सूचना र मनोरञ्जनको सँगालो

कान्तिपुर पब्लिकेशन्स (प्रा.) लि.

साप्ताहिक

saptahik.com.np

• वर्ष २५ • अंक ४३ • FRIDAY, 13 MARCH • शुक्रबार, फागुन ३०, २०७६ • पृष्ठ ३२ • मूल्य रु. १५/-

किताबमा कर

व्यवसायी र सरकारको द्वन्द्व, मारमा विद्यार्थी

KMG
KANTIPUR MEDIA GROUP

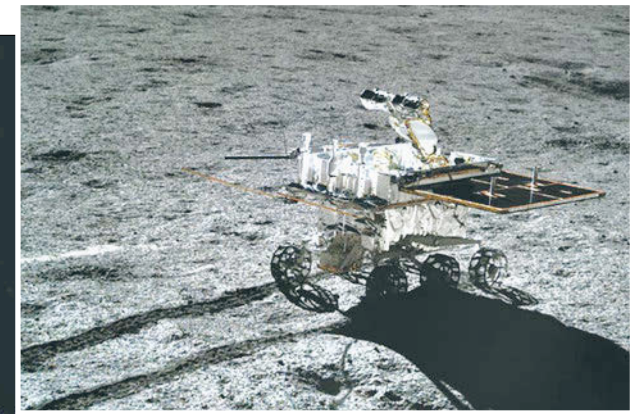
WITHOUT FEAR OR FAVOUR

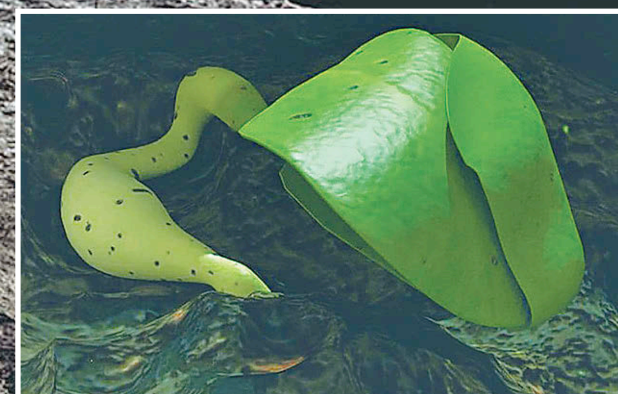
The road to the truth is difficult.
A path filled with division, diversion and danger.
A path filled with validation and temptation.
There are voices to be heard and stories to be told.
The road is long and the road is hard.
But this is the road we walk.

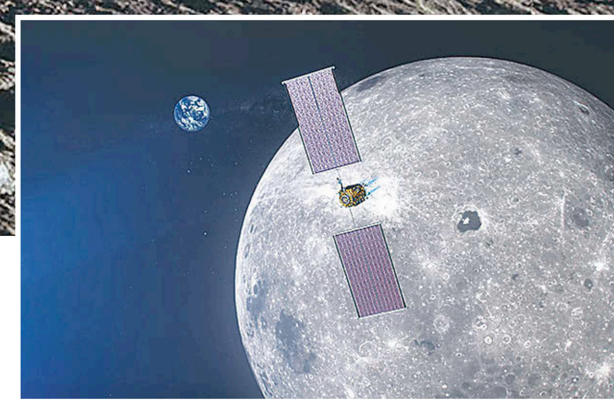
Without fear or favour.

THE KATHMANDU POST

विज्ञान







चन्द्रमामा नयाँ खोज

मानिसले पहिलो पटक चन्द्रमामा पाइला टेकेको ५ दशक बितिसकेको छ । सन् १९६९ को जुलाईमा एपोलो ११ को इगल मोड्युल ट्र्याङ्कलीटी आधारमा अवतरण गरेको थियो र नील आर्मस्ट्रङले पहिलो पटक चन्द्रमामा पाइला टेक्ने मानिसको इतिहास रचेका थिए । अमेरिकी अन्तरिक्ष निकाय नासा पहिलो पटक मानिस चन्द्रमामा पठाउन सफल भएको थियो । निल आर्मस्ट्रङपछि चन्द्रमामा पाइला टेक्ने दोस्रो व्यक्ति थिए बज एल्ड्रिन । अपोलो १७ अन्तरिक्षयानसहित एल्ड्रिनले चन्द्रमामा पाइला टेकेका थिए ।

त्यसयता चन्द्रमाप्रति मानिसको चासो र खोज तीव्र बढ्दै गयो । कुनै रहस्य जस्तो लाग्ने चन्द्रमाबारे वैज्ञानिकहरूको खोज र अनुसन्धानले अनुमान लगायो, 'मानव बसोबासका लागि चन्द्रमा विकल्प हुनसक्छ ।'

चन्द्रमामा बिरुवा

सन् २०१९ मा चीनको अन्तरिक्ष अभियान चांग'अले चन्द्रमामा लिएर गएका केही बीउहरू टुसाएको समाचार अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यममा प्रकाशन भएको थियो । यसलगत्तै सामाजिक सञ्जालमा व्यापक टीकाटिप्पणीसमेत भएका थिए । चीनको राष्ट्रिय अन्तरिक्ष प्रशासनको अनुसार चन्द्रमामा कुनै पनि जैविक पदार्थ उम्रिएको यो पहिलो घटना हो । चन्द्रमामा कपासको बीउ उम्रिएर तिनमा पालुवा लाग्न थालेको चिनियाँ सञ्चारमाध्यमले जनाएका थिए । 'चांग'अ ४' अन्तरिक्ष यानले चन्द्रमामा कपास र आलुको बीउसहितको माटो, मर्चा र एकप्रकारको झिङ्गाको अण्डालगायतका वस्तु लिएर लिएर गएको थियो ।

त्यसअघि चन्द्रमामा 'आंग'अ ४' नामको अन्तरिक्षयान चीनले पठाएको थियो । उक्त अन्तरिक्षयान पृथ्वीबाट नदेखिने चन्द्रमाको पल्लो भागमा अवतरण गर्ने पहिलो यान बनेको थियो । उक्त यान गत जनवरी ३ का दिन चन्द्रमाको पछाडि पट्टिको क्षेत्रको भौगोलिक अनुसन्धान गर्ने उपकरणहरूसहित त्यहाँ अवतरण गरेको थियो ।

त्यसरी उम्रिएको बिरुवा सो चन्द्रवाहनमा बाहिरबाट केही पनि पस्न नसक्ने गरी बन्द गरिएको सिसाको भाँडोमा राखिएको थियो । उक्त बिरुवा त्यस्तो भाँडाभित्र एक सूक्ष्मजैविक मण्डलको सिर्जना गरेर कृत्रिम वातावरणमा हुर्कने चिनियाँ खोजकर्ताले बताएका थिए । १८ सेन्टिमिटर अग्लो र ३ केजी तौल भएको त्यस्तो कृत्रिम जैविकमण्डल सिर्जना हुने भाँडाको डिजाइन चीनका २८ वटा विश्वविद्यालयहरूले संयुक्त रूपमा तयार पारेका थिए । उसो त चन्द्रमामा चीनले एउटा अनुसन्धान केन्द्र नै बनाउने प्रयाससमेत जारी राखेको छ ।

बहुमूल्य खानीको चर्चा

करिब ६ वर्षअघि चन्द्रमाको चट्टान राजधानीमा समेत प्रदर्शन गरिएको थियो । अमेरिकी अन्तरिक्ष अध्ययन संस्था नासासँग सम्झौता गरी ल्याएको चट्टान एभरेस्ट साइन्स सेन्टरले

प्रदर्शन गरेको थियो । ज्याक स्मिटको नेतृत्वमा गएको अमेरिकी अन्तरिक्ष यान अपोलो १७ (१९७०) ले चन्द्रमाबाट ल्याएको ३ अर्ब ७५ करोड वर्ष पुरानो चट्टानको सो टुक्रा १२० ग्राम थियो ।

पहिलो पटक चन्द्रमाको चट्टान पृथ्वीमा ल्याउँदा एक किसिमको तरंग नै गयो । यसैगरी विभिन्न खानी तथा खनिजहरूको खोज र यसबारे बहस विश्वमा चलिरहेका छन् ।

चन्द्रमाको सतहमा बहुमूल्य वस्तु खोज्न खानी सञ्चालन गर्ने सम्भावनाबारे विभिन्न कम्पनीहरूले अध्ययन गरिरहेका छन् । कैयौं कम्पनीहरूले त्यहाँको अवलोकन गर्ने र इलोक्ट्रोनिक्समा प्रयोग हुने सुन, प्ल्याटिनम र पृथ्वीमा पाइने दुर्लभ खनिजहरू छन् कि भनेर हेर्न खानी सुरु गर्ने इच्छा प्रकट गरेका छन् । २३ जनवरी २०१९ मा जस्टिन पार्किन्सनद्वारा बिबिसीमा लिखित लेखमा यी प्रसंग र सम्भाव्यताबारे उल्लेख छन् ।

पृथ्वीमा अभाव हुने विभिन्न खनिज तथा बहुमूल्य पदार्थ चन्द्रमामा प्रशस्त पाइन्छ । जुन मानिसले प्रयोग गर्न सकिने वैज्ञानिकहरू बताउँछन् ।

यद्यपि, अन्तरिक्षमा रहेका चन्द्रमा र अरू खगोलीय पिण्डहरूमाथि कब्जा जमाएर वा अरू कुनै माध्यमबाट मानिसले आफ्नो बनाउन नसक्ने कुरा पनि टिप्पणीका रूपमा उठेका छन् ।

नासासँग ३८ जना सक्रिय

अन्तरिक्षयात्रीमा १२ जना महिला छन् । उनीहरूमध्येका केट रुबिन्स पृथ्वीको घातक रोगहरूबारे अध्ययन गरेकी सूक्ष्म जीव वैज्ञानिक हुन् भने जिनेट इप्स सीआईएमा प्राविधिक काम गरेकी हुन् । चिकित्सक सेरेना ओनोन चान्सेलर र इलेक्ट्रिक इन्जिनियर क्रिस्टिना कोच पनि छन् ।

चन्द्रमामा भएका खनिजलगायतका विभिन्न स्रोत साधनलाई प्रयोग गर्न सकिने कुरामा वैज्ञानिकहरू विश्वस्त छन् । अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमलाई वैज्ञानिक फिल मेट्जरले भनेका थिए, 'यदि, कुनै एक राष्ट्रले चन्द्रमामा उद्योग स्थापना गर्न सक्यो भने राजनीतिक, आर्थिक र सैनिक फाइदा हुनेछ ।'

एजेन्सीको सहयोगमा

चन्द्रयात्राको पछिल्लो तयारी

नासाले सन् २०२४ मा चन्द्रमामा पहिलो पटक महिला अन्तरिक्ष यात्रीलाई पठाउँदैछ । 'आर्टेमिस' नाम दिइएको नासाको सो मिसनअन्तर्गत चन्द्रमामा पुग्ने पहिलो महिला र सन् १९७२ पछिका अर्का पुरुषले अहिले तयारी गरिरहेका छन् ।

केही समयअघि नासाले चन्द्रमामा पुग्ने पहिलो महिला र सन् १९७२ पछिका अर्का पुरुषले लगाउने 'स्पेससुट' सार्वजनिक गरेको गरेको थियो । उक्त अत्याधुनिक सुट विशेष रूपमा आर्टेमिस प्रोग्रामको लागि तयार पारिएको थियो ।

यो सुट पहिलेका सुटभन्दा लचिलो भएको बताइएको छ । जसका कारण अन्तरिक्ष यात्रीलाई चन्द्रमामा चट्टान टिप्नका लागि बस्न तथा हिँड्न पनि सहज हुनेछ । उक्त सुटले माइनस १५० सेल्सियसदेखि १२० सेल्सियससम्मको तापक्रम धान्न सक्छ ।

यतिमात्र हैन चन्द्रमामा बसोबास गर्न सकिन्छ भन्ने मानिसहरूको सपना पनि छ । यसलाई साकार पार्न वैज्ञानिकहरू लागि परिरहेका छन् ।

युकेको मिल्टन किन्सस्थित ओपन युनिभर्सिटीको प्रयोगशालामा विद्यावारिधि विद्यार्थी हाना सार्जेन्टले चन्द्रमामा धेरै पाइने खनिज इल्मेनाइट प्रयोग गरेर त्यस्तो कसरी गर्न सकिन्छ भनेर अध्ययन गरेकी थिइन् ।

आफ्नो जीवनमै चन्द्रमाको आकाशमा एउटा स्थायी आवासीय यान हुने र त्यहाँबाट मानिसहरू चन्द्रमाको सतहमा आउजाउ गर्ने कुरामा आफू विश्वस्त भएको उनले बताएकी थिइन् । नासाले मानव वस्ती सम्भावनाका लागि नयाँ परियोजना अपनाइरहेको छ ।

स्वास्थ्य

कसरी बढाउने रोग-प्रतिरोधी क्षमता ?

चीनको हुबेई प्रान्तको वुहानबाट फैलिएको कोरोना भाइरस 'कोभिड-१९' को कम्प १ सयभन्दा बढी देशमा पुगेको छ। सीमा जोडिएका छिमेकी मुलुक चीन र भारतमा समेत कोभिड-१९ को संक्रमण फैलिन थालेपछि नेपालमा स्वाभाविक चिन्ता सुरु भएको छ।

विश्वव्यापी ट्रेण्ड हेर्दा दीर्घरोगी, बुढापाका, बालबालिका र त्यसमा पनि रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम भएका व्यक्तिमा कोभिड-१९ को संक्रमण बढी देखिएको छ। संक्रमणका कारण मृत्यु हुनेमा अधिकांश रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर भएकाहरू छन्। अहिले चिकित्सक तथा जनस्वास्थ्य विज्ञहरू कोभिड-१९ को सम्भावित आक्रमणबाट जोगिन रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता वृद्धिमा जोड दिइरहेका छन्। अब स्वाभाविक प्रश्न उठ्छ ? रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कसरी बढाउन सकिन्छ ?

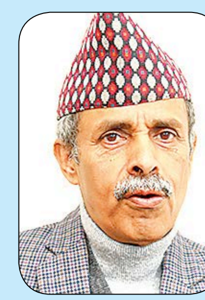
पोषणविद् डा. अरुणा उप्रेती अहिले मानिसहरूमा विभिन्न कारणले रोगसँग लड्ने क्षमता घटिरहेको बताउँछिन्। 'रोगसँग डराउनेभन्दा शरीरमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउने कुरामा ध्यान दिनुपर्छ,' उनी भन्छिन्, 'रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउन भान्सामा दैनिक पाक्ने खानेकुराहरू नै काफी हुन्छन्।' उनकाअनुसार दाल, चामल, हरिया सागसब्जी, घरायसी मसला, खिचडी, तरुल, क्वाटी, रोटी, ढिंडो, दूध, दही मोही, ताजा अचार, खीर, पुरीजस्ता खानेकुराले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ।

> दाल, चामल, हरिया सागसब्जी, घरायसी मसला, खिचडी, तरुल, क्वाटी, रोटी, ढिंडो, दूध, दही मोही, ताजा अचार, खीर, पुरीजस्ता खानेकुराले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ ।

प्रतिरोधात्मक क्षमता वृद्धिमा आयुर्वेदिक गुण भएका वनस्पति तथा जडिबुटीको पनि उत्तिकै भूमिका हुने विज्ञहरू बताउँछन्। वरिष्ठ आयुर्वेद चिकित्सक डा.ऋषिराम कोइराला आयुर्वेदिक पद्धतिबाट पनि शरीरमा शक्ति आर्जन गर्न सकिने बताउँछन्। 'दैनिक रूपमा खाने घरेलु मसलाले नै हाम्रो शरीरमा शक्ति दिइरहेको हुन्छ,' उनी भन्छन्, 'अदुवा, बेसार, मरिच, दालचिनी, टिमुर, अश्वगन्धा, तुलसीलगायतका जडिबुटीले रोगप्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ।' आयुर्वेदका दृष्टिमा रोगसँग लड्ने क्षमता बढाउनका लागि ध्यान, योग, खानपिन, उठबस, निन्द्रा, नियमित दिसा पिसाब, रहन-सहनजस्ता पक्ष पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण हुने चिकित्सकहरू बताउँछन्।

अहिलेसम्म कोभिड-१९ विरुद्धको कुनै पनि औषधी, भ्याक्सिन आधिकारिक रुपमा पत्ता लागेको छैन। त्यसैले यसबाट बच्ने पहिलो उपाय भनेकै संक्रमणबाट बच्नु हो। त्यसबाहेक आफूलाई संक्रमण नहुने गरी तयार पार्नु अझ महत्वपूर्ण पक्ष हो। त्यसका लागि रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउनु नै सबैभन्दा उत्तम विकल्प रहेको जनस्वास्थ्यविद् खेम कार्की बताउँछन्। जसका लागि शारीरिक अभ्यास र सन्तुलित आहार आवश्यक हुने उनको भनाइ छ। 'रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता वृद्धि गर्नका लागि प्रोटिन, भिटामिन र खनिज भएका तर कार्बोहाइड्रेट कम भएका खानेकुराहरू खानुपर्छ,' उनी भन्छन्, 'जसका लागि हरियो सागसब्जी, फलफूल, दूध, दही माछामासु खानुपर्छ।' भिटामिन र खनिजले शरीरलाई प्रतीरक्षा गर्ने काम गर्छ भने प्रोटिनले शरीरको वृद्धि विकासमा टेवा पुऱ्याउने कार्की बताउँछन्। 'कार्बोहाइड्रेट कम भएका, प्रोटिन, भिटामिन र खनिज पदार्थ हुने खानेकुरा पर्याप्त खाइयो भने इम्युनिटीमात्र नभएर शरीर स्वस्थ, निरोगी र फुर्तिलो हुन्छ,' उनले भने।

शरीर संशुद्धि गरौं



डा. ऋषिराम कोइराला, वरिष्ठ आयुर्वेद चिकित्सक

आयुर्वेदिक पद्धतिमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता अथवा व्यादि क्षमत्व वृद्धि गर्नका लागि तनाव कम गर्ने, सकारात्मक सोंच्ने र मनोरञ्जनात्मक कार्यमा जोड दिने गर्नुपर्छ। त्यस्तै गेडागुडी र सागसब्जीसँगै पचाउन सहज हुने खानेकुरा खानेकुरा खानुपर्छ।

जडिबुटी
गुर्जो, सिरिस, घोडथाप्रे, तुलसी, अदुवा, तुलसीपत्र, पुष्करमूल, सती, कुष्ठ, रुदिलो, चिराइतो, कुट्कीलगायतका जडिबुटीले रोगसँग लड्ने क्षमता बढाउँछ।

मसला
बेसार, ज्वानो, पिपला, मरिच, सुठो, लसुन, अदुवा, मेथी, जिरा, मरिच, दालचिनीलगायत हाम्रो भान्सामा पाइने मसलाले पनि रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउँछ।

आयुर्वेदिक चुर्ण
पुष्करमुलाध्यादि चुर्ण, तालिसादी चुर्ण, लबङ्गादि चुर्ण, सितोपलादी चुर्ण, रुदन्ती चुर्ण, सिरिसको क्वाथ, सथ्यादि चुर्ण जस्ता थुप्रै आयुर्वेदिक चुर्ण छन्। जसले रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउँछ।

शरीर संशुद्धी र पञ्चकर्म
विभिन्न मसला, जडिबुटी तथा आयुर्वेदिक चुर्णको सेवनले शरीरमा रोगसँग लड्ने क्षमता बढाए पनि आयुर्वेदमा शरीर संशुद्धी सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा हो। आयुर्वेदमा विभिन्न प्रकारका उपचार पद्धति छन्। यसमा सबैभन्दा राम्रो त आफ्नै शरीरलाई कसरी माया गर्ने भन्ने हो। जस्तै बिहानै घाममा बसेर शरीरमा तेल लगाउँदा पनि व्यादी क्षमता बढ्छ। यस्तै, शरीर संशुद्धीअन्तर्गत कलेजो, पित्तथैली, र आन्द्रा सफा गर्न सकिन्छ। आयुर्वेदमा चिकित्सकको निगरानीमा गरिने रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउने महत्वपूर्ण विधि पञ्चकर्म पनि हो। यसले शरीरको शुद्धि, विषाक्तरहित र व्यादी क्षमता बढाउने काम गर्छ।

खानपान सुधारौं

डा. अरूणा उप्रेती
पोषणविद्

रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतालाई अंग्रेजीमा 'इम्युनिटी पावर' भनिन्छ। रोगसँग लड्ने क्षमता कुनै पनि मानिसले जन्मिसिद्ध लिएर आएको हुन्छ। किनभने कुनै पनि बच्चा गर्भमा रहँदा किटाणुरहित हुन्छ। जन्मिएपछि वातावरणमा भएका अन्य सूक्ष्म किटाणुबाट लड्ने क्षमता आमाको पेटमा हुँदै प्राप्त गरेको हुन्छ। त्यसैले एक स्वस्थ आमाबाट जन्मिएको मानिसले जन्मदै रोगसँग लड्ने शक्ति लिएर आएको हुन्छ, त्यसलाई नै रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता भनिन्छ। यसरी मानिसलाई रोगसित लड्ने शक्ति प्रकृतिले नै दिएको हुन्छ तर हाम्रो सामाजिक, पारिवारिक, वातावरण, खानपान, रहनसहनले त्यो शक्तिलाई बढाउने/घटाउने गरिरहेको हुन्छ। कुनै मानिसलाई रोगले आक्रमण गरे पनि उसको शरीरमा खासै असर गर्दैन भने उसमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढी छ भनेर बुझ्नुपर्छ। अहिले विश्वव्यापी रूपमा फैलिएको कोरोना भाइरसले जो कोहीलाई पनि आक्रमण गर्न सक्छ, तर जोसँग रोगसँग लड्न सक्ने शक्ति छ उसलाई यस्ता भाइरसले केही असर गर्दैन। जोसित रोगसँग लड्ने क्षमता हुँदैन, उसलाई सामान्य रुघाखोकी लाग्यो भने पनि गाह्रो भइहाल्छ। समग्रमा बाहिरि किटाणु अथवा जीवाणुले आक्रमण गर्न नसक्ने शक्ति नै रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता हो।

यसरी थाहा पाइन्छ आफ्नो क्षमता

कसैमा रगतको कमी छ भने रोगसँग लड्न सक्ने क्षमता कम हुन्छ। त्यस्तै कसैलाई एउटै रोगले बारम्बार सताइरहन्छ भने उसमा रोगसँग लड्ने क्षमता कम छ भन्ने बुझ्नुपर्छ। उदाहरणका लागि रुघाखोकीका भाइरस २ सयभन्दा बढी हुन्छन्। एउटा रुघाखोकीको भाइरसले आक्रमण गर्‍यो तर छिटो निको भएन र बारम्बार रुघाखोकी लागिरहयो भने आफूमा रोगसँग लड्ने क्षमता कम छ भन्ने बुझ्नुपर्छ।

कसरी बढाउने शक्ति ?

रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउनका लागि दुई/तीनवटा कुराले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। जसमा खानेकुरा पहिलो नम्बरमा आउँछ। हाम्रो भान्सामा पाक्ने सबैखाले खानाले रोगसँग लड्ने क्षमता बढाउँछ। तर, बजारमा पाइने जंक फुडले घटाउँछ। दाल, भात, तरकारीका साथै मासको दाल, पालुंगोको साग, हरियो तरकारी, कोदो, फापर, खिर, रोटी, ढिंडो, दूध, दही मोही, ताजा अचार, तिलको छोंप, घरायसी मसला खाँदा खानामा स्वाद बढाउनुका साथै पौष्टिक

> मानिसलाई रोगसित लड्ने शक्ति प्रकृतिले नै दिएको हुन्छ तर हाम्रो सामाजिक, पारिवारिक, वातावरण, खानपान, रहनसहनले त्यो शक्तिलाई बढाउने/घटाउने गरिरहेको हुन्छ ।

तत्व पनि दिन्छ। यस्तै खाजा अथवा खानाको रूपमा हलुवा, पुरी, सेल, चिउराका विभिन्न परिकार, मिसौसा, घरमै बनाएको चटपटेलगायतका खानेकुराले रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउँछ। माछामासु, अण्डा, विभिन्न फलफूल, नरिवल, काजु बदाम जस्ता खानेकुराले पनि रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाइरहेको हुन्छ। यस्तै हाम्रा सांस्कृतिक चाडपर्वमा पनि इम्युनिटी पावर बढाउने खानेकुरा खाने चलन छ। जस्तै, जनैपूर्णिमामा खाइने क्वाँटी, माघेसंक्रान्तिमा खाइने तरुल, घ्यु, चाकु, खिचडी, तिलबाट बनेका खानेकुरा, दही चिउराले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछन्।

फलफूल चपाएर खाने

नासपाती, उखु, अम्बा, सुन्तला, आँप, अमला, चुत्रो, ऐंसेलुलगायतका फलफूलले शरीरमा रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउँछ। तर, फलफूलको फ्लेवर भएका बट्टामा पाइने जुसले शरीरलाई फाइदा गर्दैन। जुसभन्दा फलफूल चपाएर खाँदा शरीरलाई बढी फाइदा पुग्छ। चपाएर खाँदा फलफूलमा भएका रेसादार पदार्थ पनि खान पाइन्छ। तर, बजारमा पाइने जंक फुडमा पोषण तत्व पाइँदैन। जसले शरीरलाई कमजोर बनाउँछ।

शरीरलाई चलायमान बनाउने

शरीरमा अल्छिपना भयो भने पनि रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता हुँदैन। त्यसैले शरीरलाई चलायमान बनाउनुपर्छ। बिहान उठेर हिँड्ने, सूर्य नमस्कार गर्ने, मन्दिर जाने आदि गरे रोगप्रतिरोधी क्षमता बढ्छ। साथै शरीरलाई फूर्तिलो बनाइराख्छ र मुटुको चाल सन्तुलित बनाउँदै ऊर्जा प्राप्त हुन्छ।

धूमपान, मद्यपान नगर्ने

नियमित रक्सी सेवन गर्ने मानिसको कलेजोले बिस्तारै काम गर्न छाड्छ। कलेजोले काम गर्न छाडेपछि उसले खाएको खानेकुरा राम्रोसँग पच्दैन। यस्तो हुँदा शरीरमा इम्युनिटी पावर कम हुन्छ। त्यसैले शरीरमा रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउने हो भने धूमपान, मद्यपानबाट टाढा रहनुपर्छ।

पर्याप्त निन्द्रा

पर्याप्त निन्द्रा भएन भने पनि रोगसँग लड्ने शक्ति कम हुन्छ। त्यसैले दैनिक ७-८ घन्टा नियमित सुत्न जरुरी छ। शरीरलाई आराम भयो भने सबै अंगले राम्रोसँग काम गर्न सक्छन्। त्यसपछि शरीरमा इम्युनिटी पावर बढ्छ।

घाममा पर्याप्त बस्ने

घाममा बस्दा पनि शरीरमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढ्छ। घाम हाम्रो शरीरमा शक्ति बढाउन प्रकृतिले दिएको उपहार हो। घामको किरण सोझै हाम्रो छालामा पर्दा शरीरमा एक किसिमको रसायन निस्कन्छ। जसले आनन्द अनुभूति दिनुका साथै डिप्रेसन पनि कम गर्छ। त्यसैले पर्याप्त मात्रामा घाममा बस्नु लाभदायी हुन्छ। सुत्केरी, बालबच्चालाई घाममा राखेर तेल लगाउने चलन छ। यो एकदमै राम्रो चलन हो। यसरी घाममा तोरीको तेलले बच्चालाई मसाज गर्दा रक्तसञ्चार बढाउँछ, हड्डी बलियो हुन्छ र रोगसँग लड्ने शक्ति बढाउँछ।

रिपोर्ट

रोगी घोडा ट्राफिकलाई घाँडो

उपयोगमा नआउने घोडाको खानपान र औषधि उपचारमा प्रतिघोडा मासिक २५ देखि ३० हजारसम्म खर्च

तस्बिर : नवराज वाग्ले

कृष्ण आचार्य

माउन्टेन प्रहरी नामक घोडचढी शाखा छ, ट्राफिक प्रहरीको। यसमा रहेका धेरै घोडा काम गर्न नसक्ने अवस्थामा छन्। ट्राफिक व्यवस्थापन, शान्तिपूर्वक जुलुस नियन्त्रण र घोडेजात्रामा घोडाको विशेष प्रयोगका लागि ट्राफिक प्रहरीले घोडचढी शाखा स्थापना गरेको थियो। शाखामार्फत नेपाली प्रहरीका घोडा ट्राफिक प्रहरीले परिचालन गर्दै आइरहेको छ। तर, शाखासँग यतिबेला ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि आवश्यक घोडा नै छैनन्। भएका घोडा पनि काम गर्न सक्ने अवस्थामा छैनन्।

११ घोडामध्ये ३ घोडामात्र डियुटी गर्न सक्ने अवस्थामा रहेको एक कर्मचारीले साप्ताहिकलाई जानकारी दिए। तीनमध्ये एउटा घोडामा सास तान्ने समस्या छ, औषधि खाइरहन्छ। बाँकी ८ घोडा अशक्त र रोगी छन्। तिनले दैनिक औषधि सेवन गरिरहेका छन्। उनीहरूको खाना, स्याहार-सुसार र हेरचाहमा मासिक लाखौं रकम खर्च भइरहेको छ। ट्राफिक प्रहरी प्रमुख भीमप्रसाद ढकाल आफूहरूसँग अशक्त घोडा भएकाले ट्राफिक व्यवस्थापनमा प्रयोग गर्न नसकिएको बताउँछन्। भन्छन्, 'हामीलाई घोडा नभई नहुने त होइन तर भइदिए राम्रो हुन्थ्यो भन्ने हो। घोडाको प्रयोगले ट्राफिक व्यवस्थापनमा पक्कै सकारात्मक प्रभाव पार्छ। अहिले अशक्त घोडा पाल्नुपरिरहेको छ।'

घोडामा वार्षिक ३० लाख खर्च, कर्मचारी उस्तै

घोडाको रासनमा वार्षिक झन्डै २५ लाख रुपैयाँ खर्च हुन्छ। बग्गीखानाका अनुसार गत वर्षको साउनदेखि कात्तिक महिनासम्म एक घोडा बराबर दैनिक ५ सय ६५ रुपैयाँ खर्च हुँदै आएको थियो। यस वर्षको मंसिरदेखि असारसम्म त्यो बढेर ६ सय ३४ पुगेको छ। औषधि उपचार गर्नुपर्दा यो खर्च बढेर प्रतिघोडा हजार पनि पुग्ने गर्छ। औषधि उपचार र खानपानका लागि एक घोडालाई मासिक २५ हजारसम्म खर्च हुने गरेको छ। बग्गीखानाका उच्च कर्मचारीले दिएको जानकारीअनुसार घोडाका लागि वार्षिक ३० लाख रुपैयाँसम्म खर्च हुन्छ।

घोडाको खानपानको व्यवस्थाका लागि ट्राफिक प्रहरीले टेन्डर खोल्छ। गत माघमा ११ घोडाको खानपानका लागि २३ लाख ८३ हजार ८ सय रुपैयाँको टेन्डर परेको छ। यो टेन्डर घोडाको रासनको मात्र हो। ८ बिरामी घोडाले नियमित रूपमा औषधि सेवन गर्छन्। बग्गीखानाका एक कर्मचारीका अनुसार घोडाले औषधि खानु भनेको मानिसले सुगरको औषधि खाएजस्तै हो। औषधि खाएर रोग निको हुँदैन। 'निको नहुने तर, नियमित औषधि खानुपर्ने भएकाले पनि खर्च बढी हुने गरेको हो' ती कर्मचारीले भने। घोडाको औषधि महँगो पनि हुन्छ। हरेक पटक जाँच गर्दा डाक्टरले ८-१० हजारको औषधि लेखिदिने गरेको बग्गीखाना स्रोत बताउँछ।

एक घोडालाई दैनिक २ किलो चना, १ किलो जौं, १ किलो चोकर, १८ किलो पराल र केही मात्रामा सोतर र आलस आवश्यक पर्छ। त्यस्तै, मासिक रूपमा २

जोर टाप, किला ५० वटा, चुना ४ किलो र कोइला ७ किलो आवश्यक पर्छ ।

घोडचढी शाखामा घोडाको रेखदेख, परिचालन, व्यवस्थापन र तालिम सञ्चालनका २३ जना कर्मचारी छन् । २ असई, ३ हल्दार, १२ सिपाही र ६ सयस (घोडाको रेखदेख गर्ने कर्मचारी) । सयसको १९ हजार ५ सय, जवानको २० हजार ७ सय, हबल्दारको २२ हजार र असईको २६ हजार ६ सय मासिक तलब रहेको छ । यसरी काम नदिने घोडाको हेरचाहमा देशको जनशक्ति परिचालन भइरहेको छ । घोडाको स्याहारमा खटिएका एक प्रहरी भन्छन्, 'बिरामी घोडालाई कुरेर बस्नुभन्दा बरु हामीलाई ट्राफिक व्यवस्थापनमा खटाएकै बेस ।' उनकाअनुसार घोडाको व्यवस्थापनमा खटिएका कर्मचारी बस्ने भौतिक संरचना पनि टिठलाग्दो छ ।

पूर्वप्रहरी महानिरीक्षक उपेन्द्रकान्त अर्याल अहिलेको समयमा ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि घोडा पाल्नु उति आवश्यक नरहेको बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'घोडाको खानपान र औषधिमा निकै खर्च हुन्छ । त्यो पैसाले प्रविधि भित्राएर ट्राफिक व्यवस्थापन गर्दा घोडाभन्दा बढी उपयोगी हुन्छ ।'

बसिरहेका छन् ।

साप्ताहिक टोली घोडचढी शाखामा पुग्दा त्यहाँ रहेका घोडा हेर्दा हट्टाकट्टा नै देखिन्थे । तर, रोगी रहेको एक कर्मचारीले बताए । ती कर्मचारीले भने, 'हेर्दा रोगीजस्ता देखिँदैनन् । तर, कसैलाई नशाको रोग लागेको छ त कसैको खुट्टा सुन्निएको छ । सेनाले दिएकामध्ये २ वटा घोडामात्र काम गर्न सक्ने अवस्थामा छन् ।'

तत्कालीन प्रधान सेनापति राजेन्द्र क्षत्रीले तत्कालीन प्रहरी महानिरीक्षक उपेन्द्रकान्त अर्याललाई घोडा हस्तान्तरण गरेका थिए । सबैभन्दा उपयुक्त भनिएका घोडा हस्तान्तरण गरेको ३ वर्ष नपुग्दै थला परे । अहिले ट्राफिक प्रहरीले काम गर्न नसक्ने घोडा पालेको छ । प्रहरी स्रोत भन्छ, सेनाले दिएकामध्ये धेरै घोडा बिरामी थिए, सेनासँग रहँदा धेरै जम्प गरेका कारण सबैको नशामा समस्या देखिएको छ ।'

केही घोडा सुतेपछि उठ्न नसक्ने अवस्थामा रहेको कर्मचारीहरू बताउँछन् । 'राति सुतेपछि बिहान उठ्ने हुन् कि होइनन् भन्ने चिन्ताले पिरोल्छ । ३-४ जना मिलेर बल्लतल्ल उठाउनुपर्छ । नत्र उठ्नै सक्दैनन्' एक कर्मचारीले दुःखेसो पोखे । बग्गीखानाबाट घोडचढी शाखा सामाखुसी सरेको मंसिरमा एक

प्रहरीलाई घोडा हस्तान्तरण गर्दै सेना ।

रहेकामध्ये धेरै घोडा बिरामी थिए । पछिल्लो पाँच वर्षमा १८ मध्ये ७ घोडा मरिसकेका छन् । भएका घोडा पनि ड्युटीमा गएपछि फर्किएर आउने हुन् या होइनन् कुनै ग्यारेन्टी छैन ।

> कुनै समय घाडाले सुन्धारा, भोटाहिटी, कालिमाटी, कोटेश्वर, नयाँ बानेश्वरलगायतका क्षेत्रमा ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि काम गर्थे । आवश्यकताअनुसार चोक, सार्वजनिक स्थल र सवारी साधनको धेरै चाप हुने स्थानमा घोडाहरू परिचालन हुन्थे ।

काट्ने सर्वसाधारणलाई आकाशे पुलबाट बाटो काट्न सिकाउँछन् । घोडचढी शाखाका इन्चार्ज भुजेल आफूहरूसँग राम्रा घोडा भएमा ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि विभिन्न चोक तथा भीडभाड हुने स्थानमा काम गर्न सक्ने बताउँछन् । भन्छन्, 'साँझको २ घन्टा वीर अस्पताल छेउमा गएर हेर्ने हो भने जाम व्यवस्थापनमा घोडचढीको प्रभावकारिता देख्न सकिन्छ ।'

प्रहरीका घोडा घोडेजात्रा समारोहमा पनि सहभागी हुन्थे । तर, घोडाको अवस्थाका कारण पछिल्लो २ वर्षदेखि सहभागी भएका छैनन् । सेनाले सहभागिताका लागि पत्र पठाए पनि उपयुक्त घोडा नभएकाले आफूहरू जान नसकेको इन्चार्ज भुजेल बताउँछन् । अहिले सामाखुसीमा २० घोडा अट्ने विशेष कवल बनाइएको छ । ट्राफिक प्रहरी प्रमुख भीमप्रसाद ढकाल स्वस्थ घोडा थप्न सकिए ट्राफिक व्यवस्थापनमा सहज हुने बताउँछन् । यसका लागि आफूले पहल गरिरहेको उनको भनाइ छ । तर, प्रवक्ता जीवनकुमार श्रेष्ठ भने प्रविधिको युगमा घोडा राख्नुभन्दा सीसी क्यामेरा जडान गर्नु उपयुक्त हुने धारणा राख्छन् । भन्छन्, 'अहिलेको आधुनिक युगमा घोडा नभए पनि हुन्छ । यतिबेला हामीले घोडामा भन्दा प्रविधिमा जोड दिनुपर्छ । चारैतिर सीसी क्यामेरा जोड्नुपर्‍यो, ट्राफिक साइन, लाइट र जेब्राक्रसिङ र ओभरहेडहरू, पैदल यात्रुलाई सुरक्षित बाटो हुनुपर्‍यो, ट्राफिक नियमबारे सबै यात्रुलाई जानकारी दिने संयन्त्रको विकास गर्नुपर्‍यो । यति भयो भने ट्राफिक व्यवस्थापन चुस्त हुन्छ भन्ने मलाई लाग्छ ।'

ट्राफिक व्यवस्थापनमा सहज हुन्छ

भीमप्रसाद ढकाल
ट्राफिक प्रहरी प्रमुख

काम गर्न सक्ने घोडाहरू भइदिए ट्राफिक व्यवस्थापनमा सहज हुन्छ । घोडचढी प्रहरीले व्यवस्थापनको पक्षमा विगतमा राम्रो काम गरिरहेको हामी सबैलाई थाहै छ । अहिले पनि केही स्थानमा गरिरहेका छन् । जथाभावी सडक अतिक्रमण गर्ने, फुटपाथको जथाभावी प्रयोग गर्ने, सडक सुरक्षामा ध्यान नदिने, जथाभावी बाटो काट्ने र सवारी साधनले ट्राफिक नियम उल्लंघन गर्ने गरेको खण्डमा घोडचढी प्रहरीको माध्यमले ट्राफिक व्यवस्थापन राम्रो ढंगले गर्न सकिन्छ । भीडभाड नियन्त्रण र जाम व्यवस्थापनमा पनि घोडचढी प्रहरीको भूमिका रहन्छ । हामीले प्रविधिलाई पनि जोड दिइरहेका छौं तर, घोडामा चढेका प्रहरीको उपस्थितिको आफ्नै महत्व छ । अहिले हामीसँग रहेका घोडा अशक्त भएका कारण काम गर्न सकिरहेका छैनन् । घोडा थप गर्ने विषयमा हाम्रो पहल रहन्छ ।

सेनाको उपहार घाँडो

नेपाली सेनाले २०७२ कात्तिकमा नेपाल प्रहरी मातहतको महानगरीय ट्राफिक महाशाखालाई १० वटा घोडा हस्तान्तरण गरेको थियो । जङ्गी अड्डामा विशेष समारोह आयोजना गरेर हस्तान्तरण गरिएका ती घोडा अहिले ट्राफिक महाशाखालाई घाँडो भएका छन् । सेनाले ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि सबैभन्दा उपयुक्त भनेर दिएकामध्ये अहिले २ घोडामात्र स्वस्थ छन् । ३ घोडा मरिसेकका छन्, अन्य थला परेर

वर्ष पुगेको छ । यो अवधिमा ३ घोडाको निधन भएको छ । २० वर्ष उमेर पुगेपछि यी घोडा मरेका हुन् । घोडाले २० वर्षसम्म मात्र काम गर्न सक्छन् । सरदर आयु भने २५ वर्षसम्म हुन्छ ।

सेनाले हस्तान्तरण गर्दा धेरैजसो घोडाको उमेर १७ वर्ष थियो । केही घोडा भने ५ वर्ष नाघेका थिए । ती घोडा अहिले ११-१२ वर्ष पुगेका छन् । त्यतिबेला ट्राफिक प्रहरीसँग ८ घोडा थिए । सेनाले १० घोडा दिएपछि त्यो संख्या १८ पुग्यो । त्यतिबेला प्रहरीसँग

१२ ट्राफिकको काम एक घोडाले गर्छ

घोडचढी शाखाको स्थापना २०३४ सालमा भएको हो । तत्कालीन राजपरिवारको बग्गीका लागि शाखाले घोडाको व्यवस्था गर्थ्यो । त्यतिबेला ती घोडाहरू बग्गीखानामा बस्थे । नेपाल प्रहरी मातहतका ती घोडापछि ट्राफिक प्रहरीले परिचालन गर्न थाल्यो । सुरुमा घोडे जात्रामा कुशलता प्रदर्शन गर्न र शिवरात्रीमा ट्राफिक व्यस्थापनका लागि ती घोडाहरू प्रयोगमा आए । विस्तारै जाम व्यवस्थापनका लागि पनि घोडाहरू परिचालन हुन थाले ।

ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि १२ ट्राफिक प्रहरीले गर्ने काम एक घोडचढी प्रहरीले गर्न सक्ने घोडचढी शाखाका इन्जार्ज असई सोमबहादुर भुजेलले जानकारी दिए । घोडामा चढेर हेर्दा टाढासम्मको जाम र मानिसहरूको आवातजावत देखिने, जथाभावी बाटो काट्दा घोडचढीबाट यात्रुलाई सतर्क बनाउँदा प्रभावकारी हुने, सवारी साधनले ट्राफिक नियम उल्लंघन गरेको देखिने, घोडा चढेका प्रहरी देख्दा यात्रुमा पनि डर हुने आदि कारणले गर्दा घोडचढी प्रभावकारी हुने गरेको उनी बताउँछन् ।

कुनै समय घोडाले सुन्धारा, भोटाहिटी, कालिमाटी, कोटेश्वर, नयाँ बानेश्वरलगायतका क्षेत्रमा ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि काम गर्थे । आवश्यकताअनुसार चोक, सार्वजनिक स्थल र सवारी साधनको धेरै चाप

हुनेस्थानमा घोडाहरू परिचालन हुन्थे । घोडा चढेका ट्राफिकको प्रहरीको काम पनि प्रभावकारी देखिन्थ्यो । तर, काम गर्ने घोडाको अभावमा यतिबेला वीर अस्पताल अगाडिमात्र साँझपख एउटा घोडा देखिन्छ । बग्गी खानाबाट सारेर घोडालाई सामाखुसी पुर्‍याइएको छ । ४ बजेपछि ६ बजेसम्म ड्युटी तोकिएका घोडा वीर अस्पताल आइपुग्न १ घन्टा लाग्छ । जान १ घन्टा ।

वीर अस्पताल र बसपार्क नजिकै छ । घोडचढी ट्राफिकले सो क्षेत्रमा बाटो

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

सिनेमा

कलाकार नचाउनेका कथा

पुरानालाई भन्दा नयाँलाई नचाउन सजिलो हुन थालेको कोरियोग्राफरहरूको अनुभव

नेमिष गौतम

चलचित्र 'देउता'को गीत 'पिरतीको मीठो तिर्सना' सम्झनुभएको छ भने त्यसमा अभिनेता राजेश हमालको नृत्य पक्कै बिर्सनुभएको छैन होला । अभिनेत्री सिर्जना बस्नेतसहित कोरससँग हमालले निकै जबरजस्त नाचेका छन् । बोल्ड संवाद र द्वन्द्वमा रुचाइएका यी अभिनेतालाई नचाउन कोरियोग्राफर राजु शाहलाई कति गाह्रो पर्‍यो भन्ने कथा भने बेग्लै छ ।

सन् १९९३ ताका तुलसी घिमिरेका दुई चलचित्र 'दुई थोपा आँसु' र 'देउता' रिलिज भए । दुवै चलचित्रमा राजुले नै कोरियोग्राफी गरेका थिए । 'हुँदैन रेलिमाई' गीतमा राजेशलाई जति नचाउन खोजे, सकेका थिएनन् । 'यो क्षेत्रमा म नयाँ भएकाले मैले सोचेअनुसारकै नाच्नुपर्छ भन्ने दम्भ ममा थियो । उहाँले अहिलेलाई यो स्टेप छोडिदिऊ भन्दा मलाई यस्तै मोडलको नृत्य चाहिन्छ भन्ने अडान लिएँ', राजु सम्झन्छन्, 'दिनका दिन अभ्यास गराउँदा पनि सुटिङको समयमा सबै बिग्रन्थ्यो । केही उपाय नलागेपछि चलचित्रको सबै सुटिङ सकेर गीतको बाँकी सुटिङ कीर्तिपुरस्थित त्रिभुवन विश्वविद्यालयको बगैंचामा पूरा गर्‍यौं । त्यो गीत खिच्न निकै लामो समय लागेको थियो ।'

चलचित्र 'दुई थोपा आँसु'को समयमा पनि राजुलाई अभिनेता भुवन केसीलाई नचाउन निकै सकस भयो । भुवनलाई पनि राम्रो नृत्य गर्न नआउने हुनाले राजुले आफ्नो सोचलाई नृत्यमा ढाल्न सकेनन् । चलचित्र 'पापी मान्छे'को गीत 'तल तल तल तल बेसीमा मैच्याङ' गीतमा अभिनेता अमृत लामालाई नचाउन राजुलाई उस्तै समस्या भएको थियो । तर, उनले गरेको मेहनत सफल भयो । राजुको अनुभवमा अमृत कुशल डान्सर नभए पनि गीत हेर्दा उनी डान्सरजस्तै देखिन्छन् । चलचित्र 'माया नमार'को गीत 'मुग्लिङपारि

> रिलमा काम गर्नुपर्ने भएकाले नेगेटिभ बचाउन र डेक जोगाउनका लागि भरपुर रिहर्सल गर्थ्यौं । निकै दुःख हुन्थ्यो, तर रिजल्ट राम्रै आउँथ्यो ।

तरेर गण्डकी'मा अभिनेता रमित ढुंगानालाई नचाउन राजुलाई निकै कठिनाइ भएको थियो । ३ सयभन्दा बढी चलचित्रमा कोरियोग्राफी गरिसकेका राजुको नजरमा दिलीप रायमाझी, सुशील क्षेत्री, रमेश उप्रेती क्षमताअनुसार नाच्न सक्ने अभिनेता हुन् । यसमा उनी दिवंगत श्रीकृष्ण श्रेष्ठलाई पनि छुटाउँदैनन् ।

गोविन्द राई अहिले पनि कोरियोग्राफीमा सक्रिय छन् । २०४८ सालमा भिडियो चलचित्र 'ज्वालामुखी' र 'चलचित्र' नामकै सेल्युलोइड चलचित्रबाट सुरु गरेका गोविन्दले हालसम्म ३ सयभन्दा बढी चलचित्रमा कोरियोग्राफी गरिसकेका छन् । उनले पछिल्लो पटक कोरियोग्राफी गरेको चलचित्र 'जाइरा' हो । गोविन्दको बुझाइमा अहिलेको पुस्तालाई भन्दा पुरानो पुस्ताका कलाकारलाई नचाउन बढी मेहनत लाग्थ्यो । 'पहिला कलाकार जस्तो थियो, उसलाई त्यही ढंगबाट नचाउनुपर्थ्यो । राजेश हमाल, भुवन केसी, शिव श्रेष्ठको पालामा अहिलेको जस्तो युट्युब च्यानल र इन्टरनेटको सहज पहुँच थिएन । नाच सिक्ने माध्यम पनि थिएन । हामीले जे सिकाएको हो त्यही सिक्नुपर्थ्यो', गोविन्द सम्झन्छन्, 'रिलमा काम गर्नुपर्ने भएकाले नेगेटिभ बचाउन र डेक जोगाउनका लागि भरपुर रिहर्सल गर्थ्यौं । निकै दुःख हुन्थ्यो, तर रिजल्ट राम्रै आउँथ्यो ।' राजेश हमाललाई भने 'डान्सर' जसरी नचाउन नसकिएको अनुभव उनको छ । उनको अग्लो शरीर र हट्टाकट्टा ज्यानले साथ नदिएको गोविन्दको बुझाइ छ । उनी पहिलाका कलाकारलाई नचाउन भन्दा पनि 'प्ले' गर्ने गरेको बताउँछन् ।

अहिलेका कलाकारले भने जसोतसो नृत्य सिकेका हुने भएकाले त्यति गाह्रो नहुने उनको अनुभव छ । उनी भन्छन्, 'अहिलेको पुस्ता युट्युबबाटै सबै कुरा सिक्छन् । हरेक किसिमका नृत्य गर्न पोख्त छन् ।'

अभिनेता निखिल उप्रेती एक्सनमा जति बलियो देखिन्छन्, नृत्यमा उत्तिकै कमजोर छन् । उनी आफूलाई सार्वजनिक कार्यक्रममा नाच्न नजान्ने अभिनेताका रूपमा चिनाउँछन् । दुई वर्षअघि चलचित्र 'पिँजडा ब्याक अगेन' को गीत 'यता पनि छैन' को सार्वजनिक कार्यक्रममा निखिलले पत्रकारसामु आफूले नाच्न नसकेको स्विकारे । 'मैले बल्ल बल्ल कम्मर हल्लाएको छु । तपाईंहरूले कम्मर हल्लाएको ठाउँमा ताली बजाइदिनुहोला', उनले यसो भनिरहँदा अन्य कलाकार र पत्रकार हाँसेका थिए । निखिल अभिनीत आधा दर्जन चलचित्रमा कोरियोग्राफी गरेका रामजी लामिछाने भन्छन्, 'निखिल दाइ खासै नाच्न जान्ने अभिनेता होइन, अन्तर्वार्तामा पनि भन्ने गर्नुहुन्छ । चलचित्रमा दुई जना अभिनेता हुँदा मलाईभन्दा अरूलाई नृत्यको जिम्मेवारी दिनु भन्नुहुन्छ । तथापि उहाँलाई मैले भैरव, निर्भय, किड, पिँजडा ब्याक अगेनलगायतका चलचित्रमा नचाएँ ।' रामजीका अनुसार निखिल मेहनत गर्छन्, तर एक्सनमा छवि बनेको भएकाले दर्शकले नै डान्सरका रूपमा स्विकार्दैनन् । निखिल उप्रेती र विराज भट्टमा देखिएको समस्या यही हो । विराजले साङ्लोमा निकै राम्रो नाचेपछि दर्शकले नृत्यमा चासो नराखेको रामजी बताउँछन् ।

चलचित्र 'किन लाग्छ माया'को 'यो मन ढुंगा भए' गीतबाट कोरियोग्राफी सुरु गरेका रामजीले त्यसयता विराज भट्ट, निखिल उप्रेती, अनमोल केसी, पल शाह, आकाश श्रेष्ठ तथा सौगात मल्ललाई नचाइसकेका छन् । उनको कोरियोग्राफीमा सुहाना थापा, पूजा शर्मा, सारा सिर्पालीलगायतका अभिनेत्रीहरू पनि नाचेका छन् । 'गीतमा पल बढी इन्जोय गर्छन् । हरेक स्टेप नोटिस गरेका हुन्छन् । नृत्यमा समर्पित भएर काम गर्ने अभिनेताचाहिँ अनमोल नै हुन् । उनीजस्तो अरू देखेको छैन', रामजी भन्छन्, 'त्यसो त पछिल्ला पुस्तामा लगाव छ ।' उनी अहिले 'मेरो हजुर-४' का लागि अनमोललाई घरमै अभ्यास गराइरहेका छन् ।

कोरियोग्राफर कविराज गहतराज व्यस्त कोरियोग्राफर हुन् । झन्डै ३ सय चलचित्रमा कोरियोग्राफी गरिसकेका उनलाई कलाकार नचाउन खासै गाह्रो लाग्दैन । 'आफूले नचाउने कलाकारको क्षमता कस्तो छ भन्ने मुख्य हो,' कविराज भन्छन्, 'मैले भुवन चन्द, करिश्मा मानन्धर, प्रियंका कार्की, दिलीप रायमाझी, गौरी मल्ल, शिव श्रेष्ठलगायतका पुराना र नयाँ कलाकारलाई नचाएको छु । अहिलेको समयमा दिलीप र प्रियंका राम्रो नाच्न जान्ने कलाकार हुन् ।'

अलि-अलि रिस

आफूले सिकाएको कुरा पूरा नहुँदा झोक चल्नु स्वाभाविक हो । आफूले सिकाएको स्टेप कलाकारले नपछ्याउँदा अलि-अलि कोरियोग्राफरलाई पनि झोक चल्छ नै । तर, उनीहरूले यसलाई सामान्य रूपमा लिन्छन् र सम्हाल्छन् । कविराज भन्छन्, 'म कमै मात्र रिसाउँछु । कलाकारलाई आफूले स्टेप सिकाउने हो, त्यो गर्न नजाने अझ राम्रोसँग गर्न भनेर प्रोत्साहन गर्ने हो ।'

कोरियोग्राफर राजुको कलाकारको नृत्य क्षमता हेरिसकेपछि रिसाउने वातावरण नबन्ने बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'सुरु-सुरुमा केही रिस त उठ्छ । तर, कलाकारको शैली र क्षमता बुझ्दै गएपछि यतिसम्म निकाल्न सकिन्छ भन्ने सोचेर नै काम लगाइन्छ ।' कोरियोग्राफर रामजीलाई पनि त्यस्तै लाग्छ । 'रिसभन्दा पनि यो स्टेप गरिदएको भए हुन्थ्यो भन्ने मनमा हुन्छ । तर, कतिपय कुरामा हामीले प्रतिक्रिया दिइहाल्नु हुँदैन,' रामजी भन्छन्, 'कलाकार आफैंले इम्प्रोभाइज गरिदिए राम्रो हुन्थ्यो । भित्र-भित्र अलि अलि रिस त जसलाई पनि उठिहाल्छ नि ।'

म्युजिक भिडियोले सजिलो

पछिल्लो समयमा धेरै चलचित्रका कलाकारहरू म्युजिक भिडियोमा पनि उत्तिकै सक्रिय छन् । पल शाह, आकाश श्रेष्ठ, स्वस्तिमा खड्का, पुष्प खड्का, प्रियंका कार्कीलगायत म्युजिक भिडियोमा देखिन्छन् । डान्सिङ नम्बरका गीतमा देखिने यी कलाकारलाई नचाउन निकै सजिलो भएको छ । '९० प्रतिशत अभिनेत्रीहरू पहिला नै नाच्न तयार भएर आएका हुन्छन् । भिडियोमा कलाकारलाई कसरी काम गर्ने भन्ने सिकाइएको हुन्छ, जसले गर्दा केही सजिलो हुन्छ । तर अभिनेताहरूको समय जिमखानामै बित्ने भएकाले उनीहरूमा नृत्यको कमैमात्र ज्ञान हुन्छ,' राजु भन्छन्, 'अहिले केही मात्र पुरुष अभिनेतामा नाच्नु पनि पर्छ है भन्ने ज्ञान आउन थालेको छ । तर, उनीहरूले अझै पनि मेहनत गर्नुपर्ने देखिन्छ ।'

रामजी पनि भिडियोले कोरियोग्राफरलाई केही सजिलो बनाएको बताउँछन् । 'भिडियोले धेरै सहयोग त गरेको होइन, तर पनि केही कलाकार भिडियोमा पनि नाच्ने भएकाले हल्का सजिलोचाहिँ भएको छ', उनले भने । पछिल्लो समय वसन्त श्रेष्ठ, कमल राई, प्रदीप श्रेष्ठ, शिव बिक, गम्भीर विष्ट, महेश गोदार, शंकर बीसी, बब्बु थापा, दिनेश पाखिन, रेनेशा राई, हिमग्याप टासीलगायतका कोरियोग्राफर कलाकारहरूलाई नचाइरहेका छन् । उनीहरूको सुख-दुःख पनि उस्तै छ ।

संगीत

म्युजिक भिडियोमा फिल्म स्टार

तस्बिर : नवराज बाले

> नयाँ हुन् वा पुराना, व्यस्त हुन् वा फुर्सदिला, अहिले नेपाली फिल्मका अधिकांश कलाकार म्युजिक भिडियोमा छाउन थालेका छन् ।

■ अनिल यादव/रामजी ज्ञवाली

अभिनेता राजेश हमालले चार वर्षयता कुनै फिल्ममा अभिनय गरेका छैनन् । 'बागमती' र 'शकुन्तला' लगातार फ्लप भएपछि फिल्ममा अभिनय नगरेका उनी भन्छन्, 'अब संख्या बढाउनका लागि मात्रै फिल्म गर्दिनँ ।' पछिल्ला केही वर्षमा दर्जनभन्दा धेरै फिल्मको स्क्रिप्ट 'रिजेक्ट' गरेका हमाल म्युजिक भिडियोमा भने धमाधम नाचिरहेका छन् ।

बिहेपछि उनले पत्नी मधु भट्टराईसँग गायक सुनिलसिंह ठकुरीको 'जिन्दगी' बोलको गीतमा मोडलिङ गरे । एक वर्षअघि 'मधुसँग राजेशको पहिलो म्युजिक भिडियो' शीर्षकमा उक्त म्युजिक भिडियोको प्रचार भयो । त्यसपछि गायक भीम चापागाईंले 'चट्ट बसम देउरालीमा' बोलको गीतमा उनलाई अभिनेत्री करिष्मा मानन्धर नचाए । यसरी 'फिल्ममा चाहिँ छानेर मात्रै अभिनय गर्छु' भन्ने हमाल म्युजिक भिडियोमा देखिइरहेका छन् ।

०००

फिल्मको स्तरमा कम, संख्यामा ज्यादा ध्यान दिएको भन्दै अभिनेता दयाहाङ राईले 'दोस्रो राजेश हमाल भएको' आलोचना खेपिरहेका छन् । तैपनि फिल्म गर्न भ्याइनभ्याइ भएका राई म्युजिक भिडियोमा समेत अनुहार देखाइरहेका छन् । 'परानै दिन्छु', 'हुरुक्कै भए म' आदि उनले अभिनय गरेका म्युजिक भिडियो हुन् ।

०००

नयाँ हुन् वा पुराना, व्यस्त हुन् वा फुर्सदिला, अहिले नेपाली फिल्मका अधिकांश कलाकार म्युजिक भिडियोमा छाउन थालेका छन् । एकथरी भनिरहेका छन्, 'सजिलै पैसा कमाइन्छ, त्यसैले गरिन्छ ।' अर्को थरी भन्छन्, 'म्युजिक भिडियोमा काम गर्नु पनि कलाकारिता नै हो । गर्दा के फरक पर्छ र ?'

केकी अधिकारी, प्रियंका कार्की, बेनिशा हमाल, आँचल शर्मा, वर्षा राउत, वर्षा शिवाकोटी, पल शाह, पुष्प खड्का, धीरेन शाक्य, दिलिप रायमाझी, मरिष्का पोखरेल, एलिसा राई, सृष्टि श्रेष्ठ, माला लिम्बू, ज्योत्स्ना योगी, आकाश श्रेष्ठ, जेविका कार्कीलगायत दर्जनौं फिल्मका कलाकार अहिले म्युजिक भिडियोमा धमाधम काम गरिरहेका छन् । चलचित्रबाट दर्शकमाझ चिनिएका उनीहरूले म्युजिक भिडियोबाटै राम्रो कमाइरहेका छन् ।

चलचित्रका स्टारका लागि गतिलो स्रोत बनेको छ- म्युजिक भिडियो । 'फिल्म छानेर मात्रै गर्छु' भन्ने कलाकार पनि म्युजिक भिडियो छनोटमा भने गम्भीर देखिँदैनन् । 'सुरु-सुरुमा त म को-एक्टर, डिरेक्टर को हो ? भन्ने पनि ख्याल नगरी जस्तो पायो त्यस्तै म्युजिक भिडियो गरिदिन्थेँ,' अभिनेत्री बेनिशा हमाल भन्छिन्, 'इजी मनी' पनि भयो, काम पनि एकैदिनमा सकिने ।' धेरैको सुझावपछि अहिले चाहिँ बुझेर, छानेर मात्रै म्युजिक भिडियोमा काम गर्न थालेको उनको भनाइ छ ।

रहर कि बाध्यता ?

एक समयका चल्तीका अभिनेता धीरेन शाक्यसँग अहिले फिल्मको अफर कम छ । फिल्ममा फाट्टफुट्ट भिलनेको अफर त आउँछ तर उनलाई चित्त बुझ्दैन । त्यसैले उनी पछिल्लो समय म्युजिक भिडियोमै रमाइरहेका छन् ।

'फिल्ममा काम पाउन छाडेपछि म्युजिक भिडियो रोज्नुपरेको हो ?'

जवाफमा उनी भन्छन्, 'होइन । यता राम्रो आम्दानी हुन्छ, त्यसैले गर्न थालेको हुँ । अनि, चलचित्रमा काम गर्नेले म्युजिक भिडियो खेल्नु हुँदैन भनेर कतै लेखेको पनि त छैन ।'

केही महिनाअघि अभिनेता राजेश हमालकहाँ फिल्म 'प्रेमगीत-३' को निर्माण युनिट मुख्य भूमिकाको अफरसहित भेट्न पुगेको थियो । फिल्ममा यसअघि हमालले कुनै पनि चलचित्रबाट नलिएको रकमसहितको पारिश्रमिक अफर गर्दासमेत निर्माण युनिट दिन तयार भयो । तर, उनले फिल्म खेल्न मानेनन् । तर, त्यसको केही सातामै उनी म्युजिक भिडियोमा देखिए । उनले स्पष्ट कारण त खुलाएनन् । तर भने, 'फुर्सदको समयमा भिडियो खेलिरहेको हुँ । धेरै दिन पनि नलाग्ने, आम्दानी पनि राम्रै भएपछि किन छाड्नु र ?' हमालको तर्क छ, 'कुनै पनि कामलाई सानो ठूलो भन्नु राम्रो होइन । सबैका आ-आफ्नै महत्व छ ।'

केही वर्षअघिसम्म म्युजिक भिडियो निर्माण गर्न ४०-५० हजार भए पुग्थ्यो । तर, अहिले एउटा गीतको भिडियो निर्माणकै लागि ५ देखि १० लाखसम्म खर्च हुने गरेको छ । 'भिडियोमा चाहेजति लगानी बढेपछि नै हो यसमा कलाकारको प्रवेश ह्वात्तै बढेको,' म्युजिक भिडियोका व्यस्त निर्देशक शान थापा भन्छन्, 'यसले कलाकारलाई पनि सजिलै पैसा कमाउने हिसाबले फाइदा भएको छ । र, कलाकारका कारण गीतको प्रचारमा पनि फाइदै भएको छ ।'

'म्युजिक भिडियो भनेको एक दिनको काम हो,' अभिनेता पुष्प खड्का भन्छन्, 'साँझ घर फर्किने बेला खल्तीमा १ लाख आउने भएपछि किन काम नगर्नु ? रेकर्डिङमा पनि जानु नपर्ने, फिल्मको जस्तो प्रमोसनमा पनि हिँडिराख्नु नपर्ने, पैसाका लागि किचकिच पनि गर्नु नपर्ने ।

यस्तो सजिलो काम पाएपछि कसले गर्दैन ?' उनले कुरा नलुकाई अर्को कुराको खुलासा गरे, 'चलचित्रलाई दिएको समय म्युजिक भिडियोलाई दिने हो भने त्यसको दोब्बर आम्दानी गर्न सक्छु । तर, चलचित्रको आफ्नै महत्व छ । जता-जता मिल्छ गरिरहेको छु ।'

म्युजिक भिडियोका महँगो मोडलका रूपमा चिनिने पुष्प महिनाको १० देखि १५ वटासम्म म्युजिक भिडियोको अफर आउने बताउँछन् । उनले एउटा भिडियोको १ लाखदेखि १ लाख २० हजार रुपैयाँसम्म पारिश्रमिक लिने गरेको बताए । 'म कलाकार हुँ, चलचित्रमा सधैं काम पाइन्छ भन्ने हुँदैन,' उनी भन्छन्, 'चलचित्रमा काम नपाएका बेला भिडियोमा काम गर्ने हो । पारिश्रमिक राम्रो हुने भएपछि छाड्ने कुरै हुँदैन ।'

चल्तीका अर्का म्युजिक भिडियो मोडल हुन्, पल शाह । उनका भिडियोमा प्रायः जोडी भएर देखिने अनुहार हो- आँचल शर्मा । दुवै म्युजिक भिडियोका महँगा कलाकार हुन् । पल प्रतिभिडियो १ लाख रुपैयाँ बढी पारिश्रमिक बुझ्छन भने आँचल १ लाख हाराहारी ।

यस्तै एक सय बढी म्युजिक भिडियो खेलिसकेकी अभिनेत्री वर्षा शिवाकोटी फुर्सदको समयमा भिडियोको काम गर्ने गरेको बताउँछिन् । 'फिल्म नभएका बेला म्युजिक भिडियो गर्छु,' उनले भनिन् । त्यस्तै अभिनेता दयाहाङ राईले भने मन परेका गीतमा मात्रै अभिनय गर्ने गरेको बताए ।

फिल्ममा फ्लप, भिडियोमा हिट

चार वर्षअघि 'के म तिम्रो होइन र' फिल्ममार्फत अभिनयमा डेब्यु गरेकी अभिनेत्री मरिष्का पोखरेलले त्यसपछि 'चपली हाइट-२', 'लम्फू', 'पण्डित बाजेको लौरी', 'मिस्टर भर्जिन' लगायत थुप्रै फिल्म खेलिन् । तर, एउटै फिल्मले पनि व्यावसायिक सफलता हासिल गर्न नसकेपछि उनी निराश थिइन् ।

त्यही बेला उनलाई गायिका विष्णु माझी र गायक कुलेन्द्र विश्वकर्माले गाएको गीत 'सालको पात टपरी'मा नाच्न अफर आयो । कुलेन्द्रका अनुसार अभिनेत्री प्रियंका कार्कीले उक्त म्युजिक भिडियोमा अभिनय गर्ने अफरलाई 'हेपेरै' रिजेक्ट गरेकी थिइन् । तर, चलचित्रमा निरन्तर फ्लप भइरहेका बेला मरिष्काले उक्त अफरलाई सहजै स्वीकारिन् । र, यही गीत मरिष्काको करिअरका लागि 'टर्निङ प्वाइन्ट' भयो । फिल्ममा लगातार असफल उनलाई भिडियोको लगातार अफर आइरहेको छ ।

केकी अधिकारी, रीमा विश्वकर्मा, वर्षा शिवाकोटी, आँचल शर्मालगायत कलाकार पनि यस्तै सूचीमा पर्छन्, जो फिल्ममा असफल भइरहेका छन् । तर, भिडियोको निरन्तर अफरले सहज जीवन बाँचिरहेका छन् ।

> 'म्युजिक भिडियो भनेको एक दिनको काम हो । साँझ घर फर्किने बेला खल्तीमा १ लाख आउने भएपछि किन काम नगर्नु ? रेकर्डिङमा पनि जानु नपर्ने, फिल्मको जस्तो प्रमोसनमा पनि हिँडिराख्नु नपर्ने, पैसाका लागि किचकिच पनि गर्नु नपर्ने । यस्तो सजिलो काम पाएपछि कसले गर्दैन ?'

तस्बिर : महेश प्रधान

कलाकार लिँदा खर्च बढी

पछिल्लो समय लगातार म्युजिक भिडियो निर्देशन गरिरहेका सुब्रत आचार्यले फिल्मका कलाकारका कारण पनि म्युजिक भिडियो निर्माण खर्च पनि बढिरहेको बताउँछन् । 'फिल्मका कलाकारले कम पारिश्रमिकमा भिडियो खेल्दैनन्, त्यसले भिडियोको लगानी पनि बढाएको छ' उनले भने ।

एक वर्षअघि फिल्मका हिरोइनलाई बढी पारिश्रमिक दिएर भिडियो खेलाएका कारण लोकदोहोरी वृत्तमा ठूलै तरंग आएको थियो । लोकदोहोरी क्षेत्रका व्यस्त मोडलले विभेद भएको भन्दै आलोचना गरेका थिए ।

मोडल करिष्मा ढकालले म्युजिक भिडियो निर्माताप्रति आक्रोश पोख्दै फेसबुकमा लामो स्टाटस लेखेकी थिइन्, 'फिल्मका हिरोइनलाई एक लाख दिन तयार हुने, हामीलाई २० हजार दिन पनि नाक खुम्च्याउने ?'

अर्की व्यस्त मोडल रश्मि तामाङले करिश्मासँग प्रतिक्रिया जनाउँदै गुनासो गरेकी थिइन्, 'लोकगीतमा खेल्नेलाई २० हजार तिर्न निकै गाह्रो परेको देखिन्छ तर लाख रुपैयाँ तिरेर फिल्मका नायक-नायिकालाई भिडियो खेलाउनु हुन्छ । तर, लोकगीतमा लोकगीतका कलाकारलाई २०-३० हजार दिन पनि हिच्किचाउने हाम्रा लोक सर्जकहरू नै हुन् । त्यसैले लोकदोहोरी कलाकारलाई फिल्मकर्मीले हेपे भन्नुको तुक छैन । किनभने हामीलाई हेप्नुको पछाडि हामी आफैं भागिदार छौं ।'

चल्तीका अनुहार किन ?

गायक तथा संगीतकार नरेश जोगीले हालै महंगो पारिश्रमिक तिरेर आफ्नै शब्द, स्वर तथा संगीत रहेको थारु गीत 'पहाडी बठिनिया' मा पल शाह र वर्षा राउतलाई जोडी बनाएर नचाए । भिडियोका लागि करिब साढे चार लाख खर्च भयो । तर, यसमा करिब आधा खर्च त कलाकारको पारिश्रमिकमै भयो । पलले १ लाख २० हजार पारिश्रमिक लिए भने वर्षाले ८० हजार रुपैयाँ ।

नरेश जोगी, गायक

> 'अहिले धेरैजसो युट्युब च्यानलले लगानी गरिरहेका छन् । उनीहरु चल्तीका कलाकारलाई खेलाउन सके जति पनि लगानी गर्न तयार हुन्छन् ।'

यो त उदाहरण मात्रै हो, उनका प्राय गीतको म्युजिक भिडियोमा फिल्मका कलाकार नै हुन्छन् । 'किन चाहियो फिल्मकै कलाकार ?' जवाफमा उनी भन्छन्, 'पहिलो कारण त लगानीकर्ता नै हुन् । अहिले धेरैजसो यूट्युब च्यानलले लगानी गरिरहेका छन् । उनीहरू चल्तीका कलाकारलाई खेलाउन सके जति पनि लगानी गर्न तयार हुन्छन् । उनीहरूलाई लाग्छ, चल्तीका कलाकारले अभिनय गरे भिडियोको भ्युज बढी जान्छ ।'

उनी फिल्मका कलाकारलाई अभिनय गराउँदा गीत प्रमोसनमा फाइदा हुने पनि बताउँछन् । 'फिल्मका कलाकारलाई खेलायो भने संघर्षरत गायकलाई हेर्ने दृष्टिकोण पनि फरक हुँदोरहेछ, सम्मान पाइँदो रहेछ', उनले फिल्म स्टारलाई भिडियोमा लिनुको फाइदा सगर्व सुनाए ।

फिल्मका कलाकारलाई म्युजिक भिडियोमा नचाइरहने निर्देशक तथा कोरियोग्राफरमा पर्छन्, शंकर विसी । कतिपय अवस्थामा आफूले नचाहँदा-नचाहँदै पनि निर्माताको दबाब र चाहनाका कारण भिडियोमा हिरोइन लिनुपरेको उनले बताए । 'तर, हिरोइनलाई नचाएकै भरमा गीत चल्छ भन्ने होइन', उनी भन्छन्, 'चल्नलाई गीत र भिडियो नै राम्रो हुनुपर्छ ।'

स्वस्तिमा खड्का, अभिनेत्री

> 'अहिले म्युजिक भिडियोको क्वालिटी पनि फिल्मी गीतको जस्तै भइसक्यो । गीतको पब्लिसिटी पोस्टर पनि फिल्मको जस्तै भइसक्यो । त्यसैले मैले अभिनय गरेको म्युजिक भिडियो रिलिज हुँदा पनि दर्शकहरू फिल्मको गीत ठानेर झुक्किने रहेछन् ।'

गीतलाई फाइदा, फिल्मलाई घाटा

कुनै समय अभिनेत्री स्वस्तिमा खड्काको राम्रो आम्दानीको स्रोत थियो- म्युजिक भिडियो । एक दिन काम गरेर एक लाख रुपैयाँसम्म पारिश्रमिक लिन्थिन् । यसरी उनले थुप्रै म्युजिक भिडियो गरिन् ।

तर, डेढ वर्षदेखि उनले खासै म्युजिक भिडियो गरेकी छैनन् । यसको कारण हो- फिल्मलाई असर पुग्नु । 'अडियन्स धेरै झुक्किने रहेछन्,' उनले भनिन्, 'अहिले म्युजिक भिडियोको क्वालिटी पनि फिल्मी गीतको जस्तै भइसक्यो । गीतको पब्लिसिटी पोस्टर पनि फिल्मको जस्तै भइसक्यो । त्यसैले मैले अभिनय गरेको म्युजिक भिडियो रिलिज हुँदा पनि दर्शकहरू फिल्मको गीत ठानेर झुक्किने रहेछन् ।'

म्युजिक भिडियो धेरै गर्दा आफ्नै फिल्मको गीतको समेत चार्म नभएको बताइन् । 'फिल्मलाई एकदमै असर पुगेको महसुस भएपछि भिडियो गर्न छाडेको हुँ', उनले भनिन् ।

अहिले पनि सुरुमै एक लाख पारिश्रमिक दिने अफरसहित उनलाई म्युजिक भिडियोको अफर आउँछ । तर, उनी सिधैं नकार्छिन् ।

'डेढ वर्षमा जति अफर ल्याए, ती सब स्वीकार गरेको भए अहिलेसम्म ३० लाख जति भिडियोबाटै कमाइसक्थें,' उनी दाबी गर्छिन् । केही समयअघि पति निश्चल बस्नेतसँग जोडी बाँधेर अभिनय गरेको 'नाच फिरिरी' बोलको गीतले उनको करिअरमा थप उचाइ बढाउन मद्दत गर्‍यो । 'यस्तै खाले भिडियो आए त गर्ने थिएँ तर चित्त बुझ्ने कामै आउँदैन,' उनले भनिन् ।

कलिउड

नेपाली फिल्ममा भुटानी अभिनेत्री

चलचित्र निर्देशक दीपेन्द्र लामाले केही वर्षअघि सम्पन्न एउटा अन्तर्राष्ट्रिय चलचित्र महोत्सवका क्रममा भुटानी चलचित्रकी अभिनेत्री उगेन छोदेनसँग भेट गरेका थिए । उक्त भेटमा उनीहरूबीच भविष्यमा नेपाली चलचित्रका लागि सहकार्य गर्ने अनौपचारिक सहमति भएको थियो । अहिले उक्त सहमतिले औपचारिक स्वरूप पाएको छ । लामाले निर्देशन गर्ने पछिल्लो चलचित्र 'दुई नम्बरी' मा छोदेन मुख्य अभिनेत्रीको भूमिकामा प्रस्तुत हुँदैछिन् । छायांकनमा जाने तयारीमा रहेको उक्त चलचित्रमा छोदेनले अभिनेता दयाहाङ राईसँग अनस्क्रिन रोमान्स गर्नेछिन् । नेपाली चलचित्रमा अभिनय गर्न पाउनुलाई छोदेनले सौभाग्यका रूपमा चित्रण गरेकी छिन् । भुटानमा राजेश हमाल, पल शाह, दयाहाङ राई आदि अभिनेताको राम्रो क्रेज रहेको उल्लेख गर्दै उनले राईसँगै अभिनय गर्न पाउनु आफ्नो लागि बोनस भएको उल्लेख गरेकी छिन् । चलचित्रलाई भुटानी भाषामा स्वराङ्कन गरेर भुटानमा समेत प्रदर्शन गर्नका लागि पहल गर्ने छोदेनको योजना छ ।

सञ्चारकर्मीलाई रेखाको गफ

अभिनेत्री रेखा थापा अभिनित चलचित्र 'हिरो रिटर्न्स' प्रदर्शनको संघारमा छ । उक्त चलचित्रको ट्रेलर सार्वजनिक समारोहमा उपस्थित थापा र सञ्चारकर्मीबीच केही क्षण दोहोरी चल्यो । चलचित्रका बारेमा जानकारी दिने क्रममा अभिनेत्री थापाले सञ्चारकर्मीलाई 'कहिलेकाहीं निःशुल्क काम गर्न' आग्रह गरिन् । उनको आग्रहलाई केही अनलाइन सञ्चारकर्मीले 'विज्ञापनको शुल्कमात्र लिएको' भन्दै स्पष्ट मात्र पारेनन्, अभिनेत्री थापाले 'अहिलेसम्म कुनै पनि चलचित्रमा पारिश्रमिक नलिइ अभिनय गरेकी छिन् त ?' भन्ने जिज्ञासा समेत राखे । जवाफमा रेखा केही अक्मकाइन् र भनिन्, 'विगतमा केही चलचित्रमा पारिश्रमिक नलिई अभिनय गरेकी छु । 'हिरो रिटर्न्स' चलचित्रमा पनि मैले पारिश्रमिक लिएकी छैन ।' रेखाले चलचित्रमा पारिश्रमिक नलिइ अभिनय गरेको कुरालाई सञ्चारकर्मीले 'गफ' का रूपमा बुझेका छन् । किनभने उनले विगतमा पारिश्रमिक नलिइ अभिनय गरेको कुनै पनि चलचित्रको नाम उल्लेख गरिनन् ।

राजेशलाई निखिलको अफर !

फिल्म 'बागमती' र 'शकुन्तला' लगातार फ्लप भएपछि चार वर्षयता अभिनेता राजेश हमालले फिल्म गरेका छैनन् । बेलाबखत उनीकहाँ अफर लिएर जानेहरू त छन् तर कसैको स्क्रिप्ट उनलाई चित्त बुझेको छैन । अब फेरि उनी संख्या बढाउनकै लागि मात्रै फिल्म गर्न तयार पनि छैनन् ।

यही मुडमा रहेका हमालसँग बुधबार अभिनेता निखिल उप्रेतीले भेट गरेको तस्बिर अहिले चर्चामा छ । नयाँ फिल्म 'आयो भैरव'को तयारीमा रहेका निखिल-हमालबीचको भेटलाई अहिले फिल्मवृत्तमा अर्थपूर्ण रूपले हेरिएको छ ।

स्रोतअनुसार निखिलले हमाललाई आफ्नो फिल्ममार्फत कमब्याक हुन प्रस्ताव गरेका छन् । तर, हमालले कुनै प्रतिक्रिया दिएका छैनन् । निखिल-राजेशको भेटघाट 'चियागफ'मा सीमित हुने हो वा सहकार्यमा बदलिने हो ? यसकै प्रतीक्षा छ ।

सविनको सस्तो फन्डा

अभिनेता सविन श्रेष्ठले ०७३ साल साउनमा फिल्म बनाउने घोषणा गरे, 'हिरो रिटर्न्स' । बल्ल रिलिजको घोषणा भयो, ०७७ साल वैशाख-३ गते । आफूले अभिनय गरेका फिल्म लगातार फ्लप भएपछि सविन अहिले 'हिरो रिटर्न्स' चाहिँ जसरी पनि चलाउने पक्षमा छन् । उनले हालै फिल्म प्रचारमा सहयोग पुगोस् भनेर फेसबुकमा एउटा अनौठो पोस्ट गरे । पोस्ट थियो- आफ्ना फिल्मका दुई पोस्टरसँगै बलिउडका दुई फिल्मका पोस्टर ।

८ महिनाअघि रिलिज भएको 'साहो' फिल्मको पोस्टर र अघिल्लो शुक्रबारबाट प्रदर्शनमा आएको 'बागी-३' को टाइगर श्राफको एक्सन लुक सेयर गर्दै उनले जिब्रो बाहिर निकालिएको 'इमो'सहित लेखे, 'बलिउडमा कलिउडको कपि हुँदोरैछ । सन्जोगमात्रै होला ।'

पोस्ट देखेर फ्यानले समेत उनलाई उडाए । कारण, कुनै पनि दृष्टिबाट ती पोस्टर बलिउडको 'कपी' देखिँदैनन् । उनको फेसबुक पोस्टमुनि मेघनाथ कँडेलले कमेन्ट गरे, 'लाज मान्नुपर्ने हो, एकपटक फेसबुकमा अपलोड गर्नुभन्दा पहिले ।' 'फिल्म चलाउन सविनले किन सस्तो फन्डा गरेको ?' फिल्म वृत्तमा टिप्पणी भइरहेको छ ।

बलिउड

भाग्यमानी कट्रिना

बलिउड अभिनेत्री कट्रिना कैफ अभिनेता शाहरूख खान, ऋतिक रोशन, अक्षय कुमार र सलमान खानजस्ता स्टारलाई मित्र बनाउन पाउनुलाई भाग्यमानी ठान्छिन् । आफूले सबै स्टारलाई सम्मान गर्ने भएकाले पनि मित्रतामा कहिल्यै इगो नभएको उनको तर्क छ । 'तपाईंले मेरो इगोमा चोट पुऱ्याएको कुरालाई कहिल्यै ध्यान दिन्नँ । किनभने त्यो तपाईंको समस्या हो ।' उनले भनेकी छन्, 'अपमान हुने कुरामा तपाईं उठ्नुपर्छ र आफैं जोगिनुपर्छ । आफूमाथि अपमान गर्नेसँग इगो राखेर के फाइदा ?' शाहरूख, ऋतिक, अक्षय, सलमानजस्ता महत्त्वपूर्ण मित्र पाएकोमा गर्व गर्दै उनले भनेकी छन्, 'आफूलाई भाग्यशाली ठान्दछु । म उनीहरूसँग जुनसुकै समयमा कुराकानी गर्न सक्छु ।'

आमिरसँगको चुम्बन सम्झना

बलिउडमा करिश्मा कपुर ९० को दशककी सुन्दर र प्रतिभावान् अभिनेत्रीका रूपमा चिनिन्छिन् । अहिले चलचित्रबाट टाढिए पनि सामाजिक सन्जालमा करिश्माको सक्रियता बढ्दो छ । आफ्नो समयमा उनले बलिउडमा निकै हिट चलचित्र दिइन् । उनले आफ्नो समयमा हरेक हिट अभिनेतासँग स्क्रिन सेयर गरिन् । उनले हालै मात्र डिजिटल प्लेटफर्ममा वेभ सिरिज 'मेन्टलहुड'मार्फत पाइला चालेकी छन् । यो वेभसिरिजको प्रमोसनका दौरानमा करिश्माले सन् १९९६ को आफ्नो सुपरहिट चलचित्र 'राजा हिन्दुस्तानी'मा अभिनेता आमिर खानसँग दिएको चुम्बन दृश्यका बारेमा खुलासा गरेकी छन् । उनले आमिरसँग चुम्बन दृश्यको सुटिङ गर्दा कस्ता समस्याहरू झेल्नुपऱ्यो ? भन्ने खुलासा गरेकी हुन् । 'त्यो समयमा मेरा लागि चुम्बनको दृश्य छायांकन गर्नु सजिलो थिएन । उक्त दृश्य खिच्न हामीलाई तीन दिन लागेको थियो,' उनले भनेकी छन्, 'फेब्रुअरी महिनामा यति चिसो थियो कि हामीले बेलुका ६ बजे यो दृश्य खिचेका थियौं ।' उक्त चुम्बन दृश्य बलिउडकै सबैभन्दा लामो मानिन्छ ।

हलिउड

एलीको वैवाहिक खुसी

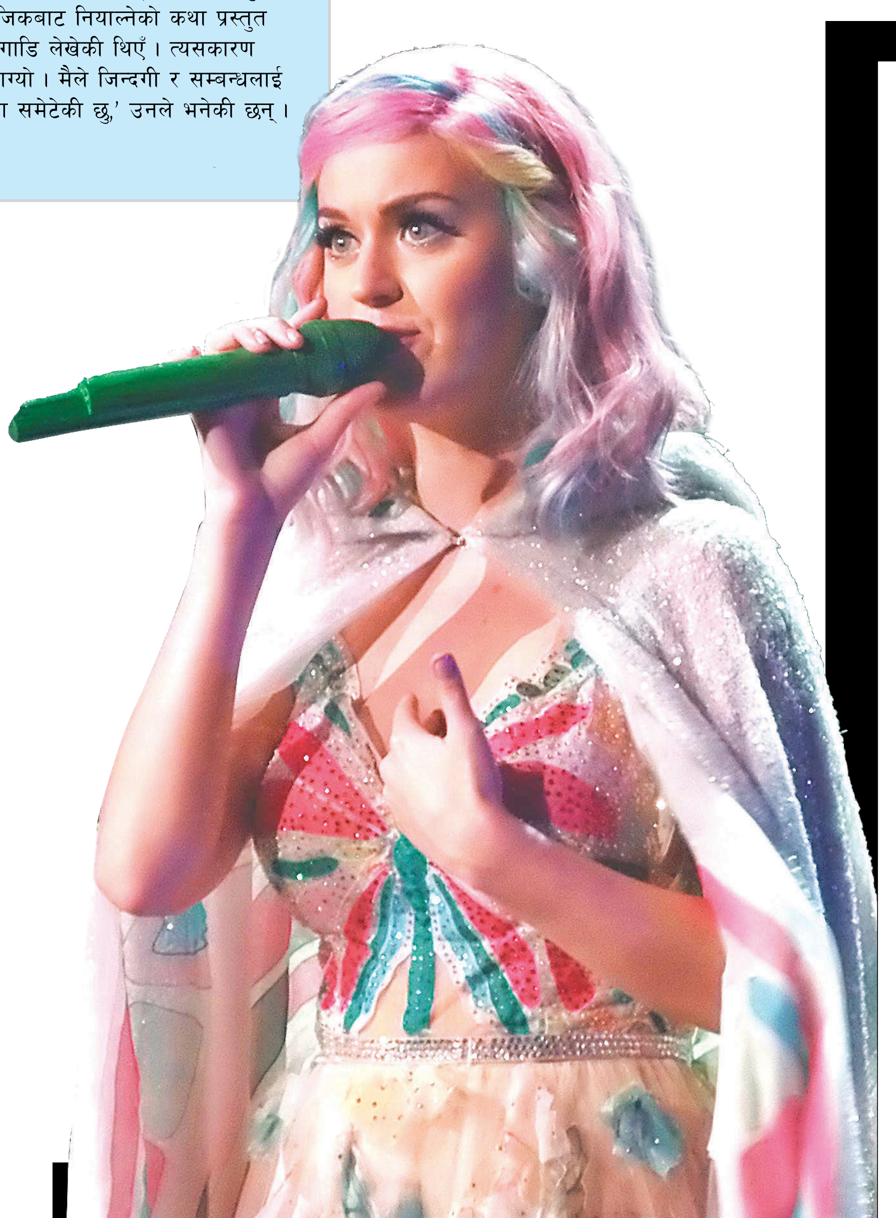
अहिले गायिका एली गोल्डिङ वैवाहिक जीवनलाई निकै सुन्दर तरिकाले अगाडि बढाइरहेकी छन् । उनका पति केस्पर जोपिलंग जहिल्यै हनिमुन फेसमा देखिन्छन् । 'लभ मी लाइक यू डु' हिटमेकर एलीले गत वर्षको अगस्टमा आर्ट डिलर जोपलिंगसँग विवाह गरेकी थिइन् । हालै मात्र एलीले ब्याङ्ग शो बिजका लागि गरेको साक्षात्कारमा वैवाहिक जीवनलाई लिएर खुसी व्यक्त गरेकी हुन् । ३३ वर्षीया गायिकाले आफ्नो आगामी एल्बमका बारेमा कुरा गर्दै एल्बम निकै अगाडि पूरा भइसकेको जानकारी दिएकी छन् । उनका अनुसार एल्बमले जीवन र सम्बन्धलाई नजिकबाट नियाल्नेको कथा प्रस्तुत गरेको छ । 'मैले यसलाई निकै अगाडि लेखेकी थिएँ । त्यसकारण पनि एल्बम आउन निकै समय लाग्यो । मैले जिन्दगी र सम्बन्धलाई जसरी हेरेको छु, आफ्नो एल्बममा समेटेकी छु,' उनले भनेकी छन् ।

सडकमै विवाह प्रस्ताव

भनिन्छ, प्रेम अन्धो हुन्छ । कोही-कोही प्रेमलाई उमेरले छेक्दैन भन्छन् त कोही एकै नजरमा प्रेम हुन्छ पनि भन्छन् । अमेरिकन मोडल केन्डल जेनरलाई यस्तै अप्ठ्यारो स्थिति आइलाग्यो । हालै मात्र उनले सडकको बीचमा यस्तै एक प्रेमीको सामना गर्नुपर्‍यो । उनीले हाँकिरहेको कार रोकेर एक युवकले विवाहको प्रस्ताव राखे । त्यो क्षणमा उनले केही कुरा सम्झिइनन् । केवल मुस्काइरहिन् । केही समयपछि सामान्य अवस्थामा आएर ती युवकसँग कुराकानी गरिन् । उनले युवकको प्रस्तावलाई अस्वीकार त गरिन् नै, युवकको पनि खुलेर तारिफ गरिन् । युवकले विवाहको प्रस्ताव गरेको उक्त भिडियो सामाजिक सञ्जालमा भाइरल भएको छ । भिडियोमा आफूलाई मन परेको कलाकारसँग कुराकानी गर्न पाउँदा युवक पनि खुसी देखिएका छन् । एक प्रत्यक्षदर्शीका अनुसार ती युवक विवाहको प्रस्तावकै लागि सुनको औंठी लिएर पुगेका थिए । जब उनले प्रस्ताव राखे, जेनर निकै ठूलो स्वरले हाँसेकी थिइन् । जेनरले कुनै प्रतिक्रिया नजनाएपछि भविष्यमा विवाहको सम्भावना छ या छैन भनेर ती युवकले जेनरलाई सोधेका थिए ।

टकरावपछि मिलन

गायिका केटी पेरीले आमा बन्न लागेको घोषणा गरेको केही दिनपछि अभिनेता ओरलेन्डो ब्लूमसँगको सम्बन्धमा टकराव आएको खुलासा गरेकी छन् । 'टिनेज ड्रिम'की हिटमेकर केटीले यसै साताको सुरुमा आफू आमा बन्न लागेको खबर सामाजिक सञ्जालमा सेयर गरेकी थिइन् । उनले आफ्नो बेबी बम्पको भिडियो पनि पोस्ट गरेकी थिइन् । हालै मात्र 'रेडियो शो'मा आउनासाथ ३५ वर्षीया केटीले सम्बन्धमा आएको उतार-चढावबारे चर्चा गरिन् । उनले आफू र अभिनेताबीच कहिल्यै सहज सम्बन्ध हुन नसकेको खुलाइन् । 'मैले जानेर बुझेर या अन्जानमा यस्तो साथी चुनेकी छु, जो यो ध्यान राख्छन् कि म आफैं सर्वश्रेष्ठ भर्सनमा विकसित भइरहेको छु', उनले भनेकी छन्, 'म र मेरो साथीबीच धेरै टकराव हुन्छ । तर, यो टकरावबाट केही राम्रा कुरा बाहिर निस्कन्छन् । हामी जहिल्यै पनि टकराव पछि मिल्ने गरेका छौं ।'



क्रिसीलाई भूतको डर

प्रख्यात मोडल क्रिसी टिजन घरमा निकै डराएर बस्ने गर्छिन् । घरमा कुनै भूत वा दुष्ट आत्माको छाया परेकाले आफू त्रसित रूपमा बस्नुपरेको उनको दाबी छ । उनले आफूलाई रातको समयमा एक अनौठो किसिमको डरले सताउने गरेको खुलाएकी छन् । टिजनले गत मार्च ४ मा ट्विटरमा डरका कारण आफू अर्को कोठामा सुत्ने गरेको खुलासा गरेकी थिइन् । 'मलाई थाहा छ कि यो कुरा सुन्दा तपाईंलाई अनौठो लाग्न सक्छ । तर मलाई लाग्छ कि मेरो घरमा कुनै भूत या दुष्ट आत्माको छाया छ, जसबाट म निकै डराइरहेकी छु', उनले भनेकी छन्, 'म चाँडै सुत्न गएँ र निकै समय सुतें । ब्युँझँदा आफैं पसिनाबाट भिजेको थिएँ । किनकि मैले डरलाग्दो सपना देखेको थिएँ । हरेक पटकको सपना त्यस्तै डराउने किसिमकै देख्छु ।' संगीत कलाकार जोन लिजेन्डकी पत्नी क्रिसीले आफू डरकै कारण अर्को कोठामा सुत्न बाध्य भएको जनाएकी छन् ।

केवल एक प्रश्न

कोरोना भाइरसबाट बचन के उपाय अपनाउनु भएको छ ?

हात सफा गर्नलाई ह्याण्ड सेनिटाइजरको नियमित प्रयोग गरिरहेको छु। सकेसम्म घरकै खाना खाइरहेको छु। कार्यक्रमहरूमा निकै कम सहभागिता जनाइरहेको छु।

सोनम पाखिन, निर्देशक

घर बाहिर गरिने सबै कामका लागि सेनिटाइजर र मास्कको प्रयोग गरिन्छ। घर बाहिर कम निस्कन थालेको छु।

सञ्जय खतिवडा, अभिनेता

भीडभाडमा जान्न, जानै पर्‍यो भने मास्क प्रयोग गर्छु। चिसो खानेकुरा खान बन्द गरेको छु। रुघा-खोकी लाग्यो भने मेडिकलमा गएर डाक्टरसँग सल्लाह लिने योजना छ। हरेक खानेकुरा धेरैभन्दा धेरै पकाएर खाइरहेको छु।

शिव बिक, कोरियोग्रँफर

भीडभाडमा गएकी छैनँ।

कुन्ति मोक्तान, गायिका

सकेसम्म भीडभाडबाट टाढा नै रहन्छु। बाहिर निस्कँदा मास्क छुटाउने गरेको छैन। सरसफाइमा पनि पहिलेभन्दा बढी नै समय दिएको छु।

सशान कँडेल

भीडभाडमा जान बन्द गरेँ। मे महिनासम्मका आफ्ना अन्तर्राष्ट्रिय कार्यक्रम स्थगित गरेको छु। तातो पानी निरन्तर पिउँछु। बेला-बेलामा साबुनपानीले हात धोइरहेको छु।

टंक चौलागाईं, रंगकर्मी

सकभर कमभन्दा कम मान्छेहरूसँग भेटघाट गर्न थालेको छु। हरेक घण्टामा साबुन-पानीले हात धुने गरेको छु। त्यस्तै सेनिटाजरको प्रयोग गर्न थालेको छु।

सानु खान, इभेन्ट म्यानेजर

हात मिलाउन र अंकमाल गर्नबाट त पहिलेदेखि नै टाढै बसियो। सरसफाइमा पनि सधैं नै ध्यान दिइन्छ। भीड खासै मन पर्दैन। नेपालीलाई अरूलाई छोइहाल्ने रोगले हत्तपत्त छुँदैन। बाँकी हेरौं।

शान बस्न्यात, चलचित्र लेखक

सरसफाइमा विशेष ध्यान दिएको छु। सकेसम्म हुलमुल हुने र नयाँ ठाउँमा जना छोडेको छु। अरू त भगवान भरोसा !

फूपु तेन्जिङ शेर्पा, युवा उद्यमी

एकदम हाइजेनिक बस्न जरुरी छ। भीडभाडलाई एभोइड गर्दै बाहिर निस्कँदा मास्क लगाउन थालेकी छु।

प्राश्ना शाक्य, गायिका

सकेसम्म भीडभाडमा जान्नँ। अहिले डाइट प्लानमा भएकाले पनि घरमै बसेकी छु। हुन त संसारमा बेला-बेलामा एउटा न एउटा महामारी चलिनै रहेको हुन्छ। अहिले सूचना एवं प्रविधिको उच्च विकासले कहिलेकाहीँ आवश्यकताभन्दा बढी हल्ला भएर मानसिक रूपमा असर गरिरहेको हुन्छ।

उषा शेचरन, साहित्यकार

हात धुने र मास्क लाउने बाहेक केही गरिएको छैन। भगवान भरोसा भन्नू पर्‍यो।

लोकराज अधिकारी, गीतकार

एउटा एन ९५ मास्क किनेर लगाएको छु। बिहानै उठेर हल्का योगा गर्छु। किनभने शरीरमा जति सकारात्मक ऊर्जा निकाल्यो, रोगसँग लड्न सक्ने शक्ति उति विकास हुन्छ। सकेसम्म अत्यन्तै ठूलो भीडमा गएको छैन। विदेशका कार्यक्रममा जाने निर्णय गरेको छैन।

थानेश्वर गौतम, गायक

फेसबुक र म्यासेन्जरमा आफ्नै तालले पोस्ट गरिएका बकम्फुसे उपायका पछाडि नलागेर विशेषज्ञ चिकित्सकले भनेका कुरा मान्ने काम गरिरहेको छु।

सन्तोष खनाल, भिडियो जक्की

प्रत्येक १५ मिनेटमा मनतातो पानी पिउँछु। हात ह्यान्ड वास प्रयोग गरी १५-२० मिनेटको फरकमा धोइरहेको छु। मास्क त अनिवार्य नै हो कोरोना न आउँदैदेखि। ट्रेनको यात्रा कम गरेको छु। वृद्ध-वृद्धाहरूसँग अलि सजक छु। अहिलेसम्म म बस्ने जापानको सिटीमा एक जनालाई मात्र कोरोना देखिएको छ। फैलिने क्रम ज्यादै न्यून छ। जापानमा शिर निउराउने चलन भएकाले हात मिलाउनु पर्दैन। त्यो चाहिँ खुब गज्जब लागिरहेको छ। नेपालमा नमस्कार प्रयोगमा ल्याए गज्जब नै हुने देखियो।

सचिन आचार्य, सञ्चारकर्मी

भीडभाडमा कम जाने गरेकी छु। आफू र आफ्नो वरिपरि सरसफाइमा ध्यान दिएकी छु। सकेसम्म माछा-मासु खाएको छैन। साथीभाइसँग भेटघाट गर्दा नमस्कार नै सही उपाय भएकाले हात मिलाउने, हग गर्ने गरेको छैनँ। बाहिर जाँदा मास्क प्रयोग गरिरहेकी छु। अहिले प्रायः कार्यक्रम पनि रद्द गरेर नै बसेकी छु। स्वास्थलाई फिट कसरी राख्ने भन्ने कुरामा ध्यान दिइरहेकी छु।

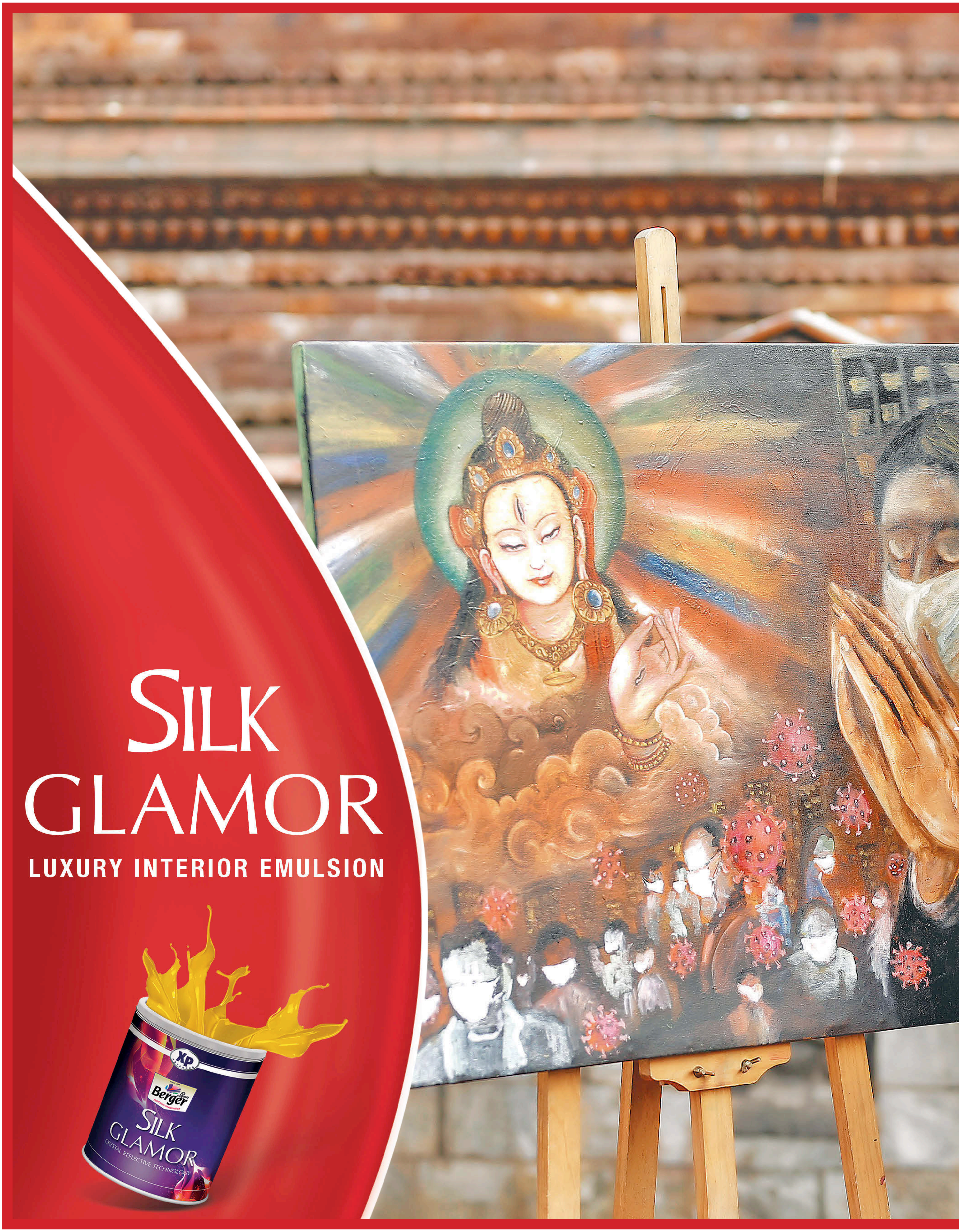
सहिमा श्रेष्ठ, गायिका

जहाँ जाँदा पनि मास्क प्रयोग गरिरहेको छु। हात मिलाउन बन्द गरेको छु।

सुनिल सिंह ठकुरी, गायक

विश्व स्वास्थ संगठनको वेबसाइटमा उल्लेख गरिएका कुराहरूलाई अपनाइरहेको छु।

प्रभात रिमाल, सञ्चारकर्मी


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

सूचना र मनोरञ्जनको संगालो
साप्ताहिक

Since 1760
Berger Lewis
Paint your imagination

Glamor icon of the week

सपनाको पौभा मोह

संसार कोरोना भाइरसका कारण आक्रान्त भइरहेका बेला कलाकार सपना पौडेल महर्जनले साप्ताहिकको ब्लो अपका लागि एक चित्र तयार पारेकी छन् । जहाँ उनले 'श्वेत तारा'लाई रक्षकको बिम्बका रूपमा प्रस्तुत गरेकी छिन् । उनले चित्रमार्फत संक्रमितका लागि स्वास्थ्य, उपचार र दीर्घायुको कामना गरिरहेको देखाएकी छिन् । 'जब संसारमा अवरोध आउँछ र अकाल मृत्यु निम्तन्छ, तब मानिसको जीवन बचाउन मानिसले नै सहयोग गर्ने देवीका रूपमा श्वेत तारा प्रस्तुत गरेकी हुँ ।' 'श्वेत तारा'लाई बुद्ध धर्ममा सालिन देवीका पुज्ने चलन छ ।

सपना अहिले पौराणिक पौभा क्यानभासमा उतार्न व्यस्त छिन् । उनले केही वर्षअघि आर्ट काउन्सिलमा एकल कला प्रदर्शनी गरेकी थिइन् । पहिलो प्रदर्शनीमै उनको धेरै चित्र बिक्री भएको थियो । उनी अहिले अनलाइन अर्डर लिई विदेशमा समेत आफ्ना चित्र बिक्री गरिरहेकी छिन् । उनका प्रायः चित्र भगवान् र संगीतसँग सम्बन्धित हुन्छन् ।

परम्परागत चित्रकलामा महिला सहभागिता कम भएका बेला सपनाले गरेको प्रयास उल्लेखनीय छ । कठिन मानिने यो विधामा लागेपछि अरूखाले चित्रप्रति रूचि नभएको उनको भनाइ छ । यस्ता चित्र बनाउन बढी समय लागे पनि तत्काल बिक्री हुन्छ । सपनाले परम्परागत चित्र कोरेर नामसँगै मनग्ये दाम पनि कमाइरहेकी छिन् । 'परम्परागत शैलीका चित्र कोर्न पर्याप्त धैर्यता र मेहनतको खाँचो छ', सपना भन्छिन्, 'नेपाली कलालाई अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा चिनाउन परम्परागत चित्रकलाको महत्व धेरै छ ।' उनले साप्ताहिकसँग भनिन् ।

सिर्जना दुवाल श्रेष्ठ

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

तस्बिर : महेश प्रधान
पहिरन : उषाज् स्टाइलिस्ट बुटिक, कुपण्डोल
लोकेसन : माइतीघर मण्डला

आवरण

तस्बिर : नवराज बाले

किताबमा कर

किताब व्यवसायीले 'फेयर' कारोबार नगरेको भन्दै सरकारले लगाएको भन्सार करको मारमा विद्यार्थी परेका छन् ।

'यो मुद्दा हाम्रो व्यवसायको कुरा मात्रै होइन, प्रत्यक्ष जनसरोकारको मुद्दा हो । पहिलो असर सिधै विद्यार्थीलाई पर्छ भनेर विषय बाहिर आउनुअघि नै हल गर्ने प्रयत्न गर्‍यौं । तर, राज्यले सुनेन ।'

■ **कला अनुरागी**

हिमाली भेगमा छन् धेरै 'याक्स' !
चाहिएन हामीलाई किताबमा 'ट्याक्स' !

किताबमा लगाइएको भन्सार कर सन्दर्भमा युट्युबर बिनायक कुइकेलले आफ्नो च्यानलमा सोमबार भिडियो अपलोड गरे । करको विरोध गर्दै उनले 'ट्याक्स'मा लय मिल्ने शब्द अन्तिममा प्रयोग गरी 'कविता' लेख्न अनुरोध गरेका छन् । त्यसलाई पछ्याएर लेखिएका अनेक कविता उनको च्यानल र सामाजिक सञ्जालमा देखिन थालेका छन् ।

यसअघि पुस्तकप्रेमी युवाहरूले पाटन दरबार स्क्वायरमा दैनिक कार्यक्रम गर्दै 'मेक बुक ट्याक्स फ्री' अर्थात् किताबलाई करमुक्त बनाऔं नामक आन्दोलन घोषणा गरेका थिए । उपत्यका बाहिर पोखरा र दमकमा पनि विद्यार्थी र पाठकहरू प्लेकार्डसहित आन्दोलनमा निस्केका थिए । उनीहरूले पुस्तक वाचन गरेर सरकारी नीतिको विरोध गरे । कोरोना भाइरसको सन्त्रास फैलिएसँगै उनीहरूले पहिलो चरणको आन्दोलन सकिएको घोषणा गरेका छन् । त्यसयता पनि किताबमा कर विरोधी आवाज यसैगरी कुनै न कुनै रूपमा अभिव्यक्त भइरहेको छ ।

यो परिदृश्यको पृष्ठभूमिचाहिँ गत जेठमा नै सुरु भएको हो । सरकारले आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ को बजेट कार्यान्वयन गर्न बनेको अर्थ विधेयकमा किताबलगायत मुद्रणजन्य वस्तु आयात गर्दा १० प्रतिशत भन्सार महसुल लाग्ने व्यवस्था गर्‍यो । नेपाल मुद्रण उद्योग महासंघले तुरुन्तै त्यसको स्वागत गर्‍यो ।

महासंघले बजेट बन्नुअघि नै अर्थ मन्त्रालय र विभिन्न मन्त्रालयसहित सरोकारवाला निकायमा ज्ञापनपत्र दिएको थियो । जसमा उल्लेख थियो, 'विदेशमा मुद्रण गराई आयात गरिने पुस्तकलगायतका सामग्रीहरूमा प्रयोग हुने मुख्य कच्चा पदार्थ कागज र अन्य कच्चा पदार्थमा समेत भन्सार कर १५ र भ्याट १३ प्रतिशत कर लगाइयोस् वा मुद्रित पुस्तक तथा अन्य सामग्रीहरू सरह मुद्रणसम्बन्धी कच्चा पदार्थमा समेत कर व्यवस्थापन गरियोस् ।' उक्त मागको आंशिक सम्बोधन सरकारले गरेको भन्दै महासंघले स्वागत गरेको थियो ।

तर, नेपाल राष्ट्रिय पुस्तक विक्रेता तथा प्रकाशक संघलाई भने निर्णयले झट्का दियो । संघले निर्णय तुरुन्त फिर्ता लिन माग गर्‍यो । सरकारले निर्णय फिर्ता नलिए पनि सङ्घले लबिङ सुरु गर्‍यो । त्यतिबेला तत्कालीन अर्थ सह-सचिव निर्मलहरि अधिकारीलाई भेटेर ज्ञापनपत्रसहित छलफल गरेको संघका अध्यक्ष लिखतप्रसाद पाण्डे बताउँछन् । तर, कुनै सम्बोधन भएन । त्यतिबेला आफूले व्यक्तिगत रूपमा पनि सक्दो लबिङ गरेको पाण्डे सुनाउँछन् । उनकै भाषामा त्यो सबै खेर गयो ।

'यो मुद्दा हाम्रो व्यवसायको कुरा मात्रै होइन, प्रत्यक्ष जनसरोकारको मुद्दा हो । पहिलो असर सिधै विद्यार्थीलाई पर्छ भनेर विषय बाहिर आउनुअघि नै हल गर्ने प्रयत्न गर्‍यौं । तर, राज्यले सुनेन', उनको गुनासो छ ।

त्यसपछि संघले पत्रकार सम्मेलन गर्‍यो । युनेस्को, इन्टरनेसनल प्रेस एसोसिएसन (आईपीए)लगायत आफू आबद्ध र सरोकारवाला राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय निकायमा पनि पत्राचार गरी किताबमा भन्सार कर लगाइएकाबारे ध्यानाकर्षण गरायो । आईपीएलगायत केही संस्थाले प्रतिक्रिया पनि दिए । प्रदीप गिरी, गगन थापालगायत सांसद्ले सदनमै आवाज उठाए ।

तर, पनि केही नलागेपछि संघले अर्थमन्त्री डा. युवराज खतिवडालाई भेट्यो । अर्थ मन्त्रीले १ खर्ब लगानी भइसकेको नेपाली मुद्रण उद्योगलाई संरक्षण गर्नुपर्ने तर्कसहित संघको माग पूरा गर्न नसक्ने बताए । पाण्डे भन्छन्, 'त्यतिबेला मन्त्रीज्यूले म तथ्यमा बोल्छु, त्यसैले सबै सोचेर निर्णय भएको छ भन्नुभयो । तर उहाँले बोलेको तथ्य गलत छ भन्ने पानस साउथ एसियाले गरेको फ्याक्ट चेकले बतायो ।' उनले त्यो विवरण अर्थमन्त्रीसहित तत्कालीन अर्थ र राजश्व सचिवलाई मेल गरे । त्यस बिषयमा मिडियामा पाण्डेको अन्तर्वार्ता पनि आयो । पाण्डेको भाषामा त्यसपछि तत्कालीन राजश्व सचिव लालशंकर घिमिरेले प्रतिशोध साँधे । साउन २२ गतेको घटना सम्झँदै उनी भन्छन्, 'घिमिरेले राजश्व अनुसन्धान कार्यालय डिजी विष्णु नेपाललाई फोन गरेर मन्त्रीज्यूलाई भेट्न गएको समूहको पसलमा छापा मार्न पठाउनुभयो । मैले चलाइरहेको भृकुटी प्रकाशनका साथै पिलग्रिम्स बुक हाउस, एकता बुक्स,

मण्डला बुक प्वाइन्ट र एजुकेसनल इन्टरप्राइजेज छापा मारियो । आयात र बिक्रिका कागजात, हिसाब खाताका साथै कम्प्युटरसमेत लानुभयो । हामीलाई चरेस, भाङकै व्यापार गरेको जस्तो व्यवहार गरियो । यो प्रतिशोध साँधेको हो ।'

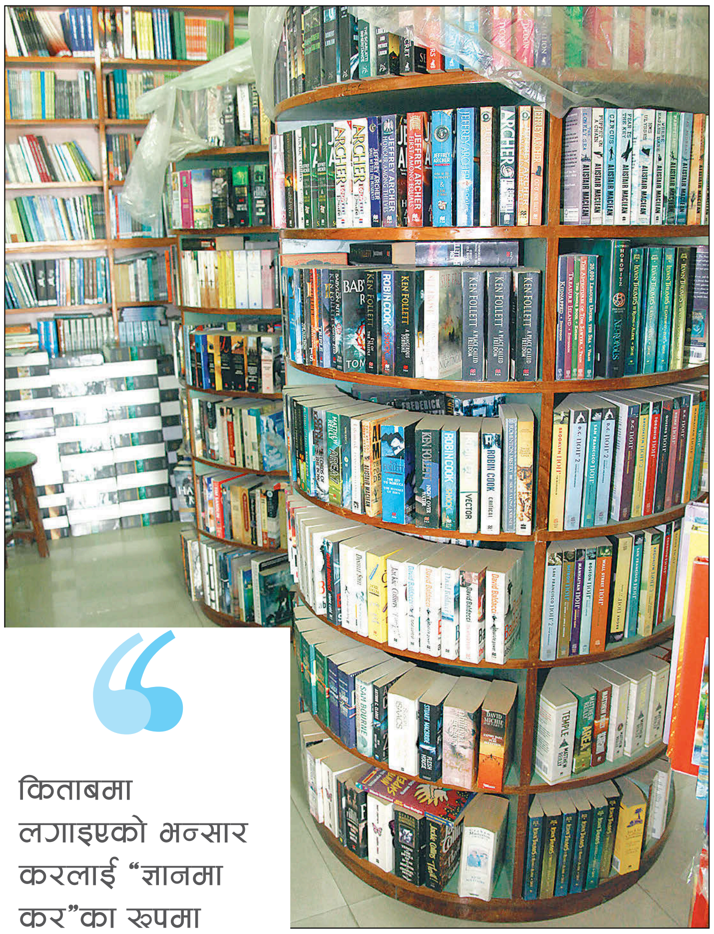
त्यसपछि प्रकाशकहरू आतंकित भएको पाण्डे बताउँछन् । लगत्तै आयात ठप्प भयो । विस्तारै, अब निर्णय स्वीकारेर अघि बढ्नुको विकल्प नदेखिएको निष्कर्षमा पुगे र किताब आयात थाले । तर, २१ वटा फर्मले विभिन्न मुलुकमा मुद्रण भई भारतबाट झिकाइएका पुस्तक बोकेको ट्रक राजश्व अनुसन्धान कार्यालय, पथलैयाले नियन्त्रणमा लियो । सम्बन्धित व्यवसायी आफैं गएर बयान दिई धरौटी दाखिला गरेपछि करिब एक महिनापछि किताब छाडियो, तर अर्को पटक त्यसरी नछाडिने चेतावनीसहित । त्यहाँ कुरा उठ्यो कि पुस्तकमा भन्सार कर बिलअनुसार होइन कि किताबमा उल्लेखित मूल्यका आधारमा लिइनेछ । पुस्तक 'अन्डर बिलिङ' गरेर भन्सार छलेको राजश्वको दाबी थियो । त्यसपछि पुस्तक व्यवसायीहरू हच्किए, आन्दोलनको मानसिकताबाट पछि हटे र आवश्यक किताबमात्रै आयात गर्ने निष्कर्षमा पुगे ।

त्यसको असर किताबको बिक्रीमा देखिन थाल्यो । व्यवसायीहरूले किताबमा लागेको भन्सार करसहितको मूल्य क्रेतासँग लिन थाले । पुस्तकको मूल्य एका-एक चुलिन थाल्यो । पाण्डे विस्तारपूर्वक भन्छन्, 'भारतमा किताबका बहुराष्ट्रिय कम्पनीको अफिस छ, त्यसमा पनि भारतले दक्षिण एसियामै व्यापारको अनुमति लिएको हुन्छ, जसमा दक्षिण एसियाली देशको क्रयशक्तिलाई आधार मानेर उनीहरूले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमूल्यको ८० देखि ९० प्रतिशतसम्म छुट लिएका हुन्छन् । त्यसो गर्दा हामीले सस्तोमा पुस्तक पाउँछौं । त्यहाँ उनीहरूले हाम्रोसमेत मार्जिन राखेर अर्को मूल्य स्टिकर टाँसिदिन्छन् ।'

राजश्वले स्टिकरमा टाँसिएको मूल्यलाई मान्यता नदिने भयो । त्यसलाई 'अन्डरबिलिङ' गरेको मानिने भयो । त्यसैले पुस्तकमा डलर वा पाउन्डमा राखिएको मूल्यकै भन्सार कर तिर्नुपर्ने भयो । व्यवसायीले भन्सार करलाई आन्तरिक करकै रूपमा किताबमा जोडिदिए । त्यतिमात्र होइन, राजश्वले ३३ प्रतिशतभन्दा बढी छुटको बिललाई पनि मान्यता नदिने प्रावधान पनि ल्याइदियो, त्यसले गर्दा व्यवसायीहरू किताबको मूल्य बढाउन बाध्य भएको पाण्डेको जिकिर छ ।

त्यसपछि मारमा परे विद्यार्थी । विश्वविद्यालयका पाठ्यक्रम र सन्दर्भ किताब झन्डै ८० प्रतिशत विदेशी लेखकका छन् । जसको छपाइ भारतका साथै तेस्रो मुलुकमा हुन्छ । ती किताब नेपाल आउँदा निकै महँगो पर्न थाले । र, विद्यार्थीहरूको आन्दोलन सुरु भयो । त्यसमा विदेशी किताब अध्ययनको अनिवार्यता रहेका लेखक, अनुसन्धाता, पत्रकार, नेता, संगीतकारलगायतले विरोधका स्वर सुनाए । जो, अहिले पनि कुनै न कुनै रूपमा जारी छ ।

सरकारको निर्णयपछि मुद्रण उद्योगीहरू भने चुपचाप छन् । नेपाल मुद्रण उद्योग महासंघका प्रवक्ता पीबी पोखरेल आफूहरूको मागको केही प्रतिशत भए पनि सम्बोधन गरिएकोले आफूहरू चुप लागेको बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'हाम्रो मत कर बढाउनुपर्छ भन्ने होइन, तर त्यही सामग्री उत्पादन गर्न आयात गरिने कच्चा पदार्थमा २८ प्रतिशत कर लगाइने तर तयारी सामान ल्याउँदा कर नै नलाग्ने व्यवस्था हुँदा नेपाली उद्योगीहरू मारमा परेका छन् भन्ने हो । त्यसमा यसले केही सकारात्मक असर परेको छ । तर, अझै समान भइसकेको छैन ।'



> किताबमा लगाइएको भन्सार करलाई "ज्ञानमा कर"का रूपमा बुझ्न नहुने सरकारको जिकिर छ ।

यता, किताबमा लगाइएको भन्सार करलाई 'ज्ञानमा कर'का रूपमा बुझ्न नहुने सरकारको जिकिर छ । शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री गिरिराजमणि पोखरेल अहिले नेपाली मुद्रण उद्योगलाई सक्षम बनाउने कि नबनाउने भन्ने सवालमा भन्सार कर आएको दाबी गर्छन् । उनी भन्छन्, 'भारतमा गएर छापिएको किताबलाई भन्सार नलाग्ने अनि त्यहाँबाट आउने कागजमा भन्सार लाग्ने नीति समान भएन । हामी सधैं पराधिन भइरहने कि आफ्नै खुट्टामा उभिने भन्ने बहस यसमा जोडिएको छ ।' तर, यस सन्दर्भको छलफलमा खुला हुनुपर्ने उनको मत छ । 'म आफैं पनि पुस्तक पढेर यो ठाउमा आएको हुँ । पुस्तकसँग सम्बन्ध हुँदैनथ्यो भने मन्त्री पनि हुन्नथेँ जस्तो लाग्छ । त्यसैले हामीले यसको खुला छलफल गरी कसरी व्यवस्थान गर्ने भन्नेमा स्पष्ट हुनुपर्छ', उनको भनाइ छ । किताबमा भन्सार करको बहसले राम्रो गरिरहेको उनको बुझाइ छ । पोखरेलले प्रतिप्रश्न गरे, 'अहिले किताबमा कति नाफा हुन्छ ? त्यसभित्र कति सक्कली काम भइरहेको छ ? युनेस्को र विश्व व्यापार संघको मान्यता के छ ? यी विषयमा बहस भएको छ । यो बहस राम्रो हो ।'

बहसले राम्रो गरिरहे पनि त्यसले उपभोक्तालाई मार परिरहेको कुरालाई सरकारले पनि नकार्न सकेको छैन । कान्तिपुरसँगको अन्तर्वार्तामा अर्थमन्त्री डा. युवराज खतिवडा भन्छन्, 'सबै अप्रत्यक्ष करको भार अन्त्यमा उपभोक्तालाई नै पर्छ । पुस्तक बिक्रेताहरूलाई मेरो अनुरोध- सामान बेच्दा ४० प्रतिशतसम्म मुनाफा नलिनुस् । २०/२५ प्रतिशत नाफा लिनुस् । अरू क्रेतालाई सहुलियत दिनुस् भन्ने हो । १५० भारुमा किनेको पुस्तक ४ सयसम्ममा बेचेको भनेर सञ्चारमाध्यममै आइरहेका छन् । यति धेरै नाफा छ भने, भन्सार बढ्दा उपभोक्तालाई छुट धेरै दिई नाफा कम लिए पुस्तक महागो पर्दैन । मूल्य नबढाइदिए वा नाफा कम खाए हुन्छ ।'

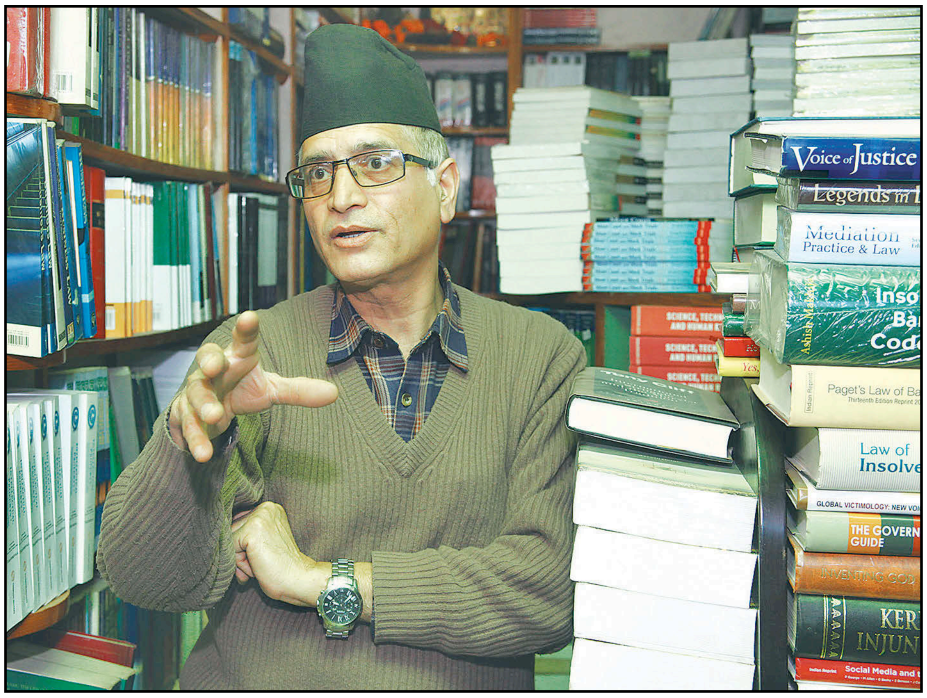
उनी किताबको व्यापार पारदर्शी ढंगले नभएको कारण समस्या देखिएको बताउँछन् । 'म अहिले नै धेरै कुरा नखोलुँला । उहाँहरूका व्यवसाय धेरै राम्रो गरी चलेका होलान्, म आशा गर्छु । 'फेयर' व्यवसाय गरेको छु भनेर सबैलाई बताउनुपर्ने र प्रमाणित गर्नुपर्ने चुनौती मैले देखेको छु । प्रारम्भिक अनुसन्धानमा उहाहरूको स्थिति अप्ठेरो देखा परेको छ ।'

सरकार र व्यवसायीबीच देखिएको यस्तो द्वन्द्वको मारमा भने पाठक परिरहेको 'मेक बुक ट्याक्स फ्री' आन्दोलनका एकजना अभियन्ता सौरभ कार्की बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'व्यवसायीहरूले गलत गरिरहेका छन् भने त्यसको सजाय उनीहरूले नै पाउनुपर्ने हो । तर, यहाँ पाठक र विद्यार्थीलाई मार परिरहेको छ ।' कार्कीको मतमा संघका अध्यक्ष पाण्डे पनि सहमत देखिन्छन् । 'हामीले संघका सबै सदस्यलाई पारदर्शी रूपमा व्यवसाय गर्न भनेका छौं । यो कुरा भोलि विविध प्रक्रियामा पनि देखिँदै जाला,' उनी भन्छन्, 'सबैले सही नै गरिरहेका छन् भनेर ठोकुवा म गर्न सक्दिनँ । कसैले गलत गरेमा राज्यले कारबाही गर्नुपर्छ, हामीले त्यसमा साथ दिने हो । तर, त्यो बहानामा विद्यार्थी र पाठकलाई मार पर्ने गरी कर बढाउनु त भएन नि !'

मुद्रक-प्रकाशकको आ-आफ्नै दाबी

नेपाल मुद्रण उद्योग महासंघ	पुस्तक बिक्रेता तथा प्रकाशक संघ
हामीले समान भन्सार महसुलमा जोड दिएका हौं । आयात गरिने किताबमा कर लाग्दैन भने, यहाँ किताबका लागि ल्याइने कच्चापदार्थमा पनि कर लगाउनु हुँदैन ।	*नेपालमै किताब छाप्ने वातावरण बनाउनका लागि मेसिनका साथै कच्चा पदार्थमा कर छुटको माग गर्नुको साटो भन्सार कर बढाउने निर्णयको स्वागत गर्नु जायज होइन ।*
कच्चा पदार्थको आयातमा १३ प्रतिशत मूल्य अभिवृद्धि कर र १५ प्रतिशत भन्सार महसुल छ, तर यसअघि मुद्रित सामग्रीमा भन्सार महसुल माफी थियो ।	*यसअघि पनि नेपाली पुस्तक बाहिर छपाएर ल्याउँदा १५ प्रतिशत कर तिर्नुपर्थ्यो । अहिले विदेशमै प्रकाशित भएका पुस्तकमा पनि कर लिन थालेपछि समस्या पैदा भएको हो । विदेशमा छापिएको पुस्तकको मापदण्ड नै फरक छ ।*
किताबमा कर लगाउनु ज्ञानमा कर लगाउनु होइन, ज्ञानको माध्यममा कर लगाउनु हो । अहिले ज्ञानको माध्यम इन्टरनेट पनि बनेको छ, त्यसमा कम्प्युटर, ल्यापटप, पेन ड्राइभ, मेमोरी कार्ड सबै पर्छ ।	*किताब ज्ञानको प्रारम्भिक स्रोत हो । किताबबाटै विद्यालयस्तरको अध्ययन सुरु हुन्छ । अध्ययनदेखि अनुसन्धानसम्म किताबको महत्वपूर्ण भूमिका छ । त्यसैले यो ज्ञानमाथि नै कर लगाइएको हो ।*
विदेशी प्रकाशनबाट प्रकाशित पुस्तकबाट राष्ट्रको संस्कृति, मूल्य र मान्यतामा असर परिरहेको छ ।	*किताबमा लगानी गर्ने बहुराष्ट्रिय कम्पनीले यसमा अध्ययन अनुसन्धानमा धेरै खर्च गरेका हुन्छन् । त्यसमा कुन आफ्नो देशका लागि उपयुक्त छ, छनोट गर्ने अधिकार सम्बन्धितलाई छुँदैछ ।*
कपिराइट लिएर विदेशी प्रकाशनका पुस्तक पनि नेपालमै प्रकाशन गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि हामी तयार छौं ।	*सानो बजार भएको नेपालले कपिराइट लिएर पुस्तक प्रकाशन गर्ने कुरा हास्यास्पद हो । त्यो झनै महँगो र झन्झटिलो हुनेछ । यदि लिइहालेमा पनि यहाँ त्यही गुणस्तर दिन मुद्रण उद्योग तयार भइरहेको छैन भन्ने सबैलाई थाहा छ ।*
विदेशी प्रकाशनबाट नेपाल भित्रिएका पुस्तक पहिलेदेखि नै महँगो छ, कर लगाएपछि महँगो भएको कुरा गलत हो ।	*पहिलेदेखि नै महँगो भएकै कारण हामीले करले थप मार पर्छ भन्ने आवाज उठाएका हौं ।*
स्टिकर टाँसेर ल्याउँदा अन्डर बिलिङको समस्या समाधान गर्न गाह्रो हुन्छ । यसमा त व्यवसायी 'फेयर' हुनुपर्छ ।	*यसमा हामीले गरिरहेका कारोवारको कागजात हेर्दा पनि थाहा हुन्छ । हामीले कतिमा खरिद गर्छौं, कति छुटमा किताब ल्याउछौं, त्यो सबै उल्लेख गरेपछि नै बैंकबाट कारोबार हुन्छ ।*

गलत ब्रिफिङले मन्त्री फस्नुभएको छ



तस्बिर : नवराज वाग्ले

लिखतप्रसाद पाण्डे, अध्यक्ष, नेपाल राष्ट्रिय पुस्तक विक्रेता तथा प्रकाशक संघ

किताबमा भन्सार महसुलको विषय २०५३/०५४ सालबाटै सुरु भएको हो। तत्कालीन अर्थमन्त्री डा. रामशरण महतले किताबमा १० प्रतिशत भन्सार कर लगाउनुभयो। मिडिया र बुद्धिजीवीको विरोधपछि तीन महिनामा त्यो हट्यो। २०६२/०६३ मा फेरि अर्थमन्त्री मधुकर शमशेरले पाँच प्रतिशत भन्सार कर लगाउनुभयो। भ्याटसमेत लगाउने छलफल चलेको थियो। त्यसको व्यापक विरोध भयो। ६ महिनासम्म पुस्तक आयात नै भएन। अर्थराज्यमन्त्री रुपज्योतिसँगको छलफलपछि उहाँहरूले कर हटाउनुभयो। २०६३/०६४ मा फेरि विदेशमा गएर पुस्तक छापेर ल्याउँदा १० प्रतिशत भन्सार महसुल लाग्ने निर्णय भयो। त्यसबेला पनि हामी असन्तुष्ट त थियौं। विरोध नै चाहिँ गरेनौं। त्यो विस्तारै बढेर १५ प्रतिशतसम्म पुग्यो। त्यसलाई हामीले स्वीकार गर्दै आएका थियौं। तर २०७६/०७७ मा आएर त्यो खारेज भयो र बाहिरबाट ल्याउने सबै मुद्रित सामग्रीमा १० प्रतिशत लगाउने निर्णय भयो, त्यो पनि पुस्तकमा उल्लेखित मूल्यमा। यसले हामीलाई धेरै समस्यामा पार्‍यो।

यसमा हामीले सरोकारवाला र सरकारबीच छलफल गरेर समाधान गर्ने अधिक प्रयत्न गर्‍यौं। त्यसलाई सरकारले बेवास्ता गर्‍यो। त्यसपछि हामीले अर्थमन्त्री डा. युवराज खतिवडा नै भेट्यौं। त्यस क्रममा उहाँले नेपालमा १ खर्ब लगानी मुद्रण उद्योगमा भएको र सात हजार प्रेस रहेको बताउनुभयो। यो कुराको फ्याक्ट चेकमा गलत निस्कियो। हामीले त्यो तथ्यसहित सार्वजनिक रूपमा बोल्न थाल्यौं। त्यसपछि हामीसँग प्रतिशोध लिइयो। पसलमा छापा मारेर हाम्रा डकुमेन्ट, कम्प्युटरलगायत जफत गरियो।

यस्तो हुनुमा तत्कालीन राजश्व सचिव लालशंकर घिमिरे, सह-सचिव निर्मलहरि अधिकारी, अर्थसचिव डा. राजन खनालका साथै बजेट निर्माण गर्ने टिमका कतिपय सदस्यले मन्त्रीलाई गलत ब्रिफिङले काम गरेको छ। यसमा उहाँ फस्नुभएको देखिन्छ।

त्यतिमात्र होइन, सत्ताधारी पार्टीका केही व्यक्ति वा तिनका नजिकका व्यक्तिहरूले प्रेसमा लगानी गरेका छन्। झन्डै ७०-८० जनाको लगानी देखिन्छ त्यसमा। उनीहरूको लबिङले पनि काम गरिरहेको छ। प्रेसका बिचौलियाहरू पनि उत्तिकै सक्रिय छन्। उनीहरू प्रेसलाई प्रयोग गरी बिल बनाएर कमाउन पल्केका छन्। तिनीहरूले मुद्रण उद्योग महासंघलाई शिखण्डी बनाएका छन्। अनि ज्ञानको भिष्म पितामहलाई बाण हानिरहेका छन्।

यसमा जनक शिक्षा सामग्री केन्द्रबाट पाठ्यपुस्तक छाप्ने जिम्मा पाएका प्रकाशक र तिनलाई कागज बेच्ने सौगल, कागजकोठी लगायतका मालिकहरूको लबिङले पनि काम गरिरहेको देखिन्छ।

यसबाट पहिलो मार विद्यार्थीलाई नै पर्छ। सानैदेखि चाहिने डिक्सनरीलगायतका प्रकाशन अन्तर्राष्ट्रिय बजारबाट आउँछ। अनि साना नानीहरूको झोलाबाट त्यो मार सुरु हुन्छ। त्यो बढ्दै जाँदा मास्टर्स, एमफिल, पीएचडी गर्नेहरू र प्राविधिक क्षेत्रमा डक्टर, वकिलसम्म पुग्छ।

महँगो भएपछि किताब आउन नै कम हुन्छ। किनकि कम बिक्री हुने पुस्तक ल्याउन व्यवसायीले आँट गर्दैनन्। त्यसैले अहिले विद्यार्थीहरू भन्सार करको विरोधमा देखिएका छन्। युवा वकिलहरूले संवैधानिक हक हनन भयो भनेर अदालतमा मुद्दा हालिरहेका छन्।

अहिलेको पुस्ता यसमा सचेत देखिन्छ। किनकि यसको असर अहिले पूर्णरूपमा देखिएको छैन। अझ पछि देखिँदै जान्छ। सरकारले यो कर हटाउन जति ढिला गर्‍यो, उति असर देखिँदै जान्छ।

विदेशमा छापिएका किताबमा हाम्रो मोह होइन, यो हाम्रो व्यापारको पाटो हो। नेपालमै पुस्तक छापिनुपर्छ भन्नेमा हामीमा दुविधा छैन। र, हाम्रो संघमा आबद्ध झन्डै ९८ प्रतिशतले नेपालमै छापिएका किताब बेच्छन्। तथापि बाहिरबाट किताब आउँदा यहाँ पनि त्यही प्रतिस्पर्धाले गुणस्तर वृद्धि भएको सबैले अनुभव गरेका छन्। निजीले मात्रै होइन, साझाले निकाल्ने किताबको गुणस्तरमा समेत त्यो महसुस हुन्छ।

त्यसैले मुद्रण उद्योगलाई संरक्षण गर्ने हो भने नयाँ मेसिनमा भन्सार नलिन सकिन्छ। कागज र अन्य कच्चा पदार्थमा त्यस्तै नीति लिन सकिन्छ। साथै, यहाँ राम्रो जनशक्ति उत्पादन गर्न प्रिन्टिङ स्कुल स्थापना गर्न सकिन्छ। अझ, यस व्यवसायमा प्रोत्साहित गर्ने हो भने बैंकको ब्याजदर सस्तो गर्न सकिन्छ। तर, एउटा व्यवसाय संरक्षण गर्न अर्कोको घाँटी निमोठ्नु सही होइन। सरकारले सबै पक्षलाई हेरेर निर्णय लिनुपर्ने हुन्छ।

कर समान हुनुपर्छ

महासंघमा हालसम्म ४ हजार ४ सय जति मुद्रण उद्योग आबद्ध छन्। यसका साथै यस उद्योगसँग सम्बन्धित अन्य व्यावसायिक संस्था पनि छन्। एक लाखको संख्याले रोजगारी पाइरहेको छ। २० अर्बभन्दा बढीको लगानी छ। एक हजारको हाराहारीमा मल्टिकलर प्रिन्टिङ मेसिन छन्, त्यही अनुपातमा बाइन्डिङ मेसिन छन्। त्यसैले हामीले सेक्युरिटी प्रेसलाई समेत पब्लिक-प्राइभेट पार्टनरसीप मोडेलमा सञ्चालन गर्नुपर्छ भनिरहेका छौं। नेपालमा प्रिन्टिङ व्यवसायलाई अझ व्यावसायिक गर्नका लागि प्रिन्टिङ टेक्नोलोजी इन्स्टिच्युटको पनि व्यवस्था गर्न भनिरहेका छौं।

यस सन्दर्भमा सरकारले आयात गरिने किताबलगायतका मुद्रित सामग्रीमा १० प्रतिशत भन्सार कर लिन निर्णयको स्वागत गरेका हौं। यो निर्णले हामीलाई केही राहत पुर्‍याएको छ। हामीले यहाँ पुस्तक छाप्नका लागि ल्याइने कागज, मसीलगायतका कच्चा पदार्थ र मेसिनमा भ्याट र भन्सार करसहित २८ प्रतिशत तिर्नुपर्छ। तर, मुद्रित सामग्री बिना कर आउँदा नेपाली मुद्रण उद्योगलाई निकै चुनौती पैदा भएको थियो।

यसले पनि समस्याको पूर्ण समाधान त हुँदैन। त्यसैले हामीले समान भन्सार दरको माग गरिरहेका हौं। हामीले अरूलाई कर लगाउन जोड गरेका होइनौं। सिमापारी बन्ने सामानमा २८ प्रतिशत कर लाग्ने, पारि जानेबित्तिकै तयारी सामान बिना कर ल्याउन पाइने स्थितिको अन्त्य होस् भन्ने चाहेका हौं।

अहिले हाम्रो मुद्रण उद्योगको स्थिति हेर्ने हो भने पाठ्यपुस्तकका साथै आवश्यक अन्य पुस्तक छाप्दा पनि ४० प्रतिशतमात्रै उपयोग हुने देखिन्छ। त्यसैले हामी अहिले सक्षम छौं। यस्तो बेला विदेशमा छापिने कतिपय पुस्तकको कपिराइट लिएर यहीँ छाप्न सकिन्छ भनिरहेका छौं। गुणस्तर दिने सन्दर्भमा पनि हामी कमजोर छैनौं।

यस्तो बेला किताबमा भन्सार कर लगाउँदा ज्ञानमा कर लगाइयो भन्ने तर्कमा भने हामी सहमत हुन सक्दैनौं। प्रविधि विकास नभएको बेला किताबलाई ज्ञानको स्रोत मानियो होला। अहिले प्रविधिको विकास भइसकेको छ। इन्टरनेटको विकासले पेन ड्राइभ, मेमोरी कार्ड, कम्प्युटर, ल्यापटपलगायतलाई ज्ञानको बलियो स्रोतको रूपमा विकास गरेको छ। अहिले भइरहेको बहस देख्दा यसमा पनि कर लगाउन हुन्न कि भन्नेजस्तो देखिन्छ। यसो भन्दै गर्दा हामी कर लगाउनै पर्छ भन्ने पक्षधर होइनौं। यो राज्यको कुरा हो। राज्यले कर नै नलिइकन कार्य सञ्चालन गर्न सक्छ भने त्योभन्दा राम्रो कुरा त के हुन्छ ?

पुष्कल गौतम, अध्यक्ष, नेपाल मुद्रण उद्योग महासंघ

कर विरोधी स्वर

आन्विका गिरि, लेखक

म आफैं लेखक भएको कारण ज्ञान आर्जन वा पढ्ने कुरामा बाधा आयो भने समस्या आउँछ। देशको संविधानमा समाजवादउन्मुख भनिएको छ। यस्तो देशमा शिक्षासँग जोडिएको कुरामा त हामीले सहुलियत पाउनुपर्ने हो। यो त चाउचाउ वा कोकाकोला जस्तो होइन। हाम्रो जस्तो देश शिक्षामा पछि परिरहेको बेलामा के गरी सहुलियत हुन्छ भनेर सोच्नुपर्ने सरकारले उल्टै समस्यामा पारिरहेको छ। सरकारको तर्क नै देशभित्र भएको प्रिन्टिङ प्रेसले बिजनेस पाएनन् भन्ने तर्क छ। तर त्यसको मार उपभोक्तालाई पार्नु भएन नि। आम मान्छेले किताबमा सहुलियत त पाउनु पर्‍यो नि। यसमा अरू कुनै तर्क नै छैन। कम्युनिस्ट सरकारको पालामा यस्तो नीति आउनु नचाहिँदो खालको कुरा हो। यसको असर व्यापक रुपमा मानिसले अनुभूत नगरेका कारण जति आन्दोलन हुनुपर्दथ्यो त्यति भएको छैन। कलेज जाने विद्यार्थीले महँगोमा किताब किन्नुपर्‍यो भने के स्थिति हुन्छ ? अर्थमन्त्रीले निर्णयमा पुनर्विचार गर्नुहुन्छ भन्ने आशा राख्छु र यसमा सबै जनाले दवाव सिर्जना गर्नुपर्छ।

अतितबाबु रिजाल, अधिवक्ता

पुस्तकको भन्सार महसुल लिने कार्य संविधानको शिक्षा र समानताको हक तथा युनेस्कोविरुद्ध भयो भनेर हामीले फागुन २२ गते सर्वोच्च अदालतको संवैधानिक इजलासमा रिट हालेका हौं। शुक्रबार यसको प्रारम्भिक बहस छ। युनेस्कोको एउटा सम्झौता छ। त्यसमा नेपालले हस्ताक्षर त गरेको छैन। तर नेपाल संयुक्त राष्ट्रसंघको सदस्य भएकाले सैद्धान्तिक रुपमा यसको पनि विरुद्ध भयो भन्ने हाम्रो मत हो। पुस्तकमा लगाइएको महसुलले पाठक र उपभोक्ता ठूलो मारमा परेका छन्। त्यो कुरा सर्वोच्च अदालतले सुनुवाइ गर्छ भन्नेमा विश्वस्त छौं।

कृष्ण गुप्ता, मेडिकल विद्यार्थी

नेपालमा पुस्तक पढ्ने मान्छे कम छन्। झन् पुस्तकमा कर लागेपछि हतोत्साही बनायो। त्यो कुराले बौद्धिक तहमा असर पारेकै छ। म आफैं एमबिबिएसको विद्यार्थी भएको हुँदा पूरै पाठ्यक्रमको किताब विदेशी लेखकहरूको आउँछ। विदेशी लेखकको पुस्तक महंगो हुन्छ। तर, हामीजस्तो विकासशील राष्ट्रका लागि छुट गरेर पठाउँछन्। तर सरकारले त्यसैमा कर लगाइदियो। मेडिसिनमा ह्यारिसनको किताब अन्तराष्ट्रिय बजारमा ४० हजारभन्दा बढी पर्छ। तर नेपालीहरूको लागि १४ हजार जतिमा उपलब्ध हुन्थ्यो। कर लागेपछि बढेर १८ हजार पुगेको छ। विद्यार्थीको लागि ५/६ हजार भनेको निकै ठूलो पैसा हो। अर्थमन्त्री नेपाली उद्योगलाई प्रवर्द्धन गर्न यसो गरेको भन्नुहुन्छ। तर जसमा नेपाली पुस्तक नै छैन, कसरी प्रवर्द्धन हुन्छ ? त्यसैले हामी आन्दोलनमा छौं।

भूपेन्द्र खड्का, प्रकाशक

प्रकाशक, वितरक वा पुस्तक विक्रेताले मुनाफा आयकर र घरबहाल कर सबै तिरिरहेको हो। भन्सार महसुल थपिँदा व्यापारीहरूका लागि लामो समय असर गर्ने त होइन। तर, तत्कालका लागि असर गर्छ। व्यापारीले वितरकसँग किनेको भए कर पनि तिर्नुपर्‍यो, एकैपटक धेरै लगानी पनि गर्नुपर्छ। पुस्तक फेरि अरु खाद्यन्न वा अन्य सामग्रीजस्तो हैन। यो त लामो समय राखेर वर्षौंसम्म बेचिरहनुपर्छ। भारतबाट आएका किताब बिक्री भएनन् भने फर्काउने कुरा भएन।

सरकारले मुद्रण उद्योगलाई संरक्षण गर्न कर लगाएको भनेको छ। तर, यो सिंग न पुच्छरको कुरा हो। यहाँको मुद्रण उद्योगलाई संरक्षण गर्ने हो भने सरकारले कागज उद्योगहरूलाई फेरि सञ्चालनमा ल्याउनुपर्‍यो। गुणस्तरीय कागज उत्पादन गर्नुपर्‍यो। कच्चा पदार्थको आयातलाई सहज बनाउनुपर्‍यो।

यहाँ किताब छाप्न राम्रो बाइन्डिङ छैन। हार्ड कपीका लागि राम्रो कागज छैन। प्रिन्टिङ एकनासको हुँदैन। आफ्नै देशभित्रको उत्पादनले मात्रै ज्ञान पूर्ण हुँदैन। यो त विश्वव्यापी मान्यता हो। यो करले प्रत्यक्ष रुपमा विद्यार्थी, उनीहरूका अभिभावक र साहित्यिक किताब पढ्ने व्यक्ति, अनुसन्धान गर्ने व्यक्ति र प्राध्यापकहरू मारमा परिरहेका छन्। अहिले विज्ञान र इन्जिनियरिङका धेरै किताब पाइरेसी भइरहेका छन्। पठन बानी विस्तारै बढ्दै गएको थियो, अब यसलाई असर गर्ने भयो। अहिले बजारका किताब पसल लगभग खाली भइसके। प्रकाशकहरूले किताब निकालेका छैनन्। स्थिति भयावह आइसकेको छ।

नवीन तिवारी, कर विरोधी अभियन्ता

अहिले निस्किएका विदेशी पुस्तक खासै बजारमा भेटिएका छैनन्। पछिल्लो समय मैले आफैंले खोजिरहेको पुस्तक पाइरहेको छैन। २०१९ नोभेम्बरमा नोम चोम्स्कीको नयाँ पुस्तक आएको छ। तर, त्यो नेपालमा कतै आएको छैन। पुराना स्टकका किताब पनि सकिन लागेका छन्। यही तरिकाले शून्यतामा जाने हो भने अब ४ महिनापछि किताब नै पाइँदैन बजारमा। त्यसैले हामीले यसको विरुद्धमा अभियान नै चलायौं पाटनमा। व्यापारीलाई देखाएर उपभोक्तालाई मारमा पार्ने काम अर्थमन्त्रीले गरिरहेका छन्। अहिले पनि हामीले अभियान जारी राखेका छौं। धेरैभन्दा धेरै मान्छे समेटेर किताबमा कर हटाउन दवाव सिर्जना गर्दैछौं।

अर्चना थापा, लेखक/प्रकाशक

प्रकाशक भएको हिसाबले मलाई समस्या परेको छैन। किनकि, आजसम्म मैले जति किताब छापेको छु त्यो काठमाडौंमै छापेको छु। त्यसैले मलाई आयातकरले फरक पार्दैन। तर, म पाठक भएको कारण विदेशबाट छापिएर आउने अनुसन्धान तथा अंग्रेजी भाषामा छापिएका विभिन्न किताब, जुन बाहिर छापिन्छन्, ती नेपालसम्म आइपुग्दा करका कारण महँगो पर्ने हुन्छ। यसमा मेरो पनि विरोध छ। किनकि, हामीकहाँ अनुसन्धानसम्बन्धी किताब लेखिएकै छैनन। मैले पिएचडी गर्दा अधिकांश किताब बाहिरबाट ल्याउनु परेको थियो। ती पनि पाउण्ड र डलरमा बेचिने हुँदा नेपालमा आइपुग्दा आयात करले गर्दा महँगो हुन्छ। म त किन्न सक्ने पाठक हुँ। तर, मैले मात्र किनेर हुँदैन। काठमाडौंमा राम्रो पुस्तकालयसमेत छैन। त्रिभुवन विश्वविद्यालयको केन्द्रिय पुस्तकालयमा पछिल्लो समय निस्किएका पुस्तक भेटिँदैनथे, बाहिरबाटै मगाउनुपर्थ्यो। त्यो एकदमै महँगो हुन्छ। पुस्तक पसलले छुट नै दिन नसक्ने रैछ करले गर्दा। यसको मार पाठकलाई पर्छ। यो कर उपभोक्ता विरूद्ध छ।

किताबको घट्दो आयात

किताबमा सरकारले भन्सार कर लगाएसँगै आयात घटेको देखिन्छ। नेपाल राष्ट्र बैंकको चालू आर्थिक वर्षको पछिल्ला ६ महिनाको तथ्यांकअनुसार अघिल्लो वर्षको तुलनामा ३४ प्रतिशतले किताब आयातमा कमी आएको देखिन्छ।

उसो त कर लाग्नु अगावै पनि किताब आयात घट्दो क्रममा थियो। गत आर्थिक वर्षमा १ अर्ब ३६ करोड २९ लाखको किताब आयात भएको थियो भने त्यसअघिको आर्थिक वर्षमा १ अर्ब ४३ करोड १५ किताब आयात भएको देखिन्छ। त्यो भन्दा अघिल्लो आर्थिक वर्षमा भने १ अर्ब ७० करोड ८५ लाखको किताब आयात भएको थियो। कर नलाग्दै घटिरहेको किताब आयात सरकारले १० प्रतिशत कर लगाएसँगै झन् घट्न थालेको देखिन्छ।

महिना	गत वर्षको आयात	यस वर्षको आयात
साउन	८ करोड ९५ लाख	३ करोड ६६ लाख
भदौ	८ करोड ३२ लाख	६ करोड ९९ लाख
असोज	११ करोड ५४ लाख	६ करोड ३२ लाख
कात्तिक	७ करोड ९ लाख	६ करोड ६१ लख
मंसिर	१३ करोड १० लाख	१० करोड ६६ लाख
पुस	१३ करोड	७ करोड ८० लाख
जम्मा	६२ करोड रुपैयाँ	४२ करोड

स्रोत: नेपाल राष्ट्र बैंक

पुस्तकमा संसारभरको अधिकार हुन्छ, कुनै एक मुलुकले बजारिया वस्तु ठानेर कर लगाउनु गलत छ। पुस्तकमा कर लगाउनु व्यापार हो, ज्ञानमा व्यापार गर्न पाइँदैन। ज्ञानमा सबैको अधिकार राजनीतिक नियन्त्रणबिना हुनुपर्छ।

सिके लाल– लेखक

किताबमा लगाइएको कर उपभोक्ताले तिर्ने हो। यसले कसरी मुद्रण उद्योगलाई फाइदा गर्छ ? नेपालकै प्रकाशकले बाहिर छापेर ल्याउने किताबलाई निरुत्साहित गर्ने कुरा हो भने यसमा पहिल्यै पनि कर लगाइएको छ।

युग पाठक– लेखक

किताबमा कर लगाउँदा पठन संस्कृतिमा ह्रास आउँछ। किताब जति कम पढ्यो, त्यति आलोचनात्मक चेत कम हुन्छ। आलोचनात्मक चेत कम हुनु भनेको लोकतन्त्र नै कमजोर हुनु हो, हुन्छ। त्यसैले सरकारले यो त्रुटि तत्काल सच्याउनुपर्छ। त्रुटि नसच्याउनु भनेको सोचलाई बन्देज गर्न खोज्नु हो। विचारलाई दमन गर्न खोज्नु हो।

सञ्जीव उप्रेती– लेखक

किताबमा कर लगाउने अर्थमन्त्रीको कदम सरासर गलत छ, किताब सामान्य भुँडी भर्ने वस्तु नभएर बुद्धिको बिर्को खोल्ने साधन हो। दुवै उस्तै हो भन्नु हात्ती र हात्तीछाप चप्पल उस्तै भने जस्तै हो। किताबमा कर लगाएर नेपाली मुद्रण उद्योगको संरक्षण हुने छैन। किनकि सबै विदेशी किताब यहाँ छापिने होइन।

डा. बाबुराम भट्टराई– नेता

समाजवाद उन्मुख सरकार भएको देशमा किताब झन् सस्तो हुनुपर्छ। सबैको पहुँचमा हुनुपर्छ। यो महसुल फिर्ता हुनुपर्छ। पढ्ने, बोल्ने, सिक्ने अधिकारमा सरकारले लक्ष्मणरेखा लगाउन पाउँदैन।

राम कार्की– नेता

अध्ययन र अनुसन्धानका नेपालमै प्रकाशित किताब सयमा १ प्रतिशत पनि बल्लैले उपयुक्त छन्। कि, त्यस्ता किताब छापिनुपर्‍यो। नत्र, कर त हटाउनै पर्‍यो।

झुमा लिम्बू– गायिका

किताब आयातमा करको तात्पर्य ज्ञान आर्जनलाई बन्देज लगाउनु हो। यो जननिर्वाचित सरकार हो। जनताले सामूहिक विवेकबाट गरेको निर्णयको दुरुपयोग न गरोस्। किताब आयातमा लगाएको कर तत्काल हटाइयोस्।

रमेशनाथ पाण्डे– पूर्वमन्त्री

हाम्रोमा साधन स्रोतसम्पन्न सार्वजनिक पुस्तकालय उपलब्ध छैन। त्यसैले यो करले मार पर्ने विद्यार्थीलाई हो। व्यवसायीले त करसहित बेच्छन्। त्यसैले प्रकाशक वा बिक्रेतालाई देखाएर कर लगाउन मिल्दैन।

मानुषी यमी भट्टराई– युवा नेता

आवरण वार्ता

पुस्तक नीति तय गर्न परिषद् बनाउँदैछौं

यो करको मामिलाभित्र अरू कथा छन्, यो नेपाल-भारत व्यापारको समस्या पनि हो ।

गिरिराजमणि पोखरेल, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री

संविधानले शिक्षालाई नागरिकको मौलिक हकका रूपमा व्याख्या गर्छ । तर, राज्य र बजार दुवैले किताबलाई शिक्षा वा ज्ञानको माध्यमभन्दा नाफाको मालका व्यवहार गरेको देखिन्छ । शिक्षा मन्त्रालयले यस विषयमा चासो राखेको देखिन्न नि ?
पहिलो कुरा त विगतमा शिक्षा मन्त्रालयले यसबारे पर्याप्त अनुसन्धान गरेको छैन । बहस उठिसकेपछि यसबारे अध्ययन जरुरी छ, अध्ययनले ल्याएको वैज्ञानिक निष्कर्षलाई हामीले मान्नुपर्छ । म ०७२ मा ८ महिनाजति मन्त्री भएँ । अहिले मन्त्रीको जिम्मेवारी सम्हालेको दुई वर्ष पुग्न लागेको छ । हामीले संविधानले भनेको मौलिक हकका आधारमा अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा ऐन पास गर्‍यौं । अहिले त्यो कार्यान्वयनको प्रक्रियामा छ । यसअघि राष्ट्रिय झन्डा पनि श्यामश्वेत देखेपछि त्यतिबेलै मैले रंगीन पुस्तक छाप्ने निर्णय गरेको थिएँ । यस क्रममा गतवर्ष हामीले कक्षा ५ सम्म रंगिन पुस्तक दियौं । यसपालिदेखि ८ कक्षासम्मका विद्यार्थीलाई रंगीन पुस्तक दिँदैछौं । ०४६ सालको परिवर्तनपछि संविधानले उदारीकरण, निजीकरण र व्यापारीकरणको नीति अवलम्बन गरेपछि विद्यालय शिक्षा पनि त्यसै आधारमा अगाडि बढ्यो । अहिलेको व्यवस्था ०४६ सालकै विरासतमा आएको समस्याभित्र पर्छ । झन्डै-झन्डै पुस्तकहरू हामीले निजी क्षेत्रलाई दिइसकेको थियो । हाम्रो सार्वजनिक संस्थान नै डुबेको अवस्था थियो । जनक शिक्षा सामग्री केन्द्रले सबै आवश्यकता पूरा गर्न सकेको थिएन । मैले निजी क्षेत्रलाई जनक शिक्षाको सहयात्रीका रूपमा अगाडि बढाउन खोजें र हामीले गर्न सक्ने जति गर्‍यौं । नसकेको जति निजी क्षेत्रलाई पनि दिऊँ भनेर लिएर गयौं । यसर्थ विद्यालय शिक्षापूर्णतयाः बजारले निर्धारण गरेको अवस्थाचाहिँ होइन । गतवर्ष हामीले पुस्तक पुर्‍याउन सक्यौं । यो वर्ष पनि पुर्‍यायौं । पुस्तकको बजेट स्थानीय सरकारमा गएको छ । कहीं पुस्तक पुगेन भने स्थानीय सरकारको व्यवस्थापनको कमजोरीका कारण नपुगेको प्रस्ट हुन्छ । त्यसैले विद्यालय शिक्षामा पूर्णतः बजार हावी छैन ।

विद्यालय शिक्षामा निजी स्कुलहरूको ठूलो स्थान छ । निजी स्कुलहरूले बेग्ला-बेग्लै प्रकाशनहरू छानेर किताब लिने गरेको देखिन्छ । त्यसले पनि अनियमितता ल्याउँदैन र ?
निजी क्षेत्रले पनि पुस्तकको पाण्डुलिपी पाठ्यक्रम विकास केन्द्रबाट अनुमति लिनुपर्छ । आफ्नै ढंगले गर्न सक्ने परिस्थिति उनीहरूका लागि छैन । समस्या कहाँनिर हो भने साबिकको विभाग अहिले मानव स्रोत विकास केन्द्र छ, त्यसभित्र एउटा अनुगमन संयन्त्र छ । त्यसमा जनक शिक्षा र निजी दुवै हुन्छन् । त्यसको अनुगमन र नियमनचाहिँ कम भएको हो । कतिपयले सहयोगी सामग्री भनेर परीक्षा गाइड पनि छाप्दा रहेछन् । हामीलाई यो सामग्री दिनुपर्‍यो भनेर आइरहनुभएको छ । मैले उहाँहरूलाई भनेँ-'परीक्षाहरूमा गाइड तयार गरेर बेच्ने तरिकाको पक्षधर होइन ।' अब त स्वतन्त्र ढंगले बच्चाहरूको सिक्ने प्रक्रियालाई प्रस्फुटित गर्नुपर्छ । पुस्तकमात्र होइन, प्रविधिमा यति ठूलो परिवर्तन आएको छ । त्यसबारे सोच्नुपर्छ । कुनै बेला पुस्तक र शिक्षक ज्ञानको केन्द्र थियो । अब त बच्चालाई कम्प्युटर र इन्टरनेट सुविधा दिने हो भने स्वतन्त्र ढंगले उनीहरू आफैं खोजेर धेरै सिक्छन् । त्यसकारण जुन ठाउँमा संयन्त्र छ, त्यसलाई प्रभावकारी बनाउनु पर्‍यो । काम नगरेको संयन्त्रको कडीलाई जोड्नुपर्‍यो । निजी क्षेत्र स्वाभाविक नै नाफाका लागि हो । एकातिर हाम्रो आवश्यकता पनि छ । हामीले किताब अन्तिम समयसम्म दिन सकेनौं, निजी क्षेत्रलाई छापिदिनुस् भन्नुपर्छ । तसर्थ निजी क्षेत्रलाई मैले 'सहयात्री' को पदावली दिने गरेको छु । म एकातर्फ जनक शिक्षाको सक्षमता विकास गर्ने, प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता विकास गर्ने कुरामा प्रतिबद्ध छु । थोत्रा र पुराना मेसिनहरूबाट राम्रो र गुणस्तर दिन सकिन्न । हाम्रो ८ कक्षासम्मको पुस्तक छाप्दा निजी क्षेत्रसँग प्रतिस्पर्धा गर्नका लागि ९० ग्रामको चम्किलो कागज प्रयोग गर्नुपर्‍यो भनेर निर्णय नै गराएँ । त्यसकारण हामी नियमनको एउटा प्रक्रियामा छौं ।

विद्यालय तहकै पुस्तक नीति सरकारले नियमित परिवर्तन गर्दा जनक शिक्षाको काम र निजी प्रकाशकको काम पनि ढिला भइरहेको छ । ९० प्रतिशत चम्किलो कागजको विषय तपाईंले गर्नुभयो । त्यस्तो कागज नेपालमा छैन भनिन्छ । यी समस्याका कारण मुद्रण व्यवसायीहरू किताब छाप्नमा समस्या छ भनेर गुनासो गरिरहेका छन् नि ?
यसबारेमा जनक शिक्षासँग पनि कुरा गर्नुपर्छ । एक पक्षीय कुराबाट हल हुँदैन । कागजचाहिँ हामीले बाहिरबाटै ल्याउनुपर्छ । सार्वजनिक संस्थानलाई गुणमा आधारित भएको, प्रतिस्पर्धी र सक्षम बनाउनुपर्‍यो । उसले निजीसँग प्रतिस्पर्धा गर्न सक्नुपर्‍यो । हामीलाई लामो समय सहकार्यद्वारा जानुपर्ने हुनसक्छ । हाम्रै लगानीकर्ताले लगानी गरेको क्षेत्र न हो । उनीहरूलाई पनि हामीले संरक्षण दिनुपर्‍यो नि । मैले उनीहरूलाई पनि संरक्षण गर्दै लैजानेअन्तर्गत सोचिरहेको छु । जनक शिक्षा नै कमजोर भएर समस्या आएका हुन् जस्तो लाग्छ । पछिल्लो जनक शिक्षाको नेतृत्वले त्यो सकारात्मक दिशामा हल गरेको छ । फेरि हाम्रा नेपाली प्रकाशन क्षेत्रमा लागेकाहरू बारेमा पनि स्वतन्त्र अध्ययनको आवश्यकता छ । यहीं मिहिनेत गरेर काम गर्नुभएको कति हुनुहुन्छ ? भारततिर लगेर छपाएर ल्याएर त्यही काम गर्ने कति हुनुहुन्छ ? त्यो पनि हेर्नुपर्ने हुन्छ । हामी विद्यार्थी हुँदा भारत जानु भनेकै किताब किन्न जानु भन्ने थियो । त्यहाँको बजारमा कतिपय सस्तोमा पुस्तक पाइन्थे । त्यस्तो चाहिँ नेपाल किन नबन्ने ? यसभित्र अरू पनि कथा छन् । यसभित्रका अरू कथा अझै हामीले बुझ्न बाँकी छ । त्यो बुझौं ।

पुस्तकमा भन्सार लिने निर्णयपछि सरकारको सार्वजनिक आलोचना भइरहेको छ । शिक्षा मन्त्रालय यसबारे जानकार छैन ?
यो विषयमा म जानकार छु । बहस छ । माननीयहरूले विषय उठाइरहनु भएको छ । बाहिर कार्यक्रम भएको सुन्छु । मेरो विचारमा यसलाई ज्ञानसँग जोड्नु हुँदैन । ज्ञान एउटा प्रश्न भयो, यो व्यापारको प्रश्न हो । सोझै भन्ने हो भने यो भारतसँगको व्यापारको सबाल पनि हो । हाम्रो उद्योगहरूलाई हामीले संरक्षण दिने कि नदिने ? हाम्रा कागज कम्पनीहरूलाई सक्षम बनाउने कि नबनाउने ? मुद्रण उद्योगलाई सक्षम बनाउने कि नबनाउने ? हाम्रो मूल प्रश्न यो हो । नेपालमा मुद्रण उद्योग छन्, तर भारतमा गएर किताब छापेका छन् । किताबलाई भन्सार लाग्दैन । कागज किनेर ल्याउँदा भन्सार र भ्याट दुवै तिर्नुपर्छ । हामीसधैं पराधिनतामा बस्ने कि आफ्नो खुट्टामा उभिने त ? त्यसकारण यो बहसको विषय हो । फेरि यसबारेमा म खुला पनि छु । हामी छलफल गर्न तयार पनि छौं । यस कोणबाट हेरिदिन पनि हामी सबैलाई अनुरोध गर्छौं । म आफैं पुस्तक पढेर यो ठाउँ (शिक्षा मन्त्रालय) मा आएको हुँ । पुस्तकसँग सम्बन्ध हुन्थेन भने म मन्त्री पनि हुन्नथें । त्यसकारण अहिलेको समस्याको राम्रो व्यवस्थापन हुनुपर्छ । पुस्तकमा नाफा कति प्रतिशत छ ? त्यसभित्र सक्कली काम कति छ ? राज्य भएको कारण त्यसलाई नियमन गर्नुपर्ने कति छ ? युनेस्कोको मान्यताका आधारमा पुस्तकसम्बन्धी हामीले हेर्नुपर्ने नीति के हो ? हामी युनेस्कोको मान्यतामा मात्रै छैनौं, विश्व व्यापार संगठनको मान्यतामा पनि छौं । आफूलाई फाइदा हुन्छ भनेर हामीले एउटा मात्र कोण हेरेर भएन । अहिले राम्रो बहस उठेको छ । निहित स्वार्थका लागि नभई मुद्रण उद्योगलाई पनि संरक्षण दिने, कागज उत्पादन प्रक्रियालाई पनि गुणात्मक बनाउने र नेपालभित्रै गुणस्तरीय पुस्तक छाप्न सक्ने वातावरण बनाउने गरी बहसलाई लैजानुपर्छ । गुणस्तरीय पुस्तकहरू नेपालभित्र छापेर किन अरु ठाउँतिर नपठाउने त ? यो बहसलाई अर्को बजेट निर्माणको प्रक्रियासम्म अझ राम्रो के हुनसक्छ भनेर छलफल गर्न म तयार छु ।

सरकार कर थप्ने र व्यापारीले नाफा नछोड्ने गर्दा त्यसको मार पाठक र विद्यार्थीमा परेको छ । यो त सरकार र व्यापारी दुवै मिलेर उपभोक्ता ठगेको जस्तो भएन र ?
म एउटा पसलमा नियमित किताब किन्न जान्थें । हामीले महोत्तरीमा स्थापना गरेको जयगोविन्द शाह अध्ययन केन्द्रका लागि किताब किन्थ्यौं । त्यसले निश्चित छुट पाउँथ्यो । म अहिले हिसाब गर्छु- वास्तवमा राज्यले १० प्रतिशत कर लगाउनु प्रकारान्तरले पाठक तथा उपभोक्ताकै पक्षमा छ । यसअघि यो बहस नै थिएन । वास्तवमा उपभोक्तालाई थाहै छैन, कुन पुस्तकको लगानीअनुसार मूल्य कति पर्नु पर्ने हो ? पाठक त गोजीमा पैसा छ भने भएको जति खर्च गरेर किन्ने भयो । नभए नकिन्ने भयो । तर, आफूले किनेको पुस्तकको परल मूल्य कति हो भनेर पाठकलाई थाहा छैन । यसले एउटा पुस्तकको मूल्य कति राख्न पाउने हो ? कति प्रकारबाट पुस्तकको मूल्य राखिएका छन् ? कसरी उपभोक्ता ठगिएका छन् ? यो धेरैलाई थाहा छैन । त्यसकारण सरकारले चालेको कदमले यसका विविध आयामहरू खोलिदिएको छ । यो ढिलोचाँडो आत्मनिर्भरताको दिशामा सोच्न सरकारले चाल्ने कदम हो । मलाई लाग्छ- यो छलफलले हामीलाई संश्लेषण गर्न सहयोग पुर्‍याउँछ ।

शिक्षा मन्त्रालयले पुस्तक नीति तथा पुस्तकालय नीति बनाएको छैन ?
मैले ०७२ सालमै हरिगोविन्द लुइँटेलको नेतृत्वमा पुस्तक नीति निर्माणका लागि कार्यदल बनाएको थिएँ । त्यसले आफ्नो रिपोर्ट दियो, तर त्यतिबेला हामीले सरकार छोड्यौं । पछिल्लो पटक त्यो रिपोर्टलाई हामीले समितिमा लग्यौं । समितिको छलफलपछि अर्थ मन्त्रालयमा लग्यौं । इन्दिरा दलीको नेतृत्वको पुस्तकालय सम्बन्धी अर्को कार्यदल बनाएका थियौं । पुस्तकहरूलाई डिजिटलाइज्ड गर्न अर्को एउटा टोली पनि बनेको थियो । यी सबैलाई एकीकृत गरेर लैजाऔं भन्ने छलफल चले । अहिले लेखक, अनुवादक, कपीराइट, मुद्रण उद्योगलाई पनि संरक्षण गर्नुपर्‍यो । त्यसो गर्दा पुस्तक र पुस्तकालयसम्बन्धी एउटै ठाउँबाट हेर्ने परिषद् बनाउनुपर्छ भन्ने सुझाव आएका छन् । एउटै परिषद् बनाउने सोचमा म छु । अर्थमा हामीले यो प्रस्ताव पठाएका छौं । अर्थको सहमति आएपछि हामी त्यसलाई मन्त्रिपरिषद्मा लैजान्छौं ।

परिषद् कहिलेसम्म बन्छ ?
पहिलो त हामीलाई यसबारे अर्थ र कानुनको सहमति चाहिन्छ । त्यसको प्रक्रियामा छौं । नीति त क्याबिनेटले पास गर्छ । नीति पास भइसकेपछि त्यसले कानुनी संरचना माग गर्नसक्छ । अर्थबाट सहमति आएपछि मात्रै हामी त्यस दिशामा जान्छौं ।

प्रस्तुति : समर्पण श्री

आवरण

पोखरामा पुस्तक-बजार ओरालो

लेकसाइडका पुस्तक पसल केही बन्द भए, केहीले पुस्तक र गिफ्ट-सामान सँगसँगै बेचिरहेका छन्

राजाराम पौडेल

पोखराको पुस्तक बजारमा लेकसाइडको खासै चर्चा हुँदैन। तर, लेकसाइड नै यो पर्यटकीय सहरमा पुस्तक व्यापारको मुख्य हब हो। पोखराका अरू सबै क्षेत्रतिर पुस्तक पसलहरू छरिएर रहेका छन्। क्याम्पस र विद्यालयको छेउछाउमा स्टेसनरी पसल र पाठ्यपुस्तक बेच्ने पसलहरू त छन् तर देश-विदेशका पर्यटकहरूलाई समेत पुस्तक बेच्ने पसलहरू भने लेकसाइडमा मात्रै छन्। पछिल्लो दिनमा यी पुस्तक पसलहरूको व्यापार भने दिनप्रतिदिन ओरालो लागेको व्यवसायीहरू बताउँछन्।

'पुस्तकको व्यापार घट्नुमा एउटा मात्रै कारण छैन', पर्फेक्ट बुक्स एन्ड स्टेसनरीका प्रोपाइटर रामप्रसाद ढकाल भन्छन्, 'पहिलो त इन्टरनेटलगायत प्रविधिको सुविधा कारण धेरै युवाहरू पुस्तकमा भन्दा मोबाइल र कम्प्युटरमा आकर्षित छन्, दोस्रो- पछिल्लो समय सरकारको पुस्तक नीतिले पनि नकारात्मक असर पारेको छ।' एक महिनायता भने पोखरामा कोरोना भाइरसको भयका कारण पर्यटकहरूको आगमन नै प्रभावित भएपछि पुस्तक-व्यापारले पनि मार व्यहोरेको उनले सुनाए।

त्यसो त, यतिखेर देशैभरि पुस्तकको व्यापार घटेको विभिन्न समाचारहरू प्रकाशित भइरहेका छन्। कति पाठक मुद्रित पुस्तकभन्दा किन्डल, मोबाइल र ट्याबमा पुस्तकहरू पढ्ने बानी लागेपछि पुस्तक पसल जान छाडेको बताउँछन्। मन परेको पुस्तक किन्न पसलमै पुग्नुपर्ने बाध्यता अहिले छैन। किताब घरघरै पुऱ्याउने अनलाइनहरू पनि आइसकेका छन्। कति पुस्तक त अनलाइनबाटै किनेर वा निःशुल्क डाउनलोड गरेर पनि पढ्न सकिन्छ। यसले गर्दा कागजमा प्रिन्ट हुने पुस्तक पढ्नेको संख्या घट्न थालेको छ। यसले गर्दा पोखराका पुस्तक व्यवसायीहरू पनि चिन्तित छन्। लेकसाइडमा रहेका पुस्तक पसलहरूले पुस्तकबाट मात्रै खर्च धान्न नसकिने देखेर पुस्तकका ऱ्याक घटाउँदै गिफ्ट सामग्री राख्न थालेका छन्।

केही वर्ष अगाडिसम्म लेकसाइडमा हातमा पुस्तक बोकेका पर्यटक छ्यापछ्याप्ती भेटिन्थे। अहिले पुस्तक लिने हातमा मोबाइल देखिन्छ। पुस्तकनै हातमा लिएर पढ्दै गरेका विरलै भेटिन्छन्। लेकसाइडमा २०४३ सालबाट सञ्चालनमा आएको होली बुक्ससपमा भेटिएका ८५ वर्षीय होमबहादुर पौडेलले भने, 'छोरासँगको सल्लाहमा पुस्तक पसल खोलेको हुँ, साढे २ सय रुपैयाँ भाडा तिरिन्थ्यो, अहिले त ४० हजार भाडा तिर्नुपर्छ। त्यतिबेला १/२ वटा मात्रै पुस्तक पसल थिए।' उनले होली लजसँगसँगै त्यही नाममा बुकसप खोलेको संस्मरण सुनाए।

एन्जिल बुकसपका कमल अधिकारीले २०५३ सालबाट यो व्यवसाय गर्दैछन्। पुस्तक व्यापार ह्वात्तै घटेपछि उनले पसलमा अहिले गिफ्ट आइटम पनि राखेका छन्। उनको पसलमा २० प्रतिशत पुस्तक छन्, बाँकी गिफ्ट सामान। उनलाई पुस्तकको व्यापार बढ्लाजस्तो लाग्दैन। लेकसाइडमा नेपाल र पोखरासम्बन्धी जानकारीमूलक पुस्तक र सामग्री र उपन्यासहरू धेरै बिक्री हुने उनको अनुभव छ।

न्यू-एकेडेमी बुकसप १३ वर्षदेखि सञ्चालनमा छ। यसका सञ्चालक झलकमोहन बराल पुस्तकको व्यापार २० प्रतिशतमा झरेको बताउँछन्। उनी पनि पुस्तक पसलभित्रै क्यालेन्डर, गिफ्ट, उड स्टाम जस्ता सामान बेच्न राखेका छन्। सुरु-सुरुमा उनको पसलमा २० प्रतिशत नेपाली र ८० प्रतिशत विदेशी पर्यटक पुस्तक किन्न आउँथे। होली बुकसपका भरत पौडेल घुम्ने ठाउँ बढेका कारण पुस्तक कम बिक्री भएको सुनाउँछन्। उनी भन्छन्, 'पहिला घुम्ने ठाउँ लेकसाइड मात्र थियो, यहाँ आएका पर्यटक लेकसाइडमै बस्थे। पढ्थे। अहिले घुम्ने ठाउँ पोखरा आसपासमा धेरै छन्, त्यसैले पनि पुस्तक किनेर पढ्न खोज्दैनन्।'

पहिले-पहिले लेकसाइडमा अरू पसलमा पनि पुस्तक राख्ने चलन थियो, आजभोलि पुस्तक पसलमा पनि अरू मालताल राखेर बेच्न थालिएको छ। केही क्याफे, रेस्टुराँमा किताब पढ्नेका लागि भनेर अलिअलि किताब राख्ने गरिए पनि त्यसतर्फ खासै आकर्षण देखिँदैन। युवा पुस्ता इन्टरनेट र डिजिटल प्रविधितिर आकर्षित भएको व्यवसायीहरू बताउँछन्।

२७ वर्षदेखि सञ्चालित नेपाल मण्डला लेकसाइडमा भएको ठूलो पुस्तक पसल हो। यो पसलले पनि सुरुका दुई वर्ष पोस्टर बिक्री गर्थ्यो। अहिले भने होलसेल तथा खुद्रा पुस्तक यसको मुख्य व्यापार हो। सँगसँगै गिफ्ट आइटम पनि नेपाल मण्डलाले बेच्छ। गैरआख्यान, सेल्फहेल्प, मोटिभेसनल, बिजनेस, आत्मकथाका पुस्तक खोज्ने पाठक बढी आउने मण्डलाका सञ्चालक प्रेमप्रसाद शर्मा बताउँछन्। अहिले मण्डलाले अनलाइनमार्फत पनि पुस्तक बिक्री गर्छ। तर, अनलाइनमार्फत अर्डर गर्ने ग्राहक ९० प्रतिशत काठमाडौंका हुन्छन्। मण्डलाले लेकसाइडकै अरू पसललाई होलसेलमा पुस्तक पनि बेच्छ। पहिलेको तुलनामा पुस्तकको व्यापार आधा घटेको शर्मा बताउँछन्।

पोखरामा मूलतः दिल्ली र काठमाडौंबाट पुस्तक ल्याइन्छ। त्यसमा पनि नेपाली भाषाका भन्दा अंग्रेजी र अरू विदेशी भाषाका किताब बढी हुन्छन्। अंग्रेजी, जापानी, फ्रेन्च, जर्मन भाषाका पुस्तक खोज्ने पर्यटकहरू बढी आउँछन्। लेकसाइडका पुस्तक पसलहरूको मूल व्यापार पर्यटकहरूकै खरिदमा भर पर्छ। नेपाली लेखक-साहित्यकार भने आफ्नो पुस्तक छ कि छैन भनेर हेर्न र सोध्न धेरै आउने गरेको व्यवसायीहरू बताउँछन्। पोखरेली साहित्यकारहरू भने पुस्तकै खोज्नका लागि लेकसाइड आउँदैनन्। रमाइलो के छ भने लेकसाइडमा ३५ रुपैयाँदेखि १० हजार रुपैयाँसम्म मूल्यका पुस्तक बिक्रीमा छन्। एकै खेपमा ४८ हजार रुपैयाँसम्मको पुस्तक बिक्री गरेको अनुभव सुनाउँछिन्, न्यू-मण्डला बुकसपकी व्यवस्थापक दुर्गाकुमारी शर्मा बराल।

भर्खरै एमबीए सकेकी पोखराकी रोसनी ढकाल ई-बुकतिर आफ्नो रुचि बढेको बताउँछिन्। उनी ई-बुक र मुभीका कारण पुस्तक किनेर पढ्ने पाठक घटेको दाबी गरिन्। तत्कालीन टुरिस्ट बुकसप एसोसिएसनका अध्यक्षसमेत रहेका प्रेमप्रसाद शर्मा धेरैले पुस्तक व्यवसाय नै छाड्न थालेपछि एसोसिएसन नवीकरण नगरेको बताउँछन्।

लेकसाइडमा मात्र होइन, पोखरैभरि पुस्तक बिक्री घटेको छ। लेखक गनेश पौडेल त अमेरिका, युरोप, अस्ट्रेलियाका ठूलाठूला बुकसप पनि बन्द भएको सुनाउँछन्। 'नेपालीमा गुणस्तरीय पुस्तक नआएको पाँच वर्ष भयो। प्रकाशकहरू साहित्यकारभन्दा आत्मकथाकारका पछि लागेपछि पुस्तकबजारको दिनदशा सुरु भयो', उनी भन्छन्, 'यही कारण पाठक भड्किए।' पोखरामा पठन-संस्कृति विकास गर्न भन्दै रिडर क्लबहरू पनि क्रियाशील छन्। त्यसमध्ये २०६५ सालबाट सुरु भएको ऱ्यान्डम रिडर्स सोसाइटीले आजसम्म ९५ वटा शृंखला गरिसकेको छ। सोसाइटीका अध्यक्ष केशवशरण लामिछाने भन्छन्, 'पाठकहरू फेसबुक र युट्युबमा बढी व्यस्त छन्, बजारमा गुणस्तरीय पुस्तक पनि छैनन्।'

लेकसाइडबाहिर कफीसपसँगै पुस्तक चलाइरहेका हिमालय रिर्डस कर्नरका विजय भण्डारी पनि पुस्तक बिक्री बढ्न नसकेको सुनाउँछन्। उनका अनुसार पोखरामा नेपाली पुस्तकको तुलनामा अंग्रेजी पुस्तक दोब्बर बिक्री हुन्छन्। नेपाली होस् वा अंग्रेजी, पुस्तक पढ्न र किन्न उत्प्रेरित गर्ने कार्यक्रमहरूमा पाठकहरूको आकर्षण पनि बढ्न सकेको छैन।

> पहिले-पहिले लेकसाइडमा अरू पसलमा पनि पुस्तक राख्ने चलन थियो, आजभोलि पुस्तक पसलमा पनि अरू मालताल राखेर बेच्न थालिएको छ।

१० पुस्तक पसल बन्द

पोखराको लेकसाइडमा हाल १४ वटा पुस्तक पसल छन्। एकचोटी २८ वटा पसल थिए। पछि लामो समयसम्म २४ पसल रहे। अहिले सञ्चालनमा रहेकामा नेपाल मण्डला, पर्फेक्ट, फिस्टेल, पपुलर, एभरेस्ट, फेवा, याक, न्यू-एकेडेमी, टिनटिन, सनराइज, एटलास, होली, ब्ल्यु हेवन र एन्जिल बुकसप छन्। लेकसाइडका पसलमा यसअघि सेकेन्ड ह्यान्ड पुस्तक धेरै नै पाइन्थ्यो। नयाँ पुस्तक पढेपछि पसलमै बेच्न जाने चलनसमेत थियो। यो क्रम अहिले लगभग रोकिने अवस्थामा छ। आधा मूल्यमा सेकेन्ड ह्याण्ड पुस्तक किनबेच हुने चलन कम हुँदै गएको छ। व्यवसायीले नयाँलाई फोकस गरिरहेका छन्। पहिला सेकेन्डह्याण्ड पुस्तक बेच्ने पसलले अहिले राख्न छोडिसके।

प्रविधि

ई-बुकको बढ्दो ट्रेन्ड

पछिल्लो समय सिधै अनलाइन मार्फत पुस्तक प्रकाशन गर्ने प्रचलन पनि बढिरहेको छ ।

■ समर्पण श्री

विश्वमा छापाखानाको विकाससँगै कागजमा छापिएका अक्षर पढ्न थालियो । करिब ८ शताब्दीयता विश्वमा थुप्रै छापाखाना खुले, करोडौं पुस्तक प्रकाशित भए । मानिसहरू प्रकाशित पुस्तक पढ्नमा अभ्यस्त हुँदै गए । तर, पछिल्लो समय प्रविधिको विकाससँगै पुस्तक पढ्ने शैलीमा परिवर्तन भएको छ । छापिएका पुस्तकभन्दा ल्यापटप, ट्याब, किन्डलमा पुस्तक पढ्नेको सङ्ख्या बढेको छ । अर्थात् ई-पुस्तकप्रति पाठक आकर्षित छन् ।

> छापिएका पुस्तकभन्दा ल्यापटप, ट्याब, किन्डलमा पुस्तक पढ्नेको सङ्ख्या बढेको छ । अर्थात् ई-पुस्तकप्रति पाठक आकर्षित छन् ।

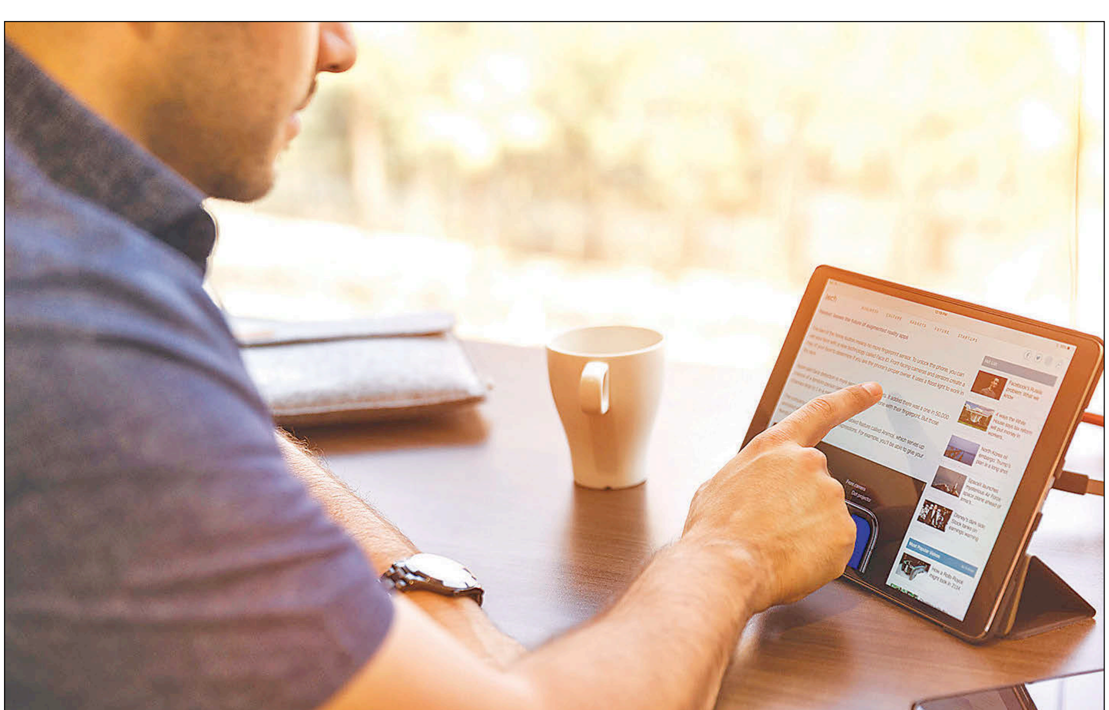
६ दशक अघिदेखि निरन्तर पुस्तक पढिरहेका भूगोलविद् प्रोफेसर पिताम्बर शर्माको पुस्तक पढ्ने शैली परिवर्तन भएको छ । कागजमा छापिएका पुस्तक पढ्ने शर्मा अहिले किन्डलमार्फत अध्ययन गर्छन् । 'केही वर्षदेखि किन्डलमा नै मनपरेका पुस्तक पढिरहेको छु', शर्मा भन्छन्, 'सुरु-सुरुमा अलि अप्ठेरो जस्तो भए पनि अहिले किन्डलमार्फत पुस्तक पढ्दा बढी आनन्द आउँछ ।' पाना पल्टाउँदै पढ्नुपर्ने झन्झट नहुने र नबुझेका शब्दको अर्थ पनि तत्कालै खोज्न सकिने भएकाले किन्डलमा पढ्दा सजिलो भएको उनको अनुभव छ ।

कहिलेकाहीँ अनलाइनमा पाइएका पुस्तकलाई उनी ल्यापटप वा स्मार्ट टिभीमा सार्छन् । र, सुतेरै पुस्तक पढ्छन् । किन्डलमार्फत् दर्जन बढी पुस्तक पढिसकेका शर्मा अहिले पंकज मिश्राको 'एज अफ एन्जर', द जोन आदम्सको 'पिपुल, पावर एन्ड प्रफिट' पढिरहेका छन् ।

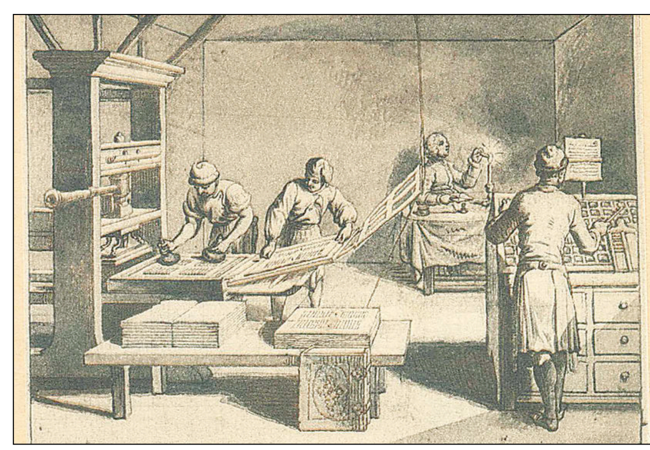
लेखक उज्ज्वल प्रसाईं र गनेस पौडेल पनि अनलाइन पुस्तकलाई मोबाइल, ट्यावलेट, किन्डल वा ल्यापटजस्ता आधुनिक प्रविधिमार्फत पढ्छन् । ७ वर्षदेखि किन्डलमार्फत पुस्तक पढिरहेका प्रसाईं भन्छन्, 'भारतमा बसेर पढ्दा साथीले उपहार दिएको किन्डल मेरा लागि निकै प्रभावकारी भएको छ ।'

पहिला छापिएका किताब झोलाभरी बोकेर हिँड्ने लेखक पौडेल अचेल यात्रामा निस्कँदा ट्याबलेट वा किन्डल बोक्न बिर्संदैनन् । 'किन्डल भएपछि पढ्न निकै सजिलो भएको छ' पौडेल भन्छन्, 'धेरै किताब बोकेर हिँड्नुपर्ने झन्झट पनि नहुने, जहाँ समय मिल्छ, त्यहीं पढ्न पाइने भएकाले किन्डल मेरो साथी भएको छ ।' हाइलाइट गर्दै मन परेका टेक्स्टको नोट बनाउन पनि पाइने भएकाले किन्डल अध्ययनका लागि निकै प्रभावकारी भएको

> केही वर्षदेखि किन्डलमा नै मनपरेका पुस्तक पढिरहेको छु, सुरु-सुरुमा अलि अप्ठेरो जस्तो भए पनि अहिले किन्डलमार्फत पुस्तक पढ्दा बढी आनन्द आउँछ ।
>
> **पिताम्बर शर्मा**, भूगोलविद्



छापाखानाको इतिहास



स्रोत : विकिपिडिया

मानव सभ्यता सुरु हुँदा लेख्ने परम्परा थिएन । पूर्खा वा गुरुले भनेका कुरा सुन्ने र सुनाउने चलन थियो । जुन प्रक्रिया अफ्ठ्यारो र दस्तावेजकृत नहुने भएपछि लिपीको आविस्कार भयो । सुरुमा संकेतमार्फत ढुंगा र पातका बोक्रामा लेख्न थालियो । चिनियाँ नागरिक तुस्ताई लुनले कपास र सलमलको सहयोगमा कागज आविस्कार गरे । त्यसपछि चीनमा सीमित र स्पष्ट ब्लक प्रिन्टिङ सुरु भयो । यसका लागि काठको खण्ड बनाइएको थियो । चीनमा नै सन् ६५० मा 'हिरक सूत्र' नामक संसारको पहिलो पुस्तक छापिएको थियो ।

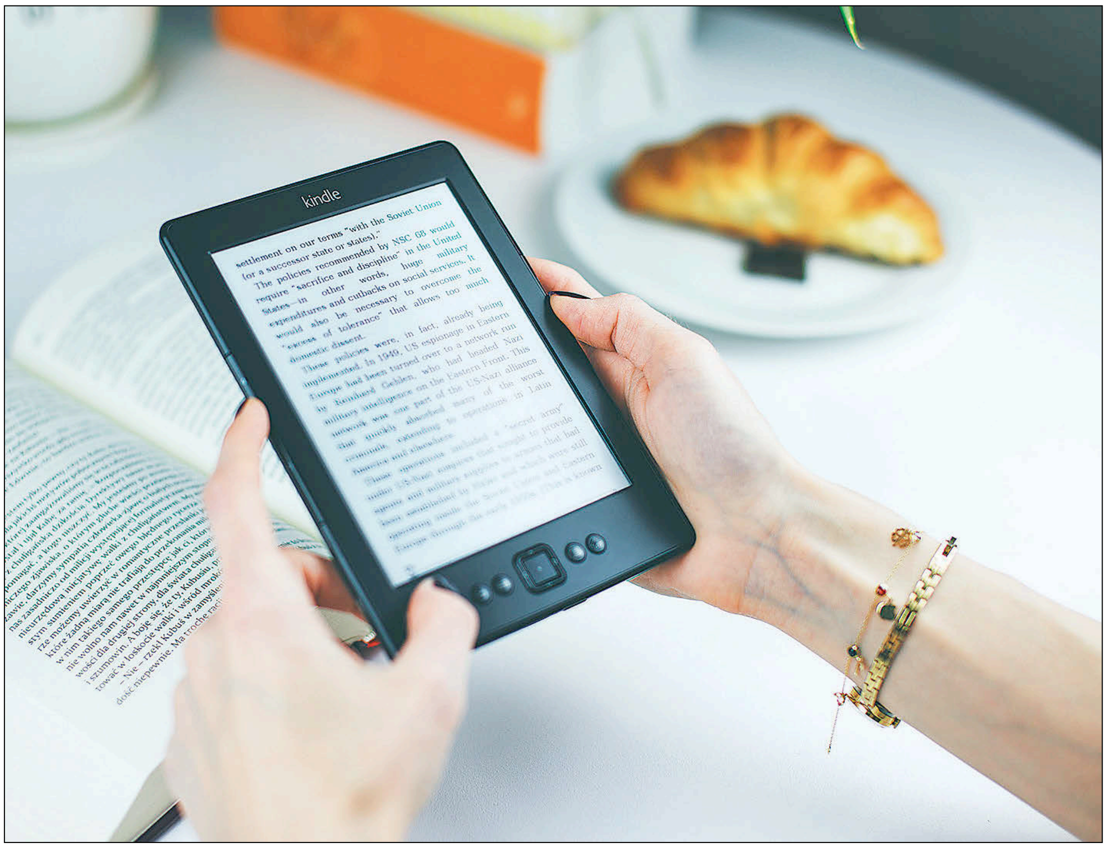
विश्वको पहिलो छापाखाना चीनमा नै स्थापना भएको हो, जसमा काठका कागज प्रयोग गरिएका थिए । एक अध्ययनका अनुसार कागज बनाउने कला चीनबाट अरब हुँदै युरोपसम्म पुगेको हो ।

केही खोजकर्ताले भने १५औं शताब्दीमा युरोपबाट छापाखानाको सुरुवात भएको अनुमान गरेका छन् । उनीहरूका अनुसार सन् १४४० अघि युरोपभर केही हजार हस्तलेखन ग्रन्थ अस्तित्वमा थिए । पछि जर्मनका सुनार जोहानस गुटेनबर्गले पहिलो पटक प्रेसको स्थापना गरेका हुन् ।

गुटेनबर्गले अंगुर निचोर्ने हाते मेसिनलाई सुधारेर एउटा हाते मेसिनको आविष्कार गरेको बताइन्छ । हातेप्रेस त्यसको सुधारिएको रूप हो । जुन अमेरिकाको कोलम्बियामा बनेको थियो ।

विश्वमा प्रिन्टिङ प्रेसको व्यावसायिक विकास भएको धेरैपछि मात्र नेपालमा भित्रिएको पाइन्छ । नेपालमा पहिलोपटक कोलम्बियन प्रिन्टिङ प्रेस भित्रिएको हो । यसलाई नेपालीमा गिद्धे छापाखाना (गिद्धे प्रेस) भनिन्छ । तत्कालीन प्रधानमन्त्री जंगबहादुर राणाले १९०८ सालमा बेलायतबाट उक्त प्रेस नेपाल भित्र्याएका थिए ।

तत्कालीन बेलायतकी महारानी भिक्टोरियाले उपहारस्वरूप दिएको उक्त प्रेसलाई उनले थापाथलीस्थित आफ्नै दरबारमा जडान गर्न लगाएका थिए । भी.एण्ड.जे. फिज्जिन्स मेकर्स' लेखिएको त्यस मेसिनको अग्रभागमा पखेटा फिजाएको गिद्धको आकृति भएकाले उक्त प्रेसलाई नेपालमा 'गिद्धेप्रेस' भनिएको हो । त्यसअघि किताब प्रकाशन गर्न भारत पुग्नुपर्ने बाध्यता थियो ।



> अमेजनको रिपोर्टअनुसार बेलायती लेखक ए एल जेम्सको उपन्यास 'फिफ्टी सेड्स अफ ग्रे' पुस्तकको किन्डल संस्करण प्रिन्ट बिक्रीको तुलनामा दुई गुणा बढी भएको थियो । अमेरिकामा प्रतिवर्ष ६० हजारदेखि र एक लाखसम्म पुस्तक प्रकाशित हुन्छन् ।

उनको बुझाइ छ ।

शर्मा, प्रसाईं र पौडेल मात्रै होइनन्, पछिल्लो समय लेखक तथा पाठकले अध्ययनका लागि प्रविधिको ज्यादा प्रयोग गर्न थालेका छन् । मुख्यत: किन्डलको विकाससँगै पुस्तक पढ्ने शैलीमा परिवर्तन आएको हो ।

के हो किन्डल ?

किन्डल अमेजन कम्पनीले विकास गरेको इलेक्ट्रोनिक उपकरण हो, जुन अनलाइन किताब तथा पाठ्य सामग्री पढ्नका लागि प्रयोग गरिन्छ । यसका प्रयोगकर्ताले किताबका साथै अखबार, म्यागजिन, वेबसाइट, ब्लग र इलेक्ट्रोनिक संस्करण खरिद गरी डाउनलोड गर्न र पढ्न सक्छन् । त्यस्तै पीडीएफ डाउनलोड गरेर पनि अनलाइन पुस्तक अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

अमेजन वेबसाइटबाट 'ई-बुक'को किन्डल संस्करण खरिद गर्न सकिन्छ । अधिकांश प्रयोगकर्ता पुस्तक डाउनलोड गर्न वाइफाई जडान गर्छन् । किन्डलमा १४ सयभन्दा बढी पुस्तक संग्रह गर्न सकिन्छ । किन्डलमा अक्षर पढ्दा हार्डकपीमा पढेजतिकै आनन्द आउने प्रयोगकर्ता अध्येताको दाबी छ ।

प्रिन्टेड पुस्तकमा भन्दा बुक मार्क गर्न पाठकलाई किन्डलमा सजिलो हुन्छ । किनकि किन्डलमा स्वचालित बुक मार्क गर्ने सुविधा हुन्छ । पढ्दै जाँदा नबुझेका शब्दको अर्थ खोज्न पनि किन्डलमा सजिलो हुन्छ । पुस्तकको सुरक्षाका लागि पासवर्डको सुविधा भएकाले पनि यो पाठकमाझ प्रिय बन्दैछ ।

किन्डलको इतिहास र स्थिति

सन् २००७ नोभेम्बर १९ मा किण्डलको सुरुवात भएको हो । १२ वर्षको अवधिमा यसमा विभिन्न विकसित भर्सन आइसकेका छन् । किन्डलले ५ मिनेटमै पुस्तक प्रकाशन गर्नसक्छ । जुन २४ देखि ४८ घण्टामा पुस्तक किन्डलको स्टोरमा देखिन्छ । किन्डलमार्फत प्रकाशित पुस्तकको बिक्रीबाट लेखकले ७० प्रतिशत रोयल्टी पाउँछन् ।

डिसेम्बर ५, २००९ मा द न्युयोर्क टाइम्ससँगको अन्तर्वार्तामा अमेजनका सीईओ जेफ बेजोसले ई-पुस्तक बिक्रीबाट ६५ प्रतिशत राजस्व राख्ने बताएका थिए । बाँकी ३५ प्रतिशत प्रकाशक र लेखकबीच सम्झौता हुने बताएका थिए । अमेजनको रिपोर्टअनुसार बेलायती लेखक ए एल जेम्सको उपन्यास 'फिफ्टी सेड्स अफ ग्रे' पुस्तकको किन्डल संस्करण प्रिन्ट बिक्रीको तुलनामा दुई गुणा बढी भएको थियो । अमेरिकामा प्रतिवर्ष ६० हजारदेखि र एक लाखसम्म पुस्तक प्रकाशित हुन्छन् । तीमध्ये आधाभन्दा बढी अनलाइनमार्फत प्रकाशित हुन्छन् ।

तथ्यांकअनुसार अहिले किन्डलमा ४८ दशमलव ५ मिलियन पुस्तक संग्रहित छन् । जसमा विश्वचर्चित, बेस्ट सेलरलगायतका विभिन्न दुर्लभ पुस्तकसमेत पाउन सकिन्छ ।

जहाँ असीमित पुस्तक अट्छन्

कुनै बेला प्रोफेसर पिताम्बर शर्माले घरमै प्रिन्टेड पुस्तकको लाइब्रेरी बनाएका थिए । अहिले उनी ती पुस्तक बाँड्न थालेका छन् । 'अनलाइनमै करोडौं पुस्तक पाइने भएपछि घरमा लाइब्रेरीको खाँचो नै भएन', उनी भन्छन्, 'आफूसँग भएका पुस्तक गाउँका पुस्तकालयलाई दिन थालेको छु ।' त्यस्तै इतिहासकार सुजित मैनालीले पनि किन्डलबाट पढ्न थालेपछि प्रिन्टेड साहित्यिक पुस्तक साथीभाइलाई बाँडेको अनुभव सुनाए । अहिले अनलाइमै प्रशस्त पुस्तक संग्रह गर्न सकिने भएपछि परम्परागत पुस्तकालय स्थापना गर्ने चलन घटेको छ ।

'गुड रिडर्स' ई-लाइब्रेरीमा २.६ बिलियनभन्दा बढी ई-बुक स्टोर गरिएका छन् । सन् २००७ मा स्थापना भएको उक्त ई-लाइब्रेरीलाई संसारकै ठूलो मानिन्छ । हाल ९० मिलियन पाठक सदस्य रहेको उक्त लाइब्रेरीमा ९० मिलियनभन्दा बढी पुस्तकका समीक्षासमेत प्रकाशित भइसकेका छन् । जसमा सयौं पुस्तक नि:शुल्क पढ्नेसमेत सुविधा छ ।

ई-पुस्तकको उत्पादन र वितरणलाई सहज बनाउने उद्देश्यले सन् १९७१ डिसेम्बरमा अमेरिकी लेखक माइकल एस हार्टले 'गुटेनबर्ग' डिजिटल लाइब्रेरीको स्थापना गरेका थिए । जसमा ६० हजार भन्दा बढी पुस्तक तथा डकुमेन्ट नि:शुल्क प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

ओपन लाइब्रेरी नामक अनलाइन लाइब्रेरीमा चित्रसम्बन्धी पुस्तक, फ्यान्टास्टी, बायोग्राफी, विज्ञानलगायत विभिन्न डकुमेन्ट गरी लाखौं पुस्तक पढ्न सकिन्छ ।

'बि ओके सीसी' साइटको जेट ई-लाइब्रेरीमा ४९ लाख ५९ हजार ३ सय ९६ पुस्तक र ७ करोड ७१ लाख ९४ हजार ९ सय ८९ वटा आर्टिकल पढ्न सकिन्छ ।

त्यसैगरी ओपन लाइब्रेरी, बुक बोन, फ्रि-ईबुक्सलगायतका थुप्रै ई-लाइब्रेरीबाट संसारमा चलेका पुस्तक तथा आर्टिकल पढ्न र प्रकाशन गर्न सकिन्छ ।

ई-बुकबाटै लाखौं कमाउँछन् लेखक

विश्वमा लेखेरै लाखौं कमाउने लेखक धेरै छन् । जसमा अनलाइन प्रकाशनको भूमिका महत्वपूर्ण छ । ३५ वर्षीया अमेरिकी लेखक अमान्डा हकिङले अलनाइन पुस्तक प्रकाशनबाट थुप्रै कमाइन् । सुरुमा प्रकाशन गृहले उनका पुस्तक प्रकाशन गर्न मानेनन् । आफैं प्रकाशन गर्न पैसा पनि थिएन । पछि उनले अनलाइनमार्फत आफ्नो पुस्तक बजारमा ल्याइन् । अनलाइनमार्फत उनको १.५ मिलियनभन्दा बढी पुस्तक बिक्री भयो । त्यसपछि उनले १७ वटा उपन्यास लेखिसकेकी छन् । भन्छिन्, 'मैले ई-बुक'बाट यतिधेरै कमाइ हुन्छ भन्ने सोचेको थिइनँ ।' उनलाई यो सुविधा अमेजनको किण्डलले दिलाएको थियो ।

बेलायती चर्चित लेखक स्टेफन ल्यादर पनि ई-बुक प्रकाशनमार्फत धेरै कमाउने लेखकको सूचीमा पर्छन् । पछिल्लो वर्षमात्र उनले ई-बुकबाट मासिक ११ हजार युरो कमाए । 'अर्बान फ्यान्टासी एन्ड परानर्मल रोमान्च'की लेखक एचपी मल्लरीले अघिल्लो वर्ष दुई महिनामा ७० हजार प्रतिपुस्तक बेचिन् । उनको पुस्तक ई-बुकबाट छोटो अवधिमा सर्वाधिक बिक्री हुनेमा पर्छ । त्यस्तै जोन लक, ओलिभरलगायत लेखक ई-बुकमार्फत धेरै आम्दानी गर्नेमा पर्छन् ।

नेपालको सन्दर्भ

नेपालमा ई-बुकका पाठक बढ्दै छन् । यद्यपि ई-बुकमा अधिकांश नेपाली पुस्तक पाइँदैनन् । लेखक कैलाश राई नेपाली पुस्तक हार्ड कभरमै पढ्नुपर्ने बाध्यता रहेको बताउँछिन् । भन्छिन्, 'विदेशी किताब अनलाइनमा पढ्छु । नेपाली किताबमा यो सुविधा छैन ।'

नेपाली पुस्तक अनलाइनमा नपाइँदा विदेश बस्ने नेपालीलाई झन् अप्ठेरो परेको छ । 'नेपाली पुस्तक विदेश पठाउन अफ्ठयारो छ' कथाकार दीनमान गुर्मछान भन्छन्, 'अनलाइनमा पढ्ने व्यवस्था भए नेपाली पुस्तक पनि सबैको पहुँचमा हुने थियो ।'

नेपाली पुस्तक अनलाइनमा पढ्नै नपाइने भने होइन । पुस्तकालय डटओआरजीमा केही नेपाली साहित्य, गैरसाहित्य तथा पाठ्यक्रमका सीमित पुस्तकहरू पढ्न र सुन्न सकिन्छ । ओपन लर्निङ एक्सचेन्ज नेपाल (ओएलई नेपाल)ले सन् २००९ देखि ई-पुस्तकालयको व्यवस्था गरेको थियो । जसमा अहिलेसम्म ६ हजार ८ सय पुस्तक, २ हजार ३ सय १९ अडियो पुस्तक, ५ सय ६१ वटा भिडियो संग्रहित छन् । पछिल्लो समय केही प्रकाशन गृहले अनलाईन संस्करणको सुरुवात गरेका छन् । तर त्यो पर्याप्त छैन ।

> विदेशी किताब अनलाइनमा पढ्छु । नेपाली किताबमा यो सुविधा छैन
> कैलाश राई, लेखक

तस्बिर : सटरस्टक

समाचार

कोरोनाको मारमा निर्माता

काठमाडौं-कोरोना भाइरसको त्रासका कारण निर्माताहरूले धमाधम फिल्मको रिलिज स्थगित गर्न थालेका छन् । चैत ७ गते रिलिज हुने तयारीमा रहेको फिल्म 'नीरफूल' यही कारण स्थगित भएको छ ।

'सर्वसाधारणको स्वास्थ्यलाई ख्याल गरी सरकारले समेत सार्वजनिक भेला, सभा, समारोह तथा कार्यक्रम नगर्न आह्वान गरिरहेको बेला हामीले पनि फिल्मको प्रदर्शन तत्कालका लागि स्थगन गर्ने निर्णय गरेका छौं', निर्देशक फूलमान वलद्वारा मंगलबार जारी गरिएको प्रेस विज्ञप्तिमा भनिएको छ, 'यसबाट दर्शक महानुभावको निरन्तर पर्खाइ र अपेक्षामा पर्न गएको असुविधाप्रति हामी क्षमाप्रार्थी छौं ।' विश्वव्यापी महामारीको प्रतिकूल अवस्थामा मनोरञ्जन भन्दा नागरिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिनुपर्ने विज्ञप्तिमा उल्लेख छ ।

स्थिति सामान्य भएपछि नयाँ प्रदर्शन मिति घोषणा गरिने बताइएको छ । महाभूकम्पमा बिछोडिएको एक परिवारको प्रेमकथामा आधारित उक्त फिल्म सेलो प्रोडक्सनले निर्माण गरेको हो । फिल्ममा दयाहाङ राई, रेखा थापा, शान्ति वाइबा, बुद्धि तामाङ, पुष्कर गुरुङ, जिम्मे छ्योकी घिसिङ, राजन खतिवडा, सरोज अर्याल, सरिता गिरी, मानस राजलगायतले अभिनय गरेका छन् ।

त्यस्तै सुर्दशन थापाले निर्देशन गरेको फिल्म 'म यस्तो गीत गाउँछु-२' को प्रदर्शन पनि कोरोनाकै कारण स्थगित भएको छ । प्रेस विज्ञप्ति जारी गर्दै निर्देशक थापाले अनिश्चित कालका लागि चलचित्रको प्रदर्शन स्थगित गरिएका जानकारी दिएका छन् । फागुन ३० गते शुक्रबारदेखि प्रदर्शन हुने तयारीमा रहेको उक्त फिल्म कोरोना त्रासकै कारण स्थगित भएको पहिलो चलचित्र हो । यसअघि चलचित्र निर्माता संघले भने सम्पूर्ण नेपाली चलचित्रको छायांकन रोक्न आग्रह गरेको थियो । काठमाडौंलगायत देशैभरका सिनेमा हलमा भने सतर्कताका साथ चलचित्र प्रदर्शन भइरहेका छन् ।

भेडेटारबाट जिपलाइन

सुनसरी- धरानमा जिपलाइनको सुरुवात भएको छ । ६ सय ५० मिटर लम्बाइको उक्त जिपलाइन ३ करोड रुपैयाँ लगानीमा निर्माण भएको हो । धरान-४ भेडेटारबाट देवीथानसम्म जिपलाइन चल्ने सञ्चालकले जनाएका छन् । काभ्रेको धुलिखेलमा जिपलाइन सञ्चालन गरिरहेको वर्ल्ड वाइड ग्रुप नेपाल प्रालिले नै धरानमा पनि जिपलाइन सञ्चालनमा ल्याएको हो ।

जिपलाइन सञ्चालनमा आएसँगै भेडेटार र धरानको पर्यटकीय गतिविधि बढ्ने वर्ल्ड वाइड प्रालिका केदारबहादुर थापाले बताए । जिपलाइन गर्ने साहसिक पर्यटकको ५ लाख रुपैयाँको बिमा गरिएको जनाइएको छ । विभिन्न ३ प्रकारको जिपलाइन खेलमा १२ सयदेखि २ हजार रुपैयाँसम्म शुल्क लाग्ने सञ्चालक थापाले बताए ।

नरेन्द्र बस्नेत

सन्देशमूलक फेसन शो

पोखरा- अन्तर्राष्ट्रिय नारी दिवसको अवसरमा पारेर पोखरामा फरकखालको फेसन शो आयोजना भएको छ । आइतबार आपांगता भएका बालबालिकालाई उत्प्रेरित गर्ने उद्देश्यले शोको आयोजना गरिएको आयोजकले जनाएको छ ।

'वाल्क टुगेदर, वर्क टुगेदर, लेट्स मुभ टुगेदर' भन्ने थिममा कार्यक्रम आयोजना गरिएको फेसन शोमा सपांग बालबालिकाको पनि सहभागिता थियो । सहभागीहरू फरक-फरक चारवटा सिक्वेन्समार्फत दर्शकमाझ प्रस्तुत भएका थिए । अपांगता भएकाको सिक्वेन्समा १६ जना र बेबी मोडलको सिक्वेन्समा ९ जनाले र्‍याम्प वाल्क गरे भने गाउन सिक्वेन्समा १० जनाले क्याटवाल्क गर्दै दर्शकमाझ प्रस्तुत भए । अन्तिम सिक्वेन्स महिला सशक्तीकरण थिममा थियो । जसमा विभिन्न ६ वटा गुप्रमा मोडलले क्याटवाल्क गरेका थिए । उनीहरूलाई कोरियोग्राफरहरूले सघाएका थिए । शोको थप आकर्षणमा अपांगता भएका सुजल बम र अन्जना गुरुङको नृत्य तथा हिता गुरुङको गीत प्रस्तुति थियो । आईएफसी कलेज अफ आर्ट एन्ड फेसनले शोको आयोजना गरेको थियो ।

राजाराम पौडेल

भैरवी मन्दिर पुनर्निर्माण हुँदै

धादिङ- २०७२ सालको भूकम्पले भत्काएको भैरवी मन्दिर पुनर्निर्माण हुने भएको छ । नीलकण्ठ नगरपालिकाका-६ सुनौलाबजारमा रहेको मन्दिर १२ करोड रुपैयाँमा पुनर्निर्माण हुने भएको हो । मन्दिरको राष्ट्रिय योजना आयोगका उपाध्यक्ष डा. पुष्पराज कँडेलले शिलान्यास गरेका हुन् ।

सदरमुकामबाट करिब १६ किमि पूर्व पर्ने उक्त मन्दिर रहेको टाकुरा १६ सय मिटर उचाइमा छ । उक्त मन्दिर पुनर्निर्माणका लागि नीलकण्ठ नगरपालिका-६ र स्थानीय विकास पूर्वाधार साझेदारी कार्यक्रमबाट आर्थिक सहयोग जुटाइएको हो । त्यस्तै मन्दिरको पुनर्निर्माणका लागि पुनर्निर्माण समितिले सञ्चालन गरेको महायज्ञबाट २ करोड ५ लाख रुपैयाँ संकलन भएको छ ।

भैरवी मन्दिरलाई ऐतिहासिक, सांस्कृतिक र धार्मिकसँगै पर्यटकीय दृष्टिकोणले समेत महत्वपूर्ण मानिन्छ । मन्दिर क्षेत्रबाट मनास्लु हिमश्रृंखला र धादिङबेंसी आसपासका क्षेत्रको सुन्दर दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ । भैरवी मन्दिर संरक्षण तथा पर्यटन विकास समिति धादिङले ११ करोड ९४ लाख रुपैयाँको डीपीआर तयारपश्चात् मन्दिर निर्माण कार्य अगाडि बढाइएको भैरवी मन्दिर संरक्षण तथा पर्यटन विकास समिति धादिङका अध्यक्ष ध्रुव श्रेष्ठले बताए ।

हरिहरसिंह राठौर

पोखरामा सुमन श्रापित साँझ

पोखरा- पोखरामा गीतकार 'सुमन श्रापित एकल सांगीतिक साँझ-२०७६' हुने भएको छ । फागुन ३० गते सप्तरंगी सांस्कृतिक प्रतिष्ठानको आयोजनामा हुने कार्यक्रममा संगीतकर्मी बीबी अनुरागीसहित स्मृति शाही, अर्जुन सुनाम, सुनिता दुलाल, जीवन परियार, तुलसी छेत्री, इन्दु बानियाँ, कल्पना गौतम, सूचना गैरे, रुपेश भण्डारी, योगेश गौतम आदिले सुमनका चर्चित डेढदर्जन गीत पस्किने जनाइएको छ । सुमनले रचना गरेका गीतमा उदित नारायण झा, बीबी अनुरागी, प्रशान्त तामाङ, दीपा झा, रामकृष्ण ढकाल, हेमन्त शर्मा, अञ्जु पन्त, देवीका बन्दना, स्वरुपराज आचार्य, राजु परियार, सुनिता दुलाल, माण्डवी त्रिपाठी, मिलन अमात्य, अन्जना गुरुङ, मेलिना राई आदि कलाकारले स्वर दिइसकेका छन् । उनले रचना गरेका 'गीत सिरीमा सिरी', 'आमाबाट सिके मैले', 'बादल फाँटेको बेला', 'जसलाई मुटुको अंश', 'तिम्रो मधुर मुस्कानले', 'दिलराजा दिलरानी', 'काली काली दिलवाली' लगायतका गीत स्रोताले बढी रुचाएका थिए । कार्यक्रम पोखरा उद्योग वाणिज्य संघको सभाहलमा दिउँसो २ बजेदेखि आयोजकले जनाएको छ ।

सामाजिक सञ्जाल

को भ्रष्टाचारी ? को आतंककारी ?

Bishwamani Subedi Bimasu
गोकुल बाँस्कोटालाई लक्षित गर्ने नाममा आवास क्षेत्रमा बिस्फोट गराउनु मानवताविरोधी अपराध हो । हिंसात्मक गतिविधि निन्दनीय छ ।

Ramesh Wagle
मन्त्रालयमा आफैंले छापा मारेजस्तै, आफैंले पड्काए भन्ने समाचार त आइसक्या छैन नि कतै ?

Dipendra Raj Shakya
दुःख लाग्यो, बमले पर्खालमात्र क्षति भएछ । बम पड्काउनेले पनि के हेरेर पड्काउँछ घरभित्र नपड्काएर ? कारबाही गर सरकार, डाम्नालाई हाम्रो पूर्वसञ्चारमन्त्रीको घरमा बम पड्काउनेलाई ।

Matrika Poudel@matrikas
पहिलो कुरा गोकुल बाँस्कोटा यो घरमा बसिरहेका थिएनन्, दोस्रो कुरा घनाबस्तीमा बम पड्काउने कार्य आतंककारी गतिविधि नै हो, छिमेकी घरमा मानवीय क्षति पनि हुनसक्थ्यो । कुनै पनि बहानामा कुनै पनि समूहको नाममा हिंसा स्वीकार्य छैन ।

esH@sushmak29
गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम प्रहार गर्नुको मुख्य कारण के हो ? मैले त बुझ्नै सकिन । कसैले मलाई पनि भन्दिनु होस् न ।

अनुरागी@anuragi_ji
पूर्वसञ्चारमन्त्री एवं वर्तमान भ्रष्टाचार आरोपी गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम विस्फोट भएछ । जनताको सहानुभूति बटुल्न स्वयं बिस्फोट गर्न त लगाएनन् होला नि है ? ७० करोड स्क्यान्डलपछि सत्ताच्युत भएका बाँस्कोटाले यो हदको बेकुफी त गरेनन् होला भन्ने विश्वास होइन आशचाहिँ गर्न सकिन्छ ।

मनिष-सिमरा @hellosimara
झुठा अभियोग लगाएर बद्नाम गर्न खोजियो तर पनि विचलित नहुनुभएका राष्ट्रभक्त व्यक्तिमाथि ज्यान लिने गरी हमला भएको छ । अति निन्दनीय छ । पूर्वसञ्चारमन्त्री गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट गराइयो । अब यो षड्यन्त्र हो र कसले केका लागि गरेको भन्ने प्रष्ट छ । अनुसन्धान गरेर कडा कारबाहीको माग गर्छु ।

कल्पना अधिकारी @jhamkeshwer1
गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट । भ्रष्टाचारको मुद्दामा जनस्तरको सहानुभूति बटुल्न आफू मातहतका अपराधिक समूहलाई सेवा शुल्क तिरी परिचालित योजनबद्ध कृत्रिम बिस्फोट ।

Udaya Shumsher Rana@udayasjbrana
जुनसुकै नाम अनि कारण भए पनि व्यक्तिको निजी सम्पत्तिमाथिको आक्रमण कदापि स्वीकार्य हुँदैन । पूर्वमन्त्री गोकुल बाँस्कोटाको निर्माणाधीन घरमा भएको बिस्फोटको घटना दुखद् छ । आमनागरिकलाई शान्ति सुरक्षाको प्रत्याभूति गर्न सरकारको ध्यानाकर्षण गराउँछु ।

रतन तिरूवा@Dbiansenseht
गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट गराउने र प्रचण्डलाई जुत्ता हानेको उस्तै निसाना सही क्षति कम ।

@Birendr43567514
हामी कहिले यस्तो भयौं ? मन्त्री बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट समाचारमा ८०५ पाठकले खुसी व्यक्त गरेका छन् ।

अविरल ब्रो @krishabiral1
लौ न बाँस्कोटाको घरमा बम पड्काइदेछन नि त ।

हाउडे बाहुन @funnyboy_pradip
....मुख्य जिम्मेवार पूर्वसञ्चारमन्त्री बाँस्कोटाको घरमा बम पड्काए छन् । साउथ फिल्ममा जस्तै सहानुभूति बटुल्ने प्रयास पो हो कि भनेर शंका गर्ने ठाउँ छ कि नाई ?

सोझी बाहुनी @nepalijyan
पूर्वमन्त्री बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट रे । पैसो-जसले जनताको लागि भन्दै १७ हजारलाई गिडेर, लाखौं लाख विस्थापित अनि नेपाललाई पचासौं वर्षपछि धकेलेर पाएको ओड्ने ओछ्याउने गरिएको पैसो बाहेक के छ अहिले ? अनि पनि नपुगेर अझै धम्की ? माओवादी सुध्रिदैन, नयाँ अभियान थालियोस् ।

govind giri@girirochak
निवर्तमान सञ्चारमन्त्री गोकुल बाँस्कोटाको घरमा ठूलो क्षति हुने गरी बम बिस्फोट गराउने आपराधिक गिरोहलाई तत्काल छानबिन गरि दोषी पत्ता लगाएर कडा कारबाही गरियोस् ।

Uttam kumar Karki @karkiuttamkumar
गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट । यस्तो निन्दनीय काम गर्नेलाई कानुनी कारबाही होस् । जय नेपाल

गोपाल दुलाल @GpdGopal
निवर्तमान सूचना तथा सन्चार मन्त्री गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट हुँदा करिब २७ देखि २८ अर्बको क्षति भएको जानकारी पाइएको छ ।

एलिन्द्र राई @cMCmvHNIfWXg3n7
कोकुल बाँस्कोटाको घरमा प्रेस कुकरले धक्का दिएर घरको भित्ता भत्कियो रे नि

ANIL REGMI @anilregmee
कम्रेड बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट गर्नेलाई यथाशीघ्र छानबिन गरी कारबाही गरियोस् ।

एलसी @lc_vai
जुत्ता हानेर जुत्ता ठीक ठाउँमा हानेनन तर, बम हान्नेले त कम्तीमा टाउकोमा नै हान्नुपर्छ । ३प्रसङ्ग बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट ।

अर्जुन@ArjunTimilsina8
देशको ढुकुटीबाट ७० करोड खान खोज्दा नेकपा निदाएको रहेछ । अहिले बाँस्कोटाको घरमा बम काण्डमा पार्टीले गम्भीर भर्त्सना गरेको छ । हे भोले देशको ढुकुटी चोरलाई कोरेनाको बहानामा लानुपर्‍यो नर्कतिर ।

पाडे सोल्टी@pade_solti25
गोकुल बाँस्कोटाको घर छैन भनेर होइन र प्रधानमन्त्री केपी ओलीको घरमा शरणार्थी बसेको ? आज एकाएक कसरी उनको घर निस्कियो ?

Bishnu Nisthuri @BishnuNisthuri
हिंसा सर्वथा वर्जित छ, निन्दनीय र खेदजनक छ, साधनका रूपमा ज-जसले जुनसुकै बेला प्रयोग गरे पनि । कुनै बेलाका हेडक्वाटर प्रचण्डले नै बम बिस्फोटको निन्दा गर्नु लोकतन्त्रको सुन्दर पक्ष हो ।

@thenepalsahadev
आज गोकुल बाँस्कोटाको घरमा पडकेको बम र संसदमा पडकिने प्रतिपक्षी एउटै प्रकृतिका हुन् । हल्ला धेरै औचित्य शून्य । यहाँ ७० करोडको निहुँमा बम फोडिराख्या छन्, काभ्रे जाऊ, त्यहाँ ७० हजार बढी जनताको नजरमा बाँस्कोटा कस्ता छन्, आफैं जान्नेछौ ।

@deep77709984
भ्रष्ट ...गोकुल बाँस्कोटालाई बम हानेर विप्लवले तीन करोड नेपालीको मन जित्नुभएको छ । धेरै धन्यवाद र सलाम छ बहादुर देशभक्त विप्लव नेकपा पार्टीलाई । यसरी सबै भ्रष्ट्राचारीहरूलाई एक-एक गरी बम हानेको देख्न पाइयोस् । शुभकामना छ ।

@asmitathapa52
कायरहरू लुकेर आक्रमण गर्छन्, त्यो आक्रमण कहिले बुख्याँचा खडा गरेर त कहिले बम पड्काएर तर्साउने नियत हो । गोकुल बाँस्कोटा भुँइबाट आएको नेता हो । आक्रमणबाट डराएर मैदान छाड्ने कायर होइन ।

@TDayalu
गोकुल बाँस्कोटाको घरबाहिर बम विस्फोट गराइएछ । नेताहरू जनताको आक्रोशको राडारभित्र छन् भन्ने उदाहरण हो । सच्चिन सबै जरुरी छ । तर, आक्रोश व्यक्त गर्ने तरिका गलत भयो । कसैलाई भौतिक सफाया गर्न खोज्नु निन्दनीय । फेरि पनि सम्झनुहोस् नेताहरू सच्चिनैपर्छ ।

@AjayaAloukik
रत्नाकर डाँकु पछि वाल्मिकी बनेको र उनले नै रामायण रचना गरेका थिए भनेर बाल्यकाल, स्कुले जीवनमा सुनाइयो, पढाइयो । त्यो बेला हो भनेर टाउको नि हल्लाएँ । साँचो रहेछ । अहिले पनि त्यस्तै सुनियो । सन्दर्भ ३पूर्वमन्त्री को घरमा बम विस्फोट, आतंककारीको काम रे ।

@khatiwada1234
नेत्रविक्रम चन्दको समूहले होइन, स्वयं आफैंले पड्काएको हुनुपर्छ गोकुल बाँस्कोटाले । ७० करोड छुट हुन्छ कि भनेर, नत्र त्यत्रो ठूलो घरमा नपड्काएर भित्तामा किन पड्काउँथे त ।

@NirmalPrasai5
निवर्तमान सञ्चारमन्त्री ३गोकुल बाँस्कोटाको घरमा बम बिस्फोट : गोकुलज्यूले गरेको कृत्यहरूको फैसला न्याय प्रणाली दिने हो र ? त्यसको प्रतिवादमा हत्या हिंसा विष्फोट कुनै संगठन वा व्यक्तिले गर्छ भने कायरतापूर्ण हर्कत हो । यस किसिमको घटनामा संग्लन सबैलाई कारवाही हुनुपर्छ ।

टिप्स

> मुसा एक किसिमको भाइरल संक्रमण हो । मुसालाई अंग्रेजीमा वार्ट्स भनिन्छ । ह्युमन प्यापिलोमा भाइरसका कारण मुसा आउँछ । एचपिभीको सयौं प्रजातिले विभिन्न प्रकारका मुसा शरीरको विभिन्न ठाउँमा निकाल्छन् । सामान्यतया: यो हातखुट्टामा आउने भए पनि कहिलेकाहीं मुखको भित्री भाग, आवाजनली तथा यौनांगमा आउँछ ।

तपाईंलाई पनि मुसा आएको छ ?

जानेश्वरकी ६ वर्षीया विशाखा उपाध्यायको देब्रे गालामा आएको मुसा लेजर थेरापी गरेर निकालिएको छ । त्यस्तै ४० वर्षीया उमा शर्माको पनि घाँटीमा साना-साना मुसा आएका छन् । अहिले विशाखा र उमाको जस्तो समस्या धेरैमा छ । अधिकांशको हातखुट्टा र अनुहारमा मुसा आउने गर्छ । मुसा एक किसिमको भाइरल संक्रमण हो । मुसालाई अंग्रेजीमा वार्ट्स भनिन्छ । ह्युमन प्यापिलोमा भाइरसका कारण मुसा आउँछ । एचपिभीको सयौं प्रजातिले विभिन्न प्रकारका मुसा शरीरको विभिन्न ठाउँमा निकाल्छन् । सामान्यतया: यो हातखुट्टामा आउने भए पनि कहिलेकाहीं मुखको भित्री भाग, आवाजनली तथा यौनांगमा आउँछ । मुसा शरीरको एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा सर्दै जान्छ ।

यसका प्रकार

एचपीभीका विभिन्न प्रकार तथा सर्ने विधि छन् । विभिन्न ठाउँमा देखिने मुसाको प्रकृतिअनुसार यसलाई विभिन्न भागमा वर्गीकरण गरिन्छ ।

सामान्य प्रकारका मुसा

मुसा हातखुट्टाको माथिल्लो भाग तथा औंलामा आउँछ । यस्तो मुसा खैरो रंगको हुन्छ । हेर्दा नराम्रो देखिए पनि यसले खासै समस्या हुँदैन ।

पैताला र हत्केलामा आउने मुसा

यसले अत्याधिक दुखाई हुनसक्छ । पैतालामा मुसा भए हिँड्ने बेलामा असहज हुनसक्छ । यसैगरी हत्केलामा भएको मुसाले पनि दुखाउँछ ।

भेरुका पानामा

यस्ता मुसा स-साना खैरा रंगका हुन्छन् । यी मुसा अनुहारमा धेरै आउँछन् ।

फिलिफर्म वार्ट्स

यो मुख, नाक तथा चिउँडो वरिपरि र अनुहारमा आउन सक्छ । साथै कसै-कसैको घाँटीमा पनि आउने गर्छ । यो मुसा छालाजस्तै रंगको हुन्छ ।

पेरिविंगल वार्ट्स

यो अन्तर्गत खुट्टाको औंला तथा नङ वरिपरि आउने मुसा पर्छन् । यसले खुट्टामा पीडा तथा नङको वृद्धिमा असर पार्न सक्छ ।

यौनांगमा आउने मुसा

यौनांगमा घाउ भएकासँग असुरक्षित यौनसम्पर्क भएमा मुसा आउन सक्छ । सामान्यतया: सम्पर्क भएको १२ देखि १५ महिनामा यस्ता मुसा देखा पर्छन् । यो मुसाले गुदद्वारको क्यान्सर पनि गराउन सक्छ ।

उपचार

कतिपय मुसा आफैं निको हुन्छ भने कति खतरानाक पनि हुनसक्छ । मुसा देखापर्ने बित्तिकै छालारोग विशेषज्ञकोमा उपचार गराउन जानुपर्छ । मुसा आएको अवस्था, ठाउँ र संख्याअनुसार बिजुलीले डढाएर फाल्ने वा सालिसाइक्लिक एसिड नामक औषधिको प्रयोग वा लेजर प्रविधिबाट पनि मुसाको उपचार गरिन्छ । साथै चिकित्सकको निगरानीमा गरिने उपचार विधिमा एमएमआरको भ्याक्सिन लगाउने तथा भिटामिन डीको इन्जेक्सन लगाइन्छ ।

(छालारोग विशेषज्ञ डा. अपर्णा शाह तथा छाला तथा यौनरोग विशेषज्ञ डा.कमलराज धितालसँगको कुराकानीमा आधारित)

सावधानी

- मुसा हरेक बच्चादेखि वृद्धासम्मलाई आउन सक्छ । दुख्ने, पोल्ने समस्या नभएका कारण पनि सामान्य रूपमा लिन सकिन्छ ।
- मुसा १ सयभन्दा बढी प्रकारका हुन्छन् । कतिपय मुसा उपचार बिना आफैं हराएर जान्छ । रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बलिया हुने मानिसमा मुसाको संक्रमण देखिए पनि बिस्तारै हराउँदै जान्छ ।
- हातखुट्टाको सफाइ राम्रोसँग गर्नुपर्छ । हात चुसिरहने तथा नङ टोक्ने बानी छ भने छोड्नुपर्छ । जिमखाना तथा स्वीमिङपुलमा आफ्नै रुमालको प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- मुसा एक व्यक्तिबाट अर्कोमा पनि सर्ने भएकाले ध्यान पुर्‍याउनुपर्छ । मुसा ठीक नभएसम्म उक्त व्यक्तिले प्रयोग गर्ने जुत्ता, चप्पल, रुमाल, पहिरन, साबुन अरुले प्रयोग गर्नुहुँदैन ।
- कतिपयले घरमै मुसा कोट्याउने तथा काट्ने गर्छन् । यसो गर्दा अन्य भागमा पनि मुसा फैलन सक्छ । यसका लागि विशेषज्ञकहाँ जानुपर्छ ।
- कतिपय मुसा औषधि तथा क्रिमले पनि जान सक्छ । कति मुसा हटाउनका लागि लेजर, इलेक्ट्रिक तथा सर्जरी विधिको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

चिकित्सककहाँ कहिले जाने ?

- आफ्नो अनुहार तथा शरीरका संवेदनशील भाग (मुख, नाकको प्वाँल तथा गुप्तांग) मा मुसा आएमा ।
- मुसाको वरपरबाट रगत बगेमा, संक्रमण भएमा ।
- मुसाको रंग परिवर्तन भएमा ।
- धेरै दुखेमा ।

जिज्ञासा

डा. राजेन्द्र भद्रा

के महिलामा भर्जिनिटी प्राकृतिक रुपमा पुनः प्राप्त गर्न सकिने स्थिति छ ?
-३७८४

कौमार्यताको कुरा

विशेष गरेर महिला अर्थात् केटीको कौमार्य विकसित मानव सभ्यताको मात्र नभई पहिलेदेखि नै मानव यौनिकताको एक महत्त्वपूर्ण पक्ष रहेको पाइन्छ । यसमा कसको नियन्त्रण हुने भन्ने एक किसिमको द्वन्द्व जहिले पनि समाजमा रहेको पाइन्छ । विवाहमा कुमार केटालाई कन्या (केटी) खोज्ने चलन भए पनि विशेष गरेर कुमारी केटीको सन्दर्भमा कौमार्य भङ्ग भए/नभएको कुराले निकै महत्त्व राख्ने गरेको पाइन्छ । यस्तो स्थितिको कन्या कुमारीलाई अक्षत योनि भन्ने गरिन्छ र अंग्रेजी शब्द भर्जिन (Virgin) यसका लागि प्रयोग गरिन्छ ।

कुनै व्यक्तिसँग पनि यौनसम्पर्क राख्नु नै कौमार्य भङ्ग हुनु हो । अहिले कस्तो किसिमको यौन क्रियाकलापलाई यौनसम्पर्क मान्ने अनि कस्तोलाई नमान्ने भन्ने प्रश्न पनि छ । केटी (महिला) का लागि कुमारीत्व र केटा (पुरुष) का लागि कुमारत्व शारीरिक कुरा मात्र होइन, भावनात्मक पनि हो । लिङ्ग प्रवेश नभई यौन उत्तेजक रूपमा यौनाङ्गमा हात, औंलाको भरपुर प्रयोग गरेर यौन क्रियाकलापमा संलग्न भएको कुरालाई के भन्ने ? जस्ता प्रश्न बाँकी नै रहन्छ । जैविक रूपमा यौनसम्पर्कको अनुभवहीनता नै कौमार्य भङ्ग नहुन अर्थात् कुमार वा कुमारी हुनु हो । धेरैजसो स्थितिमा कौमार्य (Virginity) भङ्ग हुने कुरा किशोरी वा युवतीको वा भनौं महिलाको सन्दर्भमा गरिने गरिन्छ । त्यसैले होला, कुनै विवाहित

> कुनै व्यक्तिसँग पनि यौनसम्पर्क राख्नु नै कौमार्य भङ्ग हुनु हो । केटी (महिला) का लागि कुमारीत्व र केटा (पुरुष) का लागि कुमारत्व शारीरिक कुरा मात्र होइन, भावनात्मक पनि हो ।

दुलहीको कौमार्य परीक्षण गर्ने अनेक उपाय गरिएको भेटिए पनि विशेष गरेर महिलाको योनिच्छद दुरुस्त छ वा छैन भन्ने कुरामा भर पर्ने गरेको देखिन्छ ।

कौमार्यताको परीक्षण

योनि महिलाको नली आकारको प्रजनन अङ्ग हो र बाहिरबाट देखिने प्वाललाई योनिद्वार भनिन्छ । यही योनिद्वारको ठीक भित्रपट्टि गुजमुज परेको पातलो छालाको पत्र वा झिल्ली हुन्छ, यसलाई योनिच्छद (Hymen) भनिन्छ । पहिले-पहिलेको जमानामा योनिमा भएको योनिच्छेद यौनसम्पर्क गर्दा च्यातिन गई रगत आउनुलाई नै केटीको कौमार्य भङ्ग भए वा नभएको आधार बनाइन्थ्यो, तर वास्तविक कुरा के हो भने यो आधारलाई वैज्ञानिक मान्न सकिन्न । कुनै-कुनै केटीहरूको योनिच्छद जन्मजात नै नहुन सक्छ वा यसको राम्ररी विकास नै नभएको हुनसक्छ भने यौनसम्पर्कबाहेकका अन्य क्रियाकलापले पनि यसलाई पहिले नै च्यातिदिएको हुन सक्छ । महिलाहरूमा योनिच्छद च्यातिने जस्ता शारीरिक प्रमाण भएको भनिएको स्थितिमा त अहिले आएर पक्का शारीरिक सम्बन्ध राखेका वा नराखेको भन्न सकिने स्थिति छैन । पुरुषमा त यो झन् अप्ठ्यारो हुन्छ भन्ने कुरा त स्पष्ट नै छ ।

कौमार्य पुन: प्राप्त गर्न सकिएला ?

यौन सम्पर्कको अनुभवहीनता नै कौमार्य कायम भएको स्थिति हो । यौन सम्पर्कको अनुभव एकपल्ट भएपछि यसलाई अनुभवहीनताको अवस्थामा प्राकृतिक होस् वा कृत्रिम तरिकाले लान वा जान सकिन्न । कतिपय सम्प्रदायमा यौनसम्पर्क राखिए पनि कौमार्य नवीकरण गरिने प्रचलन रहेको सुन्न पाइन्छ, तर अहिले कुरा फरक भएका छन् । तपाईंले एकपटक यौनसम्पर्कको अनुभव लिएपछि कोही पनि पुन: अनुभवहीनताको स्थितिमा पुग्न सक्दैन । बिर्सनुले पनि त्यो स्थितिमा पुगिन्न । त्यसैले सैद्धान्तिक रूपमा तपाईंले कौमार्यतालाई फर्काउन सक्नुहुन्न ।

सायद तपाईंले योनिच्छदलाई पुन: बनाउने कुरा गर्नुभएको होला । अहिले कतिपय देशमा यसको चलन छ । च्यातिसकिएको भए पनि शल्यक्रिया गरेर पुन: बनाइने (हाइमेनोराफी Hymenorrhaphy (हाइमेनोराफी) गरेको पनि पाइन्छ, जसले योनिच्छदलाई कुमारीत्वको आधार मान्ने कुरालाई थप जटिल र अमान्य बनाइदिएको छ । यो प्राकृतिक रूपमा आफैं पुरानै अवस्थामा फर्कने स्थिति हुँदैन । यसको अर्को पाटो पनि हेरौं, कतिपय महिलाको सन्दर्भमा कैयौं पटक यौनसम्पर्क राखिसकेपछि पनि योनिच्छद नच्यातिएको अवस्थामा भेटिएको छ ।

तपाईंको प्रश्न किन ?

पहिलेको प्रेम तथा यौनसम्बन्धबारे चर्चा गरिएन भने तपाई यस अवस्थाबाट गुज्रनुभएको होला भन्ने थाहा पाउन सजिलो छैन । महिला यौनअङ्गको बनावटबारेमा सामान्य जानकारी पुरुषलाई हुने भए पनि कुनै एक व्यक्ति योनिको बनावट वा स्वरूप यस्तै थियो भन्ने त थाहा हुँदैन र यौनसम्पर्क राखेको कुरा थाहा पाउन त झन् गाह्रो कुरा हो । कुमारीत्व योनिच्छद भए/नभएको कुरालाई आधार बनाउन नमिल्ने कुरा त तपाईंले बुझि नै सक्नुभयो । विचार गर्नुपर्ने कुरा के भने घर-परिवार, छर-छिमेक अनि समाजले यस्ता सम्भावित सम्बन्धलाई जहिले पनि नियालिरहेको हुन्छ र गोप्यता वा गोपनियताको कुरा वास्तवमा तुलनात्मक हुन सक्छ । अर्को व्यक्तिसँगको सामीप्यता कसै न कसैले देखेको हुन्छ र यस्ता कुरा सार्वजनिक हुन सक्छ र अन्त्यमा थाहा नपाओस् भन्ने चाहना भएको व्यक्ति जस्तै कि श्रीमान्ले पनि थाहा पाउने सम्भावना हुन सक्छ ।

तर तपाईंले यो प्रश्न किन सोध्नुभएको हो, सोको जानकारी पाउन पाएको भए तपाईंको जिज्ञासाको सही अर्थमा समाधानको कुरा गर्न सकिन्थ्यो ।

यो साताको राशिफल

रामप्रसाद सिटौला

(फलित ज्योतिष)

यो साता

चैत ३ गते
अष्टमी व्रत:

मेष

साथीको सहयोगले हौसला प्राप्त हुनेछ । क्षमता प्रदर्शन गर्ने अवसर मिल्नेछ । अभिभावकबाट प्राप्त सुझावले अधुरा कार्य पूर्ण गर्न सहयोग पुग्नेछ । परोपकार कार्यमा रुचि बढ्नेछ । असहज परिस्थितिबाट उम्कन सोचेभन्दा बढी खर्च हुनेछ । साताको अन्त्यतिर स्वास्थमा ध्यानदिनु होला ।

वृष

थौरै लगानीले सुरु गरेका व्यवसायले उचाइ लिइ मुनाफा आर्जन गर्न केही समय कुर्नु पर्नेछ । साझेदारीबाट थालिएका कामले फाइदा पुऱ्याउँदै अन्य अवसरका ढोका खोल्ने छन् । रोजगारी तथा पदोन्नति प्राप्त गर्न कडा मेहनत गर्नुपर्ला । व्यवसायका सिलसिलामा विदेश यात्राको योजना तय हुनेछ ।

मिथुन

मित्रहरूले दिएका वचन फेरिन सक्छन्, हेक्का राख्नु होला । प्रतिस्पर्धा गर्दा सम्मानजनक स्थान पाइनेछ । विभिन्न बाधा तथा झन्झट स्वत: फुकुवा हुने छन् । हरियो रंगको रचनात्मक प्रयोगले लाभ हुने देखिन्छ । साताको अन्त्यमा फजुल खर्चले सताउला ।

कर्कट

प्रेमिकाले नयाँ स्थानको भ्रमण गर्ने प्रस्ताव राख्न सक्छिन् । पूर्वयोजना बेगर आकस्मिक यात्रा गर्नाले नसोचेको खर्च आइलाग्नेछ । वैदेशिक क्षेत्रमा गरिएका कामबाट प्रतिष्ठा प्राप्त भई पदोन्नति तथा इनामसमेत हात पर्नेछ । इच्छा बेगरै भोजभतेर तथा मनोरञ्जनमा उपस्थिति जनाइनेछ ।

सिंह

राजनीतिक विचार परिवर्तन भई परोपकार तथा पुण्य आर्जनका काममा संलग्न भइनेछ । परिस्थिति पहिचान गर्न सके प्रतिष्ठा पाइनेछ । मित्रले दिएका वचन पूरा नगर्दा आर्थिक हैरानी बेहोर्नु पर्ला । अरूको मुख ताक्नाले पछि परिएला । सावधान रहनुहोला ।

कन्या

प्रेमिकाको प्रस्तावलाई आलटाल गर्नाले आपसमा दूरी बढ्ने सम्भावना छ । समाजका समस्या सम्बोधन गरी युवा अभियानको नेतृत्व गर्ने अवसर मिल्नेछ । पूर्वयोजना सफल भई परिणाम हात पर्दा खुसी बढ्नेछ । यात्रामा सचेतता अपनाउनुहोला ।

तुला

दिगो फाइदा हुने काम सुरु गर्ने अवसर जुट्नेछ । साथीभाइसँग यात्रा गर्दा खर्चको भार आफूमा पर्नेछ । छोटो समयमा विशेष उपलब्धि हासिल गर्न सकिनेछ । प्रलोभन देखाउनेबाट टाढा हुँदै राम्रो होला । रात्रिकालीन मनोरञ्जनले स्वास्थमा बाधा पर्नेछ ।

वृश्चिक

पर्यटकीय स्थलमा प्रेमिकासँगको भ्रमणले अरूको मन लोभ्याउनेछ । बिनायोजना पहिरन तथा गहना खरिद गर्दा खर्चले पिरोल्न सक्छ । पारिवारिक सल्लाहले चुनौतीलाई परास्त गर्न सहज हुनेछ । राज्यस्तरमा थलिएका प्रशासनिक कामबाट सहयोग मिल्नेछ । साताको अन्त्यतिर मठ मन्दिर परिक्रमा गरिनेछ ।

धनु

अनुभव नभएको व्यवसायमा मुनाफा दिलाउन प्रेमिकाले सहयोग गर्नेछिन् । अपरिचितलाई छिटो विश्वास गर्दा आर्थिक नोक्सानी हुने खतरा छ, विचार पुऱ्याउनुहोला । व्यवसायको क्रममा यात्रा गर्नुपर्ने हुनसक्छ । साताको अन्त्यमा सामाजिक सेवा गर्ने अवसर मिल्नेछ, जसले प्रतिष्ठा बढाउनेछ ।

मकर

प्रेमिकाको भाषा परिवर्तनले मनमा दुविधा उत्पन्न हुनसक्छ । त्यसैले प्रेमिकाको भावना बुझ्ने प्रयास गर्नुहोला । विभिन्न सभा सम्मेलनमा सहभागिता जनाउने अवसर मिल्नेछ । आकर्षक जिम्मेवारीले विशेष फाइदा पुग्नसक्ने देखिन्छ ।

कुम्भ

ठूलो लगानीमा गरिएको कामले लाभ दिलाउनेछ । कुनै पनि काम गर्दा अभिभावकको रुचिलाई पनि ख्याल गर्नुहोला । पेटसम्बन्धी समस्याले पिरोल्न सक्छ । पश्चिमतर्फको यात्रामा सहभागी हुदा नीलो रंगको प्रयोग गर्नु उत्तम हुनेछ ।

मीन

परिस्थितिले खराब आचरण भएकाको संगतमा पुऱ्याउन सक्छ । मित्रहरूले सोचेजस्तो सहयोग नगर्दा बन्न लागेका काममा तगारो लाग्ने सम्भावना छ । किचलो र विवादबाट टाढा रहँदा नै कल्याण होला । साताको अन्त्यमा मन मिल्ने साथीसँग रमाइलो भेटघाट हुनेछ ।

खेलकुद

क्रिकेटको खस्कँदो स्तर

■ हिमेशरत्न बज्राचार्य

विश्व क्रिकेटमा कुनै टिमको प्रदर्शन नाटकीय ढंगले खस्कियो भने प्रायः केन्याको उदाहरण दिने गरिन्छ। भन्ने गरिन्छ, 'केन्याली क्रिकेटको जस्तो हालत कसैको नहोस्।' कुनै समय केन्यालाई विश्व क्रिकेटमा उदाउँदो देश मानिएको थियो। बंगलादेश अहिलेको स्थितिमा नभएका बेला केन्याकै दबदबा चल्थ्यो। यसैक्रममा उसले सन् १९९६ को वान डे विश्वकपको सेमिफाइनल यात्रा पनि तय गरेको थियो।

तर, चर्को क्रिकेट राजनीतिक र कमजोर घरेलु ढाँचाका कारण केन्याली क्रिकेट यति नराम्रोसँग खस्कन थाल्यो कि केही वर्षमा यसको विश्व क्रिकेटमा लगभग अस्तित्व नै रहेन। अहिले क्रिकेटमा बंगलादेशले चमत्कारी प्रगति गरिरहँदा केन्या भने बल्लतल्ल फेरि माथि उठ्ने प्रयास गर्दैछ। भर्खरै भएको इस्टर्न रिजन प्रतियोगितामा नेपालको अत्यन्त खराब प्रदर्शनपछि नेपाली क्रिकेट समर्थकले भन्न थालेका छन्, 'हाम्रो स्थिति केन्याको जस्तो नहोस्।'

नेपाली क्रिकेटको राजनीति अझै उस्तै खराब छ। नेपाली टिमभित्र पनि फुट र टकरावको स्थिति तयार भइसकेको छ। नेपाली क्रिकेटमा आएको खराब स्थितिलाई थाइल्यान्डमा भएको उक्त प्रतियोगिताले प्रमाणित गरिदिएको छ। एसियाकप छनोटका रुपमा रहेको उक्त प्रतियोगिता सुरु हुनुअघि नेपाल नै उपाधिका लागि सबैभन्दा बलियो प्रत्यासी थियो। हङकङ, सिंगापुर, मलेसिया र थाइल्यान्ड सम्मिलित प्रतियोगिता नेपालले नै जित्नु पर्ने हो, तर त्यस्तो भएन।

प्रतियोगिताका क्रममा नेपाली लेग स्पिनर सन्दीप लामिछानेले ट्वान्टी-२० क्रिकेटमा आफ्नो सय विकेटको व्यक्तिगत उपलब्धि त हात पारे, तर टिमको प्रदर्शन भने 'हातमा लाग्यो शून्य' भयो। आफ्नो अन्तिम लिग खेल अगाडि नै नेपाल प्रतियोगिताबाट बाहिरिसकेको थियो। यसरी फेरि एकपल्ट एसियाकप खेल्ने नेपालको सपना टुटेको छ। यो पीडाले नेपाली क्रिकेटलाई लामो समय सताउने निश्चित छ।

> अहिलेका कप्तान ज्ञानेन्द्र र उनको समूहसँग सन्दीपको सम्बन्ध राम्रो नभएका कारण पनि क्रिकेटमा समस्या बढिरहेको छ ।

नेपालको प्रशिक्षक रहेका उमेश पटवालले राजीनामा दिएपछि बैंककमा टिमको जिम्मा पाएका थिए, जगत टमाटाले। आफ्नो पारिश्रमिकमा चर्को कर लागेपछि चित्त बुझाउन नसकेका पटवालको प्रदर्शनलाई लिएर अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट काउन्सिल (आईसीसी) समेत खुसी थिएन भनिन्छ। उनकै कारण नेपाली क्रिकेटको स्तर खस्केको समेत आरोप लागेको छ।

उनी बिना नेपालको टिम जिम्मा लिने निर्विकल्प उम्मेदार रहेका टमाटाले प्रतियोगिताको अन्त्यमा कडा प्रतिक्रिया दिए। उनको दाबी थियो, 'नेपाली खेलाडी टिमको जर्सी लगाउनसमेत योग्य देखिएनन्।' आफ्नो देशका लागि खेलिरहँदा नेपाली खेलाडीले गर्वानुभूत गर्न नसकेको उनको आरोप थियो। उनले हाकाहाकी भने, 'आफ्नो देशका लागि खेलिरहेका खेलाडीले जिम्मेवारी महसुस गर्नै पर्छ।'

प्रतियोगिताको पहिलो खेलमा नेपाल मलेसियासँग २२ रनले पराजित भयो। दशकभन्दा बढी समयपछि मलेसियाविरुद्ध कुनै पनि स्तरको क्रिकेटमा नेपाल पराजित भएको थिएन। लगत्तै भएको हङकङविरुद्धको खेलमा पनि नेपालको प्रदर्शन उत्तिकै नाजुक रह्यो। जहाँ नेपाल ४३ रनले पराजित भयो। प्रतियोगिताकै कमजोर थाइल्यान्डविरुद्ध नेपाल नौ विकेटले विजयी त भयो, तर त्यसको कुनै पनि अर्थ रहेन। सिंगापुरविरुद्धको नेपालको अन्तिम खेल वास आउट नै भयो।

एक्कासी नेपाली क्रिकेटको स्तर यसरी खस्किएको होइन। नेपाली टिमको प्रदर्शन ओरालो लाग्न थालेको धेरै भयो। ट्वान्टी-२० विश्वकपको छनोटमा पटवालले सबैभन्दा पहिले नेपाली टिमको जिम्मेवारी औपचारिक रूपमा सम्हाल्दै गर्दा भनेका थिए, 'आफ्नो पहिलो उद्देश्य नेपाललाई विश्वकपमा छनोट गराउनु हो।' तर, नेपाल सफल भएन। त्यसपछि उनको अर्को प्रतिक्रिया आयो, 'सायद नेपाली क्रिकेटको स्तर नै विश्वकप छनोट हुने खालको थिएन।

अहिले नेपाली टिमका कप्तान हुन्, ज्ञानेन्द्र मल्ल। क्यानमा चुनावबाट नयाँ नेतृत्व आएपछि कप्तान पारस खड्काले राजीनामा दिएका थिए। अहिले उनी खेलाडीको भूमिकामा भने कायम छन्। खड्काले नेतृत्व छाडेयता नेपाली टिमको प्रदर्शनमा नाटकीय रुपमा कमजोरी देखा पर्न थालेको हो। थाइल्यान्डबाट फर्केपछि उनले नेपाली क्रिकेट समर्थकसामु माफी पनि मागे। उनी पनि मान्छन्, 'अहिले नेपाली क्रिकेटमा नैराश्यताको स्थिति छ।'

उनले भनेका छन्, 'कहाँनिर के गलत भइरहेको छ, त्यसको उत्तर मसँग पनि छैन। कसैलाई दोष दिने ठाउँ पनि छैन।' घरेलु क्रिकेटमा बढीभन्दा बढी ट्वान्टी-२० क्रिकेट भएका कारण वान डे क्रिकेटमा नेपालको प्रदर्शन खराब भएको आरोप थियो। अहिले त ट्वान्टी-२० क्रिकेटमै पनि नेपालको प्रदर्शन निकै खराव हुन थालेको छ। थाइल्यान्डमा नेपालले ६ वर्षयता सबैभन्दा खराब खेलेको थियो, क्रिकेटको कान्छो स्वरूपमा।

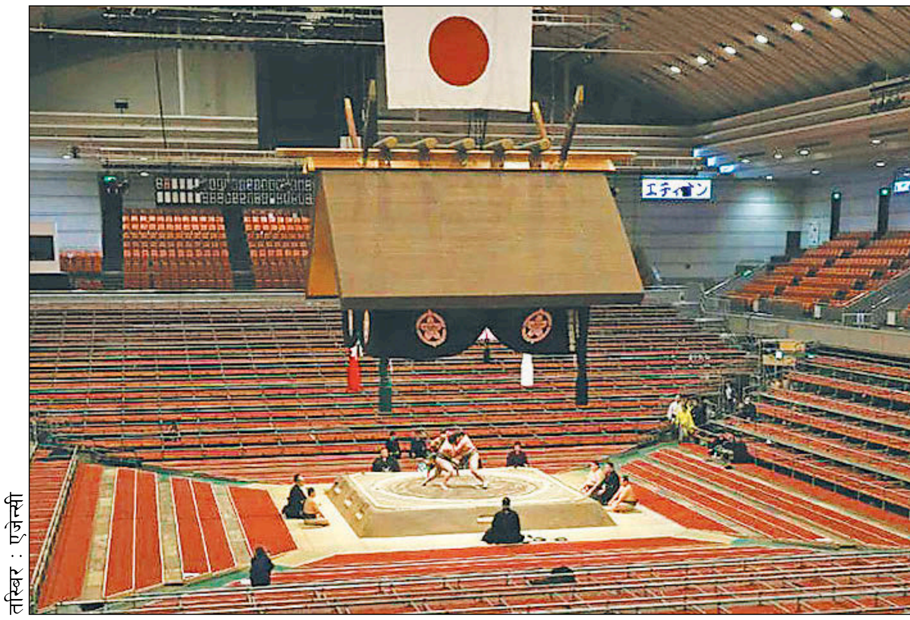
अहिलेका कप्तान ज्ञानेन्द्र र उनको समूहसँग सन्दीपको सम्बन्ध राम्रो नभएका कारण पनि क्रिकेटमा समस्या बढिरहेको छ। थाइल्यान्डमा खराब प्रदर्शनपछि सन्दीपले पनि 'नेपाली क्रिकटमा राम्रो हुन नसकेको' बताएका थिए। उनको तर्क थियो, 'अब सबै एकै स्थानमा बसेर समाधान निकाल्नु पर्छ।' पछि उनले आफ्नो भनाइको गलत अर्थ लगाइएको बताएका थिए।

अब क्यानले गम्भीर निर्णय गर्नुपर्ने स्थिति आएको छ। पारसकै शब्दमा 'अब क्यानले के गर्नेछ, त्यो हेर्नुपर्ने छ।' त्यसमाथि यसै साताबाट सुरु हुने एभरेस्ट प्रिमियर लिग पनि रद्द भइसकेको छ, कोरोना भाइरसको डरले। यसले पनि नेपाली क्रिकेटलाई अझ ठूलो धक्का दिएको छ। सायद यो प्रतियोगिता भएको भए नेपाली क्रिकेटबाट केही राम्रो सन्देश जाने थियो। तर जे नहुनु थियो, भइसक्यो। अब नेपाली क्रिकेटको स्तरोन्नतिका लागि गम्भीर चिन्तनको खाँचो छ।

खेलकुद

विश्व खेलकुदमा कोरोना प्रभाव

तस्बिर : एजेन्सी



कोरोना भाइरसको सन्त्रासका कारण अहिले विश्वको खेलकुद क्षेत्र नराम्ररी प्रभावित हुन थालेको छ । जसको कारण यो वर्ष आयोजना हुने ओलम्पिक प्रतियोगिता, विश्वकप फुटबलको छनोट खेलदेखि युरोपमा आयोजना हुने दर्जनौं फुटबल प्रतियोगिताहरू प्रभावित भएको छ ।

जापानको टोकियो सहरले यो वर्षको जुलाई २४ तारिखदेखि आयोजना गर्न लागेको ओलम्पिक प्रतियोगिताप्रति संशय देखा परेको छ । आयोजनाको सबै काम सम्पन्न गरिसकेको टोकियो सहरले कोरोना भाइरसको सन्त्रासले गर्दा उक्त मितिमा ओलम्पिक प्रतियोगिता आयोजना हुन्छ कि हुँदैन भन्ने द्विविदामा छ । यो विषयमा हालै जापानको संसद्मा छलफल पनि भएको थियो । जापान ओलम्पिक मन्त्री सेइको हासिमोतोले संसद्मा जानकारी दिँदै 'आयोजनाका सबै पक्षको काम समाप्त भइसकेको कारण हामी प्रतियोगिता आयोजना गर्न तयार छौं तर कोरोना भाइरसको सन्त्रासको कारण प्रतियोगिता आयोजना गर्नुहुँदैन । पहिलानै निर्धारण भएको मितिमा फेरबदल अन्तर्राष्ट्रिय ओलम्पिक कमिटीले गर्ने हुनाले हामीले उनीहरूकै निर्देशन कुर्नु परेको छ । सकेसम्म हाम्रो चाहना भनेको अहिले निर्धारण गरेको मितिमा आयोजना गर्नुभन्दा यो वर्षको अन्तसम्ममा आयोजना गर्नु राम्रो हुने देखिन्छ ।'

ओलम्पिक प्रतियोगितामा प्रज्वलन गरिने ज्योति ग्रिसको प्राचीन ओलम्पियाबाट गरिने गरिन्छ । अर्को साता गरिने ज्योति प्रज्वलनको कार्यक्रम पनि पहिलाको जस्तो भव्य रूपमा नहुने ओलम्पिक कमिटीले जनाएको छ । विगतमा ग्रिसका विभिन्न सहरमा सात दिन घुमाएर आयोजक टोकियो सहरलाई उक्त ज्योति हस्तान्तरण गर्ने कार्यक्रम राखिएको थियो । अब यो ज्योति प्रज्वलनमा धेरै थोरै व्यक्तिहरूलाई मात्र सहभागी गरेर गर्ने भएको छ । उक्त कार्यक्रम हेर्नकै लागि धेरै पर्यटकहरू भेला हुने परम्परा थियो । अब यसमा पनि केही सिटहरूको मात्र व्यवस्था गरेर ज्योति प्रज्वलन गर्ने ग्रिक ओलम्पिक कमिटीले जनाएको छ ।

अहिले युरोपमा फुटबलका विभिन्न प्रतियोगिताहरू आयोजना हुने सिजन चलिरहेको छ । कोरोना भाइरसको संक्रमण युरोपमा अत्याधिक बढिरहेको कारण युरोपमा आयोजना भइरहेको युरोपा लिगका खेलहरू रंगशालामा दर्शकविहीन बनाएर आयोजना गर्न थालिएको छ । युरोपा लिगको अन्तिम १६ को खेल विभिन्न युरोपियन राष्ट्रमा आयोजना भइरहेको छ । अस्ट्रियामा आयोजना हुने खेलमा अस्ट्रियन सरकारले रंगशालामा फुटबल समर्थकहरूलाई प्रवेशमा रोक लगाएको छ ।

यही लिगअन्तर्गत ग्रिसमा हुने खेलमा पनि समर्थकलाई रंगशाला प्रवेशमा रोक लगाइएको छ । कतिपय खेलका टिकटहरू बिक्रीसमेत भइसकेको अवस्थामा अब समर्थकहरूले टेलिभिजन हेरेर फुटबलको मज्जा उठाउनु पर्ने अवस्था आएको छ । यो बाहेक युरोपेली फुटबल महासंघले प्रतियोगिता अगाडि खेलाडीहरूले एक अर्कासँग हात मिलाउने परम्परालाई रोक्नसमेत आग्रह गरेको छ ।

च्याम्पियन्स लिगअन्तर्गत बार्सिलोनाले घरेलु मैदानमा दर्शकविहीन भएर नेपोलीसँग प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्ने छ । यसैगरी फ्रान्समा हुने पेरिस सेन्ट जर्मेन (पीएसजी) र बोरुसिया डर्टमन्डबीचको खेल पनि बन्द रंगशालामा खेलाइनेछ । स्पेनको सेभिया र इटालीको रोमाबीचको खेल पनि बन्द रंगशालामा आयोजना हुनेछ । ला लिगाअन्तर्गत हुने फुटबल खेलमा पनि दर्शकहरू रंगशाला प्रवेश गर्न नपाउने भएका छन् । फ्रेन्च लिगका खेलहरू पनि रंगशालामा दर्शकविहीन गरेर खेलाइनेछ । फ्रान्स सरकारले कोरोना भाइरसको संक्रमण तीव्र रूपमा बढेपछि कुनै पनि स्थानमा १ हजारभन्दा बढी व्यक्तिहरू भेला नहुन सूचना जारी गरेको छ । पछिल्लो पटक फ्रान्समा ११ सयभन्दा बढी व्यक्तिमा कोरोनाको संक्रमण देखिएको छ ।

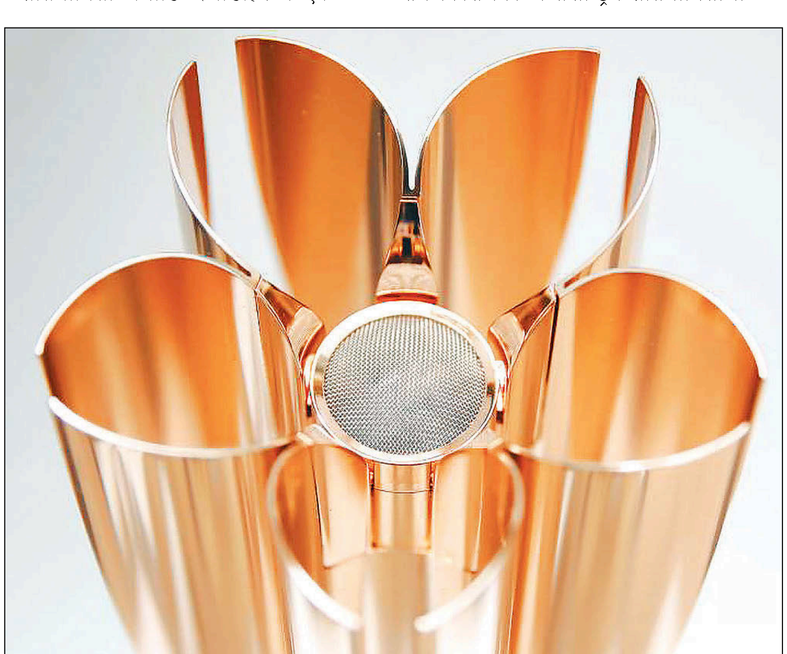
इटालीको ओलम्पिक कमिटीले आफ्नो देशका खेलाडीहरूले सहभागिता गर्ने सबै किसिमका अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी नहुने निर्णय गर्ने जनाएको छ । यो विषयमा आन्तरिक रूपमा आयोजना भइरहेका फुटबल प्रतियोगितासमेत पर्ने देखिन्छ । यसैबीच इटालीको पौडी संघले ओलम्पिकलाई लक्षित गरेर आयोजना हुन गइरहेको ओलम्पिक छनोटमा सहभागी नहुने जनाएको छ । युरोपियन राष्ट्रहरूमा कोरोना भाइरसको संक्रमण इटालीमा अत्याधिक बढिरहेको छ । पछिल्लो जानकारीअनुसार इटालीमा कोरोना भाइरसका कारण ३ सय ६६ जनाको मृत्यु भइसकेको छ ।

अहिले विश्वकप फुटबलका लागि एसियाको छनोट चरणका खेलहरू हुने पूर्वनिर्धारित रहेका खेलहरू पनि स्थगित हुने सम्भावना देखिएको छ । फिफा र एसियाली फुटबल महासंघले यो विषयमा कुनै निर्णय नगरे पनि आयोजक देशको सहमति र कोरोनाको अवस्थाअनुसार निर्णय गर्ने जनाएको छ । पछिल्लो खेल तालिकाअनुसार नेपालले पनि छनोट खेलमा सहभागी हुने कार्यक्रम छ ।

प्रत्येक वर्ष आयोजना हुँदै आएको बार्सिलोना म्याराथन पनि कोरोना भाइरसको संक्रमणकै कारण स्थगित भएको छ । मार्च १५ तारिखमा आयोजना हुने उक्त म्याराथनलाई अक्टोबर २५ तारिखसम्मलाई स्थगित गरिएको छ । स्पेनको स्वास्थ मन्त्रालयले कोरोना भाइरसको कारण अहिले स्पेनमा ४ सय ४१ जना बिमारी भएका छन् भने ८ जनाको मृत्युसमेत भइसकेको छ । म्याड्रिडमा मात्र १ सय ७० जना बिमारी भएका छन् ।

६ राष्ट्र सम्मिलित महिला रग्बी प्रतियोगिताको आयोजना पनि कोरोना भाइरसको संक्रमणको घेरामा परेको छ । ग्लासगोमा आयोजना हुन लागेको उक्त प्रतियोगितामा स्कटल्यान्ड र फ्रान्सबीच खेल हुन लागेको थियो । आयोजक स्कटिस खेलाडीहरूमै कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएपछि खेलनै नहुने देखिएको छ । स्कटिस टिमका ७ खेलाडीमा कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएपछि अहिले उनीहरूलाई आइसोलेसन वार्डमा राखिएको छ । यही प्रतियोगिताअन्तर्गत गत साता स्कटल्यान्ड र इटालीका खेलाडीहरूबीच प्रतियोगिताको कार्यक्रम रहेको थियो । इटालीयन टिमका खेलाडीहरूमा पनि भाइरसको संक्रमण देखिएपछि खेल स्थगित गरिएको थियो । स्कटल्यान्डका खेलाडीहरू खेल स्थगन भएपछि आफ्नो देशमा फ्रान्सविरुद्ध खेल्न आएका थिए ।

जापानको लोकप्रिय सुमो खेल पनि कोरोना भाइरसको संक्रमणको त्रासले दर्शकविहीन अवस्थामा सञ्चालन भइरहेको छ । सुमोको वसन्त ऋतुमा आयोजना हुने वार्षिक प्रतियोगिता स्थगन गर्न नमिल्ने जनाउँदै आयोजकले दर्शकलाई प्रवेश निषेध गरेर सञ्चालन गरिएको हो । उक्त प्रतियोगितालाई राष्ट्रिय टेलिभिजनले प्रत्यक्ष प्रसारण गरेर दर्शकलाई घरमै बसेर हेर्न भनेको थियो । जापानमा पछिल्लो पटक फैलिएको कोरोना भाइरस ४ सय ५४ जनामा देखिएको छ भने यो संक्रमणको कारण ७ जनाको ज्यानसमेत गइसकेको छ ।



> “ स्कटिस खेलाडीहरूमै कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएपछि खेलनै नहुने देखिएको छ । स्कटिस टिमका ७ खेलाडीमा कोरोना भाइरसको संक्रमण देखिएपछि अहिले उनीहरूलाई आइसोलेसन वार्डमा राखिएको छ ।

जाँदाजाँदै

प्रधानमन्त्रीको मिर्गौला प्रत्यारोपण

हामी सक्षम छौं भन्ने सन्देश हो

तस्बिर : नवराज बाग्ले

प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीको दोस्रो पटक मिर्गौला प्रत्यारोपण टोलीको नेतृत्व गर्ने प्रा.डा. प्रेमराज ज्ञवाली त्रिभुवन विश्वविद्यालय चिकित्सा अध्ययन संस्थानको युरोलोजी विभागका प्रमुख पनि हुन् । रोस्टोभ युनिभर्सिटी रसियाबाट एमएस र एमडी गरेका डा. ज्ञवालीले सिंगापुरस्थित नेसनल युनिभर्सिटी हस्पिटलबाट सन् २००३ मा युरोलोजी एन्ड किड्नी ट्रान्सप्लान्टमा फेलोसिप गरेका छन् । त्रिवि चिकित्सा अध्ययन संस्थानबाटै सन् २०१० मा पब्लिक हेल्थमा मास्टर्स गरेका उनले त्यहीबाट एचए गरेर लामो समय कर्णालीका पहाडी जिल्लामा सेवा गरेका थिए । उनी सन् २००८ मा शिक्षणमा पहिलो पटक मिर्गौला प्रत्यारोपण सुरु गर्दाको युनिटका सदस्यसमेत हुन् । गुल्मीको भार्सेमा जन्मिएका प्रत्यारोपण सर्जन डा. ज्ञवालीसँग प्रधानमन्त्रीको मिर्गौला प्रत्यारोपण, स्वास्थ्य अवस्थालगायत विषयमा साप्ताहिकका जनक तिमिल्सिनाले गरेको संवाद:

प्रधानमन्त्रीको अहिलेको स्वास्थ्य अवस्था कस्तो छ ?
अहिले उहाँ एकदमै सामान्य भइसक्नुभएको छ । हिँड्डुल गर्न थाल्नुभएको छ ।

कस्तो खानेकुरा दिइरहनुभएको छ ?
अहिले सामान्यतया सबै खानेकुराहरू दिइरहेका छौं । प्रत्यारोपण अगाडि त धेरै खानेकुराहरू बन्देज हुन्छ । पानीहरू नियन्त्रण हुन्छ, प्रोटिन, माछामासु खान मिल्दैन । प्रत्यारोपण गरेर सामान्य भइसकेपछि सामान्य मानिसले जस्तै खाना खानुहुन्छ ।

प्रधानमन्त्रीको दिनचर्या कस्तो छ ?
त्यस्तो दिनको १६–१८ घण्टा काम गर्ने मान्छेले एउटा कोठामा बसेर बेडमा सुतिरहँदा बोरिङ फिलिङ त पक्कै भएको होला । तर, पनि उहाँकै सुरक्षा र स्वास्थ्य सुधारका लागि हामीले अरूसँगको सम्पर्कबाट रोकेका हौं । बाहिरबाट पत्रपत्रिका लैजान हुँदैन किनभने पत्रपत्रिकाबाट पनि इन्फेक्सन हुनसक्छ । हामी त्यहाँ डाक्टरहरू छौं, नर्सहरू छौं । हामीसँग कुरा हुन्छ, गफ गर्छौं, जोक गर्छौं, रमाइलो गरेर बस्छौं । प्रधानमन्त्री मज्जाले रमाउनुहुन्छ ।

पूर्णरूपमा फिट भएर काममा फर्किन कति समय लाग्छ ?
साधारणतया प्रधानमन्त्री आफ्ना अफिस वर्कहरू एक दुई सातामै सुरु गर्न सक्नुहुन्छ । तर, उहाँमा संक्रमणको समस्या आउन सक्ने हुँदा एक डेढ महिनाजति भीडभाडमा जाने काम नगरिदिन उहाँलाई आग्रह गर्छौं । बैठकहरू त फर्केर गएपछि गर्न सक्नुहुन्छ ।

संक्रमणहरू जोखिम कस्तो अवस्थामा देखिन सक्छ ?
अहिले तपाईं मसँग कुरा गर्दै हुनुहुन्छ, यस्तो अवस्थामा तपाईंको रोग ममा सर्न सक्छ । मेरो रोग तपाईंलाई सर्न सक्छ । तर, उहाँको सम्भावना अलि बढी हुन्छ किनभने उहाँलाई रोग प्रतिरोधात्मक शक्तिहरू एकदम न्यून गरेर राखेका हुन्छौं, उहाँको शरीरले मिर्गौलाले नफालोस् भनेर । त्यसले गर्दा अरू साधारण व्यक्तिहरूमा भन्दा संक्रमणको सम्भावना उहाँमा अलि बढी हुन्छ ।

प्रधानमन्त्रीको स्वास्थ्यका अबका चुनौतीहरू के हुन् ?
अबको चुनौती भनेकै संक्रमणको हो । संक्रमणबाट मात्रै जोगिने हो, अरू त उहाँ सामान्य हुनुहुन्छ ।

प्रत्यारोपण ३९ मिनेटमा सकियो होइन त ?
होइन । शल्यक्रिया गर्न हामीलाई साढे चार पाँच घण्टा नै लाग्यो । नशाहरू जोड्ने काममा भने ३९ मिनेट लागेको हो ।

त्यो समयलाई कसरी सम्झनुहुन्छ ?
नर्मल टाइम हो । हाम्रो अरू बिरामीको गर्दा ३२ मिनेट, ३५ मिनेट ४५ मिनेटसम्ममा गर्न सक्छौं । जे होस्, जति छिटो त्यसलाई जोड्न सकियो, त्यति राम्रो रिजल्ट हुन्छ ।

झन्डै ५ सय मिर्गौला प्रत्यारोपणमा संलग्न हुनुभयो । अरूभन्दा प्रधानमन्त्रीको मिर्गौला प्रत्यारोपणमा केही फरक पाउनुभयो ?
केही पनि फरक छैन । सबै एउटै हो ।

सबैभन्दा चाँडो मर्गौलाको नशा जोडिएको प्रधानमन्त्रीकै हो ?
उहाँभन्दा अगाडि हामीले एउटा बिरामीको २६ मिनेटमा मिर्गौलाका नसाहरू जोडेका छौं । प्रधानमन्त्रीको दोस्रो पटक भएको हुँदा र शरीरको बनावटले गर्दाखेरि ३९ मिनेट लागेको हो ।

दुई–तीन महिनापछि पनि प्रत्यारोपण गरिएको मिर्गौला रिजेक्सन हुनसक्छ भनिन्छ नि ?
रिजेक्सन भन्ने कुरा लामो समयसम्म पनि हुन सक्छ । रिजेक्सनको तीन भाग हुन्छ । एउटा 'हाइपरक्युट रिजेक्सन', जो प्रत्यारोपण गर्दागर्दै टेबलमा नै रिजेक्ट गर्दिन्छ, अनि त्यो मिर्गौलाले काम गर्दैन । शिक्षणमा अहिलेसम्म भएका ७ सय मिर्गौला प्रत्यारोपणमा एउटा पनि त्यस्तो केस देखेका छैनौं । मिर्गौला प्रत्यारोपण गरेको तीन महिनासम्म हुने रिजेक्सनलाई 'एक्युट रिजेक्सन' भनिन्छ । प्रत्यारोपण गरिएको मिर्गौला तीन महिनाभित्र पनि फाल्ने डर हुन्छ । तीन महिनापछि पनि फाल्न सक्छ, त्यसलाई 'क्रोनिक रिजेक्सन' भनिन्छ । जस्तो प्रधानमन्त्रीज्यूको पहिलो मिर्गौला प्रत्यारोपण भएको १२ वर्षपछि मिर्गौला रिजेक्सन गऱ्यो नि । उहाँको पहिलो मिर्गौला रिजेक्सन गर्नलाई १२ वर्ष लाग्यो । त्यसकारण यो मिर्गौलाले कति वर्ष काम गर्न सक्छ भनेर हामीले उत्तर दिन नसक्नुको कारण यही हो ।

मिर्गौला रिजेक्सनका केही कारण हुन्छन् ?
साधारण उदाहरणका लागि हाम्रो आँखामा साधारण फोहोरहरू, भुस र धुलोका कणहरू पऱ्यो भने आँखा चिलाउने, आँसु आउने, आँसुले बगाएर फाल्न खोज्छ, एउटा सानो फोहोरलाई । त्यो त ढिक्का मिर्गौला लगेर राखिएको छ, हाम्रो शरीरले फरेन प्रोटिन भन्छ बाहिरबाट आएको प्रोटिनलाई फाल्नै खोज्छ, जस्तोसुकै भएपनि निकाल्नै खोज्छ । त्यो आफ्नो अंग होइन भनेर रिजेक्ट गर्छ । रिजेक्सन हुने कारण चाहिँ त्यो हो । त्यो रिजेक्सन नहोस् भनेर उहाँको शरीरको जुन तत्वले मिर्गौलालाई पत्ता लगाउँछ । त्यो तत्वलाई हामीले दबाएर राख्नुपर्छ । त्यो भनेको 'इम्युनो सप्रेसेन्ट' भन्ने औषधिले दबाउने हो । त्यो औषधिले शक्ति दिन्छ अनि शरीरले थाहा पाउँदैन । यो आफ्नो होइन, अरूको अंग हो भनेर शरीरले पत्ता लगाउँदैन ।

प्रधानमन्त्रीको आत्मबलको बाहिर त धेरैले प्रशंशा गर्छन्, प्रत्यारोपण सर्जनका रूपमा कसरी चर्चा गर्नुहुन्छ ?
एकदमै आत्मबल देखिन्छ, प्रधानमन्त्रीमा । दुई वटा कुरा हुन्छ, हामीलाई कहिलेकाहीं बिरामीले प्रेसर दिन्छन्- ग्यारेन्टी छ डासा'ब ? पक्का हो ? हुन्छ ? भनेर भन्छन् । उहाँबाट कहिल्यै पनि त्यस्ता शब्दहरू आएन । बरु, 'डाक्टर साब कन्फिडेन्ट हुनुहुन्छ नि ?' भनेर सोध्नुहुन्थ्यो । मैले 'सर कन्फिडेन्ट छौं' भनेर भनें । त्यतिमात्रै हो । साधारण कुरा प्रेसर गर्ने, मलाई यस्तो गर उस्तो गर, यो चाहियो ऊ चाहियो भन्ने कुरा कहिल्यै भन्नुभएन । साधारण नागरिकले जसरी नै उहाँले व्यवहार गर्नुभयो ।

यो हाइप्रोफाइल प्रत्यारोपण हो । के सन्देश दिएको अनुभव गर्नुभएको छ ?
हुन त हामीले मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्न थालेको १२ वर्ष भयो । कतिपय मान्छेलाई त्रिवि शिक्षण अस्पतालमा मिर्गौला प्रत्यारोपण हुन्छ भन्ने थाहै थिएन । यो प्रत्यारोपणपछि शिक्षण अस्पताल नै सबैभन्दा पहिले सफल मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्ने अस्पताल रहेछ भन्ने धेरैलाई थाहा भयो । प्रधानमन्त्रीले पनि छानेको अस्पताल भनेपछि यो अस्पताल पक्कै ठीक छ, यहाँका चिकित्सक सक्षम छन्, गर्न सक्दारहेछन् भन्ने सन्देश जनमानसमा पक्का पनि गएको छ ।

प्रधानमन्त्रीकै मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्न पाउनुले तपाईंको जीवनमा केही अर्थ राख्छ ?
यसले धेरै हौसला दिएको छ । देशको र सरकारको सर्वोच्च व्यक्ति, सरकारले प्रमुखले हामीलाई छानेर आउनु भनेको गर्वको कुरा हो । हामी एकदमै गौरवान्वित छौं । व्यक्तिगत रूपमा म एकदमै खुसी छु । आजभन्दा झन्डै १२ वर्षअघि पहिलो मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्दा जति खुसी भएको थिए, त्योभन्दा अझ धेरै बढी खुसी भइरहेको छु । यो टिममा मेरो पूरै डिपार्टमेन्टका सर्जनहरूको सहभागिता थियो । हामी ७ जना थियौं, त्यसमध्ये ५ जना हामीले पढाएका सर्जनहरू थिए । हाम्रै उत्पादन, हाम्रै विभागको उत्पादन, हामीले पढाएको चिकित्सकहरू उहाँहरू अहिले सिनियर चिकित्सक भइसक्नुभयो । उहाँहरूको सहयोगमा हामीले गर्न सक्यौं, त्यो अर्को गौरवको कुरा हो ।

प्रधानमन्त्रीको मिर्गौला प्रत्यारोपणलाई कत्तिको जोखिम ठान्नुभएको थियो ?
प्रधानमन्त्रीको भएर मात्रै होइन, मिर्गौला प्रत्यारोपण नै जोखिमपूर्ण शल्यक्रिया हो । नत्र यो जहाँतहीं जसले पनि गर्न सक्थ्यो । टिमवर्कले यो सफलता सम्भव भएको हो । अस्पताल, विभाग, विभिन्न जनशक्तिको मिलनले यो सम्भव भएको हो ।

नेपालमा मिर्गौला प्रत्यारोपण आम नागरिकको पहुँचमा पुग्न किन नसकेको होला ?
संसारमा कुनै यस्तो देश छैन, जहाँ मिर्गौला डाइलाइसिस सरकारले नि:शुल्क गराउने होस् । सबैभन्दा विकसित देश होस् या सबैभन्दा गरिब देश, नेपालमात्रै अपवाद हो, जहाँ मिर्गौला डाइलाइसिस नि:शुल्क हुन्छ । मिर्गौला प्रत्यारोण गर्दा सरकारले बिरामीलाई ५–६ लाख रुपैयाँ सहयोग गर्छ । यो सबै प्रधानमन्त्रीज्यूको इच्छा र चाहनाले हुन सकेको हो । मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्दा सबैभन्दा पहिले मिर्गौला दिने मान्छे चाहिन्छ । सरकारी नियम र कानुनअनुसार आफ्नो नाता पर्ने मान्छेले मात्रै दिन पाउँछ । सर्वसाधारणलाई त्यो थाहा छैन । अर्को, यो सेवा नेपालको हरेक कुनामा छैन । अहिले नियमित रूपमा मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्ने एउटा त्रिवि शिक्षण अस्पताल हो, भक्तपुरको मानव अंग प्रत्यारोपण केन्द्र र अर्को वीर अस्पताल हो । प्राइभेट अस्पतालहरूमध्ये ग्राण्डी अस्पतालले गरिरहेको छ । अन्य केही अस्पतालले फाटफुट गरिरहेका छन् । यी सबै अस्पताल काठमाडौंकेन्द्रित छन् । तर, काठमाडौं मात्रै नेपाल होइन । पूर्वदेखि पश्चिमसम्म यही तहका अस्पतालहरू, हरेक प्रदेशमा एउटा एउटा यस्तै अस्पताल बनाउन सकियो र यस्तै किसिमको जनशक्ति पुऱ्याउन सकियो र यस्तै किसिमको इक्वीपमेन्ट, सामान, औजार पुऱ्याउन सकियो भने जहाँ पनि सम्भव छ । पूर्व-मेचीदेखि पश्चिम-महाकालीसम्मको सबै बिरामी काठमाडौं आइसक्ने हालतमा पनि छैनन्, मिर्गौला प्रत्यारोपण गर्दा धेरै लामो समय लाग्छ, खर्च पनि धेरै हुन्छ । सरकारले जति नै सहयोग गरे पनि अझै खर्च पुग्दैन ।

तपाईंको आगामी दिनको कुनै विशेष सपना छ ?
प्रधानमन्त्रीको मिर्गौला प्रत्यारोपण गरौंला भन्ने सपनामा पनि सोचेको थिइन । यसैगरी अचानक केही अर्को सपना आइहाल्छ कि ? तर, अहिले नै त्यस्तो विशेष सपना छैन ।

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**