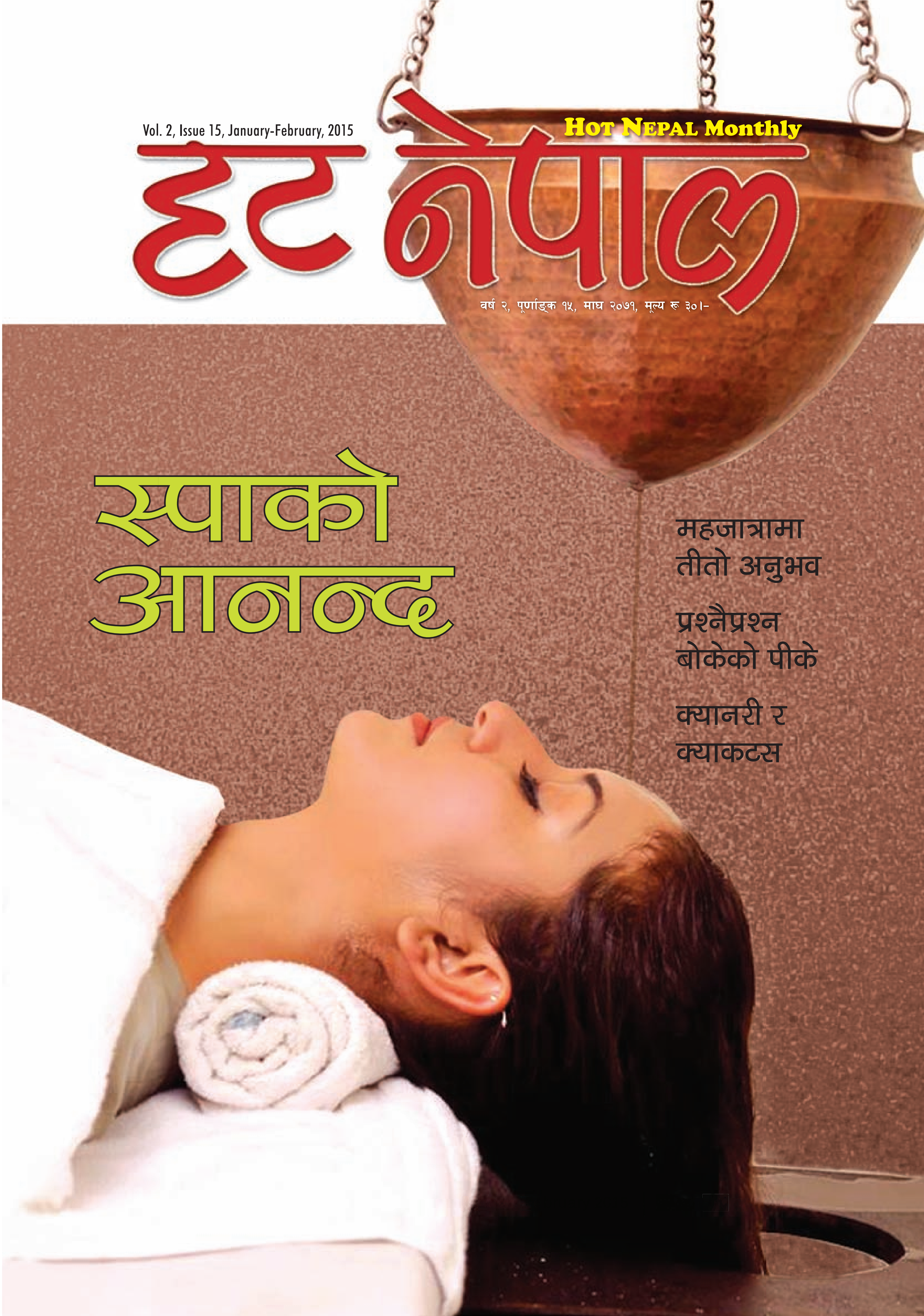
Vol. 2, Issue 15, January-February, 2015

HOT NEPAL Monthly

हट नेपाल

वर्ष २, पूर्णाङ्क १५, माघ २०७१, मूल्य रू ३०।-



स्पाको आनन्द

महजात्रामा तीतो अनुभव

प्रश्नैप्रश्न बोकेको पीके

क्यानरी र क्याकटस

calvinklein.com
watches
SULUX CENTRE
Hotel Woodland Complex, Durbarmarg, Kathmandu, Nepal.
Calvin Klein
swiss made

Our Pride...
NEPAL'S #1
Khukri
XXX Rum
Khukri
Rum
Nepal's Finest Rum Since 1959
खुकुरि XXX रम
Khukri
XXX Rum
An exeellent and smooth rum
fully matured in oak vats
PRODUCE OF NEPAL
Distilled, Blended & Bottled By :
THE NEPAL DISTILLERIES PVT. LTD.
KATHMANDU, NEPAL
www.khukrirum.com
Since
1959
THE NEPAL DISTILLERIES PVT. LTD.
KATHMANDU
The Nepal Distilleries (P) Ltd.

जि.प्र.का. काठमाडौं द.नं. २१६/२०७०/०७१

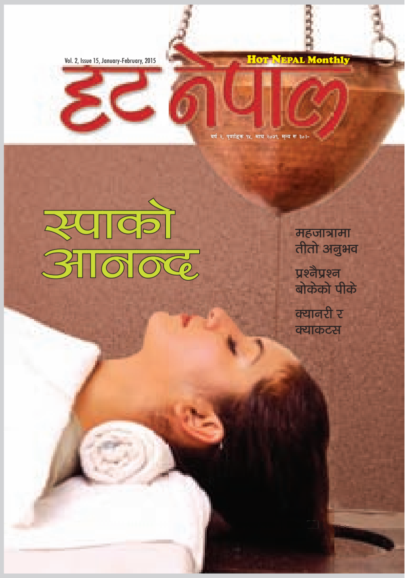
Vol. 2, Issue 15, January-February, 2015

Hot Nepal Monthly

हट नेपाल

वर्ष २, पूर्णाङ्क १५, माघ २०७१

मनोरञ्जन र जीवनशैली मासिक



आवरण तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

प्रधान सम्पादक
व्याकुल पाठक

सम्पादक
श्याम स्मृत

फोटोग्राफर
शिवलाल श्रेष्ठ
आशाकाजी महर्जन, शरद महर्जन

ग्राफिक/लेआउट
श्याम स्याङ्बो

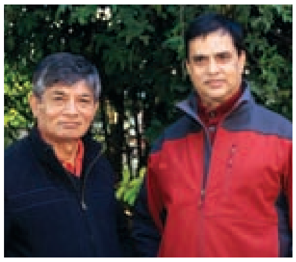
प्रबन्ध निर्देशक
कल्पना उप्रेती

प्रमुख अधिकृत वितरक/काठमाडौं
काष्ठमण्डप डिस्ट्रिब्युसन प्रालि
भोर्छे, काठमाडौं, फोन : ०१-४२४७२४१

प्रमुख अधिकृत वितरक/मोफसल
एलाइट न्यूजपेपर डिस्ट्रिब्युटर
नरदेवी, काठमाडौं, फोन : ०१-४२६१९४८

मुद्रक
एक्टिभ प्रिन्टिङ प्रेस
गल्कोपाखा, काठमाडौं

प्रकाशक
ड्रिम नेपाल पब्लिकेसन्स प्रालि
गोंगबु, काठमाडौं
फोन : ०१-४३५६१४१



१६ अमेरिकामा महको तीन महिना

यो वर्ष मात्र मह जोडीले तीन महिना लामो अमेरिकामा महजात्रा सम्पन्न गरेर नयाँ रेकर्ड नै कायम गरे । अमेरिकामा नै रहेका पत्रकार रवि लामिछानेको संयोजकत्वमा भएको अमेरिकाको मह जात्राका लागि त्यहाँ १८ हजार माइलको ड्राइभ पनि पूरा गर्नुपऱ्यो ।

पीकेमा प्रश्नैप्रश्न २८

पीके फिल्म रिलिजअघि नै विवादमा आएको थियो । त्यो क्रम रिलिज भइसकेर पनि जारी छ । यसले धार्मिक पाखन्ड र अन्धविश्वासमाथि जमेरै निशाना बनाएको छ । सायद विवादमा नपरेका भए पीकेले बलिउडमा नयाँ रेकर्ड कायम गर्दैनथ्यो कि भन्ने अर्को प्रश्न उठाएको छ ।

३२ क्यानरी र क्याक्टस

क्यानरी द्वीप समूह बलौटे नाङ्गा टापुहरूको उजाड ठाउँ मात्रै नभएर यो एउटा सुन्दर पर्यटकीय गन्तव्य पनि हो, विशेष गरी युरोपियन पर्यटकहरूका लागि । वर्षभरि नै यहाँको तापक्रम २० देखि ३२ डिग्री सेल्सियसका बीचमा रहन्छ ।

तिब्बतमा क्याथोलिक चर्च ! ३८

एक परिवारमा दुई किसिमका धर्म मान्न दैनिक जीवनमा धेरै असुविधा हुनसक्छ । बौद्ध धर्ममा भाग्यमाथि विश्वास गरिन्छ भने क्याथोलिकहरूले भाग्यमाथि विश्वास गर्दैनन् । यसरी हेर्दा दैनिक जीवनको सानो कुरामा मात्र मतभेद देखिन्छ, तर ठूलो कुरामा मतभेद छैन ।

४० शशीको सोच

१० वर्ष अगाडिबाट सांगीतिक यात्रा सुरु गरेकी शशी रावलका तीन वटा गीतिएल्बम सार्वजनिक भइसकेका छन् । चाहना सकियो बहाना सकियो, तिम्रो हात समाइ, त्यो ज्यानले माऱ्यो बोलका आधा दर्जनभन्दा बढी गीत हिट बनिसकेका छन् । कवाली टाइपको गीत गाउने उनी नयाँ एल्बम निकाल्ने तयारीमा छिन् ।

Registration number **DAO KTM 216/070/71** | **Hot Nepal**, Entertainment & Lifestyle monthly magazine is published by **Dream Nepal Publiications Pvt. Ltd.** | **Address:** Gongabu, Kathmandu, **Phone:** 01-4356141 | **Email :** hotdreamnepal@gmail.com | Managing Director: **Kalpana Upreti** | Chairman and Editor-in-Chief: **Byakul Pathak**

सम्पादकीय

स्पाको सम्भावना

आधुनिक प्रविधि र पैसाले मानिसको जीवन जति सहज बनेको छ, यससँगै शारीरिक र मानसिक तनाव र पहिले नसुनिएका समस्याहरु देखिन थालेका छन् । त्यसैले आधुनिक मानिस सम्पत्ति र प्रविधिको उपलब्धताले सुखी त होला तर खुसी हुन सकिरहेको छैन । मानिस खुसी र सुखी एकसाथ तब हुनसक्छ, जब ऊसँग प्रविधि र सम्पत्तिसँगै मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्य उत्तम हुन्छ । मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्य उत्तम राख्नका लागि आधुनिक युगमा अनेक उपायहरूको अवलम्बन गरिएको हुन्छ । बढ्दो आधुनिकताले मेसिन जस्तो भइसकेको जिन्दगीलाई उचित समय दिन नसक्ने मानिसहरु तनाव र थकान व्यवस्थापन नगर्दा आफ्नै लागि र समाजका लागि बोझ बनिरहेका हुन्छन् । तनाव र थकान व्यवस्थापनको उपायबारे ज्ञान नभएर अथवा कोही त पैसाकै पछाडि मात्र लागेर त्यतातिर सोच्ने फुर्सदै निकाल्न सकिरहेका छैनन् । जसले सम्पत्तिसँगै स्वास्थ्यलाई पनि महत्व दिन्छन्, उनीहरु भने सुखीसँगै खुसी पनि भइरहेका हुन्छन् । स्वास्थ्यलाई ध्यान दिन नसक्ने मानिसहरु उमेर नपुग्दै विभिन्न रोगको शिकार बन्ने गरेको पाइन्छ ।

रोग नलाग्दै नियमित रूपमा शरीरको हेरचाह र खानपानमा विचार पुऱ्याउन सके पछि पछुताउनु पर्दैन । मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यलाई मजबुत राख्ने अनेक प्रविधि र माध्यम रहेका छन् । तीमध्ये स्पा थेरापी पनि एक हो । यो प्रविधि पछिल्लो समयमा लोकप्रिय हुँदै गएको छ । शहरको व्यस्त जिन्दगीबाट महिनामा एकपल्ट या हप्तामा एकपल्ट आयुर्वेदिक थेरापी स्पा लिएमा धेरैजसो रोगबाट टाढै रहन सकिन्छ । स्पाले छालामा जमेको फोहोरलाई हटाउनुका अलावा छिद्र खुलाएर शारीरिक सुन्दरता वृद्धि गराउँछ । त्यसको अलावा शिरोधार्य जस्तो स्पाको अति उत्तम आयुर्वेदिक प्रविधिले तन तथा मन दुवैलाई स्वर्गीय आनन्द दिलाउनुका साथै स्वास्थ्य पनि राम्रो बनाउँछ । शरीरको जोर्नी तथा नसामा हुने दुखाइबाट बच्न हातको प्वाइन्ट निर्धारणबाट गरिने बडी मसाजले जोर्नी तथा नसाका बिरामीले राहत पाउने गर्दछन् । पानीको फोहराबाट गरिने ज्याकुजी मसाज, सौना-स्टीमले चिसोबाट लाग्ने विभिन्न रोग रोकथाम हुन्छ । शारीरिक सुन्दरतालाई कायम राख्न नङ तथा पैतालाको सफाई मेनिक्योर र पेडीक्योर गरिने र हेअर मसाज पनि यसै अन्तर्गत हुने गर्दछ ।

शताब्दीदेखि परम्परागत रूपमा गरिँदै आएको स्पा थेरापीलाई समय अनुसार परिवर्तित र परिमार्जित गर्दै आएको छ । यद्यपि, परम्परागत कतिपय प्रविधिलाई यसले आत्मसाथ गरेको पाइएको छ । समय आधुनिक भए पनि परम्परागत उपचार प्रविधिको माध्यम स्पा थेरापीलाई अपनाउन सके मानिसको जीवन खुसी र सुखी बन्न सक्ने संभावना प्रशस्त छ । ब्युटीपार्लरको बाढीसँगै कतिपयले ब्युटीपार्लर सेवाको साथमा स्पा सेवा पनि एकसाथ दिन थालेको पाइन्छ । विनासाइड इफेक्ट दिइने सेवा भएकोले व्यस्तताका कारण मेसिनरूपी बनेको जिन्दगीलाई आराम महसुस गराउन स्पा गराउन जाने संस्कृति शहरमा विस्तारै विकसित हुँदै गएको छ । यद्यपि, पुरूषको तुलनामा स्पा गर्न आउने महिलाको संख्या अझै कमी देखिन्छ । विदेशतिर प्रत्येक टोल तथा गल्लीमा स्पा सेवा भए पनि नेपालमा भने तारे होटलबाट यसको सुरूवात भएको मानिन्छ । प्रारम्भमा विदेशी पर्यटक, ट्रेकिङ जाने पर्यटक तथा गाइडलाई लक्षित गरेर खोलिएका स्पाप्रति अहिले मध्यम र उच्च वर्ग आकर्षित भइरहेका छन् ।

स्पा समयको मागअनुरूप परम्परागत रोमन तथा ग्रीक उपचार प्रविधिको आधुनिकीकरण हो । आधुनिकीकरणसँगै माग बढ्दै गएको स्पाले व्यावसायिकता पाउँदै गएबाट यो व्यवसायमा करोडौंको लगानी पनि हुन थालेको छ । यससँग सम्बन्धित दक्ष जनशक्ति पनि दिनप्रतिदिन बढ्दै जान थालेको छ । दक्ष तथा विज्ञबाट विभिन्न स्थानमा तालिमको सुरूवात भएबाट स्पामा विज्ञहरूको जमात बढ्न थालेको छ । स्पाको आवश्यकता र जरूरीबारे आम मानिससम्म पनि जानकारी र आवश्यकताबोध गराउन सकिएमा यस क्षेत्रमा रोजगारीको प्रशस्तै सम्भावना छ । बेरोजगारीका कारण विदेशिने युवा जमात भएको मुलुकका लागि यो खुसीको कुरा हो । स्पाबारे सुसूचनाप्रवाहमा कमी भएकै कारण यसबारे केही भ्रम पनि रहेको छ । जसरी मसाज स्वस्थ शारीरका लागि आवश्यक उपाय भएर पनि यसमा भित्रिएको विकृति र पर्न गएको नकारात्मक बुझाइका कारण बदनाम छ, त्यसै गरी स्पामा पनि यदाकदा यो भ्रम नभएको होइन । यस व्यवसायमा लागेका सबैले बेलैमा यसमा विकृति भित्रिन नदिन सचेत हुनुपर्छ अनि आमसंचारले पनि कुनै विषयमा कलम चलाउँदा त्यसको बारेमा सम्पूर्ण ज्ञान हासिल गरेर अनि यथार्थ बुझेर मात्र नागरिकलाई बुझाउने प्रयास गर्नुपर्छ । यसो भएमा स्पा व्यावसायिक रूपमा सफल हुने मात्र होइन यसबाट नागरिकको मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्य तन्दुरूस्त राख्न पनि मद्दत पुग्नेछ ।

व्याकुल पाठक
प्रधान सम्पादक

स्पा समयको मागअनुरुप परम्परागत रोमन तथा ग्रीक उपचार प्रविधिको आधुनिकीकरण हो। आधुनिकीकरणसँगै माग बढ्दै गएको स्पाले व्यावसायिकता पाउँदै गएबाट यो व्यवसायमा करोडौंको लगानी पनि हुन थालेको छ। यससँग सम्बन्धित दक्ष जनशक्ति पनि दिनप्रतिदिन बढ्दै जान थालेको छ। दक्ष तथा विज्ञबाट विभिन्न स्थानमा तालिमको सुरुवात भएबाट स्पामा विज्ञहरूको जमात बढ्न थालेको छ। स्पाको आवश्यकता र जरुरीबारे आम मानिससम्म पनि जानकारी र आवश्यकताबोध गराउन सकिएमा यस क्षेत्रमा रोजगारीको प्रशस्तै सम्भावना छ।

● माछालाई पनि जाडो

जाडोयाम माछालाई पनि जाडो हुने समय हो । चिसोको कारण माछा पानीको तल्लो सतह खोजेर बस्ने गर्दछ अलिकति भए पनि न्यानोको अनुभूति मिलोस् भनेर । जाडो महिनाको सुरूवात मंसिर महिनाको लगत्तै हुनेगर्दछ र माघको अन्तसम्ममा लगभग सकिने भए पनि पहाडी जिल्लाहरूमा चैत्र महिनासम्म यसको असर हुने गर्दछ । यो जाडो महिना मलाई पनि आम मानिसलाई जस्तै मन पर्दैन । पानीमा बस्ने माछालाई त जाडो हुने तथा न्यानोको खोजीमा लाग्ने यो जाडोको समयमा जाडो विशेष बोकेर आएको हट नेपालको पुस अंक पढें । राम्रो लाग्यो । जाडोको सबै कलेक्सन पाएँ । यसको लागि हट नेपाल टिमलाई हार्दिक धन्यवाद भन्न चाहन्छु । हरेक अंक समसामयिक विषयवस्तु बोकेर आउने हट नेपाल अब त मेरो जीवनको एक अभिन्न खुराक बनिसकेको छ । आगामी अंक के विशेष हुने हो भन्ने प्रतीक्षाको विषय हुने गरेको छ ।

-सिमरन प्रधान, पोखरा

● राइज हुन गडफादर

चलचित्र निर्माता मोहनकृष्ण श्रेष्ठको कृपा तथा साथले नेपाली फिल्मलाइनमा राइज गरेको बताउने नायिका सुस्मिता शाही ठकुरीको श्रेष्ठ फिल्मी गडफादर नै भएको हट नेपालको कभर आलेख पढेर थाहा पाएँ । नायिकाहरु चाँडै राइज हुन साइडमा कोही न कोही चाहिन्छ भन्ने कुरा नायिका ठकुरीको भनाइबाट प्रमाणित भएको छ । यसमा कतिले दालमा कुछ काला भन्लान् तर म यसलाई स्वाभाविक प्रक्रिया नै भन्न रूचाउँछु । चाँडै नै एअरहोस्टेज बन्ने तर्खरमा रहेकी नायिका ठकुरीलाई सफलताको लागि शुभकामना भन्छु । हट नेपालले आगामी दिनमा पनि यस्तै उदाउँदा नायिकालाई स्थान दिएर

उनीहरूको प्रतिभा देखाउने अवसर दिँदै जानेछ भन्ने विश्वास पनि लिएको छु ।

-केदार महर्जन, टेकु-१२, काठमाडौं

● लोभलाग्दो लाइफस्टाइल

नेपालको पहिलो फेसन डिजाइनर ज्ञानीशोभा तुलाधरको जीवनशैली हट नेपालको १४औं अंकमा पढेर लोभ लाग्यो । उमेरको हकमा ६५ वर्ष पुगिसकेकी ज्ञानीशोभा त्यतिकै जाँगरिली भएर नेपालको पहिलो फेसन कलेज नमूना कलेज अफ फेसन टेक्नोलोजीको फाउण्डर प्रिन्सिपलको रूपमा अझै कार्यरत हुनु उनीभित्रको सकारात्मक सोचले काम गरेको हुनुपर्दछ । ज्ञानीशोभाको लाइफ स्टाइल मलाई मन पऱ्यो । काम गर्न उमेरले फरक पार्दैन भन्ने ज्ञानीशोभा चोटिलो उदाहरण बनेकी छन् । समाजमा उदाहरणीय काम गरेर देखाइरहेका र नयाँ पुस्तालाई प्रेरणाको स्रोत बनेका यस्ता व्यक्तित्वका जीवनशैली बारेमा हट नेपालले हरेक अंकमा फरक फरक व्यक्तित्व ल्याएर पत्रिकामा मिठास थप्ने काम गरेको महसुस मैले गरेकी छु ।

-रश्मिला शर्मा थापा, काठमाडौं

● मन छुने मिलनको यथार्थ

तीस वर्षअगाडि पूर्वीनेपालको इलाम सलकपुरबाट एउटा बाँसुरी बोकेर काठमाडौं आएका मिलन मोक्तानको खल्तीमा त्यो बेलामा बस भाडाबाहेक केही थिएन । जिरो लेभलबाट काठमाडौंमा जिन्दगी सुरू गरेको बताउने मोक्तानले त्यो बेला काठमाडौंको सडकमा धेरै जुत्ताको तलुवा खियाए । कतिपय अवस्थामा भाँडा माझेर जिन्दगीलाई पाल्ने उपक्रममा सलकपुरबाट बोकेर ल्याएको बाँसुरीबाटै जिन्दगी बनाएको भन्दा कतिपयलाई यतिखेर विश्वास नहुन सक्छ । तर यथार्थ त्यही रहेछ । हट नेपालको पुस अंकमा साधना कला केन्द्रका संस्थापक निर्देशक एवम् संगीतकार मिलन मोक्तानको बारेमा लेखिएको यो यथार्थ वास्तवमा सबैका लागि पठनीय बनेको छ । काठमाडौंमा संघर्ष गरिरहेका सबैले पढ्नैपर्ने आलेख भएको मैले महसुस गरेकी छु । यस्तै मन छुने आलेखको हट नेपालमा सदा प्रतीक्षारत रहनेछु ।

-विस्मिता राणा, धरान श्यामचोक

● हट नेपालको बेग्लै स्टाइल

हट नेपालको हरेक अंक विशेष अंक बनेको छ । मलाई हट नेपालको यो विशेषता नै मन परेको छ । समय तथा सिजन अनुसार विषय पस्कने हट नेपालको बेग्लै स्टाइललाई म सलाम नै गर्दछु । प्रत्येक अंकमा कस्तो विशेषता हुन्छ भन्ने हरेक महिना व्यग्र प्रतीक्षा हुने गर्दछ । प्रतीक्षा गरेअनुरूप हट नेपालको हरेक अंक पढेपछि मन शान्त हुने गर्दछ । यति धेरै मेहनत गर्ने हट नेपाल टीमलाई हार्दिक धन्यवाद भन्न चाहन्छु ।

- सुसीता श्रेष्ठ, चितवन, नारायणगढ

सल्लाह-सुझावका लागि : hotdreamnepal@gmail.com, www.facebook.com/hotnepalmagazine

युगकवि स्मृतिग्रन्थ प्रकाशित

युगकवि सिद्धिचरण श्रेष्ठको जीवनी र योगदान समेटेर बृहत् आकारको 'युगकवि सिद्धिचरण श्रेष्ठ शताब्दी स्मृतिग्रन्थ' प्रकाशनमा आएको छ । नेपाली धर्तीमा आफ्नो युगान्तकारी कवित्व प्रवाहद्वारा स्वच्छन्दतावादी काव्यधाराको प्रवर्तन गरी नेपाली जाति, समाज, संस्कृति र राष्ट्रको गतिलाई उन्नतिशील बनाउन अग्रसर युगकवि सिद्धिचरण श्रेष्ठ आफ्नो जीवनको साढे ६ दशक लामो काव्य साधनाद्वारा नेपाली काव्य विधामा एउटा सिङ्गो युगको निर्माण गर्ने सक्षम स्रष्टा हुन् । उनले एकतन्त्री राणा शासनको कठोर समयमा पनि सचेत रूपमा सर्वप्रथम क्रान्तिका लागि ऐतिहासिक योगदान दिएका थिए । यिनै युगकवि सिद्धिचरणको योगदानलाई नयाँ तथा पुराना पुस्ताका विविध क्षेत्रमा आबद्ध व्यक्तित्वका लेख समेटी स्मृतिग्रन्थ प्रकाशन गरिएको छ । झन्डै ५ सय पृष्ठको पुस्तकको प्रधान सम्पादक डा. मोदनाथ प्रश्रित र कार्यकारी सम्पादक विमल भौकाजी रहेका छन् । यस्तै सम्पादक मण्डलमा गङ्गाप्रसाद उप्रेती, पुरूषोत्तम बस्नेत, डा. अभि सुवेदी, डा. तुलसी भट्टराई र डा. शैलेन्दुप्रकाश नेपाल रहेका छन् । ग्रन्थका सल्लाहकार तथा सिद्धिचरणका सुपुत्र रविचरण श्रेष्ठले यो ग्रन्थबाट युगकविका विविध पक्ष सम्बन्धमा बुझ्न सजिलो हुने बताए । ग्रन्थ युगकवि सिद्धिचरण प्रतिष्ठानले प्रकाशित गरेको हो ।

मिस नेवामा २५ प्रतिस्पर्धी

'एइसिसी ग्लोबल मिस नेवा-११३५' का लागि अडिसन सम्पन्न भएको छ । राजधानीस्थित होटल मनासालुमा आयोजित अडिसनमा ३४ आवेदनबाट २५ जना छनोट भएका छन् । 'मिस नेवा' यो १० औं संस्करण हो । 'मिस नेवा' नेप्लीज फेसन होमद्वारा १० वर्षयता निरन्तर आयोजना हुँदै आएको हो । नेवार सुमुदायका युवतीको प्रतिभा प्रस्फुटन तथा कला संस्कृति र भाषा सम्वर्द्धन एवं प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले आयोजित 'मिस नेवा-११३५' को अडिसनमा प्राइम कमर्सियल बैंकका डिजिएम भाइराजा तुलाधर, ललितपुर उप-महानगरपालिकाका कानुनी सल्लाहकार लक्ष्मण महर्जन, मिस नेवा ११३२ की विजेता सुनिता डंगोल, ११३३ की सुदिना श्रेष्ठ र कोरियोग्राफर रोजिन शाक्य निर्णायक मण्डल रहेका थिए । अडिसनमा छनोट भएका प्रतियोगीहरूलाई एक महिना विभिन्न आत्मविकाससम्बन्धी तालिम दिइने आयोजक संस्थाकी अध्यक्ष हेमा मानन्धरले बताइन् । प्रतियोगीहरूलाई कोरियोग्राफर रोजिन शाक्य र रोहिया महर्जनले प्रशिक्षण दिनेछन् । प्रतियोगिताको अन्तिम स्पर्धा माघ अन्तिम साता नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान कमलादीमा हुने जनाइएको छ ।

पोखरेलको सम्मान-२ सार्वजनिक

सदाबहार गायक सीताराम पोखरेलको पछिल्लो गीति-एल्बम सम्मान-२ सार्वजनिक भएको छ । पुस २५ गते आयोजित समारोहमा नेपाल संगीत नाट्य प्रज्ञा-प्रतिष्ठानका कुलपति सरूभक्तको हातबाट विमोचन भएपछि गायक पोखरेलको उक्त एल्बम सार्वजनिक गरिएको हो । जसमा मेरो तोला, होश आज छैन, मनमा तिमी नै, आँखाभरि रंगीन, मेरो मनमा, कहाँ छ र सुतिदेऊ गरी सातवटा आधुनिक तथा पपशैलीका गीत संगृहीत रहेका छन् । एशियन म्युजिकले बजारमा ल्याएको सम्मान-२ मा कुमार विवाहित, सन्तोष पोखरेल, जन्म राई, दीपक कौडन्य, सीताराम पोखरेल, शंभु घिमिरे, आशिफ खानको गीत रहेको छ । बसन्त सापकोटा, कर्णराज कार्की, संजय हमाल, किरण कँडेल र राहुल प्रधानले संगीत दिएका छन् ।

सन्तनेताका दुर्लभ तस्वीर प्रदर्शनी

नेपाली कांग्रेसका सन्तनेता कृष्णप्रसाद भट्टराईको ९१औं जन्मजयन्तीमा पुसको दोस्रो हप्ता तस्वीर प्रदर्शनी सम्पन्न भयो । सन्त नेता भट्टराईको बाल्यकालदेखि युवावस्था, सक्रिय राजनीतिकाल हुँदै अन्तिम समयसम्मका दुर्लभ तस्वीरहरु प्रदर्शनीमा राखिएको थियो । १९८१ सालमा भारतको बनारसमा जन्मेका भट्टराईको आध्यात्मिक, सामाजिक तथा राजनीतिक पाटो तस्वीरहरूले खुलाएको लामो समयसम्म उनको सहयोगी रहेकी अमिता कपालीले बताएकी छन् । दुईदिने तस्वीर प्रदर्शनी काठमाडौंको नक्सालस्थित बालमन्दिरमा भएको थियो । उक्त प्रदर्शनीको आयोजना कृष्णप्रसाद भट्टराई प्रतिष्ठानले गरेको थियो । सन्त नेता भट्टराईको ८७ वर्षको उमेरमा चार वर्षअघि निधन भएको थियो ।

कलाकारहरू सम्मानित

नेपाली कला क्षेत्रमा विशिष्ट योगदान पुऱ्याउने कलाकारहरूलाई सम्मान गरिएको छ । कलाकारहरु कुसुम लामा, अमिरमान चित्रकार, चन्द्रसिद्धि लामा र ज्ञानचल बज्राचार्यलाई उप्रधानमन्त्री प्रकाशमान सिंहबाट नगद १५ हजार रूपैयाँसहित सम्मान गरिएको हो । सम्मानपछि संबोधन गर्दै उप्रधानमन्त्री सिंहले मुलुकको हरेक विकासको निम्ति राजनीतिक स्थायित्व आवश्यक भएकाले संविधान जारी गर्नु पहिलो कार्य भएको बताए । कार्यक्रममा नेपालका लागि चीनका राजदूत ऊ छुन्थाईले नेपाल र चीन नजिकको घनिष्ट छिमेकी मुलुक भएकाले नेपालको शान्ति र समृद्धिमा चीनले सदैव हातेमालो गर्न चाहेको बताए । विश्वमा चीनले गरेको आर्थिक समृद्धिबाट छिमेकी मुलुक भएकाले नेपालले पनि फाइदा लिनुपर्ने राजदूत छुन्थाईले बताए । नेपाली कलाकार अरनिकोले चीनमा निर्माण गरेको सेतो गुम्बा शान्ति, समृद्धि र सद्भावको प्रतीकका रूपमा चीनमा प्रसिद्ध रहेको राजदूत छुन्थाईले स्मरण गरे । नेपालको आर्थिक, शैक्षिक र साँस्कृतिक विकासको निम्ति चीनले सहयोग गर्न तयार रहेको समेत राजदूत छुन्थाईले बताए । कार्यक्रममा नेपाल प्रज्ञाप्रतिष्ठानका कूलपति गंगाप्रसाद उप्रेतीले ६० वर्ष पुरानो नेपाल चीन सम्बन्धलाई सुमधुर बताउनसमेत अरनिकोले ऐतिहासिक भूमिका निर्वाह गरेको बताए । आयोजक संस्थाका तर्फबाट नेपाल ललितकला प्रज्ञाप्रतिष्ठानकी कूलपति रागिनी उपाध्यायले नेपाल र चीनबीचको सम्बन्धलाई विस्तार गर्न कला र संस्कृति आदानप्रदानले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने बताइन् ।

मनोजको पहिलो एल्बम मिश्रण

मनोज महतोको पहिलो एल्बम 'मिश्रण' सार्वजनिक भएको छ । पहिलो एल्बमले नै उनलाई चर्चामा ल्याएको छ । 'मिश्रण'मा शीतल कादम्बिनी, लेखु सहयात्री, कुमार विवाहित, साजन शाह, बज्रङ्ग तिवारीका शब्द तथा बसन्त सापकोटा, साजन शाह, राज सागर र गायक स्वयंको संगीत रहेको छ । एल्बममा सातवटा गीत समावेश गरिएको छ । विगत ११ वर्षदेखि गीत संगीतमा लागे पनि उनको एल्बम भने यो पहिलो हो । एल्बम ढिलो निकाल्नुका कारणबारे उनी भन्छन्- मैले आफूलाई पूर्ण रूपमा संगीतमा निखारिसकेपछि नै राम्रो एल्बम निकालौं भन्ने थियो त्यसैले पनि बीचमा मैले एल्बम निकालिनँ । पहिलो एल्बम मिश्रणमा उनले पप, आधुनिक र एउटा राष्ट्रिय गीत पनि समावेश गरेका छन् । चोली ल्याउँछु, नक्कली रै छौ, के सोचेकी, तिमी मेरो, अप्ठ्यारो बाटो जस्ता गीतहरु समवेश गरेका छन् ।

सुवोधको गीति सीडी सार्वजनिक

युवा गायक सुवोध न्यौपानेको गीति सीडी 'म्युजिक मंक' सार्वजनिक भएको छ । गीति सीडीको सांगीतिक क्षेत्रका व्यक्तित्वहरूले सामूहिक रूपमा विमोचन गरेका थिए । सीडीलाई गायकहरु नवीन के भट्टराई, सञ्जीव सिंह, राजेश श्रेष्ठ, प्रमोद निर्वाण, प्रेम लामा, बादल प्रसाई लगायतले सामूहिक विमोचन गरेका थिए । भिजुएल एन्ड म्युजिक लिंकबाट उत्पादित सीडीमा ८ वटा गीत रहेका छन् । २०५९ सालबाट सांगीतिक क्षेत्रमा प्रवेश गरेका सुवोधको यो पहिलो एकल सीडी हो । बिहानी कला केन्द्र मोरङ तथा नेपाल संगीत विद्यालयबाट प्रशिक्षित सुवोध यसअघि झापाको बोसोम ब्यान्डमा पनि संलग्न थिए ।

साइरिला काभ्रे लेडिज ट्यालेन्ट २०७१ सम्पन्न

काभ्रे लेडिज ट्यालेन्ट शो २०७१ को छैटौं संस्करणको ताज साइरिला श्रेष्ठले जितेकी छन् । उनले शीर्ष उपाधिबाहेक बेस्ट स्माइलको अवार्ड पनि जितेकी छन् । प्रतियोगितामा फर्स्ट रनरअप रजना मानन्धरले बेस्ट वाकको उपाधि पनि जितेकी थिइन् भने सेकेन्ड रनरअप मल्लिका शाक्यले बेस्ट ट्यालेन्टको उपाधि जितेकी थिइन् । रेडियन्ट इभेन्ट म्यानेजमेन्ट एजेन्सीको आयोजनामा भएको कार्यक्रमको कोरियोग्राफी राज फैजुले गरेका थिए । डिसिप्लेनमा अनुपा आचार्य, पर्सनालिटिमा सलिना मानन्धर, कम्प्लेक्सन र ब्युटिफुल स्किनमा रस्मि सैजु, फोटोजेनिकमा श्रीया कायस्थ, ड्रेसमा सुनैना शाक्य, फ्रेन्डसिपमा अनीता श्रेष्ठ र ब्युटिफूल हेयरमा बिजिता श्रेष्ठले उपाधि जितेका थिए । विजेतालाई विभिन्न संघसंस्थाका प्रतिनिधिका साथै कार्यक्रमका अध्यक्ष रूस्का वैद्य श्रेष्ठले नगद उपहार प्रदान गरेका थिए । निर्णायकमा फोटोग्राफर शिवलाल श्रेष्ठ, नायिका वर्षा सिवाकोटी, खुस्बु खड्का, भिडियो डिरेक्टर पौल शाह, गायिका साहिमा श्रेष्ठ, फेसन डिजाइनर शोभा महर्जन र मिडिया पर्सनालिटी अन्जली प्रधानाङ्ग थिए । ग्लुमी गाइजका गायक हरि कर्माचार्य, सपन श्रेष्ठ, साहिमा श्रेष्ठ, मिङ्स लामाले कार्यक्रममा गीत गाएर मनोरञ्जन प्रदान गरेका थिए ।

स्पाको आनन्द

मोडल : बेनिशा हमाल (नायिका)
तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य/काठमाडौं क्रेज डटकम
मेकअप : निहारिका भण्डारी
स्थान : जस्मिन फिटनेस क्लब एण्ड स्पा
वर्ल्ड ट्रेड सेन्टर, त्रिपुरेश्वर, काठमाडौं

आमसञ्चार तथा अंग्रेजी विषयमा स्नातक पछिल्लो पुस्ताकी २४ वर्षीया नायिका बेनिशा हमालले पहिलो पल्ट स्वर्गीय आनन्दको अनुभव गरेकी छन् । जिन्दगीमा त्यस्तो अनुभव पहिला कहिले पनि नगरेको बताउने नायिका हमालले शरीरलाई सदा स्फुर्त बनाउन सकेसम्म त्यो अनुभव लिनुपर्ने खुलासा गरेकी छन् । त्यो अनुभव हो- स्पाअन्तर्गतको शिरोधार्य ।

स्पा थेरापी गर्नेहरु माझ शिरोधार्य थेरापी स्वर्गीय अनुभव दिलाउने एक प्रकारको आयुर्वेद उपचार हो । यो स्पा थेरापीमा शुद्ध तोरीको तेल शिरोधार गर्दै निधारमा चुहाएर गरिने सरल थेरापी हो । यस थेरापी लिंदा मानसिक तनाव पनि हट्ने अनुभव नायिका हमालको छ । शान्त वातावरणमा निधारमा निरन्तर तेल चुहाउँदै गरिने थेरापी भएकोले यसले जीवनलाई नयाँ अनुभूति दिने तथा सुस्ताएको मनलाई स्फूर्त पार्ने अनुभव हमालको छ ।

नायिका हमालले यसअघि एक-दुईपल्ट स्पाको लोकप्रिय थेरापी बडी मसाज गरेकी भए पनि शिरोधार्य आफ्नो लागि अत्यन्त नौलो अनुभव भएको हट नेपाललाई बताइन् । त्यसमाथि, स्पा थेरापीअन्तर्गतकै पानीको माध्यमबाट गरिने ज्याकुजी मसाज, सौना तथा स्टीम एकअर्काको पूरक भएकोले समय मिलाएर गर्न सकेमा शारीरिक सुन्दरता बढाउनका लागि निक्कै लाभदायक हुने उनको सुझाव छ ।

जियोनी मोबाइलको प्रवर्द्धनमा हाल व्यस्त रहेकी जिन्दगी रक्स नामक चलचित्रकी नायिका एवम् मोडल ऋचा शर्मा कामबाट फुर्सद मिल्नासाथ स्पा गर्न काठमाडौंका फाइभ स्टार होटलमा रहेका अत्याधुनिक स्पामा पुग्ने गरेकी छन् । महिनामा एक-दुई पल्ट भए पनि स्पा गरेन भने शरीर अल्छी जस्तो महसुस हुने भएबाट पनि नियमित रुपमा विगत पाँच वर्षयता स्पा गर्दै आएको ऋचाले जानकारी दिइन् । ऋचाको अनुभवमा स्पाले मन तथा शरीर दुवैलाई तन्दुरुस्त पार्ने गर्दछ ।

काठमाडौं ज्ञानेश्वरस्थित रोज ब्युटी एण्ड स्पा सेन्टरमा स्पा थेरापी अन्तर्गत बडी मसाज गर्दै गरेकी त्रिविवि केन्द्रीय कलेजमा एमए अध्ययनरत तनहुँकी २२ वर्षीया आयुषा कार्की स्पा गर्दा दुखेको ज्यानले आराम पाएको बताएकी छन् । बिजनेश वुमन रोशनी सिंह ठकुरी बढ्दो दौडधुपले शरीरका जोर्नी तथा ढाड दुख्ने गरेकोले बिदाको दिन हप्ता या दुई हप्तामा एकपल्ट स्पा गर्ने गरेको बताउँछिन् ।

इमेज च्यानलमा लामो समयदेखि कार्यरत संचारकर्मी लव कार्कीले एक वर्ष अगाडि स्पा गरेका थिए । त्यसपछि व्यस्तताले गर्दा खासै गर्न नपाएको बताउने कार्की स्पाको त्यो अनुभवले हालसम्म पनि आराम महसुस हुने गरेको सुनाउँछन् ।

मेकअप आर्टिष्ट निहारिक भण्डारीले चिसो याममा चिसोबाट बच्न प्रायः स्पा अन्तर्गत सोना बाथ स्टीम लिने गरेकी छन् । स्टीम लिंदा छालाको छिद्र खुल्ने भएबाट शारीरिक आकर्षण बढ्ने भण्डारीको दाबी छ । ललितपुरको चापागाउँ जाने दोबाटोमा रहेको शुभतारा स्पा सेन्टरमा अक्सर स्पा गर्न जाने भण्डारी आफै ब्युटी थेरापिष्ट भएकोले सुन्दरता कायम गर्न स्पा लिन आवश्यक रहेको बताउँछिन् ।

चढ्दो उमेरमा स्पा थेरापी झन् आवश्यक हुन्छ । यसले गर्दा चढ्दो उमेरमा रहेकी अघिल्लो पुस्ताकी नायिका करिश्मा मानन्धर केही वर्षयता नियमित रुपमा ललितपुरस्थित तारे होटलको स्पामा जाने गरेकी छन् । स्पाले आफूभित्रको सुन्दरतालाई जगाइरहन मद्दत गरेको नायिका मानन्धर बताउँछिन् । रेखा थापा पनि स्पा गर्न मन पराउने नायिका

मोडल : निहारिका भण्डारी
तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य
काठमाडौं क्रेज डटकम
स्थान : मर्निङबेल फिटनेस सेन्टर
ढल्को, नयाँबजार, लिंकरोड

हुन् । नियमित स्पा गर्न कुनैबेला लाजिम्पाटमा स्पा नै चलाएकी उनले उक्त स्पा व्यवसायबाट हात झिके पनि शारीरिक सुन्दरतालाई कायम राख्न नियमित स्पा गर्ने गरेको बताएकी छन् ।

स्पा के हो त ?

अठारौं शताब्दीतिर ग्रीक तथा रोमन सभ्यताबाट सुरु भएको पानीबाट गरिने उपचार प्रविधिलाई स्पा भनिन्छ । शरीरका कतिपय नसा तथा हाडजोर्नीको रोगबाट पीडितहरु तातो पानीमा घण्टौं डुबेर गरिने परम्परागत स्पा प्रविधिबाट स्पाको आधुनिक विस्तार भएको विज्ञहरुको भनाइ छ । नेपालको प्राचीन सभ्यता तथा वर्तमान समयमा पनि तातोपानी तथा तातोपानीका कुण्डमा घण्टौं डुबेर शारीरिक रोग निदान गर्नेहरु थुप्रै छन् । त्यसका लागि लामो दूरीका यात्रा तय गरेर ती तातोपानीका पोखरी तथा कुण्डहरुमा जाने गरेको पर्यटन व्यवसायी अर्जुन अधिकारी बताउँछन् ।

जापानका प्रायः बृद्ध-बृद्धा पर्यटकहरु नेपालका प्राकृतिक तातोपानीका कुण्ड तथा पोखरीमा स्पा गर्न जापानबाटै बुक भएर आउने गरेको अधिकारी सुनाउँछन् । प्राकृतिक स्पा प्रविधिको विकास गर्न सके नेपालमा पर्यटकहरुको हब बनाउन सकिने राय पनि पर्यटन व्यवसायी अधिकारीको छ ।

परम्परागत रुपमा पानीको माध्यमबाट गरिने उपचार विधिबाट विकसित हुँदै स्पाले हाल आएर विराट रुप लिइसकेको स्पाका लागि राजधानीमा अत्यन्त नाम कहलिएको तथा सुविधासम्पन्न जस्मिन फिटनेस क्लब एण्ड स्पाका मेनेजिङ् डाइरेक्टर निरोज लामाले बताए । उनका अनुसार नेपालमा स्पा प्रविधिको व्यावसायिक सुरुवात १५ वर्षयता मात्र भएको हो ।

दक्षिण भारतको केरला तथा चीनबाट नेपाल भित्रिएको व्यावसायिक स्पा विशेषतः आयुर्वेद उपचार हो । यसमा व्युटीपार्लरको हेअर, मेन्युकेअर, पेडीकेअर लगायत बडीमसाज सौना, स्टीम तथा ज्याकुजी र शिरोधार्य पर्दछ । स्पा एक्सपर्टबाट जस्मिन फिटनेस क्लब एण्ड स्पामा स्पा थेरापी हुने गरेको छ । जहाँ प्रतिष्ठित नेता तथा उच्च घरानियाँ उद्योग-प्रतिष्ठानका परिवार आउने गरेका छन् । नेपाली सेलिब्रेटीको पनि स्पा हब मानिएको जस्मिनमा सेलिब्रेटी आशिफ शाह स्पा गरेर फर्कदा निक्कै आनन्द भएको अनुभव सुनाउँछन् ।

स्पा विशेषज्ञ रोशनी भुजेल स्पा भनेकै शरीरको हाड-जोर्नी र नसाको समस्या भएकोले गर्ने प्राकृतिक तथा आयुर्वेदिक उपचार भएको बताउँछिन् । शरीरको समस्या अनुरुप प्वाइन्ट निर्धारण गरेर स्पा एक्सपर्टबाट स्पा गर्नुपर्दछ । त्यसरी प्वाइन्ट निर्धारण गरेर स्पा गरेमा दुखाइबाट चाँडै मुक्ति मिल्ने र स्पा गराउनेलाई राहत मिल्ने विशेषज्ञ भुजेलको भनाइ छ ।

नेपालमा बढी स्पा सेन्टर काठमाडौं र त्यसपछि पोखरामा रहेका छन् । धरान, बुटवल, वीरगन्ज, विराटनगर, नारायणगढ लगायतका प्रमुख शहरहरुमा व्युटीपार्लरका साथमा स्पाको सेवा सुरु भइसकेको छ । काठमाडौंका सोल्टी, अन्नपूर्ण, र्‍याडिसन, एभरेष्ट, सांग्रिला, याक एण्ड यती जस्ता प्रायः पाँचतारे होटलहरुमा ग्राहकको सुविधाका लागि स्पा सेवाको व्यवस्था गरेको पाइएको छ ।

पोखराको लेकसाइडमा त बग्रेल्ती स्वदेशी तथा विदेशी पर्यटकहरुलाई लक्षित गरेर स्पा सेन्टर खोलिएको पोखराकी होटल व्यवसायी सविना आलेमगरले बताइन् । काठमाडौंको ढल्को नयाँबजार लिंकरोडमा रहेको मर्निङ् बेल फिटनेस सेन्टरमा स्पा अन्तर्गत ज्याकुजी, सोना, स्टीम तथा सोफा मसाजको सेवा सुरु भएको र निकट भविष्यमा शिरोधार्य सेवा पनि दिने योजना रहेको उक्त फिटनेस सेन्टरका सिइओ डेविड श्रेष्ठले बताए ।

ठाउँ र स्थान विशेष हेरेर स्पाको शुल्क फरक पाइएको छ । शिरोधार्य गर्न बढीमा १० हजारसम्म पर्ने गरेको छ । सोना, स्टीम र ज्याकुजीको पनि न्यूनतम १ हजार तथा बडी मसाजको समय र प्रकारअनुसार शुल्क निर्धारण गरिएको छ । न्यूनतम प्रतिघण्टा ७ सय देखि १ हजार ५ सयसम्म लिइने गरेको छ ।

■ **श्याम स्मृत**

मोडल : रेखा घिमिरे (नायिका)
स्थान : रोज ब्यूटी एण्ड स्पा सेन्टर, ज्ञानेश्वर

तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य/काठमाडौं क्रेज डटकम

मोडल : एञ्जल शाह
स्थान : मर्निङबेल फिटनेस सेन्टर, ढल्को, नयाँबजार, लिंकरोड

मोडल : आयुषा कार्की (नायिका)
स्थान : रोज ब्यूटी एण्ड स्पा सेन्टर, ज्ञानेश्वर

पुरानोमा नयाँपन

ब्रिक क्याफे

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन

मोहितवंश आचार्य
प्रबन्ध निर्देशक

टुरिज्म म्यानेजमेन्टमा व्याचलर मोहितवंश आचार्यको आफ्नै परिचय बनिसकेको छ । पिता हरिवंश आचार्यले जस्तै बेग्लै अभिनय गर्ने तथा गायकको परिचय बोकेका मोहितको तीन वर्षयता रेष्टुरेन्ट व्यवसायमा पनि नाम जोडिएको छ ।

तीन वर्षअगाडि फेब्रुवरी १० का दिन पर्यटन व्यवसायी शिव ढकालसँगको सहकार्यमा ललितपुरको कुपण्डोलमा ब्रिक क्याफे नामबाट रेष्टुरेन्ट व्यवसाय शुरू गरेका मोहित यस व्यवसायमा सफल बनेका छन् । ब्रिक क्याफेमा नेपालीपनको नयाँ आभाष पाइने भएबाट यस क्याफेमा गएर केही क्षण भए पनि मन बहलाउनका लागि उचित स्थान तथा व्यवस्थापन पाइन्छ ।

राणाकालीन मौलिक पुरानो नेपाली घरलाई साजसज्जा गरेर पुरानैपनको नयाँ आभाष दिलाउने कोसिस भएबाट कम समयमा ब्रिक क्याफेले सफलता पाएको छ । यस क्याफेको विशेषता भन्नु नै यहाँ पाइने मौलिकपन, अतिथि सत्कार र बेग्लै परिवेश हो । साथमा नेपाली खानाका अलावा कन्टिनेन्टल मेनु यहाँ पाइन्छ । नेपालीपनको आभास दिलाउने नयाँपन यहाँ पाइने गरेकोले एकचोटि यस क्याफेमा पस्नेहरु प्रायः दोहोर्‍याएर आउने गरेको यस क्याफेका प्रबन्ध निर्देशक मोहितको दाबी छ ।

Civil GOLD
मा SILVER
धमाका
अब सिभिल बैंक गोल्ड सेभिङ्ग बचत खातामा बचत गरी उच्च ब्याजदर पाउनुहोस् साथै हरेक सिभिल बैंक गोल्ड सेभिङ्ग बचत खाता खोल्नासाथ चाँदीको सिक्का र मास्टर कार्ड सित्तैमा*...
अब तपाईले संचय गरेको धनको समयमै उचित फाईदा उठाउनुहोस।
ANUP BAHADUR MALLA
MasterCard
*सर्तहरु लागु हुनेछन्
GOLD SAVINGS
CIVIL BANK
सिभिल बैंक लिमिटेड
CIVIL BANK LTD.
Thinking forward Moving forward
Class "A" Institution Licensed by Nepal Rastra Bank
www.civilbank.com.np, SWIFT: CIVLNPKA
प्रधान कार्यालय/मुख्य शाखा : क्लासीक कम्प्लेक्स, तीनधारा रोड, कमलादी, काठमाण्डौं-३१,पोष्ट बक्स:९७९९,
फोन नं : ४१६९०४०/४१६९०३०,फ्याक्स नं : ४१६९०३८,
उपत्यका भित्रका शाखाहरु: ■ न्युरोड:०१-४२३२२९१/९२ ■ वानेश्वर:०१-४१०४२६९/७० ■ पाटन:०१-५५४८६८२ ■ हात्तीसार:०१-४४२१०९१/९३/९४ ■ बौद्ध:०१-४९१७४१०/११ ■ गोंगबु:०१-४०२०११२/१३
■ किर्तिपुर:०१-४३३४४५८/६७ ■ कुलेश्वर:०१-४२८९५२४/४६७१९१६ ■ स्वयंभू:०१-४६७०४४८/४९ ■ कपन:०१-४८२३८२५/२६ ■ जावलाखेल:०१-५००९१४७/५००९१२३
उपत्यका बाहिरका शाखाहरु: ■ वीरगंज:०५१-५२९९४३/५९ ■ विराटनगर:०२१-५२१९८१/८४ ■ पोखरा:०६१-५३९७६७■ पोखरा:०६१-५२४३६०/६१ ■ भैरहवा:०७१-५२११६१/६२
■ नेपालगंज:०८१-५२५५७८/७९ ■ नारायणगढ:०५६-५७००२९/३९ ■ हेटौडा:०५७-५२६९०१ ■ बुटवल:०७१-४३८७१८/१९ ■ विर्तामोड:०२३-५४५४०५/०६ ■ बनेपा:०११-६६०३८३/८४/८५
■ बाह्रबीसे:०११-४८९२८३ ■ धादिङ्बेशी:०१०-५२१०६८ ■ मेलम्ची:०११-४०१०५५ ■ आरुघाट:०६४-४१०१०२ ■ इटहरी:०२५-५८७४२५ ■ टाँडी:०५६-५६०३८० ■ खुरखुरे:०५६-५८३७९१ ■ पार्वतीपूर:०५६-५९१५१५
■ सिन्धुलि:०४७-५२१०८१ ■ फिदिम:०२४-५२०९८८ ■ विजुवार:०८६-४६०५०६/०७ ■ गाईघाट:०३५-४२१३८४ ■ सल्यान:०८८-४००१७८ ■ मुसीकोट:०८८-५३०३०५ ■ ओखलढुङ्गा:०३७-५२०६१५
■ जनकपुर:०४१-५३०३२०/२१ ■ धनगढी:०९१-५२१७९९/५२२६९९ ■ धुलिखेल:०११-४९०८४७/४८०८४९

A picture is worth a thousand words.....
but Wedding photos are more than the words........
...... timeless and priceless.

Our Services:
Wedding Photography & Videography
Model/Fashion Photography
Portait Photography
Events Photography
Product Photography & others.

DS
Dream Snapper
PHOTOGRAPHY STUDIO

Dream Snapper
Photography Studio
Khusibun, Nayabazar, Kathmandu, Nepal
Phone No.: +977-9841220825
Email: dreamsnappernepal@gmail.com
Website: www.dreamsnaper.com

Gandhi International Mission

(A global coordinating council seeking to orchestrate the institutions, individuals and efforts oriented towards non-violent transformation of society as envisaged by Mahatma Gandhi)

Headquarter
Gandhi Ashram, Harijian Sevak Sangh, Kingsway Camp, Delhi 110009 india
Corresponding Address
97/3, Naskar Para Road, Ghusuri, Howarah 711107, West Bengal, India
Contact: +91 9831224445
Email: gandhiinternationalmission1948@gmail.com

Mr. Sushil Kumar Jagnani
Chairman
Gandhi International Mission, Nepal Chapter,
Pashupati Patan, Kathmandu, Nepal

"With every true friendship we build more firmly the foundation on wchich the peace of the world rests. Though by thought and act by act with every breathe we build the kingdom of non-violence i.e. the true home of the spirit of man"........ Mahatma Gandhi

lifestyle + fitness + health

OUR SERVICES:
- Aerobic Dance
- Zumba Dance
- Physical Fitness & Body Building
- All types Dance Classes
- Anchoring Training
- Acting Training
- Sauna, Hot & Shower
- Locker Facility

२५% छुट
बार्षिक सदस्य
बन्नेलाई मात्र

Club Natyalaya
Health & Fitness (P.) Ltd.
Samakhushi (Zest Co-operative Building 4th Floor) Kathmandu, Nepal
Tel. No: 01-4388765, E-mail: clubnatyalaya@gmail.com
URL: www.natyalayanepal.com

रचनाको रंगीन तरंग

काठमाडौं गौरीघाटकी १७ वर्षीया रचना लामाको सानैदेखिको सपना नै नायिका बन्ने हो । बाल्यकालदेखिको त्यो सपनालाई १७ वर्षको उमेरमा पुग्दा जसोतसो पूरा गर्ने कोसिस गरेकी छन् । नयाँ चलचित्र 'तरंग'मा इन्जिनियरिङ् पढ्ने विद्यार्थीको लिडिङ रोलमा उनले अभिनय गरेकी छन् । जिन्दगीको पहिलो चलचित्र 'तरंग'ले तरंग नै उत्पन्न गराएको महसुस उनले गरेकी छन् । 'नायिका बन्ने सपना देख्न सजिलो भए पनि नायिका बन्न यथार्थमा गाह्रो रहेछ', उनको बुझाइ छ । नायिका केकी अधिकारीको अभिनय एकदमै मन पराउने उनले केकी अभिनित प्रायः चलचित्र हेरिसकेकी छन् । केकीको पछिल्लो चलचित्र 'श्री ५ अम्बरे' उनलाई निकै मन परेको चलचित्र हो । उक्त चलचित्रमा केकीले संभ्रान्त कलगर्लको भूमिका निर्वाह गरेकी छन् । केकीले जस्तै चलचित्रमा सहज ढंगमा अभिनय गर्ने उनको चाहना छ । तकडा रोल पाए सबैखाले भूमिका गर्न आफू तयार भएको उनले बताइन् ।

तस्वीर : कविन्द्रमान शाक्य

हट नेपाल मासिकले कला क्षेत्र (अभिनय, मोडलिङ, संगीत) मा आउन चाहनेहरूका लागि सहजकर्ताको काम गर्नेछ । हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/hotnepalmagazine को इनबक्सभित्र आफ्नो फोटो र विवरण पठाउनुहोस् । त्यसलाई हामी फेसबुक पेजमा पोष्ट गरिदिन्छौं । एक महिनाको अवधिमा बढी लाइक पाउने एक जनाको अन्तरवार्ता हट नेपालमा प्रकाशित गरिनेछ । त्यसैले आफ्नो विवरण र इमेल तथा सम्पर्क ठेगाना पठाउनुहोस् । तपाईंको रूचिलाई हामी सार्थक बनाइदिने छौं । - सम्पादक

अमेरिकामा महको तीन महिना
महजात्रामा तीतो

सधैँको मन-मनमा बस्न सफल प्रिय कलाकार मदनकृष्ण श्रेष्ठ र हरिवंश आचार्य उमेरले ६४ तथा ५८ वर्ष पुगिसके । चढ्दो उमेरमा पनि यी कलाकारका व्यस्तता दिन-प्रतिदिन बढिरहेको पाइन्छ । व्यस्तताले दुवैलाई झन् तन्नेरी बनाउँदै लगेको दुवैको दाबी छ । सुस्ताएर बस्ने भन्ने कुरा दुवैको शब्दकोशमा छैन ।

यो वर्ष मात्र यी दुई कलाकार महले तीन महिना लामो अमेरिकामा 'महजात्रा' सम्पन्न गरेर नयाँ रेकर्ड नै कायम गरे । अमेरिकामा नै रहेका पत्रकार रवि लामिछानेको संयोजकत्वमा भएको अमेरिकाको महजात्राका लागि त्यहाँ १८ हजार माइलको ड्राइभ पनि पूरा गर्नुपर्‍यो । अमेरिका तथा क्यानाडाको ३२ शहरमा ३४ शो गरेर त्यहाँका नेपालीहरूलाई भरपूर मनोरन्जन प्रदान गर्नमा मह सफल भएको छ ।

अमेरिकाको तीन महिना लामो यात्रामा जानुअघि मात्र कसैले कल्पना नै नगरेको पार्किनसन्स रोगले ग्रस्त बनेका मदनकृष्णको काठमाडौंको अन्नपूर्ण न्यूरो अस्पतालमा शल्यक्रिया भएको थियो । शल्यक्रियाबाट मदनकृष्णको ब्रेनमा पेसमेकर राखिएको छ । उक्त पेसमेकरको ब्याट्रीलाई प्रत्येक १५ दिनमा छातिमा जडित यन्त्रको सहायताबाट रिमोटले चार्ज गर्नुपर्दछ । त्यसरी ब्रेनमा राखिएको पेसमेकरलाई प्रत्येक १० वर्षमा परिवर्तन गर्नुपर्दछ ।

महको भावी पुस्ता यमो

महपछि यो स्थान कायम कसले गर्ने भन्ने पनि प्रश्न उठ्न थालेको छ । महको प्रतिनिधि पुस्ता अब महकै सन्तानले लिनुपर्ने बेला भइसकेको आवाज आउन थालेको छ । यस अर्थमा महको पुस्ताको रूपमा मदनकृष्ण श्रेष्ठको सुपुत्र यमन श्रेष्ठ र हरिवंश आचार्यको कान्छो सुपुत्र मोहितवंश आचार्यलाई सोच्न थालिएको छ ।

यमन र मोहितले महको अमेरिकामा महजात्रामा दुवैले बेग्ला-बेग्लै बाउहरूले जस्तै एक से एक प्रस्तुति दिएका थिए । उनीहरूका ती प्रस्तुतिले मदनकृष्ण तथा हरिवंश जस्तै एक भएर दुवैले एकसाथ कार्यक्रम दिने हो भने यमन र मोहित महको भावी पुस्ता बन्न सक्ने अमेरिकामा उनीहरूको प्रस्तुति हेर्नेहरूको ठोकुवा रहेको छ ।

यमन यतिखेर ४० वर्ष पुगेका छन् भने मोहित २५ वर्ष । उमेरले १५ वर्ष फरक भए पनि दुवैमा बाउहरूको छवि तथा कलाकारिता पाइएको छ । मोहित हाल रेष्टुरेन्ट व्यवसायमा छन् भने यमन अर्गानिक कृषि व्यवसायमा संलग्न छन् । दुवै महको भावी पुस्ता बन्न सक्ने आधारको खोजीमा छन् ।

मदनकृष्ण दुवै एक भएर महजस्तै यमो भएर अगाडि बढोस् भन्ने चाहना राख्छन् । हरिवंश भने भोलिका दिनमा दुवैको चाहना तथा समयले दुवैलाई के बनाउने भन्ने कुरा अहिले नै भन्न नसक्ने बताउँछन् ।

मेसिनबाट चलेको जिन्दगी बोकेका मदनकृष्ण जिन्दगीबाट पटक्कै हतास भने छैनन् । उनी झन् उत्साहित बनेको पाइएको छ । शल्यक्रियापछि त्यति धेरै लामो यात्रा गर्दा धेरैले मदनकृष्णलाई कति गाह्रो भएको होला भनेको पाइयो । यसमा मदनकृष्णको भनाइ छ-'पार्किनसन्सको शल्यक्रिया नगरी गएको भए बरू मलाई गाह्रो हुने थियो होला ।' अमेरिकाको हरेक दिनको कार्यक्रम तथा शो नै फिजियो थेरापी नै बनेको मदनकृष्णको अनुभव छ । मदनकृष्ण र हरिवंशको साथमा नेपालबाट बसुन्धरा भुसाल, किरण केसी, शिवहरि पौडेल, मोहितवंश आचार्य, यमन श्रेष्ठ, रमिला पाठकको सहभागिता थियो ।

महको पहिलो अमेरिका यात्रा २४ वर्षअघि सन् १९९० मा भएको थियो । त्यतिबेला अमेरिकामा नेपाली नै त्यति नभएको र हाल अमेरिकाको प्रत्येक स्टेटमा नेपालीहरूको बाक्लो उपस्थिति रहेको भनाइ हरिवंशको छ । यसो हुनुमा नेपालबाट डीभी परेर धेरै नेपाली त्यहाँ पुग्नु तथा विभिन्न कारणले नेपाली जानु र नेपालमा रहेका नेपाली मूलका भुटानी शरणार्थीहरु त्यहाँ भएबाट नेपालीभाषीहरूको उल्लेख्य संख्या पुगेको हो । यसले गर्दा पनि यसपालिको महजात्रा अमेरिकामा बढी मञ्चन भयो ।

महजात्रा महंगो भयो भन्ने एक किसिमको आलोचना त्यहाँका नेपालीमाझ नै नेपालीले गरेको पाइयो र महजात्राको प्रमुख आकर्षण बाहुनबहादुर र नेवारबहादुर प्रहसनले जातिय विखण्डन ल्याउने कार्य भयो भनेर विवाद गर्ने कार्य केही

नेपालीहरूबाट भयो । यस्ता केही सानातिना तीता अनुभव बाहेक समग्रमा महजात्रा सफल भएको महजोडीको मूल्यांकन छ । 'महात्मा गान्धीलाई त गोली हानियो भने सबै ठाउँमा सबै मानिस असल हुन्छन्, सबै कुरा सबैलाई राम्रो लाग्छ भन्ने होइन । केही खराब मानिस जहाँ पनि जहिल्यै हुन्छन्', हरिवंश भन्छन् ।

कतिपय त्यहाँका नेपाली जातिय संगठनहरूले त्यसरी विवाद चर्काउन खोजे पनि पछि उहाँहरु सबै आएर बाहुनबहादुर र नेवारबहादुर हेरेर गएपछि यस प्रहसनले विखण्डन होइन, जातीय खाडललाई पुर्ने कार्य भएको भनेर उल्टै तारिफ गरेर गएको महले स्पष्ट पारे । विदेशी भूमिमा नेपालीहरु जुनसुकै जात-जातिका भए पनि मिलेर बस्नुपर्नेमा कतिपय स्थानमा त्यसो नपाइँदा दुःख लागेको महले बताएका छन् । २०६२-०६३ सालको आन्दोलनपछि नेपालमा भन्दा विदेशी भूमिमा नेपाली नेपालीमाझ नै जातिय खाडल तथा विखण्डन हुनुलाई विडम्बनाको रूपमा नै पाइएको र यसो भए पनि अमेरिकाका सबै शहर

तस्वीर : आशाकाजी महर्जन

आफ्नै जन्मथलो जितपुरफेदीमा सम्मान ग्रहण गर्दै मदनकृष्ण श्रेष्ठ ।

तथा स्टेटमा बस्ने सबै वर्ग तथा जातिका नेपालीहरूले आफूहरूलाई अत्यन्त माया तथा सहयोग गरेको महको निष्कर्ष छ ।

सन् १९९० यता पनि महको अमेरिका यात्रा धेरै भयो । यो वर्षको जस्तो लामो भने पहिले भएको थिएन । मह जोडी धेरै स्टेटमा जमिनबाट र ९ स्थानमा विमानबाट पुग्यो । तीन महिनाको महजात्रामा राति अबेर १ बजेसम्म कार्यक्रम गरेर केवल दुई घण्टा सुतेर बिहान ४ बजे नै उठेर अर्को स्टेटको कार्यक्रमको तयारीमा लाग्नु परेको त्यो यथार्थलाई महले यसपालि बिर्सेका छैनन् । यो वर्ष महको विदेश यात्रामा कोरिया र हङकङ बाँकी रहेको छ । २०७२ को वैशाखमा जापानमा कार्यक्रम गर्ने अहिले नै तय भइसकेको छ ।

मदनकृष्ण बनाउने तण्डुकार

मदनकृष्ण श्रेष्ठको जन्मथलो काठमाडौं शहरबाट १९ किलोमिटर पर जीतपुरफेदी हो । जन्मथलो जीतपुरफेदीको ऐतिहासिक सम्पदा पाँचमाने अर्थात् न्यागःमणीको संरक्षणमा मदनकृष्णले पुऱ्याएको योगदानको कदर स्वरूप उनी जन्मथलोमा नै सम्मानित बने ।

राष्ट्रिय धार्मिक तीर्थस्थल दर्शन यात्रा समिति जैसिदेवलको आयोजनामा भएको कार्यक्रममा मदनकृष्णलाई विशेष सम्मान गरेको जानकारी उक्त समितिका अध्यक्ष तथा ओइस्का नेपाल इन्टरनेशनल काठमाडौं च्याप्टरका अध्यक्ष समेत रहेका जुजुकाजी तण्डुकारले दिए ।

मदनकृष्ण हास्य कलाकारितामा आउनुअगाडि मदनकृष्णलाई मदनकृष्ण बनाउने कार्य जैसिदेवलस्थित हिमाली परिवारले नै गरेको दाबी तण्डुकारको छ । २०२८ सालतिर कर्मचारी संचय कोषको जागिरे हुँदा मदनकृष्ण चिकंमुगलमा डेरा लिएर बसेका थिए ।

जैसिदेवलमा भएको हिमाली परिवारबाट हुने गरेको विभिन्न कार्यक्रममा मदनकृष्णले सहभागिता जनाएर गीत गाउने कार्य प्रारम्भ गरेको त्यो क्षणलाई तण्डुकारले सम्झेका छन् । हिमाली परिवारमार्फत नै मदनकृष्ण मदनकृष्ण बनेको तण्डुकारको दाबी छ ।

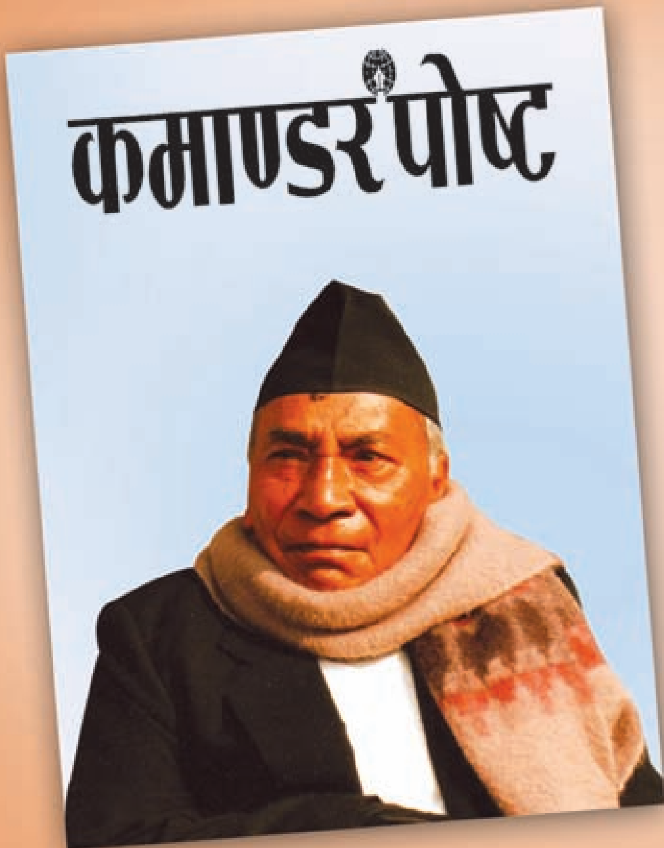
मदनकृष्ण राष्ट्रपति हरिबंश प्रधानमन्त्री !

नेपाली जनतालाई हास्य प्रहसन, सिरियल तथा चलचित्रबाट हसाउने महले नेपाली जनतालाई मर्का पर्दा पीडामा दुःखी बनेर धेरै सहयोग गर्ने तथा सहयोग जुटाउने कार्यमा क्रियाशील बन्दै आएको पाइन्छ । नेपाली जनताको लागि यति धेरै कार्य गरिसकेका महलाई राष्ट्रिय राजनीतिमा आएको हेर्न खोज्ने नेपालीहरु पनि छन् ।

कतिपयले त सबैलाई पटक-पटक हेरियो, अब मदनकृष्ण श्रेष्ठलाई नेपालको राष्ट्रपति तथा हरिवंश आचार्यलाई प्रधानमन्त्रीमा हेर्न बाँकी छ भन्न थालेको पनि देखिन्छ । भविष्यमा नेपाली जनताले चाहेमा तपाईंहरु राष्ट्रपति र प्रधानमन्त्री बन्ने कि नबन्ने भन्ने हट नेपालको प्रश्नमा दुवै निक्कैबेर सोचमग्न बने ।

दुवैले निष्कर्ष यस्तो थियो- नेपाली जनताले हामीप्रति दर्शाएको अपार सद्भाव तथा माया हो । यसलाई हामी शिरोधार्य गर्दछौं तर, राष्ट्रपति तथा प्रधानमन्त्री बन्ने भन्ने परको कुरा हो । हामीलाई नेपाली जनताको मह बन्नुमा नै गर्वको कुरा हो । राष्ट्रपति तथा प्रधानमन्त्री बनेर पछि सिनो गन्हाएजस्तो गन्हाउन हामीलाई कदापि चाहना छैन र कालान्तरसम्म मह बनेरै अगाडि बढ्ने लक्ष्य रहेको छ ।

▪ **श्याम स्मृत**



२०४६ सालको जनआन्दोलनका कमाण्डरको स्मृतिमा विशेषांक

२०४६ को ऐतिहासिक जनआन्दोलनका कमाण्डर गणेशमान सिंहको यो वर्ष जन्म शताब्दी मनाइँदैछ । आधुनिक नेपालको इतिहासमा २०४६ साल माघ ७ गतेको ऐतिहासिक महत्व रहेको छ । त्यो दिनमै नेपाली जनतालाई रैतीबाट नागरिक बनाउने जनआन्दोलनको उद्घोष भएको थियो । त्यो ऐतिहासिक दिनले नै नेपालमा लोकतन्त्र र स्वतन्त्र पत्रकारिताको नयाँ युवालाई संस्थागत गरेको हाम्रो ठहर हो । त्यो महान् दिन र महानायकको सम्फनामा कमाण्डर पोष्ट राष्ट्रिय दैनिकले प्रकाशन गर्न लागेको विशेषांकको लागि सान्दर्भिक लेख, अभिलेख, दस्तावेज, तस्वीर र विज्ञापनहरू उपलब्ध गराउन सम्पूर्ण पाठक, शुभेच्छुक तथा सहयोगीहरूमा हार्दिक आह्वान गर्दछौं ।

युगनाथ शर्मा पौडेल
कार्यकारी अध्यक्ष तथा प्रधान सम्पादक
एवम् युग पब्लिकेशन परिवार

Ph. No.: 9851096450/9841198663
E-mail: cpostnepal@gmail.com
cpostmarketing@gmail.com
yugmarketing@gmail.com

Subcription
Tel : +977-01-4434475, Mobile : 9818 852676, E-mail : xinhuaktm@gmail.com
xinhuanepal @xinhuanepal

रेस्टुरेन्ट फोटोकथा

नेपाल एउटा यस्तो पर्यटकीय गन्तव्यस्थल हो, जहाँ संसारका हरेक मुलुकको रैथाने खाना पस्कने रेस्टुरेन्टहरू पाइन्छ । ठूल्ठूला होटलबाहेक ठमेल, झमेल र अहिले बूढानेल (बूढानीलकण्ठ)मा समेत राम्राराम्रा रेस्टुरेन्टहरू धमाधम खुलिरहेका छन् । यसले पर्यटन उद्योगमा ठूलो योगदान पुर्‍याएको छ । आजकल अधिकांश उच्च तथा मध्यमवर्गीय नेपाली पनि बाहिर खानजाने बानीले गर्दा रेस्टुरेन्ट उद्योग फस्टाएको हो । यही कुरालाई ध्यानमा राखी हामीले रेस्टुरेन्ट फोटोकथा समावेश गरेका छौं ।

। द क्याफे । एभरेष्ट होटल, नयाँ बानेश्वर ।
। विशेषता : इन्डियन, इटालियन, कन्टिनेन्टल ।

। वाटर होल बार । पार्क भिलेज, बूढानीलकण्ठ ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। अर्थ वाच रेष्टुरेन्ट । मारूनी सेन्चुरी लज, सौराहा ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। अरनिको रूम । होटेल डेल अन्नपूर्ण, काठमाडौं ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। सनराइज रेष्टुरेन्ट । याक एण्ड यती होटल, काठमाडौं ।
। विशेषता : इन्डियन, इटालियन, कन्टिनेन्टल ।

। मारूनी सेन्चुरी लज, सौराहा ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। द फन क्याफे । र्‍याडिसन होटल, काठमाडौं ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, इन्टरनेसनल डिसेस ।

। फार्म हाउस प्यागोडा रेष्टुरेन्ट । पार्क भिलेज ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। महाराजा रूफटफ रेष्टुरेन्ट । ग्रान्ड होटल, काठमाडौं ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। मारुनी सेन्चुरी ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

। दरबार रेष्टुरेन्ट । गोकर्ण फरेष्ट रिसोर्ट, गोकर्ण ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, थाई, कन्टिनेन्टल ।

। होटल वैशाली । ठमेल, काठमाडौं ।
। विशेषता : इन्डियन, चाइनिज, कन्टिनेन्टल ।

भेल्वेटका चोलो, लेहेँगा र कोट

यो जाडो याममा बढी भेल्वेटका चोलो, लेहेँगा तथा कोटको माग रहेको छ । जाडो महिनालाई नै लक्ष्यित गरेर काठमाडौंको न्यूरोडस्थित जोशी प्लाजामा खोलिएको क्षितिजा फेसन हाउसका कालिगढहरु वीन्टर डिजाइन तयार गर्नमा व्यस्त देखिन्छन् ।

वीन्टर डिजाइनमा भेल्वेटका पहिरनहरु नै बढी पाइएको छ । त्यसमा पनि बढी भेल्वेटको सेरवानी डिजाइन प्रायः सबैको रोजाइमा पर्ने गरेको उक्त फेसन हाउसकी सीइओ तथा प्रमुख डिजाइनर क्षितिजा शाक्यको भनाइ छ । त्यसको अलावा नेपाली पाल्पाली ढाका र मखमली कपडा प्रयोग भएका पहिरन बढी न्यानो तथा तातो हुने डिजाइनर शाक्यले जानकारी दिइन् ।

जाडोको लागि भेल्वेटको अलावा नेपाली पाल्पाली ढाका, मखमलीका पहिरनहरु उपयुक्त हुने शाक्य बताउँछिन् । क्षितिजा फेसन हाउसमा कोरियन कोट जाडोको लागि विशेष आकर्षण रहेको छ, जुन महिला तथा पुरूष दुवैले बढी रूचाएको पाइएको छ ।

डिजाइनर : नायिका क्षितिजा शाक्य ।
पाइने स्थान : क्षितिजा फेसन हाउस
जोशी प्लाजा, ग्राउण्ड फ्लोर, न्यूरोड, काठमाडौं ।

विवाहको फेसन

मंसिर जस्तै यो माघ महिना पनि विवाहको महिना हो। विवाहको फेसनले पनि अचेल निक्कै अर्थ राख्न थालिसकेको छ। पहिलाजस्तो विवाहमा दुलहीले खद्दरको साडी र दुलाहाले दौरा-सुरुवाल लगाउने चलन हिजोआज हराइसकेको छ। अहिले विवाहका पहिरनदेखि एसेसरिज तथा मेकअपलगायत गहना, जुत्ता सबै कुरालाई नियाल्ने हो भने पहिले हुने विवाहको पहिरनमा पर्याप्त परिवर्तन आइसकेको छ। हाम्रो सामाजमा विवाहको दिन बेहुली र बेहुला विवाह समारोहमा सर्वाधिक आकर्षक मानिन्छन्। आकर्षक विवाह पहिरन तथा एसेसरिजका कारण पनि उनीहरू सबैको नजरमा पर्छन्। सामान्य अवस्थामा आकर्षक नमानिने मानिस पनि विवाहमा आकर्षक देखिन्छन्।

पहिरन

दुलहीले लगाउने मुख्य पहिरन सारी हो, तर हिजोआज लेहङ्गा तथा अन्य पहिरन पनि विवाह पहिरनका रूपमा देखा पर्न थालेका छन्। रातो रंगलाई शुभ मानिने हाम्रो परम्पराका कारण रातो रंगमा विभिन्न डिजाइनको छनौट बढ्दो छ। रातो रंगमा अन्य रंगलाई फ्युजन गरेर पहिरन बनाउने चलन पनि वृद्धि हुँदै छ। अहिले दुलहीले लगाउने विवाह पहिरनमा नेटको सारी सबैभन्दा बढी रूचाइएको छ। यसमा हातको काम बढी हुनाले बढी आकर्ष देखिन्छ। सितारा, जडी, पोते, मोती आदि सामग्रीको प्रयोगबाट यस्ता सारी तयार गरिन्छ। भेल्भेट, ब्रोकेट तथा नेटमा तयार पारिएको सारी दुलहीले बढी रूचाउने गरेका छन्। चोली सारीको सेटमा तयार गरिन्छ। दुलहीको विवाह पहिरन सामान्यभन्दा केही गह्रौं हुने गर्दछ। विवाहका लागि सल, सारी तथा चोली पनि सारीकै सेटका रूपमा बनाउने अहिलेको चलन छ। पहिरनसँग कम्बिनेसन मिल्ने गरी दुलहीलाई आवश्यकताअनुसार हिल जुत्ता लगाइदिनुपर्छ।

मेकअप

मण्डपमा लामो समय बस्नुपर्ने

मिस नेपालको हनिमून मिठास

विवाह भएको १२ वर्षमा दुई सन्तानकी आमा बनिसकेकी पूर्वमिस नेपाल उषा खड्गीले आफ्नो हनिमूनलाई अझै बिर्सेकी छैनन्। १२ वर्षअघि बैशाख महिनामा संचारउद्यमी जीपी तिमिल्सिनासँग अन्तरजातिय प्रेम विवाह गरेकी उषाको दुई महिनापश्चात् असार महिनामा हनिमून भएको थियो।

पोखरामा पाँच दिन हनिमून मनाएकी खड्गीलाई सपनाको दुनियाँमा पुगेको अनुभूति भएको बताएकी छन्। हनिमूनका लागि भारतको गोवा जाने तय भए पनि समय नमिलेपछि पोखरा गएकी उनी जिन्स पाइन्ट, दुई हातमा दुई दर्जन रातो चुरा अनि सिउँदोमा सिन्दूर झपक्कै लगाएर हिंडेको त्यो क्षणलाई अझै बिर्सन नसकेको तथा मंसिरको विवाहको लगनमा नवजोडी देख्दा पुराना ती याद आउने बताउँछिन्। हनिमूनले एकले अर्कोलाई अझ नजिकबाट बुझ्ने अवसर प्रदान गर्ने भएकोले यो अत्यन्त महत्वपूर्ण पल भएको उनको बुझाइ छ। थोरै लाज, थोरै डर तथा धेरै उत्सुकताका बीच रमाइलाका साथ बितेको हनिमूनमा शारीरिक सम्बन्धको मिठास त बेग्लै हुने उनको अनुभव छ।

भएकाले दुलहीको मेकअप पनि लामो समय टिक्नुपर्ने सिनियर ब्युटीसियन शारदा श्रेष्ठ बताउँछिन् । लामो समय टिक्ने मेकअप गर्न गुणस्तरीय प्रसाधन प्रयोग गर्नुपर्छ । दुलहीको अनुहारको मेकअपमा पहिले क्लिनजिङ गरेर मेकअप बेस लगाउनुपर्छ, जसले छाला नरम बनाउँछ । त्यसपछि छाला अनुरूप कन्सुलर लगाएपछि अनुहारको छालामा एकसमान चमक देखिन्छ । त्यसपछि न्यूड बेस मिलाउनु पर्छ । क्रिमहरू लगाएपछि स्किनअनुसार ब्लसर लगाउनुपर्छ । कम्बिनेसन मिलाएर मस्करा, आइलाइनर आदि लगाइदिनुपर्छ र आँखा सानो हुनेलाई आइलेस लगाइदिएर गाजल लगाइदिनुपर्छ । त्यसपछि ओठमा पहिले आउटलाइनर कोरेर रातो लिपिस्टिक लगाएपछि दुलहीको अनुहारको मेकअप पूरा हुन्छ । हातमा चुरा तथा रातो नेलपोलिस छुटाउनु हुँदैन ।

हेयर स्टाइल

पफ निकालेर जुरो बनाउँदा दुलहीहरू आकर्षक देखिन्छन् । अहिले चिम्टी तथा सुनका गहना पनि केशमा सजाउने चलन छ, जसमा शिरफूल तथा शिरबन्दी मुख्य मानिन्छन् । बजारमा विभिन्न शैलीमा दुलहीका हेयर एसेसरिज पाइने भएकाले आकर्षक एसेसरिज प्रयोग गर्दा हेयर स्टाइलमा भिन्नता पनि देखिन्छ । फरक शैली देखिने भएकाले हेयर स्टाइलमा विशेष ध्यान दिनु आवश्यक छ । दुलहीको हेयर स्टाइल बनाउँदा सिउँदो छुट्याउन बिर्सनु हुँदैन ।

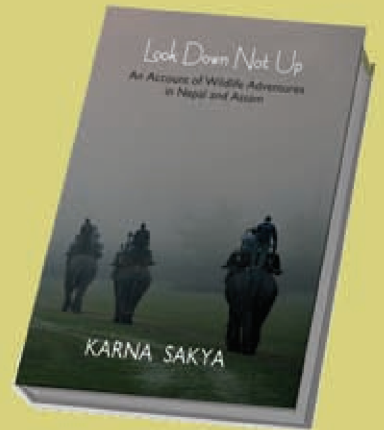
मेहन्दी

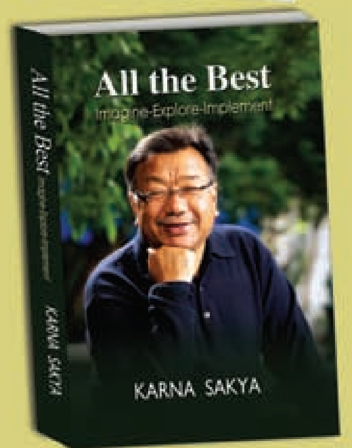
दुलहीका लागि नभैनहुने शृंगार मेहन्दी पनि हो । मेहन्दी लगाएपछि मात्र दुलहीको मेकअप पूरा भएको मानिन्छ । अझ दुलहीको हातमा लागेको कडा मेहन्दीले दुलाहाले कति प्रेम गर्छ भन्ने अनुमान गर्ने परम्परा पनि छ । मेहन्दी प्रयोग गर्दा रसायनरहित मेहन्दी प्रयोग गर्नुपर्ने सिनियर ब्युटीसियन श्रेष्ठ बताउँछिन् ।

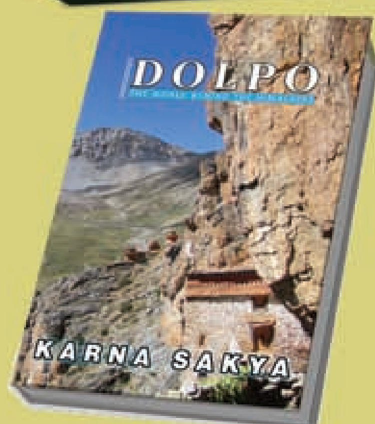
Timesless Reading

Karna Sakya's books

Now available in the market







Contact:
Bharat Adhikari
Ph.: 01-4434705 Mob.: 9813376586
Maya Manor, Hattisar, Naxal

सुन्दरताका लागि ह्वाइटनिङ थेरापी

● **रमिता श्रेष्ठ**, ब्युटी एक्सपर्ट

यदि तपाईंको छालामा धेरै नै टैनिङ भयो भने चायाँको समस्या लगातार देखिन सक्छ। सन-बन बारम्बार हुन पनि सक्छ। जसले गर्दा छालाको ठाउँ-ठाउँमा रङ उडेको जस्तो देखिने गर्दछ। छालामा रेखाका धर्काहरू बढी नै देखिने गर्दछ। यस अवस्थामा मानिस उमेरभन्दा बढी बूढो देखिन थाल्छ। यसबाट बच्न छालामा कम से कम एकपल्ट व्हाइटनिङ थेरापी लिनु जरुरी छ। तपाईंलाई छालामा कुनै पनि समस्या छ भने तीन-चार पल्टको थेरापीबाट समस्याको समाधान हुने गर्दछ। छालाको रङमा डिस्कलरिङ भएको र पैचिजको समस्या अधिक छ या छालामा चाउरीपन बढी देखिएको छ भने ६-७ पल्टको थेरापीमा नै निक्कै राम्रो हुने गर्दछ।

थेरापीको विधि

- व्हाइटनिङ् थेरापीमा सबैभन्दा पहिला बडी टोनरले क्लिजिङ् गर्ने। यसले छालामा भएका धूलो तथा फोहरहरु हटेर जाने गर्दछ। छालालाई सफा र सुन्दर बनाउने गर्दछ। यसमा कुनै पनि टोनरको प्रयोग गर्न सकिन्छ।
- सि साल्ट र चिनी एउटा राम्रो एक्सफोलिएटर हुन्छ। मसिनो नून र चिनीको मिश्रणलाई पूरै बडीमा लगाउने र ४-५ मिनेटसम्म स्क्रब गर्ने। यसले मृत कोषिकाहरूलाई निकाल्ने कार्य गर्दछ। अझ राम्रो परिणामको लागि स्टीम बाथको साथमा एक्सफोलिएट लिनु पर्दछ। छाला सेन्सेटिभ भएमा चिनीको प्रयोग गर्दा ब्राउन सुगर अर्थात् खैरो चिनीको प्रयोग गर्ने।
- बडीलाई कुनै पनि नरम वा हल्का भिजेको कपडाले पुछेर व्हाइटिनिङ् सिरम अप्लाई गरिदिने। खासगरी जहाँ छालामा अधिक मैला जम्मा भएको तथा अन्य छालाको तुलनामा रङ् गाढा भइसकेको छ भने त्यहाँ यो थेरापी प्रयोग गर्नु आवश्यक छ।
- व्हाइटनिङ् प्याक विशेष गरेर जस्मिन र हेबिक्सको फूलको प्रयोगबाट बनेको हुन्छ। यसमा दूधको पाउडर मिलाउने। यो घोलनको लागि आवश्यकता अनुसार पानीको प्रयोग गर्ने र यो पूरै शरीरमा लगाइदिने। त्यसको अलावा क्लियर फिल्म या फायलमा राखेर २० देखि २५ मिनेटसम्म राख्ने।
- २५ मिनेटपछि क्लियरफिल्मलाई हटाउने। काँचो दूध प्राकृतिक व्हाइटटोनर पनि हो। यसले हल्का-हल्का मसाज गर्ने। यसले छालामा भएको मेलानिनलाई हटाउने कार्य गर्दछ। काँचो दूध र पैंक मिलाएर क्रिम जस्तो मिश्रण बनाएपछि कम से कम २० मिनेट जति मसाज गर्ने। यसले छालाको सुख्खापन समाप्त हुने गर्दछ र मसाजले गर्दा मेलानिन पनि हटेर जाने गर्दछ।
- त्यसपछि सादा पानीले नुहाउने। चिल सावर अर्थात् चिसो पानीको प्रयोग गर्ने। चिसो पानीको प्रयोगले छालालाई खुल्ला गरिदिन्छ। कसिलो र कोमल पनि देखिन्छ। तातो पानीको सावर प्रयोग गर्नुहुँदैन। तातो पानीले राम्रोको सट्टा झन् झन् छालालाई बिगार्न सक्छ।

- व्हाइटिनिङ् थेरापी पूरै तरिकाले सुरक्षित तथा सरल रहेको छ। यस थेरापी गर्दा करिब २ घण्टादेखि अझ बढी लाग्न सक्छ। यो थेरापी गर्दा ज्यादा आरामले निन्द्रा पनि लाग्ने गर्दछ। जुन शरीरको सुन्दरताको लागि अति आवश्यक छ।

म्याडोनाको रहस्य

हलिउडकी पप स्टार म्याडोनाको गायन कलालाई बेग्लै मान्ने गरिन्छ । गीत गाउँदा-गाउँदै आफ्नै छाती मुसारेर सबैलाई उत्तेजित बनाउने त उनको विशेषता नै रहेको छ । अर्कोतर्फ निर्वस्त्र फोटोसुट गरेर हेर्ने सबैलाई कायल पार्ने ५५ वर्षीया म्याडोनाको जिन्दगी अत्यन्त लोभलाग्दो तथा रहस्यमय भएको छ । जति पढे पनि उनको जिन्दगीको पाना त्यत्तिकै लोभलाग्दो तथा रोमान्चक देखिन्छ । सन् १९९० मा नै म्याडोना पपस्टार बनिसकेकी थिइन् । त्यही वर्ष उनले गरेको एक हट फोटोसुटले तहल्का नै मच्चाएको थियो । फोटोमा उनी आँखामा डार्क मेकअप लगाएर ओछ्यानमा पल्टिरहेकी उनको हातमा चुरोट अनि कम्मरभन्दा माथि निर्वस्त्र थियो । उक्त फोटोले उनलाई विवादमा ल्यायो । विवादको चुलीमा पुगेको उक्त फोटो केही समयपश्चात १५ हजार डलरमा बिक्री भएको थियो । त्यसपछि त उनले जीवनमा धेरै पटक निर्वस्त्र फोटोसुट गराएर रेकर्ड नै राखेको पाइन्छ ।

हाल म्याडोना ५५ वर्ष पुगे पनि उनको हाउभाउ टिनएजरको जस्तै छ । हाउभाउ, फिगरदेखि चम्किलो मुहारले युवा पुस्तामा पनि उनको क्रेजमा कमी आएको पाइँदैन । दुई बच्चाकी आमा म्याडोनाले वर्ल्ड वेस्ट लुकिङ मदरको उपमा समेत पाएकी छन् । स्वस्थ्य र तन्दुरुस्त रहन अष्टांग योग गर्ने उनले साताको ६ दिन दैनिक दुई घन्टाको दरले अष्टांक योग अभ्यास गर्ने गरेको खुलासा भएको छ । जिम गर्न त्यति मन नपराउने उनी योगकै कारण फिट भएकी हुन् । म्याडोना जति रोमान्समा समय बिताउँछिन्, काम पनि त्यत्तिकै गर्छिन् । दैनिक १३ घन्टा काम गरेर आफूलाई फिट र तन्दुरुस्त राख्ने गर्छिन् । म्याडोनाले आफ्नो किताब तथा एल्बम इरोटिकामा यौनको विषय उठाएकी थिइन् । उक्त गीत अभिनेत्री डिटा पार्लोबाट प्रभावित भएर सेक्स र रोमान्सको विषयमा लेखेको उनले प्रस्ट्याए पनि अत्यन्तै विवादित बन्यो । नजिकका दुईजना साथी एड्सले बितेपछि उनले उक्त एल्बम बनाएकी थिइन् । आफ्नो प्रतिभाका अलावा प्रेम र रोमान्सका कारण चर्चित उनी हाल २६ वर्षीय टिमोर स्टेफेनसँग डेटिङमा छिन् । नेदरल्यान्ड मूलकी उनी अमेरिकामा बस्छिन् ।

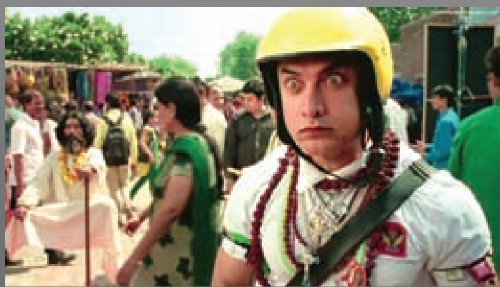
के हो पीके?

बलिउड अभिनेता आमिर खान र निर्देशक राजकुमार हिरानी फरक व्यक्ति भए पनि यी दुईको मन र सोचाइ एउटै छ । आमिर र राजकुमारको सोचाइ र धारणाप्रति बलिउडमा एउटा भनाइ नै छ, 'सायद यी दुई अघिल्लो जुनीमा एउटै आमाका सन्तान थिए ।' यो एउटा प्रश्न हो । जनमानसमा प्रश्न उठाउनु सिर्जनशीलताको यात्रा कायम राख्नु पनि हो । केही समयअघि निर्देशक राजकुमारले एक अन्तरवार्तामा भनेका थिए, 'हरेक काम र पाइलामा प्रश्न उठ्नुपर्छ ।' आफूले गरेका काममा प्रश्न उठेन भने सिर्जनशीलताको यात्रामा 'फुलिस्टप' लाग्छ भन्ने उनको धारणा थियो । यस्तै धारणा आमिरले पनि व्यक्त गरेका छन् । लाग्थ्यो, उनीहरूले सल्लाहे गरेर यसो भने । आमिरले भनेका थिए, 'म आफै एउटा प्रश्न हुँ ।'

हो, यी प्रश्नकर्ता आमिर र राजकुमारले फिल्म 'पीके' मार्फत पनि प्रश्न उठाए । पहिलो प्रश्न त 'पीके' के हो ? फिल्म हेर्नुअघि दर्शकको मनमा यस्तै प्रश्न उठेको थियो । त्यतिखेरै यी दुईले फिल्मबाट सफलता पाएको महसुस गरेका थिए । फिल्म रिलिज भएपछि त प्रश्नै प्रश्न । यहींनेर निर्देशक राजकुमारको धारणाले सफलताको यात्रा तय गर्‍यो । प्रश्न र आलोचना सिर्जनशीलताका लागि प्रेरक बन्छ भन्ने मान्यताका आमिर र राजकुमारले फिल्म 'पीके' मा भरपूर सदुपयोग गरेका छन् ।

फिल्म रिलिजअघि नै विवादमा आएको थियो । त्यो क्रम रिजिल भइसकेर पनि जारी छ । फिल्म 'पीके'ले धार्मिक पाखन्ड र अन्धविश्वासमाथि जमेरै निशाना बनाएको छ । यही कारण 'पीके' केही व्यक्ति र स्थानमा विवादित बन्यो । सायद विवादमा नपरेको भए फिल्मले बलिउडमा नयाँ रेकर्ड कायम गर्दैनथ्यो कि ? 'पीके' ले उठाएको अर्को प्रश्न हो यो । 'पीके' ले भारतमा मात्रै रिलिजको १७औं दिनमा ३ सय करोड रूपैयाँ कमाएर सर्वाधिक कमाइ गर्ने फिल्ममा दरिएको छ । यो फिल्म बनाउन राजकुमारलाई चार वर्ष लागेको थियो । यो कुरा फिल्म हेरेपछि पनि अनुभव हुन्छ । उनले फिल्ममा सानोतिनो कुरामा पनि रिसर्च गरेका छन् । 'कमेडी ड्रामा' भनिएको 'पीके' हेर्नलाई रमाइलो छ । कतिले यो फिल्मलाई 'ओ माइ गड'सँग मेल खायो समेत भने । तर, राजकुमारको कन्सेप्ट एकदमै फरक छ ।

फिल्म 'पीके'ले खासै गहिरो कथा उठाएको छैन । न प्रेम र रोमान्स छ, न त दर्शकको मन पगाल्ने संगीत नै । मात्र एक एलियनको कथालाई 'पीके' मा चित्रण गरिएको छ । फिल्म हेर्ने सबैलाई थाहै छ । फिल्ममा एउटा दृश्य छ, जसमा पीकेको भूमिमा निर्वाह गरेका आमिर खानले हातमा पूजाको थाली लिएर चर्चतिर गएको देखिन्छ । चर्चमा आमिर खान नरिवल फोड्ने कोसिस गर्छन् । जयपुरको एक चर्चमा छायांकन गरिएको यो दृश्यले धर्मप्रति आस्था राख्नेहरूको मनमा धूवाँ उठाइदियो । र भने, के यस्तो पनि हुन्छ ? प्रश्न उठ्यो उनीहरूको मनमा । यस्तै, फिल्मको



अर्को दृश्यले 'पीके' माथि नै प्रश्न उठाउँछ । दृश्यमा पीके बनेका आमिर नासिकको कालाराम मन्दिरमा फर्की–फर्की भक्तिभाव देखाउँछन् । फिल्मको मुख्य जड नै यी दुई दृश्य हो । फिल्ममा मन्दिर र चर्चमा हुने अन्धविश्वास तथा पाखन्डलाई मजाक गरी उडाइएको छ, जसले धार्मिक आस्थामा बाँच्नेहरूलाई धक्का पनि लाग्न सक्छ । 'पीके'कै सन्दर्भमा भारतमा नयाँ बहस सुरू भएको छ ।

समग्रमा फिल्ममा पीकेले समाजमा दुई किसिमका भगवान मान्न थालिएको छ भन्न खोजेका छन् । पहिलो समाजले नै बनाएको भगवान, जो धर्मको ठेकेदार, ढोंगी, पाखन्डी बाबाप्रति लक्षित छ । अर्को जाति–धर्मअनुसार धर्म मान्न थालिएको छ । तर, जे भने पनि भगवान एउटै हो भन्ने पीके निचोड हो ।

एक किसिमले भन्ने हो भने 'पीके' व्यक्तिगत सूत्रधार फिल्म हो । यो कुरा अहिलेसम्म आमिर र राजकुमारले नस्वीकारेको भए पनि 'प्रश्न उब्जाउनु' यी दुवैको लक्ष्य हो । आफ्नो लक्ष्यमा यी दुई सफल भएका छन् । 'पीके' हेर्नु भएको छ कि छैन ? हेर्नुभएको छ भने तपाईंको मनमा पनि प्रश्न उठेकै हुनुपर्छ । नहेरेको भए पनि 'पीके' के हो भन्ने त प्रश्न उठेको होला । पीके एक एलियन हुन्, जो दोस्रो संसारबाट धर्तीमा जीवनबारे रिसर्च गर्न आएका हुन्छन् । धरतीमा उत्रिएपछि उसको स्पेसशिप यन्त्र एक चोरले चुडाएर भाग्छ, जसमा उनी आफ्नो घर फर्कने सिग्नल हुन्छ । यन्त्र नै चोरिएपछि पीके फर्केर जान सक्दैन । जबसम्म यन्त्र फेला पार्दैन, तबसम्म ऊ आफ्नो यन्त्र खोज्दै दिल्ली पुग्छ । उसको केही नाम हुँदैन । यन्त्रको खोजीमा हिडिरहेकै बेला एकजाले उसलाई सोध्छ, पीके के हो ? त्यहींबाट उसको नामै पीके हुन्छ । एकदिन पीकेले एक टीभी रिपोर्टरलाई भेट्छ, जो स्टोरीको खोजीमा हिडेका हुन्छन् । उनले पीकेको कथा सुन्छन् तर, कहानी उनलाई फेक लाग्छ । तर, एकदिन उनलाई लाग्छ, पीके सच्चा हुन् र पीकेको यन्त्रलाई फर्काउने निर्णय गर्छन् । यसपछि तपाईं मनमा प्रश्न लिएर घरतर्फ फर्किनु हुनेछ ।

■ **एमपी सुब्बा**

जियोनीका दुई नयाँ मोबाइल

विश्वप्रसिद्ध जियोनी ब्राण्डका मोबाइलले नेपालमा बजार विस्तार गरेको तीन महिना पूरा भएको छ । यस अवधिमा जियोनी मोबाइललाई नेपाली उपभोक्ताहरूले निकै रूचाएको जियोनीको आधिकारिक नेपाल वितरक टेलेटक प्रालिका सीइओ सञ्जय अग्रवालले दाबी गरेका छन् ।

सीइओ अग्रवालले नेपालमा जियोनी मोबाइल लन्च भएको तीन महिनामा २० हजार मोबाइल सेट बिक्री भएको जानकारी समेत दिए । जियोनीको गुणस्तर तथा विश्वसनीयताले नेपालमा यसले चाँडै बजार लिएको सीइओ अग्रवाल बताउँछन् । जियोनी मोबाइलको डिजाइनदेखि ब्याकअप सबै राम्रो मात्र नभई हालसम्मकै स्लिम मोबाइलको प्रतिस्पर्धामा अग्रपंक्तिमा समेत रहेको टेलेटकका निर्देशक प्रतीक चलानले बताए ।

यसै क्रममा जियोनीले नेपाली बजारमा दुई नयाँ मोबाइल इलाइफ एस- ५.१ र एम थ्री म्याराथोन सेट बिक्री प्रारम्भ गरेको छ । कम्पनीका अनुसार जियोनी इलाइफ एस-५.१ मा ४.८ इन्चको एमोलेड डिस्प्ले, ८ मेगापिक्सेलको रेयर क्यामरा र ५ मेगापिक्सेलको फ्रन्ट क्यामरा, ओक्टा कोर १.७ गिगाहर्ज प्रोसेसर, १ जिबी र्‍याम र १६ जिबी इन्टर्नल स्टोरेज, गोरिल्ला थर्डजेन ग्लासलगायत विशेषता छन् ।

त्यस्तै, एम थ्री म्याराथोन सेटमा ३३.७ घन्टासम्म चार्जविनै टकटाइमको बेग्लै सुविधा रहेको कम्पनीको दाबी छ । साथमा यसमा ओटिजी रिभर्स चार्ज, ओटिजी डाटा ट्रान्सफर, हटनट, ब्ल्याक स्क्रिन गेस्चरको नियन्त्रणलगायत विशेषता छन् ।

१.३ गिगाहर्ज क्वार्ड कोर प्रोसेसर, ५ इन्चको एचडी डिस्प्ले, डिटिएस साउन्ड, पछाडि ८ मेगापिक्सेल र अगाडि २ मेगापिक्सेलको क्यामेरा सुविधा रहेको छ । यी दुई जियोनीका मोबाइल सेटको नेपाली बजार मूल्य ३० हजार तथा २० हजार रूपैयाँ तोकिएको छ ।

होण्डाको न्यू इयर एक्सचेञ्ज

होण्डा कम्पनीको आधिकारिक विक्रेता ज्योति ग्रुपअन्तर्गत स्याकार कम्पनीले नयाँ एक्सचेन्ज अफर ल्याएको छ । न्यू इयर एक्सचेन्ज नाममा पुरानो बाइकबाट नयाँ बाइक सट्टापट्टा गर्न पाइने कार्यक्रम ल्याएको छ । यस अफरमा ग्राहकले पुरानो बाइकसँग नयाँ बाइक साट्न सक्नेछन् । स्याकार ट्रेडिङ कम्पनीले जनाए अनुसार ग्राहककै मागमा यस्तो अफर ल्याइएको हो । स्याकार कम्पनी सन् १९६८ मा स्थापना भएको हो । यस कम्पनीले स्थापनाकालदेखि नै होण्डा मोटरसाइकलको व्यापार गर्दै आएको छ ।

कम्पनीले होण्डा कारको व्यापार भने सन् २००२ बाट गर्दै आएको हो । स्याकार कम्पनीका सौरभ ज्योतिले होण्डा मोटरसाइकल तथा होण्डा कारको व्यापार ज्योति समूह अन्तर्गत स्याकार ट्रेडिङ् कम्पनी प्रालिले गर्दै आएको बताएका छन् । कम्पनीले प्रतिस्पर्धी रूपमा उच्च गुणस्तरको होण्डा मोटरसाइकल तथा स्कुटर ग्राहकहरूलाई उपलब्ध गराउँदै आएको ज्योतिले बताए । ज्योतिले तोकिएको दिनमा सम्बन्धित शोरूमहरूबाट ग्राहकहरूले आफ्नो कुनै पनि पुरानो मोटरसाइकल तथा स्कुटर ल्याई उचित मूल्यमा होण्डाको कुनै पनि मोटरसाइकल तथा स्कुटरसँग साट्न सक्ने जानकारी दिए ।

महिन्द्राको नयाँ वर्ष योजना

नयाँ वर्ष २०१५ को उपलक्ष्यमा महिन्द्रा टू ह्वीलर्सले नयाँ वर्ष नवीन हर्ष उपहार योजना ल्याएको छ । महिन्द्रा टू ह्वीलर्सका बाइकहरु नेपालका लागि अत्यन्त उपयुक्त भएको कम्पनीको दाबी छ ।

अत्यधिक माइलेज, एन्टी थेप्ट अलार्म, एड्जस्ट गर्न मिल्ने सिट र मनमोहक बनावट लगायतका फिचर रहेको कम्पनीले बताएको छ । महिन्द्रा टू ह्वीलर्सले आधुनिक सुविधा

सम्पन्न सर्भिस सेन्टर स्थापना गरेर ग्राहकलाई विक्री पश्चात सुविधा प्रदान गरेको पनि कम्पनीले जनाएको छ ।

नयाँ वर्ष योजना अन्तर्गत महिन्द्रा टू ह्वीलर्सले आफ्ना ग्राहकहरूलाई कुनै पनि महिन्द्रा टू ह्वीलर्सको खरीदमा ७ हजार छुट प्रदान गर्ने भनेको छ । छुट देशभर रहेका महिन्द्रा टू ह्वीलर्सको शोरूममा उपलब्ध हुनेछ । योजनाको अवधि फागुन ३ गतेसम्म रहेको जनाइएको छ ।

गीताञ्जली ज्वेलर्सको नयाँ वर्ष छुट

ज्वेलरी ब्रान्ड गीताञ्जलीले नयाँ वर्ष २०१५ को अवसरमा ऊर्जा ज्वेलर्ससँगको सहकार्यमा बृहत् विवाह योजनामार्फत भारी छुट योजना ल्याएको छ ।

नववर्षको दिनदेखि सुरू भएको बृहत् छुट मेलामा ग्राहकले कुनै पनि सुनको नेक्लेस वा चुराको खरिदमा ३० प्रतिशतसम्म छुट पाउन सक्नेछन् । यस्तै अन्य कुनै पनि विवाहको गहना खरिदमा निःशुल्क दुलही किट पाउनुका साथै गहना बनाउने ज्यालामा आकर्षक छुट पाउन सक्नेछन् ।

जीवनमै एकचोटि मात्र आउने यो अवसरमा ग्राहकले दस महिनासम्म शून्य प्रतिशत मासिक किस्तामा स्टान्डर्ड चार्टर्ड बैंक, ग्लोबल आईएमई बैंक र नबिल बैंकमार्फत आफूले रूचाएको सुन तथा हीराको गहनाहरु खरिद गर्न सक्नेछन् । विश्वकै सर्वोत्कृष्ट गरगहना बनाउने गीताञ्जली ज्वेलर्सको शोरूम दरबारमार्गस्थित क्यापिटल मलमा रहेको छ ।

क्यानरी र क्याक्टस

■ जीवा लामिछाने

मस्कोमा हिउँको साम्राज्य विस्तार भएर चिसो बढ्दै गएपछि विन्टर होलिडेज मनाउने उद्देश्यले परिवारसहित आन्द्र महासागरस्थित स्पेन अधिनस्थ क्यानरी द्वीपमा सन् २०१४ का अन्तिम केही दिनहरु बिताउँदा केही फरक र अनौठा अनुभूतिहरु भए ।

सबट्रपिकल मौसम भएकोले क्यानरी आइल्याण्ड पनि सिंगापुर, माल्दिभ्स, सेसल्स, श्रीलंका आदि जस्तै सिंगो टापु नै सिंगारिएको बगैंचाझैं होला भन्ने मेरो अनुमान यहाँ भने गलत साबित भयो । हुन त उत्तर अफ्रिकाका अधिकांश मुलुकहरु यस्तै नाङ्गा डाँडा अथवा मरूभूमिले नै ढाकिएका छन् । क्यानरी द्वीप सक्रिय ज्वालामुखी क्षेत्रमा पर्ने भएकोले जतातते ससाना नाङ्गा र उराठलाग्दा डाँडाहरु मात्रै यहाँ देख्न सकिन्छ । यीभन्दा त हाम्रा डाँडा पहाडहरु नै कति हो कति सुन्दर छन् । पछिल्लो पटक सन् १९७१ मा क्यानरी द्वीपमा ज्वालामुखी बिस्फोट भएको थियो । लान्जारोते र द्रवेर्तेभेन्तुरा द्वीप एक्टिभ भुल्कानो एरिया मानिदा रहेछन् । ज्वालामुखी बिस्फोट भइरहने भएकोले भूकम्प जोखिम क्षेत्रमा त यी द्वीपहरु पर्ने नै भए ।

क्यानरी द्वीप समूह बलौटे नाङ्गा टापुहरूको उजाड ठाउँ मात्रै नभएर यो एउटा सुन्दर पर्यटकीय गन्तव्य पनि हो, विशेष गरी युरोपियन पर्यटकहरूका लागि । वर्षभरि नै यहाँको तापक्रम २० देखि ३२ डिग्री सेल्सियसका बीचमा रहन्छ । भूमध्य रेखाको नजिक, सब-ट्रपिकल मौसम, अनेक थरिका प्राकृतिक सम्पदा, स्याण्डी विच, आन्द्र महासागरका सुन्दर समुद्री तट, सुविधासम्पन्न अनगिन्ती होटलहरु, फिसिङ, स्कुबा डाइभिङ, कटामरिन लगायत कयौं वाटर एडभेन्चरका कारण छुट्टी मनाउनेहरु यो ठाउँलाई स्वर्ग (प्याराडाइज अफ द होलिडेज मेकर्स) नै मान्दा रहेछन् ।

पुरै द्वीप समूहको कुल जनसंख्या २ मिलियन मात्रै छ तर त्यो भन्दा कयौं गुणा बढी १२ मिलियन पर्यटकहरूले बर्सेनि क्यानरी आइल्याण्ड भ्रमण गर्छन् । क्यानरी द्वीपमा छुट्टी मनाइरहँदा प्राप्त भएको यो सूचनाले मलाई आफ्नो मातृभूमिको यादले एकछिन् सोचमग्न बनायो, जहाँ पर्यटन वर्ष र गन्तव्य नेपाल वर्ष मनाउँदा समेत वार्षिक १ मिलियन पर्यटक भित्र्याउन अझै सकेका छैनौं !

दुईवटा शहरलाई यहाँ राजधानी शहरको मान्यता प्राप्त छ, सान्ता क्रुज र ला पाल्म्स ! सायद दुईवटा शहरले राजधानीको मान्यता पाउने व्यवस्था अन्य कुनै देशमा छैन होला । सानो ठाउँ भए पनि ८ वटा त अन्तर्राष्ट्रिय हवाईअड्डा मात्रै यहाँ रहेछन् ।

यहाँ प्रायः सबै युरोपियन मुलुकबाट पर्यटकहरु आउँछन् । द्रवेरतेभेन्तुरा टापु भ्रमण गर्ने बहुसंख्यक पर्यटकहरु भने जर्मन नागरिक नै हुँदारहेछन् । यहाँको आधिकारिक भाषा स्पेनिस भए पनि प्रायः सबै ठाउँमा जर्मन भाषा बोलेको देखियो । बरू अंग्रेजी भाषा त्यति राम्रोसँग बुझ्नेजस्तो लागेन । अर्को प्रमुख द्वीप टेनेरिफेमा भने ब्रिटिश पर्यटकहरु बढी आउँदा रहेछन् ।

क्यानरी आइल्याण्ड २ हजारभन्दा बढी प्रजातिका क्याक्टस(सिउँडी)हरूको घर मानिदो रहेछ । क्यानरी आइल्याण्डको दोस्रो ठूलो टापु द्रवेर्तेभेन्तुराको दक्षिण टुप्पो मोरो हाबलेदेखि उत्तरी छेउ कोरालेहो सम्मको १०० किमी दूरी गाडीमा पार गर्दा बाटोको दायाँ–बायाँ प्रायः ससाना बुट्यानहरु मात्रै देखिन्छन् तर कतै कतै भने डाँडाका भिरमा थरिथरिका क्याक्टसहरु पनि देख्न पाइयो । पुरै जिउ काँडाले ढाकिने यो अनौठो प्रजातिको बनस्पति यस्तै ठाउँहरूमा मात्रै पाइँदो रहेछ । द्रवेर्तेभेन्तुरा ओएसिस पार्कमा भने थरिथरिका क्याक्टसहरु देख्न पाइयो । पेरू, मेक्सिको, चिले, अमेरिका, केन्या, तान्जानिया, मदागास्कार, मोरक्को आदि देशमा पाइने क्याक्टसहरु यो पार्कमा सुरक्षित छन् । कुनै कुनै प्रजातिका क्याक्टसहरु त बगैंचामा ढकमक्क फक्रिएका लोभलाग्दा फूल झैं सुन्दर छन् !

क्यानरी आइल्याण्ड झट्ट सुन्दा क्यानरी नामको एक प्रजातिको चराको नामबाट राखिएको हो कि भन्ने भान हुन्छ तर यो नाम ल्याटिन भाषाको इनसुला क्यानेरिया (Islands of Dogs) अर्थात् कुकुरहरूको द्वीप भन्ने नामबाट आएको हो । किंवदन्ती अनुसार प्राचीन कालमा यो टापुमा विशाल समुद्री कुकुरहरु पाइने गर्थे । त्यति बेला टापुका आदिवासीहरु कुकुरलाई पवित्र जनावर मानेर पूजा गर्थे !

क्यानरी आइल्याण्ड सन् १४०२ मा फ्रेन्च अन्वेषक जाँ डे बेथानकुरले पत्ता लगाएका हुन् । केही समय यी द्वीपहरु पोर्तुगिजहरूको अधिनमा पनि रहे । युरोपको सबै भन्दा ठूलो वाटरपार्क क्यानरी आइल्याण्डको तेनेरिफे टापुमा रहेको छ ।

क्यानरी आइल्यान्ड क्याक्टस, अनौठा किंवदन्ती र पर्यटक आकर्षक स्थलका रूपमा मात्र होइन अन्य कुराले पनि प्रसिद्ध छ । संसारभरिमा सबैभन्दा कम कोठा भएको होटेल क्यानरी आइल्याण्डमा छ । एल हिएरो भन्ने ठाउँको एउटा प्रसिद्ध होटेलमा जम्मा ४ वटा मात्र कोठा छन् ।

पन्ध्रौं शताब्दीको उत्तरार्द्धमा विश्व अन्वेषण गर्न निस्केका स्पेनिस सेलरहरु क्यनारी द्वीपमा पहिलो पटक विश्राम लिन्थे । क्रिस्टोफर कोलम्बसको टोली समेत क्यानरी आइल्याण्डमा केही समय रोकिएको थियो ।

आगोले नजल्ने विशेष प्रकारको काठ (पाइन् वूड) क्यनारी आइल्याण्डमा पाइन्छ । क्यानरी आइल्याण्डले सन् १९१२ देखि स्पेनको स्वायत् प्रान्तको मान्यता पाएको छ । क्यानरी द्वीपबाट १३ जना सांसदले स्पेनको सिनेटमा प्रतिनिधित्व गर्छन् । स्पेनको अधिनमा भए पनि यो द्वीप अफ्रिकी महादेशमा पर्छ । मोरक्को र पश्चिमी सहाराको समुद्री तटबाट क्यानरी आइल्याण्डसम्मको दूरी जम्मा १०० किमि मात्रै छ ।

नेपाली सामान रूचाइने चिनियाँ शहर

क्षेत्रफलका हिसाबले पाँच गुणा ठूलो भैकन पनि नेपाल र चीनको छिङ्हाइबीचको व्यापारिक आत्मीयता गहन छ । चीनको तिब्बतसँगको सदियौंदेखिको सुमधुर सम्बन्धको सुवास छिमेकी छिङ्हाइको पठारसम्म पनि फैलिएको छ । दक्षिणपश्चिममा तिब्बत स्वायत्त प्रदेशसँग सीमा जोडिएको छिङ्हाइको नाता कुनै न कुनै नेपाली व्यापारिक वस्तुसँग गाँसिएको पाइन्छ, अथवा छिङ्हाइबासीमा नेपालप्रतिको प्रभाव सकारात्मक रूपमा परेको देखिन्छ । विशेषगरी छिङ्हाइमा अधिक मात्रामा तिब्बतीहरूको बसोबास रहेकाले तिनै तिब्बतीमार्फत् नेपाली व्यापारिक वस्तु तथा हस्तकलाका सामग्रीहरूले छिङ्हाइ बजारमा स्थान पाएको देखिन्छ । विशेषगरी छिङ्हाइ बजारमा नेपाली हस्तकलाका सामग्रीहरु प्रशस्त भेटाउन सकिन्छ । नेपालमा उत्पादित हस्तकलाका सामग्रीहरु परम्परागत धार्मिक धारण गरिने वस्तुहरु, थाङ्का, रूद्राक्ष, व्यापारिक आदान प्रदान मञ्च, परम्परागत तिब्बती पोशाक, गोरखाली खुकुरी आदिमा पनि नेपालको नाम प्रसिद्धिका हिसाबले होस् वा व्यापारका हिसाबले भए पनि जोडिने गरेको पाइन्छ ।

कलाशिल्प

छिङ्हाइ भ्रमणका क्रममा सन् २०१० को अप्रिलमा क्षतिग्रस्त यू शू प्रिफेक्चरस्थित पसलहरु चाहार्दै गर्दा हिन्दु देवी लक्ष्मी, सरस्वतीको लकेट र अनेक बुद्धसँग सम्बन्धित कालिगढी र गरगहनाहरु भेटिए । ती पसलका मालिकले प्रश्न खस्न नपाउँदै जवाफ फर्काए- तिम्रो देशबाट ल्याएको । मानिसको अनुहार सहजै खुट्याउँदै उनले आफूले काठमाडौंबाट यस्ता सामग्रीहरु थुप्रै ल्याएको देखाए । छिङ्हाइका बजारमा नेपालमा उत्पादित यस्ता धार्मिक वस्तुहरु, गरगहनाहरु, आध्यात्मिक चीजबीजहरु, बुद्ध तथा हिन्दु धर्मसँग सम्बन्धित सामग्रीहरु प्रशस्तै भेट्न सकिन्छ । धेरै व्यापारीले नेपाल गएर वा नेपालमा रहेका साथीभाइ, नातेदार आदिबाट यस्ता सामग्रीहरु संकलन गरेर छिङ्हाइमा बेच्न ल्याएको पाउन सकिन्छ ।

यार्सागुम्बा

सन् २०१० को अप्रिल १४ का दिन गएको ६.९ भन्दा बढी रिक्टर स्केलको भूकम्पले झण्डै २७०० मानिसको ज्यान लिएको छिङ्हाइको पुनर्निर्मित यु यु शू प्रिफेक्चरको एउटा बजारमा यार्सागुम्बाको कसिकसाउ मोलमोलाई भैरहेको हुन्छ । भूकम्पले बाह्रौं शताब्दीको थ्रा गुम्बा र वरिपरिका गाउँहरु पनि नराम्ररी ध्वस्त हुनुका साथै धेरै भिक्षुहरूले ज्यान गुमाएको सो क्षेत्र हाल शान्त तथा जनजीवनको चहलपहलले यार्सा बजारलाई रौनकता दिइरहेको पाइन्छ । पूर्वी नेपालको संखुवासभा, पश्चिम नेपालका डोल्पा, मुगु, रूकुम, जाजरकोट र जुम्लामा भेटिने यार्सागुम्बाले धेरै नेपालीको जीवन निर्वाहमा ठूलो सहयोग गरेको छ । अधिकांश मानिसहरु उपभोग गर्नभन्दा त्यसलाई बेच्ने र बढी आम्दानी गर्ने ध्याउन्नमा रहन्छन् । स्थानीय बासिन्दा हिमालमा चरेका याक, चौंरी आदि जनावरजन्य पदार्थहरु खाएर यार्साको मागलाई आपूर्ति गर्ने बताउँछन् । यार्सा व्यापारीहरूकहाँ नेपाली यार्सागुम्बा नभए पनि नेपाल र छिङ्हाइबीचका यार्साबीचका भिन्नता थाहा छ । ती व्यापारीले भने- नेपाली यार्सामा आँखा भएको देखिन्छ तर चिनियाँमा त्यस्तो देखिँदैन । नेपाली यार्सा त्यहाँसम्म पनि पुग्ने गरेको देखिन्छ । नेपाली यार्सा अधिक मात्रामा तिब्बतमा नै खपत हुने गर्दछ ।

खुकुरी

यू शू क्षेत्रमा एक परम्परागत तिब्बती खुकुरी निर्माण गर्ने नामी कारखाना छ । एक वृद्धले लामो समयदेखि यसलाई आत्मसात गर्दै यसको उत्तराधिकार आफ्ना छोराहरूलाई सुम्पिएका छन् । उनको घरमा तातो चिया खाएपछि उनले सुनाए- नेपाली गोर्खा खुकुरीको जस्तै उनको परम्परागत तिब्बती खुकुरीको पहिचान विश्वमा फैलिएको छ । उनको भनाइबाट गोर्खा खुकुरीको पहिचान छिङ्हाइमा स्पष्टै रहेको बुझ्न सकिन्छ । तिब्बती खुकुरीको आकारप्रकार, अद्वितीय विशेषतायुक्त छ

जसले देश देशान्तरसम्म पनि उच्च प्रतिष्ठा कमाएको छ । त्यति मात्रै नभएर खुकुरी जीवनको अपरिहार्य चीज हुनुका साथै यसको प्रयोगका हिसाबले तिब्बती जीवनका सबैजसो क्षेत्रमा आवश्यकता पूर्तिको साधन बन्ने गरेको देखिन्छ । नेपाली गोर्खा खुकुरीको आफ्नै पहिचान भए पनि यसले आफ्नो विशेषतालाई अझै प्रचारप्रसार गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

थाङ्का

विशेष गरेर बुद्धका चित्रहरु बढी मात्रामा कोरिने थाङ्का कला नेपाल बाहेक विशेष गरी चीन, जापान, कोरिया मंगोलिया आदि देशहरुमा रहेको छ । छिङ्हाइ प्रान्तको ह्वाङ्नानचौ प्रिफेक्चरको थोङ् रेन् काउन्टीस्थित रकुङ् जातीय साँस्कृतिक भवन सन् २०१० मा स्थापना भएयता अनेकन बौद्ध साँस्कृतिक तिब्बती थाङ्काहरु राखिएको छ । थाङ्का कला तत्कालीन पाँचौं शताब्दीमा निरक्षर मानिसलाई बौद्ध दर्शन धर्मशास्त्रको ज्ञान दिन विकास भएको थियो । त्यसबेलाको नालन्दा विश्वविद्यालय (हाल भारतको पटना)मा तिब्बत, नेपाल तथा भारतका बौद्ध गुरुहरु यसको शिक्षा लिन त्यहाँ जाने गर्दथे । आधुनिक शिक्षा फैलिएर पनि तिब्बत, नेपालका गुम्बामा भने यो शिक्षा फैलिँदै गयो । अझ विश्वमा जति पनि थाङ्का बिक्री-वितरण हुन्छन्, तीमध्ये ९५ प्रतिशत थाङ्का नेपाली हुन्छन् ।

बौद्ध धर्मावलम्बीको पूजाकोठामा कम्तीमा एउटा थाङ्का राख्नु अनिवार्य मानिने भएकाले कहिले पनि माया मार्न नसकिने कला हो, जुन अरूद्वारा सजिलै नक्कल गर्न सकिंदैन । थाङ्का कला सिर्जना गर्न निकै अप्ठ्यारो भएकाले यसमा विशिष्टता प्राप्त गर्न कम्तीमा १५ वर्ष अध्ययन गर्नुपर्छ, जसले थाङ्कामा त्यो उचाइ प्राप्त गर्छ, उसले खाइबाको उपाधि पाउँछ । यो बौद्ध चित्रकलामा मास्टर्स गरेसरह हो । ती भिक्षुले गरिब तथा जेहेन्दार बालबालिकालाई थाङ्का शिक्षा निःशुल्क दिइरहेका थिए । तन्त्रशास्त्र, ज्योतिषशास्त्र वा औषधविज्ञानका चित्र बनाउन खाइबाको साथ चाहिनुका साथै यो निकै वैभवशाली र जटिल भएकाले धैर्यता नभएको मानिसले यो कला सिक्न सक्दैन ।

परम्परागत तिब्बती पोशाक

जनगणतन्त्र चीनको उत्तरपश्चिममा अवस्थित छिङ्हाई प्रान्त प्रशासनिक विभागका दृष्टिबाट सबैभन्दा ठूलो प्रान्त हो भने जनसंख्याका हिसाबले तेस्रो कम जनसंख्या भएको क्षेत्र हो । आधा दर्जन जातजातिको बसोबास रहेको छिङ्हाइ प्रान्त छिङ्हाइ तिब्बत पठारमा पर्दछ । त्यहाँ हान, तिब्बती, हुइ, थु, मङ्गोल र सालार जातिको सम्मिश्रण रहेको छ । तीमध्ये नेपालको हिमाली क्षेत्रका नागरिक र तिब्बती जीवनबीचमा धेरै घनिष्ठता रहेको पाइन्छ । धर्मसंस्कृति तथा रहनसहन मात्रै नभएर आदान प्रदानमा पनि सीमा वारि र पारि निकै गहन साइनो गाँसिएको पाइन्छ । तोङ्रेनस्थित एक परम्परागत तिब्बती पोशाक कारखाना छ जहाँ नेपालको हिमाली क्षेत्रबाट निर्यात गरिएका कपडाबाट परम्परागत पोशाक बनाउने गरेको उनले बताए । द टिबेटन स्पिरिट गार्मेन्ट कम्पनीका संचालकले हालसालै खोलेको सो पोशाक कारखाना पैचिङ्सम्म फैलिएको उनले बताए । तिब्बती परम्परागत पोशाक निर्माणका लागि कपडाहरु नेपाल र इटालीबाट आयात गरिएको हो ।

रूद्राक्ष

नेपाल, भारत, मलेसिया, थाइल्यान्ड, इन्डोनेसिया लगायतका जंगलमा प्रशस्तै पाइने रूद्राक्ष चीनमा जताततै पाइन्छ । छिङ्हाइ प्रान्तका विभिन्न धार्मिक स्थलहरु मात्रै नभएर अधिकांश तिब्बतीका हातमा रूद्राक्ष लगाइरहेको वा जप गरिरहेको अवस्थामा भेटिन्छ । उनीहरु धेरैलाई नेपालको रूद्राक्षको बारेमा थाहा छ । तिब्बतसँग सीमा जोडिएको हुनाले सजिलै तिब्बती बजार र चीनका अन्य भूभागमा नेपालको रूद्राक्षा फैलिएको देख्न सकिन्छ । त्यसका अलावा विभिन्न खाले व्यापारिक प्रदर्शनीमा पनि नेपालका व्यवसायीले रूद्राक्ष राख्ने भएकाले नेपालको आर्थिक पहिचानमा रूद्राक्षको पहिचान पाउन सकिन्छ । चीनका छ वटा मुख्य गुम्बामध्येको थाअर गुम्बामा पनि विभिन्न खाले रूद्राक्ष पाइन्छन् जहाँका व्यापारीहरूले नेपालबाट ती रूद्राक्षहरु आयात गरेका हुन् ।

मुकुण्डो

छिङ्हाइ सदरमुकाम सिनिङ्बाट करीब २०० किलोमिटर टाढा पर्ने ह्वाङ्नान चौ प्रिफेक्चरमा एक कलाकारले मुकुण्डो संग्रहालय स्थापना गरेका छन् जहाँ जाने वित्तिकै प्रायः नेपालीले नेपालभित्र भएको अनुभव गर्न सक्छन् । नेपालमा गाईजात्राका बेलामा प्रयोग गरिने तथा ठमेल पाटन जस्ता पर्यटकीय क्षेत्रमा पाइनेजस्ता मुकुण्डोहरु त्यहाँ देख्न सकिन्छ । प्राचीन धार्मिक संस्कृतिको झल्को दिने ती मुकुण्डोका अलावा त्यहाँ हिन्दु देवी र बुद्धका आकृतिहरु पनि संकलन गरिएको छ ।

समग्रमा नेपाल र छिङ्हाइ भौगोलिकताका हिसाबले नजिक भएकाले पनि व्यापारिक तथा मानवीय हार्दिकता रहेको महसुस हुन्छ । त्यतिमात्रै नभएर यहाँका धेरै मानिसहरु नेपाललाई नजिकबाट चिन्दछन् र एक सानो देश भैकन पनि खुसियाली र विविधताले भरिएको देशको रूपमा व्याख्या गर्दछन् ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

बिजुलीरहित छापा संग्रहालय

मुद्रणकला चीनको पुराना कालका चार महान आविष्कारहरूमध्ये एक हो । परम्परागत काठको ब्लकबाट हुने मुद्रण प्रविधि वर्तमान कम्प्युटर इन्टर्नेट युगमा देख्न पाइँदैन तर छिङ हाइ-तिब्बत पठारको दक्षिण-पूर्वी सीमा क्षेत्रमा पर्ने स छ्वान कान च तिब्बत जातीय स्वायत्त प्रिफेक्चरको दग सूत्र मुद्रण घरमा परम्परागत काठको ब्लकद्वारा हुने मुद्रण प्रविधिको प्रयोग देख्न पाइन्छ ।

दग नै खाङ पा तिब्बती क्षेत्रको सांस्कृतिक केन्द्र हो । दग सूत्र मुद्रण घर र तिब्बत ल्हासा मुद्रण, कान सु लाब्राङ सूत्र मुद्रण घरलाई तिब्बतका तीनवटा मुख्य सूत्र मुद्रण घर मानिन्छ । तीमध्ये दग सूत्र मुद्रण घर नै सबभन्दा बढी किसिमका तिब्बती सांस्कृतिक पुस्तक, सबभन्दा उच्च मुद्रण गुणस्तर भएको रूपमा यी तीनटा मुख्य सूत्र मुद्रण घरको प्रथम स्थानमा बसेको छ । दग सूत्र मुद्रण घरको तिब्बती शास्त्री च अर दो जि बताउँछन्- 'सूत्र मुद्रण घरको मुद्रण प्रक्रियाको इतिहास २ सय ८४ वर्ष पुरानो भइसक्यो । त्यसअघि दग काठको ब्लकबाट मुद्रण प्रविधि लगभग दुई सय वर्षको इतिहास भइसक्यो । त्यसैले सम्पूर्ण दग काठको ब्लकबाट हुने मुद्रणको इतिहास लगभग पाँच सय वर्षको भइसक्यो ।'

दग सूत्र मुद्रण प्लेटको लामो इतिहास छ । साथै प्लेट बनाउने प्रक्रिया पनि निकै परिष्कृत छ । यसमा परम्परागत कला र प्रक्रियाको प्रयोग भइरहेको छ । यस सम्बन्धी च अर दो जि भन्छन्- 'दग सूत्र मुद्रण घर स्थापना भएयता सूत्र मुद्रण प्रक्रिया यस प्रकार छन्- 'पहिलो मुद्रण प्लेट उत्पादन, दोस्रो मुद्रण प्लेट कुँद्नु, तेस्रो मुद्रण प्लेट चेक र अन्तमा मुद्रण प्लेट राख्नु हो ।'

दग सूत्र मुद्रण घरमा प्रयोग गरिएको मुद्रण प्लेट रातो सरूउबाट बनाइएको हो । सानो आगोमा सुक्खा पारेर केही महिनासम्म गोबरको खाल्डोमा राखिन्छ । त्यसपछि निकालेर पानीमा उमालिन्छ अनि सुक्खा बनाइन्छ । अन्तमा कुँदिन्छ । कुँद्ने कर्मचारीको कडा जाँच गरी छान्नुपर्छ । कुशल प्रविधि हुनुका साथै राम्रो तिब्बती भाषा र पेन्टिङ आधार पनि चाहिन्छ । राम्रोसँग कुँद्नका लागि हरेक कर्मचारीले प्रतिदिन एक इन्चको मुद्रण प्लेट मात्र कुँद्नसक्ने मुद्रण घरको नियम छ ।

कुशल प्रविधि र दग सूत्र मुद्रण घरका मेहनती कर्मचारीले राम्रो आय आर्जन गर्छन् । मुद्रण घर स्थापना भएको सुरुमा मुद्रण प्लेट कुँद्ने कर्मचारीको आयलाई सुनको रूपमा दिइन्थ्यो ।

कुँदिएको मुद्रण प्लेटलाई बाह्र पटकसम्म कडा परीक्षण गरिन्छ । त्यसपछि नौनीमा एक दिनसम्म राखेर फेरि सुक्खा गरिन्छ । अनि 'सु पा' नामक एक किसिमको जटिबुटीबाट उम्लिएको पानीलाई प्लेटमा पेटिङ गरिन्छ,

जसबाट कीरा प्रतिरोध गर्न सकिन्छ । यत्रो जटिल तथा कडा प्रक्रियाबाट बनाइएको दग सूत्र मुद्रण प्लेट सयौँ वर्षसम्म राख्न सकिन्छ ।

मुद्रण प्लेट बनाइएपछि दोस्रो तलामा पर्ने सूत्र कोठामा राखिन्छ । किनभने मुद्रण घर काठबाट निर्माण भएको हो । साथै धेरै काठबाट बनाइएको सूत्र प्लेट राखिन्छ । त्यसैले हालसम्म मुद्रण घरमा बिजुली बत्ती छैन । मुद्रण कर्मचारीले झ्यालबाट आएको प्राकृतिक प्रकाशमार्फत काम गर्छन् । मुद्रण घरमा उज्यालो छैन तर सिपालु कर्मचारीले ३.२ लाख वटा प्लेटमा चाहिने सामग्री सजिलै खोज्न सक्छन् ।

सन् २००९ मा दग सूत्र मुद्रण घरको परम्परागत कुँद्ने र मुद्रण गर्ने कला तथा प्रक्रियालाई संयुक्त राष्ट्र संघीय 'मानव जातिको अमूर्त सम्पदाको प्रतिनिधि सूची'मा राखियो । हाल दग सूत्र मुद्रण घरले 'विश्व सांस्कृतिक सम्पदा सूची'मा प्रवेश हुन आवेदन गरेको छ र वैकल्पिक सूचीमा परिसकेको छ ।

दग सूत्र मुद्रण घर प्रशस्त तिब्बती पुस्तक, थुप्रै किसिम, विभिन्न सम्प्रदायका पुस्तक राखिएको रूपमा विश्वव्यापी नामी छ । त्यहाँ आठ सय तीस वटा पुरानो तिब्बती पुस्तक राखिन्छ, तीमध्ये सत्तरी प्रतिशत तिब्बती बुद्ध धर्मसम्बन्धी छन् र तिब्बती जातिको इतिहास, राजनीति, अर्थतन्त्र, धर्म, चिकित्सा आदि क्षेत्र समावेश छन् । साथै विश्वमा अहिले पनि केही प्रतिहरु रहेका छन् जस्तो भनौँ तीन सय वर्षको इतिहास भएको संस्कृत, नेपाली, तिब्बती भाषामा लेखिएको 'पान रो बा छ्येन सुङ' । विश्वमा यो एकमात्रै पुस्तक हो। चिनियाँ कम्युनिष्ट पार्टी केन्द्रीय समितिअन्तर्गत दग जिल्ला शाखाको प्रचारप्रसार विभागका स्थायी उपप्रमुख ऊ च वनले यसरी प्रष्ट्याए- 'हाल हामीले राखेको सबभन्दा मूल्यवान पुरातात्विक वस्तु पान रो बा छ्येन सुङ हो ।'

उदारता नै दग सूत्र मुद्रण घरको सबभन्दा ठूलो विशेषता हो। त्यहाँ सम्प्रदायबीच भेदभाव छैन। यसरी नै हरेक सम्प्रदायको पुस्तक र तिब्बती क्षेत्रमा पाँच सम्प्रदायबीच मेलमिलापलाई बढाएको छ। यसबाट तिब्बतमा दग सूत्र मुद्रण घरको उच्च स्थान लिएको छ साथै त्यसको दिगो विकासका लागि सुदृढ आधार पनि बनाएको छ।

यी तिब्बती पुस्तकको राम्रोसँग संरक्षण गर्न र खाङ पा संस्कृतिको संरक्षण तथा उत्तराधिकार गर्नका लागि गत अगष्ट महिनामा कान च खाङ पा संस्कृति अध्ययन केन्द्रले सम्बन्धित कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो । तीमध्ये दग डिजिटल सूत्र मुद्रण घरले आधुनिक प्रविधि लिएर पुरानो पुस्तकलाई डिजिटल रूपमा विकास गरी राखेको छ ।

आधुनिक प्रविधिबाट सूत्रको मुद्रण गर्न धेरै सुविधा पारिएको छ तर दक्षिण-पश्चिमी राष्ट्र विश्वविद्यालयका विशेषज्ञ कन छ्यु दङ चको विचारमा दग सूत्र मुद्रण घरको मुद्रणका लागि हस्त प्रविधि प्रयोग गर्नु नै राम्रो छ नत्र परम्परागत हस्तकला हराएर जाने डर हुन्छ । उनको विचारमा लोक सामान सधैँ नै लोक सामान हो । त्यसको आफ्नो हस्तकला मूल्य छ, पुरातात्विक वस्तुको मूल्य छ, सांस्कृतिक मूल्य पनि छ । मेसिनले बनाएको सामानको त्यति मूल्य हुँदैन । मेरो प्रस्ताव हो- यदि धेरै मुद्रण गरेमा हस्त मुद्रण गर्नुपर्छ । परम्परा कायम राख्नुपर्छ नि ।

उदारता नै दग सूत्र मुद्रण घरको सबभन्दा ठूलो विशेषता हो । त्यहाँ सम्प्रदायबीच भेदभाव छैन । यसरी नै हरेक सम्प्रदायको पुस्तक र तिब्बती क्षेत्रमा पाँच सम्प्रदायबीच मेलमिलापलाई बढाएको छ । यसबाट तिब्बतमा दग सूत्र मुद्रण घरको उच्च स्थान लिएको छ साथै त्यसको दिगो विकासका लागि सुदृढ आधार पनि बनाएको छ ।

दग सूत्र मुद्रण घर एक मुद्रण घर मात्रै होइन तर एउटा मुद्रण संग्रहालय र सांस्कृतिक सम्पत्ति पनि हो ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

तिब्बतमा क्याथोलिक चर्च !

तिब्बतबारे चर्चा गर्दा सबैलाई तिब्बती बौद्ध धर्मको याद आउँछ । तिब्बती बौद्ध धर्म नै तिब्बतीहरूको मुख्य धर्म हो । तर थोरैलाई थाहा छ होला, तिब्बतको पूर्व ढोकाको रूपमा मानिएको छाङ तु क्षेत्रको शाङ येन चिन गाउँमा तिब्बती बौद्ध धर्मका विभिन्न सम्प्रदायले समृद्धि प्राप्त गरिरहेको मात्र नभई तिब्बतभरि एक मात्र क्याथोलिक चर्च पनि अवस्थित छ । सो क्षेत्रमा सयौँ क्याथोलिक बसेका छन् । त्यहाँ विभिन्न धर्मसँग साढे एक शताब्दीसम्म मिलेर बसिरहेका छन् ।

नं २१४ राजमार्गको छेउमा छाङ तु क्षेत्रको माङ खाङ जिल्लाको ना सी टाउन्सीपको शाङ येन चिन गाउँ पर्दछ । येन चिन क्याथोलिक चर्च त्यहाँ अवस्थित छ । त्यहाँ पश्चिमी र तिब्बती वास्तुकलाको राम्रो समिश्रण छ । भित्रबाट हेर्दा विशिष्ट गोथिक शैलीको ठूलो तथा अग्लो गुम्बज देखिन्छ र सिलिङमा बाइबलसम्बन्धी भित्ते चित्र रहेको छ । यसलाई बाहिरबाट हेर्दा सामान्य तिब्बती घर जस्तो देखिन्छ । यस्तो मिलेको शैली देख्दा जो सुकैलाई पनि धेरै जिज्ञासा लाग्छ । तिब्बती बौद्ध धर्मको संस्कृति यति समृद्धि भएको क्षेत्रमा विदेशी धर्मको रूपमा रहेको क्याथोलिक चर्च कसरी तिब्बतमा निर्माण र विकास भयो ? येन चिन क्याथोलिक धर्म प्रशासन समितिका प्रमुख लुरनदी यसबारे भन्छन्- 'यो चर्चलाई सन् १८६५ देखि १९३० सम्म फ्रान्सको प्यारिस मिसनले स्थापना गरी व्यवस्थापन गरेको थियो । सन् १९३० देखि १९४९ सम्म फ्रान्सेली मिसनले स्वीजल्याण्ड मिसनलाई हस्तान्तरण गऱ्यो र उनीहरूले व्यवस्थापना गरे । यसरी नै स्थापनादेखि सन् १०४९ सम्म येन चिन क्याथोलिक चर्च विदेशी मिसनरीको व्यवस्थापनमा सञ्चालित थियो । सन् १९४९ मा यो चर्चलाई खारेज गरियो । अनि सन् १९८२ पछि पुनः सुरू भयो । हाल शाङ येन चिन गाउँका छ सय पचासभन्दा बढी क्याथोलिक धर्मावलम्बीहरु छन् । तिनीहरूमध्ये धेरैजसो तिब्बती हुन् साथै ना सी जाति र हान जातिका मानिस पनि छन् ।'

कूल जनसंख्या आठ सयभन्दा बढी पुगेको शाङ येन चिन गाउँमा क्याथोलिकको अनुपात असी प्रतिशतभन्दा बढी छ । साथै त्यहाँ केही तिब्बती बौद्ध धर्मावलम्बीहरु पनि बस्छन् । तर त्यसले

एक परिवारमा दुई किसिमका धर्म मान्न दैनिक जीवनमा धेरै असुविधा हुनसक्छ । उदाहरणका लागि बौद्ध धर्ममा भाग्यमाथि विश्वास गरिन्छ भने क्याथोलिकहरूले भाग्यमाथि विश्वास गर्दैनन् । यसरी हेर्दा दैनिक जीवनको सानो कुरामा मात्र मतभेद देखिन्छ, तर ठूलो कुरामा मतभेद छैन । क्याथोलिक परिवारले विवाह गर्न चर्चमा जान्छन् भने बौद्ध धर्म परिवारबीच विवाहअघि दुई परिवारले सल्लाह गर्नुपर्छ । एउटै धर्म मान्ने सहमति भएपछि विवाह हुन्छ । यदि एउटै धर्म नमान्ने भएमा आफ्नो स्वतन्त्रताअनुसार धर्म छान्न सकिन्छ ।

उनीहरूलाई एउटै गाउँ, अझै कहाँसम्म भने एउटै घरमा मेलमिलापयुक्त रूपमा बस्नका लागि कुनै पनि प्रभाव पारेको छैन ।

गाउँमा तिब्बती बौद्ध धर्मावलम्बीहरु पनि छन्, क्याथोलिकहरु पनि छन् । आश्चर्यपूर्ण कुरा भनेको एकै परिवारमा दुवै धर्म मान्ने मानिस पनि छन् । उनीहरु निकै मेलमिलापयुक्त रूपमा बस्छन् । पहिला त क्याथोलिक विदेशबाट आएको धर्म भएकोले विभिन्न धर्मसँग द्वन्द्व थियो । तर अहिले सबैको विचार खुला भयो, पार्टीको धार्मिक नीति पनि राम्रो भयो, दुईवटा धर्मका अनुयायीहरु मेलमिलापयुक्त रूपमा बस्नसक्ने मात्र नभई एकै परिवारका दुई धर्मका धर्मावलम्बीबीच पनि मेलमिलापयुक्त रूपमा बस्न सक्छन् । अलगै धार्मिक जीवन बिताउँछन् । उनीहरु एकआपसमा हस्तक्षेप गर्दैनन् ।

लुरनदीका अनुसार एक परिवारमा दुई किसिमका धर्म मान्दा केही असुविधा हुन्छ तर परिवारको मेलमिलाप र स्थिरतामाथि प्रभाव परेको छैन । मतभेद भएमा सल्लाह गरी समाधान गरिन्छ, परिवारका कुनै पनि सदस्यले अरूको धर्ममाथि हस्तक्षेप गर्दैन । एक परिवारमा दुई किसिमका धर्म मान्न दैनिक जीवनमा धेरै असुविधा हुनसक्छ । उदाहरणका लागि बौद्ध धर्ममा भाग्यमाथि विश्वास गरिन्छ भने क्याथोलिकहरूले भाग्यमाथि विश्वास गर्दैनन् । यसरी हेर्दा दैनिक जीवनको सानो कुरामा मात्र मतभेद देखिन्छ, तर ठूलो कुरामा मतभेद छैन । क्याथोलिक परिवारले विवाह गर्न चर्चमा जान्छन् भने बौद्ध धर्म परिवारबीच विवाहअघि दुई परिवारले सल्लाह गर्नुपर्छ । एउटै धर्म मान्ने सहमति भएपछि विवाह हुन्छ । यदि एउटै धर्म नमान्ने भएमा आफ्नो स्वतन्त्रता अनुसार धर्म छान्न सकिन्छ ।

५५ वर्षका दायी शाङ येन चिन गाउँका गाउँले हुन् । उनी क्याथोलिक धर्म मान्छन् तर उनकी पत्नीले तिब्बती बौद्ध धर्म मान्छिन् । दायीको घरको हलमा जिसस र शाक्यामुनिको तस्विर सँगै राखिएको छ । उनीहरूका दुई बच्चा छन् । परिवारका चार जनाले फरक धर्म मान्छन् तर पनि उनीहरूको परिवारमा मेलमिलापपूर्ण वातावरण छ । दायी भन्छन्- 'बौद्ध धर्मको कार्यक्रममा हामीले पनि भाग लिन्छौं, क्याथोलिकको कार्यक्रम भयो भने बौद्ध धर्मावलम्बीलाई पनि निमन्त्रणा गरिन्छ । एकआपसमा कुनै द्वन्द्व छैन । मेरा दुई बच्चा आफैँले क्याथोलिक धर्म छानेका छन् । उनीहरु हाल ल्हासाको स्कुलमा अध्ययनरत छन् र बौद्ध धर्म मान्ने अरू विद्यार्थीसँग बस्न, सिक्न कुनै पनि असुविधा छैन ।'

क्रिस्मसलगायत परम्परागत क्याथोलिक चाड-पर्व हुँदा शाङ येन चिन गाउँमा क्रिस्मस ट्री र सान्ता क्लज प्राप्त हुँदैन । क्रिस्मस मनाउनका

लागि चर्चले पनि स्थानीय बौद्ध धर्मावलम्बीलाई निमन्त्रणा गर्छ । साथै बौद्ध धर्मको परम्परागत चाड-पर्व हुँदा क्याथोलिकहरूलाई निमन्त्रणा गरिन्छ र मिलेर चाडपर्व मनाइन्छ ।

(साभार : सीआरआई नेपाली सेवा)

शशीको सोच

नेपाली संगीत बजारमा गायिका शशी रावलको बेग्लै पहिचान रहेको छ । १० वर्ष अगाडिबाट सांगीतिक यात्रा सुरू गरेकी शशीका तीन वटा गीति-एल्वम सार्वजनिक भइसकेका छन् । चाहना सकियो बहाना सकियो, तिम्रो हात समाइ, त्यो ज्यानले मार्‍यो बोलका आधा दर्जनभन्दा बढी गीत हिट बनिसकेका छन् । कवाली टाइपको गीत गाउने उनी नयाँ एल्वम निकाल्ने तयारीमा छिन् । गीत गायनको अलावा संगीत दिने कार्य पनि गर्दै आएकी छन् । १० वटा गीतको कम्पोज गरिसकेकी छन् । नेपाल संगीतकार संघमा महिला संगीतकारको प्रतिनिधित्व गरेर कार्यसमितिमा समेत क्रियाशील उनी आफूलाई पहिला गायिका अनि संगीतकार भन्न रूचाउँछिन् । उनै शशी रावलको शब्दमा उनकै सोच र विचार-

संगीत र गायन

संगीत र गायन यो मेरो जिन्दगीसँग जोडिएको नाम नै हो । संगीत र गायन मेरो लागि बाँच्ने औषधि नै जस्तो लाग्छ । म संगीत र गायनबाट टाढा कहिले पनि हुन सक्तिन । मलाई लाग्छ- म संगीतकै लागि बाँचेकी हुँ । संगीत नै मेरो जीवन हो । सानैबाट मेरो सपना संगीत नै बन्यो । सानैदेखि मलाई गाउन असाध्यै मन पर्दथ्यो । मेरो रूचिको विषय नै संगीत भएकोले मैले यसलाई प्यासनकै रूपमा लिएँ । त्यही प्यासनले म गायिका एवम् संगीतकार बनेकी छु । संगीत बाहेक मैले हालसम्म अरू सोचेकी छैन । संगीतले नै हालसम्म मलाई बचाइराखेको छ । संगीत बाहेक मेरो अर्को काम छैन । संगीतले अब जीवन धान्न अलि गाह्रो होला जस्तो भएको छ । साइड जब गर्ने सोचमा रहेकी छु । यसको मतलब कसैको अण्डरमा बसेर जागिर खान खोजेकी होइन । कुनै व्यवसाय सुरू गरेर जागिर दिने सोच गरेकी हुँ । शायद म कुनै बिजनेब सुरु गर्छु होला । मैले बीबीएस पास गरेकी छु । एमबीए पढ्ने सोचमा त छु तर समयले साथ दिएको छैन । विस्तारै पढ्ने छु ।

मोडल र मोडलिङ

मलाई लाग्छ हरेक मान्छे आफ्नो जीवनको आफै मोडल हो । धेरैले मलाई तपाई मोडल जस्तो पनि देखिन्छ भन्छन् । म सबैलाई भन्ने गरेकी छु- म मोडल होइन । मेरा कतिपय गीतका भिडियोमा म्युजिक भिडियो निर्देशकहरूले मोडल बनेर मोडलिङ गर्न भने पनि मैले मेरै गीतको लिपसिङ बाहेक मोडलिङ गरेकी छैन । मोडलिङ गर्ने मेरो कार्य होइन जस्तो लाग्छ ।

फेसन र फेसनेबल

सेलिब्रेटी भएपछि अलि फेसनेबल हुनु आवश्यक छ । त्यसैले गर्दा अलि-अलि फेसनेबल बनेकी छु । त्यसको मतलब भद्दा फेसन गर्ने पक्षमा छैन । समय सुहाउँदो फेसन गर्न मलाई बढी मन पर्छ । अहिले माघ महिनाको जाडो छ । यो जाडो महिनामा मलाई अरूलाई जस्तो फिटिङवाला बाक्लो पहिरन लगाउन मन पर्दछ । जाडोमा हल्का लङ् कोट, बुट लाउने गरेकी छु । स्कुटीमा ओहोरदोहोर गर्नुपर्ने भएकोले वीनसिटर, मास्क तथा पन्जा लाउने गरेकी छु । राम्री बन्न कहिलेकाही ब्युटीपार्लर जाने गरेकी भए पनि सामान्य मेकअप म आफैले गर्ने गरेकी छु । शरीरलाई फिट एण्ड फाइन बनाउन बेला-बेलामा स्पा गर्नु पर्दछ भन्ने त थाहा छ तर हालसम्म स्पा गरेकी छैन ।

महिला र महिला हिंसा

समाजमा धेरै नै महिला हिंसाको बारेमा चर्चा तथा परिचर्चा चल्ने गरेको छ । यो हुनुमा शिक्षाको कमीले नै हो जस्तो लाग्छ । अशिक्षा तथा अज्ञानले गर्दा महिलाहरु स्वयम् सामाजिक रूपमा पिल्सिएर बसेको पाइन्छ । आफै दबिएर बस्न रूचाउने तथा दबाउनेको विरोध गर्न नसक्नु र त्यसउपर डटेर लड्न नसक्नु नै कमजोरी भइरहेको छ । त्यसैले यसको अन्त गर्न शिक्षा तथा ज्ञानको निक्कै आवश्यक भएको महसुस गरेकी छु । महिला हिंसाको अन्त गर्न स्वयम् महिलाहरु नै तातिनु आवश्यक छ ।

प्रेम र विवाह

बिहे त बीस वर्षपारि भन्ने प्रचलन रहेको छ । बीस वर्ष पुगेपछि बिहे गर्नु मेरो विचारमा ठीक जस्तो लाग्छ । परिपक्क नभइकन बिहे गर्नु ठीक होइन । बिहे त जिन्दगीको महत्वपूर्ण निर्णय हो । नयाँ जीवन पनि हो । त्यसैले यसको निर्णय गर्न निक्कै सोचविचार गर्नु आवश्यक छ । मेरो पनि बिहे गर्ने उमेर भइसकेको छ । बिहे गर्ने उमेर घर्किन लागिसकेको अनुभव पनि भइरहेको छ । अब चाँडै यसतर्फ सोचविचार गरिरहेकी छु । कहिले भनेर निर्णय लिइसकेकी छैन । लभ या एरेन्ज कुन टाइपको बिहे हुन्छ ? त्यो भोलिका दिनमा नै थाहा हुन्छ ।

दुर्लभ मोती अर्थात् ब्ल्याक पर्लज्

महासागरको गहिराइमा मुश्किलले पाइने दुर्लभ मोतीलाई ब्ल्याक पर्लज् (Black Pearlz) भन्ने गरिन्छ । यही मोतीको नामबाट नै नेपाली सांगीतिक व्याण्डको नामाकरण भएको छ ।

२०६८ सालमा र्‍यापर सुजील प्वाइजनले नरिसाई देऊ बोलको गीत तयार पारेका थिए । सोही गीतको माध्यमबाट उज्ज्वल, अक्षर, सुरज र अजय नजिकिए । यही गीत तयार पार्ने र गाउने सिलसिलामा नै ब्ल्याक पर्लज् व्याण्डको स्थापना भएको व्याण्ड मेनेजर प्रभात गुरूङले बताए । सुजील प्वाइजन, उज्ज्वल, सुरज, प्रभात र अजयको टीमबाट नै ब्ल्याक पर्लज् व्याण्ड अगाडि बढिरहेको छ ।

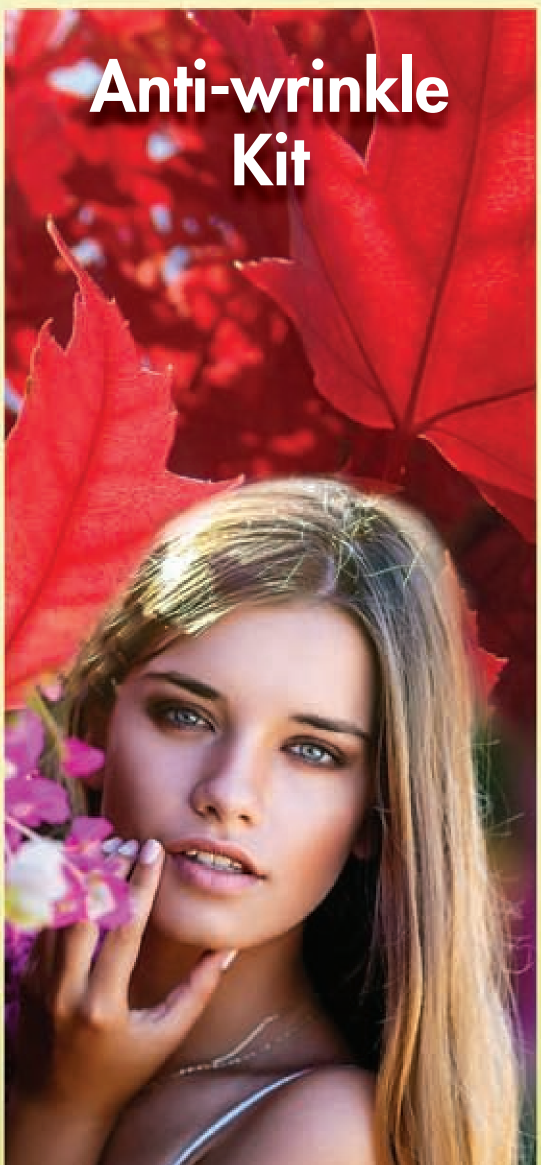
काठमाडौंका विभिन्न स्थान तथा कलेजमा लाइभ कन्सर्ट दिइसकेको यस व्याण्डले नेपाली संगीतको सुन्दर मेलोडीलाई पप संगीत मार्फत युवा पुस्तामा पुर्‍याउने लक्ष्य राखेको बताइन्छ ।

कालजयी गीतलाई वेस्टर्न म्युजिकमा फ्युजन गरेर अझ जीवन्त बनाउने कोसिसमा रहेको यस व्याण्डले समय तथा उत्सव पारेर कन्सर्ट दिने कार्य गर्दै आएको छ ।

SiBN
REDEFINING NEPALI MEDIA
Sarangi International Broadcasting Network
RADIO SARANGI
101.3 MHZ
...पूर्वको उज्यालो
RADIO SARANGI
93.8 MHz
राष्ट्रको धुन...
Radio Sarangi 101.3 MHz
Biratchowk, Morang
+977 021 546063, 546073
Radio Sarangi 93.8 MHz
Mahendrapul, Pokhara
+977 061 541882, 541883
www.radiosarangi.com

Chase Business Group

House N. 63/19, Gangahity Madhyamarga, Chabahil
Ph: 4497292, Mobile: 9841-814820



capitalFM™
92.4 cent percent yours.....

Capital FM 92.4 MHz (Malikarjun FM Pvt. Ltd.)
P.O.Box 11276, New Baneshwor, Kathmandu
Phone +977-1-4475345, 4475346
Fax: +977-1-4475344, E-mail: info@cfmonair.com

www.cfmonair.com