सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

साप्ताहिक

saptahik.com.np

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

● वर्ष २५ ● अंक ३३ ● FRIDAY, 03 JANUARY 2020 ● शुक्रबार, पुस १८, २०७६ ● पृष्ठ ३२ ● मूल्य रु. १५/-

दाम्पत्य जीवन

कसरी टिकाउने सम्बन्ध ?

फेक : न्यूज कि डिभोर्स ?

तस्विर सौजन्य : तेजेन्द्र श्रेष्ठ, वेडिङ फोटोग्राफी नेपाल, न्यूरोड । (मोडलिङमा आधारित)

फिचर

सोमेश्वरमा कलात्मक शिला

■ रमेशकुमार पौडेल

सोमेश्वर पर्वत चितवनको दक्षिणी सिमाना हो । यहाँ नेपाल-भारतको अन्तर्राष्ट्रिय सीमा रेखासमेत छ । विदेशी आक्रमणकारीलाई रोक्न पुर्खाहरूले यहाँ किल्ला बनाएका थिए । सोमेश्वरगढीका नामले परिचित किल्लाको भग्नावशेष त्यहाँ भेटिन्छ । धर्ममा विश्वास राख्नेहरूले कालिका मन्दिर बनाए । सोमेश्वर कालिका मन्दिरमा चैते दसैं अर्थात् रामनवमीमा नेपाल र भारत दुवैतर्फका हिन्दूहरू पूजा गर्न पुग्छन् ।

चितवनका आदिवासी थारु समुदायको कथागाथा पनि सोमेश्वरसँग जोडिएको छ । सोमेश्वरगढी क्षेत्रमा एउटा डुंगा आकारको ठूलो ढुंगा भेटिन्छ । थारु समुदायमा पूजालगायतका संस्कार विधिहरू सम्पन्न गर्ने अगुवालाई गुरौं भनिन्छ । सोमेश्वरको त्यो विशाल ढुंगाको डुंगा गुरौंहरूले चलाएर घुम्न जान्थे भन्ने कथन सुन्न पाइन्छ । त्यस्तो ऐतिहासिक र धार्मिक क्षेत्र सोमेश्वर पहाडमा अरू पनि विशाल शिलाहरू छन् ।

अनेक आकार प्रकारका ती शिलाहरूमाथि यो पटक कलात्मक स्वरुपहरू कुँदिएका छन् । नेपाल ललितकला प्रज्ञा-प्रतिष्ठानको मूर्तिकला विभाग र माडी नगरपालिकाले संयुक्त रूपमा सोमेश्वर पहाडमा प्रस्तर मूर्तिकला कार्यशाला आयोजना गऱ्यो । देशका विभिन्न ठाउँबाट सोमेश्वर पुगेका २९ जना कलाकारले त्यहाँका शिलाहरूमा आफ्ना शिल्प पस्किए ।

माडी हुँदै सोमेश्वर पहाड उक्लनुपर्छ । माडी क्षेत्रका आफ्नै कथा-व्यथाहरू छन् । मूर्तिकारहरूले माडी र सोमेश्वर पहाडको विशेषतालाई मूर्तिमा ढालेका छन् । चितवन मूल घर भएकी मूर्तिकार इन्दिरा श्रेष्ठको कार्यक्षेत्र काठमाडौं हो । उनी पनि सोमेश्वर क्षेत्रमा पुगिन् । माडी चितवनका आदिवासी थारु समुदायको बाक्लो बसोबास भएको ठाउँ हो । घोंगी थारु समुदायको भान्सामा पाक्ने सानो आकारको जीवन हो ।

इन्दिराले एउटा ढुंगामा त्यही घोंगीको आकार तयार पारिन् । माडीमा खोलाहरूले निकै दुःख दिन्छन् । खोला र निकुञ्जको जंगलबाट आउने जनावरबाट माडीवासीले भोगेको पीडा बयान गरी साध्य छैन, तर दक्षिण भएर उत्तरतर्फ बगेका माडीका खोलाहरूमा शालिग्रामहरू पनि भेटिन्छन् । पार्वतीपुर, चितवनका भीम श्रेष्ठले सोमेश्वरको एउटा ठूलो ढुंगामा शालिग्रामको आकार निकालेका छन् ।

रञ्जित थापामगरले कडा ढुंगालाई छिनोले खारेर मुटुको स्वरूपमा ढाले । दुई टुक्रा भएको मुटुमाथि चढेर हेर्दा अर्को सिंगो मुटु देखिने सिर्जनशील मूर्तिकला उनले सोमेश्वरका लागि उपहार दिए । माडीका दिनेश्वर चौधरीले वर्ष दिनअघि सोमेश्वर क्षेत्रमा कालीको एउटा भव्य मूर्ति बनाएका थिए । अहिले उनले ठूलो ढुंगामा देब्रेतर्फ मुट्ठी उठाएको हात र दाहिनेतर्फ चन्द्र सूर्य अंकित नेपाली झन्डाको भव्य आकृति कुँदेका छन् ।

'यहाँबाट नेपाल-भारत सिमाना डेढ सय मिटरजति पर छ । यो मूर्तिले यस्तो निर्जन जंगलमा पनि नेपालको झलक दिनेछ,' दिनेश्वरले भने । नेपाल ललितकला प्रज्ञा-प्रतिष्ठानको मूर्तिकला विभागमा प्रमुख लालकाजी लामा कलाकारलाई स्थानीयसँग र स्थानीयलाई कलाकारसँग जोड्न प्रतिष्ठानले केही वर्षयता देशका ठाउँ-ठाउँमा मूर्तिकला कार्यशाला आयोजना गरेको बताए ।

'देशका विभिन्न ठाउँका कलाकारहरू यहाँ आए । उनीहरूले माडी र सोमेश्वरको विशेषता बुझेर मूर्ति बनाए । आफ्नो ठाउँमा आएर कलाकारहरूले यहींकै स्वरूपहरूलाई ख्याल राखेर बनाएको मूर्तिले स्थानीयलाई पनि खुसी नै बनाएको छ,' लालकाजीले भने । माडी सदरमुकाम भरतपुरबाट दक्षिणमा पर्छ । त्यहाँ पुग्न चितवन निकुञ्जको १० किलोमिटर जंगल छिचोल्नुपर्छ ।

'कार्यशालामा तयार भएका ४० भन्दा बढी मूर्तिले यहाँ आउने पर्यटकहरूलाई पक्कै पनि आकर्षित गर्नेछ,' लालकाजी लामाले भने । सदरमुकाम भरतपुरबाट माडीको वसन्तपुर बजार ४० किलोमिटर पर छ । वसन्तपुरबाट १२ किलोमिटर दक्षिण लागेपछि सोमेश्वर पुगिन्छ । जसमध्ये चार किलोमिटर दूरी पहाडी क्षेत्रमा पर्छ । त्यहाँसम्म पुग्ने बाटो बनेको छ । बाटोलाई थप सुधार गर्ने काम पनि धमाधम भएको छ ।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला

(फलित ज्योतिष)

यो साता

पुस २१ गते
पुत्रदा एकादशी

पुस २४ गते
नेपाल ज्योतिष परिषद् स्थापना दिवस

मेष

प्रतिस्पर्धीले छवि बिगार्ने प्रयास गरे पनि परिणाम आफ्नो पोल्टामा पर्नेछ । अध्ययनका निम्ति देखिएका दोधारे प्रवृत्ति स्वतः निष्क्रिय हुनेछन् । यात्राको अवसरसँगै चुनौतीको सामना गर्नुपर्ने हुन सक्छ । सेतो रंग अवलम्बन गर्दा सहजता महसुस हुनेछ । बुधबारपछि काममा थप जटिलता आइलाग्ने सम्भावना छ ।

वृष

मनमा उत्पन्न सकारात्मक विचारले नौलो प्राविधिक इलम रोज्नुहुनेछ । सामाजिक सञ्जालमा परिचित नयाँ मित्रबाट सोचेभन्दा बढी ज्ञान आर्जन गरी लाभ लिन सक्नुहुनेछ । गरिब, असहायलाई सहयोग गरी पुण्य आर्जन गर्ने सम्भावना छ । अभिभावकसँग आफ्ना विचार नमिल्दा थप जिम्मेवारी बहन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

मिथुन

सोचेको सफलता हात पार्न थप मेहनत जरुरी पर्नेछ । प्रेमी-प्रेमिकाबीचको भावी योजना ओझेलमा पर्न सक्छ । अभिभावकको सुझाव आत्मसात् गर्दा आर्थिक क्षतिबाट उम्कन सकिनेछ । अर्काको देखासिकी गरी पहुँच तथा क्षमताले नभ्याउने काममा समय खर्चिंदा पछि परिएला । कालो रंगको सवारी साधन चलाउँदा संयमता अपनाउनुपर्नेछ ।

कर्कट

सहयोगीको प्रस्ताव स्विकार्दा फाइदा नै हुनेछ । अभिभावकको सुझावअनुसार कार्य गर्दा परिणाम प्राप्त गर्न सहज हुनेछ । प्रतियोगितात्मक कार्यक्रममा भाग लिँदा सम्मानित हुने अवस्था सिर्जना हुन सक्छ । विदेशी मित्रसँगको भेटघाटमा नयाँ कार्य योजना बनाउने सम्भावना छ । मनोरञ्जक कार्यमा भाग लिँदा स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला ।

सिंह

तपाईंको मेहनत तथा लगनशीलतालाई अरूले प्रशंसा गर्नेछन् । विवेक नपुऱ्याई गरेको कार्यले नोक्सान पुऱ्याउन सक्छ । अनावश्यक बाहिरी कुराले तपाईंप्रति पारिवारिक गुनासो बढ्न सक्छ । जिम्मेवार भई व्यवहार गरे स्वतः मुक्त भइनेछ । सुनौलो रंगको अनुसरणले थप ऊर्जा मिल्न सक्छ ।

कन्या

गहिरो अध्ययनले ज्ञानको दायरा बढाउन मद्दत गर्नेछ । सामाजिक हैसियत कायम राख्न जीवनशैली परिवर्तन गर्नु जरुरी छ । नितान्त पारिवारिक भेटघाटले मांगलिक कार्यको मिति निर्धारण गर्नेछ । आम्दानी राम्रै रहे तापनि फजुल खर्चले सताउन सक्छ । तपाईंको संयमता र प्रभावले बिग्रन लागेका कार्यहरू सफलतामा परिणत हुनेछन् ।

तुला

मित्रता र प्रेमको गाँठो कसिन सक्छ । प्रयत्नले लक्ष्यको शिखर छुन सक्छ । मान्यजनको सुझाव अँगाल्दा सकारात्मक बाटो पहिल्याउन सकिनेछ । भविष्यका निम्ति दिगो जग बसाउने कार्य सञ्चालन गर्ने अवसर जुट्न सक्छ । नयाँ मित्रहरूसँग भ्रमण गर्दा झनै सचेत हुनुपर्नेछ । वादविवादमा अघि सर्नु उपयुक्त हुँदैन ।

वृश्चिक

खर्च भए पनि लामो तथा छोटा दूरीको यात्रा गर्ने सम्भावना छ । यात्रा सुखद् होला । टाढाका साथीभाइसँग सम्बन्ध बढ्नेछ । प्रेमिकाले नौलो उपहारको अपेक्षा गरेकी छिन्, भावना बुझ्ने प्रयत्न गर्दा उपयुक्त नै होला । खरानी रंगको पहिरन प्रयोग गरेमा नसोचेको परिणाम हात लाग्ने सम्भावना छ ।

धनु

आम्दानीको दिगो स्रोत पहिल्याई सवारी साधन खरिद गर्ने प्रक्रिया अघि बढाउन सक्नुहुनेछ । नाम र धनले चुनौती निम्त्याउन सक्छ । सचेत हुनुपर्नेछ । समय बलवान् भए पनि प्रतिष्ठा जोगाउने प्रयत्न भने गर्नुपर्ने हुन्छ । मनोरञ्जन तथा रसापालनमा भेटिएका मित्रहरूले तपाईंबाट फाइदा उठाउन सक्छन् ।

मकर

प्रेमको जाल रच्नेहरूले झुक्याउन सक्छन् । बुद्धिको सहायताले जटिल परिस्थितिको सामना गर्न सकिनेछ । भोजभतेरमा लामो समय रुमल्लिँदा आफैंलाई घाटा हुने खतरा रहन्छ । शक्तिशाली व्यक्तिसँग प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ने हुन सक्छ । हठ गर्ने स्वभावले साताको अन्त्यमा मन पराउनेसँग खटपट हुने सम्भावना छ ।

कुम्भ

विरोधीहरूलाई मान-सम्मान गर्दा तपाईंको व्यक्तित्व नै उचाइमा पुग्ने सम्भावना छ । प्रेमी/प्रेमिकाबाट नसोचेको उपहार प्राप्त हुनेछ । नीलो रंगको पहिरन प्रयोग गर्दा बढी ऊर्जा मिल्दै त्रुटिहरू समायोजन गर्ने क्षमता वृद्धि हुनेछ । हेलचेक्र्याइँपूर्वक गरिएको यात्रामा आर्थिक तथा मानसिक तनावको सामना आइलाग्न सक्छ ।

मीन

पारिवारिक बन्धन तथा बन्देजका बाबजुत प्रेमिकाले तपाईंलाई समर्थन गरेर कुरिरहेकी छिन्, गाँठो फुकाउन ढिलाइ नगर्दा बेस हुनेछ । मंगलबारपछिका दिनहरूमा धन सापटी लिएका साथीहरूले फिर्ता गर्दा थप सहयोगसमेत गर्न सक्ने सम्भावना छ । नयाँ अवसरको खोजीमा केही दौडधूप पनि गर्नुपर्ने हुन्छ ।

SPECIAL OFFER 2020
Japanese & Korean
भाषा पढौं र जापान, कोरिया जाऔं
CANADA & EUROPE
Student, Work Permit, Training, Permanent Residence, Dependent &
LMIA Work Permit Visa
Process For Canada
IELTS, Chinese, English Language
Good Life Education
Samakhusi, Kathmandu, 01-4385722, 4358679
Mob.: 9851133914, 9841379372

कान्तिपुर गाथा

किशोर नेपाल

पर्यटन वर्षको उत्सव

कान्तिपुर सहर फैलिएको छ। देशको संघीय राजधानीका जनता आरामपसन्द भएका छन्। सहरमा सुविधाहरू बढेका छन्। खल्तीमा पैसा

छ भने पिज्जाहट पनि टाढा छैन, केएफसी पनि टाढा छैन। फुडमाण्डु, फुड मारियो, भोजडिल, भोक लाग्यो। कम, मिल नेपालजस्ता सेवाप्रदायक संस्थाहरूले रातबिरात जुनसुकै समयमा पनि र जुनसुकै रेष्टुराँबाट पनि खाना ल्याइदिन्छन्। खल्तीमा पैसा हुनेले भोको बस्नु पर्दैन। मीनपचासको जाडोमा अजबको आइसक्रिम खान मन लाग्यो। इच्छा गर्नुहोस्- १२ बजे पनि तयार छ। जेठको प्रचण्ड गर्मीमा तपाईंलाई इटलीको कफी पिउन मन लाग्यो- त्यो पनि तयार छ जुनसुकै समयमा।

हिजोसम्म काँठ भनेर हेपिएका कान्तिपुर सहरका बत्तीसपुतली, नयाँ- पुरानो बानेश्वर, चाबहिल, बौद्ध, तीनकुने, महाराजगन्ज, ठिमी, भक्तपुर, ललितपुर र कीर्तिपुर- रमाइला उत्सवहरूका लागि सुबिधायुक्त रेस्टुराँको कमी छैन। बत्तीसपुतलीमा बाजेको सेकुवाले नयाँवर्षको उत्सव मनायो भव्य ढंगले।

सिद्धार्थ फुडल्यान्ड- २०२० को स्वागतमा निकै जगमगायो। गौशाला चोकमा खुलेको शानदार होटल इम्पेरियलको आफ्नै तजबीज थियो नयाँवर्ष मनाउने। द्वारिका होटलमा नयाँवर्ष भव्य हुने नै भयो।

देशमा अहिले ल्होत्सारको पनि उत्तिकै बिगबिगी छ। मंगलबारदेखि सुरु भएको छ तमु ल्होत्सार। नेपालका विभिन्न क्षेत्रमा बस्ने विभिन्न धर्म र सम्प्रदायका जनजातिहरू, जो यहाँ बसोबास गरिरहेका छन, अहिले यता, यही कान्तिपुर सहरतिर, मनाउँछन् नयाँवर्ष। यी उत्सवको आयोजना टुँडिखेलमा हुन्छ। यी उत्सवहरूका लागि भव्य फराकिलो पाटन चाहिन्छ। ठूलो मेला नै लाग्छ संघीय राजधानीमा। विभिन्न जनजातिका आकर्षक पहिरन र आभूषण देखेर कान्तिपुरका निवासी चकित पर्छन्। खानाको विविधता उत्तिकै रहर लाग्दो हुन्छ। मानिसको मुखमा पानी भरिने खालका खानाले सबैलाई लोभ्याउँछ नै।

उत्सवहरूको बहार सुरु भएको छ कान्तिपुरमा। दरबार मार्ग र ठमेलको कुरा छाडौं। यी दुवै ठाउँ आधुनिक उत्सवहरूका लागि गतिला मानिन्छन्। दरबार मार्गमा रेस्टुराँको कमी छैन। चलेका र नचलेका दुवैथरि रेस्टुराँको भीड छ। दायाँबायाँ दुवैतिर पाँचतारे होटल छन्। बिरयानी र कबावजस्ता पारम्परिक लोकप्रिय खानाको चल्ती घटेको चाहिँ होइन, अहिले कान्तिपुर सहरमा चिनियाँ, कोरियन, भियतनामी, क्याम्बोडियन, मेक्सिकन खानाहरू लोकप्रिय भएका छन्। कान्तिपुर सहरमा अंग्रेजी बोलीमा बार्बेक्यू भनिने र नेपालीमा सेकुवा भनिने परिकारको लोकप्रियता हलक्क बढेको छ। जाडोको मौसममा मःम त मःम भई हाल्यो। मःम भन्नुस्, मोमो भन्नुस् वा मःमचा, सहरका बाल-वृद्ध, युवा-युवती र महिला-पुरुष- सबैको पहिलो प्राथमिकतामा पर्ने त मःम नै हो। मानिसहरू घाँटी रसाउनु अघि मःम खाएर आफ्नो 'स्टामिना' बढाउँछन्। त्यसपछि मात्रै 'अझ अगाडि' बढ्ने कुरा आउँछ। अगाडि कार्ल्सबर्गमा बढ्ने कि टुबोर्गमा, नेपाल आइस रोज्ने कि गोर्खा स्ट्रङ्ग, यो तपाईंकै च्वाइस हो।

> 'मःम भन्नुस्, मोमो भन्नुस् वा मःमचा, सहरका बाल-वृद्ध, युवा-युवती र महिला-पुरुष- सबैको पहिलो प्राथमिकतामा पर्ने त मःम नै हो।'

समाचार

नेपाली संरक्षण क्षेत्र र चरा अध्ययन गर्दै अस्ट्रेलियन विद्यार्थी

मनोज पौडेल

नेपाली संस्कृति र चाडपर्व मन छुने रैछ,' अस्ट्रेलियन विद्यार्थी निकाइता योडले भनिन्, 'विभिन्न संरक्षणसम्बन्धी पत्रपत्रिका, जर्नल र इन्टरनेट सर्च गरें ।' 'नेपालको काम सोचेभन्दा राम्रो पाएँ । जहाँ गए पनि नेपाललाई भुल्न नसक्ने छाप पर्‍यो । यसले मेरो अध्ययनलाई फराकिलो बनायो,' वातावरण विज्ञानकी योडजस्तै अर्का अस्ट्रेलियन विद्यार्थी स्टेफन हर्टले नेपालको अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्रको काम विश्वमै उदाहरणीय भएको बताए । 'यहाँबाट विश्वले धेरै सिक्न सक्छ,' उनले भने, 'त्यसैले अन्य देशका संरक्षणकर्मीहरू यहाँ आउनुपर्छ ।' उनीजस्तै अस्ट्रेलियाका १० जना विद्यार्थी नेपालको जैविक विविधता, संरक्षणका काम, वन्यजन्तु, चरा र चाडपर्व अध्ययन गर्न नेपाल आएका छन् ।

चार्ल्स स्टर्ट विश्वविद्यालय, वातावरण विज्ञानमा स्नातक अध्ययनरत विद्यार्थीहरू शैक्षिक कार्यका लागि यहाँ आएका हुन् । साताभन्दा बढी कास्कीको अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्रको अध्ययन-अवलोकन गरी उनीहरू लुम्बिनी आएका थिए । ७ छात्रा र ३ छात्र १ सय पूर्णांकको अन्तर्राष्ट्रिय प्रयोगात्मक अनुभव विषय अध्ययन गर्न यहाँ आएका हुन् ।

उनीहरू लुम्बिनी क्षेत्रस्थित विश्व सिमसार क्षेत्रमा सूचीकृत जगदीशपुर ताल पुगे । त्यहाँ उनीहरूले चरा, पानीजन्य वन्यजन्तु तथा उभयचरको अध्ययन गरे । त्यस्तै तराईमा स्थानीय जनताले संरक्षित क्षेत्र कसरी व्यवस्थापन गरेका छन् भन्ने विषयमा जानकारी लिए । विद्यार्थीहरूले रुपन्देही र कपिलवस्तुको जैविक विविधता, पर्यापर्यटन, मानव र चराको सम्बन्धलाई अध्ययनको विषय बनाए । चरा र पर्यापर्यटनलाई स्थानीयले जीविकोपार्जनको माध्यम बनाएको कुरालाई उनीहरूले निकै चाख लिएका थिए ।

विद्यार्थीले कास्कीमा पहाडी क्षेत्रका वन्यजन्तु, चरा र जैविक विविधतासम्बन्धी अध्ययन गरेका थिए । उनीहरूले अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्रमा स्थानीय जनताको सहभागितामा संरक्षित क्षेत्रको संरक्षणलाई चासो दिई अध्ययन गरेको उनीहरूसँगै आएका वातावरण विषयका प्रोफेसर जर्मन नागरिक मिलानो मासारोले बताए । लुम्बिनीपछि विद्यार्थीको टोली चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज पुगेका थिए । त्यहाँ उनीहरूले हिमाल, पहाड र तराईमा निकुञ्ज र मध्यवर्ती क्षेत्रमा कसरी काम भइरहेको बारे र स्थानीयसँगको सम्बन्धबारेमा अध्ययन गरे । एक महिना नेपालको अध्ययन गरेर उनीहरू गत साता फर्किए ।

विद्यार्थीहरूले विश्वमै नौलो मानिएको प्रकृति र धर्म-संस्कृतिबीचको अन्तरसम्बन्ध, रोचक तथ्य र कथाको अध्ययन गरे । 'थोरै समयमा सेताम्य हिमाल, पहाडदेखि तराईका हरिया फाँटका वन्यजन्तु, चरा र सिमसार क्षेत्र अवलोकन गर्न पाइने लालसा बोकेर नेपालमा आउँछन्,' टोलीमा संलग्न चार्ल्स स्टर्ट विश्वविद्यालयका भिजिटिङ प्रोफेसर डा. हेमसागर बरालले भने ।

'संरक्षणको क्षेत्रमा नेपालमा नमुना र उदाहरणीय काम भएको मानिन्छ,' डा. बरालले भने । 'नेपालको जैविक विविधताको नौलो तथ्य र आकर्षणबारे जानकारी दिन्छौं,' प्रोफेसर मिलानो मासारोले भने, 'त्यसपछि विद्यार्थी आफैं आउन हतारिन्छन् ।' अध्ययनका लागि केही विद्यार्थी भुटान, इस्टटिमोर र कम्बोडिया गएका छन् ।

यहाँ आएपछि निकै मर्मस्पर्शी र रोचक संरक्षणको काम देखेर अब्बल ज्ञान बढेको विद्यार्थी हयारीजोन स्मिथले बताए । चरा, प्रकृति संरक्षण र हिमाली दृश्यावलोकनले अनुपम आनन्द दियो । 'नेपालमा वन्यजन्तु संरक्षण गर्न स्थानीयको योगदान र सहभागिता निकै सराहनीय छ,' उनले भने, 'यहाँबाट विश्वले ज्ञान लिनुपर्ने पाएँ ।'

'नेपालभन्दा अस्ट्रेलिया धेरै ठूलो छ,' प्रोफेसर मिलानो मासारोले भने, 'जगदीशपुरमा अस्ट्रेलियामा नदेखेका १५ वटा चरा एक घण्टाभित्रै देखेर रोमाञ्चित बनें । 'नेपाली धर्म-संस्कृतिले चरा र सरिसृप संरक्षण गरेको देख्दा मन छोयो,' छात्रा सोफिकेट विनले भनिन्, 'यसले काग, कुकुर, सर्प र कछुवाको संरक्षणमा निकै सहयोग पुगेको छ । यी अनौठा र प्रेरणादायी काम हुन्,' 'जुन अन्त सुनिँदैन ।'

अध्ययनका लागि नेपाल आएका विद्यार्थी यहाँको कला-संस्कृति, रहनसहन, वन्यजन्तु र जैविक विविधता देखेर निकै रमाएको संरक्षणकर्मी शरद सिंहले बताए । 'विदेशी विद्यार्थीले अध्ययनका लागि नेपाल छान्नु गौरवको विषय हो,' उनले भने, 'यसले विदेशमा नेपाल भ्रमण वर्ष-२०२० लाई गतिलो सहयोग गर्छ ।' यहाँको अध्ययनपछि विद्यार्थीले प्रकाशित गर्ने अनुसन्धानात्मक जर्नलले नेपालको पर्यटकीय विकासका लागि विज्ञापनको काम गर्छ । चार्ल्स स्टर्ट अस्ट्रेलियाको पाँचौं ठूलो विश्वविद्यालय हो । त्यहाँ विभिन्न मुलुकका ३८ हजारभन्दा बढी विद्यार्थी अध्ययनरत छन् ।

हङकङमा साकेला सिली र चासोक

अनोज रोक्का

हङकङलाई कर्मथलो बनाएका किराँत राईहरूले साकेला उधौली पर्व मनाए । हङकङको अग्लो डाँडाका रूपमा परिचित ताईमो सानमा पर्वको आयोजना गरिएको थियो । लगभग ७ हजारको हाराहारीमा किराँत राईहरूको बसोबास रहेको हङकङमा बिहानैबाट आफ्नो मौलिक वेशभुषामा सजिएर सहभागीहरू उधौलीमा पुगेका थिए ।

कार्यक्रमका प्रमुख आकर्षक अभिनेता दयाहाङ राईले हङकङेली नेपालीहरूसँगै साकेला नृत्य गर्दा वातावरण रमाईलो बनेको थियो । प्रकृति पुजक किराँतीहरूले वैशाख पूर्णिमामा भूमिको पूजा गरी उभौली चाड मनाउने र हरेक बर्ष बाली भित्र्याउने समयमा उधौली पर्व मनाउँदै साकेलालाई बिदा गर्छन् ।

साकेलामा पुरुषहरूले कालो कोट, दौरा सुरुवाल, नेपाली टोपी महिलाहरूले कम्मरमा पटुकी, छिट्को गुन्यू र गरगहनामा सजिएर हातमा चौरीको पुच्छर, सिल्लिमो, पोमी, लिङचिबुङो डाला, चमर र सिक्कौली सेउली लिएर स्याउला, ढोल, झ्याम्टा बजाउँदै गोलाकार घेरामा नृत्य गर्ने परम्परा छ । यसरी प्रकृतिको पूजा गर्दै खुसीयाली मनाउँदा रोगव्याधि नलाग्ने, बाढीपहिरोको प्रकोप नहुने, सुम्निमा र पारुहाङले सृष्टिको रक्षा गर्ने जनविश्वास रहिआएको छ ।

तस्विर : मिलन नवीन

लिम्बूहरूको चासोक तङनाम

लिम्बू समुदायहरूको प्रमुख चाड चासोक तङनाम हङकङमा भव्यताका साथ सम्पन्न गरिएको छ । किराँत याक्थुम चुम्लुङ हङकङको आयोजनामा मंकिहिलमा कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा नेपालबाट आएका कलाकारहरू, याक्थुम स्वर समूह, स्थानीय प्रतिभाहरूको प्रस्तुतिसँगै मौलिक खाना, वेशभूषा प्रदर्शनी गरिएको थियो । लिम्बू जातिहरूले पाकेको पहिलो अन्नबाली आफ्नो कुल देउता तागेरा निङवाभुमाङलाई चढाएर मात्रै खाने परम्परा छ । मंसिर पूर्णिमालाई मौलिक पर्वका रूपमा मान्ने लिम्बू समुदायले यही परम्परालाई चासोकका रूपमा मान्ने गर्छन् ।

बागलुङमा महोत्सवको रौनक

प्रकाश बराल

घरेलु तथा साना उद्योगहरूको विकास र बजारीकरण तथा कला र संस्कृतिको संरक्षण गर्ने उद्देश्यले बागलुङमा महोत्सव सञ्चालन भएको छ । बागलुङ उद्योग वाणिज्य संघको आयोजनामा २०५९ देखि थालिएको महोत्सवलाई निरन्तरता दिँदै छैटौं महोत्सव आयोजना भएको हो । कला र संस्कृति संरक्षणमा मेला महोत्सव सहयोगी बन्दै आएको आयोजकको भनाइ छ । स्थानीय उत्पादन, कृषि र घरेलु उद्योगका सामग्रीहरू स्टलमा राखिएको छ । राष्ट्रिय लोकदोहोरी प्रतियोगिता, राष्ट्रिय कलाकारहरूको भेट, भजन प्रतियोगिता, खुला पुरुष तथा महिला भलिबल प्रतियोगितालगायतका कार्यक्रमले मेलाको रौनक थपेको छ । मेलामा राष्ट्रिय रूपमा ख्याति कमाएका प्रकाश सपूत, वसन्त थापा, विष्णु खत्री, श्रीकृष्णबम मल्ल, चोलेन्द्र पौडेल, कुलेन्द्र बिकजस्ता दर्जनौं कलाकारले प्रस्तुति देखाएका छन् । पुसको २१ गतेसम्म चल्ने महोत्सवमा दैनिक लोकदोहोरी गीत प्रतियोगितासँगै राष्ट्रिय कलाकारहरूबीच समेत दोहोरी प्रतियोगिता राखिएको छ ।

महिलाहरूको आकर्षणका रूपमा लठ्ठो तान्ने र रत्यौली गीतहरू सञ्चालन भएका छन् ।

मेलामा जिल्लाका होमस्टेहरूले अर्गानिक खाना खुवाएका छन् । त्यस्तै उनीहरूले आफ्नो क्षेत्रका लोकगीत संगीत र जातीय वेशभूषाका संस्कृति पनि देखाएका छन् । भ्रमण वर्ष-२०२० लाई पनि सफलतामा लैजान महोत्सवले भूमिका खेलेको संघका अध्यक्ष युवराज राजभण्डारी बताउँछन् । मेला र महोत्सवकै अवसर पारेर ग्रामीण क्षेत्रमा उत्पादन हुने कृषि फसल र अन्य घरेलु उद्योगका सामग्री बिक्री कक्षहरू सञ्चालन छन् । महोत्सवमा २ सय बढी व्यापारिक स्टल राखेर व्यवसायको अवसर दिइएको आयोजकको भनाइ छ । साथै महोत्सवमा प्याराग्लाइडिङको अवसरसमेत दिइएको छ ।

समाचार

काठमाडौंमा गुञ्जिइन् आशा भोसले

नेपाली पुराना चलचित्रका गीतलाई नियाल्ने हो भने भारतीय गायिका आशा भोसलेको स्वर धेरैमा सुनिन्छ । उनले जति गीतमा स्वर दिएकी छन्, ती सबै गीत हिट साबित भइसकेका छन् । गत साता राजधानीको होटल सोल्टीमा यिनै गीत लिएर आशा प्रस्तुत हुँदा त्यहाँ माहौल बेग्लै बन्यो ।

'म नेपाललाई माया गर्छु, भाषा मात्रै आउँदैन', हातमा माइक समातेर आशाले यसो भनिरहँदा उपस्थित दर्शकमा उनकै मुखबाट पुराना सदावहार गीत सुन्ने हुटहुटी देख्न सकिन्थ्यो । साधना कला केन्द्रले आयोजना गरेको 'म्युजिकल जर्नी अफ रञ्जित गजमेर' मा संगीतकार रञ्जित गजमेरसँगै उपस्थित ८६ वर्षे आशाले चलचित्र 'बाँसुरी' को 'झझल्को लिएर आयो सावन' बाट स्टेज गायन यात्रा शुभारम्भ गरिन् । यही गीतबाट संगीतकार गजमेर र गायिका आशाको सांगीतिक सहकार्य सुरु भएको थियो । संगीतकार गजमेरलाई 'कान्छा' भनेर बोलाउने आशाले यो गीतपछि 'मायालु', 'किन बढ्दै छ ढुकढुकी मुटुको' सुनाइन् ।

डेनी डेनजोङ्पासँग गाएको गीत 'आगे आगे तोपैको गोला' पनि सुनाएकी आशाले नारायणगोपालसँग सहकार्य गरेको चलचित्र 'चिनो'को गीत 'मोहनी लाग्ला है' छुटाइनन् । यो गीतमा आशाले गायक रामकृष्ण ढकालसँग स्टेज सेयर गरेकी थिइन् । गायिका लता मंगेशकरकी बहिनी आशाले आफ्ना गुरुप्रति सम्मान गर्दै हिन्दी गीत 'दम मारो दम' गाएर विश्राम लिइन् ।

कार्यक्रममा गायक दीप श्रेष्ठ, मिलनसिंह खाती, रामकृष्ण ढकाल, बुद्ध लामा, प्राश्ना शाक्य, भारती घिमिरे, इन्द्रजित मिजार, जिना रसाइली, टीका प्रसाईं, प्रविशा अधिकारी, सुरज थापा, मनोज राज, बानिका प्रधान, स्मिता दाहाल, शिला विष्ट सम्झना वली, राज सागर, गायत्री त्रिपाठी, सरस्वती खत्री, अजर जंगम, कमल किरण, विवेक श्रेष्ठलगायतले गजमेरकै संगीतमा आफ्नो प्रस्तुति दिएका थिए ।

कार्यक्रममा मनोजराज र जिनाले कुसुम गजमेरको शब्द तथा उदितनारायण र दीपानारायण झाको स्वर रहेको चलचित्र 'कुसुमे रुमाल' को 'सुन भन न' गाए । त्यस्तै कुसुमकै शब्द तथा भोसले र नारायण गोपालको स्वर रहेको गीत 'पहाडको माथिमाथि' मा गायिका शिला विष्ट र गायक सञ्जय तुमरुक सुनिए । तुमरुकले तुलसी घिमिरेको शब्द रहेको चलचित्र 'लाहुरे' को गीत 'वीरताको चिनो' गाउँदै नारायणगोपाललाई सम्झिए ।

गायक इन्द्रजित मिजार र गायिका सृष्टि हिङ्माङले चलचित्र 'कोसेली' को 'तिमी मेरो म तिम्रो' गाए । यो गीतको ओरिजिनल भर्सनमा आशा र इन्द्रजित मिजारको स्वर थियो । चलचित्रकै अर्को गीत 'यो बाटो कहाँ जाने हो' मा इन्द्रजितले गायिका भारती घिमिरेसँग सहकार्य गरे । कार्यक्रममा उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुनले नेपाली संगीतको उत्थानका लागि पुऱ्याएको योगदानको कदर गर्दै भोसले र गजमेरलाई सम्मान गरेका थिए ।

सन्तोष भए मिस्टर नेपाल

सन्तोष उपाध्याय नयाँ मिस्टर नेपाल बनेका छन् । प्रतियोगिताको ग्रान्ड फिनालेमा २१ प्रतिस्पर्धीलाई पछि पार्दै उनले उपाधि चुमेका हुन् । उपाध्यायले अब मिस्टर वर्ल्डमा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्नेछन् । मिस्टर ट्यालेन्ट तथा फोटोजेनिकको उपाधिसमेत जितेका उपाध्यायले मिस्टर नेपालको उपाधिसहित मोटरसाइकल र नगद २५ हजार रुपैयाँ पाएका छन् । अछाम ओली गाउँका सन्तोष पेसाले चिकित्सक हुन् । एक्सपोज नेपालले आयोजना गरेको उक्त प्रतियोगितामा दिलराज न्यौपानेले फस्ट रनर्सअप तथा विमल पाण्डेले सेकेन्ड रनर्सअपको उपाधि जिते भने प्रिन्स अभी तथा अभिनाष चौधरीले क्रमशः थर्ड रनर्सअप तथा चोर्थ रनर्सअपमा चित्त बुझाए । प्रतियोगितामा काठमाडौं, पोखरा, विराटनगर, चितवन, धरान आदि स्थानका युवाहरूले भाग लिएका थिए ।

विन्टर फेस्टमा पस्मिना फेसन

एल एन्ड एन मोडल एजेन्सीले द विन्टर फेस्ट-२०१९ शीर्षकको फेसन शोमार्फत नेपालमै उत्पादित पस्मिनाबाट तयार पारिएका विभिन्न आकर्षक पहिरनहरूलाई प्रस्तुत गरेको छ । फेसन शोमा दुई दर्जन महिला तथा पुरुष मोडलहरूले क्याटवाकमार्फत ती पहिरनहरू प्रस्तुत गरेका थिए । फेसन शोमा गायकहरू धीरज राई, कमल खत्री तथा रीत राना मगरले आफ्ना गीत-संगीतमार्फत उपस्थित दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए ।

यसरी मनाइयो टोपी दिवस

हङकङ- जनवरी १ का दिन हङकङमा टोपी दिवस मनाइयो । कार्यक्रममा नयाँ वर्ष र टोपी दिवसको शुभकामना आदनप्रदान गर्नका लागि हङकङस्थित नेपाली महावाणिज्यदूतावास, विभिन्न संघसस्थाका पदाधिकारी, व्यवसायी एवं बुद्धिजीवीहरू भेला भएका थिए ।

सुन्दर पर्यटकीय स्थल चिमसा चोईस्थित स्टार फेरीमा नेपाली पोसाक, ढाकाटोपी लगाएर सहभागीहरूले एकापसमा शुभकामना आदानप्रदान गरे । विभिन्न देशका पर्यटकहरूको उल्लेख्य उपस्थिति रहने स्टार फेरीमा नेपालीहरूको पोसाक र टोपीका बारेमा उत्साहित पर्यटकहरूले सोधेका थिए ।

नेपालबाट सुरु भएर विश्वभरि जनवरी १ तारिकलाई टोपी दिवसका रूपमा मनाउन थालिएको हो । टोपी प्रतिष्ठानसँग टोपी दिवसका बारेमा गरिएको कुराकानी र सहकार्यपछि गत सालबाट हङकङमा पनि यो दिवस मनाउन थालियो-संयोजक कृष्ण पाण्डे बताउँछन् । टोपी हाम्रो राष्ट्रियतासँग जोडिएको छ, यो हाम्रो मैलिक पहिचान हो । गत सालबाट हङकङमा पनि सुरु भएको यो दिवसले अहिले व्यापकता पाएको छ । वर्षमा एकदिन भए पनि हामीले हाम्रो राष्ट्रियताको प्रतीक टोपीलाई प्रदर्शन गर्न पाएका छौं-उनी भन्छन् ।

सम्पन्न टोपी दिवस कार्यक्रममा भिजिट नेपाल २०२० को प्रचार अंकित लोगोसमेत प्रदर्शन गरिएको थियो ।

सामाजिक सञ्जाल

Dipendra Kunwar@MaDipendra
विद्युतीय कारोबार ऐनको दुरुपयोग भएर अहिले पनि पत्रकार थुना भइरहेका छन् । त्यसैले सूचना प्रविधिसम्बन्धी विधेयक माथि शंका गर्नेलाई खिसीट्यूरी गरेर ठूला कुरा नगरम ।

Purushottam Dhungel@DhunglePuru
सामाजिक सञ्जाल दुरुपयोगविरुद्ध ल्याउन लागेको विधेयक उत्कृष्ट हो । तर, अर्बौं भ्रष्टाचार गर्नेलाई लाख धरौटीमा रिहा गर्ने, बलात्कार गर्ने धरौटीमा छुट्ने, खाद्य पदार्थमा मिसावट गर्ने, पिच बनेको साता दिनमा खाल्डो हुने, यस्तो जघन्य अपराधले गर्दा देशमा समृद्धि हुन सकेन, सामाजिक सञ्जालले त पक्कै होइन ।

Sushil Karki@s_karki97
महिला बलात्कार गर्नेलाई तीन लाख, जिस्काउनेलाई १५ लाख । सरकार बलात्कारीलाई यति धेरै ममता केका लागि ? विधेयक पास गर्दै गर्दा हाँसो लाग्दैन ?

Bishwa Prakash शर्मा@bishwaprakash77
सामाजिक सञ्जालमा कसैले जिस्क्याउँदा सम्झाउन वा सहन तयार छु, तर उसलाई जेल पठाउन म तयार छैन । कैद पाँच वर्ष/जरिवाना १५ लाख, के यो सही छ ? छैन भने खुलेर बोलौं, जमेर बोलौं । प्रधानमन्त्री, नागरिकले दिएको बहुमत देशलाई उत्तर कोरिया बनाउन थिएन, होइन र यो विधेयक ठाडै अस्विकार्य छ ।

Er.Arun Paudel@ann_bhai
१५ लाख होइन, ज्यादति गरेको छ भने त जन्मकैद ठोकिदिँदा हुन्छ । स्वतन्त्रताको नाममा जे पनि बोल्ने, जे पनि लेख्ने ? नागरिकलाई भ्रमित पार्ने ? देश विकासका लागि नियम कानुन एकदमै कडा हुनु जरुरी छ । फोकटमा अरुको इज्जत माथि धावा बोल्न पाइन्छ ?

Sharma Bheshraj@SBheshraj
स्वतन्त्रता निरपेक्ष हुँदैन । लोकतन्त्रलाई स्वतन्त्रता मात्र नभएर अनुशासन र अरूको सम्मान सहितको सापेक्षतामा पनि बुझ्नुपर्छ । सामाजिक सञ्जालमा लेखेकै भरमा कारबाही गर्ने भनेको छैन होला विधेयकले । फेरि संविधानको कसिमा अदालतले नि व्याख्या गला ।

बडा काजी@BadaKaji
फेक आइडी बनायो । ट्रोल गऱ्यो । मुखमा आएको सबै लेख्यो । त्यस्तालाई ठीक पार्दा अरू किन खुन्सिन पऱ्यो । सभ्य भएर लेख्न कसैले छेकेको छैन । बुलिङ इज अ क्राइम ।

Tikaram Ghimire@_tikaram
अरूलाई बिना कारण गाली बेइज्जती गर्ने, गलत उद्देश्यले बिना-प्रमाण आरोप लगाउने, फेक आईडी प्रयोग गरी अश्लील गाली गर्ने, झुटो अफवाह फैलाई साम्प्रदायिक, जातीय, राजनैतिक र धार्मिक अशान्ति फैलाउन प्रयास गर्ने कार्य नियन्त्रणमा आउला भन्ने आशावादी भई खुसी व्यक्त गर्छु ।

Dipak KC@IamDipakKC
सीमा विवादबारे भारतसँग बोल्नै डराउने सरकारले सूचना प्रविधि विधेयक ल्याएर जनताको मुख बन्द गर्ने रे ! के अब जनताले सरकारप्रति सामाजिक सञ्जालको माध्यमद्वारा गुनासो राख्न र टीका-टिप्पणी गर्न पनि नपाइने ? यो जनताको विचार अभिव्यक्तिको स्वतन्त्रताको हनन भएन र ?

सवाल्टर्न आवाज@canvassss
गरिबी जस्ताको त्यस्तै छ । किसानहरू सडकमा छन् । बेरोजगारीको समय दिनानुदिन बढ्दो छ । भोकमरी उस्तै छ । शरणार्थी समस्या थपिँदो छ । अशिक्षा व्याप्त छ । बलात्कार तथा हिंसा बढ्दो छ । माफियाकरण चर्को छ । अनि सरकार हामीलाई सामाजिक सञ्जाल नीति ल्याएर जिस्काउन खोज्छ ।

Amrit Dulal@amritdulalad
सूचना प्रविधि विधेयक सबैलाई लागू हुने कि प्रतिपक्षलाई मात्र लागू हुने ? अल्पकालीन समय नेकपा सरकार सकिएपछि स्वतः खारेज हुने विधेयक हो ? यदि हैन भने आफ्नो खुट्टामा बन्चरो हान्दैछौ नेकपा सरकार, भोलि यही विधेयकले तिम्रो बोल्ने अधिकार पनि खोजिन्छ ।

Aone speech@AoneSpeech
सूचना प्रविधि विधेयकलाई सामाजिक सञ्जालसँग गाभ्न नदिनी ? सरकारले गरेको कामलाई अवरोध खडा गर्नी ? सोसल साइटमा सरकारलाई हेप्नी ? गालीगलौज गर्नी ? हेप्नी दुई तिहाइको सरकारलाई ।

Phalano@phalano
आफ्नो अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताको अरूलाई चोट पुग्न हुन्न । पुगे-नपुगेको न्यायपालिकाले ठहर गरोस्, सरकारी टिमले होइन । मत हालेपछि सबै नागरिक प्रतिपक्षी हुन्–निगरानीकर्ता । नागरिकको अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता नैसर्गिक अधिकार हो । कुण्ठित अधिनायकवादमा मात्र हुन्छ । सूचना प्रविधि विधेयक खारेज गर ।

केसी चोभारे@chovare
सूचना प्रविधि विधेयकअनुसार सामाजिक सञ्जालमा लेखेकै भरमा पाँच वर्ष जेल, १५ लाखसम्म जरिवाना रे, जबकि मुलुकी फौजदारी संहितामा कुटपिट वा अंगभंग पारेको अवस्थामा मात्रै एक वर्ष कैद र दश हजार रुपैयाँ जरिवानाको प्रावधान छ रे । भनेसी गाली गर्नुभन्दा त कुटपिट गर्नु नै फाइदाजनक रछ ।

Pradip Paudel@paudelpradipNC
सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगको निहुँ बनाएर यसको सकारात्मक प्रयोग, अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता र व्यक्तिको गोपनियताको हकमै आघात पार्ने क्रियाकलापतर्फ प्रस्तावित सूचना प्रविधि विधेयकमार्फत सरकार अगाडि बढेको छ । सरकारको यस्तो पश्चगामी र नकारात्मक कदमका विरुद्ध सबैतिरबाट दबाब बढाऔं ।

Mahesh Panta@maheshpanta
सामाजिक सञ्जालमा जिस्काए ५ वर्ष जेल र १५ वर्ष जरिवाना हुनसक्ने व्यवस्था गरेर सूचना प्रविधि विधेयक आयो । न हेपभन्दा भन्दै जिस्काउने हामीलाई ।

सागर@Tripathisagar71
सूचना प्रविधि विधेयक संसदको विकास तथा प्रविधि समितिले पारित गरेछ । सामाजिक सञ्जालमा बकेर्ना भैंसीले राँगो खोजे झैं उफ्रिने केही थान आइमाईहरू र जथाभावी लेख्ने अरिंगाल, छौंडा, अन्धभक्त, भेंडाहरूको ...च्यापिने भो ।

Shankar Tiwari@shankarktm1
मत हालेपछि सबै नागरिक प्रतिपक्षी हुन्–नेता र सरकारको निगरानीकर्ता ।

Sanjaya Neupane@devilsanjau17
अर्कालाई जिस्क्याउनी, हेप्नी, होच्याउनी, हतोत्साहित गर्नी हामी नेपालीको मौलिक परम्परा हो । यति गर्न नपाए हामी के गरेर बस्नी ? संस्कृति विरुद्धको यो प्रहार कदापि मान्य हुने छैन । परम्परा र संस्कृति तोड्न खोज्ने सूचना तथा प्रविधि विधेयकविरुद्ध एक होऔं ।

देवाधिदेव@Dewadhidev_
विकास तथा प्रविधि समितिले पास गरेको सूचना विधेयकको दफा ११५ मा नेपाल सरकारले तोकेको जिल्ला न्यायाधीशको अध्यक्ष रहेको तीन सदस्यीय सूचना प्रविधि अदालत गठन गर्ने व्यवस्था छ । विधेयकमा के छ भनेर हेर्दै नहेरी हल्का रुपले टिप्पणी गरेको अलि सुहाउँदो भएन कि ! एकपटक विधेयक पढ्न अनुरोध छ ।

फेसबुकलगायत सामाजिक सञ्जाल दुरुपयोगकर्तालाई तह लगाउन सरकारले नीति पास गरेको छ । त्यो अत्यन्त स्वागत योग्य छ । लोकतन्त्रको नाममा मनपरितन्त्र धेरै थियो । तर, भविष्यमा यही कानुनलाई टेकेर विरोधी सिध्याउने अभिलाषा चाहिँ कसैमा नपलाओस् । शुभकामना ।

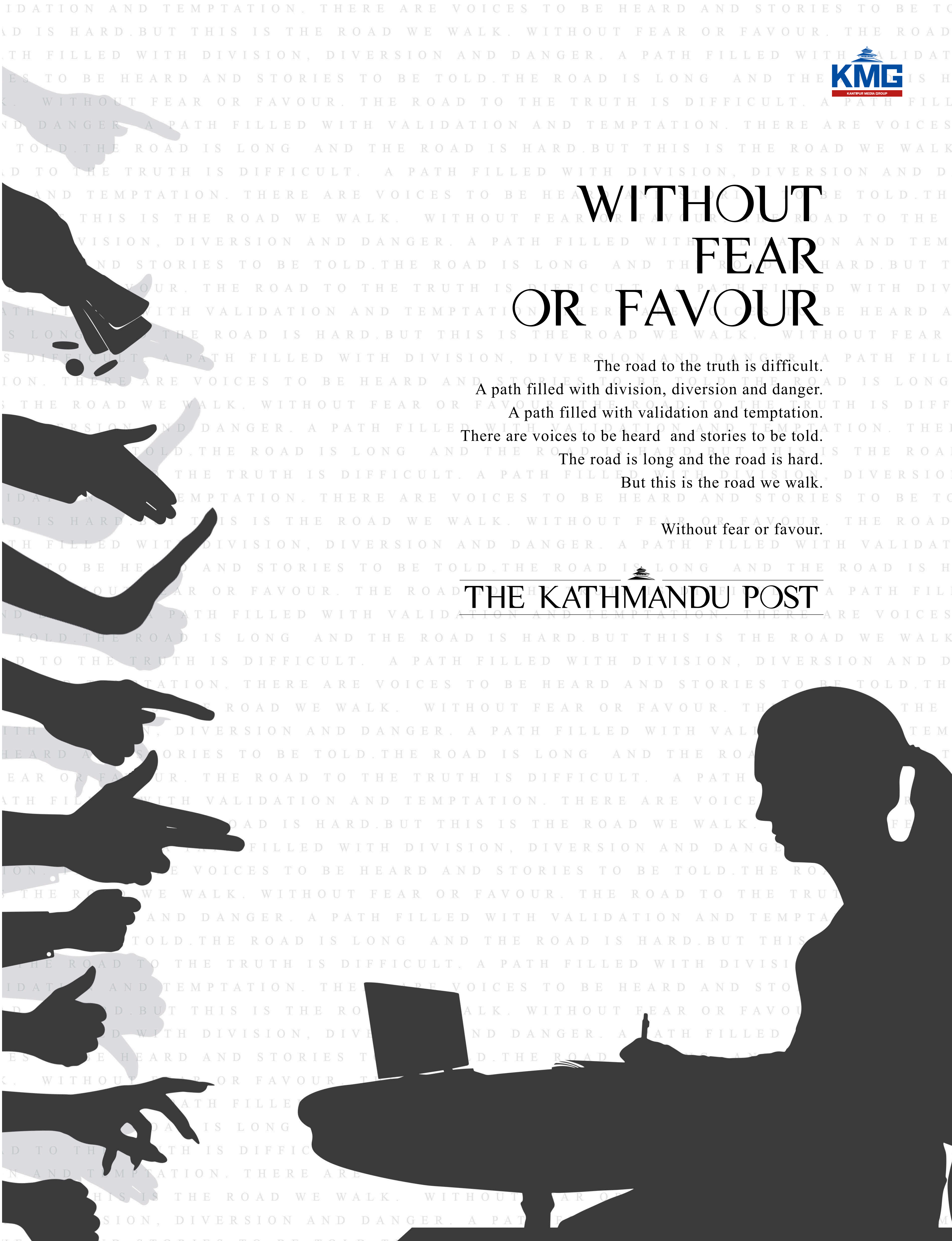
दीपकराज गिरी

सरकार 'साइबर बुलिङ' रोक्ने बहानामा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता नै संकुचित गर्ने तयारी गर्दैछ । सामाजिक सञ्जालमा कुनै पनि बेला प्रतिबन्ध लगाउनसक्ने कानुनी बाटो बनाउन सरकारले ल्याएको सूचना प्रविधि विधेयक प्रतिनिधि सभाको विकास तथा प्रविधि समितिले बहुमतका आधारमा पारित गर्नु यसैको उदाहरण हो । समितिमा सत्तारुढ दलकै बहुमत छ । यसैले सरकारले चाहेजस्तै प्रावधानहरूसहित विधेयक पारित हुनु अस्वाभाविक होइन । एक्काइसौं शताब्दीको खुला समाज भएको लोकतान्त्रिक मुलुकमा सामाजिक सञ्जालमा लेखेकै कारण पाँच वर्ष कैद र १५ लाख रुपियाँ जरिवाना हुने कानुन बनाउन खोज्नुलाई भने स्वाभाविक मान्न सकिँदैन । नेपाली समाजको लोकतन्त्रीकरणमा यस्तो निषेधात्मक प्रयासबाट गम्भीर धक्का लाग्नसक्छ । बुढी मरी भन्ने होइन,काल पल्कियो भन्नेतर्फ विचार गरौं, त्यो कालले तपाईं हामी सबैलाई लान सक्छ ।

सुरेश दर्पण पोखरेल

सामाजिक सञ्जाल प्रयोगकर्तालाई कस्ने गरी संसदको विकास तथा प्रविधि समितिले 'सूचना प्रविधिसम्बन्धी विधेयक' बहुमतले पारित गरेको छ । प्रमुख विपक्षी नेपाली कांग्रेसको विरोधका बाबजुद समितिको आइतबारको बैठकले बहुमतका आधारमा विधेयकको प्रतिवेदन पास गरेको हो ।

केकी अधिकारी


KMG
KANTIPUR MEDIA GROUP
WITHOUT
FEAR
OR FAVOUR
The road to the truth is difficult.
A path filled with division, diversion and danger.
A path filled with validation and temptation.
There are voices to be heard and stories to be told.
The road is long and the road is hard.
But this is the road we walk.
Without fear or favour.
THE KATHMANDU POST

प्रविधि

दशकका लोकप्रिय १० एप

सन् २०२० को सुरुवातसँगै सूचना-प्रविधिको क्षेत्रमा सबैभन्दा बढी रुचाइएका एप्लिकेसन (एप) हरु तथा तिनको रेटिङ सार्वजनिक भएको छ । एप्लिकेसन रिसर्च एजेन्सी, एप एन्नीले १० वर्षको अवधिमा मानिसले सर्वाधिक रुचाएका एप्लिकेसन तथा उक्त एप्लिकेसनले बनाएको स्थानलाई मूल्यांकन गर्दै एक रिपोर्ट सार्वजनिक गरेको हो ।

फेसबुक म्यासेन्जर

एप्लिकेसन रिसर्च एजेन्सी एप एन्नीले फेसबुक कम्पनीकै म्यासेन्जर सर्वाधिक रुचाइएको एपको दोस्रो स्थानमा राखेको छ । फेसबुकले सन् २०११ मा यसलाई प्रयोगमा ल्याएको थियो । आठ वर्षअघि प्रयोगकर्ताहरूमाफ आएको यो एप मूलतः अडियो तथा भिडियो कलका कारण लोकप्रिय छ । प्रयोगकर्ताहरूले यो एपलाई १ अर्ब पटकभन्दा बढी डाउनलोड गरेका छन् ।

फेसबुक

सन् २०१० देखि २०१९ सम्मको अवधिभर सबैभन्दा धेरै पटक डाउनलोड गरिएका एपमध्ये फेसबुक अग्रस्थानमा छ । १५ वर्षअघि सन् २००४ मा मार्क जुकरबर्गले सामाजिक सञ्जालका रूपमा फेसबुक बनाएका थिए । अहिले यसको प्रयोगकर्ता संसारभर ५ अर्ब पुगेको छ ।

ह्वाट्सएप

तेस्रो स्थानमा पनि फेसबुक परिवारकै ह्वाट्सएप रहेको छ । सन् २००९ मा जान कौम तथा ब्रायन एक्टनले यसको निर्माण गरेका थिए, तर फेसबुकले सन् २०१४ मा १९ अर्ब डलरमा यसलाई खरिद गरेको थियो । अहिले संसारभर यसका प्रयोगकर्ता १ अर्बभन्दा धेरै छन् । ह्वाट्सएप च्याटिङ, फाइल ट्रान्सफर, अडियो तथा भिडियो कलका लागि राम्रो मानिन्छ ।

इन्स्टाग्राम

इन्स्टाग्राम प्रयोगकर्ताहरूबीच फोटो तथा भिडियोहरूका कारण लोकप्रिय छ । प्रयोगकर्ताहरूले यसमा आफ्ना दैनिकी पनि अपलोड गर्ने गर्छन् । त्यस्तै अनलाइन मार्केटिङका लागि पनि अहिले इन्स्टाग्राम उपयुक्त माध्यम बनिरहेको छ । सन् २०१० मा केबिन सिस्ट्रोम र माइक क्रेगरले स्थापना गरेको यो एप अहिले फेसबुकको स्वामित्वमा रहेको छ । त्यसैकारण यो एप फेसबुकसँग कनेक्ट गरेर पनि चलाउन मिल्छ । अहिले संसारभर यसका प्रयोगकर्ता १ अर्बभन्दा बढी छन् ।

स्नापच्याट

एप एन्नीले स्नापच्याटलाई धेरै पटक डाउनलोड गरिएको एप्लिकेसनमध्ये पाँचौं स्थानमा राखेको छ । यो एप प्रयोगकर्ताहरूबीच फोटो तथा स्नापच्याटका लागि प्रख्यात छ । यो एपको माध्यमबाट विभिन्न प्रकारका फोटो बनाउन मिल्छ भने विभिन्न अवतार बनाएर भिडियो च्याट गर्न सकिन्छ । यो एपलाई फेसबुकले सन् २०१३ मा ३ अर्ब डलरमा खरिद गर्ने प्रस्ताव राख्दा स्नापच्याटले इन्कार गरेको थियो । सन् २०१३ मा लन्च गरिएको यो एपको प्रयोगकर्ता अहिले १ अर्बभन्दा बढी छन् ।

स्काइपी

यो एप आजभन्दा १६ वर्षअघि प्रयोगमा आएको एप हो । सन् २००३ मा स्वीडेनका निक्लास जेनस्ट्रोम तथा डेनमार्कका जानस फ्रिइसद्वारा यसको स्थापना भएको थियो । स्काइपीको सफ्टवेयर भने एस्टोनियस अहि हेनला, प्रित केसलालु तथा जान टल्लिनले बनाएका हुन् । हाल विश्वका १ अर्ब मानिसले स्काइपीको आनन्द लिइरहेका छन् ।

टिकटक

धेरै रुचाइएका एपहरूमा टिकटक सातौं स्थानमा रहेको छ । यसको स्वामित्व बाइटड्यान्स नामक चिनियाँ प्रविधि कम्पनीसँग रहेको छ । यसलाई झाङ यिमिङले सन् २०१२ मा स्थापना गरेका थिए । चीनमा प्रयोग हुँदै आएको यो एपको आधिकारिक प्रयोग भने सन् २०१७ बाट चीनबाहिरका देशहरूमा गरिएको हो । टिकटकभन्दा अगाडि यसको जस्तै फिचर भएको म्युजिकल्ली एप चर्चामा रहेको थियो, तर सन् २०१७ नोभेम्बर ९ मा टिकटकको कम्पनी बाइटड्यान्सले आफ्नो प्रतिस्पर्धी एप म्युजिकल्लीलाई १ अर्ब अमेरिकी डलरमा खरिद गरेको थियो । अहिले यसका प्रयोगकर्ता ५ अर्बभन्दा बढी छन् ।

युसी ब्राउजर

युसी ब्राउजर एक मोबाइल वेब ब्राउजर हो । यसलाई सिंगापुर र चीनमा आधारित मोबाइल इन्टरनेट कम्पनी युसी वेबद्वारा विकसित गरिएको हो, जुन कम्पनी हाल अलिबाबा समूहको स्वामित्वमा रहेको छ । यो एप गुगल क्रोमभन्दा बढी लोकप्रिय छ । युसी ब्राउजरलाई सन् २००४ मा लन्च गरिएको थियो । अहिले यसका प्रयोगकर्ता ५ अर्बभन्दा बढी छन् ।

युट्युब

युट्युब एक अमेरिकी भिडियो साझेदारी प्लेटफर्म भएको एप हो । सन् २००५ मा अमेरिकी नागरिक चाड हर्ली, स्टिव चेन तथा जावेद करिमले यसको निर्माण गरेका थिए । हाल गुगलको स्वामित्वमा रहेको यो एप सन् २००६ मा १६ खर्ब ५० अर्ब अमेरिकी डलरमा गुगलले किनेको थियो । भिडियोका लागि लोकप्रिय मानिएको यो एपका प्रयोगकर्ता अहिले विश्वभर ५ अर्बभन्दा बढी छन् ।

ट्विटर

यो एप १३ वर्षअघि स्थापना भएको एप हो । सन् २००६ मा ज्याक डोर्सी, नूह ग्लास, बिज स्टोन तथा इभान विलियम्सले यसको स्थापना गरेका थिए । ट्विटर विश्वभर सूचनामूलक जानकारीका कारण प्रख्यात मानिन्छ । जापनिज, चाइनिज तथा कोरियन भाषाबाहेक अन्य सबै भाषामा यो एप उपलब्ध छ । हाल यसका प्रयोगकर्ता ५ अर्बभन्दा बढी छन् ।

केवल एक प्रश्न

एउटा प्रश्न सोध्न मन लाग्यो भने तपाईं के सोध्नुहुन्छ ?

आर यू सिंगल ?

शोभित बस्नेत, निर्देशक

प्रधानमन्त्रीज्यू, हजुर पूर्ण रूपमा कहिले स्वस्थ हुने ?

विवेक खतिवडा, भीजे

आखिर छुट्टिनु नै थियो भने किन भेटियौं हामी ?

नीलम आङबुहाङ राई, गीतकार

केटाले बिहे गर्ने उमेर कुन ठीक होला ?

विधान कार्की, निर्देशक

जिन्दगीमा आफूले चाहेजस्तो कहिल्यै हुँदैन, किन होला ?

सुष्मा लामा, आरजे/भीजे

तपाईंहरू मलाई किन प्रश्न गर्नुहुन्छ ?

सरोज खनाल, अभिनेता

तपाईं कान्तिपुर साप्ताहिकमै हो ?

टेकेन्द्र शाह, निर्देशक

ट्राफिक प्रहरी प्रमुखज्यू, तपाईं मातहतका कर्मचारीहरूले चोकचोकमा बसेर एकापट्टि लामो जाम गराएर अर्कोपट्टि पर-परबाट फाट्टफुट्ट आइरहेका सवारी साधनलाई मरी-मरी किन पासिङ गर्न लगाएका होलान् ?

फुपू तेन्जिङ शेर्पा, प्रबन्ध निर्देशक, इन्टरनेसनल इन्स्टिच्युट अफ फेसन टेक्नोलोजी

आजकाल दर्शक-श्रोताले गहन शब्द भएका गीत-संगीतभन्दा अश्लील, छाडा शब्दले भरिएका गीत रुचाएजस्तो लाग्छ । यसो गर्दा नेपाली मौलिक संगीत बिस्तारै पलायन हुँदै जाँदैन र ?

उजन नेम्वाङ, गायक

आजकल के भएको होलान् मानिसहरू, आफैंभित्र विश्वास किन गुमाउँदैछन् ?

सुचित्रा श्रेष्ठ, निर्देशक

संसारमा सानो-ठूलो, धनी-गरिब नभनी सबैलाई एकै परिवार भएर समान रूपमा खान, बस्न र स्वस्थ भएर बाँच्न किन नदिएको भगवान् ?

श्रीदेव भट्टराई, कलाकार

नेपाली चलचित्र निर्माणको नाममा विभिन्न विकसित देशहरू (युरोप, अमेरिका, अस्ट्रेलिया) मा मानव तस्करीको खेती भइरहेको जानकारीमा आएको छ । यसलाई निरुत्साहित गर्न मिडिया (विशेष गरी कान्तिपुर) ले के-कस्तो कदम चालेको छ ? केही महिनाअगाडि युरोपमा सुटिङ गर्नका लागि दुईवटा चलचित्रको टिम गएकोमा दुवै टिमले मान्छे लुकाएको जानकारी आएको छ र मिडियामा यो कुरा यदाकदा उजागर भएको छ । तर, किन कुनै राष्ट्रिय मिडियाले उजागर गर्न सकेको छैन ? जबकि यहींनेर भिसा दिने दूतावासले अन्य भिसाग्राहीलाई सोध्ने गरेको छ ।

श्याम श्रेष्ठ, अभिनेता

प्रेमी/प्रेमिका वा श्रीमान्/श्रीमतीबाट धोका भयो भनेर आत्महत्या गर्नेहरूप्रति तपाईंको विश्लेषण के छ ?

शारदा थापा, सञ्चारकर्मी

नेपालमा नचाहिँदो म्युजिक एवार्ड रोक्नुपर्‍यो । यसलाई कसरी रोक्ने होला ?

सपन श्रेष्ठ, गायक

मन चोर्ने चोर्नेलाई चाहिँ जेल हाल्न मिल्दैन ?

सुजन श्रेष्ठ, सञ्चारकर्मी

देशमा नागरिकको आम्दानी बढाउनतिर लाग्ने हो कि कर मात्र बढाउनतिर ? हामीले तिरेको करको उचित सदुपयोग भएको छ त ?

सन्तोषी श्रेष्ठ, फेसन डिजाइनर

तपाईंले आज कुन किताब पढ्नुभयो ? यसको उत्तर कुनै एउटा किताब पढ्दैछु आयो भने ठीकै छ, तर पढेको छैन भन्ने आयो भनेचाहिँ फेरि अर्को प्रश्न सोध्छु- पढ्ने बानी छैन ? यसैगरी हरेक पल अनि हरेक दिन सोध्ने गर्छु, तपाईंले आज कुन किताब पढ्नुभयो ? के गर्नु, जीवन नै किताबका पानाहरूमा पाइने शब्दजस्तै त हुन्– कुनै रुखा, कुनै मीठा, कहीँ सपना, कहीँ बिपना, कहीँ प्रेम, केही बिछोड । पढ्नचाहिँ छोड्नु हुन्न है ।

ऋषिराम अधिकारी, सिइओ, किताब यात्रा

एउटा बलात्कारी त पत्ता लगाउन सक्नुहुन्न भने देश समृद्ध कसरी बनाउन सक्नुहुन्छ ?

सिर्जना सुब्बा, अभिनेत्री

तपाईंलाई के सोध्न मन छ सोध्नुहोस् ?

छेतेन गुरुङ, निर्देशक

कसलाई सोध्ने हो ? केटीलाई भए उमेर, केटालाई भए तलब, जुन सोध्नु हुँदैन, सबैलाई त्यही सोध्न मन लाग्छ ।

विल्सनविक्रम राई, अभिनेता

के छ, कस्तो छ खबर तपाईंको ?

सञ्जय तुम्रक, गायक

एउटा कुरा भनूँ ? तिमी मलाई मन पर्छ ?

सञ्जीव पराजुली, गायक

इच्छा, रहर र बाध्यताबीचमा फरक के हो ?

संयम पुरी, अभिनेता

चन्द्रमामा एक जनालाई लिएर जान पाउनुभयो भने कसलाई लैजानुहुन्छ ?

रेवत राई, गायक

बुद्धभूमिमा जन्मिएर के तपाईंले बुद्धलाई साँच्चै चिन्नुभएको छ ?

रवीन्द्रसिंह बानियाँ, निर्माता

हाम्रो संगीत उद्योगमा एउटा प्याटर्नको गीत, गायक वा गायिका चलेपछि भएभरको सबै त्यतै किन दौडिन्छन् ?

प्राश्ना शाक्य, गायिका

प्रेम के हो ?

बालिका थपलिया, कवियत्री

नेपाली चलचित्र उद्योग कहिले बन्छ ?

अर्जुन तिवारी, छायाँकार

हाम्रो देशमा राजनीतिक स्थिरता कहिले आउँछ ?

अजित शाह, मिथिला कलाकार

पत्रकारहरूले तोकिएअनुसारको पारिश्रमिक पाउनका लागि कसले कस्तो भूमिका र जिम्मेवारी निर्वाह गर्नुपर्छ जस्तो लाग्छ ?

गंगाधर पराजुली, अध्यक्ष, न्यूनतम पारिश्रमिक निर्धारण समिति

जाडो कत्तिको छ ?

लक्ष्मी खतिवडा, विद्यार्थी नेतृ

हाम्रो देशले भ्रष्टाचारीहरूको चंगुलबाट कहिले मुक्ति पाउँछ ?

हरि फुयाँल, शिक्षक

जीवन के हो ?

सन्जोक बस्याल, आरजे

ग्ल्यामरस फोटो हटाउन मिल्दैन ? कहिलेकाहीं 'साप्ताहिक' परिवारसँगै बसेर हेर्न पनि गाह्रो हुन्छ ।

प्रकाश केसी, मिक्सिङ इन्जिनियर

ह्याप्पी बर्थ डे

अभिनेत्री जेबिका कार्कीको आज शुक्रबार जन्मदिन परेको छ । त्यस्तै गायक आशिष सचिनको आइतबार जन्मदिन परेको छ । अभिनेता तथा कुशल कोरियोग्राफरका रूपमा चिनिएका गम्भीर आउँदो मंगलबार जन्मदिन मनाउने तरखरमा छन् ।

जेबिका कार्कीसँग मैले काम गरेको पर्व चलचित्रमा हो । मैले पहिला उनले गरेका कामहरू देखेर त्यो चलचित्रका लागि छनोट गरेको थिए । उनी राम्रो काम गर्ने कलाकार हुन् । कामलाई भित्रैदेखि मनन गरेर काम गर्ने उनको बानी छ । आफ्नो चरित्रलाई न्याय गर्न सक्ने क्षमता उनीमा छ । सुटिङको क्रममा पनि काम गर्ने वातावरण बनिरह्यो । उनलाई भोलिका दिनमा राम्रो ब्यानर तथा राम्रो विषयवस्तु पर्‍यो भने नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा राम्रो सम्भावना बोकेकी कलाकार हुन् ।

दिनेश राउत, चलचित्र निर्देशक

आशिष सचिन मेरा प्रिय भाइ हुन् । मलाई उनी अहिलेका इमर्जिङ सिङ्गर लाग्छ । उनले र मैले देश तथा विदेश गरी धेरै ठाउँमा सँगै यात्रा गरेका छौं । धेरै पटक स्टेज सेयर गरेका छौं । उनी नेपाली सांगीतिक क्षेत्रमा आएको ३/४ वर्ष मात्रै भयो तर डेढ, दुई वर्षदेखि उनी चल्तीका गायक भएका छन् । उनले गाएका पिरिम नलाउने र एक कान दुई कान मैदान गीत करोड क्लबमा पुगेका छन् । आशिषमा गीत छनोट गर्ने खुबी छ । त्यस्तै गीतहरू निरन्तर आइराखून् । उनमा अझै निखारपन आउन जरुरी छ, जसले उनलाई भोलिका दिनमा आशिष सचिन भन्ने एउटा ब्रान्ड बनाउन मद्दत गर्नेछ । उनको अरूको नराम्रो नभन्ने आफ्नो काम गर्ने बानी छ । आशिषलाई जन्मदिनको धेरै शुभकामना ।

हिमाल सागर, गायक

गम्भीर विष्ट मलाई जोसँग पनि मिल्न सक्ने स्वभाव भएको मान्छे लाग्छ । उहाँसँगको संगत गरेर मैले के थाहा पाए भने उहाँलाई रमाइलो गरी राख्न मन पर्छ । सुटिङ अवधिभर पनि उहाँले ख्यालठट्टा गरिराख्नुहुन्छ । त्यस्तै उहाँको कामलाई अत्यन्तै सिरियस्ली लिने बानी छ । त्यो कुरा त उहाँको कोरियोग्राफी तथा निर्देशनमा पनि झल्किएको हुन्छ । भिडियोलाई कसरी हुन्छ गुणस्तर बनाउन सक्ने उहाँमा खुबी छ ।

अर्जुन तिवारी, छायाँकार

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

पप संगीत

पलायनको बाटोमा

■ कृष्ण भट्टराई

पप गायक सन्जय श्रेष्ठ 'माया मेरी माया...' लाई आफ्नो निजी राष्ट्रिय गीत भन्न रुचाउँछन्। पछिल्लो पटक उनले स्टुडियोमा पुनः यही गीत रि-रेकर्ड गरे। उनी कन्सर्टमा उक्लिँदा पनि दर्शकले उनलाई यही गीत नै गाउन अनुरोध गर्छन्। के सन्जयले त्यसपछि कुनै पनि गीत रेकर्ड नै गरेनन् त ?

पप गायक धीरज राईले पछिल्लो पाँच वर्षको अवधिमा जम्मा एउटा मात्र पप गीत रेकर्ड गरे, बुद्ध वाज बर्न इन नेपाल शीर्षकमा। उनी आफ्ना हरेक कन्सर्टमा बुद्ध नेपालमै जन्मिएका हुन् भन्ने सन्देश दिने यो गीत त गाउँछन् नै, बाँकी पुरानै गीत गाएर दर्शक तथा श्रोतालाई मनोरञ्जन गराउँछन्।

पप गायक नविन के भट्टराई कन्सर्टमा व्यस्त भइरहन्छन्। यद्यपि, उनले पछिल्लो पाँच वर्षको अवधिमा जम्मा एउटा मात्र नयाँ गीत रेकर्ड गराएका छन्, 'चाहना एउटै मेरो' शीर्षकका। दुई वर्षअघि रेकर्ड भएको उक्त गीतले युट्युबमा १३ लाख बढी भ्युज पाएको छ। कन्सर्टमा उनी यो नयाँ गीतसहित आफ्नो पुरानै गीतहरू पस्किँदै आएका छन्।

पप गायक दीपेशकिशोर भट्टराईले पछिल्ला केही वर्षमा जम्मा एउटा मात्र नयाँ गीत रेकर्ड गरेका छन्, 'नशा है लाग्यो' शीर्षकमा। सांगीतिक कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुँदा उनलाई पनि दर्शकहरूले उनका पुराना गीतहरू नै गाउन अनुरोध गर्छन्। पप गायक विधान श्रेष्ठले लामो समयपछि अघिल्लो वर्ष आफ्नो नयाँ गीत रेकर्ड गरेका थिए। त्यसपछि उनले नयाँ गीत रेकर्ड गर्न भ्याएका छैनन्।

पप गायक सचिन रौनियार यो प्रसंगमा अपवाद बनेका छन्। करिब १२ वर्षको मौनतापछि उनी गत वर्षदेखि मात्र सांगीतिक क्षेत्रमा सक्रिय पुनरागमन गरेका छन्, 'ए मान्छे' मार्फत। लामो समयको अन्तरालपछि नयाँ गीतमार्फत कमब्याक गरेका सचिनले त्यसपछि थप दुई गीत पनि दर्शकमाझ ल्याएका छन् कु कु कु तथा माया सरर...शीर्षकमा। यी दुई गीतले पनि दर्शकको मन जितिरहेको गायक रौनियारको दाबी छ।

'पप र रक संगीत पहिले जुन उचाइमा थियो, त्यो उचाइमा त छैन । पपगीतहरु त्यति चलेका छैनन् । पपगीतका सर्जकहरु अहिले रेकर्डिङ स्टुडियोहरुभन्दा कन्सर्टमा बढी व्यस्त भइरहेका छन् ।'

\- सन्जय श्रेष्ठ, गायक

किन गाउँदैनन् नयाँ गीत

गायक सन्जय श्रेष्ठको कुरामा विश्वास गर्ने हो भने दर्शक तथा श्रोताले सबैभन्दा पहिला जुन गीतलाई मन पराए, भविष्यसम्म पनि त्यही गीत सुन्ने बानी परेको हुन्छ। 'मैले माया मेरीपछि दर्जनौं गीतहरू गाएको छु, उनी भन्छन्- 'तर मैले जति नै सिंगार पटार गरेर नयाँ गीत गाए पनि दर्शकले मलाई स्टेजमा देख्ना साथ माया मेरी माया नै सुन्न खोज्छन्। कलाकार भएपछि दर्शकको कुरा सुन्नै पर्‍यो।'

गायक दीपेशकिशोर भट्टराईको तर्क अलि बेग्लै छ। उनी भन्छन्- 'पहिले-पहिले नेपाली पप गीत-संगीत जुन रूपमा सुनिन्थ्यो, अहिले त्यो रूपमा सुनिँदैन।'

गायक नविन के भट्टराईको भनाइमा नयाँ गीतमा जति नै मेहनत गरे पनि दर्शकले नयाँ गीतको तुलनामा आफ्ना पुराना गीतहरू नै मन पराइरहेकाले नयाँ गीत-संगीतहरू ओझेलमा परिरहेका छन्।

गायक धीरज राईको बुझाइमा अहिले सामाजिक सञ्जालको सहजताका कारण राम्रा-नराम्रा गायक-गायिकाहरू च्याउसरी हजारौंको संख्यामा जन्मिरहेका छन्। गीत सुन्नका लागि श्रोताहरूसँग समय नै छैन। गम्भीर र गहिरा प्रकृतिका गीतहरू सुन्ने अवस्था कमै छ। स्रष्टाहरूलाई छिट्टै गीत गाएर छिट्टै हिट हुनु छ। संगीत बजार व्यापार मुखी भएका कारण पनि आफूले नयाँ-नयाँ गीत रेकर्ड गर्न रुचि नदेखाएको उनको भनाइ छ।

यतिबेला कहाँ छ पप संगीत ?

गायक सन्जय श्रेष्ठ भन्छन्- 'पप र रक संगीत पहिले जुन उचाइमा थियो, त्यो उचाइमा त छैन। पप गीतहरू त्यति चलेका छैनन्। पप गीतका सर्जकहरू अहिले रेकर्डिङ स्टुडियोहरूभन्दा कन्सर्टमा बढी व्यस्त भइरहेका छन्। लोक गीत, आधुनिक गीत, चलचित्रका गीतको तुलनामा पप गीत माथि आउन सकेको छैन। 'तर, त्यति हुँदाहुँदै पनि हामी हरेक शुक्रबारजसो कन्सर्ट दिइरहेका छौं। विदेशका कार्यक्रममा सहभागिता जनाइरहेका छौं। मसहित जेम्स प्रधान, बबिन प्रधान, सचिन

'यतिबेला पपगीत-संगीत सुस्ताएको अवस्थामा छ । सांगीतिक क्षेत्रमा अन्य विभिन्न विधाका गीत-संगीत चर्चामा आइरहेको बेला पप संगीत सुस्ताएको छ'

\- विधान श्रेष्ठ, गायक

'अहिले पपगीतहरू मूलधारमै छैनन् । मूलधारका लागि त पप संगीत मरिसक्यो, इट्स डेड । अहिले पप र रक गीतहरू बाँचेको भनेको भनेको लाउन्ज, बार तथा ठूल्ठूला चौरहरूमा मात्र हो ।'

- नवीन के. भट्टराई, गायक

'९० को दशकमा जति पप गीत सार्वजनिक भए, सबै कर्णप्रिय थिए । अहिलेसम्म त्यही कालखण्डमा बनेका पप गीतहरूकै बोलवाला छ ।'

रौनियार आदि संगीतकर्ममै जुटिरहेका छौं।' गायक धीरज राई भने, नेपाली सांगीतिक क्षेत्रमा पप गीत-संगीतले एउटा ठूलो हिस्सा ओगटेको छ, पप गीतका श्रोताहरू आफ्नै किसिमका छन्। पप संगीत आफ्नै संसारमा रमाइरहेको छ।'

नविन के भट्टराईको तर्क बेग्लै छ। उनी खरो भाषामा भन्छन्- 'खासमा अहिले पप गीतहरू मूलधारमै छैनन्। मूलधारका लागि त पप संगीत मरिसक्यो, इट्स डेड।' गायक भट्टराई थप्छन्- 'अब अहिले पप र रक गीतहरू बाँचेको भनेको भनेको लाउन्ज, बार तथा ठूल्ठूला चौरहरूमा मात्र हो, सञ्चारमाध्यमहरूमा त मरिनै सक्यो।' उनका बुझाइमा पप गीत-संगीतलाई कन्सर्टले मात्र जोगाइरहेको छ।

पप गायक विधान श्रेष्ठ भने यतिबेला पप गीत-संगीत सुस्ताएको अवस्थामा छ। सांगीतिक क्षेत्रमा अन्य विभिन्न विधाका गीत-संगीत चर्चामा आइरहेको बेला पप संगीत सुस्ताएको उनको कथन छ।

पप गायकहरूको व्यस्तता ?

साप्ताहिकले कुनै बेलाका चल्तीका पप गायकहरूलाई उनीहरूको पछिल्लो सांगीतिक व्यस्तताका बारेमा जिज्ञासा राखेको थियो। यसको जवाफमा गायक सञ्जय श्रेष्ठ भन्छन्- 'मेरो सांगीतिक व्यस्तता घटेको छैन। कन्सर्टहरूले मलाई व्यस्त बनाइरहेको छ। काठमाडौं तथा काठमाडौं बाहिर हरेक शुक्रबार जसो कुनै न कुनै ठाउँमा कन्सर्ट भइरहेकै हुन्छ। नयाँ वर्ष-२०२० लागेपछि विदेश गएर कन्सर्ट दिने तयारीसमेत भइरहेको छ।'

गायक धीरज राई पनि आफू सांगीतिक गतिविधिहरूमा व्यस्त भइरहको बताउँछन्। उनको व्यस्ता भने अन्य पप गायकहरूको तुलनामा केही पृथक छ। 'मैले आफ्ना गीत-संगीतमार्फत बुद्धको सन्देश फैलाउने अभियानलाई अघि बढाइरहेको छु, जसमा दर्शक तथा श्रोताको पनि राम्रो साथ पाएको छु। मैले कुनै बेला पप गीत गाएरै लोकप्रियता हासिल गरेको थिएँ, अहिले बुद्धलाई

'अहिले धेरै प्रकारका गीतहरू आइरहेका छन् । धेरै प्रकारका गायक-गायिकाहरूले कोसिस पनि गरिरहेका छन् । पपदेखि लोक, आधुनिकसम्म मिश्रित शैलीका गीतहरू बनिरहेका छन् ।'

- सचिन रौनियार, गायक

गीतमा गाउन थालेपछि सम्मानसमेत पाउन थालेको छु।'

गायक सचिन रौनियारले भने पुनरागमनपछि सांगीतिक कार्यक्रममा व्यस्तता बढेको बताउँछन्। कन्सर्ट, म्युजिक एवार्ड्स जस्ता कार्यक्रममा सहभागिता जनाइरहेको छु। पछिल्लो पटक गाएका गीतबाट पुरस्कृतसमेत भइरहेको छु। श्रोताहरूबाट पाएको मायाले अझै धेरैभन्दा धेरै गीतहरू गाउन हौसलासमेत पाएको छु।

२०५६ सालमै 'काला पानी...' गीत गाएर चर्चामा आएका गायक श्रेष्ठले पछिल्लो समय सांगीतिक कार्यक्रमको तयारीमा छन् भने निकट भविष्यमै खुकुरीको विषयमा गीत रेकर्ड गराउदैछन्।

पछिल्ला गीतबाट कस्तो प्रतिक्रिया

गायक सञ्जय श्रेष्ठले केही महिनाअघि आफ्नो पुरानो गीत माया मेरी मायालाई रि-रेकर्ड गर्ने मौका पाएका थिए। उक्त गीतको भिडियो टुर्बोग आर्बेटरीका रूपमा बजारमा आएको छ। दर्शक तथा श्रोताले अत्यन्त रुचाएकै कारण आफूले उक्त गीतलाई पुनः नयाँ शैलीमा गाएको उनको भनाइ छ। निकट भविष्यमै उनी सिंगल ट्र्याकका रूपमा केही गीत रेकर्ड गराउँदै छन्। तीमध्ये टिजिआईएफ गीतको काम करिब सम्पन्न भइसकेको छ भने एउटा मैथिली भाषाको गीतमा रक मिक्स गरेर समेत गाउँदैछन्। यसबाहेक केही पप गीतहरू लिएर दर्शक तथा श्रोतामाझ आउने गायक श्रेष्ठको तयारी छ।

'मैले आफ्ना गीत-संगीतमार्फत बुद्धको सन्देश फैलाउने अभियानलाई अघि बढाइरहेको छु, जसमा दर्शक तथा श्रोताको पनि राम्रो साथ पाएको छु । मैले कुनै बेला पपगीत गाएरै लोकप्रिय हासिल गरेको थिएँ ।'

- धीरज राई, गायक

किन पुरानै गीत रुचाउँछन् दर्शक ?

गायक सञ्जय श्रेष्ठ भन्छन्- 'जुन गीतले हामीलाई चिनारी दियो। जुन गीत सुन्दा दर्शकको कानलाई नै आनन्द आउँछ, उनीहरू तिनै गीत सुन्न चाहन्छन्। कुनै पनि कलाकारलाई स्टेजमा देख्दा उसको जुन गीत सबैभन्दा लोकप्रिय छ, जुन गीतले चिनिएको छ, त्यही नै गीत सुन्न चाहने मानवीय स्वभाव नै हो।'

गायक श्रेष्ठको अनुसार सन् १९९० को दशक नेपाली पप संगीतका लागि सुनौलो थियो। '९० को दशकमा जति पप गीत सार्वजनिक भए, सबै कर्णप्रिय थिए। अहिलेसम्म त्यही कालखण्डमा बनेका पप गीतहरूकै बोलवाला छ। दर्शक तथा श्रोताहरूले पनि तिनै अवधिमा सार्वजनिक भएका गीतहरू बढी मन पराएका छन्। 'हामीले जति नै सुन्दर गीतहरू तयार पारे पनि दर्शकको मनमा हाम्रा पुराना गीतहरू बसेकाले त्यो छाप मेटाउन असाध्यै गाह्रो छ,' गायक श्रेष्ठ भन्छन्।

'धेरै कलाकारको जन्म भए पनि अहिले सांगीतिक क्षेत्र अहिले पनि त्यति चित्त बुझ्दो छैन जस्तो लाग्छ ।'

- दिपेशकिशोर भट्टराई, गायक

समग्र सांगीतिक क्षेत्र कस्तो छ ?

गायक धीरज राई भन्छन्- 'दिन प्रतिदिन बाँच्नका लागि प्रतिस्पर्धा बढ्दो छ। दाल, भात, तरकारी अनि धेरैपछि मात्र गीत-संगीतको पालो आउँछ। हामी जस्तो गरिब राष्ट्रमा बाँच्नका लागि समय छुट्ट्याउँदा-छुट्ट्याउँदै गीत-संगीतका लागि साह्रै थोरै समय निस्कन्छ। त्यसमाथि थोरै मिहिनेतले बनाएको गीतको गुणस्तर नै कमसल नै हुन्छ। संगीतको बजार नै व्यापार मुखी हुँदा व्यापारमुखी सिर्जनाहरू क्षणिक समयका लागि मात्र हुन थालेका छन्। त्यसै कारण अहिलेका धेरै स्टारहरूको सांगीतिक आयु एक साता मात्र देखिएको छ, जुन सांगीतिक क्षेत्रका लागि बिडम्बनापूर्ण हो।'

गायक सञ्जय श्रेष्ठको बुझाइमा अहिलेको सांगीतिक बजार डिजिटल युगमा प्रवेश गरेको छ। 'पहिला-पहिला ट्र्याकमा गीतहरू रेकर्ड गरिन्थ्यो, उनी भन्छन्- 'अहिले सबै गीतहरू डिजिटल प्रविधिमा रेकर्ड गरिन्छ। विश्वमा उपलब्ध कुनै पनि बाजा नेपाली गीतमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यति हुँदा-हुँदै पनि पप संगीतको क्षेत्रमा भने नयाँ काम भइरहेको छैन, शायद श्रोताले नरुचाएका हुन् कि अथवा हामी नै नयाँ सिर्जना गर्न डराएका पो हौं कि ?'

दिपेश किशोर भट्टराई भने धेरै गायक-गायिकाको उदय भएका कारण संगीतलाई हल्का रूपमा लिने प्रचलन बढेको बताउँछन्। उनी भन्छन्- 'धेरै कलाकार हरूको जन्म भए पनि अहिले सांगीतिक क्षेत्र अहिले पनि त्यति चित्त बुझ्दो छैन जस्तो लाग्छ।'

नविन के भट्टराई भन्छन्- 'अहिले सांगीतिक माहौल नै परिवर्तन शील छ। पप र रक गीत लाइभ कन्सर्टमा मात्र सीमित भएका छन्। आधुनिक र लोक गीत मूल धारमा छन्। हामी पप गायकहरूलाई लाइभ कन्सर्टले नै बनाइरहेको छ।'

गायक सचिन रौनियारको बुझाइमा सांगीतिक क्षेत्रमा आज पनि संक्रमण कालमै छ। उनी भन्छन्- 'धेरै प्रकारका गीतहरू आइरहेका छन्। धेरै प्रकारका गायक-गायिकाहले कोसिस पनि गरिरहेका छन्। पपदेखि लोक, आधुनिकसम्म मिश्रित शैलीका गीतहरू बनिरहेका छन्।' गायक रौनियार युट्युब तथा सामाजिक सञ्जालका कारण नेपाली संगीत अन्तर्राष्ट्रियकरण समेत भइरहेको धारणा व्यक्त गर्छन्। यसबाहेक अहिले नेपाली संगीत फिल्टर हुने क्रममा छ। 'जसले आफ्नो संस्कृतिलाई नबिर्सि गीत-संगीत सिर्जना गरिरहन्छ, ती गीतहरू अजर-अमर हुन्छन्, गायक रौनियार भन्छन्।

कलिउड

लगानी अर्ब, आम्दानी करोड

‘५० लाखदेखि २ करोडसम्मको निर्माणको लागत हिसाब गर्दा वार्षिक रूपमा चलचित्रमा झन्डै २ अर्बको लगानी भइरहेको छ । त्यसमा हिट, औसत र फ्लप चलचित्रकै आम्दानी हेर्दा १ अर्ब पनि नघाउन सकेका छैनन् ।’

■ नेमिष गौतम

‘के टाकेटीहरू, डेटिङका लागि सुनसान ठाउँ चाहिएको छ ? आजकाल जुनसुकै फिल्म हलमा गए पनि हुन्छ... हरिबिजोक डटकम’ अभिनेता तथा निर्माता दीपकराज गिरीले फेसबुकमा लेखेको यो स्टाटस थुप्रै अनलाइन सञ्चारमाध्यमका लागि समाचारको मसला नै बन्यो । राजनीतिक, सामाजिक तथा चलचित्र क्षेत्रकै समसामयिक विषयमा समय-समयमा व्यंग्यात्मक स्टाटस लेख्न खप्पिस दीपकको यो स्टासले अहिलेको नेपाली चलचित्र बजारको सेलाएको व्यापारको तीतो यथार्थको प्रतिनिधित्व गर्छ ।

चलचित्र ‘हजार जुनीसम्म’को ट्रेलर सार्वजनिक कार्यक्रममा अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काले एक प्रश्नमा ‘कुनै पनि कलाकारले २० लाख पारिश्रमिक लियो भने उसले ५० लाखको दर्शक तान्न सक्नुपर्छ’ भन्ने जवाफ दिएपछि उनको जवाफले अनलाइन सञ्चारमाध्यममा राम्रै स्थान पाएको थियो । अर्की एक अभिनेत्रीलाई लक्षित गर्दै स्वस्तिमाले जवाफ दिएको भनिए पनि उनको भनाइ समग्र अभिनेता अभिनेत्रीप्रति लक्षित थियो भन्ने सहजै अनुमान लगाउन सकिन्थ्यो ।

लन्डनमा छायांकन गरिएको चलचित्र ‘पासवर्ड’को एक आइटम गीतका लागि निर्माण पक्षले बलिउड अभिनेत्री सनी लियोनीलाई झन्डै २ करोड पारिश्रमिक दियो । निकै महँगो बजेटको यो चलचित्र बक्स अफिसमा असफल नै भयो । सनी राखेकै कारण चलचित्र हेर्न दर्शक आउने आशामा निर्माण पक्ष रहे पनि त्यो आशा निराशामा परिणत भयो । मिलन चाम्सले निर्देशन गर्ने भनिएको चलचित्र ‘ब्याचलर बन्टी’का लागि निर्माण पक्षले अभिनेता अनमोल केसीलाई ५० लाख रुपैयाँ पारिश्रमिक दिएर अनुबन्धित नै गर्‍यो । त्यसका लागि साइनिङ एमाउन्टबापत उनलाई १० लाख रुपैयाँ दिइयो । भलै यो चलचित्र त बनेन नै, अभिनेता अनमोल र निर्देशक मिलन चाम्सले पनि कारण देखाएर चलचित्र छाडे ।

चलचित्रमा अनुबन्धित गराउन कलाकारलाई निर्माताले पारिश्रमिकको अनुपात कतिसम्म बढाउँछन् भन्ने सनी र अनमोललाई हेरे पुग्छ । एक समय नेपाली चलचित्रको लागत ६० लाखदेखि ८० लाखसम्म थियो । यो संख्या बढेर अहिले २ देखि ३ करोडसम्म पुगिसकेको छ । तर, औसत लगानीको अनुपात भने अधिकतम डेढ करोडसम्म छ । नेपाली चलचित्रले प्रविधि, कलाकार र लोकेसनमा नयाँपन पाइसकेको छ । यही नयाँपनले चलचित्र निर्माणको लागतको अनुपात पनि करोडको बाटोमा कुदिरहेको छ ।

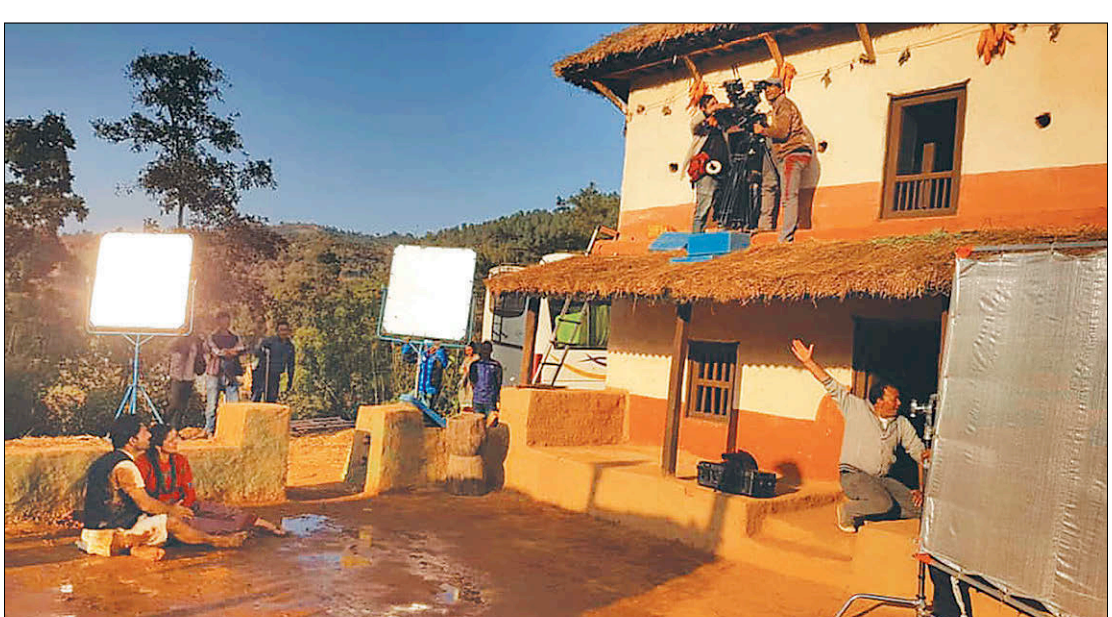
‘तिहारपछि चलचित्रको व्यापारमा आएको गिरावटका कारण धेरै हलमा ताला लागेको अवस्था छ । हामी पुराना मेकर नयाँ चलचित्र बनाउन डराएका छैनौं । केवल ‘वेट एन्ड वाच’मा छौं ।’

– छविराज ओझा, निर्माता

नेपालमा वार्षिक रूपमा झन्डै सयको हाराहारीमा चलचित्र निर्माण हुने गरेका छन् । ५० लाखदेखि २ करोडसम्मको निर्माणको लागत हिसाब गर्दा वार्षिक रूपमा चलचित्रमा झन्डै २ अर्बको लगानी भइरहेको छ । त्यसमा हिट, औसत र फ्लप चलचित्रकै आम्दानी हेर्दा १ अर्ब पनि नघाउन सकेका छैनन् । धेरै चलचित्रलाई लगानीको त कुरा परै छोडौं, पोस्टर टाँसेबापत प्राविधिकलाई दिइने पारिश्रमिकबापतको पैसा पनि उठाउन मुस्किल पर्ने गरेको छ । यस्तो अवस्थामा पनि चलचित्र बनाउने लहड रोकिएको छैन । यो लहडमा पुरानाभन्दा नयाँ अनुहार बढी सक्रिय छन् ।

चलचित्र ‘मंगलम’ रिलिजपछि निर्माता छविराज ओझा चलचित्र निर्माणमा चुपचाप नै छन् । ‘मंगलम्’ रिलिजको दुई वर्षमा उनले पूर्वको एक हलमा लगानी गरिसकेका छन् । ‘म अहिले चलचित्रको अवस्थालाई नजिकबाट हेरिरहेको छु । नयाँ साथीहरू चलचित्रबारे केही नबुझिकनै लगानी गर्न आइरहनुभएको छ । उहाँहरूमा फाइदा र घाटाको केही जानकारी नै छैन । वर्षमा प्रदर्शनमा आएका चलचित्रमध्ये दुई-चारवटाले करोडौं कमाएको सुनेका र देखेका कारण पनि त्यति धेरै कमाइ हुने रहेछ भन्ने लोभमा आइरहनुभएको छ’, छविराज भन्छन्, ‘तिहारपछि चलचित्रको व्यापारमा आएको गिरावटका कारण धेरै हलमा ताला लागेको अवस्था छ । हामी पुराना मेकर नयाँ चलचित्र बनाउन डराएका छैनौं । केवल ‘वेट एन्ड वाच’मा छौं ।’

गैरआवासीय नेपालीहरूको नेपाली चलचित्र निर्माणमा बढ्दो आकर्षणलाई छविराज अलिक फरक ढंगले व्याख्या गर्छन् । ‘चलचित्रले व्यापार नगरे पनि निर्माता तथा निर्देशकहरूले मेरो चलचित्रले यति आम्दानी गर्‍यो भनेर मिडियामा समाचार दिन्छन् । त्यो देखेर उनीहरूमा लोभ पलाउँछ’, छविराजको दाबी छ, ‘चलचित्र क्षेत्र आफैंमा ग्ल्यामरस लाइन हो । यहाँ मिडिया पब्लिसिटी पनि राम्रै हुन्छ । त्यसकारण पनि नयाँ निर्मातालाई त्यो भोक रहिआएको छ ।’



चलचित्र निर्माता, वितरक तथा हल सञ्चालक गोपालकाजी कायस्थ चलचित्रमा लगानी गर्न आइरहेका नयाँ निर्मातामा धैर्यताभन्दा पनि सोखको मात्रा धेरै रहेको दाबी गर्छन् । 'अहिले आएका निर्माताहरू सोखका लागि आएका हुन् । चलचित्र निर्माण गरेपछि मिडियामा उनीहरूको नाम आउँछ । विदेशमा रहेका साथीभाइलाई पनि मैले बनाएको चलचित्र हो है भन्ने मेसो पनि हुन्छ', कायस्थ खुल्छन्, 'उनीहरू चलचित्र निर्माणलाई अन्य व्यापार व्यवसायजस्तै ठानेर भनेजति पैसा लगानी गर्छन् । छोटो समयमा धेरै पैसा कमाउने लोभले आफैं नराम्ररी डुब्छन् । अहिले चलचित्र निर्माण शैली जग्गा दलालीजस्तै भएको छ । एक निर्देशकले अनेक प्रलोभन देखाएर तीनवटा नयाँ निर्माता ल्याउँछन् । उनीहरू आफू त फस्छन् नै, निर्देशकलाई पनि राम्रो चलचित्र बनाइदिएन भनेर आक्षेप लगाउँछन् ।'

'एकथरी निर्माता रहरैरहरले निर्माणमा लागेका छन् । अर्काथरी निर्माता कसैको उक्साहट र बहकाउमा आएका छन् र अर्को थरी निर्माताचाहिँ नाम हुन्छ कि भनेर आउने गर्छन् ।'

– आकाश अधिकारी, अध्यक्ष, नेपाल चलचित्र निर्माता संघ

काठमाडौंको जडिबुटीस्थित पुष्पाञ्जली हलका सञ्चालकसमेत रहेका गोपाल दर्शक अभावकै कारण हल नै बन्द गर्ने निर्णयमा पुगिसकेका छन् । हजार सिट क्षमताको हलमा अहिले चलचित्र हेर्नकै लागि अत्यन्तै कम मात्र दर्शक आउने गरेका छन् । उनको भनाइअनुसार पुष्पाञ्जलीमात्र नभई धेरै सिंगल थिएटर बन्द हुने अवस्थामा पुगिसकेका छन् । 'अहिलेका दर्शकले राम्रो चलचित्रभन्दा चलचित्रको ब्रान्ड भ्यालु र स्टारडम हेर्न थालेका छन् । समयअनुसार दर्शकमा आएको परिवर्तनले पनि चलचित्रको निर्माण र यसको व्यापारमा फेरबदल भइरहेको छ', कायस्थ भन्छन्, 'यस अवस्थामा अब हल चलाएर स्टाफलाई तलब, बत्ती खर्च, हल भाडा तिर्न सक्ने अवस्था रहेन । घाटाको व्यवसाय गर्नुभन्दा त्यसलाई बन्द गरेर त्यसको विकल्प सोच्ने अवस्था आएको हो ।'

चलचित्रको लगानी बढ्नुमा कलाकारदेखि प्राविधिकको पारिश्रमिक पनि प्रमुख कारण हो । कलाकारहरूको पारिश्रमिक अनुपात हेर्ने हो भने न्यूनतम ५ लाखदेखि अधिकतम ५० लाखसम्म नै छ । अहिलेको परिप्रेक्ष्यमा अभिनेता अनमोल केसी सर्वाधिक पारिश्रमिक लिने कलाकारमा पर्छन् । उनको पारिश्रमिकको अनुपात ३० देखि ३५ लाख छ । त्यस्तै अभिनेत्री साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह पनि औसत २० लाखसम्म पारिश्रमिक लिन्छिन् । छायांकनदेखि अन्य प्राविधिक विधामा काम गर्ने प्राविधिकको पारिश्रमिक निकै बढिसकेको छ, जसका कारण चलचित्रको लागत ह्वात्तै बढेको छ ।

निर्माता तथा निर्देशक विकासराज आचार्य चलचित्र क्षेत्रमा चलचित्र नबुझेका मानिसको आगमन बढेकाले लगानीको मात्रा पनि बढ्दै गएको बताउँछन् । 'हामीले चलचित्र बुझ्यौं, कथा बुझ्यौं । तर, नयाँ मेकरले केवल लगानी मात्र बुझे, कथा र चलचित्र बुझ्न सकेनन्', उनी भन्छन्, 'नयाँ मेकरले चलचित्र बनाउने शैलीलाई महँगो बनाइदिए, तर उनीहरूले महँगो चलचित्र बनाउन सकेनन् जसको असर चलचित्र क्षेत्रले नै भोगिरहनुपरेको छ ।'

विकास कलाकार र प्राविधिकको पारिश्रमिक महँगो हुनुलाई स्वाभाविक मान्छन् । 'सधैं एकै मूल्यमा एउटै शैलीमा कोही पनि रुचाउँदैनन् । अहिले समय महँगो भइसकेको छ । यस्तो अवस्थामा उनीहरूले आफूलाई महँगो बनाउनु खासै ठूलो कुरा होइन', विकास भन्छन्, 'आफू महँगो भए पनि आफूमाथि निर्माताले गरेको लगानीलाई चाहिँ उठाउने किसिमले उनीहरूले काम गर्नुपर्ने हुन्छ ।'

अघिल्लो वर्ष २०७५ मा नेपाली चलचित्रको व्यापारिक अवस्था निराशाजनक भइरहँदा नयाँ वर्ष २०७६ को आगमनसँगै चलचित्रको व्यापारमा केही सुधार आउला भन्ने आशा चलचित्रकर्मीमा थियो । तर, २०७५ को चैत मसान्तमा रिलिज चलचित्र 'ए मेरो हजुर ३' र 'यात्रा : ए म्युजिकल ब्लग' देखि हाल प्रदर्शित चलचित्र 'प्रेम संसार' र 'सूर्य किरण' सम्म आइपुग्दा चलचित्रको व्यापारिक अवस्था झन विकराल बन्दै गएको छ । यो समयावधिमा प्रदर्शन भएका चलचित्रहरूमध्ये 'ए मेरो हजुर-३', 'दाल भात तरकारी', 'जात्रै जात्रा', 'कबड्डी कबड्डी कबड्डी' र 'छ माया छपक्कै' ले निर्माताको गोजीमा उत्साहजनक सेयर भरिदियो । बाँकी चलचित्रमध्ये केहीले मात्र औसत व्यापार गरेर निर्माताको मुहारमा केही मुस्कान दियो । तर, ती बाहेकका चलचित्रको व्यापारलाई स्वयं निर्माताले नै सम्झन नसक्ने बनाइदियो ।

चलचित्र निर्माताको छाता संस्था नेपाल चलचित्र निर्माता संघका अध्यक्ष आकाश अधिकारी मुख्य तीन कारणले नयाँ निर्माताहरूको चलचित्रमा आकर्षण बढ्दै गएको दाबी गर्छन् । 'एकथरी निर्माता रहरैरहरले निर्माणमा लागेका छन् । अर्काथरी निर्माता कसैको उक्साहट र बहकाउमा आएका छन् र अर्को थरी निर्माताचाहिँ नाम हुन्छ कि भनेर आउने गर्छन्', आकाश भन्छन्, 'जो व्यावसायिक रूपमा चलचित्र क्षेत्रमा लगानी गरिरहेको हुन्छ । उसलाई अर्को व्यवसाय गर्न गाह्रो हुन्छ । किनभने त्यसका लागि उसले अध्ययन अनुसन्धान गर्नुपर्छ । त्यसैले ऊ चलचित्र क्षेत्र छाडेर अन्य ठाउँमा जान सक्दैन । कुनै चलचित्र फ्लप भयो भने काठमाडौंमा नै बसेर अर्को चलचित्रको तयारी गर्छ ।'

आकाश चलचित्रमा उद्योगपति, व्यापारी, व्यवसायीको आगमन राम्रो भए पनि चलचित्र बुझेर मात्र लगानी गर्न सुझाव दिन्छन् । 'अहिले लहैलहैमा कुरै नबुझी चलचित्र निर्माणमा आउनेको संख्या बाक्लो छ । चलचित्रको बजेट, त्यसको प्रदर्शनको अवस्था र सम्भावित आम्दानीको हिसाबकिताब नगरी चलचित्र निर्माण गर्दा उनीहरू ठूलो नोक्सानी बेहोर्ने गरेका छन्', अधिकारी खुल्छन्, 'एउटा चलचित्र निर्माण गर्ने, त्यसले पैसा कमायो भने बस्ने नत्र बाहिरिने चलनले चलचित्रको बजारमा पनि असर परेको छ । मलाई अहिले पनि धेरै नयाँ निर्माताले चलचित्रमा गरिएको लगानीका विषयमा गुनासो गरिरहन्छन् ।'

चलचित्र निर्माणको काम 'रिस्की जोन' भए पनि भ्रम सिर्जना गर्दै चलचित्र निर्माण गर्ने वातावरण बनिरहेकोमा आकाश दुःखी छन् । विशुद्ध व्यावसायिक निर्माताको चलचित्र घाटामा गए पनि उसले चलचित्र निर्माण गर्दा राज्यलाई तिरेको करका आधारमा ७ प्रतिशतसम्म हिसाब मिलान गर्ने प्रचलन छ ।

कुनै समयमा एकपछि अर्को गर्दै चलचित्र निर्माण गर्ने निर्माताहरू अहिले 'पर्ख र हेर'को स्थितिमा पुगिसकेका छन् । कम बजेटमा पनि राम्रो चलचित्र बनाउन खप्पिस उनीहरू चलचित्र निर्माण तथा निर्देशनमा नयाँ पुस्ताको आगमनसँगै कम सक्रिय हुन थालेका छन् । 'बनिरहेका चलचित्रको प्रदर्शनपछिको व्यापार हेर्दा तुरुन्तै नयाँ चलचित्र बनाउने जाँगर मरेको छ । अहिले हामी पुराना केही निर्माताहरू पर्ख र हेरको अवस्थामा छौं', एक चलचित्र निर्माता भन्छन्, 'स्टार भ्यालु भएका कलाकारले अभिनय गरेका चलचित्र पनि एक साता नपुग्दै हलबाट उत्रिनुपर्ने अवस्था छ । यस्तो अवस्थामा नयाँ चलचित्र बनाएर जोखिम मोल्न कोही चाहँदैनन् ।'

'चलचित्रमा विशेषत: विदेशमा बस्दै आएका गैरआवासीय नेपाली (एनआरएन) को चासो बढी देखिन्छ । अमेरिका, यूके, जापानमा बस्दै आएका गैरआवासीय नेपालीहरू नेपाली चलचित्र निर्माणमा आकर्षित भइरहेका छन् ।'

'चलचित्र निर्माणलाई अन्य व्यापार व्यवसायजस्तै ठानेर भनेजति पैसा लगानी गर्छन् । छोटो समयमा धेरै पैसा कमाउने लोभले आफैं नराम्ररी डुब्छन् ।'

– गोपालकाजी कायस्थ, वितरक, हल सञ्चालक

आफूले निर्माण गरेको चलचित्रले व्यावसायिक सफलता चाख्न नपाउँदा त्यसको ठूलो दोष वितरकलाई दिन्छन् । वितरकले निर्माता र दर्शकबीच पुलको काम गर्छन् । पुल यस अर्थमा कि हरेक चलचित्र उपत्यका तथा उपत्यकाबाहिर कुन-कुन हलमा प्रदर्शनमा आउँदैछन् भन्ने कुराको जानकारी वितरकलाई हुन्छ । यस्तो अवस्थामा कसैको चलचित्रले कम हल त कसैले बढी हल पाउने सम्भावना रहन्छ । बढी हल पाउँदा खुसी हुने र कम हल पाउँदा आक्रोशित हुने नेपाली निर्माताको पुरानै शैली हो ।

४० वर्षयतादेखि चलचित्र वितरण गरिरहेका गोपाल वितरकले चलचित्र चलाउने नभई दर्शकमाझ चलचित्र पुर्‍याउने काम मात्र गर्ने रहेको बताउँछन् । 'निर्माताहरू राम्रो चलचित्र बनाएर पनि वितरकका कारण चलचित्र चल्न सकेनन् भन्ने आरोप लगाउँछन् । यो बुझाइ गलत हो । हाम्रो ध्यान चलचित्र नजुधोस् भन्ने मात्र हो', उनी भन्छन्, 'चल्ने र नचल्ने हात दर्शकमा हुन्छ । चलचित्रको छनोटको अधिकार दर्शकको हुन्छ । हामीले त चलचित्र हेर्ने वातावरण मात्र बनाउने हो ।'

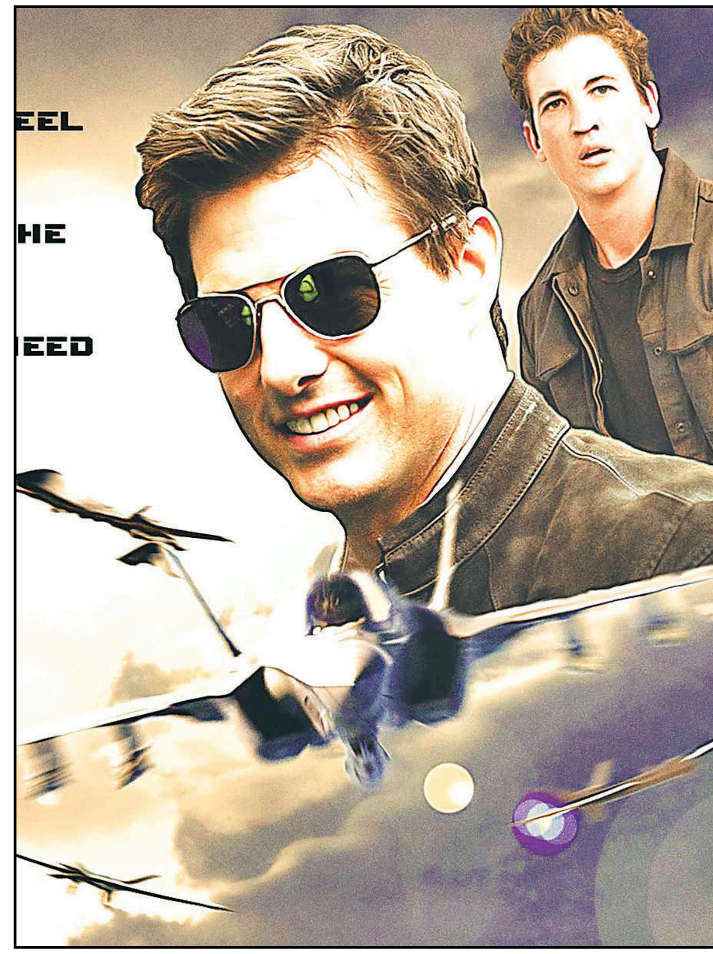
उपत्यका बाहिर चलचित्र वितरणमा सक्रिय संस्था एफडी कम्पनीका अध्यक्ष सुशील पोखरेल राम्रो कथावस्तुका चलचित्रलाई मात्र दर्शकले मनपराउने भएकाले त्यस्तै विषयमा चलचित्र बनाउन आग्रह गर्छन् । 'पहिला आफू राम्रो चलचित्र बनाउन सक्नुपर्‍यो । राम्रो चलचित्र बनाएपछि मात्र त्यसको जस आफू, निर्देशक, कलाकार र प्राविधिकले पाउन सक्छन्,' उनी भन्छन्, 'आफू राम्रो चलचित्र नबनाउने अनि अरूलाई दोष दिएर हुन्छ र ?'

नेपाली चलचित्रको पछिल्लो अवस्थामा हेर्दा चलचित्रमा विशेषतः विदेशमा बस्दै आएका गैरआवासीय नेपाली (एनआरएन) को चासो बढी देखिन्छ । अमेरिका, यूके, जापानमा बस्दै आएका गैरआवासीय नेपालीहरू नेपाली चलचित्र निर्माणमा आकर्षित भइरहेका छन् । आफू बसेको स्थानमा सर्वसुलभ ढंगले चलचित्रको छायांकन र रिलिज गर्ने लोभले पनि उनीहरूले मनग्यै लगानी गर्ने गरेका छन् ।

पछिल्लो समयमा नेपाली चलचित्रको विदेशी भूमिमा छायांकन गर्ने लहड नै चलेको छ । आर्यन सिग्देलको 'कायरा', मिलन चाम्सको 'लिलिबिली', 'ह्याप्पी डेज', 'ब्लाइन्ड रक्स', मुकुन्द भट्टको 'लप्पनछप्पन' र 'लप्पन छप्पन-२', वसन्त निरौलाको निर्देशनमा 'होलिडे', सुरेशदर्पण पोखरेलको 'मिस यू', पृथ्वी रानाको 'परें नि मायाजालैमा', रमित ढुंगानाको 'बुद्ध बर्न इन नेपाल', सुधांशु जोशीको 'नेपाल', आकाश अधिकारीको 'काठमाडौं', रामशरण पाठकको 'प्रेम गीत-२', नीरज बरालको 'स्टुपिड मन', ऋषिराज आचार्यको 'ड्रिम गर्ल', मुस्कान ढकालको 'समर लभ', राजवल्लभ कोइरालाको 'राघव', निर्माता तथा अभिनेता कुशल थापाको 'ह्याप्पी न्यु इअर' र रेनेशा वान्तवा राईको 'इन्टुमिन्टु लन्डनमा' लगायतका चलचित्रहरू विदेशी भूमिमै छायांकन गरिएका छन् । यीमध्ये केही चलचित्रको गीत विदेशमा छायांकन गरिए पनि बाँकी चलचित्रका सम्पूर्ण दृश्य उतै खिचिएका छन् । यो हिसाबले यी चलचित्रको लगानी कतिसम्म बढ्यो भन्ने सहजै अनुमान लगाउन सकिन्छ ।

बलिउड/हलिउड

बलिउड र हलिउडको रोमाञ्चक भिडन्त



“ छायांकनरत बलिउड चलचित्र ‘राधे : युअर मस्ट वान्टेड भाइ’ र हलिउड चलचित्र ‘फास्ट एन्ड फ्युरियस-९’ आगामी मे २२ मा रिलिज हुँदैछन् । चलचित्र ‘राधे : युअर मस्ट वान्डेट भाइ’को निर्देशन प्रभु देवाले गरेका छन् ।

नयाँ वर्ष २०२० आममानिसका लागि के-कस्तो रहला, त्यो बिस्तारै देखिँदै जानेछ । तर, बलिउड र हलिउड चलचित्रका लागि भने यो वर्ष केही विशेष हुँदैछ । विशेष यस अर्थमा कि यो वर्ष केही प्रतीक्षित बलिउड र हलिउड चलचित्र एकै मितिमा रिलिज हुँदैछन् । यी चलचित्रको सार्वजनिक प्रदर्शन मितिले आमदर्शकमाझ चलचित्रको व्यापार कस्तो होला भन्ने कौतूहलता सुरु भइसकेको छ ।

हाल छायांकनरत बलिउड चलचित्र ‘राधे : युअर मस्ट वान्टेड भाइ’ र हलिउड चलचित्र ‘फास्ट एन्ड फ्युरियस-९’ आगामी मे २२ मा रिलिज हुँदैछन् । चलचित्र ‘राधे : युअर मस्ट वान्डेट भाइ’को निर्देशन प्रभु देवाले गरेका छन् । रिल लाइप प्रोडक्सनको ब्यानरमा निर्माण भइरहेको यो चलचित्रका निर्माता सोहेल खान छन् । चलचित्रमा सलमान खान, दिशा पटानी, रणदीप हुड्डा, ज्याकी श्राफ, भारत, गौतम गुलाती, जरिना वाहाबको अभिनय रहनेछ भने अभिनेत्री ज्याकुलिन फर्नान्डिजले एक गीतमा आइटम नृत्य गर्नेछिन् । यो चलचित्रको मोसन पिक्चर सन् २०१९ को अक्टोबर १८ मा सार्वजनिक गरिएको थियो । भारतको पुनेस्थित लोनाभालाबाट छायांकन सुरु गरिएको चलचित्र सन् २०२० को इद उल फितरको अवसर पारेर मे २२ मा रिलिज हुँदैछ ।

अमेरिकी एक्सन चलचित्र ‘फास्ट एन्ड फ्युरियस-९’को निर्देशन जस्टिन लिन र लेखन डेनियल क्यासेले गरेका हुन् । यो चलचित्र सन् २०१७ मा निर्मित चलचित्र ‘फास्ट एन्ड फ्युरियस’को नवौं संस्करण हो । चलचित्रमा भिन डेज, मिसेल रोड्रिग्वेज, जोर्डाना ब्रिउस्टर, टाइर्सी गिब्सन, क्रिस लुडाक्रिस ब्रिज, नाथाली इम्यानुअल, जोन केना, हेलेन मिरेन, चार्लिज थेरोन र माइकल रुकरको अभिनय छ ।

बलिउड निर्देशक रोमियो डि सुजा निर्देशित चलचित्र ‘स्ट्रिट डान्सर थ्रीडी’ र हलिउड निर्देशक गाइ रिचीको लेखन तथा निर्देशन रहेको चलचित्र ‘द जेन्टलमेन’ आगामी जनवरी २४ मा एकसाथ रिलिज हुँदैछ । डान्सिङ फ्लेभरको चलचित्र ‘स्ट्रिट डान्सर थ्रीडी’को निर्माण भूषण कुमार, दिव्या घोस्ला कुमार, कृषन कुमार र लिज्ले डिसुजाले गरेका हुन् । चलचित्रमा वरुण धवन, श्रद्धा कपुर, प्रभु देवा, नोरा फतेही, मुरली शर्मा, पुनित पाठक, धर्मेश येलेन्दे, क्यारोलिन विल्डे, सलमान युशुफ खान, अपारशक्ति खुराना, सुशान्त पुजारी, सोनाम बाजवा, राघव जुयाल, जय सिंह, भर्तिका झा, सुशान्त खत्री, सोनाम जोहार, सेमी जोन हेनीलगायतले अभिनय गरेका छन् । यो चलचित्रको सन् २०१९ को फेब्रुअरीमा पन्जाबबाट छायांकन सुरु गरिएको थियो । पन्जाबपछि लन्डनमा जुलाई महिनामा छायांकन सम्पन्न गरियो । सन् २०१९ को नोभेम्बर ८ मा रिलिज गर्ने भनिए पनि त्यो मितिलाई जनवरी २४ पुर्‍याइयो । यो चलचित्रलाई डिस्नेको ‘एबीसीडी २’ को सिक्वेल भनिए पनि डिस्नेले भारतीय चलचित्र उत्पादनबाट हात झिकेपछि यसको नाम फेरिएको हो ।

त्यस्तै हलिउड चलचित्र ‘द जेन्टलमेन’को कथा इभान एटकिन्सन, मार्न डेभिस र रिचीले लेखेका हुन् । चलचित्रमा म्याथु म्याककनौघे, चार्ली हननाम, हेनरी गोल्डिङ, मिसेल डोकरी, जेरेमी स्ट्रङ, इडी मार्सन, कोलिन फेरेल र हग ग्रान्टको अभिनय छ । यो चलचित्र यूकेमा जनवरी १ मा र अमेरिकामा जनवरी २४ मा रिलिज हुँदैछ ।

आगामी जून २६ मा बलिउड चलचित्र ‘थलाइवी’ र हलिउड चलचित्र ‘टप गन : मेवरिक’ रिलिज हुँदैछ । ए एल विजयको निर्देशन तथा विष्णु बर्दान इन्दुरी र शैलेश आर सिंहको निर्माण रहेको यो चलचित्र त्रिकोणीय बायोपिक जनराको छ । चलचित्रले दिवंगत राजनीतिज्ञ तथा चलचित्र अभिनेत्री जयललिताको कथा प्रस्तुत गरेको छ । जयललिता तमिलनाडु राज्यकी मुख्यमन्त्री थिइन् । चलचित्रमा अभिनेत्री कंगना रणावतले शीर्ष भूमिकामा अभिनय गरेकी छन् । यो चलचित्रको घोषणा जयललिताको जन्मदिनको अवसर पारेर सन् २०१९ को फेब्रुअरी २४ मा गरिएको थियो भने चलचित्रको फस्टलुक र टिजर नोभेम्बर २३ मा सार्वजनिक गरिएको थियो । तमिल, तेलेगु र हिन्दी भाषामा निर्माण गरिएको चलचित्रमा कंगनाका अतिरिक्त अरविन्द स्वामी, प्रियामनी, विजय देवेराकोन्डा र प्रकाश राजको अभिनय छ ।

अमेरिकन एक्सन ड्रामा चलचित्र ‘टप गन : मेवरिक’को निर्देशन जोसेफ कोसिन्सकीले गरेका हुन् । जेरी ब्रकेमिर, टम क्रुज, डेभिड एलिसन, डाना डोल्डबर्ग र डोन ग्रेन्गारको निर्माण रहेको चलचित्रमा पिटर क्रेग, एहरेन क्रग, जस्टिन मार्क्स, एरिक वारेन सिंगर र क्रिस्टोफर म्याक्वेरीको लेखन छ । यो चलचित्र सन् १९८६ को ‘गन’को सिक्वेल हो । चलचित्रमा टम क्रुज, मिलेस टेलर, जेफिर कोन्ली, जोन हेम, ग्लेन पोवेल, लेविस पुलमेन, इद हेरिस, भाल किल्मेरलगायतको अभिनय छ ।

सन् २०२० को मे १ मा बलिउड चलचित्र ‘कुली नम्बर वान’ र हलिउड चलचित्र ‘ब्ल्याक विडो’ रिलिज हुँदैछन् । चलचित्र ‘कुली नम्बर वान’का निर्देशक डेभिड धवन हुन् भने यसलाई बासु भागनानीले निर्माण गरेका हुन् । सन् १९९५ को चलचित्र ‘कुली नम्बर वान’को यो रिमेक भर्सन हो । चलचित्रमा वरुण धवन, सारा अली खान, परेश रावल, जाभेद जाफरी, राजपाल यादव, जोनी लिभर, साहिल भेद र शिखा ताल्सानियाको अभिनय छ । चलचित्रको छायांकन सन् २०१९ को अगस्ट ८ मा बैंककबाट सुरु गरिएको थियो ।

अमेरिकी सुपरहिरो चलचित्र ‘ब्ल्याक विडो’ मार्बल कमिक्समा आधारित चलचित्र हो । यो मार्भल सिनेमाटिक युनिभर्सबाट निर्माण भएको २४ औं चलचित्र हो । मार्भल स्टुडियोले निर्माण गरेको चलचित्र वाल्ड डिस्ने स्टुडियो मोसन पिक्चर्सले वितरण गर्दैछ । केट सर्टल्यान्डको निर्देशन तथा ज्याक साइफर र नेड बेन्सनको लेखन रहेको चलचित्रमा स्कार्लेट जोहान्सन, डेभिड हार्बर, फ्लोरेन्स पग, ओटी फ्यागबेन्ले र राचेल विस्जको अभिनय छ ।

बलिउड निर्देशक अबिर सेनगुप्ताको चलचित्र ‘इन्दुकी जवानी’ र हलिउड निर्देशक पेटी जेन्किन्स निर्देशित चलचित्र ‘वन्डर वुमन १९८४’ आगामी जून ५ मा रिलिज हुँदैछ । भूषण कुमार र निखिल आडवाणीको निर्माण रहेको चलचित्र ‘इन्दुकी जवानी’मा आदित्य सिल, कायरा आडवाणी, मल्लिका दुवा र शिवम ककरको अभिनय छ । यो चलचित्रलाई निर्माता आडवाणीले सन् २०१९ को मे २७ मा सामाजिक सन्जालमार्फत निर्माणको घोषणा गरेका थिए । अक्टोबर २३ मा लखनउबाट छायांकन सुरु गरिएको चलचित्रको नोभेम्बर २२ मा इन्डक्ल्याप गरिएको थियो ।

त्यस्तै हलिउड चलचित्र ‘वन्डर वुनम १९८४’ डिसी कमिक्स पात्र वन्डर वुमनमा आधारित छ । वार्नर ब्रोस पिक्चर्सले वितरण गर्ने यो चलचित्र सन् २०१७ को वन्डर वुमनको सिक्वेल र डीसी एक्सटेन्डेड युनिभर्सको नवौं प्रस्तुति हो । चलचित्रमा निर्देशक पेटीसँगै जिओफ जोन्स र डेभिड काल्हामको लेखन छ । चलचित्रमा डाल गाडोट, क्रिस पिन, क्रिस्टेन विल्ग, पेड्रो पास्कल, रोविन रिट र कोनी निल्सनको अभिनय छ ।

स्रोत : एजेन्सी

पहिलो चलचित्रबाटै असफल

सन् २०१९ मा कैयौं कलाकार, अभिनेता तथा अभिनेत्रीले बलिउडमा आफ्नो यात्रा सुरु गरे । तर, यीमध्ये एक–दुई जनाले मात्र सफलताको स्वाद चाखे । बाँकी सबै फ्लप सावित भए । नयाँ कलाकारका लागि सन् २०१९ खासै उल्लेख्य रहेन ।

अभिनेता सलमान खान नयाँ कलाकारलाई विशेष मौका दिन्छन् । उनले चलचित्र 'नोटबुक'बाट मोहनीश बहलकी छोरी प्रनुतन बहल र जहिर इकबाललाई मौका त दिए, तर यो चलचित्र बक्स अफिसमा असफल भयो । चलचित्रमा प्रनुतनले आफ्नो प्रतिभा देखाउँदै सम्भावनाका केही ढोका खोलिन् । सलमानले 'दबंग–३' मा महेश मान्जरेकरकी छोरी सई मान्जरेकरलाई मौका दिएका थिए । चलचित्रमा छोटो भूमिकामै भए पनि सईले आफ्नो प्रभाव छोड्न सफल भइन् । प्रनुतन हाल चलचित्र 'हेलमेट'मा व्यस्त छिन् ।

अभिनेता सनी देओलका छोरा करण देओल पनि वर्ष–२०१९ मा चर्चामै आए । पछिल्लो दुई वर्षदेखि उनी अभिनीत चलचित्र 'पल पल दिल के पास' बनिरहेको थियो । यो चलचित्रबाट करणका अतिरिक्त सहर बाम्वाले पनि करियर सुरु गरेकी थिइन् । चलचित्रचाहिँ बक्स अफिसमा पूर्ण रूपमा असफल नै भयो, तर सहर अभिनयका हिसाबले चलचित्रकर्मीलाई प्रभाव पार्ने किसिमले छाइन् । उनी जति छाए पनि चलचित्रको असफलताले उनी अगाडि बढ्न सकिनन् ।

चलचित्र 'स्टुडेन्ट अफ द इयर–२' बाट निर्माता करण जोहारले अनन्या पाण्डे र तारा सुतारियालाई अवसर दिए । चलचित्र असफल भए पनि दुई अभिनेत्रीले सबैको ध्यान खिचे । तारा 'मरजावाँ' र अनन्या 'पति पत्नी और वो' मा पनि देखिए । दर्शकले ताराभन्दा अनन्यालाई बढी रुचाए र उनी सन् २०१९ को नयाँ कलाकारको सूचीमा अग्रस्थानमा आइन् । अनन्या हालका दिनमा इशान खट्टरसँग चलचित्र 'खाली–पीली' मा व्यस्त छिन् । त्यस्तै तारा अभिनेत्री करिना कपुरका भतिजा आदर जैनको सम्बन्धलाई लिएर चर्चामा छन् ।

अभिनेत्री डिम्पल कपाडियाकी भतिज र सिम्पल कपाडियाका छोरा करण कपाडिया चलचित्र 'ब्ल्यांक' मार्फत बलिउडमा आए । चलचित्रलाई सशक्त बनाउनका लागि सनी देओललाई पनि चलचित्रमा जोडियो । तर, चलचित्र सफल हुन सकेन ।

निर्माता तथा निर्देशक सञ्जय लीला भन्सालीले चलचित्र 'मलाल'बाट जावेद जाफरीका छोरा मिजान जाफरी र भन्सालीकी भान्जी शर्मिन सेहगललाई अभिनयमा डेब्यु गराए । तर, चलचित्र पूर्ण रूपमा असफल सावित भयो । पहिलो चलचित्र असफल भए पनि मिजान दोस्रो प्रोजेक्ट 'पाने'बाट सफल भए । उनी सन् २०२० मा चलचित्र 'हंगामा–२' मा देखिँदैछन् ।

चलचित्र अभिनेत्री भाग्यश्रीका छोरा अभिमन्युले 'मर्द को दर्द नहीं होता' बाट चलचित्र यात्रा सुरु गरे । तर, चलचित्र असफल भयो । वर्धन पुरीले आफ्ना हजुरबुवाको पाइला पछ्याउँदै बलिउडमा चलचित्र 'ये साली आशिकी' बाट एन्ट्री मारे । तर, त्यसको नतिजा शून्य रह्यो ।

केही दक्षिण भारतीय कलाकारले पनि हिन्दी चलचित्रको यात्रा सुरुवात गरे । आर बाल्कीको चलचित्र 'मिसन मंगल'बाट दक्षिण भारतीय अभिनेत्री नित्या मेननले बलिउडमा डेब्यु गरिन् । जगन शक्तिको निर्देशनमा बनेको चलचित्र 'मिसन मंगल' हिट भयो । चलचित्र हिट भए पनि नित्याले हिन्दी चलचित्रमा आफ्नो पहिचान बनाउन सकिनन् ।

नित्याबाहेक दक्षिण भारतीय कलाकार श्रया धनवन्तरीले 'ह्वाइ चिट इन्डिया', मेघा आकाशले 'सेटलाइट शंकर', वेदिकाले 'द बडी' र श्रद्धा श्रीनाथले 'मिलन टाकिज'बाट हिन्दी चलचित्रमा पाइला चाले पनि चलचित्रको असफलतासँगै उनीहरूको पहिचान पनि गुम्यो ।

पहिलो चलचित्रबाट चर्चामा

बलिउडमा निर्देशनमा पाइला टेकेका युवा निर्देशकहरू पहिलो चलचित्रबाटै चर्चामा आए । सन् २०१९ मा रिलिज चलचित्रमध्ये सर्वाधिक नेट कलेक्सन गर्ने चलचित्रको तेस्रो स्थानमा 'उरी : द सर्जिकल स्ट्राइक' पनि पर्छ । यसका निर्देशक आदित्य धर हुन् । चलचित्रले बक्स अफिसमा २ सय ४४ करोडको सानदार कलेक्सन गरेको थियो । पाकिस्तानमा भारतको सर्जिकल स्ट्राइकमा आधारित रहेर बनेको यो चलचित्रमा विक्की कौशल प्रमुख भूमिकामा थिए । निर्देशनमा आउनुअघि आदित्यले बलिउडमा पार्श्व गायन र संवाद लेखन गर्दथे ।

सहायक निर्देशक आर बाल्कीसँग कैयौं चलचित्रमा काम गरिसकेका जगन शक्ति चलचित्र 'मिसन मंगल'मार्फत पूर्ण निर्देशकका रूपमा बलिउडमा 'डेब्यु' गरेका थिए । भारतको पहिलो मंगलयानको अन्तरिक्षमा सफलतापूर्वक पठाउने कथामा आधारित चलचित्रमा अक्षयकुमार र विद्या बालन प्रमुख भूमिकामा थिए । चलचित्रमा सोनाक्षी सिन्हा, तापसी पन्नु, कीर्ति कुल्हरी, नित्या मेनन र शरमन जोशी सहअभिनेता अभिनेत्री छन् । चलचित्रले बक्स अफिसमा २ सय करोडको कारोबार गरेको थियो ।

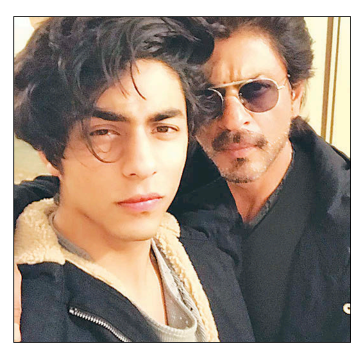
बलिउडमा लामो समयदेखि कुशल सम्पादकको प्रतिभा देखाइरहेका अकिब अलीले यो वर्ष रोमान्टिक कमेडी चलचित्र 'दे दे प्यार दे'बाट निर्देशनमा 'डेब्यु' गरेका थिए । अजय देवगन र तब्बु अभिनीत चलचित्रले बक्स अफिसमा सय करोड बढी कलेक्सन गरेको थियो ।

राज सान्डिल्य बलिउडमा लामो समयदेखि संवाद लेखनमा व्यस्त चलचित्रकर्मी हुन् । यो वर्ष उनले 'डेब्यु' निर्देशन गरेको चलचित्र 'ड्रिम गर्ल'ले बक्स अफिसमा सफलताको स्वाद चाख्यो । आयुष्मान खुराना र नुसरत भरुचा अभिनीत चलचित्रमा बक्स अफिसमा १ सय ३९ करोडको व्यापार गरेको थियो ।

मराठी र हिन्दी चलचित्रमा सिनेमाटोग्राफरका रूपमा काम गरिरहेका लक्ष्मण उटेकरले चलचित्र 'लुका छिपी'मार्फत निर्देशनमा हात हाले । यो चलचित्र वर्षकै सफल चलचित्रको सूचीमा परेको छ । कार्तिक आर्यन र कृति सेनोन अभिनीत चलचित्रले बक्स अफिसमा ९४ करोडको व्यापार गरेको थियो ।

चलचित्र 'कवीर सिंह'का निर्देशक सन्दीप रेड्डी पनि चलचित्र निर्देशनका लागि बलिउडमा नयाँ अनुहार हुन् । यो चलचित्र तेलुगु हिट 'अर्जुन रेड्डी'को रिमेक हो । सन् २०१९ को यो सफल चलचित्रमा शाहिद कपुर र कियारा आडवाणी प्रमुख भूमिकामा थिए ।

चर्चामा स्टार किड्स



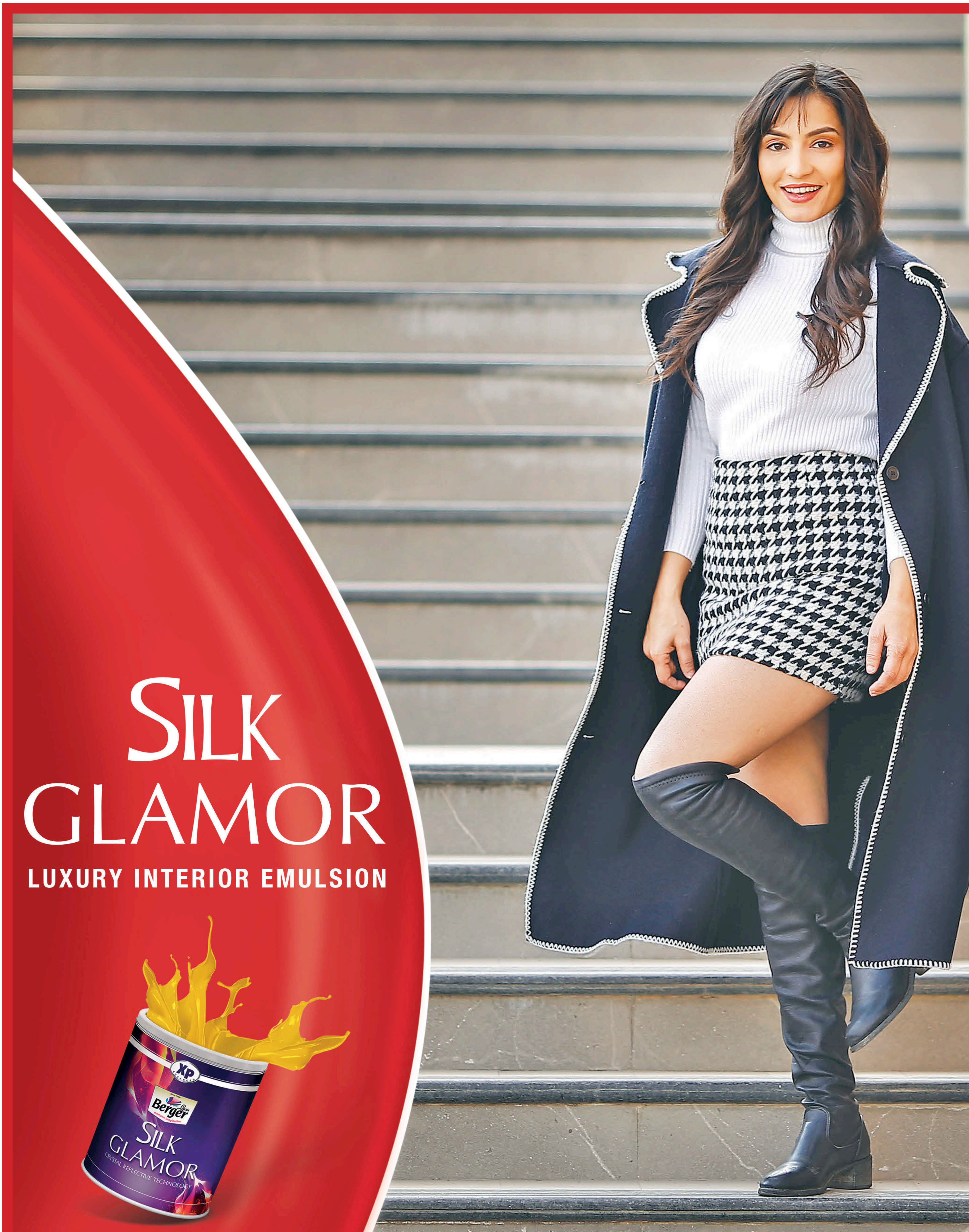
बलिउडमा कैयौं सेलिब्रेटी यस्ता पनि छन्, जो चलचित्रमा आएपछि चर्चामा छन् । तर, केही स्टार किड्स यस्ता छन्, जो अभिनयमै नआई निरन्तर मिडियामा छाइरहन्छन् । बलिउडका बादशाह शाहरुख खान पुत्री सुहाना खान प्रायः आफ्नो तस्विर र स्टाइलका कारण चर्चाको विषय बनिरहन्छिन् । १९ वर्षीया सुहानाको तस्विर र भिडियो अक्सर सामाजिक सन्जालमा भाइरल भइरहन्छ । सुहाना आफ्नो बलिउड डेब्यु कहिले गर्छिन्, त्यो कुरा त उनलाई मात्र थाहा होला । तर, हालै मात्र उनले एक फिचर चलचित्र 'द ग्रेट पार्ट अफ ब्लू'मा अभिनय गरेकी थिइन् । जसलाई उनका फ्यानले खुबै मन पराएका छन् ।

पटौदी खानदानको नवाबजादे इब्राहिम अली खान अक्सर आफ्नो सुन्दर तस्विरका कारण चर्चामा आइरहन्छन् । उनी अभिनयभन्दा बढी दाजु जस्तै क्रिकेटमा चासो राख्छन् । हालै मात्र इब्राहिमले बहिनी सारा अली खानका साथ एक फोटोसुट गरेका थिए । जसले सामाजिक सन्जालमा निकै चर्चा पाएको थियो ।

बलिउड अभिनेता आमिर खान र उनकी पहिलो श्रीमती रीना दत्ताकी छोरी इरा खान सामाजिक सन्जालमा निकै भाइरल भइरहन्छिन् । चलचित्रबाट टाढा रहेकी इरा प्रायः आफ्नो प्रेमी र फोटोसुटका कारण चर्चामा आउँछिन् ।

अभिनेता ज्याकी श्राफकी छोरी कृष्णा श्राफ सामाजिक सन्जालमा आफ्नो बोल्ड तस्विर सेयर गरिरहन्छिन् । यसबाहेक उनी हालका दिनमा प्रेमीका कारण पनि चर्चामा छिन् ।

शाहरूख खान र गौरी खानको जेठा सन्तान आर्यन खानको फ्यान फलोइङ सामाजिक सन्जालमा निकै बढी छ । उनी बाल्यकालदेखि नै आफ्नो लुक्सका कारण निकै रुचाइएका स्टार किड्स हुन् । २२ वर्षका आर्यन कैयौं पटक आफ्नो तस्विरका कारण चर्चामा आउँछन् । उनको इन्स्टाग्राममा एक मिलियन बढी फलोअर्स छन् ।


SILK
GLAMOR
LUXURY INTERIOR EMULSION
XP
Berger
SILK
GLAMOR
CRYSTAL REFLECTIVE TECHNOLOGY

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक

Since 1760
Lewis Berger
Paint your imagination

Glamor icon of the week

सूर्या थापा, दन्त चिकित्सक

अभिनेत्री बन्ने बाल्यकालदेखिको रहर थियो, सूर्या थापाको । परिवारमा भने पढ्नेहरूकै जमात थियो । त्यसैले उनी रहरलाई भित्रै लुकाउँदै पढाइलाई प्राथमिकतामा राखेर अघि बढिन् । बुबा कमानसिंह थापा वरिष्ठ कृषि विशेषज्ञ हुन् । बुबाको सरकारी जागिर र बेलाबेलाको सरूवासँगसँगै उनी पनि विभिन्न जिल्लामा पुगिन् । हरेक वर्ष नयाँ स्कुल, नयाँ साथी र फरक वातावरणमा घुलमिल हुनुपर्थ्यो । स्कुलमा उनी क्लास टपर हुन्थिन् । कतिपटक त क्लास जम्प गरेर पढेको अनुभव पनि छ । पढाइ राम्रो हुनेले डाक्टर बन्नुपर्छ भन्ने मान्यता उनको मानसपटलमा हावी थियो । त्यसैले उनले दन्त चिकित्सकका रूपमा आफूलाई उभ्याएकी हुन् । फ्लोरेन्स नाइटिंगेलबाट प्रभावित सूर्याले हरेक वर्ष दुर्गम ठाउँमा कम्तीमा दुइटा निःशुल्क दन्त शिविर चलाउने अभियानमा छिन् ।

उनको अहिले जावलाखेल र दरबारमार्गमा डेन्टल क्लिनिक सञ्चालनमा छ । दुइटा क्लिनिक हुँदा उनको व्यस्तता भ्याइनभ्याइ छ । साथीहरूले सधैं चलचित्र, मोडलिङतिर लाग्न प्रोत्साहित गर्छन् । क्लिनिकमा आउने बिरामीले पनि भन्छन्– तिमी त मोडल बन्नुपर्ने कहाँबाट डाक्टर बनेछौ ? सूर्याका लागि यी प्रोत्साहन अर्थपूर्ण थिए । सानैदेखिको रहर किन त्यत्तिकै छोड्ने ? फुर्सदको सदुपयोग पो गर्ने हो कि ? भन्दै मोडलिङ प्रशिक्षण लिन थालिन् । फोटोसुट, विज्ञापन, र्‍याम्प, म्युजिक भिडियो हुँदै उनले चलचित्रमा समेत अभिनय गर्ने भ्याइन् । उनको अभिनयको चलचित्र 'शुभलाभ' प्रदर्शन भइसकेको छ भने 'चिनी कम रङ कडा' प्रदर्शनीको तयारीमा छ । अभिनय अनुभवले उनले राम्रै ब्रान्डमा काम गर्नुपर्ने निर्क्योल निकालेकी छिन् । मान्छेहरू ब्रान्डका लागि किन मरिहत्ते गर्दा रहेछन् भन्ने पनि उनले बुझिन् ।

सूर्या धार्मिक कर्ममा पनि उत्तिकै आस्था राख्छिन् । केही नयाँ काम सुरू गर्नुअघि उनी पूजापाठ गर्ने भ्याउँछिन् । काम राम्रो गर्नुपर्छ तर फलको आशा गर्नु हुन्न भन्ने भनाइ सुन्दै हुर्केकी सूर्यालाई म्याक्सिलो फेसियल सर्जन बन्ने चाहना छ, त्यसका लागि उनी तयारी पनि गर्दैछिन् । युवा पुस्ता सबै विदेसिए नेपालको विकास कसरी हुन्छ भन्दै डा. सूर्याले भनिन्, 'म म्याक्सिलो फेसियल सर्जन नेपालमै रमाउने हो ।'

–सिर्जना दुवाल श्रेष्ठ

तस्बिर : महेश प्रधान

मेकअप तथा हेयर स्टाइल : मीनाकुमारी रिमाल, सेरोमनी ब्युटिपार्लर, जावलाखेल

लोकेसन : नेपाल मेडी सिटी हस्पिटल, नख्खु

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

आवरण

दाम्पत्य जीवन

कसरी टिकाउने सम्बन्ध ?

अहिले कतिपय दम्पती मायालाई "लिने र दिने वस्तु" मान्न थालेका छन् । जीवनको सबैभन्दा ठूलो भावनात्मक पक्ष "माया"लाई नै बहिखातामा राखिएको रकमजस्तै हिसाबकिताब गर्न थालेपछि त्यो सम्बन्ध कसरी दिगो बनोस् ?

> वैवाहिक जीवनमा समर्पण, त्याग, परस्पर सम्मान आदि कुराको महत्व हुन्छ । एक-अर्काका कुरा नबुझ्ने, अन्तर्क्रिया नगर्ने, एकअर्कासँग विश्वास कायम गर्न नसक्नेजस्ता कारणले पनि सम्बन्धहरु बिग्रिहेका देखिन्छन् ।

■ **जनक तिमिल्सिना / महेश तिमल्सिना**

ठ्याक्कै ३६ वर्ष भएछ, कुन्ती मोक्तान र शिलाबहादुर मोक्तानको विवाह भएको । साढे तीन दशकका १३ हजारभन्दा बढी दिनमा शिलाबहादुरले कुन्तीको माया अपुग भएको कहिल्यै महसुस गरेका छैनन्, न त कुन्तीले नै शिलाबहादुरको मायामा उतार-चढाव आएको अनुभूत गरिन् । किशोर उमेरमै प्रेमविवाह गरेका कुन्ती-शिलाको जोडीको प्रेम एउटै वेगमा अविरल बगिरहेको छ । रहस्य के हो ? ६३ वर्षीय शिलाबहादुर भन्छन्, 'मैले प्रेम गरेकी कुन्ती जहिल्यै उस्तै रहिन् ।' जीवनका आरोह-अवरोहमा कहिल्यै महत्त्वाकांक्षी नहुनु पनि आफ्नो वैवाहिक जीवन सुखमय हुनुको कारण मान्छ, यो जोडी । ५७ वर्षीया कुन्तीलाई लाग्छ–कहिल्यै उनीहरूले आफ्नै वैवाहिक सम्बन्धलाई भ्याङ सम्झेनन्, माथि-माथि उक्लिने, उक्लेपछि भ्याङ बिर्सने ।

अभिनेत्री सरिता लामिछाने र निर्देशक ऋषि लामिछानेको वैवाहिक सम्बन्धलाई पनि रोलमोडल मानिन्छ । ऋषि र सरिताबीच विवाह हुँदा सरिता २० वर्ष कटेकी थिइनन्, ऋषिको उमेर पनि भर्खर २० बाट उकालो लागेको थियो । दुवैले भर्खरै करिअर सुरु गर्दै थिए । ऋषि पहिलेदेखि नै चलचित्रमा संघर्ष गर्दै थिए, कालान्तरमा सरिता पनि त्यहीं आइन् । चमकधमक बढी हुने अनि आपसी अविश्वास र शंका छिटो विकसित हुने ठानिने ग्ल्यामर क्षेत्रमा पनि उनीहरूको मधुर सम्बन्धमा कुनै नमीठो क्षण आएको देखिएन । भेट भएको दुई वर्षपछि विवाह गरेको यो जोडीको वैवाहिक सम्बन्ध अहिले २२औं वर्षमा हिँडिरहेको छ । दुई दशक नाघिसकेको मधुर वैवाहिक सम्बन्धको कारण के हो त ? ऋषि भन्छन्, 'एक-अर्काप्रतिको सम्मान, एक-अर्कालाई बुझ्नु नै हो ।' सरिता थप्छिन्, 'विश्वास, माया र अनुशासन सबैभन्दा मुख्य कारण हो । माया देखाउने होइन, फिल गर्ने कुरा रहेछ । त्यही फिलिङमा रहेको जीवन्तता नै हाम्रो वैवाहिक सम्बन्धको ऊर्जा हो । कहीं श्रीमान् बन्ने, कहीँ श्रीमती बन्ने । कहीँ साथी बन्ने शैलीले नै हामीलाई आजीवन प्रेमी बनायो ।'

हालसम्म सफल वैवाहिक सम्बन्धमा बाँधिएका यी दुई जोडी धेरैका लागि 'रोलमोडल' हुनसक्छन् । त्यो किनभने यतिबेला नेपाली समाजमा कमजोर वैवाहिक सम्बन्ध एउटा ठूलो चुनौती बन्दै गएको छ । विवाह सम्बन्धहरू जुन गतिमा भत्किँदै जाने थालेका छन्, त्यसले यो सम्बन्ध टिकाउने आधारको खोजी समयमै गर्नुपर्ने आवश्यकता प्रस्ट देखिन्छ । पछिल्लो १० वर्षमा सम्बन्ध-विच्छेद हुने प्रवृत्ति नेपाली समाजमा ह्वात्तै बढेको छ । ६६/०६७ मा देशभरि ५ हजार ३ सय २१ सम्बन्ध-विच्छेदका मुद्दा दर्ता भएकोमा ०७५/७६ मा त्यो संख्या बढेर २३ हजार ३ सय ६ पुगेको छ ।

खुला र आधुनिक समाजमा वैवाहिक सम्बन्ध 'लेनदेन' र 'नाफा र घाटा'को विषय बन्दै गएको छ । एकातिर व्यस्तता, महत्त्वाकांक्षा, आशंका, शारीरिक असन्तुष्टि र मानसिक तनावले पार्टनरबीच फाटो आइरहेको छ भने अर्कोतिर महिला सशक्तीकरण, निजी सम्पत्तिको मोह, लचक कानुन, सोसल डिसअर्गनाइजेसन पनि वैवाहिक सम्बन्ध टुट्नुका कारण बनेका छन् ।

काठमाडौंकी २९ वर्षीया ऋतिका महर्जन (नाम परिवर्तन) र ३३ वर्षीय आशाकाजी डंगोल (नाम परिवर्तन) को बिहेको चार महिनामै सम्बन्ध-विच्छेद भयो । ०७५ वैशाखमा बिहे गरेर साउनमा छुट्टिएका ऋतिका र आशाकाजी अलग हुनुको उति ठूलो कारण छैन, काठमाडौं जिल्ला अदालतमा ऋतिकाले दर्ता गरेको सम्बन्ध-विच्छेदको मुद्दामा श्रीमान्सँग दाइजोको विषयलाई लिएर विवाद भएको र झर्किने गरेका कारण आफूले सम्बन्ध-विच्छेद चाहेको उल्लेख छ ।

यसै वर्ष साउनमा धनकुटाका ७७ वर्षीया बर्मध्वज राईले आफ्नी ६० वर्षीया पत्नी बर्मेश्वरी राईसँग सम्बन्ध-विच्छेद गरे । यो सम्बन्ध-विच्छेदको कारण घरायसी खटपटलाई मानिएको छ । २०३४ सालमा विवाह गरेका उनीहरूको दुई दशकदेखि असहमति सम्बन्ध-विच्छेदमा टुंगिएको थियो । सानोतिनो विवाद, अविश्वास र शंकाकै कारण एकझमटमै वैवाहिक सम्बन्ध टुंगिएका यस्ता अनेक नजिर भेटिन्छन्, अदालतमा ।

रेमिट्यान्समा निर्भर अर्थतन्त्र भएको नेपालजस्तो देशमा बढ्दो वैदेशिक रोजगारीपछि उत्पन्न एक्लोपन र अविश्वास पनि पारिवारिक विखण्डनको एउटा मुख्य कारण बनेको घटनाक्रमहरूले देखाउँछन् । आर्थिक प्रलोभन, विलासी जीवनशैलीप्रतिको मोह, घरेलु हिंसा, हाइफाइ जीवनशैली, व्यस्तता, मनमुटाव, पार्टनरबाट मानसिक तथा शारीरिक आकांक्षापूर्ति खड्किने अभावजस्ता कारणले पनि वैवाहिक सम्बन्ध धरापमा पर्न थालेका छन् ।

अधिवक्ता सुवास आचार्य नेपालमा वैवाहिक सम्बन्ध टुट्नुको मुख्य कारण बदलिँदो सामाजिक, आर्थिक परिस्थिति, कानुनको लचकता र व्यस्त जीवनशैलीलाई मान्छन् । 'सम्बन्ध-विच्छेदका मुख्य कारण बदलिँदो सामाजिक आर्थिक परिस्थिति

र कानुनको लचकता हो,' आचार्य भन्छन्, 'व्यस्त जीवनशैली, स्वतन्त्रता, पाश्चात्य जीवनशैलीको अनुकरण, महिला सशक्तीकरणजस्ता कारणले पनि सम्बन्ध-विच्छेद बढिरहेको देखिन्छ ।' उनका अनुसार अहिलेको सोसल डिसअर्गनाइजेसनले पनि सम्बन्ध-विच्छेदमा बढोत्तरी भएको हो ।

आधुनिक जोडीहरूको वैवाहिक जीवनमा देखिएको विग्रहलाई कसरी रोक्न सकिन्छ ? वैवाहिक सम्बन्धलाई कसरी 'लङ लास्टिङ' बनाउने ? वैवाहिक सम्बन्ध अन्त्यको बढ्दो आँकडाले यी प्रश्नलाई टड्कारो बनाइदिएको छ । बढ्दो पारिवारिक विग्रहका पछाडि वैवाहिक जोडीहरूमा एक-अर्काप्रति समर्पण, सम्मान, विश्वास, त्याग, प्रेम र निष्ठा खड्किएको अभाव पनि मुख्य कारणमध्ये रहेको देखिन्छ ।

क्लिनिकल साइकोलोजिस्ट डा. मिता राना वैवाहिक जोडीहरू आपसमा सहमतिमा नआउँदा र बुझाइको तह मिलाउन नसक्दा छुट्टिने गरेको बताउँछिन् । 'दुई जनाको आ-आफ्नै व्यक्तित्व हुन्छ, जीवनको लक्ष्य, उद्देश्य र रुचिहरू पनि फरक-फरक हुन्छन् । यस्ता कुरामा सम्बन्ध बनाउनुअगाडि नै हामी एकदमै स्पष्ट हुन जरुरी छ,' त्रिभुवन विश्वविद्यालयकी एसोसियट प्रोफेसरसमेत रहेकी डा. राणा थप्छिन्, 'विवाहपूर्व नै केटीका कति कुरा स्वीकार गर्न सक्छ भन्ने विषयमा केटा र केटाका कति कुरामा एडजस्ट गर्न सकिन्छ भन्ने कुरामा केटी स्पष्ट हुनुपर्छ ।'

सम्पत्तिप्रतिको चरम मोह र सुखको लालसाले मात्रै पनि कतिपय वैवाहिक सम्बन्धहरूको पीडादायी अन्त्य भएको देखिन्छ । डा. राणा थप्छिन्, 'सँगसँगै भइसकेपछि सुखमात्रै हुँदैन, कठिन अवस्था आउँदाखेरि एकअर्काको झन् बलियो सपोर्ट चाहिन्छ ।' जेरेमी ब्राउनको फेदरल्लीमा प्रकाशित एक लेखमा

पृष्ठ २३ मा

टिप्पणी

विच्छेदमैत्री कानुन

सुवास आचार्य

नेपालमा सम्बन्ध-विच्छेदको दर बढेको देखिनुमा पहिलो कारण त यसबारे कानुनमा व्यवस्था भएर आउनु हो । पहिले महिलाले मात्रै फिराद गर्न पाउने व्यवस्था थियो । अहिले नयाँ कानुनमा पुरुषले पनि फिराद गर्न पाउने व्यवस्था छ । पहिले पनि पुरुषले सम्बन्ध-विच्छेद गर्न सक्थे, तर वडा कार्यालयदेखिको लामो प्रक्रिया हुन्थ्यो । अहिले पुरुषका लागि सम्बन्ध-विच्छेद गर्नु झन्झटिलो छैन । पुरुष वा महिलामध्ये एकले फिराद गरेपछि अदालतले मिलापत्रका लागि एक वर्षको समय दिन्छ । त्यो अवधिमा मिलापत्र भएन भने अदालतले फैसलामार्फत सम्बन्ध-विच्छेदको निर्णय गर्छ ।

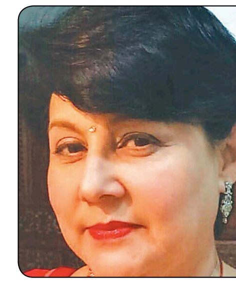
बदलिँदो सामाजिक-आर्थिक परिस्थिति र कानुनको लचकता सम्बन्ध-विच्छेदका मुख्य कारण हुन् । स्वतन्त्रता, पाश्चात्य जीवनशैलीको अनुकरण, महिला सशक्तीकरण, व्यस्त जीवनशैलीजस्ता कारणले पनि सम्बन्ध-विच्छेद बढी देखिएको हो । पहिले जसरी महिलाहरू श्रीमान्सँग कम्प्रोमाइज गर्थे, सशक्तीकरण र महिला आन्दोलनहरूले गर्दा अहिले उनीहरूले त्यसो गर्दैनन् । पहिले पुरुषको सफलतामा महिलाहरू पनि आफ्नो सफलता देख्थे । अहिले श्रीमान् र श्रीमती दुवैमा स्वतन्त्र ढंगले आफैं सफल हुने होड चल्छ । व्यक्तित्व विकास र करिअर निर्माणका दृष्टिले उनीहरूको मिलनबिन्दु नै टाढा हुन थाल्यो । 'मिन्स टु इन्ड'को यो दौडले पनि सम्बन्ध-विच्छेदलाई बढावा दियो ।

अहिलेको सामाजिक असंरचनाले पनि सम्बन्ध-विच्छेदलाई बढाएको छ । पहिला सामाजिक संरचना एकताबद्ध थियो । नातागोता, छरछिमेक र इष्टमित्रसँग डराउने हुन्थ्यो, अहिले ती सामाजिक सम्बन्धका नटहरू कमजोर भएका छन् । त्यसकारण नियन्त्रण गर्ने आफ्नो विवेकबाहेक केही भएन । आवेशमा आएर रिस पोख्ने, एकछिनको क्रोधकै कारण सम्बन्ध बिग्रने समस्या पनि देखिन्छ । यसले श्रीमान्-श्रीमतीबीचमा दूरी बढाउँछ, कालान्तरमा त्यही सम्बन्ध-विच्छेदको कारण बन्छ । परिणाम, काठमाडौं, पोखरा, चितवनजस्ता बढी बसाइँसराइ भएका सहरहरूमा सम्बन्धविच्छेद बढी देखिन्छ ।

रोजगारीको अभावले पनि सम्बन्ध-विच्छेदलाई बढाइरहेको छ । श्रीमान्-श्रीमती रोजगारीको खोजीमा भिन्न-भिन्न ठाउँमा बसोबास गर्छन् । भिन्दा-भिन्दै स्थानमा बस्दा-बस्दै उनीहरूमा फरक किसिमको मनोविज्ञान र जीवनशैलीको विकास भएको हुन्छ, जसले उनीहरूपछि एकअर्काको जीवनशैलीसँग घुलमिल गर्न कठिन हुन्छ । यसले पनि सम्बन्ध-विच्छेद बढाएको छ । अर्कातर्फ, कानुन बनेपछि लामो समय बाध्यतामा मौन बसेका पुरुषहरू पनि कानुन आएपछि खुलेर आएका छन् । यसले केही वर्ष सम्बन्ध-विच्छेद अझ बढेको देखिनेछ ।

(आचार्य अधिवक्ता हुन् ।)

रुचि नमिल्दाको परिणति



डा. मीता राणा

सम्बन्ध-विच्छेदको कारण वैवाहिक सम्बन्धमा द्वन्द्व हो । द्वन्द्व हुनुको कारण बुझाइ नमिल्नु हो । रुचि एक-अर्कासँग मिल्दो हुनुपर्छ भन्ने गरिन्छ । कहिलेकाहीं एकअर्काको रुचि र चाहनाहरू नमिल्न सक्छन् । व्यक्तित्व नै फरक हुन्छ । अर्को सम्झौताको कुरा पनि हुन्छ । शिक्षाले पनि धेरै कुरामा परिवर्तन ल्याएको छ । शिक्षित महिलाहरू अहिले एकतर्फी सम्झौता गर्दैनन्, अधिकारका कुरामा उनीहरू सचेत छन् । पहिलेजस्तो जे पनि सहने अवस्थामा उनीहरू छैनन् । अहिले पनि पुरुष प्रभुत्व समाजमा छ । तर, त्यसो हुँदाहुँदै पनि दुवै कति सम्झौतामा आउन सक्छन् भन्ने कुराले पनि विवाह-सम्बन्धको लम्बाइ निर्धारण गर्छ ।

कतिपय अवस्थामा पुरुष समझदारीमा नआउँदा पनि सम्बन्ध समस्यामा पर्छन् । अहिलेका सम्बन्ध 'गिभ एन्ड टेक'मा अगाडि बढिरहेका छन् । अहिले संयुक्त परिवार उति छैनन्, एकल परिवार बढी छन् । काम र पढाइका सिलसिलामा कतिपय श्रीमान्-श्रीमती बाहिर छन् । बदलिँदो परिस्थितिमा आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक कुरामा आएको परिवर्तनअनुसार चल्न नसक्दा पनि सम्बन्धहरू अगाडि बढ्न गाह्रो हुन्छ । यसमा कतिपय अवस्थामा अभिभावकहरूको सचेतनाले काम गर्छ । आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक रूपमा ठूलो परिवर्तन देखा परेको छ । पुरातन परिवारले पनि अहिले सम्झौता गर्न सिकेको देखिन्छ । समाजमा खुलापन र परिवर्तन आइसकेपछि त्यसलाई आत्मसात् गर्नुपर्छ । अहिले बुजुकहरू पनि खुला हुँदै गएका छन् । युवाहरूमा वैवाहिक सम्बन्धलाई सहज बनाउन अभिभावकको भूमिका पनि उत्तिकै जिम्मेवार हुन्छ । पहिलेको दिनमा बेहुलीबाट गर्ने अपेक्षा अहिले हामी गर्न सक्दैनौं ।

अहिले प्रविधि, सामाजिक सन्जालजस्ता माध्यमले समाजलाई धेरै खुला बनाएको छ । कुनै न कुनै हिसाबले सामाजिक सन्जाल र प्रविधिले सम्बन्धलाई असर गरिरहेको छ । फेसबुकमा कति बहकिन्छन् । त्यसले पनि नकारात्मक असर गरिरहेको छ ।

सम्बन्ध लामो समय टिकाउन हामीले भिन्नभिन्न व्यक्तित्वको अस्तित्व स्विकार्नुपर्छ । सबैको आ-आफ्नै व्यक्तित्व हुन्छ । जीवनको लक्ष्य, उद्देश्य र रुचिहरू फरक-फरक हुन्छन् । यस्ता कुरामा सम्बन्ध बनाउनु अगाडि नै हामी एकदमै स्पष्ट हुन जरुरी छ । व्यक्तिको विवाहपछि परिवारसँग पनि सम्झौताका कुरा आउँछन्, त्यसमा पनि हामी पहिल्यै स्पष्ट हुनुपर्छ । केटीले कति स्वीकार गर्न सक्छ भन्ने विषयमा केटा र केटाले कति सम्झौता गर्न सकिन्छ भन्ने कुरामा केटी स्पष्ट हुनुपर्छ । दया, माया, भावनाजस्ता कुरा बुझ्ने, सेयरिङमार्फत् बुझ्ने र विश्वासको तह बढाउन सक्छौं, त्यसैमा सम्बन्ध निर्भर हुन्छ । सँगसँगै भइसकेपछि सुखमात्रै हुँदैन, कठिन अवस्था आउँदाखेरि एक-अर्कालाईझन् बलियो भरोसा चाहिन्छ । अहिले म कहाँ आउनेहरूमध्ये अधिकांशको फरक-फरक चाहना हुन्छ, एकले अर्कालाई बुझ्न नसक्दा र सञ्चार गर्न नसक्दा नै सम्बन्धमा दरार आउँछ । व्यक्तिगत इगोले पनि सम्बन्ध बिग्रिरहेको छ, 'तिमी यसो गर्छौं भने म के कम ?' भन्ने इगो भावनाले सम्बन्ध बिगार्छ । खुला रूपमा सञ्चार भएर सेयरिङ भएमा पनि सम्बन्धमा सहजता आउँछ । मोबाइल, फेसबुक, टेक्सटवाट एक्स्ट्रा मेरिटल अफेयर्सथाहा पाएर सम्बन्ध समस्यामा परेका केसहरू पनि छन् । घरेलु हिंसाले पनि सम्बन्ध टुटेको देखिन्छ । वैवाहिक सम्बन्ध बलियो गर्ने भनेको सकारात्मक भावनात्मक सम्बन्ध, एक आपसमा सम्झौता, समान बुझाइ, दयामाया, केयरिङ, खुला सञ्चारजस्ता कुरा आवश्यक हुन्छन् । दुवैतर्फ यस्तो भए वैवाहिक सम्बन्ध एकदमै राम्रो हुन्छ । कतिपय अवस्थामा मनको कुरा मात्रै होइन, शारीरिक सम्बन्धको कुरा पनि राम्रो हुन्छ । भावनात्मकसँगै शारीरिक सन्तुष्टि नभएर पनि सम्बन्धमा एकदमै द्वन्द्व भएको देखिन्छ ।

(डा. राणा क्लिनिकल साइकोलोजिष्ट हुन् ।)

सफल दाम्पत्य

लय मिलेको जोडी

तस्बिर : नवराज बाग्ले

सामान्य जीवनशैलीमा सधैं हँसिलो चेहरा । न कहिल्यै झगडा, न कहिल्यै मनमुटाव, न त कुनै ठूलो महत्त्वाकांक्षा । यस्तै, आनीबानीले गायिका कुन्ती मोक्तान र शिलाबहादुर मोक्तानको दाम्पत्य जीवनमा मधुरता छाइरहेको छ ।

कुन्ती-शिलाको जोडीले गत मंसिरमा वैवाहिक जीवनको ३६ औं वर्ष पूरा गऱ्यो । करिअर निर्माणदेखि जीवन निर्वाहसम्म दुवैजना एउटै रथका दुईपाङ्ग्रा बनेर क्रियाशील रहे । चारवर्ष लामो प्रेमसम्बन्धपछि २०४० सालमा वैवाहिक जीवन थालेको यो जोडीको विवाह सम्बन्धमा अहिलेसम्म नमीठो खटपट भएको छैन । यसका पछाडि धेरै कारण छन् । त्यसमध्ये सबैभन्दा प्रमुख कारण हो–ठूला-ठूला महत्त्वाकांक्षा कहिल्यै नराख्नु, सधैं सामान्य जीवनशैलीमा रमाउनु । 'हामीले कहिल्यै एक-अर्काप्रति धेरै आशा र महत्त्वाकांक्षा राखेनौं,' ५७ वर्षीया कुन्ती आफ्नो मधुर दाम्पत्यको रहस्य खोल्छिन्, 'मैले उहाँसँग विवाह गरेपछि कुनै पनि महत्त्वाकांक्षी अपेक्षा राखिनँ । बस्,उहाँलाई माया गरें ।'

कुन्तीसँगको पहिलो भेट अझै पनि शिलाबहादुरको दिमागमा फनफनी घुम्छ । शिलाबहादुर भन्छन्, 'दार्जीलिङमा कुन्ती र मेरा संगीत सिकाउने गुरु एउटै थिए, २०३६ सालमा संगीत सिक्ने क्रममै हाम्रो भेट भएको थियो ।' सामान्य चिनजानपछि बिस्तारै कुन्तीको सरल जीवनशैली र मधुर स्वरमा शिलाबहादुर मन गड्यो । कुन्तीको मनमीठो संगीत बनाउने सरल स्वभावका शिलाबहादुरले जिते ।

बिस्तारै चिनजानमै प्रेम अंकुराउन थाल्यो । त्यही प्रेम चार वर्षपछि वैवाहिक सम्बन्धमा परिणत भयो । कुन्तीलाई लाग्छ, श्रीमान् शिलाबहादुर उनका लागि भगवान् सरह नै हुन् । श्रीमान् दुःखी भएको उनका आँखाले देख्न सक्दैनन् । 'मैले त मेरो श्रीमान्लाई भगवान् जस्तो ठानेकी छु । कहीँकतै जानुपऱ्यो भने उहाँको अनुहार खुसी भएको हेरेर निस्कन्छु,' कुन्ती भन्छिन्, 'उहाँ दुःखी हुनुभयो भने म निराश हुन्छु । उहाँ मेरो हरेक दुःखसुख पोख्ने मन्दिर हो ।'

श्रीमान्-श्रीमतीमा सामान्य झगडा, मनमुटाव हुनु स्वाभाविक हो । तर, ३६ वर्षे दाम्पत्य जीवनमा कुनै पल त्यति ठूलो झगडा नगरेको उनीहरू बताउँछन् । 'हाम्रो अहिलेसम्म झगडा भएको छैन,' ६३ वर्षीय शिलाबहादुर भन्छन्, 'कहिलेकाहीँ उनी रिसाउँदा म नसुने/नदेखेझैं गरिदिन्छु, उनको रिस शान्त भएपछि वास्तविक कुरा के हो सम्झाउँछु ।' कतिसम्म भने यो दम्पतीको दाम्पत्य जीवनमा अहिलेसम्म ठूलो स्वरमा झगडै परेको छैन । अझ कुन्तीको स्वभाव नै अरूले झगडा गरेको समेत हेर्न नसक्नेछ । श्रीमान् रिसाएको थाहा हुने बित्तिकै उनी चुपचाप बसिदिन्छिन् । 'उहाँ रिसाउनुभएको पहिला नै थाहा पाउँछु, त्यो बुझेर धेरै बोल्दिनँ,' उनी भन्छिन् । झगडा नगर्नु छ भने स-साना कुरालाई ठूलो कहिल्यै बनाउन नहुने अनुभव दुवै जनाले गरेका छन् ।

श्रीमान्-श्रीमतीको सम्बन्ध राम्रो बनाउने मुख्य सेतु विश्वास र माया नै हो भन्ने सत्य यो जोडीले राम्रोसँग बुझेको छ । नयाँ पुस्ताका कति प्रेमी-प्रेमिकाहरू क्षणिक राम-रमाइलो र आकर्षक अनुहारमा लोभिएका छन् । कुन्ती र शिलाबहादुर भने अनुहारभन्दा पनि विश्वास र मायालाई सदैव बढी जोड दिन्छन् । 'हामीले अनुहार हेरेर प्रेम गरेका होइनौं,' ठट्यौली पारामा मुस्कुराउँदै कुन्ती भन्छिन्,'म पहिला राम्री मान्छे होइन, अहिले पो मेकअप गरेर राम्री देखिएको हुँ,' आत्मविश्वासी भावमा उनले थपिन्, 'जब कि उहाँले मलाई मेकअप नगर्दा पनि माया गर्नुहुन्थ्यो र अहिले पनि त्यस्तै ।' शिलाबहादुर पनि ठट्यौली शैलीमा प्रस्तुत भए, 'म पनि 'वाउ' भन्ने ह्यान्डसम भन्ने त छैन । माया नै सबै कुरा रहेछ, मायाले नै सम्बन्धमा मधुरता ल्याउँदो रहेछ ।'

आधुनिक जमानाका वैवाहिक सम्बन्धलाई सम्पत्ति, सफलता र शक्ति आर्जनका अंगका रूपमा पनि अर्थ्याउने गरिन्छ । यसरी क्याल्कुलेटरले जोडिएको सम्बन्ध दिगो नहुने कुन्ती बताउँछिन् । उनी भन्छिन्, 'जिन्दगी एउटा सम्झौता हो, सम्झौताले मान्छेलाई अघि बढ्न मद्दत गर्छ, तर घरी-घरी एउटै कुरा दोहोरियो भने अन्ततः सम्बन्धमा फाटो आउँछ ।' श्रीमान्-श्रीमतीको सम्बन्ध सुमधुर बनाउन एकले अर्कोप्रति समर्पण भाव राख्न सक्नुपर्छ र आफूले आफैंलाई 'जज्'गर्न सक्नुपर्ने कुन्ती-शिलाको बुझाइ छ ।

धन-सम्पत्ति र महत्त्वाकांक्षी आशाले जोडिएको सम्बन्ध दीर्घकालीन हुँदैन । यी दुवै कुरालाई उनीहरूले कहिल्यै आफ्नो विवाह सम्बन्धमा स्थान दिएनन् । काठमाडौं आउँदै गर्दा गाडीमै झोला हराएका उनीहरूसँग आङको एकसरो कपडाबाहेक अरू केही थिएन । काठमाडौं आएर सुरुमा उनीहरू क्षेत्रपाटीको एउटा घरमा बस्न थाले । जेनतेनले बन्दोबस्तीका सबै सामान जुटाए । आर्थिक अभाव भए पनि उनीहरूमा काम गर्ने जोसजाँगर थियो । काठमाडौं आउनुभन्दा पहिले नै कुन्ती र शिलाबहादुरका गीत रेडियो नेपालमा बज्न थालिसकेका थिए, जसले गर्दा उनीहरूलाई रेडियोमा छिर्न खासै गाह्रो भएन । 'सबै कलाकार रेडियो नेपालमै भेटिन्थे । रेडियोमा गीत रेकर्ड गर्ने मौका पाइयो,' शिलाबहादुर सम्झन्छन्, 'एउटा गीत गाएबापत २० रुपैयाँ पारिश्रमिक पाइन्थ्यो ।'

रेडियो नेपालमै उनीहरूको कृष्णमान डंगोलसँग चिनजान भयो । कृष्णमानले शिलाबहादुरलाई बानेश्वरस्थित अमर आदर्श विद्यालयमा संगीत शिक्षकका रूपमा जागिर मिलाइदिए । त्यहाँ संगीत सिकाएबापत उनले ५ सय २५ रुपैयाँ मासिक पारिश्रमिक पाउन थाले । कुन्ती भने काठमाडौं आउने बित्तिकै गोर्खा कल्चरमा काम गर्न थालिन् । शंकर होटलमा टिपिकल नेपाली कल्चरको नृत्य हुन्थ्यो, त्यहाँ उनी गीत गाउँथिन् । त्यहाँ एक घण्टा गाएबापत उनले मासिक २ सय ५० रुपैयाँ पारिश्रमिक पाउँथिन् । यसले उनीहरूको जीवन काठमाडौंमा सहज रूपमा चल्न थाल्यो । बिस्तारै स्टेज कार्यक्रमहरूमा पनि कुन्ती व्यस्त हुन थालिन् ।

२०४३ सालमा उनीहरूकी जेठी छोरी शीतल जन्मिइन् । त्यसको दुई वर्षपछि कान्छी छोरी शुवानी जन्मेकी हुन् । दुवै छोरीको शिक्षादीक्षाको पनि उनीहरूले खुबै ख्याल गरे । कुन्ती बाहिर निस्कँदा शिलाबहादुर घरव्यवहार र छोरीहरू सम्हाल्थे । शिलाबहादुर घर बाहिर हुँदा कुन्ती एक्लैले छोरी र घरबार सम्हाल्ने चाँजोपाँजो मिलाउँथिन् ।

संगीत विधामै केही गर्नुपर्छ भन्ने उद्देश्य राखेर काठमाडौं आएको यो जोडी नेपाली संगीतमै स्थापित छ । कुन्तीले ६ सयभन्दा बढी गीतमा स्वर भरिसकेकी छन् भने शिलाबहादुरले करिब १ हजार गीतलाई संगीतबद्ध गरिसकेका छन् । 'हामीले गरेको काम कतिपय सफल भए भने केही असफल पनि भए, तैपनि हामीले कहिल्यै हार खाएनौं, निरन्तर लागिरह्यौं,' शिलाबहादुर भन्छन्, 'संगीतमै केही गर्नुपर्छ भनेर यहाँ आइपुगेका हौं ।'

सफल दाम्पत्य

सरल जीवन, मधुर सम्बन्ध

सरिता लामिछाने र ऋषि लामिछानेको पहिलो भेट २५ वर्षअघि काठमाडौंको बानेश्वरमा भएको हो । त्यसपछि उनीहरूबीच तीन वर्षसम्म संवाद र भेटघाटका संयोगहरू जुरिरहे । त्यही संयोगले जुराएको भेटघाटमा उनीहरूले एकअर्कालाई राम्रोसँग बुझ्ने अवसर पाए । इमानदारिता, अनुशासन, असल व्यवहार, सरल स्वभाव, सिम्पल सोचजस्ता कारणले उनीहरूलाई विवाहका लागि तयार पार्‍यो ।

२०५४ साल वैशाखमा उनीहरूले विवाह गरे । 'हामीले एक-अर्कालाई मन पराएर आफूखुसी काठमाडौंमै विवाह गरेका थियौं,' ऋषि भन्छन्, '६ महिनापछि नेपालगन्जको बागेश्वरी मन्दिरमा गएर बुबाआमाको अघि सिन्दुर हालेर उनीलाई घर भित्र्याएँ ।' विवाह गर्दा सरिता एक प्रोजेक्टमा काम गर्थिन्, ऋषि चलचित्रमा स्थापित हुने प्रयासमा थिए । काठमाडौं आएपछि करिअर कसरी अगाडि बढाउने भन्ने विषयमा उनीहरूबीच सल्लाह भयो । 'हामी सिरियस मान्छे रहेछौं,' आफूहरूको प्रकृतिबारे सरिता भन्छिन्, 'विवाह भएको केही समयसम्म मैले जागिर खाइरहें । उहाँ चलचित्र क्षेत्रमै हुनुहुन्थ्यो । के गर्ने भनेर टुंगो लागिसकेको थिएन ।'

कि काठमाडौंमै व्यवस्थित हुन, कि त नेपालगन्ज फर्किन घरबाट दबाब बढ्न थाल्यो । मानिसहरू अवसर खोज्दै सहर पसिरहेका हुन्छन्, नेपालगन्ज फर्कन ऋषि-सरिताको मन पनि मानेन । 'सहरमा संघर्ष गरिरहेका मान्छेका लागि गाउँ फर्किने सम्भावना थिएन,' सरिता थप्छिन्, 'त्यसकारण भविष्य यहीँ खोज्नुपर्छ भन्ने सोच्यौं ।' सरिताले टेलिसिरियल 'मुक्ति'मा अभिनय गरेर त्यत्तिकै बसिरहेकी थिइन् । 'मुक्ति' प्रदर्शनमा भने आइसकेको थिएन ।

त्यही बेला स्पेसटाइम नेटवर्कमा विज्ञापन खुल्यो । दुवै जनाले आवेदन दिए, दुवैको नाम निस्कियो । दुवै जना एउटै ठाउँमा जागिर नखाने सल्लाहमा पुगेपछि स्पेसटाइममा सरिता जागिर खान थालिन् । ऋषि निर्देशक बन्नका लागि चलचित्र क्षेत्रमै सक्रिय रहे । कालान्तरमा सरिताका अगाडि पनि चलचित्र क्षेत्रमा होमिनैपर्ने परिस्थिति आइपर्‍यो । सरिता पर्दामा देखिन अझै तयार थिइनन्, ऋषिले उनलाई अभिनयका लागि निरन्तर कन्भिन्स गरेपछि बल्ल उनी तयार भइन् । सरिताले चलचित्र 'सन्तानको माया'मा अभिनय गरेदेखि अहिलेसम्म यो जोडी रिल र रियल दुवैमा जमिरहेको छ ।

ऋषि-सरिता वैवाहिक सम्बन्धमा बाँधिएको २२ वर्ष पुग्यो । यो दुई दशक लामो अवधिमा समाजमा धेरै घटना भए, धेरै यथार्थ बदलिए, तर ऋषिका लागि सरिता र सरिताका लागि ऋषि कहिल्यै बदलिएनन् । करिअर र सफलताजस्ता कुराले पनि उनीहरूको दाम्पत्य जीवनलाई थिचेन । व्यस्तताका कारण एक-अर्कालाई समय नदिएको गुनासो पनि उनीहरूको आपसमा गरेनन् । 'करियर बनाउनका लागि व्यस्त हुने हो,' व्यस्तताले सम्बन्ध बिगार्छ भन्ने बुझाइको जवाफमा ऋषिले भने, 'करियर बिगार्नका लागि व्यस्त हुने होइन । सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा त करियरले आफूलाई नखाओस् ।' उनलाई लाग्छ, सकारात्मक सोचाइका साथ काम गर्दा करियर पनि बन्छ र सम्बन्ध पनि दिगो बन्छ ।

गहिरो माया झाँगिँदै उनिएका अनेक वैवाहिक सम्बन्ध पनि अहिले संकटमा परेको सुनिन्छ । तर, जहाँ गहिरो माया हुन्छ, त्यहाँ विश्वासमा संकट नै नआउने ऋषिको अनुभव छ । 'हाम्रो अरूले देखाएको जस्तो भयंकर डिप लभ पनि होइन र हाम्रो जति प्रेम अरू कसैले पनि गर्दैन,' आत्मविश्वासी भावमा उनले भने, 'काम, प्रेम र जीवनप्रतिको बुझाइमा हामी परिपक्व छौं ।' सरिताका लागि प्रेम के हो त ? भन्छिन्, 'प्रेम अरूलाई देखाउन गर्ने होइन, प्रेम त हुने हो ।' बाहिर भयंकर देखाउने सम्बन्धहरू भित्री रूपमा अर्कै हुने पनि उनले देखेकी छन् ।

वैवाहिक जीवनलाई एउटै मधुरपथमा दौडाइरहन के तत्त्व आवश्यक पर्छ ? ऋषि अतिरिक्त महत्त्वाकांक्षा, तीव्र दौडजस्ता चिजलाई आफूहरूले कहिल्यै महत्त्व नदिएका कारण सुमधुर दाम्पत्य जीवन अगाडि बढेको सुनाउँछन् । 'अहिलेको समाजमा कसैलाई नाम चाहिएको छ, कसैलाई दाम, कसैलाई इज्जत । मान्छे प्राप्तिका लागि मात्र दौडिरहेको छ, प्राप्तिका लागि त दौडिने तर कहाँसम्म भन्ने हो,' उनी आफ्नो सफल दाम्पत्यको कारण खोल्छन्, 'अति महत्त्वाकांक्षा राखेर तीव्र गतिमा दौडियो भने लडिन्छ, बिग्रिन्छ, सम्बन्ध टुट्छन्, बिग्रन्छन् । तर, महत्त्वाकांक्षा राखेर पनि होस गरेर हिँड्ने हो भने जीवन काट्न सहज छ ।'

आजकाल सहरमा धेरैजसो सुनिने गर्छ– श्रीमती र श्रीमान्को सम्बन्ध सम्झौताका कारण लामो समय चल्छ । तर, ऋषिको विश्वास बेग्लै छ- श्रीमान्-श्रीमतीको सम्बन्धमा कुनै सम्झौता हुन्न । 'मान्छेहरू श्रीमान्ले केही कम्प्रोमाइज गर्नुपर्छ, श्रीमतीले केही कम्प्रोमाइज गर्नुपर्छ भन्छन्, त्यो सबै नौटंकी हो,' उनी भन्छन्, 'श्रीमती भनेकी प्रेमी हुन्, प्रेममा कुनै कम्प्रोमाइज हुँदैन । प्रेमभन्दा ठूलो कुरा के छ ?'

सरितालाई लाग्छ– प्रेम र दाम्पत्यमा अनुशासन हुनुपर्छ । ऋषिलाई लाग्छ– शंका-उपशंका, नाफा-घाटा, जोड-घटाउ गर्न थालेपछि त सम्बन्ध बिग्रिहाल्छ । जीवनलाई क्याल्कुलेटरका बटनजस्तै थिच्नाले पनि दाम्पत्य जीवनको सन्तुलन बिग्रिरहेको हुन्छ । सरिता आफूहरूले त्यो जीवन कहिल्यै नबाँचेको टिप्पणी गर्छिन् । जीवनमा आइपर्ने अप्ठ्यारोहरूले केही सम्बन्धहरू भत्किरहेका देखिन्छन् । सरिता भन्छिन्, 'श्रीमान् कमजोर हुँदा श्रीमतीले छोड्नेलाई कसरी सही दाम्पत्य जीवन मान्ने ?' पावर, पैसाजस्ता कस्मेटिक कुराले बनेका सम्बन्धहरू चाँडै भत्किन्छन् । ऋषि भन्छन्, 'हामीले कहिल्यै कृत्रिम जीवन बाँचेनौं ।' बनावटी जीवन, नौटंकी शैली र उच्च महत्त्वकांक्षाले सम्बन्धमा द्वन्द्व सिर्जना गर्ने उनी बताउँछन् । सफल दाम्पत्यका लागि सरल जीवन पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुने यो दम्पतीको अनुभव छ ।

रिल लाइफलाई रिलमै छाडिदिएर रियल लाइफमा बाँचेको यो जोडीको ११ वर्षकी छोरी छन् । विवाहको ११ वर्षपछि छोरी समृद्धि जन्मिएकी हुन् ।

विवाहलाई सधैं सुमधुर र ताजा बनाइरहन भावनात्मक पक्ष पनि त उस्तै सजीव रहनु जरुरी हुन्छ । लामो समय आफ्नै पार्टनरसँगको सम्बन्धलाई ताजा बनाइरहने फर्मुला के हो त ? सरिताका अनुसार एक-अर्कालाई बुझ्ने समझ र अनुशासन नै बलियो सम्बन्धको अचुक फर्मुला हो । 'जीवन त भावनाबाटै सुरु हुन्छ । एक-अर्कालाई बुझ्नुपर्‍यो, एकले अर्कालाई सम्मान गर्नुपर्‍यो,' सरिता भन्छिन्, 'कहीँ साथी बनिदिनुपर्‍यो, कतै श्रीमान् बनिदिनुपर्‍यो । कहीँ साथी, कहीँ श्रीमती बन्नुपर्‍यो । यो सबै भावनासँगै जोडिने कुरा हो । भावनात्मक पक्षलाई बलियो पार्ने सबैभन्दा ठूलो कुरा एक-अर्काप्रतिको सम्मान हो ।' उनका अनुसार श्रीमान्-श्रीमती त्यस्तो सम्बन्धको नाम हो, जहाँ श्रीमान्लाई परेको पीडा सहने तागत श्रीमतीले प्रदान गर्छ, श्रीमतीका दुःखपीडा श्रीमान्ले बाँडिदिनुपर्छ ।

सम्बन्धलाई बलियो बनाउने र लामो समय टिकाउने अरू पनि थुप्रै उपाय छन्, नियमित छलफल र अन्तर्क्रिया । ऋषि र सरिता दुवै सधैं खुला छलफल गर्छन् । उनीहरू दुवै एकले अर्काको उत्तिकै ख्याल गर्छन् । जब घरबाट निस्कन्छन्, को कहाँ छ भन्ने दुवै जनालाई थाहा हुन्छ । दिनभरिको कामको अपडेट एकअर्कालाई थाहा हुन्छ । बेलुका घर फर्केपछि दिनभरिको कामको आपसमा समीक्षा गर्छन् । उनीहरूको सम्बन्धमा न कुनै स्वतन्त्र दायराको आवश्यकता छ, न कुनै छेकबार र नियन्त्रण नै । त्यसको प्रमुख कारण उनीहरूबीच विकसित आपसी विश्वास हो । त्यही विश्वासले उनीहरूको प्रेमिल दाम्पत्य बन्न पुगेको छ । न त सरिता-ऋषि सम्बन्धमा हिसाब-किताब गर्छन्, न त सफलता र असफलतामा एक-अर्कालाई दोष देखाउँछन्, जो पर्छ, दुवैले भोग्छन् । त्यही भोगाइबाट एउटा भावना बन्छ, त्यही भावनाबाट प्रेम । झापामा जन्मिएकी सरिता र सल्यानमा जन्मिएका ऋषिलाई त्यही प्रेमले बाँधिरहेको छ ।

तस्बिर : महेश प्रधान

कुराकानी

‘भावनात्मक बन्डिङ हुनुपर्छ’

करुणा कुँवर मनोविद् हुन् । कुँवरसँग विवाह सम्बन्ध, यसका भावनात्मक पक्ष, लामो समय टिकाउने उपायलगायत विषयमा केन्द्रित रहेर साप्ताहिकले गरेको कुराकानी :

वैवाहिक सम्बन्धलाई कसरी बलियो बनाउन सकिन्छ ?

नेपालमा मागी विवाह अहिले पनि धेरै छ । लभ म्यारिज आधुनिक समयमा देखिन थालेको हो । लिभिङ टुगेदर रिलेसनहरू बढ्दै गएका देखिन्छन् । वैवाहिक सम्बन्ध कसरी सुरु भएको छ भन्नेले पनि लामो वैवाहिक सम्बन्धमा भूमिका खेल्छ । कसले पहल लिएको छ, प्रतिबद्धता के छजस्ता विषयले पनि वैवाहिक सम्बन्धमा भूमिका निर्वाह गरेको हुन्छ । त्यसैले वैवाहिक सम्बन्ध कुन धरातलमा स्थापित भयो भन्ने कुराले महत्त्व राख्छ ।

अहिले पनि किशोरावस्थामै विवाह हुन्छ । महिला र पुरुषबीच मात्रै प्रतिबद्धता भएर विवाह भएको छ भने त्यहाँ दुई जनाको मात्रै सम्बन्ध हुन्छ । कतिपय विवाह परिवारकै सहमतिमा हुन्छ । त्यसमा एउटा महिलाले श्रीमान्को मात्रै ख्याल राखेर हुँदैन, सासू-ससुरालगायतलाई पनि हेर्नुपर्छ । बुहारीसँग परिवारका धेरै अपेक्षा हुन्छन् । त्यसले महिलामा मैले आफ्ना लागि विवाह गरेको कि परिवारका लागि भन्ने सोचमा पुऱ्याइदिन्छ । सांस्कृतिक संरचनाका कारण महिला पुरुषको श्रीमतीसँगै परिवारको बुहारी पनि हो । ऊ आमाबुवाका लागि पनि हो भन्ने धारणा बन्ने गर्छ । विवाह सम्बन्ध कस्तो हुन्छ भन्नेमा यो संरचनाले पनि भूमिका खेल्छ ।

वैवाहिक जीवनमा एक-अर्कालाई बुझ्ने कुराको भूमिका कत्तिको हुन्छ ?

विवाहबारे पार्टनरहरूले सबैभन्दा पहिले बुझ्नुपर्छ । पार्टनर केका लागि चाहियो ? त्यसका लागि म किन कमिटेड भएँ ? मैले किन विवाह गरेँ ? यी प्रश्नबाट विवाह बुझ्न जरुरी हुन्छ । विवाहमा एकअर्काको दायराबारेको बुझाइ सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण छ । दायरा कति हो, ठाउँ कति हो ? दुवै जना कुन दायरासम्म जान सक्छौं भन्नेमा स्पष्ट निर्क्योल गर्नुपर्छ । अहिले त इमेल, फेसबुकका पासवर्ड एकअर्कले राख्नुपर्नेजस्तो प्रचलन छ । यो दायरा र नियन्त्रणले द्वन्द्व सिर्जना गर्छ । दुई जनाविपरीत पार्टनरमा विवाहपछि मैले सोचेजस्तै उसले गर्नुपर्छ भन्ने बुझाइ एकअर्कामा आयो भने विवाह समस्यामा पर्छ । व्यक्तिगत दायरालाई कदर गर्ने हो भने एकअर्काप्रति सम्मानजनक सम्बन्ध विकास हुन्छ । त्यो दायराले एकअर्कासँग बफादारिता निर्वाह गर्न सक्ने हुन्छ । व्यक्तिगत दायरालाई बुझाइराख्नुपर्छ । दुवै जना फरक-फरक परिवेशमा हुर्केका हौं भन्ने बुझाइले प्रतिबद्धताको विकास गराउँछ । त्यसपछि अरू समझदारीका कुराहरू आउने हुन्छ ।

सम्बन्धमा एक-अर्कालाई बुझ्ने कुराले कत्तिको महत्व राख्छ ?

बच्चा जन्माउने, सेटलमेन्टलगायतका भौतिक आवश्यकतालाई पनि मिलाएर लैजान सक्नुपर्छ । व्यक्तिगत जीवनको आत्मीयता, यौन जीवन सबै कुराले विवाहमा भूमिका खेल्छ । बेडरुमभित्र पनि दायरा र सम्मानको खाँचो हुन्छ । सम्मान भएपछि दुवैजनाले सबै कुरा सहजै लैजान सक्छन् । यस्ता विषयमा दुवै जनाले खोज्नुपर्ने, पढ्नुपर्ने, अन्तर्क्रिया पनि एकदमै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । केही दिनअघि एकजनाले मलाई प्रश्न गर्नुभएको थियो- महिलाले आफ्नो योनीलाई कति घृणा गर्छन्? मैले विभिन्न केसका आधारमा अध्ययन गर्दा पुरुषको बुझाइबाट महिलाले र महिलाको बुझाइबाट पुरुषले बुझ्ने कोणको निर्माण गर्नुपर्दोरहेछ ।

एक आधुनिक नवविवाहिता जोडी आएका थिए । उनीहरू दुवैलाई नयाँ ठाउँमा घुम्न जान मन लाग्दोरहेछ । तर, बुवाआमाले के सोच्लान्, एक्लै कसरी छोडेर जाने भन्नेले केटामा दबाब हुँदोरहेछ । श्रीमतीले चाहिँ जानै नहुने के छर भन्ने भाव आउँदो रहेछ । बुवाआमाबाट केटाले दबाब फिल गरेको देखिन्छ । विवाहमा घरपरिवारदेखिका धेरै कुराको तादात्म्यता मिलाउनुपर्ने हुन्छ ।

भावनात्मक बन्डिङ कसरी बनाउन सकिन्छ ?

कुन उमेर समूहमा विवाह भएको छ । विवाहमा रहेको उमेर अन्तरले पनि भावनात्मक पक्षलाई असर गरिरहेको हुन्छ । पुरुष दुई-तीन वर्ष सिनियर छ र महिला जुनियर छ भने भावनात्मक बुझाइमा सन्तुलन आउन सहज हुन्छ । परिपक्वताका हिसाबले भावनात्मक रूपमा पुरुषहरू महिलाभन्दा दुई वर्ष युवा हुन्छन् । २०-२० वर्षका छन् भने पुरुषको भावनात्मक र मानसिक उमेर १८ वर्षको जतिको हुन्छ, महिलाको २० वर्षकै हुन्छ । धेरै उमेर अन्तर भएका जोडीहरूले उमेरअनुसार नै हाम्रो भावनात्मक अन्तर पनि छ भन्ने कुरा बुझ्नुपर्छ ।

एउटा २४ वर्षको महिला र ३१ वर्षको पुरुषबीच विवाह भएको छ भने महिलाले ३१ वर्षको पुरुष कस्तो हुन्छ भन्ने फिल गर्ने, बुझ्ने गर्ने । पुरुषले २४ वर्षको महिला कस्तो हुन्छ भनेर फिल गर्ने । दुवैले आफ्नो उमेरअनुसार नै फिल गरे भने त्यहाँ मिस अन्डरस्ट्यान्डिङ सुरु हुन्छ । त्यहाँ दुइटैले फरक उमेरलाई सम्मान र चाहनामा रहेको फरकपनलाई अँगाल्नुपर्छ ।

भावनात्मक कुराबाट गुज्रने बेला आएछ भने अर्थात् रुवाइ, रिस आदि हरेक व्यक्तिको जीवनमा हुन सक्ने कुराहरू हुन् । तर, त्यस्तो बेला एकअर्कालाई समय दिनु एकदमै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । त्यो एउटा समयमा आउँछ, जान्छ । त्यही विवाद गर्ने र प्रेसर गर्ने कुरा आउँदैन । एउटा पार्टनरलाई गाह्रो हुँदा अर्कोले दबाब सिर्जना गर्नु हुँदैन । हाम्रो सांस्कृतिक संरचनाअनुसार महिलाले विवाह गरेर पुरुषको घर जानुपर्छ, त्यहाँ जाँदा उनले सम्झौताका लागि गर्नुपर्ने संघर्षमा पुरुषले त्यहाँ सघाउनुपर्छ । केही समयमै महिलाले सम्झौता गरेर जान सक्छन् । सुरुमै निर्णय गर्न थाल्यो भने समस्या हुन्छ । अहिले पनि पुरुषमा ‘मैले ल्याएको’ र महिलामा ‘म आएको’ भन्ने परम्परागत अनुभव हुन्छ । त्यसमा महिलालाई व्यवस्थित हुनका लागि समय दिनुपर्छ । सुरुमै दबाब सिर्जना गऱ्यो भने विवाद चर्किन्छ । सुरुमा माइती जाने, साथीहरू भेट्न खोज्ने हुन सक्छ, त्यसलाई पुरुषले अन्यथा लिनु हुँदैन । यो एकदमै महत्त्वपूर्ण विषय हो ।

स्मार्टफोन र सामाजिक सञ्जालले दाम्पत्य जीवन र भावनालाई कत्तिको प्रभाव पारिरहेका छन् ?

पछिल्लो समय सोसल मिडिया र ग्याजेटहरूको भूमिकाले पनि सबै सम्बन्धलाई असर गरिरहेको छ । वैवाहिक सम्बन्धमा पनि त्यसको असर छ । बेडमा बसिरहेका श्रीमान्-श्रीमतीको बीचमा ग्याजेट बसिररहेको हुन्छ, त्यो बीचमा बसेको ग्याजेटले सम्बन्धमा ठूलो अवरोध खडा गरेजस्तो हुन्छ । श्रीमान्-श्रीमतीले एकअर्काको अनुहार हेरेर सुत्दैनन्, अनुहार हेर्छन् ग्याजेटको । त्यसमा पनि फेसबुक धेरैजनाको साझा चौतारी हो । कतिसम्म भने श्रीमान्-श्रीमतीको वर्थ डे विस, एनभर्सरी विसनै फेसबुकमा हुने गर्छ । बिहान सँगै उठ्दा विस गरेर उठ्दा पनि हुन्छ । फेसबुकमा विस गरिदियो भने धेरै जनाले माया गरेको थाहा पाउँछन् भन्ने बुझाइ भइसकेको छ । यसले सम्बन्धलाई एकदमै कृत्रिम बनाइदिएको छ ।

जसको वैवाहिक जीवन धरापमा परेको छ, उसको सामान्य सम्बन्ध भएको मानिसको तुलनामा फेसबुकमा धेरै फोटाहरू पनि देखिन्छन् । अस्ति एकजनाले पुरुषले भन्नुहुन्थ्यो- ‘मेरो श्रीमतीलाई म कहाँ गए, के गरे भन्ने मतलब हुँदैन, तर बिहान उठ्नेबितिकै मोबाइल लिएर बाथरुम पस्नुपर्छ । बाथरुममा इन्टरनेट पाइएन भने ऊ बाथरुमबाटै के भयो भन्दै कराउँछ ।’

इन्टरनेट भएन भने उनलाई पीडा सुरु हुँदोरहेछ । अहिले गाउँदेखि सहरसम्म मोबाइल हाम्रो जीवनशैलीमा एकदमै हावी भएको छ । वैदेशिक रोजगारीले सबैको हात-हातमा स्मार्ट मोबाइल पुऱ्याएको छ । जीवन्त संवादहरू मर्दै गएपछि असाध्यै धेरै समस्या सिर्जना हुँदै गएका छन् । कतिसम्म भने श्रीमतीको साथीले फोटोमा गरेको कमेन्टले पनि वैवाहिक सम्बन्ध बिथोलेको केस मकहाँ आएको थियो ।

तस्बिर : नवराज बाग्ले

वैवाहिक जीवनमा समर्पण, त्याग, परस्पर सम्मान आदि कुराको महत्व हुन्छ । एक-अर्काका कुरा नबुझ्ने, अन्तर्क्रिया नगर्ने, एकअर्कासँग विश्वास कायम गर्न नसक्नेजस्ता कारणले पनि सम्बन्धहरु बिग्रिरहेका देखिन्छन् ।

पृष्ठ १९ बाट

विवाहिता जोडीमा अनावश्यक र पूरा नहुने आकांक्षा भएमा विवाह लामो समय टिक्न नसक्ने उल्लेख छ । उनले वैवाहिक सम्बन्ध दीर्घकालीन बनाउन एक-अर्कामा सकारात्मकता र वास्तविकतासँग मेल खाने सपना हुनुपर्ने बताएका छन् ।

वैवाहिक जीवनमा समर्पण, त्याग, परस्पर सम्मान आदि कुराको महत्त्व हुन्छ । एक-अर्काका कुरा नबुझ्ने, अन्तर्क्रिया नगर्ने, एकअर्कासँग विश्वास कायम गर्न नसक्नेजस्ता कारणले पनि सम्बन्धहरू बिग्रिरहेका देखिन्छन् । मनोविद् करुणा कुँवर भन्छिन्, 'आत्मीयता, यौन जीवन सबै कुराले विवाहमा भूमिका खेल्छ । बेडरुमभित्र पनि स्पेस र रेस्प्याक्टका कुराहरू छन् । व्यक्तिगत दायराको सम्मान भएपछि दुवै जनाले सबै कुरा सहजै लैजान सक्छन् ।' उनकाअनुसार एक-अर्काप्रतिको सम्मान यो सम्बन्धको सबैभन्दा मुख्य जग हो ।

लेखक तथा ब्लगर मार्क म्यासनले १५ सयभन्दा बढी सुखी विवाहित जोडीमा गरेको अनुसन्धानले पनि लामो वैवाहिक जीवन हुनुमा एकअर्काप्रतिको सम्मान मुख्य कारण देखाएको छ । उनले ती सुखी जोडीहरूलाई सोध्दा उनीहरूले विवाह टिक्नुको कारणका रूपमा एकअर्काबीच सदैव सम्मान, एकअर्कालाई आवश्यक समय दिनु, एकअर्कालाई बुझ्नुलाई बताएका थिए । साइकोलोजिस्ट टेसा बर्न मार्टिनले पनि विवाह लामो समय टिक्नुका पछाडि यस्तै कारण अगाडि सारेकी छन् । उनले संवाद, दया, प्रतिबद्धता, स्वीकृति र मायालाई विवाह लामो समयसम्म टिकाउने प्रमुख कारण मानेकी छन् ।

अहिले कतिपय दम्पत्ती मायालाई 'लिने र दिने वस्तु' मान्न थालेका छन् । जीवनको सबैभन्दा ठूलो भावनात्मक पक्ष 'माया'लाई नै बहिखातामा राखिएको रकमजस्तै हिसाबकिताब गर्न थालेपछि त्यो सम्बन्ध कसरी दिगो बनोस् ? दुई वर्षअघि वासिङ्गटन पोस्टमा प्रकाशित 'द सेक्रेट टु लङ लास्टिङ म्यारिज' शीर्षकको आलेखमा कोर्नेल युनिभर्सिटीका प्रोफेसर कार्ल पिल्मरले विवाह लामो समय टिक्नुको प्रमुख कारण 'माया' नै रहेको बताएका छन् । डा. राणा पनि सम्बन्धलाई दीर्घकालीन र दिगो बनाउन आपसी विश्वास, दया, माया, भावना पक्षहरू बलियो बनाउनुपर्नेमा जोड दिन्छिन् ।

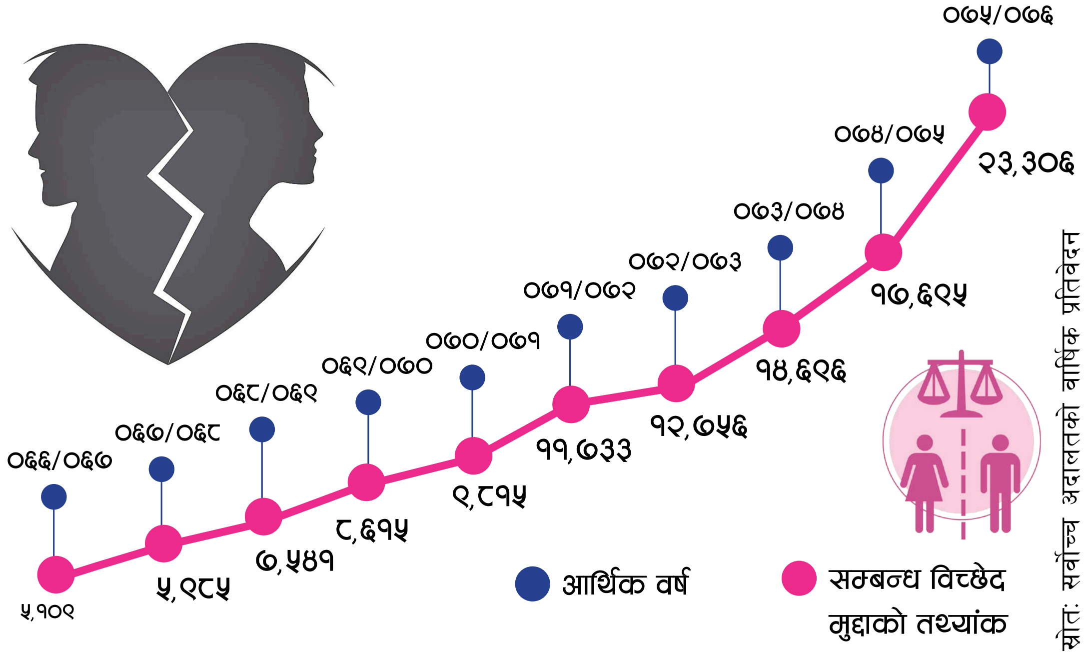
मायासँगै निकटताले पनि वैवाहिक सम्बन्धलाई दीर्घ बनाउने गरेको पाइन्छ । 'थर्टी लेसन फर लभिङ' पुस्तकका लेखकसमेत रहेका पिल्मरले ७ सयजना ज्येष्ठ जोडीहरूलाई भेटेर लामो प्रेम सम्बन्धको कारण पहिल्याउने प्रयास गरेका थिए । अन्तर्वार्तामा सहभागी धेरैले लामो वैवाहिक सम्बन्ध कायम हुनुको मुख्य कारण एकअर्कालाई शरीरिक रूपमा स्पर्श गर्न पाएकाले पनि हो भने । स्पर्शले प्रेममा अर्कै किसिमको आनन्द ल्याउँछ भने यसले उनीहरूको अधिकारलाई अझ बढावासमेत दिने गरेको बताए । पिल्मरका अनुसार कतिपयमा प्रेमको भावनासाथ हुँदा पनि देखिन्छ भने कतिपयमा साथ नहुँदा पनि देखिने गर्छ ।

म मात्रै कति त्याग गर्ने ? एक्लै दुःखमात्रै कति गर्ने ? जस्ता अनेकन द्वन्द्वजन्य र निराशाजनक कुराले पनि विवाह सम्बन्ध भड्खालोमा पुर्‍याइरहेका हुन्छन् । जब सम्बन्धमा यस्ता हिसाबकिताब हुन थाल्छन्, त्यसपछि सम्बन्ध विस्तारै पूर्णविरामको दिशामा जान्छ, जसले पतिपत्नी विवाहको केही वर्षमै अलग-अलग बाटोमा निरस जीवन बिताउन बाध्य हुन्छन् । वैवाहिक सम्बन्धमा एकअर्काको दायरा र नियन्त्रणका विषयले विवाद सिर्जना गरिरहेको हुन्छ, त्यसमा विवाहपूर्व नै स्पष्ट हुनुपर्ने मनोविद कुँवर बताउँछिन् । 'दुई जना अपोजिट पार्टनरमा विवाहपछि मैले सोचेजस्तो नै उसले गर्नुपर्छ भन्ने बुझाइ एकअर्कामा आयो भने विवाह समस्यामा पर्छ,' उनी भन्छिन्, 'व्यक्तिगत दायरालाई कदर गर्ने हो भने एकअर्काप्रति सम्मानजनक सम्बन्ध विकास हुन्छ । त्यो दायराप्रतिको सम्मानले एकअर्कासँग बफादारिता निर्वाह गर्न सक्ने वातावरण सिर्जना गर्छ ।'

वैवाहिक जीवनमा समस्या पुर्‍याउने वा बढाउने माध्यमका रूपमा यतिबेला सामाजिक सञ्जाल र स्मार्टफोनहरू पनि बनेका छन् । दम्पतीहरूबीच बेड न्यानो बनाउन सञ्जीवनी बुटी मानिने स्पर्श, संवादजस्ता पक्षहरूलाई सामाजिक सञ्जाल र स्मार्टफोनहरूले निलिरहेका छन् । यसले पनि मानिसमा जीवन्त सम्बन्धलाई कृत्रिमतातिर धकेलिरहेको छ । मनोविद् कुँवर पनि यसमा सहमत छिन् । 'श्रीमान्-श्रीमतीले एकअर्काको अनुहार हेरेर सुत्दैनन्, अनुहार हेर्छन् ग्याजेटको । त्यसमा पनि फेसबुक धेरैजनाको कमन प्ल्याटफर्म हो । कतिसम्म भने श्रीमान्-श्रीमतीको बर्थ डे विस, एनभर्सरी विस पनि फेसबुकमा हुन्छ,' उनी भन्छिन्, 'बिहान सँगै उठ्दा विस गरेर उठ्दा पनि हुन्छ । फेसबुकमा विस गर्दा धेरै जनाले माया गरेको थाहा पाउँछन् भन्ने बुझाइ भइसकेको छ । एकदमै कृत्रिम भइसकेको छ । सम्बन्ध मधुर बनाउन बेडमा हुने जीवन्त संवाद नै हुन छाडेका छन् ।'

वैवाहिक जीवनमा समस्या पुर्‍याउने वा बढाउने माध्यमका रुपमा यतिबेला सामाजिक सञ्जाल र स्मार्टफोनहरु पनि बनेका छन् । दम्पतीहरुबीच बेड न्यानो बनाउन सञ्जीवनी बुटी मानिने स्पर्श, संवादजस्ता पक्षहरुलाई सामाजिक सञ्जाल र स्मार्टफोनहरुले निलिरहेका छन् ।

तथ्यांकमा १० वर्षको सम्बन्ध विच्छेद मुद्दा



आवरण

लिभिङ टुगेदर
मस्तीपछिको सास्ती

काठमाडौं पोखरा, धरान, धनगढीजस्ता सहरहरूमा लिभिङ टुगेदरमा बस्नेहरूको संख्या बढ्दै गएको छ । लिभिङ टुगेदरको अर्थ हुन्छ सँगै बस्नु विवाह परम्पराभन्दा फरक ढंगले दैनिकी बिताउन खोज्नु । समाजका डरका कारणले लुकीछिपी यस्ता सम्बन्धमा बस्ने अधिकांश किशोर-किशोरी रहेको पाइन्छ ।

■ प्रकृति दाहाल

घटना-१

बागलुङकी २३ वर्षीया सविना विश्वकर्मा राजधानीको एक कपडा पसलमा काम गर्छिन् । थोरै कमाइमा पनि उनी आफू रमारहेकी छिन् । त्यही क्रममा उनको चिनजान सोही कपडा पसलमा काम गर्ने २४ वर्षीय तारामान भुजेलसँग भेट हुन्छ । तारामान सविनासँग बिस्तारै नजिकिन्छन् । उनीहरू दुईबीचको सामान्य परिचयबाट सुरु भएको सम्बन्ध प्रेममा परिणत हुन्छ । दिनभर काममा सँगै रहेर उनीहरू रातमा पनि सँगै बस्न थाल्छन् । दुवै जना एक्ला-एक्लै बस्ने उनीहरू एकै ठाउँमा बस्ने थाल्छन् । तारामान सविनाको कोठामा डेरा सर्छन् । उनीहरू एकै ठाउँमा बस्नुको उद्देश्य हुन्छ– खर्चको बचत । एक वर्षसम्म उनीहरू हाँसीखुसी रमाउँछन् । त्यतिबेलासम्म तारामानले सविनाको जात थाहा पाएका हुँदैनन् । तारामानले सविनाको जात दलित भनेर थाहा पाएपछि सविनालाई घृणा गर्न थाल्छन्, सविनालाई छाडेर तारामान गाउँ पुग्छन् । सविना पनि तारामानको गाउँ खोज्दै तनहुँ पुग्छिन् । फर्कने आश्वासन दिँदै सविनालाई काठमाडौं फर्काउँछन् उनी । तारामान फर्केर काठमाडौं आउँछन् तर सविनाको कोठामा ताला लगाएर उनी गायब हुन्छन् । सविना भने तारामानलाई खोजी गरिपाऊँ भन्दै पुसको पहिलो साता काठमाडौं प्रहरी परिसर टेकुमा निवेदन दिन पुग्छिन् । विवाह गर्ने सर्तसहित दुई वर्षदेखि सँगै बस्दै आएको तर केटाले धोका दिएको भन्दै उनले निवेदन दर्ता गराएकी छन् । तारामान भने अहिलेसम्म गायब छन्, प्रहरीले उनको खोजी कार्य गरिरहेको छ । तारामानसँगको भविष्य उनको अन्योल देखिने प्रहरीहरू बताउँछन् ।

घटना-२

पेसाले सावित्री उपाध्याय मोडल हुन् । २३ वर्षीया उनी मोडलिङ गर्ने क्रममा एक साथीमार्फत ३६ वर्षीय घनश्याम बीसीलाई भेट्छिन् । जनकपुरका बीसी व्यवसायी हुन् । उनीहरूबीचको सम्बन्ध विस्तारै झाँगिँदै जान्छ । घनश्यामले सावित्रीलाई आर्थिक रूपमा सहयोग गर्दै जान्छन् । सावित्रीले बीसीको सहयोगमा आफ्नो करिअर अगाडि बढाइरहेकी हुन्छिन् । उनीहरू दुई वर्षसम्म एकआपसमा रमाउँछन् । एकअर्कालाई सहयोग गरिरहेका हुन्छन् । उनीहरूको सम्बन्ध गर्भपतनसम्म पुग्छ । त्यसपछि उनीहरूबीच मनमुटाव सुरु हुन्छ । करिब ६ महिनासम्म उनीहरूबीच बोलचाल बन्द हुन्छ । उनीहरूबीचको सम्बन्ध घरपरिवारलाई भने थाहा हुँदैन । घनश्यामको परिवारले अर्की केटीसँग विवाहका लागि प्रस्ताव गर्छन् । उनी पनि विवाह गर्नुपर्छ भन्दै परिवारको कुरामा सहमत हुन्छन् । तर, उनले विवाह गरेको सावित्रीलाई थाहै दिएनन् । घनश्याम सावित्रीसँग सम्पर्कविहीन हुन्छन् । सावित्री भने आफूलाई जानकारी नै नदिई विवाह गरेको भन्दै प्रहरीकोमा उजुरी दिन पुग्छिन् । घनश्याम अहिले सम्पर्कविहीन छन् । सावित्री भने खोजिदिन पहल गरिरहेकी छन् । प्रहरीले उनको परिबारसँग कुरा गरेपनि सम्बन्धित व्यक्तिलाई भने भेट्न सकेको छैन ।

घटना-३

डोटीकी शकुन्तला बम अध्ययनका लागि काठमाडौं आउँछिन् । शकुन्तला विरानो सहरमा एक्लो महसुस गर्छिन् । गरिब परिवारकी उनी आर्थिक हिसाबले एक्लै बसेर पढ्न सहज हुँदैन । त्यही समय इन्जिनियरिङ पढ्दै गरेका कैलालीका दीपेन्द्र शाही भेटिन्छन् । उनलाई समस्याको समयमा भगवान् भेटेजस्तै लाग्छ । उनीहरू एकआपसमा नजिकिन्छन् । एकअर्काको सहयोगी बन्छन् र अनामनगरमा कोठा लिई एकै ठाउँमा बस्न थाल्छन् । दिन बित्दै जाँदा उनीहरू प्रेममा पर्दै जान्छन् । शकुन्तला दीपेन्द्रलाई जीवनभरका लागि अँगाल्न चाहन्थिन् । उनका बच्चाको आमा बन्न चाहन्थिन् । तर, दीपेन्द्रले भने उनका यी कुरालाई कुनै मतलब नै गर्दैनन् । बच्चा जन्माउन उनी राजी हुँदैनन् । बच्चा जन्माउने र विवाह गरेर बस्ने विषयमा नै उनीहरूबीच तालमेल मिल्दैन । बच्चाको चाहनाका कारण शकुन्तला चार पटकसम्म गर्भपतन गराउनसमेत बाध्य हुन्छिन् । करिब तीन वर्षपछि तीन महिनाकी गर्भवती शकुन्तलालाई छोडेर दीपेन्द्र टाढिन्छन् । अहिले शकुन्तला लिभिङ टुगेदरको नासो आठ वर्षको छोरा हुर्काइरहेकी छन् । बच्चा काखमा छ, तर दीपेन्द्र कहिल्यै फर्केर आएका छैनन् । उनीहरूको खोजीनितीसम्म पनि दीपेन्द्रले गर्दैनन् । आफ्ना लागि नभए पनि छोराका लागि आउँछ कि भन्ने आशा शकुन्तलालाई छ । लिभिङ टुगेदरमा बस्दा धेरै कुरामा सहयोग हुने भए पनि तत्कालका लागि मात्र सहज हुने तर दीर्घकालमा महिलाहरूलाई असर पर्ने गरेको शकुन्तलाले अनुभव गरेकी छन् । महिलाहरू भावनामा बढी डुब्ने तर पुरुषहरूले भावनाको कुनै कदर नगर्ने अवस्थाले पनि लिभिङ टुगेदरमा अन्ततः लफडा हुने गरेको उनी बताउँछिन् ।

माथिका उदाहरणहरू लिभिङ टुगेदरले

कानुन बन्न पनि सक्छ

नेपाली समाजमा पछिल्लो समय लिभिङ टुगेदरको ट्रेन्ड बढ्दै गएको छ । आधुनिकीकरणतर्फ समाज अगाडि बढ्नु र पश्चिमी शैलीको प्रभावले गर्दा पनि यस्तो सम्बन्धले व्यापकता पाउन थालेको छ । यस्तो सम्बन्धलाई कानुनले मान्यता दिन सकेको छैन वा भनौं कानुनको दायरामा ल्याउन सकिएको छैन । नेपाली समाज पूर्विय सांस्कृतिक, परम्पराबाट प्रभावित छ । यस कारण विवाह पूर्वसँगै बस्ने प्रवृतिलाई अवैधानिक मानिन्छ ।

तर, पछिल्लो समय लिभिङ टुगेदर सम्बन्धलाई मान्यता नदिएपछि त्यस्तो सम्बन्धबाट जन्मिएका बच्चाहरूका सन्दर्भमा भने कानुन निर्माण भएको छ । एकल आमाका सन्तानहरूलाई पनि नागरिक सरह सुविधा दिने व्यवस्था निर्माण भएको छ । यस्ता सम्बन्धहरूको समस्याहरूलाई अहिले

राजु खड्का, अधिवक्ता

कानुनले घरेलु हिंसा, लैगिक हिंसा मानेर कानुनी उपचार गर्ने गरिन्छ । लिभिङ टुगेदरले पनि भोलिका दिनमा कानुनी मान्यता नपाउला भन्न सकिन्न । कानुनी मान्यताअनुसार नै यो सम्बन्ध अगाडि बढ्न पनि सक्छ ।

निम्त्याएका समस्याहरू हुन् । पछिल्लो समय लिभिङ टुगेदर बस्ने ट्रेन्ड जति बढ्दै गएको छ, त्यति नै समस्याहरू पनि बढ्दै गएको बताउँछिन् काठमाडौं प्रहरी परिसर महिला तथा बालबालिका केन्द्रकी प्रहरी निरीक्षक ज्ञानमञ्जरी शर्मा । उनका अनुसार मन मिलेसम्म रमाउने मन मिल्ने छोडेपछि विभिन्न बहाना बनाउँदै उजुरी गर्न आउने गर्छन् । लामो समय बस्दै गएपछि केटीहरू विवाहको प्रस्ताव राख्छन् तर त्यो कुरा केटाले नमानेपछि केटालाई ब्लाकमेलिङ गर्ने गरेको उनी बताउँछिन् । उनी भन्छिन्– 'लिभिङ टुगेदरको समयमा अश्लील भिडियो बनाउने, चरित्रहत्या गर्न खोज्ने, जबरजस्ती गरेका घटनाहरू आइरहन्छन् ।' अभिभावकलाई थाहै नदिई एक-आपसमा बसेका हुन्छन्, शर्माका अनुसार परिवारले थाहा पाएपछि छुट्टिनका लागि पनि मुद्दा हालेर दोषी देखाउन चाहन्छन् । उनी भन्छिन्- 'साथीसँग असुरक्षा महसुस गर्न थालेपछि एकआपसमा मनमुटाव हुने अवस्था आउने गरेको छ ।'

काठमाडौं पोखरा, धरान, धनगढीजस्ता सहरहरूमा लिभिङ टुगेदरमा बस्नेहरूको संख्या बढ्दै गएको छ । लिभिङ टुगेदरको अर्थ हुन्छ सँगै बस्नु विवाह परम्पराभन्दा फरक ढंगले दैनिकी बिताउन खोज्नु । समाजका डरका कारणले लुकीछिपी यस्ता सम्बन्धमा बस्ने अधिकांश किशोर-किशोरी रहेको पाइन्छ । यस्तो सम्बन्धमा बस्नुको मुख्य कारण एक्लोपन हटाउन खोज्नु, आर्थिक रूपमा समस्या पर्नु, सहयोगको अपेक्षा गर्नु रहेको बताउँछन् समाजशास्त्री कैलाशनाथ प्याकुरेल । आधुनिक समाजका कारण पनि यस्तो सम्बन्ध बस्नेहरूको संख्या पनि बढ्दै गएको बताउँछन् प्याकुरेल । छुट्टाछुट्टै समाजका कारणले पनि यस्तो सम्बन्धलाई हौस्याइरहेको प्याकुरेलले बुझेका छन् । उनी भन्छन्- समाज खुला भइसकेको छ, त्यसकारण पनि यस्ता सम्बन्ध फैलिरहेका छन् । व्यक्तिहरूको शारीरिक आवश्यकताका कारण पनि लिभिङ टुगेदरमा बस्ने गर्छन् । उनी भन्छन्- 'नेपाली समाजले विवाहपछि मात्र यौनको कुरा गर्छ, तर अहिलेका व्यक्तिहरू विवाहपूर्व नै यौनप्रति उत्सुक भएका हुन्छन् ।' उनका अनुसार यौनइच्छा पूरा गर्नका लागि भए पनि लिभिङ टुगेदर सम्बन्धमा बस्ने गर्छन् । नेपाली समाजले यस्तो सम्बन्धले वैधानिकता नपाउने

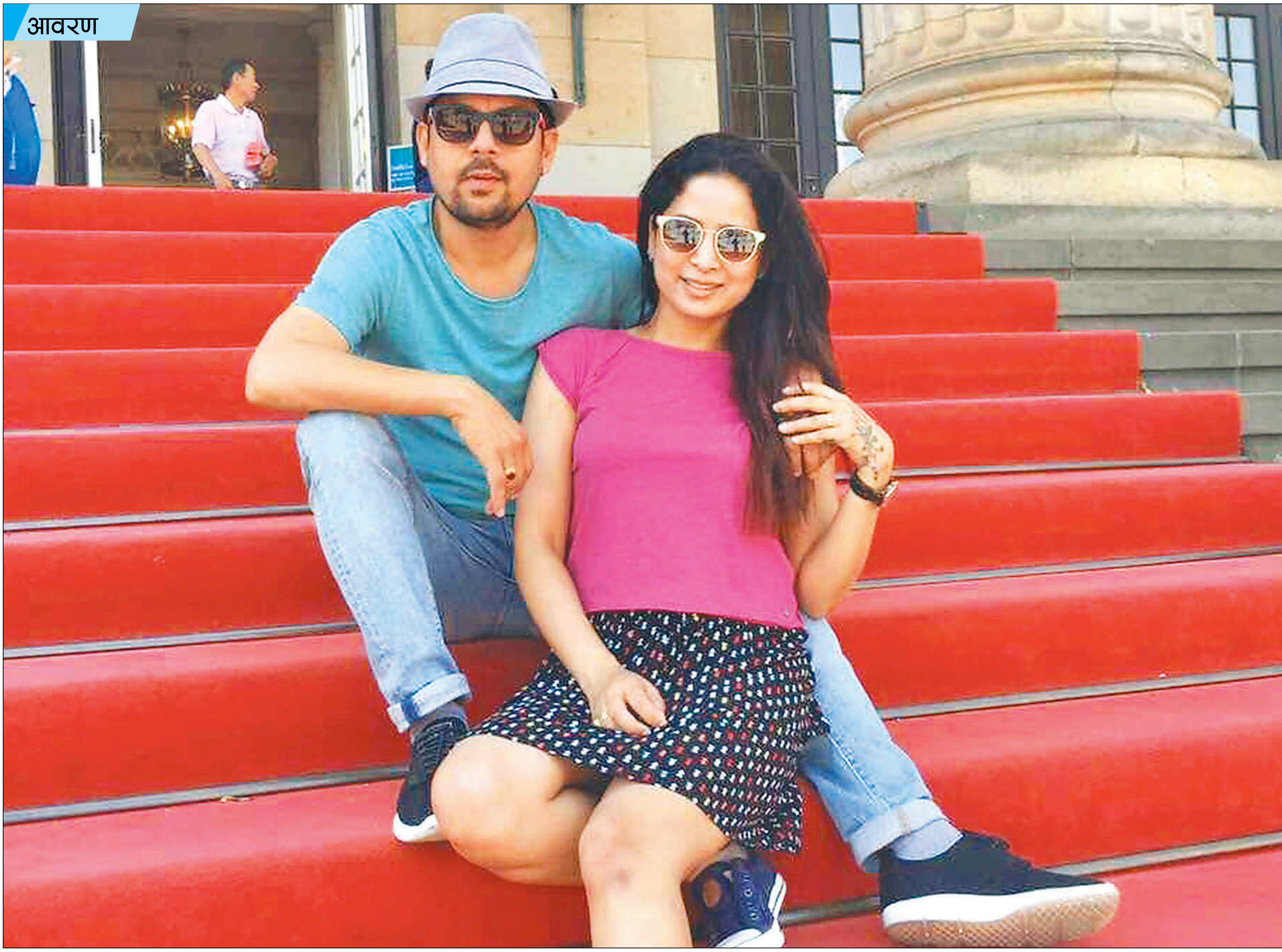
> आधुनिक समाजका कारण पनि यस्तो सम्बन्ध बस्नेहरुको संख्या पनि बढ्दै गएको बताउँछन् प्याकुरेल । छु ाछुँ समाजका कारणले पनि यस्तो सम्बन्धलाई हौस्याइरहेको प्याकुरेलले बुझेका छन् ।

भएकाले पनि घटनाले रूप लिने गरेको उनी सुनाउँछन् ।

सहरहरूमा आर्थिक हिसाबले एक्लै बस्न समस्या हुँदै गएको र आर्थिक भार घटाउनका लागि पनि लिभिङ टुगेदरमा बस्ने ट्रेन्ड बढ्दै गएको बताउँछन् मनोविद् राजेशकुमार झा । यस्तो सम्बन्धले केही समस्याहरूको समाधान भए पनि धेरै समस्या उत्पन्न गराउने बताउँछन् । एकअर्कालाई बुझ्दै नबुझी सँगै बस्नाले मनमुटाव हुने गरेको उनको भनाइ छ । किशोर-किशोरीहरू यस्तो सम्बन्धमा बढी हुने गरेको उनी बताउँछन् । लिभिङ टुगेदरमा एकअर्कालाई बुझ्न थालेपछि दुवैलाई शंका बढ्न थाल्छ । त्यसपछि उनीहरू एकआपसमै असुरक्षित महसुस गर्न थाल्छन् । उनी भन्छन्- 'जब एकअर्कामा बुझ्न थाल्छन्, तब उनीहरूबीच शंका पैदा हुन थाल्छ जसले गर्दा असुरक्षित महसुस गर्न थाल्छन् ।' झाका अनुसार लिभिङ टुगेदमा महिलाहरू नै समस्यामा पर्ने गरेका छन् । उनी भन्छन्- 'महिलाहरू भावनात्मक रूपले कमजोर हुने भएकाले पुरुषप्रति बढी नै अनुग्राही हुन्छन्, जसले महिलाहरूलाई यस्तो सम्बन्धले समस्या निम्त्याउने गर्छ ।'

लिभिङ टुगेदरलाई नेपाली कानुनले मान्यता दिएको छैन । कानुनले मान्यता नदिए पनि लुकीछिपी यस्ता सम्बन्ध राख्नेहरू भने प्रशस्त भेटिन्छन् । परम्परागत सोचाइ र व्यवहारले पनि यस्तो सम्बन्धलाई कानुनले मान्यता दिन नसकेको बताउँछन् अधिवक्ता राजु खड्का । उनका अनुसार पूर्वीय संस्कृतिअन्तर्गत समाज चलेकाले पनि यसले मान्यता पाउन नसकेको हो ।

आवरण



‘ओराली लागेको हरिणको चाल भो..’

■ कृष्ण भट्टराई/नेमिष गौतम

१ पुस, दिउँसो गायक रामकृष्ण ढकाल तथा उनकी धर्मपत्नी निलम शाह ढकालबीच सम्बन्ध-विच्छेद भएको खबरले सामाजिक सञ्जाल भरिन थालेपछि हामीले उनैलाई सोध्यौं, ‘कुरा के हो ?’

ढकालले फेसबुक मेसन्जरमा जवाफ लेखे, ‘फेक न्यूज’ । आफू परिवारसँगै घरमै रहेको बताए तर किन डिभोर्सको खबर आएको भन्ने बारेचाहिँ कुनै टिप्पणी गरेनन् । बरु दुई घण्टापछि श्रीमतीसँगको तस्बिर र तीनवटा लभ इमोजी राख्दै फेसबुकमा लेखें, ‘अरूले जे भने पनि हाम्रो सम्बन्ध कहिल्यै मर्ने छैन ।’

निलमले पनि तस्बिरसहित त्यही स्टाटस कपी गरेर इस्टाग्राममा पोस्ट गरिन् । डिभोर्सको हल्ला फैलिएपछि दुवैको प्रयत्न थियो, खबर निराधार सावित गर्ने । तर, त्यतिञ्जेलसम्ममा यी दुई दम्पतीबीचको सम्बन्ध कानुनतः अलग भइसकेको थियो ।

९ पुस मै काठमाडौं जिल्ला अदालतका न्यायाधीश विदुर कोइरालाले ढकाल र शाहबीच सम्बन्ध-विच्छेदका लागि मिलापत्र भएको निर्णय सुनाएका थिए । त्यसअघि शाहले सम्बन्ध-विच्छेदका लागि अदालतमा निवेदन दिएकी थिइन् ।

‘विवाह भएपछि सुरुका केही समयसम्म हामीहरूबीचको दाम्पत्य सम्बन्ध सुमधुर नै रहेकोमा विपक्षी पति आफ्नो काममा प्रायः सधैं नै व्यस्त रहने कारणले घर परिवारलाई उचित समय दिन सक्नुभएको थिएन । हामीहरूलाई केही समय दिनुस्, पति तथा पिताको दायित्व पूरा गर्नुस् भनी बारम्बारभन्दा आफ्नो कार्य व्यस्तताले हामीहरूलाई उचित समय दिन सक्नु भएन’, उनले निवेदनमा लेखेकी छिन्, ‘यसैकारणले हामीहरूको बीचमा मनमुटाव तथा सामान्य झै झगडासमेत हुन थाल्यो । मैले हामीसँग विदेश जाऊँ, त्यहाँ हामो भविष्य उज्ज्वल छ भनी सम्झाउँदा उहाँले म नेपालमा नै केही गर्न चाहन्छु । मेरो पेसाको भविष्य पनि नेपाल मै छ भन्नुभयो ।’

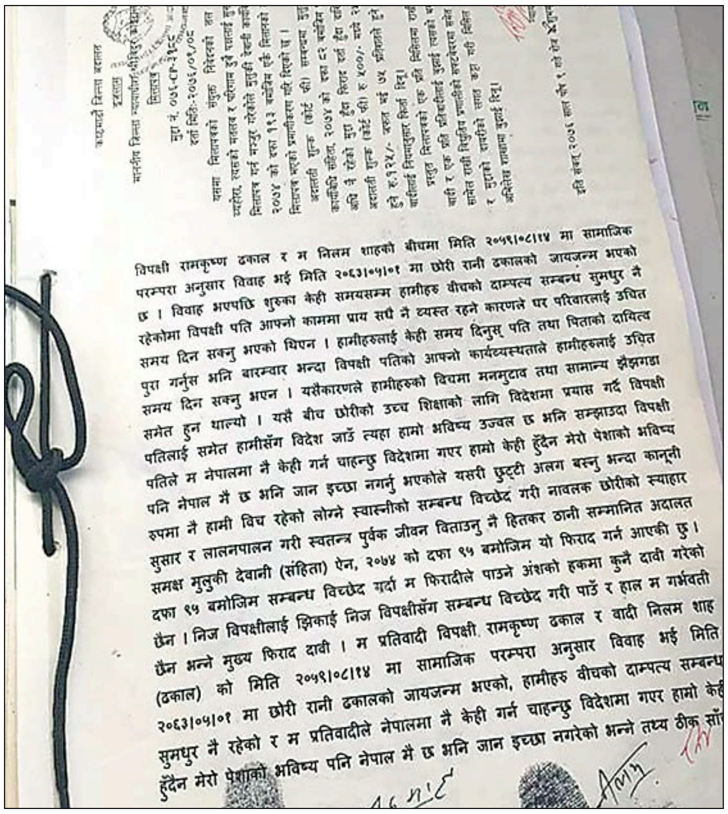
कागजी रूपमा सम्बन्ध-विच्छेद भए पनि ढकाल दम्पतिसँगै छन् । सार्वजनिक कार्यक्रममा हिँड्डुल, बसउठ्सँगै गरेको देखिएको छ । भौतिक रूपमा मात्रै होइन, भावनात्मक रूपमा पनि यो दम्पतीले आफूहरूबीच सम्बन्ध राम्रो भएको देखाएका छन् ।

‘पछिल्लो समय जसरी मिडियामा म र मेरो जीवन संगिनीको सम्बन्ध-विच्छेदलाई लिएर समाचार बनेका छन्, ती सबै मेरो परिवारको आत्मसम्मान विपरीत छन् । त्यसैले समाचारलाई विश्वास गरी मेरो परिवारप्रति कुनै पनि नकारात्मक टिप्पणी नगरिदिनु हुन सबैमा अनुरोध गर्छु’, रामकृष्णले फेसबुकमा लेखेका छन्, ‘विशेष गरी मेरी श्रीमती निलमलाई जोडेर एक महिलाप्रतिको न्यूनतम सम्मान समेतको ख्याल नराखी अत्यन्त निम्न स्तरमा उत्रिएर अनुमानका भरमा कपोलकल्पित भ्रामक अड्कलबाजी र ठोकुवा गरेर उनको चरित्र हत्या हुने गरी प्रतिक्रिया दिनेहरूप्रति खेद प्रकट गर्छु । गीत-संगीत क्षेत्रमा मलाई अनवरत रूपमा हिँडिरहन प्रेरणा, हौसला र हिम्मत दिने अर्को पाटो मेरी श्रीमती निलम हुन् । हामी सधैं झैं हाँसी खुसी परिवारमा सँगै छौं । हाम्रो सम्बन्धमा कुनै चिसो आएको छैन ।’

‘फेक न्युज’ भनेर सार्वजनिक प्रतिवादमा उत्रिदा रामकृष्ण आफैं ‘फेक डिभोर्स’ का एक पात्र बनिरहेको चाहिँ बिर्सिए । सामाजिक सञ्जालहरूमा श्रीमती लक्षित आलोचनाको ओइरो लागेपछि प्रतिवादमा उत्रिए पनि उनले सम्बन्ध राम्रो भएको मात्रै बताएका छन् । अदालतमा पेस निवेदन र निर्णय बाहिरिँदा पनि उनले मात्रै यसबारे केही नबोल्ने बताएका छन् । हामीसँग पनि उनले यतिमात्रै भने, ‘यो विषयमा केही भन्न मन छैन । हामीले यसअघि नै आ-आफ्नो कुराहरू सामाजिक सञ्जालमार्फत राखिसकेका छौं । त्यही नै वास्तविकता हो ।’

वास्तविकता रामकृष्णले जति भने, त्यो मात्रै होइन, ‘फेक डिभोर्स’ सम्म पुग्नुपर्ने उनको आफ्नै बाध्यताको कथा छ । सडकबाट सफलताको चुलीमा पुगेर फेरि कसरी मानिस भुइँमै आइपुग्छ ? ढकाल एउटा उल्लेखनीय नजिर हुनसक्छन् ।

उनको कथा सुरु हुन्छ, सडकबाट । वीरगन्ज-हेटौंडा चल्ने बसमा उनी प्रायःजसो गाउँदै हिँड्थे । बारा, निजगढको सामान्य परिवारमा जन्मिए पनि उनलाई खान लाउनै चाहिँ गाह्रो थिएन । तर, गायक बन्ने बलियो लक्ष्यले उनी घरबाट निस्किए । काठमाडौं आएपछि उनका संघर्ष दिन प्रारम्भ भए । जति नै दुःख भए पनि गीत गाउन भने छोडेनन् । नारायण गोपालका गीतहरू उनको जस्तै स्वरमा गाइरहेको एउटा कलिलो बालकलाई संगीत अनुरागी गोपाल कर्माचार्यले भेटेपछि उनको जीवनको नक्सा फेरिन थाल्छ । २०४३ सालतिरको कुरा हो । ढकालको गायकीबाट प्रभावित भएका कर्माचार्यले उनलाई संरक्षण दिए । करिब पाँच वर्ष उनी कर्माचार्यसँगै बसे । कर्माचार्यकै पहलमा २०४५ सालमा उनी पहिलो पटक काठमाडौंको स्टेजमा उक्लिए ‘ढकाल सुमधुर साँझ’ मार्फत । त्यो उनको जीवनकै पहिलो एकल गायन कार्यक्रम थियो । त्यसपछि


विपक्षी रामकृष्ण ढकाल र म निलम शाहको बीचमा मिति २०५९।०८।१४ मा सामाजिक परम्परा अनुसार विवाह भई मिति २०६३।०५।०१ मा छोरी रानी ढकालको जायजन्म भएको छ । विवाह भएपछि शुरुका केही समयसम्म हामीहरु बीचको दाम्पत्य सम्बन्ध सुमधुर नै रहेकोमा विपक्षी पति आफ्नो काममा प्राय सधैं नै व्यस्त रहने कारणले घर परिवारलाई उचित समय दिन सक्नु भएको थिएन । हामीहरुलाई केही समय दिनुस् पति तथा पिताको दायित्व पुरा गर्नुस भनि बारम्बार भन्दा विपक्षी पतिको आफ्नो कार्यव्यस्तताले हामीहरुलाई उचित समय दिन सक्नु भएन । यसैकारणले हामीहरुको बिचमा मनमुटाव तथा सामान्य झैझगडा समेत हुन थाल्यो । यसै बीच छोरीको उच्च शिक्षाको लागि विदेशमा प्रयास गर्द विपक्षी पतिलाई समेत हामीसँग विदेश जाऔं त्यहा हाम्रो भविष्य उज्वल छ भनि सम्झाउदा विपक्षी पतिले म नेपालमा नै केही गर्न चाहन्छु विदेशमा गएर हाम्रो केही हुँदैन मेरो पेशाको भविष्य पनि नेपाल मैं छ भनि जान इच्छा नगर्नु भएकोले यसरी छुट्टी अलग बस्नु भन्दा कानूनी रुपमा नै हामी विच रहेको लोग्ने स्वास्नीको सम्बन्ध विच्छेद गरी नाबलक छोरीको स्याहार सुसार र लालनपालन गरी स्वतन्त्र पुर्वक जीवन विताउनु नै हितकर ठानी सम्मानित अदालत समक्ष मुलुकी देवानी (संहिता) ऐन, २०७४ को दफा ९५ बमोजिम यो फिराद गर्न आएकी छु । दफा ९५ बमोजिम सम्बन्ध विच्छेद गर्दा म फिरादीले पाउने अंशको हकमा कुनै दावी गरेको छैन । निज विपक्षीलाई झिकाई निज विपक्षीसँग सम्बन्ध विच्छेद गरी पाऊँ र हाल म गर्भवती छैन भन्ने मुख्य फिराद दावी । म प्रतिवादी विपक्षी रामकृष्ण ढकाल र वादी निलम शाह (ढकाल) को मिति २०५९।०८।१४ मा सामाजिक परम्परा अनुसार विवाह भई मिति २०६३।०५।०१ मा छोरी रानी ढकालको जायजन्म भएको, हामीहरु वीचको दाम्पत्य सम्बन्ध सुमधुर नै रहेको र म प्रतिवादीले नेपालमा नै केही गर्न चाहन्छु विदेशमा गएर हाम्रो केही हुँदैन मेरो पेशाको भविष्य पनि नेपाल मै छ भनि जान इच्छा नगरेको भन्ने तथ्य ठीक सा...

ढकाल श्रोतामाझ चिनिए । २०४८ सालताका पनि उनी काठमाडौंका गजल रेस्टुराँहरूमा गाउँथे ।

ढकालले पहिलो पटक दरबारमार्गको एउटा गजल रेस्टुराँमा गीत गाउँदा महिनाको १५ सय रुपैयाँ तलब थियो । दोस्रो रेस्टुराँमा पुग्दा उनको तलब बढेर ३२ सय रुपैयाँ प्रतिमहिना भयो । रेस्टुराँमा पाइने टिप्सहरूले उनलाई राम्रै खान-लाउन पुग्न थाल्यो । २०५० सालमा पहिलो एकल एल्बम 'आशीर्वाद' सार्वजनिक गरेपछि भने उनले गजल रेस्टुराँमा गाउन बन्द गरे ।

उनलाई पहिलो एकल एल्बम सार्वजनिक गर्न कर्माचार्यले नै सहयोग गरेका थिए । उक्त एल्बमबाट उनलाई खासै आर्थिक लाभ भएन, यद्यपि नेपाली सुगम संगीतमा नारायण गोपालको बिंडो थाम्ने गायकका रूपमा भने स्थापित भए ।

पहिलो एल्बम 'आशीर्वाद' ले सांगीतिक सफलता पाएपछि उनले पछाडि फर्कनु परेन । लगातार गीति संग्रह सार्वजनिक गरिरहे, ती सबै एल्बमको शीर्षक 'अ' अक्षरबाट जुराइएका थिए । आशीष, आशा, आरोह, आग्रह, आधार, आश्रय, आगमन आदि उनका व्यावसायिक रूपमा समेत सफल गीति एल्बमका शीर्षकहरू हुन् ।

भनिन्छ, विवाह देखेको होइन, लेखेको हुनुपर्छ । तर, गायक रामकृष्ण ढकालको सवालमा यो दुवै भयो । अर्थात् उनले श्रीमती निलम शाहलाई पहिले देखे अनि विवाहको मिति लेखे । रामकृष्ण र निलमको भेट अनि निलमप्रति अंकुराएको रामकृष्णको प्रेमको किस्सा निकै रोचक छ । २०५९ सालको कुरा हो । यही समयमा उनका एक आफन्तलाई कलेज भर्ना गर्नुपर्ने थियो । दैनिक पत्रिका पल्टाएर कलेजको विज्ञापन हेरिरहँदा रामकृष्णको नजर एउटा विज्ञापनमा टक्क अडियो । बीबीएस भर्नाका लागि खुलाइएको एक कलेजको भर्नावाला विज्ञापनको साइडमा निलमको पासपोर्ट साइजको सानो फोटो थियो । विज्ञापन देखेपछि रामकृष्ण विज्ञापनभन्दा पनि विज्ञापनमा देखिएको निलमको फोटोबाट यति प्रभावित भए कि, आफन्तलाई भर्ना गराउने प्रक्रिया बुझ्ने बहानामा साथी चन्द्रप्रकाशलाई लिएर निलमले काम गर्ने कलेज पुगे । त्यो भेटपछि निलमसँग फोनमा कुराकानी हुन थाल्यो ।

निलमसँग चिनजान हुनुभन्दा केही समयअघि मात्र रामकृष्णको पाँचौं एल्बम 'आधार' श्रोतामाझ आएको थियो । निलम र रामकृष्णको फोन संवादमा रामकृष्णले निलमको जन्मदिन पनि याद गरिसकेका थिए । निलमलाई भित्रभित्रै मनपराइरहेका रामकृष्णले जन्मदिनको शुभकामना 'विस' गर्ने योजना बनाए । उनले निलमलाई फोनमा जन्मदिनमा भेटेर 'विस' गर्ने योजना सुनाए । त्यही माहौलमा उनले एल्बम 'आधार' र फूलको बुकी दिए ।

निलमसँग फोन संवादमा रामकृष्ण आफूले विवाह गर्न केटी खोजिरहेको छु भन्थे । तर, उनलाई नै मन पराउँछु चाहिँ भन्न सकिरहेका थिएनन् । एकदिन रामकृष्ण निलमलाई भेट्न पुग्दा उनकी साथी पनि थिइन् । निलमकी साथी रामकृष्णको ठूलो फ्यान थिइन् । तीन जनाबीच कुराकानी भएर छुट्टिए । साँझ फोन संवादमा निलमले रामकृष्णलाई 'मैले ल्याएको केटी कस्तो लाग्यो ?' भनेर सोध्दा उनले 'तिम्रो साथीलाई भन्दा पनि तिमीलाई मन पराउँछु' भन्ने जवाफ दिए । त्यसपछि निलमसँगको प्रेम अंकुरायो । ठकुरी र बाहुन केटाबीच विवाहको कुरा चल्दा केही अप्ठेरो मानिए पनि त्यो बेला रामकृष्ण चर्चित थिए । त्यसैले विवाहका लागि निलम राजी भइन् ।

सडकमा गाउँदै हिँड्ने 'सामान्य केटो' सेलिब्रेटी हुँदै बिहेवारी, घरजम गरेर एउटा 'कुलीन' जस्तो भइरहेको थियो । समय सधैं एकनास हुँदैन । ढकालका लागि पनि समय सधैं अनुकूल हुने कुरा आएन ।

२०६३ सालमा उनले 'आगमन' एल्बम सार्वजनिक गर्दा ताका नेपाली सांगीतिक क्षेत्रको स्वरूप परिवर्तन हुन थालिसकेको थियो । संगीतको स्वाद फेरिनु, प्रतिभाशाली कलाकारहरू सांगीतिक क्षेत्रमा बढ्नु, प्रविधिको बढ्दो प्रयोगका कारण स्रोताले पनि फरक स्वाद खोज्न थाले । ढकालका गीतहरू विगतको जस्तो चल्न छाडे । सांगीतिक प्रतिस्पर्धा चर्किन थालेसँगै गायक ढकालले आफूलाई सांगीतिक क्षेत्रमा टिकाउने संघर्ष गर्न थाल्नुपर्‍यो । २०५९ सालमा विवाह गर्दासम्म गायक ढकाल फ्ल्याटमा बस्थें । विवाह गरेको एक वर्षपछि नै उनीहरूले लाजिम्पाटमा घर किनें । ९ आना जग्गामा बनेको उक्त घर ५५ लाख रुपैयाँ परेको थियो । उक्त घरको रिनोभेसनमा २८ लाख रुपैयाँ खर्च गरेका थिए । छोरी रानी त्यही घरमा जन्मिएकी हुन् ।

लाजिम्पाटको घर फ्ल्याट सिस्टमको भएकाले उनीहरूले २०६४ सालमा उक्त घर बेचे र हात्तीगौंडाको एउटा हाउजिङमा घर किने । उक्त घरमा उनीहरू करिब दुई वर्ष बसे । त्यही क्रममा एक जना आफन्तमार्फत रामकृष्णको सम्पर्क लालीगुराँस सहकारीसँग भयो । सहकारीले उनीहरूलाई भैंसेपाटीको हाउजिङमा घर किन्नलाई सहज रूपमा ऋण दिने प्रस्ताव राख्यो । भैंसेपाटीमा ढकाल पत्नीका आफन्तहरू पनि बसोबास गर्ने भएकाले उनीहरूले हात्तीगौंडाको घर बेचेर भैंसेपाटीमा घर किन्ने निर्णय गरे । त्यसका लागि उनीहरूले उक्त सहकारीबाट १७ प्रतिशत ब्याजमा १ करोड ८० लाख रुपैयाँ ऋण लिए । त्यो बेला सावाँ र ब्याज गरेर महिनाको करिब तीन लाख रुपैयाँ तिर्नु पर्थ्यो । त्यसक्रममा उनले पटक-पटक गरेर ४८ लाख रुपैयाँ तिरेको बताएका छन् । एक महिना ब्याज तिर्न ढिलो हुने बित्तिकै १७ प्रतिशतको ब्याज बढेर ३६ प्रतिशत पुग्थ्यो ।

ढकाल दम्पतीले हात्तीगौंडाको घर बेचेर भैंसेपाटीको घरको ऋण तिर्ने योजना बनाएका थिए । तर, उनीहरूले भनेको बेला उक्त घर बिक्री भएन । त्यसपछि नै उनीहरूलाई आर्थिक समस्याले सताउन थाल्यो । त्यो बेला उनी रेकर्डिङ स्टुडियोमा पस्नुको साटो घर किन्ने ग्राहकको खोजीमा भौंतारिन थाले । यद्यपि, सफल भएनन् । एक पटक सांगीतिक कार्यक्रमको क्रममा विदेशमा रहेका बेला लालीगुराँसले उनीहरूको भैंसेपाटीको घर लिलामीको सूचना सार्वजनिक गर्‍यो । घर किन्ने ग्राहक नआएको भन्दै सहकारीले १ करोड ८० लाख रुपैयाँमा घर आफैंले सकायो ।

सामान्यतयाः कुनै पनि बैंक तथा सहकारीले धितोको मूल्यांकनको ६०-७० प्रतिशत मात्र ऋण दिन्छन् । रामकृष्णलाई भने बैंकले १ करोड ८० लाख रुपैयाँ ऋण दिन तयार भएको थियो । त्यसअनुसार सहकारीले घरको मूल्यांकन कम्तीमा अढाइ करोड रुपैयाँ गरेको हुनुपर्ने ढकालको तर्क छ । ढकाल गुनासो गर्छन्, 'लिलामीमा बिक्री नभएको भनेर सहकारीले एकतर्फी रूपले जम्मा डेढ करोड रुपैयाँ मूल्यांकन गरेर घर आफैंले लियो । त्यसपछि घरबाट ऋण असुलउपर नभएको भनेर सहकारीले हामीलाई पुनः दबाब दिइरह्यो ।' त्यसपछि उनी सहकारीविरुद्ध अदालत गए । अदालतले उनको पक्षमा फैसला गरेपछि सहकारी मौन भएको थियो ।

रामकृष्णको सन्दर्भमा सहकारीले जे गर्‍यो, त्यो गलत छ । कुनै पनि ऋण कहिल्यै नसकिने भन्ने हुन्न । ठूलो मान्छे भनेर षड्यन्त्र गरेर फसाइयो ।

राजेन्द्र थापा, गीतकार

तर, गत साउन २३ गते अचानक एउटा दैनिक पत्रिकामा प्रकाशित एउटा विज्ञापनमा गायक रामकृष्ण ढकालमाथि ५ करोड ऋण नतिरेको आरोप लाग्यो । ललितपुरमा रहेको श्री लालीगुराँस सहकारी संस्थाले गायक ढकाल र उनकी पत्नी निलम शाहलाई ५ करोड ऋण नतिरेको सूचना जारी गरेको थियो । उक्त सहकारीले पत्रिकामा सूचना छाप्दै ऋण नतिरेको उल्लेख गरे पनि 'ऋण तिर्न आउनू' भन्ने सन्देश भने दिएको थिएन । जारी सूचनामा ढकाल दम्पतीले सहकारी संस्थालाई ऋण तिर्नुको साटो विभिन्न व्यक्ति लगाएर धम्क्याएको सहकारीको आरोप थियो ।

ढकालकी पत्नी शाहले २०६६ सालमै सहकारी संस्थाबाट १ करोड ८० लाख रुपैयाँ ऋण लिएकी थिइन् । १० वर्षअघि लिएको उक्त ऋणको सावाँ-ब्याज तिर्न नसकेपछि २०७० सालमा सहकारीले धितोमा राखिएको घर १ करोड ५० लाख रुपैयाँ मूल्यमा लिलाम गरेको थियो । सहकारीले त्यसले पनि असुलउपर नभएको भन्दै गत साउनमा सूचना निकालेको थियो । ढकाल दम्पतीसहित सहकारीले ६ जनाको नाममा सूचना प्रकाशन गरेको छ । सूचनामा ढकालले चुक्ता गर्न बाँकी रकम २ करोड ३० लाख ९७ हजार ७६१ उल्लेख गरेको थियो । त्यस्तै ढकाल पत्नी शाहले २ करोड ६२ लाख २४ हजार ८९ रुपैयाँ चुक्ता गर्न बाँकी रहेको सहकारीको सूचनामा उल्लेख थियो । उक्त विज्ञापन प्रकाशित भएपछि गायक ढकालले सहकारीले आफ्नो मानहानी गरेको आरोप लगाएका थिए । उनले चार वर्षअघि नै ४ वर्षअघि सल्टाइसकेको ऋणका बारेमा गत साउनमा पत्रिकामा सूचना निकाल्नुले आफ्नो मानहानी भएको दाबी गरेका थिए ।

यो पृष्ठभूमिमा ढकाल दम्पती यतिबेला चर्चामा छ । एकातिर सम्बन्ध-विच्छेद गर्न कानुनतः मिलापत्र गरेको अदालतले निर्णय सुनाएको छ भने ढकाल दम्पती सम्बन्ध सुमधुर रहेको दावा सामाजिक सञ्जालमार्फत गरिरहेको छ । विभिन्न सार्वजनिक कार्यक्रमहरूमा सँगै देखिएका छन् ।

डिभोर्सको समाचार सार्वजनिक भएकै मध्यरात डिजे राजुले ढकाल निवासमै पुगेर ढकाल परिवारका सबै सदस्यसँग सेल्फी फोटो खिच्दै सामाजिक सञ्जालमा अपलोड गरे । गत शनिबार साँझ सोल्टी होटलमा आयोजित सांगीतिक समारोहमा समेत उनीहरू दुवै छोरी रानीसँगै गएका थिए । रामकृष्णले स्टेजमा आशा भोसलेसँग गीत गाइरहँदा निमल र रानी दर्शक दीर्घामा खुसी साथ बसिरहेका थिए ।

त्यसो भए ढकाल दम्पतीले किन गरे त कागजी सम्बन्ध-विच्छेद ? धेरैको अनुमान छ, ऋणबाट बच्नकै लागि फेक डिभोर्स गरेका हुन् । उनको पारिवारिक स्रोतका अनुसार 'निलमले सम्बन्ध-विच्छेदपछि पनि श्रीमान् ढकालबाट कुनै पनि अंशको दाबी नगर्नु, दुई जना कानुनी रूपमा अलग भएपछि सहकारीले दिने दुःख कम हुनु अथवा ऋणको तनावमा बस्न नपर्ने भएकाले उनीहरूले यस्तो गरेका हुन् ।'

ढकालको फेक डिभोर्सलाई लिएर संगीत जगतमा चाहि सहानुभूति बढी देखिन्छ । गीतकार राजेन्द्र थापा भन्छन्, 'रामकृष्णको सन्दर्भमा सहकारीले जे गर्‍यो त्यो गलत छ । कुनै पनि ऋण कहिल्यै नसकिने भन्ने हुन्न । ठूलो मान्छे भनेर षड्यन्त्र गरेर फसाइयो ।'

संगीतकार आलोकश्री कलाकारको जीवनमा उतारचढाव आउने बताउँछन् । 'हलिउडमा माइकल ज्याक्सन, भारतमा ठूला कलाकारको जीवनमा उतारचढाव आएको देखेका छौं । उहाँहरूको सामान्य पारिवारिक समस्या हो', उनी भन्छन्, 'रामकृष्णजी ठूलो पब्लिक फिगर भएकाले मात्र यसलाई ठूलो विषय बनाइयो । किनभने यस्तो समस्या नेपालका सबै स्थानमा भइरहेका छन् ।'

हलिउडमा माइकल ज्याक्सन, भारतमा ठूला कलाकारको जीवनमा उतारचढाव आएको देखेका छौं । उहाँहरूको सामान्य पारिवारिक समस्या हो । रामकृष्णजी ठूलो पब्लिक फिगर भएकाले मात्र यसलाई ठूलो विषय बनाइयो ।

आलोकश्री, संगीतकार

रामकृष्णसँगै काम गरेका संगीतकार शम्भुजित बास्कोटा, गीतकार रमण घिमिरे, संगीतकार लक्ष्मण शेष सबैले राम्रो गायकको कोटीमा राख्दै उनको प्रशंसा गरे । 'ढकाल दम्पतीका विषयमा समाचारमा आएको कुरा पत्याउन कठिन', २७ वर्षदेखि सहकार्य गरेका लक्ष्मण शेष भन्छन्, 'उहाँहरूको दाम्पत्य जीवन सफल रहोस् भन्ने चाहन्छु । उहाँहरूको सम्बन्धमा आएको कुरालाई पत्याउन सक्ने अवस्था छैन ।'

गीतकार रमण घिमिरे भन्छन्, 'रामकृष्णले परिवारलाई माया नगर्ने, श्रीमतीलाई माया नगर्ने भन्ने कुरा आउँदैन । यो हल्ला मात्र हो । उसलाई नकारात्मक किसिमले हेर्नुहुँदैन ।' संगीतकार बास्कोटा थप्छन्, 'ऊ भावनात्मक रूपमा एक्साइटेड छ तर कसैलाई हानी पुर्‍याएको छैन ।'

स्वास्थ्य

मोटोपन कम कसरी कम गर्ने ?

शिखर दाहाल
डाइटिसियन, नारायणी
वयोधा हस्पिटल, वीरगन्ज

अहिले मोटोपनको कारण विश्वमा भयावह स्थिति सिर्जना भएको छ। सुविधासम्पन्न जीवनशैली तथा खानपानसम्बन्धी न्यून ज्ञानका कारण धेरै मानिस मोटोपनको समस्याबाट ग्रसित छन्। कुनै पनि मानिसको तौल तथा उचाइको अनुपात २५ वा सोभन्दा बढी भएमा उसलाई मोटोपनको समस्या भएको बुझिन्छ।

मोटोपनका कारण शरीरमा अन्य धेरै नसर्ने दीर्घकालीन रोगहरू हृदयाघात, पक्षघात, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, यन्थेरोस्केलेरोसिस, हाडजोर्नी समस्या, अस्टियोपोरोसिस, आर्थराइटिस हुनसक्छ। यसैगरी मिर्गौला फेल हुने, स्तन क्यान्सर, पित्तथैलीको क्यान्सर पनि हुन सक्छ। त्यसैले स्वस्थ जीवनशैली अपनाउनुपर्छ। यसका लागि नियमित व्यायाम तथा सन्तुलित खानपानमा ध्यान दिएमा मोटोपनको समस्याबाट गुज्रनु पर्दैन।

मोटोपन कम गर्ने खानपान

अन्न (होल ग्रेन) : अन्न समूहमा पर्ने खाद्यान्नहरूमा कार्बोहाइड्रेड पाइने हुँदा यिनीहरूले शरीरलाई काम गर्न चाहिने आवश्यक शक्ति प्रदान गर्छ। ब्राउन राइस, गहुँ, जौ, मकै, फापर, ओट्स, कर्नफ्लेक्स, कोदो, जुनेलोहरू अन्न समूहमा पर्छन्। त्यसैले दैनिक रूपमा शरीरलाई चाहिने क्यालोरीअनुसार अन्न लिनुपर्छ। डाइटिङको बहानामा अन्न समूहका खाना हटाएमा इनर्जीको कमी हुन गई शरीरमा अरू नकारात्मक असरजस्तो कमजोरी, चिडचिडापन, आलस्यता, थकान देखा पर्न सक्छ।

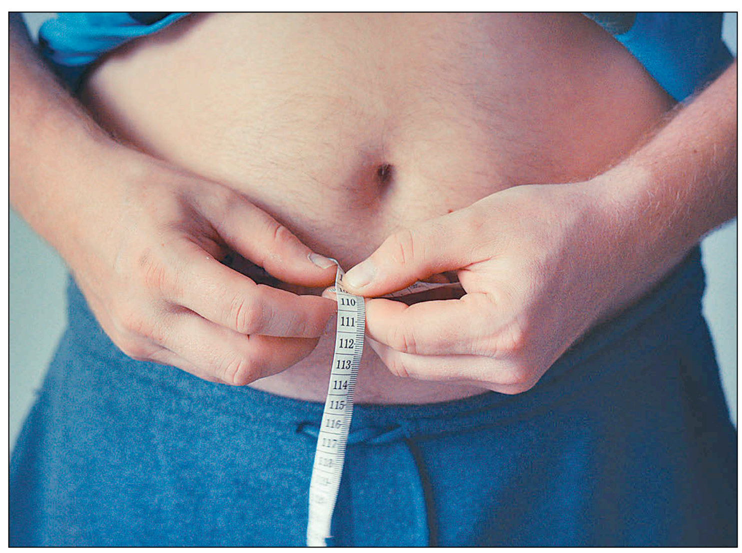
गेडागुडी तथा दलहन : गेडागुडी तथा दलहन प्रोटिनका मुख्य स्रोत हुन्। चना, मटर, भटमास, राजमा, बोडी, रहर दाल, मुसुरो, मस्याङ, गहत, मुंग, क्वाँटीका परिकार बनाएर खान सकिन्छ। साथै गेडागुडी तथा दलहनको सुप बनाएर दैनिक दुई-तीन ग्लास पिएमा तौल घटाउन सहयोग गर्छ।

रेसायुक्त खाना : तौल घटाउन रेसायुक्त खानेकुराको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। यिनीहरूले शरीरमा लामो समयसम्म सेटाइटी प्रदान गरेर पोषण तत्त्वहरूलाई सोसेर मेटाबोलिजममा मद्दत गर्छ। बाहिरी बोक्रा नताछी, नपकाई काँचै खान मिल्ने सलाद तथा फलहरू फाइबरका राम्रा स्रोत हुन्। स्याउ, अम्बा, गाजर, काँक्रा, सुन्तला, चुकन्दर, बन्दा, ब्रोकाउली, स्प्राउट, लेट्स आदि यसमा पर्छन्। यिनीहरू भिटामिन तथा मिनिरलका स्रोत पनि हुन्। प्रशस्त मात्रामा रेसादार खानेकुरा खाएमा मधुमेह, मोटोपन तथा कब्जियतका रोगीहरूलाई फाइदा पुग्छ।

दूध तथा दूधजन्य परिकार : दूध तथा दूधजन्य पदार्थहरू क्याल्सियम, फोस्फरस, म्याग्नेसियमजस्ता खनिज पदार्थका राम्रा स्रोत हुन्। शरीर वृद्धि विकासका लागि अत्यावश्यक प्रोटिनका मुख्य स्रोत पनि हुन्। तौल घटाउन चाहनेले चिल्लो हटाइएको दही, मोही, लस्सीलाई नियमित रूपमा सेवन गर्नु फाइदाजनक हुन्छ। यसले शरीरलाई निर्जलीकरण गर्नुका साथै प्रोबायोटिकका उत्तम स्रोत हुन्। धेरै गुलियो तथा चिल्लोयुक्त दुग्ध परिकारजस्तो कलाकन्द, मिठाई, कुराउनी, चीज, घिउ भने नखानु बेस हुन्छ।

माछा, मासु र अन्डा : माछा तथा मासु प्रोटिनका उत्कृष्ट स्रोत हुन्। यिनीहरूमा कार्बोहाइड्रेट लुप्त हुने भएकाले खान सकिन्छ। सेतो मासु, माछा तथा अन्डा नियमित रूपमा खान सकिन्छ। अस्वाभिक मात्रामा शरीरको आवश्यकता भन्दा धेरै भने खानु हुँदैन।

नट्स : दैनिक रूपमा निश्चित मात्रामा काजु, आलमन्ड, बदाम, फर्सीको बियाँ, सूर्यमुखीको बियाँ, डेट्स, तील, आलसको बिया, ओखर खानुपर्छ। यसले शरीरमा रहेको नराम्रो चिल्लो कम गरी फाइदाजनक चिल्लो बढाउन मद्दत पुऱ्याउँछ। यिनीहरूले फाइदजनक चिल्लोको मात्रा बढाउने भएकाले कोलेस्ट्रोलका बिरामीलाई पनि फाइदा पुऱ्याउँछ।



ताजा सागसब्जी : साग तथा अन्य तरकारीमा चिल्लो तथा चिनीको संयोजन अति कम हुने हुँदा तौल घटाउन चाहनेहरूले प्रशस्त मात्रामा दैनिक खानुपर्छ। यिनीहरू फाइबर, भिटामिन (ए, ई, के, बी कम्प्लेक्स), क्याल्सियम, आइरन, फ्लोरिक एसिड, म्याग्नेसियमजस्ता सूक्ष्म पोषण तत्त्व प्रशस्त मात्रामा पाइने हुँदा शरीरमा माइक्रो न्युट्रियन्टको कमी हुन दिँदैन।

सुप : चिसो मौसममा प्रशस्त सुप पिउँदा शरीरलाई न्यानो राख्न र चिसोबाट जोगाउन सहयोग गर्छ। मसरुम, चिकेन, बोंनम्यारो, मिक्स भेजिटेबल सुप घरमै बनाएर खानुपर्छ।

फलफूल : ताजा फलफूल, सूक्ष्म खनिज पदार्थ, भिटामिन मिनरल्स तथा एन्टि अक्सिडेन्टका उत्तम स्रोत हुन्। फलफूलमा भिटामिन (ए, सी, ई, के), थाएमिन, राइबोफ्लोमिन, म्याग्नेसियम, सेलेनियम, फ्लेभोनोइद्स साथै अन्य धेरै तत्त्वहरू पाइन्छ। तौल घटाउन चाहनेले फ्रुट जुसभन्दा पनि सिंगै फलफूल राम्रोसँग चपाएर खानु प्रभावकारी हुन्छ। फलफूल राम्रोसँग सफा गरेर सिंगै अथवा चपाएर खान मिल्ने टुक्रा पारेर चपाएर खाने गर्नुपर्छ।

पानी : वयस्क मानिसलाई दैनिक तीन-चार लिटर पानी आवश्यक पर्छ। पर्याप्त मात्रामा पानी पिएमा खाएको खाना राम्रोसँग पचाउन तथा पोषण तत्त्व सोसेर स्वस्थ रहन सहयोग गर्छ। तौल घटाउन चाहने मानिसले बिहान-बेलुकाको खाना खानुभन्दा आधा घण्टा अघि पानी पिउनुपर्छ। यसो गरेमा खाना राम्रोसँग पचाउनुका साथै खुराकमा कमी गर्न पनि राम्रो उपाय हुन सक्छ।

खान नहुने कुरा

मैदा तथा मैदाजन्य परिकार : पास्ता, चाउचाउ, चाउमिन, बेकरी उत्पादन, डोनट, बिस्कुट, पेस्ट्री, ह्वाइट ब्रेड, केक तथा अन्य बजारिया प्रशोधित परिकारहरू खानु हुँदैन।

- जंक फुड खानु हुँदैन।
- कार्बोनेटेड पेय, सोडापानी, फ्रुटी, इनर्जी ड्रिंक्स तथा विभिन्न प्रशोधित जुस पिउनु हुँदैन।
- मिठाई तथा गुलिया परिकारहरू जस्तै- जेरी, रसबरी, लड्डु, बर्फी, क्यान्डी, चकलेट, पेडा तथा अन्य मैदाजन्य परिकार, प्रसोधित खानेकुरा तथा मिठाईहरूमा मोनोस्याचुराइड, सुक्रोज, मोनो सोडियम ग्लुटामेट, ट्रान्सफ्याट, सेचुरेटेड फ्याट, स्याकाराइन, विभिन्न किसिमका कलरिङ तथा प्रिजभेटिभ्स प्रयोग गरिएका हुन्छन्। यस्ता खानेकुरामा फाइबर तथा पोषण तत्वको कमी हुने भएकाले शरीरमा नकारात्मक असर पार्छन्। त्यसैले यस्ता खानेकुरा नखानु बेस हुन्छ।
- मासुजन्य परिकार जस्तै भुटन, पोलेको-तारेको मासु, रक्ति तथा भित्री अङ्ग (मुटु, कलेजो, छाला, बोसो) मा कोलेस्ट्रोल अधिक मात्रामा हुन्छ। साथै सेकुवा, पोलेको-तारेको मासुमा क्यान्सर गराउने तत्त्व आर्कलामाइड, बेन्जो पाइरिनहरू हुने हुँदा यस्ता चिज नखानु नै स्वास्थ्यका हिसाबले फाइदाजनक हुन्छ।
- एक अध्ययनका अनुसार मद्यपान, धूम्रपान, तम्बाखु, खैनी, गुट्खा सेवन गर्नेहरूमा बोसो तथा कोलेस्ट्रोल बढेर फ्याटी लिभरको संक्रमण हुन्छ। मद्यपान, धूम्रपान गर्नेहरूलाई उच्च रक्तचाप, मुटु, फोक्सो, कलेजो, मिर्गौलाजस्ता संवेदनशील अंगहरूमा हानि पुऱ्याउँछ।
- मानिसपिच्छे उसको दैनिक शक्ति र क्यालोरी आवश्यकता फरक-फरक हुने हुँदा जथाभावी डाइटिङ गर्दा स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्न सक्छ। ग्यास्ट्रिक, अन्डर न्युट्रिसन, माइक्रो न्युट्रिएन्ट डेफिसिएन्सी, एन्जाइटी, फुस्रो छाला, चिडचिडापन देखा पर्न सक्छ। त्यसैले स्वस्थ तरिकाले तौल घटाउनुपर्छ। आफ्नो आइडल तौल, प्रतिदिन क्यालोरी आवश्यकता र सोअनुरूप के-कति खाने भन्ने राम्रोसँग बुझेर मात्र डाइटिङ गर्नु बेस हुन्छ। यसो गर्दा आफूले चाहेअनुसारको प्रतिफल पाइन्छ।

यौन जिज्ञासा

डा. राजेन्द्र भद्रा

म ३८ वर्षको भएँ । मेरो विवाह भएको १८ वर्ष भयो । सुरूदेखि नै मलाई सेक्स गरिसकेपछि लिंगमा जलन हुन्छ । थोरै-थोरै मात्रामा पिसाब हुन्छ । यो करिब २० मिनेटजति हुन्छ । कृपया यसको उपचार भनिदिनु होला ।

टी.

किन यौनसम्पर्कपछि लिंगमा जलन भएको होला ?

कतिपय स्थितिमा कहिलेकाहीं यस्तो हुँदैमा धेरै चिन्ता गर्नुपर्ने देखिन्न, तर तपाईंलाई लामो समयदेखि निरन्तर रूपमा समस्या हुँदा विशेष रूपमा चिन्ता हुनु स्वाभाविक नै हो ।

तपाईंले दिनुभएको सीमित जानकारीका आधारमा तपाईंको समस्याका बारेमा यकिनसाथ भन्न सकिने स्थिति त छैन, तर यौनसम्पर्कपछि किन लिंगमा पीडा हुन्छ भन्ने सन्दर्भमा कुरा गरौं ।

यौनसम्पर्क गर्दा चिप्लो पदार्थमा कमी : राम्ररी यौन उत्तेजना हुँदा योनिरस प्रशस्त मात्रामा निस्कन्छ, जसले यौनसम्पर्कलाई सहज बनाउँछ । तर, कारणवश पर्याप्त मात्रामा योनिरस ननिस्किएमा चिप्लो पदार्थमा कमी हुँदा सुख्खा योनिमा लिंगको सुख्खा छालाको घर्षण हुन पुग्छ । यसले लिंगमा जलन वा पीडाको स्थिति उत्पन्न हुन्छ । थूक वा थप चिप्लो पदार्थको प्रयोग गरेमा वा केही दिनका लागि यौनसम्पर्कबाट परहेज गरेमा लिंगमा भएको जलन कम हुन्छ ।

लामो तथा जोडदार यौनसम्पर्क : सामान्यभन्दा बढी समयसम्म तथा सो पनि निकै जोडदार रूपमा यौनसम्पर्क गर्दा लिंगमा जलन वा पीडाको अनुभव हुनसक्छ । धेरै लामो समयसम्म लिंग उत्तेजित भइरहेको अवस्थामा पनि लिंगमा पीडाको अनुभव हुनसक्छ ।

वीर्यस्खलन ढिलो हुनु : कतिपय व्यक्तिमा यौनसम्पर्क वा हस्तमैथुन गर्दा वीर्यस्खलन हुन लामो समय लाग्ने गर्छ । वीर्य स्खलन हुन ३० मिनेटभन्दा बढी समय लाग्दा लिंगमा असजिलो भएको अनुभव हुन सक्छ । लामो समयसम्म लिंग तथा अण्डकोष क्षेत्रमा बढी रक्त प्रभाव हुने हुनाले यस्तो हुन्छ । यस्तो स्थिति सामान्यतया यस्तै केही घण्टामा कम भएर जान्छ ।

एलर्जी : तपाईंले केही कुराको उल्लेख गर्नुभएको त छैन । यौनसम्पर्कका बेलामा कन्डम, कुनै चिल्लो पदार्थ वा अन्य कुनै वस्तु प्रयोग गर्ने गर्नुभएको छ र त्यसको एलर्जी छ भने त्यसले पनि लिंगमा जलन वा पीडाको अनुभव हुन्छ ।

यौन संक्रमण : विशेष गरेर कुनै यौन रोग वा संक्रमण भएको स्थितिमा पनि यस्तो हुन्छ । विशेष गरेर क्लामाइडिया, गोनोरिया, ट्राइकोमोनियासिस वा जनेन्द्रियको हर्पिस भएको स्थितिमा लिंगमा पीडा हुने गर्छ । यस्तो शंका हुँदा चिकित्सकको सल्लाहमा उपचार गराउनुपर्छ ।

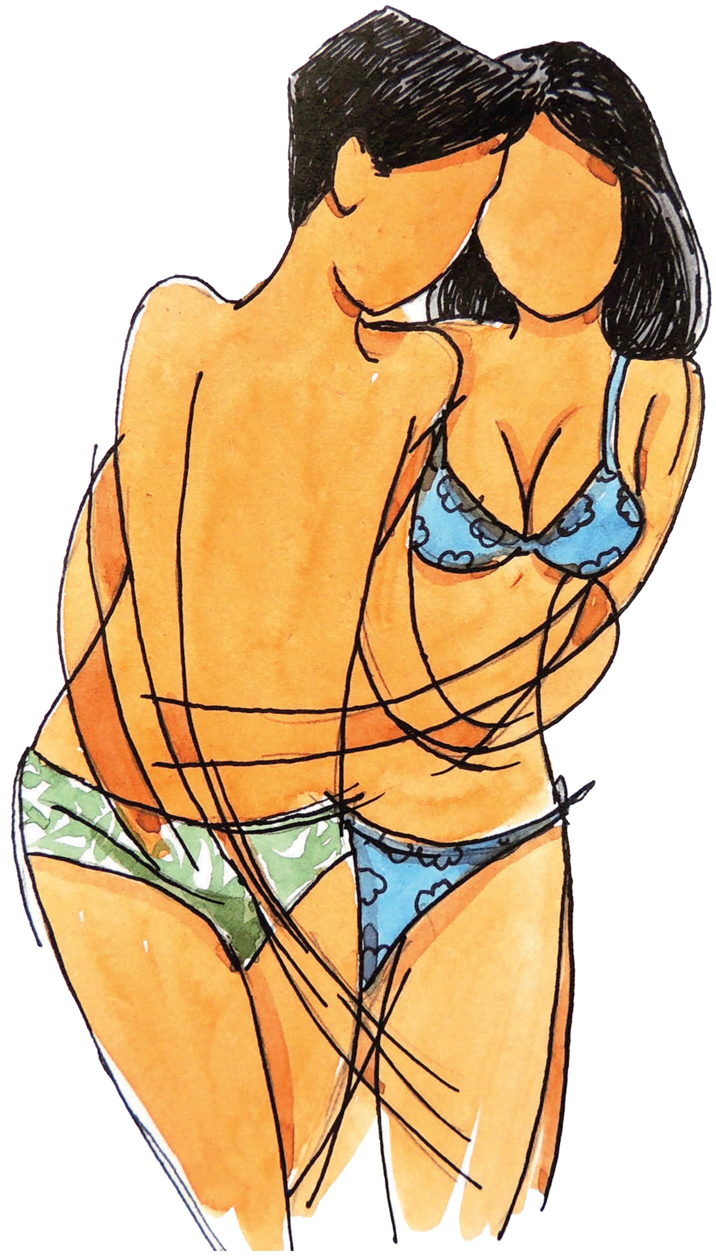
पौरुष ग्रन्थिको संक्रमण : पौरुष ग्रन्थिको शोथ वा संक्रमण भएको स्थितिमा पनि लिंगमा असजिलो वा पीडाको अनुभव हुन्छ । पिसाब फेर्दा पनि केही असजिलोको अनुभव हुन सक्छ ।

मूत्रनलीको संक्रमण : जीवाणु, विषाणु वा ढुसीले संक्रमण गराउँदा पनि लिंगमा असजिलोको अनुभव हुन सक्छ । यस्तो हुँदा पिसाब छिन-छिनमा लाग्ने तर थोरै मात्र हुने हुन्छ ।

समाधानका लागि के गर्ने ?

समस्याको प्रकार हेरी उपचार गर्नुपर्ने हुन्छ । दुखाइ कम गर्ने औषधी खान सक्नुहुन्छ । चिसोले सेक्न सकिन्छ भने क्रिमको प्रयोग गर्न पनि सकिन्छ । सुती कपडाले बनेको खुकुलो किसिमको भित्री पहिरन लगाउनु लाभदायक हुन्छ । केही समयका लागि यौन क्रियाकलापबाट परहेज गर्दा फाइदा पुग्छ ।

समस्या रहिरहेमा तपाईंले चिकित्सकसँग सरसल्लाह लिनुपर्ने हुन्छ भन्ने कुरा बिर्सनु हुन्न ।



पारिवारिक स्वास्थ्य

गर्भावस्थाका सावधानी

गर्भमा हुर्किरहेको शिशुलाई पनि पोषण तत्व चाहिने हुनाले शक्तिवर्द्धक, प्रोटिनयुक्त, भिटामिन तथा सूक्ष्म पोषणयुक्त खाना प्रशस्त मात्रामा खानुपर्छ भने आयोडिन, भिटामिन ए तथा क्याल्सियमयुक्त खानेकुरा पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ ।

नियमित रूपमा भइरहेको महिनावारी रोकिनासाथ वा गर्भ रहेको थाहा पाउनासाथ गर्भ जाँच गराउनुपर्छ । गर्भावस्थामा आवश्यक धनुष्टंकारविरुद्ध खोप लगाउनुका साथै रगत एवं पिसाब जाँच गराउनुपर्छ । गर्भावस्थामा शारीरिक (जनेन्द्रिय, स्तन) सरसफाइमा पर्याप्त ध्यान दिनुपर्छ भने हल्का व्यायामसमेत गर्नुपर्छ । यतिबेला भित्री पहिरन नियमित रूपमा फेर्नुपर्छ । धेरै बेर उभिनु हुँदैन । फुर्सद पाउनासाथ दिउँसो करिब १ घण्टाजति देब्रे तिर कोल्टे परी आराम गर्नुपर्छ ।

गर्भावस्थामा हुन सक्ने साधारण समस्या बढी भए स्वास्थ्यकर्मीहरूसँग परामर्श गर्नुपर्छ । गर्भावस्थामा मादक पदार्थ सेवन एवं धूमपान गर्नु हुँदैन भने कुनै पनि औषधी स्वास्थ्यकर्मीलाई जँचाएर मात्र खानुपर्छ । गर्भावस्थामा धेरै ज्वरो आउने, गन्धयुक्त योनिश्राव हुने, रगत देखा पर्ने, तल्लो पेट दुख्ने आदि समस्या छ भने हेलचेक्र्याइँ गर्नु हुँदैन । संक्रमण रोग वा यौनरोग लागेको छ भने तुरुन्त उपचार गराउनुपर्छ ।

> सुत्केरी हुने समय नजिकिँदै गएपछि त्यसका लागि आवश्यक पर्ने कपडा एवं थाङ्नाहरूको व्यवस्था गर्नुपर्छ । यदि तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको मद्दतले घरमै सुत्केरी गराउने भए सुत्केरी सामग्री किनेर राख्नुपर्छ ।

सुत्केरी हुने समय नजिकिँदै गएपछि त्यसका लागि आवश्यक पर्ने कपडा एवं थाङ्नाहरूको व्यवस्था गर्नुपर्छ । यदि तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको मद्दतले घरमै सुत्केरी गराउने भए सुत्केरी सामग्री किनेर राख्नुपर्छ । सुत्केरी बारी, गोठ, छिंडीमा नगराई राम्रोसँग सफा गरिएको कोठामा मात्र गराउनुपर्छ । यतिबेला तीनवटा कुरा सुत्केरीमा सघाउने व्यक्तिको सफा हात, सफा ठाउँ तथा सफा काट्ने साधनमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

धेरैजसो गर्भावस्थामा सामान्य तवरबाट पूर्ण अवधि भई निर्धारित समयमै सुत्केरी हुन्छ, तर यतिबेला तल्लो पेट दुख्नु, अधिक ज्वरो आउनु, रगत बग्नु, हातगोडा सुन्निनु, आँखा हेर्दा धमिलो हुनु, टाउको धेरै दुख्नु, थकाई धेरै लाग्नु राम्रो कुरा होइन । यी समस्या उत्पन्न हुँदा स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्छ । गर्भपतन हुन लाग्दा, साल पाठेघरको ठीक ठाउँमा नरहँदा, गर्भावस्थामा रक्तचाप धेरै बढ्दा, कम्पन छुट्न लाग्दा तथा रक्तअल्पता हुँदा माथि उल्लेखित लक्षण-चिह्नहरू देखा पर्छन् ।

त्यसमाथि गर्भावस्थामा हुने वा पत्ता लाग्ने रक्तअल्पता, उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मुटुको रोग, जन्डिस बढी जोखिमपूर्ण हुन्छ । यी रोगका कारण गर्भपतन हुने, चाँडै व्यथा लाग्ने एवं शिशु पनि कम तौलको तथा रोगी हुने सम्भावना हुन्छ ।

कलिलो उमेरका, धेरै शिशु जन्माइसकेका, खुट्टा अपांग भएका, शिशु उल्टो बसेका, जुम्ल्याहा शिशु बोकेका तथा अघिल्लो सुत्केरीमा कुनै न कुनै समस्या भएका महिलाले बढी सतर्कता अपनाउनुपर्छ । यी कुनै पनि समस्या भएका महिलालाई अस्पतालमै सुत्केरी गराउन सल्लाह दिनुपर्छ ।

खेलकुद

फ्रेन्चाइज क्रिकेटको संस्कृति

■ हिमेश

ट्वान्टी-२० क्रिकेटको पारा नै अलिकति धनी र हुनेहरूको जस्तो छैन र ? खाने पिउने, अनि अलिकति रमाइलो गर्ने खालको पनि छ, यो । अझ भन्ने हो भने यसको स्वभाव नै 'कर्पोरेट' खालको छ । त्यसैले त अचेल ट्वान्टी-२० क्रिकेटमा फ्रेन्चाइज संस्कृति पाइन्छ । कोही धनी छ र उसलाई क्रिकेटमा खर्च लोभ छैन भने सबैभन्दा राम्रो त आफ्नो एउटा टिम नै हुनु राम्रो । अथवा कोही सक्नेले टिम बनाएर 'कर्पोरेट' क्षेत्रलाई खुसी बनाउँछ र त्यसलाई अगाडि बढाउँछ भने त्यो त राम्रो नै हो ।

फ्रेन्चाइज क्रिकेटको पूरा कथा यही होभन्दा हुन्छ । अझ सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण तथ्य त के भने यसमा पर्याप्त मात्रामा 'ग्ल्यामर' लुकेको हुन्छ । त्यसैले त यस्ता प्रतियोगितामा सुन्दर र आकर्षित युवतीहरू जहाँ त्यहीँ देख्न पाइन्छ, जसरी यस्तै दृश्य कुनै ठूलो कर्पोरेट अफिसमा देख्न पाइन्छ । चियर लिर्डस त ट्वान्टी-२० क्रिकेटको ज्यान नै भन्दा हुन्छ । चौका छक्का प्रहारमा उनीहरूले देखाउने प्रस्तुतिमा आकर्षित नभएर बस्न सक्ने को हुन्छ र ?

अनि विवाद त यसको अर्को नाम भयो नै । सानोतिनो विवाद भएन भने त मज्जा नै भएन । भर्खर पोखरामा पोखरा प्रिमियर लिग (पीपीएल) सकियो । भनिन्छ, पोखरामा क्रिकेट जति लोकप्रिय हुनुपर्ने हो, त्यो छैन । तर, जति बेलादेखि पोखरामा पीपीएल हुन थालेको छ, क्रिकेट मन पराउने पोखरेलीको संख्या बढ्न थालेको छ । खेल हेर्न दर्शकको संख्या सन्तोषजनक रूपमा बढेको छ । यसपल्ट भएको प्रतियोगिता दोस्रो संस्करणको हो र विजेता रह्यो, पारस खड्काको चितवन

राइनोज ।

नेपालमा जति पनि फ्रेन्चाइज क्रिकेट हुन्छन्, त्यसमध्ये पीपीएल त कान्छो हो । जम्माजम्मी हाम्रोमा तीन फ्रेन्चाइज क्रिकेट हुने गर्छ, त्यसमध्ये पहिलो त धनगढी प्रिमियर लिग (डीपीएल) नै भयो ।

नामैअनुसार यो धनगढीमा हुन्छ । धनगढीमा यस्तो क्रिकेट सफल भएपछि नै यसले अरूलाई पनि यस्तै प्रतियोगिता गराउन प्रेरित गरेको हो । तेस्रो भनेको एभरेस्ट प्रिमियर लिग (ईपीएल) भयो, यो काठमाडौंमा हुन्छ । फ्रेन्चाइज क्रिकेटमध्ये सबैभन्दा बढी चहलपहल देखिने यसै प्रतियोगितामा हो । यो अलि व्यवस्थित हुन्छ, अनि रंगीन खालको पनि यही हुन्छ । यो कतिसम्मको छ भने यसको टेलिभिजनमा प्रत्यक्ष प्रसारण गर्ने संस्था नै विदेशी हो ।

पैसाको खेल

अब प्रश्न हुन्छ, कसरी आयोजना हुन्छ त यस्ता प्रतियोगिता ? कसरी यसमा लगानी हुन्छ त ? भन्ने पर्छ, यो नाफाको क्रिकेट हो, जसमा सबै 'विन विन' अवस्थामा हुन्छ, खेलाडीदेखि टिम मालिक र सबै प्रायोजक र सह-प्रायोजक । पूरा विश्वमा फ्रेन्चाइज क्रिकेटको 'रोल मोडल' हो, भारतको आईपीएल, त्यो भनेको इन्डियन प्रिमियर लिग । विश्व खेलकुदकै सबैभन्दा धनी प्रतियोगिता हो । सन् २००८ देखि सुरु भएको आईपीएललाई पछ्याएर नै यस्ता प्रतियोगिता हुने गर्छन् ।

नेपालको फ्रेन्चाइज क्रिकेटले अनुसरण गरेको पनि आईपीएल नै हो । डीपीएलको आयोजक हो, धनगढी क्रिकेट एकेडेमी । त्यसो भनेको सुभाष शाही । सुरुमा उनले प्रतियोगितामा सहभागी हुने टिम इच्छुकलाई बेचे । त्यसका लागि आयोजकले निश्चित रकम पाउने गर्छ र यो २५ लाख रुपैयाँको हाराहारीमा हुन्छ । आयोजकको आफ्नै मुख्य र सहायक प्रायोजक हुने भयो नै । टेलिभिजनको प्रत्यक्ष प्रसारणबाट पनि पैसा उठ्ने भयो नै, दर्शकले किनेको टिकटको पैसा आफ्नै ठाउँमा छ । अहिले डीपीएलमा छ टिम छन्, त्यसमध्ये विराटनगर किंग्सको मालिक पारस लुनिया हुन् भने सीवाईसी अत्तरियाको नरबहादुर राई । यस्तै काठमाडौं गोल्डेन्सको रमेश सिलवाल, महेन्द्र युनाइटेडको सुशीलकुमार श्रेष्ठ, रुपन्देही च्यालेन्जर्सको सुरज उप्रेती र धनगढी स्टारस्को कृष्ण बोहार । पीपीएलमा खेल्ने छ टिममध्ये विराटनगर टाइटन्समा पारस लुनिया, बुटवल ब्लास्टर्समा नरेश गौतम, चितवन राइनाजेमा रेशम महरा, एक्सपर्ट धनगढी ब्लुजमा विनायक पोखरेल र पोखरा पल्टनमा विनायक पोखरेल मालिक छन् ।

यसको आयोजना क्विन्स इभेन्ट्स म्यानेजमेन्टले गर्छ । यसको स्वामित्वमा को-को छन् भनेर प्रस्ट नदेखिएपछि यसका मूल हर्ताकर्ता पारस र ज्ञानेन्द्र नै हुन् । ईपीएल भने ठ्याक्कै कर्पोरेट खालको छ । जस्तो, भैरहवा ग्लायडिटर आदित्य सन्घाई, विराटनगर वारियर्स विशाल अग्रवाल, चितवन टाइगर्स किशोर भट्टराई, काठमाडौं किंग्स इलेभन टेले होल्डिङ्स, ललितपुर प्याट्रोइट्स किशोर महर्जन र पोखरा राइनोज साहिल अग्रवालको हो । यसअघि यसमा विशाल ग्रुप्स, शंकर ग्रुप्स, पञ्चकन्या ग्रुप्स, कान्तिपुर पब्लिकेसनदेखि घोराही सिमेन्ट्सको पनि टिम थियो । यसका आयोजक हुन्, आमिर अख्तर ।

यी सबै व्यक्ति अथवा संस्थाले टिममा निश्चित रकम खर्चिने भयो नै । अनि यी सबै टिमका आफ्नो फरक-फरक प्रायोजक पनि हुने भए । यी संस्थाका लागि आफ्नो क्रिकेट टिम भनेको बजारमा हामी पनि छौं भन्ने देखाउने हो । अनि कोही धनाढ्य उद्योगपतिले आफ्नो पनि क्रिकेट टिम छभन्दा त्यसको शान नै बेग्लै हुन्छ । अझ भन्ने हो भने यो एउटा कर्पोरेट क्षेत्रको 'मार्केटिङ टुल' नै भयो । गत वर्ष ईपीएल ललितपुरले जितेको थियो । यो टिमका आफ्नै अलग आधा दर्जन प्रायोजक थिए । उपाधि जितेर उसले राम्रै पुरस्कार राशि पनि जित्यो ।

टिमले खेलाडी किन्ने भनेको लिलामीबाट हो । खेलाडीको निश्चित मूल्य हुन्छ । यसका लागि खेलाडी आफैंले आफ्नो मूल्यसहित लिलामीका लागि नाम दिनुपर्छ । साधारणतया तीन मूल्यका खेलाडी हुन्छन् अनि टिमका कप्तानदेखि मुख्य खेलाडीका रूपमा मार्की प्लेयर भयो नै । यिनीहरूले बढी पाउने भयो नै । विदेशी खेलाडी पनि टिमले अनुबन्ध गर्न पाउने हुन्छ । विदेशी खेलाडीको उपस्थितिले नै टिम बलियो भएको र राम्रो खेलेको ताजा उदाहरण नै छन् ।

पोखरा प्रिमियर लिग

पोखरा चिनाउने नयाँ 'प्रोडक्ट'

■ दीपक परियार

खदिलो पिच, एकनासको आउटफिल्ड । आँखै अघि हिमालका लस्कर । पोखरा रंगशालाको मैदानमा मंसिर २९ देखि पुस १२ सम्म क्रिकेट कुम्भ चल्यो ।

६ टोली सम्मिलित प्रतियोगितामा पुस ९ सम्म लिग चरणका खेल भए । पुस १० मा इलिमिनेटर र पुस १२ मा फाइनल भयो । पोखरा रंगशाला क्रिकेट मैदानमा पोखरा पल्टन, काठमाडौं गोल्डेन्स वारियर्स, विराटनगर टाइटन्स, चितवन राइनोज, धनगढी ब्लुज र बुटवल ब्लास्टर्सले खेले । पोखराको शरद भेषावकर, काठमाडौंको राष्ट्रिय टोलीका कप्तानसमेत रहेका ज्ञानेन्द्र मल्ल, विराटनगरको प्रदीप ऐरी, चितवनको पारस खड्का, धनगढीको दीपेन्द्रसिंह ऐरी र बुटवलको सोमपाल कामीले कप्तानी गरे ।

हरेक टिमले तीनसम्म विदेशी खेलाडी अनुबन्ध गर्न सक्ने भनिएपछि सबै टिमले पुऱ्याएनन् । अघिल्लो संस्करणभन्दा विदेशी खेलाडीको कोटा बढाइएको थियो । लिग चरणका खेलमा चितवन ५ वटैमा अपराजित रह्यो । बुटवलले ३, विराटनगरले २, काठमाडौंले २, धनगढीले २ र पोखराले १ खेल जिते । चितवन लिगमा शीर्ष स्थानमा रहँदै फाइनल पुगेको हो भने विराटनगरले एलिमिनेटरमा बुटबल ब्लास्टर्सलाई हराउँदै फाइनल यात्रा तय गरेको थियो । चितवन राइनोज अपराजित रहँदै च्याम्पियन बन्यो । लगातार दोस्रोपल्ट फाइनल खेलेको चितवन पहिलो संस्करणमा पोखरा पल्टनसँग पराजित भएको थियो ।

सुवास खकुरेल र अमृत भट्टराईले लामो समयपछि घरेलु क्रिकेटमा कमब्याक गरे । उनीहरू काठमाडौं गोल्डेन्सबाट मैदानमा उत्रिए । चितवन राइनोजमा सन्नी पटेल यसपल्ट पनि दोहोरिए । अघिल्लो संस्करणकै उत्कृष्ट खेलाडीमध्ये थिए उनी । राष्ट्रिय टोलीका करण केसी, आरिफ शेखलगायतले एकरूपको प्रदर्शन गरे । नेपाली लिगमा छुट्टै पहिचान बनाउन सफल विदेशी खेलाडी भारतका सन्नी पटेल, हङकङका पूर्वकप्तान बाबर हायत, यूएईका पूर्वकप्तान रोहन मुस्तफा टिमका मुख्य हतियार बने ।

अघिल्लो सिजनमा उपाधि जितेको पोखरा पल्टन लिग चरणको सबैभन्दा पुछारमा रहँदै प्रतियोगिताबाट बाहिरिएको थियो । घरेलु समर्थकको साथ हुँदाहुँदै पनि पोखराले चामत्कारिक खेल प्रदर्शन गर्न सकेन । राष्ट्रिय टिमका कप्तान ज्ञानेन्द्र मल्लको काठमाडौं नेट रन रेटका आधारमा प्लेअफमा पुग्नबाट बञ्चित भयो । लिग चरणबाटै बाहिरिएपनि काठमाडौंका कप्तान ज्ञानेन्द्रले पीपीएलमा पहिलो शतक प्रहार गरे । लिग चरणको तेस्रो खेलमा धनगढी ब्लुजविरुद्ध उनले ३७ बलमै शतक प्रहार गरेका थिए । जुन नेपाली फ्रेन्चाइज क्रिकेटमा कीर्तिमान पनि हो ।

चितवनका मुख्य बलर करण केसी लगातार दोस्रो संस्करणमा उत्कृष्ट बलर चुनिए । उनले फाइनलमा ३ सहित प्रतियोगिताभर ६ खेलमा १४ विकेट लिए । चितवनकै रोहन मुस्तफा म्यान अफ द सिरिज घोषित भए । विराटनगरका लोकेश बम मोस्ट भ्यालुएबल खेलाडी हुँदै १ लाख र धनगढीका स्पिनर अनिल खरेल इमर्जिङ खेलाडी हुँदै ५० हजार रुपैयाँ पुरस्कार पाए । अघिल्लो संस्करणमा जस्तै यस संस्करणमा पनि उपाधि विजेताले २७ लाख र उपविजेताले १० लाख रुपैयाँ पुरस्कार पाए ।

खेलकुद

प्रिमियर लिगका उत्कृष्ट खेलाडी

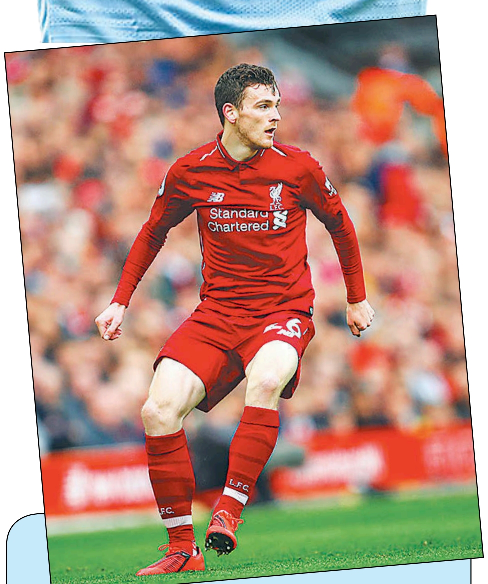
फुटबलरको ट्रान्सफर, उनीहरूको प्रदर्शन, उपाधि जित्न क्लबहरूले गरेको मेहनत, प्रतियोगिताको अवधिमा खेलाडीका प्रेमिकाहरूका कारण प्रिमियर लिग सधैं चर्चामा रहन्छ । यो सिजनको प्रिमियर लिग सुरु भएको दुई महिना भइसकेको छ, जसका कारण प्रिमियर लिगले पाउने चर्चा पनि बिस्तारै बढ्दै आएको छ । स्पोर्ट्स मेलले सन् २०१० देखि खेलाडीको स्थानान्तर, उनीहरूले पाएको रकम र प्रतियोगितामा उनीहरूको प्रदर्शनलाई आधार मानेर ५० महत्वपूर्ण खेलाडीको सूची हालै सार्वजनिक गरेको थियो । उक्त सूचीमा परेका उत्कृष्ट पाँच खेलाडीको चर्चा यस प्रकार गरिएको थियो :

डेभिड सिल्भा, म्यानचेस्टर सिटी

स्पेनका सबै किसिमको उमेर समूहको फुटबल खेलेका डेभिड सिल्भा सन् २००६ देखि राष्ट्रिय टिममा परे । सन् २००३ देखि प्रोफेसनल फुटबल करिअर थालेका सिल्भालाई लोनमा अरू क्लबले मात्र स्थानान्तर गरे । सन् २०१० को विश्वकप स्पेनले जित्दा टिममा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका सिल्भाको दिन भने सोही प्रतियोगितामार्फत खुल्यो । भ्यालेन्सियाबाट म्यानचेस्टरले आफ्नो क्लबमा स्थानान्तर गर्न सिल्भालाई ३ अर्ब ६० करोड रुपैयाँ तिरेको थियो ।

भिर्जिलभ्यान डिजेक, लिभरपुल

डच फुटबलर भिर्जिलभ्यान डिजेक सन् २०१५ देखि नेदरल्यान्डको राष्ट्रिय फुटबल टिममा पर्न सफल भए । यसभन्दा अगाडि उमेर समूहको फुटबल खेलिरहेका डिजेक सन् २०१८ अघिसम्म साउथम्टन क्लबमा आबद्ध थिए । यो वर्षको बलोन डिओरमा लियोनल मेस्सीसँगको प्रतिस्पर्धामा डिजेक उपविजेता रहे । लिभरपुललाई च्याम्पियन्स लिग दिलाउन सफल डिजेकले अंकका आधारमा गत वर्ष म्यानचेस्टर सिटीभन्दा पछि परेर प्रिमियर लिगको उपविजेता बनाएका थिए । लिभरपुल क्लबबाट उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन गर्दै आएका डिजेकको सोही क्षमता देखेरै क्लबले स्थानान्तर गर्दा ११ अर्ब २५ करोड रुपैयाँ तिरेको थियो ।



सर्जियो एगुरा, म्यानचेस्टर सिटी

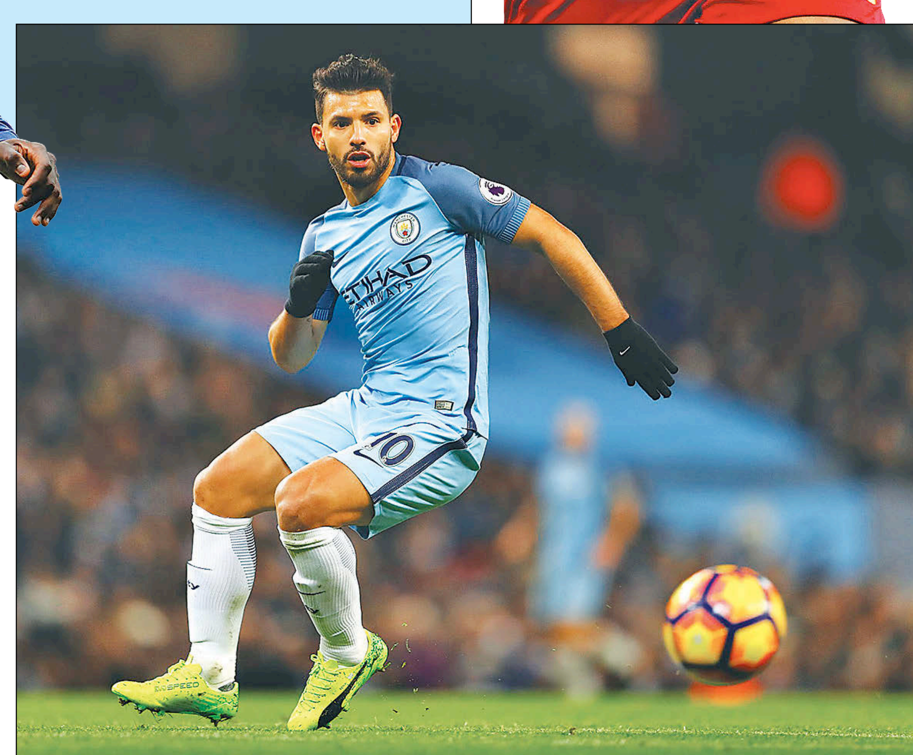
अर्जेन्टिनाकै क्लबमा प्रोफेसनल फुटबल करिअर विकास गरिरहेका सर्जियो एगुरालाई एथलेटिकको म्याड्रिडले सन् २००६ मा आफ्नो क्लबमा भित्र्यायो । सन् २०११ मा म्यानचेस्टर सिटीले एगुरालाई म्याड्रिडबाट आफ्नो क्लबमा भित्र्याउन ५ अर्ब ७० करोड रुपैयाँ तिर्न मन्जुर भयो । यो स्थानान्तर सर्वाधिक मानिन्छ । प्रिमियर लिगमा २ सय ४४ गोल गरिसकेका एगुराले प्रत्येक सिजनमा ३० भन्दा बढी गोल गरिसकेका छन्, जसका कारण उनलाई प्रिमियर लिगमा 'मन नभएको स्ट्राइकर' समेत भनिन्छ ।

एन्डी रोबर्टसन, लिभरपुल

स्कटिस फुटबलर एन्डी रोबर्टसनले प्रोफेसनल फुटबल करिअर आफ्नै देशका दुई क्लबमा बिताए । सन् २०१४ को सिजनमा हुलसिटीले भित्र्याएपछि उनको आगमन प्रिमियर लिगमा भयो । हुलसिटीबाट लिभरपुलले आफ्नो क्लबमा भित्र्याउन एन्डीलाई १ अर्ब २० करोड रुपैयाँ तिरेको थियो । लिभरपुरबाट च्याम्पियन्स लिगको फाइनल खेलेका एन्डीको प्रदर्शन यो वर्षको प्रिमियर लिगमा पनि आकर्षक हुने लिभरपुल फ्यानको रहेको छ ।

एन्गोलु कान्टे, चेल्सी

फ्रेन्च मूलका एन्गोलु कान्टेले सन् २०१२ देखि २०१५ सम्मको सिजन फ्रान्सकै दुई फुटबल क्लबमा बिताए । सन् २०१५ मा लिसेस्टर सिटीमा ट्रान्सफर भएका मान्टे सन् २०१६ देखि चेल्सीमा स्थानान्तर भए । फ्रेन्च क्लबका इनलबाट लिसेस्टरले भित्र्याउँदा ९० करोड रुपैयाँ तिरेको थियो । ११ महिना लिसेस्टरमा रहँदा कान्टेले क्लबलाई उपाधि दिलाए । त्यसको लगत्तै कान्टेलाई चेल्सीले आफ्नो क्लबमा भित्र्याउन ४ अर्ब ८० करोड रुपैयाँ तिरेको थियो ।



जाँदाजाँदै

'साइबर अपराधबाट टिनएजर बढी प्रभावित'

तस्बिर : नवराज बाग्ले

बाबुराम अर्याल, साइबर अपराधसम्बन्धी अधिवक्ता

संसदको विकास तथा प्रविधि समितिले हालै सामाजिक सञ्जाल समेत नियमन गर्ने गरी नयाँ कानुन पारित गरेपछि सञ्चार क्षेत्र र सामाजिक सञ्जाल चलाउने आममानिसमा भयको तरंग फैलिएको छ । विगत १८ वर्षदेखि साइबर अपराधको क्षेत्रमा सक्रिय अधिवक्ता बाबुराम अर्यालसँग साप्ताहिकका मुकुन्द बोगटीको जम्काभेट:

संसदीय समितिले हालै पारित गरेको साइबर कानुनसम्बन्धी विधेयकलाई तपाईले कसरी हेर्नुभएको छ ?

यो विधेयकका धेरै कोणहरू छन् । यसमा साइबर क्राइम मात्र नभएर साइबर सेक्युरिटी, व्यापार, मानव अधिकारका विषय पनि छन् । यसभन्दा महत्वपूर्ण साइबर अपराधको अनुसन्धान पद्धतिसँग यो बढी जोडिएको छ । कुनै पनि अपराधको निक्यौंल त्यसको प्रमाण र त्यसको वैधतासँग हुन्छ । तर, यो कानुनले त्यसो गर्न नदिने देखिएको छ ।

सामाजिक सञ्जालको यो नयाँ कानुनले कस्तो व्यक्ति र निकायलाई बढी प्रभावित गर्ने देख्नुहुन्छ ?

सामाजिक सञ्जालमा कुनै किसिमको अपराध भएको ठहर भएमा कुन माध्यमबाट भएको हो र उसले कुन इन्टरनेट सेवा प्रदायकमार्फत गरेको हो उसलाई पनि कानुनको दायरामा ल्याएर कारबाही गर्न सकिनेछ । जस्तो फेसबुकको प्रयोग गरेर नेपालको कुनै इन्टरनेट सर्भिस प्रोभाइडरको प्लेटफर्म प्रयोग गरेर कसैले अपराध गरेमा फेसबुक र त्यस्ता सर्भिस प्रोभाइडर पनि त्यो अपराधमा पर्ने भए ।

अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई साइबर कानुनअन्तर्गत ल्याएर सरकारले कारबाही गर्न खोजेको हो त ?

अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई संविधानले मौलिक हक मानिसकेको अवस्थामा यो कानुनले अपराध कानुनलाई क्रियाशील गर्ने देखियो । लेखेकै कारण जेल जाने होइन, क्षतिपूर्ति दिने व्यवस्था हुनुपर्छ । पछिल्लो पटक विश्वव्यापी रूपमा प्रचलित रहेको कानुनअनुसार पीडितलाई क्षतिपूर्ति दिलाउने भन्ने रहेको छ । अब त यो कानुन विद्युतीय कारोबार ऐनबाट अगाडि बढेर अपराध कानुनलाई अगाडि सारेर कारबाहीको प्रक्रियामा जाने भयो । यो कानुनले एकैपटक ठूलो किसिमको सजायको व्यवस्था गरेको छ । कसुर र सजायबीच पनि सामन्जस्य छैन । अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई कसुरको विषय बनाउन खोजेको देखिन्छ भने यसले नेपालमा अपराधको संख्यालाई बढाउने देखिन्छ ।

यो कानुनलाई ल्याउने आवश्यकता सरकारले किन देख्यो ?

कर्मचारीतन्त्रमा बसेकाहरूले पहिलेदेखि नै यस्तो कानुन चाहिरहेका थिए । स्वयं उनीहरूप्रति बढ्दो वितृष्णा रोक्न कर्मचारीहरू साइबरको कडा कानुन चाहन्थे । राजनेताहरू स्वतन्त्रता त चाहने तर आफ्नो आलोचना भएको सहन नसक्ने भएपछि नेता र कर्मचारीहरूबीच सहमति हुन सक्यो । यस किसिमको कानुन ल्याउनेबारे ब्युरोक्रेसीमा बसेका र राजनेताहरूबीच सहमति भएपछि कानुनको फ्रेम बनाइसकिएको थियो । उनीहरूले सरोकारवालाहरूबाट परामर्श पनि खोजे र लिए तर कार्यान्वयनको पक्षमा शून्य प्रतिशतभन्दा पनि कम सल्लाह लिए । उनीहरूले पूर्वाग्रह राखेरै कानुन तयार पारेको देखिन्छ ।

सामाजिक सञ्जाल दुरुपयोगका घटना पनि बढ्दै गएका देखिन्छन् नि, किन होला ?

सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगको पाटोलाई हेर्ने हो भने यो संख्या धेरै सानो छ । सदुपयोगको काम नै बढी भएको देखिन्छ । हो, अपराधले गर्दा दुरुपयोग बढेको देखिए पनि सामाजिक सञ्जालबाटै साना तथा मझौला व्यापार र कारोबार बढी भइरहेका छन् । जुनसुकै कम्पनीले आफूलाई कुनै न कुनै सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गरेर व्यापार विस्तारका काम गरिरहेका छन् । जुन हिसाबले सामाजिक सञ्जाललाई हामीले नियन्त्रण गर्न लागेको छौं, त्यसले यहाँको व्यापारलाई ठूलो असर गर्ने देखिन्छ । यसमा अनलाइनमा आधारित कम्पनी मात्र नभएर अरू व्यवसायको कारोबार पनि सामाजिक सञ्जालमै निर्भर रहेको छ, जसको कारण सरकारले सामाजिक सञ्जालमा अंकुश लगाउँदा आर्थिक पक्षलाई पनि नोक्सानी गर्ने देखिन्छ ।

कस्ता मानिस सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगको शिकार भएका छन् ?

साइबर अपराधबाट पीडित हुनेमा किशोरकिशोरी अर्थात् टिनएज ग्रुपका धेरै छन् । शिक्षा र व्यावसायिक अनुभव कम भएकाबाट दुरुपयोग भएको देखिन्छ । टिनएजर्समा प्रेम सम्बन्ध वा व्यक्तिगत आकर्षणलाई अभिव्यक्त गर्ने माध्यम सामाजिक सञ्जाल हुन्छ । ११ देखि १४ वर्षको उमेरका धेरै युवायुवती यस क्षेत्रबाट हुने अपराधबारे अनभिज्ञ नै छन् । उनीहरूलाई अश्लील तस्बिर पठाउँदा परिणाम के हुन्छ भन्ने पनि थाहा हुँदैन । त्यो पठाउनु अपराध हो भन्ने पनि थाहा नपाई ऊ फसिरहेको हुन्छ ।

कानुन आउने नै देखिन्छ । यसबारे आम प्रयोगकर्ताहरू कसरी सजग हुने ?

कानुनको अज्ञानता क्षम्य हुँदैन भनिन्छ । राजपत्रमा आएपछि थाहा थिएन भन्न पाइन्न । कतिपय कानुन वकिललाई पनि थाहा हुँदैन । त्यसकारण, कानुनबारे जागरण ल्याउनुपर्छ । बालअधिकारबारे छलफल गर्दा अभिभावकमा पनि जागरण गर्नुपर्छ भनेजस्तै यसबारे पनि अहिलेदेखि नै अभिभावकहरूले बालबालिकालाई सिकाउँदै लैजानुपर्छ । सबै काम सरकारले मात्र गर्न सक्दैन । आमसञ्चार र यस क्षेत्रमा सक्रिय निकायले पनि जागरणको काम गर्दै जानुपर्छ । गाउँघरमा आमासमूह भएजस्तै कानुन बुझाउने जागरणका लागि पनि समूह बनाउँदै लैजानुपर्छ । विद्यालयमा शिक्षकले, घरमा अभिभावकले र समाजमा अगुवाले यसबारे जनचेतना फैलाउने काम गरेमा यसको दुरुपयोग रोक्न सकिने देखिन्छ ।

कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित, कार्यालय : सेन्ट्रल बिजनेस पार्क, थापाथली, पो.ब.नं. ८०१९, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं. ५१३५०००, फ्याक्स : ९७७-१-५१३५००१, email:saptahik@kmg.com.np
दर्ता नं. ९९/०५१/५२, म.क्षे.हु.नि.द.नं.४/५२/५३ सर्वाधिकार : कान्तिपुर पब्लिकेसन्स (प्रा.)लि. सँग सुरक्षित । अध्यक्ष तथा प्रबन्ध निर्देशक : कैलाश सिरोहिया, निर्देशक : स्वस्तिका सिरोहिया, सम्पादक : राजाराम गौतम