

Vol. 1, Issue 3, December 2013

HOT NEPAL

हट नेपाल

वर्ष १, अंक ३, पुस-माघ २०७०, मूल्य रु ३०।-



आडतेम्बाको
उचाइ

मर्निङ सेक्सको
फाइदा

२०१३ को
मनोरञ्जन संसार

चर्चित चिनियाँ
अभिनेत्री
चाड च यी

खप्पिस
हिरोइनको
खुलासा

Wide coverage of more than 20 districts from Himal to Terai



Coverage beyond border via www.cfmonair.com with 100,000 listeners/visitors.



P.O.Box.11276
Thapagaun, New Baneshwor, Kathmandu
Ph.01-4475345/01-4475346
Email: info@cfmonair.com



Wherever you are, we are always at your service

KGH Hotels, Resorts & Spa

47 years in hospitality industry



Park Village Resort, Buddhanilkantha -

135 rooms; 7 conference halls; 3 restaurants; health club; wellness spa; 5 acres of wood and with lots of parking



Waterfront Resort, Lake Side, Pokhara - 60 rooms; 2 conference halls; 2 restaurants

Contact: Corporate head office, KGH Complex Thamel
Ph: 4700800, 9801033107 (Satish Shrestha), Email: info@ktmgh.com, Web: www.ktmgh.com



आवरण
तस्वीर : राजीव
श्रेष्ठ

प्रधान सम्पादक

व्याकुल पाठक

सम्पादक

श्याम स्मृत

फोटोग्राफर

राजीव श्रेष्ठ
अजय देशार

लेआउट/ग्राफिक

श्याम स्पाइको

प्रमुख अधिकृत वितरक/काठमाडौं

काष्ठमण्डप डिस्ट्रिब्युसन प्रालि
भोजे, काठमाडौं, फोन : ०१-४८४७२४९

प्रमुख अधिकृत वितरक/मोफसल

एलाइट न्यूजपेपर डिस्ट्रिब्युटर
नरदेवी, काठमाडौं, फोन : ०१-४२६९१४८

मुद्रण

प्रिजम कलर स्क्यानिङ
एण्ड प्रेस सपोर्ट प्रालि
कुलेश्वर, काठमाडौं

प्रकाशक

ड्रिम नेपाल पब्लिकेशन्स प्रालि
गोग्बु, काठमाडौं
फोन : ०१-४३५६९४९



१०

आइतेम्बाको उचाइ

आफ्नै पौरखले छोटो समयमै कल्पना गरेको जीवन जिउने संसारका थोरै मानिसमा पर्दैन आडतेम्बा शेर्पा। उनीसँग पैसा, प्रतिष्ठा अनि स्वास्थ्य सबै छ। यो उनले पुर्ख्याली स्पमा प्राप्त गरेको नभई आफ्नै पौरखले आर्जन गरेका हुन्।



१४

दीपकको अनौठो संसार

एघारौं साफ खेलपश्चात एक किसिमले तेक्वान्दो खेलबाट अघोषित स्पमा टाढिएका दीपकले नवौं साफमा एउटा खुद्दामा उभिएरै भए पनि नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाए।

कागिकादान: २९/१२/०७०

कागिकादान: २९/१२/०७०

कागिकादान: २९/१२/०७०

२१

मर्निङ सेक्सको फाइदा

विजिहस्त्रले बिहानीपछ सेक्स गर्नु मर्निङ वाक वा व्यायाम गर्नुभन्दा हितकर हुने बताएका छन्।

बिहानीपछको सेक्सले शरीरका मांसपेसीलाई तन्दुरुस्त बनाउँछ, रक्तसञ्चार ठीक राख्छ र मुटुलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ।



२८

नयाँ सुविधामा युता आकर्षण

मोबाइल फोन प्रयोगकर्तामध्ये अधिकांश युवायुवतीले नयाँ र महंगा फोन लिने गरेका छन्। अहिलेको नयाँ पुस्ता स्मार्टफोन र आइफोनमा बढी आकर्षित हुने गरेका छन्।



३६

चर्चित चिनियाँ अभिनेत्री

चाड च यीको जीवनमा सन् १९९८ कोसेढुङ्गा साबित भयो। उनले चीनका प्रसिद्ध निर्देशक चाड यी मौकै निमन्त्रणामा 'मेरा बुबा र आमा' नामक फिल्ममा अभिनय गर्ने मौका पाइन्। त्यही फिल्ममा अभिनय गरेवापत उनी चीनको २३औं लोकप्रिय फिल्म सयाँ फूल पुरस्कारअन्तर्गत सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन्।



१०

आइतेम्बाको उचाइ

मेहनतपछिको रमाइलो

नेपालीहरू रमाइलो गर्न मन पराउने समुदायमा पर्दैन। अहिलेको पुस्ता मात्र हैन अधिल्ला पुस्ता पनि रमाइलो गर्न पछि नपर्ने स्वभावका थिए भन्ने यथेष्ट प्रमाण पाउन सकिन्छ। विभिन्न जाति-जनजाति, धर्म संप्रदाय तथा भिन्न भौगोलिक क्षेत्रमा बस्ने नेपालीका रमाइलो गर्ने आफ्नै तरिका छन्। चाड, पर्व, जात्रा, उत्सव, तिथिका नाममा यति रमाइलो गर्न अवसर सिर्जना गरिएको छ कि संसारका कुनै पनि देशमा यो अवस्था छैन। नेपालीले आफ्ना पुराना मौलिक परम्परालाई कायम राख्दै विदेशी परम्पराका पर्वलाई पनि अपनाएका छन्। यसले पनि पुष्टि गर्छ नेपालीहरू रमाइलो प्रिय हुन्। अहिलेको यो शिशिर याममा पनि चाहे जुनसुकै स्थानमा रहेका नेपाली हुन्, उनीहस्ते आफ्नै किसिमले रमाइलो गरेका छन् र आनन्दमा भुमेका छन्। सधैको काम काम अनि व्यक्तिवादी निरस जिन्दगीभन्दा शान्त, सुखी र रमाइलो जिन्दगीप्रति अहिले विश्वकै नागरिक आकर्षित भइरहेका छन्। नेपालीको यस्तो बहुसंस्कृति, बहुपहिचान र एकको संस्कृति र परम्परामा अर्को समुदाय रमाउन सक्ने विशेषताको विश्वबाटै प्रशंसा भइरहेको छ।

शिशिर याममा नेपालको हिमालदेखि पहाड र तराईसम्म मनाइने चाडबाड र पर्वविशेषबाहेक विदेशबाट आयातीत क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्ष पनि पर्नेगर्छ। यी पर्व नेपालीका होइनन्। थोरै मात्र क्रिस्तियन समुदाय रहेको नेपालमा क्रिसमसको उल्लास कम हुनुपर्ने हो अनि विक्रम संवत्सराई राष्ट्रिय मान्यता दिइएकोले अंग्रेजी संवत्सरको नयाँ वर्षलाई महत्व नदिए पनि हुने हो तर यसो हुने गरेको छैन। चाहे जुनसुकै धर्मसंप्रदाय मान्ने व्यक्ति हुन् वा धर्म नमाने अथवा धर्मप्रति तटस्थ रहने समुदाय नै किन नहुन क्रिसमस र नयाँ वर्षमा रमाइलो गर्न पछि पर्दैन्। पछिल्ला वर्षमा यी पर्वमा रमाइलो गर्ने युवायुवतीको संख्या बढ्दै गएको छ। यही समयमा पर्न तमु ल्होछारमा पनि केवल गुरुङहरू मात्र हैन अन्य जाति र संप्रदायका मानिस पनि आनन्द मनाइरहेका देखिन्थ्ये। यस किसिमका पर्व नागरिकलाई एकताबद्ध गर्नका लागि पनि सहायकसिद्ध भइरहेका छन्। वास्तवमा जात्रा, पर्व, उत्सवहरू कुनै एक जाति संप्रदाय विशेषबाट थालनी भएका भए पनि ती जातिका मात्र निजी हुँदैनन्। एउटाको पर्वमा अर्को संप्रदाय सहभागी भएर आनन्द लिनु सहिष्णुताको अनुपम उदाहरण हो।

प्राचीनकालमा नेपाल अहिलेभन्दा समृद्ध थियो, यहाँका नागरिक सुखी र सन्तोषी थिए। राष्ट्र समृद्ध र जनता सुखी भएपछि आनन्द लिनका लागि अनेक प्रबन्धहरू गर्न थालिन्छ। त्यसैको प्रतिफल हो विविध किसिमका जात्रा, पर्व र उत्सवहरू। अहिले जे जाति पर्व, उत्सव र जात्राहरू कायम रहेका छन्, ती सबै लिच्छवि र मल्ल कालमा सिर्जना भएका हुन्। त्यो युगमा एक बाली कृषि उपजले वर्षभरि खान पुग्यो अनि अरु समय मानिसहरू जात्रा, पर्वमा रमाएर तथा कला सिर्जनामा डुबेर बिताउने गर्थ। पुरुषको त्यसै योगदानको ब्याज अहिलेको पुस्ताले खाइरहेको छ। पुर्खाले जात्रा, पर्व र कलाकृति छाडेर नगझिदिएको भए हामीसँग खुसी हुन र आनन्द लिन थोरै मात्र अवसर हुने थियो। विश्वकै अमूल्य दृश्य तथा अदृश्य सम्पदा छाडेर जाने हाम्रा पुरुष थोरै विज्ञ र दूरदृष्टिसम्पन्न थिए।

हाम्रो मौलिक र विदेशबाट आयातीत पर्वहरूको आनन्दमा मात्र रमिरहने हो भने त्यसैको लागि पनि समय अपुग हुनसक्छ। किनकि एउटै जातिको पनि विविध परम्परागत पर्व हुने गरेका छन्। अरुकोमा पनि सहभागिता जनाउँदा काम गर्नका लागि निकै थोरै समय मात्र बच्च सक्छ। त्यसैले अहिले विश्वले नेपालीलाई आनन्दमा रम्ने समुदायका स्पमा चिन्न थालेसँगै मेहनतीमा नम्बर एक जाति भनेर पनि चिनाउनु परेको छ। हाम्रो वीरता र मेहनती स्वभाव पनि विश्वमा अपरिवित छैन तर पछिल्लो समय भौतिक प्रगतिमा पछाडि परेकोले यो परिचय ओफेलमा परेको छ। अब युवापुस्ता यो छविलाई उजित्याउन पनि अग्रसर हुनु परेको छ। काममा दिनरात नम्नने अनि रमाइलो गर्न पछि नपर्न यो परिचय नेपालीको कायम हुनुपर्छ।

श्रम्पादकीय



हाम्रो मौलिक र विदेशबाट आयातीत पर्वहरूको आनन्दमा मात्र रमिरहने हो भने त्यसैको लागि पनि समय अपुग हुनसक्छ। किनकि एउटै जातिको पनि विविध परम्परागत पर्व हुने गरेका छन्।

अरुकोमा पनि सहभागिता जनाउँदा काम गर्नका लागि निकै थोरै समय मात्र बच्च सक्छ। त्यसैले अहिले विश्वले नेपालीलाई आनन्दमा रम्ने समुदायका स्पमा चिन्न थालेसँगै मेहनतीमा नम्बर एक जाति भनेर पनि चिनाउनु परेको छ।

“

मम्म

त्याकुल पाठक

प्रधान सम्पादक

● महिमालाई मेरो सलाम

हट नेपालको दोस्रो अंक पनि हेर्न मौका पाएँ । मज्जा लाग्यो । हट नेपालको कभर पेजको हट फोटोले नै मलाई यस पत्रिका किन्न आकर्षित बनाएको हो । मलाई मन पन्यो- हट कभर गर्ल महिमा सिलवालको भनाइ ! वर्तमान आधुनिक जमानामा महिमाले जे बोलेकी छन्, त्यो सही बोलेकी छन् । अविवाहित भए पनि भर्जिन नभएको यथार्थ बोल्नु नै उनको आँट हो । त्यस आँटलाई म सलाम गर्न चाहन्छु । प्रायः केटीहरूले भर्जिनिटी तोडिसकेको अवस्थामा पनि भर्जिन छु भनेर भूठ बोल्ने गरेको मलाई थाहा छ । ती जमानामा महिमा बोल्ने देखिएकी छन् । आँटिली महिमालाई मेरो हार्दिक बधाई ।

- शशी राजत, कुलेश्वर

● उषाको अनौठो मोह

हुन त हट नेपालको दोस्रो अंकभित्रका सबै सामग्री एक से एक छन् । त्यसमध्ये मलाई घरानिया नारी डा। उषा अमात्य श्रेष्ठको संस्कृत मोहले मन छोयो । घरानिया नारीहरू केवल मोजमस्ती र मदिरामा डुब्ने गरेको अवस्थामा उषाजी गम्भीर अध्ययनतिर व्यस्त भएको खबर आफैमा गर्विलो हो । संस्कृत विषयबाट सबै टाउरहेको बेलामा आएर संस्कृतकै अध्ययनमा लाग्नु उषाजीको अनौठो मोह भन्दा पनि हुन्छ । उषाजी संस्कृतको प्रकाण्ड विद्वान भएका चाँडै नै खबर आएको म हेर्न चाहन्छु ।

- शम्भु खनाल, पोखरा

● सूर्य थुलुडको सम्मान

नेपाली सांगीतिक आकाशका मूर्धन्य सष्टा गायक एवम् संगीतकार सूर्य थुलुडलाई नजिकबाट चिनाउने कार्य हट नेपालको दोस्रो अंकमा भएको पाएँ । उहाँका गीत-संगीत

सल्लाह-सुभावका लागि : hotdreamnepal@gmail.com, facebook.com/pages/Hot-Nepal

Learn "ART" in your leisure time!

YOUNG PICASSO

A Community School of FINE ART

Our Services

Painting Classes - Basic Drawings, Still Life, Landscape and Portraits
Hobby Classes
Special Art Classes
Seasonal Art Classes for School Children

(contact hours : 10:00 AM - 4:00 PM)



परिमार्जित गरेर त्याउन समेत यस पत्रिकाका सम्पादन टीमलाई म अनुरोध गर्दछु ।

- विश्व जोशी, सुर्खेत

● बुटिको यथार्थ बुझें

कतिपय मानिस ढल्किदो उमेरमा पनि कसरी राम्रो बन्दा रहेछन् भन्ने कुरा हट नेपालको कभर स्टोरी बुफ्नेलाई बुटिक पढेपछि थाहा पाएँ । उमेर तथा जीव सुहाउँदो डिजाइन गर्ने बुटिकको यथार्थ मैले बल्ल बुझें । यसअधि मलाई बुटिकको बारेमा खासै जानकारी थिएन । बुटिकको बारेमा जानकारी दिएकोमा हट नेपालका सम्पादकलाई हार्दिक धन्यवाद ! त्यसको अलावा ज्याकी चेनको व्यक्तित्व बारेमा लेखिएको लेख पनि मलाई मन पन्यो । कभर र ब्लोअप अलि बढी नै भएजस्तो लाग्यो । त्यसैले आगामी अंकमा अंग प्रदर्शन गरिएका फोटोहरूलाई कम प्रथमिकता दिन म सम्पादकलाई आग्रह गर्दछु ।

- कुमार नेपाल, बुटवल

● पठनीय पत्रिका

पाठकको चाहाना बमोजिम प्रकाशित भएको हट नेपालको पहिलो र दोस्रो अंक हेर्न मौका पाएँ । कम मूल्यमा यति धेरै राम्रो तथा पठनीय पत्रिका बजारमा आउनु नै बडा खुशीको कुरा हो । हामीले खोजेको अनि चाहेको पत्रिका हो- हट नेपाल ! हट नेपाल आम पत्रिकाको भीडमा बोल्ने देखिएको छ । साजसज्जामा आफै सुधार गर्न र यसको नामको अक्षरलाई अफ

- रामशरण बजगाई, बालाङु



खप्पिस हिरोइनको खुलासा

हिलो पल्ट सन् २००५ मा आयोजित मिस टिन नेपालमा पहिलो मिस टिन नेपाल जितेको प्रियंका कार्कीको प्रमुख उद्देश्य नै ग्लेमर पर्सन बन्न थियो । सोही उद्देश्य अनि चाहाना बमोजिम मिस टिन भएको लगतै टिनेजमै कान्तिपुर टेलिमिजनबाट आएको भिजेको अफर तथा सोही टेलिमिजनको कमेडी सिरियल 'घरपेटी-बामा बोल्ड क्यारेक्टरमा अभिनय गरेपश्चात रातारात चर्चा पाएकी उनले दर्जनौ स्युजिक भिडियोमा अभिनय समेत गर्न भ्याएकी थिइन् ।

फिल्मी हिरोइन बन्ने रहरले कान्तिपुरको रहरलाग्दो भिजेको जागिर तथा घरपेटी-बा सिरियलको अभिनयलाई चटक्के छाडेर अमेरिका हानिइन् । अमेरिकाको एलाबामारिथित युनिभर्सिटी अफ नर्थ एलाबामाबाट फिल्म एण्ड डिजिटल मिडिया प्रोडक्शन विषयमा स्नातक गरेकी उनको त्यहाँरिथित कम्प्यूटर इन्जिनियरिङ गर्दै गरेका नेपाली तन्नेरी रोचक मैनालीसँग मायाप्रेम बसेपछि त्यही प्रेम विवाह गरेकी थिइन् । पौँच वर्ष अमेरिका बसेर फिल्मी हिरोइन बन्ने नेपाल फर्ककी प्रियंकाको पहिलो फिल्म 'मेरो बेर्स्ट फ्रेन्ड' हो ।

त्यसपछि उनले थी-लभर्स, कलिउड, भिजलान्ट, भोले र सुन्तलीमा अभिनय गरिसकेकी छन् । भोले र सुन्तली प्रियंकाको रिलिजको पर्खाइमा रहेको फिल्म हो । प्रियंका अभिनित हालसम्म रिलिज भएका कुनै पनि फिल्मले राम्रो बनाउन आफू पनि कम्पर कसेर लाग्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्न उरी फिल्ममा हिरोइनको केवल क्यारेक्टर भन्दा भर्सटायल क्यारेक्टर गर्न रुचाउँछिन् । त्यसैले उनको दाढी छ- 'म हिरोइन होइन होइन भर्सटायल आर्टिष्ट बन्न चाहन्छु ।

हाल चर्चामा रहेको गायक हेमन्त रानाको 'ऊ रातकी रानी' बोलको गीतको स्युजिक भिडियोमा उनले कलगर्लको भूमिका गरेकी छन् । आम मोडलले भन्दा बेलै रोल गरेर त्यस भिडियोबाट उनी हाल फिल्मी अभिनयबाट भन्दा बढी चर्चामा आएकी छन् । आर्ट देखाउन खप्पिस हिरोइनको स्पमा चिनिएकी प्रियंकाको आँखामा बोलै मादकता पाइन्छ भन्नेहरू पनि छन् ।

आर्टलाई नै अन्तिम गन्तव्य बनाइसकेको बताउने उनी आफ्नो प्राइभेट लाइफको बारेमा बढी खुल चाहिनन् । रोचक मैनालीसँग अमेरिकामा गाँसिएको वैवाहिक सम्बन्ध त्यही नै टुङ्गाएर फर्कको बारेमा खुल्न नचाहेकी उनले नेपाली फिल्मको लागि अमेरिकाको ग्रीनकार्ड पनि त्यागेको बताएकी छन् ।

अनाथ बालबालिकालाई सहयोग



अधिकारको लागि ६ वर्षअगाडि पोखराका बरिष्ठ ब्युटीसियन मीना गुरुङको पहलमा पोखरामा नै स्थापित भएको उक्त संस्था हाल मुलुकभर विस्तार भइसकेको जानकारी पनि सोही अधिवेसनमा दिइएको छ । जिफन्टका अध्यक्ष विष्णु रिमालको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न अधिवेसनमा जिफन्टका उपाध्यक्ष चूडामणि जंगम, महिला कमिटीकी अध्यक्ष वीणा श्रेष्ठ तथा जिफन्ट स्वास्थ्य संयोजक कमल गौतम लगायतले ब्युटीसियन पेसाको मर्यादा र महत्वको बारेमा प्रकाश पारेका थिए । नव-निर्वाचित अध्यक्ष पंका पहाडीले हरेक स्कूल तथा कलेजका पाद्यक्रममा ब्युटीसियन पेसाको बारेमा बैसिक नलेज राखिनुपर्न आवश्यकता माथि जोडि दिएकी छन् ।

मिसेस युनिभर्स नेपाल आउने

यस वर्षकी मिसेज नेपालले मिसेस युनिभर्सबाट ताज पहिरिन पाउने भएका छन् । मिसेस युनिभर्स विजेता क्यारोल ली मिसेज नेपालको तेस्रो संस्करणमा सहभागी हुन नेपाल आउने निर्देशक लि ची ले बाल मन्दिरका उपमहासचिव धर्मन्द पासवानलाई रु १ लाखको चेक हस्तान्तरण गर्दै अनाथ बालबालिकालाई सहयोग गर्न पाउँदा खुसी लागेको बताए । सो कार्यक्रममा मन्त्रव्य राख्ने नेपाल सरकारका मुख्य सचिव लीलामणी पौड्यालले नेपाल र चीनीयको सम्बन्धलाई जनस्तरसम्म अभिबृद्धि गर्न सिआरआई कन्फ्युसियस क्लास रुमले यस पटकको अंग्रेजी नयाँ वर्ष २०१४ फरक ढंगले मनाएका छन् । नयाँ वर्षको पूर्वसन्ध्यामा यी दुई संस्थाले राजधानीको बालमन्दिर नक्सालका अनाथ बालबालिकाको सहयोगार्थ चीनको प्रसिद्ध टेलिकम्प्युनिकेसन कम्पनी हुवावर्का निर्देशक लि ची ले बाल मन्दिरका उपमहासचिव धर्मन्द पासवानलाई रु १ लाखको चेक हस्तान्तरण गर्दै अनाथ बालबालिकालाई सहयोग गर्न पाउँदा खुसी लागेको बताए । सो कार्यक्रममा मन्त्रव्य राख्ने नेपाल सरकारका मुख्य सचिव लीलामणी पौड्यालले नेपाल र चीनीयको सम्बन्धलाई जनस्तरसम्म अभिबृद्धि गर्न सिआरआई कन्फ्युसियस क्लास रुमले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको बताए । नेपालरित चिनियाँ राजदूतावासका सांस्कृतिक विभाग प्रमुख चाड पिन्ने यस्ता कार्यक्रमको माध्यमबाट जनस्तरसँगको सम्बन्ध प्रगाढ धार्न दूलो योगदान मिल्ने धारणा राख्ने । कार्यक्रममा कन्फ्युसियस क्लास रुमकी चिनियाँ निर्देशक लिउ सी (सन्ध्या) तथा उपाध्यक्ष ज्याड मिड (रवि) ले सम्पूर्ण सहभागीहरूमा नयाँ वर्षको शुभकामना दिए । त्यस्तै क्यापिटल एफएमका अध्यक्ष प्रकाशबाबु पौडेलले पनि नयाँ वर्षको शुभकामना दिए यस किसिमको कार्यक्रमलाई भविष्यमा पनि निरन्तरता दिने प्रतिबद्धता जनाए ।



सौन्दर्यकर्मीको नयाँ नेतृत्व



नेपाल ट्रेड युनियन महासंघ (जिफन्ट) आवद्ध घटक संस्था राष्ट्रिय सौन्दर्यकर्मी युनियन नेपालको दोस्रो अधिवेसनबाट पम्फा पहाडीको अध्यक्षतामा १५ सदस्यीय केन्द्रीय कार्यसमिति चयन भएको छ । कार्य समितिमा गोमा थापा महत उपाध्यक्ष तथा तीन जना राष्ट्रिय सचिवमा गंगा नकर्मी, शारदा शाक्य र पबि गुरुङ निविरोध चुनिएका छन् । महासचिवमा सुमन मिश्र चुनिएकी छन् । मुलुकभरका ब्युटीसियनहरूको हक्क-हित एवम्



शाम्भवीलाई मिस टिनको ताज

'मिस टिन-२०१३' को ताज शाम्भवी रिमालले पहिरिएकी छन् । 'लेस्टस् क्लब द फेम' भन्ने नाराका साथ आयोजित प्रतियोगितामा १७ वर्षीया शाम्भवीले उपाधि जित्न सफल भएकी हुन् । उनले शीर्ष उपाधिसँगै मिस ट्यालेन्ट र ड्रेसको उपाधि पनि हात पारेकी छन् । राजधानीमा आयोजित कार्यक्रममा क्रमशः फस्ट रनरअप र सेकेण्ड रनरअप ज्योति सुनुवार र मोक्षदा उप्रेती भए । काठमाडौं जेसिसद्वारा आयोजित प्रतियोगितामा २० प्रतिस्र्दी थिए । विविध सांस्कृतिक कार्यक्रमसहित आयोजित प्रतियोगितामा 'मिस फोटोजेनिक' लक्ष्मी शाही, 'पर्सनालिटी' वर्षा थापा, 'फ्रेन्डसिप' विपास्ना श्रेष्ठ, 'डिसिप्लेन' ज्योति श्रेष्ठ र 'पपुलर' सुविद्धा पुडासैनी घोषित भए । शीर्ष विजेता रिमालले

नवौ मिस नेवाको तयारी



नेपिल फेसन होमले सन् २००५ देखि नियमित संचालन गर्दै आएको मिस नेवा प्रतियोगिताको तयारी यस वर्ष पनि गरेको छ । नेपाल भाषा, नेवार समुदायको संस्कृति, प्रतिभाको प्रवर्द्धन र विकासका लागि मिस नेवा प्रतियोगिता आयोजना गर्दै आएको आयोजकले जनाएको छ । सोही परम्परालाई कायम राख्न्दै यस वर्ष धान्यपूर्णिमाको दिन नेवार परम्परा अनुसार योमरी खाएर नवौ मिस नेवाको तालिम सुरु गरेको छ । एक महिने तालिममा नेपाल भाषा, संस्कृतीका साथै व्यक्तित्व विकास गराइने भएको छ । यस पटकको प्रतियोगितामा २२ जना नेवार युवतीहरू प्रतियोगिताका लागि छनोट भएका छन् । यस पटक छनोट भएका हरूमा समता बज्राचार्य, निलिशा तुलाधर, रूपा प्रजापति, प्रिया हाडा, रेविग्या जोशी, जेश्मी शाक्य, जेनु महर्जन, तृष्णा श्रेष्ठ, साइका श्रेष्ठ, हसिना प्रधान, जोस्ना महर्जन, प्रसिन श्रेष्ठ, आर्या श्रेष्ठ, निमिता डंगोल, विनिशा श्रेष्ठ, तिलसा बज्राचार्य, श्रीया शाक्य, रिया ताप्राकार, जेसिमन महर्जन, सन्ध्या श्रेष्ठ, अनिशा बज्राचार्य र रद्धा शाक्य रहेका छन् । प्रतियोगितामा मिस नेवाका साथै वेष्ट नेपाल भाषा, मिस पर्सनालिटी, वेष्ट इस्किन, मिस डिसिप्लिन, मिस ट्यालेन्ट रेसबुक मल्टिमिडिया पनि हात पारिन् । उपाधीसँगै प्रजाले स्कूटर तथा नगद एक लाख बाराबरको छात्रवृत्ति पाएकी छन् । सिजन मिडियाद्वारा आयोजित प्रतियोगिताको यस चौथौ संस्करणमा सिपीएस कलेजकी छात्रा निशा पोखरेल फस्ट रनरअप र ललितपुर भ्याली कलेजकी पार्वती श्रेष्ठ सेकेण्ड रनरअप घोषित भएका छन् । निशा र पार्वतीले पचास हजार रुपैयाँ बाराबरको छात्रवृत्ति पाए । प्रतियोगितामा मिस ब्युटिफुल आई शितल कार्की, वेष्ट ड्रेस गायत्री खत्री, अर्गानाइजर च्याइस नम्रता बलामी, भ्युअर च्याइस अनिता श्रेष्ठ, व्यटिफुल हेयर अनिता लामा, बेस्ट क्याटवाक इरिना केसी र मिस पर्सनालिटी श्रेष्ठ भए । त्यस्तै मिस डिसिप्लिन मिना बास्कोटा र ब्युटिफुल स्माइलको उपाधि चुनिएको छन् ।

मिस नर्समा तीस प्रतिस्पर्धी



केही वर्षदेखि विभिन्न किसिमका सौन्दर्य प्रतियोगिता हुने गरेकोमा अब नर्सहरूबीच पनि सौन्दर्य प्रतियोगिता हुने भएको छ । मिस नर्स नेपाल' नाम दिइएको प्रतियोगिताका लागि ३० युवतीले पहिलौ चरण पार गरेका छन् । नेक्स्ट मोडल नेपालले स्वास्थ्य खबरपत्रिकाको सहकार्यमा गर्न लागेको पेजेन्टको काठमाडौंमा भएको पहिलो अडिसनबाट उनीहरू छानिएका

हुन् । नेक्स्ट मोडल नेपालका प्रमुख रवि धमलाका अनुसार देशभरबाट छानिने ३० जना नर्सबीच अन्तिम राउन्डमा प्रतिस्पर्धा हुनेछ । नर्सहरूलाई आफ्नो पेसाप्रति थप जिम्मेवार, समाजप्रति उत्तरदायी र उत्प्रेरित बनाउन कार्यक्रम गर्न लागेको आयोजक संस्थाले जनाएको छ । प्रतियोगितामा टाइटल उपाधिसहित, मिस ब्युटिफुल, बेस्ट स्माइल, मस्ट चार्मिङ, मिस फोटोजेनिक, मस्ट ट्यालेन्ट, बेस्ट ड्रेस, मिस क्याटवाक र मस्ट पपुलर विधामा सहभागीलाई पुरस्कृत गरिनेछ । प्रतियोगिताको उपाधि विजेताले ५० हजार नगदसहित नेपाल र अस्ट्रेलियामा पढन छात्रवृत्ति पाउनेछन् भने उत्कृष्ट १० मा पर्नेलाई रोजगारीको व्यवस्था मिलाइने आयोजकले जानकारी गराएको छ ।

प्रज्ञा कलेज सुन्दरी



यस वर्षको 'यामाहा रेजी मिस ई-कलेज' को उपाधी सेन्ट जेभिर्स कलेजकी छात्रा प्रज्ञा लामिजानेले जितेकी छन् । उनले शीर्ष उपाधिसहित मिस ट्यालेन्ट र फेसबुक मल्टिमिडिया पनि हात पारिन् । उपाधीसँगै प्रजाले स्कूटर तथा नगद एक लाख बाराबरको छात्रवृत्ति पाएकी छन् । सिजन मिडियाद्वारा आयोजित प्रतियोगिताको यस चौथौ संस्करणमा सिपीएस कलेजकी पार्वती श्रेष्ठ सेकेण्ड रनरअप घोषित भएका छन् । निशा र पार्वतीले पचास हजार रुपैयाँ बाराबरको छात्रवृत्ति पाए । प्रतियोगितामा मिस ब्युटिफुल आई शितल कार्की, वेष्ट ड्रेस गायत्री खत्री, अर्गानाइजर च्याइस नम्रता बलामी, भ्युअर च्याइस अनिता श्रेष्ठ, व्यटिफुल हेयर अनिता लामा, बेस्ट क्याटवाक इरिना केसी र मिस पर्सनालिटी श्रेष्ठ भए । त्यस्तै मिस डिसिप्लिन मिना बास्कोटा र ब्युटिफुल स्माइलको उपाधि चुनिएको छन् ।

फरक क्षमतामा समाचार वाचन

दुई हात र एक खुट्टा नम्रेकी गायिका कमला श्रेष्ठ समाचारबाचिका बनेकी छन् । हिमालय टेलिमिजनमा प्रत्येक हप्ताको आइतबार साँझ ६ बजे र शुक्रबार विहान १० बजे समाचार वाचन गर्ने कार्य गायिका श्रेष्ठले यो हप्ताबाट प्रारम्भ गरेकी छन् । समाचार वाचन गर्ने क्रममा दर्शकलाई उनी अपाङ्गता भएको भान हुने गरेको छैन । समाचार वाचन कार्य चुनौतीपूर्ण भए पनि चुनौतीसँग संघर्ष गर्नका लागि नै आम-संचारमा लागेको उनले बताएकी छन् । यसअधि उनले काठमाडौंबाट प्रसारित क्यापिटल एफएम १२.४ मेगाहर्जमा अपाङ्ग रेडियो शिक्षा कार्यक्रम कमलो-सप्नाको कार्यक्रम प्रस्तोता भएर एक वर्ष कार्य



आफ्नै पौरखले छोटो समयमै कल्पना गरेको जीवन जिउने संसारका थोरै मानिसमा पर्छन् आडतेम्बा शेर्पा । उनीसँग पैसा, प्रतिष्ठा अनि स्वास्थ्य सबै छ । यो उनले पुर्ख्योली रूपमा प्राप्त गरेको नभई आफ्नै पौरखले आर्जन गरेका हुन् । नेपालको हिमाली दुर्गम जिल्लामा जन्मेर पर्यटकको भारी बोक्ने काम गर्ने आडतेम्बा छोटै समयमा पर्यटक गाइड, पर्यटन व्यवसायी, उद्योगी, लेखक, उड्डयन विशेषज्ञ तथा पाइलट अनि समाजसेवीका रूपमा परिचित छन् ।

आडतेम्बाको उचाइ

ना

म, दाम, इज्जत, प्रतिष्ठा, स्वरथ शरीर अनि सुखी जीवन सबैको कल्पना र चाहना हुन्छ तर संसारका थोरै मानिसले मात्र यो सबै प्राप्त गर्न सक्छन् । कसैसँग अबैंको सम्पत्ति हुन्छ तर प्रतिष्ठा हुँदैन, कसैलाई लाख्योले विन्छन् तर बिहानबेलुका छाक टार्न समस्याले त्यो प्रतिष्ठा निल्नु न ओकलु भइहेको हुन्छ अनि केही मान्छे यस्ता हुन्छन् जोसँग पैसा र प्रतिष्ठा त हुन्छ तर स्वास्थ्य कमजोर भएकोले मनलागेको ठाउँमा जान र इच्छा लागेको खान पाइरहेका हुँदैनन् ।

आफ्नै पौरखले छोटो समयमै कल्पना गरेको जीवन जिउने संसारका थोरै मानिसमा पर्छन् आडतेम्बा शेर्पा । उनीसँग पैसा, प्रतिष्ठा अनि स्वास्थ्य सबै छ । यो उनले पुर्ख्योली स्पमा प्राप्त गरेको नभई आफ्नै पौरखले आर्जन गरेका हुन् । नेपालको हिमाली दुर्गम जिल्लामा जन्मेर पर्यटकको भारी बोक्ने काम गर्ने आडतेम्बे छोटै समयमा पर्यटक गाइड, पर्यटन व्यवसायी, उद्योगी, लेखक, उड्डयन विशेषज्ञ तथा पाइलट अनि समाजसेवी कसरी बन्न सकेत ? एकजना मानिसको जीवनकालमा यतिका विशेषता एउटै मानिसमा पाउनु दुर्लभ कुरा हो । तर उनले यसलाई साकार बनाइदिएका छन् ।

सोलुखुम्बुको चौरीखक छेफुलमा जभिएका आडतेम्बाले गरिबीका कारण बाल्यकालदेखि नै बातुरैंगे पर्यटकको भारी बोक्ने काम गर्नुपर्यो । एक दाइ र दुई बहिनीसहित उनलाई बिहान-बेलुका खान लाउनकै समस्या भएपछि कक्षा तीनभन्दा माथि उनको पढाइ जान सकेन । धेरै पढन त मन थियो नि, तर के गर्नु, आर्थिक अभावले त्यो संभव भएन अनि १४ वर्षकै उमेरमा पर्यटकको भारी बोक्ने काममा संलग्न हुनुपर्यो, उनी विगतको तीतो अनुभव सुनाउँछन् ।

पढाइ छाडेर भरिया बन्नुपरेको पीडा त छैंदै थियो, त्यही पीडामा अर्को पीडा थियो । १४ वर्षकै उमेरमा पोर्टर गाइडका स्पमा सगरमाथातिर जाँदै गर्दा दोस्रो क्याम्पमा पुगेपछि हिउँपहिरोमा उनी लड्न पुगे । त्यतिबैलै उनको हात र औला भाँयिए । राम्रो उपचार पाएकाले अपाङ्ग त बन्नु परेन तर त्यसको अवशेष उनको

अंगमा अझै देखन पाइन्छ । सुरुवाती दिनकै पर्वतारोहण सुखद नरहे पनि उनले यो क्षेत्रलाई त्याग्न सकेनन् । स्वरथ भएपछि फेरि पेसामा फर्किहाले । हिमाल र पाखापर्वतसँग उनी यसरी एकाकार भएका छन् कि नेपालका मात्र हैन संसारका प्रतिद्वंद्व हिमाल र चुयुराहरूमा पाइला राखिसकेका छन् । सुरुमै दुर्घटना परेकाले सगरमाथा चुयुरोमा भने उनले पाइला राख्न सकेनन् तर धौलागिरी, मनास्लु, कन्यलजंघा, भारतको कुनकुन, पाकिस्तानको केटुको सफल आरोहण उनले गरिसकेका छन् । यसै गरी उनी वर्षमा एक पटकजसो युरोप-अमेरिकामा विदेशी साथीहरूसँग त्यहाँका सानादूला चुयुरा आरोहणका लागि गइरहन्छन् ।

हिमाल र अलि होचा चुयुरा चढ्नुलाई उनले सारीरिक अभ्यासकै स्पमा लिएका छन् । उनले वर्षमा तीन ढाउँमा समय बिताउने गरेका छन् । कहिले काठमाडौं, कहिले जन्मधर सोलुखुम्बु त कहिले विदेशमा उनी चाहारिहेका हुन्छन् । सोलुमा हुँदा दुई तीन घन्टा गाउँमा हिडेर तथा विदेश हुँदा चुयुरा चढेर शरीर स्वस्थ राख्न्दै आएको उनी बताउँछन् । काठमाडौंमा रहेन्दा भने उनी कुनै शारीरिक अभ्यास गर्दैनन् । भन्छन्- 'काठमाडौंको वातावरण ठीक छैन । हामी हिमाल चढ्ने मानिसलाई यहाँको मर्निङ वाक, जिमजस्ता अभ्यासले पुग्दैन । यी सबै कृत्रिमजस्ता लाग्छन् ।'

उनले विदेशीसँगको संगत र सहकार्यबाट आफुलाई अगाडि बढाउँदै लगे । उनले दक्षिण अफ्रिका र युरोपबाट माउन्टेन गाइड प्रशिक्षणमा डिप्लोमा गरे । त्यसले उनको पेसालाई अगाडि बढाउन मात्र मद्दत गरेन, लेखक बन्ने बाटो पनि खोलिदियो । उनले नेपाल घुम्न आउने पर्यटकलाई लक्षित गरी विदेशी मित्रको सहकार्यमा यहाँको धर्मसंस्कृति र रीतिरिवाजबाटे पुस्तक लेखे, जुन किताबले उनलाई छोटै समयमा विदेशमा विनिन मद्दत पुऱ्यायो । यसबाट उनको उत्साह भर्ने बढ्यो । उनले जर्मनीबाट सन् १९९० मा 'स्टेप वाइ स्टेप' इन नेपाल प्रकाशित गराए भने लगतै 'ट्रेकिङ गाइड' इन नेपाल प्रकाशनमा आयो । यी पुस्तकको टोनी हाग्ननजस्ता विश्वप्रसिद्ध लेखकबाट पनि प्रशंसा हुनथाल्यो । यसबाट उनको नाम युरोपितर चर्चित हुनथाल्यो । तीन कक्षा मात्र पढेको मान्छे

विदेशी भाषामा पुस्तक लेखेर कसरी विश्वमा चर्चा कमाउन सफल भयो ? यसलाई अनौठो मान्न सकिन्छ तर आडतेम्बाको जवाफ सरल छ-पढेलेखेका ढूला ढूला विद्वानले मात्र पुस्तक लेख्न सक्छन् भन्ने गलत कुरा हो । पढेकाले भन्दा परेकाले राम्रो पुस्तक लेख्न सक्छन् । पाठकले धेरै पढेको मानिसका विचार र दर्शन थोपिएका पुस्तकभन्दा व्यावहारिक ज्ञान भएको पुस्तक बढी मन पराउँछन् भन्ने त मेरै पुस्तकको बिक्री र लोकप्रियताले प्रमाणित गरिसकेको छ ।

मानिसमा इच्छाशक्ति भएमा र मैहनत गरेमा भाषा पनि छिउँ सिक्न सकिने उदाहरण पनि आडतेम्बाले प्रस्तुत गरेका छन् । विदेशीसँगको लामो संगतबाट उनले अंग्रेजी, इटाली, जापानी, जर्मन, हिन्दी, चिनियाँ, तिब्बती भाषामा दक्खल राखेका छन् । शेर्पा र नेपाली भाषा त उनको आफ्नै भइहाल्यो । कुनै पनि क्षेत्रमा अगाडि बद्नका लागि बहुभाषाको ज्ञानले पनि ढूलो सहायता पुऱ्याउने उनको अनुभवजन्य ज्ञान छ । त्यसैले उनी नयाँ पुस्तालाई जतिसकेको भाषाज्ञान बढाउन सुझाव दिन्छन् ।

लेखकको स्पमा स्थापित भएको परिचय विस्तारै व्यवसायितर पनि विस्तार दुनथाल्यो । मैहनत र इमानदारितालाई आफ्नो सफलताको रथको दुई पाडेग्रा मान्ने उनले विदेशीसँगको सहकार्यमा पर्यटन व्यवसायमा हात हाले । अहिले उनको पर्यटन व्यवसाय नेपालको सीमा पार गरेर

आडतेम्बा खेलाडी र मोडल पनि हुन् । सन् १९८९ मा इटालीमा भएको स्वीमिड प्रतियोगिता, सन् २००३ मा चेक गणतन्त्रमा भएको रक कलाइम्बिड प्रतियोगिता र सन् १९९७ मा स्वीट्जरल्यान्ड र फ्रान्समा भएको प्यारागलाइडिड प्रतियोगिताका उनी च्याम्पियन हुन् । साथै, विश्वप्रसिद्ध स्वीस घडी कम्पनी वेष्ट एन्ड वाचका विभिन्न ब्रान्डका घडीमा उनले मोडलिङ पनि गरेका छन् । युरोपको विश्वप्रसिद्ध ब्रान्डको मोडलिङ गर्ने आडतेम्बा पहिलो नेपाली हुन् ।

अमेरिका, युरोप, अर्जन्टिना, चिलीहुँदै अफ्रिकासम्म फैलिएको छ । यसबाट उनको निजी व्यापार विस्तार मात्र भएको छैन समग्रमा मुलुककै आर्थिक उन्नतिमा सहयोग पुगेको छ । उनी भन्छन्- 'मैले अफ्रिका, उत्तर अमेरिका र युरोपबाट अझै धेरै पर्यटक तान्ने प्रयास गरिरहेको छु, यसले मुलुकको समग्र अर्थतन्त्रमा नै सकारात्मक प्रभाव पनेछ ।

उनी उन्नति र प्रगतिलाई सीमित धेरामा खुम्च्याउन चाहैदैनन् । त्यसैले उनले हस्पिटालिटी क्षेत्रमा पनि हात हाले । सन् १९८५ मा सोलुखुम्बुको चौरीखर्कमा उनले पुमोरी लज खोलेकामा अहिले त्यसलाई आधुनिक स्वस्थमा ढाल्दै हिलिङ सेन्टरमा स्पान्तरण गरेका छन् । पुमोरीमा मात्र उनी सीमित रहन चाहने मान्छे होइनन् । उनले पोखरामा होटल नेचुरल ल्यान्ड र काठमाडौंको चुच्चेपाटीमा हिम्युतुवा होटल खोलेका छन् । उनले होटल र ट्रेकिङ व्यवसायलाई नेपालमा मात्र सीमित नराखी संसारभर विस्तार गर्ने लक्ष्य र योजना बनाएका छन् र त्यस अनुसार काम पनि अगाडि बढाइरहेका छन् । आफ्नो इन्टरनेशनल एडमेन्चर ट्राभलको शाखा युरोपमा स्वीट्जरल्यान्ड, अष्ट्रिया, इटाली, जर्मनी तथा अमेरिकाको बोष्टन, फ्लोरिडा, क्यालिफोर्नियामा खोलिसकेका उनले

रोकिने मनस्थिति बनाएका छैनन् । भन्छन्- 'व्यवसायलाई अझै धेरै देशमा विस्तार गर्ने मेरो प्रयास जारी छ ।

आडतेम्बा उडान विशेषज्ञका स्पमा पनि कहलिएको नाम हो । हेलिकप्टर तालिम र उडान सम्बन्धी कम्पनी अभिया कल्ब नेपालका उनी निर्देशक हुन् । विश्व उडान संघका सदस्य उनलाई विश्वले विमान निर्माण र उडान सम्बन्धी विशेष दस्तब्ल राख्ने नेपालीका स्पमा पनि चिन्ने गरेको छ । स्वीट्जरल्यान्ड, अष्ट्रिया र फ्रान्सबाट उड्डयन सम्बन्धी प्रशिक्षण लिएका उनले पोखराको सराडकोटबाट प्यारागलाइडिड उडानको पहिलो



चित्र कोरेका थिए । उनले राखेको प्रस्ताव स्वीकृत हुन लामो समय लागे पनि अहिले सराडकोटबाट प्यारागलाइडिड उडाएर पर्यटकले मनोरञ्जन लिइरहेको र त्यसबाट पर्यटन उद्योग फस्टाउन मद्दत पुगेकोमा उनलाई सन्तुष्टि मिल्ने गरेको छ ।

उड्डयनको क्षेत्रमा पछिलो उपलब्धि मानिएको पीपीजी अर्थात् पावर प्यारागलाइडिडको आविष्कारकमध्ये एकजना उनी पनि हुन् । करिब डेढ दशकअधि यो प्रविधिको आविष्कार नेपालका आडतेम्बा शेर्पा,



अमेरिकाका स्टेफेन, चेक रिपब्लिकका भ्लादिमिर जदेनिक, रसियाका आन्द्रेयले संयुक्त स्पमा गरेका थिए । टेक अपका लागि थोरै इन्धन चाहिने भए पनि आकाशमा पुगेपछि विनाइन्धन उड्न सकिने यो प्रविधिको विकास विदेशमा निकै अगाडि बढेको छ तर नेपालमा त्यस्तो नमएकोमा उनको चित्त बुझको छैन । उनी दृढता व्यक्त गर्छन्- 'इन्धनको कमी र सडक यातायातको कठिनाइका कारण विश्वका मानिसले अब यो प्रविधि नअपनाई सुखे छैन ।'

पर्यटा लगाएर विनाइन्धन, विनाएरपार्ट मानिस चराजस्तै आकाशमा उड्न सकिने यो प्रविधि साँच्चै चिचित्रकै छ । यो प्रविधिबाट अहिले विश्वका दसौं लाख मानिस सुरक्षित स्पमा उडिरहेको जानकारी दिने आडतेम्बा नेपालीले नै आविष्कार गरेको भए पनि यहाँ॑ महत्व पाउन नसकेकोमा दुःखी अवश्य छन् तर निराश भने छैनन् ।

आडतेम्बाको परिचय यतिमा मात्र सीमित छैन । उनी खेलाडी र मोडल पनि हुन् । १९८९ मा इटालीमा भएको स्वीमिड प्रतियोगितामा उनी च्याम्पियन भए भन्ने सन् २००३ मा चेक गणतन्त्रमा भएको रक कलाइम्बिड प्रतियोगितामा पनि च्याम्पियन नै बने । यस्तै सन् १९९५ मा स्वीट्जरल्यान्ड र फ्रान्समा भएको प्यारागलाइडिड प्रतियोगितामा पनि उनले च्याम्पियन उपाधि नै पाए । खेल जीवनमा सफलता पाएपछि उनको ख्याति विश्वमा भनै फैलियो अनि उनलाई विश्वविद्यालय संस्था तथा व्यावसायिक कम्पनीहरूले सदभावना दूत तथा मोडलका स्पमा बसिदिन आग्रह गर्न थाले । उनले विश्वका केही चर्चित कम्पनीहरूको प्रडक्टका लागि मोडलिङ गरेका छन् । त्यसमध्ये विश्वप्रसिद्ध स्वीस घडी कम्पनी वेष्ट एन्ड वाचका विभिन्न ब्रान्डका घडीमा उनले गरेको मोडलिङ विश्वमै चर्चित हुनपुग्यो । किनकि विश्वप्रसिद्ध त्यस कम्पनीले जो पायो त्यसलाई अवश्य मोडल बनाउँदैन । मोडल बन्का लागि अवश्य पनि उसमा केही खूबी र विशेषता हुनैपर्छ । युरोपको विश्वप्रसिद्ध ब्रान्डको मोडलिङ गर्ने आडतेम्बे पहिलो नेपाली हुन् ।

आडतेम्बाको पछिलो प्रोजेक्ट सोलुखुम्बु हर्बल गार्डन हो । नेपालमा अक्सिजन उत्पादन गरेर विदेशमा बेच्ने यो प्रोजेक्टबाट उनले डलर भित्राउने सोच पनि लिएका छन् । फलफूल, चिया, कफी, जडिबुटीका रुख रोपेर नेपालीलाई आम्दानी गराउने, विश्वलाई अक्सिजन पगाउने र त्यसबाट थप डलर भित्राउने सोचले उनले यो प्रोजेक्ट सुरु गरेका

हुन् । हाल सोलुमा स्थापना गरेको यो प्रोजेक्ट देशभरि फैलाउने अभियान उनले सुरु गरेका छन् ।

आडतेम्बेले जुन क्षेत्रमा हात हाल्छन्, सफल बनाएरै छाड्छन् । खेल, लेखन, पर्यटन व्यवसायजस्ता क्षेत्रमा सफल भएका उनले बैकिङ क्षेत्रमा पनि हात हालेका छन् । जनता बैको प्रमुख र संस्थापक शेयर धनी उनले पछिलो समय विभिन्न बैको शेयरमा पनि ढूले रकम लगानी गरेका छन् । शेयरमा उत्तराखण्ड आएर कठिनपूर्ण व्यक्ति असफल भए पनि उनले त्यस्तो अनुभव गन्तपरेको छैन । शेयरको ट्रेन्डबारे पनि गम्भीर चासो र जानकारी लिएकै कारण असफलताले चियाउन नपाएको उनको तुफाइ छ ।

एकजना व्यक्तिले यी विविध क्षेत्रमा सफलता हासिल गरेको सुन्दर अपत्यारिलो पनि लाग्न सक्छ तर उनले सफल बनाएरै देखाइदिएका छन् । सफलताको रहस्य कोट्याउँदा उनी मैहनत र इमानदारिताबाहेक अर्को सूत्र नमएको स्पष्ट पार्छन् । सफल हुनका लागि पढाइमा ढूलो डिग्री नै लिनु पर्ने आवश्यकता पनि उनी देख्दैनन् । उनको अनुभवले भन्छ- कोही पढेर घमन्डी छ, कोही नपढेर दुखी छ । यो दुवै प्रवृत्ति राम्रो होइन । पढाइले मानिस सानो-ढूलो हुँदैन । त्यसैले पढाइकै कारण कसैलाई भेदभाव गर्नु हुँदैन ।

आफ्नो यो दर्शनलाई उनले व्यवहारमै उतारेका छन् । विश्वमै चर्चा कमाएका खेलाडी र मोडल तथा अबैपति व्यवसायी यति साधारण देखिन्छन् कि जो कोहीले विश्वसै गर्न सक्दैन । उनको जीवनशैली पनि त्यसिकै सामान्य छ । खानामा उनलाई आफै गाउँमा फलेको उवाको ढिडो नै बढी मनपर्छ । उवा नपाए मकै, कोदो, फापरको भए पनि ढिडो नै पहिलो रोजाइ हुन्छ । हाम्रो आफ्नै गाउँडाउँमा पाइने अन्नले जिति तागत विदेशबाट पाकेटबन्द भएर आउने खाद्यान्नमा हुनै नसक्ने उनको ठोकुवा छ ।

४८ वर्षीय आडतेम्बा विभिन्न क्षेत्रको प्रगतिपथमा अझै लम्किरहेकै छन् । त्यसैले उनले अहिलेसम्म के गरेबन्दा पनि अझै के गर्छन् भनै महत्वपूर्ण हुनसक्छ । आम्दानीको ३३ प्रतिशत सामाजिक सेवामा खर्चिदै आएको बताउने उनले भविष्यमा आफूले आर्जन गरेको सम्पत्तिबाट मुलुकको संस्कृति संरक्षण, स्वास्थ्यसेवा तथा प्रविधिको विकासमा लगाउने योजना सुनाए ।

- व्याकुल पाठक

दीपकको अनौठो संसार ते



क्वान्डो खेलका कीर्तिमानी खेलाडी दीपक विष्ट नेपालका मात्र नभई दक्षिण एसियाकै गौरव हुन्। चारपल्ट दक्षिण एसियाली खेलकुदमा लगातार गोल्ड मेडल जितेर कीर्तिमान कायम गर्न सफल विष्ट हालसम्मकै एकमात्र नेपाली खेलाडी हुन्। आठौं, नवौं, दशौं र एघारौं साफ खेलमा तेक्वान्दोबाट नेपाललाई लगातार गोल्ड मेडल दिने विष्टअधि म्याराथन दौडमा तीनपल्ट गोल्ड मेडल दिलाउने बैकुण्ठ मानन्धर हुन्। मानन्धरको रेकर्डलाई ब्रेकअप गर्ने विष्ट र मानन्धर दुवैलाई यो वर्ष नेपाल सरकारले जनही २५ लाख नगद पुरस्कार दिने घोषणा गरेको छ।

तीन पल्टसम्म गोल्ड मेडल दिलाउने नेपाली खेलाडीलाई दिने भनिएको उक्त पुरस्कारबाट मानन्धर जस्तै विष्ट पनि हौसिएका छन्। यद्यपि, पुरस्कार हात नपरेसम्म त्यसै भन्न नसक्ने रिथितमा आफू रहेको विष्टले बताएका छन्। यसअधि पनि सरकारले दुवैलाई पुरस्कार प्रदान गर्ने भने पनि कार्यान्वयन नभएकोमा अहिले पक्कै होला भन्ने विश्वास नलागेको उनले सुनाए।

आठौं र नवौं साफ खेलमा हात र खुद्दा भाँचे पनि नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाउन कुनै कसर बाँकी नराखेका उनको हात र खुद्दामा स्टील राखिएको छ। एघारौं साफ खेलपश्चात एक किसिमले तेक्वान्दो खेलबाट अघोषित रूपमा टाढिएका उनले नवौं साफमा एउटा खुद्दामा उभिएरै भए पनि नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाए। कोरिया र कतारमा आयोजित चौथौं र पन्थौं एसियन गेममा नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाउन नसके पनि ब्रोन्ज मेडल दिलाएका विष्टले हाल दुवै हात र खुद्दाको नियमित फिजियोथेरापी गरिरहेका छन्। त्यसको अलावा उनीजस्तै तेक्वान्दो खेलमा गोल्ड मेडलिष्ट खेलाडी जन्माउन नेशनल तेक्वान्दो कोच बनेर नियमित कार्य उनीबाट भैरहेको छ। वानेश्वररित्थित व्हाइटहाउस कलेजका स्पोर्ट्स कार्डिनेटर समेत रहेका उनी खेल जीवनको अलावा यो वर्षबाट खेल बिजनेशमा समेत देखिएका छन्। उनले साफेदारीमा वानेश्वर शंखमूलमा खोलेको स्पोर्ट्स सामग्री शोरूम अहिले खेलप्रेमीको रोजाइको किनमेल स्थल बनेको छ।

एघारौं साफ खेलपश्चात एक किसिमले
तेक्वान्दो खेलबाट अघोषित रूपमा टाढिएका
दीपकले नवौं साफमा एउटा खुद्दामा उभिएरै भए पनि
नेपाललाई गोल्ड मेडल दिलाए।



तस्वीर : अजय देशार

जीवनमा खेल पहिलो प्राथमिकता बताउने उनी त्यसपछि मात्र बिजनेश हो भन्न पछि पर्दैनन्। १९ वर्षको उमेरबाट तेक्वान्दो खेल सुरु गरेका उनले यस क्षेत्रमा उच्च रूपमा आयम गर्न सफल बनेका छन्। तेक्वान्दो खेल विशेषतः प्रायःले १२ वर्षको उमेरबाट प्रारम्भ गर्ने गरेको पाइए पनि विविध कारणले ७ वर्ष ढिला सुरु गरे पनि खेल जीवनको सुरुदेखि नै उनले हार्न जानेनन्। उनकै भनाइ सापट लिने हो भने दीपक विष्ट तेक्वान्दो खेलमा हार्न नजानेका खेलाडी हुन्।

सुदूरपश्चिम नेपालको महाकाली अञ्चल कन्चनपुर जिल्लाको राइक्वार बिचवा-६ मा जन्मेका ३७ वर्षीय विष्टले अढाई दर्जनभन्दा बढी अन्तरराष्ट्रिय खेलमा सहभागिता जनाइसकेका छन्। दर्जनौं-दर्जन अवार्ड तथा सम्मान जितेका उनको वैवाहिक सम्बन्ध तेक्वान्दोकै गोल्ड मेडलिष्ट महिला खेलाडी आयशा शाक्यसँग केही वर्षअधि मात्र भयो। प्रेम विवाह गरेको यो जोडीको हाल एक छोरा समेत भइसकेको छ। आयशा र दीपक दुवैका नामबाट आएका शब्द मिश्रण गरेर छोराको नाम आदिस जुराएको बताउने दीपकको छोरालाई पनि आफूजस्तै गोल्ड मेडलिष्ट खेलाडी बनाउने इच्छा छ। पहिला म कोठामा एकले बरथे,

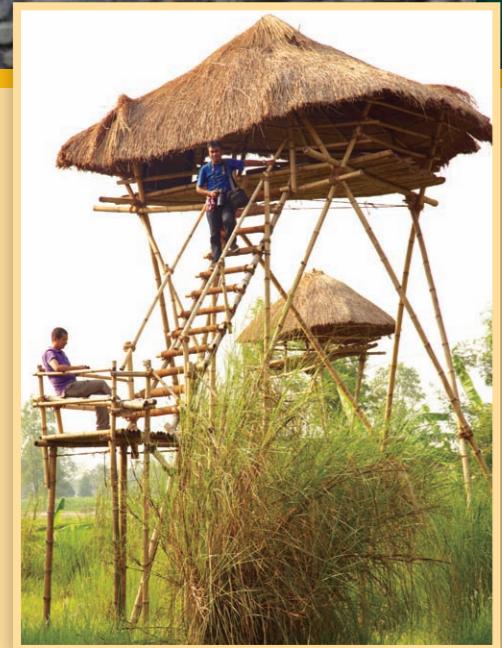
श्रीमती बिहे गरेपछि दुई जना भयो। अहिले छोरा जन्मेपछि तीन भयो। यो मलाई अनौठो लागिरहेको छ, दीपक भन्छन्। उनी अहिले फुर्सद निकालेई छोरालाई खेलाउन समय दिने गर्दैन्।

छोराको पछि रहर कस्तो हुने हो, त्यसमा भर पर्न बताउने उनले आफूलाई पनि बुवा-आमाले इन्जिनियर बनाउने भने पनि खेलाडी भएँ भनेर मुसुक्क हाँस्ने उनी खेल जिलेका लागि खेलेर बाँच सक्ने अवस्था आएको छ भन्छन्। जिलेका लागि विभिन्न अवसर तथा पुरस्कार हुने भएकोले जीउन सक्ने अवस्था नेपालमा पनि सिर्जना भएको छ। खेल भनेको हार र जीत हो। जिल नसक्नेको लागि पनि सरकारबाट ठोस व्यवस्था हुनुपर्ने उनको धारणा छ।

खेल खेलाडीको लागि मात्र नभई सबैका लागि आवश्यक मानिन्छ। खेलले मानिसलाई हरदम स्वस्थ बनाउने गरेकोले खेल्नुपर्ने धारणा राख्ने उनले वाणिज्य शास्त्रमा स्नातक गरेका छन्। समाजशास्त्रमा एमएको पढाइलाई पनि जारी राखेका उनले खेल जीवनबाट अवकाश नलिने र सकुन्जल खेलमा नै समर्पित रहेर कार्य गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे।

- श्याम स्मृत

जिलेका लागि अवसर तथा पुरस्कार हुने भएकोले जीउन सक्ने अवस्था नेपालमा पनि सिर्जना भएको छ। खेल भनेको हार र जीत हो। जिल नसक्नेको लागि पनि सरकारबाट ठोस व्यवस्था हुनुपर्ने उनको धारणा छ।



सौराहाको आकर्षण मारुनी स्यान्चुरी

चि

तवन राष्ट्रिय निकुञ्ज विश्वको सबभन्दा राम्रो र व्यवस्थित राष्ट्रिय निकुञ्जमध्ये एक परेको हुँदा विश्वसम्पदा सूचीमा समेत समावेश गरिएको छ, जुन हाम्रो देशकै लागि गौरवको कुरा हो । चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज विदेशीहरूका लागि मात्र हैन प्रकृति र वन्य जीवजन्तु मन पराउने थुपै नेपाली आन्तरिक पर्यटकहरूका लागि पनि गन्तव्यस्थल बनिसकेको छ ।

सौराहाबाट ढेढ किलोमिटर पर राष्ट्रिय निकुञ्जको सीमावर्ती क्षेत्रमा एउटा अत्यन्त सुन्दर, शान्त जंगल सफारी लज छ, जसको नाम मारुनी स्यान्चुरी लज हो । छ बिधा निजी वन क्षेत्रमा स्थापित यो जंगल लजमा जम्मा ३४ वटा कोठा रहेका छन् । तीमध्ये १४ वटा अलग अलग कुटीहरू बनाइएको छ भने अफ्रिकाको लड हाउस शैलीमा निर्माण गरिएको एकत्रले भवनमा २० वटा सुविधासम्पन्न कोठा रहेका छन् । हराभरा जंगलको बीचमा निर्माण गरिएका मचान, सिमसार पोखरीमा लजभित्र बसेर पनि चराचुरुङ्गीहरू हेर्न पाइन्छ । त्योबाहेक रेष्टुरेन्ट, बार र खुला थियटर र फायर प्लेस यस होटलका विशेष आकर्षण हुन् ।

मारुनी जंगल सफारीमा धेरैजसो अष्ट्रेलिया, अमेरिका तथा युरोपबाट पर्यटकहरू आउने गरेका जानकारी यसका म्यानेजर गौरी मालाकारले दिएकी छन् । अप्रेसन म्यानेजर माधव कार्की थाप्न-प्रकृतिलाई मन पराउने थुपै नेपाली पर्यटक र उनका परिवारहरू पनि अहिले यस जंगल सफारी लजमा आउन थालेका छन् ।

यो होटलमा हरेक वर्ष बिदा मनाउन आउने गरेकी काठमाडौंकी सुजान वज्राचार्य भन्छन् । 'म तीन वर्षअघि यहाँ आएको थिएँ, त्यसपछि हरेक क्रिसमसको दिन परिवारसहित आउने गरेकी छु । यो होटल रमाइलो गर्न थलो मात्र होइन,

मेरो छोराका लागि देशको प्राकृतिक सम्पदाको पहिचान गराउने स्थल पनि भएको छ ।

राष्ट्रिय निकुञ्ज र जनकौली सामुदायिक वनको सीमामा अवस्थित यो लजबाट हिडेर चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जको सबभन्दा राम्रो क्यानोइड गर्ने ठाउँमा जान सकिन्छ । डुगा खियाएर राती नदीमा गोही र अनेक सीमसार चराहरूको अवलोकन गर्नका लागि यो ठाउँ उपयुक्त छ । राती फायर प्लेसमा बसेर जंगलको अनुभव गर्न सकिनु मारुनी जंगल लजको सबभन्दा आकर्षक पक्ष हो । मारुनीमा सीधै गाडीबाट पुग्न सकिन्छ ।

केजीएच युप अफ होटल्स एण्ड रिझॉर्ट्सअन्तर्गत सञ्चालित यो होटल आजभन्दा ४५ वर्षअघि चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज स्थापना गर्न प्रारम्भिक काम थाल्नी गर्न तत्कालीन वनविज्ञ कर्ण शाक्यले यो होटल सन् २००२ मा सुरु गरेका हुन् ।

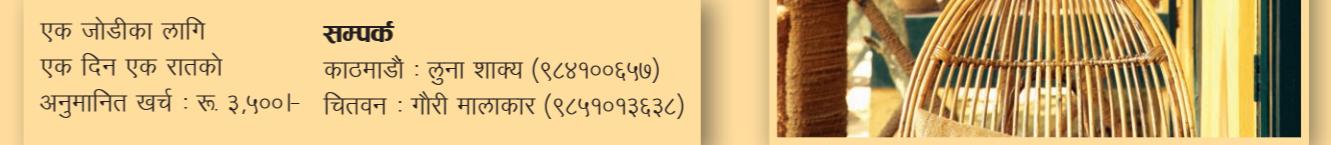
एक जोडीका लागि

एक दिन एक रातको

काठमाडौं : लुना शाक्य (९८४९००६५७)

अनुमानित खर्च : रु. ३,५००- चितवन : गौरी मालाकार (९८५९०९३६३८)

सम्पर्क





चाइना टाउन विनियाँ रेष्टुरेण्टमा छुटै विशेषता

ने

पालमा रहेका रेष्टुरेण्टमा जिउँदो माछालाई तुरुन्तै पकाएर ग्राहकलाई सर्भ गर्न गरेको पाइँदैन। विदेशितर विशेष गरेर चीनमा ताजा अर्गानिक भोजन गराउने हिसाबले त्यसो गरेको पाइन्छ।

नेपालमा यससको सुरुवात विगत १० महिनायता भएको देखिन्छ। काठमाडौंको ठमेलबाट ज्याठा आउने बाटैमा पर्ने चाइना टाउन रेष्टुरेण्टमा उक्त सुविधा रहेको छ। रेष्टुरेण्टमा रहेको माछा राज्ञे ठूलो अक्वारियममा चितवनबाट ल्याइएका ठूल-ठूला माछा राखिएको छ। ती माछामध्ये एकलाई ग्राहकलाई रोजन लगाइन्छ।

ग्राहकले रोजेको ती माछामध्ये एउटालाई ग्राहककै सामुन्ने अक्वारियमबाट फिकेर मारिन्छ र त्यसलाई तुरुन्तै पकाउन लगाएर ग्राहकलाई सर्भ गर्न गरिएको छ। त्यसरी



सर्भ गरिएको माछाको स्वादै बेर्गलै हुन्छ। जिउँदो माछा र स्वादिष्ट चिनिया खानाको लागि चाइना टाउन रेष्टुरेण्ट जानेहरूको संख्यामा दिनानुदिन वृद्धि भइरहेको यस रेष्टुरेण्टका कन्द्री मेनेजर क्वान जीन चुयी बताउँछन्।

१५ वर्ष अगाडिदेखि चीनको क्वाड्चुडमा रेष्टुरेण्ट व्यवसाय गर्दै आएका चुयीले तीन वर्षयता खासा व्यापारमा पनि हात हालेका थिए। खासा व्यापारको सिलसिलामा चुयीको गाढा मित्रता नेपाल चीन वाणिज्य मैत्री संघका अध्यक्ष दुर्गबहादुर श्रेष्ठसँग भयो। श्रेष्ठले नै चुयीको नेपाली नाम आछुड राखिए। नाम जे-जस्तो भए पनि नेपाली राम्ररी बोल्ने आछुडसँग चिनिया सामानको व्यापारका सिलसिलामा २० वर्षदेखि मित्रता रहेको खुलासा गर्न श्रेष्ठले आछुडसँगको पार्टनरसीपमा उक्त रेष्टुरेण्ट खोलेका हुन्।

काठमाडौंको भाटभटेनीस्थित क्यू एण्ड फर्निचरका इन्टेरियर डिजाइनर समेत रहेका आछुडले ठमेलको थाइसाड रेष्टुरेण्टको इन्टेरियर डिजाइन गर्ने ऋममा श्रेष्ठसँग ठमेलमै चिनिया रेष्टुरेण्ट खोले आशय व्यक्त गरेपछि दुवैको कुरा मिल्यो। दीर्घकालीन सोच अनुरूप चिनिया पर्यटक र नेपालीलाई अर्गानिक चिनिया भोजन गराउने मूलभूत उद्देश्य अनुरूप यस रेष्टुरेण्टको खोलिएको हो। चिनियाको अलावा नेपालीहरूको भीड पनि हाल यस रेष्टुरेण्टमा देखिन थालेको छ।

खुचो चियाबाट स्वागत हुने चाइना टाउनको कुरै बेर्गलै छ। चिनी राज्ञै नपर्ने खुचो चियाको स्वाद हर्लिक्सको

भन्दा कम छैन। मैक्बाट बनाइएको खुचोलाई यहाँ आउने धेरै नेपालीले मन पराएको पाइँदैन। चिनियाहरू चिनी राखेको चिया पिउँदैनन्। आछुड चिनी धेरै खानु हुँदैन, चिनीले चिनी रोग बढी लाग्ने संभावना भएकोले खुचो चियाको अवधारणा ल्याएको रहस्य खोल्छन्। आम चिनिया रेष्टुरेण्टमा जरै चाइना टाउनमा पनि चीनको सिचुवानको मीठो, पिरो तथा टिमुरको बाहुल्य भएको खाना चिनिया तथा नेपालीको अलावा अरु मुलुकका ग्राहकले पनि रुचाउने गरेका छन्।

टिमुरले पेट सफा गर्न भएकोले चिनिया खानामा बढी टिमुर मिलाइने गरेको बताउने आछुड उक्त रेष्टुरेण्टमा २ सय ५० जनासम्म ग्राहकलाई एकसाथ सेवा दिन सक्ने क्षमता रहेको दाबी गर्छन्। भीआइपी रुममा बसेर खाने सुविधा समेत रहेको यस रेष्टुरेण्टमा दुई जना चिनिया र चारजना नेपाली सहयोगी कुकले मीठा मीठा परिकार पकाउँछन्। यस रेष्टुरेण्टमा आवश्यक सामग्री चिनबाट सिरै ल्याइने गरेको भए पनि जिउँदो माछा भने चितवनबाट ल्याइने गरेको यसका अर्का संचालक दुर्गबहादुर श्रेष्ठ बताउँछन्।

अद्येत नेपालीहरूले चिनियाँ खाना रुचाउन थालेको र चिनियाँ पर्यटक वृद्धि भएकाले पोखरामा पनि चाइना टाउनको ब्रान्च खोल्ने तयारी भइरहेको जानकारी श्रेष्ठले दिएका छन्। यस रेष्टुरेण्टमा खान जान नेपालीको लागि जोडी गएमा खल्तीमा १ हजार बोकेर गए पुराछ। एकलै जारै हो भने हालको बजार मूल्य अनुसार पाँच सय बोके पुराछ।

मीठो खाना

जिउँदो माछाको ताजा परिकार

अक्वारियममा रहेका जिउँदो माछामध्ये एउटा रोजने। त्यस माछालाई पानीबाट निकालेपछि केही क्षणमा नै मर्छ। नमरेमा मार्नुपर्छ। त्यसरी मारेको माछालाई सफा गर्नुपर्दछ। माछाभित्रको आन्द्रमुँडी सबै निकालेर फाल्नुपर्दछ। त्यसलाई हल्का ब्वाइल्ड गर्ने। पहिला नै ग्रेभी बनाएर राख्नु पर्दछ। त्यस ग्रेभीमा ब्वाइल्ड गरेको माछालाई दुबाउने र स्वादिष्ट मसलाहरू राख्ने। त्यसको केही समयपश्चात तुरुन्ता-तुरुन्तै सर्भ गर्ने।





सुमन गोहोरा

“

भविष्यमा के गर्ने
भन्नेबारे हामी कहिलेकाहीं
साथीहरू माझ छलफल
पनि गर्छौं अनि
सबैले भविष्यका लागि
आआफ्नो बाटोको एउटा
रेखा कोरेका छौं । स्कुले
जीवनमा आफूले जे
सोच्यो त्यो नै सही हो
भनेर गर्न सकिन्नयो तर
अहिले कलेजमा आएर
भने आफ्नो र साथीको
समेत समस्याहरूमा
सही बाटो देखाउन सकिने
भझएको छ ।

”



भन् भाइ ज्यान दिन्छु

अध्ययनको सिलसिलामा विभिन्न खुश्किला उकिलै दै गइन्छ । त्यस क्रममा पढाइको स्तर मात्र परिवर्तन नभई रथान, साथीभाइ र शिक्षकहरू पनि फेरिने गर्छन् । यी विभिन्न चरणमध्ये सायद सबैका लागि स्कुले जीवन नै प्रिय हुन्छ होला । मेरो पनि अहिलेसम्मको अध्ययन यात्रामा स्कुले जीवन नै प्रिय रहेको छ । सानैबाट पढाइमा राम्रो भएकोले शिक्षकहरूले ज्यादै माया गर्ने, आमाले माया गरेर राखिदिएको खाजा खाँदै बिना कुनै जिम्मेवारी स्वच्छन्द भएर खेल पाउने समय, कति चाँडो बितेर १० कक्षाको परीक्षा आइपुग्यो पतै भएन ।

अब प्लस टु पढने भाँ म पनि तर अब मसँग मेरा पहिलेका स्कुलका साथीहरू कोही भएनन् । सुरु सुरुमा एकलै बस्थै म त्यो बेला, कोहीसँग पनि कुरा खासै मिल्दैनथ्यो र खासै मलाई कसैले यिनेका पनि शिएनन् । शिक्षकहरू पनि खासै मन परेन । त्यतिबेला म स्कुलका साथी र सरहरूलाई नै सम्भिरहेको हुन्थै । विस्तारै साथीहरूसँग घुलमिल बढ्यो, भर्खर रमाउन मात्र के थालेको थिएँ, प्लस टुको समय पनि सकियो । तर त्यो समय जो जो हामी नजिक हुँदै थियाँ, पछि स्नातकको लागि सबै जना युनिग्लोब कलेजमा विविएमा भर्ना भयौं ।

अहिलेको समय भन् पहिलेमन्दा पुरै बेर्लै छ । म अहिले पहिलेको जर्तो पटकै छैन । अहिले त अनुभवी सरहरूको पढाइसँगै

आफ्ना भावनाहरूको आदानप्रदान गर्न पाउँदा बेगलै रमाइलो हुन्छ । त्यसमध्ये पनि केशव आचार्य सरले गाली गर्दै रिसर्च मेथोडोलोजी पढाउँदा बीचबीचमा सोध्ये प्रश्नहरू हाम्रो एउटा टाउको दुखाइको विषय नै थियो तर अचेल त सबै सरको विषयमा अपडेट नै रहन्छौं । हामी साथीहरू पनि अत्यन्तै मिल्हौं, मेरा कलेजका सबै साथीहरूले मलाइ यिन्छन् । यतिसम्म कि सन्तै छौं भन्ने प्रश्नबाट सुरु भएको हाम्रो मित्रता अहिले 'भन् भाइ ज्यान दिन्छु' भन्न कोही पनि पछि पर्दैन । मेरा साथीहरू नवीन, अमृत, श्याम, सरोज, आयशा र काजोल भनेपछि कलेजमा सबैले राम्रो विद्यार्थीको स्पमा लिन्छन् । सायद यो समयमा आफूमा पनि परिपक्वता आएर होला सबैसँग राम्रो मित्रता छ र शिक्षकहरू पनि हामीप्रति सकारात्मक नै हुनुहुन्छ । पढाइको साथसाथै अहिले आएर जिम्मेवारी बोध पनि हुन थालेको छ ।

भविष्यमा के गर्ने भन्नेबारे हामी कहिलेकाहीं साथीहरू माझ छलफल पनि गर्छौं अनि सबैले भविष्यका लागि आआफ्नो बाटोको एउटा रेखा कोरेका छौं । स्कुले जीवनमा आफूले जे सोच्यो त्यो नै सही हो भनेर गर्न सकिन्नयो तर अहिले कलेजमा आएर भने आफ्नो र साथीको समेत समस्याहरूमा सही बाटो देखाउन सकिने भइएको छ । अर्को कुरा कलेजभन्दा अधिको समयमा आफूलाई अरुले मार्गदर्शन गर्ने भएकोले आफूमित्र के खूबी छ भन्ने कुरा पनि ठम्याउनै गाह्रो हुँदौ रहेछ तर कलेज आइसकेपछि भने आफूमित्र रहेका धैरे प्रतिभालाई निर्धक्क प्रस्तुत गर्न सक्ने आत्मविश्वास स्वतः आउँदो रहेछ । त्यसैले त पहिलेको त्यस्तो मौन मान्छे म अहिले सबलाई आफ्ना चुटकिला र गजलले हँसाइदिन्छु ।

त्यही भएर त कलेजको जुन्सुकै कार्यक्रममा सबैले मेरो प्रस्तुतिको माग गर्छन् । अब कलेजको समय पनि सकिँदै छ । अत्यन्तै महत्वपूर्ण यो समयमा म र मेरो साथीहरूले आफ्नो पढाइलाई बढी महत्व दिएर यसलाई अधि बढाइरहेका छौं । लाग्छ सफलता हाम्रै अगाडि छ, अब त्यसलाई समाएर आउँदो दिनलाई उज्ज्वल बनाउनु छ । स्कुले जीवनले देखाएको गोरटोबाट हिँडेको कलेजजीवनमा स्वविवेकले गरेका निर्णयहरूमा आफ्नो अगाडि उज्ज्यालो बाटो देखिरहेको छु ।

(यस स्तम्भमा आफ्ना कलेज अनुभव पठाउन कलेज अध्ययनरत विद्यार्थीलाई आग्रह गरिन्छ ।)

hotdreamnepal@gmail.com

मर्निङ सेवकस मर्निङ वाकभन्दा राम्रो

से कसको लागि सबैभन्दा उत्तम समय कुन हुनसक्छ ? धेरैजसो जोडीको मनमा यो सबाल रठिरहेको पाइन्छ । जोडीको इच्छा र उपयुक्त वातावरण मिलेमा सेक्सका लागि कुनै समय कुरिरहनु आवश्यक त छैन तर लापो समयको अनुसन्धानपछि बिहानीपखको सेक्स सबैभन्दा उत्तम भएको पुष्टि भएको छ । बिहानको सेक्स मर्निङ वाकभन्दा लाभदायक भएको अब प्रमाणित नै भइसकेको छ ।

शरीरलाई तनुस्त बनाउन तथा मोटोपेन र अन्य स्वास्थ्य समस्याबाट बच्नका लागि मर्निङ वाक गर्ने आम प्रचलन छ । कतिपय मानिसले मर्निङ वाकसँगै विहानीपख कसरत पनि गर्छन् । मर्निङ वाक वा कसरत दुवै स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक हुछ तर बढी परिश्रमविना नै स्वास्थ्यलाई फाइदा पुऱ्याउने अर्को उपायका बारेमा चाहै धेरैलाई पत्तो नहुन सक्छ । विज्ञहरूले बिहानीपख सेक्स गर्नु मर्निङ वाक वा व्यायाम गर्नुभन्दा हितकर हुने बताएका छन् । बिहानीपखको सेक्सले शरीरका मांसपेसीलाई तनुस्त बनाउँछ, रक्तसंचार ठीक राख्छ र मुटुलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ ।

विहानीपखको राम्रो ब्रेकफास्टले दिनभर शरीर फुर्तिलो राख्न मद्दत गर्छ भन्ने भनाइ छ । यसलाई यौनक्रियासँग तुलना गर्दै अमेरिकी यौन सल्लाहकार डा. डेमी हरबेनिकले बिहानै गरिने सहवास स्वास्थ्यका लागि सबैभन्दा बढी लाभदायक हुने बताएका छन् । प्रायः मान्छेहरू बिहान खाइने एक कप मीठो चियालाई पनि दिनको राम्रो सुरुवातका स्पमा लिन्छन्, डा. डेमीको भनाइ छ- दिनको सुरुवात स्वस्थ यौनक्रियाबाट गर्ने मान्छेको स्वास्थ्य भन् राम्रो हुन्छ । उनका अनुसार उषाकालमा यौनक्रियामा संलग्न हुँदा शरीरबाट निस्किने एक प्रकारको रसायनले मानिसलाई अफ बढी सन्तुष्टि दिन्छ र खुसी बनाउँछ । खुसी मिलेपछि स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पर्ने कुरामा दुई मत छैन ।

अर्का अमेरिकी यौन सल्लाहकार जेन ग्रिगर पनि यो कुरामा सहमत छन् । बिहान सबैलाई अन्य काम गर्न हतार हुन्छ, उनी भन्छन्- 'यस्तोमा यौनक्रियासमेत छिट्ठिटो गरिन्छ । यसो गर्नाले शरीरिक गतिविधि बढी तीव्र भएर व्यायामबाट जस्तै फाइदा पाइन्छ ।'

डा. डेमीले आफ्नो अनुसन्धानको पक्षमा वेलफास्ट विश्वविद्यालयको अध्ययनलाई समेत उद्धृत गरेका छन् । उक्त अध्ययनका अनुसार सातामा

विज्ञहरूले बिहानीपख सेक्स गर्नु मर्निङ वाक वा व्यायाम गर्नुभन्दा हितकर हुने बताएका छन् । बिहानीपखको सेक्सले शरीरका मांसपेसीलाई तनुस्त बनाउँछ, रक्तसंचार ठीक राख्छ र मुटुलाई समेत स्वस्थ बनाउँछ ।

'मिड डे' नामक पत्रिकामा प्रकाशित खबर अनुसार लामो समयको अनुसन्धानद्वारा बिहानको करिब ७:३० बजेतिर गरिएको सेक्स नै सबैभन्दा उत्तम हुन्छ र तपाईंको दिन स्वस्थ र आनन्द भएर बित्त । उक्त अनुसन्धान अनुसार बिहान ७:३० तिरको समयमा व्यायाम गर्नुभन्दा अनुसार लाभदायक भएको छ । बिहानको समयमा व्यायाम गर्नुभन्दा अनुसार लाभदायक भएको छ । उत्तम अनुसन्धान अनुसार ताढा भएको हुन्छ र ताजापन महसुस भएर प्रत्येक अंग संवेदनशील भएको हुन्छ । एक अर्को सर्वेक्षण अनुसार महिलाका तुलनामा पुरुषहरू बिहानीपखको सहवास धेरै मन पराउँछन् । प्रायः महिलाहरूलाई बिहान उठानासाथ सहवासको चाहना कम नै हुन्छ । यस्तो अवस्थामा पुरुषको प्रेमपूर्ण व्यबहारले महिलालाई मनाउन सक्नुपर्छ ।

क्यानडाको विविस विश्वविद्यालयका शोधकर्ताहरूले गरेको अध्ययनले बिहानी सेक्सका अरू विभिन्न फाइदा समेत पत्ता लगाएको छ । ती फाइदा निम्नासार छन् :

- बिहानी सेक्सले माझ्ग्रेन जस्तो टाउको दुख्ने समस्यालाई कम गर्छ ।
- सेक्सको समयमा एक घट्टामा तीन सय क्यालोरी इनर्जी खर्च हुन्छ, जसका कारण मधुमेह हुने खतरा पनि कम हुन्छ ।
- बिहानी सेक्सले शरीरमा रक्तसंचार सन्तुलित गर्छ र उच्च रक्तचापको खतरा कम गर्छ ।
- कण्डम नलगाई गरिने सेक्सले मानिसलाई प्रफुल्लित बनाउनुका साथै डिप्रेसनबाट पनि टाढा राख्दछ ।
- जोरी दुख्ने तथा अन्य हाडजन्य रोग पनि बिहानी सेक्सले कम गर्दछ ।
- बिहानी सेक्सले व्यक्तिमा प्राकृतिक प्रफुल्लता भर्दछ ।
- सेक्सका क्रममा व्यक्तिमा त्यस्तो हर्मेन निस्कन्छ जसले उसको कपाल समेत चम्कदार तथा सिल्की बनाउँछ ।
- बिहानी सेक्सका क्रममा शरीरमा रोगप्रतिरोधी प्रोटिनको उत्पादन हुन्छ, जसले मानिसको रोगप्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ ।





मोडल/नायिका
नम्रता श्रेष्ठ

तसरीर
राजीव श्रेष्ठ, फोटो बैंक स्टुडियो

मेकअप
सन्तु तामाङ, मेकअप स्टुडियो
बागबजार



बिहे, सेक्स र राजनीति हावी

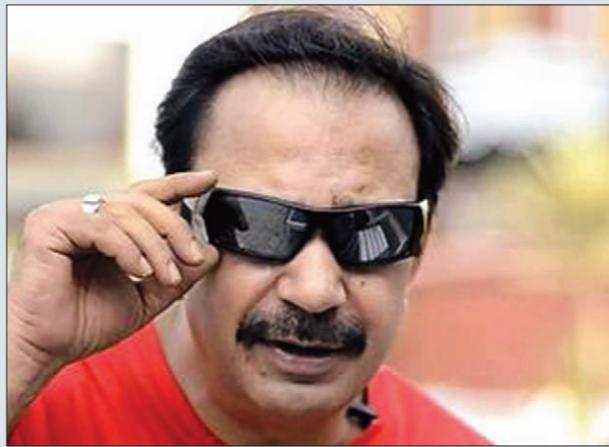


सन् २०१३ को सुरुवातसँगै नायक राजेश हमालको बिहेको बारेमा चर्चा चल्यो। अन्त पनि बिहेकै चर्चाबाट भयो। लुकीछिपी मायाप्रेममा अल्फेका नायक हमालको प्रेम यो वर्ष मज्जाले खुल्यो। विराटनगरकी प्रेमिका मधु भट्टराईलाई यो वर्ष मिडियासामु खुलाउने कार्य हमालबाट भयो। उमेरले ५५ नाथ्ने तयारीमा रहेका हमालले सन् २०१४ को फेब्रुअरी महिनाको अन्ततिर बिहे गर्न घोषणा समेत गरे।

एकातिर नायक हमालको बिहेको कुराले बढी स्थान पाएको वर्ष भए पनि सन् २०१३ भर अर्का अविवाहित नायिक श्रीकृष्ण श्रेष्ठको अविवाहित नायिका श्वेता खड्कासँगको सामीयको खबरले थप चर्चा पायो। यसै वर्ष यी दुई अविवाहित नायक र नायिकाको संयुक्त लगानीमा काठमाडौंको गौशालामा कलिउड प्लानेट नामक होटल सचालनमा ल्याइनुले दुईबीचको सामीयालाई थप पुष्टि गन्यो। सात वर्षअगाडि निर्माण भएको चलचित्र कहाँ भेटिएलाबाट जोडी बनेका यी अविवाहित जोडीको संयुक्त लगानीमा अर्को फिल्म कोहिनूर यसै वर्ष निर्माण हुनु र मुम्बईदेखि कतार-मलेसियासम्म दुवैको संयुक्त भ्रमण जस्ता कुराले यी दुईको निकट सम्बन्धको कुराले व्यापकै चर्चा पायो।

दुईबीच गोय बिहे भइसकेको हल्ला आएपनि दुवैको बिजनेश पार्टनर मात्र भएको स्टेटमेन्ट दिएका छन्। नायक श्रेष्ठ तथा नायिका खड्काका लाखौं दर्शकको चाहना यी दुईबीच चाँडै बिहे होस् भन्ने रहेको छ। दुवै यस बारेमा मौन भए पनि नायक श्रेष्ठ नायिका खड्कासँग बिहे गर्न तयार भएको तर, खड्का तयार नभएको चर्चा पनि चलेको छ। यी अविवाहितहरू सन् २०१४ को अन्तसम्म विवाहित बने आकलन गरिएको छ।

बिहेकै प्रसंगमा फिल्म चपली हाइटबाट आवश्यकताभन्दा बढी चर्चामा आएकी नायिका बिनीता बराल मोटाएको र फिल्म नपाएर कृषि व्यवसायमा लागेको खबरले उनी रिसाएको खबर प्रकाशमा आयो। यथार्थमा यो वर्ष बरालले गोय स्प्यमा एक फिल्म निर्देशकसँग बिहे गरेको भनिए पनि त्यसलाई बाहिर ल्याउने



तामाड बमजन राखिनुबाट यी दुईबीचको सम्बन्ध सदाको लागि अन्त भएको प्रमाणित हुन पुर्यो। सुस्मिताबाट एकिलेका नायक केसीको यो वर्ष छाडा नायिकाको उपनाम पाएकी जिया केसीसँग सम्बन्ध बढी भयो। रातबिरात विभिन्न स्थाना यी दुई भेटिनु तथा जियाले मौका पाएमा भुवन केसीसँग बिहे गर्न तयार अनि भुवनको जुँगामा आफू फसेको जस्ता स्टेटमेन्ट दिएर चर्चा पाउन ढूँलै कसरत गरेको पाइयो। यसो गरे पनि व्यापक चर्चामा आएका उनको दुई फिल्म एटीएम र बर्बादलाई दर्शकले खासै मन पराएको देखिएन।

सेक्सी फिल्म बिन्दासबाट नायिका सुष्मा कार्कीको सन् २०१२ मा खुबै चर्चा पाए पनि सन् २०१३ मा सोही फिल्मको सिक्केल बिन्दास-२ बाट उनलाई खासै चर्चा दिलाउन सकेन। त्यसको अलावा निर्देशक सुदर्शन थापासँगको लिभिड दुगेदरको सम्बन्धको यो वर्ष अन्त गरेर नायिका कार्कीले आफूलाई सिङ्गल भएको दाबी गर्न पनि चुकिनन्। जिरो



फिगरकी नायिका नप्रता श्रेष्ठ यो वर्ष एकाएक मोटाउनुको रहस्य स्पष्ट नभए पनि फिल्म नोभेम्बर-रेनको लागि मोटाउनै पर्न भएकोले मोटाएकी भनिएको छ। उनको मोटोपनभन्दा उनले यो वर्ष रिलिज भएको एक मात्र फिल्म मौनबाट बढी चर्चा बढुलेन्।

मौनमा नप्रताले बहिराको भूमिका गरेकी छन्। उनी केवल इशाराले मात्र बोल्ने गर्छन्। त्यस भूमिकालाई जीवन्तता दिने कार्य उनीबाट भए पनि यस फिल्मले राम्रो व्यापार गर्न सकेन। सन् २०१३ मा १ सय ५ नेपाली फिल्म रिलिज भए। यी फिल्ममध्ये कुनैले पनि राम्रो व्यापार गर्न सकेनन्। नायिका रेखा थापाले निर्माण गरेको भनिएको चलचित्र कालीले आधिकारिक स्प्यमा १ करोडको व्यापार गरेको भनिए पनि सही आंकडा नआएकोले यस फिल्मले पनि भनेजस्तो व्यापार नगरेको आसंका गरिएको छ।

दर्शकहरू नयाँ निर्देशकका फरक धारका भनिएका सेक्सी फिल्मबाट हैरान बनेको वर्षको स्प्यमा यो वर्षलाई लिइयो। त्यस्ता फरक



धारका भनिएका फिल्म दर्शकले भने रुचाइदिएनन्। वर्षको अन्तमा आएर डिसेम्बर महिनामा नेपाली चलचित्रका निर्माताहरूले नेपाली फिल्ममा आइसब्रेक गर्न नै बाध्य भए। तीन सातासम्म कुनै फिल्म रिलिज नगरेर दूध बेचुवाहरूले जसरी दूध निर्बिकेपछि मिल्क होलिडे गरेजस्तै उनीहरू बाध्य भएको वर्षको स्प्यमा पनि यो वर्षलाई लिइयो।

फिल्म नवले पनि नायिका रेखा थापा यो वर्ष बढी चलेको नायिकाको स्प्यमा देखिइन्। एकीकृत नेकपा माओवादीमा उनको प्रवेशदेखि सोही पार्टीबाट संविधानसभाको चुनावमा पर्स क्षेत्र नम्बर १ बाट टिकट पाउनु र प्राविधिक मिस्टेकले टिकट फिर्ता गर्न बाध्य हुनु तथा राजनीतिमा जन्म राउटे समुदायलाई सहयोगको सामल बाँडनु एवम् राउटे बच्चाहरूको आमा बन्नु जस्ता कुराले चर्चामा आउन सफल भइन्।

बोली फेर्नमा माहिर नायक भुवन केसीले बरु संविधानसभाको चुनावमा नेकपा एमालेले प्रत्यक्ष तथा समानुपातिक दुवैबाट जिल्लाए पनि एमालेको नीतिअनुसार आफू चल्ने र एमाले नछाउने प्रतिबद्धता जाहेर गरेर निष्ठाको राजनीति गर्न कसरतमा नायक केसी लागेको देखियो।

नेकपा एमालेले मात्र होइन प्रायः पार्टीले संविधानसभाको चुनावमा कलाकारलाई केवल चुनावमा प्रयोग मात्र गरे। कुनै पनि पार्टीले नेपाली फिल्मका कलाकारलाई उचित स्थान तथा सम्मान दिने कार्य भएन। यसबाट यो वर्ष नेपाली राजनीतिबाट फिल्म लाइन उपेक्षित नै भएको महसुस भयो।

आमिर र कटरिनाकै बोलवाला

सन् २०१३ व्यापारका दृष्टिकोणले बलिउड फिल्म उद्योगले अधिला वर्षलाई उठिनेको छ। बलिउडका प्रायः हिन्दी फिल्मले सन् २०१३ भर सय करोडभन्दा बढीको व्यापार गर्न सफलता प्राप्त गरे। यस हिसाबले बलिउडको व्यापार हरेक वर्ष बढ्दै गएको देखिएको छ। व्यापार भएअनुस्य बलिउड फिल्मका कलाकारको पारिश्रमिक पनि द्वातै बढेको छ।

याँ अनुहारको तुलनामा पुराना अनुहारका कलाकारकै बोलवाला यो वर्षमा पनि रह्यो। आशिकी २' का आदित्य रेय कपुर, 'भाग मिका भाग'का फरहान अख्तर भने यो वर्षको बलिउडको बक्स अफिसको पोजिसनमा परेका बलिउडमा करियर बनाउँदै गरेका नयाँ अनुहार हुन्। उदाउँदा नायकहरूमा रामलीलाका रनवीर सिंह र ये जवानी है दिवानीका रनवीर कपुरबाहेक पुराने अभिनेताले बलिउडको टप टेनमा तहल्का मच्चाएका छन्। आमिर खान, शाहरुख खान, ऋतिक रोशन बलिउडमा सबैभन्दा अधि देखिएका छन्। अभिशेक बच्चन, सैफ अलि खान, विवेक ओवाराय, जोन अब्राहम उनीहस्पथिको पोजिसनमा देखिए।

सन् २०१३ को अन्तिर रिलिज भएको धुम ३ ले बक्स अफिस तोड्ने क्रममा वर्षभरिकै सबै रेकर्ड तोड्दै नम्बर एक बनेको छ। धुमको सिक्वेलमा बनाइएको धुम-३ मा आमिर खानको मुख्य अभिनय रहेको छ। यस फिल्मले बउइडमा धुमै मच्चायो। खानको पोजिसन वर्षको अन्तमा आएर अग्रपंकिमा देखियो। धुम-३ ले आमिरलाई अमिर नै बनायो।

क्रिसको सिक्वेलमा बनेको क्रिस- ३ का ऋतिक रोशन दोस्रो नम्बरका भाग्यमानी हिरो बनेका छन्। चेन्नाई एक्सप्रेसका शाहरुख खान बलिउडको तेस्रो पोजिसनमा परे। चौथोमा रनवीर कपुर र पाँचौ नम्बरमा रामलीलाका रानवीरसिंहले कब्जा जमाए। रेस-२ ले बलिउडमा रास्तो रेस बढाए पनि यस फिल्मका सैफ अलि खान र जोन अब्राहम आठौ नम्बरमा सीमित बने। दबड- २ र एक था टाइगरबाट बक्स अफिसमा धुम मच्चाए पनि सलमान खान यो वर्षको टपटेन पोजिसनबाट के ही तल परे। यद्यपि, यो वर्ष रिलिज भएका खान अभिनित सबै फिल्मले सय करोड भन्दा सफल धुम-३ की नायिका कट्रिना कैफ यो वर्षको अन्तमा आएर

नायिकाहरूमा बक्स अफिस कलेक्सनमा सबै रेकर्ड तोड्न सफल धुम-३ की नायिका कट्रिना कैफ यो वर्षको अन्तमा आएर



आमिर खानजस्तै नम्बर एक बन्न सफल भएकी छन्। धुम- ३ बाट कट्रिना सर्वाधिक चर्चामा आए पनि वास्तविक नम्बरी नायिकामा दिपिका पादुकोण नै हुन्। दिपिका अभिनित चेन्नाई एक्सप्रेस, ये जवानी है दिवानी, रामलीला र रेस-२ ले यो वर्ष सय करोडभन्दा बढीको व्यापार गरेर तहल्का मच्चाउन सफलता प्राप्त गन्यो।

प्रियंका चोपडा र कंगना रनावत क्रिस- ३ बाट टपटेनको पोजिसनमा देखिएका छन्। आशिकी -२ की श्रद्धा कपुर बलिउडमा थपिएकी नयाँ अनुहार भए पनि टपटेनमा पुरानासँग यो वर्ष भिड्न सफलता प्राप्त गरेकी छन्। आर-राजकुमार जस्ता फिल्मबाट बक्स अफिसको कलेक्सनमा परेकी चटपटे नायिका

सोनाक्षी सिन्हालाई दबड- २, जोदा अकबर, लुटेरा लगायतका फिल्मले वर्षभर चर्चामा ल्याइरहे।

कट्रिना कपुर, प्रीति जिन्ता, रानी मुखर्जी र ऐश्वर्या राय भने यो वर्ष ओफेलमा परे।



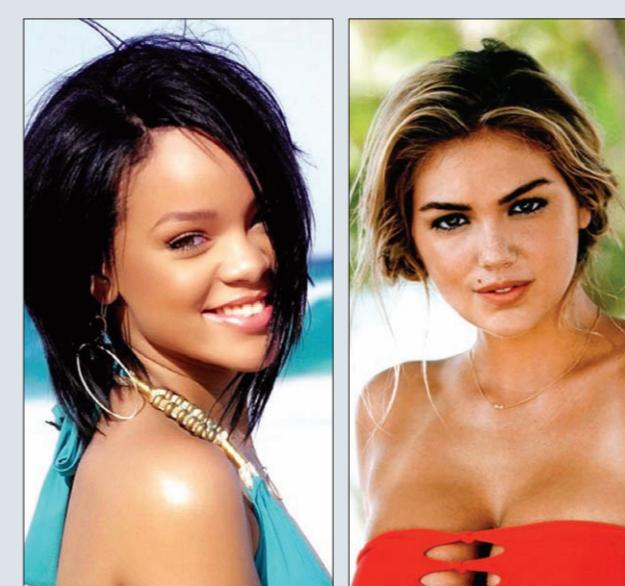
सेक्सी हिरो हिरोइन अगाडि



जन्मिएकी उनले विभिन्न फिल्म, विज्ञापन र टेलिभिजन-शोहरूमा गरेको हाउभाउ तथा बोल्ड-विचारले अबल दर्जामा परेकी हुन्। द काउन्ट अफ मोन्टे क्रिस्टो, स्टारडस्ट, इम्पोर्टल जस्ता फिल्मका कारण यो वर्ष हेनरी कामिललाई नम्बरी सेक्सी हिरोको स्यमा लिइएको छ।

हलिउडमा नायिका मात्र होइन, गायिकाको पनि बोलवाला हुने गरेको छ। गायिका रोबिन रिहाना फेन्ट्रीले उत्तेजक पहिरन तथा फेसनेबल कपालले यो वर्ष निकै चर्चामा रहन सफलता प्राप्त गरिन्। रेगी र हिपहप गायिका रिहानालाई द न्यू इमेज नामक एल्बमले चर्चामा ल्याएको हो। रिहाना जस्तै गीत-संगीतको अलावा मोडलिङ तथा अभिनयबाट थप चर्चा पाउनेमा रोबर्ट पेटिन्सन देखिएका छन्। बेलायतमा जस्मेका यी कलाकारले फिल्म निर्माणमा समेत हात हालेको पाइएको छ। सुपर स्पा शीर्षको टेलिभिजन कार्यक्रमले हेलेनलाई यो वर्ष निकै चर्चामा ल्याएको हो।

रोयल एकेडेमी अफ ड्रामेटिक आर्टबाट स्नातक टम हिडल्टनले टेलिभिजन-शो तथा विभिन्न फिल्महरूमा गरेको बेग्लै अभिनयले उनी सबैको मनमा बस्न सफल बने। केली ब्रुकले विशेष गरेर फिल्म तथा मोडलिङमा बेग्लै शैलीमा बेग्लै तरवरले गर्न गरेको क्याटवाकले यो वर्षको चर्चाको चुलीमा पर्न सफल बनिन्। अरुमन्दा ब्रुकको कामुक क्याटवाक यो वर्षको चर्चाको विषय नै बन्यो। स्वीनी टोड द डेमोन बारबर अफ फिलिट स्ट्रिट नामक फिल्मबाट यो वर्ष निकै नाम कमाएका जेमी क्याम्पबेल अभिनेताको अलावा गायक तथा मोडल पनि हुन्। गायन र मोडलिङबाट भन्दा उनले यो वर्ष अभिनयले नै सेक्सी इमेज राख्न सफलता प्राप्त गरेका छन्। अभिनयबाट भन्दा यो वर्ष फोटोसुटबाट चर्चामा आउने हिरोइनहरूमा केट अट्टन, जर्जिया साल्पा, चेरिल कोल देखिएका छन्। हिरोहरूमा जीसटन बिबर, इंड्रिस एल्बा र द्व्यारी स्टाइल्स पाइए। समष्टीगत स्यमा सन् २०१३ हलिउडका कलाकारहरूको हाउभाउले उनीहस्ताई चर्चाको शिखरमा पुऱ्याइरह्यो। त्यसअनुस्य उनीहस्ताई डिमाण्ड अधिल्ला वर्षमा जस्तै बढेकै पाइयो।



नयाँ सुविधामा युवा आकर्षण

मोबाइल फोन प्रयोगकर्तामध्ये अधिकांश युवायुवतीले नयाँ र महंगा फोन लिने गरेका छन्। अहिलेको नयाँ पुस्ता स्मार्टफोन र आइफोनमा बढी आकर्षित हुने गरेका छन्। विश्व बजारमा बढी प्रयोग भएका फोनको मूल्याङ्कन मोबाइलको क्षमता, क्यामेराको गुणस्तर, कुरा गर्न सकिने अवधि, ब्याट्री क्षमता, फोनको तौल, आकार, डिज्नेट साइज, सपोर्ट सिस्टमजस्ता विषयमा आधारित रहने गरेको छ। सन् २०१३ मा उपभोक्ताले रुचाएका मोबाइलहरूमा सामसुडको ग्यालेक्सी ४, एप्पलको आइफोन ५, सोनी इरिक्सनको एस्प्रेरिया ९० लगायतका रहेका छन्।



सामसुड ग्यालेक्सी एस ४

सामसुड कम्पनीको मोबाइल पछिलो समय विश्व बजारमा आफ्नो वर्चस्व मजबुत बनाउँदै लगेको छ। यसले नेपाली बजारमा पनि आफ्नो बजार हिस्सा राख्ने स्थानमा राखेको छ। तर कसको उत्पादनले कति प्रतिशत बजार ओगटेको छ भन्ने आधिकारिक तथाङ्को अभाव रहेको छ। यस्तै उत्पादनमध्ये ग्यालेक्सी एस ४ स्मार्टफोन उत्कृष्ट स्मार्ट फोनको सूचीमा रहेको छ, गत अग्रिमा सार्वजनिक भएको यो फोन सामसुडको ग्यालेक्सी एस मिनी तथा नोट थीको प्रविधिमा बनेको छ। २६०० एमएच ब्याट्री क्षमता भएको यो फोनको डिस्प्ले ५ इन्च छ। १३ मेगा पिक्सलको प्राइमरी क्यामेरा तथा २ मेगा पिक्सलको अगाडिको भागमा क्यामरा रहेको यसको प्रोसेसर १९०० मेगाहर्ज तथा न्याम २०४८ एमबीको छ। वाइफाइ, मोबाइल हटस्प्ट आदि सुविधा रहेकोले उपभोक्ताको मन जित्न सफल भएको छ।

एप्पलको आइफोन ५

एप्पलको आइफोन ५ विश्व बजारको अर्को लोकप्रिय मोबाइल हो। ४ इन्चको मल्टी टचस्क्रिन डिस्प्लेसहितको यो फोनको तौल १ सय १२ ग्रामको छ। यो फोनको सीपीयु १३ गिगाहर्जको छ। यसको न्याम १ हजार ६६ एमबीको छ। भण्डार क्षमता ६४ जीबी भएको यो फोनमा ८ मेगा पिक्सलको प्राइमरी क्यामेरा छ। यसमा ५ इलेमेन्ट लेन्स, इमेज स्टाब्लाइजेसन आदि सुविधा रहेको छ भन्ने दोस्रो क्यामेरा १ दशमलब २ मेगापिक्सेलको छ। वाइफाइ, ब्लुटूथ, क्वाडब्यान्ड, अटो फोकस, भिडियो कलिङ्ग, पीडीएफ रिडर, डकुमेन्ट भ्युयर जस्ता सुविधा रहेको छ। यो फोनमा सीडीएमए, जीएसएम आदि सुविधा पनि रहेको छ। यो फोनको ब्याट्री क्षमता १ हजार ४ सय ४० एमएच रहेको छ।

सामसुड ग्यालेक्सी एस ३

सामसुडको यो स्मार्टफोन पनि धेरैको रोजाइमा पर्न सफल भएको छ। एन्ड्रोइड ४.१.२ अपरेटिङ सिस्टमबाट चल्ने यो फोनको तौल १ सय ३३ ग्रामको छ। ४ दशमलब ८ इन्च डिस्प्लेयुक्त मल्टिटच स्क्रिनयुक्त यो फोनमा ८ मेगा पिक्सलको प्राइमरी क्यामेरा छ भन्ने १ दशमलब ९ मेगा पिक्सेलको दोस्रो क्यामरा रहेको छ। यो फोनमा इमेज सेन्सर, अटो फोकस, एक्सपोजर, आइएसओ कन्ट्रोल, बर्ट मोड, टाइमर आदि सुविधा

- उद्घव सिलवाल



रोजाइमा चाँदीका गहना

देशबाट आयात गर्नुपर्ने अवस्था छ। नेपालमा सिल्वर, ज्वेलरी र पत्थरका गरगहना बनाउने नयाँ प्रविधि नहुनु, कालिगढले परम्परागत ढर्का गरगहना बनाउनु, गहनामा अपग्रेडिङका लागि तालिम लिन नपाउनु लगायतका कारणले नेपाल पछाडि परेको व्यवसायीहरूले बताएका छन्। परम्परागत शैली परिवर्तन गरी ग्राहकको चाहनाअनुरूप गरगहना बनाउन सके निर्यात बढाउन सकिने मेलामा सहभागी व्यवसायीहरूको धारणा रहेको थियो। सरकारले कालिगढहरूका लागि टेक्निकल इन्स्यूट खोलेर सीप सिकाई व्यवसायी बनाउन सहयोग गर्नुपर्ने माग पनि उनीहरूले राखेका छन्। एक्स्पोमा कालिगढहरूलाई पनि राखिएकोले आकर्षण बढेको थियो। कालिगढहरूले एक्स्पोमै गरगहना बनाउने र अवलोकनकर्तालाई आकर्षित गर्ने काम गरेका थिए। यस किसिमको मेलाबाट अपेक्षा गरेअनुसार प्रतिफल प्राप्त भएकोले यस्ता कृयाकलापलाई निरन्तरता दिने सोच बनाइएको आयोजक पक्षले जनाएको छ।

**Saplendour
beutyique**

**"the fashion
house for
today's
tend-setters."**

Proprieter
Hema Rai
Dharan, college road
025-530668, 9842039769
Email: hema_splendour@hotmail.com



■ शब्द/तस्वीर : क्याटेन वेद उप्रेती

रमाइलो टापु

सं

सारकै सबैभन्दा बढी मुस्लिम जनसंख्या भएको मुलुक इन्डोनेसियामा १७ हजारभन्दा बढी टापु छन् । तीमध्ये एउटा सुन्दर टापु हो बाली । यहाँ हिन्दूहरूको बाहुल्य भएकाले जोकोहीलाई पनि आश्चर्यमा पार्न सक्छ । यहाँ १४ प्रतिशतभन्दा बढी जनसंख्या हिन्दू धर्म मान्छन् । बालीको ऐतिहासिक पाठो केलाउँदा तत्कालीन हिन्दू शासक मजापाहित मुस्लिमहरूसँग पराजित भएपछि इन्डोनेसियाका धेरैजसो हिन्दूहरू धर्म परिवर्तन गरेर मुस्लिम भएका थिए । परिवर्तन हुन नवाहने कट्टर हिन्दूहरू भने बालीमा आएर बसेका कारण यहाँ हिन्दू बाहुल्य बस्ती छन् । बालीमा भरिपूर्ण प्राकृतिक सुन्दरता त छैंदे छ, सँगसँगै मुस्लिमहरूको बीचमा यो शहर इन्डोनेसियाकै समृद्ध र धनी शहरमध्ये पर्छ ।

पाइलटको नाताले गतवर्षदेखि इन्डोनेसिया र वरपरका देशहरूमा उडान भर्ने अवसर पाएपछि बाली क्षेत्रमाथि उड्न म जहिले पनि लालित हुन्छु । आकाशबाट शहर त औधी सुन्दर देखिन्छ नै, जमिनमा उत्रिसकेपछि पनि देख्ने गरेको छु ।

खचाखच भरिएको शहरले जोकोहीलाई आकर्षित गर्छ । बालीका हरेकजसो मन्दिर, समुद्री तट, वाटर एक्टिभिटीहरू (थारां ग्लाइडर, विन्ड सर्फिङ, स्कुभा डाइम्बिड आदि), रामा रेष्टरेन्टहरू जस्ति पटक धाए पनि धित नमर्न खालका छन् । बालिनिज मसाज, बालिनिज नाच र यहाँको संस्कृति संसारभर प्रसिद्ध छ । बालीका मन्दिरहरूको विशेषता भनेकै धोती लगाएर मात्र मन्दिरभित्र पस्न पाउनु हो ।

करिब ३० लाख जनसंख्या भएको बालीमा नोभेम्बरदेखि मार्चसम्म पानी पर्न गर्छ भने अप्रिलदेखि अक्टोबरसम्म सुख्खा मौसम हुन्छ र त्यही समयमा बाली विदेशी पर्यटकले बढी भरिभराउ हुने गर्दछ । हप्ताको करिब दुई दिनजस्ति बालीमा बस्दै आउँदा बालीका मान्छेहरूको आत्मीयता, बालीको जादू, यहाँ बस्दाको स्वर्गीय आनन्द, नजिकैको आगुड ज्वालामुखी, सुन्दर समुद्री तटहरू र बालीको हिन्दू दर्शनले कयौं पर्यटकहरू शान्ति महसुस गर्दै फेरि बाली फर्कने बाचा गर्दै विमानतिर लागेका दृश्यहरू मैले यहाँबाट हुने प्रत्येक फ्लाइटमा देख्ने गरेको छु ।

आकाशबाट शहर त औधी सुन्दर देखिन्छ नै, जमिनमा उत्रिसकेपछि पनि बालीका समुद्री तट, मन्दिर, संस्कृति, उत्सव, पर्यटनस्थल र पर्यटकले खचाखच भरिएको शहरले जोकोहीलाई आकर्षित गर्छ ।

शहरमा युवा उल्लास



■ शम्भु दंगाल

जिसस क्राइस्टको जन्मदिनका रूपमा इसाई धर्मावलम्बीहरूले क्रिसमस मनाउँदै आएका भए पनि अब यो पर्व कुनै धर्म र सम्प्रदाय विशेषमा मात्र सीमित छैन। २७ डिसेम्बरमा विश्वका धेरै देशमा क्रिसमशको सार्वजनिक बिदा दिइन्छ। नेपालमा पनि बिदा दिन सुरु गरिएकोले यो पर्वको उल्लास पछिल्ला दिनमा बढ्दै गएको छ।



सँस्कृतिक कार्यक्रममा सहभागी भइन्। हिन्दुको तिहारमा खेलिने देउसी-भैलो जस्तै साथीहरूसँग क्यारोल खेलेको उनले बताइन्।

स्थायी घर भोजपुर भएका हेमत राईले अहिलेसम्म १३ पटक क्रिसमस मनाएका छन्। लिलितपुरको तालिखेलमा उनको खिटिय मन्डलीमा १० देखि १४ परिवार आबद्ध छन्। आजमन्दा लगभग दुई हजार वर्षपहिले यशु खिटको जन्म भएको दिनको सम्फनामा क्रिसमस मनाउन थालिएको भए पनि हरेक देशमा आआफ्नौ किसिमका संस्कृति, खानपान र चालचलन भएकाले त्यही अनुसार क्रिसमस मनाइन्छ। नेपालमा पनि आफतहरू भेला भएर नेपाली मीठा मीठा परिकार बनाएर आफ्नो संस्कृति अंगाल्दै क्रिसमस मनाएको राईले बताए। पछिल्लो समय यो पर्वको महत्व नबुझ्ने मान्छेहरूका कारण क्रिसमसका बेला विकृति फैलाइरहेको उनको अनुभव छ।

लिलितपुर १४ नख्खीपोटका सरिना महर्जन र रुदेन महर्जन पनि यस वर्ष क्रिसमस मनाउन ठमेल पुगेका थिए। १७ वर्ष अगाडि क्रिस्चियन बनेका उनीहरूको नख्खुमा सेवा मन्डली रहेको छ। सुरुमा उनले क्रिशिचयन धर्म अंगाल्दा चर्चभित्र मात्र सीमित रहेको क्रिसमस अहिले बजारसम्म फैलिएको छ। नयाँ वर्ष र क्रिसमसका अवसरमा व्यापारिक क्षेत्रमा पनि चहलपहल बढ्न थालेको छ। क्रिस्चियन धर्म नअंगालेका युवापुस्ता पनि साथीभाइ भेला भएर क्रिसमसमा मनोरञ्जन गर्न थालेका छन्। क्रिसमश र अंग्रेजी नयाँ वर्षका अवसरमा यस वर्ष पनि काठमाडौं उपत्यकामा धेरै रमाइला कार्यक्रम आयोजना गरिएका थिए।

कलंकीकी १९ वर्षीया नीता राई पहिला किरात धर्मसँग आबद्ध रहेकीमा क्रिस्चियन उपत्यकाका विभिन्न पसलहरूले ग्राहक तान्न सामानमा केही प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरेका थालेकी छिन्। यसबाट चर्चले आयोजना गरेको थिए। विषेश गरी गिफ्ट पसल र कपडा पसलमा

बजारमा प्रभाव

अंग्रेजी नयाँ वर्ष र क्रिसमसको बजारमा पनि प्रभाव बढ्दै गएको छ। यी अवसरमा किरात धर्मसँग आबद्ध रहेकीमा क्रिस्चियन उपत्यकाका विभिन्न पसलहरूले ग्राहक तान्न सामानमा केही प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरेका थालेको छिन्। यसबाट चर्चले आयोजना गरेको थिए।



पोखरामा छुटै रमाइलो

■ धन बस्नेत

पुसको जाडो। विसो हावा तर सडक भने निकै तातो छ। सडकलाई तताउने काम अफ सिजनमा आन्तरिक पर्यटकले गरेका छन्। लक्ष्य बाह्य पर्यटक पनि हुन्। तर उपस्थितिको तुलना गर्दा आन्तरिक पर्यटक दोब्बर भन्दा बढी छन्। अर्थात ७०-३० प्रतिशत।

अफ सिजनमा घरमै रमाउनुपर्छ। विदेशमा रमाइलो गरेर बिताउने भन्दा पनि आफ्नो ठाउँलाई केही गर्नुपर्छ भन्ने भावनाले पोखरामा सुरुवात गरिएको सडक महोत्सव १५ औ संस्करणसम्म आइपुगेको छ। थाली भने बसुन्धरा पार्कमा ४० हजारको लागतमा गरिएको थियो। दायरा फराकिलो बन्नै जाने क्रममा सवा तीनकिलोमिटर क्षेत्रफलमा महोत्सव विस्तारित भएको छ।

सडक महोत्सव फराकिलो बन्ने क्रममा लाइझ ब्याण्डलाई सहभागी गराउने काम पनि भएको छ। लाइझ ब्यान्डकै कारण पनि आन्तरिक पर्यटकको आगमन विस्तारै बढ्दै गएको व्यवसायीहरूको विश्वास छ। सन् २००० बाट महोत्सव सडकमा आइपुगेको थियो। त्यसभन्दा अधि केवल पार्कभित्र रेबान फुड फिल्डलाई नाममा सुरुवात भएको थियो। महोत्सवले रौनक लिई गएपछि नामाकरणलाई समेत संकुचित दायराबाट निकाल्नै समग्र पोखराको पिहिचान बनाउन पोखरा सडक महोत्सवमा रूपान्तरण गरियो। 'संस्थापक हरि गुरुङको संयोजकत्वमा तेस्रो संस्करणलाई सडकमा उतान्यों, पोखरा पर्यटन परिषद्का अध्यक्ष समेत रहेका रेबानका पूर्व अध्यक्ष सुर्यु भुजेल सुनाउँछन्।

१६ वर्षाधि पोखरा जाडो सिजनमा शून्यजस्तै हुन्थ्यो। बाह्य पर्यटक सबै स्वदेश फिर्ता भइसकेका हुन्थ्ये। रेष्टरेन्टका स्टाफलाई पनि एक महिना बिदा दिइन्थ्यो। त्यही बिदामा पर्यटन व्यवसायी विदेश धुम्न निस्कन्थे। उनीहरू भारतको गोवादेखि थाइल्याण्डसम्म बिदा मनाउन हिँड्ये तर अहिले स्थिति बदलिएको छ। विदेश गएर

यस्तो व्यवस्था गरिएको थियो। साथै मदिरा पसलमा पनि अन्य बेलाको भन्दा ग्राहक बढेको मदिरा पसल संचालकहरूले बताएका छन्।

मेसमराइज सपिड कम्पेक्स लिलितपुर कुमारीपाटीका विजय तुलाधरले यस पटकको क्रिसमस र अंग्रेजी जयाँ वर्षमा आफ्ना ग्राहकहरूका लागि सामान खरीदमा २० प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरेका थिए। अन्य बेलाको भन्दा क्रिसमस र नयाँ वर्षमा २५ प्रतिशत ग्राहक बढेको उनले बताए। यस पटक गिफ्ट, कपडा, मफलर, वालेट लगायतका सामान बढी बिक्री भएको जानकार तिनले दिए। उनको

रमाइलो गर्ने पर्यटन व्यवसायी अहिले स्वागत र सत्कारमा व्यस्त छन्।

महोत्सवले सीमित क्षेत्रलाई मात्रै फाईदा पुऱ्याएको छैन। अफ सिजनमा समयमा पोखरामा हुने महोत्सवको लागि एयरलायन्स बुकिलदेखि होटल, प्यारागल्याडिङ, साइडसिन, द्राभल्स, ट्याक्सी व्यवसाय लगायतलाई प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष फाईदा पुगेको छ। एकै ठाउँमा स्वदेशी मात्रै नभई विदेशी संस्कृति समेत हर्न अवसर मिलेको छ। विदेशी समेत आफ्नो संस्कृति देखाउन इच्छुक छन्।

नयाँ वर्ष आगमनको संधारमा पर्ने क्रिसमसले पनि पोखराको पर्यटनलाई उचाइ दिएको थियो। सडक किनाराका रुखमा फिलिमिली बती बालेर क्रिसमस गीत संगीतमा नान्ने नवाउने अनि उपहारको आदान प्रदान गर्ने क्रमले पनि उत्साह थेपेको थियो। पोखराका मात्रै नभई क्रिसमस बनाउन नेपालका विभिन्न शहरबाट नेपाली क्रिशियनहरूको उपस्थिति केही वर्षदेखि बाटै हुने गरेको छ। केही वर्षदेखि पोखरामै बसेर क्रिसमस बनाएका थिए। केही वर्षदेखि पोखरामा यिनिया पर्यटक आकर्षित हुन थालेकाले उनीहरूलाई लक्षित गरी विशेष व्यवस्था गर्नुपर्ने खाँचो देखिएको छ। होटलहरू यिनिया पर्यटकमैत्री बन्नुपर्ने अवस्था छ। त्यसको लागि भाषाको तालिम दिने विषयमा छलफल भइरहेको पर्यटन व्यवसायीहरूले बताएका छन्।

नयाँ वर्ष २०१४ लाई स्वागत गर्दै यस वर्षको सडक महोत्सव दुँगिएको छ। नयाँ वर्षलाई अफ भव्य र सभ्य बनाउन रेबान मात्रै नभई पर्यटनसँग सम्बन्धित संघरसंसाले विशेष प्याकेज दिनुपर्ने आवश्यकता छ। पर्यटक प्रवर्द्धन गर्न युनिफाईड प्याकेज दिनुपर्छ; परिषद्का अध्यक्ष भुजेल भन्नै- 'प्याकेज दिन नसक्नु नै हाम्रो कमजोरी हो। प्याकेजको मोडल ल्याई २०१४ मा पर्यटकको आगमनमा बृद्धि गर्ने लक्ष्यमा छौं। ग्रेटर पोखराको अवधारणा अनुसार बजारसँग जोडिएको ग्रामीण क्षेत्रको होमस्टेलाई समेत समाहित गर्नेछौं।'

पसलमा रहेका ७ जना कर्मचारी पनि क्रिसमस टोपीमा सजिएका थिए।

यता आर्किज पेपर रोज सप जाउलाखेलका समुन्द्र श्रेष्ठले भने पहिलाको तुलनामा व्यापारमा मन्दी आएको बताए। उनले पनि क्रिसमससँग सम्बन्धित विभिन्न गिफ्ट भइस्टमले आफ्नो पसल सजाएका थिए। (फोटो छ)। जाउलाखेलमै रहेको अर्को एयु गिफ्ट सपका संचालक गौतम शाक्यको भने पहिलाको तुलनामा क्रिसमसमा व्यापार बढेको उल्लेख गरे। १५ वर्ष अगाडिको गीफ्ट पसल संचालन गरेका उनले आफ्नो पसलमा नियमित विदेशी ग्राहक आउने गरेको बताए। अहिले क्रिसमस ड्रेस, टोपी बढी बिक्री

क्रिसमसमा डान्स पार्टी



क्रिश्ययन धर्मावलम्बीहरूको क्रिसमसको दिन एक अर्कालाई उपदार बाँडेर खुशी मनाउने पर्वको स्पसा लिने गरिन्छ। क्रिसमस पर्व हाँसिलो मुद्रा बनाएर शान्त वातावरणमा मनाउने गरेको पाइन्छ। तर धरानमा यो वर्ष क्रिसमसमा स्थानीय डिजेहरूको आयोजनामा भएको क्रिसमस डान्स पार्टीमा क्रिस्चियन र अन्य धर्मावलम्बीहरूको पनि भिडभाड देखिन्थ्यो। धरानको विभिन्न चर्चाहरूमा आआफै तरिकाले क्रिसमस मनाए पनि धरानमा एक मात्र स्थान कन्वनजंधा होटलमा क्रिसमस इझ डान्स पार्टी भएको थियो। सो डान्स पार्टीमा धराने युवायुवतीको भिडभाड रहेको थियो। क्रिसमसझ डान्स पार्टीमा यो विसो मौसमको पनि कुनै परवाह नगरी धराने युवायुवतीहरू एकअर्कामा रमाइलो गर्दै खुलेर नाचिरहेका देखिन्थ्यो। त्यसै गरी विराटनगर, इटहरीमा पनि धुमधामसँग क्रिसमसपार्टीमा युवायुवतीहरूले रमाइलो गरेका थिए। धरान १९ का पाष्टर भीषण थापा यस दिन साधारण क्रिसमस मनाउने गरेको बताउँछन्।

धरानेहरू गीतसंगीतमा मर्स्ट

धरान पूर्वज्यलमा नै मनोरन्जन गर्ने युवायुवतीका लागि उर्वरभूमि मानिन्छ। अभ धराने युवायुवतीहरूका लागि त रमाइलो गर्ने भन्ने बित्तिकै तछाडमधाड गर्दै कार्यक्रममा सहभागी हुन पुग्छन्। उनीहरूमा गीतसंगीतको नशा नै लागेको छ। त्यसैले गीतसंगीत सुनेपछि धराने मर्स्टसँग नाच्छन्। यसै कारण पनि धरानमा हुने फेसन शो, कर्न्स्ट गीतसंगीतका कार्यक्रममा चर्चित सेलिब्रेटी, याक्य गायिकहरू धराने संगीतप्रेमीहरूको ऋज देखेर धरान आउँछन्। धरान र आसपासमा रहेका गाउँ शहरमा बर्सानि युवायुवतीका लागि

हुन्छ, शुभकामना कार्डको बिक्रीमा भने मन्दी आएको छ, उनले भने।

मध्यरातसम्म स्वदेशी र विदेशीको वहलपहल हुने ठमेलमा यस वर्ष पनि क्रिसमसको विशेष रैनक छाएको थियो। ठमेलका होटल तथा रेष्टरेन्टमा स्वदेशी विदेशीको बाकै भीड रहेको थियो। ठमेल, नर्सिङ गेटमा रहेको माया कक्टेल बारका राजन थापाले क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्षका बेला पहिलाको तुलनामा ग्राहकको बढी भिड हुने बताए। कक्टेल, स्पाक्सिकन खानाका साथमा ल्याटिन म्युजिक प्रस्तुत हुने २२ वर्ष पुरानो उनको बारमा क्रिसमसका अवसरमा नेपाली र विदेशी पाहुना भरिएका थिए। नेपालीहरूले पहिलाको तुलनामा अहिले अंग्रेजी नयाँ वर्ष र क्रिसमस पनि मनाउन थालेका छन् थापाले भने।

यता ठमेलकै किल्स इभेन्ट हलमा क्रिसमसका अवसरमा भन्दै काठमाडौंका विभिन्न कर्लेज पद्दै गरेका युवायुवती डान्स पार्टीमा रमाउँदै थिए। क्वीन्स अन डान्स एट क्रिसमस नाम दिइएको सो पार्टीमा दुई सुरु भएको सो डान्स पार्टीमा राती १२ बजेसम्म युवायुवती जाडोमा पसिना निकालेर नाचिरहेकै देखिन्थ्यो। आफूहरू क्रिस्चियन नभए पनि क्रिसमस मनाएको डान्समा सहभागी युवाहरूको भनाइ थियो।

नै भनेर कार्यक्रमको आयोजना गर्ने गरिएको छ। धरानमा मात्र वर्षमा थुप्रै कर्न्स्टहरू हुने गरेका छन्। स्थानीयले गरेको कार्यक्रममा काठमाडौंबाट सहभागी हुन नेपालका चर्चित सेलिब्रेटीहरूको ओइरो नै लाग्ने गरेको छ। धरानमा सेलिब्रेटीहरूले सहभागिता जनाउँदै पहिलो पटक निर्वाण कन्ट्री क्लबमा ०९३ अगष्ट ३० मा एस्ट्रभेगेन्जा ट्रेड फेशन शोको भय्य आयोजना भएको थियो। सो फेसन शोमा नेपालका चर्चित नायिका नम्रता श्रेष्ठ र टप मोडलहरूले स्टेजमा क्याटवाक गर्दा धराने युवायुवतीहरूमा रमाइलो छाएको थियो। त्यसपछि लगतौ सेग्रामस फेशन ट्रेडमा पहिलो पटक उपथिस्ति



जनाउँदै पहिलो मिस नेपाल रुपी राणा, मिस नेपाल श्रृंति श्रेष्ठ, सदीका श्रेष्ठ, मोडल सहाना बज्राचार्य, नायिका तथा मोडल निशा अधिकारी, नम्रता श्रेष्ठ लगायत धरानका मिस पूर्वज्यल प्रतिभा श्रेष्ठ, अशिमता गुरुङ, लगायतका धराने मोडलले क्याटवाक गरेका थिए। त्यसैगरी धरानमा सुन्दरी प्रतियोगिता पनि हुँदै आएको छ। यसमा सहभागी हुन पूर्वज्यलका विभिन्न जिल्लाबाट युवतीहरूको जमघट धरानमा हुने गरेको छ। धरानलाई मुख्य केन्द्रविन्दू बनाएर सन् २००२ देखि मिस पूर्वज्यलको आयोजना बर्सनि हुने गरेको छ। त्यसैगरी युवायुवतीहरूका लागि सदैव खुल्ला रहने प्युजन कलेक्मा डिस्कोमा रमाइलो गर्ने पूर्वज्यलको धरानमा मात्र डिस्को बार रहेको छ। बार चलाएर बसेका धरानका डिजे तथा प्युजन कलेक्मा प्रोपाइटर धरान ९ निवासी डिजे ललित राई भन्छन्- धराने युवायुवतीमा रमाइलो गर्ने इच्छा छ तर हिजोआज कार्यक्रम त्यति नभएकोले उनीहरूको सहभागिता नदेखिएको हो।

यस्तै अंग्रेजी नयाँ वर्षका अवसरमा पनि उपत्यकामा विभिन्न औपचारिक अनौपचारिक कार्यक्रमहरूको आयोजना भए। विगतमा भैं यस वर्ष पनि क्रिसमसको विशेष रैनक छाएको थियो। ठमेलका होटल तथा रेष्टरेन्टमा स्वदेशी विदेशीको बाकै भीड रहेको थियो। ठमेल, नर्सिङ गेटमा रहेको माया कक्टेल बारका राजन थापाले क्रिसमस र अंग्रेजी नयाँ वर्षका बेला पहिलाको तुलनामा ग्राहकको बढी भिड हुने बताए। कक्टेल, स्पाक्सिकन खानाका साथमा ल्याटिन म्युजिक प्रस्तुत हुने २२ वर्ष पुरानो उनको बारमा क्रिसमसका अवसरमा नेपाली र विदेशी पाहुना भरिएका थिए। नेपालीहरूले पहिलाको तुलनामा अहिले अंग्रेजी नयाँ वर्ष र क्रिसमस पनि मनाउन थालेका छन् थापाले भने।

विश्वका

विभिन्न मुलुकका संस्कृतिबीच प्राकृतिक, आर्थिक तथा सामाजिक समानता पाइन्छ। राष्ट्रिय एकीकृत र विभिन्न जातिबीच घनिष्ठतासँगै आदानप्रदान रहेको अवस्थामा चीनका छ्पन्न वटा जातिबीचमा सांस्कृतिक मेलमिलाप रहेको छ। ह वा छ्याड हाल ल्हासाको स्थे तुइ पाइ परम्परागत हस्तकला संस्कृति स्कुलमा तिब्बती गा छ शाखाको थाड्का कलाबाट र महिनासम्म पढेका विद्यार्थी हुन्। यो विद्यालय नै शिक्षा, उत्पादन र बिक्री गरी तिब्बती परम्परागत हस्तकलाको उत्तराधिकारी निर्माण गर्ने स्कुल हो। तर उनी युन नान प्रान्तको ली च्याड तुड पा सांस्कृतिक उत्तराधिकारी स्कुलका तुड पा वित्र शिक्षक पनि हुन्। उनले भने पहिला मैले तिब्बतको ल्हासा आएको थिइन्। स्थे पाइ तुइ परम्परागत हस्तकला स्कुलबाट वित्र थाहा थिएन। मेरो सोमाय भन्नुपर्छ मैले कलेजका प्राचार्य सुड मिलाई थिएन अवसर पाएँ। यहाँ थाड्का कला सिक्नका लागि उहाँले हामीलाई निकै सहयोग गर्नुभएको छ।

सन् २०१३ जुलाईमा तिब्बतको ल्हासा शहर र युन नान प्रान्तको ली च्याड शहरबीचको जातीय सांस्कृतिक आदान-प्रदानलाई प्रबर्द्धन गर्नका लागि ल्हासा शहरीय सरकारको आग्रहमा स्थे तुइ पाइ परम्परागत हस्तकला संस्कृति स्कुलले ल्हासा चुम्ला खाँ गुम्बाको काड्युर ट्रिपिटाकाको प्रतिमा बनाएर ली

च्याड शहरलाई दिइएको थियो। जसबाट स्थे तुइ परम्परागत हस्तकला संस्कृति स्कुल र ली च्याड तुड पा सांस्कृतिक उत्तराधिकारी कलेजलाई एकाप्रसमा भावनात्मक स्थले आबद्ध गरिएको थियो। त्यसपछि दुई क्षेत्रका परम्परागत सांस्कृतिक आदानप्रदान र गर्नका लागि सहयोगी सम्बन्ध स्थापना गर्ने निर्णय भएको थियो।

ह वा छ्याडका अनुसार तुड पा संस्कृति ना सी जातीय संस्कृतिको मुख्य विषय रहेको छ। त्यसको एक हजारभन्दा लामो इतिहास छ। बलि, नाचगन, चित्र, प्रार्थना आदि क्षेत्रमा तुड पा संस्कृतिको तत्व समावेश छ। कहीं वर्षयता स्थानीय सरकार र लोक संगठनले ना सी जातिको परम्परागत संस्कृतिको संरक्षण तथा जीवन्तताका लागि अझै बढी सहयोग गरेको छ। ली च्याड शहरमा मात्र तुड पा संस्कृतिको उत्तराधिकार संस्था थुप्रै छन्। जरैतै तुड पा संस्कृति अध्ययन इनिष्ट्युट, तुड पा संस्कृति संग्रहालय, तुड पा संस्कृतिको उत्तराधिकार कलेज आधिद।

सोही वर्षको उमेरदेखि ह वा छ्याडले तुड पा संस्कृति सिक्न थालेका थिए। तुड पा संस्कृति नै युगदेखि युगसम्म उत्तराधिकार भएर फैलिएको हो। आफ्ना बाजे र बुबाले तुड पा संस्कृतिसम्बन्धी काम गर्दैन् तर सानैदेखि तुड पा संस्कृतिमा मन लागेको ह वा छ्याड तुड पा वित्रमा अडिग रहेका छन्। ली च्याड शहरमा तुड पा तिब्बती थाड्काका लागि वित्रमा ना सी जातिको जनसंख्या र ना सी जातीय संस्कृतिको विकास नै यसो हुनुको मुख्य कारण रहेको छ। यो नै उनले टाढाबाट ल्हासा आएर तिब्बती थाड्का कला सिक्नुको कारण पनि हो। उनले भने- बुद्ध धर्म तिब्बतमा आजनुअधि तिब्बतमा बोन धर्म मानिन्थ्यो। उक्त बोन

धर्म र हाम्रो तुड पा धर्मबीच सम्बन्ध छ। तुड पा चित्र र थाड्का बनाउन उपाय छ। हाल थाड्का बनाउने नाप मसिन छ। बुद्ध चित्र बनाउनका लागि नियमित साइज छ। तर तुड पा चित्र बनाउनका लागि नियमित साइज छैन। त्यसैले मैले विशेष गरी यहाँ आएर थाड्का बनाउने नाप मसिन र रंगबाट जान लिएको छु।

छ महिनासम्म सिकेपछि हाल ह वा छ्याडले तिब्बती थाड्काबाटे अझ गहिरो र चौतर्फी स्थमा बुद्धेका छन्। उनको विचारमा थाड्का र तुड पा चित्रबीच समान तत्व छ अर्थात मानिसले बुद्धलाई सम्मान गर्ने र घरलाई माया गर्ने देखन सकिन्छ। आफूले थाड्का कला सिकेर आफ्नो तुड पा चित्रलाई अझ सुन्दर स्थमा बनाउन प्रयास गर्ने प्रतिबद्धता ह। ह वा छ्याडले जनाए। उनले अगाडि थपै-ल्हासाको पदाइ अवधिमा ह वा छ्याड एक विद्यार्थी मात्र दुन्छन् तर उनले असु विद्यार्थीलाई चित्र बनाउने सीप पनि सिकाउँछन्। साथै शिक्षा, विद्यार्थीसँग तिब्बती परम्परागत कलात्मक बस्तु पनि बनाउँछन्। उनलाई लागि यहाँ आएको हुँ। प्र

चाड़ च यीको जीवनमा सन् १९९८ को सेढुङ्गा साबित भयो । त्यही वर्ष चीनको केन्द्रीय नाटक कलेजमा उनले प्रवेश पाइन् । त्यहाँ अध्ययनरत रहँदा उनले चीनका प्रसिद्ध निर्देशक चाड़ यी मौको निमन्त्रणामा 'मेरा बुबा र आमा' नामक फिल्ममा अभिनय गर्ने मौका पाइन् । त्यही फिल्ममा अभिनय गरेवापत उनी चीनको २३औं लोकप्रिय फिल्म सर्वांगी फूल पुरस्कारअन्तर्गत सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन् ।



चा

उच यी चीनकी एकजना चर्चित अभिनेत्री हुन् । उनी सन् १९७९ को फेब्रुअरी ९ मा चीनको राजधानी पैचिङ्गमा जन्मीएकी हुन् । सन् १९८७ मा ८ वर्षको कलिलो उमेरमे उनले पैचिङ्गको सि छन क्षेत्रको बालदरबारमा नृत्य कक्षा लिएकी थिइन् । उनले उसु सम्बन्धी फिल्मबाट आफ्नो नृत्यको शिलान्यास गरेकी थिइन् । सन् १९९० मा चाडले पैचिङ्ग नृत्य कलेजमा सम्बन्धन प्राप्त विद्यालयमा प्रवेश गरी छ वर्षको जातीय नृत्यको अध्ययन गरिन् र सन् १९९४ मा आयोजित 'राष्ट्रिय थाउ लि लै सम्बन्धी नृत्य प्रतियोगितामा प्रदर्शन पुरस्कार प्राप्त गरिन् ।

चाड़ च यीको जीवनमा सन् १९९८ को सेढुङ्गा साबित भयो । त्यही वर्ष चीनको केन्द्रीय नाटक कलेजमा उनले प्रवेश पाइन् । त्यहाँ अध्ययनरत रहँदा उनले चीनका प्रसिद्ध निर्देशक चाड़ यी मौको निमन्त्रणामा 'मेरा बुबा र आमा' नामक फिल्ममा अभिनय गर्ने मौका पाइन् । अनि त्यही फिल्ममा अभिनय गरेवापत उनले चीनको २३ औं लोकप्रिय फिल्म सर्वांगी फूल पुरस्कार अन्तर्गत सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीबाट विभूषित भइन् भने बर्लिन अन्तर्राष्ट्रिय फिल्म समारोहमा चाउदोको भालु पुरस्कार पाउन पनि सफल भइन् ।

सन् १९९९ मा निर्देशक चाड़ यी मौको सिफारिसमा चाड़ च यीले निर्देशक लि आनको 'क्राऊंचिंग टाइगर हिडन ड्रैगन' नामक युद्धकलाको फिल्ममा एउटा महत्वपूर्ण पात्रको अभिनय गरिन् । सन् २००१ मा अमेरिकी एकेडेमी अवार्ड प्रतियोगितामा 'क्राऊंचिंग टाइगर हिडन ड्रैगन'ले उत्कृष्ट विदेशी भाषाको चलचित्र पुरस्कार प्राप्त गयो । अमेरिकी एकेडेमी अवार्डको इतिहासमा उत्कृष्ट विदेशी भाषाको पुरस्कार प्राप्त गर्न यो पहिलो चिनियाँ चलचित्र पनि रहयो । यो फिल्मले विश्व र चीनमा धेरै प्रतियोगितामा थ्रुप्रे पुरस्कार प्राप्त गरिसकेको छ । अहिलेसम्म यो चलचित्रले विश्वमा बीस करोड अमेरिकी डलर कमाइसकेको छ ।

सन् २००० मा चाड़ च यी चीनको केन्द्रीय टेलिभिजनद्वारा

आयोजित वसन्त चाडको समारोह सम्बन्धी कार्यक्रममा सहभागी भएकी थिइन् । सो वर्ष ज्याकी चानको मुख्य अभिनय भएको अमेरिकी हलिउड फिल्म 'रस आवर' २'मा चाडले पनि अभिनय गरेकी थिइन् । यही चलचित्रमार्फत उनले हलिउडमा प्रवेश गरेकी थिइन् । सन् २००२ देखि सन् २००४ सम्म निर्देशक चाड़ यी मौको 'हिरो' र 'हाउस अफ फ्लाइझ' नामक युद्धकलाको फिल्ममा सहभागी भइन् । उनले प्रशिद्ध चलचित्रबाहेक विभिन्न कलात्मक चलचित्रमा पनि अभिनय गरेकी छन् । निर्देशक लौ येको 'पर्पल बटरफ्लाई' र निर्देशक हौ यौको 'जस्मिन तुमन' मा चाड च यीले पनि अभिनय गरेकी छन् ।

सन् २००५ को फेब्रुअरी १ मा ७७औं अमेरिकी एकेडेमी अवार्ड वितरण समारोहमा चाड च यी उद्घोषकका स्पमा समारोहमा सहभागी भएकी थिइन् । चीनको हडकडका प्रसिद्ध निर्देशक वाड च्या वैको '२०४८' नामक फिल्ममा उत्कृष्ट अभिनयमार्फत उनले हडकड फिल्म अवार्ड पनि प्राप्त गर्न सफल भइन् । सन् २००६ मा 'मेमोरी अफ ब जेइसा' नामक फिल्ममा उत्कृष्ट अभिनयमार्फत चाड च यीलाई अमेरिकी गोल्डन ग्लोब अवार्डमा सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीका रूपमा मनोनित गरिएको थियो ।

सन् २००९ मा उनी 'सोफीको बदल' नामक चलचित्रमा पहिलो पटक निर्मात्रीका साथै मुख्य अभिनेत्री पनि रहिन् । सोही वर्ष उनले निर्देशक वाड च्या वैको उसु फिल्म 'द ग्राण्डमास्टर'मा अभिनय गरिन् । यो चलचित्र केही वर्षको तयारी र छायाडकनपछि सन् २०१३ को जनवरी ८ देखि चीनमा औपचारिक स्पमा प्रदर्शनीमा आयो । यो फिल्ममा उत्कृष्ट अभिनयमार्फत सन् २०१३ को नोभेम्बर २२ मा चाड च यीले ताइवानको गोल्डेन हर्स अवार्ड वितरण समारोहमा सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्रीको पुरस्कार प्राप्त गरिन् ।

चर्चित चिनियाँ अभिनेत्री चाड़ च यी



■ चेतनाथ आचार्य

चिनियाँ साहित्य विशाल र धनी छ। हजारौं वर्षको इतिहास बोकेको चिनियाँ साहित्यलाई विश्वमा परिचित गराउनका लागि थुप्रै चिनियाँ साहित्यकारले परिश्रम गरेका छन्। फलतः थुप्रै चिनियाँ साहित्यकारका कृतिहरू विश्वका विभिन्न भाषामा अनुदित भएर संसारभरका पाठकले पढन पाएका छन्। सन् १९४९ को क्रान्तिपछि स्थापित नयाँ चीनमा देखिएका साहित्यकारहरूले लु सुन सर्वाधिक लोकप्रिय बने। अहिले चिनियाँ साहित्यमा आफूलाई लु सुनको उत्तराधिकारी ठाने मो यान बहुचर्चित छन्। उनका कृतिहरू चीनमा मात्र नभएर विश्वमा धैरे पढिने कृतिको सूचीमा अंकित भइसकेका छन्। त्यसो त पाठक, समालोचक र साहित्यकारहरूबीचमा मो यान लोकप्रिय मात्र होइन आलोचित पनि बनेका छन्। सन् २०१२ मा विश्वको सबैभन्दा प्रतिष्ठित र उच्च साहित्यिक सम्मान नोबेल पुरस्कारले मो यानलाई विभूषित गरेपछि उनका पाठक र प्रशंसकहरू हवातै वृद्धि भएका छन्। इन्टरनेट प्रयोग गरेर उनका बारेमा सोधखोज गर्न अन्वेषक र समीक्षकहरू लाखोंको संख्यामा थपिएका छन्।



उपन्यासमा चिनियाँ समाज

नोबेल पुरस्कार प्राप्त गर्ने मो यान पहिलो चिनियाँ साहित्यकार हुन्। उनले लेखेका एक दर्जनभन्दा बढी कृति विभिन्न भाषामा अनुदित भएका छन् भने कतिपय कृतिबाट चलचित्र बनेर महत्वपूर्ण पुरस्कारहरू पनि हात पारिसकेका छन्। मूलतः सर्जकका आँखा सत्ता र शक्तिको विपरीत हुनुपर्छ भने मान्यता मो यानको लेखनशैलीबाट पनि पुष्टि भएको छ। उनले चिनियाँ समाज, संस्कृति र राजनीतिभित्र रहेका नकारात्मक प्रवृत्तिलाई आकृता सिर्जनामार्फत उजागर गरेका छन्।

सन् १९५५ मा चीनको सान्तोड प्रान्तको काउमी गाउँमा जन्मिएका मो यानको खास नाम क्वान मोए हो। उनी सानैदेखि चतुर र बोलकड थिए। उनी कथा वाचनमा विशेष रुचि राख्ये। सांस्कृतिक क्रान्तिको समयमा धेरै बोल्न हुँदै भनेर उनका बुवाले उनलाई मो यान भन्दथे। चिनियाँ भाषामा मो यानको अर्थ नबोल हुन्छ। पछि उनले साहित्यमा आकृता बुवाले दिएको नामलाई नै प्रयोग गरेर र विश्वमै चर्चित बने। मो यान १२ वर्षको हुँदै सांस्कृतिक क्रान्तिको समयमा पढाइ छोडेर आकृता बुवासँगै कृषि पेसामा लागे। आर्थिक अवस्था कमजोर भएको हुनाले उनी पछि कारखानाका

मजदुर बने र सन् १९७६ मा चिनियाँ जनमुक्ति सेनामा भर्ना भए। जागिरसँगै सेनाको आन्तरिक अध्ययनबाट उनले स्नातक गरे। सेनामा कार्यरत भएकै समयमा उनी साहित्यिक लेखनमा लागेका थिए। उनले जनमुक्ति सेनामा सिपाहीका स्पमा कार्यरत रहेका सन् १९८७ मा रातो जुनेलोधारी अर्थात रेड सोर्धम उपन्यास लेखे। जापानले चीनमाथि गरेको आक्रमणको विरोधमा कृतिहरू विश्वका विभिन्न भाषामा अनुदित भएर संसारभरका पाठकले पढन पाएका छन्। सन् १९४९ को क्रान्तिपछि स्थापित नयाँ चीनमा देखिएका साहित्यकारहरूले लु सुन सर्वाधिक लोकप्रिय बने। अहिले चिनियाँ साहित्यमा आफूलाई लु सुनको उत्तराधिकारी ठाने मो यान बहुचर्चित छन्। उनका कृतिहरू चीनमा मात्र नभएर विश्वमा धैरे पढिने कृतिको सूचीमा अंकित भइसकेका छन्। त्यसो त पाठक, समालोचक र साहित्यकारहरूबीचमा मो यान लोकप्रिय मात्र होइन आलोचित पनि बनेका छन्। सन् २०१२ मा विश्वको सबैभन्दा प्रतिष्ठित र उच्च साहित्यिक सम्मान नोबेल पुरस्कारले मो यानलाई विभूषित गरेपछि उनका पाठक र प्रशंसकहरू हवातै वृद्धि भएका छन्। इन्टरनेट प्रयोग गरेर उनका बारेमा सोधखोज गर्न अन्वेषक र समीक्षकहरू लाखोंको संख्यामा थपिएका छन्।

जीवन र मृत्युको दोसाँधमा

मो यानद्वारा लिखित 'जीवन र मृत्युको दोसाँधमा' उपन्यास सन् १९५० देखि सन् २००० सम्मको समग्र चिनियाँ समाजको कलात्मक सजावट हो। सन् १९४९ अक्टोबर १ मा नयाँ चीन स्थापना भएपछिको चिनियाँ समाज, संस्कृति, विकास र आरोहअवरोहको सूक्ष्म विश्लेषणका साथै चिनियाँ

उपन्यास मूलतः पाँच भागमा वर्गीकृत छ। काउमीमा जन्मिएका एकजना जमिन्दार सिमन नाओलाई त्रान्तिको सयममा मृत्युदण्ड दिइन्छ। आफू अनाहकमा मारिएको भन्दै उनले भगवानसक्षम पुनर्जन्मका लागि फिराद गर्न र भगवानले उनलाई पहिले गधा, त्यसपछि गोरु हुँदै सुँगुर, कुकुर र बाँदरको रूपमा पुनर्जन्म गराइदिन्छन्। उपन्यासको सुरुमा गधाले भोगेको जीवनलाई राखिएको छ जहाँ गधा आफैले घटनालाई वाचन गर्छ। तत्कालीन अवस्थामा कम्युन र सहकारी निर्माण गरेर विकास निर्माण तीव्र गतिमा बढाइएको कुरासँगै युवा पुस्तामा जनमुक्ति सेनमा लाग्न पाउनु गैरव मान्दै विना सोचका कारण कतिपय दुर्घटना निर्मितिएको विषय स्वस्फूर्त रूपमा उपन्यासले समेटेको छ।

उपन्यासमा काउमीको सिमन नाओ जमिनदार सिमन नाओ सुरुदेखि अन्तसम्म देखा पर्न तर उनले मानव शरीरमा नभएर विभिन्न जनावरको शरीरमा जन्म लिएकाले उनी सबैलाई चिन्छन् तर उनलाई कसैले पनि चिन्दैन। आकृती र खालीले घरकै नोकरसँग बिहे गरेर बसेको देखा उनलाई सारै रिस उठ्छ तर एउटा जनावरको धर्म निर्वाह गर्दै दुलुदुलु हेर्नुहोक उनीसँग कुनै विकल्प रह्न्दैन।

चीनमा सांस्कृतिक क्रान्ति सुरु हुनुभन्दा अगाडि गधाले भोगेको दुःखको वर्णन गधा आफैले गर्छ। गधाको जीवनी उपन्यासको पहिलो खण्ड हो। तत्कालीन चीनका जनताले भोगेको दुःख, गर्नुपरेको संघर्ष र समाजवादी चीनको पहिलो चरणको कारूणिक अवस्था उपन्यासमा गधाले आकृतो कथाको स्पमा छर्लङ्ग बनाउँछ। खुट्टा भैंचिएर घाइते गधालाई स्थानीय व्यक्तिले काटेर खाएपछि सिमन नाओको पुनर्जन्म गोरुका रूपमा हुन्छ। गोरुको जीवनी उपन्यासको दोस्रो खण्ड हो। गोरुको जीवनी पनि सांस्कृतिक क्रान्ति सुरु हुनुभन्दा पहिले सकिन्छ। गधा र गोरुको जीवन सबैभन्दा पीडादायी स्पमा उपन्यासमा व्याख्या हुनु नै त्यो समयमा नयाँ चीन निर्माण गर्नका लागि भएको दुःखको दस्तावेज हो भन्ने कुरा पुष्टि हुन्छ।

उपन्यासको चौथो भागमा सिमन नाओ सुँगुरको रूपमा जन्मन्छन्। सांस्कृतिक क्रान्तिका चीनमा उत्पादन ब्रिगेड सुरु भएको र जनमिलिसियाले कृषि तथा पशुपालनमा सहकारी मार्फत राम्रो प्रगति हासिल गरेको कुरा उपन्यासले व्यक्त गरेको छ। सुँगुरपछि कुकुरको स्पमा पुनर्जन्म भएको भाग उपन्यासको चौथो भाग हो, जितिबेला चीनमा सुधार र खुलापनले प्रवेश पाएको हुन्छ। निजी क्षेत्रको भूमिकालाई स्वीकार्दै अधिग्रहण गरिएका जग्गाजमिन चाहेमा कृषकले फिर्ता लान सक्ने नीति अवलम्बन हुँदै चीनले अन्तर्राष्ट्रियस्तरको विकास अँगाल्च। कुकुरपछि बाँदरको पुनर्जन्म पुस्तकको पाँचौं तथा अन्तिम खण्ड हो। यस खण्डलाई लेखकले उपन्यासको थाली भनेर उल्लेख गरेका छन्। बाँदरको मृत्युसँगै सिमन नाओ दूलो टाउको भएको बालकको स्पमा सन् २००० जनवरी १ मा शताब्दी पुरुषको स्पमा जन्मन्छन्। एककाइसो शताब्दीमा चीनले गरेको आर्थिक विकास नै दूलो टाउको बालक हो जुन दिनदिनै बढ्दै गएको प्रतीकको स्पमा उपन्यासमा प्रयोग भएको छ।



उपन्यासमा पात्रहरूले अनौठो ढंगबाट कथा वाचन गरेका छन्। सिमन नाओले पुनर्जन्म लिएको गधा, सुँगुर र कुकुरले आफै कथा चुनाउँछन्। उनीहरूले आफूले भोगिरहेको अवस्था वाचन गरेर पाठकलाई उपन्यासमा घटनाक्रमलाई वर्णन गर्न लान चाइफाड उपस्थित भएका छन्। उपन्यासको विभिन्न भागमा एउटा लेखक र साहित्यकारले आफूलाई पनि एउटा लेखकको नाम पनि मो यान नै हुन्छ। उपन्यासकारले आफूलाई पनि एउटा लाप्रकार स्पमा उपन्यासमा उभाएका छन्। फरक के छ भने मो यानको खास उमेरभन्दा र उपन्यासमा देखिएको पात्र मो यानको उमेर पाँच वर्ष जेठो छ।

उपन्यासमा सिमन नाओले बारम्बार पुनर्जन्म लिए पनि मुख्य पात्र उनी होइन्न। उपन्यासका मुख्य पात्र उनकै धर्मपुत्र लान लियान हुन् जो नयाँ चीन स्थापना भएको आधा शताब्दीसम्म कम्युन र सहकारीमा सहभागी नभई स्वतन्त्र किसानको स्पमा रह्न्छन्। लान लियानलाई समाजवादी चीनको यात्रामा एउटा अवरोधका स्पमा च्यानीयले लिएका हुन्छन्। उनलाई कम्युन र सहकारीमा आवद्ध हुन बारम्बार दबाब दिइन्छ। यो दबाब उनकै छोराले दिवा पनि उनी दुष्टाका साथ स्वतन्त्र किसानको पक्षमा उभिन्छन्। उपन्यासको सुरु र मध्यभागमा उनलाई झाण्डै झाण्डै खलायको स्पमा उभाइएको छ। तर पाठकलाई उनले कहिल्ये पनि घृणा पाउँदैन्न र जब उनको मृत्यु हुन्छ तब उनले सबैभन्दा बढी सहानुभूति प्राप्त गर्छन्।

चीनको जीवन्त इतिहास

'जीवन र मृत्युको दोसाँधमा' एउटा विशुद्ध साहित्यिक उपन्यास हो। तर सर्जकले उपन्यासको मियोमा चिनियाँ रहनसहन, रीतिरिवाज, संस्कृति, समाज, राजनीति र अर्थ व्यवस्थालाई धुमाएका छन्। चिनियाँ परम्परा अनुसारको चाडपर्व र नयाँ चीन स्थापनापछि

चिनियाँ जनताले चिनियाँ चरित्रको समाजवाद मार्फत उपन्यासमा व्यक्त गरिएको छ। यो उपन्यास हो तस्री पाठकले रसमा विनियोग संस्कृति र इतिहासका बारेमा राठकले राम्रो ज्ञान प्राप्त गर्छन्। उपन्यासमा ५० वर्षको चिनियाँ समाजलाई जस्ताको तरती चित्रण गरिएको छ।

बीसौं शताब्दीको अन्तरिक चीनले आर्थिक र सामाजिक क्षेत्रमा दूलो सफलता प्राप्त गर्न सफल भएसँगै चिनियाँ नयाँ पुस्तामा आएको भडकावलाई मो यानले आकृ



संगीतबाट शान्ति शिक्षा



नेपालयको व्यवस्थापनमा 'शान्तिको लागि शिक्षा' र 'सुन्दर शान्त नेपाल' भन्दै पटक-पटक यात्रामा निस्कने यो समूहको यस वर्ष पनि 'शान्तिको लागि शिक्षा' अन्तर्गतको यात्रा मंसिर २१मा सुरु भई पुस १४ गते सम्पन्न भएको छ ।

■ मनोज केसी 'समय'

इस्बीको नयाँ वर्ष, ल्होछारलगायतका सन्दर्भ परेकोले गत महिना मुळुकभर विभिन्न सांगीतिक कार्यक्रम भए पनि नेपथ्यले ढुलै अभियानसाथ गरेको सांगीतिक यात्राको चर्चा र महत्व बढी नै थिए । 'शान्तिको लागि शिक्षा' नाराका साथ सांगीतिक समूह नेपथ्यको सांगीतिक यात्रा सम्पन्न भएसँगै यस क्षेत्रमा उपलब्धिसमेत हासिल भएको छ । सन् १९९० मा स्थापना भएको यो समूहले शान्ति र शिक्षाको क्षेत्रलाई विशेष ध्यान दिई थुप्रै पटक देश-विदेशको यात्रा गरिसकेको छ । नेपालमा दिग्गो शान्ति कायम होसु र यहाँका प्रत्येक बालबालिकाले शिक्षाको उचित अवसर प्राप्त गर्नु भदै समय समयमा यस्ता सांगीतिक कार्यक्रमको साथ देशको विभिन्न क्षेत्रको यात्रामा यो समूह निस्किने गरेको छ ।

नेपालयको व्यवस्थापनमा 'शान्तिको लागि शिक्षा' र 'सुन्दर शान्त नेपाल' भन्दै पटक पटक यात्रामा निस्कने यो समूहको यस वर्ष पनि 'शान्तिको लागि शिक्षा' अन्तर्गतको यात्रा मंसिर २१मा सुरु भई पुस १४ गते सम्पन्न भएको छ । समूह नेपथ्यले मंसिर २१ गते चितवनको रत्ननगर टाँडीबाट सुरु गरेको यो यात्रा २३ गते मोरडको विराटचोक, २५ गते भापाको दमक, २७ गते सर्लाहीको

लालबन्दी, २९ गते कपिलवस्तुको तौलीहवा, पुस १ गते बर्दियाको गुलरिया, ३ गते दाढको लम्ही, ५ गते तनहुँको आँखुखैरेनी, ७ गते म्याघ्दीको बेनी, ९ गते कास्कीको गगनगौडा-लेखनाथ हुँदै राजधानी प्रवेश गरेर लिलितपुरको पाटन दरबार स्क्वायरमा पुस १४ गते सम्पन्न गरेको छ ।

सबै स्थानमा स्थानीय आयोजकको सक्रिय सहभागिता रहेको उक्त कार्यक्रममा सबै उमेर समूहका दर्शकले नेपथ्यका प्रस्तुतिलाई उत्तिकै रुचाउँदै नेपथ्यको संगीतमा रमाएर घर फर्केका थिए । मोफसलका सबै स्थानमा टिकटको व्यवस्था गरिएको यो सांगीतिक यात्राको अन्तिम स्थल पाटन दरबार स्क्वायरमा भने टिकट नराखी खुला स्थामा गरिएको थियो । मुलुकभरका जति स्थानमा कार्यक्रम गरियो, सबै स्थानमा टिकटबाट उठेको रकम स्थानीय शैक्षिक क्षेत्रको लागि प्रदान गर्दै यो समूह राजधानी प्रवेश गरेको हो ।

सुरुमा १९९० मा समूहको स्थापना हुँदाताकाका भीम पुन अहिले हड्कडमा बसोबास गर्दैन भने दीपक राना अहिले पाइलट छन् । त्यहाँदेखि यहाँसम्मको अवधिभरमा थुप्रै संगीतकर्मी आउने र जाने क्रम जारी नै रहेका समेत समूह नेपथ्य भने जस्ताको तरत्तै नरहरे दिनप्रतिदिन बलियो बन्दै अगाडि बढि नै रह्यो । समूहको सम्पूर्ण नेतृत्वका साथमा अभिभावकत्व समेत गर्दै आइरहेका छन् समूहका गायक अमृत गुरुङ ।

आयो नून खाउँ स्वस्थ रहौ

गाउँसम्म आयो, "आयो नून" यसले लगायो धेरै गुन

आयोडिनको कमीवाट हुने विक्रिति:

१. गर्भ तुहिने, मत शिशु जन्मने, अह भइ भएको शिशु जन्मने, जन्मेको शिशु चाहै मन सक्ने।
२. बच्चाहरु बाहिरा, लाटा, लढूरा, बामपुद्क, डेढो आदि हुन सक्ने।
३. पढाइमा कमजोर भई पटक पटक फेल हुनुको साथै खेलकुदमा समेत पछाडि पर्नसक्ने।
४. गलांड आउने, सुस्तमनस्थिति हुने।
५. आयोडिनको कमी भएमा मानिसहरुमा आनस्थपन आउने, काम गर्ने क्षमतामा कमी आउने।
६. आयोडिनको कमीवाट गाईबस्तुले दुध कम दिने।
७. आयोडिनको कमीवाट हुने विक्रिति उपचार गरेर हटाउन सकिन्दैन। त्यस्ता विक्रिति आउन नदिन एकमात्र उपाय आजै देखि आयोडिनयुक्त दुध बालबालिकाको चिन्ह अकित पाकेटको नून मात्र प्रयोग गर्ने।

आयोडिनको कमीवाट हुने विक्रिति उपचार गरेर हटाउन सकिन्दैन। त्यस्ता विक्रिति आउन नदिन एकमात्र उपाय आजै देखि आयोडिनयुक्त दुध बालबालिकाको चिन्ह अकित पाकेटको नून मात्र प्रयोग गर्ने।

साल्ट ट्रेडिङ कंपनी लिमिटेड

केन्द्रीय कार्यालय: पो.ब.न.: ४८३, कालिमाटी, काठमाडौं, नेपाल, फोन नं.: ९८४०३१५५५५, ९८४०११४८, ९८४०२०८, फैक्ट्र स.न.: १७७-१-४२७१७६८, ४२७१३९५



Radio Sarangi 101.3 MHz, Indrapur-8, Biratnagar, Morang
+977 021 546063, 546073
CORPORATE OFFICE : Radio Sarangi Network
Babarmahal, Kathmandu, Nepal, Ph: 01-424202
www.radiosarangi.com, info@radiosarangi.com

एल.पी. ज्याँस प्रयोगकर्ताहरुलाई सुरक्षासम्बन्धी अति आवश्यक जानकारी

- सिलिण्डर ल्याउँदा गुडाउनु हुन्न, भान्सामा सिलिण्डर सधै ठाडो राखी प्रयोग गर्ने, सुतारार वा धोप्याएर प्रयोग नगर्ने।
- रेगुलेटर, रबर पाइप, चुल्होजस्ता उपकरणहरु गुणस्तर प्रमाणित भएको मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ।
- आना पकाउँदा सधै झ्याल, ढोका खुल्ला राख्ने र सुतीको कपडा लगाएर मात्र खाना पकाउनुपर्दछ।
- काम सकिएपछि सधै ज्याँस सिलिण्डरको रेगुलेटर बब्द गर्नुपर्दछ।
- भान्सारमा ज्याँस गन्ध आइरहेको छ भने लिक भइरहेको छ भन्ने बुझनुपर्दछ, यस्तो बेला पहिले रेगुलेटरको र पछि चुल्हाको नव (Knob) बब्द गर्नुपर्दछ।
- ज्याँस लिक भएको थाहा भएमा कहिल्यै पनि ज्याँस चुल्हो, लाइटर, धूप तथा कोठाको बिजुली बती बाल्याहुँदैन।
- बरु तुरन्तै सबै झ्याल, ढोका, ज्याँसको मात्रा घटाउनेतर लाञ्छनुपर्दछ।
- रेगुलेटरबाट ज्याँस लिक भएमा सिलिण्डरको भल्वमा सेफ्टी क्याप लगाएर घर बाहिर खुल्ला बाँड्मा राख्नुपर्दछ र बजिकको ज्याँस विक्रेता वा सम्बन्धित ज्याँस उद्योगलाई तुरन्त खबर गर्नुपर्दछ।
- ज्याँस सिलिण्डरदेखि चुल्होसम्मको रबर पाइप पाल परे नपरेको चेक गर्नुपर्दछ र पाइप देखिने गरी जोहनुपर्दछ।
- ज्याँस पाइपका दुवैतर्फ कलयाम्पले रामोसँग कस्ने गर्नुपर्दछ।
- ज्याँसको चुल्हो जहिले पनि ज्याँस सिलिण्डरभन्दा माथि राख्नुपर्दछ।
- ज्याँसको रबर पाइप १.५ देखि २.० मिटर भन्दा लामो हुनु हुन्न।

नेपाल आयल निगम
(नेपाल सरकारको स्वामित्व प्राप्त)

Wood Carving Industries Pvt. Ltd.
Patan Industrial Estate, Lagankhel, Lalitpur, Nepal
Tel: 977-1-5521447, 5523768 Fax: 977-1-5527730
Email: info@woodcarving.com.np
www.woodcarving.com.np

WE WISH YOU HAPPY NEW YEAR 2014

EKTA BILINGUAL DICTIONARY

Rs. 2550.00

- Total entry 21,66,678
- Unrivalled coverage over 350,000 words
- General English Vocabulary plus technical and rare words
- Pictures to provide visual definitions
- Easy pronunciation based on Devanagari and IPA symbols

Rs. 1550.00

- Total entry 14,12,204
- Derivatives 23,000
- Idioms and Phrases 8,000
- Selection of words in terms of frequency of usage
- Easy pronunciation of words

Rs. 9250.00

- कुल प्रविटि ६,२०,४९७
- व्याप्ति शब्द ३९,०००
- श्याम श्वेत चित्र १७२
- रड्योटीन चित्र १४०
- छायाकाट २०१
- परिशिष्ट १२

Rs. 3450.00

- Total entry 15,000
- Definitions of words in simple English and in Nepali
- Pronunciation of headwords in IPA
- Grammatical markers for each entry
- 400 useful English idioms and phrases
- 300 illustrations

Please pay us a visit at our showroom to experience the differences.

OUR OTHER DICTIONARIES

- Ekta Compact English-Nepali Dictionary – Rs. 375.00
- Ekta Shorter English-Nepali Dictionary – Rs. 275.00
- Ekta School English-English-Nepali Dictionary – Rs. 295.00
- Ekta School Dictionary English-English-Nepali – Rs. 375.00
- Ekta Junior English-English-Nepali Dictionary – Rs. 250.00
- Ekta सार्वजनिक नेपाली-अंग्रेजी शब्दकोश – Rs. 1150.00

FORTHCOMING

- Ekta Academic English-English-Nepali Dictionary
- एकता बृहत नेपाली-नेपाली शब्दकोश
- एकता गोजी नेपाली-अंग्रेजी शब्दकोश
- एकता नेपाली-नेपाली शब्दकोशका विभिन्न शृङ्खलाहरू

EKTA BOOKS DISTRIBUTORS PVT. LTD.
Publishers and Distributors
Prashutigriha Marga, Thapathali, Kathmandu, Nepal
Phone: 4260482, 4262091, Showroom: 4245787, 4230729
Fax: (+00977-1) 4260744, E-mail: ektabook@mos.com.np; <http://www.ektabooks.com>

From Kathmandu to Beijing The shortest distance is to read and think



A New Window, A New Platform

Share Your Story
Promote Your Brand

