सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

साप्ताहिक

saptahik.com.np

• वर्ष २५ • अंक ३८ FRID... 7 FEBRUARY 2020 • शुक्रबार, माघ... • पृष्ठ ३२ • मूल्य ... १५/-

राजनीतिमा धेरै मिटू छ

नेपालमा मिटू

बोल्यो कि पोल्यो

KANTIPUR PUBLICATIONS PVT. LTD.

nepalmag.com.np

नेपाल

KMG
KANTIPUR MEDIA GROUP

समसामयिक घटनाक्रमबारे नितान्त नयाँ कोण
अझै नयाँ स्वाद र साजसज्जासहित
तपाईंसामु प्रस्तुत छः

बदलिँदो नेपालको अन्तर्कथा

www.nepalmag.com.np

GET IT ON Google Play
Download on the App Store

समाचार

काठमाडौंमा किताब जात्रा

काठमाडौं- किताब यात्रा फाउन्डेसनले गत शनिबार आयोजना गरेको 'किताब जात्रा-२०२०' मा साहित्यकार सरुभक्तलाई सम्मान गरेको छ। उनले नेपाली साहित्यमा गरेको अहम्वाद र पूर्णताउन्मुख शून्यतावादको सफल प्रयोगलाई सम्मान गर्दै ५५ हजार ५ सय ५५ नगद राशिसहितको प्रेम साहित्य सम्मान-२०२० प्रदान गरिएको फाउन्डेसनका अध्यक्ष ऋषिराम अधिकारीले जानकारी दिए।

कार्यक्रममा आख्यानकार अमर न्यौपानेको उपन्यास 'गुलाबी उमेर' लाई बेस्ट सेलर एवार्ड प्रदान गरिएको थियो। जात्राको स्वरूप दिन लाखे नाचबाट सुरु गरिएको कार्यक्रममा विशेष अतिथिका रूपमा कलाकार हरिवंश आचार्य उपस्थित थिए। उनले नेपालमा हुने जात्राहरूमध्ये किताब जात्राले नयाँपन भित्र्याएको भन्दै खुसी व्यक्त गरे।

कार्यक्रममा पठन संस्कृति तथा सान्दर्भिक विषयहरूमाथि चार सेसनमा बहस गरिएको थियो। जसमा पत्रकार तथा लेखक नारायण वाग्ले, आख्यानकार नयनराज पाण्डे, आख्यानकार तथा कवि सरस्वती प्रतीक्षा, कवि मनु मञ्जिल, कान्तिपुर दैनिकका प्रधानसम्पादक सुधीर शर्मा, लेखक अर्चना थापा, लेखक तथा चिन्तक आहुति, कलाकार दयाहाङ राई, नबिल बैंकका सीईओ अनिलकेशरी शाह, युवा नेतृ मनुषी भट्टराई, सञ्चारकर्मी दिलभूषण पाठक, टीकाराम यात्री र विनोद चौधरी सहभागी भए।

कार्यक्रममा कवि शकुन्तला जोशी र नवराज पराजुलीले कविता तथा गजलकार बाबु त्रिपाठीले गजल वाचन गरेका थिए। पठन संस्कृति विकास गर्ने उद्देश्यले सञ्चालन गरेको किताब जात्राका अब प्रदेश संस्करणहरू हुने फाउन्डेसनका अध्यक्ष ऋषि अधिकारीले जानकारी दिए। उनले भने, 'तयारी भइरहेको छ, छिट्टै ठाउँ र समय सार्वजनिक गर्नेछौं।'

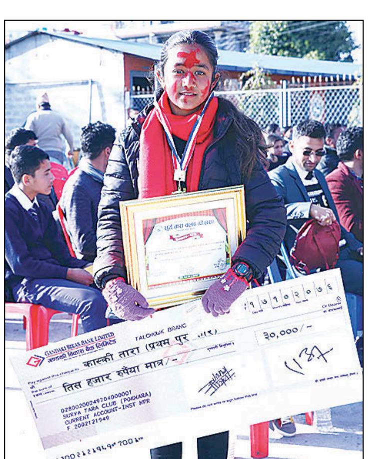
एक रुपैयाँमा चिया अभियान

मोरङ- चितवनमा निर्माणाधीन गौतम बुद्ध अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट रंगशाला निर्माण सहयोगार्थ महापुराण आयोजना भइरहँदा मोरङको विराटचौकमा भने एक रुपैयाँ कप चिया अभियान सञ्चालन गरिएको छ। अभियानमा विराटचोक, बेलबारी, इटहरी र आसपासका संघ-संस्था, बैंक, वित्तीय संस्था र स्थानीय व्यक्तिहरूको उल्लेख्य साथ-सहयोग रहेको छ।

अभियानमा २ लाखभन्दा बढी रकम संकलन भएको छ। जाडोको समयमा चिया बढी बिक्री हुनुका साथै सहयोगी मन भएकाहरूलाई समेत सहयोग गर्न सहज होस भन्ने हेतुका साथ सो कार्यक्रममा जुटेको अभियानकर्ता मध्येका अनुरोध ढकालले बताए। स्थानीय यम बुद्ध क्रिकेट क्लबको आयोजनामा धुर्मुस-सुन्तली फाउन्डेसनमार्फत निर्माण भइरहेको अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट रंगशाला निर्माण सहयोगार्थ आयोजना गरेको उक्त अभियान आइतबारदेखि सुरु भई ७ दिनसम्म सञ्चालन गरिएको क्लबका अध्यक्ष सेमन्त खतिवडाले जानकारी दिए।

-नरेन्द्र बस्नेत

ममिता बनिन् कास्की तारा



पोखरा- ममिता विक कास्की तारा बन्न सफल भएकी छन्। 'सुखी नेपाली, समृद्ध नेपाल निर्माणका आधार' शीर्षकमा भएको कास्की तारा वक्तृत्वकलाको फाइनलमा जित्दै उनले नगद ३० हजार रुपैयाँसहित मेडल र प्रमाणपत्र हात पारिन्। ममिता उमा माध्यमिक विद्यालय कक्षा ९ मा अध्ययनरत छिन्। वक्तृत्वकलामा अमरसिंह माध्यमिक विद्यालयमा कक्षा १० मा अध्यनरत छात्रा अपेक्षा अधिकारी द्वितीय र गौरीशंकर मनिलाल माविमा कक्षा १० मा अध्यनरत छात्रा दुर्गा ढुंगाना तृतीय भए। उनीहरूले क्रमशः २० हजार रुपैयाँ र १० हजार रुपैयाँसहित मेडल र प्रमाणपत्रले प्राप्त गरे। कास्कीमा रहेका पाँचवटै स्थानीय तहमा भिन्नाभिन्नै माध्यमिक विद्यालयस्तरीय प्रतियोगिता सम्पन्न गरी उत्कृष्ट तीनलाई फाइनलमा प्रतिस्पर्धा गराइएको थियो। बेथानी बोर्डिङ स्कुल, पोखरामा भएको उक्त वक्तृत्वकलामा सूर्यतारा क्लब पोखराले आयोजना गरेको हो। प्रतियोगिताको निर्णायकका रूपमा समालोचक नगेन्द्रराज लामिछाने, उप-प्राध्यापक नारायणदत्त सुवेदी र विद्यार्थी नेता लक्ष्मण तिमिल्सेना रहेका थिए।

भारतमा मञ्चन भयो 'कुमारी एन्ड द बिस्ट'

नयाँ दिल्ली- भारतको नयाँ दिल्लीमा सोमबारदेखि प्रारम्भ भएको भारत रंग महोत्सव थिएटर फेस्टिभल–२०२० मा नेपाली नाटक 'कुमारी एन्ड द बिस्ट' मञ्चन भएको छ। काठमाडौंको सुशीला आर्ट्स एकेडेमीले उक्त नाटक मञ्चन गरेको हो। महोत्सवमा योसहित मण्डला थिएटरको नाटक 'महाभोज' पनि प्रदर्शन हुनेछ।

नयाँ दिल्लीस्थित नेसनल स्कुल अफ ड्रामामा आयोजना भइरहेको नाटक महोत्सवमा नेपालसहित विभिन्न देशका १० वटा नाटकहरू प्रदर्शन भइरहेका छन्।

'कुमारी एन्ड द बिस्ट' नाटक काठमाडौंमा सन् २०१८ को अक्टोबरमा मञ्चन गरिएको थियो। यो नाटक जीवित देवी कुमारी तथा कुमारी प्रथासँग सम्बन्धित छ।

'महाभोज नाटकलाई पनि यसअघि मण्डला थिएटरले काठमाडौंमा मञ्चन गरिसकेको छ। 'कुमारी एन्ड द बिस्ट' नाटक 'नेपाली अध्यात्मजगतको इतिहास' पुस्तकबाट निकालिएको कथामा आधारित छ। उक्त पुस्तक महेश्वर जुजु राजोपाध्यायले लेखेका हुन्। यो नाटकको लेखन तथा निर्देशन कविता श्रीनिवासनले गरेकी हुन्। उक्त नाटकमा अभिनय गर्नका लागि सुशीला आर्ट्स एकेडेमीका कलाकारहरू गत आइतबार दिल्ली पुगेका थिए। यही नाटकलाई भारतकै सिलोङमा भने बुधबार मञ्चन गरिएको सुशीला आर्ट्स एकेडेमीकी निर्देशक युलिया कोइरालाले बताएकी छिन्।

फेस्टिभलमा ढाका फेसन

तनहुँ- बन्दीपुरमा हालै रेवानफुड फेस्टिभलको आयोजना गरिएको छ। स्थानीय र बाह्य पर्यटकलाई स्थानीय अर्ग्यानिक खानाको स्वाद चखाउन महोत्सवको आयोजना गरिएको हो। महोत्सवमा नेपाली ढाकाबाट निर्माण गरिएको नवीनतम डिजाइनहरूलाई प्रदर्शन गरियो। फेसन डिजाइनर शोभा महर्जनले डिजाइन गरेको वान पिस, लेहेंगा, साडी, आउटरहरूलाई दुई सिक्वेन्समा मोडलहरूलाई र्‍याम्पमा क्याटवाक गराएर प्रस्तुत गरिएको थियो। महोत्सवमा नेवारी, गुरुङ, मगरलगायतका जातिको सांस्कृतिक नृत्य समेत देखाइएको थियो।

बन्दीपुरमा आयोजना भएको महोत्सवमा नेपाली ढाकाबाट निर्माण गरिएको नवीनतम डिजाइनहरू प्रदर्शन गरियो। फेसन डिजाईनर शोभा महर्जनले डिजाइन गरेको वान पिस, लेहेंगा, साडी, आउटरहरूलाई दुई सिक्वेन्समा प्रस्तुत गरेकी थिइन्।

कोरोना भाइरस

हङकङमा जनजीवन कष्टकर

हङकङ– कोरोना भाइरसको संक्रमणले हङकङमा एकजनाको मृत्यु भएको छ। अहिलेसम्मको रेकर्डमा २१ जनामा कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिए पनि मृत्यु भएको यो पहिलो घटना हो। मृत्यु हुने ३९ वर्षीय चिनियाँ नागरिक हुन्। उनी २१ जनवरीका दिन चीनको वुहान सहर गएका थिए। फर्केर हङकङ आइसकेपछि शरीरका मांसपेशीहरू दुख्ने, ज्वरो आउनेलगायतका समस्या देखा परेपछि हङकङस्थित क्वीन एलिजावेथ अस्पतालमा भर्ना गरिएको थियो। कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएपछि उनलाई अर्को अस्पताल प्रिन्स मार्गेरेट पठाइयो।

उपचारको क्रममा उनको अस्पतालमै मृत्यु भयो। चीनको वुहान सहरबाट सुरु भएको भाइरसले दर्जन बढी देशहरूमा आतंक मच्चाइरहेको छ।

हङकङमा नेपालीहरूको अवस्था

हङकङमा करिब ४० हजारको संख्यामा नेपालीहरूको बसोवास रहेको छ। अहिलेसम्मको रेकर्डमा कोही पनि नेपालीहरूमा कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएको छैन। अधिकांश नेपालीहरू निर्माण, होटल, सुरक्षाका क्षेत्रहरूमा श्रम गर्दछन्। भाइरस संक्रमणकै कारण ती स्थानहरू केही समयसम्मका लागि बन्द गरिएको छ। भाइरस संक्रमणको त्रास भए पनि सार्वजनिक स्थानहरूमा नेपालीहरूको आवतजावत बाक्लै देखिन्छ।

पार्सलमा मास्क

अहिले हङकङमा मास्कको अभाव देखिएको छ। ३५ डलरमा पाइने ५० पिसको मास्क प्याकेट अहिले १ देखि २ सय डलरसम्ममा बिक्री भइरहेको छ। नेपाली समुदायहरूमा मास्कको समस्या खासै छैन। हप्तामा ३ वटा नेपाल एयरलाइन्सको उडान हुन्छ, नेपालीहरू आफ्ना आफन्तहरूबाट पार्सलका रुपमा मास्क मगाउने गर्छन्। प्रत्यक्ष सम्पर्कको क्रममा हावाको माध्यमबाट एकदेखि अर्कामा सर्ने कोरोनाबाट बच्ने उपायहरूमध्ये मास्क लगाउनु प्रमुख उपाय हो।

कष्टकर दैनिकी

भाइरस संक्रमणकै कारण बजार पूर्णरूपमा खुल्न सकेको छैन। दैनिक रूपमा उपभोग हुने खाद्यान्न, फलफूललगायतको अभाव सिर्जना भएको छ। डिपार्टमेन्टल स्टोरहरू खाली छन्। सबै नाका बन्द भएकै कारण आयातमा समस्या भएकाले अति आवश्यकीय पदार्थहरू उपलब्ध हुन सकेका छैनन्। अति व्यस्त ठाउँहरू पनि सुनसान प्रायः छ।

अनोज रोक्का

समाचार

लेनदेन नमिल्दा हत्या

ट्रकको क्याबिनमा चारै जनाले शारीरिक गरेको र पैसामा कुरा नमिलेपछि चारै जना मिलेर ट्रकभित्रै अजिताको हत्या गरेको प्रहरी अनुसन्धानबाट खुलेको छ ।

प्रताप विष्ट

हेटौंडा- '१४-१५ वर्षको उमेरसम्ममा त छोरा जस्तै थिइन्, उनी । १५ वर्ष कटेपछि एक्कासि छोरी जस्तो भइन् । हामी पनि छक्क पऱ्यौं,' फुपाजु देवकुमार थापाले भने, 'छोरा कसरी छोरी भइन् थाहा नै भएन ।' उनलाई स्याहार सुसार गर्दै आएका हजुरबा र हजुरआमाले पनि तेस्रो लिङ्गी अजिता भुजेललाई गाली गरे । हजुरबा हजुरआमाले गाली गरेपछि ब्लू डाइमन्ड सोसाइटीका प्रतिनिधिहरू आएर हजुरबा, हजुरआमालाई सम्झाइ बुझाइ गरे । त्यसपछि उनीहरूले अजितालाई गाली गर्न छाडे । उनी तेस्रो लिङ्गीका अधिकारका लागि सक्रिय भएर खटिन् । लैंगिक अल्पसंख्यकको अधिकारका लागि समेत काम गर्दै आएकी भुजेलले करिब एक वर्ष अघिमात्र जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरबाट आफ्नो पहिचानसहितको नागरिकता लिएकी थिइन् ।

तेस्रो लिङ्गी भएर पहिचानसहित जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरवाट नागरिकता लिने अजिता पहिलो हुन् । हजुरबा हजुरआमाको संरक्षणमा हुर्केकी उनी केही समयदेखि हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१० टिसिएनमा कोठा भाडामा लिएर बस्दै आएकी थिइन् । उनी बेला-बेलामा हेटौंडा उपमहानगरपालिका-११ नवलपुरमा बस्दै आएका हजुरबा र हजुरआमा कहाँ समेत जाने गर्थिन् । हत्या हुनुभन्दा एक साताअघि हजुरबा र हजुरआमालाई भेटेकी थिइन् ।

आफू जन्मिएको २ महिनामा नै आमाबाबु गुमाएकी अजिताको २९ वर्षको उमेरमा माघ ४ गते हत्या भयो । हेटौंडा उपमहानगरपालिका-११, थानाभञ्याङमा उनको हत्या भएको थियो र करिब ६ किलोमिटर टाढा क्याम्पाडाँडा सडक छेउमा लगेर शव फालिएको थियो । राति करिब १ बजे शारीरिक सम्बन्धपश्चात् पैसाको विषयमा विवाद हुँदा हत्या गरिएको प्रहरी उपरीक्षक सुशील सिंह राठौरले बताए । अभियुक्तहरूको बयानअनुसार पैसाको विषयमा कुरा नमिल्दा उनको हत्या गाडीभित्र नै भएको थियो ।

हत्या भएको १८ औं दिन मंगलबार हत्यामा संलग्न रहेका पाँच जनालाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लियो । मृतकको मोबाइल 'अन' हुने बितिक्कै प्रहरीले हत्यामा संलग्नहरूलाई नियन्त्रणमा लिन सफल भएको हो । 'हामी मोबाइल अन हुन्छ कि हुँदैन भनेर प्रतिक्षारत थियौ,' प्रअरी उपरीक्षक राठौरले भने, 'अरू माध्यमबाट पनि अपराधीको खोजी गरिरहेका थियौं । मोबाइल अन हुनसक्छ भनेर हेरिरहेका थियौं ।' हत्या अभियोगमा प्रहरीले हेटौंडा-९ का १८ वर्षीय सिमोन परियार, हेटौंडा-४ का २५ वर्षीय सुशील थापा मगर, हेटौंडा-११ की २० वर्षीया एलिसा पाखिन, हेटौंडा-४ का २४ वर्षीय आशिष बल र हेटौंडा-४ का २१ वर्षीय बुद्ध लामालाई पक्राउ गरेको छ ।

प्रहरीका अनुसार ना.६ ख ६५२७ नम्बरको ट्रकका सह–चालक परियार र थापा मगरले भुजेलसँग हेटौंडा-११ थानाभञ्याङमा ७ हजार रुपैयाँ दिने सर्तमा शारीरिक सम्बन्ध राखेका थिए । घटनामा संलग्न दुई जना फरार छन् । उनीहरूको अहिलेसम्म पहिचान हुन सकेको छैन । 'शारीरिक सम्बन्धमा संलग्न चारै जनाले एउटै ट्रक प्रयोग गरेको अनुसन्धानको क्रममा देखिएको छ । अर्को दुईजना अर्कै ट्रकको रहेको र तिनीहरूको पहिचान अझै खुलेको छैन,' राठौरले भने ।

सिमोन परियारले ल्याएको ट्रकको क्याबिनमा चारै जनाले शारीरिक सम्बन्ध राखेको र पैसामा कुरा नमिलेपछि चारै जना मिलेर ट्रकभित्रै अजिताको हत्या गरेको प्रहरीले जनाएको छ । अजिताले सहमतिअनुसारको पैसा मागेपछि विवाद भएको र ट्रकभित्रै बिजुलीको तारले घाँटी अठ्याएर मारेको अनुसन्धानबाट खुल्न आएको छ । घटना भएको स्थान सवारी चालक तथा सह-चालक रहने क्षेत्र हो ।

अजिताको मोबाइल भने बुद्ध लामाले लिएका थिए । उनले साथी आशिषलाई दिए । आशिषले आफ्नी पत्नी एलिसालाई दिए । आशिष र एलिसाको विवाह अघिल्लो दिनमात्र भएको थियो । आशिषले उपहारका रूपमा एलिसालाई अजिताको मोबाइल दिएका थिए । मोबाइल 'अन' भएपछि प्रहरीले सबैलाई पक्राउ गरेको हो ।

'अजिताको हराएको मोबाइलमा एलिसाले आफ्नो सिम हालेर प्रयोगमा ल्याएपछि हामी घटनामा संलग्नहरूलाई पक्राउ गर्न सफल भएका हौं,' राठौरले प्रहरीकाअनुसार एलिसाले माघ २० गते सोमबार मोबाइल प्रयोगमा ल्याएकी थिइन् । 'मोबाइल प्रयोगमा आएपछि मकवानपुर प्रहरी र महानगरीय अपराध महाशाखा टेकुबाट आएको टोलीले अनुसन्धानलाई तीव्र पारेका थिए । हामीले घटनापश्चात् करिब दुईसय ५० जनासँग सोधपुछ गरेका थियौं,' प्रहरी उपरीक्षक राठौरले बताए ।

> आशिषले उपहारका रुपमा एलिसालाई अजिताको मोबाइल दिएका थिए । मोबाइल "अन" भएपछि प्रहरीले सबैलाई पक्राउ गरेको हो ।

घटनामा संलग्न मुख्य अभियुक्त तथा ट्रकका सह-चालक परियारले बयानको क्रममा आफूलाई दिउँसैबाट ट्रकका साहूले दुःख दिएको बताएका छन् । 'ट्रक कुनै स्थानमा लगेर पल्टाउने मनसायले सह-चालक हिँडेको देखिन्छ । उक्त क्रममा चिया खान हेटौंडा-१०, बसापार्कमा आएपछि साथी सुशीलसँग भेटभएपछि शारीरिक सम्बन्ध राख्ने योजनाका साथ घटनास्थलमा पुगेको देखिन्छ,' प्रहरी उपरीक्षक सिंहले भने । उनका अनुसार सह-चालक परियारले साहूलाई समेत नसोधी राति १० बजेको समयमा ट्रक लिएर बसपार्क पुगेका थिए । 'ट्रक पल्टाउने स्थान नभेट्दा चिया खानका लागि बसपार्क आएको देखिन्छ', उनी भन्छन्, 'सुशील चोरी मुद्दामा तीन वर्ष जेल बसेर भर्खरै निस्किएका हुन् ।'

घटनास्थलमा पुगेर मृतक भुजेलसँग पैसाको विषयमा सहमतिपश्चात् अर्को सवारीका दुईजना समेत गरी चारजनाले पालैपालो शारीरिक सम्बन्ध राखेका थिए । शारीरिक सम्बन्ध पश्चात् विवाद भएपछि उनको हत्या गरिएको थियो । हत्यामा संलग्न अर्को सवारीको नम्बर र चालक तथा सह-चालकको अझै नाम खुल्न सकेको छैन । 'प्रहरीले शंका लागेको केही व्यक्तिमाथि निगरानी राखिरहेको छ,' प्रहरी उपरीक्षक सिंहले भने ।

दुई टाउका भएको सर्प नेपालमा

बुटवल-ब्यान्डेड कुक्री (ओलिगोडन अर्नेन्सिस) प्रजातिको दुई टाउको भएको सर्प विश्वमा पहिलो पटक नेपालमा भेटिएको छ । नवलपुरको दलदलेमा २०७५ कात्तिकमा स्थानीयहरूले सेतो गोला धर्काहरू भएको यो सर्प भेटेका थिए । यो अविषालु प्रजातिको सर्प हो । सर्प अनुसन्धानकर्ता कमल देवकोटा र उनको समूहले यसको विस्तृत अध्ययन गरी रिपोर्ट तयार पारेको छ । अध्ययनपछि सर्पलाई चितवन राष्ट्रिय निकुन्जमा छोडिएको निकुन्जका फरेस्ट रेन्जर सन्तबहादुर मगरले बताए । यो प्रजातिमा दुई टाउको भएको सर्प विश्वमै पहिलो पटक भेटिएको सर्प अनुसन्धानकर्ता देवकोटाको दाबी छ । सर्पको डिजिटल भौचर फोटो सिंगापुरको नेसनल युनिर्भसिटीस्थित लि कोग चेन प्रकृति विज्ञान संग्रहालयमा राखिएको छ । यो सर्पका बारेमा तयार पारिएको लेखसमेत रेप्टाइल एन्ड एम्फिवियन कन्जरभेसन जर्नलको जनवरी २०२० मा प्रकाशित भएको छ ।

–स्वस्तिक श्रेष्ठ

चराको राजधानीमा पर्यटन महोत्सव

मोरङ- चराहरूको राजधानी मानिने कोसीटप्पुमा भ्रमण वर्ष-२०२० लाई लक्षित गरी संघीय र प्रदेश सरकारको उद्देश्यअनुरूप पर्यटक भित्र्याउन कोसी पर्यटन महोत्सव आयोजना गरिएको छ । सुनसरीको कोसी गाउँपालिकाको आयोजनामा आइतबार सुरु भएको महोत्सव २९ गतेसम्म १० दिन सञ्चालन हुने जनाइएको छ । कोसीटप्पु र आसपासको क्षेत्रमा रहेको पर्यटकीय महत्त्वका प्याकेज नै तयार गरेर महोत्सव आयोजना गरिएको छ । महोत्सवमा आउने पर्यटकले हात्तीदेखि जंगल सफारीसम्मको यात्रा गर्न पाउनेछन् । आन्तरिक, ५० हजार भारतीय र तेस्रो मुलुकबाट समेत जोडिने गरी १ लाख पर्यटक भित्र्याउने आयोजकको लक्ष्य छ । कोसी टप्पु वन्यजन्तु आरक्ष कार्यालय आसपास भ्रमण वर्षलाई सहयोगका लागि महोत्सव आयोजना गरिएको हो । हात्तीमा चढेर कार्यक्रमस्थल पुगेका प्रदेश १ का मुख्यमन्त्री शेरधन राईले महोत्सवको उद्घाटन गरेका थिए । महोत्सव आयोजना स्थल चराहरूको राजधानीका रूपमा समेत परिचित छ ।

बालुवाटरमा बाँसुरी र सारंगीको धुन

सामाजिक सञ्जाल

Social democracy@social_
democrac
बालुवाटारका साँझहरू घरी भोजले घरी सारंगी साँझले रंगीन छन् । देश र नागरिकको अवस्था कुनै कोणबाट सन्तोषजनक छैन । प्रधानमन्त्रीको अनुहारमा देश र नागरिकको अवस्था झल्किनुपर्ने हो… त्यसप्रतिको संवेदना झल्किनुपर्ने हो । तर, अभिमानी प्रधानमन्त्री विभिन्न प्रहसनमा व्यस्त छन् ।

Sameer M Dixit@smadixit
मन पर्‍यो ! कुराकानी, छलफल र हल्का रमाइलो देशको स्वास्थ्यलाई राम्रो हो ! मुटु नभएका सम्पादकहरूलाई रिझाउन बालुवाटारमा सारंगी साँझ : प्रधानमन्त्री ओलीले बजाए बाँसुरी, खनाल, नेपालले रेटे सारंगी ।

Baral Arune@ArunBaral1
प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओली राजा महेन्द्रजस्तै संगीतप्रेमी नेता हुन् । बालुवाटारमा बेलाबखत सांगीतिक कार्यक्रम भइरहन्छन् । मंगलबार राति पनि बालुवाटार संगीतमय बन्यो । प्रधानमन्त्रीले बाँसुरी बजाए, पूर्वप्रधानमन्त्री खनाल र नेपालले सारंगी रेटे ।

Kishore Nepal@kishorenepal
बाँसुरीमा प्रधानमन्त्री ओली, सारंगीमा पूर्व प्रधानमन्त्री माधव नेपाल र झलनाथ खनाल । ओलीको रागमा सारंगी बजाउने नेपाल र खनालको विमति छ रे ओलीसँग । अजब नेपाल, गजब काश्मिर !

Kamal Pokhrel@kamal_pok
प्रधानमन्त्री ओलीले बाँसुरी बजाए, माधव नेपाल र झलनाथ खनालले सारंगी बजाए । के सरकारी निवास बालुवाटार दलका नेता-कार्यकर्ताहरूलाई रमाइलो गर्ने, भोजभतेर गर्ने, दलको बैठक गर्ने, कार्यकर्ताहरू भेला-बैठक गर्ने थलो हो ?

Dr.Madan@DrMadan11
एमएससी होइन यमसीसी पास गराउन चिट चोराउने कर्मचारी (नेकपा सचिवालयका नेता र मन्त्री) छान्दै पो रहेछन् बालुवाटारको प्रधानमन्त्री निवासमा @सारंगी साँझ । कठै मेरो देश ।

Chirag Thapa@thepachirag
संसार एकातिर अनि हाम्रा ओली बा अर्कातिर ।

Chyaban Ghimire@chghimire
बालुवाटारमा बाँसुरी बजाए प्रधानमन्त्री ओलीले, सामाजिक सञ्जालमा लेखियो– रोम जलिरहेछ, नीरो बाँसुरी बजाइरहेछ ।

Dr.Govind Rawat@
DrGovindRawat2
कोरोना भाइरसको मारमा नेपाली विद्यार्थी गुहार माग्दै छन् । प्रधानमन्त्री बाँसुरी बजाउँदै छन् ।

Basanti Rai@Basanti_raini
प्रधानमन्त्री निवास बालुवाटारमा मदन भण्डारी कला साहित्य प्रतिष्ठान र नेपाल संगीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानको सहकार्यमा आयोजित नेपाली मौलिक बाजा र धुनहरूको सारंगी साँझमा उनी सहभागी भएका हुन् ।

Shiva Dahal@dahalshivaji
प्रधानमन्त्री ओलीले बाँसुरी मात्रै बजाएको हैन, सुरुमा सारंगी पनि रेट्नुभएको रहेछ ।

Jana Pati@janapationline
देश जलिरहँदा रोमका शासक निरो बाँसुरी बजाएर खुसी मनाएझैं प्रधानमन्त्री ओलीको यो तस्बिरले दिएको सन्देश ।

नीराजन शर्मा@davils_
advocate
राम ! राम !! राम !!! प्रधानमन्त्री जस्तो मान्छेले बाँसुरी बजाउने ? बाँसुरी बजाएर अधिनायकवादको सुरुवात गर्न खोज्या हो ? बाँसुरी बजाएर लोकतन्त्रलाई धक्का दिन खोज्या हो ?

Sandeep Adhikari@sandadhi
हो, निरोले बजाउने बाँसुरी नै हो ।

RDP@RamPrasadDahal1
सम्माननीय प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले बाँसुरी बजाउनै हुन्न भनेर कतै लेखिएको छ ? बरु सुन्न नपाएकोमा खिन्नता व्यक्त गर्ने कि ?

Hemlata Rai@HemlataRai
नेपालका निरोले बाँसुरी नै बजाउँदा रान । बाँसुरीमा प्रधानमन्त्री ओली, सारंगीमा खनाल र नेपाल ।

सञ्जीव पौडेल@sbpsanjib
रोम जलिरहेछ, निरो बाँसुरी फुकिरहेछ । बाँसुरीमा प्रधानमन्त्री ओली, सारंगीमा खनाल र नेपाल ।

Raj Shah@
RajShah27074314
बालुवाटारमा सारंगी रेटौंला । ओली बजाऊ बाँसुरी ।

Roshan Bhattarai@
Roshan50505169
फोटो अफ दि डे : ओली बाँसुरी बजाउने, माधव नेपाल र झलनाथ खनाल सारंगी बजाउने ।

ईश्वर पोखरेल@milangulmeli
देश एमसीसी र कोरोना भाइरसले आतंकित भैरहँदा ओली बाँसुरी बजाउँदै बालुवाटारमा ।

Surya Thapa@ThapajiSurya
बालुवाटारमा सारंगी र बाँसुरीको सुमधुर धुन !

KaWeE Baby@kavi_baniya
केपी ओलीको फुलफर्मसमेत थाहा पाइसकें मैले । ज्ञवालीले हाम्लाई एमसीसीको फुलफर्म थाहा छैन भनेर हेप्छन् । K—Krishna (बाँसुरी), P—Parsai (मार्सी), Oli उर्फ दलबहादुर ओली ।

सुदर्शन शर्मा@sudamassp
ओली बाँसुरी बजाइरहेछ…

Shankar Dahal@Dahal_
Shankar
झापालीको प्रकृति र प्रकार यस्ता र उस्ता खुब गफ सुनियो । ओली प्रम भएसी सबै आहा वास्तविकतामा परिणत छन् । निरो बाँसुरी बजाइरहेछ ।

ट्वीटर मन्त्री@Rocks_Suman1
'म पनि एउटा बाँसुरीवादक हो'–केपी ओली

उत्तम ढकाल@dhakalut
चार हप्ते पिएचडीवालाहरूले प्रधानमन्त्रीले बाँसुरी बजाएको समेत खिसिट्युरी र विरोध गरेछन् गाँठे ! कति कुण्ठाले भरिएको मुटु होला त दैव !

Dhana Paudel@
DhanaPaudel
आज निरो एकाएक ब्यूँझिएको छ । उसको बाँसुरी फेरि बजेको छ । तर रोम जलिरहेको छैन ।

Jyoti Bista@JyotiBistaNP
मदन भण्डारी कला साहित्य प्रतिष्ठान र नेपाल नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानको सहकार्यमा बालुवाटारमा सांगीतिक साँझ भएको हो । रोम जलिरहेथ्यो, निरो बाँसुरी बजाइरहेथ्यो । अन्यथा नलिस्यो है मन्त्रीज्यू, सुहाउँदो क्याप्सन मात्रै दिएको । वास्तविकतामा मेल नखान पनि सक्छ ।

Narayan Aryal@aryalsyangja
किप रकिङ मिस्टर प्राइम मिनिस्टर ! रोम जलिरहेछ, निरो बाँसुरी बजाइरहेछ ।

Megha Shahi@MeghaShahi1
धुन बज्यो धुन बज्यो…पक्कै प्रम हुन् । न बजाइदेऊ बाँसुरी रुँदैछ देशको मन ।

आरक्ष घिमिरे@iGhimirerX
एक लट बाँसुरी बजाउनुपर्‍यो ।

Kumar Rewat@Kkumar1965
प्रधानमन्त्री निवासमा सांस्कृतिक कार्यक्रम नै हुनु, राणा शाहहरूले आफ्ना दरवारमा विदेशबाट समेत कलाकार बोलाएर मनोरञ्जन, महासामन्तिकालीन झल्को नै देखाको हो । रोम, शहर जली रहँदा शासक निरो पनि बाँसुरी बजाइरहेका थिए ।

Saronar@Saronar2
सबै जनहरू रोम जलिरहेको र बाँसुरी बजाइरहेको नीरो मात्रै देखिरहेका छन् । अर्को दुईजना भूतपूर्व जिरो नीरोको सुन्न भएको छैन । क : सारंगी रेटौंला, मौका मिले फेरी भेटौंला । ख : फेरि भेट्ने कहिले कहिले । मन पोल्छ अहिले ।

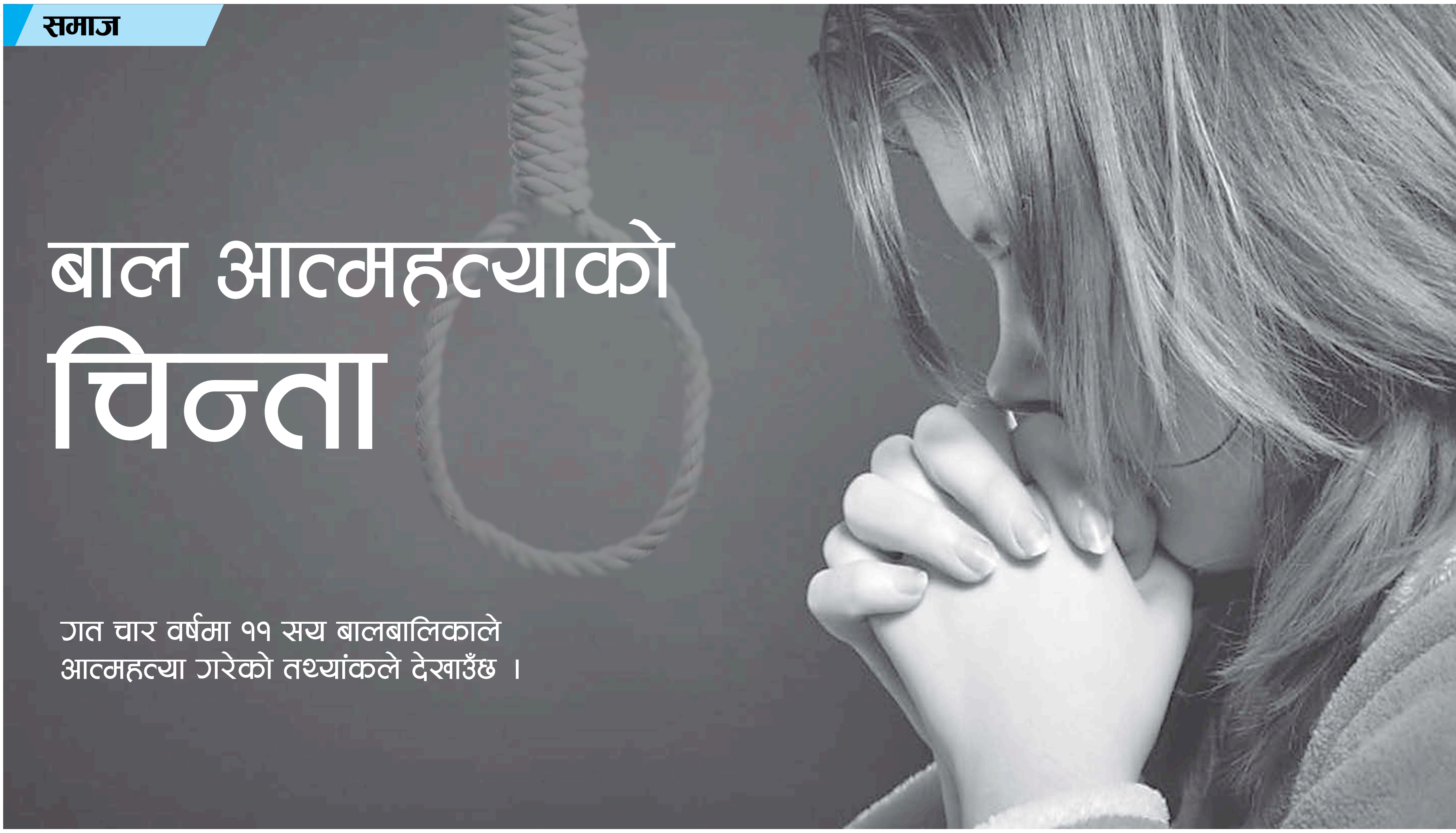
Himalaya@HimalBh
प्रधानमन्त्रीय ब्यान्डको बाँसुरीवाला फोटो मात्र बजारमा आयो । भिडियो रिलिज कहिले हुने होला । सुन्न मन आतुर छ ।

अक्षर काका@aksharkaka
कणप्रिय बाँसुरी धुन पनि कर्कश लाग्छन्, जब सत्ताको सकसमा बाँच्नुपर्छ ।

Anbika Giri@Aanbika
आशा छ, त्रासले आक्रान्त भएका उहानमा रहेका नेपालीको चित्कार तपाईंको कानले सुन्ने छ, मुटुले महसुस गर्ला । कर्कश होला तर बाँसुरी भन्दा तिनको धुन सम्पादकले सुन्लान् र सोध्लान् प्रमलाई हाम्रो मुटुको कुरा छोडिदिनुस्, तपाईंकै मुटु खै ! किन डिलाइ भै रहेको छ ?

Rukesh@RukeshDahal
प्रधानमन्त्रीले बाँसुरी बजाए भनेर नउडाउनुस् न ! जल, जमिन, जहाज बजाएका त होइनन् नि यार ! बरु बाँसुरी बजाएकै ठीक छ ।

समाज



बाल आत्महत्याको चिन्ता

गत चार वर्षमा ११ सय बालबालिकाले आत्महत्या गरेको तथ्यांकले देखाउँछ ।

सुजाता मुखिया

- ललितपुरको ११ वर्षीय समीर लुङ्बाले आत्महत्या गरे । उनी विद्यालय र घर-परिवारबाट दुःखी भएको सुसाइड नोटमा उल्लेख थियो ।
- गोरखा, सहिद लखन गाउँपालिकाकी १२ वर्षीय प्रशान्ता श्रेष्ठले आत्महत्या गरिन् । उनी स्थानीय न्यू होराइजन स्कुलमा कक्षा ५ मा पढ्दै थिइन् ।
- दार्चुलाका प्रेमसिंह जागरीका १० वर्षीय छोराले आत्महत्या गरे । उनले शौचालयमा झुन्डिएर आत्महत्या गरेका थिए ।

यसै वर्ष अर्थात् २०७६ सालमा भएका यी विवरणले बाल-आत्महत्याको कुरूप तस्बिर पेस गर्छ । नेपाल प्रहरीको तथ्यांक अझ अत्याउने खालको छ । तथ्यांकले भन्छ, 'विगत चार वर्षयता १ हजार १ सय २७ जना बालबच्चाले आत्महत्या गरे ।'

बितेका वर्षहरूको तुलनामा बाल-आत्महत्याको ग्राफ अकासिँदो छ । आर्थिक वर्ष ०७२/७३ मा १८ वर्षमुनिका १ सय १५ जनाले आत्महत्या गरेका थिए भने आव ०७५/७६ मा मात्र ४ सय ५९ जनाले आत्महत्याको बाटो रोजेका छन् । कुल आत्महत्या गर्नेमध्ये ९ प्रतिशत बालबच्चा छन् । नेपाल प्रहरी अपराध महाशाखा टेकुका प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक मुकेशकुमार सिंहका अनुसार पछिल्लो समय बाल-आत्महत्याको दर बढेको छ ।

यत्तिका बालबच्चाले किन आत्महत्या गरे ? उनीहरूलाई के कुराले आत्महत्याको मोडसम्म पुर्‍यायो ? आत्महत्या नै गर्नुपर्ने अवस्था कसरी आयो ? सामान्यतः व्यावहारिक उल्झनमा फसेका वयस्क एवं प्रौढहरू कतिपय अवस्थामा आत्महत्या गर्न पुग्छन् । हाँस्ने, खाने र खेल्ने उमेरका कलिला बालबच्चालाई के कुराले आत्महत्या गर्न उक्साउँछ ?

११ वर्षीय समीर लुङ्बाले सुसाइड नोटमा लखेका थिए, 'मलाई कसैले माया गर्दैन ।' के माया-ममताको अभावमा पनि बालबच्चाले आत्महत्याको बाटो रोज्छन् ?

द्विविधामा बालबच्चा

'अहिलेका बच्चाको अपेक्षा बढेको छ' मनोविद् बासु आचार्य भन्छन्, 'उनीहरूले अपेक्षा गरेको सानो कुरा पनि पुरा नहुँदा अत्यन्तै दुःखी हुन्छन् ।' आमाबुवाले हुर्काउने क्रममा समेत गल्ती गरिरहेको मनोविद् आचार्यले औंल्याएका छन् ।

'कहिले भगवान्जस्तो पुलपुल्याउने, कहिले बेस्सरी गाली गर्ने, कुट्ने जस्ता अभिभावकको असन्तुलित व्यवहारले बालबच्चाको कलिलो मस्तिष्कलाई द्विविधामा पारिररहेको छ । मनोविद् आचार्य भन्छन्, 'राम्ररी विकसित नभइसकेको उनीहरूको मस्तिष्कले हरेक परिस्थितिलाई सम्हाल्न सक्दैनन् ।' चिन्तन गर्ने, विश्लेषण गर्ने क्षमता नहुने भएकाले बालबच्चाहरू गलत बाटो समाउने उनको बुझाइ छ ।

आमाबुवाको अपेक्षा, पढाइको चाप, शिक्षकको दुर्व्यवहार, साथीभाइबाट अपहेलनाजस्ता थुप्रै कारण छन्, जसले बालबच्चामा मानसिक तनाव पैदा गरिरहेका छन् । त्यही तनावको सही व्यवस्थापन हुन नसक्दा नै बालबच्चाले आत्महत्याको बाटो रोज्ने गरेको मनोविद् आचार्यको ठहर छ । उनी के पनि भन्छन् भने अहिले बालबच्चा हुर्काउने क्रममा गरिने गल्ती यसको मूल कारण हो ।

आमाबुवाको अपेक्षासमेत बालबच्चाका निम्ति बोझिलो बन्दै गएको कतिपयको भनाइ छ । नेपाल प्रहरी अपराध महाशाखा, टेकुका प्रहरी उपरीक्षक मुकेशकुमार सिंह भन्छन्, '११-१२ वर्षका बालबालिकाहरूमा आत्महत्या दर बढ्नुको मुख्य कारण राम्रो बन्नुपर्ने र धेरै पढ्नुपर्ने दबाब नै हो ।'

अहिलेका बालबच्चाको दिनचर्यासमेत यसमा जिम्मेवार रहेको विज्ञहरूको भनाइ छ । बिहान उठ्नासाथ विद्यालय जानुपर्ने, दिनभर विद्यालयमै बस्नुपर्ने, साँझ घर फर्किएपछि होमवर्क गर्नुपर्ने । उनीहरूसँग आफ्नै खेल्ने समय, रमाउने समय खोसिएको छ । आफ्ना लागि भन्दा पनि आमाबुवाको इच्छाका लागि दौडनुपर्ने बाध्यतामा छन् ।

> आमाबुवाको अपेक्षा, पढाइको चाप, शिक्षकको दुर्व्यवहार, साथीभाइबाट अपहेलनाजस्ता थुप्रै कारण छन्, जसले बालबच्चामा मानसिक तनाव पैदा गरिरहेका छन् ।

दुःखी र तनावग्रस्त बालबच्चा

बालबच्चाको हुर्काइ पनि आजभोलि फरक-फरक परिवेशमा हुने गरको छ । भौतिक सुविधा, प्रविधिको सहज पहुँचजस्ता अनेक कारणले बालबच्चाको आकांक्षा बढेको छ । हरेकजसो कुरामा उनीहरू खुसी र सुविधा खोज्न थालेका छन् । आमाबुवाले पनि आफ्ना बालबच्चाका खातिर सकेसम्म सुविधा र सुख दिने यत्न गरेका छन् । दुःख र अभावबाट टाढा राखेका छन् । यस्तो अवस्थामा बालबच्चाहरू सानोतिनो समस्यामा पनि विचलित हुन्छन् । बुवाआमाले गाली गरेकै भरमा आत्महत्यासम्म पछि पर्दैनन् ।

बुवाआमासँग घुर्क्याउनका लागि उनीहरूले यस्ता घातक जोखिम उठाउने गरेका छन् । मनोविद् आचार्य भन्छन्, 'अहिलेका बालबच्चा आफूले चाहेको कुरा सबै हुनुपर्छ भन्ने सोच्छन् । आफूलाई खान मन लागेको कुरा तुरुन्त मिल्नुपर्छ, खेल्न मन लागेको कुरा तुरुन्त उपलब्ध हुनुपर्छ भन्ने ठान्छन् ।' एकातिर यस किसिमको अपेक्षा बढ्दै जानु र अर्कातिर बुवाआमाले अपेक्षा पूरा गर्न नसक्नु जस्ता असन्तुलनले बालबच्चालाई दुःखी बनाएको छ ।

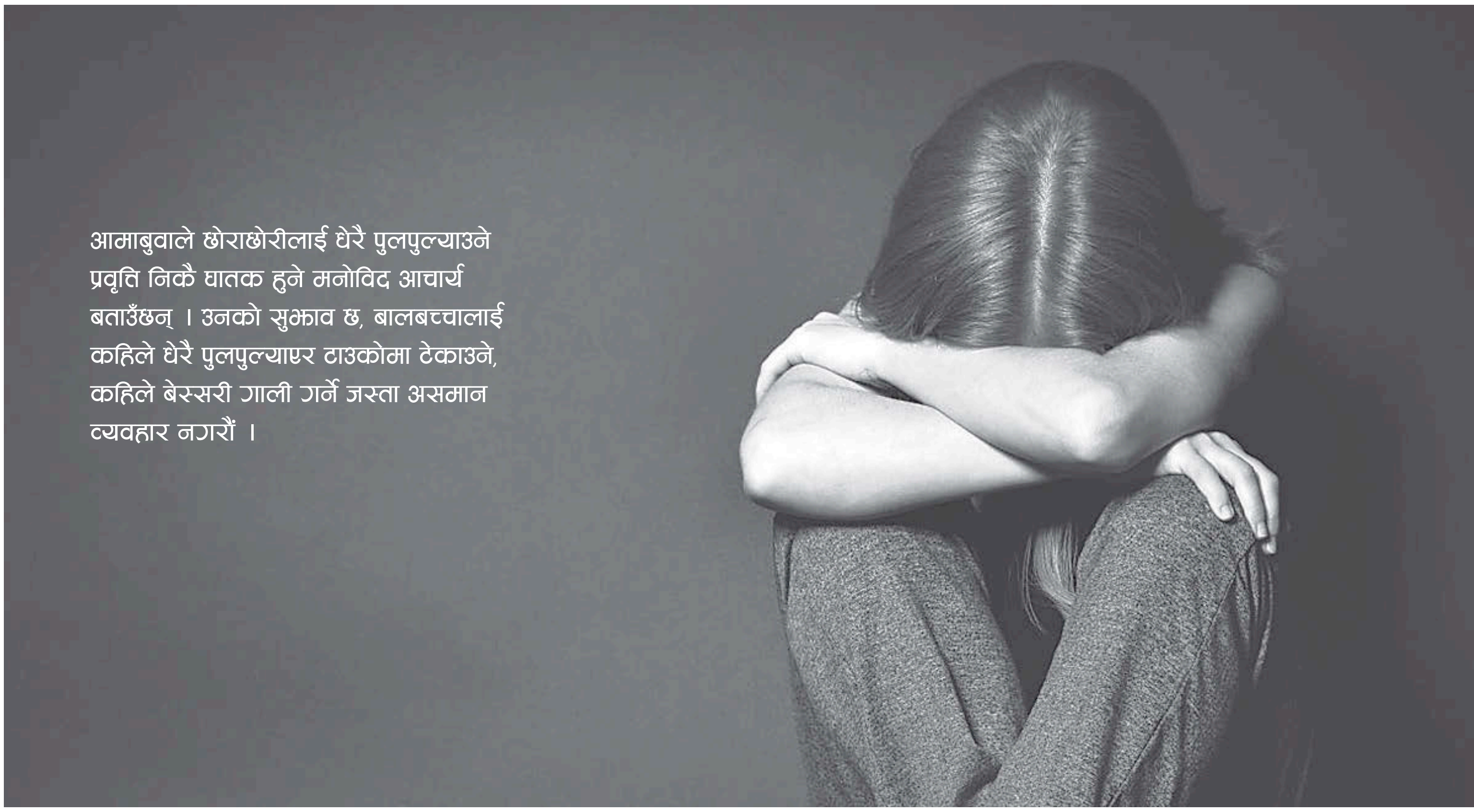
उनीहरूले चाहेको वा मागेको कुरा पूरा भएन भने त्यसको अन्तिम विकल्प 'मैले मर्नुपर्छ' भन्ने बुझेका छन् । मनोविद् आचार्य भन्छन्, 'म खुसी हुँदा मेरो बुवाआमा खुसी हुन्छन् वा मेरो कारणले परिवारमा खुसी मिलेको छ भन्ने कुरा नै सोच्दैनन् ।' बालबच्चाहरू आफू केन्द्रित हुँदै गएको र आफू नै सर्वेसर्वा हो भन्ने गलत बुझाइले समस्या निम्त्याएको आचार्य बताउँछन् ।

ललितपुरको मानसिक अस्पतालमा कार्यरत मनोचिकित्सक अनन्तप्रसाद अधिकारीका अनुसार अहिले प्रायः बच्चाहरू डिप्रेसनको चरणबाट गुज्रिरहेका हुन्छन् । उनी भन्छन्, 'धेरैजसो आत्महत्या गर्ने बच्चाहरू मानसिक रूपमा ग्रसित भएका हुन्छन् । ८५ प्रतिशतभन्दा बढीले मानसिक रोगका कारण आत्महत्या गर्छन् ।'

बच्चाहरूले तनावलाई व्यवस्थापन गर्न सक्दैनन् । त्यसैले उनीहरू दुःखी र क्रोधित भएका हुन्छन् । मनोविश्लेषक वासु आचार्यका अनुसार बच्चाहरूले एकैपटकमा आत्महत्या गरिनहाल्ने बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'उनीहरूले लामो समयदेखि योजना बनाएका हुन्छन् ।'

धैर्यता गुमाउँदैछन् बालबालिका

बालबालिका आजभोलि प्रायः डिजिटल डिभाइसमा अभ्यस्त छन् । घण्टौं इन्टरनेटमा बिताउन थालेका छन् । भिडियो गेममा लिप्त हुँदै गएका छन् । यसको साइड इफेक्ट के परिरहेको छ भने उनीहरू हरेक कुराको निर्णय र नतिजा छिटो चाहने । गुगलमा सर्च गर्नसाथ खोजिएका नतिजा प्राप्त भएझैं उनीहरूले व्यावहारिक जीवनमा पनि हरेक कुराको नतिजा क्षणभरमै खोज्ने गरेका छन् । तर, व्यवहारिक रूपमा उनीहरूले भनेजस्तै सबै कुरा छिटो-छरितो ढंगले उपलब्ध हुँदैन । यस्तो अवस्थामा बालबच्चाले परिस्थितिको मूल्यांकन गर्ने भन्दा पनि आफूले खोजेको कुरा नपाएकोमा बढी चिन्तित हुन्छन् । मनोविद् आचार्य भन्छन्, 'उनीहरू आफूलाई सम्झाउन र सम्हाल्न सक्दैनन् । त्यही कारण गलत निर्णय लिन पुग्छन् ।'



> बच्चा हुर्काउने संस्कार नै विभेदपूर्ण छ । छोरालाई हरेक काममा छुट दिन्छौं, छोरीलाई हरेक कुरामा बन्देज लगाउँछौं । उनीहरूको व्यक्तिगत विकास त्यही किसिमले हुन्छ ।

सामाजिक परिस्थितिका कारण बालबच्चाले धैर्यता र संयम गुमाइसकेका छन् । कुनै पनि कुरा प्राप्त गर्नका लागि मेहनत गर्नुपर्छ, श्रम गर्नुपर्छ, समय पर्खनुपर्छ भन्ने कुराको उनीहरूलाई हेक्का छैन । इन्टरनेटमा झैं हरेक कुरा सजिलै र सहजै पाइन्छ भन्ने मात्र ठान्छन् । यही अधैर्यले उनीहरूमा बेचैनी बढाइदिएको छ । बेचैनीले तनाव । तनावले डिप्रेसन । डिप्रेसनले आत्महत्या ।

बालकभन्दा बालिका बढी

उदेकलाग्दो कुरा, आत्महत्या गर्नेहरूमा बालकभन्दा बालिकाको संख्या बढी छ । यो नतिजाको पछाडि सामाजिक विभेदको मूल कारण रहेको समाजशास्त्री कैलाशनाथ प्याकुरेल बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'बच्चा हुर्काउने संस्कार नै विभेदपूर्ण छ । छोरालाई हरेक काममा छुट दिन्छौं, छोरीलाई हरेक कुरामा बन्देज लगाउँछौं । उनीहरूको व्यक्तिगत विकास त्यही किसिमले हुन्छ ।'

घरमा आमाबुवाले छोराछोरीबीच गर्ने प्रत्यक्ष/परोक्ष विभेदले बालिकामा गहिरो छाप पर्छ । 'त्यसैले घरमा खाने, लगाउने, पढाउने, काम गराउने जस्ता विषयमा छोरा वा छोरी भनी विभेद गर्नु हुँदैन,' समाजशास्त्री प्याकुरेल भन्छन्, 'छोरीहरूको इच्छा, आकांक्षालाई दबाउने प्रयास गर्नु हुँदैन ।'

घर-परिवार तथा समाजले छोरीहरूमाथि अनावश्यक बन्देज लगएको उनको बुझाइ छ । 'बालिकाहरूलाई लागेको कुरा, इच्छा, आकांक्षा दबाउनुपर्ने बाध्यता छ । उनीहरूले आफ्ना कुरा खुलेर राख्न सक्दैनन् । उनीहरूको कुरा सुन्न पनि केही तयार हुँदैनन् । यसले उनीहरूलाई निराश बनाइदिन्छ ।' समाजमा व्याप्त लिंग विभेदका कारण छोरीहरूले आत्महत्या गरिरहेका छन् । समान रूपले स्वतन्त्रता उपभोग गर्न नपाउँदा र शिक्षा नपाउँदा उनीहरू दुःखी हुने गरेका छन् ।

आमाबुवाका लागि खतराको घण्टी

बदलिँदो परिवेश, छोराछोरीको बढ्दो आकांक्षा, प्रविधिको सहज पहुँच, उपलब्ध सेवा-सुविधाजस्ता कुराहरू आमाबुवाका निम्ति खतराको सूचक बनेका छन् । त्यसैगरी छोराछोरी हुर्काउने क्रममा गरिने गल्तीहरूबाट पनि भयावह नतिजा देखा परिरहेका छन् । यस्तो अवस्थामा सन्तुलित र सही ढंगले बालबच्चा हुर्काउनुपर्ने दायित्व अभिभावकमा थपिएको छ ।

आमाबुवाले छोराछोरीलाई धेरै पुलपुल्याउने प्रवृत्ति निकै घातक हुने मनोविद आचार्य बताउँछन् । उनको सुझाव छ, 'बालबच्चालाई कहिले धेरै पुलपुल्याएर टाउकोमा टेकाउने, कहिले बेस्सरी गाली गर्ने जस्ता असमान व्यवहार नगरौं । अभिभावकले सधैं सन्तुलित व्यवहार गर्नुपर्छ ।'

त्यसैगरी धेरैजसो आमाबुवाले छोराछोरीलाई सुख-सुविधा दिने चक्करमा मागेजति कुरा पूरा गरिदिने गरेका छन् । यो पनि निकै गलत तरिका रहेको विज्ञहरूको भनाइ छ । उनीहरू भन्छन्, 'बच्चाले जे माग्छन्, फटाफट त्यो कुरा पूरा गर्ने होइन । बच्चालाई जे आवश्यक छ, त्यो मात्र पूरा गरिदिनुहोस् ।'

बुवाआमाले उचित समय दिन नसक्दा पनि बालबच्चाहरू एक्लिएका छन् । त्यही एक्लोपनले उनीहरूलाई डिप्रेसनको अवस्थामा पुऱ्याएको छ । त्यसैगरी आमाबुवाको बढ्दो महत्त्वाकांक्षा, पैसा कमाउने चक्करले परिवारको भावनात्मक सम्बन्ध टुट्दैछ । यसको सोझो असर खेपिरहेका छन्, बालबच्चाहरू ।

अर्कातिर उनीहरू आमाबुवाको झगडा, बेमेल, मनमुटावको सिकार बनिरहेका छन् । आमाबुवाको झगडाले गर्दा बालबच्चाको भावनामा निकै नराम्रो ठेस पुगिरहेको छ । उनीहरूले असुरक्षा महसुस गरिरहेका छन् । बालबच्चाको मनोदशा नबुझी एकोहोरो किताब घोकाउने शैक्षिक परिपाटीसमेत यसमा दोषी छन् । मनोविद् आचार्यको सुझाव छ, 'बालबच्चाको पीडा, तनाव, रिस व्यवस्थापन गर्न परिवार र विद्यालयको महत्त्वपूर्ण भूमिका छ ।' बालबच्चाहरू दुःखी, रिसाहा, छटपटी, एकोहोरो, नौलो बोल्ने र व्यवहार गर्ने, बोल्न, खुल्न छोड्नेजस्ता व्यवहार देखाएमा परिवार र चिकित्सकको सहयोगमा परामर्श दिनुपर्ने उनले बताए । यसैगरी बच्चाहरूमा पहिलेको तुलनामा चाँडै नै यौन परिपक्वता आउन थालेको छ । यस्तो अवस्थामा उनीहरूलाई यौन तथा प्रजननका विषयमा सानै उमेरदेखि सचेत गराउनुपर्ने बताइन्छ ।

तथ्यांकले के भन्छ ?

विश्व स्वास्थ्य संगठनको तथ्यांकले हरेक वर्ष ८ लाख मानिसले आत्महत्या गर्ने देखाउँछ । यसको अर्थ विश्वमा हरेक ४० सेकेन्डमा एक जनाले आत्महत्या गरिरहेका हुन्छन् । आत्महत्याको कारण एक जनाले ज्यान गुमाउँदा २० जना आत्महत्याको प्रयास गरिरहेका हुन्छन् । यही तथ्यांकलाई आधार मान्ने हो भने आत्महत्याबाट ज्यान गुमाउनेको संख्या प्रतिवर्ष दुई करोडको हाराहारीमा पुग्छ ।

आत्महत्या गर्नेमा कुन उमेर समूहको बढी छन् ? विश्वको तथ्यांक हेर्ने हो भने धेरैजसो ठाउँमा उमेर ढल्केकाले र महिलाभन्दा पुरुषले बढी आत्महत्याको कारण मृत्यु भएको देखाउँछ । आत्महत्याको प्रयास भने पुरुषले भन्दा महिलाले बढी गर्छन् । तर, चीन र भारतमा १८ वर्षभन्दा मुनिकाले बढी आत्महत्या गरेको देखाउँछ । विश्वमा विगत ५० वर्षमा युवामा आत्महत्याको दर तीन गुणाले बढेको छ । किशोरावस्थामा आत्महत्या गर्ने देशमध्येमा नेपाल पनि पर्छ । यहाँ आत्महत्या गर्ने किशोर-किशोरीको संख्या अत्यधिक छ ।

नेपाल प्रहरीको तथ्यांक हेर्ने हो भने आर्थिक वर्ष ०७२/७३ मा ४ हजार ७ सय ५ जनाको आत्महत्याका कारण मृत्यु भएको थियो । त्यस्तै ०७३/७४ मा ५ हजार १ सय ३१ जना, ०७४/७५ मा ५ हजार ३ सय ४६ जना, ०७५/७६ मा ५ हजार ७ सय ८५ जनाले आत्महत्या गरेको देखाउँछ । नेपालमा आत्महत्या गर्नेहरूको संख्या बर्सेनि बढ्दै गएको देखाउँछ । अघिल्लो वर्षको तुलनामा ८ प्रतिशतले बढेको हो । कुल आपराधिक क्रियाकलापबाट मृत्यु हुनेमध्ये ४५ प्रतिशत आत्महत्याको कारण हुन्छ, अर्थात् नेपालमा दैनिक १५-१६ जनाले आत्महत्याको बाटो रोज्ने गरेका छन् ।

कोशिस गरौं : रोजगारी सम्भव छ !!!

४० वर्षको तालीम अनुभव
४०,००० प्रशिक्षार्थीलाई तालीम दिन सफल
CTEVT बाट सम्वन्धन प्राप्त

युसेप नेपाल (UCEP Nepal) द्वारा संचालित सानो ठिमी प्राविधिक शिक्षालयमा २०७६ फाल्गुण सत्रको लागि सहुलियत शुल्कमा निम्न रोजगारीमूलक तालीमहरुमा भर्ना खुलेको सूचना ।

क्र.सं.	तालीम	अवधि
१.	अटोमोबाईल मेकानिक (Auto Mechanic)	१२ महिना
२.	मोटरसाईकल मेकानिक (Motorcycle Mechanic)	६ महिना
३.	लेथ सेटर अपरेटर (Lathe Setter Operator)	१२ महिना
४.	स्ट्रक्चरल फेब्रिकेटर (Structural Fabricator)	६ महिना
५.	आर्क वेल्डर/जुनियर वेल्डर TIG/MIG (Welder)	६ महिना
६.	ड्राफ्टम्यानसीप (Draftsmanship)	१२ महिना
७.	अपसेट प्रेस अपरेटर (Offset Press Operator)	६ महिना
८.	मेटल इचिङ/बुक वाइन्डिङ्ग/स्क्रिन प्रिन्ट (Screen Printing)	३ महिना
९.	प्रिन्टिङ प्रेस टेक्निसीयन (Printing Press Technician)	१२ महिना
१०.	जुनियर प्लम्बर (Junior Plumber)	६ महिना
११.	विल्डिङ्ग ईलेक्ट्रिसीयन/मोटर रिवाइन्डिङ्ग तह १ र २	६ महिना
१२.	मोबाईल फोन रिपेयर टेक्निसीयन तह १ र २	४ महिना
१३.	टेलरिङ्ग (Tailoring)	६ महिना
१४.	कार्पेन्ट्री (Carpentry)	४/६ महिना
१५.	एसी फ्रिज/होम एप्लायन्स टेक्निसियन	४/६ महिना
१६.	अटोमोवाइल डेण्ट-पेन्ट (Auto Dent-Paint)	४ महिना
१७.	अटोमोवाईल वायरिङ/एसी (Auto Wring/AC)	४/६ महिना
१८.	ब्युटिसियन (Beautician)	४/६ महिना
१९.	कुक (General Cook)	४/६ महिना
२०.	टेलिकम टेक्निसीयन (Telecome Technician)	६ महिना
२१.	कफि मेकर (Barista Training)	१ महिना

कक्षा सञ्चालन हुने मिति : २०७६ फाल्गुण ११ गते ।
प्रशिक्षार्थीहरूको आवश्यकता अनुसार सहुलियत दरमा छात्रावासको समेत व्यवस्था छ ।

सानो ठिमी प्राविधिक शिक्षालय
सानोठिमी, भक्तपुर
फोन नं. : ०१-६६३१२७९, ०१-६६३०३८८
www.ucep.org.np
facebook : Sano Thimi Technical School

प्रविधि

आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स

समर्पण श्री

आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स (एआई)ले सिर्जनात्मक कार्य थालेपछि मानवीय सिर्जनालाई कस्तो प्रभाव पार्ला ? विज्ञान विकासको पछिल्लो उत्कर्षका रूपमा एआई आएपछि यो प्रश्न उठिरहेको छ । चीनको सरकारी समाचार संस्था सिन्हवाले सन् २०१८ नोभेम्बरमा एआई समाचार प्रस्तोता सार्वजनिक गर्दा यो प्रश्न आमवृत्तमा अझ उठ्यो ।

सन् २०१६ मा हङकङको हानसन रोबटिक्स नामक कम्पनीले यन्त्रमानव 'सोफिया' निर्माण गरेपछि निकै चर्चा पायो । जसलाई सन् २०१७ को अक्टोबरमा साउदी अरेबियाले नागरिकतासमेत दियो । दुई वर्षअघि 'सोफिया'लाई यूएनडीपीको 'सार्वजनिक सेवाका लागि प्रविधि' विषयक सम्मेलनमा नेपाल ल्याइयो, जोसँग धेरै नेपालीले अन्तर्क्रिया गरे । 'नेपालले प्रविधि क्षेत्रमा राम्रै प्रगति गरेकाले आगामी दिनमा यसलाई सही तरिकाले अवलम्बन गरे विकासमा ठूलो फड्को मार्नसक्छ,- यन्त्रमानव सोफियाको यो वक्तव्य धेरैले उद्धरण गरे । यसले एआईबारे बहसलाई नेपालमा अघि बढायो ।

गत मंसिरको अन्तिम साता पोखरामा आयोजित नेपाल साहित्य महोत्सवमा पनि एआई बहसले स्थान पायो । 'आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स र कलाको नयाँ परिभाषा' शीर्षक दिएको बहसमा मानिस नै एआईमार्फत परिचालित हुने हो कि भन्ने कुराको चिन्ता व्यक्त भयो, तर अनुसन्धानकर्ता डा. विनोद भट्टराईले एआईको प्रयोगले मानिसलाई सहज बनाइदिने कुरामा आश्वस्त पार्न खोजे ।

> सन् २०१६ मा हङकङको हानसन रोबटिक्स नामक कम्पनीले यन्त्रमानव "सोफिया" निर्माण गरेपछि निकै चर्चा पायो । जसलाई सन् २०१७ को अक्टोबरमा साउदी अरेबियाले नागरिकतासमेत दियो ।

त्यसअघि कात्तिकमा पहिलो पटक नेपालमा अन्तर्राष्ट्रिय एआई सम्मेलन भएको थियो । ब्रिटिस कलेजले आयोजना गरेको सम्मेलनमा एआई र यसका विविध आयामबारे अनुसन्धान र अनुभव प्रस्तुत गरियो । आउँदो जुलाईमा सरकारकै आयोजनामा एआई सम्मेलन हुँदैछ । यसका सम्भावना र चुनौतीबारे जानकारी दिई लगानी जुटाउने उद्देश्यसमेत सम्मेलनको रहेको आयोजक कमिटीका सदस्य तथा वैज्ञानिक सुरेश मानन्धरले जानकारी दिए । उनका अनुसार सम्मेलनमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका अनुसन्धानकर्ता सहभागी हुनेछन् ।

नेपालमा एआईको प्रयोग

हुन त नेपालका लागि एआई नयाँ विषय हो । यसमा पर्याप्त अनुसन्धान हुन सकेको छैन । नेपाल अप्लाइड म्याथम्याटिक्स एन्ड इन्फर्मेसन इन्स्टिच्युट फर रिसर्च (नामी) ले नेपालमा यसबारे अनुसन्धान गरिरहेको छ । त्यस्तै फ्युज मेसिन नामक संस्था एआई इन्जिनियर उत्पादन गर्ने तथा अनुसन्धान गर्ने काममा सक्रिय छ । अनुसन्धानकर्ता तथा वैज्ञानिक समीर मास्के नेतृत्वको उक्त संस्था विभिन्न एप्स बनाउनसमेत सक्रिय छ ।

उपयुक्त ढंगले प्रयोग गर्ने हो भने नेपालमा एआई प्रभावकारी बन्न सक्ने अनुसन्धानकर्ताहरूको आँकलन छ । नेपाल बहुभाषिक भएकाले भाषा अनुवादमा एआई प्रयोग प्रभावकारी हुन सक्ने वैज्ञानिक डा. विशेष खनालको मत छ । जलवायु परिवर्तनको अवस्था तथा मानिसको बसाइँसराइको अवस्थाबारे अनुसन्धान गर्न पनि एआईको प्रयोग गर्न सकिने उनी बताउँछन् । उनले सम्भावना देखेको अर्को क्षेत्र कृषि र स्वास्थ्य हो । उनी भन्छन्- 'कृषिमा जनशक्ति कम भइरहेको यो समयमा स-साना रोबर्ट निर्माण गरेर खनजोतका साथै अन्य कार्यमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।'

वार्ता

प्रा. डा. बालकृष्ण बल
प्रमुख, कम्प्युटर साइन्स र इन्जिनियरिङ विभाग
काठमाडौं विश्वविद्यालय

एआईलाई नेपालीमा 'कृत्रिम बौद्धिकता' पनि भनिँदो रहेछ । यो सही हो ?

अनुवाद गर्दा कृत्रिम बौद्धिकता होला । तर, यसलाई आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स नै भन्दा न्याय हुन्छ जस्तो लाग्छ । किनकि यसको ठेट अर्थ कृत्रिम बौद्धिकता होइन ।

नेपालमा एआईको सम्भावना के-कस्तो छ ?

नेपालमा यसको प्रचुर सम्भावना छ । पहिला-पहिला स्रोतहरू विकसित राष्ट्रमा मात्र सीमित हुन्थे । अहिले इन्टरनेटले गर्दा स्रोतहरू सबैको पहुँचमा छन् । नेपाल पनि विश्वकै गतिमा अघि बढिरहेको छ ।

विश्वविद्यालयमा एआईसम्बन्धी अनुसन्धान गरिरहेका छौं, 'कोर्स' त पहिलेदेखि नै थियो । इन्फर्मेसन ल्याङ्ग्वेज प्रोसेसिङ रिसर्च ल्याबमा भाषा प्रविधिसम्बन्धी अनुसन्धान गराइरहेका छौं । नदेखे पनि सुँघेरै थाहा पाउने सफ्टवेयर बनाइरहेका छौं । यान्त्रिक अनुवाद (जस्तै : नेपालीबाट अंग्रेजी, अंग्रेजीबाट नेपाली) मा पनि काम गरिरहेकै छौं । यसबारे मास्टर्समा थेसिसहरू भइरहेका छन् । अहिले अंग्रेजी, नेपाली र तामाङ भाषामा यान्त्रिक अनुवादका काम भइरहेका छन् ।

एआईमाथि विश्वको सन्दर्भमा के भइरहेको छ, नेपाल त्यसमा कसरी जोडिएको छ ?

ड्राइभरबिनै चल्ने कार, समाचार पढ्ने रोबर्ट यसका पछिल्ला उपलब्धि हुन् । एआई विकासमा नेपालको चासो सोफिया यहाँ ल्याउनुबाट पनि देखिन्छ, तर हामी पछाडि नै छौं । त्यसको कारण हामीसँग पर्याप्त डाटा नहुनु नै हो । यसमा सरकार, विश्वविद्यालय र रिसर्च गर्ने संस्थाहरू लाग्नुपर्छ । सरकारले जुलाईमा सम्मेलन गर्दैछ । एआईमा नेपालको स्थिति कस्तो छ भन्ने थप जानकारी त्यसबेला आउला ।

एआईको विकाससँगै यसले मानव जनशक्तिमा पार्ने असर पनि त होलान् नि ?

आम जनमानसमा एआईले हाम्रो जागिर नै खाइदिने हो कि, विस्थापित गरिदिने हो कि भन्ने त्रास छ । तर मानिसले गर्ने काम एआईले गर्ने समयमा पुग्दा हामी अन्य काम गर्ने भइसकेका हुन्छौं । अर्को कुरा, यो मान्छेले नै बनाउने हो । त्यसैले मान्छेको भूमिका अपरिहार्य नै हुन्छ । एकोहोरो गरिरहनुपर्ने काम मेसिनहरूलाई लगाउने हो । मान्छे अझै इन्टेलिजेन्स र वैकल्पिक काममा लाग्ने हो ।

एआईको पहुँच पुँजीपति वर्गहरूमा हुने र श्रमिकवर्ग जोखिममा पर्ने हुँदैन ?

'ल्याङ्ग्वेज टेक्नोलोजी फर अल' भन्ने अहिलेको नारा नै हो । एआईको लोकतान्त्रीकरणबारे पनि विश्वमा छलफल भइरहेको छ । कसरी हुन्छ सर्वसाधारणलाई फाइदा पुगोस् भन्नेमा चासो देखिन्छ । मजदुर वर्गमा एआई पुऱ्याउने प्रयास जारी रहन्छ । 'एआई फर अल' भन्ने भोलिको नारा हुनेछ । सबैको पहुँचमा भएपछि झन् राम्रो हुन्छ कि !

शारीरिक कम र मानसिक श्रम बढी हुने भयो, चुनौती भएन यो ?

समस्या ननिम्त्याउला भन्न सकिन्न, यो विषयमा पनि सोच्नुपर्छ । तर, अहिल्यै त्यहाँसम्म पुग्ने बेला भएको छैन ।

एआई के हो ?

आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स (एआई)का संस्थापक अमेरिकी कम्प्युटर वैज्ञानिक जोन म्याकार्थी (सन् १९२७-२०११) हुन् । उनलाई साथ दिएका थिए– एलन ट्युरिङ, मार्भिन मिन्स्की र एलन नेवेल हर्बर्ट ए साइमनले । म्याकार्थीले सन् १९५५ मा आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स भन्ने शब्द प्रयोग गरे ।

यसमा त्यस्ता सफ्टवेयर पर्दछन्, जसले मानिसले जस्तै बौद्धिक र भावनात्मक काम गर्न सक्छन् । गन्ध लिने, स्पर्शबाट प्रभावित हुने, सुन्ने, हेर्ने र कल्पना गर्नेजस्ता क्रियाकलाप गर्ने सफ्टवेयर एआईअन्तर्गत पर्छन् । गुगलमा भाषा अनुवाद गर्ने सफ्टवेयर त्यसैमध्ये एक हो ।

अनुसन्धानकर्ताहरूका अनुसार एआई जुन कामका लागि बनाइएको हो, त्यसले त्यही काम मात्र गर्छ । वैज्ञानिक खनाल भन्छन्, 'अल्ट्रासाउन्ड गर्ने बेलामा पेटभित्र भएको बच्चाको टाउको, हात कहाँ-कहाँ छ भनेर चिन्न सामान्य मान्छेले सक्दैन । त्यसका लागि सफ्टवेयर छ भने चिन्न सक्छ । फेसबुकमा तस्बिर पोस्ट गर्नुपर्दा व्यक्ति चिनेर फेसबुकले आफैं ट्याग गरिदिन खोज्छ । त्यसरी चिन्ने काम सफ्टवेयरले गरेको हो । तर जुनका कामलाई लागि बनाइएको हो, सफ्टवेयरले त्यहीमात्र काम गर्छ ।'

> अनुसन्धानकर्ताहरूका अनुसार एआई जुन कामका लागि बनाइएको हो, त्यसले त्यही काम मात्र गर्छ । वैज्ञानिक खनाल भन्छन्, "अल्ट्रासाउन्ड गर्ने बेलामा पेटभित्र भएको बच्चाको टाउको, हात कहाँ-कहाँ छ भनेर चिन्न सामान्य मान्छेले सक्दैन । त्यसका लागि सफ्टवेयर छ भने चिन्न सक्छ । फेसबुकमा तस्बिर पोस्ट गर्नुपर्दा व्यक्ति चिनेर फेसबुकले आफैं ट्याग गरिदिन खोज्छ ।

एआईको विकास

सन् १९५० को दशकबाट मान्छेले जस्तै बोल्ने, सुन्ने सोच्ने र कल्पना गर्ने मेसिन वा सफ्टवेयर बनाउन सकिन्छ कि भनेर वैज्ञानिकहरूले अनुसन्धान र प्रयोग गर्न थाले ।

सन् १९९० को दशकमा मानिसको बौद्धिकता भरपुर प्रयोग हुने चेसमा एआईको प्रयोग भयो । त्यसपछि एआईको असीमित आयामबारे सोच्न थालियो । तथापि सन् २०१० को दशकयता मात्र एआईको विकास तीव्र भयो । 'डिप लर्निङ' र 'मेसिन लर्निङ' पनि सन् २०१० कै दशकमा सर्वव्यापी भएको हो । एउटा सानो बच्चाले ठूलो भइन्जेल जसरी कुराहरू सिक्छ, त्यसरी नै मेसिनलाई पनि मानवले सिकाउने एआईको चरण हुन्छ, जसलाई 'मेसिन लर्निङ' भनिन्छ । कुनै कुरा गहिरो गरी सिकाउन 'डिप लर्निङ' प्रयोग गरिन्छ ।

अटोनोमस ड्राइभिङ एआईको पछिल्लो उपलब्धि हो । ड्राइभरबिनै सवारी सञ्चालनको अवधारणा यसमा समावेश छ । त्यसैगरी च्याट बट एआईको प्रयोग पनि भइरहेको छ । सेवाग्राहीलाई आफ्ना सेवाबारे जानकारी दिन यो एआई प्रभावकारी मानिएको छ ।

एआईसँगै अनुसन्धानकर्ताहरूले आर्टिफिसियल जनरल इन्टेलिजेन्स (एजीआई) र सुपर इन्टेलिजेन्सबारे सोच्न थालेका छन् । यसअन्तर्गत मान्छेको दिमागले भन्दा पनि बढी सोच्न सक्ने मेसिनको परिकल्पना हुँदैछ ।

एआईमा चुनौती र सम्भावना

एआईको विकासका कारण धेरैले असुरक्षित र चुनौती महसुस गरेका सर्वेक्षणहरू सार्वजनिक हुने गरेका छन् । एआईमार्फत नै सबै काम हुने भएपछि रोजगारी धराशायी बन्ने मत पनि सँगै आउने गरेको छ । तथापि एआईको उज्यालो पाटो धेरै देखिन्छ । यसले व्यापार, शिक्षा र यातायातजस्ता क्षेत्रको तीव्र विकासमा सघाउ पुऱ्याउने अनुसन्धानकर्ताहरू बताउँछन् । वैज्ञानिक खनाल भन्छन्, 'एआईलाई उद्यमशीलतासँग जोडेर सफलता हासिल गर्ने थुप्रै कम्पनी छन् । नेपालकै सन्दर्भमा पनि यसलाई प्रयोग गरेर चौथो औद्योगिक क्रान्तिमा नेपाल सहभागी भई विकासको गति अघि बढाउन सकिन्छ ।'

फाइदाहरू

- जुनसुकै विधामा अनुसन्धान गर्न सहज
- नयाँ औषधि पत्ता लगाउन
- थप वैज्ञानिक आविष्कार अगाडि बढाउन
- विज्ञ नभएको वा महँगो प्रविधि भएको ठाउँमा सस्तो र गुणस्तरीय सेवा
- शिक्षालाई प्रभावकारी बनाउन
- नेपालको सहरी क्षेत्रको सन्दर्भमा ट्राफिक व्यवस्थित गर्न
- एआईको प्रयोग गर्ने नयाँ जागिर तथा अवसर सिर्जनामा

जोखिम

- मजदुर वर्गको रोजगारी खोसिने डर
- पुँजीपतिवर्गद्वारा गलत प्रयोग हुन सक्ने सम्भावना
- मौलिक संस्कृति तथा मान्यतामा असर
- श्रमको कम उपयोग
- स्रष्टाहरूको सिर्जनामा चुनौती
- मानिसद्वारा मेसिन होइन, मेसिनद्वारा मानिस परिचालित हुने जोखिम

रंगमञ्च

थिएटर रोज्दै युवापुस्ता

■ नेमिष गौतम

थिएटर कमाइको आकर्षक थलो होइन । नाटकघरहरू नाफामा जाने संस्था पनि होइनन् । तर, थिएटरमा युवापुस्ताको आकर्षण भने हरदिन बढिरहेको छ । काठमाडौंमा थिएटरहरूले चलाएका अभिनयसम्बन्धी कार्यशालामा युवाहरूको सहभागिता उत्साहजनक छ ।

संखुवासभाका छेजिङ जेवा भुटियाले गाउँमा कहिल्यै नाटक हेर्न पाएनन् । एसएलसीपछि काठमाडौं आएर मात्र नाटकबारे बुझे । एपेक्स कलेजमा एमबीए पढ्दै गरेका भुटिया मण्डला थिएटरको ल्याब सेभेनका विद्यार्थी हुन् । 'गाउँघरमा नाटक हुँदैनथ्यो । काठमाडौं आएर नाटकबारे सुन्न थालेपछि रुचि जाग्यो । मण्डलामा नाटक हेरेपछि त्यसमा आफ्नो एक किसिमको कनेक्सन पाएँ,' उमेरले २५ वर्षमा हिँड्दै गरेका उनले भने, 'म नाटकमा फिट हुन्छु जस्तो लाग्यो । अनि मण्डलामै नाटकको प्रशिक्षण लिएँ ।'

छेजिङले मण्डलामा 'स्वप्निल स्वप्ननगरी' नाटकमा अभिनय गरे । यो नाटकमा उनको भूमिका काठमाडौंको घरबेटीको थियो । उनले आफ्नो चरित्रबाट दर्शकको राम्रै प्रशंसा पाएको बताए । छेजिङ र उनका सहकर्मीलाई पहिलो पटक दर्शकका अगाडि देखिँदा निकै गाह्रो भएछ । 'आत्मविश्वास बढ्दै गएपछि दर्शक नहुँदाचाहिँ प्रस्तुत गर्न गाह्रो हुँदो रहेछ', उनले भने । छेजिङको चलचित्रमा जाने योजना छैन । आफू अभिनयमा पोख्त भएपछि मात्र चलचित्रमा आउने योजना सुनाउँछन् ।

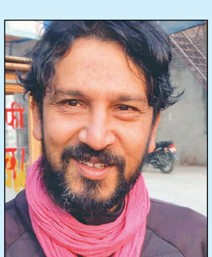
चन्द्रागिरी नगरपालिका- १०, सतुंगलका २७ वर्षे युवा मनिष अर्याल पेसाले सिभिल इन्जिनियर हुन् । इन्जिनियर भए पनि उनको भोक अभिनयमा छ । विद्यालय र कलेजमा हुने नाटकमा प्रमुख पात्रका रूपमा प्रस्तुत हुने मनिष राजधानीको सर्वनाम थिएटरको १५ औं ब्याचका विद्यार्थी हुन् । केही समयअघि सर्वनाममा मञ्चित नाटक 'ऋतुचर्या'मा मनसुन सिजनको वर्षातको भूमिकामा अभिनय गरेका उनले यो चरित्रबाट निकै तारिफ पाए । 'म विज्ञानको विद्यार्थी भएकाले विज्ञानमा आफूलाई एक्स्प्लोर गर्न मन लाग्छ । त्यो हिसाबले फिजिक्स मेरो मन पर्ने विषय हो । स्कुल र कलेजमा भइरहने नाटकमा अभिनय गरेकाले पनि मलाई अभिनयको नशा चढिसकेको थियो', उनले भने, 'आफ्नो क्षेत्रका प्राविधिक कुरा म थिएटरमा प्रयोग गर्न चाहन्छु ।' उनको उद्देश्य भने चलचित्रमा अभिनय गर्ने रहेछ । उनी 'मिस्टर नेपाल-२०१७' मा प्रतिस्पर्धीका रूपमा पुग्दा अभिनयका केही कुरा सिक्ने मौका पाएका रहेछन् ।

कोटेश्वरकी १८ वर्षीया निशिम श्रेष्ठ बीबीएकी विद्यार्थी हुन् । शिल्पी थिएटरको नवौं ब्याचकी यी विद्यार्थीलाई पारिवारिक माहौलले पनि नाट्य अभिनयमा सहज बनाइदियो । 'घरमा बुबा लेखक हुनुहुन्छ । उहाँले गर्दा पनि इन्फ्युएन्स भएँ । शिल्पी थिएटरका घिमिरे युवराज सरलाई सानैदेखि देखिरहेकाले यहाँ आएर तीन महिनाको कोर्स गरें', बाल्यकालदेखि नै संगीतमा रुचि राख्ने उनले भनिन्, 'पहिलो नाटकमा मेरो क्यारेक्टर गीत गाउने थियो । म रियल लाइफमा पनि गीत गाउने गर्छु । त्यसकारण काम गर्न केही सहज भयो ।' निशिमको अनुभवमा धेरै दर्शक अगाडि प्रस्तुत भइरहँदा उनमा आत्मविश्वास बढेको रहेछ । निशिम सुरुवाती समयमा नाटक खासै हेर्दिनथिन्, तर नाटक सिक्दै जाँदा उनलाई नाटक प्रेम राम्रै जागेको रहेछ । 'सामाजिक सन्देश र मनोरञ्जनात्मक किसिमको नाटकमा काम गर्ने इच्छा छ', उनी खुलिन् ।

छेजिङ, मनिष र निशिम नाट्य क्षेत्रमा अभिनय रुचि राखेर आउने पछिल्लो पुस्ताका प्रतिनिधि पात्र हुन् । राजधानीमा खुलेका नाटकघरमा पुग्ने हो भने यस्तै थुप्रै नयाँ अनुहार भेट्न सकिन्छ । पछिल्लो दशकमा चलचित्रमा थिएटरका कलाकारको बाक्लो उपस्थितिले पनि चलचित्रमा आउन चाहने युवाका लागि थिएटर राम्रो प्लेटफर्म नै बनेको छ । शिल्पी थिएटरका घिमिरे युवराज नाटकमा युवापुस्ताको आगमन बढ्नुमा तीन प्रमुख कारण मान्छन् ।

'पहिलो कुरा नाटक घरहरू बढे । वर्कसपको संख्या पनि बढ्यो । पहिला-पहिला नाटक सिक्न कहाँ जाने भन्ने हुन्थ्यो, नाटक सिक्ने स्पेस पनि थिएन । अहिले नाटक गतिविधि बढ्न थालेपछि युवापुस्तालाई आकर्षण गर्दो रहेछ । दोस्रो कुरा, अभिभावकको नाटकप्रतिको सोच पनि बदलिएको छ । सहरिया क्षेत्रका अभिभावकमा छोराछोरीको चाहना पूरा गर्नुपर्छ भन्ने सोचाइ बसिसकेको छ । यहाँ कतिपय अभिभावकले आफैं छोराछोरी ल्याएर भर्ना गराएको अवस्था पनि छ । अभिभावकले नाटक पनि हेर्ने हुनाले यो राम्रै काम रहेछ, केही स्कोप पनि रहेछ भन्ने चेतनाको विकास गरिरहेका छन्', उनी भन्छन्, 'नाटक हल्काफुल्का मनोरञ्जन मात्रै होइन रहेछ । पहिला इज्जत नहुने, नाचगान गर्ने मान्छेहरू भन्ने थियो । त्यसलाई समुदायले सम्मानजनक किसिमले हेर्न थाले । मिडियामा पनि आउन थाले । नाटकमा क्यारियर पनि बनाउन सक्छन् भन्ने भावनाको विकास भयो । रेडियो, चलचित्रमा जाने सम्भावना देखेर पनि युवापुस्ता आउन थाले ।'

युवराजका अनुसार



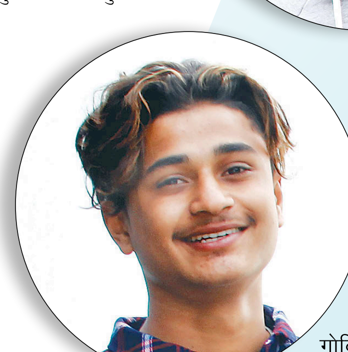
घिमिरे युवराज, नाट्य निर्देशक

'पहिलो कुरा नाटक घरहरु बढे । वर्कसपको संख्या पनि बढ्यो । पहिला-पहिला नाटक सिक्न कहाँ जाने भन्ने हुन्थ्यो, नाटक सिक्ने स्पेस पनि थिएन । अहिले नाटक गतिविधि बढ्न थालेपछि युवापुस्तालाई आकर्षण गर्दो रहेछ ।'

नम्रता अर्याल

निशिम श्रेष्ठ

असिम खनाल



गोविन्द ओली

तस्बिरहरू : नवराज बाग्ले

सबिना थापा

दीपेन्द्र केसी

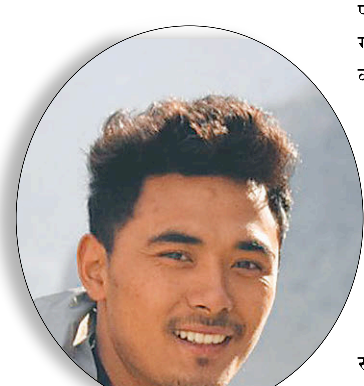
शोभा कार्की

शिल्पीले वर्षमा दुई पटक विद्यार्थी भर्ना गर्छ। त्यसमा १५-१५ कोटा हुन्छ। शिल्पीले उपत्यकामा तीनमहिने र उपत्यकाबाहिर १५-२० दिनको सर्ट फर्म कोर्स गर्ने गरेको छ। ती सबै संख्या हेर्दा शिल्पीबाट हालसम्म ५ सय बढी कलाकार उत्पादन गरिसकेको छ। 'अहिले जति थिएटरले कोर्स चलाइरहेका छन्, त्यसमा विद्यार्थी चाहिँ पुगिरहेका छन्। नाटक सिकाउने शैलीले पनि विद्यार्थी कता जाने भनेर छुट्टिँदा रहेछन्', युवराज अनुभव सुनाउँछन्, 'धेरै हिसाबले विद्यार्थीहरू नाटक सिक्न आउँछन्। प्लस टु सकेको, ब्याचलर सकेको छ र त्यो समयलाई सदुपयोग गर्दै व्यक्तित्व विकासमा पनि सघाउन पुऱ्याउन अभिनय सिक्न आउने गर्छन्। कोर्समा आइसकेपछि नाटकमा लाग्ने कि नलाग्ने भन्ने निर्णय गर्न सक्छ। बाहिर हेर्दा मिडिया आउँछ, ओहो! कस्तो राम्रो नाटक भन्ने हुन्छ। दुई-तीनवटा नाटक गरिसकेपछि विधा परिवर्तन गरेको पनि छ।' नाटकमा तालिम लिएर चलचित्रमा जानेको जमात ठूलो रहेको युवराजको अनुभव छ। उनका अनुसार जति तालिम लिएका विद्यार्थीहरू छन्, ती सबै नाटकमा आउने अथवा खपत हुने सम्भावना नै हुँदैन।

काठमाडौंको मैतीदेवी बस्ने बिन्दु बीएम उमेरले २३ वर्ष पुगिन्। एमबीएस सेकेन्ड सेमेस्टर अध्ययनरत उनले नाटकमा साइनो जोडे को झन्डै डेढ वर्ष भयो। 'मनोरन्जनको क्षेत्रमा रुचि छ भन्ने लागेपछि मैले सुरुमा नृत्यलाई रोजें। पछि नृत्यभन्दा बाहिर रहेर मोडलिङ, मेकअप, अभिनय पनि सिकें, किनकि एउटा कलाकारमा हुनुपर्ने गुणमा यी कुरा पर्दा रहेछन्', सर्वनामकी १३ औं ब्याचकी विद्यार्थी बिन्दुले भनिन्, 'म मिस दिभा नेपाल नामक सौन्दर्य प्रतियोगितामा भाग लिन गएको थिएँ। ट्यालेन्ट राउन्डमा मैले गरेको अभिनय हेर्दा निर्णायकले मलाई एउटा व्यावसायिक कलाकार ठान्नुभएछ, तर म त्यस्तो थिइनँ। उहाँहरूले तिमीमा अभिनय क्षमता छ भनेर प्रेरणा दिनुभएपछि मात्र अभिनय कहाँ सिकाइन्छ भनेर सोधी खोजी गर्दै राष्ट्रिय नाचघर पुगें। तर मेरै एकजना साथीको दाइ सर्वनाम थिएटरमा नाटक सिक्नुहुँदो रहेछ। यहाँ आउँदा १० मिनेट नाटक महोत्सव चलिरहेको थियो। त्यसपछि मेरो ठाउँ यही रहेछ भन्ने लाग्यो।' बिन्दुले सर्वनाममा मञ्चन भएको नाटक 'नृत्यालय' र अशेष मल्लको 'अर्को कुरुक्षेत्र'मा अभिनय गरेकी छन्।

मनीष अर्याल

बिन्दु बिएम



छेजिङ जेवा भुटिया

चौतारा, सिन्धुपाल्चोककी सबिना थापालाई सानैदेखि चलचित्रमा काम गर्ने रुचि थियो। कक्षा ३ मा पढ्दा उनी कसैलाई आशीर्वाद माग्दा पनि 'म हिरोइन हुन पाऊँ' भन्थिइन्। त्यही आशीर्वादलाई पुरा गर्न उनले मण्डला थिएटरबाट अभिनयको कक्षा लिएर फरक-फरक थिएटरका पाँच नाटकमा अभिनय कला देखाइसकेकी छन्। मण्डलाको सातौं ब्याचकी यी विद्यार्थीलाई थिएटर हुन्छ भन्ने थाहा नै रहेनछ। 'दाइको सामान पुऱ्याउन जाँदा नाटक हेर्छस् भन्नुभयो। मैले गाउँकै सडक नाटक जस्तो सम्झिएँ। मण्डला थिएटरमा त्यो बेला बिलग्रेटस पण्डित मञ्चन भइरहेको थियो', उनले सम्झिइन्, 'त्यो नाटक हेरेपछि यस्तो पनि हुन्छ जस्तो लाग्यो। नाटक हेरेकी तीन वर्षपछि मण्डलामा भर्ना भएँ।' नाटक 'झोला हराएको मान्छे'मा उनले गरेको अभिनयबाट दर्शकको फोन र सन्देश पनि पाएकी रहिछन्। उनको इच्छा चलचित्रमा नै अभिनय गर्ने हो। 'मलाई चलचित्रबाट अभिनयको अफर त नआएको होइन, तर आफूलाई अझै पनि सयमा २० प्रतिशत पनि दिएको छैन जस्तो लाग्छ। अझै नयाँ कुरा सिक्नु छ। अभिनय जसले पनि गर्न सक्छ, तर क्यारेक्टर निर्वाह गर्न सक्नुपऱ्यो', उनी भन्छिन्।

> चलचित्रमा तुरुन्तै गइहाल्ने इच्छाचाहिँ छैन। अहिले केही समयचाहिँ अझै अभिनयलाई निखार्ने र धेरै सिक्ने यो जना छ। सिकिसकेपछि गर्दिनँ भन्ने छैन।

मण्डला थिएटरमा यसपटक बिहान र बेलुका गरी दुई सिफ्टमा ५० विद्यार्थीलाई पढाउने तयारी भइरहेको छ। थिएटरकी म्यानेजर नवीना अर्यालका अनुसार अघिल्ला वर्ष भन्दा यो वर्ष नाटक पढ्न आउने विद्यार्थीको संख्या उल्लेख्य छ। 'नाटक पढ्नकै लागि भनेर धेरै आवेदनहरू आइरहेका छन्। ती आवेदनहरूबाट हामी ५० छनोट गर्छौं। यहाँ आउने अधिकांशको रुचि थिएटर भन्दा पनि चलचित्रमा नै बढी छ', नवीना भन्छिन्, 'चलचित्रमा थिएटरका कलाकारको उपस्थिति उल्लेख्य छ। उनीहरूको अभिनयबाट युवाहरू प्रभावित रहेछन्। त्यसकारण पनि थिएटरमा उनीहरूको रुचि उल्लेख्य छ। हामीकहाँ अन्त थिएटरमा सिकेर आउने विद्यार्थीहरू पनि फेरि सिक्न आउनुभएको छ।'

डिल्लीबजारस्थित सर्वनाम थिएटरमा १६ औं ब्याचको कक्षा चलिरहेको छ। थिएटरले १७ औं ब्याचको तयारी पनि गरिरहेको छ। 'अधिकांश युवाको आकर्षण अभिनयमा भइरहेको छ। उनीहरूमा अभिनय सिक्नुपर्छ है भन्ने सोचको विकास भएको छ। थिएटरमा सिकेर थिएटर बाहेकका काम गर्ने प्रोडक्टले पनि राम्रो काम गरिरहेका छन्', सर्वनामका राज शाह भन्छन्, 'पछिल्लो समयमा नेपाली चलचित्रमा धेरै कलाकार थिएटर पृष्ठभूमिबाट पनि गइरहेका छन्। त्यसकारण पनि युवालाई थिएटरबाट चलचित्रमा जान सजिलो माध्यम रहेछ भन्ने लाग्न थालेको छ।' झन्डै नौ वर्षअघि स्थापित सर्वनाम थिएटरमा एक ब्याचबाट अधिकतम २० जनासम्म कलाकार उत्पादन हुन्छन्। 'हाम्रो कोर्स सबैले पुरा गर्छन् भन्ने छैन। त्यसकारण पनि संख्या यकिन हुन्नँ।' उनले भने।

बुटवल घर भई हाल जडीबुटी बस्दै आएकी २३ वर्षे नम्रता अर्यालले करियरको थालनी मोडलिङ र ब्युटी पिजेन्टबाट गरिन्, तर यी दुई विधामा दिक्दारी लागेपछि उनको ध्यान नाटकतिर मोडियो। 'म बस्ने घरको छेउको दिदी शिल्पी थिएटरको नवौं ब्याचको विद्यार्थी हुनुहुन्थ्यो, अनि उहाँकै भनाइअनुसार शिल्पी थिएटरमा आएर अभिनय सिक्न थालें', उनले भनिन्, 'ब्युटिप्याजेन्टमा पनि अभिनयसम्बन्धी केही सिकाइन्थ्यो, तर त्यहाँको सिकाइ र यहाँको सिकाइ धेरै फरक थियो। तीन महिनाको कोर्समा अभिनय मात्र होइन, डान्स, तेक्वान्दो, मोटिभेसनल स्पिच सबै सिकाइँदो रहेछ।' दसैंताका शिल्पीले आयोजना गरेको 'कल्पना र उर्मिला दुःखमा छन्' नामक कचहरी नाटकका लागि नम्रता झन्डै एक महिना देश दौडाहामा पुगिन्। नम्रताले कलेज पढ्दाताका बीएसडब्लू कोर्समा नाटकमा अभिनय गरेकी रहिछन्।

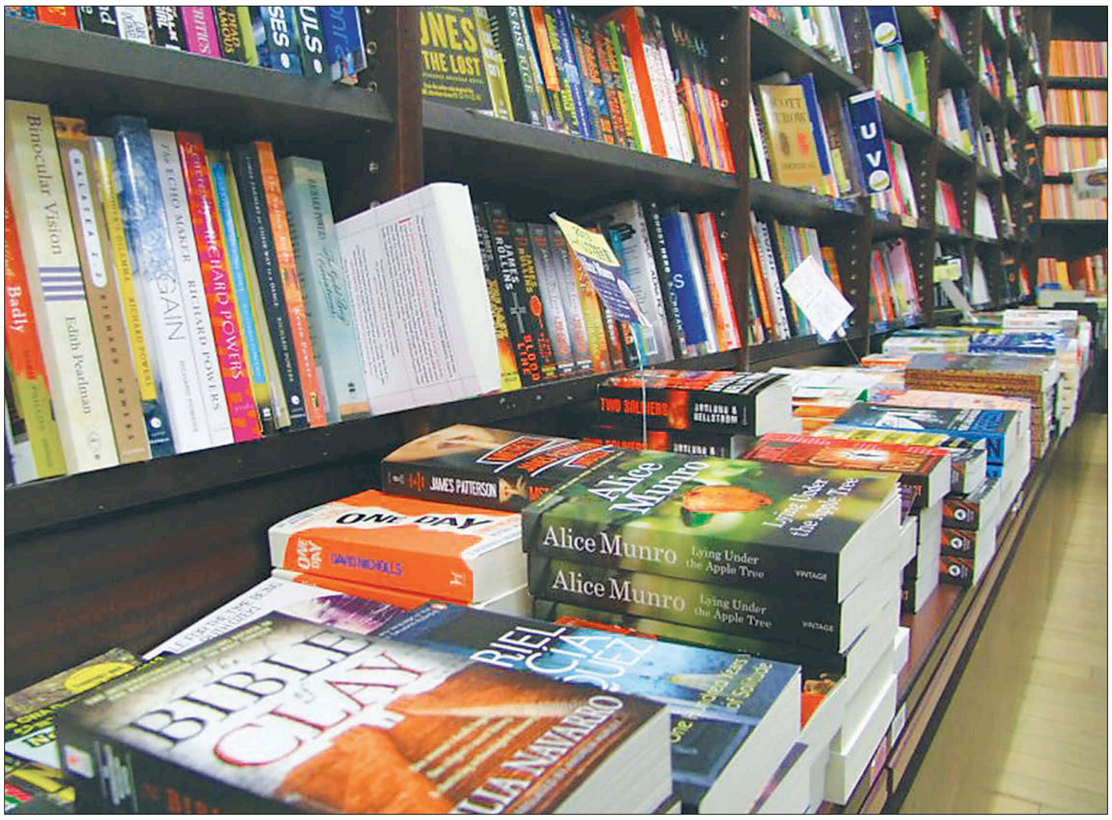
दोलखाकी २२ वर्षीया शोभा कार्की सर्वनामकी १५ औं ब्याचकी विद्यार्थी हुन्। उनले केही समयअघि नाटक 'ऋतु चर्या'मा एकसाथ चार चरित्र निर्वाह गरिन्। 'एउटा भन्दा अर्को क्यारेक्टर फरक किसिमको थियो, त्यसले गर्दा केही गाह्रो त थियो। क्यारेक्टरलाई मेन्टेन गरेर निश्चित समयमा ढाल्न केही गाह्रो हुँदो रहेछ', उनी सुनिइन्, 'डाइलग डेलिभरीमा गाह्रो भएन, किनभने वर्क आउट गरिन्थ्यो। सबै क्यारेक्टरमा यो डाइलग हो भन्न थाहा हुन्थ्यो।' सानैदेखि कलाको क्षेत्रमा रुचि भएकी उनलाई अभिनय निकै मनपर्थ्यो। उनमा अभिनय गर्ने सपना थियो, तर त्यो सपना पूरा गर्ने कदम चाल्न अहिलेको समयलाई रोजिन्। 'ऋतु चर्या गर्दा एकदमै राम्रो रेस्पोन्स पाएँ। कुनै कुनै क्यारेक्टरको ट्रेसचाहिँ वास्तविक जीवनमा पनि मेल खान जान्थ्यो। त्यो छोट्याउनलाई एकदमै गाह्रो हुने रहेछ', उनले भनिन्।

दोलखाका १८ वर्षे युवा गोविन्द ओली शिल्पी थिएटरमा जोडिएको दुई वर्ष भयो। प्लस टुमा अध्ययनरत उनले दुई वर्षको अवधिमा झन्डै आठवटा नाटकमा अभिनय कला देखाइसकेका छन्। उनी नवौं ब्याचका विद्यार्थी हुन्। 'नाटकमा दुःख पनि हुन्छ। डेडिकेट पनि चाहिन्छ। फुल्ली फोकस गरियो भने सहज हुन्छ। मैले गत वैशाखमा नाटक आधीको मनोरम नृत्यमा विद्यार्थीको भूमिकामा अभिनय गरेको थिएँ, जुन भूमिका मलाई मन परेको थियो र दर्शकले पनि रुचाइदिनुभयो', गोविन्दको बुझाइ छ, 'नाटकमा नाटक मात्र सिक्ने होइन, म्युजिक, डान्स, तेक्वान्दोको तालिम पनि लिएँ। चलचित्रमा काम गर्ने रुचि छैन। नाटकलाई चाहिँ निरन्तरता नै दिन्छु।'

गोदावरीका दीपेन्द्र केसी मास्टर्सको अध्ययन गर्दै नाट्य अभिनय सिकिरहेका छन्। उनी पनि मनिषजस्तै सर्वनाम थिएटरको १५ औं ब्याचका विद्यार्थी हुन्। दीपेन्द्रलाई सानैदेखि 'हिरो' बन्छु भन्ने इच्छा थियो। उनले स्वयंसेवक शिक्षकका रूपमा गाउँमा दुई वर्ष पनि पढाएँ। उनले त्यहाँ बच्चाहरू पढाइ मात्र नभई सपना पनि देख्नुपर्छ, केही फरक गर्नुपर्छ भन्ने सिकाइरहँदा आफूले पनि केही सिक्ने मौका पाएँ। 'मैले पनि केही फरक गर्छु, केही राम्रो गर्छु र धेरै मानिसको जीवन छुन्छु भन्ने जुन चाहना थियो, त्यो चाहना थिएटरबाट पूरा हुन्छ भन्ने लागेर नै यो क्षेत्रमा आएँ', उनले भने, 'म चलचित्रमा तुरुन्तै गइहाल्ने इच्छाचाहिँ छैन। अहिले केही समयचाहिँ अझै अभिनयलाई निखार्ने र धेरै सिक्ने योजना छ। सिकिसकेपछि गर्दिनँ भन्ने छैन। कुनै समयमा मौका पाए भने त्यो मौका गुमाउँदिनँ।'

केवल एक प्रश्न

सीमा नाकामा पुस्तक रोकिनुलाई तपाईं के भन्नुहुन्छ ?



कमजोर कूटनीति ।

सुरेश आचार्य, सञ्चारकर्मी

पाठकले पुस्तक नपढून् भन्ने सरकारको सोचाइ छ या पढेपछि केही जान्दछन् अनि विरोध गर्न थाल्छन् भन्ने सोचाइले हो । नत्र त ज्ञान बाँडिनुपर्नेमा, पुस्तक आयातमा सुविधा प्रदान गर्नुपर्नेमा कर लगाउनु, भन्सारमा पुस्तक रोकिनु भनेको ज्ञानमा ताला लगाउन खोज्नु हो ।

शोभिता सिंखडा, अभिनेत्री

ज्ञानमा लगाम ।

नवराज बुढाथोकी, निर्देशक

यो त नेपाल सरकारको नालायकीपन हो ।

आमिर गौतम, अभिनेता

ज्ञानमा कर लगाएर सरकारले आफ्नो चेतनाको स्तर देखाएको छ । यसले नेपालको पठन संस्कृतिमा दीर्घकालीन प्रभाव पार्नेछ ।

रेखा शाह, गायिका

ज्ञानगुनका पुस्तकमा सरकारले कर लगाएर पुस्तक सीमा नाकामा रोकिनु दुःखद कुरो हो । कुन सामानमा कर लगाउने, कुन सामानलाई कररहित गराउने सरकारले नीति बनाउन सक्नुपर्छ, सरकारले तुरुन्त कररहित गराएर पुस्तकलाई नेपाल भित्र्याउने व्यवस्था गर्नुपर्छ ।

आरसी कोइराला, संस्थापक अध्यक्ष, एभरेस्ट नेपाल कल्चरल ग्रुप

बाहिरी देशमा 'नेपालले सीमा नाकामा पुस्तकमा रोक लगायो रे' भन्ने नराम्रो सन्देश गइसकेको छ । यसलाई समयमै ध्यान दिएर समस्याको समाधान खोज्नुपर्छ । राज्यले केही बुझ्न र छानबिन गर्न पाउने पूरा अधिकार छ । अहिले सीमामा आएका पुस्तक रोकिनु नराम्रो भन्नुभन्दा पनि किन रोकिए भन्ने कुरा पनि गहन छ । एउटा दृष्टिकोणमा राज्यले आफूले पाउने कर पाउन गरिएको कुरा ठीक हो, तर पुस्तकमै चाहिँ किन यस्तो कडा ? भन्ने कुरा अलि फरक विषय हो । साहित्यिक र विचारपरक कुरामा राज्य केही लचक भइदिए आयातकर्ताले त्यस्तो लुकाउने र सम्पर्कमै नआउने थिएनन् होला । अरू विलासिताका वस्तुमा कर बढी कडा भए पनि यस्ता विषय वा वस्तुमा सरकारले केही लचकता देखाउनुपर्ने हो । ढिलै भए पनि अब सरकार र सञ्चारक्षेत्रले यस्ता बौद्धिक र सिर्जनात्मक विषयमा ध्यान दिन लागेकामा अब यस विषयले निकास पाउनेमा आशावादी छु, तर समस्या आएपछि सुल्झाउने भन्दा पनि अघि नै गम्भीर भएको राम्रो ।

घनश्याम लामिछाने, निर्देशक

पुस्तकमाथि सरकारको नियत राम्रो नभएको ठान्छु म । बौद्धिकतामा कर, यो हदै भयो नि ? सरकार व्यापारी बनेपछि यस्तै हुन्छ ।

छविरमण सिलवाल, साहित्यकार

सीमा नाकामा पुस्तक रोकिनुको अर्थ नेपाल सरकार, शिक्षाक्षेत्र र नेपाली जनताको पठनपाठन सम्बन्धमा संवेदनशील नहुनु तथा भारतको हेपाहा प्रवृत्ति हुनु हो ।

बीबी अनुरागी, संगीतकार

सुन्दा पनि लाज लाग्ने कुरा हो यो । सीमा नाकामा पुस्तक रोकिएको घटनाबाट हामी राज्यसत्ताले देशको शिक्षालाई कसरी लिएको छ भन्ने प्रस्ट बुझ्न सक्छौं । करको दर र दायरा खुकुलो बनाएर पुस्तकको सहज आयात हुनुपर्छ । सीमामा रोकिनुपर्ने त मदिरा हो । ड्रग्स हो । अवैध मालसामान हो ।

मणि लोहनी, कवि

सीमा नाकामा पुस्तक रोकिनु दुर्भाग्य हो । सम्बन्धित निकायको ध्यानाकर्षण हुनु जरुरी छ । जतिसक्दो चाँडो यो विषयमा शिक्षा मन्त्रालयले गम्भीर चासो लिनु जरुरी छ ।

आदित्य बुढाथोकी, अभिनेता, निर्देशक

ज्यानभन्दा टाउको ठूलोजस्तो भएको छ, कर बढेर । पुस्तकजस्तो कुरा आमनागरिकले अध्ययन गर्न सुलभ ढंगले पाउनुपर्छ । नेपाल सरकारले नै जुटाउनुपर्ने कुरा हो । शिक्षामा रोक लगाएजस्तै भयो नि यो त ।

नीलम रोजु राई, गायिका

विनाशकाले विपरीत बुद्धि । विषादीयुक्त तरकारी, फलफूल रोक्न नसक्ने अनि किताबचाहिँ रोकेर बस् देश समृद्धितिर जाँदै छ भनेर बुझ्नुपर्‍यो जनताले ।

सिर्जना सुब्बा, रंगकर्मी

पैसालाई प्रेम गर्नेहरूले पुस्तकलाई प्रेम गर्दैनन् । त्यसकै परिणति हो यो सब ।

हरिमाया भेटवाल, साहित्यकार

लाजमर्दो कुरा । देशले शिक्षालाई कसरी हेरिरहेको छ, यो त्यसको उदाहरण हो ।

विवेक खतिवडा, भीजे

एकदम नराम्रो । किताबजस्तो आधारभूत कुरामा यस्तो राजनीति र पैसाको खेल खेल्न हुन्न । विद्यालयको कोर्स किताब अथवा कुनै किताब पढ्न मन लाग्यो भने एउटै पसलमा पाइन्न । धेरै पसल धाउनुपर्छ । हामीजस्तो मध्यमवर्गले जसोतसो किनौंला, अरूले चाहिँ के गर्लान् ? कुनै पनि जाति, वर्ग अथवा समूहलाई समाप्त गर्नु छ भने पहिला किताब जलाइदेऊ भन्ने भनाइ छ । त्यस्तै भएको हो यहाँ । नेपाली धेरै बुद्धिमानी होलान् भनेर किताबलाई निशाना बनाएका हुन् ।

उषा रजक, अभिनेत्री

सरकारले शिक्षाको महत्त्व नबुझ्दा पुस्तकलाई अन्य व्यापारिक वस्तुसरह मानेर भन्सार उठाउने प्रवृत्ति देखिएको हो ।

यादव हुमागाईं, सञ्चारकर्मी

स्वदेशमै छाप्नुपर्छ । पुस्तक रोकेको राम्रै हो ।

सुमित खड्का, गायक

खानेकुरा, ग्याँस रोकियो भने गाह्रो होला, किताब बिस्तारै आउला ।

मनोजकुमार अधिकारी, वातावरण अभियन्ता

शिक्षा, स्वास्थ्यजस्ता सामग्रीहरूमा कहीं कतै रोक लगाउनु हुँदैन ।

निर्मल शर्मा, कलाकार

अत्यन्त दुःखद कुरा । सरकारले हरकुरालाई करमा जोडेर नहेर्न अनुरोध गर्छु । किताबमा कर छुट हुन आवश्यक छ ।

प्रद्युम्न जोशी, साहित्यकार

अत्यन्त गलत काम । विश्वसँग जोड्न योगदान गर्ने किताब रोक्ने भन्दा पनि आयातमा सहजता ल्याउनुपर्छ ।

गिरिराज बाँस्कोटा, पत्रकार

पुस्तक ज्ञानको भण्डार हो । पुस्तक रोक्नु भनेको ज्ञान रोक्नु हो । ज्ञान रोकेर हामीले सोचेजस्तो समाज निर्माण गर्न सक्दैनौं । तसर्थ तत्काल पुस्तक खुला गर्नुपर्छ ।

जीबी गजल, विद्यार्थी नेता

पुस्तकजस्तो अध्ययन गर्ने जरुरी वस्तुमा यसरी सीमामा रोक लगाउनु भनेको निकै दुःखद कुरा हो । किनकि हरेक प्रकारका पुस्तक सामग्री नहुँदा धेरै मानिस अध्ययन गर्नबाट वञ्चित हुन्छन् र धेरै नै असर पर्छ । यसका लागि सरकारले समझदारीमा कसरी हुन्छ, यो समस्याको समाधान गर्नुपर्ने हुन्छ ।

हिमाल सागर, गायक

यो निकम्मा सरकारको उदाहरण हो ।

निर्मल अर्याल, सञ्चारकर्मी

यो नेपाली पाठकमाथि गरिएको अपमान हो । ज्ञानको स्रोत पुस्तकमा कर लगाउनुले राज्यको गति कतातिर जाँदैछ भन्ने स्पष्ट हुन्छ । आमपाठकले आवाज उठाएर पुस्तकमाथि लादिएको कर हटाउन लाग्नुपर्छ ।

खिलक बुढाथोकी, पत्रकार

साप्ताहिक
सूचना तथा मनोरञ्जनको सँगालो साप्ताहिक पत्रिकाको आधिकारिक वेबसाइट
www.saptahik.com.np
Google Play
App Store

कलिउड

चोरीको बात

अभिनेता तथा निर्देशक विराज भट्टलाई चलचित्र साङ्लो प्रदर्शनको पूर्वसन्ध्यामा दाँतमा ढुंगा लागेको छ। अघिल्लो साता सार्वजनिक भएको उक्त चलचित्रको एउटा गीतलाई चोरीको बात लागेपछि भट्टसहित पूरै चलचित्र युनिट तनावमा छ। झ्याम्मै आँखा झ्याम्मै...शीर्षकको गीतका शब्दहरू चोरिएको भन्दै प्रहरीमै उजुरी परेपछि तनाव बढेको हो। चलचित्र 'रुद्रप्रिया' का निर्देशक सुदीप भुपाल सिंहले अघिल्लो साता संगीतकार सुरेश अधिकारी, गायक निशान भट्टराई तथा निर्माता भट्टविरुद्ध महानगर प्रहरी परिसर, टेकुमा उजुरी दिएका हुन्। चलचित्र रुद्रप्रियाका लागि संगीतबद्ध गर्न दुई वर्षअघि संगीतकार अधिकारीलाई दिएको शब्द अहिले आएर चलचित्र साङ्लोमा प्रयोग गरिएको सिंहको दाबी छ। आफूले रचना गरेको गीतको गीतकारका रूपमा आफ्नो नामसमेत नराखिएपछि सिंह थप रुस्ट बनेका हुन्। प्रहरीले दुबै पक्षलाई बोलाएर छलफल गर्ने आश्वासन दिएको छ। सिंहले भने क्षतिपूर्तिसहित चलचित्रबाट गीत नै हटाउनुपर्ने माग गरेका छन्। संगीतकार अधिकारीले भने प्राविधिक त्रुटिका कारण रचनाकारमा निशानको नाम पर्न गएको बताएका छन्। अभिनेता भट्टले भने गीतकारमा वास्तविक सर्जकको नाम राखिने आश्वासन दिएका छन्।

हिरोइन बन्न २८ वर्ष !

हास्य अभिनेत्रीका रूपमा स्थापित कुञ्जना घिमिरे (सुन्तली) २८ वर्षको उमेरमा आएर चलचित्रको अभिनेत्री बन्ने सपना साकार भएकोमा दंग छिन्। हास्य श्रृंखला मेरी बास्सैमा विभिन्न चरित्र निर्वाह गरेर दर्शकको मन जिते पनि उनले चलचित्रमा भने हालसम्म अभिनेत्रीका रूपमा अभिनय गर्ने मौका पाएकी थिइनन्। यद्यपि, उनले अभिनय यात्रा प्रारम्भ गर्दा चलचित्रको अभिनेत्री बन्ने नै लक्ष्य लिएकी थिइन्। आफ्ना हास्य अभिनेता श्रीमान् सीताराम कट्टेलद्वारा निर्मित चलचित्र सेन्टी भाइरसमार्फत आफूलाई अभिनेत्री बन्ने सौभाग्य जुरेको कुञ्जनाको भनाइ छ। कुञ्जनाले बाल्यकालदेखि नै ऐनाअघि उभिएर अभिनेत्री बन्ने सपना देखेकी रहिछन्, जुन अहिले आएर पूरा भयो। सानैदेखि नाच्न र गाउन भनेपछि हुरुक्क हुने कुञ्जनाले अहिले आएर सपना साकार भएको बताए पनि सेन्टी भाइरसमा उनी अभिनेत्रीभन्दा पनि मुख्य चरित्रमा प्रस्तुत भएकी छिन्।

श्वेताको सुन्दरता सुझाव

अभिनेत्री श्वेता खड्का अचेल चलचित्रमा छैनन्। चलचित्र कान्छीपछि उनले न त कुनै चलचित्रमा अभिनय गरेकी छिन्, न त निर्माण नै गरेकी छिन्। सामाजिक कार्यका साथै आफ्नै व्यवसायमा समेत सक्रिय उनी बेला-बेलामा रिबन काट्ने कार्यक्रममा पनि सहभागी भइरहन्छिन्। यसै साता उनले एउटा सैलुनको उद्घाटन गर्दै सुन्दरताका बारेमा आफ्नो रोचक सुझाव दिएकी छिन्। 'सेलिब्रेटीमात्र सुन्दर देखिनुपर्छ भन्ने छैन, खड्काको भनाइ थियो, 'हरेक व्यक्ति सुन्दर हुन आवश्यक छ। त्यसका लागि सबैले आफूलाई मेन्टेन गर्नुपर्छ। स्वास्थ र सुन्दरतालाई उत्तिकै ख्याल राख्नुपर्छ।' आफ्नो सुझावलाई ब्युटी कन्सस युवापुस्ताले सकारात्मक रूपले ग्रहण गर्ने उनको बुझाइ छ।

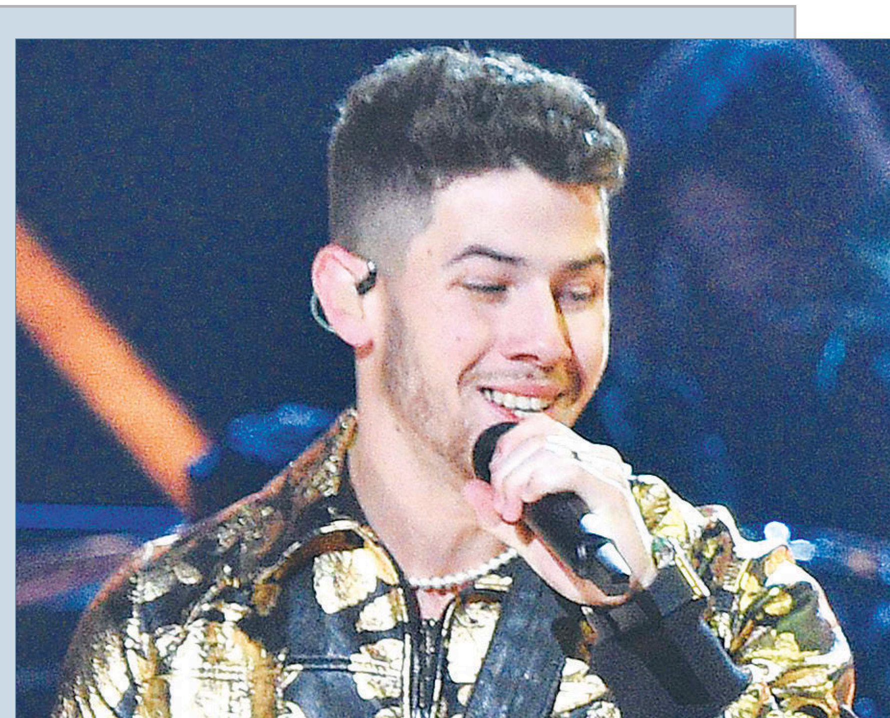
हलिउड

२०११ मै कोरोना !

प्रायः हामी सुनिरहन्छौं, चलचित्रहरू वास्तविक घटनाबाट प्रेरित हुन्छन् । तर, के हामीले कुनै त्यस्तो चलचित्र भाइरल भएको सुनेका छौं, जसको कथा आजको समयसँग मेल खाइरहेको छ ? सन् २०११ मा स्टिवन सोडरबर्गको निर्देशनमा बनेको चलचित्र 'कन्टेजियन' यतिबेला सामाजिक सञ्जालको ट्रेन्डिङमा छ । उक्त चलचित्रमा एउटा खतरनाक भाइरस फैलिएको विषयवस्तु समावेश गरिएको थियो । उक्त चलचित्रमा ग्वेनिथ पाल्ट्रो, मारियान कोटिबालर्ड, ब्रेयान क्रेन्सटन, म्याट डेमन, लरेन्स फिसबर्न, जूड ल, केट विन्सलेट आदि कलाकारले अभिनय गरेका थिए । उक्त चलचित्रलाई सन् २००३ मा सार्स (सिभर एक्युरेट रेस्पिरेट्र सिन्ड्रोम) तथा सन् २००९ मा स्वाइनफ्लुका भाइरस फैलिएपछि प्रेरित भएर बनाइएको थियो । त्यही प्रकारको कोरोना भाइरसले अहिले विश्वलाई आतंकित बनाएपछि सामाजिक सञ्जालमा उक्त चलचित्रको चर्चा बढेको हो । चीनमा कोरोना भाइरसबाट निधन हुनेहरूको संख्या २ सय १३ पुगेको छ ।

म्याट्रिक्समा प्रियंका

हलिउडको सफल श्रृंखला 'म्याट्रिक्स' को नयाँ श्रृंखलामा बलिउड अभिनेत्री प्रियंका चोपडाले प्रवेश पाउने सम्भावना बढेको छ । उनले उक्त श्रृंखलाको चौथो चलचित्रमा अभिनय गर्ने करिब-करिब निश्चित भएको छ । प्रियंकाले आफ्नो हलिउड डेब्यु अमेरिकी टेलिभिजन श्रृंखला 'क्वान्टिको' मार्फत गरेकी थिइन् । यसबाहेक उनले 'बेवाच' मा पनि अभिनय गरिसकेकी छिन् । अंग्रेजी वेबसाइट भेराइटीका अनुसार प्रियंका म्याट्रिक्स श्रृंखलामा जोडिने अन्तिम चरणमा छिन् । चलचित्रमा उनको भूमिकाका बारेमा केही पनि बताइएको छैन । उक्त चलचित्रमा प्रियंकाबाहेक केनू रिब्स, केसी एन मास, निल प्याट्रिक आदिले पनि अभिनय गर्नेछन् । यो चलचित्र सन् २०२१ को मे २१ का दिन प्रदर्शन हुने सम्भावना छ । यो श्रृंखलाको पहिलो चलचित्र 'द म्याट्रिक्स' सन् १९९९ मा प्रदर्शन भएको थियो, जसमा केनू रिब्स तथा लरेन्स फिसबर्नले महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका थिए । दोस्रो चलचित्र द म्याट्रिक्स रिलाडेड तथा तेस्रो द म्याट्रिक्स रिभ्युलुसन्स सन् २००३ मा प्रदर्शन भएका थिए ।



दाँतमा खाना अड्किएपछि

अभिनेत्री प्रियंका चोपडाका गायक श्रीमान् निक जोनास सामाजिक सञ्जालमा मजाकको पात्र बनेका छन् । अघिल्लो साता सम्पन्न ग्रामी एवार्डका क्रममा सांगीतिक प्रस्तुति दिएपछि उनलाई लिएर ट्रोलहरू बनेका छन् । वास्तवमा उक्त समारोहमा निकले आफ्ना भाइहरूसँग मिलेर स्टेज प्रस्तुति दिएका थिए । समारोहमा उनले फाइभ मोर मिनेट्स तथा ह्वाट अ म्यान गोटा डू जस्ता गीतहरू गाएका थिए । निकले त्यो बेला लाजमर्दो स्थितिको सामना गर्नुपर्‍यो, जब उनका प्रशंसकहरूले उनको दाँतमा केही अनौठो वस्तु देखे । उनको दाँतमा खानाको टुक्रा अड्किएको थियो, जुन क्यामेरामा स्पष्ट देखियो । त्यसपछि मानिसहरूले त्यसैलाई ट्रोल बनाउन थाले । रमाइलो कुरा के भयो भने निक आफैंले एउटा रमाइलो स्टाटस लेख्दै आफ्नो भूल स्वीकार गरेका छन् । उनले लेखेका थिए, 'कम्तीमा अब सबैलाई थाहा भइसकेको हुन सक्छ, म हरिया साग-सब्जीहरू सेवन गर्छु ।' उक्त समारोहमा जोनास ब्रदर्स उनीहरूको गीत 'सकर' का लागि बेस्ट पप डुओ/ग्रुप पर्फमेन्स विधामा मनोनीत भएका थिए ।

गायिकालाई तनाव

हलिउड गायिका निकी मिनाज आफ्ना भाइको दुष्कर्मबाट तनावमा आएकी छिन् । उनका भाइ जेलनी मराजले एउटी नाबालिकालाई गरेको दुष्कर्मको आरोपमा २५ वर्षको जेल सजाय पाएका छन् । मराजमाथि ११ वर्षीया बालिकालाई यौनशोषण गरेको आरोप लागेको छ । यो प्रकरणमा गायिका मिनाज भने अहिले मौन छिन् । यद्यपि उनलाई आफ्नै भाइको उक्त दुष्कर्म तथा अदालतको फैसलाले गहिरो चिन्तामा पारेको समाचारमा जनाइएको छ । समाचारमा जनाइएअनुसार गायिका मिनाजले नै सन् २०१५ मा मराज पहिलो पटक गिरफ्तार भएका बेला १ लाख डलर धरौती रकम तिरेकी थिइन् । त्यसो त गायिका मिनाजले अघिल्लो वर्ष केनेथ पेटीसँग विवाह गरेकी थिइन् । केनेथमाथि पनि सन् १९९५ मा १६ वर्षीया युवतीसँग दुष्कर्म लागेको आरोप लागेको थियो, जसका कारण उनले चार वर्षसम्म जेलमा बिताउनुपरेको थियो ।

बलिउड

यसरी जुराइयो ब्यानर

'हम आपके है कौन' जस्तो चलचित्र बनाउने राजश्री फिल्म्सको नाम कसरी रह्यो । यशराज फिल्म्सको नाममा 'यश' नाम यश चोपडाको हो भने 'राज' कहाँबाट आयो ? दीपिकाको प्रोडक्सन हाउसको नाम 'का प्रोडक्सन' किन रह्यो ? यी विषय चलचित्रप्रति चासो राख्ने दर्शकका लागि कौतूहलको विषय हो ।

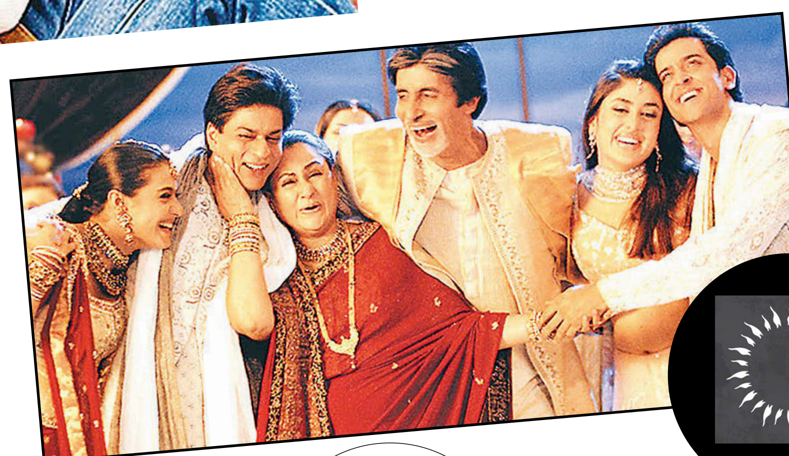
बलिउड र हलिउडका चर्चित प्रोडक्सन हाउसको 'लोगो' र कम्पनीको नाम कसरी जुरे भन्ने विषयमा केही जानकारी लिऔं । कुनै प्रोडक्सन हाउसको चलचित्र, चलचित्र कम्पनीको नाम र लोगो उसको पहिचान हुन्छ ।

हालै मात्र धर्मा प्रोडक्सनले आफ्नो पहिचान परिवर्तन गरेको छ । करण जोहारको धर्मा प्रोडक्सनले 'कुछ कुछ होता है', 'कभी खुसी कभी गम' र 'कल हो न हो' जस्ता चलचित्र बनाएको छ । आफ्नो आउन लागेको फिल्म 'भूत-पार्ट वन : द हन्टेड सिप'को प्रमोसनका लागि धर्मा प्रोडक्सनले आफ्नो लोगोमा नै केही परिवर्तन ल्याएको हो । उसले लोगोको रंगमा परिवर्तन गरेको छ भने उसले आउने संगीतलाई डराउने किसिमको बनाइदिएको छ ।

करणले आफ्नो कम्पनी धर्मा प्रोडक्सनको ट्विटर एकाउन्टको लोगोलाई कालो बनाइदिएका छन् र कभर स्टोरीमा 'डार्क टाइम्स बिगिन नाओ' लेखेका छन् । चलचित्र 'भूत-पार्ट वन : द हन्टेड सीप'मा विक्की कौशल र भूमि पेडनेकरले मुख्य भूमिकामा अभिनय गरेका छन् ।

यसै वर्ष दीपिका पादुकोण चलचित्र 'छपाक'बाट निर्मात्री बनिन् । उनको प्रोडक्सन हाउसको नाम का प्रोडक्सन्स हो । 'काको अर्थ अन्तरआत्मा हो । तपाईंको मृत्युपछि पनि तपाईंको आत्मा यो विश्वमै रहन्छ । सायद म पनि यही चाहन्छु कि मेरो निधनपछि मेरो काम यही रहोस् र म त्यस्तो काम गर्छु कि मानिसले मलाई सम्झिरहून्', दीपिका भन्छिन् । दीपिकाले चलचित्र बनाउनका लागि जति पैसा लगानी गरिन्, त्योभन्दा ज्यादा उनले कमाइन् र दर्शकले चलचित्र पनि रुचाए । एसिड आक्रमणबाट पीडित लक्ष्मी अग्रवालको जिन्दगीबाट प्रेरित चलचित्र 'छपाक'को निर्देशन मेघना गुलजारले गरेकी हुन् ।

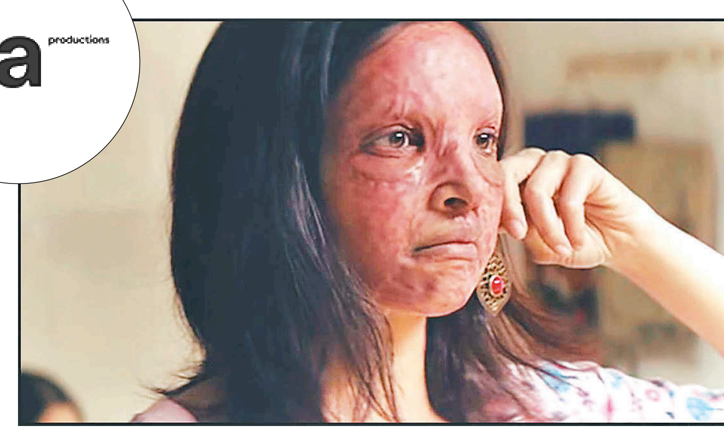
> 'मेरो नाम कमल र मेरो भाइको नाम राज हो, तर पनि मेरी बहिनी राजश्रीको नामबाट प्रोडक्सनको नाम तय भयो ।'



राजश्री फिल्म्सका सुरज बडजात्याले 'हम आपके हैं कौन', 'मैंने प्यार किया' र 'हम साथ-साथ हैं' जस्ता पारिवारिक चलचित्र निर्माण गरे । राजश्री प्रोडक्सन्सको सुरुवात गर्ने ताराचन्द बडजात्याका छोरा कमलका अनुसार प्रोडक्सनको नाम राख्ने बेलामा सुरुवाती नाम राज-कमल थियो । 'मेरो नाम कमल र मेरो भाइको नाम राज हो, तर पनि मेरी बहिनी राजश्रीको नामबाट प्रोडक्सनको नाम तय भयो', कमलले भनेका छन् । जब राजश्रीको चलचित्र सुरु हुन्छ, त्यहाँ सरस्वती माताको प्रतिमा अगाडि आउँछ । यसभित्रको रहस्य पनि कमलले खोलेका छन् । 'पिताजी सरस्वती मातालाई धेरै मान्नुहुन्थ्यो । उहाँ जुन चलचित्र बने पनि पूरा परिवारले हेर्ने किसिमको बनोस् भन्ने चाहनुहुन्थ्यो । त्यसकारण पनि सरस्वती मातालाई स्थान दिएका हौं', कमल खुल्छन् ।

आरके फिल्म्सको सुरुवात राज कपुरले १९४८ मा सुरु गरेका थिए । आरके फिल्म्स एन्ड स्टुडियोजका लागि राज कपुर र नरगिसले सँगै धेरै चलचित्रमा काम गरे । यी दुईबीचको निकटतम सम्बन्धले पनि निकै चर्चा पायो । आरके फिल्म्स र स्टुडियोजको पहिलो चलचित्र 'आग'ले बक्सअफिसमा खासै कमाल गर्न सकेन, तर दोस्रो चलचित्र 'बरसात'ले सफलता पाएसँगै उनीहरूको पहिचान पनि बन्यो ।

सन् १९४९ मा रिलिज राज कपुर र नरगिसको चलचित्र 'बरसात'को पोस्टरमा चलचित्रकै एक दृश्यको तस्बिर राखिएको थियो, जसमा राज कपुरले एक हातले नरगिसलाई समाएका थिए भने अर्को हातमा भ्वाइलिन थियो । यही तस्बिरलाई आधार बनाएर आरके फिल्म्सले लोगो बनाएको थियो । मुम्बईको चेम्बुरमा रहेको आरके फिल्म्सको अन्तिम चलचित्र 'आ अब लौट चले' थियो, जुन चलचित्र सन् १९९९ मा बनेको थियो ।



यशराज फिल्म्सको सुरुवात चलचित्र 'दाग'बाट भएको थियो । सन् १९७३ मा रिलिज यो चलचित्र निर्माता यश चोपडाको पहिलो चलचित्र थियो । यो चलचित्रको कथा चलचित्र सकिएसँगै अभिनेताका साथ दुई अभिनेत्री घर जान्छन् । त्यसकारण यो समयमा यही दृश्यका कारण चलचित्रलाई निकै जोखिम मानिएको थियो, तर यो चलचित्रप्रति यश चोपडा र राजेश खन्ना एकआपसमा भर परेका थिए । भनिन्छ, यो चलचित्र निर्माण हुनका लागि राजेश खन्नाको ठूलो योगदान थियो । त्यसकारण पनि यशराजमा 'राज' नाम राजेश खन्नाबाट लिइएको भनाइ छ ।

बाम्बे टाकिजको स्थापना हिमांशु राय, देविका रानी र राज नारायण दुबेले गरेका थिए । सन् १९३४ मा बाम्बे टाकिजले काम गर्न सुरु गरेको थियो । यसको लोगोमा हिमांशु राय र राज नारायण दुबेको तस्बिर छ ।

राजनारायण दुबे एक ठूला व्यापारी थिए र उनले नै यो प्रोडक्सन हाउसमा पैसा लगानी गरेका थिए । हिमांशु राय निर्माता, निर्देशक र अभिनेता थिए, जसले अभिनेत्री देविका रानीसँग विवाह गरेका थिए । देविका रवीन्द्रनाथ टेगोरकी आफन्त थिइन् । हिमांशु रायले साइलेन्स चलचित्र पनि बनाएका थिए । दिलीप कुमार, अशोक कुमार र मधुबालाले बाम्बे टाकिजबाट आफ्नो करियरको सुरुवात गरेका थिए । यो प्रोडक्सन हाउसमा राज कपुर, सत्यजित रे, विमल राय र किशोर कुमारले पनि काम गरेका थिए ।

हलिउड चलचित्रका प्रोडक्सन कम्पनीको लोगोका पछाडि पनि रोचक कथा र सोच छ । 'एमजीएमको लोगोमा एउटा सिंह छ । यो बीसौं शताब्दीको सुरुवातमा बनाइएको थियो । यो कम्पनीको मुख्य प्रचारक हावर्ड डाइटसले कोलम्बिया युनिभर्सिटीबाट अध्ययन गरेका थिए । उसको चिह्न अर्थात् शुभंकरबाट प्रभावित भएर एमजीएमको लोगोमा एक सिंह लगाइएको थियो ।

सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक
Since 1760
Lewis Berger
Paint your imagination
Glamor icon
of the week
आश्रा कुँवर, वातावरणविद्
EVEREST 1953

वातावरणविद् हुन्, आश्रा कुँवर । तर, उनलाई यो परिचयभन्दा गायिका भनेर चिनिन मन छ । पढाइलाई सधैं पहिलो प्राथमिकता दिँदै आएकी उनी अहिले वन्यजीव सञ्चार र मौसम विज्ञानमा पीएचडी गर्ने तयारीमा जुटिरहेकी छिन् । संगीत साधनालाई उनी आफ्नो भित्री चाहना बताउँछिन् । आश्रा गीतरचना आफैं गर्छिन् र संगीत पनि आफैं भर्छिन् । भ्वाइस अफ नेपालको २०७८ मा क्वाटर फाइनलसम्म पुगेकी आश्रा रक गायन रूचाउँछिन् । भ्वाइस अफ नेपालबाट बाहिरिएपछि उनलाई कोरिया तथा अस्ट्रेलियामा स्टेज पर्फमेन्सको अफर आयो ।

भर्खरै इजिप्टमा नेपालको प्रतिनिधित्व गरेर उनले २६ वटा देशमाझ वर्ल्ड म्युजिकल थिएटरमा कन्सर्ट दिएर फर्किन् । त्यहाँ उनले नेपाली र अंग्रेजी रक गीत प्रस्तुत गरेकी थिइन् । उनी आश्रा एन्ड दि प्याराक्लेस नामक अल्टरनेटिभ रक ब्यान्डकी गायिका पनि हुन् । श्रीलंकामा मिस हेरिटेज अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता विजेता पनि हुन्, आश्रा । वातावरण र संगीतलाई सँगसँगै लैजान चाहन्छिन् । उनी संगीतलाई साधनाको विषय र वातावरणलाई कर्मको विषय ठान्छिन् ।

सिर्जना दुवाल श्रेष्ठ

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

तस्बिर : महेश प्रधान
मेकअप तथा हेयर : सेरोमनी ब्युटिपार्लर, जावलाखेल
लोकेसन : हिमालयन जाभा, भैंसीपाटी

आवरण / विचार

नेपालमा मिटू बोल्यो कि पोल्यो

मिटूले ल्याएको एउटा विस्फोट र विद्रोह हो । अब त्यो आवाज दबिँदैन, जसरी पनि उठ्छ । तर, नेपालमा बोल्यो कि पोल्यो जस्तो भएको छ । जसले यौन-दुर्व्यवहारविरुद्ध आवाज उठाउँछ, ऊ झन् दोहोरो पीडामा पर्ने भयो । 'किन बोलिस् ?' भनेर उल्टै दबाब आइरहेपछि बोल्नेहरूलाई पनि 'बेकारमा पो बोलिएछ' भनेजस्तो पर्न थाल्यो ।

तस्विर : महेश प्रधान (मोडलिङमा आधारित)

मानुषी यमि भट्टराई

मिटू आन्दोलनको एउटा लामो ऐतिहासिक पृष्ठभूमि छ । यो एक्लै उठेको र बिल्कुल बेग्लै अभियान होइन । संसारमा महिला आन्दोलनका अनेक धारा छन् । तिनै अनेक धारा, संघर्ष र विचार-विमर्श हुँदै यो आन्दोलन यहाँसम्म आइपुगेको हो । हाम्रो पुस्तामा आएको एउटा ठूलो परिवर्तन सूचना-प्रविधिको हो । र, मिटूले यही प्रविधिको अत्याधुनिक आविष्कारको साथ लियो । यसअघिका सबै आन्दोलनभन्दा मिटू आन्दोलनको अलग्गै विशेषता भनेकै सामाजिक सञ्जालमार्फत यो फैलिनु हो । सामाजिक सञ्जालका माध्यमबाट 'ममाथि पनि हिंसा/दुर्व्यवहार भएको थियो' भनेर सार्वजनिक गर्ने र त्यसमा ऐक्यबद्धता जनाउने अभियानै चल्यो । तसर्थ यो अभियान महिला आन्दोलनमा नयाँ युगको ट्याक्टिस जस्तो बनेर पश्चिमबाट फैलिँदै-फैलिँदै हाम्रो भूगोलसम्म आइपुग्यो ।

नेपालमा भने मिटूले धेरै व्यापकता लिन सकेन । एक त हाम्रो जुन सामाजिक, आर्थिक र सांस्कृतिक धरातल छ, त्यसले प्रविधिसँगै जोडिएर आएको मिटू अभियानलाई आत्मसात् गर्न सकेन । यसका केही कारण छन् । पहिलो, सामाजिक सञ्जालसँगै यो फैलिएको हो तर नेपालका धेरैभन्दा धेरै मान्छेको पहुँच सामाजिक सञ्जालमा छैन । हातहातमा मोबाइल पुग्ने र प्रविधिमा पहुँच हुनेहरूले पनि के प्रयोजनका लागि त्यसको प्रयोग गरिरहेका छन् भन्ने कुरा मुख्य हुन्छ । प्रविधि-प्रयोग पनि वर्गअनुसार भिन्न हुन्छ । दोस्रो, यहाँको राजनीतिक आन्दोलनमा सक्रिय नेतृत्वले यसलाई कसरी ग्रहण गर्छ भन्ने प्रश्न पनि थियो । मिटू जुन स्वरूपमा पश्चिमा मुलुकहरूमा फैलियो, नेपालमा त्यसले त्यसरी नै आकार ग्रहण गर्छ भनेर मैले अपेक्षा गरेकै थिइनँ । नेपालमा आफ्नै ढंगबाट एउटा सुरुवात त भयो । अहिले एक वर्षपछि फर्केर समीक्षा गर्ने बेला भएको छ । यतिबेला राजनीतिक दलसम्बद्ध र गैरदलीय एक्टिभिज्ममा लाग्ने दुवैका अगाडि प्रश्न छ- नेपालमा महिला आन्दोलनको उपस्थिति कहाँ छ ? नेपालमा मिटू अगाडि किन बढ्न सकेन ? मिटूजस्ता अभियानहरूले हामीलाई राजनीतिक आन्दोलनमा थप उर्जा र थप सोच्न प्रेरणा दिन्छन् । तर, जति आवाज उठे, ती किन अगाडि बढ्न सकेनन् ? त्यसबाट हामीले के पाठ सिक्ने ? हामी कहाँ किन अड्क्यौं ? यो अवरोध चिर्नका निम्ति के गर्नुपर्छ ?

मिटू मास मुभमेन्ट होइन । यो सडकबाट उठेको पनि होइन तर यसलाई सडकमा लैजान नसकिने होइन । अहिले मुद्दामा आधारित तर विकेन्द्रित आन्दोलनहरू भइरहेका छन् । तत्कालीन मुद्दाकेन्द्रित आन्दोलनमा युवाहरूको चासो देखिएको छ । अघिल्लो एक दशक (०५०-०६०) विचारधाराको नाममा संगठित र ठूलो आन्दोलन भयो । नेपाली राजनीतिक आन्दोलनको मूलधार लामो समय

> मिटू कार्यक्षेत्रमा भएको यौनदुर्व्यवहारविरुद्धको आवाज पनि हो। यो श्रमक्षेत्रसँग सीधै जोडिएको छ। श्रमिक महिलाको सम्मानसँग जोडिएको हुनाले हामीले कार्यक्षेत्रहरुका लागि यौन दुर्व्यवहारसम्बन्धी कानुन कस्तो बनाउने भन्नेतिर बहस केन्द्रित गर्न सक्दा मिटू अभियानले सार्थकता पाउनेछ।

सबै वर्ग, लिंग, जाति, क्षेत्रलाई एउटै विचारधाराले समेट्छ भन्ने बुझाइमा सञ्चालन भयो । त्यसको व्यावहारिक प्रयोग पनि एक चरण भइसक्यो । भर्खर-भर्खर राजनीतिमा चासो राख्ने नयाँ युवाहरूको ग्रान्ड न्यारेटिभभन्दा तत्कालीन मुद्दाकेन्द्रित आन्दोलनमा रुचि देखिन्छ । त्यसकारण मिटूजस्ता अभियानले ठूलो सडक आन्दोलनको रूप लिन सक्दैनथे । अर्कोतिर, मिटू मुद्दाकेन्द्रित आन्दोलन हुँदा पनि सबै महिलाहरू एकै ठाउँमा आएर बोल्ने स्थिति बन्न सकेन । मिटू एउटा साझा इस्यु त हो । तर, सबैका इस्युका फरक-फरक कथाहरू थिए, छन् । त्रिभुवन विश्वविद्यालय (त्रिवि) को बेग्लै कथा थियो । जो विद्यार्थी पीडित थिए, तिनीहरूमध्ये कोही विदेश पढ्न गइसकेका थिए । कोही यतै आफ्नो बेग्लै करिअरमा पुगिसकेका थिए । थिएटरमा पनि त्यही क्षेत्रका साथीहरू झन् निराश र झन् एक्लिनुपर्ने अवस्था बनेपछि थप जोखिम मोल्न नचाहने र नसक्ने अवस्था आयो । पीडितका पक्षमा आवाज उठाउने साथीहरू थिएटर समुदायभित्र एकदमै कम हुनुभयो । त्यसकारण यसलाई संगठित अभियानका रूपमा सञ्चालन गर्न चुनौती देखिएको हो । यसमा हामीले पनि आत्मसमीक्षा त गर्नैपर्छ ।

मिटू आन्दोलन नेपालमा संख्यात्मक र गुणात्मक दुवै रूपले कमजोर देखिएकै हो । त्यसको कारण खोतल्न अध्ययनै गर्नुपर्छ । नेपाली समाजका केही विशेषता छन्, जहाँ हरेक व्यक्तिका सम्बन्धहरू मल्टिपल नेटवर्कमा छन् । राजनीतिमा, सरकारी निकायमा, जातीय संस्थाहरूमा, पेसागत र वर्गीय संगठनहरूमा, कतै न कतै सम्बन्ध नजोडिएको कोही छैन । यस्ता बलिया नेटवर्कहरूले बलियो सामाजिक पुँजी निर्माण गर्छ । र, त्यसरी नेटवर्कहरूबाट बनेको सामाजिक पुँजी प्रायः पुरुषहरूको हातमा हुन्छ । त्यसकारण ती साना-साना नेटवर्कहरूमा

जोडिएको मान्छेलाई त्यसैभित्रबाट हत्तपत्त प्रश्न गर्ने मान्छे हच्कन्छ। त्रिविमा मिटूमा मुछिएका प्रा. कृष्ण भट्टचनका सम्बन्धमा कतिपय जनजाति महिलालाई सार्वजनिक रूपमा बोल्न गाह्रो भएको मैले प्रत्यक्ष महसुस गरेकी थिएँ। व्यक्तिगत रूपमा त्यो घटना भएको हो भन्ने विश्वास भएका साथीहरू पनि सार्वजनिक रूपमा उहाँलाई बहिष्कार नै गर्ने कि नगर्ने भन्ने दुविधामा हुनुभयो। यस्तो समस्या अरू क्षेत्रमा पनि त्यत्तिकै छ।

राजनीतिक दलमा कुन नेतासँग कसको कस्तो सम्बन्ध छ र को कुन गुटसँग निकट छ भन्ने आधारमा बोल्ने र नबोल्ने हुन्छ। महिलाको मुद्दामा एक ढिक्का हुनुभन्दा आ-आफ्नो गुटका नेताहरूले जे भन्छन्, त्यही गर्न महिलाहरू अभिशप्त छन्। यौन दुर्व्यवहारकै विषयमा पनि आफ्नो पक्षको नेता मुछिएको छ भने मौन बसिदिने र फरक गुटको नेता हो भने अलि बढी चर्चा गर्ने प्रवृत्ति छ। त्यसका लागि महिला नेतृत्व दोषी छैन। राजनीतिको मूलमा रहेको पितृसत्ताको संरचना र इतिहासले थुप्रै महिलाहरूलाई पनि पितृसत्तात्मक सोचबाट ग्रसित तुल्याएको हुन्छ। त्यो संरचनाले पुरुषलाई मात्रै पितृसत्तात्मक बनाउँदैन, महिलालाई पनि त्यसरी नै सोच्ने बनाउँछ। नेपालको राजनीतिक आन्दोलनमा (म वामपन्थी आन्दोलनसँग जोडिएकाले मूलतः वाम राजनीतिमा) वर्गीय मुद्दाको समाधानले जातीय, लिंगीय मुद्दा पनि स्वतः हल हुन्छन् भन्ने दृष्टिकोण राखिन्थ्यो। महिलाका मात्रै छुट्टै मुद्दा उठाउन खोज्दा 'महिलावादी' भनेर लाञ्छित गर्ने प्रवृत्ति सबै पार्टीमा छ। त्यसले गर्दा पनि राजनीतिक आन्दोलनले मिटूलाई खासै महत्त्व दिएन। कतिले यसलाई बुर्जुवा महिला आन्दोलन भने। कुनै पनि आन्दोलन (जसले उठाएको भए पनि) त्यो सत्य, न्याय र समानताका पक्षमा छ कि छैन भनेर हामीले हेर्नुपर्छ। योभन्दा क्रान्तिकारी फड्को मार्न पनि नसक्ने अनि बल्लबल्ल भइरहेका अभियानलाई पनि बुर्जुवा ट्याग लगाएर राजनीतिक दलहरू उम्किन मिल्दैन। दलहरूभित्रै दुर्व्यवहार भयो भने कहाँ बोल्ने? त्यसका लागि जिम्मेवार राजनीतिक दलले आ-आफ्नो पार्टीभित्र दुर्व्यवहार हेर्ने निकाय/संरचना बनाउनु पर्छ।

मिटूले अब योगदान गर्नुपर्ने यौन दुर्व्यवहारविरुद्धको नीति निर्माण नै हो। महिला-पुरुष सम्बन्धमा के के स्वीकार्य हुन्छ? के हुँदैन? प्रेम भनेको के हो? सम्बन्ध कस्तो हुन्छ? कस्तो अवस्थामा उजुरी गर्न पाउने हो? सम्बन्धभित्र शक्ति सम्बन्धले कतिको असर पार्छ? हाम्रो समाजको शक्ति-सम्बन्धमा प्रायः पुरुषहरू नै माथि हुन्छन्। कहिलेकाहीँ दुवै पक्षको गल्ती देखिँदा पनि शक्ति सम्बन्धमा माथि हुनेले बढी जिम्मेवारी लिनुपर्छ। यस्ता विषयमा कार्यक्षेत्रहरूभित्रै बहस हुन थाल्यो र नियमहरू बन्न थाले भने मात्रै मिटू अभियानले सार्थकता पाउनेछ। ठोस नीतिगत व्यवस्था नहुँदा कतिले यसलाई गसिप गर्ने विषय मात्रै ठानेका छन्। कतिले कोहीप्रति रिस पोख्ने वा ईर्ष्या साँध्ने माध्यम मात्रै बन्ला कि भन्ने प्रश्न उठाएका छन्। कसैले आफ्नो स्वार्थका लागि मिटू अभियानलाई दुरुपयोग गरिदिन सक्छ वा कुनै पुरुषको करिअर खराब पारिदिन महिलाले यसको प्रयोग गर्न सक्छन् भन्ने प्रश्न पनि उठेको छ। त्यसको निराकरण गर्नका लागि पनि हामीले नीतिगत व्यवस्था गर्नैपर्छ।

कन्क्लेभमा मिटू बहस

कान्तिपुर कन्क्लेभ २०२० मा मिटूबारे बहस हुने भएको छ। कान्तिपुर मिडिया ग्रुपको आयोजनामा शुक्रबार र शनिबार काठमाडौंमा हुने कन्क्लेभको दोस्रो दिन 'नेपालमा मिटू किन अगाडि बढ्न सकेन?' विषयमा छलफल हुने भएको हो। बहसमा नाट्यकर्मी आकांक्षा कार्की, अधिवक्ता दुर्गा कार्की र नेतृ मानुषी यमि भट्टराई सहभागी हुने छन्।

> 'दलहरूभित्रै दुर्व्यवहार भयो भने कहाँ बोल्ने? त्यसका लागि जिम्मेवार राजनीतिक दलले आ-आफ्नो पार्टीभित्र दुर्व्यवहार हेर्ने निकाय/संरचना बनाउनु पर्छ।'

मिटूले ल्याएको एउटा विस्फोट र विद्रोह हो। अब त्यो आवाज दबिँदैन, जसरी पनि उठ्छ। तर, नेपालमा बोल्यो कि पोल्यो जस्तो भएको छ। जसले यौन-दुर्व्यवहारविरुद्ध आवाज उठाउँछ, ऊ झन् दोहोरो पीडामा पर्ने भयो। 'किन बोलिस्?' भनेर उल्टै दबाब आइरहेपछि बोल्नेहरूलाई पनि 'बेकारमा पो बोलिएछ' भनेजस्तो पर्न थाल्यो। पीडितहरूमाथि नै नैतिक प्रश्न उठाउनेजस्तो परिवेश बनेपछि झन् पीडित हुनका लागि किन बोल्ने भन्ने प्रश्न स्वाभाविकै उठ्ने भयो। त्यस्ता केही उदाहरण पनि देखिए। तर, अबको निकास त्यसरी पछि हट्नु होइन। समाजबाट पूर्णतः यौन दुर्व्यवहार हटाउनका निम्ति यो दण्डनीय व्यवहार हो भन्ने स्थापित गर्नुपर्छ। अहिले भनिँदै छ- मिटूलाई कसैसँग रिस साँध्ने माध्यम बनाइयो, यो बदला लिने स्तरमा झर्‍यो आदि-इत्यादि। अपवाद त पक्कै हुन्छन्। तर, अपवादलाई नै मुख्य कुराझैं बढाइचढाइ गरिएको छ। यस्तो पहिले अरु आन्दोलनमा पनि हुन्थ्यो। अपवादमै पनि मिटूको गलत ढंगले दुरूपयोग नहोस् भन्नका लागि महिलाहरू जति सचेत हुनपर्छ, त्योभन्दा धेरै पुरुषहरू जागृत र शिक्षित हुनु आवश्यक छ। किनभने हाम्रो समाजको संरचना र शक्ति सम्बन्धका कारण प्रायः सबै क्षेत्रको निर्णायक ठाउँमा पुरुषहरू नै छन्। सँगसँगै केन्द्रिकृत र विकेन्द्रित दुवै हिसाबले नीति निर्माण गर्न सक्यौं भने यसको गलत ढंगले प्रयोग हुन सक्दैन। नियम-कानुन नहुँदा र दुर्व्यवहार निरुत्साहित गर्ने संरचना नहुँदा नै वैकल्पिक ढंगले महिलाहरूले आफ्नो पीडा सामाजिक सञ्जालमा पोख्नु परेको हो। त्यसो पनि गर्न नपाए के गर्ने त? समाजमा दुर्व्यवहार त छ, वर्षौंदेखि यसलाई लुकाएर र दबाएर राखिएको त छ। मिटूले कम्तीमा गरेको त्यही हो- अब यो दबाएर दबिँदैन। छरपस्ट आएपछि यसलाई व्यवस्थापन गर्ने दायित्व हामी सरकार, मिडिया, राजनीतिक दल, राजनीतिक अभियन्ता सबैको हो।

जो-जो महिलाहरू आफूमाथि दुर्व्यवहार भएको भनेर बोले, बोलेपछिको समयमा उनीहरू झन् दोहोरो पीडामा परेका छन्। थिएटरसँग सम्बन्धित कतिपय साथीहरूले भन्नुहुन्थ्यो- पीडित र पीडकहरूको बीचमा रहेका त्यही क्षेत्रका मान्छेको भूमिका झन् बढी निराशाजनक भयो। सबैभन्दा समस्या उत्पन्न गर्ने खालको भूमिका त्यहींबाट भयो भनेर उहाँहरूले सुनाउनुभएको थियो। त्रिविमा प्राध्यापक भट्टचन मिटूमा मुछिनुभएपछि त्यहाँ पनि त्रिवि, प्राध्यापक र जनजाति समुदायमा विभाजन देखियो। उहाँलाई कमजोर पार्न पो यो विषय उछालिएको हो कि भन्ने प्रश्न पनि उठे। त्रिविका पदाधिकारीहरूले त्यो विषयलाई गम्भीरतापूर्वक लिएको भए र जिम्मेवार ढंगले छानविन गरेको भए बीचमै सामसुम हुन्थेन। त्रिविले त्यसको अपनत्व नलिएका कारण अरुलाई अगाडि बढ्ने आँट आएन। भन्ने ठाउँ पनि नदिने, कोही बोल्यो भने पनि 'किन बोलेको?' भनेर उल्टै दबाब दिने काम सोही क्षेत्रभित्रबाट भयो।

नेपालमा लामो समयको संघर्षपछि पुरानो व्यवस्था भत्काएर हामीले नयाँ संविधान बल्लबल्ल निर्माण गरेका छौं। अब यो संवैधानिक व्यवस्थालाई सञ्चालन गर्न नयाँ संरचनाहरू निर्माण गर्नुपर्ने बेलामा हामी छौं। यस्तो बेलामा मिटू वा कार्यस्थलमा यौन दुर्व्यवहारजस्ता लामो समयसम्म दबाएर राखिएका मुद्दाहरूको सम्बोधन गर्ने नीति र संरचना निर्माणमा राजनीतिक दलहरूको ध्यान पुग्नुपर्छ। यौन दुर्व्यवहारका बारेमा यसअघि बोल्ने पर्याप्त वातावरण पनि थिएन, दुर्व्यवहारलाई सम्बोधन गर्ने शब्दावली पनि थिएनन्। अहिले धमाधम नयाँ कानुनहरू बनिरहेका, नयाँ संस्थाहरू खुलिरहेका र पुनःसंरचना भइरहेका बेलामा यौन दुर्व्यवहारसम्बन्धी कानुन निर्माणलाई पनि हामीले बहसको विषय बनाउनु आवश्यक छ। मिटूबारे नेपालमा बहस सीमित छ, तर यसले योगदान गर्न सक्ने ठूलो अवसर नीति निर्माणकै क्षेत्रमा हो। शैक्षिक संस्था, विभिन्न कार्यालय, कार्यस्थलले आफ्ना लागि आफै बेग्लै नीति, नियम र कानुनहरू बनाउन सक्छ। मिटू कार्यक्षेत्रमा भएको यौनदुर्व्यवहारविरुद्धको आवाज पनि हो। यो श्रमक्षेत्रसँग सीधै जोडिएको छ। श्रमिक महिलाको सम्मानसँग जोडिएको हुनाले हामीले कार्यक्षेत्रहरूका लागि यौन दुर्व्यवहारसम्बन्धी नीति, नियम र कानुनहरू कस्तो र कसरी बनाउने भन्नेतिर बहस केन्द्रित गर्न सक्दा मिटू अभियानले सार्थकता पाउनेछ।

तत्काल यौन दुर्व्यवहारविरुद्धको नीति निर्माण र त्यसअनुसारका संरचना निर्माण गर्न संघीय सरकारबाटै केन्द्रीयस्तरको निर्देशिका बनाउनुपर्छ। त्यसपछि फरक-फरक काम, पेसा, कार्यक्षेत्रअनुसारको नीति बनाउन उत्प्रेरित गर्नुपर्छ। शैक्षिक संस्था, मिडिया, सरकारी कार्यालय, रंगमञ्च, सिनेमा वा अरू कुनै पनि कार्यक्षेत्रले आ-आफ्ना लागि यौन दुर्व्यवहारविरुद्ध नीति बनाउनु आवश्यक हुन्छ। कानुनले मात्रै समाज बदलिने होइन, कानुनसँगै हाम्रो मानसिकता बदलिनुपर्छ। त्यो भनेको सांस्कृतिक रूपमा नै समाज नयाँ चेतनामा पुग्नुपर्छ। त्यसका लागि हामीले निरन्तर भेटघाट-छलफल, बहस, अन्तर्क्रिया र संवादहरू चलाउन सक्छौं। तर, अहिले विद्यमान कानुन पनि अपर्याप्त भएकाले सुरुमा त्यसको थालनी गरौं। त्यसो गर्न सक्यौं भने मिटू आन्दोलनले नेपालमा सार्थकता पाउनेछ। र, मिटूबाट हामीले प्रेरणा पायौं भनेर गर्व गर्न सक्छौं।

(समाजवादी पार्टी नेपालकी युवा नेतृ भट्टराईसँग कुराकानीमा आधारित)

आवरण

चलचित्रमा यौन दुर्व्यवहार

कृष्ण भट्टराई

प्रसंग १

अभिनेत्री लक्ष्मी बर्देवालाई एक चलचित्र निर्देशकले 'अडिसन'का लागि भन्दै गोठाटारको एउटा रिसोर्टमा बोलाएर चलचित्रको प्लट सुनाए । कुराकानीको अन्त्यमा तिनले भने, 'फिल्म खेल्ने हो भने लगानी त गर्नुपर्छ ।' लक्ष्मीले पैसा लगानी गरेर अभिनेत्री नबन्ने जवाफ फर्काइन् । ती निर्देशकले वेटरलाई बोलाएर रिसोर्टकै एउटा कोठाको साँचो खोल्न लगाए । लक्ष्मी झसंग भइन् । निर्देशकले युवतीको शरीर नै सम्पत्ति भन्दै शारीरिक सुख चाहेको बताएपछि लक्ष्मी आत्तिइन् । मदिराको नशामा मातेका ती निर्देशक र लक्ष्मीबीच भनाभन हुन थाल्यो । हिम्मत जुटाउँदै उनी रिसोर्टबाट बाहिरिइन् । निर्देशकले उनलाई चलचित्र क्षेत्रमा टिक्नै नदिने, बदनाम गरिदिने भन्दै अपशब्द प्रयोग गरे । ती निर्देशक आज पनि चलचित्र निर्माण तथा निर्देशन गरिरहेका छन् । उनका चलचित्रमा नयाँ महिला अनुहारले अभिनय गर्ने क्रम जारी छ । लक्ष्मी बेलाबेला सोच्छिन्- 'त्यो निर्देशकले अरू महिलामाथि पनि शोषण र दुर्व्यवहार गरिरहेको त छैन ?'

प्रसंग २

अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काले केही व्यक्तिबाट आफूलाई यौन प्रस्ताव आएको खुलासा गरिन् । केही साताअघि एक कार्यक्रममा उनले चलचित्रमा आउनु अघि म्युजिक भिडियोमा काम गरिरहेको बेला कतिपय मानिसले आफूलाई घुमाउरो भाषामा यौन प्रस्ताव राखेको सुनाइन् । त्यस्ता प्रस्ताव बेवास्ता गर्दै अघि बढेको उनले बताइन् । ठूलो ब्यानरका चलचित्रमा काम गर्न पाएकाले आफूलाई कसैले पनि गलत नजरले नहेरेको उनको दाबी छ । निर्देशक निश्चल बस्नेतसँग वैवाहिक जीवनमा बाँधिएपछि आफूलाई हेर्ने सबैको नजर सम्मानित भएको उनी बताउँछिन् ।

प्रसंग ३

अघिल्लो वर्ष कात्तिकमा अभिनेत्री बेनिशा हमालले एउटा टेलिभिजनसँगको अन्तर्वार्तामा एउटा बैंकका लागि गरिएको फोटोसेसन लगत्तै उक्त बैंकका प्रमुख कार्यकारी अधिकृतका तर्फबाट संयोजकले नगरकोट जान प्रस्ताव राखेको खुलासा गरिन् । प्रस्ताव गर्ने व्यक्तिलाई तत्काल गालामा चड्कन हानेको समेत उल्लेख गरिन् ।

प्रसंग ४

चलचित्र सायद-२ की अभिनेत्री स्यारोन श्रेष्ठले पत्रकार सम्मेलन गरेर निर्माता सुनिल रावलले आफूलाई यौन उत्पीडन गरेको आरोप लगाइन् । श्रेष्ठले निर्माता रावलमाथि खराब नियतले व्यवहार गर्ने, छायांकन स्थलमा जिस्क्याउनेदेखि आफ्नो गर्लफ्रेन्ड बन्न दबाब दिनेसम्मका आरोप लगाएकी थिइन् । निर्माताले आफ्नो गर्लफ्रेन्ड बने एयर होस्टेजसम्म बनाइदिने अफर गरेको अभिनेत्रीको आरोप थियो ।

बाँकी पृष्ठ २२ मा

सामाजिक सञ्जालले दुर्व्यवहार घटाएको छ

रक्षासिंह राणा
निर्देशक

यौन दुर्व्यवहारसमाजका हरेक क्षेत्रमा विद्यमान छ । चलचित्र ग्ल्यामर क्षेत्र भएकाले त्यहाँका सानातिना घटनाहरू पनि बाहिर आउँछन्, अन्य क्षेत्रका घटनाहरू बाहिर आउँदैनन्, फरक त्यत्ति मात्र हो । हरेक क्षेत्रका महिलाहरूयौन दुर्व्यवहारको सिकार भइरहेका हुन्छन् । सामाजिक सञ्जालको जमानामा त्यस्तो कुराहरूलाई लुकाएर राख्न समेत गाह्रो हुन्छ । सामाजिक सञ्जालकै कारणले चलचित्र तथा अन्य क्षेत्रहरूमा हुने दुर्व्यवहारमा केही हदसम्म कमीचाहिँ आएकै हुनुपर्छ ।

हाम्रो समाज पुरुषप्रधान छ । त्यसैले चलचित्र मात्र होइन हरेक क्षेत्रका महिलाहरूलाई समाजमा टिक्न गाह्रो छ । आफ्नो खुट्टामा उभिएका, सक्षम महिलाहरूले त्यस्तो दुर्व्यवहार तुलनात्मक रूपले कमै बेहोर्नुपरेको हुन्छ । अस्ति भर्खरै काठमाडौंमा आयोजित एउटा समारोहमा पनि चलचित्रका केही अभिनेत्रीले कति कुरा सोझै भन्नुभयो भने कतिले घुमाउरो पाराले भन्नुभयो । कसैले हिंसा नै हुँदैन पनि भन्नुभयो । म आफैं पनि चलचित्रको प्राविधिक विधामा बसेर काम गर्दै आइरहेकी छु । महिलालाई त्यसै अन्डरइस्टिमेट गरिन्छ । अन्डरइस्टिमेट नै पछि ह्यारेसमेन्टमा परिवर्तन हुन्छ ।

म निर्देशक समाज नेपालको अध्यक्ष भएपछि त्यसप्रकारको गुनासो सुन्नु परेको छैन । महिला चलचित्रकर्मीमाथि हुने दुर्व्यवहारलाई कमगर्न पहिलो कुरा त चेतना हुनु अनिवार्य छ । खासगरी नयाँ अनुहार स्वयं सचेत हुनु आवश्यक छ । आफूमाथि त्यसप्रकारको घटना हुन लाग्यो भने प्रतिकारमा उत्रन डराउनु हुँदैन । कसैले बोलेर, इसारा गरेर अथवा छोएरै पनि दुर्व्यवहार गर्न खोज्छ भने ठाडो शब्दमा 'नो' भन्न सक्नुपर्छ ।

(राणा निर्देशक समाज नेपालकी अध्यक्ष हुन् ।)

आवरण

सबैभन्दा धेरै मिटू राजनीतिमा छ

रेखा थापा, अभिनेत्री

तस्विर : महेश प्रधान

चलचित्र क्षेत्रमा महिला कलाकारहरूमाथि दुर्व्यवहारको अवस्था कस्तो छ ?
महिलाहरूमाथि शोषण नभएको कुनै क्षेत्र छैन होला । चलचित्र क्षेत्रमा पनि कुनै न कुनै रूपमा महिलाहरू शोषित हुनुभएको होला । तर, राम्रो पृष्ठभूमि बनाएर, फाइटर शैलीमा आउने हो भने तपाईंलाई कसैले केही गर्न सक्दैन । आफैं कमजोर हुनुभयो भने जो-कोहीले शोषण गर्न खोज्छ । त्यस्तो शोषणबाट बच्न आफैं बलियो हुनुपर्‍यो, शिक्षित हुनुपर्‍यो ।

क्षमता नभएर पो महिला कलाकारहरू शोषित हुन्छन् भन्न खोज्नुभएको हो ?
क्षमता नभएका महिला मात्र होइन, पुरुष कलाकारहरू पनि शोषित भइरहेको पाएकी छु । क्षमतावान् महिला कलाकारहरूलाई कसैको दबाब, शोषण खेप्नु पर्दैन । शोषण हरेक ठाउँमा छ, तर सबैभन्दा तल्लो लेभलको कुरा मात्र सार्वजनिक हुन्छ । प्रतिष्ठित व्यक्तिहरूको जीवनमा त्यस्ता घटना अझ बढी घटिरहेका होलान्, तर चुप लागिन्छ । गुपचुपमा समाधान गरिन्छ । बाहिर आउने कुरा भनेको त सानो वर्गको मात्र हो ।

चलचित्र क्षेत्रमा मिटूका केही मुद्दा त बाहिरिए नि ?
खै, मैले त्यस्तो सुनेकी छैन । मलाई कसैले आएर ममाथि यौनहिंसा भयो अथवा म मिटूको सिकार भएँ भनेर सुनाएको छैन । फेरि यहाँ पुरुषले मात्र महिलालाई शोषण गरेका छैनन्, महिलाहरूले पनि पुरुषहरूलाई माथि पुग्न भऱ्याङ बनाइरहेका हुन्छन् । भऱ्याङ चढेर माथि पुग्नेबित्तिकै त्यो भऱ्याङलाई नै बिर्सने परिपाटी छ । चित्त बुझेन भने अथवा आफ्नो उद्देश्य पूरा हुनेबित्तिकै महिलाले पुरुषहरूलाई लत्याएका घटना पनि छन् । कति पुरुषहरू त्यसरी टुटेका होलान्, फुटेका होलान् । उनीहरूको वेदनाचाहिँ कसले सुनिदिने ?

चलचित्रमा पुरुष पीडित छन् भन्नुभयो, कसरी ?
हो, मैले त महिला होइन पुरुषमाथि हिंसा भएका सुनेकी छु । महिला कलाकारहरूले पुरुष कलाकारलाई माथि उक्लने भऱ्याङ बनाएर शोषण गरेको सुनेकी छु । कतिपय पुरुष निर्माता अभिनेत्रीबाट शोषित भएको सुन्न पाइएको छ । विगतमा मैले पुरुषहरूका लागि आवाज उठाएकै हो ।

चलचित्र क्षेत्रमा महिलाहरू पीडित छैनन् त ?
शोषणमा पर्दै परेका छैनन् भन्दिनँ । शोषणमा परेका छन् । त्यसलाई कसरी लिने भन्ने कुरा महत्त्वपूर्ण हो । यही क्षेत्रमा करियर बनाउन बाध्य भएर आफ्नो सौन्दर्यलाई प्रयोग गर्नुपर्ने अवस्था पनि छ । वास्तवमा यो गलत हो । यदि तपाईं सौन्दर्यको प्रयोग नगरी आफ्नो क्षमताले चलचित्र क्षेत्रमा टिक्न चाहनुहुन्छ भने आफूलाई सक्षम र सबै प्रकारले योग्य बनाउनुपर्छ । त्यसपछि तपाईंलाई कसैले छुने हिम्मत समेत गर्दैन । चलचित्र पनि समाजकै अंग हो । मैले सबै महिला कलाकारहरू हरेक तरिकाले सुरक्षित छन् नै भन्न खोजेको होइन । तर, उनीहरूमाथि शारीरिक शोषण भइरहेको छ भन्ने कुरा सुनेको भरमा विश्वास गर्ने कुरा पनि आएन । आँखैले देख्नुपर्‍यो नि । बाहिर चलेजस्तो पनि नहोला । चलचित्र क्षेत्रमा कोही न कोही कुनै न कुनै सम्बन्धमा गाँसिएका हुन्छन् । कसैकी श्रीमती, कसैकी दिदी, कसैकी साली अर्थात् कुनै न कुनै सम्बन्धमा बाँधिएका महिला कलाकारहरू छन् । आउट अफ द बक्स आउने महिला कलाकार कम भएकाले त्यस्तो धेरै समस्या नहोला ।

> मलाई कसैले आएर ममाथि यौनहिंसा भयो अथवा म मिटूको सिकार भएँ भनेर सुनाएको छैन । फेरि यहाँ पुरुषले मात्र महिलालाई शोषण गरेका छैनन्, महिलाहरूले पनि पुरुषहरूलाई माथि पुग्न भऱ्याङ बनाइरहेका हुन्छन् ।

बलिउडमा मिटू अभियानले ठूलै रूप लियो, नेपालमा किन नउठेको होला ?
बलिउडमा भयो भन्दैमा नेपालमा पनि जबर्जस्ती मिटू अभियान हुनुपर्छ भन्ने कुरा सान्दर्भिक लाग्दैन । कसैको कसैसँग अफेयर थियो होला, कसैको ब्रेकअप भयो होला । ब्रेकअप भएपछि बोलौं न त बोलौं भनेर उकासेर हुने होइन । कसैलाई वास्तवमै त्यस्तो भएको छ भने बाहिर आएर बोल्न सक्नुपर्‍यो नि ! चलचित्र क्षेत्रका पुरुषहरू त्यति अमानवीय होलान्जस्तो त लाग्दैन । रिस उठेकै भरमा मिटू अभियान लगाइदिउँ न भन्ने कुरा हुँदैन होला नि । म त राजनीतिमा सबैभन्दा बढी मिटू देख्छु । राजनीतिक क्षेत्रमा शारीरिक, मानसिक र अन्य हिसाबले मिटू भइरहेको सुन्छु । नेपालमा मिटू अभियानलाई कडाइका साथ लागू गर्ने हो भने राजनीतिक क्षेत्रबाट त्यसको थालनी गर्नुपर्छ, अनि मात्र यो अभियानले सफलता पाउने छ ।

राजनीतिलाई नै किन आरोपित गर्नुभएको ?
राजनीतिमा लागेका पुरुषहरू र उच्च तहका नेताहरू परिवर्तन हुन जरुरी छ । राजनीतिका महिलाहरूले आफ्नो क्षमतामा विश्वास गर्न अनिवार्य छ । कसैकी श्रीमती, कसैकी छोरी, कसैकी बहिनी, कसैकी साली, कसैकी प्रेमिका भएर सत्तामा आउने क्रम रोकिनुपर्छ । यिनै कारणहरूले गर्दा त्यहाँ केही न केही गडबड देखिन्छ । त्यो त जनताले नै अनुभव गरिसकेका छन् । केही उदाहरण त भर्खरै मात्र पनि देखिएकै हो । नेताका कार्यकर्ताहरूलाई गएर सोध्नुहोस्, उनीहरूका स्वकीय सचिवहरूलाई सोध्नुहोस् । यस विषयमा उनीहरू बोल्छन् कि बोल्दैनन् ? महिला नेतृहरूका पनि पीए होलान्, बोल्छन् कि बोल्दैनन् ? म त भन्छु मिटू जताततै छ । केही अघि एक जना मुख्यमन्त्रीलाई नै मिटूको अभियोग लागेको होइन र ? खै के भयो ? रोशनी काण्डमा के भयो ? नेपालमा यस विषयमा कसैले पनि बोल्दैनन् । किनभने अभ्यास नै छैन । सबैलाई राम्री र चरित्रवान् देखिने भ्रम छ । भित्र खोक्रो भए पनि बाहिर सुन्दर बनेर देखाउनु छ । भ्रममा बाँच्ने र आत्मरतिमा बाँच्ने हाम्रो बानी छ । जबसम्म हामी आत्मरतिमा रमाइरहन्छौं, यो भइरहन्छ ।

पृष्ठ २० बाट

चलचित्रमा...

चलचित्रकर्मीहरूकै पहलमा त्यो मुद्दालाई साम्य बनाइयो ।

यी उदाहरणहरूले भन्छन्– चलचित्रको रंगीन संसारमा करियर बनाउन आउने नयाँ अनुहारलाई सजिलो छैन । ठूलो नाम भएका र शक्तिशाली भूमिका भएका पुराना अनुहारले महिला कलाकारलाई शारीरिक तथा मानसिक शोषण गरेका कति घटना सार्वजनिक नै नभई हराएका हुन्छन् । त्यसविरुद्ध निकै कमले मात्र खुलेर आफ्नो आवाज बुलन्द पारेका छन् । जसले आवाज उठाउने हिम्मत गरे, उनीहरूको आवाज नै मधुरो बनाउन चलचित्र क्षेत्र लागिपरेको देखिन्छ । एक दर्जनभन्दा बढी चलचित्रमा अभिनय गरिसकेकी लक्ष्मी बर्देवाले चलचित्र क्षेत्रमा नराम्रा मानिसहरू पनि उत्तिकै भएको बताउँछिन् । 'मलाई गलत प्रस्ताव गर्ने निर्देशकले त्यसअघि र पछि अरुलाई पनि पक्कै आफ्नो सिकार बनायो होला', उनले भनिन्, 'सम्झेर पनि म झसंग हुन्छु ।'

बोलेपछि निम्तिने परिणामलाई झेल्न सक्ने आँट नहुने भएकाले पीडितहरू बोल्न हिम्मत नगर्ने बर्देवाको बुझाइ छ । अर्की एक अभिनेत्रीको धारणा पनि त्यस्तै छ । उनी भन्छिन्– 'पीडितहरूले बोल्न गाह्रो नै हुन्छ, किनभने उनीहरूलाई अभिनय क्षेत्रमै करियर बनाउनुपर्ने हुन्छ । बोल्न थाल्यो भने करियरबाटै हात धुनुपर्ने अवस्था आउन सक्छ ।' अभिनेत्री रेखा थापा भने पुरुषमाथि आत्मनिर्भर हुन छाडेकै दिनदेखि समाजमा महिलामाथि हुने हिंसामा स्वतः कमी आउने दाबी गर्छिन् ।

नेपाली चलचित्रकी पहिलो अभिनेत्री भुवन चन्दको अनुभव भने बेग्लै छ । उनको समयमा केही वर्षको अन्तरालमा निकै थोरै चलचित्र निर्माण हुने भएकाले निर्माताको संख्या पनि कमै हुन्थ्यो । 'त्यो बेला एउटा परिवारका सदस्यको हिसाबले काम गरिन्थ्यो,' भुवनले भनिन्, 'पारिश्रमिक कम हुन्थ्यो, अभिनयलाई करियर बनाउने सपनै हुन्थेन । तसर्थ कसैले कसैलाई शोषण गर्नेबारेमा सोच्नसमेत सक्दैनथ्यो ।'

कानुनमा के छ ?

मिटू कार्यस्थलमा हुने यौन हिंसाविरोधी अभियान हो । नेपालमा केही वर्ष पहिले नै यससम्बन्धी ऐन आएको थियो । कार्यस्थलमा हुने यौनजन्य दुर्व्यवहार (निवारण) ऐन, २०७१ अनुसार सरकारी कार्यालय तथा निजी संघ-संस्थामा महिला, पुरुष वा अन्यमाथि हुने कुनै पनि किसिमको यौन हिंसाबारे उजुरी गर्न सकिनेछ । त्यस्तो उजुरी प्रमाणित भए दोषीलाई ६ महिना कैद र ५०

> यौनजन्य क्रियाकलापका लागि प्रस्ताव गरेमा वा यौनजन्य आशयले जिस्काएमा पनि दुर्व्यवहार मानिएको छ । त्यस्तै, त्यस्तो क्रियाकलाप देखाउनेविरुद्ध महिलाले मात्रै नभई जोकसैले आफूमाथि हिंसा भएको ठाने उजुरी गर्न सक्ने उल्लेख छ ।

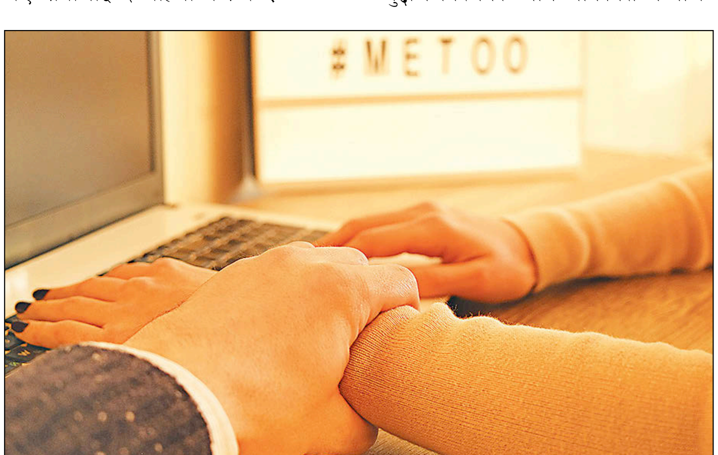
हजार रुपैयाँ जरिवाना वा दुवै हुन सक्ने व्यवस्था ऐनले गरेको छ ।

ऐनको दफा ४ मा लेखिएको छ, 'कसैले आफ्नो पद, शक्ति वा अधिकारको दुरुपयोग गरी कुनै किसिमको दबाब, प्रभाव वा प्रलोभनमा पारी वा हतोत्साहित गरी कुनै कर्मचारी वा सेवाग्राहीलाई कार्यस्थलमा यौनजन्य आशयले शरीरको कुनै अंगमा छोएमा वा छुने प्रयास गरेमा, अश्लील तथा यौनजन्य क्रियाकलापसँग सम्बन्धित शब्द, चित्र, पत्रपत्रिका, श्रव्य, प्रदर्शन गरेमा यौनजन्य दुर्व्यवहार गरेको मानिनेछ ।'

यौनजन्य क्रियाकलापका लागि प्रस्ताव गरेमा वा यौनजन्य आशयले जिस्काएमा पनि दुर्व्यवहार मानिएको छ । त्यस्तै, त्यस्तो क्रियाकलाप देखाउनेविरुद्ध महिलाले मात्रै नभई जोकसैले आफूमाथि हिंसा भएको ठाने उजुरी गर्न सक्ने उल्लेख छ । दुर्व्यवहार भएको तीन महिनाभित्र उजुरी गर्नुपर्ने प्रावधान छ ।

हलिउडदेखि बलिउडसम्म मिटू

तीन वर्षअघि हलिउड अभिनेत्री एलिसा मिलानोले गरेको एउटा ट्विटपछि 'मिटू' अभियान विश्वव्यापी भएको थियो । मिलानोले आफ्नो ट्विटर हेन्डलमा एउटा स्क्रिनसटसहित एउटा ट्विट गर्दै लेखेकी थिइन्– 'यदि तपाईं यौन हिंसामा पर्नुभएको छ भने यो ट्विटरमा 'मिटू' कमेन्ट गर्नुहोस् ।' मिलानोको उक्त ट्विटपछि हरेक पेसा तथा व्यवसायका महिलाहरूले महिला यौन हिंसाविरुद्ध आफ्नो धारणा व्यक्त गर्न थाले । हलिउडका चलचित्र निर्माता हार्वे विन्स्टिनविरुद्ध त केही अभिनेत्रीले यौन दुर्व्यवहारकै आरोप लगाए । अदालतमा ८० भन्दा बढी पीडितले ती निर्माताविरुद्ध मुद्दा नै दर्ता गरे । हलिउडको उक्त मुद्दाले विश्वको ध्यान आकर्षित गऱ्यो ।



तस्बिर : सटरस्टक

निर्मातालाई जेल सजाय नै भयो ।

त्यसो त सन् २००६ ताका अमेरिकी मानवअधिकारकर्मी तराना बुर्केले यौन हिंसामा परेका महिलालाई 'मिटू अर्थात् म पनि तिमीजस्तै यौन हिंसा पीडित हुँ' भन्ने आशयको सहमति निर्माण गर्न थालेको सार्वजनिक अभियानबाट प्रारम्भ हुन्छ । हलिउडबाट प्रारम्भ भएको मिटू अभियान सन् २०१८ मा भारतमा प्रवेश भयो । बलिउडका थुप्रै नाम चलेका अनुहारलाई यौन हिंसाको आरोप लाग्यो । नाना पाटेकरदेखि अनु मलिकसम्मका सेलिब्रेटीहरू आरोपमा मुछिए । अभिनेत्री कंगना रनावतले निर्देशक विकास बहलविरुद्ध यौन हिंसाकै आरोप लगाइन् भने अभिनेत्री तनुश्री दत्ताले नाना पाटेकरविरुद्ध त्यस्तै आशयको आरोप लगाइन् ।

अभिनेत्री कंगना रनावटले बलिउड प्रवेश गरेको प्रारम्भिक वर्षहरूमा आफू कास्टिङ काउचको सिकार भएको खुलेरै स्विकारेकी छिन् । कुनै बेलाकी चर्चित अभिनेत्री ममता कुलकर्णीले पनि आफू कास्टिङ काउचको सिकार भएको बताएकी थिइन् । उनलाई बलिउडका स्थापित निर्देशकले आफ्नो यौनशोषण गरेको दाबी गरेकी छिन् । अभिनेत्री रीता गोलानले निर्देशक सुभाष घईमाथि नै यौनशोषणको आरोप लगाइन् । अभिनेत्री कल्की कोचलिनले पनि आफूमाथि यौन शोषण भएको खुलासा गरेकी थिइन् । अभिनेत्रीहरू टिस्का चोपडा, पायल रोहतनी, तनुश्री दत्ता आदिले पनि आफूमाथि यौनशोषण भएको खुलेर बताएका थिए । इन्डियन आइडलका निर्णायक तथा संगीतकार अनु मलिक दुर्व्यवहारको आरोप लागेपछि निर्णायकको कुर्सीबाटै बाहिरिन बाध्य भएका थिए ।

नयाँ अनुहारका लागि डरलाग्दो अवस्था छ

लक्ष्मी बर्देवा, अभिनेत्री

चलचित्र क्षेत्रमा हुने यौन दुर्व्यवहारविरुद्ध आवाज नउठ्ने कारण के होला ?

पीडित हुनेहरूलाई सुरक्षाको अनुभूति र आत्मविश्वास नभएर त्यस्तो भएको हुनुपर्छ ।

चलचित्र क्षेत्रको मिटू अभियान त रोकियो होइन ?

मिटू भन्नेबित्तिकै यौन हिंसाको कुरा आउँछ । हाम्रो चलचित्र क्षेत्रमा पीडा दिनेले भन्दा पीडित हुनेले झन् धेरै सास्ती खेप्नुपर्ने अवस्था छ । पीडकले त्यो कुरा बताइसकेपछि पीडितलाई कारवाही हुनुको साटो उसकै बचाउमा चलचित्र क्षेत्र नै उभिएपछि यो अभियान नरोकिने सवालै छैन ।

दुर्व्यवहारबारे चलचित्र क्षेत्रका महिला कलाकारहरु किन कम बोलेका होलान् ?

पीडितहरू बोल्न डराउँछन् किनभने बोल्यो भने आफू नै असुरक्षित हुने सम्भावना हुन्छ । कतिपयले त चर्चामा आउन त्यसरी बोलेको हो पनि भनिदिन्छन् । चलचित्र क्षेत्रमा आजसम्म जे-जति मिटूका कुराहरू उठेका छन्, परिणाम के आयो त ?उल्टै पीडितले नै दुःख पाउने अवस्था आएन र ? पीडितलाई नै हानी भयो । यस्तो भएपछि खुलेर बोल्न को अघि सर्ने ?

चलचित्र क्षेत्रमा यौन दुर्व्यवहार अहिले पनि छ त ?

यो मान्छेको नियतमा भर पर्ने कुरा हो । पीडा दिनेहरूको नियत नराम्रो भएपछि यस्ता घटनाहरू हरेक दिन दोहोरिन्छन्, तेहेरिन्छन् । पावरमा हुनेहरू (निर्माता/निर्देशक) ले आफ्नो क्षमतालाई त्यसरी नै मिसयुज गरिरहेका छन् । हिरोइनसँग अफेयर गर्न पाइन्छ, मसँग केटीहरू त्यसै पट्टिन्छन् भन्ने सोचेर आउने निर्माता/निर्देशकहरू यो क्षेत्रमा र हुन्जेल यौन हिंसा रोकिनेवाला छैन ।

कस्ता व्यक्तिहरु बढी पीडित हुनुपरेको छ ?

नयाँअनुहारहरूका लागि सधैं नै डरलाग्दो अवस्था छ । पुराना अनुहारलाई समेत नयाँ चलचित्रको कुरा गर्ने क्रममा पठाइने म्यासेजमा म फलानो, फलानो देशबाटभन्ने चलन छ । कुन देश भनेर किन जोड्नु, त्यसो भनेको नयाँ अनुहारलाई पहिलो म्यासेजबाट प्रभावमा पार्ने दाउ होइन र ?

पीडितहरू संगठित हुन किन नसकेका होलान् ?

असुरक्षाका कारण त्यस्तो भएको हो । कसैले आफू दुर्व्यवहारमा परेको प्रसंग निकाल्ने बित्तिकै धेरै कुरा सँगसँगै जोडिएर आउँछन् । हरेक व्यक्तिको परिवार हुन्छ, समाज हुन्छ, आफन्त हुन्छन् । आफूलाई परेको अन्यायबारे बोल्दा 'त्यो क्षेत्रमै किन गएकी ? त्यो क्षेत्र नै छाडिदिनु नि' भन्ने सुझाव दिन थालिन्छ । कुनै पनि बुवा-आमालाई आफ्नी छोरी असुरक्षित होस् भन्ने लाग्दैन । त्यसैले पनि कतिपय नयाँ अनुहारले आफूमाथि भएका नराम्रा घटनालाई चाहेर पनि व्यक्त गर्न सक्दैनन् ।

पीडकलाई कसरी कारवाही गर्नुपर्छ भन्ने ठान्नुहुन्छ ?

उनीहरूको मानसिकता परिवर्तन नभएसम्म केही हुँदैन । उनीहरूको सोचमा महिला कलाकारप्रति रेस्पेक्ट भन्ने चिज आउनुपऱ्यो नि । केटी खेलाउन पाउँछु भन्ने सोच लिएर अघि बढेका मानिसलाई कसरी रोक्न सकिन्छ ? समाजको पुरुषवादी चिन्तनले नै उनीहरूको हिम्मत बढिरहेको हुन्छ । हाम्रो समाज नै पुरुषवादी चिन्तनले ग्रस्त छ । पुरुषहरूलाई केटी मान्छे अघि बढेको मन परेको छैन । जुन घटनामा पनि केटीकै गल्ती खोजिन्छ । कुनै बलात्कारको प्रसंग आयो भने केटीले लगाएको छोटा कपडालाई दोष दिइन्छ ।

यसको समाधानचाहिँ कसरी हुन्छ ?

समाजको साथ चाहिन्छ । पीडितहरू एकजुट भएर पीडकलाई नांगेझार बनाउन सक्नुपऱ्यो । पाँच जनाले एउटै व्यक्तिमाथि औंला उठाए त कारबाही गर्न सकिएला नि । चलचित्र क्षेत्रबाटै निष्कासित गर्न सकिएला नि । तर, यहाँ त पीडकहरू नै हावी भैरहेका छन् । नयाँ-नयाँ चलचित्रहरू बनाइरहेका छन् । ती चलचित्रमा आबद्ध हुने नयाँ अनुहारले के-के भोग्नुपऱ्यो होला भन्ने सोचेरै आङ जिरिङ्ग हुन्छ ।

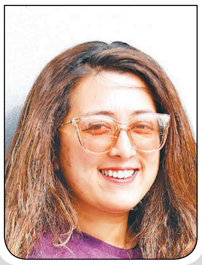
नेपालमा मिटू

अमेरिकी अभियन्ता टराना बर्कले सन् २००६ मा यौन दुर्व्यवहारविरुद्ध मिटू अभियान सुरु गरिन् । २०१७ को अक्टुबर १५ मा अभिनेत्री अलिसा मिलानोले यौन हिंसा वा दुर्व्यवहारमा परेका महिलाले मिटू लेख्न आग्रह गरिएको ट्विट गरिन् । त्यो रातारात भाइरल भयो र अभियान पनि विभिन्न देशमा फैलियो ।

अभियान अघि बढ्दै जाँदा बिल कस्बी, लुई सीके, केभिन स्पेसी, अजिज अन्सारी, जेम्स फ्र्यांको, मोर्गन फ्रिम्यानलगायतका सेलिब्रिटीले गरेको यौन दुर्व्यवहार सार्वजनिक भयो । भारतमा विदेश राज्यमन्त्री एमजे अकबरले गरेको यौन उत्पीडन सार्वजनिक भयो र उनले पदबाट राजीनामा दिनुपर्‍यो । सिनेमा क्षेत्रमा निर्देशक विकास बहल, साजिद खान, अभिनेता नाना पाटेकर, संगीतकार अनु मलिकलगायतको यौन दुर्व्यवहार सार्वजनिक भयो । "हिन्दुस्तान टाइम्स"का राजनीतिक ब्युरो प्रमुख प्रशान्त झाले पनि यसै कारण राजीनामा दिनुपर्‍यो ।

नेपालको सन्दर्भमा पूर्वमेयर तथा प्रदेश ३ का भौतिक योजना मन्त्री केशव स्थापितलाई यौन दुर्व्यवहारको आरोप लाग्यो । अन्य केही घटना पनि सार्वजनिक भए । गत बर्ष जब रंगमञ्चमा सक्रिय केही महिला कलाकारहरूले आफूमाथि भइरहेको यौन दुर्व्यवहारबारे एकैपटक मिडियामा बोले, जसमा कलाकार सुनिल पोखरेल, राजकुमार पुडासैनी र राजन खतिवडालगायत मुछिए । जसरी अन्तराष्ट्रिय क्षेत्रमा मिटूले ऐक्यबद्धता पाइरहेको छ, नेपालमा भने मिटूमा बोल्नेहरूनै उल्टो पीडित हुनुपरेको छ । प्रस्तुत छ, विभिन्न अभियन्ताहरूको विचार:

रंगमञ्चको ऐनामा विकृत अनुहार



आकांक्षा कार्की,
रंगकर्मी

एभ एन्सलरको नाटक 'भजाइना मोनोलग्स्'को नेपाली संस्करण 'योनीका कथाहरू' तीन पटकसम्म मञ्चन गर्ने क्रममा हामीले धेरै रंगकर्मीबाट यौन दुर्व्यवहारका अनुभव सुन्यौं । सुन्दै जाँदा लाग्यो- यो गफको विषयमात्रै होइन, यसविरुद्ध आवाज उठाउनु आवश्यक छ । त्यही समयमा संसारभरि मिटू अभियान चलिरहेको थियो । मानिसहरूले आवाज उठाइरहेका थिए । हामीलाई पनि त्यस अभियानले केही उर्जा र शक्ति प्रदान गर्‍यो । त्यसका लागि नाटकमार्फत नै आवाज उठाउँछौं भनेर 'प्राइभेट इज पोलिटिकल' नाटकको तयारीमा थियौं ।

त्यति नै बेला रंगमञ्चमा सक्रिय केही महिला कलाकारले आफूमाथि भइरहेको यौन दुर्व्यवहारबारे बोलेको कुरा मिडियामा आयो । जसले मिटू अभियानलाई ह्वात्तै चर्चामा ल्यायो । धेरै पुरुष र केही महिला प्रतिरक्षात्मक बने । यौन हिंसाको ज्ञान लगभग शून्य भएको हाम्रो समाजमा यस विषयमा प्रतिक्रियाको ज्ञान पनि कमी नै छ ।

पितृसत्तात्मक समाजमा पुरुषहरूलाई शक्तिशाली करार गरेर हुर्काइन्छ । त्यसैले गल्ती नगर्ने कमै हुन्छन् । गल्ती जानेर पनि हुन्छ, नजानेर पनि । स्वाभाविक हो, नजानेर हुने गल्ती धेरै छ । तर, हाम्रो सन्दर्भमा यौन दुर्व्यवहार भन्ने बित्तिकै बलात्कार नै हो भन्ने सोच हावी छ । कतिपयसँग त बलात्कार नै हुँदैन, यो सम्भव नै छैन भन्ने सम्मको सोच छ । तर यौनजन्य कुराहरू हाम्रो समाजमा इज्जतसँग जोड्ने संस्कारले गर्दा यो विषय उठ्दा धेरैले आफ्नो घोर बेइज्जत हुन्छ भन्ने ठान्छन् र प्रतिरक्षाको ठाने र प्रतिरक्षाको ढाल उठाइ हाल्छन् ।

फर्केर हेर्दा, प्रतिरक्षा पनि दुई तरिकाको देखियो । एकथरिले, यसलाई पूरै हाँसोको विषय बनाए । पीडितहरूले उठाएका दुर्व्यवहारका विषयलाई नै यौनिक ठट्टा बनाएर उडाए । प्रतिक्रिया दिन नजान्दा मान्छेहरू आफ्नो असहजतालाई हाँसेर व्यक्त गर्छन् । सायद यस्तै भयो । सार्वजनिक स्थलहरूमा 'हाहाहा मिटू...' भनेर असजिलो पार्ने काम पनि भयो । तर संवाद गरेर सिक्ने र सुधार्ने काम भएन । कतिपय पीडितलाई त फोन या म्यासेज गरेर नै हतोत्साहित बनाइयो ।

अर्काथरिले चाहिँ पीडितहरूकै चरित्रबारे प्रश्न उठाउन थाले । सहमतिको यौन र सहमतिविनाको यौन व्यवहारमा फरक छुट्याउनेसम्म कोशिस भएन । पीडितहरूको व्यक्तिगत सम्बन्धलाई चरित्रसँग जोडेर सार्वजनिक गरिदिने भन्ने धम्की आउन थाल्यो । मैले पीडितहरूको पक्षमा बोलेको हुनाले त्यस्तो धम्की मलाईसमेत आयो ।

हुन त मिडियामा मलाई उद्धित गरिएको त थिएन । तर, यो विषय उठेपछि मलाई पनि तनाव दिन्छन् भन्ने थाहा थियो । किनकि 'योनीका कथाहरू' नाटक गर्दादेखि नै हामीले यस्ता कुरामा कस्तो प्रतिक्रिया आउँछ भन्ने अनुभूति गरेका थियौं । मुख्य कुरा त जति पनि पीडितहरू हुनुहुन्थ्यो, उहाँहरू सार्वजनिक रूपमा बोल्न पूर्ण रूपमा तयार भइसक्नु भएको थिएन भन्ने मलाई लागेको थियो । किनकि, यसबाट आउने परिणाम सामना गर्न बलियो सामाजिक बल थिएन, सामूहिक बल पनि तयार भइसकेको थिएन । त्यसै बेला मिडियाले 'उहाँले त बोलिसक्नुभयो, तपाईं चाहिँ नबोल्ने' भनेर उत्प्रेरित गरेको पाएँ । यस सन्दर्भमा मिडियाको भूमिका संवेदनशील भएन कि भन्ने लागिरह्यो । मिडियाले प्राय: यौन सम्बन्धि समाचारलाई कुन्ठित समाजको फाइदा उठाउँदै व्यापारको तत्व बनाएको हामीले देख्दै र भोग्दै आएका छौं । तर पीडितहरूले के भोगिरहेका छन् भन्ने विषयमा मिडियाले चासो राखेको पाइँदैन । यद्यपि, जति पनि घटना सार्वजनिक भए, ती सत्य थिए । लेखिने क्रममा केही बढाइ चढाइ भए होलान्, त्यतिमात्रै हो । कति घटना मलाई पनि पत्याउन गाह्रो पर्‍यो, पीडितसँग नै भेटेपछि बल्ल पत्याएँ ।

त्यसपछि हामीले आफ्नो तर्फबाट कसरी हुन्छ पीडित र पीडकको कुरा सुन्न थाल्यौं । पीडितहरूको माग थियो- गल्ती स्वीकार गरेर सुध्रिने प्रतिबद्धता जारी गर्नुपर्छ । त्यसमा पीडकहरू सम्बन्धित संस्थाले पनि सघाउनु पर्ने उनीहरूको माग थियो । त्यहीअनुसार पीडक र पीडितका साथै अन्य सामाजिक सरोकारवालाहरू पनि सँगै राखेर छलफल गरियो । र, पीडितहरूको मागअनुसारकै सहमति पनि भयो । हामी पनि यतिसम्म गर्न सक्नु पनि उपलब्धि नै हो भन्नेमा ढुक्क भयौं । किनभने यस्तो परिस्थितिमा कस्तो उपाय खोज्ने भन्नेबारे संसारभरि अन्योल नै छ । यस बिषयमा कानून पनि बोलेको छैन । र, धेरैजसो सहमति कार्यान्वयन भएन । उनीहरू सम्बन्धित संस्थामा कुनै न कुनै रूपमा सक्रिय रहे । रंगमञ्चमा पनि सक्रियतापूर्वक स्थापित भइरहे । काम नै छोड्नुपर्छ, अवसर नै दिनु हुँदैन भन्ने माग पनि होइन । पुन:स्थापित हुन पाउनुपर्छ । तर गल्तीबोध गर्नेसम्म समय नलिनु र तुरुन्त केही भएकै छैनजस्तो गरेर पुन: तुरुन्त काममा फर्कंदा पीडितलाई न्याय नभएको देखियो ।

त्यतिमात्रै होइन, जो पीडक हो, उसैको पक्षमा विभिन्न माध्यमबाट सहानुभूति व्यक्त गर्ने प्रक्रिया सुरु भयो । 'करियर बनाइदिने मान्छेलाई बलात्कारी सावित गर्न खोजेको' भन्ने आरोप लगाउन थालियो । 'मिटू' अभियानमा सक्रिय भएकाहरूलाई कुनै पनि काम नदिने भन्ने निर्णय गरिएको खबर सुन्न थालियो । हुँदा-हुँदा यो अभियानलाई उडाउने प्रकृतिको नाटक नै मञ्चन भयो । तर कसैले केही बोलेन । नाटकको समीक्षामा पनि यससम्बन्धि कुरा आएन । पीडकहरूले नै आफू महान बनेर माफी मागिदिएको अभिव्यक्ति विभिन्न स्रोतबाट आउन थाल्यो । नाटकलाई समाजको ऐना भनिन्छ, तर ऐनामा आफ्नो असली अनुहार देख्दा मानिसहरूलाई गाह्रो भयो । र, त्यसबाट मुक्ति पाउन आवेशमा अर्को पक्षलाई गलत सावित गर्ने कदमहरू उठाइयो । अहिले पनि नितान्त व्यक्तिगत कुरालाई उठाएर हामीले उठाइरहेको मुद्दालाई कमजोर बनाउन अनेकन प्रयत्न भइरहेको पाउँछु ।

यस्ता कुराले म निकै नै बिथोलिएँ, आफ्नो काम गर्ने कि यस्ता कुरा सुनेर बस्ने भन्ने तनावले सताइरह्यो । शुभचिन्तकहरूले समेत 'तिमीहरू चुप लागिदेऊ', अब काम गर्न धेरै नै गाह्रो हुन्छ भन्ने सुझाव दिन थाले । कतिले- किन यसलाई व्यक्तिगत रूपमा लिएको, अरूका लागि तिमीहरू लड्नु के आवश्यक छ भन्नेजस्ता कुरा गरे । कतिले- तिमीहरूलाई कसैले प्रयोग गरिरहेको छ, यसले तिमीहरूको काम असुरक्षित हुन्छ भने ।

तर, मलाईचाहिँ हामीले सही नै गर्‍यौंजस्तो लाग्यो र अहिले पनि लाग्छ । त्यसैले हामीले पीडकहरू संलग्न नाटकहरू बहिस्कार गर्‍यौं । अहिले पनि गरिरहेकै छौं । यसो गर्दा, कति साथीहरूले कलालाई राजनीतिक रूपमा लिनुहुँदैन भनेर भन्नुहुन्छ । तर, राजनीतिक-सामाजिक चेतनाबिना नाटक हुन्छ भन्ने कुरामा हामी विश्वास गर्दैनौं । उत्पीडन र दुर्व्यवहार आर्थिक रूपमा कमजोर र कथित तल्लो जातका कलाकारमाथि बढी भएको पाइएको छ । वर्ग र जातको कुरासमेत स्पष्ट रूपमा देखिने मुद्दालाई विशुद्ध कलाको कुराले ढाकछोप गर्न त सकिँदैन । हामी यसरी संघर्ष गरिरहेका छौं ।

रंगमञ्च प्रतिभाको क्षेत्र भएकाले काम नै समस्या त परेको छैन । तर, पनि कति साथीहरूको केही न केही काम यही कारणले गुमेको छ । अनावश्यक टिकाटिप्पणी र पीडकको उल्लासमय अभिव्यक्ति देख्दा झन् पीडा महसुस भएका कारण कतिपयले सामाजिक सञ्जाल नै चलाउनु हुन्न । अहिले यस्तो अभिघातका बीच हामी छौं ।

अमृता लम्साल, लेखक

पीडक जो हो उसलाई सम्मान गर्ने हाम्रो चलन छ । पीडक सेलिब्रेटी वा शक्तिशाली समूहको व्यक्ति भएर आइसकेका छन् । एक त महिलालाई आवाज निकाल्नै गाह्रो छ । निकालिसकेपछि पनि सत्यता नस्वीकारि दिने धेरै छन् । यदि मैले ४ जना मानिसको अगाडि दुर्व्यवहार गरेको हो भनेर भनेँ भने ३ जनाले उसैलाई नमस्कार गरिरहेका हुन्छन् ।

शीतल दाहाल, लेखक

समाजमा पहुँच भएका मानिसबाटै दुर्व्यवहार भएको पाइन्छ । यस्तो बेलामा मिटूमा उठ्नुपर्ने कुरा थियो । महिलाले पीडकतिर औंला तेर्स्याए, तर समाजले उनीहरूतर्फ तेर्स्याउन थाल्यो । यही संरचनाको कारण मिटू कमजोर भएको देखिन्छ । नेपालको लागि यो एकदमै राम्रो कुरा थियो । तर कुनै पनि अभियान वा आन्दोलनको लागि तयारी चाहिन्छ । तर, हामी मिटू अभियान आउनुअघि कुनै तयारीमा थिएनौं ।

अर्चना थापा, लेखक

मिटू अभियान नेपालमा चल्यो । तर, त्यसको कुनै परिणाम आएन ।
कुरा उठाएपछि पीडितले न्याय पाउनुपर्थ्यो । सबै मौन बसेपछि कुरा उठाउन चाहने बाँकीले कुरा उठाएर केही हुँदैन रहेछ भनेर बुझ्न थाले । नेपालमा पहिलो पटक आउँदा बोल्ने मान्छेलाई पनि झुट बोलेको भन्ने र उसैमाथि दोषारोपण गर्ने जमात बढ्यो । सुरक्षा अनुभूत नभएर पीडितहरू मौन बसे ।

विन्दा पाण्डे, सांसद

'मिटू' एउटा महत्वपूर्ण अभियान हो । नेपालमा यो अभियान अहिले पनि चलिरहेकै छ । अहिले जति पनि मुद्दा आइरहेका छन्, मिटू नामबाटै नआए पनि प्रभाव यही अभियानकै हो । यो अभियानले महिलाहरूमा जागरुकता ल्यायो । त्यसकारण आफूमाथि भएको हिंसाबारे उनीहरू बोल्न सकिरहेका छन् । यो सकरात्मक पाटो हो । मचाहिँ अभियान हरायो भन्ने कुरा मान्दिनँ ।

कैलाश राई, अनुसन्धाता

कुनै महिलामाथि बलात्कार भयो भने मात्र त्यसलाई यौन हिंसाको रूपमा बुझ्ने गरिएको छ । यसमा देखिने भन्दा नदेखिने घटना बढी चुनौतिपूर्ण छन् । कसैले कुरा बाहिर ल्याएमा शारीरिक र मानसिक रूपमा खेप्नुपर्ने अर्को समस्या छ । शक्तिमा बसेको मान्छेले आरोपलाई गलत साबित गर्न चलखेल गरेको पाइन्छ । मिटूलाई सहरमा बस्ने महिलाले अनावश्यक उचालेको भनेर गलत व्याख्या पनि गरिएको पाइन्छ ।

स्वास्थ्य

फाइल तस्बिर कान्तिपुर

आहा ! योग

योगले मानिसको स्वास्थ्यमा मात्र कायाकल्प ल्याएको छैन, जीवनलाई नै सक्रिय र क्रियाशील बनाएको छ ।

महेश तिमल्सिना

दुई वर्षअघि दोलखाकी चण्डिका अधिकारीलाई नाक र घाँटीको बीचमा नासोफ्यारेन्जियल क्यान्सर भयो । समयमै उपचार गरेकाले एक वर्षमै उनले रोगबाट छुट्कारा पाइन् । रोग पत्ता लाग्दा उनी कृषिमा डिप्लोमा तेस्रो वर्षमा अध्ययन गरिरहेकी थिइन्, परीक्षाको मुखैमा उपचारका लागि अस्पताल बस्नुपर्ने भएपछि दुईवटा विषयको मात्र परीक्षा दिन भ्याइन् ।

क्यान्सर निको भयो, तर उनले आफैंलाई निकै कमजोर ठान्न थालिन् । भन्छिन्, 'साथीहरू धेरै अघि बढिसके, अब मैले केही गर्न सक्दिनँ भन्ने लाग्यो ।' एक्लै बस्दा छटपटिन थालिन् । 'मनमा अनेकौं तर्कना आउन थाल्यो,' अधिकारी भन्छिन्, 'न रातमा निन्द्रा लाग्थ्यो न दिनमा भोक ।'

जावलाखेलमा आफ्ना दाजुभाइसँग बसिरहेकी थिइन् । त्यही क्रममा उनका दाजुभाइले योगका बारेमा बताए । त्यसपछि उनले योग सिकाउने ठाउँहरू इन्टरनेटमा खोज्दा थसिखेलस्थित नेपाल स्कुल अफ योगा सेन्टर भेटिन् । त्यहाँ योग गर्न गइन् । योग प्रशिक्षक दीपक भेटवालसँग योग सिक्न थालिन् । 'पहिलो दिनमै आत्मबल बढेजस्तो लाग्यो,' २१ वर्षीया चण्डिकाले योगले ल्याएको परिवर्तनबारे सुनाइन्, 'तीन-चार महिना नियमित गएँ, बिस्तारै मेरो शरीरका समस्याबाट पनि छुट्कारा पाएँ ।'

योगलाई निरन्तरता दिन थालेपछि उनको मन शान्त हुन थाल्यो, मनोबल पनि बढेको महसुस गरिन् । मज्जाले निदाउन थालिन् । अघिल्लो वर्ष छुटेको परीक्षा पनि उत्तीर्ण गरिन् । अहिले उनी सिन्धुपाल्चोकको एक विद्यालयमा जेटिए विषय अध्यापन गराउँदै आएकी छिन् । योगले जीवन नै परिवर्तन गरेको अनुभव उनको छ । अहिले उनी नियमित योग गर्छिन्, साथै आफू बसेको घरको घरबेटीलाई पनि योग सिकाउँछिन् ।

तेह्रथुमका वीरबहादुर थापालाई २०६३ सालमा डाक्टरले ढाडको अप्रेसनको डेट तोकिदिए । ढाडको नसा च्यापिएर थला परेका उनी अप्रेसन गर्दा पनि रोग पूरै निको हुने हो कि होइन भन्ने चिन्तामा थिए । डाक्टरसँग सल्लाह गरे । तर डाक्टरले 'ग्यारेन्टी' दिन सक्दिनँ भन्ने जवाफ फर्काए । दुखाइको पीडाले छटपटिएका वीरबहादुरलाई डाक्टरको जवाफले झनै पीडा थप्यो । उनलाई लाग्यो बाँच्नु यत्ति नै रहेछ । त्यहाँबाट उनी अप्रेसन नगर्ने निर्णयमा पुगे । पेनकिलर खाएर दुखाइ कम गर्दै बसे ।

हिँडडुल गर्न, बस्न, सुत्नसमेत नसक्ने अवस्थामा पुगेका थापालाई अबको जिन्दगी कुँजिएरै जाने भयो भन्ने पीर लाग्न थाल्यो । योसँगै उनी ग्यास्ट्रिक, पायल्स, आँखा कमजोरी, डिप्रेसनजस्ता रोगसँग पनि लड्दै थिए । डिप्रेसनले गर्दा उनी मानिसहरूको भीडभाडमा लामो समय रहन सक्दैनथे । 'एकान्तमा बस्न मन पर्थ्यो, कताबाट भागौं, कहाँ जाऊँ हुन्थ्यो,' थापा भन्छन्, 'मनमा धेरै शंका उत्पन्न हुन्थ्यो, माथिबाट कसैले आफूलाई प्रहार गरेझैं लाग्थ्यो ।'

एक दिन उनी चाबहिल गणेस्थानतिर बिस्तारै हिँड्दै थिए । त्यहाँ योग शिविर सञ्चालन गरिएको थियो । उनले यसभन्दा अघि पनि टेलिभिजनमा हेरेर योग गरेका थिए, तर तरिका नमिलेर झनै थला परे । अस्पताल जाँदा पनि निको नभएपछि उनले योगलाई नै निरन्तरता दिने निर्णय गरे । भोलिपल्टैदेखि गणेस्थानमा सञ्चालित योग शिविरमा गएर योग गर्न थाले । 'सुरुमा १५ दिन निकै गाह्रो भयो,' ६१ वर्षीय थापा भन्छन्, 'त्यसपछि दुखाइ घटबढ हुँदै गयो ।' उनले दैनिक ४ घन्टा योग गर्न थाले । यसरी नियमित तीन महिना योग गरेपछि आफूले बेग्लै ऊर्जा प्राप्त गरेको उनी बताउँछन् । योग गर्दै जाँदा उनको मन शान्त हुँदै गयो । शरीर पनि हलुंगो हुँदै गएपछि योग उनका लागि नसा बन्यो । चाबहिलमा कपडा व्यवसाय गर्ने उनी शरीरका सबै रोग निको भएको अनुभव सुनाउँदै भन्छन्, 'योग र ध्यानले मेरो आयु बढायो । शरीरमा खासै रोग पनि छैन ।'

धेरैजसो मानिस शरीरको रोग निको पार्न योग गर्छन् भने केही मानिस योगको महत्त्व बुझेर । करिब ६ वर्षअघि एक बिहान कपनकी नीरु भट्टराई मन्दिर जाँदै थिइन् । त्यही क्रममा उनले योग गरिरहेका मान्छेहरूको समूह देखिन् । त्यसैको भोलिपल्ट उनी पनि त्यही समूहमा मिसिएर योग गर्न थालिन् । पहिलो दिनमै उनलाई योग मोहित बनायो । त्यसयता उनी निरन्तर योग गर्छिन् । 'योग गर्न थालेपछि छाड्नै मन लागेन,' ३८ वर्षीया भट्टराई भन्छिन्, 'शरीर एकदमै फुर्तिलो/हलुंगो बन्दै गयो ।' योगले आफ्नो दैनिकीमा पनि परिवर्तन ल्याइदिएको उनले सुनाइन् । कुनै बेला उनलाई सानातिना कुराले पनि लामो समयसम्म तनाव गराइरहन्थ्यो,

> एकान्तमा बस्न मन पर्थ्यो, कताबाट भागौं, कहाँ जाऊँ हुन्थ्यो । मनमा धेरै शंका उत्पन्न हुन्थ्यो, माथिबाट कसैले आफूलाई प्रहार गरेझैं लाग्थ्यो ।
>
> वीरबहादुर थापा

> योग गर्न थालेपछि छाड्नै मन लागेन । शरीर एकदमै फुर्तिलो/हलुंगो बन्दै गयो ।
>
> नीरु भट्टराई

गर्भावस्थामा योग

महिलाहरूका लागि गर्भावस्था एउटा विशेष चरण हो । धेरैजसो महिला शारीरिक र मानसिक रूपमा पूर्ण तयार नहुँदा यस्तो अवस्थामा विभिन्न समस्या आउन सक्छन् । त्यस्ता समस्यालाई न्यूनीकरण गर्नका लागि गर्भवती महिलाले योग गर्दा धेरै राम्रो हुने प्रिनाटल योग प्रशिक्षक लिली भेटवाल बताउँछिन् । गर्भावस्थामा योग गर्नाले मन, मस्तिष्क र शरीरलाई शान्त र फुर्तिलो बनाउने उनको धारणा छ ।

भेटवालले गर्भवती महिलालाई योग सिकाउन थालेको करिब पाँच महिना भयो । यो अवधिमा गर्भवती महिलाहरूबाट सकारात्मक प्रतिक्रिया पाइरहेको बताउँछिन् । उनले अहिले चार जना गर्भवती महिलालाई नियमित योग सिकाउँदै आएकी छिन् । 'विशेष गरी सम्भ्रान्त वर्गका गर्भवती महिलाले मात्र योग गरिरहेका छन्,' भेटवाल भन्छिन्, 'गर्भावस्थामा योग गरिन्छ भन्ने धेरैलाई थाहा छैन र कतिपयलाई यस्तो अवस्थामा योग गर्नु हुँदैन भन्ने भ्रम छ ।'

गर्भावस्थामा शारीरिक रूपमा धेरै परिवर्तन देखा पर्छ, जसले गर्दा गर्भवती महिलामा एक खालको डर हुन्छ । तर, यस्तो खाले परिवर्तन स्वाभाविक हो, शरीरमा देखिएको परिवर्तनले ल्याएको समस्या हल गर्न प्रिनाटल योगले सघाउ पुर्‍याउने भेटवाल बताउँछिन् ।

गर्भावस्थामा कहिलेबाट गर्ने योग ?

नियमित योग गर्दै आएका महिलाले गर्भ रहेको थाहा पाएलगत्तै प्रिनाटल योग गर्न सक्छन्, तर गर्भावस्थापछि मात्र योग गर्न चाहने महिलाले भने तीन महिनापछि योग गर्दा राम्रो हुने भेटवाल बताउँछिन् । प्रिनाटल योग तीन चरणमा गरिन्छ । शरीरका विभिन्न समस्याका कारण धेरैजसो महिलाको गर्भपतन हुने समस्या हुन्छ, त्यसैले सुरु-सुरुमा साधारण खालको योग गर्नुपर्छ । साढे तीन महिनापछि दोस्रो चरण सुरु हुन्छ । नियमित योग नगरेका महिलाले भने दोस्रो चरणबाट सुरु गर्दा सुरक्षित मानिन्छ । यस्तै, तेस्रो चरणको योग गर्दा भने अति सावधानी अपनाउनुपर्ने हुन्छ । यो अवस्थामा बच्चा बढ्दै जाने र शरीर पनि ठूलो हुने भएकाले सावधानी अपनाएर र सामान्य आसनहरूलाई पनि मोडिफिकेसन गरेर योग गर्नुपर्छ । गर्भावस्थामा शारीरिक रूपमा धेरै परिवर्तन देखिने र शरीरलाई आराम पनि चाहिने भएकाले सातामा तीन दिन मात्र योग गर्दा राम्रो हुने उनी बताउँछिन् ।

गर्भावस्थामा योग गर्नुको फाइदा

लिली भेटवाल
प्रिनाटल योग प्रशिक्षक

- गर्भावस्थामा मन, मस्तिष्क र शरीरलाई शान्त र फुर्तिलो बनाउँछ ।
- शरीरमा आएको परिवर्तनलाई कसरी स्वीकार गर्ने भन्ने सिकाउँछ ।
- शरीरमा लचकता ल्याउँछ ।
- मानसिक तनाव कम गर्छ ।
- श्वास-प्रश्वास लिने तरिकाले पनि महिलालाई डेलिभरीको बेलामा सहज बनाउँछ र बच्चालाई फाइदा गर्छ ।
- बिनाअप्रेसन सुत्केरी गराउन केही हदसम्म सघाउ पुर्‍याउँछ ।
- गर्भावस्थामा बच्चालाई फर्कन सहज हुन्छ ।
- बान्ता कम हुन्छ ।
- गर्भावस्थामा हुने दुखाइलाई कम गर्छ ।
- सुत्केरी भइसकेपछि चाँडै सामान्य अवस्थामा फर्कन मद्दत गर्छ ।

तस्बिर : सटरस्टक

> कहिलेकहीँ त आफ्नो शरीर नै होइन कि जस्तो हुन्छ ।
> अस्मिता केसी

योग गर्न थालेदेखि आफू तनावमुक्त हुने गरेको उनी बताउँछिन् । निरन्तर योग साधनाले उनको जीवनमा थप परिवर्तन पनि देखा परेको छ । उनी आफै योग शिक्षक समेत बनेकी छिन् । सामूहिक रूपमा सिकाउने योगको पारिश्रमिक लिन्नन्, तर व्यक्तिगत रूपमा सिकाएको भने उनले मासिक २० हजार रुपैयाँ पारिश्रमिक लिन्छिन् ।

सिन्धुपाल्चोक सेलाङका पशुपति सिलवाललाई कुनै समय तीन-तीन महिनाको अन्तरमा ज्वरो आएर टाइफाइड हुन्थ्यो । उनलाई उच्च रक्तचाप पनि थियो । जति उपचार गरे पनि रोगबाट छुटकारा पाएनन् । उनलाई मान्छे देख्नेबित्तिकै रिस उठ्ने र झगडा नगरी चित्त नबुझ्ने हुन थाल्यो । केही सीप नलागेपछि उनी योग गर्न थाले । त्यसपछि उनको शरीरमा एकाएक परिवर्तन देखा पर्‍यो । उनका सबै रोग ठीक भयो । अहिले उनको मन शान्त छ । पहिलाको जस्तो रिसाउँदैनन्, सबैसँग राम्रो व्यवहार गर्छन् । 'योगले गर्दा मेरो जीवनशैली बदलियो, मन शान्त भएको छ,' ठट्यौली पारामा उनी भन्छन्, 'श्रीमती रिसाइन् भने पनि चुप लागेर बस्छु, कसैसँग रिसाउँदिनँ ।'

गुल्मी घर भई हाल कलंकी बस्दै आएकी अस्मिता केसीले योग गर्न थालेको करिब तीन महिना भयो । तीन महिना निरन्तर योग गर्दा आफूले नयाँ जीवन प्राप्त गरेको उनी बताउँछिन् । उनलाई कब्जियत, ग्यास्ट्रिक, ढाड, कम्मर दुख्ने जस्ता समस्या थिए । त्यसको निराकरणका लागि उनले थुप्रै अस्पताल धाइन्, डाक्टरको सल्लाहअनुसार औषधि खाइन् । तर, औषधि खाउन्जेल ठीक हुने, खान छाडेपछि रोग बल्झिन थाल्यो । योसँगै मनमा शंका उत्पन्न हुने, रिस उठ्ने, नचाहिने कुरा मनमा खेल्ने जस्ता डिप्रेसनको लक्षण पनि देखा पर्न थाल्यो । उनले धामीझाँक्रीलाई पनि देखाइन् । जहाँ जाँदा पनि रोग निको नभएपछि उनी पनि योग नै गर्न थालिन् । उनलाई टेलिभिजनमा योगी विकासानन्दले सिकाउने योग मन पर्‍यो । त्यसैले मनोकान्ति केन्द्रमा योग सिक्न गइन् । सुरुकै दिन योगले उनको मन जित्यो । 'सुरुमा एक महिना सिक्छु त्यसपछि घरमै गर्छु भनेर गएकी थिएँ,' ३१ वर्षीया केसी भन्छिन्, 'नियमित जान थालेपछि छाड्नै मन लागेन ।' तीन महिना निरन्तर योग गर्दा शरीरका अधिकांश रोगको निराकरण भइसकेको उनी दाबी गर्छिन् । अहिले उनको शरीर फुर्तिलो छ, हलुंगो छ । 'कहिलेकहीँ त आफ्नो शरीर नै होइन कि जस्तो हुन्छ,' उनी भन्छिन् ।

योगले मानिसको शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्यमा मात्रै होइन, दैनिक क्रियाशीलतामा कसरी असर गरिरहेको छ भन्ने यस्ता अनगिन्ती कथा सहरमा सुन्न पाइन्छ । व्यस्त जीवन, तनावयुक्त वातावरण, धूलोधूवाँ, एक्लोपना, विलासी जीवनशैलीजस्ता समस्याबाट पीडितहरू योगले आफ्नो जीवन ऊर्जावान् बनाएको अनुभव सुनाउँछन् ।

योग प्रशिक्षक भानुभक्त दाहाल योगले शरीरका प्रणालीहरूलाई तन्दुरुस्त राख्ने भएकाले यो उपचारजत्तिकै प्रभावकारी हुने बताउँछन् । 'योगमा विपरीत क्रिया, श्वासको लयबद्धता र मनको एकाग्रता एकसाथ गरिने कारणले आधुनिक चिकित्साले सन्चो नभएका कतिपय बिरामी पनि लाभान्वित हुन सक्छन्,' उनी भन्छन्, 'मानसिक रूपमा समस्या समाधान गर्ने विधि योग तथा प्राकृतिक चिकित्सामा प्रशस्तै पाइन्छ ।'

बग्रेल्ती योग तथा ध्यान केन्द्र

नेपालमा हाल कति योग केन्द्र सञ्चालनमा छन् भन्ने यकिन तथ्यांक छैन । नेपालमा बग्रेल्ती खुलेका योग तथा ध्यान केन्द्रहरू करिब ५ हजारको हाराहारीमा हुन सक्ने योग केन्द्र सञ्चालकहरू बताउँछन् । केही नाम चलेका योग केन्द्रहरूले भने ३ हजारवटासम्म योग शिविर सञ्चालन गरेको पाइएको छ ।

नेपालमा औपचारिक रूपमा २०६३ सालदेखि पतन्जली योग पीठअन्तर्गत योग समितिले निशुल्क योग सिकाउँदै आएको छ । यसले हाल नेपालका ७७ वटै जिल्लामा योग समिति र योग सेन्टर निर्माण गरेको पतन्जली योग पीठका युवा संयोजक लोकनाथ खनालले जानकारी दिए । पतन्जली योग पीठअन्तर्गत करिब ३ हजारभन्दा बढी योग शिविर सञ्चालित छन् भने ५० हजारको हाराहारीमा योग शिक्षक छन् । साथै लाखौं साधकले योगको लाभ लिइरहेको खनालले बताए ।

योगप्रेमी परिवार नेपालले निशुल्क योग शिविर सञ्चालन गरेको करिब ३ वर्ष भयो । हाल यसले १० ठाउँमा योग शिविर सञ्चालन गरेको छ, जसमा १ सयभन्दा बढी योग शिक्षक छन् भने दैनिक १ हजारभन्दा बढीले शिविरमा सहभागिता जनाइरहेको योगप्रेमी परिवार नेपालका संरक्षक भानुभक्त दाहाल बताउँछन् ।

विगत ३२ वर्षदेखि सञ्चालन हुँदै आएको मनोकान्ति केन्द्रले पनि योग तथा ध्यान शिविर सञ्चालन गर्दै आएको छ । डा. योगी विकासानन्दले स्थापना गरेको यस केन्द्रले देशभर १४ जिल्लामा योग शिविर सञ्चालन गर्दै आएको मनोकान्ति केन्द्रका योग प्रशिक्षक श्याम तिमल्सिनाले जानकारी दिए ।

ओशो ध्यान तपोवनले योग र ध्यान शिविर सञ्चालन गरेको करिब २९ वर्ष भयो । तपोवनले मासिक ३ वटा नियमित शिविर सञ्चालन गर्दै आएको छ, जसमा अंग्रेजी महिनाको १ देखि ७ तारिखसम्म नो माइन्ड थेरापी (तनावमुक्तिका लागि), ८ देखि १४ तारिकसम्म ध्यान शिविर र १५ देखि २१ सम्म ओशो निओ विपस्यना शिविर सञ्चालन हुने ओशो ध्यान तपोवनका कार्यक्रम संयोजक स्वामी आनन्द अर्हतले जानकारी दिए । देशका विभिन्न ठाउँमा ओशो तपोवनका करिब १ सय २ वटा योग तथा ध्यान केन्द्र र आश्रम छन् ।

आठ वर्षयता सञ्चालनमा रहेको जीवन विज्ञानले नेपालभित्र १ सय २० वटा योग तथा ध्यान शिविर सञ्चालनमा ल्याएको छ । साथै देश बाहिर अमेरिका, भारत, दुबई, अस्ट्रेलिया, कतारलगायतका देशमा शिविर सञ्चालन भइरहेको जीवन विज्ञानका म्यानेजर किरण रुपाखेतीले जानकारी दिए ।

योगका फाइदा

भानुभक्त दाहाल
योग प्रशिक्षक

- शरीरका प्रणालीहरूलाई तन्दुरुस्त राख्ने भएकाले शरीरमा लागेका अधिकांश रोग निको हुन्छ ।
- योगमा विपरीत क्रिया, श्वासको लयबद्धता र मनको एकाग्रता एकसाथ गरिने कारणले आधुनिक चिकित्साले सन्चो नभएका कतिपय बिरामी पनि लाभान्वित हुन सक्छन् ।
- मानसिक रूपमा समस्या समाधान गर्ने विधि योग तथा प्राकृतिक चिकित्सामा प्रशस्तै पाइन्छ ।
- योग जीवन बिताउने कला हो, शारीरिक मानसिक रूपमा स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ
- आध्यात्मिक आनन्द प्राप्त हुन्छ ।
- जोर्नीहरू सञ्चालन गर्न सहयोग गर्छ
- शरीरको लचिलोपना वृद्धि गर्न सहज गर्छ
- कुनै पनि कुरालाई सहज रूपमा लिने बानीको विकास गर्छ ।
- भोजन ग्रहण गर्दा कुन ठीक कुन बेठीक छुट्याउनलाई सहयोग गर्छ ।
- शरीर र प्राण अलग कुरा हुन्, यो अलग कुरा हाम्रो शरीरमा कसरी सञ्चालन भएको छ भन्ने कुरा गहिरो साधनाबाट अनुभूति हुन्छ ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता विकास गर्छ ।

करिअर

पीडामा पाइलट

काम पाउनै मुस्किल

सन् २०१० मा फिलिपिन्सबाट पाइलट कोर्स गरेर आएका शत्रुघन गुप्ताले अग्नि एयरमा सबै प्रक्रिया पूरा गर्दासमेत जागिर पाएनन् । ५० लाख खर्च गरेर आएका उनले जागिर नपाउने छाँट देखेपछि पाइलट बन्ने सपना त्यागे, अनि सुरु गरे- सुनचाँदी व्यवसाय ।

■ कृष्ण आचार्य

सन् २००९ मा अस्ट्रेलियाको बासियर एभिसन कलेजबाट पाइलट कोर्स गरेर आएका अभयकुमार टन्डन उडान सुरक्षा मानक विभागले लिने जाँच पास भए । त्यसपछि जागिरका लागि नेपालका सबै एयरलाइन्स कम्पनी पुगे । तर, जागिर पाएनन् । शैक्षिक ऋण लिएर पाइलट बन्ने सपना बुनेका उनले पढाइका क्रममा ७० लाख रुपैयाँ सिध्याए । दुई वर्षसम्म जागिर नपाएपछि बाँकेका टन्डनले नेपालगन्जमा पेट्रोलपम्प खोले । अहिले उनी सोही व्यवसायमा रमाइरहेका छन् ।

सन् २०१३ मा फिलिपिन्सबाट पाइलट कोर्स पूरा गरेर नेपाल फर्किएका आदित्य ठाकुरले जहाज उडाउन नपाएपछि एक संस्थामा असिस्टेन्ट मार्केटिङ म्यानेजरका रूपमा काम गरिरहेका छन् । नेपाल आएर कमर्सियल पाइलट लाइसेन्स (सिपिएल) परीक्षा उत्तीर्ण गरेका उनलाई मापदण्ड परिवर्तन भएको भन्दै पाइलट बन्न एअरलायन्स ट्रान्सपोर्ट पाइलट लाइसेन्स (एटिपिएल) कोर्स गरेर आउन भनियो । उनले भारतको हैदराबादमा गएर थप कोर्स गरे । दुवै कोर्स गर्दा ६० लाख सकियो । तर, जागिर पाएनन् । 'मैले सिपिएलको परीक्षा पहिल्यै पास गरिसकेका थिएँ । सुरक्षा विभागबाट एटिपिएल कोर्सको ज्ञान पनि लिएर आउनुस्, फेरि सिपिएलको परीक्षा दिन पर्दैन भन्नुभयो । मैले त्यसै गरेँ,' आदित्य भन्छन्, 'एटिपिएल पनि पास गरेँ । फेरि सिपिएलको परीक्षा दिनुपर्छ भन्नुभयो । परीक्षा दिन जाँदा विदेश गएर लाइसेन्स अद्यावधिक गरेर आऊ भन्न थाल्नुभयो । फेरि १० लाख खर्च गर्ने अवस्था थिएन । साथीहरूले जागिर पनि पाइरहेका थिएनन् । त्यसैले ममा त्यो सामर्थ्य आएन ।'

त्यतिबेला फिलिपिन्सबाट पाइलट कोर्स पूरा गरेर आएका आफ्ना चार जना साथीले रोजगारी नपाएपछि स्टुडेन्ट भिसामा अमेरिका र अस्ट्रेलियातिर लागेको आदित्य बताउँछन् । एक जना साथीले भने लामो समय फर्निचर उद्योगमा काम गरेर भर्खरै हिमालयन एयरलाइन्स उडाउन थालेको उनले जानकारी दिए ।

सन् २०१० मा फिलिपिन्सबाट पाइलट कोर्स गरेर आएका शत्रुघन गुप्ताले अग्नि एयरमा सबै प्रक्रिया पूरा गर्दासमेत जागिर पाएनन् । ५० लाख खर्च गरेर आएका उनले जागिर नपाउने छाँट देखेपछि पाइलट बन्ने सपना त्यागे, अनि सुरु गरे- सुनचाँदी व्यवसाय । आफ्नो रुचिको पेसा त्यागेर व्यवसाय गर्नु बाध्यता रहेको उनी बताउँछन् । भन्छन्, 'मेरो ब्याचका १२ जना साथी विदेश पलायन भए । मचाहिँ गइनँ ।'

सन् २०१४ ताका पाइलट कोर्स गरेर आएका कपिल बस्यालले जागिर नपाएपछि अमेरिका गएर इन्जिनियरिङको पढाइ रोजे । हाल उनी अमेरिकामा बस्छन् । इन्डोनेसियाली विमान लायनका क्याप्टेन एवं प्रशिक्षक वेद उप्रेती जागिर नपाएर काठमाडौंमा फरक पेसा र व्यवसायमा लागेकाहरू पाइलैपिच्छे भेटिने बताउँछन् । यस्ता पाइलट मोटरसाइकल वर्कसपदेखि कफी हाउससम्म भेटिन्छन् । उनीहरू आफ्नो पहिचान लुकाएर काम गर्न बाध्य छन् । धेरैले स्नातक गरेर पढाइअनुसारको पेसा गरिरहेका छन् भने कोही आइइएलटिएस गरेर विदेश पलायन भएका छन् । भविष्यमा बेरोजगार पाइलटको संख्या बढ्ने देखिएको र त्यतिबेला फेरि यो अवस्था आउन सक्ने क्याप्टेन उद्धव घिमिरे बताउँछन् ।

६ वर्ष बेरोजगार भएँ

मेल्सम ओझा, पाइलट

२०१२ मा अमेरिकाबाट पाइलट कोर्स सकेर आएपछि ६ वर्ष बेरोजगार बस्नुपर्‍यो । जागिरका लागि धेरै प्रयास गरे पनि सफल भइएन । कुनै पनि एयरलाइन्सले जागिरका लागि आवेदन नखोल्दा अब हाम्रो जीवन त्यत्तिकै जाने त होइन भन्ने प्रश्न मनमा खेल्यो । कोर्स पूरा गर्न ४६ लाख खर्च भयो । पोखराको दुईतले घर बिक्री गरेर त्यो पैसा जम्मा भएको थियो । यस्तो अवस्थामा कुनै व्यवसाय गर्ने कि भन्ने सोच नआएको पनि होइन । मसँग पढेका कतिपय साथी विदेश जानुभयो । कतिले अन्य पेसा थाल्नुभयो । तर, लाखौँ लगानी गरेर पढिसकेपछि फेरि त्यति नै लगानी लगाएर व्यवसाय गरेर परिवारलाई आर्थिक भार दिने मन लागेन । एक दिन त कसो पाइलट नबनौंला भनेर नयाँ ट्रेन्डका बारेमा घरमै अध्ययन गरेँ । राजनीतिशास्त्रमा भर्ना भएर स्नातक गरेँ । दुई वर्षअघि नेपाल एयरलाइन्समा लोकसेवा लडेर नाम निकालेँ । तर, अझै विमान उडाउन भने पाएको छैन ।

बेरोजगारी बढ्दै, पाइलट थपिँदै

नेपालका कुनै पनि निकायसँग अहिलेसम्म विदेशबाट पाइलट कोर्स गरेका आएका वा कोर्स गर्न विदेश गएकाहरूको यकिन तथ्यांक छैन । नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरण स्रोतसँग पनि सन् २०१५

> सन् २००८ देखि २०१५ सम्म पाइलट कोर्स गर्न विदेश जानेहरूको संख्या निकै थियो । तर, रोजगारीको अवसर नहुँदा २०१६ मा आएर यो संख्या घट्यो । २०१७ पछि फेरि पाइलट बन्ने क्रेज बढेको छ । परिणामस्वरूप तीन वर्षमा विदेशबाट कोर्स सकेर आएकामध्ये ३० जना पाइलट बेरोजगार हुनुपर्‍यो ।

पछिका तथ्यांकमात्र उपलब्ध छन् । जसअनुसार सन् २०१७ पछि अनुमति लिएर पाइलट कोर्स गर्न विदेश जानेको संख्या २ सय ७० छ । यीमध्ये सन् २०२० को जनवरीसम्म ७६ पाइलट स्वदेश फर्किएका छन् । सन् २०१५ देखि २०१९ सम्म १ सय २३ जना पाइलटले कमर्सियल पाइलट लाइसेन्स (सिपिएल) लिएका छन् । त्यसअघि नै सिपिएल लिनेको संख्या ४ सय ६० थियो । हेलिकप्टरका लागि ८२ जनाले सिपिएल लिएका छन् । त्यसमध्ये ३५ जनाले मात्र काम पाएका छन् । एअरलाइन ट्रान्सपोर्ट पाइलट लाइसेन्स (एटिपिएल) प्राप्त ३२ जनामध्ये १५ जना काममा छन् । हालसम्म ५० जना महिला पाइलटले सीपीएल लिएका छन् भने २० जनाले एटीपीएल ।

यसबीच नेपाल वायुसेवा निगमले आवेदन खुलायो, नयाँ एयरलाइन्स थपिए, पुराना एयरलाइन्सले पनि जहाज थपे । यसरी पछिल्लो पाँच वर्षमा नयाँ र पुराना गरेर करिब १ सय ५० पाइलटले जागिर पाए । त्यति हुँदा पनि पाइलटहरू बेरोजगार बस्नु परिरहेको छ । तर, तथ्यांक अभावका कारण यति नै संख्या बेरोजगार छन् भन्न सकिने अवस्था छैन । प्राधिकरण स्रोतले पछिल्लो तीन वर्षमा पाइलट पढेर आएकाहरूमध्ये ३० जना बेरोजगार रहेको जानकारी दिएको छ । जसमा पाइलट पढेर अन्य पेसामा लागेका र विदेश पलायन भएकाको संख्या उल्लेख छैन । सन् २००८ देखि २०१५ सम्म पाइलट कोर्स गर्न विदेश जानेहरूको संख्या निकै थियो । तर, रोजगारीको अवसर नहुँदा २०१६ मा आएर यो संख्या घट्यो । २०१७ पछि फेरि पाइलट बन्ने क्रेज बढेको छ । परिणामस्वरूप तीन वर्षमा विदेशबाट कोर्स सकेर आएकामध्ये ३० जना पाइलट बेरोजगार हुनुपर्‍यो । त्यसभन्दा पहिले कोर्स सकेर आएका बेरोजगार त छँदै थिए । पछिल्लो तीन वर्षमा विदेश गएका अन्य २ सय २ जना पाइलट अझै नेपाल फर्कन बाँकी छ । उनीहरूमध्ये ८० प्रतिशत पाइलटमात्र नेपाल फर्कने हो भने पनि बेरोजगार पाइलटको हालको संख्या बढेर चाँडै नै २ सय नाघ्नेछ ।

> बुद्ध, यती र श्री एयरलाइन्सले जहाज थपेका छन् । सौर्य एयरलाइन्सले पाँचवटा जहाज थप्ने अनुमति पाएको छ । सीता र हिमालयनले पनि नयाँ जहाज थप्दै छन् । यी कुराले गर्दा हाल रहेका पाइलटहरू बेरोजगार हुनु पर्दैन भन्ने मलाई लाग्छ ।
>
> राजकुमार क्षेत्री

प्राधिकरणको उडान सुरक्षा मानक विभाग, लाइसेन्सिङ एवं परीक्षा डिभिजनका सिनियर अफिसर महेश अर्यालका अनुसार पछिल्लो तीन वर्षमा विदेशमा पाइलट पढ्न गएकामध्ये १ सय ५० जना विद्यार्थी मात्र पनि नेपाल फर्कने हो भने उनीहरू आगामी पाँच वर्षसम्म बेरोजगार बस्नुपर्ने अवस्था छ । २०२० र त्यसपछि पढ्न जानेहरू बेरोजगारीको सूचीमा थपिँदै जानेछन् । अर्याल भन्छन्, 'त्यसैले पाइलट पढ्न, बुझ्न आउने विद्यार्थीलाई मैले अन्य विषय पढ्न सुझाव दिने गरेको छु ।'

नेपालमा नयाँ विमानस्थल थपिन लागेको छ । विमान थप गरेमा तथा को-पाइलट र जुनियर पाइलटको प्रमोसन भएको अवस्थामा नयाँ पाइलटले अवसर पाउनेछन् । पछिल्लो समय सरकारले एयरलाइन्स कम्पनीलाई मर्ज गर्ने र नयाँ कम्पनी खोल्न कम्तीमा पनि तीनवटा जहाज हुनुपर्ने मापदण्ड ल्याउने तयारी गरेको छ । यो मापदण्ड लागू भएर नेपालको हवाई उडान क्षेत्रमा थप प्रगति भएन पाइलटले रोजगारी पाउने अवसर छ । नत्र बर्सेनि २०-३० को संख्यामा रोजगारी पाएर पाइलट बेरोजगारको संख्या न्यून हुने कुनै सम्भावना छैन ।

स्वदेशीलाई मौका

विदेशमा २ सय घण्टाभन्दा धेरै विमान उडाएर तालिम लिएका पाइलटहरू सिपिएल लाइसेन्सका लागि अब्बल हुन्छन् । पछिल्लो मापदण्डअनुसार सीपीएल गरेपनि एटीपीएलको अनुभव सँगाल्नुपर्छ । नेपाल आएर सीपीएल लाइसेन्स परीक्षा पास गरेपछि जागिरका लागि आवेदन दिन सकिन्छ । जागिर पाउने भएपछि फेरि लाइसेन्स परीक्षा दिनुपर्छ । यो परीक्षा पास गरेपछि मात्र पाइलटको हातमा विमान उडाउने लाइसेन्स आउँछ ।

पहिलो पटक एयरलाइन्समा जागिर खाँदा को-पाइलट अथवा जुनियर-पाइलटका रूपमा प्रवेश गर्न सकिन्छ । १५ सय घण्टा विमान उडाएपछि एयरलाइन्स ट्रान्सपोर्ट पाइलट लाइसेन्स (एटीपीएल) लिन पाइन्छ । एटीपीएल भएका पाइलट सिनियरको हैसियतमा क्याप्टेन हुन्छन् । हालसम्म नेपालमा ३ सय ८२ पाइलटले एटीपीएल लाइसेन्स लिएका छन् । तर, एटीपीएल हुँदैमा विमान उडाउन पाउँछन् नै भन्ने छैन । एयरलाइन्सको मागअनुसार विमान उडाउन पाउने हो । हालसम्म २ सय ३१ जना यस्ता पाइलटले मात्र विमान उडाएका छन् । यसमध्ये पनि पछिल्लो समय धेरै विदेश गएका छन् भने केहीले अवकाश पाएका छन् । नेपाल एयरलाइन्समा त यस्ता पाइलटको चरम अभाव छ ।

जुनियरको योग्यता पुग्दा पुग्दै पनि बढुवा नगर्ने र रिक्त पदमा विदेशी क्याप्टेन ल्याउने गरेका कारण यस्तो समस्या आएको पाइलटहरू बताउँछन् । यो समस्यालाई जल्दोबल्दो रूपमा लिएर विदेशी पाइलटको स्थानमा नेपालीलाई नै कसरी सक्षम बनाउने भन्ने विषयमा ध्यान दिनुपर्ने उड्डयन प्राधिकरणका प्रवक्ता राजकुमार क्षेत्री बताउँछन् । यसरी को-पाइलटलाई क्याप्टेन बनाइएको खण्डमा नयाँ-नयाँ पाइलटले उनीहरूको स्थानमा जागिर पाउने हुँदा यो विषयलाई गम्भीर रूपमा लिनु आवश्यक रहेको उनले बताए ।

'अहिले हामी विदेशबाट क्याप्टेन ल्याएर विमान उडाइरहेका छौं । नेपालमै रहेका को-पाइलटलाई क्याप्टेन बनाउने वातावरण बनाउने हो भने बेरोजगारीको समस्या केही हदसम्म भए पनि हल हुँदै जान्छ,' क्याप्टेन वेद उप्रेती भन्छन् । पछिल्ला वर्षहरूमा नेपालमा क्याप्टेनको अभाव भएका कारण विमान नउडेका समाचार आइरहेका छन् । तर, भएका पाइलटलाई क्याप्टेन बन्ने अवसर दिइएको छैन । १५ सय घण्टा विमान उडाएकाहरूलाई सम्बन्धित एयरलाइन्सले नै एटीपीएलका लागि पठाउनुपर्ने हो । तर, त्यसो भएको छैन । बरु अभाव पूर्ति गर्न विदेशीलाई ल्याउने क्रम बढ्दो छ । हाल ३५ जना विदेशी पाइलट नेपालमा रहेको सुरक्षा मानक विभागले जनाएको छ ।

त्यसो त, क्याप्टेन वेद उप्रेती कोर्स सकेका पाइलटले नेपाललाई मात्र आफ्नो बजारका रूपमा लिन नहुने बताउँछन् । 'विश्वलाई नै बजारका रूपमा लिएर कोर्स गर्ने हो भने धेरै पाइलट बेरोजगार हुनु पर्दैन,' उनी भन्छन्, 'अहिले संसारभर पाइलट अभाव छ । धेरै भएको नेपालमै हो ।' हेलिकप्टरमा भने पाइलटको अभाव नै छ । पोसाक नै प्रोफेसनलजस्तो नहुने भएका कारण हेलिकप्टरमा पाइलटको आकर्षण कम हुने गरेको जानकारहरू बताउँछन् ।

नेपालबाट अहिले फिलिपिन्स, साउथ अफ्रिका, अमेरिका, क्यानाडा, माल्टालगायतका देशमा विद्यार्थीहरू पाइलट कोर्सका लागि जाने गरेका छन् । देशअनुसार सीपीएल लाइसेन्स प्राप्त गर्दासम्म ५० लाखदेखि ८० लाखसम्म खर्च लाग्ने गर्छ ।

पाइलट पढ्दा लागेको ऋण पेट्रोलपम्प खोलेर तिरें

अभयकुमार टण्डन

अस्ट्रेलियाबाट पाइलट कोर्स पूरा गरेर २००९ मा नेपाल फर्किएँ । शैक्षिक ऋण लिएर पढ्न गएको थिएँ । ७० लाख खर्च भयो । दुई वर्ष जागिरका लागि प्रयास गरेँ । कुनै उपाय नलागेपछि काठमाडौंबाट नेपालगन्ज आएँ । ऋण बढ्दै थियो । ब्याज धेरै तिर्नुपर्थ्यो । परिवारको गुजारा मिल थियो । त्यो व्यवसायले ऋण तिर्न सक्ने अवस्था थिएन । त्यसैले मैले पेट्रोलपम्प खोल्ने विचार गरेँ । पाइलट पढेर पेट्रोलपम्पमा काम गरेको देख्दा धेरैले गिज्याउँथे । त्यतिबेला आफ्नो सपना सम्झिएर निकै पीडा हुन्थ्यो । तर, ६ वर्षमा ऋण तिर्न सफल भएको छु । सुख, दुःख चलिरहेको छ । बेलाबेला पूरा हुन नसकेको आफ्नो सपनाले झस्काइरहन्छ ।

अनुभूति

क्लासिक जिपलाइनको मजजा

विद्या राई

काठमाडौंदेखि ३५ किमि दूरीमा पर्ने धुलिखेल 'जिपलाइन' हब नै बनेको छ । अरनिको राजमार्गमै पर्ने भएकाले आउन-जान सहज छ । यसका लागि एक दिनमात्रै छुट्याए पुग्ने भएकाले पनि उपत्यकावासीहरूको गन्तव्यको रोजाइमा पर्छ । केही दिनको बिदा मनाउनेका लागि पर्यटनमा छुट्टै पहिचान बनाएको धुलिखेलको अर्को आकर्षण भन्नु नै जिपलाइन हो । नेपालमा जिपलाइनका लागि पोखरापछिको गन्तव्य हो– धुलिखेल ।

म पनि अंग्रेजी नयाँ वर्ष नजिकिँदै गर्दा (डिसेम्बर अन्तिम साता) छुट्टीको दिन पारेर जिपलाइन गर्न धुलिखेल पुगें । हुन त म घुमफिर गरेर मज्जा लिने सोखले पनि बिदाको समय यो व्यस्त सहरभन्दा टाढै जान रुचाउने गर्छु ।

बिहानको खाना खाएर जिपलाइन गर्न धुलिखेल पुग्दा मध्याह्न भइसकेको थियो । अरू दिनभन्दा बेग्लै रमाइलो । आकाश खुलेको । हिमाल सेताम्मे टल्केको । त्यसमाथि पारिलो घाम । हरियाली जंगल । शान्त गाउँ ।

जिपलाइन टेकअफ हुने धुलिखेलको थाक्लेडाँडामा थुप्रै युवायुवती भेला भएका थिए । उनीहरू एकपछि अर्को गर्दै डोरीजस्तै देखिने फलामको लठ्ठा

> जिपलाइन समुद्र सतहको १३ सय मिटर उचाइमा टेक अफ भएर १२ सय मिटर उचाइमा ल्यान्डिङ हुन्छ । टेकअफ स्टेसन थाक्लेडाँडादेखि ल्यान्डिङ स्टेसन पाँचखालको खावासम्मको दूरी ११ सय मिटर छ ।

हुँदै चिच्याउँदै, कराउँदै अघि बढ्थे । एकैछिनमा बिलाउँथे अर्थात् उनीहरू जिपलाइन गर्दै ल्यान्डिङ हुने धुलिखेलको खावा पुग्थे । म आफ्नो पालो आउन्जेल ती युवायुवतीले जिपलाइन गरेको हेर्दै रमाएँ ।

एक घण्टापछि मेरो पालो आयो । 'जिपलाइन' मास्टरले मेरो शरीरमा सेफ्टी बाँधिदिए । हेल्मेट लगाइदिए । म निर्धक्क भएर टेकअफ स्टेसन उक्लिएँ । मास्टरले जिपलाइन गर्दा पालना गर्नुपर्ने नियम बताए । मैले एक वर्षअघि पनि जिपलाइन गरिसकेको भएर होला, डर भने पटक्कै थिएन । पोहोरचाहिँ खुब डराएकै थिएँ ।

पोहोर कम्मरमा विशेष प्रकारको डोरीसहितको फुलबडी हार्नेसमा घोप्टो सुतेर दुवै हात फिँजाएर अघि बढ्नुपर्ने सुपरम्यानवाला जिपलाइन गरेको थिएँ । यो पाला बसेर अघि बढ्नुपर्ने साधारण अर्थात् क्लासिक । सुपरम्यानभन्दा अलि सजिलो र जो-कोहीले यो जिपलाइन गर्न सक्छन् । दुवैको नियमचाहिँ उस्तै-उस्तैजस्तो लागे पनि फरक हुँदो रै'छ ।

नियम बताइसकेपछि मास्टरले मलाई अग्लो टेबलमाथि उभिन लगाए । जिपलाइनको डोरीमा क्याराबिनले झुन्ड्याइदिए । दाहिने हातमा गोप्रो लिएँ । देब्रे हातले जिपलाइनको डोरी समातें । मास्टरले म उभिएको छोडेर डोरीमा स्वतन्त्र रूपले झुन्डिन लगाए अनि पछाडिबाट तानेर एक, दुई, तीन भन्दै जिपलाइनको डोरीमा झुन्डिएको मेरो ज्यानलाई जोडले घचेटेर टेकअफ स्टेसनको बार कटाए । घचेटिएको ज्यान हावाको वेगसँगै अघिल्तिर नमज्जाले हुर्रियो । त्यतिबेला निकै डराएँ । देब्रे हातले समातेको डोरी बेस्मारी च्यापेको थिएँ । लगभग तीन सेकेन्डजतिको त्यो डर बिस्तारै कम हुँदै गयो ।

मैले देब्रे हात डोरीबाट छोडिदिएँ । ज्यान लत्रियो । डोरीमा लत्रिएको ज्यान हावाको वेगसँगै स्वतन्त्र रूपले अघि बढिरहेको थियो । २ सय ४० फिटको झुकावमा हावाको औसत गति ७० किलोमिटर प्रतिघण्टा थियो ।

मेरो डर हटिसकेको थियो । दिन खुलेकाले गोप्रोलाई हिमालतिर देखाउँदै आफ्नो अनुकूल भिडियो र तस्बिर लिँदै रमाउँदै अघि बढें । हावाको गति र वेगले गर्दा लत्रिएको मेरो ज्यान दायाँबायाँ घुमाउन थाल्यो । एक-दुई पल्टसम्म त मज्जा नै भयो । डोरीमा लत्रिएको ज्यान घरीघरीको चर्को हावा चाँडो-चाँडो घुमाइदिँदा भने डराएँ । ४० सेकेन्डजति पार गर्दासम्म लत्रिएको ज्यानलाई थकान महसुस भयो । मैले क्याराबिनवाला डोरी समाएँ ।

आफ्नो अनुकूलमा फोटो, भिडियो लिँदै, रमाइलो गर्दै अघि बढे । हरियाली जंगललाई झुन्डिएर माथिबाट हेर्दाको आनन्द बेग्लै थियो । टाढा-टाढासम्मका गाउँ हेर्दा डाँडामा बसेर गाउँघर नियालेको याद भयो । कतै डर, कतै आनन्द । झुण्डिदै/उड्दै प्रकृति नियाल्दा निकै रमाएँ ।

अघि बढ्दै गरेको म अचानक अड्किएँ । ल्यान्डिङ हुने बेला भइसकेको रहेछ । म केही आत्तिएँ । त्यतिन्जेलमा ल्यान्डिङ स्टेसनका मास्टर मलाई रेस्क्यु गर्न आइसकेका थिए, तर मलाई अड्किएपछि मनमा खटपट सुरु भइसकेको थियो । तल हेऱ्यो, जमिन निकै गहिराइमा देखिन्छ । रेस्क्यु गर्ने मास्टर आउँदैछन् भनूँ, म झन् पछाडितिर धकेलिँदैछु । मास्टर कतिबेला आइपुग्लान् र रेस्क्यु गर्लान् भन्ने पिरले पसिना छुटाइसकेको थियो । बल्ल उनी आइपुगे । मलाई रेस्क्यु गरेर ल्यान्डिङ स्टेसन पुऱ्याए । ल्यान्डिङ हुनेबेलाको डोरी केही उकालो रहेछ । हावाको वेग कम हुँदा बीचैमा अड्किएको रहेछु । ल्यान्डिङ भएपछि मास्टरले सुनाए । मास्टरले मलाई जिपलाइनको डोरीबाट छुटाए र म स्टेसनबाट ओर्लिए । फलामको डोरीमा घिर्नीको सहायताले विशेष प्रकारको फित्तामा झुन्डिएर अघि बढ्दा वा उड्दाको डर, भय र आनन्दको सम्मिश्रणले आफूलाई साहसिक अनुभूति भयो ।

जिपलाइन समुद्र सतहको १३ सय मिटर उचाइमा टेक अफ भएर १२ सय मिटर उचाइमा ल्यान्डिङ हुन्छ । टेकअफ स्टेसन थाक्लेडाँडादेखि ल्यान्डिङ स्टेसन पाँचखालको खावासम्मको दूरी ११ सय मिटर छ । यो दूरी पार गर्न १ मिनेट २० सेकेन्ड लाग्छ । जिपलाइनमा साधारण, सुपरम्यान र टेन्डम (जोडी) यात्रा गर्ने सुविधा छ । क्लासिक (साधारण) जिपलाइन गर्न नेपाली नागरिकका लागि २ हजार ५ सय, सुपरम्यानका लागि ३ हजार ५ सय र टेन्डमका लागि ४ हजार ५ सय रुपैयाँ लाग्छ ।

'जिपलाइन'को अनुभव लिन यहाँ नेपालसहित चीन, कोरिया, हङकङ, अमेरिका र स्वीजरल्यान्डबाट आएका पर्यटकको दैनिक भिड लाग्ने गर्छ । दैनिक २५ देखि ६० जनाले जिपलाइन गर्छन् । मौसम सफा भएका बेला १ सय ८० डिग्री कोणमा अन्नपूर्ण, गणेश हिमाल, लाङटाङ, गौरीशंकर, ल्होत्से, फूर्बीच्याचूलगायत हिमशृंखलाका पानारोमा दृश्य हेर्न सकिन्छ ।

यौन जिज्ञासा

डा. राजेन्द्र भद्रा

म विवाहित ३० वर्षे युवक हुँ । मेरो पाँच वर्षको एउटा छोरा पनि छ । मलाई यौनचाहना हुँदैन । यौनइच्छाले यौनसम्पर्क गर्दा पनि शीघ्र स्खलन हुन्छ । श्रीमतीलाई यौनसन्तुष्टि दिन नसकेजस्तो लाग्छ । श्रीमती अर्कै पुरुषतिर लाग्ने हुन् कि भन्ने डर पनि हुन्छ । मैले के गर्दा उचित होला ?
बी.

यौनचाहना नै नहुने कुरा

यौनचाहना सञ्चालनमा विभिन्न प्रणाली सक्रिय देखिन्छन् । एक त अन्तःश्रावी ग्रन्थिको प्रणाली इन्डोक्राइन सिस्टमअन्तर्गतका रागरसहरूले सञ्चालनमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छन् भने अर्कोतिर इन्द्रिय प्रणालीका साथमा स्नायुप्रणाली । यसमा मस्तिष्कको विशेष भूमिका हुन्छ, किनकि अनेक यौन सन्देशलाई यस मस्तिष्कले नै अर्थ लगाउने गर्छ । हाम्रा यौनसम्बन्धी विचार, भावना, स्मरण अनि यौन परिकल्पनाको स्रोत पनि मस्तिष्क नै हो ।

सामान्यतया सबैमा धेरथोर यौनचाहना हुन्छ नै । कसैमा कम तथा कसैमा बढी । फेरि एकै व्यक्तिमा समय र परिस्थितिअनुसार फरक हुन्छ । कम हुनुलाई नभएको ठान्ने गरिन्छ, जुन सही होइन । यसैगरी कतिपयलाई यौनसम्पर्क राख्ने मन नलाग्ने स्थिति हुन सक्छ, अर्थात् कम यौन इच्छा (Hypoactive Sexual Desire) को स्थिति हुन सक्छ । यस्तो स्थितिमा यौनसम्पर्क राख्ने चाहना, यौन परिकल्पना तथा र वा यौन क्रियाकलाप महिनाको दुई पटकभन्दा कम भएको अवस्थालाई जनाउँछ, तर यदि दुवै जना यसमा सन्तुष्ट छन् भने महिनामा एकपल्ट मात्र यौनसम्पर्क राख्ने जोडीलाई यस समस्याबाट पीडित व्यक्ति भनिहाल्न मिल्दैन । त्यसैले कतिपय यौन विशेषज्ञले यौन इच्छा कम भएको भनेर त्यसबेलासम्म भन्दैनन् जबसम्म यी कुराले सो जोडीलाई यसका कारणले समस्या पारेको हुँदैन वा व्यवहारमा कुनै खास परिवर्तन देखिएका हुँदैनन् ।

श्रीमती अर्कातिर लाग्ने भय

तपाईंले यौनसन्तुष्टि नपाएका कारणले तपाईंको सम्बन्धमा नै केही समस्या आएको वा नभएको बारे केही नलेख्नुभए पनि तपाईंलाई पक्कै थाहा होला । यहाँ तपाईंले मनको भय मात्रै हो कि वास्तवमै केही समस्या भएको हो, छुट्याउन आवश्यक हुन्छ ।

यो पक्कै हो कि सुखमय यौनसम्पर्क वैवाहिक सम्बन्धको आधार हो, तर यसमा केही कमी भयो भन्दैमा श्रीमती अर्कातिर लागिहाल्लिन् भन्ठान्नुपर्ने कारण देखिँदैन । अति नै कम यौनसम्पर्क भएका बेला मात्रै होइन, अशक्त जीवनसाथी भएको स्थितिमा पनि दाम्पत्य जीवनमा समर्पित नै रहेका अनेक उदाहरण समाजमा छन् । तपाईंको शंका वा भयको आधारलाई राम्ररी केलाउनुहोस् । निराधार रूपमा शंका गर्न लागिएमा यही शंकाले लंका जलाउँछ ।

पुरुषहरूमा यौनको सन्दर्भमा हुने भयहरूमध्ये श्रीमती वा यौनजोडीलाई यौनसन्तुष्टि दिन सक्दिनँ कि भन्ने एक प्रमुख हो । यस्तो भय भए पनि उसले राम्रो गर्नुपर्ने चिन्ताले सताउन थाल्छ । शीघ्र स्खलन होस् वा लिङ्ग उत्तेजना चाहेअनुसार नहुने समस्याले सताउँदा चिन्ता झनै बढ्छ । यसका साथै धेरै चिन्ता गर्ने स्थिति आउँदा कार्यसम्पादनको चिन्ता (Performance Anxiety) ले सताउन थालेपछि समस्या झनै चर्कन्छ ।

मलाई लाग्छ, तपाईंको समस्या समाधानका लागि यो भयबाट मुक्ति पाउन तपाईंले प्रयास गर्नुपर्छ । यसका लागि तपाईंले आफ्नो मन बलियो बनाउनुपर्छ । आवश्यक परेमा मनोपरामर्शदाता वा मनोचिकित्सकको सहयोग पनि लिनुपर्ने हुन सक्छ ।

श्रीमतीलाई कसरी यौनसुख दिने ?

हामीले यसबारे धेरैपल्ट चर्चा गरिसकेका छौं । मानव यौन प्रतिक्रिया चक्रका बारेमा त तपाईंलाई जानकारी होला नै । यौन उत्तेजनालाई निरन्तरता दिन सकिए व्यक्ति यौन चरमसुखको चरणसम्म पुग्छ । विचार गर्नुपर्ने कुरा यौन चरमसुख व्यक्ति आफैंले प्राप्त गर्ने हो, अर्को व्यक्तिले त सहयोग मात्र गर्न सक्छन् । त्यसैले यौन उत्तेजनालाई निरन्तरता दिन अर्को व्यक्तिको यौन संवेदनशील अङ्गबारे जान्नुपर्छ ।

तपाईंलाई थाहै होला, महिलाको सन्दर्भमा सबैभन्दा यौन संवेदनशील अङ्ग 'भगांकुर' बाहिरतिरै हुन्छ । यसलाई हात वा औंलाले नै चलाएर यौन चरमसुख प्राप्त गर्न सहयोग गर्न सकिन्छ । योनि अर्को महत्त्वपूर्ण अङ्ग हो । यसको बाहिरतिरको भाग यौन संवेदनशील हुन्छ । योनिमा केही पसाई त्यसबाट घर्षण गराएर आनन्द प्राप्त गर्न सक्छन् । स्तन तथा अन्य यौन संवेदनशील अङ्गको मर्दन, घर्षण, अनि चलाउने जस्ता अनेक क्रियालापमा संलग्न हुन सकिन्छ । त्यसबाहेक अन्य अनेक नयाँ प्रयोगहरू गर्न सकिन्छ । पुरुषहरूजस्तै महिलाहरू पनि यौन उत्तेजक दृश्य, स्पर्श अनि यहाँसम्म कि परिकल्पनाले उत्तेजित हुन्छन् । यौन क्रियाकलापमा संलग्न हुँदा पाक्क्रीडामा संलग्न भएमा यौन उत्तेजना प्राप्त गर्न र चरमसुखसम्म पुग्न सजिलो हुन्छ । यसले यौनसम्पर्कमा संलग्न दुवै जनालाई यौन चरमसुख साथसाथै प्राप्त गर्न मद्दत पनि गर्छ । साथसाथै चरमसुख प्राप्त गर्नु सजिलो कुरा होइन र यो हुनैपर्छ भन्ने पनि छैन । साथसाथै पाइएन भने पीर गर्नुपर्ने आवश्यकता छैन, पालोपालो गरेर यौन चरमसुख प्राप्त गरे पनि हुन्छ । साथसाथै पाउँदा वास्तविक अर्थमा सम्भोग बनाउन सकिन्छ । सम्भोग अर्थात् 'सम+भोग', जसको अर्थ दुवै जना यौनसाथी (श्रीमान्-श्रीमती) ले समान रूपमा यस सुखलाई भोग गर्न पाउने कुरा भयो । यौनसम्पर्क गर्दा लिङ्ग प्रवेश गराएर सुरु गरिने मानसिकताबाट बाहिर निस्कनुपर्छ । महिलाले पर्याप्त रूपमा पाक्क्रीडामा संलग्न हुने समय पाउनुपर्छ । विशेष गरेर यौनसम्पर्क गर्दा पुरुष माथितिर र महिला तलतिर रहने आसनमा यौनसम्पर्क गर्दा महिलाको योनिमा घर्षण हुने भए पनि भगांकुरमा घर्षण हुँदैन भन्ने बुझ्नुपर्छ ।

श्रीमती अर्कातिर लाग्लिन् भन्ने सोच दिमागबाट निकालेर कसरी यौनसुख दिने र लिने भन्नेतिर ध्यान दिनुभयो भने पक्कै पनि सुखमय यौन जीवनयापन गर्न सक्नुहुनेछ भन्ने विश्वास लिएको छ ।

सूचना

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

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला

(फलित ज्योतिष)

यो साता

माघ २६ गते
श्री स्वस्थानी व्रत समाप्ति

फागुन १ गते
विश्व रेडियो दिवस

मेष

रोजगारीका नयाँ क्षेत्रहरू पहिचान गरी लाभ लिन सकिनेछ । धार्मिक क्षेत्रमा यात्रा गर्ने साइत जुरेको छ । तालिम, प्रतियोगिताजस्ता अवसरमा सहभागी भई परिणाम हात पार्न सफल भइनेछ । विदेश भ्रमणको अवसर मिल्नेछ । मेहनतपूर्ण कार्यले सही मार्ग लिनेछ । साताको अन्त्यतिर स्वास्थ्यमा ध्यान पुऱ्याउनुहोला ।

वृष

विदेशी अवसरलाई सार्थक बनाउन थप मेहनत गर्नुपर्ला । पूर्वअग्रज व्यक्तिहरूसँग ज्ञान हासिल गरी मार्ग पहिल्याउन सकिनेछ । नीलो पहिरनले सोचेको परिणाम प्राप्त गर्न सहयोग पुऱ्याउनेछ । प्रगतिउन्मुख व्यवसायबाट मुनाफा भई सवारी साधन खरिद गर्ने योजना बन्न सक्छ, ढिलो नगरी निर्णय गर्नुहोला ।

मिथुन

रोजगारी तथा पदोन्नति प्राप्त गर्न कडा मेहनत गर्नुपर्ला । कम लगानीले सुरु गरेका व्यवसायमा मुनाफा हात लाग्नेछैन । साझेदारीबाट थालिएका कार्यले फाइदा पुऱ्याउँदै अन्य अवसरका ढोका खोल्नेछ । व्यवसायका सिलसिलामा विदेश यात्राको योजना तय हुनेछ । पारिवारिक किचलोमा टाढा रहनु उपयुक्त हुनेछ ।

कर्कट

नौला स्थानको उत्साहित यात्रामा प्रेमिकाले खर्च बेहोर्दा अविस्मरणीय क्षण बन्नेछ । विभिन्न सभा-सेमिनार, प्रतियोगिताहरूमा भाग लिने अवसर मिल्नेछन् । शारीरिक कमजोरी तथा आलस्यताले महत्त्वपूर्ण कार्य छुट्न सक्छ, उचित व्यवस्थापन गर्नुहोला । साताको अन्त्यमा पारिवारिक किचलोले सताउनेछ ।

सिंह

सुधारोन्मुख मित्रताको विश्वासमा पुनः तुसारापात लाग्न सक्छ । कुरा काट्नेहरूले षड्यन्त्रको घेरामा पार्न खोज्दैछन् । स्वाभिमानले परास्त गर्न सक्नुहुनेछ । मनोरञ्जन तथा रसपान गर्दा अधिक खर्चसमेत बेहोर्नुपर्ला । सुन्तला रंगको पहिरनले सजिएमा चुनौतीबाट मुक्त हुन कठिनाइ हुनेछैन ।

कन्या

राम्रा अवसर र शुभ समाचारले साता अनुकूल बित्नेछ । अभिभावकको वचन परिवर्तनले मनमा चोट पुग्न सक्छ । संयमताका साथ निर्णय गर्नु उचित हुनेछ । राजनीतिक क्षेत्रको वातावरणले मन परिवर्तन भई महत्त्वपूर्ण सभा-सम्मेलन, भेटघाटजस्ता कार्यमा लाग्ने अवसर मिल्नेछ ।

तुला

पारिवारिक सुख-सुविधाका निम्ति विलासिताका सामग्री खरिदमा खर्च गर्नुपर्ने हुन्छ । लामो दूरीको यात्रामा खर्चले पिरोल्नेछ । परोपकार धार्मिक क्षेत्रमा आकर्षित हुँदै प्रतिष्ठित कार्य गरिनेछ । धनागमनमा रहेका चुनौतीहरू यथास्थितिमै रहनेछन् । सेतो रंग आत्मसात् गर्नाले गाँठो फुकाउन सहज हुनेछ ।

वृश्चिक

सिर्जनात्मक कार्यले जीवनसंगीसित रहेको वैचारिक मतभिन्नता समाप्त हुनेछ । लामो समयदेखि अधुरै रहेको मनोरञ्जन तथा विलासीपूर्ण चाहना पूरा हुनेछ । बोलीको मधुरताले विशिष्ट व्यक्तिबाट पुरस्कृत तथा हौसला प्राप्त हुनेछ । आर्थिक क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाई सोचेजस्तो लाभ लिन सक्नुहुनेछ ।

धनु

पुण्य आर्जन गर्न धार्मिक स्थलमा परोपकारी कार्य गरिनेछ । ढिलो गरी थालिएका कार्यले अपजसको सामना गर्नुपर्ला । गोपनियता भंग भई प्रतिष्ठामा दक्खल पुग्न सक्छ । आलस्यपन तथा विलासीपनबाट टाढा रहनु नै उचित हुन्छ । आर्थिक कारोबारको विवादमा अभिभावकको सुझाव नै उचित हुनेछ ।

मकर

मनोरञ्जन, भेटघाट तथा भ्रमणले साता बित्नेछ । लामो समयदेखि रोकिएका कार्यको गाँठो फुक्नेछ । आकस्मिक निमन्त्रणामा सहभागी हुँदा प्रेमिकाले नयाँ चाहना राख्न सक्छिन्, ढिलासुस्ती नगर्नु नै बेस हुन्छ । आफ्ना कमजोरीपनले पछिसम्म सताउला । आर्थिक लगानी गर्ने अवसर जुट्न सक्छ ।

कुम्भ

सरकारी क्षेत्रको सम्मान र पदोन्नतिले उत्साह थप गर्नेछ । दत्तचित्त भई लक्ष्यप्राप्ति गर्न सक्नुहुनेछ । सोचेजस्तो सफलता प्राप्त भई विदेश जाने अवसर हात पर्न सक्छ । सामाजिक नेतृत्व वहन गर्न सक्नुहुनेछ । अभिभावकले तपाईंको भावनालाई बेवास्ता गर्दा खटपट पर्न सक्छ ।

मीन

शुभ समाचार प्राप्त हुनाले उत्साह थपिनेछ । बिना पूर्वयोजना गरिएको नयाँ स्थानको भ्रमणमा प्रेमिकाले घुर्क्याउँदा निराश हुनुपर्नेछ । सामाजिक सभा-सम्मेलनमा भाग लिँदा समयको उचित ख्याल गर्नुहोला । विपक्षीहरूले कुरा काट्दा आफ्नो फाइदा नै पुग्नेछ ।

खेलकुद

गेल हंगामा

नेपाल आएर खेल्ने विदेशी खेलाडी

हिमेशरत्न बज्राचार्य

अहिलेको विश्व फुटबलका सबैभन्दा ठूलो दुई स्टार हुन्– अर्जेन्टिनी लियोनल मेसी र पोर्चुगाली क्रिस्टियानो रोनाल्डो । उनीहरूमध्ये कसैले नेपाली घरेलु फुटबल खेल्यो भने कस्तो होला ? मेसी र रोनाल्डो जत्तिकै चर्चित अन्य केही खेलाडी इजिप्टका मोहम्मद सलाहदेखि ब्राजिलका नेयमारले नेपालमा खेल्ने कुनै सम्भावना छ त ? यसको स्पष्ट उत्तर हो– छैन । नेपाली फुटबलले यस्तो हुन्छ भनेर त सोच्न पनि सक्दैन ।

फुटबल र क्रिकेटको तुलना हुन्न । यी दुई फरक खेल हुन् । यी दुई खेलको समानता के भने फुटबल र क्रिकेट नेपालमा सर्वाधिक लोकप्रिय खेल हुन् । केही समय अगाडिसम्म पनि कसैले वेस्ट इन्डिजका क्रिस गेलले नेपाली घरेलु क्रिकेटमा खेल्नेछन् भन्दा त्यसलाई पनि विश्वास गर्न सकिन्नथ्यो । भनिन्थ्यो होला, जसरी मेसी र रोनाल्डोले नेपाली घरेलु फुटबलमा खेल्ने सम्भावना छैन, त्यसरी नै गेल पनि नेपालमा आउनेछैनन्, क्रिकेट खेल्न ।

तर नेपाली क्रिकेटले अविश्वसनीय रूपमा यति बेला कोल्टे फेरेको छ । गेलले एभरेस्ट प्रिमियर लिगमा पोखरा राइनोजका लागि खेल्ने भएका छन् । आधुनिक विश्व क्रिकेटका सबैभन्दा ठूला नाम हुन्, क्रिस गेल । अचेलको क्रिकेट ट्वान्टी-२० क्रिकेटको हो, अझ भन्दा फ्रेन्चाइज ट्वान्टी-२० क्रिकेटको । यी गेल यही ट्वान्टी-२० क्रिकेटमा राज गरिरहेका छन् । उनले नेपालमा खेल्नु मेसी अथवा रोनाल्डोले नेपालमा फुटबल खेल्नुजत्तिकै हो ।

यही वर्षको मार्च १४ मा एभरेस्ट प्रिमियर लिग (ईपीएल) को चौथो संस्करण सुरु हुनेछ र गेल उद्घाटन खेलमा पोखराका लागि मैदानमा उत्रनेछन् । त्यति बेला नेपाली क्रिकेटमा एउटा उपलब्धि थपिनेछ । नेपाली क्रिकेटले नयाँ कोसेढुंगासहित परिचय पाउनेछ । विश्वमै पनि अब नेपालको क्रिकेटबारे चर्चा हुनेछ । एकपल्ट गेलले नेपाली क्रिकेटलाई आफ्नो गन्तव्य बनाएपछि उनी जत्तिकै राम्रा अन्य खेलाडीका लागि ढोका खुल्नेछ ।

जुन दिन गेलले पोखराबाट खेल्ने भए भनेर सोल्टी होटलमा आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा घोषणा भयो, त्यसको भोलिपल्ट नेपाली सञ्चारमाध्यममा ठूलो कभरेज भयो । विदेशी समाचार संस्थाले समाचार लेखे, विशेषतः फ्रान्सेली समाचार संस्था एएफपीले । क्रिकेट लोकप्रिय रहेका देशका अधिकांश मिडियाले यो समाचारलाई कुनै न कुनै रूपमा स्थान दिए ।

त्यसो त, नेपालकै लेग स्पिनर सन्दीप लामिछानेले इन्डियन प्रिमियर लिगमा खेलेर तहल्का मच्चाएका थिए । त्यसयता उनले ठूला फ्रेन्चाइज क्रिकेट लिग खेले । पारस खड्काले पनि यस्तै फ्रेन्चाइज क्रिकेट अबुधाबीमा खेले । तर यति बेला गेलजस्ता खेलाडी नेपालमै आएर खेल्ने प्रसंगले हंगामा मच्चाएको छ ।

अविश्वसनीय कदम

केही दिनअगाडि मात्र हो, ईपीएलका आयोजकले एउटा नयाँ नियम ल्याएको । यसलाई लिएर धेरै खाले विवाद निस्के । नयाँ नियम थियो, यसपल्टको प्रतियोगितामा कुनै पनि विदेशी खेलाडीले खेल्न पाउनेछैन । जसले यसअघि भएका धनगढी प्रिमियर लिग र पोखरा प्रिमियर लिग खेलेका थिए । धेरैको आरोप थियो, यो ईपीएलले आफूजस्तै अरू दुई प्रतियोगितालाई कम स्तरको हो भनेर देखाउन खोजेको हो । तर, यसले गेलजस्ता खेलाडी आउने ढोका खोलिदियो ।

पोखरा टिमका मालिक हुन्, दीपा अग्रवाल । उनी पनि मान्छिन्- जे भयो, त्यो अहिलेसम्म पनि विश्वास गर्न गाह्रो छ । उनी भन्छिन्, 'ट्वान्टी-२० क्रिकेटको पर्याय रहेका गेलले हाम्रो टिमबाट खेल्ने भएका छन् । यसले जति चर्चा पाउनेछ, त्यो हाम्रै टिममा मात्र सीमित हुनेछैन । यसले नेपाली क्रिकेट र समग्रमा देशकै लागि फाइदा हुनेछ । उनी जत्तिको लेजेन्डरी खेलाडीसँग खेल्न पाउँदा सबैले धेरै सिक्न सक्छन् ।'

ईपीएलका कार्यकारी निर्देशक आमिर अख्तर पनि उत्तिकै मक्ख छन् । एक प्रकारले पूरा घटनाक्रममा उनको सबैभन्दा निर्णायक भूमिका छ । उनकै भाषामा गेललाई नेपालमा खेल्न तयार पार्न पनि एक महिनाभन्दा बढीको समय चाहिएको थियो । गेल जत्तिको खेलाडीको कुरा क्रिकेटमै मात्र सीमित राखेर हेरिनु हुन्न । यो त क्रिकेट भन्दा पनि परको कुरा हो । उनी भन्छन्, 'गेलको आगमनले सबैभन्दा फाइदा हुने भनेको नेपाली क्रिकेटलाई नै हो ।'

यसपल्टको ईपीएलसँगै नेपालमा आएर खेल्ने अरू खेलाडी को-को हुन् त ? अहिलेसम्म अगाडि आएका सबैभन्दा ठूला नाम हुन्, असिम अमला । उनले कुन टिमबाट खेल्ने हो, त्यो भने टुंगो लागेको छैन । उनको सम्भावना पोखराकै टिमबाट हो । बरु, ड्वायन स्मिथले भैरहवा ग्लाडियटर्सबाट खेल्ने निश्चित भइसकेको छ । यस्तै मोहम्मद सहजादले चितवन टाइगर्स र उपुल थरंगाले ललितपुर प्याट्रियसबाट खेल्दैछन् । काठमाडौं किंग्स इलेभेनमा पुरानै खेलाडी केभिन ओ'ब्राइन छँदैछन् ।

क्रिस गेल

एक प्रकारले भन्ने हो भने विश्व क्रिकेटलाई टाढैबाट पछ्याइरहेका लागि पनि क्रिस गेल उत्तिकै परिचित नाम हो । उनको आगमनबारे आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा उनले बोलेको रेकर्डेड क्लिप पनि देखाइएको थियो । त्यसमा उनी आफ्नो स्वभावअनुसार रंगीन र बिन्दास देखिएका थिए । उनलाई विश्व क्रिकेटमा 'बोस' नामले पनि चिनिन्छ । उनले आफैंलाई पनि विश्व ट्वान्टी-२० क्रिकेटका बोस भनेका छन् ।

उनले क्लिपमा भनेका छन्, 'गेलको विस्फोटक ब्याटिङका लागि तयार रहनु । यो वास्तवमै निकै उत्साहजनक हुनेछ । नेपालमा सबैसँग चाँडै भेटौंला ।' जमैकामा जन्मेका गेलले वेस्ट इन्डिज टिमको नेतृत्व पनि सम्हाले । उनले अहिलेसम्म क्यारेबियन टिमका लागि १ सय ३ टेस्ट खेलेका छन् । यस्तै ३ सय १ वान डे र ५८ ट्वान्टी-२० पनि । वास्तवमै उनी क्रिकेटको कान्छो शैलीमा महारथ प्राप्त खेलाडी हुन् । उनको खेलको विशेषता नै हो, विस्फोटक ब्याटिङ ।

उनको ब्याटले बोल्ने भाषा भनेकै छक्का र चौका हो । उनले धेरै देशका फ्रेन्चाइज क्रिकेटमा खेलेका छन् । त्यसमध्ये सबैभन्दा ठूलो इन्डियन प्रिमियर लिगमा भने उनले कोलकाता

नाइट राइडर्स, रोयल च्यालेन्जर्स बेंगलोर र किंग्स इलेभेन पञ्जाबका लागि खेलिसकेका छन्। उनी उत्तिकै महँगा खेलाडी पनि हुन्, अनि लोकप्रिय पनि। उनी ४० वर्षका भइसके, तर माग उत्तिकै छ। बेंगलोरका लागि उनले बनाएको १ सय ७५ रनको प्रदर्शन कसले पो बिर्सन सक्छ र ?

हसिम अमला

कोही पनि क्रिकेट खेलाडीले सय टेस्ट खेलेको छ भने उसका लागि अर्को परिचयको आवश्यकता नै छैन। हसिम अमला यस्तै खेलाडी हुन्। उनले दक्षिण अफ्रिकाका लागि १ सय २४ टेस्ट खेलेका छन्। त्यति मात्र होइन, उनले १ सय ८१ वान डे र ४४ ट्वान्टी-२० पनि खेलेका छन्, दक्षिण अफ्रिकाका लागि। उनले टेस्टमा ९ हजार र वान डेमा ८ हजारभन्दा बढी रन बनाएका छन्। यो तथ्यांकले नै देखाउँछ, उनी कत्तिको खेलाडी हुन् भनेर।

रंगभेदका कारण दक्षिण अफ्रिका लामो समय विश्व खेलकुदबाट टाढा रह्यो। सन् ९० तिर यसले फेरि अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रवेश गरेको हो। त्यसयता दक्षिण अफ्रिकी क्रिकेटले पाएका सबैभन्दा राम्रा माथिल्लो क्रमका ब्याट्सम्यानमा उनको नाम पनि आउने गर्छ। त्यसैले त उनले त्यति धेरै अवसरमा आफ्नो देशको प्रतिनिधित्व गर्ने अवसर पाए। दक्षिण अफ्रिकी टिमको नेतृत्व पनि गरेका ३६ वर्षीय अमलाले सन् २०१९ को विश्वकपपछि अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेटबाट संन्यास लिए।

त्यसयता उनले आफूलाई फ्रेन्चाइज क्रिकेटमा केन्द्रित गर्ने प्रयास गरेका छन्। सन् २०१६ मा इन्डियन प्रिमियर लिगमा किङ्स इलेभेन पञ्जाबबाट खेलेका अमलाले क्यारेबियन प्रिमियर लिगमा ट्रिनिडाड नाइट राइडर्सबाट पनि खेले। यस्तै उनले सन् २०१८ मा दक्षिण अफ्रिकी माजन्सी सुपर लिगमा डरबन हिट्सको प्रतिनिधित्व गरे। भर्खरै मात्र उनले पाकिस्तानी सुपर लिगमा पेसावर जाल्मीको मेन्टरका रूपमा अनुबन्ध गरेका छन्।

ड्वायन स्मिथ

उनी त्यो जमानाका वेस्ट इन्डिज खेलाडी हुन्, जति बेला त्यहाँको टेस्ट क्रिकेट ओरालो लाग्दै थियो, त्यतिबेला यिनै वेस्ट इन्डिजका खेलाडीले ट्वान्टी-२० क्रिकेटमा तहल्का मच्चाइरहेका थिए। भलै वेस्ट इन्डिज विश्व क्रिकेटमा पहिलेको जस्तो शक्तिशाली रहेन। तर जति बेला छोटो संस्करणको क्रिकेट आउने गर्छ, त्यति बेला सबैभन्दा पहिले सम्झिने भनेको वेस्ट इन्डिजकै खेलाडी हुन्, यही पुस्ताका खेलाडी हुन्, ड्वायन स्मिथ।

शारीरिक रूपमा निकै शक्तिशाली देखिने ३६ वर्षीय स्मिथले खालि १० टेस्ट मात्र खेल्न पाए। बरु यसको तुलनामा उनले वान डे बढि खेले, १ सय ५। यस्तै उनले वेस्ट इन्डिजका लागि ३३ ट्वान्टी-२० मा प्रतिनिधित्व गरे। बारबाडोजका यी खेलाडीको सबैभन्दा ठूलो विशेषता हो, अलराउन्ड प्रदर्शन। उनको ब्याट जति चल्ने गर्छ, बलिङ पनि उत्तिकै घातक हुने गर्छ। त्यसैले पनि फ्रेन्चाइज क्रिकेटमा उनको माग बढेको हो।

स्मिथले इन्डियन प्रिमियर लिगमा मुम्बई इन्डियन्स, डेकन चार्जर्स, चेन्नाइ सुपर किङ्सका लागि खेले। सन् २०१२ मा उनले मुम्बइका लागि चेन्नाईविरुद्धको खेलमा अन्तिम तीन बलमा एक छक्का र तीन चौका प्रहार गरे र खुबै चर्चित बने। त्यति बेला मुम्बईलाई जितका लागि अन्तिम तीन बलमा १४ रन चाहिएको थियो। उनले पाकिस्तानी सुपर लिगमा पनि खेलेका छन्, इस्लामाबाद युनाइटेडका लागि। यस्तै उनले क्यानाडामा पनि खेलिसकेका छन्।

मोहम्मद साहजाद

विश्व क्रिकेटमा अफगानिस्तानको प्रवेश भएको धेरै भएको छैन। लामो समय आन्तरिक कलह र युद्धमा रुमलिएको अफगानिस्तानले गम्भीर रूपमा क्रिकेट खेल्न थालेको हिजैजस्तो लाग्छ। तर, छोटो समयमै अफगान क्रिकेटले लामो यात्रा तय गरिसकेको छ र उसका केही खेलाडी फ्रेन्चाइज क्रिकेटमा खुबै चम्किएका छन्। यस्तै एक खेलाडी हुन्, मोहम्मद साहनाज। उनी प्रारम्भिक ब्याट्सम्यान त हुन नै, त्यसमाथि विकेट किपर पनि।

शारीरिक रूपमा उनी केही मोटो देखिन्छन्। तर, उनको फुर्तिलो खेलमा कुनै शंका छैन। त्यो अर्थमा उनी निकै उपयोगी खेलाडी हुन्। उनले अफगानिस्तानका लागि २ टेस्ट, ८४ वान डे र ६५ ट्वान्टी-२० खेलेका छन्। उनले सन् २०१६ मा बंगलादेश प्रिमियर लिगमा रंगपुर राइडर्सका लागि खेले। सन् २०१८ यता भने उनी चिटगाउँ भिकिङ्समा आबद्ध छन्। उनी अफगानिस्तान प्रिमियर लिगमा भने पाकिस्तानका लागि खेल्छन्।

उपुल थरंगा

श्रीलंकाली क्रिकेटले पछिल्लो समय पाएका सबैभन्दा राम्रा खेलाडीमध्ये एक हुन्, उपुल थरंगा। उनी अब्बल दर्जाका खेलाडी थिएनन् भने उनले श्रीलंकाली टिमको नेतृत्व पनि गर्ने थिएनन्। उनले श्रीलंकाका लागि ३१ टेस्ट खेलेका छन्। यस्तै उनको नाममा २ सय ३५ वान डे र २६ ट्वान्टी-२० क्रिकेट पनि रहेको छ। उनको सबैभन्दा ठूलो विशेषता हो, सीमित ओभरको क्रिकेटका लागि उपयुक्त खेलाडी। यसमा उनले आफ्नो परिचय पनि बनाएका छन्।

थरंगा सात अवसरमा वान डे क्रिकेटको दोहारो शतकीय साझेदारीमा सहभागी भइसकेका छन्, जुन आफैंमा कीर्तिमान हो। उनलाई अहिलेसम्म पनि श्रीलंकाली क्रिकेट टिमकै एक सदस्यका रूपमा लिए पनि हुन्छ। यी बायाँहाते प्रारम्भिक ब्याट्सम्यान आक्रामक सुरुवातका लागि पनि परिचित छन्। उनले सन् २०१८ मा श्रीलंकाको एसएलसी ट्वान्टी-२० क्रिकेटमा कोलम्बोबाट खेलेका थिए। उनी त्यस टिमको उपकप्तान पनि थिए।

अहिलेसम्मका विजेता

वर्ष	विजेता	उपविजेता
२०१६	पञ्चकन्या तेज कलर्स	एक्स फ्याक्टर
२०१७	विराटनगर वारियर्स	भैरहवा ग्लाडियटर्स
२०१८	ललितपुर प्याट्रिएट्स	भैरहवा ग्लाडियटर्स

जाँदाजाँदै

सडक दुर्घटना हेर्ने जिम्मेवार निकाय नै छैन

जर्मनीबाट यातायात इन्जिनियरिङ पढेर आएका आशिष गजुरेल एक दशकदेखि यातायात र सडक सुरक्षाको क्षेत्रमा क्रियाशील छन् । नेपाल अटो मोबाइल एसोसिएसनको महासचिव पदमा कार्यरत गजुरेलसँग नेपालमा बढ्दो सडक दुर्घटनाको कारण, न्यूनीकरणको उपाय, वैज्ञानिक तथा सुरक्षित सडक पूर्वाधार निर्माणको सम्भावनालगायतका विषयमा कृष्ण आचार्यले गरेको कुराकानी :

तस्बिर : नवराज बाग्ले

नेपालमा सडक दुर्घटनाको वर्तमान अवस्था कस्तो छ ?

पछिल्लो वर्षको सरकारी तथ्यांक हेर्ने हो भने सडक दुर्घटनामा एकै वर्षमा २७ सयभन्दा धेरै मानिसले ज्यान गुमाएका छन् । विश्व स्वास्थ्य संगठनले ५ हजारको मृत्यु भएको तथ्यांक पेस गरेको छ । हामीसँग रहेको तथ्यांक घटनास्थलमा ज्यान गुमाउनेहरूको मात्र हो । दुर्घटनामा घाइते भएर मृत्यु भएकाहरूलाई पनि जोड्दा ५ हजार संख्या पुग्ने देखिन्छ । अहिले हामीसँग ९० हजार किलोमिटरभन्दा बढी सडक छ, जुन सडकमा इन्जिनियरिङ नै प्रयोग भएको छैन । सवारीको कन्डिसनबारे पनि कसैलाई कुनै रिपोर्ट देखाउनु पर्दैन । हामी निजी सवारी वर्षमा ४-५ पटक सर्भिसिङ गर्छौं । तर, सार्वजनिक सवारी साधनले समयमै सर्भिसिङ गरे कि गरेनन् भनेर जानकारी राख्ने कुनै प्रावधान छैन । त्यसैले गाडीको कन्डिसनका कारण पनि धेरै दुर्घटनाहरू भइरहेका छन् । नीति, नियम र कानुनका हिसाबले हामी कमजोर छौं । हाम्रो प्राविधिक पक्ष पनि कमजोर छ । अर्को भनेको अनुशासनको समस्या हो । सडक प्रयोग गर्दा चालक र यात्रीले एक-अर्कालाई सम्मान गरेर अनुशासनमा बस्नुपर्ने हो, हाम्रोमा त्यस्तो हुँदैन ।

सडक दुर्घटनाको जिम्मेवार निकाय कुन हो ?

धेरै दुर्घटनाहरू पहाडी भेगमा गाडी खस्दा भइरहेका छन् । एक हजारदेखि १४ सय मिटर तल गाडी खस्दा एकै पटकमा ४०-५० जनाको मृत्यु हुने गरेको छ । त्यसैले पनि मृत्युको संख्या बढिरहेको हो । तर, राज्यले सडक सुरक्षाका लागि केही काम गरेको छैन । सडक सुरक्षा यातायात मन्त्रालय, यातायात व्यवस्था विभाग, सडक विभाग, ट्राफिक प्रहरी वा प्रादेशिक सरकार कुन निकायको जिम्मेवारीअन्तर्गत पर्छ भनेर सोध्ने हो भने मसँग त्यसको कुनै उत्तर छैन । अवस्था नै त्यस्तै छ हाम्रो । दुर्घटना हुँदा राष्ट्रपति, प्रधानमन्त्री रुनुहुन्छ, आँसु खसाल्नुहुन्छ । तर, त्यसपछि समस्या समाधानका लागि कुनै कदम चाल्नुहुन्न । राज्यको संवेदनशीलता नै छैन । कुनै एउटा निकायलाई त समात्नु पऱ्यो नि । विमान दुर्घटना हुँदा नागरिक उड्डयन प्राधिकरण जिम्मेवार भएजस्तै सवारी दुर्घटना हुँदा को जिम्मेवार हुने भन्ने कुरा प्रष्ट हुनुपर्छ ।

स्थानीय सरकारले पनि सडकहरू ब्यापक रूपमा विस्तार गरेका छन् । जति सडक विस्तार भयो, त्यति दुर्घटना पनि बढिरहेको हो ?

समयाक्रमसँगै सडक सञ्जाल, सवारी साधन र पैदल यात्रुको संख्या पनि बढ्दै जान्छ । यस्तो अवस्थामा सडक सुरक्षामा भने कुनै काम हुँदैन भने दुर्घटना स्वाभाविक रूपमा बढ्छ । अहिले स्थानीय सरकारलाई काम देखाउनु परेको छ । त्यो काम सडक बनेपछि देखिन्छ भन्ने भ्रम उहाँहरूमा छ । तर, सुरक्षित सडक कसरी बनाउने भन्नेमा उहाँहरू ध्यान दिनुहुन्न ।

सरकारले २०६९ मा सडक सुरक्षा कार्ययोजना जारी गरेको थियो । दुर्घटना न्यूनीकरणमा त्यसको कुनै प्रभाव देखियो त ?

कार्ययोजना बन्यो तर, व्यावहारिक रूपमा प्रयोगमा आएन । त्यसमा पूर्वाधार, सवारी साधन, यात्रुको सुरक्षा, सडक सुरक्षा व्यवस्थापन, दुर्घटनापछिको उद्धारलाई चुस्त बनाउनुपर्ने लेखिएको थियो । कार्ययोजना अनुसार भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालयले सन् २०१३ देखि २०२० सम्म सडक दुर्घटना ५० प्रतिशतले घटाउने भन्यो । तर, दुर्घटना झन्पछि झन् बढिरहेको छ । यस्तो अवस्थामा सडक सुरक्षा काउन्सिल गठन गर्नुपर्ने देखिन्छ । सडक सुरक्षा हेर्ने स्वायत्त संस्था गठन गरेर सडक सुरक्षाको सबै जिम्मेवारी उसलाई दिनुपर्छ ।

सडक दुर्घटनाको मुख्य जिम्मेवार पक्ष नै सडक हो त ?

सडक नै दुर्घटनाको मुख्य कारण हो । स्वीडेनमा 'भिजन जिरो' नामक एक कार्यक्रम ल्याइयो । सन् २०३० सम्म सडक दुर्घटना शून्य बनाउने यसको लक्ष्य हो । त्यसका लागि मानिसको गल्तीलाई पनि व्यवस्थापन गर्ने पूर्वाधारमा जोड दिइयो । सडकको दुईतिर ठूलाठूला पर्खाल उठाएपछि गाडी पल्टिए पनि कतै जान पाउँदैन । मानवको गल्तीलाई पनि सच्याइदिने पूर्वाधार बनेपछि स्वीडेनमा त्यसको राम्रो नतिजा देखिएको छ । सडक सुरक्षित नहुँदा सानो गल्तीमा पनि दुर्घटना हुने सम्भावना हुन्छ । तर, नेपालको तथ्यांक जहिल्यै चालकको लापरबाही भनेर आउँछ । यो चालकलाई दोष दिएर उम्कने काम हो । रक्सी खाएर चलाए, चलाउँदा चलाउँदै निदाए वा जानाजान गएर कसैलाई हानिदिए भने चालकको गल्ती होला । तर, गाडी साइड दिँदा पनि खस्छ भने कसको कमजोरी मान्ने ?नेपालमा ८० प्रतिशत सडक दुर्घटना चालकको लापरबाहीले हुन्छ भनिन्छ । सवारी साधन ओभरलोड भएर हुने दुर्घटनाले धेरैले ज्यान गुमाउनु पर्छ । ओभरलोड हुँदा ब्रेक लाग्दैन । मोडमा हुँदा लोड भएर पल्टियो भने त्यसलाई लापरबाही भन्ने कि के भन्ने । ओभरलोड हुन नदिन कसले नियमन गर्ने ? धेरै दुर्घटना सवारी साधनको कन्डिसनकै कारण हुन्छ ।

> मुस्ताङमा सडक दुर्घटना भयो भने त्यहाँ एम्बुलेन्स कहिले आउने ? स्थानीयले उद्धार गरे पनि अस्पताल कहाँ छ ? सडकमा प्रत्येक ५० किलोमिटरको अन्तरमा एउटा राम्रो सेवा-सुविधासम्पन्न अस्पताल हुनुपर्छ ।

दुर्घटनापछि समयमै उद्धार नहुँदा पनि धेरैले ज्यान गुमाउनु परिरहेको छ नि, होइन ?

मुख्य समस्या यो पनि हो । मुस्ताङमा सडक दुर्घटना भयो भने त्यहाँ एम्बुलेन्स कहिले आउने ? स्थानीयले उद्धार गरे पनि अस्पताल कहाँ छ ? सडकमा प्रत्येक ५० किलोमिटरको अन्तरमा एउटा राम्रो सेवा-सुविधासम्पन्न अस्पताल हुनुपर्छ । हेड इन्जुरी भएकाहरूलाई तत्काल मलमपट्टी लगाउने व्यवस्था भयो भने मात्र पनि धेरै घाइतेहरू बाँच्ने सम्भावना छ । मानौं धादिङमा सडक दुर्घटना भएर घाइतेलाई स्पाइनल इन्जुरी भयो । उसलाई काठमाडौं ल्याउँदासम्म हल्लिदा-हल्लिदै प्यारालाइस भइसक्छ । अनि ज्यान नै जान्छ । सडक सुरक्षामा ध्यान दिनुपर्ने यस्ता कुराहरू धेरै छन् ।

सडक दुर्घटना घटाउने दीर्घकालीन कार्ययोजना के-के हुन सक्छन् ?

मैले माथि भनेजस्तै सबैभन्दा पहिले कुनै एउटा संस्थालाई सडक सुरक्षाको जिम्मेवारी दिनुपर्छ । २४ औं घण्टा सडक सुरक्षा हेर्ने निकाय बनेपछि अवश्य नै दुर्घटना कम हुन्छ । विश्व परिवेशलाई हेर्न हो भने भारत, श्रीलंका, सिंगापुर, जर्मनी, घाना, नाइजेरियालगायतका अधिकांश मुलुकमा यो अभ्यास छ । त्यसपछि गर्नुपर्ने भनेको सडक पूर्वाधारलाई सुरक्षित बनाउने हो । राम्रो सडक भनेको सुरक्षित सडक होइन । कोटेश्वर-कलंकी सडक हेर्दा जति राम्रो देखिन्छ, उति नै असुरक्षित छ । जुन सडक पैदलयात्री, साइकलयात्रीलाई केन्द्रित गरेर बनाइएको सडक सुरक्षित सडक हो । पहाडी भेगमा हेर्ने हो भने गाडी खस्ने समस्या प्रमुख छ । यस्ता स्थानमा स्टिलका बारहरू मात्र लगाइदिने हो भने पनि मृत्युदर निकै घट्छ । सडक दुर्घटनाका कारणहरू के-के हुन्, कुन स्थानमा बढी दुर्घटना भएको छ, दुर्घटनाको कारक तत्व के हो भन्नेजस्ता विषयमा अध्ययन गरेर सोहीअनुसार नीति-नियम बनाउनुपर्छ र त्यसलाई कार्यान्वयनमा ल्याउनुपर्छ । यसबाहेक लेन मार्किङ गर्ने, पैदल यात्री हिँड्ने फराकिलो फुटपाथ बनाउने कुरामा पनि ध्यान दिनुपर्छ । सवारी चालक र यात्रुलाई अनुशासन सिकाउन सचेतना फैलाउनुपर्छ । चालकका लागि लाइसेन्स लिएपछि तालिमको व्यवस्था गर्नुपर्छ । सवारी साधनको क्षमता जाँच गर्नुपर्छ । अर्को कुरा हाम्रा सडकहरू प्रविधिमैत्री हुनुपर्छ । २१ औं शताब्दीमा ट्राफिक प्रहरीको हातले सडक सुरक्षा कायम गर्न खोज्नु वैज्ञानिक छैन । विदेशमा लाइसेन्स परीक्षा सडकमै हुन्छ । त्यसले गर्दा चालकको व्यावहारिक पक्ष जाँच हुन्छ र त्यसकै आधारमा उसले लाइसेन्स पाउँछ । यसतर्फ पनि हामीले ध्यान दिनुपर्छ ।

तपाईंले भनेजस्तै नेपाली परिवेशमा वैज्ञानिक तथा सुरक्षित सडक पूर्वाधार विकासको सम्भावना छ त ?

९० हजार किलोमिटर सडक एक वर्षमै सुरक्षित बनाउन सम्भव नहोला । तत्कालीन आवश्यकताअनुसार बनाउँदै जानुपर्छ । एक वर्षमा २ सय वा ५ सय किलोमिटरको दरले सुधार गर्दै जाने हो भने असम्भव पनि छैन । दातृ निकायबाट पैसा आइरहेको छ । यस्तो काममा खर्च गर्नुपर्छ । सडक सुधार आवश्यकता हो भने राज्यले बजेट छुट्याएर तत्काल काम थाल्नुपर्छ ।

हामीसँग अहिले तुलनात्मक रूपमा सुरक्षित सडक कहाँ छन् ?

ठ्याक्कै त्यस्तो सडक छैन भन्ने लाग्छ । माइतीघरदेखि तीनकुनेसम्मको सडक व्यक्तिगत रूपमा मलाई सुरक्षित लाग्छ । किनभने यो सडकको ४-५ सय मिटर अन्तरमा जेब्राक्रसिङ छन् । फुटपाथ पनि फराकिलो छ । साइकल लेन पनि बनाइएको छ । सडक बत्तीहरू पनि छन् ।

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