लाइफ, ओप्पोनेपाल, बोता मःम, पल्सोनिकनेपाल, टिभिएस तथा डिसहोमको 'ब्रान्ड एम्बेसडर' भएको उल्लेख गरेकी छिन् । यी सबै उत्पादनले उनलाई ब्रान्ड एम्बेसडर भएबापत राम्रो पारिश्रमिक दिएका छन् भने त्यसबापत स्वस्तिमाले आफ्नो इन्स्टाग्राममा ती उत्पादनका प्रचार सामग्री पोस्ट गरिरहेकी हुन्छिन् ।

केही साताअघि मात्र स्वस्तिमाले अभिनेता प्रदीप खड्कासँग टिभिएस स्कुटरको प्रचार-प्रसार थालेकी छिन् । त्यससँगै स्वस्तिमाले कोकाकोलाको नयाँ उत्पादन जिग्रीको तस्बिर तथा भिडियो प्रचार सामग्री पनि आफ्नो इन्स्टा प्रोफाइलमा अपलोड गरिरहेकी छिन् । 'जिग्री यता पनि छैन, जिग्री उता पनि छैन, यो भिडियोमा कतै देख्नुभयो ? कताचाहिं छ ?' भन्ने संवादसहितको स्वस्तिमाको उक्त टिभिसी लाखौं पटक हेरिएको छ । पछिल्लो समय उनी कोकोकोलाको जिग्री तथा टिभिएसको स्कुटरलाई इन्स्टाग्राममार्फत बजार प्रवर्द्धन गरिरहेकी छिन् ।

अभिनेत्री प्रियंका कार्कीलाई इन्स्टाग्राममा ८ लाख ७३ हजार भन्दा बढीले फलो गरेका छन् । प्रियंका फलोअर्सका दृष्टिकोणले स्वस्तिमाभन्दा अगाडि छिन् । यद्यपि डिजिटल एडको प्रसंगमा भने उनी स्वस्तिमाभन्दा पछाडि छिन् । प्रियंकाले पनि केही अघि कोकाकोलाको जिग्रीको विज्ञापन इन्स्टाग्राममार्फत नै गरेकी थिइन् । प्रियंकाले कोकोकालाको जिग्रीको प्रवर्द्धन गरेको पोस्टले करिब २ लाखजति लाइक पाएको छ भने उक्त भिडियो लाखौं पटक हेरिएको छ । स्वस्तिमाले झैं प्रियंकाले पनि विभिन्न उत्पादनसहित होटल तथा रिसोर्टका प्रचारात्मक सामग्रीहरूसमेत फेसबुकको भेरिफाइड पेज तथा इन्स्टाग्राममा अपलोड गरिरहेकी हुन्छिन् ।

अभिनेत्री केकी अधिकारीलाई इन्स्टाग्राममा ४ लाख ३४ हजार भन्दा बढीले फलो गरेका छन् । स्वस्तिमा र प्रियंकापछि केकी पनि विभिन्न प्रचारात्मक सामग्री आफ्नो इन्स्टाग्राम तथा भेरिफाइड फेसबुक पेजबाट अपलोड गरिरहन्छिन् । एनआईसी एसिया बैंककी ब्रान्ड एम्बेसडर केकीले बेला-बेलामा आफ्नो फेसबुक पेजमार्फत उक्त बैंकका टिभिसीहरू अपलोड गरिरहेकी हुन्छिन् भने इन्स्टाग्राममा पनि बाथवेयर प्रोडक्ट, विस्पर अल्ट्रा जस्ता उत्पादनको प्रवर्द्धन गरिरहेकी हुन्छिन् ।



अभिनेत्री तथा भिडियो जक्की सन्ध्या केसी पनि आफ्नो इन्स्टाग्राम प्रोफाइलमार्फत विभिन्न व्यवसायिक उत्पादनहरूको बजार प्रवर्द्धन गरिरहेकी छिन् । त्यसक्रममा उनले वर्ल्डलिंक, लेक्मे, दराज अनलाइन सप, भिभो मोबाइल आदिका प्रचारात्मक पोस्टहरू इन्स्टाग्राममार्फत अपलोड गरिसकेकी छिन् । एक अनौपचारिक जानकारीअनुसार सन्ध्याले इन्स्टाग्रामका पोस्टहरूबाट राम्रै पारिश्रमिक लिने गरेकी छिन् । यद्यपि, डिजिटल विज्ञापनमार्फत कलाकारले कति पारिश्रमिक पाउँछन् भन्ने कुरालाई सकेसम्म गोप्य नै राख्ने प्रयास गरिन्छ ।

> कलाकारहरूले काम पाइरहेका छन्, कलाकार मात्र होइन यो सोसल साइटमा राम्रो फलोअलर हुने आमसर्वसाधारणले समेत घर बसी-बसी पैसा कमाउने सक्ने प्लेटफर्मका रुपमा विकसित भैरहेको छ ।
>
> **विकास खतिवडा**
> प्रमुख, इनोभेटिभ इन्टरटेन्मेन्ट

स्वस्तिमा, प्रियंका तथा केकी सामाजिक सञ्जालमार्फत विभिन्न उत्पादनको बजार प्रवर्द्धन गर्ने कार्यलाई 'साइड जब' बनाउने नेपाली सेलिब्रेटीका प्रतिनिधि पात्र हुन् । पछिल्लो केही वर्षयता फेसबुक, इन्स्टाग्राम, ट्विटर, टिकटक आदिले सेलिब्रेटीदेखि आमसर्वसाधारणलाई आकर्षित गरिरहेका बेला विभिन्न व्यवसायिक घरानाहरूले धेरै भन्दा धेरै लाइक, कमेन्ट आउने तथा बहुसंख्यक प्रयोगकर्तासम्म पुग्न सफल सेलिब्रेटीहरूलाई आफ्ना उत्पादनको प्रचार गराउने माध्यम बनाउन थालेका छन् । सेलिब्रेटीहरूले समेत त्यस्ता उत्पादनको प्रवर्द्धन गरेर लाखौं रुपैयाँ पारिश्रमिकस्वरूप पाउन थालेपछि अहिले यो विश्वव्यापी ट्रेन्डले नेपाली बजारमा समेत राम्रो स्थान बनाउन थालेको छ । हलिउड तथा बलिउडमा ट्रेन्डमा रहेको डिजिटल विज्ञापनको बजारले अहिले नेपालमा समेत लोकप्रियता पाएको हो ।

इनोभेटिभ इन्टरटेन्मेन्टका प्रमुख तथा ग्ल्यामर फोटोग्राफर विकास खतिवडाका अनुसार पछिल्लो समय विभिन्न उत्पादकले नेपाली सेलिब्रेटीलाई ब्रान्ड एम्बेसडरका रूपमा मनोनयन गरेर उनीहरूकै सामाजिक सञ्जालमार्फत बजार प्रवर्द्धन गर्ने प्रचलन लोकप्रिय भैरहेको छ । अभिनेत्री स्वस्तिमालाई ओप्पोले एक वर्षका लागि १५ लाखमा अनुबन्ध गरेको जानकारी दिँदै खतिवडा भन्छन्– 'डिजिटल पोस्टका लागि कलाकारले कति पारिश्रमिक लिन्छन् भन्ने कुरा ठ्याक्कै भन्न सकिंदैन । एकपटक पोस्ट गरेको कतिदेखि एक वर्षसम्म कतिवटा पोस्ट गरेको कति रुपैयाँ भन्ने कुरा आपसी समझदारीमा भर पर्छ ।' यद्यपि, डिजिटल विज्ञापनको प्रचलन लोकप्रिय महिला कलाकार तथा मोडलहरूका लागि मात्र होइन सामाजिक सञ्जाल (फेसबुक, इन्स्टाग्राम तथा टिकटक) मा राम्रो फलोअर भएका सर्वसाधारणहरूका लागिसमेत रोजगारीको राम्रो माध्यम बनिरहेको खतिवडाको भनाइ छ ।

अहिले सामाजिक सञ्जालमार्फत नै स्टार बन्नेहरूको संख्या दिन प्रतिदिन बढ्दो छ । रेश्मा घिमिरे नर्सिङ पेसामा आबद्ध भए पनि उनी टिकटक क्विनका रूपमा लोकप्रिय छिन् । टिकटकमा राम्रा

भिडियो बनाएकै आधारमा उनले लाखौं प्रशंसक कमाइसकेकी छिन् । रेश्मालाई टिकटकमा फलो गर्नेहरूको संख्या लाखौं छ । उनको त्यही लोकप्रियतालाई अहिले विभिन्न उत्पादकले सामाजिक सञ्जालमार्फत सदुपयोग गरिरहेका छन् । रेश्मा अहिले विभिन्न म्युजिक भिडियोदेखि व्यवसायिक उत्पादनका विज्ञापनहरूमा समेत सक्रिय छिन् भने निकट भविष्यमै नेपाली चलचित्रमा समेत आउने सम्भावना छ ।

टिकटकबाटै लोकप्रिय भएका जुम्ल्याहा दिदी-बहिनीहरू प्रिज्मा तथा प्रिन्सी खतिवडा पनि अचेल सामाजिक सञ्जालमार्फत नै डिजिटल विज्ञापनमा सक्रिय भैसकेका छन् । उनीहरूलाई पनि विभिन्न उत्पादकले बजार प्रवर्द्धनका लागि राम्रो पारिश्रमिक दिएर प्रस्तुत गर्न थालिसकेका छन् । त्यसबाहेक अन्तर्राष्ट्रिय मोडलका रूपमा स्थापित सबिता कार्की, आस्था पोखरेल, मुना गौचन आदि मोडलहरूसमेत डिजिटल विज्ञापनका लागि प्रख्यात छन् ।

इनोभेटिभ इन्टरटेन्मेन्टका प्रमुख खतिवडा भन्छन्– 'रेडियो, टेलिभिजन तथा पत्रपत्रिकामा पनि विज्ञापन दिने उत्पादकहरूको संख्या घटेको छैन, यद्यपि अधिकांश युवा सामाजिक सञ्जालमा झुम्मिने भएकाले व्यापारिक घरानाहरूले सेलिब्रेटीमार्फत डिटिजल विज्ञापनमा लगानी गर्न थालेका हुन् । यसबाट एउटै पोस्ट छोटो समयमा लाखौं व्यक्तिसम्म पुग्ने, तुरुन्त प्रतिक्रिया आउने तथा त्यसले सर्वसाधारणलाई छिट्टै प्रभाव पार्ने भएकाले डिजिटल विज्ञापनको क्रेज बढेको हो ।'

खतिवडाले सेलिब्रेटीहरूले कुनै पनि उत्पादनका लागि सम्झौता गर्दा पोस्ट अनुसार कम्तीमा १ लाखदेखि १५ लाख रुपैयाँसम्म पारिश्रमिक लिइरहेको बताए । खतिवडा डिजिटल विज्ञापनको ट्रेन्डलाई सकारात्मक रूपले लिनुपर्ने कुरा बताउँदै भन्छन्– 'कलाकारहरूले काम पाइरहेका छन्, कलाकार मात्र होइन यो सोसल साइटमा राम्रो फलोअलर हुने आमसर्वसाधारणले समेत घर बसी-बसी पैसा कमाउने सक्ने प्लेटफर्मका रूपमा विकसित भैरहेको छ ।' खतिवडाले हालसम्म स्वस्तिमालाई ओप्पो, प्रियंकालाई सुबिसु नेट, महालक्ष्मी केवल जस्ता उत्पादनका विज्ञापनमा काम गराइसकेका छन् ।

महँगो शुल्क तिर्नु नपर्ने, लक्षित समूहसम्म तुरुन्तै पुग्ने अनि प्रभावकारी समेत हुने भएकाले अचेल सानादेखि ठूला व्यापारिक घरानाहरूले डिजिटल विज्ञापनमा जोड दिइरहेको केही विज्ञापन व्यवसायीको धारणा छ ।

विज्ञापन व्यवसायीहरूका अनुसार यस प्रकारको विज्ञापनलाई 'इन्फ्लुएन्सर मार्केटिङ' भनिन्छ । एक विज्ञापन व्यवसायीका अनुसार इन्फ्लुएन्सर मार्केटिङ विज्ञापनको सबैभन्दा पछिल्लो स्वरूप हो । यो स्वरूपमा विभिन्न व्यवसायिक उत्पादन सोझै ग्राहकसम्म पुग्न सक्छन् । यद्यपि यस्ता विज्ञापन कुनै पनि ब्रान्डको ब्रान्डिङमा मात्र सहयोगी हुन्छन् । यस्तो प्रकारको विज्ञापनमा एक प्रकारको डर समेत हुन्छ । सेलिब्रेटीहरूले गर्ने त्यस्ता पोस्टमा कहिलेकाहीं प्रतिस्पर्धी ब्रान्डहरूले समूह नै बनाएर नकारात्मक कमेन्ट गरिदिए भने त्यसले उल्टो प्रभाव पार्न सक्छ ।

विदेशमा समेत लोकप्रिय

अमेरिकी मोडल काइली जेनरले इन्स्टाग्रामका आफ्ना प्रत्येक प्रायोजित पोस्टबाट १० लाख अमेरिकी डलर कमाउँछिन् । गायिका सेलेना गोमेजले प्रत्येक पोस्टबाट ८ लाख अमेरिकी डलर कमाउँछिन् भने फुटबलर क्रिस्टियानो रोनाल्डोले प्रत्येक पोस्टबाट ७ लाख ५० हजार अमेरिकी डलर आम्दानी गर्छन् । यी तीन जना विश्वकै सर्वाधिक उच्च पारिश्रमिक लिने सेलिब्रेटी इन्फ्लुएन्सर हुन् । एक महिनाअघि मात्र बेलायतको सामाजिक सञ्जाल म्यानेजमेन्ट कम्पनि हपर एचक्यूले सार्वजनिक गरेको सन् २०१९ को इन्स्टाग्राम रिच लिस्टअनुसार अमेरिकी मोडल काइली जेनर पहिलो स्थानमा छिन् । यही सूचीमा भारतका विराट कोहली तथा प्रियंका चोपडासमेत छन् । अभिनेत्री प्रियंका चोपडालाई इन्स्टाग्राममा ४ करोड ४० लाख भन्दा बढीले फलो गरेका छन् । त्यसकारण प्रियंकाले इन्स्टाग्राममा पोस्ट गर्ने सामग्री ४ करोडभन्दा बढी व्यक्तिमाझ सोझै पुग्छन् । त्यसैले पनि प्रियंकाले कुनै पनि व्यापारिक उत्पादनको प्रचार गर्नुपर्‍यो भने चर्को पारिश्रमिक लिन्छिन् । हपर एचक्यूका अनुसार प्रियंकाले एउटा इन्स्टाग्राम पोस्टको २ करोडभन्दा बढी लिन्छिन् । क्रिकेटर विराट कोहलीलाई इन्स्टाग्राममा ४ करोड ३ लाख जनाले फलो गरेका छन् । विराटले आफ्नो इन्स्टाग्राम एकाउन्टबाट एउटा सामग्री पोस्ट गरेको डेढ करोड रुपैयाँसम्म लिन्छन् । हलिउड गायिका सेलेना गोमेज, मोडल किम कारदसियन, अमेरिकी खेलाडी लेब्रोन जेम्स आदि पनि इन्स्टाग्रामको एउटै पोस्टबाट करोडौं रुपैयाँ पारिश्रमिक लिने सेलिब्रेटी हुन् ।

भाइटीकामा कलाकार

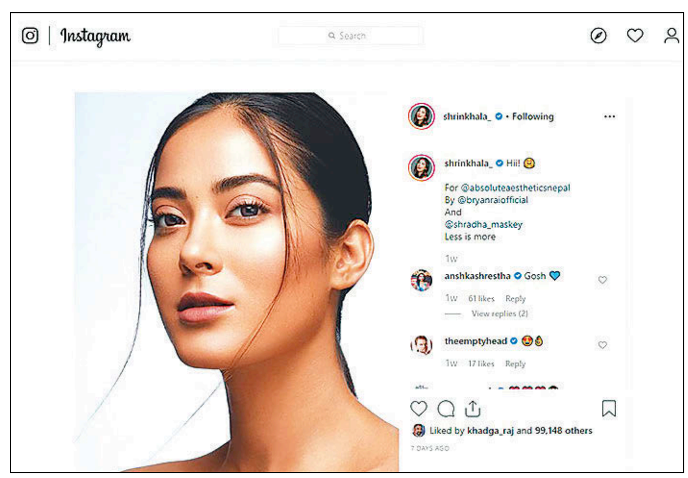
पैसा कमाउने माध्यम : सामाजिक सञ्जाल

■ एकराज सुवेदी

फेसबुकमा भएका विभिन्न पेजमध्ये हाल रुटिन अफ नेपाल बन्द नामक पेजमा करिब १४ लाख ७५ हजार लाइक छ। सामान्य रूपमा प्रारम्भ गरिएको यो पेज एकताका प्रशस्तै लोकप्रिय थियो। अहिले पनि यो पेजमा समाचार हेर्न मात्र होइन, विभिन्न कम्पनीले आफ्ना सामग्री समेत राख्न रुचाउँछन्। यही पेज उपयोग गरी यसका सञ्चालकहरूले प्रशस्तै पैसा पनि कमाएका छन्।

कुनै सेलिब्रेटी वा चर्चित व्यक्तिको व्यक्तिगत पेज पनि पैसा कमाउने प्रयोजनमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। नेपालमा पनि यस्ता धेरै सेलिब्रेटी छन्, जसले पेजकै माध्यमबाट पैसा कमाएका छन्। आफ्नो पेजमा कुनै कम्पनीको प्रवर्द्धनात्मक सामग्री राखे वापत पैसा लिन सकिन्छ।

फेसबुक मात्र होइन, इन्स्टाग्राम, युट्युब, टिकटक वा यस्तै विभिन्न सामाजिक सञ्जाललाई हिजोआज पैसा कमाउने माध्यमका रूपमा समेत प्रयोग गर्न थालिएको छ। इन्स्टाग्राम विशेष गरी युवायुवती बीच लोकप्रिय छ। यसमा विभिन्न प्रकारको तस्बिर राख्न सकिन्छ। कतिपयले तिनै तस्बिरकै आधारमा कमाइ पनि गरेका छन्। आफ्नै नाममा वा कुनै क्षेत्रलाई लक्षित गरी खोलिएको इन्स्टाग्राम एकाउन्टबाट पनि पैसा कमाउन सकिन्छ। सेलिब्रेटीहरूले यसमा आफ्नो पोस्ट संख्या अनुसार पैसा लिने गरेका छन्। आफूले पोस्ट गरेको तस्बिरले अत्यधिक लाइक्स बटुल्छ भने स्वयं विज्ञापनदाताहरूले सम्पर्क गर्न सक्छन्। आफैंले पनि विज्ञापनदातासँग सम्पर्क गर्न सकिन्छ। पहिले-पहिले तस्बिर मात्र अपलोड गर्न मिल्ने इन्स्टाग्राममा अचेल भिडियो समेत अपलोड गर्न सकिन्छ।



धेरै लाइक भएको फेसबुक पेजबाट पनि पैसा कमाउन सकिन्छ। जति धेरै लाइक भयो, उति धेरैजनाको एकाउन्टमा कुनै सामग्री पुग्छ र यो नै पैसा कमाउने गतिलो माध्यम बन्न सक्छ। विभिन्न ब्रान्डले फेसबुकमार्फत विज्ञापन गरिरहेका हुन्छन्। पेजहरूले लाइक्स, कमेन्ट तथा सेयरिङका आधारमा पैसा लिने गरेका छन्। नेपाली व्यवसायीहरूले पनि फेसबुकका लागि पैसा छुट्याउने गरेका छन् भने केही सेलिब्रिटीले पोस्ट अनुसार पैसा लिने गरेका छन्।

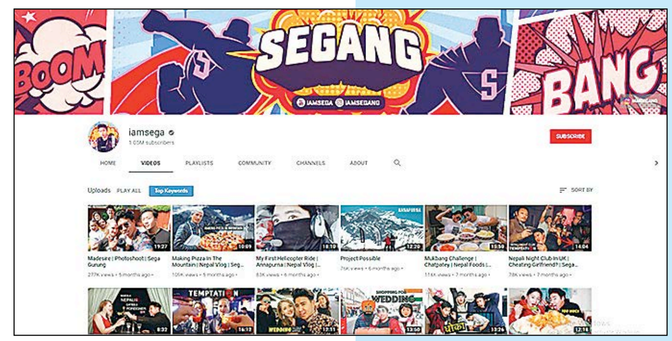
अर्को माध्यम हो- युट्युब। हिजोआज रेडियो, टेलिभिजन, पत्रपत्रिकासँगै युट्युब हेर्नेहरूको संख्या बढ्दै गएको पाइन्छ। यसले गर्दा नै युट्युबरहरूको संख्या पनि बढ्दो छ। नेपालमा पनि यस्ता युट्युबर बग्रेल्ती देखिन्छन्। रेडियो, टेलिभिजनमा प्रसारण भएका कार्यक्रम एक पटक हेरेपछि दोहोऱ्याएर सुन्न- हेर्न मिल्दैन तर युट्युबमा भने जुनसुकै बेला पनि हेर्न वा सुन्न, फरवार्ड वा ब्याक गर्न, सेभ गर्न तथा साथीहरूलाई पठाउन सकिन्छ। यही सहजताका कारण पनि यसका प्रयोगकर्ता बढ्दै गएका हुन्। युट्युब एकाउन्टबाटै पैसा समेत आर्जन गर्न सकिन्छ। त्यसका लागि उक्त च्यानल मोनिटाइज हुनुपर्छ।

सामाजिक सञ्जालहरूमध्ये अर्को चर्चित सञ्जाल हो- टिकटक। यही टिकटकलाई पनि पैसा आर्जन गर्ने माध्यम बनाउन सकिन्छ। व्यक्तिमा कुनै कला, प्रतिभा छ भने भिडियो बनाएर टिकटकमा राख्न सकिन्छ। क्यारिकेचर वा डान्स वा अन्य कुनै अभिनयसहितको १५ सेकेन्डको भिडियो बनाएर टिकटकमा अपलोड गर्न सकिन्छ। यसरी तयार पारिएका भिडियोको लोकप्रियताका आधारमा विभिन्न कम्पनी तथा चलचित्र निर्माताहरूले निश्चित बजेट दिएर आफ्नो कामको प्रचार-प्रसार गर्न सक्छन्।

एपमार्फत विभिन्न व्यवसाय गर्ने क्रममा अहिले टुटल र पठाओ जस्ता एप लोकप्रिय भएका छन्। यी एप प्रयोग गरी विद्यार्थीहरूले समेत यात्रीहरूलाई एक स्थानबाट अर्को स्थानमा पुऱ्याएर पैसा कमाउने गरेका छन्। टुटल र पठाओमा आबद्ध हुने युवाहरूले महिनामा ६० हजारभन्दा बढीसम्म कमाएको बताइन्छ।

स्वदेश तथा विदेशमा बस्ने युवाहरूले विभिन्न नाममा ग्रुप र पेजमा सदस्य बढाएर पनि कमाइ गरिरहेका छन्। ग्रुप तथा पेज बिक्री गरेर मात्र नभएर भाडामा लगाएर पनि मनग्य आम्दानी गरिँदै आएको छ।

विशेषज्ञहरू आगामी दुई वर्ष भित्र ग्लोबल इन्फ्लुएन्सर मार्केटिङ ५ देखि १० अर्ब डलरले बढ्ने अनुमान गर्छन्। कुनै सेलिब्रेटी वा यस्तै विशेष व्यक्तिहरूले आफ्नो पेज वा प्रोफाइल प्रयोग गरेर कुनै वस्तुको विज्ञापन गर्न यसको प्रयोग गर्छन्। नेपालमा पनि यस्तो इन्फ्लुएन्सर मार्केटिङको प्रयोग बढ्दो छ। कुनै सामग्री पोस्ट गरेपछि त्यसमा आएको लाइकका आधारमा निश्चित शुल्क लिने सेलिब्रेटी नेपालमा पनि छन्।



टप १० नेपाली युट्युबर

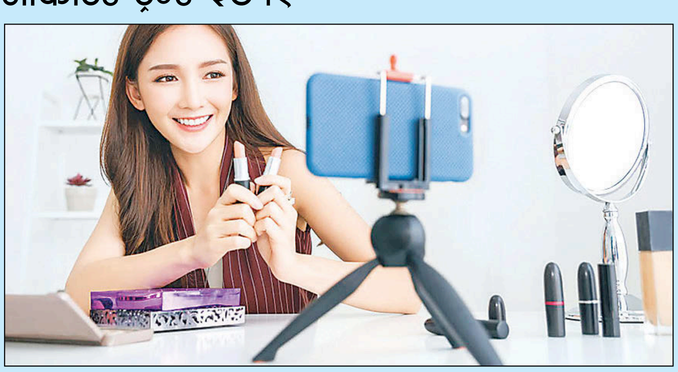
१. सागर गुरुङ (सेगा)
२. मिङ शेर्पा
३. जेम्स श्रेष्ठ
४. सबिन कार्की (विष्ट)
५. चेतन भ्लग्स (चेतन कार्की)
६. सिसन बानियाँ
७. बिकी रोस्टर
८. आयुष रिमाल
९. एसएमजेड (सुसन महर्जन)
१०. ल्हाकाइला

यसैगरी एलिसा राई, नेपाली प्यांक मिनिस्टर, प्यांकस्टर्स रिभाइभल, नेपाली प्यांकस्टर्स, गिरिस खतिवडा आदि युट्युब एकाउन्ट पनि प्रशस्तै सब्स्काइब भएका युट्युब होल्डर हुन्।

त्यस वाहेक अन्य विभिन्न उपाय अपनाएर पनि विश्व बजारमा उपस्थिति जनाउने चलन बढ्दो छ। टुटल र पठाओ वाहेक अन्य विभिन्न एपको प्रयोग बढ्दो छ। विभिन्न वेबसाइट प्रयोग गरी आफ्नो सामान बिक्री गर्नेहरू पनि छन्। त्यसैगरी ब्लगको प्रयोग गर्नुका साथै इमेल सन्देश पठाएर मार्केटिङ गर्नेहरू पनि त्यत्तिकै छन्। अहिले यसमा वेबिनार तालिमको समेत प्रयोग बढ्दो छ। वेब र सेमिनार अर्थात वेबमार्फत नै सेमिनार आयोजना गर्ने चलन बढ्दै छ। यसले गर्दा टाढाबाट समेत कुनै विषयवस्तुका बारेमा सेमिनार जस्तै गरी जानकारी लिन सकिन्छ।

यसबाट पनि नेपालमा सोसल मिडियाको बढ्दो प्रभाव स्पष्ट हुन्छ। यसको फाइदा विद्यार्थीदेखि व्यापारीसम्मले लिइरहेका छन्। यद्यपि सोसियल मिडियाको उचित प्रयोगभन्दा बढी दुरुपयोग भएको पनि पाइन्छ। प्रहरीको अपराध अनुसन्धान महाशाखामा सामाजिक सञ्जाल दुरुपयोगको उजुरीको चाङ नै लाग्ने गरेको छ। त्यसैले यसको प्रयोगमा सतर्कता अपनाउनु पनि त्यत्तिकै आवश्यक छ।

मार्केटिङ ट्रेन्ड-२०१९



सन् २०१९ मा विभिन्न प्रकारका नयाँ प्रविधियुक्त मार्केटिङ ट्रेन्ड देखिएको छ। आगामी दिनमा पहिले भएका भन्दा पनि नयाँ प्रविधिको सहयोगले मानिसहरू आफ्ना उत्पादनका साथ बजारमा प्रस्तुत हुने पक्का छ।

लाइभ भिडियो स्ट्रिमिङ : कुनै पनि विषयवस्तुका बारेमा लाइभ भिडियो स्ट्रिमिङ गरेर देखाउने।

एआई : आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स अर्थात एआईको प्रयोग बढ्दै गएको छ।

माइक्रो इन्फ्लुएन्सर : धेरै ठूला इन्फ्लुएन्सरभन्दा पनि अलि कम क्षमताका इन्फ्लुएन्सर समेत बढ्दै छन्।

कन्टेन्ट मार्केटिङ : कुनै विषयवस्तुका बारेमा जानकारीमूलक सामग्री प्रकाशन वा प्रसारण गर्ने लहर बढ्दो छ।

जेनरेसन जेड : ९० को अन्त्य तथा २००० पश्चात जन्मिएकाहरूलाई लक्षित गरी विषयवस्तु प्रस्तुत गर्ने चलन बढ्दैछ।

कन्जुमर पर्सनलाइजेसन : ग्राहकको व्यक्तिगत चाहनालाई ध्यानमा राख्ने।

प्राइभेसी प्रोटेक्सन महत्वपूर्ण : कुनै व्यक्तिको गोपनियतालाई विशेष ध्यान दिने चलन बढ्दै छ।

कम्पनीका लागि लिंक्डइन : अन्य सामाजिक सञ्जालको तुलनामा लिंक्डइनको प्रयोग कम्पनीहरूका लागि उपयोगी मानिएको छ।

अन्तरक्रियात्मक : सामाजिक सञ्जाल अन्तरक्रियात्मक हुनु आवश्यक छ।

जनमत

कुन अभिनेता-अभिनेत्रीसँग भाइटीका लगाउन मन छ ?

मलाई केकी अधिकारीसँग भाइटीका लगाउन मन छ। किनभने मलाई केकी शालीन तथा स्पष्ट वक्ता लाग्छिन्। त्यसका साथसाथै उनी व्यवहारिक र परिपक्व पनि छिन्।

सोमपाल सोमु

केकी अधिकारीसँग भाइटीका लगाउन मन छ। उनी मलाई निकै मायालु र प्यारी लाग्छिन्।

नारायण अर्याल

सबैले तिर्सना बुढाथोकी, सोनिका रोकाय तथा ज्योति मगरसँग भाइटीका लगाउँदा ठीक होला।

हरि थापा

हुन त प्रदीप खड्का मेरा क्रस हुन्। के गर्नु? थरले गर्दा भाइ भन्नुपर्‍यो। त्यसैले अब उनैलाई भाइटीका लगाइदिन मन छ।

पुष्पाश्री खड्का

सोनिका रोकायसँग भाइटीका लगाउन मन छ। किनभने मलाई उनी बडो खतरनाक लाग्छिन्।

लाजे हाङ

मलाई बसुन्धरा भुसालसँग भाइटीका लगाउन मन छ। बसुन्धरा दिदीको उमेर र मेरी दिदीको उमेर लगभग उस्तै होला। बसुन्धरा दिदी मलाई मन पर्नुका साथै प्यारी पनि लाग्छिन्।

पदमेश्वर बराल

सम्भव भएसम्म केकी अधिकारी र बसुन्धरा भुसालसँग भाइटीका लगाउन मन छ। मलाई यी दुवै जना अत्यन्तै सरल र सोझा लाग्छन्।

गोविन्द तिमिल्सिना

यसपालिको तिहारमा मेलिना राईको हातबाट भाइटीका लगाउन मन छ। मलाई मेलिना सरल, सुन्दर एवं सुशील लाग्छिन्। त्यसका साथसाथै मलाई उनले गाएका गीत पनि निकै मन पर्छन्।

हिमाल थापा

मलाई रेखा थापा दिदीसँग भाइटीका लगाउन मन छ। उहाँ निकै साहसी तथा चलाख हुनुहुन्छ। मलाई उहाँका चलचित्र पनि राम्रा लाग्छन्।

विक्रम सुवेदी

मलाई रेखा थापासँग भाइटीका लगाउने रहर छ। किनभने उहाँ हिम्मतवाली हुनुहुन्छ। यस्तो स्वभाव भएका दिदीहरूले अप्ठेरो परेका बेला आफ्ना भाइहरूलाई संरक्षण प्रदान गर्न सक्छन्।

रोहित थापा

राजेश दाइसँगै बसेर मलाई मेरा दिदी-बहिनीको हातबाट टीका लगाउन मन छ। यो मेरो सानैदेखिको रहर पनि हो। व्यक्तित्वको हिसाबले मलाई उहाँ असाध्यै मन पर्नुहुन्छ।

रामचन्द्र गुईदेल

मलाई जुन हिरोइनका दाइभाइ छैनन्, उनैसँग टीका लगाउन मन छ।

जीवन अवस्थी

मलाई मेरै दिदी-बहिनी हिरोइन लाग्छन्। त्यसैले यसपालिको तिहारमा अरु कसैसँग भन्दा आफ्नै दिदी-बहिनीसँग टीका लगाइन्छ।

नारायण कंडेल

सोनिका रोकायासँग टीका लगाउन मन छ, किनभने सोनिकासँग टीका लगाए पारस सरकार मेरा ज्वाइँ हुनेछन् अनि तनाव पनि हुँदैनथ्यो कि ?

ओम शाक्य

मिल्ने भए केकी अधिकारी, रेखा थापा तथा प्रियंका कार्कीसँग भाइटीका लगाउने धोको छ। यी तिनै जना मलाई अब्बल र निडर लाग्छन्।

ब्रहिम विष्ट

मन त राजेश हमालसँग दसैंको टीका, दयाहाङ राईसँग भाइटीका अनि अनमोल केसीसँग चाहिँ बिहे नै गर्न मन छ नि। के गर्नु मन लागेर मात्र नहुने रै'छ।

उषा पाईजा

थर पनि मिल्ने मन पनि पर्ने भएका कारण केकी अधिकारीसँग भाइटीका लगाउन मन छ।

समय अधिकारी

आफ्नै दिदी-बहिनी हिरोइनभन्दा कम नभएका कारण सधैं उनीहरूसँगै टीका लगाइन्छ। अरुको हातको टीका लगाउने त्यस्तो धोको छैन।

विदुर पौडेल

मेरा आफ्नै दिदी-बहिनी भएका कारणले कसैसँग पनि भाइटीका लगाउन मन छैन।

सुवासचन्द्र भण्डारी

यसपटक स्वस्तिमा खड्कासँग टीका लगाउन मन छ। बिहे पनि भैसकेकाले उनीसँग ढुक्कले टीका लगाउन सकिन्छ। अरु राम्रा हिरोइनको बिहे हुनै बाँकी छ। मेरो पनि बिहे भएको छैन।

पुरुषोत्तम दवाडी

मलाई त हिरोइनहरूसँग दिदी-बहिनीको फिल नै आउदैन। सबै गर्लफ्रेन्डजस्ता लाग्छन्। उनीहरूसँग भाइटीकाको माला होइन, मिले वरमालाचाहिँ लाउन मन छ।

गोविन्द धिमाल

अरू भनेका साथी मात्र हुन्। मलाई आफ्नै दिदी-बहिनीको हातबाट टीका लगाउन मन लाग्छ।

परुषोत्तम ज्ञवाली

लगाइदिने ठुलो इच्छा छ, तर प्रश्न हिरो/हिरोइनका लागि भनेर सोधिएका हुनाले दिलीप रायमाझीसँग भाइटीका लगाउन पाए हुन्थ्यो।

वर्षा बसौला

मलाई यसपालिको तिहारमा मिरुना मगरसँग भाइटीका लगाउन मन छ। मलाई मिरुना आफ्नै दिदीजस्ती लाग्छिन्।

प्रेमी सचिन

मलाई यसपालिको तिहारमा दीपाश्री निरौलासँग भाइटीका लगाउन मन छ। किनभने मैले जोसँग टीका लगाउँछु उसको बिहे भैहाल्छ। के थाहा दीपाश्रीको पनि बिहे भैहाल्छ कि ?

पदमकुमार श्रेष्ठ

मलाई दीपाश्री निरौला दिदीसँग भाइटीका टीका लगाउन मन छ। किनभने यसपालि त दीपाश्री नि ब्याउने कुरा छ रे। अरू सबै साथीभाइ मामा भैसके, म पनि त मामा बन्नुपर्‍यो नि।

रमन श्रेष्ठ

यसपालिको तिहारमा मलाई दीपाश्री निरौलासँग लगाउन मन छ। किनभने बूढी मान्छेले दिएको आशिष लाग्छ भन्छन्।

मेघराज डाँगी

हेल्थ/फिटनेस

चिसोबाट जोगिन के गर्ने ?

डा.श्वेता नकर्मी

तिहारलगत्तै जाडो मौसम प्रारम्भ हुने भएकाले धेरैमा रुघाखोकी लाग्ने, घाँटी दुख्ने, टन्सिल हुने तथा भाइरल ज्वरोले सताउने समस्या देखा पर्छ । त्यसका अतिरिक्त जाडो मौसममा बाथरोग, दम, निमोनियाँ आदि रोगबाट पीडितहरूलाई पनि निकै कष्ट हुन्छ । बाथरोग विशेषज्ञ डा.श्वेता नकर्मीका अनुसार बाथरोगको समस्या जाडो मौसममा बल्झिन्छ । जाडो याममा चिसोका कारण हाडजोर्नी बढी सुन्निने, अररो हुने तथा दुख्ने समस्या सिर्जना हुन्छ ।

यसैगरी यो मौसममा छातीको समस्या तथा भाइरल इन्फेक्सन वृद्धि हुन्छ भने बाथका बिरामीहरूमा पनि विभिन्न कारणले छातीको समस्या देखा पर्न सक्छ । बाथले फोक्सोमा असर गर्दा फोक्सोमा जाली पर्ने अथवा पानी जम्ने वा न्युमनिटिस हुने हुन्छ । यसैगरी बाथमा प्रयोग हुने औषधीले रोग प्रतिरोधक क्षमता (इम्युनिटी)मा कमी ल्याउने भएकाले चिसोको संक्रमण हुने सम्भावना हुन्छ ।

जाडोको अर्को समस्याका रूपमा र्‍युनड फिनोमेनन पनि देखा पर्छ । यसमा चिसोमा हात अथवा खुट्टाका औंलाहरूको रंग परिवर्तन भएर सेतो, निलो वा पहेंलो हुन्छ । यो लक्षण गर्मीको तुलनामा जाडोमा बढी देखिन्छ र यसलाई नियन्त्रणमा नराखे औंलाको टुप्पोमा घाउ हुने र कुनै समयमा औंला नै मरेर जाने पनि हुन्छ ।

ध्यान दिनुपर्ने कुरा

- हातखुट्टाका जोर्नीका साथै पूरै शरीरलाई न्यानो राख्नुपर्छ ।
- चिसो पानी धेरै चलाउनु हुँदैन । भाडा माझ्दा वा लुगा धुँदा रबरको पन्जा प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- र्‍युनड भए हातलाई मनतातो पानीमा डुबाउने र न्यानो राख्ने । यस्तो अवस्थामा औंलामा घाउ हुन दिनु हुँदैन ।
- हातखुट्टा र शरीरको छालालाई नरम राख्न मोस्चराइजर, ग्लिसिरिन तथा नरिवलको तेल प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- वार्षिक रूपमा इन्फ्लुएन्जाको भ्याक्सिन लगाउनुपर्छ ।
- इन्फेक्सनबाट जोगिनुपर्छ र फोक्सोसम्बन्धी कुनै समस्या देखिए तुरुन्तै चिकित्सकको परामर्श लिनुपर्छ ।
- नियमित रूपमा औषधी सेवन गर्नुपर्छ ।

के खाने ?

- धेरै चिल्लो तथा मसालेदार खाना खानु हुँदैन ।
- बढी चिया तथा कफी सेवन गर्नु हुँदैन ।
- गाउट अथवा युरिक एसिडका बिरामीले रक्सी, बियर, वाइन तथा बोसोयुक्त रातो मासु खानु हुँदैन ।
- हरियो सागपात, फलफूल तथा दूध खानुपर्छ भने पानी प्रशस्त मात्रामा पिउनुपर्छ ।

शारीरिक व्यायाम

- चिसो धेरै हुने समयमा बाहिर हिँड्डुल गर्नु हुँदैन । निस्कनैपरे न्याना पहिरन लगाएर मात्र निस्कनुपर्छ ।
- हल्का व्यायाम गर्नुका साथै नियमित रुपमा ४५ देखि १ घण्टा लम्केर हिँड्नुपर्छ ।
- फिट्नेस सेन्टर तथा घरमै पनि शरीर तातो हुने किसिमका शारीरिक अभ्यास गर्नुपर्छ ।
- स्पोनडिलो आर्थराइटिसका बिरामीले ढाडको कसरत नियमित रूपमा गर्नुपर्छ । अस्टियोआर्थराइटिसका बिरामीले घुँडा तन्काउने कसरत नियमित गर्नुपर्छ ।
- मुटु, दम तथा ब्रोन्काइटिसका बिरामीले चिकित्सकको सल्लाहमा मात्र व्यायाम गर्नु उचित हुन्छ ।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला
(फलित ज्योतिष)

यो साता

कात्तिक ९ गते
कागतिहार, धनवन्तरी जयन्ती अन्तर्लिंगी जनचेतना दिवस

कात्तिक १० गते
कुकुरतिहार, लक्ष्मीपूजा महाकवि देवकोटा जयन्ती

कात्तिक ११ गते
गाईतिहार, गोबर्द्धन पूजा, म्ह पूजा

कात्तिक १२ गते
नेपाल संवत् ११४० आरम्भ भाइटीका

कात्तिक १४ गते
विश्व सहरीकरण दिवस

मेष
साथीभाइहरूसँगको सम्बन्ध प्रगाढ हुनेछ । मनोरञ्जनका क्रममा लामा तथा छोटा यात्रा गर्दा स्वयं खर्च गर्नुपर्ने बाध्यता आइलाग्नेछ । राम्रो आम्दानी हुने काम प्रारम्भ गर्ने अवसर जुट्नेछ । साताको अन्त्यमा खराब आचरण हुनेहरूसँग टाढा रहँदै प्रतिष्ठा जोगाउने चेष्टा गर्नुहोला ।

वृष
प्रेममा अविश्वास सिर्जना हुन सक्छ । टाढा भएका इस्टमित्रको आर्थिक सहयोग प्राप्त गर्न अझै केही समय कुर्नुपर्ने देखिन्छ । सल्लाह नगरी गरिएको आर्थिक व्यवहारले परिवारमा मनमुटाव देखा पर्न सक्छ, धैर्यताका साथ निर्णय लिनुहोला । वादविवादबाट टाढा रहनुमै आफ्नो हित छ ।

मिथुन
साता खर्चिलो रहनेछ । परिस्थितिसँग सम्झौता गर्नुपर्दा मन खिन्न हुन सक्छ । लगानीको अवसर आए पनि सञ्चित धन खर्च हुनेछ । ध्यान, योग एवं कसरतमा सक्रिय हुन सके मानसिक शान्ति प्राप्त होला । बुधबारपछिका दिनमा सकारात्मक समाचारले काममा उत्साह जगाउनेछ ।

कर्कट
प्रतिस्पर्धाको दौडमा सहपाठीहरूलाई उछिन्न सकिनेछ । सिर्जनात्मक कामले धेरैको मन लोभ्याउनेछ । आम्दानीको दिगो स्रोत फेला पर्न सक्छ । विद्वान्हरूको संगतले ज्ञानको दायरा बढाउने अवसर प्रदान गर्नेछ । रमाइलो यात्रा गर्ने अवसर जुट्न सक्छ । मन पर्ने साथी फेला पर्नुका साथै प्रेमको बन्धनसमेत कसिनेछ ।

सिंह
खर्च बढे पनि धेरै आवश्कता पूरा हुनेछन् । केही दौडधूप गर्नुपरे पनि आफ्ना लागि विशेष अवसर जुटाउन सकिनेछ । विदेश भ्रमणको प्रयत्न सफल हुन सक्छ । नजिकका साथीभाइ टाढिए पनि नयाँ साथी फेला पर्न सक्छन् । व्यक्तित्वको आकर्षण बढाउन सकिनेछ । प्रतिस्पर्धाले अध्ययनमा प्रगति गराउनेछ ।

कन्या
प्रियजनसँगको भेटघाटले साता रमाइलो बनाउनेछ । मेहनतले जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउनुका साथै धेरैको मन लोभ्याउन सकिनेछ । सवारी साधन जोड्ने अवसर जुट्नेछ । सोमबार तथा मंगलबार आफन्तहरूसँग मनमुटाव होला । नीलो रंगको प्रयोगले सातालाई उत्साहप्रद बनाउनेछ ।

तुला
विशेष जमघटको फाइदा उठाउँदै मन लोभिने काम प्रारम्भ गर्ने अवसर जुट्नेछ । बलजफ्ती गर्नाले परिस्थिति प्रतिकूल हुने सम्भावना छ । आफ्नो काममा अरूले नै अधिकार जमाउन सक्छन् । रमाइलो भेटघाटमा स्वादिष्ट भोजनको आनन्द उठाउन पाइनेछ । साताको अन्त्यमा भ्रमणको साइत जुर्न सक्छ ।

वृश्चिक
परिश्रमअनुसार राम्रै फल पाइएला । खर्च बढ्नाले आइतबारपछि अर्थ अभावको अनुभूति हुनेछ । टाढाका साथीभाइसँगको सम्बन्धले लामो यात्रा गर्ने अवसर जुटाउन सक्छ । दिगो फाइदा हुने काम प्रारम्भ गर्ने अवसर जुट्नेछ । सेतो रंग प्रयोग गर्न सके राहत महसुस गर्न सकिनेछ ।

धनु
भाग्यले साथ दिनेछ । चासो नभएका विषयमा सरोकार राख्दा दुःख पाइएला । मन मिल्ने साथी फेला पर्नुका साथै प्रेमसम्बन्धी भलाकुसारी हुनसक्छ । चिसोमा यात्रा गर्दा स्वास्थ्यको हेक्का राख्नुहोला । यो साता पढाइ-लेखाइमा त्यति ध्यान दिन नसकिएला ।

मकर
मेहनतको बलमा प्रतिस्पर्धीहरूमाथि विजय प्राप्त होला । विलासी तथा भैतिक संसाधनको बढी उपभोगले पछि परिएला । षड्यन्त्र गर्नेहरूले झुक्याउन सक्छन् । साताको अन्त्यमा आफन्तजनबाट मन पर्ने उपहार प्राप्त हुने सम्भावना छ । खानपानमा स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला ।

कुम्भ
हूलमूलमा धनमाल जोगाउने चेष्टा गर्नुपर्नेछ । छोटो समयमै घनिष्ठ हुनेहरूप्रति पूर्ण विश्वास नगर्दा नै सुरक्षित भइनेछ । कामको सिलसिलामा विभिन्न खालका अवसर फेला पर्नेछन् । साताको अन्त्यमा नाता-कुटुम्बसँग भेटघाट हुने सम्भावना छ ।

मीन
ठूलाबडाको संगतले नयाँ ज्ञान तथा अनुभव प्रदान गर्नेछ । चुनौतीहरू पन्छाउँदै रोकिएको कामले निरन्तरता पाउनेछ । टाढिएका साथीभाइ नजिकिनाले हर्षित भइनेछ । साझेदारीमा थालिएको व्यवसायले आम्दानी दिलाउनेछ । साताको अन्त्य मनोरञ्जक रहनेछ ।

यौन जिज्ञासा

डा. राजेन्द्र भद्रा

हामीले हालै विवाह गरेका हौं । म (२३) र श्रीमान् (२७) बीच नियमितजस्तो यौनसम्पर्क हुने गरेको छ । हामीबीच हुने यौनसम्पर्कमा म प्रायःजसो म उत्तानो परेर टाङ फाटेर रहन्छु भने श्रीमान् त्यसको बीचमा माथी बसेर यौनसम्पर्क राख्नुहुन्छ । यसरी यौनसम्पर्क राख्दा श्रीमान्ले झारेको वीर्य केही बेरमै मेरो योनिबाट बगेर तन्नामा जान्छ । यस्तो अवस्थामा वीर्य बाहिर जान नदिने कुनै उपाय वा आसन छ कि ? यही कारण मेरो गर्भ नरहने हो कि भन्ने डरसमेत लाग्छ ।

एस

वीर्य किन बाहिर निस्किएको ?

पुरुषले चरमसुख पाउने हाराहारीमा लिङ्गबाट एक प्रकारको सेतो तरल पदार्थ निस्कन्छ जसलाई हामी वीर्य भन्छौं । यही वीर्यमा शुक्रकीट हुन्छ । एकपटक वीर्यस्खलन हुँदा यस्तै ३ देखि ५ मिलिलिटर (५ मिलिलिटर भन्नाले १ चियाचम्चाजति) वीर्य निस्कन्छ । वीर्यमा हुने शुक्रकीटको संख्या सधैं एकैनासको नहुन सक्छ । शुक्रकीटको संख्या ४ देखि १२ करोड प्रति मिलिलिटरसम्म हुनुलाई सामान्य मानिन्छ । हामीले देख्ने वीर्यको सानो अंशमात्र शुक्रकीटले ओगटेको हुन्छ । वीर्यमा शुक्रकीटको मात्रा यस्तै २ देखि ५ प्रतिशत मात्र हुन्छ ।

कुनै पुरुषले महिलाको योनिमा वीर्य स्खलन गरेपछि स्खलित वीर्य तथा योनि रस बिस्तारै बाहिर आउँछ, यो स्वभाविक हो । यसरी वीर्य योनिबाट बाहिर निस्कनुले पर्याप्त मात्रामा वीर्य स्खलन भएको कुरालाई संकेत गर्छ । तपाईंको यौन आसनमा पनि कुनै समस्या छैन । त्यसैले तपाईंले चाहेसम्म यसलाई रोक्नुपर्ने आवश्यकता छैन । तपाई वा तपाईंको श्रीमान्लाई तन्नामा वीर्य लाग्दा असजिलो लाग्छ भने यौनसम्पर्कपछि कुनै कपडाले पुछ्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले अन्डरवेयरभित्र लगाइने सानो स्यानिटरी प्याड वा लाइनर पनि लगाउन सक्नुहुन्छ ।

के यही कारणले सन्तान नभएको हो ?

यसरी वीर्य बाहिर निस्कँदा कतै गर्भ नरहने हो कि भन्ने चिन्ता धेरैमा पाइन्छ । तपाईलाई थाहै होला, डिम्ब निषेचन हुँदा वीर्यमा भएका करोडौं शुक्रकीटमध्ये एक शुक्रकीटको मात्र डिम्बसँग मिलन हुन्छ । यदि वीर्यको स्खलन योनिको भित्री भागमा भएको छ भने जति नै धेरै मात्रामा वीर्य बाहिर निस्किएजस्तो लागे पनि पाठेघरको मुख सम्म पर्याप्त शुक्रकीट पुग्छन् । सामान्यतः यसरी वीर्य बाहिर निस्कनु गर्भधारण नहुनुको कारण बन्दैन ।

गर्भ किन नरहेको ?

सन्तान जन्माउन गर्भधारण हुनुपर्छ । गर्भधारणका लागि यौनसम्पर्क, वीर्यस्खलन, डिम्ब निष्कासन, डिम्ब निषेचन अनि डिम्बरोपणजस्ता कुरा हुनु आवश्यक छ । सफल गर्भधारणका लागि निषेचित भ्रूण विकसित हुँदै सन्तानका रूपमा जन्मन्छ । सन्तान जन्माउने यी सबै कुराको बीचमा तालमेल हुनुपर्छ ।

सन्तान जन्माउन नसक्नुका केही कारण पुरुषमा हुन्छ भने केही कारण महिलामा हुन्छन् । त्यसैगरी केही कारण दुवै जनामा संयुक्त रूपमा हुन्छन् । करिब १० प्रतिशतजति यस्ता घटनामा सन्तानहीनताको कारण नै पत्ता लाग्दैन । तपाईंले हालै मात्र विवाह भएको कुरा भन्नुभएको छ । हुन त एकमात्र यौन सम्पर्कमा पनि गर्भधारण हुनसक्छ तर प्रायःजसो यस्तो हुँदैन । कुनै गर्भनिरोधको साधनबिना एक वर्षसम्म गर्भका लागि प्रयास गर्दा पनि गर्भ रहेन भने मात्र गर्भ रहने कुरामा समस्या छ कि भनेर परीक्षण गराउनुपर्छ । यदि विवाह भएको एक वर्ष पनि पुगेको छैन भने अहिले नै गर्भ रहेन भनेर चिन्ता गर्ने समय आइसकेको छैन कि ?

> “कुनै पुरुषले महिलाको योनिमा वीर्य स्खलन गरेपछि स्खलित वीर्य तथा योनि रस बिस्तारै बाहिर आउँछ, यो स्वभाविक हो । यसरी वीर्य योनिबाट बाहिर निस्कनुले पर्याप्त मात्रामा वीर्य स्खलन भएको कुरालाई संकेत गर्छ ।

बढ्दो यौन वितृष्णा

■ रोजिन शाक्य

बढ्दो उमेरसँगै यौनप्रति रुचि कम हुँदै जानु स्वभाविक हो, तर जब कम उमेरमै यौन प्रति रुचि घट्छ भने त्यो सेक्स रिसेसनको संकेत हुन सक्छ । विश्वका अनेकन् देशमा गरिएका सर्वेक्षणअनुसार विगतका दशकको तुलनामा अहिलेको परिस्थितिमा युवाहरूको यौन सक्रियता कम हुँदै गएको छ, जसलाई विज्ञहरूले व्यक्तिगत तथा सामाजिक परिवेश दुवै दृष्टिले सुखद मानेका छैनन् । विज्ञहरूका अनुसार यसो हुनुको प्रमुख कारण हो– प्रविधिको बढ्दो प्रयोग, अनलाइन पोर्नोग्राफी, इन्टरनेट तथा सोसल मिडिया ।

पोर्नोग्राफी

अनलाइन पोर्नोग्राफीको बढ्दो चलनका कारण मानिसहरूमा इन्टरनेट सेक्स एडिक्सन बढेको छ भने धेरैमा रियल लाइफ सेक्सप्रतिको झुकाव घट्दै गएको पाइन्छ । विज्ञहरूका अनुसार जो पोर्न फिल्मको लतमा हुन्छन् उनीहरूलाई रियल लाइफ सेक्सभन्दा पोर्न नै बढी आनन्ददायक लाग्छ । कारण उनीहरू काल्पनिक दुनियाँबाट बाहिर आउन चाहँदैनन् र त्यस्तै प्रकारको यौन क्रियाकलापको अपेक्षा राख्न थाल्छन् । यदि पार्टनरले उनीहरूको यो अपेक्षा पूरा गर्न सकेनन् भने उनीहरू त्यो पार्टनरसित यौन क्रियाकलापमा संलग्न हुने रुचि देखाउँदैनन् । अर्कातर्फ केही जोडीमा भने पोर्न फिल्ममा देखिएजस्तो स्टामिना आफ्नो पार्टनरमा नभएको वा त्यस्तो शारीरिक आकर्षण नपाएका कारणले एक किसिमको हिनता बोध गर्छन् र उनीहरू यौन प्रक्रियाबाटै टाढिन थाल्छन् ।

इन्टरनेट

इन्टरनेटले हामी सबैको जीवनलाई सहज बनाएको छ तर यसका कैयन् साइड इफेक्ट पनि छन्, जसमध्ये सेक्स रिसेसन पनि एउटा हो । विशेषज्ञहरूका अनुसार आजभोलि अधिकांश जोडी आफ्नो स्मार्ट फोनमा यति व्यस्त रहन्छन् कि उनीहरू साथमा रहेर पनि सँगै नभएजस्तो हुन्छ । फुर्सदमा एकअर्काको सामीप्यताभन्दा पनि मोबाइल स्क्रीनमा उनीहरूको बढी ध्यान केन्द्रित भएको पाइन्छ । अर्कातिर युवा पुस्तामा अनलाइन डेटिङ, च्याटिङ र डिजिटल सोसलाइजिङको क्रम बढ्दो छ, जसका कारण उनीहरूमा भावनात्मक लगाव एवं शारीरिक आकर्षण तथा निकटतामा ह्रास देखिँदै गएको छ । यसले व्यक्तिको यौन जीवनलाई क्रमिक रुपमा नकारात्मक प्रभाव पार्दै लगेको पाइन्छ ।

कामको बढ्दो बोझ र तनाव

सामाजिक प्रतिष्ठा र वर्क प्रेसर पनि यौनप्रति नीरसताको प्रमुख कारणमध्ये एक हो । दम्पती दुवै कामकाजी हुनुपर्ने बाध्यता तथा आवश्यकताले दाम्पत्य जीवनमा कामको दबाब वृद्धि भएसँगै उनीहरूबीचको शारीरिक सामीप्यता एवं त्यसका लागि समय अभाव समस्याका रूपमा अगाडि आएको छ । बिस्तारै यौन उनीहरूको प्राथमिकताको सूचीबाट हराउँदै गएको पाइन्छ । कामको तनाव र दबाबले दम्पतीहरूलाई शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक रूपमा यति शिथिल बनाउँछ कि उनीहरू कामोत्तेजना लगभग समाप्त भएजस्तो अनुभव गर्न पुग्छन् । तनावका कारण हार्मोन्सको स्तर गडबड हुन पुग्छ र त्यसको असर यौन जीवनमा समेत पर्छ ।

बडी बिल्डिङको क्रेज

आजभोलि फिटनेस र बडी बिल्डिङको क्रेज बढ्दो छ । चाँडै आफ्नो बडी बनाउने चक्करमा कतिपय युवा डायट सप्लिमेन्ट्स तथा स्टेरोयड्सको सहारा लिन्छन् जसले छोटो समयमै शरीर गठिलो बनाउँछ, तर त्यसले दीर्घकालीन रूपमा स्वास्थ्यमा असर देखाउँछ । स्टेरोयडयुक्त डाइट सप्लिमेन्टले नपुंसकता र यौन प्रति अरुचि जस्ता समस्या सृजना गर्ने विज्ञहरूको दाबी छ ।

गलत खानपान

विज्ञहरूका अनुसार युवा दम्पतीहरूमा यौनप्रतिको रुचि घट्नुका अनेकन् कारणमध्ये अस्वस्थकर खानपान पनि एउटा हो । जंक फुड, फ्राइड फुड आदि अत्यधिक मात्रामा सेवन गर्नाले हाइड्रोजेनटेड फ्याट्सको मात्रा वृद्धि हुन्छ र त्यसले सेक्स हार्मोन टेस्टोस्टेरनको स्तरमा कमी ल्याउँछ, जसका कारण मानिसको सेक्स ड्राइभमा असर पर्छ ।

डिप्रेसन

केही वर्ष यता युवाहरूमा डिप्रेशन र एन्जायटीको मात्रा बढ्दो छ । रोजगारीमा असुरक्षा, घर-सम्पत्ति जोड्ने चाहना र दबाब, प्रतिस्पर्धाको प्रभाव आदिका कारण युवा पुस्ताको मानसिक स्वास्थ्यमा प्रतिकूल प्रभाव परेको पाइन्छ र यस्तो स्थितिमा एन्टी डिप्रेसनको औषधीको प्रयोग पनि बढेको छ । यी सबैको दुष्प्रभाव यौन जीवनमा समेत परेको छ ।

केही उपाय सेक्स रिसेसन हटाउने

- सबैभन्दा पहिले इन्टरनेट तथा सोसल मिडियाको लतबाट टाढा रहनु आवश्यक छ । पोर्नप्रतिको चाहनालाई घटाउँदै लगेर यसबाट मुक्त हुनुपर्छ ।
- खानपानमा विशेष ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । बडी बनाउने र चाँडो फिट हुने चाहनामा अनावश्यक सप्लिमेन्टको प्रयोगबाट जोगिनुपर्छ । यौन जीवनलाई स्वस्थकर र सुखदायी बनाउन सेक्स बुस्ट खाद्य पदार्थ जस्तै अण्डा, माछा, ओलिभ आयल, एवोकाडो, डार्क चकलेट आदि सेवन गर्नु उपयुक्त मानिन्छ ।
- कामको बोझ र तनावलाई घर तथा सयन कक्षसम्म ल्याउने गल्ती गर्नु हुँदैन । कामसँगै आराम पनि जरुरी छ भन्ने कुरा बुझ्नुपर्छ । व्यक्ति र मेसिनमा फरक हुन्छ । शारीरिक एवं मानसिक रुपमा रिल्याक्स भएसँगै यौनप्रतिको रुचि बढ्न थाल्छ । यौनलाई फुर्सदको समयका लागि नभै जीवनको महत्वपूर्ण पक्षका रुपमा लिएर त्यसलाई स्वभाविक रुपमा स्वीकार गर्नु जरुरी छ । सन्तान उत्पादनका लागि यौन एउटा प्रक्रिया हो तर यो सन्तान उत्पादनका लागि मात्र हो भन्ने कुरामा बुझ्नु गलत हो ।

खेलकुद

ख्याल-ख्यालको मज्जा

सोमपाल कामी

नवयुग श्रेष्ठ

संजम रेग्मी

कृष्ण थापा

सन् २०१० को दक्षिण एसियाली खेलकुदको आयोजना गरेको थियो, बंगलादेशको ढाकाले । त्यसको एउटा घटनाले नेपाली खेलाडी कति बहादुर छन् र उनीहरूमा कति साहस छ भन्ने कुरा देखाउँछ । प्रतियोगिता सुरु भए लगतै ढाका पुगेको नेपाली जुडो टोली एउटा दुर्घटनाको सिकार भयो । टिम बसेको होटलको लिफ्ट खस्ने क्रममा केही नेपाली खेलाडी घाइतेसमेत भए र त्यसमा पर्ने एक खेलाडी थिइन्– देबु थापा ।

प्रतियोगिताअघि नेपालले देबुबाट स्वर्ण पदकको आशा गरेको थियो, तर चोटग्रस्ट भएर अस्पताल भर्ना हुनुपरेपछि उनको त्यो सम्भावना रहेन् । अझ उनको खेल्ने सम्भावना पनि कमजोर भएको थियो, तर देबुले अदम्य शाहस प्रदर्शन गर्ने क्रममा जुडोमा प्रतिस्पर्धा मात्र गरिनन्, कांस्य पदक जित्न सफल भइन् । यस्तो स्थितिमा त्यो कुनै स्वर्ण पदक भन्दा कम थिएन् । अझै पनि नेपाली खेलकुदमा उनको यो प्रदर्शनलाई मीठो ढंगले सम्झना गरिन्छ, तर नेपाली खेलकुद यस्तै बहादुरीको कथाले मात्र भरिएको छैनन् ।

आजभन्दा धेरै अघिको कुरा हो- नेपाल कुनै एक खास खेलमा विदेशी प्रतिद्वन्द्वीसँग ठूलो अन्तरले पराजित भयो र टिमका सबै सदस्य निराश थिए । उनीहरू हतार-हतार आफ्नो होटलको कोठामा सुत्न गए । ठीक त्यही बेला नेपाली टिमका सहायक प्रशिक्षकलाई होटल रुममै फोन आएछ ।

'म विदेशी पत्रकार हुँ, नेपालले आज निकै राम्रो खेल्यो, तपाईंसँग अन्तर्वार्ता लिनुपर्ने थियो ।'

यो प्रस्ताव अंग्रेजीमा थियो । ती सहायक प्रशिक्षक आश्चर्य चकित भए, आफ्नो टिमले खराब खेलेको छ, तर राम्रो खेल्यो भनेर अन्तर्वार्ता लिन चाहने को होला ? उनले मनमनै सोचे, होइन, नेपालले राम्रो खेल्दा-खेल्दै पनि धेरै गोल खाएको हुनु पर्छ । उनले ती पत्रकारसँग प्रश्न गरे,

'त्यसो भए म कहाँ आउने त ?'

उत्तर आयो, 'लबीमा आउनु होस, म तपाईंलाई नै कुरिरहेको छु ।'

नभन्दै ती प्रशिक्षक पूरा तयारीका साथ कोट लगाएर लबिमा पुगे र घन्टौं कुरे, तर ती विदेशी पत्रकार आएनन् । अरूले किन र कसलाई कुरिरहेको हो भनेर सोध्दा त्यसको उत्तर पनि दिन सकेनन् । खासमा यसरी विदेशी पत्रकारको परिचय दिएर कुरा गर्ने अरू कोही नभएर नेपाली टिमकै कप्तान रूपकराज शर्मा थिए । नेपाली फुटबलमा यो घटना दोहोऱ्याएर-तेहेऱ्याएर सुन्न पाइन्छ, तर ती सहायक प्रशिक्षक को हुन भनेर नाम नछाप्न पटक-पटक अनुरोध गरिन्छ । नेपाली फुटबल मात्र होइन, नेपाली खेल क्षेत्रमा यस्ता घटना धेरै छन् ।

ती घटना सुन्दा खुबै मज्जा पनि आउँछ । नेपालको पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय कप्तानले सुरु गरेको यस्तो परम्परा अहिलेसम्म पनि उस्तै छ र कहिल्यै सकिने पनि छैन । खेलाडीहरूसँग प्रायः केही न केही यस्ता घटना वा कथा पक्कै हुन्छन्, तर उनीहरू प्रायः त्यसको सिकार भएको व्यक्तिको नाम सार्वजनिक नगर्न अनुरोध गर्छन् । माथि उल्लेख गरिएको घटनामा ती सहायक प्रशिक्षक एकैपटक कति धेरै उत्साह र निराशाबाट गुज्रिए होलान् ? सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ ।

नेपाली टिममा लामो समय प्रशिक्षक रहिसकेका व्यक्तित्व हुन्- कृष्ण थापा । उनी पनि ख्याल-ठट्टा गर्न रुचाउने खालका छन् । पछिल्लो समय उनले नेपाली फुटबल टिममा व्यवस्थापकको भूमिका पनि निर्वाह गरे, कतिपटक नेपाली टिमका नेता भए, त्यसको लेखाजोखा छैन । थापा पनि टिममा ख्याल-ठट्टा गरिरहन्छन् ।

नेपाली भारोत्तोलनसम्बन्धी एउटा यस्तै मज्जाको कथा धेरै सुन्न पाइन्छ । सन् १९८९ को दक्षिण एसियाली खेलकुद पाकिस्तानको इस्लामाबादले आयोजना गरेको थियो र त्यसअघि नेपाली भारोत्तोलन टिम प्रशिक्षणका लागि त्यहाँ पुगिसकेको थियो । प्रशिक्षण चलिरहेका बेला नेपाली खेलाडीलाई इस्लामाबादस्थित नेपाली राजदूतावासले रात्रिभोजका लागि निम्तो दियो । नेपाली राजदूत थिए– चूडाबहादुर हमाल जो अभिनेता राजेश हमालका बुबा हुन् ।

नेपाली राजदूतावासको त्यो निम्तो मान्ने क्रममा केही नेपाली खेलाडी पाकिस्तानकै पारम्परिक पठानी भेषभूषामा त्यहाँ पुगे । त्यस्तो पहिरन लगाउनेमा सुरेन्द्र हमाल, संजय महर्जनदेखि समसुद्दिन सिद्दीकीसम्म थिए । त्यसै पनि भारोत्तोलनका खेलाडी मोटाघाटा हुन्छन्, त्यसमाथि पठानी पहिरन । राजदूत हमालले उनीहरूलाई पाकिस्तानी नै सम्झिएछन् तर खेलाडीहरूसँग कुरा गरेपछि मात्र राजदूतले थाहा पाए, यी त नेपाली खेलाडी नै हुन् ।

कुनै पनि खेलाडी पहिलो पटक टिममा परेर विदेश जान लागेको छ भने सुरुमै सुनाइन्छ, विमानमा उड्दा यस्तो-यस्तो हुन सक्छ, होसियार हुनु । आफू चढेको विमानमा प्राविधिक समस्या छ भनेर सुनाउनेहरू पनि उत्तिकै हुन्छन् । त्यस्ता कुरा सुनेर नयाँ खेलाडीको सातो उड्छ ।

जो-कोहीलाई पनि पहिलो पटक विमान चढ्दा खुसी मात्र होइन, डर-त्रास समेत हुन्छ । यस्तै पहिलो पटक ठूलो र सानदार होटलमा बस्दा पनि उत्तिकै समस्या हुन्छ । होटलको कोठा खोल्नेदेखि लिएर लिफ्ट प्रयोग गर्दासमेत नयाँ-नयाँ खेलाडीलाई धेरै गाह्रो हुन्छ । पुरानै खेलाडी भए पनि यसमा समस्या देखापर्न सक्छ । होटलमा बस्दा भएका समस्याहरूका सम्बन्धमा पनि प्रायः खेलाडीसँग केही न केही कथा हुन्छ, तर आफैं जोकर हुने कारणले उनीहरू त्यस्ता घटना सार्वजनिक गर्न चाहँदैनन् ।

विमान चढ्दा होस अथवा ठूलो होटलमा बस्दा होस्, नयाँ-नयाँ प्रविधिसँग अभ्यस्त हुन नसक्दा पनि समस्या हुन्छ । केही खेलाडी खुबै रमाइलो गर्नु पर्ने खालका हुन्छन् र तिनको उपस्थितिले पूरा टिमको वातावरण रमाइलो भैरहेको हुन्छ । अहिलेको नेपाली फुटबल टिममा नवयुग श्रेष्ठ त्यस्ता खेलाडी हुन्, जसले टिमका सदस्यहरूलाई खुसी दिइरहेका हुन्छन् । उनको विशेषता नै हो, उनी मैदानमा जति राम्रो खेल्छन्, मैदानबाहिर चुट्किला सुनाउन, गीत गाउन वा ख्याल-ठट्टा गर्न उत्तिकै माहिर छन् । उनी टिममा न त नयाँ खेलाडी हुन्, न त पुराना । त्यसैले टिमका सबै खेलाडीसँग उनको राम्रो मित्रता छ ।

नेपाली क्रिकेट टिममा यस्तै भूमिकामा हुन्छन्– सोमपाल कामी । उनी पनि टिममा न त नयाँ खेलाडी हुन्, न त पुरानै । त्यसैले उनको पनि टिमका लगभग सबै सदस्यसँग राम्रो मित्रता छ । त्यसैले पनि उनी कप्तानदेखि लिएर टिममा डेब्यु गर्न लागेका खेलाडीहरूसँग ख्याल-ठट्टा गरिरहन्छन् ।

यी सबै कुरामा सबैभन्दा छुटाउन नहुने नाम हुन्, क्रिकेटर संजम रेग्मी । केही अघिसम्म पनि नेपाली टिममा पर्न प्रयासरत रेग्मी त्यसअघि भने नियमित सदस्य जस्तै थिए । उनी एक प्रकारले अद्भुत खेलाडी हुन्, मैदानमा मात्र नभएर मैदानबाहिर पनि । टिममा छँदा उनलाई सबै संजम बाबा भन्थे । पुराना खेलाडी विनोद दासले आफ्नो खेल जीवनकै पहिलो अर्धशतक बनाउँदा रुद्राक्षको माला लगाएर खेलेका थिए र त्यस्तो उपाय सुझाउने अरू कोही नभएर संजम नै थिए ।

उनी आफ्नै विशिष्ट शैलीको विश्लेषण पछि यस्तो गर्नु हुन्छ, यस्तो गर्नु हुन्न भनेर भविष्यवाणी गर्छन् र ती अधिकांश अनुमान मिल्छन् पनि । उनी प्रायः कुनै पनि होटलमा टिम बस्दा, खास तल्लामा, खास कोठामै बस्नु पर्ने समीकरण निकाल्छन् । खेल खेल्न जाँदा बसको नम्बर के छ, त्यसमा कति सिट छन् र ती सिटमध्ये कुन सिटमा कुन खेलाडी बस्दा फाइदा हुन्छ, संजम आफ्नै खालको समीकरण तयार पार्छन् ।

खेलाडी भएपछि अधिकांश समय भ्रमणमा निस्किरहनुपर्ने हुन्छ । यो कुरा विशेषतः फुटबल तथा क्रिकेटमा लागू हुन्छ । अरू खेलका खेलाडीहरूसँग पनि देश-विदेश घुमेको अनुभव हुन्छ । यसक्रममा सबै खेलाडीले केही न केही नयाँ अनुभव गरिरहेकै हुन्छन् र त्यस क्रममा परिस्थितिले उनीहरूलाई मुर्ख जस्तो पनि बनाएको हुन्छ । यो सबै घटनाक्रमले टिम र खेलाडीलाई भ्रमणको मज्जा पनि दिइरहेको हुन्छ । आखिर ख्याल-ठट्टा जीवनकै एक भाग न हो ।

देबु थापा

सुरेन्द्र हमाल

रूपकराज शर्मा

समसुद्दिन सिद्दीकी

मैदान बाहिर

हिसाब खोज्दै गणेश थापा

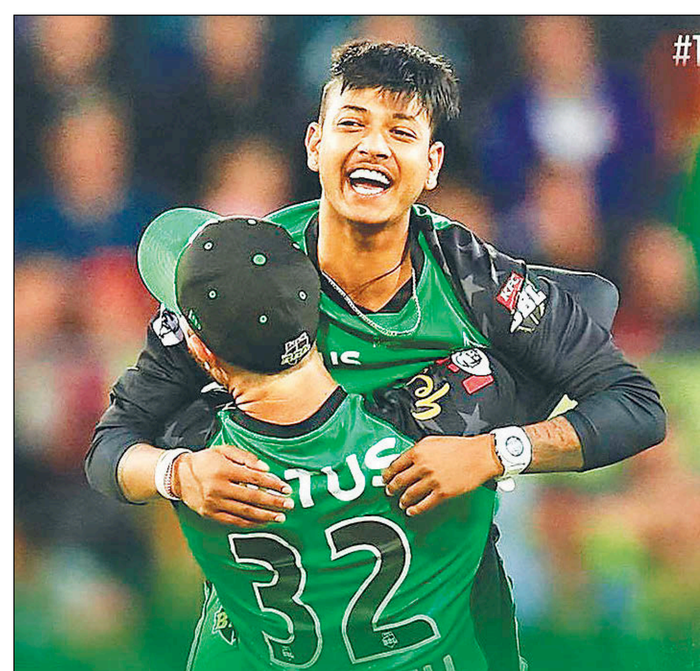
नेपाली खेलकुदका सम्बन्धमा कति नै पुस्तक लेखिएका छन् र ? त्यसलाई हातमै गन्न सकिन्छ होला । त्यसमा पनि नेपाली खेल क्षेत्रसँग सम्बन्धित व्यक्तिहरूको आत्मकथा निकै कम मात्र निस्किएका छन् । सम्झेर भन्दा सुरेन्द्र हमाल र एलबी क्षेत्रीको आत्मकथा मात्र पुस्तकका रूपमा सार्वजनिक भएका छन् । अब यसमै थपिने भएका छन्– गणेश थापा । उनको आत्मकथा 'गणेश थापा' शीर्षकमै प्रकाशन हुनेछ र त्यसमा थापाले आफूसँग जोडिएका सबै घटनाक्रमका हिसाब दिन-लिन खोजेका छन् । थापा त्यस्ता व्यक्तित्व हुन्, जसको उल्लेख विना नेपाली फुटबल अधुरै हुन्छ । त्यसमा विवाद पनि उत्तिकै छन्, राम्रा पक्ष पनि उत्तिकै । थापासँग जोडिएका ठूला-ठूला काण्ड पनि छन् जसका बारेमा थापाको दृष्टिकोण यो पुस्तकमा पढ्न पाइनेछ ।

विवाह बन्धनमा सिन्तकला

नेपाली एथलेटिक्समा परिचित नाम हो– कृष्णेश्वरी सिन्तकला । विशेषतः महिलातर्फको लामो दूरीको दौडमा प्रायः शीर्ष तीन भित्र परिरहने नाम हो यो । यिनै खेलाडी पछिल्लो साता विवाह बन्धनमा बाँधिएकी छिन् । उनको एथलेटिक्स क्षेत्रसँगै सम्बन्धित राम थिमीसँग विवाह भएको हो । विवाहको उपलक्ष्यमा धेरैले उनलाई सामाजिक संजालमार्फत बधाई दिएका छन् । यसरी बधाई दिनेमध्ये एक रहिन, कान्छिमाया कोजु पनि । सिन्तकला र कोजुबीच खेलाडीका रूपमा निकै नजिकको सम्बन्ध छ, फेरि दुवै भक्तपुरवासी पनि हुन् । कोजुले लेखेकी छिन्, बधाई छ मेरी प्यारी साथीलाई, विवाहको विशेष दिनमा, विवाहको सुमधुर सम्बन्ध राम्रो मात्र होस् भन्ने कामना ।

देखिने छैनन् नाभेद

टेस्ट नखेल्ने देशका खेलाडीमध्ये उत्कृष्टमा खेलाडी मानिन्छ– मोहम्मद नाभेद । शक्तिशाली प्रहारका लागि चिनिने नाभेद युनाइटेड अरब इमिरेट्सले पाएको अहिलेसम्मकै सबैभन्दा राम्रो खेलाडी हुन् भन्नेमा कुनै विवाद छैन । उनको नेपाली क्रिकेटसँग पनि बलियो सम्बन्ध छ किनभने उनी नेपालमा हुने फ्रेन्चाइज क्रिकेटका नियमित पाहुना खेलाडी हुन् । उनले नेपालमा पनि सम्झनालायक केही इनिङ्स खेलेका छन् । यिनै नाभेदले अब कहिल्यै क्रिकेट खेल्न पाउने छैनन् । कम्तीमा उनी दोहोर्‍याएर नेपाल आउने छैनन् । यो सबै किनभन्दा उनी म्याच फिक्सिङमा फसेका छन् र उनलाई अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट काउन्सिल (आईसीसी) ले अनिश्चित कालका लागि प्रतिबन्ध लगाइसकेको छ । सम्भवतः यससँगै उनको खेल जीवन पनि समाप्त भएको छ । नाभेदले भनेका छन्, 'मैले गलत काम गरेको छु, मलाई माफ गरिदेऊ ।'



फेरि भेटौंला काठमाडौंमा

विश्वकप एसियाली छनौटमा नेपाल र जोर्डनबीचको खेल सम्पन्न भैसकेको छ । अम्मानमा भएको उक्त खेलमा नेपालले राम्रो त खेल्यो, तर ३-० को हारबाट भने जोगिन सकेन । अब केही समयको अन्तरमा जोर्डन नेपाल आउनेछ । त्यसकै विश्वासमा अम्मान छोड्नुअघि नेपाली प्रशिक्षक योहान कालिनले बिदा मागे, आफ्ना समकक्षी भिटेल बोर्केलमान्ससँग । कालिनले भनेका थिए, फेरि काठमाडौंमा भेटौंला, तर जोर्डनी प्रशिक्षक उत्तरमा फिसिक्क मात्र हाँसे । कारण ? जोर्डनी फुटबल अहिले राम्रो प्रदर्शनबाट गुज्रिरहेको छैन् । यस्तोमा बेल्जियमका प्रशिक्षकमाथि चर्को दबाब छ । यी प्रशिक्षकको आलोचक पनि उत्तिकै छन् । त्यसैले उनलाई पनि शंका छ, नेपाल आउनुअघि नै आफू वर्खास्तीमा पर्ने त होइन ?

एकै महिनामा करोड

अहिले सन्दीप लामिछानेलाई हेर्नु पर्छ, उनको खेल व्यक्तित्वले कहीँ न कहीँ वेस्ट इन्डिजका केही खेलाडीको झझल्को दिन्छ । वेस्ट इन्डिजका केही खेलाडीको हेयरस्टायल आकर्षक छ, उनीहरूले त्यसमा सुहाउने गरी मोटो न मोटो सुनको सिक्री पनि लगाएका हुन्छन् । यो सबै उनीहरूले क्रिकेट खेलेर धेरै कमाउन सकेका कारणले नै सम्भव भएको हो । पछिल्लो समय सन्दीपले पनि मस्त कमाएका छन्, त्यसैले उनले पनि यस्तै खेलाडीको व्यक्तित्व बनाएका छन् । सन्दीपले यो तीन-चार वर्षमा कति कमाएका छन्, त्यसको लेखाजोखा हुँदै जाला, तर अहिले तत्कालका लागि उनले फेरि केही दिन खेलेर करोड रुपैयाँभन्दा बढी कमाउने भएका छन् । उनी हालसालै इंग्ल्यान्डमा अर्को वर्ष हुने द हन्ड्रेडको ड्राफ्टमा परेका छन् । यो भनेको उनले त्यो प्रतियोगिता खेल्नेछन् र त्यसवापत एक लाख पाउन्ड प्राप्त गर्नेछन् । त्यसलाई नेपाली रुपैयाँमा रुपान्तर गर्दा १ करोड ४५ लाख रुपैयाँभन्दा बढी हुन्छ ।

जाँदाजाँदै

नयाँ पुस्तालाई मौलिक मिठाई चखाउन सकेनौं

काठमाडौंको थापाथलीस्थित रामभण्डार राणाकालीन समयताकै सञ्चालनमा आएको मिठाई पसल हो । राणाकालीन प्रधानमन्त्री जंगबहादुर राणाको समयमै आफ्ना जिजुबुवाहरूले यो पसल प्रारम्भ गरेको सञ्चालक दिवाकर राजकर्णिकार बताउँछन् । करिब २ सय वर्षको गार्विलो इतिहास बोकेको पसल तथा नेपाली मिठाईका बारेमा राजकर्णिकारसँग साप्ताहिककर्मी प्रकाश रानाभाटको कुराकानी :

सुरुवाती समयमा नेपालीहरूमा मिठाई खाने ट्रेन्ड कस्तो थियो ?

पहिले-पहिले नेपालीहरूले साह्रै कम मात्रामा मिठाई खान्थे । नेपालीहरूमा अहिले जस्तो मिठाई किन्न सक्ने क्षमता पनि थिएन । अधिकांश नेपालीको आम्दानीले बिहान-बेलुका छाक टार्न ठिक्क हुन्थ्यो । हुने-खानेहरूले बिहान बेलुका अलि-अलि खान्थे । अहिलेको जस्तो प्रत्येक दिन मिठाई खाने चलन थिएन ।

नेपालको कुन मिठाई बढी लोकप्रिय थियो ?

सुरुवाती समयमा जेरी, स्वारी, हलुवा, गजा, निम्की, लाखामरी, ऐंठ्यामरी, लालमोहन, अनरसा, रोट, खाजाजस्ता मिठाई निकै प्रचलित थिए । धेरै पछिसम्म पनि तिनै मिठाई नै चलिरहेका थिए ।

नेपालीहरू कुन-कुन अवसरमा मिठाई खान्थे ?

चाडपर्व जस्तो विशेष अवस्थामा मात्र मिठाई खाने चलन थियो । कहीं सन्तान जन्मियो अथवा मर्दा-पर्दा, बिहे, ब्रतबन्ध, तिहार तथा आमाबुबाको मुख हेर्ने जस्ता अवसरमा मानिसहरू मिठाई खान्थे । यस्तै वातावरणमा मात्र मिठाई किन्थे ।

भारतीय मिठाई नेपालमा कहिलेदेखि कसरी भित्रियो ?

नेपालमा भारतीय मिठाई भित्रिएको ०२०/२२ सालतिर हो । त्यसभन्दा अघिसम्म नेपाली मिठाईकै एकछत्र बजार थियो । छिमेकी मुलुकमा नेपालीहरूको आवतजावत सजिलै हुने भएकाले नेपालीहरू भारतबाट फर्कदा उतैका मिठाई ल्याउँथे, त्यसैबाट प्रभावित भएर भारतीय मिठाईको माग बढ्दै गएको हो ।

यसको बजार किन बढ्यो त ?

नेपालमा भारतीय मिठाईको बजार बढ्नुका धेरै कारण छन् । पहिलेको तुलनामा अहिले जनसंख्या पनि धेरै छ । बजारमा नयाँ-नयाँ मिठाई पसल थपिए, अन्तर्राष्ट्रिय ब्राण्डेड मिठाई पसल पनि नेपाल भित्रिए । त्यस्तै नेपालीहरूको मन पनि भारतीय मिठाईमा गएका कारणले यसको बजार वृद्धि भएको हुनसक्छ । माग बढे पछि आपूर्ति त हुने भैहाल्यो । नेपालमा भारतीय मिठाईको बजार बढेको चाहिँ ५० सालतिरदेखि हो ।

अहिलेको अवस्थामा नेपाली मिठाईको बजार राम्रो छ कि भारतीय मिठाईको ?

साँच्चै भन्नुपर्दा नयाँ पुस्ताले नेपाली मिठाई निकै कम खान्छन् । उनीहरूलाई भारतीय मिठाई नै बढी मन पर्छ । भारतीय मिठाई कै बजार राम्रो छ ।

२ सय वर्षको इतिहास बोकेको नेपाली मिठाईको विकास किन हुन नसकेको ?

सेलरोटी, अनरसाजस्ता परिकार घरघरमा पनि बन्छन् । नेपाली मिठाई खाँदै आएकाहरूको मन अन्तिर गयो । हामीले हाम्रो नयाँ पुस्तालाई हाम्रो मौलिक मिठाईका बारेमा बुझाउन पनि सकेनौं । अर्को कुरा नेपाली मिठाई त्यति बन्न पनि छाडे ।

अब यसको बजार बढाउन के गर्नुपर्ला ?

नेपाली मिठाई बनाउँदै आएका व्यापारीहरूले बनाउन छाड्नु भएन । यसको प्रचार-प्रसारमा लाग्नुपर्‍यो । बजार बढाउन प्रविधिको प्रयोग गर्नुपर्‍यो । मुख्य कुरा नयाँ पुस्तालाई नेपाली मिठाईको मौलिकता बुझाउन सक्नुपर्‍यो ।

अहिले मिठाई खाने ट्रेन्ड कस्तो छ ?

बढ्दो छ, तर मानिसहरू नेपाली मिठाईको तुलनामा भारतीय मिठाईतिर ढल्किएका छन् ।

कुन वर्गले बढी मिठाई खान्छन् ?

मारवाडी समुदायमा मिठाई खाने चलन बढी छ । उनीहरू शाहाकारी हुने हुँदा मिठाई बढी मात्रामा प्रयोग गर्छन् । नेवार समुदायमा चाहिँ नेपाली मिठाई बढी प्रयोग हुन्छ ।

अहिले नेपालमा बढी रुचाइएको मिठाई कुन हो ?

दुधमलाई, रसबरी, बर्फी, लालमोहनजस्ता मिठाई बढी रुचाइएका छन् ।

अहिले धेरै मानिसले स्वास्थ्य बिग्रिन्छ भनेर मिठाई खान छाडेका हुन् ?

खान छोडे भन्दा पनि मोटाइन्छ भनेर मानिसले मात्रा कम गरेका हुन सक्छन् । मिठाई धेरै खाने कुरा पनि होइन । स्वास्थ्यका दृष्टिले हेर्ने हो भने गुँदपाक सुत्केरी महिलाका लागि विशेष परिकार हो । मिठाईकै अर्को परिकार खजुरी बालबालिकाहरूका लागि उपयुक्त हुन्छ ।

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