कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.
सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो
साप्ताहिक
saptahik.com.np
• वर्ष २५ • अंक ३९ • “RIDAY, 14 “EBRUARY 2020 • शुक्रबार, फागुन ०२, २०७६ • पृष्ठ ३२ • मूल्य रु. १५/-

डिजिटल लभ
सम्बन्ध जोड्ने नयाँ कडी

तस्बिर : मोडलिङमा आधारित / नवराज बाले

Radio Kantipur
KMG
Radio Kantipur
Presents
Sanima Life Insurance
96.1 MHZ
101.8 MHZ
RADIO ON WHEELS
Unlimited Music
with lots of Games and Fun.
POWERED BY
Citizens Bank
SERVO
WORLD-CLASS LUBRICANTS
100% PERFORMANCE. EVERYTIME.
IN ASSOCIATION WITH
SKYWORTH
connect IPS
pay direct from bank
धरान | फाल्गुन ३
इटहरी | फाल्गुन ४
दमक | फाल्गुन ५
बिर्तामोड | फाल्गुन ६
विराटनगर | फाल्गुन ७
जनकपुर | फाल्गुन ९
वीरगञ्ज | फाल्गुन ११
हेटौंडा | फाल्गुन १२
नारायणगढ | फाल्गुन १३
बुटवल | फाल्गुन १४
नेपालगञ्ज | फाल्गुन १६
धनगढी | फाल्गुन १८
सुर्खेत | फाल्गुन २०
पोखरा | फाल्गुन २२
काठमाडौं | फाल्गुन २४
कलाकारहरु
रामचन्द्र काफ्ले
जुनु रिजाल काफ्ले
मीना निरौला
उद्घोषकहरू
श्रीजल रुपाखेती
टिभी उद्घोषक
नीलम चन्द
टिभी उद्घोषक
महेश लिम्बु
रेडियो उद्घोषक
दीपाञ्जली लामा
रेडियो उद्घोषक
MEDIA PARTNER
साप्ताहिक
KANTIPUR CALL
Title Sponsor
SanimaLife Insurance
Powered By
Citizens Bank
SERVO
In Association With
SKYWORTH
connect IPS
pay direct from bank
Remit Partner
City Express
Laundry Partner
Xtraa Neem
Skin Care Partner
AURA
BEAUTY SOAP
Celebration Partners
2pm Noodles
#LIFEXAAWESOME
CHANDRAGIRI HILLS
Event Partner
brand works

समाचार

कान्तिपुर कन्क्लेभ सम्पन्न

काठमाडौं– कान्तिपुर कन्क्लेभको दोस्रो संस्करण गत शुक्रबार र शनिबार होटल हायातमा आयोजना भयो । दुई दिन चलेको कन्क्लेभको पहिलो दिन विद्वत् प्रवचन दिँदै प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले नेपाल छिट्टै जलमार्गसँग जोडिने बताए । उनले भने 'भूपरिवेष्टित राष्ट्र नेपाल छिट्टै जलमार्गबाट विश्वसँग जोडिनेछ र हाम्रा ठूला नदीहरूमा राष्ट्रिय ध्वजावाहक पानीजहाज चल्न थाल्नेछन् ।'

कन्क्लेभमा विभिन्न विषयमा बहस भएका थिए । कार्यक्रमको पहिलो दिनको 'लेसन्स फ्रम द इस्ट'मा निक्केई एसियन रिभ्यूका सम्पादक ग्वेन रोबिन्सन, एसियाली विकास बैंककी नीता पोखरेल र आईसीसीपी अध्यक्ष तथा कार्यकारी प्रमुख भ्यालेन्टिनो एस बगतसिंहले युरोपियन युनियनपछि सबैभन्दा धेरै जोडिएको दक्षिण-पूर्वी एसियाका बारेमा बहस गरेका थिए । सत्रको सहजकर्ता बिड म्यानेजमेन्टका संस्थापक तथा प्रमुख कार्यकारी सुजीव शाक्य थिए ।

दोस्रो दिन पठाओका संस्थापक तथा प्रमुख कार्यकारी हुसेन एम इलिएसको विद्वत् प्रवचन थियो भने विभिन्न विषयमा आठवटा सत्र थियो । 'कनेक्टिङ ग्लोबल नेपलिज' सत्रमा भारतीय मूलका नेपाली लेखक प्रज्वल पराजुली, मिस नेपाल २०१९ अनुष्का श्रेष्ठ र मल्टिनेसनल कम्पनी ग्रोथ फर नलेज (जीएफके) का सागर तामाङले बहस गरेका थिए भने सत्रलाई सहजीकरण क्याटालिस्ट टेक्नोलोजीकी सीईओ प्रतिभा पाण्डेयले गरेकी थिइन् ।

त्यसैगरी शनिबारकै सत्रमा 'नेपालमा मिटू अभियान किन अघि बढेन' भन्ने विषयमा नेतृ मानुषी यमि भट्टराई, रङ्कर्मी आकांक्षा कार्की तथा अधिवक्ता दुर्गा कार्कीले बहस गरेका थिए । राजनीति र स्वतन्त्रताको सवालमा नेपाल अघि बढिरहेको छ कि पछि जान लागेको छ भन्ने विषयको सत्रमा परराष्ट्रमन्त्री प्रदीप ज्ञवाली, कांग्रेस नेता गगन थापा तथा मानवअधिकार आयोगकी सदस्य मोहना अन्सारीबीच छलफल भएको थियो ।

'बदलिँदो भू-राजनीतिमा नेपाल' शीर्षकमा समाजशास्त्री चैतन्य मिश्र, भारतीय प्राध्यापक महेन्द्र पी लामा र पूर्वराजदूत महेश मास्केबीच छलफल भएको थियो । कन्क्लेभको अन्तिम सत्रमा कान्तिपुर दैनिकका प्रधान सम्पादक सुधीर शर्माले नेकपा अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डसँग परिसंवाद गरे । परिसंवादका क्रममा उनले मिलेनियम च्यालेन्ज कर्पोरेसन (एमसीसी) सँगको सम्झौता छिट्टै अघि बढ्ने बताए । उनले भने– 'म प्रधानमन्त्री भएकै बेला एमसीसीअन्तर्गत ५५ अर्ब आउने भयोभन्दा खुसी भएको थिएँ, एमसीसी सम्झौता तत्कालै अनुमोदन गरेको भए मुलुकमा यो विवाद हुने पनि थिएन । समयमै अनुमोदन नभएर विभिन्न कोणबाट विवाद हुँदा राम्रोसँग बुझेर मात्रै अघि बढाउन भनिएको हो,' उनले भने ।

पार्कमा जाँतो

मोरङ– नेपालीले खाद्यवस्तु पिसानीका लागि प्रयोग गर्ने लोपोन्मुख जाँतोको संरक्षणका लागि लेटाङको जाँतेमा विश्वकै ठूलो जाँतोको प्रतिमा बनाइएको छ । ५ फिट गोलाइ र साढे चार फिट उचाइका जाँतोमा ५ किलो फलामको मानी राखिएको स्थानीय वडाध्यक्ष कृष्ण लुइँटेलले जानकारी दिए ।

साविकको जाँते गाविसमै विश्वकै ठूलो जाँतो निर्माण गरिएको हो । अहिले लेटाङ नगरपालिका-९मा उक्त जाँतो निर्माण गर्न करिब १५ लाख रुपैयाँ खर्च भएको प्रदेश सांसद उपेन्द्रप्रसाद घिमिरेले जानकारी दिए । जाँतो निर्माणका लागि प्रदेश सरकारबाट १० लाख रुपैयाँ प्राप्त भएको थियो भने करिब ५ लाख रुपैयाँबराबरको श्रमदान भएको घिमिरेले बताए ।

करिब १५ धुर क्षेत्रफलमा जाँतोसँगै पार्क पनि निर्माण गरिने भएको छ । पार्क निर्माणाधीन छ । नेपाल भ्रमण वर्ष- २०२० मा नेपाल सरकारले २० लाख र प्रदेश १ सरकारले ५ लाख पर्यटक भित्र्याउने लक्ष्यका साथ विश्वकै ठूलो जाँतो निर्माण गरिएको बताइएको छ । ठूलो जाँतोसँगै तेली खोला र मोरङ्गी खोलाका आकर्षक पुल, कोलुङ झरनालगायतले पर्यटकलाई आकर्षित गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

जाँते पूर्वपश्चिम लोकमार्गबाट ८ किलोमिटर उत्तरमा पर्छ । सहरीकरण र प्रविधिको विकाससँगै जाँतोको प्रयोग कम हुन थालेको छ ।

जयनन्दलाई सलाम

काठमाडौं– रेडियो कान्तिपुरले आफ्नो मासिक कार्यक्रम 'सलाम जिउँदो इतिहासलाई' मा यसपटक लोकसर्जक जयनन्द लामालाई सलाम गर्ने भएको छ ।

फागुन ३ गते शनिबार बिहान ८ बजेदेखि १२ बजेसम्म रेडियो कान्तिपुरको तरंगमा प्रत्यक्ष प्रसारण हुने उक्त सांगीतिक कार्यक्रममा लोकसर्जक लामालाई सम्मान गरिने छ ।

सम्मानसँगै कार्यक्रममा विभिन्न संगीतकर्मी तथा कलाकारहरूले लामाद्वारा गाइएका गीतहरू प्रत्यक्ष रूपमा प्रस्तुत हुनेछन् । संगीतकार शिलाबहादुर मोक्तान तथा हास्य अभिनेता शैलेन्द्र सिम्खडाको प्रस्तुति समावेश गरिने कार्यक्रममा टीका भण्डारी, यमन श्रेष्ठ, राज सागर, बेनुप क्षेत्री, सुभाष मोक्तान तथा राधिका भण्डारीले लामाका लोकप्रिय गीत प्रस्तुत गर्नेछन् । अभिनयमा समेत सक्रिय लामाले छक्कापञ्जा, रातो टीका निधारमा, माया पिरिमलगायत चलचित्रमा अभिनय गरेका छन् । कलकत्ते काइँयो, केको साँचो डल्ली रेशम, चुइँचुइँ चुइँकिने जुत्ता आदि लामाका लोकप्रिय गीतहरू हुन् ।

समाचार

बुटवलमा 'भ्यालेन्टाइन क्रेज'

स्वस्तिक श्रेष्ठ

रुपन्देही– बुटवल कालिकानगरकी अस्मिता थापा आइतबार नीलगिरी गिफ्ट हाउसमा चकलेट किन्दै थिइन् । भ्यालेन्टाइन डे मनाउने क्रममा आफ्ना प्रेमीलाई उपहार दिन चकलेट किन्न पसल आएकी थिइन् । खुसी मुद्रामा भेटिएकी उनले माया गर्नेहरूका लागि भ्यालेन्टाइन डे विशेष पर्व भएको भन्दै प्रेमीका लागि चकलेट किन्न आएको बताइन् । शनिबार 'प्रपोज डे'मा प्रेमप्रस्ताव राखेकी उनले सम्बन्धलाई अघि बढाउन 'चकलेट डे'को दिन चकलेट उपहार दिन लागेको बताइन् । उनले 'भ्यालेन्टाइन सप्ताह'नै रमाइलोसित मनाउने योजना सुनाइन् ।

श्रीमतीलाई उपहार दिन पसलमा 'टेडी' छान्दै गरेका सिजन प्रधान पनि निकै खुसी देखिन्थे । लक्ष्मीनगरका प्रधानले विवाहपछिका पाँच वर्ष श्रीमतीसँग उपहार साटासाट गरेर भ्यालेन्टाइन डे मनाइरहेको बताए । मागी विवाह गरेका प्रधान दम्पतीका एक छोरी छिन् । भ्यालेन्टाइन डेमा उनीहरू विगतमा जस्तै सपरिवार कतै घुम्न जाने मुडमा छन् । यस्ता पर्व विशेषमा उपहार साटासाटसँगै घुम्न जाँदा सम्बन्ध थप सुमधुर हुने गरेको प्रधानको अनुभव छ ।

अस्मिता र सिजन बुटवलमा बढिरहेको भ्यालेन्टाइन केजका प्रतिनिधि पात्र हुन् । विदेशी संस्कृति भए पनि भ्यालेन्टाइन डेको प्रभाव नेपाली समाजमा राम्रैसित परेको छ । यो मात्रै होइन, क्रिसमस, अंग्रेजी नयाँ वर्षलगायत विदेशी पर्वलाई पनि धेरै नेपालीले स्विकारिसकेका छन् । यसरी विदेशी सांस्कृतिक प्रभाव नेपालमा बढ्दै जानु गलत नभए पनि पार्न सक्ने नकारात्मक प्रभावबाट जोगिनुपर्ने तर्क गर्छन्, राममणि क्याम्पसका समाजशास्त्र विभाग प्रमुख प्राध्यापक ताराप्रसाद पराजुली । उनी भन्छन्- 'पश्चिमा संस्कृति स्वीकार गर्दा हामीले आफ्नो मौलिक मान्यतालाई भुल्न हुँदैन ।'

धादिङ महोत्सवको धूमधाम

हरिहरसिंह राठौर

धादिङ- शुक्रबारदेखि सुरु भएको सातौं धादिङ महोत्सवमा विभिन्न जातीय समुदायले प्रयोग गर्ने वेशभूषासँगै मौलिक सांस्कृतिक झलक प्रस्तुत हुने भएको छ । स्थानीय जाति, भाषा, धर्म तथा संस्कृति संरक्षण र भ्रमण वर्ष २०२० को प्रचारप्रसारका लागि आयोजित महोत्सवमा अन्य सांस्कृतिक प्रस्तुतिसँगै झाँकी प्रदर्शन गर्ने तयारी भएको धादिङ उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष रुद्रबहादुर खत्रीले बताए ।

महोत्सव उद्घाटनको दिन बाहुन, मगर, चेपाङ, कुमाल र दमाईका गरी ७ टोलीको पञ्चैबाजा, मगर समुदायको कौरा र घाटु नृत्य, नेवार समुदायको धिमेबाजा र टाकटुके, घले समुदायको वेशभूषा, तामाङ समुदायको घोडचढी नृत्यलगायत झाँकी प्रदर्शन हुनेछ ।

'धादिङको दिगो विकास र अर्थतन्त्रको आधार : कृषि, जलस्रोत, पर्यटन र उद्योगको पूर्वाधार' भन्ने मूल नारा दिइएको महोत्सव फागुन १३ गतेसम्म चल्नेछ । महोत्सवमा कृषि, घरेलु तथा साना उद्योगबाट उत्पादित वस्तु, विभिन्न औद्योगिक उत्पादनको प्रदर्शनी तथा बिक्री-वितरण हुने महोत्सव प्रचारप्रसार समितिका संयोजक राजेश अधिकारीले जानकारी दिए । नीलकण्ठ नगरपालिकास्थित खुलामञ्चमा १२ दिन चल्ने महोत्सवमा विभिन्न कलाकारका प्रस्तुति पनि रहनेछ । महोत्सवमा एक सय २५ वटा स्टल रहनेछ ।

राष्ट्रिय बालनाटक महोत्सव सम्पन्न

काठमाडौं- शैली थिएटरले आयोजना गरेको ११ औं राष्ट्रिय बालनाटक महोत्सव बिहीबार सम्पन्न भएको छ । माघ २२ गतेबाट काठमाडौंको रसियन कल्चर सेन्टरमा सुरु भएको महोत्सवमा १६ प्रतियोगी र शैली थिएटरको गरेर १७ वटा नाटक मञ्चन गरिएका थिए ।

नाटक 'सुनौलो माछा' मञ्चनमार्फत महोत्सवको उद्घाटन गरिएको थियो ।

महोत्सवको दोस्रो दिन राराहिल मेमोरियल स्कुलको 'करेसा कन्सर्ट', जेनुइन स्कुलको 'निष्कासन' र रिम्स स्कुलको 'झगडा' मञ्चन भए ।

नाटक 'करेसा कन्सर्ट'को भने थिएटर मल कीर्तिपुर रंगमञ्चमा माघ २६ गतेदेखि नियमित मञ्चन भइरहेको छ । राराहिल मेमोरियल स्कुल, कीर्तिपुरका विद्यार्थीको प्रस्तुति रहेको नाटक रङ्गकर्मी केदार श्रेष्ठले लेखन तथा निर्देशन गरेका हुन् । महोत्सवको तेस्रो दिन शैली थिएटर रातोपुलमा बाल बालिका र नाटकसम्बन्धी छलफल, साहित्यिक कार्यक्रम र खुलानाटक मञ्चन भएको थियो । माघ २५ गते क्रिएटिभ एकेडेमीले 'अनमाया', प्रज्ञा सदन स्कुलले 'डर' र विनायक स्कुलले 'काँडा कि फूल' मञ्चन गरेका थिए ।

माघ २६ गते दीपज्योति सेकेन्डरी स्कुलको 'बिग्रेको बिर्खे', रिलायन्स स्कुलको 'ड्रग्स एब्युज' र साम्तेन मेमोरियल स्कुलको 'गरिबको मृगतृष्णा' नाटक मञ्चन भएको थियो । माघ २७ गते वर्ल्ड स्कुलको 'कति पढिस् ?', बृहस्पति विद्या सदनको 'एक १', लिभरपुल स्कुलको 'टिका' र तारा सदन स्कुलको 'वृन्दा' मञ्चन भएका थिए ।

माघ २८ गते गोल्डन सुनगाभा स्कुलको 'ड्याडी भर्सेस मम', ब्राइट जोन स्कुलको 'बहुला काजीको सपना' र एम्बेसडर एकेडेमीको 'साँचो बोल्नुपर्छ' मञ्चन भएका थिए ।

महोत्सवमा सहभागी भएका नाटकमध्ये उत्कृष्ट नाटक पुरस्कृत भएको छ । नाटक समापनको दिन उत्कृष्ट ६ वटा नाटकलाई पुरस्कृत गरिएको थियो ।

उत्कृष्ट अभिनय पुरस्कार दुई जनाले १० हजार र उत्कृष्ट नाटकले ७ हजार पुरस्कार प्राप्त गरेका छन् । त्यसैगरी प्रोत्साहन पुरस्कार र पब्लिक च्वाइस पुरस्कारस्वरूप दुई जनाले ५ हजार प्राप्त गरेका छन् ।

शनिबारदेखि रेडियो अन ह्विल्स

काठमाडौं– रेडियो कान्तिपुरले भोलि शनिबारदेखि देशव्यापी सांगीतिक कार्यक्रम 'रेडियो अन ह्विल्स' गर्दैछ । साप्ताहिकको सहकार्यमा रामचन्द्र काफ्ले, जुनु रिजाल काफ्ले र मीना निरौलाको प्रस्तुति रहने कार्यक्रम शनिबार धरानबाट प्रारम्भ हुँदैछ । कार्यक्रम फागुन ४ गते आइतबार इटहरी, फागुन ५ गते सोमबार दमक, फागुन ६ गते मंगलबार बिर्तामोड, फागुन ७ गते बुधबार विराटनगर, फागुन ९ गते शुक्रबार जनकपुर, फागुन ११ गते वीरगन्ज, फागुन १२ गते हेटौंडा, फागुन १३ गते नारायणगढ, फागुन १४ गते बुटवल, फागुन १८ गते धनगढी, फागुन २० गते सुर्खेत, फागुन २२ गते पोखरा र फागुन २४ गते काठमाडौंमा हुनेछ । कार्यक्रममा स्थानीय कलाकारहरूको समेत सहभागिता रहनेछ ।

केवल एक प्रश्न

भ्यालेन्टाइन डे कसरी मनाउँदै हुनुहुन्छ ?

कान्तिपुर फाइल तस्बिर

श्रीमती र छोरीसँग कतै डिनरमा जाने योजनामा छु।

भरत खवास, खेलाडी

भ्यालेन्टाइन डेमा विशेष गरी प्रेमी-प्रेमिकासँग समय बिताउने गरिन्छ, तर मेरो त्यस्तो कोही नभएकाले परिवारसँगै बिताउँछु होला।

मञ्जिल बस्नेत, मोडल

भ्यालेन्टाइनमा योजना नै बनाउने गरी मेरो जीवनमा कोही आउनुभएको छैन, त्यसैले खासै केही योजना बनाएकी छैन।

क्रिस्टिन पौडेल, अभिनेत्री

भ्यालेन्टाइन डे मेरो लागि त्यति धेरै महत्त्वपूर्ण र स्पेसल छैन। त्यसैले अरू दिन जस्तै गरी त्यो दिन बित्छ।

रेश्मा भण्डारी, खेलाडी

व्यस्तताले गर्दा डेटिङ जादिनँ। विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम गयो अरूको जोडीलाई हँसायो, आफ्नोलाई सम्झियो, बस्यो। विगत केही वर्षयता यसैगरी मनाउँदै छु। त्यसभन्दा पहिला त भ्यालेन्टाइन डे भन्ने नै थाहा थिएन।

दिनेश काफ्ले, हास्यकलाकार

यो बेला कार्यक्रमको मारामार भएकाले त्यतै व्यस्त हुन्छु। त्यसैले स्पेसल योजना बनाएकी छैन।

शान्तिश्री परियार, गायिका

मेरो त भ्यालेन्टाइन नै छैन, त्यसैले परिवारसँग बसेर गेट टुगेदर गर्ने सोचमा छु।

विनोद न्यौपाने, अभिनेता

भ्यालेन्टाइन डेकै दिन अस्ट्रेलियामा हुने भएकाले कार्यक्रम मै व्यस्त हुन्छु।

सुनिता दुलाल, गायिका

त्यस्तो विशेष योजना त केही छैन। भ्यालेनटाइन इभका लागि चाहिँ कतार जाँदैछु। भ्यालेन्टाइन डेको दिन राति मात्र नेपाल फर्कन्छु अनि श्रीमती र छोरीसँग केही समय बिताउँछु।

प्रकाश सपूत, गायक

भ्यालेन्टाइन डेमा दर्शकहरूसँगै रमाइलो गरी मनाउने सोचमा छु।

निशान भट्टराई, गायक

भ्यालेन्टाइन डेकै दिन हामी दुई जनाको दुईतिर काम परेकाले त्यस्तो कुनै प्लान बनाएको छैन। प्रेम दिवस मनाउन त्यही दिन कुर्नैपर्छ भन्ने पनि छैन भन्ने सोच राख्ने जोडी परियो। माया गर्ने मान्छे हुनुपर्छ, हरेक दिन प्रेम दिवसमय हुन्छ।

लक्ष्मी बर्देवा, अभिनेत्री

सायद त्यो दिन फेसबुकका स्टाटस हेर्दै दिन जान्छ होला। त्यसैले त्यस्तो योजना केही छैन।

पुष्प खड्का, अभिनेता

मेरो परीक्षा नजिकिँदै गरेकाले त्यो दिन पढेर बस्छु।

बन्दना नेपाल, नृत्यांगना

म देखावटी प्रेममा विश्वास गर्दिनँ, फेरि प्रेम गर्नका लागि कुनै विशेष दिनको आवश्यकता हुन्छ जस्तो पनि लाग्दैन। त्यसैले मलाई भ्यालेन्टाइन डे भन्ने दिन नै याद हुँदैन।

दीपेन्द्र के खनाल, निर्देशक/निर्माता

प्रेम अभिव्यक्त गर्नका लागि स्पेसल दिन नै कुर्नुपर्छ भन्ने मलाई लाग्दैन। माया हरपल, हर प्रहर, हर परिस्थितिमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ। माया र विश्वासमै यो संसार चलेको छ। मचाहिँ मम्मी, आफ्ना, आफन्तसँग सधैं मायामा रमाइरहेको हुन्छु। त्यसैले भ्यालेन्टाइन डेको कुनै विशेष योजना छैन।

रजनी केसी, अभिनेत्री

त्यो दिन बर्दघाटको एउटा कार्यक्रममा जाँदैछु। त्यसैले त्यतै दर्शकहरूसँग रमाइलो गर्दै मनाउने योजना छ।

हेमन्त शर्मा, गायक

त्यो दिन एउटा सांगीतिक कार्यक्रममा हुन्छु, त्यसैले भ्यालेन्टाइन डेकै लागि विशेष योजना बनाएको छैन।

रामचन्द्र काफ्ले, गायक

त्यो दिन आमा चलचित्रको प्रचार-प्रसारमा व्यस्त हुन्छु। त्यसैले भ्यालेन्टाइन डेका लागि खासै योजना छैन।

सुरक्षा पन्त, अभिनेत्री

मैले त आजसम्म भ्यालेन्टाइन डे मनाएको छैन। यसपटक पनि त्यस्तो विशेष योजना केही पनि छैन, मनाउनेहरूलाई धेरै-धेरै शुभकामना। माया प्रेम बढी राखोस्।

महेश काफ्ले, गायक

त्यो दिन साथीहरूसँग साङ्लो चलचित्र हेर्न जाने योजना बनाएका छौं।

पूजन घिमिरे, मोडल

जाजरकोट, रुकुमतिर घुम्न जाने योजनामा छु।

मुकुन भुसाल, अभिनेता

मेरो पहिलो प्रेम नै नृत्यसँग छ। त्यसैले त्यो दिन एउटा कार्यक्रमका लागि धरान जाँदै छु। सायद नाचेरै भ्यालेन्टाइन डे मनाइन्छ होला।

बिनु शाक्य, मोडल

अहिलेसम्म भ्यालेन्टाइन डे मनाएको अनुभव छैन। यो वर्ष पनि खासै मनाउने योजना छैन। त्यही दिन एउटा कार्यक्रमको उद्घोषण गर्नुपर्ने छ।

पूजन थापा, मोडल

आफ्नो भ्यालेन्टाइनलाई 'विस' गर्छु। त्यही दिन विभिन्न सांगीतिक कार्यक्रम भएकाले त्यतैतिर व्यस्त हुन्छु।

टीका प्रसाईं, गायिका

सिंगल भएकाले कोठामै बसेर बित्छ मेरो भ्यालेन्टाइन डे।

कविर खड्का, अभिनेता

दसैं-तिहारको जस्तो साइतमै मनाउनुपर्ने त्यस्तो केही छैन होला। त्यसैले हरेक भ्यालेन्टाइन डे सामान्य तरिकाले मनाउँछु।

प्रदीप भट्टराई, निर्देशक

खासै त्यस्तो स्पेसल केही छैन। तर, श्रीमतीलाई कतै लगेर केही सप्राइज दिने योजना छ।

गम्भीर विष्ट, मोडल तथा निर्देशक

यो पालिचाहिँ मायाको चलचित्र सकाएको छु। भ्यालेन्टाइनमा चलचित्रको प्रचार गरेर मनाउने योजनामा छु।

सन्तोष सेन, निर्माता

अपराध

रहस्यमै सानेपा हत्या

हत्याको कारण खुलेन, हत्यापछि आत्महत्या गरेको प्रहरीको दाबी

सोमबार । बिहान १० बजेर ८ मिनेट । सानेपास्थित घरमा कसैले पछाडिबाट मुना कार्कीको घाँटी बेर्छ । घाँटी कस्सिन्छ । उनलाई लडाइन्छ, अनि घाँटी थिचिन्छ । लगतै टाउकोमा प्लास्टिकको पिर्काले प्रहार हुन्छ ।

पूर्वसचिव अर्जुन कार्कीको ललितपुर महानगरपालिका-२ सानेपास्थित घरको सीसी क्यामरामा यस्तै दृश्य कैद भएको भिडियो प्राप्त भएको दाबी प्रहरीको छ । ७/८ महिनाअघि घरमा चोरी भएपछि कार्कीले चार वटा सिसी क्यामरा इन्स्टल गरेका थिए । त्यसैमध्ये एउटा खुला झ्यालबाट कैद भएको फुटेजमा कार्कीपत्नी मुनाको हत्या भएको देखिएको छ । दृश्य हेर्दा मुनालाई आक्रमण गर्ने व्यक्ति घरमा काम गर्ने विजय चौधरी नै देखिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

कार्की ५ कक्षामा पढ्ने १२ वर्षीय छोरालाई सोमबार विहानै ड्राइभरले स्कुल छाडेर आएपछि आफैं गाडी हाँकेर रुद्री पूजाका लागि पशुपति पुगेका थिए । उनकी ४९ वर्षीया श्रीमती मुना र कामदार विजय चौधरी भने घरमै थिए । पूजा सकेर घर फर्की गेट खोल्न आग्रह गर्दा कसैले नखोलेपछि आफैं भित्र पसेका थिए । भित्र पस्ने बितिकै श्रीमती किचनमा रक्ताम्य भएर ढलिरहेको अवस्थामा अचेत थिइन् । दाङ देउखुरीका २२ वर्षीय विजय लिभिङ रुममा हरियो नाइनलको डोरीमा कस्सिएर मृत अवस्थामा थिए ।

घरभित्र यस्तो विभत्स दृश्य देखेपछि कार्की चिच्याउँदै बाहिर निस्किए । वरपरका छिमेकीहरू जम्मा भए । प्रहरीकाअनुसार त्यसपछि छिमेकीमध्ये कसैले प्रहरी वृत्त सानेपामा फोन गरेर घटनाबारे जानकारी गराएका थिए । प्रहरीले तत्काल त्यहाँ पुगेर अचेत मुनालाई एम्बुलेन्स बोलाएर स्टार हस्पिटल पठाएको थियो ।

'हामीले एम्बुलेन्स पठायौं । तत्काल बिरामीलाई गर्नुपर्ने सबै क्लिनिकल प्रक्रिया सुरु गर्‍यौं,' स्टार हस्पिटलका सिइओ डा. सन्देश जिसी भन्छन्, 'तर, उहाँलाई यहाँ ल्याइपुर्‍याउँदा नै मृत्यु भइसकेको थियो ।' उनकाअनुसार १२:५५ बजे मुनालाई अस्पतालमा भर्ना गरिएको थियो । इमर्जेन्सी हेड एमडीजीपी डा. मन्जिता ब्रजाचार्य र मेडिकल अफिसर सुब्रता पोखरेललगायतका टिमले उनको उपचारमा हरसम्भव प्रयास गरेको थियो । तर, अस्पताल पुर्‍याउनु अगावै मृत्यु भएको पाइएपछि अस्पताल प्रशासनले सोही आधारमा 'ब्रट डेड' भनेर 'डेथ सर्टिफिकेट' जारी गरेको छ ।

अहिलेसम्मको अनुसन्धानबाट घरमै कुनै विषयमा वादविवाद भएपछि विजयले नै मुनामाथि आक्रमण गरेको हुन सक्ने देखिएको प्रहरीले बताएको छ । 'विजयले नै मारेको देखिन्छ,' ललितपुर प्रहरीका प्रवक्ता सन्तोष तामाङले बुधबार बिहान भने, 'पहिले डोरीले पछाडिबाट घाँटी कसेको र पछि प्लास्टिकको पिर्काले प्रहार गरेको भिडियो फुटेजमा देखिन्छ ।' उनकाअनुसार मुनाको मृत्यु ट्रीबुलेसन (निस्सासिएर) भएको देखिएको छ । विजयले हत्यापछि आत्महत्या गरेको प्रहरीलले जनाएको छ । 'मर्डरपछि आफैं झुन्डेर मरेकोमा पनि विवाद छैन, तर मार्ने र मर्ने दुवै नभएकाले भित्री कारण पत्ता लगाउने प्रयास हामीले गरिरहेका छौं,' तामाङले थपे, 'तर, भिडियो हेर्दा रिस नै थियो भन्ने देखिन्छ ।' विजयको मृत्युको कारण पनि 'ह्यागिङ' नै देखिएको उनले बताए ।

मुना कार्की

विजय चौधरी

'मर्ने र मार्ने' दुवै नरहेका कारण घटनाको आन्तरिक 'मोटिभ'बारे प्रहरीले अझै अनुसन्धान जारी राखेको छ । घटनाको कारण भने अहिलेसम्म रहस्यकै गर्भमा छ । ललितपुर प्रहरीकी एसपी दुर्गा चन्द भन्छिन्, 'हामीले मोबाइल फोन र त्यसअघि पनि घरमा काम गर्नेहरूलाई बोलाएर बयान लिइरहेका छौं । तर, घटनाको कारण भने पत्ता लाग्न सकेको छैन ।' पोस्टमार्स्टम रिपोर्ट बिहीबार आउने भएकाले त्यसपछि मात्रै थप कुरा प्रष्ट हुनेछन् । अहिले उक्त भिडियो महानगरीय प्रहरी अपराध महाशाखाले अनुसन्धान गरिरहेको छ । 'घटनाले विजय नै घटाएको भन्ने स्पष्ट नै छ,' महाशाखाका प्रवक्ता मुकेशकुमार सिंहले भने, 'सबै तथ्यहरूले घटनाले उसैले घटाएको क्लियर देखिएको छ ।'

उनकाअनुसार महाशाखाले अहिले घटना के कारणले भयो, कुन मानसिक अवस्थाले गर्दा विजय यो अवस्थामा पुगेभन्ने विषयमाथि आफ्नो अनुसन्धान केन्द्रित गरेको छ ।

शोकमा रहेका कार्कीसँग प्रहरीले सामान्य सोधपुछ मात्रै गरेको छ । उनले श्रीमती महिनावारी भएकाले आफू एक्लै पशुपति गएको बताएका छन् । तर, थप अनुसन्धान र सोधपुछ गर्ने तयारी प्रहरीको छ । प्रहरीले घरमा काम गर्ने अन्य कामदारसँग पनि सोधपुछ गरिरहेको छ ।

१० वर्षअघि कार्की नयाँ बानेश्वरबाट नयाँ बनाएको सानेपास्थित घरमा सरेका थिए । श्रीमतीलाई काममा सघाउनका लागि भन्दै ७ वर्षअघि दाङ देउखुरीका विजयलाई काममा राखेका थिए । छोराको मृत्युबारे बुझ्न काठमाडौं आएका विजयका ५० वर्षीय बुबा जानकी चौधरीले भने, '७ वर्षदेखि सर (कार्की)को घरमा काम गर्थ्यो । मलाई उसले यस्तो घटना घटाउला भन्ने कल्पना पनि थिएन ।' सचिव कार्कीका तीन सन्तान छन् । जसमध्ये उनकी एक छोरी बेलायत र अर्की अमेरिकामा छन् । घरको घटना थाहा पाएपछि बेलायतमा रहेकी छोरी नेपाल फर्किएको उनका आफन्तहरूले जानकारी दिए । मृतक मुनाको बुधबार नै पशुपति आर्यघाटमा अन्त्येष्टि गरिएको छ ।

"'मर्ने र मार्ने' दुवै नरहेका कारण घटनाको आन्तरिक 'मोटिभ'बारे प्रहरीले अझै अनुसन्धान जारी राखेको छ ।"

"महाशाखाले अहिले घटना के कारणले भयो, कुन मानसिक अवस्थाले गर्दा विजय यो अवस्थामा पुगेभन्ने विषयमाथि आफ्नो अनुसन्धान केन्द्रित गरेको छ ।"

यस्तो घटनाको कल्पना गरेको थिइनँ

जानकी चौधरी, विजयका बुवा

हाम्रो घर दाङ देउखुरी हो । उसले पढ्न मन गरेन, ६ कक्षामा पढाइ छोड्यो । त्यहीँका एकजना सरको (अर्जुन कार्की) को घरमा काम गर्थे । तिनैले काम गर्ने मान्छे चाहिएको छ भनेर हामीलाई खबर गरे । उसैसँग ७ वर्षअघि सरको घरमा काम गर्न पठाएको हो ।

तलबको कुरा भने केही पनि भएको थिएन । काम गर्न आएपछि भने कहिलेकाहीँ फोन गर्थ्यो । काम गर्न थालिसकेपछि तीन पटक उ घर आएको थियो । कहिलेकाहीँ खर्च चाहियो भनेर माग्दा पठाइदिन्थ्यो । मेरा तीन छोरामध्ये विजय जेठो हो । मैले उसले यस्तो घटना गर्ला भन्ने कल्पना पनि गरेको थिइनँ । सानोमा रिसाहा प्रकारको स्वभावको पनि थिएन । मैले त अहिलेसम्म आफ्नो आँखाले बच्चाहरूको झगडा पनि देखेको छैन ।

सामयिक

कोरोना : त्रास उस्तै

चीनको वुहानबाट फैलिएको कोरोना भाइरसको त्रास एक महिना बितिसक्दा पनि उस्तै छ। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) का अनुसार मंगलबारसम्म संसारभर मृत्यु हुनेको संख्या १ हजार १८ पुगेको छ भने २५ देशका ४२ हजार ९ सय ६८ जनामा कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएको छ। २५ देशमा भाइरस संक्रमित पाइएको विश्व स्वास्थ्य संगठनले जनाएको छ।

कोरोनाको सबैभन्दा धेरै प्रभाव चीनमा देखिएको छ। चीनमा ४२ हजार ७ सय ८ जनामा कोरोना संक्रमण देखिएको छ। चीनपछि सिंगापुरमा ४५ जना, थाइल्यान्डमा ३३ जना, दक्षिण कोरियामा २८ जना, जापानमा २६ जना र मलेसियामा १८ जनामा कोरोनाको संक्रमण देखिएको छ। यस्तै, अस्ट्रेलियामा १५ जना, भियतनाममा १५ जना, जर्मनीमा १४ जना, अमेरिकामा १३ जना, फ्रान्समा ११ जना, युएईमा ८ जना, बेलायतमा ८ जना, क्यानडामा ७ जना, भारत, इटली र फिलिपिन्समा ३/३ जनामा कोरोना भाइरस देखिएको छ। यसैगरी, रसिया र स्पेनमा २/२ जना र कम्बोडिया, फिनल्यान्ड, नेपाल, श्रीलंका, स्वीडेन र बेल्जियममा एक-एक जनामा कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएको डब्लूएचओले पुष्टि गरेको छ।

> उत्तरी छिमेकी देशबाट संसारभर फैलिरहेको कोरोना भाइरस संक्रमणको उच्च जोखिममा नेपाल छ। नेपालले दोस्रो बढी पर्यटक भित्र्याउने मुलुक चीन हो।

उत्तरी छिमेकी देशबाट संसारभर फैलिरहेको कोरोना भाइरस संक्रमणको उच्च जोखिममा नेपाल छ। नेपालले दोस्रो बढी पर्यटक भित्र्याउने मुलुक चीन हो। त्यसबाहेक अध्ययन, व्यापार, भ्रमणजस्ता कुराले दुवै देशका नागरिक ओहोर-दोहोर गरिरहन्छन्। चीनमा कोरोना भाइरसको संक्रमण व्यापक बन्न थालेपछि त्यसको स्वाभाविक चिन्ता नेपालमा पनि छ। ठूलो संख्यामा नेपालीहरू कोरोनाको केन्द्र मानिएको हुबेई प्रान्तमा फसेका छन्।

चीनमा रहेका नेपालीलाई लिन वाइडबडी विमान तयार गरेको पर्यटन मन्त्रालयले जनाएको छ। सरकारले चीनबाट ल्याइने नेपालीलाई विश्व स्वास्थ्य संगठनको मापदण्डअनुसार क्वारेन्टाइनलगायतका भौतिक पूर्वाधारको तयारी गरिरहेको छ। त्यसका लागि भक्तपुरको खरिपाटीस्थित विद्युत् प्राधिकरणको तालिम केन्द्रमा ६० कोठामा १ सय ८६ जना अट्ने गरी व्यवस्था गरिएको जनाइएको छ। चीनबाट फर्काइएका नेपाली विद्यार्थीको निगरानी गर्न ८६ जना स्वास्थ्यकर्मी तथा विमानका कर्मचारीलाई गत सोमबार अभिमुखीकरण तालिम दिइएको छ। सरकारले खरिपाटीसँगै, शिवपुरीस्थित नेपाली सेनाको क्याम्प, सूर्यविनायकस्थित नेपाली सेनाको तालिम केन्द्र र इचंगुनारायणमा सुकुम्बासीका लागि बनाइएको भवनमा चीनबाट ल्याएका नेपालीलाई राख्ने तयारी गरिरहेको स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयका प्रवक्ता महेन्द्रप्रसाद श्रेष्ठले जानकारी दिए।

भक्तपुरको खरिपाटीमा चीनबाट ल्याएका नेपालीलाई राख्नका लागि तयार गर्नु भन्ने प्रधानमन्त्रीले निर्देशन दिएपछि त्यहाँका स्थानीयले विरोध गरेको थिए। यस्तो विषयमा स्थानीयले विरोध गर्नुको तुक नरहेको श्रेष्ठ बताउँछन्। 'त्यहाँ हामीले कोरोना संक्रमित बिरामी राख्न लागेका होइनौं,' उनी भन्छन्, 'स्वस्थ मानिसलाई त्यहाँ राख्ने हो, बिरामीलाई त सिधै अस्पताल लगिहाल्छौं नि।'

यस्तै मन्त्रालयले सबै अस्पताललाई पनि अलर्ट रहन निर्देशन दिइसकेको छ। अहिले २३ वटा अस्पतालमा १ सय ५५ वटा आइसोलेटेड बेड तयारी अवस्थामा छन्।

स्वास्थ्य

टोल-टोलमा व्यायामशाला

नगरवासी स्वस्थ बनाउन भक्तपुर नगरपालिकाद्वारा घर-घरमा नर्स

तस्बिर : नवराज बाघे

महेश तिमल्सिना

डेढ वर्षयता भक्तपुर नगरपालिका, सिद्धपोखरीका ४८ वर्षीय तुलसीराम खरबुजाको दिन व्यायामशालाबाट सुरु हुन्छ। दौडिँदै सल्लाघारी, गणेशस्थान तीन-चार पटक घुमेर उनी बिहान पाँचदेखि साढे पाँच बजेभित्र सिद्धपोखरी आडैमा रहेको व्यायामशाला पुग्छन्।

'पहिले-पहिले दौडिन्थेँ मात्रै,' खरबुजा भन्छन्, 'अहिले शरीरका विभिन्न अंग चलायमान बनाउन व्यायामशाला आउन थालेको छु।' ब्लडप्रेसरबाट पीडित उनले औषधि सेवन गरेका छैनन्। नियमित व्यायामले नै रोगलाई जितिरहेको उनी बताउँछन्। 'पहिला खेतबारीमा काम गर्दा शरीर फिट रहन्थ्यो,' उनले सुनाए, 'खेतबारीमा काम गर्न छाडेपछिको अवस्थामा व्यायामशालाले स्वस्थ रहन सघाएको छ।'

> नगरपालिकाले नि:शुल्क रूपमा सञ्चालन गरेको व्यायामशालाले सबै उमेर समूहका मानिसलाई आकर्षित गरिरहेको छ। व्यायामशालामा साना छोराछोरी लिएर आएका र वृद्ध आमाबाबुलाई डोऱ्याउँदै ल्याएको दृश्य देखिन्छन्।

तिहुच्छे टोलका ४४ वर्षीय बालमुकुन्द धौबञ्जार पनि नियमित व्यायामशाला जानेमध्यका एक हुन्।

दिनभर पसलमा बस्नुपर्ने उनले शरीरमा स्फूर्ति ल्याउन बिहानको एक-दुई घण्टा व्यायाममा खर्चन्छन्। व्यायाम थालेपछि कुनै शारीरिक समस्या नआएको अनुभव उनको छ।

तुलसीराम र बालमुकुन्दजस्तै आफ्नो स्वास्थ्यको चिन्ता गर्ने सहरवासीका लागि भक्तपुर नगरपालिकाका विभिन्न स्थानमा व्यायामशाला उपलब्ध छ। चिसो मौसममा पनि बिहान ५ नबज्दै नगर क्षेत्रभित्र खुलेका १४ व्यायामशालामा भीड लाग्छ। डेढ वर्षअघि नगरपालिकाले नगरका बासिन्दाको स्वास्थ्यलाई मध्यनजर गर्दै १० वटै वडाका टोल-टोलमा व्यायामशाला सञ्चालनमा ल्याएको हो।

नगरपालिकाको यो कार्यबाट खरबुजा खुसी छन्। भन्छन्, 'यस्तो काम सबै ठाउँमा हुनुपर्छ, अनि मात्र मानिसहरू स्वस्थ हुन्छन्।' पहिले सिद्धपोखरी वरिपरि दौडिएरै चित्त बुझाउने धौबञ्जार व्यायामशाला खुलेपछि उत्साहित भएका छन्। 'पहिला यस्ता राम्रा व्यायामशालाहरू थिएनन्, दौडिएर घर फर्कन्थेँ,' उनी सुनाउँछन्, अहिले ४० मिनेट व्यायामशालामा बिताउँछु।'

'खर्च वा स्थान अभावले व्यायाम गर्न नसकिरहेका नगरवासीलाई मध्यनजर गरी नि:शुल्क व्यायामशाला बनाएका हौं,' नगरपालिका प्रमुख सुनिल प्रजापति भन्छन्, 'अहिले हजारौंले त्यो सुविधा पाएका छन्।' व्यायामशालामा व्यायाम गर्नेहरू हजारौंको संख्यामा भए पनि त्यसको यकिन तथ्यांक भने नगरपालिकासँग छैन। नगरले त्यो तथ्यांक पनि व्यवस्थित गर्ने योजना बनाएको प्रजापतिले जानकारी दिए।

नगरबासीलाई व्यायामशाला

नगरपालिकाले नि:शुल्क रूपमा सञ्चालन गरेको व्यायामशालाले सबै उमेर समूहका मानिसलाई आकर्षित गरिरहेको छ। व्यायामशालामा साना छोराछोरी लिएर आएका र वृद्ध आमाबाबुलाई डोऱ्याउँदै ल्याएको दृश्य देखिन्छन्।

इटाछें घर भएकी सगुन राना व्यायामशालामा जान थालेको एक महिना हुन लाग्यो। यस अवधिमा उनको स्वास्थ्यमा राम्रो प्रभाव परिसकेको छ। 'व्यायाम गर्न थालेपछि फ्रेस हुन थालेकी छु,' २५ वर्षीया राना भन्छिन्, 'नियमित व्यायामले कामको तनाव हटाउन पनि भूमिका खेल्दो रहेछ।' उनी एक मोबाइल कम्पनीमा काम गर्छिन्। बिहान सबेरै उठेर व्यायाम गर्दा स्वस्थ भएको महसुस भइरहेको बताउँछिन् उनी।

सिद्धपोखरीकै व्यायामशालामा मदन शिलाकार आफ्नो छोरासहित व्यायाम गरिरहेका भेटिए। उनी पनि नियमित व्यायाम गर्दा दिनभर शरीर फुर्तिलो हुने बताउँछन्। उनी व्यायामशालामा आधा घण्टाजति समय बिताउँछन्।

यस्तै नगरपालिकाले इटाछेंमा सञ्चालन गरिरहेको व्यायामशाला पुग्दा त्यहाँ केही बालबालिका व्यायामशालामा खेलिरहेका थिए। त्यसैमा ५१ वर्षीया पार्वती खत्री पनि व्यायाम गरिरहेकी थिइन्। उनलाई ब्लडप्रेसरको समस्या रहेछ। व्यायाम गर्न थालेपछि भने ब्लडप्रेसर कन्ट्रोल भएको उनी बताउँछिन्। नगरपालिकाले यसरी ठाउँ-ठाउँमा व्यायामशाला खोलेर वृद्धावृद्धालाई सहज बनाएको उनको

धारणा छ। व्यायाम गर्न थालेपछि शरीरमा लागेका रोग केही हदसम्म कम हुन थालेपछि उनी नियमित व्यायाम गर्छिन्।

ज्ञानीप्रसाद वासुकला उमेरले ७९ वर्षका भए। उनी प्यारालाइसिसबाट थलिएको करिब चार वर्ष भयो। दुई वर्षजस्तो उनी पूरै थला परे। उनलाई अहिले पनि सामान्य हिँडडुल गर्न समस्या हुन्छ, तर कहिलेकाहीँ व्यायामशालामा खेल्न आउँदा हिँड्न सहज भएको उनी बताउँछन्। उनी ब्यासीको व्यायामशालामा व्यायाम गर्दै थिए। 'नियमित यहाँ आएर व्यायाम गर्छु' उनी भन्छन्, 'नियमित व्यायाम गर्नाले अलिअलि हिँड्न सक्ने भएको छ।'

घर-घरमा नर्स

व्यायामशालासँगै नगरपालिकाले घर-घरमा नर्स कार्यक्रम पनि सञ्चालन गरिरहेको छ। प्रत्येक वडामा एक जना नर्स र १०/११ जना स्वयंसेविकाको टोली हरेक दिन नागरिकको घरमा गएर स्वास्थ्य परीक्षण गर्छन् र नगरवासीको स्वास्थ्य विवरण नगरपालिकामा बुझाउँछन्। नर्स र स्वयंसेविकाको टोली हरेक दिन बिहान ७ देखि ९ बजेसम्म नगरवासीको घरमा पुगिसकेका हुन्छन्। एक दिनमा कम्तीमा २० देखि २५ घरका मानिसहरूको स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने गरेको वडा नम्बर २ मा कार्यरत नर्स रजनी जरेजू बताउँछिन्। नियमित स्वास्थ्य परीक्षणले नगरवासीमा स्वास्थ्य सचेतना बढेको उनको अनुभव छ। 'पहिला थला परेपछि मात्र अस्पताल जान्थें,' उनी भन्छिन्, 'अहिले शरीरमा थोरै समस्या देखा परेपछि स्वास्थ्य संस्था गएर उपचार गर्ने बानी बसेको छ।'

तीन जनस्वास्थ्य केन्द्रमा सधैं भीड

भक्तपुर नगरपालिकाले तुलनात्मक रूपमा सस्तो पर्ने गरी तीनवटा जनस्वास्थ्य केन्द्र सञ्चालन गरिरहेको छ। यी केन्द्रहरूमा दैनिक ७ सय बिरामीले उपचार गराइरहेको नगर प्रमुख प्रजापति बताउँछन्। 'यो घर-घरमा नर्स कार्यक्रमको प्रभाव हो,' प्रजापति भन्छन्, 'सामान्य रोग भए पनि डाक्टरलाई देखाउनुपर्छ भन्ने धारणाको विकास भएको छ।' नगरको तीनवटै जनस्वास्थ्य केन्द्रमा करिब ३० जना डाक्टर क्रियाशील छन्, जसमध्ये १५ विशेषज्ञ, १५ जना एमबीबीएस डाक्टर छन्।

हरेक दिन घरदैलो गर्छौं

रजनी जरेजू, नर्स

नगरवासी स्वास्थ्यप्रति कत्तिको सचेत छन् ?

पहिला गम्भीर प्रकृतिका रोगमा मात्र सचेत थिए। थला परेपछि मात्र अस्पताल जाने चलन थियो, तर अहिले मेरा क्षेत्रका बासिन्दाहरू शरीरमा सामान्य अवस्थाभन्दा फरक खालको लक्षण देखा परेपछि तुरुन्त अस्पताल जाने बानी बसेको छ। नियमित ब्लडप्रेसर, सुगरको जाँच गर्नुहुन्छ। त्यसैले पहिलेभन्दा अहिले नगरवासीहरू आफ्नो स्वास्थ्यप्रति सचेत हुन थाल्नुभएको छ, साथै उहाँहरूको स्वास्थ्यमा पनि सुधार आएको छ।

कति समय घरदैलो गर्नुहुन्छ ?

बिहान ७ देखि ९ बजेसम्म घरदैलो गर्छौं। त्यसपछि जनस्वास्थ्य केन्द्रमा जान्छौं।

कुन-कुन रोगको परीक्षण गर्नुहुन्छ ?

हामीले धेरैजसो ब्लडप्रेसर र सुगरको परीक्षण गर्छौं, साथै हामीले बेलाबेलामा स्वास्थ्य शिविर पनि सञ्चालन गर्दै आएका छौं। हामीले आँखा शिविर, प्याप स्मेयर परीक्षण र मृगौला परीक्षण शिविर सञ्चालन गरिसकेका छौं। अब दन्त शिविर सञ्चालन गर्ने तयारीमा छौं।

नियमित स्वास्थ्य परीक्षण कत्तिको आवश्यक हो ?

अहिले मानिसहरूमा नसर्ने रोग बढी देखिएको छ। कहिलेकाहीँ हामीले सामान्य रोग भनेर परीक्षण गराइरहेका हुँदैनौं। नियमित स्वास्थ्य परीक्षणले स्वास्थ्य अवस्थाका बारेमा जानकारी लिन पाइन्छ। आजको अवस्थामा नियमित स्वास्थ्य परीक्षण निकै आवश्यक छ।

नगरवासीको स्वास्थ्यप्रति सचेत छौं

सुनिल प्रजापति, प्रमुख, भक्तपुर नगरपालिका

नगरभित्र व्यायामशाला खोल्ने सोच कसरी आयो ?

भक्तपुर नगरपालिकामा निर्वाचित भएको सय दिनमै घर-घरमा नर्सिङ सेवा सुरु गर्‍यौं। नर्सिङ सेवा सुरु गरेको एक वर्ष नपुग्दै हामी सबै वडामा गयौं। नर्सहरूको रिपोर्ट हेर्‍यौं। त्यसमा पहिलेको भन्दा केही फरक दृश्य देखियो। नागरिकहरूमा सर्ने भन्दा नसर्ने (मुटुरोग, क्यान्सर, ब्लडप्रेसर, मधुमेह, मस्तिष्कघात) रोगहरू रहेछन् भन्ने पत्ता लाग्न थाल्यो। हामीले नगरवासीमा यस्ता-यस्ता रोग देखा पर्‍यो भनेर डाक्टरहरूसँग छलफल गर्‍यौं। डाक्टरहरूले व्यायामको कमीले पनि यस्ता रोग देखिन्छ भन्ने सुझाव दिनुभयो। त्यसपछि छलफलका क्रममा व्यायामशाला बनाउने सुझाव आयो। सुझाव दिने साथीले व्यक्तिगत रूपमै घरमा व्यायामशाला राखेको देख्नुभएको रहेछ। हामीले त्यहाँ गएर हेर्‍यौं। त्यसैले योचाहिँ नगरभित्र राम्रो हुन्छ भनेर हामीले पहिलो चरणमा सामान मगाएर पाँच ठाउँमा राख्यौं। नागरिकहरू उत्साहित भएर अन्य ठाउँमा पनि माग गर्नुभयो। त्यसपछि सबै वडामा एक-एक सेट राख्यौं। नागरिक स्वास्थ्य कसरी राम्रो बनाउने भन्ने चिन्तनबाट यो काम भएको हो।

अहिले कतिवटा व्यायामशाला सञ्चालित छन् ?

अहिले हाम्रो १० वटै वडामा छन्। कुनै-कुनै वडामा दुईवटा पनि राखेका छौं। दुईवटा कलेजमा राखेका छौं। यसरी समग्रमा १४ वटा ठाउँमा व्यायामशाला सञ्चालित छन्।

यसबाट दैनिक कति मानिसले लाभ लिइरहेका छन् ?

यत्ति नै भन्ने हामीसँग तथ्यांक छैन, तर व्यायामशालाहरूमा भीड लागिरहेको छ। अबचाहिँ दैनिक कतिले लाभ लिइरहेका छन् भन्ने डाटा तयार पार्ने तयारीमा छौं।

व्यायामशाला खोलेपछि कस्तो प्रतिक्रिया पाउनुभएको छ ?

राम्रो प्रतिक्रिया पाएको छ। व्यायाम गर्नका लागि पैसा तिर्नुपर्थ्यो। त्यो पनि सबैको पहुँच पुग्दैन। अब हामीले खुला रूपमै सबैका निम्ति निःशुल्क व्यायामशाला सञ्चालनमा ल्याएपछि आर्थिक अवस्था कमजोर भएकाहरूलाई त झनै राम्रो भयो।

आममानिसलाई व्यायामप्रति आकर्षित गर्न के-के गरियो ?

पहिलो कुरा त स्वास्थ्य नै धन हो भन्ने कुरा आमनगरवासीलाई बुझायौं, अनि शिक्षित र स्वस्थ मानिसले मात्र समाजमा बढी योगदान गर्न सक्छ भन्ने भावना जागृत गर्‍यौं।

व्यायामशाला सञ्चालनमा ल्याउन कति खर्च भयो ?

हामीले ठाउँअनुसार व्यायामको सामान राखेका छौं। कुनै ठाउँमा एकैपटक १९ जनाले व्यायाम गर्न सक्ने पूर्वाधार निर्माण गरेका छौं भने कुनैमा १४/१५ जनाले खेल्न सक्ने गरी व्यवस्था गरेका छौं। त्यसैले कुनै ठाउँमा २ लाख, कतै ५ लाखसम्म खर्च भएको छ। समग्रमा ८० लाखको हाराहारीमा खर्च भएको छ।

नगरपालिकाले घर-घरमा नर्सिङ कार्यक्रम पनि सञ्चालन गरिरहेको छ, यसले कस्तो प्रभाव पारेको छ ?

यसबाट आमनगरवासीमा जनचेतना जागृत भएको छ। सामान्य रोग लागे पनि डाक्टरलाई देखाउनुपर्छ भन्ने धारणाको विकास भएको छ। हाम्रै जनस्वास्थ्य केन्द्र पनि भएकाले ती केन्द्रहरूमा दैनिक ७ सय बिरामीले उपचार गराइरहेका छन्। हामीसँग ३ वटा जनस्वास्थ्य केन्द्र छन्। तीनवटै जनस्वास्थ्य केन्द्रमा गरी ३० जना डाक्टर हुनुहुन्छ, जसमध्ये १५ जना विशेषज्ञ र १५ जना एमबीबीएस डाक्टर हुनुहुन्छ।

घरदैलो नर्सिङका लागि कति जना नर्स परिचालित छन् ?

घरदैलोका लागि हामीसँग १६ जना नर्स छन्। एउटा वडाका लागि एक जना नर्स छन्, त्यसमा ९-१० जना स्वास्थ्य स्वयंसेविका पनि परिचालन गरेका छौं। उनीहरूले नागरिकको घर-घरमा पुगेर स्वास्थ्य परीक्षण गर्छन्। परीक्षणका क्रममा कोही मानिसलाई तुरुन्तै अस्पताल जानुपर्ने देखियो भने अस्पताल जान सुझाव दिन्छन्, स्वास्थ्य परीक्षणको रिपोर्ट नगरपालिकामा बुझाउँछन्।

भक्तपुर नगरपालिकाले अस्पताल पनि निर्माण गर्दैछ भन्ने सुनिन्छ। त्यो कस्तो खाले अस्पताल हो ?

२५ शय्याका लागि त हामीले स्वीकृति पाइसकेका छौं। हाम्रो १ सय शय्यासम्मको तयारी हो। अस्पताल करिब ६६ करोड लागतमा निर्माण हुँदैछ। यो जनरल हस्पिटल हो। त्यसैको एक तलामा आँखा अस्पताल पनि हुन्छ।

योबाहेक नगरपालिकाले स्वास्थ्य क्षेत्रमा कस्ता कदम चालिरहेको छ ?

हामीले नगरभित्रै आँखाको उपचार गर्ने व्यवस्था मिलाएका छौं। तिलगंगा आँखा अस्पतालका विशेषज्ञहरू आउनुहुन्छ। आँखाको अप्रेसन गर्नुपर्‍यो भने तिलगंगाको भन्दा कम खर्चमा हुने व्यवस्था गरेका छौं। जनस्वास्थ्य केन्द्रहरूबाट दैनिक १ सय आँखाका बिरामीले उपचार पाइरहेका छन्। यस्तै, हामीसँग आयुर्वेदिक सेवा पनि छ। जनचेतना जगाउनका लागि स्कुल, कलेजहरूमा डाक्टरहरूलाई पठाउँदैछौं। साथै हामीले प्राणघातक रोग लागेका बिरामीहरूलाई १० हजार दिने व्यवस्था गरेको छ। यो सुविधा दैनिक औसत ३ जनाले लिइरहेका छन्।

सूचना प्रविधि

काठमाडौंमा क्यान इन्फोटेक

प्रदर्शनीको २६ औं संस्करणमा नयाँ ब्राण्ड र आकर्षक छुट

सूचना प्रविधिलाई केन्द्रमा राखेर गारिने प्रदर्शनी क्यान इन्फोटेकको २६ औं संस्करण शुक्रबारबाट भृकुटीमण्डपमा सुरु हुँदैछ । क्यान फेडेरेसनको आयोजनामा हुने प्रदर्शनी फागुन ७ सम्म चल्नेछ । सयभन्दा बढी स्टल रहने प्रदर्शनीको यो संस्करण विशेष र रोचक हुने आयोजक संस्थाका इनोभेटिभ एक्सपोजर उपेन्द्र ढुंगाना बताउँछन् । उनका अनुसार इन्फोटेकमा राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय सूचना तथा सञ्चार प्रविधिसम्बन्धी कम्पनीहरुको सहभागितासमेत रहनेछ । अपरेटिङ सिस्टम सफ्टवेयर, नेटवर्किङ सोलुसन, मोबाइल सोलुसन, सेक्युरिटी सोलुसन, इलेक्ट्रिकल तथा इलेक्ट्रोनिक्स, सोलार पावर सिस्टम, इन्भर्टर, युपीएस, ल्यापटप तथा डेस्कटप कम्प्युटर, प्रिन्टर, पावर सिस्टम, कम्प्युटर एक्सेसरिज, एन्टिभाइरस सफ्टवेयर, बैंकिङ सोलुसन, सीसीटिभी र हार्ड डिस्कजस्ता उत्पादन प्रदर्शनीमा राखिने आयोजकले जानकारी दिएको छ । विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय मोबाइल कम्पनीले आफ्नो ब्रान्ड तथा उत्पादनको प्रदर्शनी आकर्षक छुटसहित समेत गर्नेछन् । त्यसैगरी, आईटी कलेज, बैंक, बिमा तथा लेखासम्बन्धी सफ्टवेयर, सेल्फ लर्निङ सफ्टवेयर तथा ट्युटोरियल आदि पनि मेलामा रहनेछन् ।

अर्लाम र साइरन बजाउने एप

कुनै पनि घटना वा दुर्घटना हुनुअघि हामी कसरी सचेत रहने ? भइपरी आउने त्यस्ता दुर्घटनाहरूबारे तत्काल जानकारी गराउने एप अब नेपालभित्रै पनि उपलब्ध हुने भएको छ । काठमाडौं न्युरोडस्थित यु-सफ्ट कम्प्युटर टेक्निक्सले स्मार्ट होम प्रोडक्टमार्फत उक्त सेवा सुरु गर्न लागेको हो । क्यान-इन्फोटेक-२०२० मा कम्पनीले उक्त सेवाको उद्घाटन गर्नेछ ।

प्रदर्शनीमा उक्त सेवाबारे डेमो प्रस्तुत गर्ने प्रोपाइटर बुद्ध मानन्धरले बताए । उनी भन्छन्- ‘रियल टाइम सुरक्षा दिने कुरामा स्मार्ट होम प्रोडक्ट हामीले छनोट गरेका छौं ।’

मानन्धरका अनुसार फायर अर्लाम र मोबाइलमा आउने म्यासेजमार्फत साइरन बज्ने सेवा उक्त प्रोडक्टमार्फत उपलब्ध हुनेछ ।

‘कोही व्यक्ति घर वा अफिसमा आउँदैछ भने मोबाइल एपबाट जानकारी हुने तथा पानी तान्ने मोटर अन गर्दा पनि साइरन बज्ने लगायतका सिस्टम उपलब्ध गराउनेछौं,’ मानन्धरले भने ।

मानन्धरका अनुसार नेपालका लागि यो नयाँ सेवासमेत हो, जसले सम्भावित दुर्घटनाबाट जोगाउँछ । त्यसैगरी कम्प्युटर वा मोबाइलमा डाटा लस हुने समस्या समाधानका लागि डाटा सेभ सिस्टम पनि लञ्च गर्न लागेको उनले बताए ।

एक प्रतिशत ब्याजदरमै ऋण

अनलिमिटेड टेक्नोलोजी प्राइभेट लिमिटेडले प्रदर्शनीको समयमा ‘इ ढेवा सुपर एप’ नामक एक आकर्षक एप लन्च गर्दैछ, जसमा एउटै एपबाट फरक-फरक सेवा सेवाग्राहीले प्राप्त गर्नेछन् । एपमार्फत पहिलो पटक प्रयोगकर्तालाई १ प्रतिशत ब्याजमा ऋण दिने सुविधा कम्पनीले ल्याउन लागेको छ । कम्पनीको प्रोपाइटर जुनू थापाका अनुसार ऋण लिन चाहनेले एपमार्फत रिक्वेस्ट पठाउन सक्नेछन् । रिक्वेस्टसँगै आफ्नो नाम, ठेगाना, इमेल तथा सम्पर्क नम्बर रजिस्टर गर्नुपर्नेछ । ऋण लिन चाहने सेवाग्राहीले आफूले काम गर्ने संस्थाको नाम, आम्दानीसहित तीन महिनाको स्टेटमेन्ट पठाउनुपर्नेछ । सबै प्रक्रिया पूरा गरेपछि सेवाग्राहीको मासिक आम्दानीको ७० प्रतिशतसम्म ऋण दिन सकिने प्रोपाइटर थापा बताउँछिन् । ‘सिस्टमले लिगल डकुमेन्ट माग्छ । सेवाग्राहीले आफूले लिएको ऋण तिर्ने समय खुलाउनुपर्छ,’ थापा भन्छिन्, ‘तथापि, कसलाई ऋण दिने र नदिने भन्ने कुरा सिस्टमबाटै तय हुनेछ ।’

यसका साथै टुटल तथा पठाओलगायतका सेवा, रेमिट्यान्स सेवा, युटिलिटी पेमेन्ट, विभिन्न खानेकुराको अर्डरलगायतका सेवा एपमार्फत प्राप्त गर्न सकिने प्रोपाइटर थापा बताउँछिन् ।

अनलाइन गेमको आकर्षण

प्रदर्शनीको गेमिङ पार्टनर ओसियनले ई-स्पोर्ट्स च्याम्पियनसिप प्रतियोगिता आयोजना गर्नेछ, जसमा डोटा टु तथा सीएस गोजस्ता टिमवर्क आवश्यक पर्ने लोकप्रिय खेल प्रतियोगिता नकआउट शैलीमा खेलिनेछन्। उत्कृष्ट ८ टिमले भाग लिने प्रतिस्पर्धाका विजेताले प्रमाणपत्रसहित रु. १ लाख नगद पुरस्कार प्राप्त गर्नेछन्।

ओसियन कम्प्युटरका जनरल म्यानेजर सुरेश कायस्थका अनुसार नेपालमा यसलाई नयाँ किसिमको कम्प्युटर अनलाइन खेल मान्न सकिन्छ। 'विदेशमा यसको राम्रो स्कोप छ। लाखौं डलरमा प्राइजसमेत पाउँछन्। स्पोन्सर पनि धेरै हुन्छ। यसका व्यावसायिक खेलाडी पनि छन्,' कायस्थले भने। नेपालमा नयाँ भए पनि व्यावसायिक ढंगबाट अघि बढाउन सके यो खेलमा स्कोप रहेको उनी बताउँछन्।

नयाँलाई प्रोत्साहन र प्रवर्द्धन

प्रदर्शनीमा प्रविधिका क्षेत्रमा भएका नयाँ तथा इनोभेटिभ आइडियाहरूको प्रवर्द्धन गर्न इनोभेसन एक्स्पोजरलाई विशेष प्राथमिकता दिइएको छ। सूचना-प्रविधि तथा इन्जिनियरिङका विद्यार्थीहरूको क्षमता विकास गर्नु, उनीहरूको आइडियालाई प्लाटफर्म प्रदान गर्नु, इन्नोभेटिभ आइडियालाई व्यवसायमा बदल्न मद्दत गर्नु र व्यवहारोपयोगी शिक्षामा योगदान गर्नु यसको उद्देश्य रहेको क्यान फेडेरेसनका महासचिव नारायण थापा बताउँछन्।

प्रदर्शनीमा स्कुल तथा कलेजका विद्यार्थीले पढेका कुरा व्यवहारमा उतार्ने अवसरसमेत पाउनेछन्। इनोभेटिभ एक्सपोजर उपेन्द्र ढुंगाना भन्छन्, 'क्यानमा हुने प्रदर्शनीमा धेरै मान्छे आउँछन्। उनीहरूले विद्यार्थीहरूलाई रोबोट बनाउने मान्छे भनेर चिन्छन्। जति धेरैले चिन्छन् त्यतिधेरै काम गर्ने जाँगर बढ्ने हुन्छ। यही उत्साहका कारण हरेक वर्षमा नयाँ आविष्कार आइरहेका छन्।'

कम्प्युटर ह्याङ हुन नदिने जाइजेल

टिच अफिस प्राइभेट लिमिटेडले ताइवानको जाइजेल प्रोडक्ट नेपालमा भित्र्याएको छ। प्रोपाइटर आनन्द महर्जनका अनुसार उक्त प्रोडक्टले कम्प्युटरलाई ह्याङ हुनबाट जोगाउनुका साथै एन्टिभाइरसको कामसमेत गर्छ।

प्रहरी सचेतना

प्रदर्शनीमा नेपाल प्रहरीको सचेतना कार्यक्रमसमेत समावेश रहेको छ। प्रहरी निरीक्षक सुनिल कुमार ब्रनवालका अनुसार साइबर सचेतनाका कार्यक्रमबारे प्रहरीले प्रदर्शनीमा जानकारी गराउनेछ। प्रनि ब्रनवालले भने- 'साथै हामी नागरिक केन्द्रित कार्यक्रमहरूबारे जानकारीका साथै नयाँ इनोभेसनबारे बताउनेछौं।'

रोबोट प्रदर्शन

यसपालि स्कुल तथा कलेजका विद्यार्थीले गरेका दर्जनभन्दा बढी रोचक आविष्कार प्रदर्शनमा हुनेछन्। ढुंगानाका अनुसार स्कुल पढ्ने विद्यार्थीले आविष्कार गरेको देखि तत्काल व्यावसायिक प्रयोजनमा आउने रोबोटसमेत प्रदर्शन हुँदैछ। त्यसमा ड्रोनका साथै गुड्ने तथा पानीमा काम गर्ने खालका अनौठा रोबोट छन्।

इन्फोटेकमा स्टार्टअप आइडिया तथा प्रोजेक्ट प्रतिस्पर्धा र जुनियर इन्नोभेटरको प्रदर्शनीका साथै रोबोवार्स, अक्वाबोट, पुसबोट, ड्रोन डान्सिङ र रोबोट रेसजस्ता प्रतिस्पर्धा पनि आयोजना हुनेछ। यसका लागि बेग्लै विशेष पेभिलियनको व्यवस्था गरिने आयोजकले जानकारी दिएको छ।

वार्ता

नयाँ आविष्कारलाई प्राथमिकता दिएका छौं

नारायण थापा, महासचिव
क्यान फेडेरेसन नेपाल

इन्फोटेक प्रदर्शनी सुरु हुँदा नेपालको सूचना-प्रविधि क्षेत्रको अवस्था कस्तो थियो र अहिले के परिवर्तन आएको छ ?

हामीले सन् १९९४ देखि प्रदर्शनी सुरु गर्‍यौं। त्यतिबेला थोरै मानिसले मात्र कम्प्युटर प्रयोग गर्थे। कम्प्युटर प्रयोग गर्ने मान्छे एलियन पो हुन् कि भन्ने अवस्था थियो। सूचना-प्रविधि भनेको के हो र यसले के काम गर्छ भनेर चिनाउनुपर्ने थियो। त्यही बेला क्यानले प्रदर्शनी सुरु गरेको थियो। अहिले आइपुग्दा सूचना प्रविधिमा धेरै विकास भइसकेको छ। अहिले कुनै पनि बालबालिकालाई टेक्नोलोजी के हो भनेर बुझाइराख्नु पर्दैन। उनीहरू प्रविधिसँगै हुर्किएका छन्।

इन्फोटेकको प्राथमिकतामा चाहिँ कत्तिको परिवर्तन आएको छ ?

प्राथमिकता हरेक वर्ष फरक हुन्छ। अहिले एउटा पुस्ता बाध्य भएर टेक्नोलोजीको प्रयोग गर्छ। त्यहीं अर्को समूह आर्थिक वा भौगोलिक कारणबाट प्रयोगबाट वञ्चित छ। त्यो समूहलाई प्रविधि सहज बनाउने र यसबारे बुझाउने उद्देश्य त छँदैछ, साथै सूचना प्रविधिसँग जोडिएको मान्छेलाई त्योभन्दा नयाँ के आएको छ, त्यसबारे अपडेट गराउनु अहिले हाम्रो प्रमुख प्राथमिकता हो। नयाँ आविष्कार र उत्पादनलाई प्रयोगकर्तामाझ पुऱ्याउनु अर्को प्राथमिकता हो।

यस वर्ष नयाँ आविष्कार र उत्पादन के छन् ?

अहिले धेरै कुरा नयाँ नै छन्। बाहिरबाट आएका प्रविधिभन्दा देशभित्रकै उत्पादनलाई हामीले प्राथमिकतामा राखेका छौं। यसमा अनलाइन गेमिङ नयाँ हो। त्यसले नयाँ गेम बनाउन चाहनेलाई पनि प्रेरणा मिल्छ। युवाहरूलाई आइटीमार्फत कसरी काम गर्न सकिन्छ भनेर प्रशिक्षित गर्ने स्टलहरू छन्। एक सयभन्दा बढीका स्टलमा नयाँ-नयाँ सिकाइ हुन्छन्। यहीं निर्माण भएका नयाँ इनोभेन्सनलाई छनोट गरेर पुरस्कारसमेत प्रदान गर्छौं।

नेपालभित्रका प्रोडक्ट र आविष्कारका लागि इन्फोटेक कस्तो प्लेटफर्म हो ?

नेपाल सरकारबाट सहयोग केही पनि पाउँदैनौं तर पनि सरकारले गर्नुपर्ने काम हामी गरिरहेका छौं। कतिपय बिक्रीका लागि नभई ब्रान्डिङका लागि आउनुहुन्छ। बिक्रीको दृष्टिबाट आउने समूह पनि छन्। अर्को चाहिँ, नयाँ प्रोडक्ट आइडियालाई बजारले स्वीकार गर्छ कि गर्दैन भन्ने अनुसन्धानका लागि पनि आउनुहुन्छ। उत्पादन जे भए पनि बजारमा लिएर जान्छु भन्ने हिसाबले आउनुहुन्छ। सबैले प्रदर्शनीबाट फाइदा लिनुभएको छ। कतिपयले व्यवसायको सुरुवात नै इन्फोटेकबाट गर्नुभएको छ।

इन्फोटेकमा आउने प्रयोगकर्ताको चासो सफ्टवेरमा बढी छ कि हार्डवेयरमा ?

इन्फोटेक बलियो ब्रान्ड बनिसकेको छ। इन्फोटेकमा नयाँ कुरा के रहेछ भनेर प्रायः आउनुहुन्छ। त्यसमा पनि त्यहाँ उपलब्ध उत्पादन किन्न धेरै आउनुहुन्छ। यसरी हेर्दा सफ्टवेरमा चासो कम देखिन्छ। हार्डवेयर तथा ग्याजेटहरू नै बढी बिक्री भएको देखिन्छ। मोबाइल र ल्यापटप किन्नेहरू बढी आउनुहुन्छ।

सूचना प्रविधिमार्फत युवापुस्ता तथा विद्यार्थीले कसरी लाभ लिन सक्छन् ?

आईटीमा फ्रिल्यान्सर भएर काम गर्ने थुप्रै युवा छन्। नेपालबाट रि-इकोनमीको रूपमा काम गर्ने कम्तीमा १० हजार छन्। जो अफिस नगई कम्पनीमा काम गर्छन्। यो क्षेत्रमा लागेपछि काम सहज ढंगले गर्न सकिन्छ भन्ने युवापुस्तालाई बुझाउन हामीले सक्नुपर्छ, अवसर थुप्रै छन्। तर, नयाँ पुस्तालाई नेपालको नीतिले भने चुनौती खडा गरिदिएको छ। टुटल, पठाओ र युट्युब विज्ञापनलाई यसको उदाहरणका रूपमा लिन सकिन्छ। ५५ वर्ष पुरानो कानुनले हाम्रो नयाँ काममा बाधा पुऱ्याइरहेको छ। राज्य तवरबाटै पाउनुपर्ने सहयोग आइटी क्षेत्रले पाउन सकेको छैन।

सातवटै प्रदेशमा प्रदर्शनी भयो, यसको उद्देश्य के थियो ?

प्रदेशमा अझै पनि प्रविधिमा पछाडि परेका नागरिक छन्। साना कुराहरू पनि बुझाउनुपर्ने अवस्था छ। जनचेतना जगाउनु पनि पहिलो उद्देश्य हो। हामीले काठमाडौंमा सुरुमा इन्फोटेक सुरु गर्दा जस्तो अवस्थामा थियौं, प्रदेशमा झन्डै त्यस्तै अवस्था छ। करिब १० वर्षअघि हामी अर्घाखाँची जिल्लामा गएका थियौं। स्कुलमा इन्टरनेट जोड्नुपर्छ भन्दा उहाँहरूले भन्नुभयो, 'भर्खर-भर्खर गाउँमा मोबाइल आएको छ। मोबाइलकै कारण डिभोर्सका केसहरू बढेका छन्।'

सबै कुराको फाइदा सँगसँगै नराम्रा पक्ष पनि हुन्छन्। यसका लागि हामीले जनचेतना जगाउनुपर्छ। सबै भूगोलका मान्छेलाई प्रविधिको सुविधा पुऱ्याउनुपर्छ। त्यसैले सबै प्रदेश र भूगोलमा हामीले इन्फोटेक प्रदर्शनी लग्यौं।

कलिउड

प्रेमकथा किन कम ?

प्रेम कलाका अन्य विधामा जस्तै चलचित्रमा सबैभन्दा बढी प्रयोग हुने विषय हो । नेपाली चलचित्रले पनि एकताका प्रेमकथालाई नै प्रमुख विषय बनाउथेँ । तर, अहिले अवस्था फेरिएको छ । पछिल्लो दशकका नेपाली चलचित्र सरसर्ती नियाल्ने हो भने अधिकांश चलचित्रमा प्रेमकथा प्रधान देखिँदैनन् ।

'आजकल प्रेमकथामा बन्ने चलचित्रको संख्या निकै कम छ । कमेडी चलचित्रले बक्सअफिसमा नसोचेको व्यापार गरेकाले पनि नयाँ र पुराना निर्माताको ध्यान प्रेमकथाभन्दा पनि कमेडी चलचित्रमै बढी गयो', प्रेमकथामा सफल चलचित्र बनाउन कहलिएका निर्देशक विकासराज आचार्य भन्छन्- 'राम्रा लेखकको पनि कमी देख्छु । दर्शक अझै पनि प्रेमकथाका चलचित्र हेर्न रुचाउँछन् ।' उनकै कुरामा सहमत छन् निर्माता तथा निर्देशक सन्तोष सेन । उनी भन्छन्, 'कमेडी चलचित्रमा दर्शकको आकर्षण देखेर अहिले धेरै त्यतै लागेका छन् ।'

पछिल्लो समय प्रेमकथामा निर्माण भएका थोरै चलचित्रले मात्र सफलताको स्वाद चाखेका छन् । चलचित्रका प्रेमील गीत चर्चामा आए पनि त्यो अनुपातमा दर्शक हलमा आउन सकेका छैनन् ।

पटकथा लेखक अभिमन्यू निरवी अहिले पाँचवटा सिनेमाका लागि काम गरिरहेका छन् । तर, कसैले पनि प्रेमकथा मागेका छैनन् । बरु सामाजिक कथामा कमेडी चलचित्र लेखिदिनुपर्‍यो भन्नेहरू छन् । चलचित्र क्षेत्रको ध्यान सामाजिक विषयमा बढी जान थालेकाले प्रेमकथाले कम स्थान पाएको उनको छ । 'पहिले धेरै प्रेमकथाका चलचित्र निर्माण भए र हिट पनि भए । अहिले सामाजिक विषयले ध्यान तानेको छ' उनी थप कारण खोतल्दै थप्छन्, 'प्रेमकथाको चलचित्रमा अभिनेता भएर अभिनय गर्नेको संख्या पनि हातमा गन्न सकिने अवस्थामा मात्र छ । पारिश्रमिक अत्याधिक महँगो छ । तर, दर्शक तान्ने अवस्थामा छैनन् ।'

निर्देशक सन्तोष भने राम्रा कथाको अभाव औंल्याउँछन् । 'राम्रो कथामा चलचित्र बनाउन सकियो भने दर्शकलाई हलसम्म तान्न गाह्रो हुँदैन,' उनले भने । प्रेमकथामा चलचित्र बनाइरहेका निर्देशक सुदर्शन थापा पनि दर्शकमा प्रेमकथाका चलचित्र हेर्ने भोक बाँकी नै रहेको दाबी गर्छन् । उनी भन्छन्, 'राम्रो प्रेमकथाको चलचित्र बनाउने हो भने सिंगल होस् या मल्टिप्लेक्स हलमा दर्शकको चाप बढ्ने सम्भावना अझै देखेको छु ।'

वर्षाको जवाफ

भनिन्छ, चलचित्रका अभिनेता-अभिनेत्रीको विवाहपछि क्रेज घट्छ । यद्यपि हलिउडदेखि बलिउडसम्म यो ट्रेन्ड गलत सावित भइसकेको छ । किनभने अधिकांश विवाहित अभिनेता तथा अभिनेत्रीका चलचित्रहरूले उत्कृष्ट व्यवसाय गरिरहेका छन् । नेपाली चलचित्र क्षेत्रमा पनि उक्त भनाइलाई बेला-बेलामा व्यवहारमा लागू गर्न खोजिन्छ । नेपाली चलचित्रमा भने विवाहपछि अभिनेत्रीहरू बिस्तारै यो क्षेत्रबाटै पलायन भएका थुप्रै उदाहरण छन् । केही अभिनेत्रीले भने विवाहपछि पनि राम्रै गरेका उदाहरण पनि छन् । यसबीच अभिनेत्री वर्षा राउतलाई विवाहपछि चलचित्र नपाएको आरोप नै लाग्न थालेको थियो । त्यस्ता आरोपको उनले खण्डन गर्नसमेत आवश्यक मानिनन् ।

अहिले आएर उनी झन्डै एक साताको अन्तरालमै दुई ठूला ब्यानरका चलचित्रमा अनुबन्ध भएर आलोचकहरूकै मुख बन्द गराउन सफल भएकी छिन् । सुव्रत आचार्यको नयाँ चलचित्र 'के घर के डेरा' तथा दीपेन्द्र लामाको चलचित्र 'दुई नम्बरी' मार्फत वर्षा पुन: दर्शकमाझ आउने निश्चित भएको छ ।

यी दुवै चलचित्रमा वर्षाले अभिनेता संजोग कोइरालासँग विवाह भइसकेपछि अभिनय गर्न लागेकी हुन् । 'दुई नम्बरी' मा उनी अभिनेताद्वय दयाहाङ राई तथा पल शाहसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्दैछिन् भने 'के घर के डेरा' मा उनलाई विपिन कार्कीको साथ मिल्नेछ । विवाह गरेको आठ महिनासम्म कुनै पनि नयाँ चलचित्रमा अनुबन्ध नहुँदा वर्षालाई विवाह नै नफापेको आरोप लागेको थियो । एकैपटक दुई चलचित्रमा अनुबन्ध हुँदै वर्षाले उक्त आरोपको दह्रो खण्डन गरिदिएकी छिन् ।

आमा बनेपछि

अभिनेत्री निशा अधिकारीले आमा बनेपछि पुन: चलचित्र क्षेत्रमा पुनरागमन गर्ने मुड बनाएकी छिन् । क्रिकेटर शरद भेसवाकरसँग विवाह गरेपछि अघिल्लो वर्ष अमेरिका पुगेर पहिलो सन्ता छोरा जन्माएपछि अहिले आएर निशाले पुन: चलचित्रमा फर्कने संकेत गरेकी हुन् । हालै एउटा समारोहमा उपस्थित भएकी निशाले छोरा दुई वर्ष पूरा हुन लागेकाले अब चलचित्रका बारेमा सोच्न थालेको बताएकी हुन् । अहिले उनका छोरा २१ महिनाका भए । आफूले गर्न जानेको काम नै अभिनय भएकाले त्यसबाट टाढा जान नसक्ने उनको भनाइ छ । छोरा मन्टेश्वरीमा जाने भएपछि आफू चलचित्रमा फर्कने उनको योजना छ ।

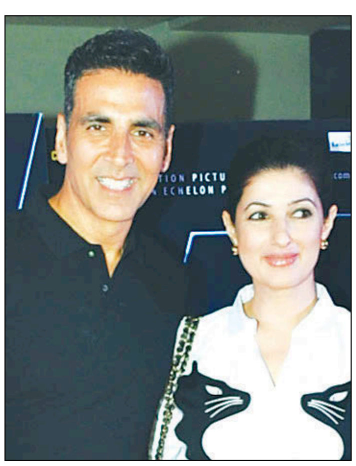
बलिउड

सुटिङले जुराएको जोडी

तस्बिर : आईएएनएस फोटो

बलिउडमा एक समयमा प्रेमकथाका धेरै चलचित्र बने । अहिले पनि बनिरहेका छन् । वास्तविक जीवनमा पनि बलिउडमा केही यस्ता प्रेमकथाले पूर्णता पाएका छन्, जुन आफैंमा निकै दिलचस्पी छ । धेरै प्रेम जोडीले रिलसँगै रियल लाइफमा पनि रोमान्स गरेका छन् । त्यो रोमान्सलाई उनीहरूले विवाहमै परिणत गरेका छन् । बलिउडका यस्ता केही सेलिब्रेटी छन्, जसको सुटिङमै भेट भयो, लामो समय अफेयर चल्यो अनि अफेयरलाई जीवनसाथीमा बदले ।

बलिउडका खेलाडी अक्षय कुमार र ट्विंकल खन्नाको पहिलो भेट एक फिल्मफेयर सुटिङमा भएको थियो । तर, उनीहरूलाई नजिक बनाउने माध्यम चलचित्र 'इन्टरनेसनल खिलाडी' बन्यो । अक्षय ट्विंकललाई निकै मन पराउँथे । यही कारण अक्षयले नै ट्विंकललाई विवाहको प्रस्ताव गरेका थिए । त्यो बेला ट्विंकलले आफ्नो चलचित्र 'मेला' बक्स अफिसमा फ्लप भयो भने आफू विवाह गर्न तयार रहेको जवाफ दिएकी थिइन् । संयोग नै त्यस्तै जुर्‍यो, ट्विंकलले भनेअनुसार नै 'मेला' फ्लप भएपछि सन् २००१ जनवरी १७ मा अक्षयसँग विवाह गरिन् । निकै हतारमा गरिएको यो विवाह ट्विंकलका अभिनेता पिता राजेश खन्नाका मिल्ने साथीको घरको छतमा भएको थियो ।



अभिनेता अभिषेक बच्चन र ऐश्वर्या राय बच्चन बलिउडकै उत्कृष्ट जोडीमा पर्छन् । दुवैले 'उमराओ जान', 'गुरु' र 'धुम ३' लगायतका कैयौं चलचित्रमा सहकार्य गरेका छन् । तर, 'बन्टी और बबली' को 'कजरारे' गीत छायांकनताका उनीहरू नजिकिए । अभिनेता विवेक ओबरायसँग एकताका अफेयरमा रहेकी ऐश्वर्याको विवेकसँग ब्रेकअप भएपछि सन् २००६ मा चलचित्र 'गुरु'को छायांकनता अभिषेकसँग नजिकिएकी थिइन् । यो समयमा अभिषेकले पिता अमिताभलाई आफू ऐश्वर्याको प्रेममा रहेको बताएका थिए । अमिताभकै सल्लाहअनुसार अभिषेकले सन् २००७ मा चलचित्रको प्रिमियरमा ऐश्वर्यालाई प्रपोज गरेका थिए । अभिषेकको प्रपोजलाई स्वीकार गर्दै ऐश्वर्याले सोही वर्ष विवाह गर्ने निर्णय लिइन् । उनीहरूको सम्बन्धलाई बलिउडकै प्रेमिल सम्बन्ध मानिन्छ । उनीहरूको एक छोरी अराध्या छिन् ।

अभिनेता सोहा अली खान र कुणाल खेमुको प्रेमकथा पनि कम रोचक छैन । उनीहरूको भेट सन् २००९ मा कमेडी चलचित्र 'ढुडते रह जाओगे'को सेटमा भएको थियो । त्यो भेटमा उनीहरूले भविष्यमा आफूहरू श्रीमान्-श्रीमती भइएला भन्ने सोचेका थिएनन् । यही भेटमा फस्टाएको प्रेमले उनीहरूले विवाहको यात्रा तय गरे । बलिउडमा रोजाइका सेलिब्रेटी जोडीमा कुणाल र सोहा पनि पर्छन् ।

अभिनेत्री विपाशा बसु अहिलेका श्रीमान् करण ग्रोबरसँग विवाह गर्नुअघि जोन अब्राहम र डिनो मोरियासँग अफेयरमा थिइन् । उनका पति करणले पनि यसअघि दुई विवाह गरिसकेका थिए । चलचित्र 'एलोन'मा करण र विपाशाले निकै इन्टिमेन्ट दृश्य पनि दिए । यही कारण यो जोडी एकापसमा नजिकिए । त्यो नजिकपनालाई उनीहरूले सार्वजनिक रूपमा पनि प्रस्तुत गरेका थिए । दुवै जना फिटनेस फ्रिक हुन् र जिम होस् वा चलचित्रको सेटमा दुवैले निकै समय बिताउँथे । उनीहरूले आफ्नो क्रियाकलापको इन्स्पाइरिङ भिडियोलाई सामाजिक सन्जालमा पनि राख्थे । त्यसकारण यो जोडीलाई बलिउडको हट कपल मानिन्छ ।

बलिउड अभिनेता करीना कपुर र सैफ अली खान प्रायः चर्चामा आइरहन्छन् । दुवैको भेट चलचित्र 'टसन'को सेटमा भएको थिया । यो समयमा करिना र सैफ धेरै कुरा गर्दैनथे । यो चलचित्र अघि करिनाको अभिनेता शाहिद कपुरसँग ब्रेकअप भएको थियो । 'टसन'को सुटिङको बेला जब करिना सैफको होटलको स्वीमिङपुलमा निकै हट रूपमा देखिइन्, त्यही समयदेखि करिनाको हटनेसबाट सैफ कायल भए । दुवैले सन् २०१२ मा विवाह गरे । सैफले करिनालाई चार पटक विवाहको प्रस्ताव गरेका थिए । दुवैको एक सन्तान तैमुर छन् ।

बलिउडका रोमान्टिक र सुहाउँदिलो जोडीमा हेमा मालिनी र धर्मेन्द्रलाई पनि लिइन्छ । उनीहरूको प्रेमकथा पनि चलचित्रको सुटिङ सेटबाटै सुरु भएको हो । दुवैको पहिलो भेट 'तुम हंसी मै जवान'को सेटमा भएको थियो । यो चलचित्रपछि दुवैले ५ वर्ष डेट गरे र विवाहमा पूर्णता दिए । दुवैले एकसाथ ४२ चलचित्रमा काम गरे । दुवैका दुई छोरी इशा र अहान छन् । दुवै छोरीको विवाह भइसकेको छ ।

बलिउडका अमिताभ बच्चन र जया बच्चनको जोडी पनि नछुट्ने जोडी हो । उनीहरूको भेट पुने फिल्म इन्स्टिच्युटमा भएको थियो । तर चलचित्र 'गुड्डी'को सेटमा मात्र उनीहरूको औपचारिक परिचय भयो । अमिताभको पिता हरिवंशराय बच्चन भएकै कारण जयाले अमिताभलाई मन पराउँथिइन् ।

सन् १९९५ मा चलचित्र 'हलचल'को सेटमा अजय देवगन र काजोलको भेट भएको थियो । यो भेटपछि चार वर्षसम्म डेट गरेका उनीहरूले सन् १९९९ मा विवाह गरे । उनीहरूको न्यासा र युग दुई सन्तान छन् ।

सन् ९० को दशकमा ऋषि कपुर र नीतु कपुरको भेट चलचित्र 'जहरिला इन्सान'को छायांकनताका भएको थियो । दुवैले 'खुल्लम खुल्ला प्यार करेंगे', 'हम दोनो'मा पनि सहकार्य गरे । यी दुई चलचित्र पछि रियल लाइफमा पनि उनीहरूको डेट सुरु भयो । ऋषिसँग डेट सुरु गर्दा नीतुको उमेर केवल १४ वर्षको थियो । उनले २१ वर्षको उमेरमा ऋषिसँग विवाह गरेकी थिइन् । उनीहरूको छोरा रणवीर कपुर हुन् ।

बलिउडको क्यूट र रोमान्टिक कपलमा रितेश देशमुख र जेनेलिया डिसुजा पनि पर्छन् । उनीहरूले सन् २००२ मा चलचित्र 'तुझे मेरी कसम'बाट बलिउडमा डेब्यु गरेका थिए । यही चलचित्रबाट उनीहरूको अफेयर पनि सुरु भएको थियो । मुख्यमन्त्रीका छोरा भएर पनि रितेशमा सामान्य व्यवहार पाएकाले जेनेलिया उनीसँग आकर्षित भएकी थिइन् । उनीहरूले १० वर्षसम्म डेट गरेका थिए । त्यसपछि सन् २०१२ फेब्रुअरी १२ मा विवाह गरे । उनीहरूका दुई सन्तान छन् ।

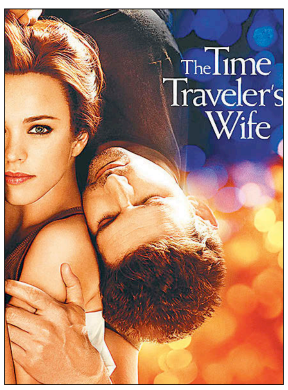
स्रोत : एजेन्सी

हलिउड

दशकका दस चर्चित रोमान्टिक चलचित्र

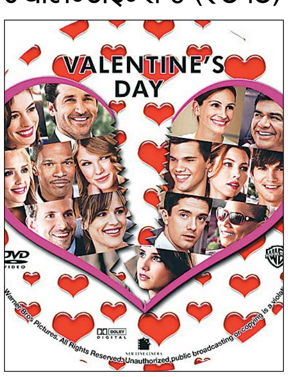
हलिउड चलचित्र उद्योगको आकारमात्रै होइन, विधागत विविधता पनि उत्तिकै छ । यो परम्परागत कथावाचन शैलीलाई छोडेर साइन्स फिक्सनदेखि एनिमेसनका अनेक आयामको खोजीमा छ । तथापि प्रेम हरेक कला विधाको नियमित विषय रहँदै आएको छ । पछिल्लो दशकका हलिउडका चलचित्रलाई सरसर्ती नजर लगाउने हो भने प्रेम विषयकेन्द्रित रोमान्टिक चलचित्रको संख्या निकै छ । जसमध्ये केही चलचित्र कालजयी सूचीमा दर्ज भएका छन् । सन् २००९ देखि २०१९ सम्म निर्माण भएका त्यस्ता चलचित्रमध्ये दसलाई हामीले भ्यालेन्टाइन डेको सन्दर्भमा चर्चा गरेका छौं :

द टाइम ट्राभलर्स वाइफ (२००९)



रोबर्ट स्वेन्टकेको निर्देशनमा बनेको यो चलचित्र स्याटर्न अवार्डको बेस्ट फ्यान्टासी फिल्मको रूपमा मनोनीत थियो । टिन च्वाइस एवार्डका लागि यस चलचित्रकी नायिका रेचल म्याकएडम्स च्वाइस मुभी एक्ट्रेसका लाथि मनोनीत थिइन् । औड्रे निफेनिगरको उपन्यासमा आधारित यो चलचित्र दर्शकको रोजाइमा परेको थियो । चलचित्रमा रेचलका साथमा इरिक बाना र रोन लिभिङ्टन मुख्य भूमिकामा थिए । ३९ मिलियन डलरको लागतमा निर्माण गरिएको यो चलचित्रले १ सय १ मिलियन डलर बराबरको व्यवसाय गरेको थियो ।

भ्यालेन्टाइन्स डे (२०१०)



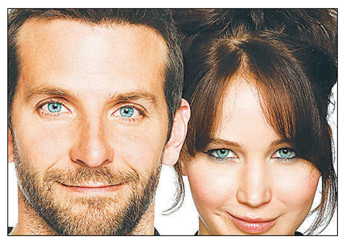
गेरी मार्शलको निर्देशनमा बनेको यो चलचित्रले २१ दशमलव ६९ करोड डलरको व्यवसाय गरेको थियो । यो चलचित्र रोमान्स तथा कमेडी विधामा आधारित थियो । चलचित्रमा प्रेम सम्बन्धमा हुने समस्या तथा तिनको समाधानलाई आकर्षक शैलीमा प्रस्तुत गरिएको छ, जसलाई दर्शकहरूले मन पराए । चलचित्रमा जेसिका अल्बा, काथी बाट्स, जेसिका बेल, ब्राड्ली कुपर आदि कलाकारले अभिनय गरेका थिए ।

मिडनाइट इन पेरिस (२०११)

यो चलचित्र सन् २०११ मा प्रदर्शन भएका चलचित्रहरूमध्ये उत्कृष्ट रोमान्टिक चलचित्रका रूपमा स्थापित भएको थियो । चलचित्रका मुख्य पात्र हरेक दिन सन् १९२० को यात्रामा निस्कन्छन्, त्यो पनि आफ्नी प्रेमिका (हुनेवाला श्रीमती) सँग । चलचित्रलाई वुड एलिनले निर्देशन गरेका हुन् । यो चलचित्रमा ओवेन विल्सन, राचेल म्याकएडम्स, केथी बेट्स, कार्ला ब्रुनीजस्ता कलाकारले अभिनय गरेका थिए । १७ मिलियन डलरको यो चलचित्रले १ सय ५४ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो ।

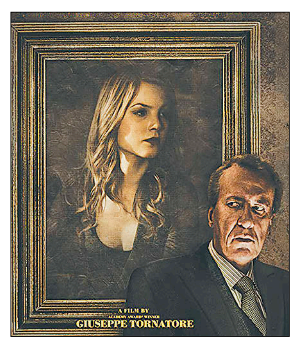
सिल्भर लाइनिङ्स प्लेबुक (२०१२)

डेविड ओ रसेलद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा ब्रेड्ली कुपर, जेनिफर लरेन्स, रोबर्ट डी निरो, ज्याकी बिबर आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । चलचित्रमा पूर्वजन्मको प्रेम पुनरागमन भएको एउटा रहस्यमयी कथा चित्रण गरिएको छ । दर्शकहरूको रोजाइमा



परेको यो चलचित्र २१ मिलियन डलरको लगानीमा निर्माण गरिएको थियो, जसले २ सय ३६ मिलियन डलरबराबरको आम्दानी गरेको थियो ।

द बेस्ट अफर (२०१३)



यो एउटा क्राइम मिस्ट्री रोमान्टिक चलचित्र हो, जसमा एकजना युवकको तस्विरमा देखिएकी युवतीसँग प्रेम हुन्छ । उनी उक्त अलौकिक प्रतिभाका कारण आफ्नो सुखद जीवन बाँच्न सफल हुन्छन् । चलचित्रमा प्रेमका विविध रूपलाई आकर्षक शैलीमा चित्रण गरिएको छ । ग्युसेप टर्नेटरद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा जियोफ्रे रस, जिम स्टरगस, सिल्भिया होएक्स, डोनाल्ड सदरल्यान्ड आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । १८ मिलियन डलरको लगानीमा बनेको यो चलचित्रले २१ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो ।

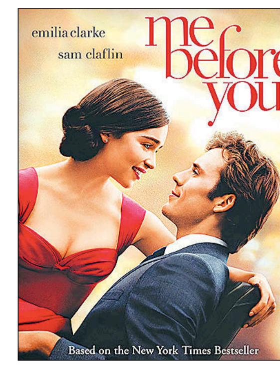
द थ्यौरी अफ एभ्रिथिङ (२०१४)

सन् २०१४ मा प्रदर्शन भएका चलचित्रहरूमध्ये द थ्यौरी अफ एभ्रिथिङलाई उत्कृष्ट रोमान्टिक चलचित्र मानिएको थियो । यो चलचित्रमा प्रसिद्ध भौतिक विज्ञानका ज्ञाता स्टिफन हकिङ तथा उनकी श्रीमतीको सम्बन्ध चित्रण गरिएको छ । दर्शकको रोजाइमा परेको यो चलचित्रले केही एवार्डसमेत जितेको थियो । यो चलचित्रलाई जेम्स मार्शले निर्देशन गरेका थिए, जसमा एडी रेडमेन, फेलिसिटी जोन्स, टम प्रायर, सोफी पेरी आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । १५ मिलियन डलर लगानी गरिएको यो चलचित्रले १ सय २३ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो ।

ब्रुकलिन (२०१५)

जोन क्रोलीद्वारा निर्देशित यो चलचित्रमा सोइरस रोनन, इमोरी कोहेन, डोमनल ग्लिसन, जिम ब्राडसेन्ट आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । यो चलचित्रमा एक युवक आइरिश आप्रवासी एउटी युवतीसँगको प्रेममा परेपछि उत्पन्न हुने परिस्थितिलाई आकर्षक शैलीमा चित्रण गरिएको छ । ११ मिलियन डलरको लगानीमा निर्माण भएको यो चलचित्रले ६२ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो ।

मी बिफोर यू (२०१६)



थिया शराकद्वारा निर्देशित यो चलचत्रिमा एउटा युवकले आफ्नो जागिर गुमाएपछि कसरी पक्षघातग्रस्त बिल ट्रेय्नोर रोगबाट पीडित युवतीलाई सहयोग गर्छन् भन्ने कथा प्रस्तुत गरिएको छ । चलचित्र निकै रोमान्टिक छ, जसमा दुवै प्रेम गर्ने व्यक्तिले भोग्नुपरेका समस्याहरूलाई चित्रण गरिएको छ । चलचित्रमा इमिलिया क्लार्क, साम क्लाफिन, जेना कोलम्यान आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । २० मिलियन डलरको लगानीमा निर्माण गरिएको यो चलचित्रले २ सय ८ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो ।

कल मी बाई योर नेम (२०१७)

लुका गुआडागिनोको निर्देशनमा बनेको यो चलचित्रमा एउटी युवतीको आफ्नो बुवाका सहायकसँग प्रेम हुन्छ । उक्त प्रेमलाई सफल बनाउनका लागि उनीहरूले के-कस्ता समस्या भोग्नुपर्छ भन्ने कुरालाई चलचित्रमा आकर्षक शैलीमा चित्रण गरिएको छ । यो चलचित्रमा अर्मी हम्मर, टिमोथी चालामेट, अमिरा कासर आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । साढे ३ मिलियन डलरको लगानीमा निर्माण गरिएको यो चलचित्रले ४२ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो ।

टु अल द ब्वाइज आई ह्याब लभ्ड बिफोर (२०१८)

सुसन जोन्सनको निर्देशनमा बनेको यो चलचित्रमा लाना कोन्डर, नोह सेन्टिनियो, जानेल पेरिस, एन्ना क्याथकार्ट आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । यो चलचित्रलाई पनि सन् २०१८ मा प्रदर्शन भएका उत्कृष्ट चलचित्रमध्ये एक मानिएको छ ।

लङ सट (२०१९)

जोनाथन लेभिनको निर्देशनमा बनेको यो चलचित्रमा सेथ रोगन, चार्लिज थेरोन, ओसिया ज्याक्सन जुनियर, एन्डी सेर्किस आदि कलाकारले अभिनय गरेका छन् । ४० मिलियन डलरको लगानीमा निर्माण भएको यो चलचित्रले ५३ मिलियन डलर आम्दानी गरेको थियो । व्यावसायिक रूपमा खासै सफल नभए पनि यो चलचित्रले राम्रो प्रतिक्रिया पाएको थियो । चलचित्रमा एक कुशल युवकको एउटी बाठी, परिष्कृत तथा कुशल राजनीतिज्ञ युवतीसँग प्रेम हुन्छ । दुई भिन्न पृष्ठभूमिका व्यक्तिको उक्त प्रेमले दर्शकको मन जितेको थियो ।

नेपाल म्यागजिन
'अब नयाँ वेबसाइट
र एपमा
KMG
KANTIPUR MEDIA GROUP
बदलिँदो नेपालको 'अन्तर्कथा'
nepalmag.com.np
@NepalMagazine
GET IT ON Google Play
Download on the App Store

सूचना र मनोरञ्जनको संगालो
साप्ताहिक

Glamor icon of the week

प्रतिष्ठा 'तृष' राउत

सेकेण्ड रनरअप, मिस इंग्ल्याण्ड–२०१९

नेपाली छोरी प्रतिष्ठा 'तृष' राउतले गत वर्ष बेलायतको नेपाली समाजलाई गर्व गर्ने अवसर जुराइदिइन् । २० हजार आवेदकमध्येबाट उनी बेलायतको प्रतिष्ठित सौन्दर्य प्रतियोगिता 'मिस इंग्ल्याण्ड–२०१९' का लागि छानिइन् । अन्तिम प्रतिस्पर्धाका लागि टप ४० मा छनोट भएकी उनले प्रतिस्पर्धात्मक प्रतियोगितामा फाइनलमा प्रवेश गर्दै सेकेण्ड रनरअपसहित 'पब्लिसिटी क्वीन'को उपाधि समेत जितिन् ।

भूपु गोर्खा प्रकाश राउत र मीना राउतकी एक्ली छोरी प्रतिष्ठा हङकङमा जन्मिएकी हुन् । उनी ५ वर्षको हुँदा उनको परिवार बेलायत बसाइँ सरेपछि उनी त्यहीं हुर्किइन् । संखुवासभा पुर्खौली घर भएकी २६ वर्षीया प्रतिष्ठा ५ फिट ७ इन्च अग्ली छन् । १६ वर्षदेखि मोडलिङमा लागेकी उनले युनिभर्सिटी अफ ब्राइटनबाट इन्टेरियर आर्किटेक्चरकी स्नातक हुन् । बेलायतको अल्डरसट निवासी उनी पेसाले पार्लोर प्लान आर्किटेक्टका रूपमा कार्यरत छन् ।

९ वर्षको उमेरमा आमा र दाजुसँगै नेपाल आएर विराटनगरमा बसेको र नेपाली सिकेको उनी बताउँछिन् । यसपटक दुई साताका लागि नेपाल आउँदा साप्ताहिकसँगको भेटमा उनले आफूमा नेपाली भाषाको भोक रहेको मात्रै बताइनन्, केही समयमै नेपाली टेलिभिजनका प्रस्तोताहरूझैं स्पष्ट नेपाली बोल्ने बताइन् । म:म, पानीपुरी र चटपटे उनलाई खुबै मन पर्छ । उनलाई नेपालका विविध सांस्कृतिक पहिरन र खानपिनले लोभ्याउँछ । भन्छिन्, 'नेपाली वेडिङ त मलाई सबैभन्दा मन पर्छ ।'

जनक तिमिल्सिना

Log on to :
facebook
www.facebook.com\kantipursaptahik
तस्बिर : महेश प्रधान
लोकेशन : नोरचोक बुटिक होटल, लाजिम्पाट
Berger
SILK
GLAMOR
CRYSTAL REFLECTIVE TECHNOLOGY
SILK
GLAMOR
LUXURY INTERIOR EMULSION

आवरण

तस्बिर : मोडलिङमा आधारित / नवराज वाग्ले

डिजिटल लभ

सम्बन्ध जोड्ने नयाँ कडी

पछिल्लो समय एरेन्ज म्यारिज गर्नेहरूले पनि बिहे गर्ने वा नगर्ने निर्णय गर्नुअघि सामाजिक सञ्जालमा प्रोफाइल परिक्रमा गर्छन् । हिजो केटा-केटीको रिल फोटो हेरेर बर-बधु छनोट गरिन्थ्यो भने आज त्यसको माध्यम सामाजिक सञ्जाल बनेको छ अर्थात्, प्रेममात्र नभएर बिहे पनि डिजिटलाइज भएको छ ।

■ **कृष्ण आचार्य**

खोला वारि, खोला पारि, पीपल र वर
हावा चल्यो, पात हल्यो, माया वरवर

तीन दशकअघि कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठले यो गीत लेख्दा परिवेश त्यस्तै थियो । गीतमा खोला समयको प्रतीक थियो । प्रेमी-प्रेमिकालाई भूगोल र सामाजिक परिवेश दुवैको बाधा थियो । प्रेम अभिव्यक्त गर्ने माध्यम थिएन ।

श्रेष्ठ सम्झन्छन्, 'बिहान उठ्नासाथ मैले प्रेम जोडी सम्झिएँ । जो एक-अर्कालाई प्रेम त गर्थे तर, भावना व्यक्त गर्न सक्दैनथे । त्यही भावमा गीत लेखें ।' त्यही भावले प्रेमीहरूको मन जित्यो । तर, अहिले परिवेश फेरिएको छ । गीतमा भनिएझैं प्रेम गर्नेहरूलाई भूगोल वा समाजको खोलाले रोक्न सक्दैन । प्रेम व्यक्त गर्ने धेरै माध्यम छन् । हिजो आँखाको इसारामा सीमित हुने प्रेमलाई आजको डिजिटल युगले परिवर्तन गरिदिएको छ । जसले फरक जात, भाषा, धर्म, संस्कृति र भूगोलबीचको प्रेम पनि सहज भएको छ ।

> पत्र र फोनको माध्यम प्रयोग गर्दै अघि बढेको प्रेम यतिबेला डिजिटल संसारमा हुर्किरहेको छ, जसलाई सामाजिक सञ्जालले पोषण दिइरहेको छ ।

प्रेम पत्रको युग

प्रेम प्रकट गर्ने माध्यमको रूपमा पहिले आयो प्रेमपत्र । यसको सुरुवात कहिले भयो भन्ने कुनै आधिकारिक प्रमाण भेटिँदैन । तर, लेख्य अभिव्यक्तिको सुरु भएसँगै यसको सुरुवात भएको मान्न सकिन्छ । महाभारतकालीन कथा लेखिएको धार्मिक आख्यानमा रुक्मिणीले कृष्णलाई लेखेको पत्र समावेश हुनुलाई त्यसको प्रमाण मान्न सकिन्छ ।

पूर्वप्रधानमन्त्री झलनाथ खनालले रविलक्ष्मी चित्रकारलाई पत्र लेखेर प्रेम प्रस्ताव राखेका थिए । उनी चित्रकारलाई लामो पत्र लेखेर प्रेमभाव पोख्थे । लोक गायक बद्री पंगेनी कक्षा ८ मा पढ्दा उनीभन्दा जुनियर थिइन्, कल्पना भट्टराई । कल्पनाले बद्रीको नाममा एउटा प्रेमपत्र लेखिन् । जहाँ लेखिएको थियो, 'श्री प्राणभन्दा प्यारो बद्री । महभन्दा गुलियो, आकाशभन्दा फराकिलो, नदीभन्दा लामो माया...।' २०५३ सालतिरमा भएको यो पत्राचारपछि उनीहरूले सयौं प्रेम पत्र आदान-प्रदान गरे । सानै उमेरदेखि पत्रमार्फत झाँगिएको प्रेम सम्बन्ध पछि विवाहमा परिणत भयो ।

अघिल्लो पुस्ताका धेरैसँग प्रेमपत्रसम्बन्धी यस्ता धेरै अनुभव छन् । तर, प्रविधिको विकाससँगै प्रेम अभिव्यक्तिको माध्यम र तरिका फेरिँदै गयो ।

मोबाइल लभ

६० को दशकपछि नेपालमा मोबाइल फोन सर्वसुलभ भयो । जसले पत्रको विकल्प दियो । फरक भूगोलका मानिसहरू पनि मोबाइल सम्पर्कबाट निकट हुन थाले । नदेखेको र नभेटेको मान्छेसँग पनि फोनमार्फत कुराकानी हुन थाल्यो । एक पटक भेट भएकाहरूले सम्पर्क नम्बर आदान-प्रदान गर्न थाले । मन परेकाहरूको मोबाइल नम्बर पत्ता लगाएर पनि सम्पर्क बढाउन थाले । मोबाइलमा 'आई लभ यू' भनेर प्रेम प्रस्तावहरू राख्न थालियो । संगीतकार वसन्त सापकोटाको प्रेम फोनकै माध्यमले अघि बढेको थियो । फोनकै माध्यमबाट प्रेममा परेपछि उनीहरूले २० दिनपछि बिहे गरे । नेपाली क्रिकेट टोलीका पूर्वकप्तान विनोद दास र करुणा केसीको प्रेममा पनि फोनको ठूलो भूमिका छ । अभ्यासका क्रममा नक्सालको होटल क्राउन प्लाजामा रहेका विनोदको नजिकैको घरबाट आफूलाई हेरिरहेकी करुणासँग आँखा जुधाएका थिए । त्यसपछि फोन र इमेलले उनीहरूको सम्बन्ध बलियो बनायो ।

नेतृ रामकुमारी झाँक्री र सरकारका उपसचिव पशुपति पुरीको सम्बन्ध फोन सम्पर्कबाट प्रेम हुँदै विवाहमा परिणत भएको हो । २०६२ देखि ०६६ सालसम्म यो जोडीले फोनमा कुरा गरेर धेरै रात बिताए । १० बजेपछि सुरु हुने प्रेम वार्ता घन्टौं चल्थ्यो ।

प्रेमको डिजिटल अवतार

पत्र र फोनको माध्यम प्रयोग गर्दै अघि बढेको प्रेम यतिबेला डिजिटल संसारमा हुर्किरहेको छ । जसलाई सामाजिक सञ्जालले पोषण दिइरहेको छ । फेसबुक, ट्वीटर, भाइबर, ह्वाट्सएपलगायतका सामाजिक संजालमा मन परेको मान्छेलाई आफ्नो भावना व्यक्त गर्न मिनेट लाग्दैन ।

इन्टरनेटको आगमनसँगै प्रेम अभिव्यक्तिको तरिकामात्रै होइन, जीवनसाथी छनोटको तरिका पनि फेरिएको छ । सामाजिक सञ्जालमार्फत आफूलाई मन परेको मान्छे रोज्दै उनीहरूसँग जीवन बिताउन राजी हुनेको संख्या दिनानुदिन बढिरहेको छ । आफूलाई मन परेको मान्छेको पृष्ठभूमि उसले सामाजिक सञ्जालमा व्यक्त गरेका भावनाहरूबाट अनुगमन गर्न सकिन्छ ।

क्रिकेटर सोमपाल कामीको प्रेममा फेसबुक माध्यम बनेको थियो । एक पटकमात्र भेट भएका सोमपाल र प्रतिभा घिमिरेले फेसबुकमा आफ्ना भावना साट्दै गए । फेसबुकमा कुरा गर्दै जाँदा सोमपालले 'तिमी मेरा लागि अरूभन्दा फरक छौं' भन्दै प्रेम प्रस्ताव राखे । केही समयपछि प्रतिभाले उनको प्रस्ताव स्वीकार गरिन् । ४ वर्षको प्रेम सम्बन्धपछि उनीहरूले माघमा विवाह गरे । 'फेसबुकमा चिनजान भएपछि हामी ह्वाट्सएपमा घन्टौं कुराकानी गर्न थाल्यौं' सोमपाल भन्छन्, 'कतिबेला एकअर्काको प्रेममा पर्यौं थाहै भएन ।'

निर्देशक निश्चल बस्नेत र नायिका स्वस्तिमा खड्काको जोडी पनि सामाजिक सञ्जालमार्फत बाँधिएको हो । फेसबुकमार्फत कुराकानी थालेको यो

जोडी कतिबेला एकअर्काको प्रेममा पर्‍यो पत्तै भएन ।

फुटबलर असिमजंग कार्की र पौडी सुन्दरी सोनिरा विष्टको प्रेम फोन हुँदै सामाजिक सञ्जालमा फक्रिएको हो । खेलकुदका क्रममा सामान्य देखभेट र कुराकानी गरेको यो जोडी सामाजिक सञ्जालमार्फत निकट भयो । असिमले सोनिरालाई फेसबुकमार्फत प्रेम प्रस्ताव राखेका थिए ।

फेसबुकमार्फत नै जीवनसाथी भेटेका दाङका प्रकाश शर्मा यसले एकअर्कालाई बुझ्न सघाउ पुर्‍याउने बताउँछन् । कुखुरापालन व्यवसायमा व्यस्त उनले घरबाट बिहेका लागि दबाब आइरहेको समयमा फेसबुकमा भेटिएकी सुशीला भट्टराईसँग सम्बन्ध अघि बढाए र विवाह गरे ।

पोखराका व्यवसायी बादल बस्नेत र चितवनकी इन्दिरा तिमिल्सिनाको तीन वर्ष अगाडि ट्विटरमा चिनजान भएको हो । बादलले लेख्ने गजल र मुक्तक इन्द्रिरालाई मन पर्दो रहेछ । बादललाई भने उनका हरेक ट्विटहरु । बादल भन्छन्, 'हाम्रो रुचि मिलेपछि ट्विटरमै भावनाहरू साटासाट गर्न थाल्यौं । कुरा हुँदै जाँदा एक दिन उनले मलाई प्रेम प्रस्ताव राखिन् । मैले तत्कालै उनको प्रस्ताव स्वीकार गरिनँ । सामाजिक सञ्जालको प्रेम सफल होला वा नहोला भन्ने दुविधा थियो । पछि विश्वास बढ्दै गयो । हामी एकअर्काको प्रेममा पर्‍यौं र परिवारसँग सहमति गरेर विवाह गर्‍यौं ।'

पछिल्लो समय डेटिङ एप प्रयोग गरेर माया-पिरती गाँस्नेहरूको संख्या पनि उत्तिकै छ । एपमार्फत सम्पर्क गरेर एक-अर्कासँग भेटघाट गर्ने, मन परेको खण्डमा प्रेम र विवाहसम्म पुग्ने प्रचलन बढ्दो छ । जसका लागि टिन्डर, टनटन, हयापेन, बडूजस्ता डेटिङ एपहरू प्रयोग हुने गरेको छ ।

पोखराका आकार केसी टिन्डर एपका प्रयोगकर्ता हुन् । विगत ७ महिनादेखि एपको प्रयोग गर्दै आएका उनी भन्छन्- 'यस अवधिमा ४ जनासँग भेट भयो । एक जनासँग त प्रेममा पनि परें । तर, अहिले उसँग ब्रेकअप भइसकेको छ ।' यस्ता एपमा नेपालीभन्दा बढी विदेशीहरू भेटिने उनको अनुभव छ । हाल एक विदेशी युवतीसँग प्रेमिल च्याटिङ गरिरहेको उनी बताउँछन् ।

पछिल्लो समय एरेन्ज म्यारिज गर्नेहरूले पनि सामाजिक सञ्जालमा प्रोफाइल निकालेपछि मात्र बिहे गर्ने वा नगर्ने निर्णय लिन थालेका छन् । सामाजिक सञ्जालमा व्यक्तिको काम, उसको व्यक्तित्व र पारिवारिक पृष्ठभूमि झल्कने हुँदा सम्बन्धका लागि पात्र छनोट सजिलो भएको समाजशास्त्री निर्मला ढकाल बताउँछिन् । उनी भन्छिन्, 'सामाजिक सञ्जाल अहिले चौतारीजस्तो भएको छ, स्कुल-कलेजजस्तो भएको छ । त्यही भीडबाट आफूलाई मन परेको मान्छे छनोट हुन थालेको छ ।'

तस्बिर : सटरस्टक

डिजिटल प्रेमले अन्तरदेशीय प्रेमलाई पनि बढाएको छ । सामाजिक सञ्जालमार्फत विदेशीसँग प्रेममा पर्ने नेपालीको संख्या बढ्दो छ । बाराको कोल्हवी-४ हनुमानगन्जका प्रवीण तामाङ र इटालीकी फ्रेन्सिस्का इग्नरालाई सामाजिक सञ्जालले जोडेको हो । सामाजिक सञ्जाल फेसबुकमार्फत नजिकिएका उनीहरूले आफ्नो सम्बन्धलाई बिहेमा परिणत गरे । फ्रेन्सिस्का प्रवीणसँग यसरी निकट भइन् कि प्रेमको अस्तित्व जोगाउन उनी इटाली छाडेर नेपाल आइन् । उनीहरूले जिल्ला प्रशासन कार्यालय बारामा कानुनी विवाह गरे ।

> पछिल्लो समय डेटिङ एप प्रयोग गरेर माया-पिरती गाँस्नेहरूको संख्या पनि उत्तिकै छ । एपमार्फत प्रेम र विवाहसम्म पुग्ने प्रचलन बढ्दो छ ।

मेलम्ची खानेपानी आयोजनाका ठेकेदार रवीन्द्र अर्याल र इटालियन कम्पनी सीएमसीकी जनसम्पर्क प्रबन्धक फेडेरिका रिकाडोन्नाको ६ वर्षअघि भेट भयो । 'चिनजान र भेटघाटपछि हामी निरन्तर फोन सम्पर्क र ह्वाट्सअपमा कुराकानी गर्न थाल्यौं' फेडेरिका भन्छिन्, 'घण्टौंसम्म निरन्तर हुने कुराकानी, सेयरिङ, केयरिङले हामीलाई जोड्यो ।' दुई वर्षको लिभिङ टुगेदरपछि उनीहरू दुई वर्षअघि विवाह बन्धनमा बाँधिए ।

गत वर्ष बागलुङका युवा सुदीन आचार्य र पाकिस्तानी युवती आम्रा सफिकको बिहेले निकै चर्चा पायो । फरक भूगोलमात्र नभएर फरक धर्म (हिन्दु-मुस्लिम) भएका यी दुईको जोडीको प्रेम सामाजिक सञ्जालमार्फत झाँगिएको थियो । परिचय हुँदै सुदीनसँग प्रेम सम्बन्धमा बाँधिएकी आम्रा नेपाली भाषा सिकेर बिहेका लागि बागलुङ आएकी थिइन् ।

पत्रकार निशा राई र अमेरिकी मुलका याकप कसेलको प्रेम पनि चिनचान हुँदै सामाजिक सञ्जालमार्फत फक्रिएको हो । यो जोडीले एकअर्कालाई प्रेम गरे पनि प्रेम प्रस्तावविना नै बिहे गरेको थियो ।

सामाजिक सञ्जालमा व्यक्तिको चरित्र प्रस्टिन्छ

नारायणी देवकोटा
समाजशास्त्री

सामाजिक सञ्जालले मानिसको हरेक पक्षसँग साक्षात्कार गराउँछ । कसैको व्यक्तित्व, दृष्टिकोण, धारणा बुझ्न सहयोग गर्छ । उसको चरित्र कस्तो छ भन्ने कुरा उसले गरेका पोस्टहरूबाट विश्लेषण गर्न सकिन्छ । त्यसकै आधारमा आफूलाई मन पर्ने मान्छे छनोट गर्ने हो । यसबाटै पहिले अफेयर थियो कि थिएन, विवाहित हो कि होइन, पारिवारीक पृष्ठभूमि कस्तो छ भन्ने कुरा बुझ्न सघाउ पुग्छ ।

हामी सामाजिक सञ्जालमा भएको प्रेमले अपराध बढायो भन्ने कुरा सुन्छौं । तर, अपराध त समाजमा पहिल्यैदेखि थियो । यसमा प्रयोगकर्ता पनि सचेत हुनुपर्छ । कफी शप, लाइब्रेरी होस् वा सामाजिक सञ्जालमा हुने प्रेम, कसैले व्यक्त गरेको धारणाका आधारमा उसँग लगाव हुने हो । त्यसैले विज्ञान तथा प्रविधिको विकाससँगै प्रेम गर्ने माध्यममा पनि परिवर्तन आउनु स्वाभाविक हो भन्ने मलाई लाग्छ ।

भर्चुअल संसारमा फास्टफुड प्रेम

प्रविधिको विकास र उपयोगले सबै खालका सामाजिक सम्बन्धमा प्रभाव पार्‍यो । खासमा, उत्पादनको क्षेत्रमै परिवर्तन भएको छ । विस्तारै मान्छे संयुक्तबाट एकलतिर, कृषिबाट गैरकृषितिर र सामाजिकबाट व्यक्तिगततर्फ गए ।

बढ्दो सहरीकरणको प्रभावले सम्बन्धमा पनि फेरबदल ल्याएको छ । पहिला व्यक्ति स्वतन्त्र थिएनन् । विस्तारै स्वतन्त्रता खोज्दै गए र प्राप्त गर्दै पनि गए । अहिले व्यक्ति सार्वभौम भएको छ । आफ्नो निर्णय आफैं गर्नसक्ने भएको छ । प्रेम अभिव्यक्तिको माध्यममा पनि परिवर्तन आयो । यी कुरालाई स्वभाविक रूपमा लिनुपर्छ । यद्यपि, अरूको नक्कल गर्ने हाम्रो प्रवृत्तिले सम्बन्धमा प्रभाव पारिरहेका छन् ।

अहिले व्याख्या गर्न गाह्रो कुरा नै रियल र भर्चुअल संसारबारे हो । हिजोको दिनमा भेटेरै प्रस्ताव राखिन्थ्यो । भेटेरै भावना साटिन्थ्यो, प्रेम हुन्थ्यो । तर, अहिले साइबर कुराकानीले भर्चुअल संसार खडा गरेको छ । एकले अर्कालाई भेट्नु र साइबर कुराकानी गर्नु फरक हो । यही रियल र भर्चुअल संसारबीचको खाडल जुन छ, यसले समस्या पनि निम्त्याएको छ ।

तर, अहिलेका परिवर्तनलाई सकारात्मक रूपमा पनि हेर्न सकिन्छ । मानिसको चेतनास्तर बढेको छ । हरेक व्यक्ति आफ्नो पार्टनर छान्न स्वतन्त्र छ । यदि, मन मिलेन भने छाड्न पनि स्वतन्त्र छ । यस्ता कुरामा हिजो परिवारको स्वीकृति पर्खनुपर्दथ्यो । यी राम्रा पक्ष हुन् ।

पछिल्लो समय डिभोर्सका घटनाहरू बढ्दो छन् । जब वैदेशिक यात्रामा मानिस पलायन हुन थाले, तब यस्ता घटनाहरू बढ्न थालेका हुन् । विदेशमा औसत बसाइ नै तीन चार वर्षको हुन्छ । यही समयको ग्यापले दम्पतीहरूबीच फाटो आउने डिभोर्स हुने क्रम बढ्छन् ।

अर्को हिसाबले अहिलेको प्रेम फास्टफुड प्रेम हो । प्रेम जीवनमा बजार ठूलो खेलाडी भएर निस्किएको छ । बजारले आम मानिसलाई कठपुतली बनाइरहेको छ । यतिबेला प्रेमी-प्रेमीकालाई भ्यालेन्टाइन लागेको छ । बजारले भ्यालेन्टाइनमा गुलाफ दिनु भनेको पवित्र कुरा हो भनेर बुझाइरहेको हुन्छ । किनकि, बजारले १० रुपैयाँको गुलाफ ५० रुपैयाँमा बेच्न पाउँछ । बजारले हामीलाई थाहै नदिई आइडिया र व्यवहारलाई आफ्नो अनुकूल बनाएको हुन्छ । बजारको संयन्त्र यसरी काम गर्छ कि उसको हितका लागि हामी बजारको पुर्जा बनिरहेका छौं । पुँजीवादले यस्तोसम्म बनाएको छ कि बिहान उठेदेखि बेलुकासम्म प्रेमी-प्रेमिका वा श्रीमान् श्रीमतीबीच आई लभ यु भनिरहनुपर्ने, उपहार वा फूल दिइरहनुपर्ने । यसरी बजारले आम मानिसबाट फाइदा उठाइरहेको छ ।

त्यसैले बजारको सिकार हुनबाट बच्नु आवश्यक छ । नयाँ पुस्ता अझ सचेत हुनुपर्छ । राम्रो कुरा स्वीकार र अनावश्यक कुरालाई बेवास्ता गर्दै पनि जानुपर्छ । स्वीकार गर्नुहुन्न भनेर परम्परातिर फर्कने पनि होइन । यसले हामीलाई कहीं पुर्‍याउँदैन । समयानुकूल चेतनाको विकास गर्दै लैजानुपर्छ ।

सुरेश ढकाल, मानवशास्त्री

भ्यालेन्टाइन दिवसलाई पनि विकृति नै हो भनेर पनि सोच्नुहुँदैन । युवा-युवतीलाई भ्यालेटाइन डे मनाउनै नदिने, पार्कमै बस्न नदिने गर्न हुन्न । यसलाई लोकतान्त्रिक माध्यमबाट सबैको हित हुने गरी सशक्तीकरणचाहिँ गर्नुपर्छ । त्यसका लागि सही शिक्षा नीति आवश्यक छ । युवामा राजनीतिक चेतना आवश्यक छ । राज्यका साथै संस्थागत प्रयास पनि जरुरी छ ।

आवरण

नेपाल-इटाली जोड्ने प्रेम

महेश तिमल्सिना

एक पूर्व छापामार ठिटो । सन् २०१४ को एक दिन एक हूल युवा लिएर तत्कालीन मेलम्ची खानेपानी आयोजनाको ठेकेदार इटालीयन कम्पनी सीएमसी द रेभेना अफिस पुग्छ । काम नदिएको झोकमा कम्पनी म्यानेजरसँग वादविवाद चल्छ । स्थानीयहरूले विवाद गर्न थालेपछि कम्पनीका आयोजना म्यानेजर समाधान खोज्ने जिम्मेवारी आफ्नो पब्लिक रिलेसन अफिसरलाई सुम्पिन्छन् ।

अफिसरलाई त्यो ठिटोसँग कुराकानी गर्न जति खुलदुली लाग्छ, त्योभन्दा धेरै कसरी डिल गर्ने भन्ने तनाव । ती पब्लिक रिलेसन अफिसर हुन्छिन्– फेडेरिका रिकाडोन्ना । पूर्व छापामार हुन्छन्– रवीन्द्र अर्याल ।

इटालीको तेन्त्रो सहरकी २८ वर्षीया फेडेरिका र सिन्धुपाल्चोक थकनीका त्यति नै वर्षका रवीन्द्रबीच दरबारमार्गको एक कफी सपमा पहिलो भेटको अवसर जुर्छ । रवीन्द्र र उनका स्थानीय साथीहरूको असन्तुष्टि समाधान गर्नका लागि फेडेरिकाले उनलाई दरबारमार्गको कफी सपमा बोलाउँछिन् । त्यही नै उनीहरूको पहिलो भेट हुन्छ ।

त्यो भेटमा समस्याकै विषयमा कुराकानी हुन्छ, कफी पिउँछन् र छुट्टिन्छन् । 'कामकै सिलसिलामा पहिलो भेट भएको हो,' रवीन्द्र सम्झन्छन्, 'सुरुमा त भनाभन पनि भयो ।' त्यही कारण कहिलेकाहीं त हप्तौंसम्म उनीहरूको बोलचालसमेत हुन्नथ्यो । स्थानीयको असन्तुष्टि लिएर रवीन्द्रले भेट्ने पहिलो व्यक्ति नै फेडेरिका बन्न थालिन् । त्यसले भेटघाटलाई नियमित बनायो ।

परिस्थितिले जोडेको सम्बन्ध

उनीहरू एक-अर्कासँग नबोली सुखै थिएन । नभेटी काम बन्दैनथ्यो । रोचक के भइदियो भने कामको सिलसिलामा हुने झगडाले उनीहरूलाई टाढा बनाउनुको साटो घनिष्ट बनायो । काठमाडौं र मेलम्ची अफिसमा उनीहरूको भेटघाट बाक्लिन थाल्यो । 'कामको सिलसिलामा अफिसमा भेटिन्थ्यो,' रवीन्द्र थप्छन्, 'अरू बेला काठमाडौंमा भेट्थ्यौं ।' सीएमसीको हेड अफिस दरबारमार्गमा थियो । हेड अफिसमा कामको सिलसिलामा आउने मौका पारेर उनी सुटुक्क फेडेरिकासँग आँखा जुधाइहाल्थे ।

इटाली र नेपालका संस्कृति धेरै हिसाबले मिल्दैनन्, हावापानी भने लगभग उस्तै छ । यी सबै कुरा त भन्ने कुरा न भए, तर मन मिलेपछि सबै कुरा तपसिलको बन्दो रहेछ । निरन्तर फोन सम्पर्क, ह्वाट्सएपमा दिनहुँ घण्टौंसम्म निरन्तर हुने कुराकानी, सेयरिङ र केयरिङले दुवै नजिक हुन थाले । 'बानी-व्यवहारले हामीलाई जोड्यो,' फेडेरिका थप्छिन् । एक-अर्कामा केयर गर्ने, खाना

> इटाली र नेपालका संस्कृति धेरै हिसाबले मिल्दैनन्, हावापानी भने लगभग उस्तै छ । यी सबै कुरा त भन्ने कुरा न भए, तर मन मिलेपछि सबै कुरा तपसिलको बन्दो रहेछ ।

खायो कि खाएन भनेर ख्याल गर्ने, एउटालाई सामान्य रुघाखोकी लाग्दा अर्कालाई चिन्ता हुनेजस्ता स-साना कुराले उनीहरूलाई निकट ल्याउन भूमिका खेले ।

एकअर्काको ख्याल, बाक्लिँदो भेटघाट र बढ्दो संवादले दुवैको सम्बन्धमा मधुरताको बीजारोपण भइदियो । त्यही मधुरता 'अन्तरदेशीय प्रेम'मा परिणत हुन धेरै समय लागेन । 'राम्रा-नराम्रा कुराको सेयरिङ जोसँग गरिन्छ, त्यहीँ प्रेम हुन्छ,'–अन्तरदेशीय यो जोडीको प्रेमबारेको बुझाइ छ । भेट भएको तीन महिनामै फेडेरिकाले रवीन्द्रलाई मन दिइन्, रवीन्द्रले फेडेरिकालाई मुटु दिए । मन र मुटु नै साटिसकेपछि अरू त के कुरा भए र ? प्रेम भएपछि उनीहरूका सबै कुरा बदलिए । उनीहरू पहिलो पटक नगरकोट डेट गए । दुवै अलग-अलग ठाउँमा डेरा लिएर बसिरहेका उनीहरू लिभिङ टुगेदरमा बस्न थाले । दुई वर्षसम्म लिभिङ टुगेदरमा बसेपछि विवाह गर्ने निर्णय लिए ।

फेडेरिकाको परिवारमा त इटालीदेखि नेपालमा हुने 'अन्तरदेशीय विवाह'का लागि कुनै रोकतोक थिएन, तर रवीन्द्रको परिवारमा भने सजिलै स्वीकार गर्ने वातावरण थिएन । 'दुई परिवारबीचको संस्कृति नै मिल्दैन भन्ने गुनासो परिवारको थियो,' रवीन्द्र सुनाउँछन् । तैपनि, उनले परिवारलाई सम्झाएर सन् २०१५ मा सिन्धुपाल्चोक जिल्ला अदालतमा कोर्ट म्यारिज गरे । त्यसपछि उनीहरू इटली हानिए, इटलीमा पनि उनीहरूको विवाह भयो, नजिककालाई पार्टी दिए, जसमा नेपालबाट रवीन्द्रका दाइ पनि पाहुनाका रूपमा सहभागी भए ।

अहिले भौगोलिक दूरीका अवरोधलाई छिचोल्दै विकसित उनीहरूको 'अन्तरदेशीय विवाह' सुमधुर चलिरहेको छ । बिहेपछि दुवै जना मिलेर गरिमा भोएज ट्राभल एन्ड टुर सञ्चालनमा ल्याएका छन् । त्यसमा फेडेरिकाले पब्लिक रिलेसन को-अर्डिनेसन गर्छिन् भने रवीन्द्र पर्यटनसँग सम्बन्धित काममा सक्रिय छन् । उनीहरूको बसोबास आधा नेपालमा र आधा इटालीमा हुन्छ ।

२०६० सालमा एसएलसी दिनुअघि नै रवीन्द्र जनयुद्धमा लागेका हुन् । माओवादी शान्ति प्रक्रियामा आएपछि उनले एसएलसी उत्तीर्ण गरे पनि पढाइलाई अगाडि बढाउन सकेनन् । फेडेरिकाले भने पादोबा युनिभर्सिटीबाट राजनीतिशास्त्रमा स्नातकोत्तर गरेकी छिन् । प्रेमलाई एकातर्फ र कामलाई अर्कातिर छुट्याएर यो जोडीले आफ्नो प्रेमविवाहलाई लयमा अगाडि बढाइरहेको छ । प्रत्यक्ष र जीवन्त संवाद उनीहरूको सुमधुर सम्बन्धको बलियो कडी हो ।

सानै किन नहोस्, अन्तरदेशीय विवाहबाट फाइदा लिन उनीहरू इटाली र नेपाल जोड्ने सेतु बन्न सक्रिय छन् । पर्यटन प्रवर्द्धनका कामहरू गर्छन् । दुई वर्षअघि इटालीको एउटा सहरमा नेपालको झन्डा राख्ने काममा उनीहरूले नै अगुवाइ गरेका थिए । तीन वर्षयता प्रत्येक वर्ष नेपालको समूह लिएर इटाली भ्रमण गराउँछन् । इटालीबाट नेपाल घुम्ने मानिसहरू लिएर आइरहेका हुन्छन् । पर्यटन प्रवर्द्धन र त्यसमा पनि होमस्टेमा उनीहरू केन्द्रित छन् । इटालियन ठेकेदार कम्पनी सीएमसी दी रेभेनाले मेलम्ची खानेपानी आयोजनासँग बीचमै नाता तोडे पनि नेपाल र इटालीबीच घर-माइतीको नाता जोड्ने पुलको काम यो जोडीले गरिरहेको छ ।

आवरण

तस्बिर : महेश प्रधान

पढ्दा-पढ्दै प्रेम

जनक तिमिल्सिना

छोटो केश भएकी, टम ब्वाइजस्ती अर्चना थापा। भीडमा देखिनेभन्दा अलग्गै शैलीका सन्जीव उप्रेती। झन्डै ३१ वर्षअघि पहिलो पटक त्रिभुवन विश्वविद्यालयको केन्द्रीय अंग्रेजी विभागको चौरमा भेटिन्छन्। त्यो भेटको कारण थिए सन्जीवका एक साथी।

सन्जीव स्नातकोत्तर पढ्न पहिलो पटक त्रिवि केन्द्रीय क्याम्पस छिर्दा उनका साथी एक वर्ष पहिलेदेखि नै त्यहीं पढ्थे। स्नातकोत्तर दोस्रो वर्षमा। साथीलाई खोज्ने क्रममा उनी चौरमा गफ गरिरहेका एक झुण्डमा पुग्छन्। त्यसैमध्येकी एक युवतीलाई उनी आफ्नो साथीबारे सोध्छन्। युवती उत्तर दिन्छिन्, 'उहाँ त हाम्रै क्लासमेट हो। यहीं कतै हुनुहोला।' उत्तर दिने युवती थिइन् अर्चना थापा।

भारतको आगरामा अध्ययन गरेर फर्किएकी २१ वर्षीया अर्चनाको त्यो छोटो संवाद र भेट नै दार्जिलिङ पढेर आएका २३ वर्षीय सन्जीवको मन चोर्न काफी बन्यो। अर्चनाको सामान्य शैली, आकर्षक मुस्कान र हल्का गहुँगोरो वर्ण सन्जीवलाई खुबै मन पर्‍यो। सन्जीव 'लभ एट फर्स्ट साइट'मा परे। अर्चनालाई उत्पात मन पराउन थाले। त्यतिबेला मनको भाव पोखिहाल्न अहिलेजस्तो सहज थिएन। सजिलै मनको भाव व्यक्त गर्ने न मोबाइल थियो, न त इन्टरनेटको साँघु नै। प्रेम प्रस्ताव राख्ने माध्यम कि त प्रेम पत्र हुन्थ्यो, कि बाटोमा ढुकेर बस्नुपर्थ्यो।

सन्जीवले अर्चनासँग पहिलो भेट भएको केही महिनामै प्रेम पत्र लेखे। यत्तिले मात्रै पुगेन, बाटोमा ढुकेर प्रत्यक्ष प्रेम प्रस्ताव पनि राखे। 'यी दुई बाहेक प्रेम व्यक्त गर्ने अर्को कुनै विकल्प थिएन, अहिलेजस्तो मोबाइल र फेसबुक थिएन,' २५ वर्ष त्रिविमा अंग्रेजी साहित्य प्राध्यापन गरेर स्वेच्छिक अवकाश लिएका यी प्रोफेसर सम्झन्छन्, 'अनि मैले दुवै विकल्प अपनाएँ। प्रेमपत्र लेखेँ, बाटो पनि ढुकेर बसेँ।' लेखक तथा प्रकाशक अर्चना त्यतिबेला सन्जीवभन्दा सिनियर क्लासमा थिइन्। त्यसमा सन्जीवले कुनै दकस मानेनन्।

अर्चनाले भने सन्जीवको प्रेम प्रस्ताव अस्वीकार गरिदिइन्। तर, अर्चनाका आँखामा भीडका अन्य युवाभन्दा फरक थिएन सन्जीव। त्यही भेउ पाएर पनि होला, अर्चनाको प्रेम प्राप्तिलाई लक्ष्य बनाएका उनी थाकेनन्। झन्डै एक वर्षको लगातार पछ्याएपछि अर्चनाले सन्जीवका लागि मनमा स्थान बनाइन्। सन्जीवको प्रेम प्रस्तावलाई स्वीकार गरिन्। अर्चनाले के कारण एक वर्षसम्म कुराइन् त ? अर्चना भन्छिन्, 'प्रेममा एउटा कमिटमेन्ट हुन्छ। प्रेमीसँग भेट्नुपर्‍यो, कहिलेकाहीं बाहिर घुम्न जानुपर्‍यो। तर म पढाइमै केन्द्रीत थिएँ, समय नै थिएन।'

स्नातकोत्तरसम्म अध्ययनको अवसर कमै महिलाले पाउँथे त्यो बेला। त्यसैले सन्जीवको प्रेम त्यसमा बाधा बनिदेला कि भन्ने चिन्ता थियो। उनलाई लाग्थ्यो– पढाइभन्दा यताउति गयो भने विवाह गर्नुपर्छ र स्नातकोत्तर गर्ने मेरो लक्ष्य अधुरै रहन्छ। विवाह गर्ने बित्तिकै आफ्ना केही साथीहरूले पढाइलाई अगाडि बढाउन नसकेको उनले देखेकी थिइन्। ती घरव्यवहारमा फसेका थिए। त्यही कारण अर्चनालाई प्रेम र विवाहसँग डर र अरुचि दुवै थियो।

तर, प्रेमलाई 'भीष्म प्रतिज्ञा' ठानेर हिँडिरहेका सन्जीवका अगाडि अर्चनाको त्यो डर धेरै दिन टिक्न सकेन्। असहज वातावरणलाई सहज बनाइदिने शैली, दुईबीच समान भावना र मिल्दा व्यवहारले अर्चनालाई अन्ततः प्रेम प्रस्तावको एक वर्षपछि सन्जीवको प्रेमिका बनायो। र, काठमाडौं–झापाको दूरीलाई मेटाइदियो।

प्रेममा परेपछि सन्जीव अर्चनाको घरमा आउ–जाउ गर्न थाले। त्यसले अर्चनाका अभिभावकसँग उनको चिनजान पनि बढ्यो। सन्जीव कतिसम्म हिम्मतिला निस्किए भने उनले अर्चनासँग भएको सहमतिअनुसार नै उनका बुवासँग आफूहरूले विवाह गर्न चाहेको बताए। 'म अर्चनालाई प्रेम गर्छु, उसँग विवाह गर्न चाहन्छु तपाईं के भन्नुहुन्छ भनेर सोधेँ,' सन्जीव भन्छन्, 'त्यसपछि उहाँले तपाईंको बुबाआमासँग पनि भेटघाट गर्नुपर्‍यो, कुराकानी गर्नुपर्‍यो भन्नुभयो।' उनले आफ्ना बुवालाई चिठ्ठी लेखेर काठमाडौं बोलाए।

थापा-उप्रेती विवाहलाई अन्तरजातीय नै मानिन्थ्यो। त्यसमा अर्चनाको घर पहिलेदेखि नै खुला थियो। उनकी दिदीको श्रेष्ठ परिवारसँग सहमतिमै धुमधामले विवाह भएको थियो। सन्जीवको घरमा पनि शिक्षित बुबाका कारण कुनै रोकटोक भएन। चार वर्षसम्म घरपरिवारसँग घुलमिल भइसकेका उनीहरूले २०४८ असार २० मा विवाह गरे। त्यसपछिका कयौं वर्ष बिते, उनीहरूको प्रेममा कुनै परिवर्तन आएको छैन।

सन्जीवमा कलेज पढ्दा अर्चनाप्रति जति अनुराग थियो, त्यस्तै छ। त्यो बेला विकसित सहचार्य दुवैका लागि उत्तिकै मधुर र मिठासपूर्ण छ। सम्बन्ध मिठास र मधुर बनाइरहने सूत्र के हो त ? दुवै एकसाथ भन्छन्, 'आदरभाव, एकअर्काको भावना बुझ्नु, अन्तक्रिया गर्नु र एकअर्कालाई सुन्नु नै हो।'

३० वर्षअघि जब त्रिवि कीर्तिपुरमा स्नातकोत्तर पढिरहेका सन्जीव र अर्चना प्रेमी थिए। अर्चनाले कतैबाट 'भ्यालेन्टाइन डे' भन्ने सुनेकी थिइन्, सन्जीवले भने सुनेकै थिएनन्। हुन त प्रेमलाई एक दिन, महिना वा हप्तामा सीमित गरिएको प्रति पनि यो जोडीको असन्तुष्टि छ। 'मेरा लागि त हरेक दिन भ्यालेन्टाइन डे हो,' सन्जीव भन्छन्।

त्यतिबेला अहिलेजस्तो महँगा उपहार दिने चलन थिएन, न त महँगा मल र क्याफेहरूमा डेट जाने नै। 'हामी कहिल्यै त्यस्तो डेट गएनौं। हाम्रो त घरमै भेट हुन्थ्यो,' अर्चना सुनाउँछिन्। सन्जीव पनि बुकहोलिक र अर्चना पनि उस्तै। उनीहरू धेरैजसो समय किताबहरूमै बहस गर्थे। उपहारमा दिने र लिने किताब नै हुन्थे। 'हाम्रो अर्कै खालको प्रेम थियो,' अर्चना थप्छिन्, 'बाहिर घुम्न जाने त्यति ठाउँ पनि थिएन।'

फेसबुकमा लभ रियाक्ट गरेकै बहानामा छुट्टिने खालको प्रेम देखिन्छ अहिले। उनीहरूबीच पनि विवाद नभएका होइनन्। सन्जीव सुनाउँछन्, 'कहिलेकाहीं विवाद हुने, नमिल्नेजस्ता कुराहरू स्वभाविक हुन्थे। अझै पनि बादविवाद हुन्छन् र त्यो प्रेममा स्वभाविक पनि हो। किनभने, प्रेमी–प्रेमीका आफैंमा बेग्ला-बेग्लै व्यक्ति हुन्।' समयक्रममा दुईबीच आउने परिवर्तन र उतारचढावलाई स्वीकार गरेर अगाडि बढ्ने परिपाटीमा आफ्नो प्रेम हुर्किएको उनी बताउँछन्।

अर्चनालाई त लाग्छ- जहाँ विवाद हुँदैन, त्यहाँ स्वतन्त्र रुपले आफ्नो कुरा भन्ने वातावरण हुँदैन। 'जब दुवैले बोल्ने अवसर पाउँछन् भने त्यहाँ सहमति र बिमतीका कुरा त आइहाल्छन् नि,' उनी भन्छिन्, 'एउटा पार्टनरले बोलिरहेको छ, उसको कुरामा अर्कोले सधैं सहमति मात्रै जनाउँदै आएको छ भने त्यो प्रेम होइन बाध्यता हो।' पितृसत्तात्मक समाजका कारण निर्णय गर्ने अधिकार पुरुषमै भएका कारण पनि यस्ता समस्याहरू निम्तिने उनीहरूको मत छ।

एकअर्काको चाहना बुझ्ने, एकले अर्कोलाई सुन्ने, समयसापेक्ष हुने परिवर्तनसँगै व्यवहारको मिलान गर्दै आपसी सम्मान कायम राख्न सके प्रेमसम्बन्ध दीर्घ हुनसक्छ भन्ने यो जोडीको बुझाइ छ। बुवा बोलिरहने र आमा सुनिरहने परम्परालाई परिवर्तन गरेर दुवै बोल्ने र दुवै सुन्ने अवस्था सिर्जना भएमा त्यसले सम्बन्धलाई बलियो र अर्थपूर्ण बनाउँछ भन्ने उनीहरूको निष्कर्ष हो। 'अर्चनाले सधैं मेरो हो मा हो थप्ने भए मेरो जीवन निरस हुन्थ्यो होला,' सन्जीव भन्छन्, 'मलाई लाग्छ मेरा कुरामा विमती रहे पनि आफ्ना कुरा प्रष्ट भनून्। दुवैको सहमति भएर मात्र कुनै निर्णय लिऊँ।' यसो हुँदा प्रेमले एकअर्कालाई सँगसँगै हुर्किन पनि मद्दत पुर्‍याउने उनी बताउँछन्।

उनीहरूलाई लाग्छ- अहिले प्रेम दिवस उपभोक्तावादी संस्कृतिको अभिन्न भाग बन्न पुगेको छ। सम्बन्धका आयामहरू फेरिएका छन्। सामन्तवादी युगमा महिलाहरूलाई प्रेममा आत्मनिर्णयको अधिकारको सम्भावना कमै थियो। पुँजीवादी युगमा युवा-युवतीहरूको प्रेमसम्बन्धमा आत्मनिर्णय गर्ने अधिकार बढेको छ। त्यो आफैंमा राम्रो कुरा हो। तर, समस्या के छ भने प्रेमसम्बन्धी आत्मनिर्णयलाई बजारले 'म्यानिपुलेट' गरिरहेको छ। जसले भावनात्मक पक्षलाई मारिरहेको छ।

त्यसैले उनीहरूको निष्कर्ष छ- प्रेम दिवसलाई प्रेमिल जोडीबीच समानताको दिवसका रूपमा मनाउँदा त्यसले युवापुस्ता र समग्र समाजमा थप प्रेममय बनाउँछ। प्रेममा न कुनै 'हाइरार्की' हुन्छ, न विभेद। न कोही ठूलो हुन्छ न कोही सानो। न कोही शक्तिशाली हुन्छ, न कोही शक्तिहीन। प्रेम बजारले निर्धारण गर्दैन। प्रेममा दुवै समान हुन्छन्। त्यही समानता नै अविरल प्रेमको कारण बन्न पुग्छ।

भ्यालेन्टाइन

मेरिना र साथीहरू

प्रेमिल धरान

■ प्रदीप मेन्याङ्बो

प्रेमलाई देख्न सकिन्न, आँखाले मापन गर्न पनि सकिन्न। त्यसैले प्रेमलाई सबैभन्दा मीठो अनूभुति मानिन्छ। प्रेमको अनभूति जसलाई पनि सुन्दर, सुखद, मुलायम र कुतकुती लाग्दो हुन्छ। प्रेम न कसैको आग्रहमा गरिन्छ, हुन्छ न कसैको दबाबले रोक्न सकिन्छ। यो आफैं हुन्छ। त्यसैले अधिकांश प्रेम संयोगका उपज हुन्छन्। धरानकी रेजिना याख्या त्यही संयोग कुरिरहेकी छिन्।

धरान-१३ अमरहाट बस्ने पूर्वकै एक्लो लेडिज डिजे रेजिना आफूलाई प्रेम गर्ने राजकुमार अहिलेसम्म नभेटिएको बताउँछिन्। उनी विन्दास युवतीमात्र होइनन्, आफूलाई कोमल मनकी धनी पनि मान्छिन्। उनको प्रस्तुति देखेका युवाले 'बोल्ड एन्ड ब्युटीफुल लेडिज डिजे' को ट्याग भिराइदिएका छन्। आधुनिक धरानको लाहुरे बस्तीमा हुर्केकी उनी मुस्कुराउँदै भन्छिन्, 'हालसम्म सिंगल छु। स्पेशल प्रेमी बनाउन बाँकी नै छ। कतै होलान् नि मलाई पनि कर्के नजरले चियाउँदै हेर्ने।'

गत महिना कोरियाको बुसानस्थित किम्हेमा आफ्नो दमदार प्रस्तुति पछि नेपाल आएर व्यस्त रहेकी रेजिना आफ्नो सपनाको राजकुमार भने हालसम्म नभेटिएको बताउँछिन्। नजिकका साथीहरुसँग डिजेइङ गरेर भ्यालेन्टाइन डेमा विन्दास अन्दाजमा रमाइलो गर्ने उनको योजना छ।

प्रेमको बजारमा युवायुवतीहरु आफूलाई सजाउन व्यस्त छन्। सरल हुँदाहुँदै पनि आधुनिकतासँगै प्रेम जटिल पनि बन्दै गएको बेला बास्तविक प्रेमको पहिचान गर्न गाह्रो भएको छ। तर, पनि मोडल मेरिना तुम्सा प्रणय दिवसलाई यादगार बनाउन उत्सुक छिन्। मिस नेपाल आइडल-२०१८ कि विजेता मेरिना कोरियोग्राफर र रेडियो जकी पनि हुन्। उनी भन्छिन्, 'यो समाजमा मान्छेलाई बाँच्न सिकाउने भनेकै प्रेमले हो। त्यसैले त प्रयण दिवसलाई यादगार बनाउन चाहेको हो।' आफ्नो व्यस्त कार्यतालिकालाई एक दिन भए पनि थाती राखेर प्रणय दिसवमा रमाइलो गर्ने मेरिनाले बताइन्। तर, कोसँग रमाइलो गर्ने हो, त्यो चाहिँ गोप्य नै राखिन्। फेसन पारखी भएकाले प्रणय दिवसका दिन फेसनेवल भएर आफ्नो प्रेमीलाई चकित पार्ने तयारीमा रहेकोचाहिँ उनले खुलाइन्।

गत डिसेम्बरमा मलेसिया र सिंगापुरमा सम्पन्न मिस लुमियर इन्टरनेसनल वर्ल्डमा मिस ग्लामरको उपाधि विजेता सिम्रन श्रेष्ठ प्रेमलाई सस्तो बनाउन नहुने तर्क गर्छिन्। आधुनिक पुस्ताका कतिपय लभर्सको प्रेम देखावटी र फिल्मी पाराको देखिएको उनको बुझाइ छ।

मायाले नै संसार थामेको कथन सुनाउने उनी भन्छिन्, 'भ्यालेन्टाइन डेलाई कतिपय लभर्सले आफ्नै तरिकाले सेलिब्रेट गर्छन् तर म चाहिँ आफ्नै लागि रोज किनेर परिवारसँगै सेलिब्रेट गर्छु। किनकी मलाई माया गर्ने प्रेमी छानिसकेको छैन। हेरौ भविष्यमा के हुन्छ।'

सिम्रन

मिस तिजको ताज जितेकी धरान-३ पुरानो बजारकी रोशनी गुरुङ पनि घरैमा साथीहरुसँग प्रयण दिवस मनाउने तयारीमा जुटेकी छिन्। उनले भनिन्, 'यस पटक प्रणय दिवस साथीहरुसँग घरैमा मनाउनु पर्ला।'

पाँच वर्षअघि प्रेम विवाह गरेका धरान-१८ चौकीबारी बस्ने युगल जोडीले आफ्नो नाम गोप्य राखिदिन अनुरोध गर्दै आफूहरुले हरेक दिन भ्यालेन्टाइन डे बनाइरहेको बताए। 'प्रेममा विश्वास, भरोशा, आशा भएकैले होला, हामी एकसाथ सोच्दा रहेछौं' जीवनमा बारम्बार दोहोरिएको प्रेमानूभूतिबारे खुल्दै पतिले भने, 'मेरी श्रीमतीले जे मलाई सुनाउँछिन् त्यो पूर्वाभास हुन्छ। पहिले-पहिले त हामी आफैं छक्क पर्थ्यौं।' उनीहरू भ्यालेन्टाइन डेलाई अझ प्रेमिल बनाउने योजना रहेको सुनाए।

डिजे रेजिना

पूर्वको स्वच्छ सफा र सुन्दर सहरका रूपमा चिनिएको पर्यटकीय धरानको सामाजिक सांस्कृतिक वातावरण खुला भएकाले नयाँ पुस्ताका युवा-युवतीहरु आफूलाई अलग देखाउन फेसन, मोडलिङ, म्युजिक जस्ता क्षेत्रमा स्थापित हुन चाहन्छन्। त्यसैले भ्यालेन्टाइन डे मनाउन तयार धरानका युवा-युवतीको अन्दाजलाई मध्यनजर गरेर बगरकोट, भेडेटार, फुश्रे पार्क र बजारका ठूला डिपार्टमेन्ट स्टोर, सपिङ कम्प्लेक्सहरुमा विषेश साज सज्जा छ।

सामाजिक सञ्जाल

ह्याप्पी भ्यालेन्टाइन डे

Madhu Raman Acharya@ MadhuRamanACH
जुन हिसाबले रोज, चकलेट, प्रपोज, टेडी, प्रमिस, किस हुँदै भ्यालेन्टान डे आउँछ भनिन्छ, त्यस हिसाबले त भ्यालेन्टाइन डेको भोलिपल्ट वेडिङ र पर्सिपल्ट डाइभोर्स डे हुनुपर्ने हो क्यार ! हल्का रमाइलो ।

Kabindra Koirala@ adhunikPOET
भ्यालेन्टाइन डे नजिकिँदैछ । सिंगल बसेको २४ वर्ष भो हजुर !

Thakur Psd Gajurel@T_ Gajurel
प्रथम : देवीलाई पुष्प अर्पण (रोज डे), द्वितीय : देवीसँग प्रार्थना (प्रपोज डे), तृतीय : देवीलाई मिष्ठान्न (चकलेट डे), चतुर्थ : देवीलाई भालुको बली (टेडी डे), पञ्चम : देवीसँग मनका कुरा (प्रमिस डे), षष्ठी : देवीलाई प्रसाद (किस डे), सप्तमी : देवीको साक्षात्कार/देवीको प्राप्ति (भ्यालेन्टाइन डे) (साभार)

Diprendra sedai@ DipendraSedai
भ्यालेन्टाइन डेसे मनाइँदैन, आफ्नो धर्म-संस्कृतिसँग जोडिएको शिवरात्रि मनाउने हो । त्यो बेलासम्म लभ पर्‍यो भने गर्लफ्रेन्डलाई बरु गाँजा तान्न लाउने हो ।

KhagendraRaj Sitaula@ PrithiviBichar
पूर्वको प्रेमदिवस हो सती पति महादेव पार्वती देव हो । प्रेमको अनुपम उदाहरण, पूर्वमा विवाह कहिल्यै प्रतिबन्ध थिएन । पश्चिममा प्रतिबन्धित विवाह गराउँदा मारिएका पुरेत सहित भ्यालेन्टाइन डे अर्थात् पुरेत सहित भ्यालेन्टाइन श्रद्धाञ्जली डे । शोक दिवस ।

Bir Mahara@BirMahara2
भ्यालेन्टाइन डेका लागि वन विभागबाट म्यासेज आएको छ, पढ्नुस् है । जति मायाप्रेम त्यो रूखमुनि बसेर तिमी एक-अर्कालाई गर्छौ, त्यत्तिकै मायाप्रेम त्यो रूखलाई पनि गर्ने गर । मन पर्‍यो मलाई ।

सुवास राणा@Subashrana55
मायाप्रेम गर्नकै लागि न त प्रपोज डे नै आउनुपर्छ, न त भ्यालेन्टाइन डे । प्रेमका परिभाषा अनेकौं छन् । हरेक मान्छेमा हरेक कोणबाट प्रेमको सुरुवात हुन्छ । त्यसका लागि भ्यालेन्टाइन डे कुर्नै पर्दैन । प्रेम एक-अर्काभित्रको महसुस हो, जसको सम्बन्ध फूलजस्तो सुन्दर रहनुपर्छ ।

बोधे थापा@Bodh_123
म भन्या सिंगल मान्छे हुँ गाइज । यस्ता जाबो भ्यालेन्टाइन डे त युट्युबको एड जसरी स्किप गर्दिन्छु ।

Suyukta@aashi432
यसपालिको भ्यालेन्टाइन सप्ताह सुरु भइसकेछ । भ्यालेन्टाइन डे आए के हुन्छ ? भौतिक गुलाबको त के अर्थ र ? गुलाबबारे लेखिएको सुन्दर पत्र आए पनि हुन्थ्यो ? जवाफ अवश्य लेख्नेछु । भावनाको गहिराइमा डुबेर लेखिएका लामा पत्र पढ्न खुब मज्जा लाग्छ ।

Milan Thapa Agree@ ThapaAgree
हाम्रा लागि त सधैं भ्यालेन्टाइन डे हो । कुकुर हो र सिजन कुरेर बस्न भन्नुहुन्छ उहाँ ।

बौला@AC_Kamal7
कुनै एक जमाना थियो, हरेक दिन भ्यालेन्टाइन डे थियो हाम्रो लागि ।

लामिछाने काजी@ KhimLamichhane
कविता : भ्यालेन्टाइन डे मनाउनै पर्दैन ! उपहार मलाई दिनु पर्दैन, म प्रेमको खेलाडी होइन । बस मनले सम्झी दुई शब्द कोरिदेऊ, चकलेट दिइरहनु पर्दैन । बस माया गरेको आभास दिलाऊ मलाई, प्रमिस वाचा केही खानु पर्दैन । सधैंभरि माया त्यसरी नै गर्दै जाऊ, तिमी जसरी वर्षौंदेखि गर्दै आइरहेकी छौ । हग डे, किस डे भन्दै प्रपोज गर्न मात्रै होइन भ्यालेन्टाइन डे मनाउनै पर्दैन ।

Bikram Sunar@ BikramS74660141
होली मात्रै आउन दे न, भ्यालेन्टाइन डेको रिस पनि त्यही दिन मोसो दलेर मेट्ने हो ।

KaWeE Baby@kavi_baniya
केटालाई फकाई-फकाई किस्ता-किस्तामा फूल दियो, चकलेट दियो, हग दियो, किस दियो । सबै लिएपछि केटीले सबथोक दिई । सबथोक लिएपछि केटाले फेरि एकै किस्तामा धोका दियो । यो भ्यालेन्टाइन डे होइन, भिरिङ्गी डे हो । नेपालमा भ्यालेन्टाइन डेको दिन साविकको दिनभन्दा ४ लाख बढी कन्डम बिक्री हुँदो रहेछ ।

Lekh Karki@Lekhkarki1
एउटा भाइलाई 'भ्यालेन्टाइन डेका लागि फ्लावर रेडी गर्‍यौ त भाइ ?' भनेको, 'हजुर दाइ, स्ट्बरी फ्लेवर रेडी गरेको छ' भन्यो । अचेलका मान्छेहरू कति सानै उमेरदेखि राम्रोसँग कान सुन्न छोडेका ।

Shaya@kharelrachanaa
पट्टिने बेलामा पट्टिनु छैन, अनि स्टाटस चैं हामीलाई त भ्यालेन्टाइन डेमा सुकेको पात दिनेवाला पनि कोइ छैनन् नभन हौ ।

राडुङ कान्छा@Bilson_Rai
भ्यालेन्टाइन डे मनाउने मान्छे प्रायः सबै विदेशीको श्रीमान्-श्रीमती मात्रै हुनेछन् । विश्वास लागेन भने भ्यालेन्टाइन डेको दिन चेक गरेर हेर, सबै जान्ने मात्रै हुन्छन् ।

मिस्टर परफेक्ट@ Mrperfect141414
२ सय अपरिचित विदेशी केटीलाई फलो गर्छु । अब मेरो भ्यालेन्टाइन डे अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको हुनेछ ।

आर्यपुत्र@beingccr
यो भ्यालेन्टाइन डेमा अलिकति हर्लिक्सको बट्टामा माया माग्न पर्चजस्तो छ ।

सज्जन चोर@sajjanchor
रोज डे, प्रपोज डे अनि भ्यालेन्टाइन डे भएपछि म्यारिज डे चैं नभई सकिने रै'छ यो प्रेमको सप्ताह । भनेपछि प्रेमदिवस विवाहसम्मका लागि हैन रै'छ भन्ने बुझियो । विनोद काका ।

एवार्ड

ओस्कारमा 'प्यारासाइट'

विश्वप्रसिद्ध चलचित्र एवार्ड 'ओस्कार'का ९२ औं संस्करण गत फेब्रुअरी ९ मा अमेरिकाको लसएन्जल्समा सम्पन्न भइसकेको छ। ओस्कार एवार्डको इतिहासमा यसपालि पहिलोपटक गैर-अंग्रेजी चलचित्र 'पारासाइट'ले 'उत्कृष्ट चलचित्र'को एवार्ड पायो। कोरियाली यो चलचित्र ओस्कारमा 'उत्कृष्ट चलचित्र'को एवार्ड जित्ने पहिलो चलचित्र पनि हो। अवार्डमा चलचित्र 'जोकर'का लागि जोओकिन फिनिक्सले 'उत्कृष्ट अभिनेता' र 'जुडी'का लागि रेने जेलवेगरले 'उत्कृष्ट अभिनेत्री'को एवार्ड जितिन्। हलिउडका अभिनेता ब्राड पिटले चलचित्र करियरको ३२ वर्ष पछि पहिलोपटक 'वान्स अपन टाइम इन हलिउड'का लागि 'सहअभिनेता'को एवार्ड उचाले।

चलचित्र 'जुडी'का लागि रेनेलाई 'उत्कृष्ट अभिनेत्री'को एवार्ड घोषणा भइरहँदा उनी निकै भावुक भएकी थिइन्। यो वर्षको 'बाफ्टा', 'क्रिटिक्स च्वाइस', 'गोल्डेन ग्लोब' र 'स्किन एक्टर्स गिल्ड एवार्ड'मा चलचित्र 'जुडी'कै लागि 'उत्कृष्ट अभिनेत्री'को एवार्ड जितिसकेकी रेनेका लागि 'ओस्कार एवार्ड' अझ महत्वपूर्ण थियो।

जूडी गारलेण्ड एक चर्चित अमेरिकन नायिका, गायिका र नृत्यांगना थिइन्। जसले ४ दशकभन्दा बढी समय हलिउडमा एकछत्र राज गरिन्। जूडी सन् १९६१ मा आफ्नो लाइभ रेकर्डिङ 'जुडी एट कार्नेगनी हल'का लागि 'ग्रामी एवार्ड' मा 'एल्बम अफ द इयर' पाउने पहिलो महिला गायिका हुन्। उनै जूडीको बायोपिक चलचित्र 'जूडी'मा शीर्ष भूमिकामा ज्वलन्त अभिनय गरेका कारण रेने ओस्कार एवार्डको बिजेता भइन्।

रेनेले यसअघि सन् २००३ मा पनि एक 'ओस्कार एवार्ड' जितिसकेकी छन्। तर, जूडीको बायोपिकबाट एवार्ड पाउनु उनका लागि फरक अनुभव रह्यो। दुई दशकभन्दा लामो करियरमा रेनेले सबै किसिमका उतारचढावलाई पार गर्दै कसरी स्टारडमको नयाँ इतिहास लेखिन् भन्ने कुरा निकै रोचक छ।

पत्रकारिताको अध्ययन गरेकी रेनेले पत्रकारितालाई नै करियर बनाउने सपना साचेकी थिइन्। तर, कलेजका दिनमा केही नाटकमा अभिनय गरेकी उनलाई त्यही अभिनयले पत्रकारितालाई करियर नबनाउने निर्णय लियो। उनको अभिनत्री यात्रा सहज भने थिएन।

रेनेका पिता तेल प्रशोधन व्यवसायमा थिए। तर, केही कारणले उनको जागिर गएको थियो। पिताको जागिर नरहेपछि उनको पढाईमा समस्या आयो। कलेजको शुल्क तिर्नकै लागि उनले एक रेस्टुरेन्टमा वेटरको काम सुरु गरिन्। उनी एक क्लबमा कक्कटेल सर्भ गर्ने काम गर्न थालिन्। त्यहाँबाट प्राप्त पारिश्रमिकले उनी कलेजको शुल्क तिर्थिन्। यहाँ काम गरिरहँदा उनले एक विज्ञापनमा काम गर्नका लागि स्कीन एक्टर्स गिल्ड कार्ड पनि पाइन्।

कलेजका पढाई पुरा गरपछि रेनेले सन् १९९२ मा साना ठूला चलचित्रमा काम गर्ने अवसर पाइन्। सन् १९९४ मा उनले एक हरर चलचित्रमा काम गरिन्। चलचित्र बक्स अफिसमा असफल भए पनि उनको कामले पत्रपत्रिकामा चर्चा पायो। सन् १९९६ मा 'जैरी मेग्वायर'मा एकल आमाको संघर्षशिल भूमिकामा अभिनय गरेपछि उनले स्टारडम पाइन्। चलचित्रमा उनको अपोजिटमा हलिउड स्टार टम क्रुज थिए। यो चलचित्रमा रेनेलाई स्टारडम दिलाउन टमको भूमिका महत्वपूर्ण थियो किनभने टमले नै रेनेको नाम सिफारिस गरेका थिए।

सन् २००१ मा उनले 'ब्रिजिट जोन्स डायरी' मा ह्यूग ग्रान्ट र कोलिन फर्थको अपोजिटमा अभिनय गर्ने ठूलो भूमिका पाइन्। यो चलचित्र बक्सअफिसमा हिट साबित भयो। तर यो चलचित्रमा रेनेलाई कास्ट गर्दा उनको निकै आलोचना भएको थियो। त्यो समयमा उनी निकै पातली थिइन् र चुरोट पनि पिउँदिन थिइन्। तर, चलचित्रको चरित्रमा उनले चुरोट पिउनु पर्ने थियो। त्यहीकारण उनले शरीरको तौल बढाइन्, अंग्रेजी सिकिन र हर्बल चुरोट पिउन पनि थालिन्। यो चलचित्रका लागि उनी 'गोल्डन ग्लोब', 'ओस्कार' 'बाफ्टा एवार्ड'को मनोनयनमा परिन्।

रेनेले चलचित्रमा अलग-अलग भूमिका निभाइन्। करियरले उचाइ लिइरहँदा उनले चलचित्रबाट ६ वर्षको ब्रेक लिइन्। उनको यो निर्णयले उनका फ्यान निराश भए। सन् २०१६ मा चलचित्र पुनरागमन गरेपछि उनको स्टारडमले नयाँ उचाइ लियो। चलचित्रका अलावा रेने सामाजिक काममा पनि सक्रिय छिन्। उनी कैयौं वर्षदेखि एचआइभी पीडितका लागि कार्यरत छिन्। उनी विश्वमै सर्वाधिक कमाई गर्ने अभिनेत्रीमा पनि पर्दछिन्।

अभिनेता ब्राड पिटको चलचित्र यात्रा पनि कम रोचक छैन्। ३२ वर्षको लामो करियरमा ब्राडले 'वन्स अपन ए टाइम इन हलिउड'मा गरेको उत्कृष्ट अभिनयका लागि 'सहअभिनेता' तर्फको पहिलो एवार्ड जिते। पत्रकारिताका विद्यार्थी ब्राड हलिउडका सफल कलाकारमा पर्छन्। तर, पनि उनको यो यात्रामा कैयौं उतारचढाव व्यहोर्नुपऱ्यो।

सन् १९६३ मा जन्मिएका ब्राडले हलिउडमा सन् १९८७ मा चलचित्र 'नो वे आउट'बाट डेब्यू गरे। उनले सन् १९८८ मा 'द डार्क साइड अफ सन' नामक चलचित्रमा प्रमुख भूमिकामा अभिनय गर्ने मौका पाए। ब्राडले सन् १९९१ मा चलचित्र 'थेल्मा एन्ड लुइस'बाट पहिचान पाए। यो चलचित्रपछि ब्राड हलिउडका निर्माताबीच नयाँ अभिनेताका रूपमा चर्चा पाए। सन १९९२ मा ठूलो बजेटको चलचित्र 'ए रिभर रन्स थ्रु इट'मा अभिनय गरेपछि उनले कहिल्यै पछाडि फर्कर हेर्नुपरेन।

सन् १९९५ मा रिलिज क्राइम थ्रिलर चलचित्र 'सेभेन'बाट ब्राड हलिउडमा छाए। यो चलचित्रमा गरेको अभिनयले सबैको मन जित्यो। उनको सबैभन्दा ठूला कमर्सियल हिट चलचित्रमा सन् २००१ मा रिलिज 'ओसियन्स इलेभेन' बन्यो। उनले 'ट्रोय', 'मिष्टर एण्ड मिसेस स्मिथ', 'वर्ल्ड वार जेट' जस्ता सफल चलचित्र दिए।

चलचित्रमा आफ्नो अभिनयका कारण दर्शकको मन जितेका ब्राटले निजी जीवनमा भने परिवाको दिल जित्न सकेनन्। सन् २००० मा ब्राडले जेनिफर एनिस्टनसँग विवाह गरे। यसअघि उनले सबै सहअभिनेत्रीहरूसँग रोमान्स गरे। तर, सन् २००५ मा जेनिफरसँगको सम्बन्धलाई औपचारिक रूपमै टुंग्याए। जेनिफरसँग छुट्टिनु अघि ब्राडको एन्जेलिना जोलीसँग नाम जोडिएको थियो। चलचित्र 'मिस्टर एण्ड मिसेस स्मिथ'को सुटिङमा सन् २००५ मा भेट भएको ९ वर्ष पछि अर्थात सन् २०१४ मा उनीहरूले विवाह गरे। उनीहरूको सम्वन्ध पनि सन् २०१६ मा टुंगियो।

ओस्कारमा चलचित्र 'जोकर'बाट 'उत्कृष्ट अभिनेता'को एवार्ड जितेका जोओकिनको हलिउडमा संघर्ष पनि उस्तै छ। जोओकिनले ४५ वर्षको उमेरमा स्टारडम र सम्मान पाइसकेका थिए। उनको यो स्टारडम आजको समयमा धेरैका लागि सपनाजस्तै हुन्छ। जोओकिनले बाल्यकालदेखि नै आर्थिक समस्या भ्केल्नुपरेको थियो।

जोओकिनको परिवारमा चार दाजुभाइ र बहिनी थिए। बिहान बेलुकाको छाक टार्न र आर्थिक समस्या सुल्भाउन चारै भाइबहिनी धेरै किसिमका काम गरे। उनले ट्यालेन्ट कन्टेस्टमा सहभागिता जनाउनदेखि लिएर गीत गाउने र वाद्यवादन बजाउने काम पनि गर। लसएन्जल्समा बसिहँदा उनकी आमाले एक एक रेडियो-टेलिभिजन नेटवर्कमा एक्जिक्युटिभ सेक्रेटरीका रूपमा काम शुरु गरिन्।

एकदिन उनको भेट आइरिस बर्टन नामका एक चिल्ड्रेन एजेन्टसँग भयो। उनी चलचित्र र शोका लागि बालबालिकाको कास्टिङ गर्दथे। आइरिसको नजर विज्ञापन र टेलिभिजन शोमा सानोतिनो भूमिकामा काम गरेर जीविकोपार्जन गर्दै आइरहेका फिनिक्स र उनका चार भाइबहिनीमा पऱ्यो। आठ वर्षको उमेरमा जाओकिनले आफ्नो भाइ रिवरका साथ 'सेवन ब्राइड्स फर सेवन ब्रदर्स' बाट 'डेब्यू' गरे। यसपछि उनले पछाडि फर्केर हेर्नुपरेन। बाल कलाकारका रूपमा स्टारडम हासिल गरेका जोओकिनले अभिनय छोड्ने निर्णय गरे।

अभिनय छोडेपछि जोओकिन पिताका साथ विभिन्न स्थानमा पुगे। यही यात्रामा उनको भाइको मृत्यु भयो। सन् १९९५ मा जोओकिनले दमदार कमव्याक गरे। कमब्याक गर्दा केही चलचित्र असफल भएपनि उनले हार मानेनन्। सन् २००० देखि २००५ को समयमा 'ग्लाण्डिएटर', 'कुलिस', 'बफेलो सोल्जर्स', 'इट्स अल अवाउट लभ', 'थ्रिलर साइन्स', 'द विलेज' र 'जोकर' ले उनलाई ठूलो सफलता दिलायो।

यी हुन् विजेता

बेस्ट पिक्चर: पारासाइट
बेस्ट एक्ट्रिस: रेने जेलवेगर(जूडी)
बेस्ट एक्टर्स: जोओकिन फोनिक्स(जोकर)
बेस्ट सपोर्टिङ एक्ट्रेस: लाउरा डेर्न(म्यारिज स्टोरी)
बेस्ट सपोर्टिङ एक्टर: ब्राड पिट(वान्स अपन ए टाइम इन हलिउड)
बेस्ट डिरेक्टर: बोङ जोन हु(पारासाइट)
बेस्ट ओरिजिनल स्क्रिनप्ले: बोङ जोन हु र हान जिन वुन(पारासाइट)
बेस्ट एडप्टेड स्क्रिनप्ले: जोजो रेबिट(टाइका वाइटिटी)
बेस्ट एनिमेटेड फिचर: टोय स्टोरी ४
बेस्ट डकुमेन्ट्री फिचर: अमेरिकन फ्याक्ट्री
बेस्ट इन्टरनेसनल फिचर: पारासाइ(दक्षिण कोरिया)
बेस्ट ओरिजिनल सङ: (आइ एम गोन्ना) लभ मी एगेन-रकेटमेन(इल्टन जोन एण्ड बर्नी टाउपिन)
बेस्ट ओरिजिनल स्कोर: जोकर-हिल्ड गुओनाडोटिर
बेस्ट सिनेमाटोग्राफी: १९१७- रोजर डिकिन्स
बेस्ट भिजुअल इफेक्ट्स: १९१७- गुइलाउमे रोचेरोन, ग्रिग बटलर एण्ड डोमिनिक टुहाइ
बेस्ट फिल्म इडिटिङ: फार्ड भी फेरारी-माइकल म्याकक्युसके एण्ड एन्ड्रिउ बकलेण्ड

स्रोत: एजेन्सी

समीक्षा

थितिले निम्त्याएको दुःखान्त

धनी र गरिबको वर्गसम्बन्धको सटिक बिम्ब हो- प्यारासाइट

सङ्गीत

एउटा श्रमजीवी परिवार चतुऱ्याइँ र छलनीति गर्दै कसरी धनी परिवारभित्र घुस्छ र आफ्ना अभावहरूको तुष्टि गर्छ भन्ने पूर्वकथा र दुईथरी श्रमजीवीहरूबीचकै झडपपछिको दुःखान्त हो, यसपालिको ओस्कर विजेता कोरियाली चलचित्र 'प्यारासाइट'। श्रमिक र कामदारहरूबिना धनीको जिन्दगी चल्दैन। धनीहरूको मजदुरी नगरी गरिबहरूको छाक टर्दैन। यो अहिलेको व्यवस्थाको सत्यकथा हो। यसैलाई चलचित्रको फ्रेमभित्र भनेका छन्, दक्षिण कोरियाली निर्देशक तथा सहलेखक बोङ जून होले। निर्देशक हो र उनको 'प्यारासाइट'ले पश्चिमा मिडिया र चलचित्र समीक्षकको ध्यान अघिल्लो वर्षदेखि खिचिसकेका थिए। यसपालि ओस्करको इतिहासमै पहिलोपटक गैरअंग्रेजी चलचित्रले अवार्ड जितेपछि भने 'प्यारासाइट'को चर्चा संसारभरि फैलियो।

गरिब किम परिवार र सम्भ्रान्त पार्क परिवारबीच सुरुमा खप्टिँदै गएको र अन्ततः त्रासदीमा पुगेको वर्गसम्बन्धको मर्मान्त प्रस्तुति छ, प्यारासाइटमा। अभावमा बाँचिरहेको किम परिवारका सदस्य धनी पार्क परिवारभित्र पालैपालो श्रमिक बनेर घुस्छन्। किमको छोरो कि वु सुरुमा विश्वविद्यालयका नक्कली कागज बनाउँछ र पार्कको छोराको ट्युसन शिक्षक बनेर पढाउन जान्छ। त्यसपछि क्रमशः आर्ट थेरापिस्ट बनेर उसकी दिदी पुग्छे। दिदीभाइ मिलेर ड्राइभरमा बाबुलाई र घरेलु कामदारमा आमालाई लग्छन्। पार्क परिवारभित्र रोजगार लिँदा उनीहरूले आपसी परिचय त लुकाउँछन् नै, त्यहाँ पुग्नका लागि गरेको चतुऱ्याइँ र पूर्वकर्मचारीलाई गलहत्याउन गरेको छलनीतिका पनि रोचक उपकथा छन्। कामदार खोजिरहेकी घरबेटीलाई 'द केयर' अफिसबाट भन्दै चिट गरिरहेकी किमकी छोरीले मोबाइल फोनमा भन्छे, 'सुरुमा तपाईंको कागजातहरूसहित आवेदन पठाउनुस्। नागरिकता र परिवारको दर्ताकार्ड पठाउनुस्। सम्पत्ति कति छ र आम्दानीको स्रोत के हो खुलाउनुस्।' पुँजीवादी राज्यव्यवस्थाले हरेक सर्वसाधरण नागरिकसँग सम्पूर्ण विवरणहरू मागेर, योग्यता खोजेर, सम्पत्ति दाँजेर मात्रै काम दिन्छ। किमकी छोरीको यो चिटिङले बिम्बात्मक रूपमा त्यही व्यवस्थामाथि व्यंग्य गर्छ।

वर्ग आर्थिक श्रेणीमा अभिव्यक्त हुन्छ तर त्यसको प्रतिबिम्बन दृश्यमा, रङमा र गन्धमा पनि हुन्छ। घरधनीको सानो छोराले समेत ड्राइभर बसेको किमको शरीरबाट आइरहेको गन्धमाथि टिप्पणी गर्छ। उसले किमकैजस्तो गन्ध घरहेरचाहमा बसेकी उसैकी श्रीमतीबाट पनि आइरहेको गुनासो गर्छ। उसकी आमा गाली गर्छिन्, 'के भन्छ यो ? जा माथि जेसिकासँग पढ्।' बालकले वर्गसत्य बोल्छ, 'जेसिकाको पनि त त्यस्तै गन्ध आउँछ !' सहरको फोहोरी इलाकातिर सडकैछेउ ठूलो घरको भुइँतलामुन्तिर खाँदिएर बस्ने चारजनाको त्यो परिवारले आफ्नो वास्तविकता लुकाउन अनेक अभिनय गर्छन्, तर त्यो छिप्दैन। हान्स एन्डरसनको कथाको बालकले झैं घरमुलीको छोराले सत्यको संकेत गरेको हुन्छ। कथाको घुम्ती त्यहाँ आइपुग्छ, जहाँ थाहा लाग्छ कि किम परिवारले जुन महिलालाई त्यसअघि घरेलु कामदारको भूमिकाबाट षडयन्त्रपूर्वक निकालेको थियो, उसले पनि ऋणका कारण तन्नम अवस्थामा पुगेपछि फरार भएको आफ्नो श्रीमान्लाई चार वर्षदेखि त्यही घरको अन्डरग्राउन्ड सुरुङमा लुकाएर राखेकी थिई। पार्क परिवार घुम्न गएको मौका पारेर ऊ आफ्नो श्रीमान् लिन आइपुग्छे। त्यतिबेलै किम परिवारले गरेको छलको पोल खुल्छ। फिल्मको उत्कर्ष यिनै दुई गरिब परिवारको आपसी द्वन्द्वमा पुगेर पटाक्षेप हुन्छ।

> “महानायक बेचिरहेको हलिउड दुनियाँभित्र ओस्करमार्फत् 'प्यारासाइट' पुरस्कृत हुनुका अनेक अर्थ र आयाम छन् । यो ओस्कर इतिहासमै उत्कृष्ट अवार्ड पाउने पहिलो गैरअंग्रेजी सिनेमा पनि हो ।

झट्ट हेर्दा देखिन्छ- उच्च वर्गको सम्पत्तिमाथि दुई श्रमिक परिवारबीच चलेको छिनाझपटी नै 'प्यारासाइट' मूलकथा हो। तर, दृश्यहरूमा जे देखिन्छन्, कथाको गूढार्थ त्यति मात्रै हो भन्न मिल्दैन। सरल रेखामा बहने प्यारासाइटको कहानी समाजको उपरीसंरचनाको प्रतिबिम्बन मात्रै हो, त्यसको आधारकथा वर्गभेदको जटिलतामा गुज्रिएको छ। सहरी दुनियाँको उच्च वर्ग र निम्न वर्गको सम्बन्ध कस्तो छ ? प्यारासाइटका अनेक दृश्यले अनेक पटक त्यही सिस्टम सम्झाइदिन्छन्। बंकरमा राखिएको श्रीमान् लिन आएकी पूर्वकामदार महिलाको संवादले लाखौं ज्यामीहरूको हालत बोल्छ, 'हामीसँग घर छैन, हामीसँग पैसा छैन, छ केवल ऋण', उसले भन्छे, 'चार चार वर्ष यहाँ लुकाउँदा पनि उनीहरूले हामीलाई छाडेनन्। अझै उसलाई खोजिरहेका छन्। हामीलाई जोगाइदेऊ, प्लिज।'

किम परिवार बारम्बार सपना, योजना र भविष्यबारे चिन्ता र चर्चा गरिरहन्छन्। पार्क परिवारको भव्य महलभित्र घुसिसकेपछि र पूर्वकामदारसँग द्वन्द्व उल्झेपछि छोरा की वु किमलाई सोध्छ, 'बा, योजना के छ अब ?'

'की वु तिमीलाई थाहा छ, कस्तो योजनामा कहिल्यै असफल भइँदैन ?'

छोरो बोल्दैन।

अनि बाउचाहिँ आफैं भन्छ, 'नो योजना !'

'जब तिमी कुनै योजना बनाउँछौ, जीवन त्यसअनुसार कहिल्यै चल्ने होइन', किम भन्छ, 'त्यसकारण मान्छेले योजना-स्योजना बनाउनु हुँदैन, योजना छैन भने केही पनि काम गलत हुन सक्दैन। चाहे कसैको ज्यान लिनु परोस्, चाहे देशलाई नै धोका दिनु परोस् ! योजनै नभएपछि के मतलब ?' श्रमजीवी परिवारले संकटबाट कसरी पार पाउने भन्ने योजना र प्रष्ट बाटो नदेखेपछि के गर्छ ? के भन्छ ? भन्छ, 'योजनै छैन भने असफल भइँदैन, केही काम पनि बेठीक हुँदैन।' यो संवादले नेपालको सहरी जीवनमा पछिल्लो समय बढ्दै गरेका घरभित्रका हिंसात्मक घटना सम्झाउँछ। सोमबार बिहान मात्रै ललितपुर, सानेपामा घरेलु कामदार बसेका विजय चौधरी र घरधनी मुना कार्कीको शव भेटिएको थियो। सानेपा हत्या प्रकरणको रहस्योद्घाटन हुन बाँकी छ, प्रहरीले भने कामदारले नै घरधनीको हत्या गरेर आफूले आत्महत्या गरेको भनेको छ। नेपालमा मध्यम र उच्च वर्गीय परिवारमा घरेलु-श्रमिक र घरधनीबीचको द्वन्द्व बेलाबेला सार्वजनिक हुने गरेको छ। एउटै संसारमा दुईथरी समय भोगिरहेको ठूलो दुनियाँ छ, प्यारासाइटमा देखिने एउटै घरभित्र दुईथरी जीवन बाँचिरहेका मानिसहरू त्यसैका बिम्बात्मक दृश्य मात्रै हुन्।

बुधबार 'नयाँ पत्रिका'मा छापिएको समाचार भन्छ- नेपालमा ५५ हजार बालबालिका अझै घरेलु मजदुर छन्। यो प्रकाशित तथ्यांक हो। तथ्यांकमा नअटेका अझै कति बालबालिका वा घरेलु मजदुरहरू होलान् ? ठूला कारखाना र निजी कर्पोरेट हाउसभित्र पनि असन्तुष्ट र आक्रोशित कति ज्यालादार मजदुर होलान् ? यो केही गरिब र केही धनीहरूको मात्रै माम्लो होइन, यो त समाजमा बढिरहेको हुने र नहुनेको द्वन्द्वको झिल्को मात्रै हो। प्यारासाइटको द्वन्द्वले हाम्रो समाजमा पनि बढ्दै गरेको क्रुरता सम्झाइदिन्छ, आङ जिरिङ्ग हुने गरी। संसारभरि नाफा खाने र ज्याला खाने दुई वर्गबीच जुन ठूलो खाडल छ, त्यो बढ्दै गइरहेको विभिन्न अध्ययनहरूले देखाएका छन्। कतै लोकतन्त्र पनि त्यही खाडलमा जाकिने त होइन ? प्यारासाइट हेरिसकेपछि दर्शकका मनमा यस्तो प्रश्न उठ्न सक्छ।

न्यूयोर्क टाइम्समा मिसेल गोल्डवर्गले 'प्यारासाइट' दर्शकहरूले रुचाउनुलाई पुँजीवादमा विश्वासको संकटका रूपमा अर्थ्याएकी छन्। 'ओस्करमा वर्ग-युद्ध' शीर्षकको लेखमा उनले थुप्रै मान्छे असमानतामा बाँच्नुपर्ने परिस्थितिलाई आधुनिक पुँजीवादको दुःस्वप्न भनेकी छन्। दार्शनिक कार्ल मार्क्सले १९औं शताब्दीमा जसलाई वर्गसंघर्ष भनेर विवेचना गरेका थिए, प्यारासाइटले त्यस्तै कथा भन्ने होइन। मार्क्स त भन्थे, वर्गसंघर्षका लागि वर्गचेतना चाहिन्छ, श्रमिक वर्गको संगठित हैसे चाहिन्छ। निर्देशक होले क्लासिक कम्युनिस्ट पार्टीहरूले पैरवी गर्ने वर्गसंघर्ष देखाएका होइनन्, तर सरल दृश्यभाषामा वर्गविभेदको पुँजीवादी कहानीको उनले गाढा चित्रण गरेका छन्। अनि आजको वर्गभेदले सिर्जिरहेको दर्दनाक परिवेशलाई दृश्यहरूमा उजिल्याएका छन्।

महानायक बेचिरहेको हलिउड दुनियाँभित्र ओस्करमार्फत् 'प्यारासाइट' पुरस्कृत हुनुका अनेक अर्थ र आयाम छन्। यो एसियाली निर्देशकको चलचित्र मात्रै होइन, ओस्कर इतिहासमै उत्कृष्ट अवार्ड पाउने पहिलो गैरअंग्रेजी चलचित्र पनि हो। यसको सबैभन्दा शक्तिशाली पाटो हलिउड-शैलीमा बढाइँचढाइँ पात्र-कल्पना नगर्नु नै हो। यसले कुनै नैतिकता सिकाउँदैन, निजी प्रतिस्पर्धालाई नै अन्तिम साधन भन्दैन, यसका बिम्बहरूले शक्तिशाली व्यक्तित्वहरूको अवतारी सन्देश दिँदैनन्। भनिन्छ- हलिउडको चमकधमकले बाँकी गैरअंग्रेजी र अश्वेत दुनियाँमा अँध्यारो फैलाइरहेको छ। 'प्यारासाइट'भन्दा डरलाग्दा कथाहरूले अफ्रिकादेखि एसियाका अगम बस्तीहरूसम्म मुख बाइरहेका छन्। एसियाका उदाउँदा आर्थिक तथा सामरिक बेल्टहरूका सिनेधर्मीहरूले पनि यतातिर सोच्दै होलान् कि ?

स्वास्थ्य

स्वस्थ मृगौला कसरी ?

तस्बिर : सटरस्टक

बदलिँदो जीवनशैली तथा खानपानका कारण अहिले धेरै मानिस मृगौलासम्बन्धी समस्याबाट ग्रस्त छन् । स्वस्थ जीवनशैली तथा खानपान अपनाए यसबाट सजिलै जोगिन सकिने शिक्षण अस्पतालकी मृगौला प्रत्यारोपण विशेषज्ञ डा. दिव्यासिंह शाह बताउँछिन् । हाम्रो शरीरलाई स्वस्थ तथा सक्रिय बनाउन मृगौलाले फिल्टरको काम गरी रगत सफा गर्छ तसर्थ यसलाई स्वस्थ राख्नु आवश्यक छ ।

पाचन क्रियाका बेला हाम्रो खानाबाट निस्कने सूक्ष्म खराब तत्व मृगौलामा जम्मा हुन्छ र पिसाबको माध्यमबाट शरीर बाहिर निस्कन्छ । मृगौलाले रातो रक्तकोशिका निर्माण गर्नुका साथै रगत सफा राख्न सहयोग गर्छ । यसले भिटामिन डी निर्माण गर्नुका अतिरिक्त हड्डी बलियो बनाउने काम पनि गर्छ ।

कसरी स्वस्थ राख्ने ?

पानी प्रशस्त मात्रामा पिउनुपर्छ : मृगौला स्वस्थ राख्न पर्याप्त मात्रामा पानी पिउनुपर्छ । स्वस्थ मानिसले दिनभरमा ४ लिटर पानी पिउनुपर्छ । पानीले शरीरमा भएको खराब तत्त्व पिसाबको माध्यमबाट बाहिर निकाल्छ भने पाचनतन्त्रको कार्यप्रणाली पनि दुरुस्त राख्छ ।

सन्तुलित आहार

खानामा चिनी तथा नुनको मात्रा आवश्यकभन्दा बढी भए मृगौलामा क्षति पुग्छ । यी दुवै चिज बढी प्रयोग गर्दा मृगौलाको कार्यक्षमता ह्रास हुन्छ । त्यसैले मिठाई, चकलेट, केक, पेस्ट्री, अचार, पापडजस्ता चीजको सेवन सीमित मात्रामा गर्नुपर्छ । धूमपान तथा मद्यपानबाट अलग रहनुपर्छ किनभने यसले कलेजोका साथै मृगौलालाई पनि नोक्सान पुर्‍याउँछ ।

मृगौलाका सम्बन्धमा

- स्वस्थ मानिसका दुवै मृगौलाले संयुक्त रूपमा प्रतिमिनेट १ सय देखि १ सय ३० मिलिलिटरसम्म रगत छान्ने काम गर्दछ ।
- कुनै औषधि सेवन नगरेका सामान्य स्वस्थ मानिसको पिसाब रंगहीन हुनुपर्छ र हरेक तीन घण्टाको फरकमा पिसाब बाहिर निस्कनुपर्छ ।
- रोकिँदै, थोरै वा पटक-पटक पिसाब आउने र पोल्ने तथा खुट्टा सुन्निने भएमा मृगौला खराब भएको हुनसक्छ ।
- मधुमेह तथा उच्च रक्तचापका बिरामीले चिनी तथा नुनको सेवन ठिक्क मात्रामा गर्नुपर्छ । यसका रोगी तथा अन्यले पनि वर्षमा एकपटक किड्नी फङ्सन टेस्ट गराउनुपर्छ ।

मृगौला रोगीले के खाने ?

मृगौला रोगमा खाना व्यवस्थापन गर्दा बिरामीको खाना खाने बानी, भौगोलिक अवस्था, आर्थिक अवस्था, तौल, लिंग, बिरामीले गर्ने काम, मृगौला रोग कुन अवस्थाको छ (जस्तो कि मृगौलाको पत्थरी, मृगौलामा पानीका फोकाहरू हुनु, पिसाबको संक्रमण भइरहने, युरिक एसिड आदि) लाई ध्यानमा राखेर खानाको व्यवस्थापन गर्नुपर्छ ।

मृगौला रोगमा खानाको साथै औषधी पनि एउटै समयमा तोकिएको मात्रामा व्यवस्थापन गर्नुपर्छ । यसले गर्दा मृगौलाको कार्यक्षमतामा कमी हुन पाउँदैन । पोषणको स्थितिलाई सन्तुलनमा राखी कुपोषण हुनबाट जोगाउन सकिन्छ । सही तरिकाले खाना खाएन भने बिस्तारै शरीरका तन्तुहरू टुक्रन थाल्छन् । यसको नियन्त्रणका लागि निश्चित मात्रामा सन्तुलित भोजनको जरुरत पर्छ ।

शरीरलाई आवश्यक तत्त्वहरूको ठीक मात्रामा भएको खानालाई वा शरीरको आवश्यकता पूरा गर्न सक्ने विभिन्न किसिमका खानेकुराहरूको मिश्रणलाई सन्तुलित भोजन भनिन्छ ।

> “मृगौला रोगमा खानाको साथै औषधी पनि एउटै समयमा तोकिएको मात्रामा व्यवस्थापन गर्नुपर्छ । यसले गर्दा मृगौलाको कार्यक्षमतामा कमी हुन पाउँदैन ।

मृगौलाका बिरामीले के खाने ? के नखाने ?

संगीता लामिछाने
डाइटिसियन, राष्ट्रिय मृगौला उपचार केन्द्र

खान हुने :

चामल, गहुँ, फापर, कोदो, जौ, मकै, कर्नफ्लेक्स, सुजी, साबुदाना, चिउरा, भुजा, बिस्कुट, पास्ता, म्याकरोनी, पाउरोटी, कर्नफ्लोर ।

तरकारी : मेथीको साग, चाइनिज साग, सलाद, साग, चुकन्दर, लौका, घिरौला, स्कुस, काँक्रो, ग्याँठकोबी, चिचिन्डो, परबर, हरियो बकुल्ला, हरियो मटरकोसा ।

फलफूल : अम्बा, स्याउ, नास्पाती, मेवा, भुइँकटर, स्ट्रबेरी ।

दूध, दही : दूध र दूधबाट बनेका परिकारहरू तोकिएको मात्रामा । साथै चिकित्सकले तोकेबमोजिम पानी पिउनुपर्छ ।

खान नहुने :

- तामा, सिन्की, गुन्द्रुक, च्याउ ।
- पेय पदार्थ, जस्तै कोक, फ्यान्टा, फ्रुट जुस, बियर, रक्सी, चिया, कफी आदि ।
- प्याकेटका सुपहरू, पुराना तयारी अचारह,रू आल चिप्स, नुनिला बिस्कुट पापड, दालमोठ ।
- खाने मसलाहरू जस्तै– काजु, बदाम, नरिवल, ओखर, किसमिस, पेस्ता, अन्जिर आदि ।
- बेकरीका खानेकुराहरू ।
- अजिनोमोटो प्रयोग गरिएका खानेकुराहरू ।
- तारे भुटेका खानेकुराहरू जस्तै नमकिन, पुरी, समोसा ।
- हर्लिक्स, बर्नभिटा, भिभा ।
- रातो मासु जस्तै राँगा, खसी, बोका, सुँगुर, बंगुर ।
- भित्री मासु जस्तै कलेजो, फोक्सो, मुटु आदि ।
- चुरोट, सुर्ती, खैनी ।

इभेन्ट

भ्यालेन्टाइन डेमा कहाँ के हुँदैछ

आज १४ फेब्रुअरी अर्थात भ्यालेन्टाइन डे । माया गर्ने जोडीहरुका लागि एउटा विशेष दिन । भ्यालेन्टाइन डेको दिन प्रेमको प्रस्ताव राख्ने मात्र होइन मायामा रमाइरहेका जोडीहरुले पनि सेलिब्रेट गर्ने दिनका रुपमा परिचित छ । एक प्रकारको उत्सवकै रुपमा मनाइने यो दिनका लागि आज काठमाडौंसहित देशका प्रमुख सहरमा रमाइला कार्यक्रमहरु आयोजना गरिँदैछ । केही कार्यक्रमहरु यस्ता छन् :

अनिल सिंहको भ्यालेन्टाइन विशेष

भ्यालेन्टाइन डेको अवसर पारेर यही १४ फेब्रुअरी अर्थात फागुन २ गते काठमाडौंका दरबारमार्गस्थित लिक्युइड लाउन्ज एन्ड बारमा गायक अनिल सिंहले आफ्नो रोमान्टिक गीतहरू प्रस्तुत गर्ने भएका छन् । दरबारमार्थस्थित उडल्यान्ड कम्प्लेक्समा रहेको लिक्युइड लाउन्जमा लिक्युइड ब्यान्डकै संगीतकर्मीहरूको साथमा गायक अनिल सिंहले आफ्ना लोकप्रिय गीतहरू प्रस्तुत गर्न लागेका हुन् । 'भ्यालेन्टाइन्स स्पेशल : फिचरिङ अनिल सिंह' शीर्षकका कार्यक्रममा गायक सिंहले एक दर्जनभन्दा बढी लोकप्रिय गीतहरू प्रस्तुत गर्नेछन् । कार्यक्रममा गायिका सोना अमात्यले गायक सिंहलाई 'किङ एन्ड क्विन...' तथा 'प्रेम कथा...' शीर्षकका युगल गीतमा साथ दिनेछिन् । लिक्युइड ब्यान्डमा भने सोमिक मोक्तान (लिड गिटारिष्ट), पंकज झा (बास गिटारिष्ट), नील घतानी (किबोर्डिस्ट), किरण गौतम (ड्रमर) तथा प्रवीण सिंह ठकुरी (प्याडिस्ट) आबद्ध छन् ।

सिभिलमा लभ फेस्ट

आज शुक्रबार सुन्धारास्थित सिभिल मलमा लभ फेस्ट शीर्षकको रमाइलो कार्यक्रम आयोजना हुँदैछ । बिहान ११ बजेपछि प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रममा गायक सबिन राई र उनको ब्यान्ड द फाराोहले विशेष प्रस्तुति दिनेछ । र्‍याप गायक आशिष सचिन (लाउरे) को समेत प्रस्तुति रहने उक्त कार्यक्रममा गायक स्वप्न सुमन तथा डाइनामिक्स ब्यान्डले पनि आफ्नो प्रस्तुति दिनेछन् । कार्यक्रममा विभिन्न रमाइला खेलहरूसमेत आयोजना गरिने बताइएको छ ।

एलओडीमा ट्विन रेभ

ठमेलस्थित एलओडी (लड अफ द ड्रिङ्क्स) मा पनि आज साँझ भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रम आयोजना गरिँदैछ । लडको भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रममा सिंगापुरका डिजे जोडी रेभ रिपब्लिक आकर्षणको केन्द्रको रहने छन् ।

डेट विथ सुरजसिंह ठकुरी

भ्यालेन्टाइन डे कै दिन गैरीधारास्थित लस स्कोबारले 'अ डेट विथ सुरज सिंह ठकुरी' शीर्षकको कार्यक्रम आयोजना गर्दैछ । कार्यक्रममा कान्तिपुर टेलिभिजनका टेलिभिजनकर्मी ठकुरी विशेष अतिथिको रूपमा रहने छन् । कार्यक्रममा रसियन नृत्यांगनाहरूको विशेष प्रस्तुति रहनेछ भने शुभेक्षा राई कोइराला तथा रिवाज एस सुनुवारको गायन प्रस्तुति रहनेछ । कार्यक्रममा उत्तरार्द्धमा डिजे रुपेश तथा डिजे जीवानले लाइभ संगीतमार्फत उपस्थित सहभागीहरूलाई मध्यरातसम्म नचाउने छन् ।

द लफ्टमा मित्रता ब्यान्ड

नयाँ बानेश्वरस्थित द लफ्ट लाउन्ज एन्ड बारमा आज साँझ 'भ्यालेन्टाइन्स पार्टी नाइट' आयोजना हुँदैछ । कार्यक्रममा सांगीतिक समूह मित्रता ब्यान्डले आफ्नो सांगीतिक प्रस्तुत दिनेछ । साँझ साढे ६ बजेपछि प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रमको क्रममा बेस्ट कपल ड्रेस, बेस्ट कपल डान्स, कपल क्विज आदि विधामा विशेष उपहारको समेत व्यवस्था गरिएको छ ।

सिरामा क्यान्डल लाइट

लाजिम्पाटको सिइरा काठमाडौंमा आज साँझ 'क्यान्डललाइट भ्यालेन्टाइनस एट सिइरा' शीर्षकको कार्यक्रम आयोजना हुँदैछ । साँझ ७ बजेपछि प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रममा सांगीतिक समूह इनोभेटिट ब्यान्डले सांगीतिक प्रस्तुति दिनेछ । सांगीतिक प्रस्तुतिसँगै सिइराले क्यान्डल लाइट भ्यालेन्टाइन्स मेनूको समेत व्यवस्था गरेको छ ।

इम्पायरमा भ्यालेन्टाइन डे

गैरीधारास्थित रोयल इम्पायरमा रोमान्स इज इन द लक्जरी शीर्षकको भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रम आयोजना हुँदैछ । आज साँझ ७ बजेपछि प्रारम्भ हुने कार्यक्रममा क्यान्डल लाइट डिनरको साथमा सांगीतिक समूह रागमणिले सांगीतिक प्रस्तुति दिनेछ । यसबाहेक लाइभ डिजे म्युजिकमार्फत भ्यालेन्टाइन जोडीहरूलाई नचाउने कार्यक्रम पनि आयोजना हुनेछ ।

ह्यास ट्यागमा कुमा

दरबारमार्गको ह्यास ट्याग लाउञ्जमा पनि भ्यालेन्टाइन विशेष कार्यक्रम आयोजना गरिँदैछ । भ्वाइस अफ नेपालका कुमा सागरले उक्त लाउञ्जमा आफ्नो प्रस्तुति दिनेछन् । आज साँझ साढे ६ बजेपछि प्रारम्भ हुने उक्त कार्यक्रममा अन्य विविध सांगीतिक प्रस्तुतिसमेत रहनेछ ।

किङ्समा कमल खत्री

दरबारमार्गस्थित किङ्स लाउञ्जमा 'भ्यालेन्टाइन्स एट किङ' शीर्षकको भ्यालेन्टाइन डे विशेष कार्यक्रम आयोजना गरिँदैछ । कार्यक्रममा गायक कमल खत्री आकर्षणका रूपमा रहने छन् । कार्यक्रममा गायक खत्रीले आफ्नो रोमान्टिक गीत-संगीतमार्फत उपस्थित दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्नेछन् । गायक खत्रीलाई सांगीतिक समूह डुनामिक्स ब्यान्डले साथ दिनेछ ।

फोटो कन्टेस्ट

सर्वोत्कृष्ट बन्यो
शाही जोडीको भ्यालेन्टाइन फोटो

भ्यालेन्टाइन डेका सन्दर्भमा साप्ताहिकले सामाजिक सञ्जालमा आयोजना गरेको फोटो प्रतियोगितामा विष्णुविक्रम शाहीको जोडी प्रथम भएका छन् । साप्ताहिकको फेसबुक पेजबाट सञ्चालन गरिएको प्रतियोगितामा सुरज सिर्जना पोखरेल र अर्जुन खपाङ्गीको जोडीले क्रमशः दोस्रो र तेस्रो स्थान हासिल गरे ।

माघको तेस्रो साताबाट आह्वान गरिएको प्रतियोगितामा प्रतियोगीले पठाएको फोटोलाई साप्ताहिकको आधिकारीक फेसबुक पेजमा अपलोड गरेको तस्विरमा आएको लाइकलाई आधार बनाएर विजेता चयन गरिएको हो । २ सयको हाराहारी आएका प्रतियोगीलाई प्रतियोगितामा समावेश गरिएको थियो । यो प्रतियोगितामा सुरेन श्रेष्ठ र सविन ओझाको जोडीले चौथो र पाँचौं स्थान हात पारेका छन् । प्रतियोगितामा रोजिना बराल, अन्जु बराल, रञ्जन खरेल, कल्पना काफ्ले सुवेदी र सुमन शाक्यको जोडीले क्रमशः छैटौंदेखि दसौं स्थान हासिल गरेका छन् ।

प्रतियोगितामा पहिलो हुने जोडीले पोखरास्थित होटल क्राउन हिमालयमा २ रात ३ दिन बिताउन पाउनेछन् । दोस्रोदेखि पाँचौं हुने जोडीले वालनट बिस्ट्रो एन्ड ब्यांकेटमा लन्च वा डिनर गर्न सक्नेछन् । छैटौंदेखि दसौं स्थान प्राप्त गर्ने विजेतालाई निभियाका तर्फबाट गिफ्ट ह्याम्पर प्रदान गरिनेछ ।

यौन जिज्ञासा

डा. राजेन्द्र भद्रा

म २६ वर्षको अविवाहित पुरुष हुँ । विगत तीन वर्षदेखि मेरो लिंग उत्तेजित कम हुने र कडापन छिटो हराउने (Erectile Dysfunction) समस्या थियो । आजभन्दा साढे एक वर्षअगाडि हार्मोन चेक गराउँदा कम ३ सय ५० ng/dl पत्ता लाग्यो । डाक्टरको निर्देशनमा आयुर्वेदिक औषधि खाइयो । तर, फार्मेसीले डाक्टरको प्रेस्क्रिप्सनभन्दा बढी डोजको औषधिमा दिएछ, मलाई थाहा भएन । औषधि खाएको दुई-तीन महिनापछि हस्तमैथुन धेरै गरियो । त्यसपछि अण्डकोष सुन्निएको र दुखेको महसुस भयो । सात दिनपछि सेक्सोलोजिस्टलाइ देखाएँ र उहाँले Epidymitis भएको भनेर Antibiotic Azithromycin र हार्मोन बढाउने औषधि दिनुभयो । दुख्न र सुनिन कम भए पनि ठीक भएन । त्यसको एक महिनापछि Scortum को भिडियो एक्सरे गर्दा देब्रेतिर Epidymis र Spermatic Cord सुन्निएको देखियो । FNAC पनि नर्मल देखियो । फेरि औषधि खाएँ, ठीक भएन । नदुख्नका लागि डाक्टरको सिफारिसमा तीन महिनाजति Diclofenac SR -100 र हार्मोन बढाउने औषधि एक वर्षजति खाएँ, तर अझै ठिक भएको छैन । दुखाइ दाहिने अण्डकोषतिर सरेर अहिले गाँठो पनि परेको छ । अहिले कुनै औषधि खाएको छैन । वीर्य स्खलन हुँदा धेरै र नहुँदा कहिलेकाहीं अझै पनि त्यो भाग दुख्छ । र, स्खलन हुँदा शरीर पूरै गलेको र पाखुराको मासु फर्केको महसुस हुन्छ । भिटामिन बी-१२ को मात्रा पनि नर्मल छ । यी दुई समस्याबाट कसरी छुट्कारा पाइएला ? जानकारी पाए आभारी हुने थिएँ ।

M.KC

टेस्टोस्टेरोनको कमी

टेस्टोस्टेरोन हाम्रो यौनेच्छा सञ्चालनमा प्रमुख भूमिका खेल्ने हार्मोन हो । टेस्टेस्टेरोनको कमी हुँदा के-कस्ता लक्षण देखिन्छन् त ? व्यक्तिअनुसार टेस्टस्टेरोनको मात्रा फरक हुन्छ । यसमा थाइराइड ग्रन्थिको कार्य, प्रोटिनको स्थिति तथा अन्य कुराले प्रभाव पार्छ । टेस्टोस्टेरोन मात्रा १८-१९ वर्षको उमेरमा उच्च हुन्छ र त्यसपछि बिस्तारै कम हुँदै जान्छ । American Urological Association का अनुसार टेस्टेस्टेरोनको कमी (Testosterone Deficiency) मापन गर्न निम्न कुराहरूलाई आधार मानिन्छ :

- सम्पूर्ण टेस्टोस्टेरोनको मात्रा ३ सय ng/dl
- यसलाई निर्क्योल गर्न बिहान सबेरै दुई फरक-फरक दिनमा टेस्टोस्टेरोनको परीक्षण गरिएको हुनुपर्छ ।
- यसको निदानका लागि रगतमा टेस्टोस्टेरोनको मात्राको कमीका साथै व्यक्तिमा यसको कमीका लक्षण तथा चिह्नहरू हुनुपर्छ ।
- टेस्टोस्टेरोन कमीको लक्षण नभएको स्थितिमा पनि व्यक्तिमा कारण थाहा पाउन नसकिएको रक्तअल्पता, हाडको घनत्वमा कमी, केमोथेरापी भएको, अण्डकोषमा कुनै विकिरणको प्रभाव, एचआईभी/एड्स, लागूऔषधको लामो समयदेखि प्रयोग, पुरुष प्रजनन क्षमता नभएको स्थिति, पिट्युटरी ग्रन्थिको खराबी, स्टेरोइड औषधिका दीर्घ प्रयोग आदिको जानकारी प्राप्त गर्न वा परीक्षण गर्नुपर्छ ।

यहाँ हामीले टेस्टेस्टेरोनको कमी (Destosterone Deficiency) हुँदा लक्षण तथा चिह्नहरूलाई पनि विचार गर्नुपर्ने हुन्छ । यी शक्ति कम हुनु, थकाइ लाग्नु, बल कम भएको अनुभव हुनु, लामो समयसम्म शारीरिक मेहनत गर्न नसक्नु, मांसपेशी कम हुँदै जानु, पेट लाग्नु, चिडचिडापन हुनु, उदासीपन हुनु, लिंग उत्तेजित नहुनु वा लिंगलाई उत्तेजित अवस्थामा लामो समयसम्म राखिराख्न नसक्नु र यौन चाहनामा कमी हुनुजस्ता यसका लक्षण तथा चिह्नहरू हुन् । विचार गर्ने हो भने यी लक्षणहरू अन्य अवस्थामा पनि देखिने गर्छन् । कतिपय स्थितिमा शारीरिक कारण मात्र नभई मानसिक कारणले पनि यस्तो स्थिति आउने गर्छ । त्यसैले लक्षणका आधारमा नै निदान गर्न सकिने स्थिति नहुन सक्छ भन्ने कुरा हेक्का राख्नुपर्छ । लक्षणहरू र रगतमा यसको मात्रा ३ सय ng/dl हुनुलाई यसको आधार बनाइन्छ ।

टेस्टेस्टेरोनको कमीको उपचार

आशा गर्छु कि तपाईंले स्तरीय प्रयोगशालामा नै परीक्षण गराउनुभएको होला । दुई फरक बिहान रक्त नमुना लिएर स्तरीय विधि प्रयोग गरी नै परीक्षण गरिएको होला भन्ने आशा लिएको छु । तपाईंको टेस्टोस्टेरोनको मात्रा ३ सय ५० ng/dl भएको कुरा गर्नुभएको छ । मापदण्डका आधारमा तपाईंलाई कमी भएको भन्न नमिले पनि यसको मात्रा ३ सय ननरमी भन्दा केही बढी भएर लक्षण तथा चिह्नहरू देखिएको स्थितिमा चिकित्सकले उपचारका लागि हार्मोन दिने निर्णय गर्न सक्छन् । यता आधुनिक चिकित्सा पद्धतिअनुसार समस्याको निदान गर्ने र आयुर्वेदिक पद्धतिअनुसार उपचार गर्ने कुरामा तालमेल नमिलेजस्तो लाग्छ । सिफारिस गरिएको भन्दा फरक औषधि वा फरक मात्रा दिनु एक किसिमले अपराध नै हो ।

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

समाधानका लागि के गर्ने ?

तपाईंको सन्देशमा प्राप्त भएको जानकारीका आधारमा तपाईंको अण्डकोषमा नै नभए पनि नजिकै भएका Epididymis तथा Spermatic Cord मा खराबी देखिएको छ । त्यस्तो हुनुको कारण संक्रमण पनि हुन सक्छ । तपाईंले लिंग उत्तेजनामा समस्या भएको कुरा गरे पनि यौनसम्पर्क के-कस्तो थियो भनेर लेख्नुभएको भने छैन । यदि असुरक्षित यौनसम्पर्क भएको थियो भने केही यौनरोगको संक्रमणले पनि यस्तो गराएको हुन सक्छ । तपाईंले सेक्सोलोजिस्टबाट सल्लाह लिइसक्नुभएको स्थितिमा तपाईंको समस्याको सही निदान र समाधानका लागि मूत्ररोग विशेषज्ञ अनि चर्म तथा यौनरोग विशेषज्ञको सल्लाह लिनु बेस होला ।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला

(फलित ज्योतिष)

यो साता

फागुन २ गते
भ्यालेन्टाइन डे

फागुन ७ गते
प्रजातन्त्र दिवस

फागुन ९ गते
महाशिवरात्रि

मेष

प्रेमिकाको सहयोग तथा उत्प्रेरणाले उचाइमा पुग्दै प्रतिस्पर्धामा सफलता हात लाग्नेछ । तपाईंको क्षमताले उचित स्थान प्राप्त गरी पदोन्नतिको ढोका खोल्नेछ । विदेश भ्रमणको अवसर आइलाग्ने सम्भावना देखिन्छ । जोडी नम्बरको सवारी साधनले विशेष फाइदा पुऱ्याउन सक्छ । गणेशको आराधना गर्दा विघ्नहरू समाप्त हुनेछन् ।

वृष

विभिन्न परिकारमा रमाउँदै प्रेमिकासँग रसापान गरिनेछ । सानो लगानीबाट सोचेजस्तो मुनाफा हात पार्न सकिनेछ । महत्त्वपूर्ण कार्य सम्पन्न गर्दा ढिलो नगरी निर्णय दिनु उचित हुनेछ । अभिभावकको रुचिको ख्याल गर्न विलम्ब नगर्नुहोला । रोकिएका अवसरहरू फुक्का भई जिम्मेवारी वहन गर्नुपर्ने हुन सक्छ ।

मिथुन

नसोचेका साथीबाट विशेष उपहार आइलाग्न सक्छ । प्रतिस्पर्धीले आफ्नो त्रुटि औंल्याइदिँदा पुनः सोही कार्यमा समय खर्चिनुपर्ने हुन्छ । भौतिक साधन खरिद गर्ने साइत जुर्न सक्छ । सरोकार नभएका कार्यले फजुल खर्च बढाउने सम्भावना छ । असहयोग, पारिवारिक परिस्थितिबाट उम्कन अझ केही समय कुर्नुपर्ने हुन सक्छ ।

कर्कट

आर्थिक हैरानीले सताएको क्षणबाट उम्कन प्रेमिकाले सहयोग गर्नेछिन् । अध्ययनका निम्ति विदेश जाने अवसर प्राप्त हुन सक्छ । गुप्त शत्रुले छवि बिगार्ने षड्यन्त्र गरे पनि अभिभावकको सुझाव अवलम्बन गर्दा परास्त पार्न सकिनेछ । बुधबार र बिहीबार सतर्कतापूर्वक कार्य गर्नुहोला । स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुपर्नेछ ।

सिंह

रोजगारीका निम्ति निजी तथा सरकारी क्षेत्रमा प्रतिस्पर्धा गर्दा सहजै सफलता हात पर्नेछ । फरक ढंगले जीवनशैली निर्वाह गर्ने मनोवृत्ति विकसित हुन सक्छ । अभिभावकसँग मतभेद हुँदा मन खिन्न हुनेछ । आकस्मिक धार्मिक यात्रामा दान-पुण्य गर्न सहभागी भइनेछ । भोजभतेरमा अनिवार्य उपस्थित हुनुपर्ने बाध्यात्मक निमन्त्रणा आइलाग्नेछ ।

कन्या

आलोचनालाई सकारात्मक रूपमा लिन सके सहजै उचाइमा पुगिनेछ । ससाना त्रुटिले मर्यादामा चोट पुऱ्याउन सक्छन् । हेक्का राखी कार्य सम्पादन गर्नु उचित हुन्छ । मान्यजन तथा परिवारका सदस्यले तपाईंको लगनगाँठोको निर्धारण गर्ने सम्भावना छ, बिनाहिचकिचाहट स्विकार्नुहोला । नीलो रंगलाई प्राथमिकतामा राखे फाइदा हुनेछ ।

तुला

अतुलनीय उपलब्धि हात पार्न थप मेहनतको आवश्यकता पर्नेछ । मन पराउनेको सामु स्वाभाविक व्यवहार गर्दा नै उचाइमा पुगिनेछ । विदेश यात्राको सम्भावना टरेको छैन । साथीहरूसँग घुमफिर तथा गफगाफमा समय व्यतीत गर्दा प्रेमिका चिढिने सम्भावना छ । साताको अन्त्यमा रोजगारीको चिन्ताले पिरोल्न सक्छ ।

वृश्चिक

प्रेमी-प्रेमिकाबीचको खटपटमा मल्हम लगाउन सुनौलो रंगको उपहारको आवश्यकता पर्नेछ । हात लागेका अवसरलाई निरन्तरता दिन सके भविष्यको चिन्ता सहजै निर्मूल हुनेछ । चियोचर्चो गर्नेहरूसँग सावधानी अपनाउनुहोला । साताको अन्त्यमा सवारी साधन खरिद गर्न उत्सुक भइनेछ ।

धनु

यो साता मनोरञ्जनका क्रममा भेटिएका विपरीतलिंगी मित्रहरूले मन पराएको भावना व्यक्त गर्ने सम्भावना छ । साथीभाइहरूले सहयोग गर्ने तत्परता देखाउनेछन् । आफन्तबीचको भेटघाटले साता रमाइलोसँग बित्नेछ । पूर्व दिशातर्फको यात्रालाई प्राथमिक दिए नयाँ अवसर प्रशस्त भेटिनेछन् ।

मकर

विशेष उपहारका साथ प्रेम प्रस्ताव प्राप्त हुन सक्छ । प्रियजनसँगको भेटघाटले साता रमाइलो बनाउनेछ । मेहनतले जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउनुका साथै धेरैको मन लोभ्याउन सकिनेछ । आम्दानीको दिगो स्रोत फेला पर्नुका साथै सवारी साधन जोड्ने अवसर जुट्न सक्छ । अभिभावकलाई रिझाउने प्रयत्न गर्नुहोला ।

कुम्भ

प्रेमिका घुमघाम गर्न लालायित भएको अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै भ्रमणमा सहभागी भइनेछ । बोलीको प्रभावले नकरात्मक क्षण निम्त्याउन सक्छ, कम बोल्दा नै जस पाइनेछ । सामाजिक सरसफाइ तथा टोल सुधारको कार्यक्रममा समय खर्चनुपर्ने हुन्छ । सवारी साधन चलाउँदा संयमित रहनुहोला ।

मीन

सुनौलो रंगको पहिरनले कार्य सम्पन्न गर्न सहज महसुस हुनेछ । मन पराउनेले घुमाउरो भाषा प्रयोग गरी प्रेम प्रस्ताव राख्दा मुटुको धड्कन बढ्न सक्छ, संयमता अपनाउनुहोला । हेलचेक्र्याइँ गरी यात्रा गर्दा आर्थिक नोक्सानीको थप भार पर्नेछ । नयाँ कार्य सफल पार्न खर्च र मेहनतको जरुरत पर्नेछ ।

खेलकुद

तस्बिरहरू : हेमन्त श्रेष्ठ

शुसन र कुशलको उदय

■ हिमेशरत्न बज्राचार्य

नेपाली क्रिकेटका 'लेजेन्ड' हुन्, शक्ति गौचन। उनको धेरै इच्छामध्ये एउटा थियो, नेपालका लागि वान डे क्रिकेट खेल्ने। उनले त्यो इच्छा पूरा पनि गरे, नेदरल्यान्ड्सविरुद्धको सिरिजमा। लगत्तै उनले अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेटबाट संन्यास पनि लिए। यो त विश्व क्रिकेटका लागि आफैंमा एउटा अनौठो संयोग हो। डेब्युलगत्तै सन्यासको।

जति बेलादेखि नेपाली क्रिकेटले अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा तहल्का मच्चाउन सुरु गरेको थियो, त्यो समयका खेलाडी हुन्, बायाँहाते स्पिनर गौचन। उनकै दुई चेलाले नेपालका लागि वान डे क्रिकेटमा डेब्यु गरेपछि उनी फेरि चर्चा आएका छन्। आईसीसी क्रिकेट वर्ल्ड कप लिग-टुअन्तर्गतको त्रिकोणात्मक सिरिज भर्खरै सकिएको छ। त्यस सिरिजमा सबैको नजरमा पर्न सफल युवा खेलाडी हुन्- स्पिनर शुसन भारी, अनि अलराउन्डर कुशल मल्ल। शक्तिले खेलेको एक वर्षभन्दा बढी समयपछि उनकै चेला वान डे क्रिकेट खेल्ने भए। र, यो हो- नेपाली क्रिकेटमा सुरु भएको पुस्ता हस्तान्तरणको संकेत।

शक्तिले लगभग डेढ दशक सक्रिय खेलाडीका रूपमा नेपाली क्रिकेटमा बिताए। जति बेला खेलाडीका रूपमा

> आफ्नो प्रदर्शनलाई लिएर कुशल खुसी भने उत्तिकै थिए, तर त्यसलाई शब्दमा बयान गर्ने बानी भने उनले बनाइसकेका रहनेछन्। मिडियाको सामना गर्दा अधिकांश समय उनी हाँसेर नै बसे।

सक्रिय थिए, उनको प्रशिक्षकको जीवन पनि सुरु भइसकेको थियो, समानान्तर रूपमा। उनले आफ्नै घर भैरहवामा एकेडेमी स्थापना गरेको पनि लामै समय भइसकेको छ। अब त यस एकेडेमीबाट राम्रा खेलाडी निस्कने दिन पनि सुरु भइसकेको छ र यसको सबैभन्दा बलियो प्रमाण शुसन र कुशल हुन्। यी दुई युवा खेलाडीको बाक्लो चर्चा चल्दा शक्ति कसरी पो छुट्न सक्छन् र?

आफ्नो डेब्यु र अन्तिम दुवै खेलपछि उनले भनेका थिए, अब पालो नयाँ पुस्ताकै हो। हुन पनि अबको केही समयमा नेपाली क्रिकेट पूर्णतः नयाँ पुस्तामा जानेछ। उनीहरूको भूमिका तथा जिम्मेवारी उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुनेछ, नेपालको वान डे क्रिकेट टिमको मान्यतालाई टिकाइरहने। त्यसकै एउटा पाइलाका रूपमा रहेको छ, यो सिरिज। त्यसको पहिलो खेलमा नेपाल र ओमान भिडेका थिए र त्यसमा डेब्युको अवसर पाए शुसनले, अनि यसक्रममा उनले सबैको मन पनि जिते।

त्यो खेलमा नेपाल पराजित रह्यो, तर शुसनको खेलले धेरैको मन जित्यो। त्यस खेलमा ओमानले पहिले ब्याटिङ गरेको थियो र उनले पूरा १० ओभरमा १४ रन मात्र खर्चे र एक ओभर मेडन पनि राखे। यसक्रममा उनले तीन विकेट लिए। नेपाली बलमध्ये सबैभन्दा प्रभावशाली उनकै प्रदर्शन रह्यो। जहाँ करणले चार विकेट त लिए तर महँगा सावित भए, त्यहीं शुसनले निकै कन्जुस्याइँपूर्ण बलिङ प्रदर्शन गरे।

नेपालले प्रयोग गरेका छ बलरमध्ये उनी नै सबैभन्दा बढी किफायती रहे। पछि उनले ब्याटबाट नेपालका लागि ८ रनको योगदान दिए। यो उनका लागि स्वप्निल डेब्यु नै रह्यो। उनको यो प्रदर्शन कुनै अर्थमा संयोग मात्र थिएन। अमेरिकाविरुद्ध प्राप्त दोस्रो खेलको जितमा पनि शुसन बलबाट उत्तिकै चम्के। उनले १० ओभरमा फेरि एकपल्ट एक मेडन राखे र ४३ रन खर्चे। यसबीच उनी फेरि एकपल्ट आफ्नो स्लो लेफ्ट आर्म अर्थोडक्स बलिङको मद्दतले तीन विकेट लिन सफल रहे।

यही खेलमा कुशलले पनि डेब्युको अवसर पाए र पक्का अलराउन्डरको छवि प्रस्तुत गर्न सक्षम रहे। सुरुमा उनले ब्याटबाट ५० रन बनाए, त्यो पनि खालि ५१ रनमै। यसक्रममा उनी बने, नेपालका लागि सर्वाधिक कम उमेरमा अर्धशतक बनाउने ब्याट्सम्यान। त्यसमाथि उनी नेपालका लागि वान डे क्रिकेटमा डेब्यु गर्ने सबैभन्दा कान्छा खेलाडी पनि बने, १५ वर्ष ३ सय ४० दिनमा। यसअघि यो कीर्तिमान रोहितकुमार पौडेलको नाममा थियो।

कुशलले बनाएको त्यो अर्धशतक विशेष पनि रह्यो, किनभने जति बेला उनी क्रिकेटमा उत्रेका थिए, नेपालको स्थिति राम्रो थिएन। अझ दयनीय भन्दा हुन्छ। नेपालले ४९ रन मात्र बनाउँदा ५ विकेट गुमाइसकेको थियो। लागिरहेको थियो, नेपाल निकै कमजोर स्कोरमा सीमित हुनेछ, तर उनले अनुभवी विनोद भण्डारीसँग मिलेर ८४ रनको ठोस साझेदारी गरे। यसैको मद्दतले नेपालले १ सय ९० रनको स्कोर खडा गर्न सक्यो र यो नै अमेरिकामाथि नेपालको जितको आधार बन्यो।

पछि उनले अमेरिकाविरुद्ध बलिङ गर्दा पनि आफूलाई उत्तिकै प्रभावशाली सावित गरे। उनले पूरा १० ओभरको बलिङ अवसर पाए र त्यसमा एक विकेट पनि लिए। उनको डेब्यु पनि उत्तिकै स्वप्निल रह्यो। आफ्नो प्रदर्शनलाई लिएर कुशल खुसी भने उत्तिकै थिए, तर त्यसलाई शब्दमा बयान गर्ने बानी भने उनले बनाइसकेका रहनेछन्। मिडियाको सामना गर्दा अधिकांश समय उनी हाँसेर नै बसे। खासमा यो हाँसोमा उनको उमेर पनि लुकेको थियो।

बल्लतल्ल उनले भने, नेपालका लागि खेल्ने सपना थियो, अब त्यो पूरा भएको छ। अब भनिरहनु पर्दैन, यी दुई खेलाडीको प्रदर्शनमा सबैभन्दा खुसी कोही थिए भने ती उनै गुरु शक्ति थिए। नहुन् पनि किन र? यसबारे मिडियामा आएको उनको प्रतिक्रिया भने गज्जबले परिपक्व थियो। शक्तिका अनुसार शुसन र कुशलले प्राप्त गरेको यो अवसर केही दिन र वर्षको मेहनतले सम्भव भएको होइन। यसका लागि उनीहरूले लामो समय परिश्रम गरेका छन्। शुसनले त खेल्न थालेको पनि १२ वर्ष भयो, कुशलले क्रिकेटमा बिताएको समय भने त्यसको आधा।

खेलकुद

खेल होइन, झेल पनि हुन्छ

मारिया सारापोभा

ब्राजिलीयन टेनिस खेलाडी जाँओ डिसुजालाई गत शनिबार अन्तर्राष्ट्रिय टेनिस फेडेरेसनले आजीवन प्रतिबन्ध लगाउँदै २ करोड २६ लाख रुपैयाँ जरिवनाको घोषणा गऱ्यो । ३१ वर्षीय डिसुजाले सन् २०१५ देखि २०१९सम्म भएका एटिपी च्यालेन्ज र आईटीएफअन्तर्गत भएका प्रतियोगितामा मिलेमतो गरेको अभियोग लागेको थियो । छानबिनका क्रममा डिसुजाले प्रमाण नष्ट गरेको र अनुसन्धानमा सहयोग नगरेको पाइयो ।

यसरी खेलमा मिलेमतो गर्ने डिसुजा एक्ला खेलाडी भने होइनन् । विश्वको खेलकुद क्षेत्रमा मिलेमतो, शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन, भ्रष्टाचार, विद्रोह, बहुविवाहजस्ता विभिन्न घटनामा मुछिएर करिअर नै समाप्त गरेका खेलाडी तथा खेल पदाधिकारी धेरै छन् ।

महिला टेनिसको शीर्ष वरियताक्रममा रहेकी रसियन टेनिस खेलाडी मारिया सारापोभाले शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेको प्रमाणित भएपछि उनको खेल करिअर नै बर्बाद भयो । सन् २०१६ मा अस्ट्रेलियन ओपन खेल्ने क्रममा उनको रगत परीक्षण गर्दा शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेको प्रमाणित भयो । उनलाई दुई वर्षको प्रतिबन्धको घोषणा गरिए पनि नौ महिनामा फुकुवा गरियो ।

सन् २०१६ को रियो ओलम्पिक प्रतियोगितामा शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेका कारण सबैभन्दा धेरै खेलाडी प्रतिबन्धमा परे । रसियाबाट सहभागी ६८ जना एथलेटिक्स खेलाडीमध्ये ६७ जनाले शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेको प्रमाणित भएको थियो ।

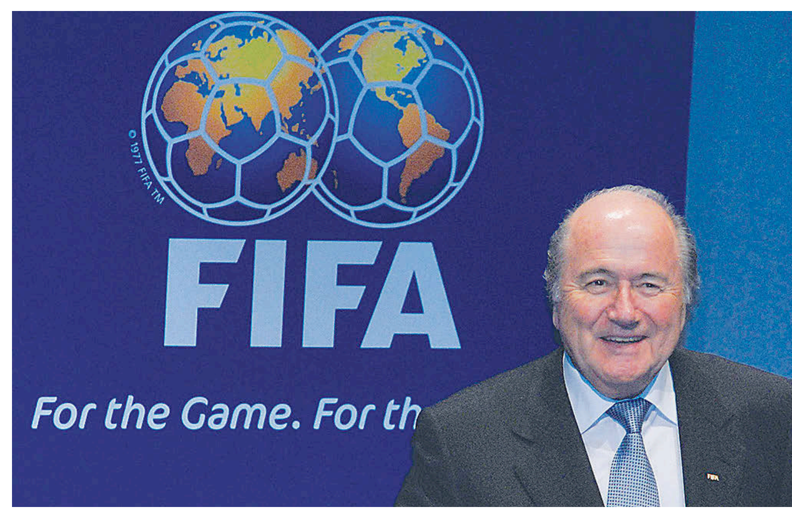
अन्तर्राष्ट्रिय डोपिङ एजेन्सीले सन् २०११ देखि २०१५ बीचमा रसियन खेलाडीहरूको पिसाब परीक्षणको नमुना संकलन गरेर उक्त नतिजा ल्याएको थियो । यो घटनापछि रसियन खेलाडीमाथि प्रतिडोपिङ एजेन्सीले विशेष निगरानी बढाएका थिए ।

ओलम्पिक प्रतियोगिताको चर्चा गर्दा अमेरिकी धाविका मारियन जोन्सको नाम छुट्दैन । सन् २००० को सिड्नी ओलम्पिक प्रतियोगितामा जोन्सनले छोटो दूरीका दौड र लङजम्पमा ३ स्वर्ण र २ कास्य पदक जितेकी थिइन् । यस्तै वर्ल्ड च्याम्पियनसिपमा छोटो दूरीको दौडमा पनि उनले सन् २००१ मा आफ्नो वर्चस्व देखाएकी थिइन् । जोन्सनले शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेको प्रमाणित भएपछि उनलाई ६ महिनाको कारावास सजाय हुनुका साथै सन् २००० को अवधिमा ओलम्पिक र वर्ल्ड च्याम्पियनसिपमा जितेका सबै पदक खोसिएको थियो ।

अन्तर्राष्ट्रिय फुटबल महासंघ (फिफा) को उपल्लो तहमा रहेका ७ जना पदाधिकारीलाई सन् २०१५ को मे महिनामा स्विट्जरल्यान्डको ज्युरिचको एक होटलमा पक्राउ गरिएको थियो । सोही वर्षको डिसेम्बरमा फिफाका दुई उपाध्यक्षसहित १६ जना ज्युरिचमै पक्राउ गरे । कतारलाई सन् २०२२ को विश्वकप फुटबल प्रतियोगिता आयोजना गर्न दिने विषयमा उनीहरू आर्थिक प्रलोभनमा परेको आरोपमा उनीहरूलाई पक्राउ गरिएको थियो । उक्त विषयमा छानबिन गर्न गठन गरिएको समितिले फिफा र यूईएफएका अध्यक्ष सेप ब्लाटर र माइकल प्लाटिनीलाई समेत आठ वर्षको प्रतिबन्ध लगाइयो । भ्रष्टाचारको अभियोगबाट दुवै जना मुक्त भए पनि आफ्नो इच्छा अनुकूल निर्णय गराउन प्रभावित गरेको अभियोगमा भने उनीहरू दोषी पाइए ।

क्रिकेट खेलमा पनि खेल मिलेमतो हुने घटना निकै हुने गर्छन् । दक्षिण अफ्रिकाका तत्कालीन कप्तान ह्यान्सी क्रोने सन् २००० मा खेल मिलेमतोमा मुछिए । यो घटना सनसनीपूर्ण त बन्यो नै, अहिलेसम्मकै चर्चित क्रिकेट मिलेमतो पनि मानिन्छ । सन् १९९६ मा दक्षिण अफ्रिकाका क्रिकेटरहरू भारतमा खेल्न आएका थिए । क्रोने र भारतका चर्चित सट्टेबाज सञ्जय चावलाबीच भएको टेलिफोन संवाद उक्त खेल मिलेमतोको बलियो प्रमाण बन्यो । खेल मिलेमतोमा समाप्त गर्न क्रोनेले १ लाख डलर लिएको स्वीकार गरे । यो अभियोगमा हर्सेल गिब्स, निक्की बोज र पिटर सिन्ड्रम पनि मुछिए । सन् २००२ मा भएको विमान दुर्घटनामा क्रोनेको निधन भयो ।

इन्डियन प्रिमियर लिग ट्वान्टी-२० लाई क्रिकेटमा सर्वाधिक पुरस्कार राशिको प्रतियोगिता मानिन्छ । सन् २०१३ मा यो क्रिकेट प्रतियोगिता पनि म्याच फिक्सिङको फन्दामा पऱ्यो । राजस्थान रोयलका तीन क्रिकेटर एस श्रीसन्त, अजित चण्डिला र अंकित चाभानलाई दिल्ली प्रहरीले पक्राउ गऱ्यो । सन् २०१५ मा पूर्वप्रधानन्यायाधीशको नेतृत्वमा गठन गरेको छानबिन समितिले चेन्नई सुपर किङ र राजस्थान रोयल टिमलाई दुई वर्षको प्रतिबन्ध लगायो । यो अभियोगमा चेन्नई सुपर किङका गुरुनाथ मेयाप्पन र राजस्थान रोयलका राज कुन्द्रालाई आजीवन क्रिकेट गतिविधिमा लाग्न प्रतिबन्ध लगाएको थियो ।



> पछिल्ला केही वर्षयता नेपाली चलचित्रका एवार्डहरूको गन्तव्य विदेश हुन थालेका छन् । रोजगारीका लागि विदेशमा बस्ने नेपालीको बाक्लो जमघट हुने देश आयोजकको रोजाइमा बढी पर्ने गरेको छ ।

सन् २०१६ मा आयोजना भएको अस्ट्रेलियन ओपनमा ब्वाइजको एकल उपाधि जितेका ओलिभर एन्डरसन म्याच फिक्सिङको अभियोगमा फसे । एटीपी टुरअन्तर्गत आयोजित खेलमा ओलिभरले आफूभन्दा कमजोर प्रतिद्वन्द्वीलाई खेल मिलेमतो गरेर विजयी गराएका थिए । यो अभियोगमा उनलाई ५ सय डलर जरिवाना गरिएको थियो ।

टुर डी फ्रान्सलाई विश्वकै सम्मानित साइकल रेस मानिन्छ । यो प्रतियोगिता सात पटक जितेर विश्वकै महान् खेलाडीको लाममा लान्स आर्मस्ट्रङ उभिएका थिए । क्यान्सर रोगबाट पुनर्जीवन पाएका लान्सले आफ्नो नाममा फाउन्डेसन राखेर मानवीय सहायताका धेरै कामसमेत गरे । जब उनी शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेर सफल भएको चर्चा चल्न थाल्यो, उनी त्यसलाई इन्कार गर्थे । पत्रकारहरूप्रति जाईसमेत लाग्ने गर्थे । तर, ओपरा विन्फ्रीको एक कार्यक्रमको दौरान उनले आफूले जितेको सातवटै उपाधि शक्तिवर्द्धक औषधि सेवन गरेर गरेको बताए र उनले जितेका सबै उपाधि खोसिएको थियो ।

गल्फमा टाइगर उड महान् खेलाडी मानिन्थे । सन् २००९ को नोभेम्बरमा उनले परस्त्रीहरूसँग सम्पर्क राखेको घटना सार्वजनिक भयो । यो समाचारले उनको घरमा आक्रोश बढ्यो । रिसको झोंकमा कार चलाउँदा दुर्घटना भयो र आफैं चोटग्रस्तसमेत भए । यो घटना सार्वजनिक भएपछि उडको जीवनमा जोडिएका महिलाहरू एकपछि अर्को गर्दै देखा पर्न थाले । उनकी श्रीमती इलिन नोड्रेगेन ७५ करोड डलर लिएर उडसँग अलग भइन् । उडलाई ब्रान्ड एम्बेसडर बनाएका दर्जनौं कम्पनीले हात झिके भने उनको गल्फ करिअरको वरियताक्रम पनि पुछारमा पुगेको थियो ।

फिगर स्केटिङकी दुई सुन्दरी टोन्या हार्डिङ र नेन्सि केरिग्यानबीच भएको घटना पनि विश्वको खेलकुद क्षेत्रले कहिल्यै बिर्सँदैन । सन् १९९४ मा नर्वेको लिलेहृयामरमा आयोजना हुने हिउँदे ओलम्पिक प्रतियोगिताको तयारीमा अमेरिकी टिमको तर्फबाट टोन्या र नेन्सी छनोट भएका थिए । उक्त प्रतियोगितामा नेन्सीले रजत पदक जितिन् भने टोन्याले आठौं स्थान हासिल गरिन् । यो पराजयको बदला लिन टोन्याको पति र उनको अंगरक्षकले एक भाडाको व्यक्तिलाई लगाएर नेन्सीको खुट्टा भाँचिने गरेर आक्रमण गराइन् । घटना सार्वजनिक भएपछि टोन्याले आफ्नो षड्यन्त्र स्विकार गरेकी थिइन् । त्यसबापत उनलाई १ लाख डलर जरिवाना गरिएको थियो ।

तस्बिर : सटरस्टक

जाँदाजाँदै

संसारभरि नेपालीका फरक-फरक कथा छन्

सिक्किममा जन्मे-हुर्केका प्रज्ज्वल पराजुली नेपाली मातृभाषी अंग्रेजी लेखक हुन् । उनका अंग्रेजीमा दुई पुस्तक प्रकाशित छन्- "द गुर्खाज डटर" कथासंग्रह र "ल्यान्ड ह्वेर आई फ्ली" उपन्यास । सन् २०१३ को डाइलन थोमस प्राइजको सर्टलिस्टमा परेको "द गुर्खाज डटर"को नेपाली अनुवाद "गोर्खाकी छोरी" पनि प्रकाशित छ । नेपालीभाषी समुदायको कथालाई आख्यानको विषय बनाएर लेख्ने पराजुली कान्तिपुर कन्क्लेभमा "कनेक्टिङ ग्लोबल नेपालिज" सत्रमा प्यानलिस्ट थिए । उनीसँग साप्ताहिकका समर्पण श्रीले गरेको कुराकानी :

तस्बिर : नवराज वाग्ले

तपाईंले सिर्जनात्मक लेखनका लागि नेपालीभाषी समुदाय नै किन रोज्नुभयो ?
मेरो बुवाको परिवार कालिम्पोङ हो । म भने सिक्किममा हुर्किएँ । मेरो आमाको माइती इलामको जमुना भन्ने ठाउँमा छ । जमुना गाउँ त्यतिबेला निकै दुर्गम थियो । त्यहाँ न बिजुली थियो, न सडक । हामी दार्जिलिङको मानेभन्ज्याङ भन्ने ठाउँदेखि उकालो चढ्दै जौबारीसम्म गाडीमा जान्थ्यौं । त्यहाँबाट ओरालो झर्नुपर्थ्यो । ओरालोमा झर्दा मलाई एकजना साइँला दाजु नामका भरियाले डोकोमा बोक्थे । त्यो उकालो-ओरालो, मलाई डोकोमा बोकेर लैजाने ती साइँला दाजु, डोकोभित्रबाट मैले दाँतले उनको कपाल टोकेको, मसँग नेपाली उकाला-ओरालाका यस्ता अनेक बाल्यकालीन सम्झनाहरू छन् । यिनै सम्झनाहरू मैले लेखेको हुँ । यसर्थ, मेरो लेखाइ मेरै भोगाइका कथाहरू हुन् । मैले इटालीतिरको कथा लेख्न खोजें भने त्यहींकै संस्कृतिमा घुलमिल हुनुपर्छ, अध्ययन गर्नुपर्छ । अनेक कुरा जान्नुपर्छ । त्यो मैले गर्न सक्दिनँ । त्यसको साटो मैले आफ्नै वास्तविक कुराहरू, मेरै ठाउँ, मेरै मान्छे र मेरै जीवनका बारेमा लेख्न सक्छु नि !

कान्तिपुर कन्क्लेभमा भएको ग्लोबल नेपालीलाई कसरी जोड्ने भन्ने बहसमा तपाईं पनि सहभागी हुनुहुन्थ्यो । तपाईं राष्ट्रियताका हिसाबले भारतीय हुनुहुन्छ । 'ग्लोबल नेपाली' अवधारणालाई कसरी लिनुभएको छ ?
मलाई यो अवधारणा मनपर्छ । मैले भनेको पनि थिएँ, हामी नेपालीभाषी संसारको जहाँसुकै भए पनि धेरै विषयमा समान महसुस गर्न सक्छौं । हामीबीच भिन्नता पनि छन्, समानता पनि छन् । समानतालाई आधार बनाएर हामी एकताबद्ध हुन आवश्यक छ । हाम्रो भाषा, संस्कृति, खाना एउटै छ भने हामी किन एक नहुने ? जहाँ-जहाँ नेपाली छन् त्यहाँ-त्यहाँयस्तो कन्क्लेभ हुनु आवश्यक छ ।

कान्तिपुर कन्क्लेभमा सहभागी हुँदा कस्तो अनुभव गर्नुभयो ?
मलाई यहाँ आउँदा धेरै खुसी लाग्यो । मैले नेपाली बोलेको देखेर एक जनाले आश्चर्य मान्दै सोध्नुभयो, 'सिक्मिकका मान्छेले पनि नेपाली बोल्छन् ?' त्यसैगरी एकजना पाठकले पनि अनौठो मान्दै भन्नुभयो, 'तपाईं प्रज्वल पराजुली होइन ? मैले तपाईंको सबै पुस्तक पढेको छु । तर, तपाईं नेपाली बोल्नुहुन्छ भनेर थाहा थिएन ।' यस्तो बहस तथा अन्तरक्रियाले यस्ता कुरा थाहा दिन्छ । यो धेरै राम्रो कुरा हो ।

सिक्किम र काठमाडौंमा के फरक पाउनुभयो ?
सिक्किम, दार्जिलिङ, कालिङपुङमा धुमधामसहित भानुजयन्ती मनाइन्छ । भानुजयन्तीमा सिक्किममा सरकारी बिदा नै हुन्छ । म एकपटक भानुजयन्तीकै बेला काठमाडौं आउँदा चकित परेको थिएँ किनभने यहाँ भानुजयन्ती कसैले मनाएको देखिनँ । उतातिरत भानुजयन्तीलाई ठूलो महत्व दिइन्छ । दौरासुरुवाल, गुन्युचोली लगाएर, रामायण वाचन गरेर कविता प्रतियोगिता गर्दै धुमधामले मनाइन्छ । अस्ति बहसमा यहाँ सोधिएको थियो, 'भानुभक्तको कविता कसलाई याद छ ?' भनेर । कसैलाई याद रहेनछ । तर, मलाई त उनका धेरै कविता कन्ठस्थ छ । 'भरजन्म घाँसतिर मन दिई' होस् वा 'प्रश्नोत्तर' म मुखाग्र भन्न सक्छु । 'कान्तिपुर कन्क्लेभ'ले यस्ता बहसलाई ठाउँ दिएर धेरै राम्रो गऱ्यो । यस्तै बहसहरूले हामीलाई थाहा दिन्छन्, हामी फरक भूगोल भए पनि समान संघर्ष गरिरहेका छौं, एउटै संस्कृति मनाइहेका छौं ।

नेपाली भाषा बोल्ने भारतमा तपाईंहरू अल्पसंख्यक हुनुहुन्छ । नेपालभित्र नेपालीभाषीहरू अल्पसंख्यक होइनन् । यहाँ थुप्रै अल्पसंख्यक भाषा छन् । सिक्किममा ७० प्रतिशतभन्दा बढीको मातृभाषा नेपाली छ । नेपालमा भने ५० प्रतिशतभन्दा कम मान्छेको मातृभाषा हो, नेपाली । नेपालबाहिर बस्ने फरक-फरक राष्ट्रियता भएका नेपालीभाषीहरूका आ-आफ्नै कथा छन् । ती सबै ग्लोबल नेपालीमा पर्छन् ?
यो एउटा जटिल प्रश्न हो । उदाहरणका लागि भुटानी नेपालीले 'ग्लोबल नेपाली'मा बस्न असजिलो मान्ने गरेको मैले बुझेको छु । किनभने उनीहरूले आफूहरूलाई भुटानवासी नागरिकका रूपमा प्रमाणित गर्न ठूलो संघर्ष गर्नुपरेको छ । दार्जिलिङतिरका मान्छेले पनि आफूहरूलाई गोरखा भन्न थालेका छन् । उनीहरूलाई गोरखाभन्दा उपयुक्त हुन्छ भने राम्रो हो । यदि, त्यो भन्न सहज लाग्दैन भने पनि ठीकै छ । आफूलाई के भनेर पहिचान दिने भन्ने व्यक्तिगत छनोट हो । दार्जिलिङको आन्दोलनले गोरखा चलाएको छ । 'म वेस्ट बंगाल' बाट भनेर दार्जिलिङको मान्छेले परिचय दिनुपर्छ । त्यो त रिसउठ्दो कुरा हो । राज्यसँग उनीहरूको आफ्नै गुनासो छ । त्यसकारण सबैतिरका नेपालीको फरक-फरक कथाहरू छन् ।

> नयाँ पुस्तक के दिनुहुन्छ भनेर पाठकहरूले सोधेर हैरान पार्छन् त्यसकारण अहिले म फेसबुक चलाउँदिन । सबै जनाले अर्को पुस्तकको प्रतीक्षामा छौं भन्छन् । तर, तत्काल नयाँ पुस्तक निस्कने सम्भावना छैन ।

तपाईंले कान्तिपुर कन्क्लेभमा असुरक्षाभावले पनि नेपालीभाषी समुदायको इतिहास बन्दै गयो भन्नुभएको थियो । त्यस्ता असुरक्षाहरू के-के थिए, जसले हाम्रो इतिहास बनायो ?
भारतमा पहिले-पहिले नेपालीहरूले दुःख पाएकै हुन् । धेरै समयसम्म त्यो असुरक्षा पनि भएको हो । हामी सानातिना घटनामा पनि छिट्टै प्रतिक्रिया दिन्छौं । हाम्रो बारेमा कसैले केही भनिहाल्यो भने हामी छिट्टै आक्रोसित हुने स्वभाव छ, त्यो राम्रो होइन । दक्षिण भारतका रेस्टुराँतिर जाँदा नेपाली वेटर देखें भने म खुसी हुँदै उससँग नेपालीमा कुरा गर्छु । तर, उनीहरू नेपालीमा बोल्न हिच्किचाउँछन् । नेपालीमा बोल्यो भनेर अरुले हेप्छन् भनेर पो हो कि ? सिक्किम, दार्जिलिङ, कालिङपुङ क्षेत्रमा चाहिँ नेपाली बोल्नमा कुनै अवरोध र हिच्किचाहट छैन । त्यहाँ नेपाली नबोल्ने कोही हुँदैनन् ।

एउटा लेखकका नाताले तपाईंलाई नेपालीहरूका कस्ता-कस्ता कथा संसारलाई सुनाउन बाँकी छ भन्ने लाग्छ ?
लेख्न बाँकी कथा त धेरै छन् । तर, ती सबै कथा सुनाउने कर्तव्य मेरो मात्र होइन । म्यानमार, थाइल्यान्डमा धेरै नेपाली छन्, आसाममा ७ लाखभन्दा बढी नेपाली छन् । देहरादुनमा डेढ लाख नेपाली छन् । म देहरादुन गएको बेलामा गोरखायुद्धको समयका धेरै कथाहरू थाहा पाएँ । ब्रिटिसहरूले पानीको मुहान बन्द गरिदिएका रहेछन् । नमिता गोखलेको पुस्तकमा एउटा प्रसंग छ- 'कुमाउमा ब्रिटिसहरूले नेपालीहरूलाई हरायो, कुमाउनीहरू खुसी भयो किनकि नेपालीहरूले यति दबाएर राखेका थिए रे कि ब्रिटिसहरू आउँदा उनीहरू खुसी भए ।' कल्पना गरौं त, हामी नेपालीहरूले अर्कालाई दबाएर पनि राखेका रहेछन् । यस्ता धेरै कथा छन् । अरुले लेख्नेछन् । अहिले भर्खर देहरादुनको मधु गुरुङले गोरखाकै विषयमा पुस्तक लेख्नुभएको छ 'द किपर अफ मेमोरिज' । लेखनमा नेपाली लेखकहरू धेरै आइरहेका छन् । यस विषयमा अरुले पनि लेख्ने छन् ।

यसपालिको तपाईंको नेपाल बसाइ कस्तो रह्यो?
मेरो सबैभन्दा रमाइलो नेपाल बसाइ यसपालि नै भयो । म कार्यक्रम सकेको भोलिपल्टै जानुपर्ने थियो । तर, यति रमाइलो लाग्यो कि अझै केही दिन बस्ने निधो गरें । कान्तिपुर कन्क्लेभ निकै गज्जब लाग्यो । अरू बेलामा नेपाल आउँदा म आफ्नो सेसनमा सहभागी भएर घुम्न निस्कन्थें । तर, यसपालि बहसका सबै सेसन नछुटाई बसें ।

नेपाल आउँदाका रमाइला पक्षहरू बताइदिनुस् न, जसले तपाईंलाई आकर्षित गर्छ ?
म नेपाल लिट्रेचर फेस्टिभलमा पटक-पटक आइसकेको छु । त्यो फेस्टिभलमा यति धेरै मान्छे सहभागी हुन्छन्, देखेर म दंग परेको थिएँ । नेपाल र सिक्किममा मान्छेहरू पढ्दैनन् भन्छन् नि, मलाई त्यो कुरा मिथ हो जस्तै लाग्छ । बाटोमा आउँदा मान्छेहरूले पुस्तक नै पढिरहेको देखेको हुन्छु । बाहिरको किताब दोकानमा बसेर पनि मान्छे पढिरहेकै हुन्छन् । अर्को कुरा, नेपालमा मेरै पुस्तक पनि धेरै बिक्री भएका छन् । नेपालय प्रकाशन गृहले प्रकाशन गरेको 'गोर्खाज् डटर'को नेपाली अनुवाद १० हजारभन्दा बढी प्रति बेचिसकेको रहेछ । यो पठन संस्कृति देखेर खुसी लाग्छ ।

नेपाल आउँदा घुम्न कहाँ-कहाँ जानुहुन्छ ?
मैले अन्नपूर्ण सर्किटमा पदयात्रा गरेको छु । काठमाडौं बाहिर हेलम्बु (सिन्धुपाल्चोक) जाने सोचमा छु । मलाई त काठमाडौंबाट पोखरा हिँड्दै-हिँड्दै जान मन छ । मैले त्यस्तो गरेको छु । फ्रान्सबाट सुरु गरेर स्पेन हुँदै पोर्चुगलसम्म २८ दिनमा करिब ९ सय किलोमिटरको यात्रा पैदल गरेको छु । त्यस्तो यता पनि गर्न मन छ । गाउँ बस्तीमा गएर बास माग्दै हिँड्न मन छ ।

छिट्टै नयाँ पुस्तक लेखन-प्रकाशनको कुनै योजना छ कि ? पाठकहरूले त तपाईंको नयाँ पुस्तक अपेक्षा गरिरहेका हुन सक्छन् ।
नयाँ के दिनुहुन्छ भनेर पाठकहरूले सोधिरहेका छन् । सोधेर हैरान पार्छन् त्यसकारण अहिले म फेसबक चलाउँदिन । सबै जनाले अर्को पुस्तक कहिले निस्कन्छ, प्रतीक्षारत छौं भन्छन् । दुइटा पुस्तक छोटो समयान्तरमा प्रकाशन गरें । अर्को पुस्तक पनि छिटो निस्कन्छ होला भनेर सबैले ठाने । तर, तत्काल नयाँ पुस्तक निस्कने सम्भावना छैन । धन्न, दुइटा किताबले यति लोकप्रियता कमाएको छ । ६ वर्षअघि लेखेको किताबमै अझै पनि साइन गरिरहेको छु ।

पुरानै किताबको ब्याज कहिलेसम्म खाइरहने त ?
त्यस्तै भएको छ । लाज पनि लाग्छ, अर्को किसिमले खुसी पनि लाग्छ । अर्को किताब लेखेको छैन । पाठकहरूले केही वर्षसम्म आशा नगरे हुन्छ । जाँगर चल्यो भने लेखौंला नि !

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**