BUDDHA
Yatra
Issue # 45
April 2023
www.buddhaair.com

कलाकारको पहिलो उडान अनुभव

Lumbini & Beyond

Lumbini is recognized as the birthplace of Lord Buddha, but its lesser explored surrounding regions provide so much more!

Everest Man

facebook.com/buddhaair @airbuddha @buddhaairnepal

"Solutions for Mobility, Respiratory and
other Home Care requirements"
Electric Wheelchair
Rollator
Battery Operated Patient Lifter
Reclining Electric Wheelchair
Portable Electric Wheelchair
Riser & Recliner
Electric Scooter
BiPAP & CPAP
Oxygen Concentrator
MADE IN THE USA
Portable oxygen Concentrator
SURYODAYA Inc.
ENHANCING QUALITY OF LIFE
Jawalakhel, Lalitpur
+977 9863249395
+977 1 5523914
homecare@brgmed.com
www.suryodayainc.com.np
drive
DeVilbiss HEALTHCARE
EVOX

Namaste & welcome onboard Buddha Air!

First of all, I'd like to wish all our passengers a Happy Nepali New Year 2080! As we look forward to the next year, let us reminisce about everything we achieved in the last year. Bikram Sambat year of 2079 was a very eventful one for Buddha Air. We celebrated our completion of 25 years operating in the aviation industry; we sold two of our Beechcraft 1900D to a Canadian company which were the first aircraft that we had initiated domestic flights in Nepal with; we also started night flight services from Pokhara International airport. We have achieved a lot of things last year.

However, joy and sorrow are two sides of a coin. In Poush of this year, the demise of our late Founder Chairman, and my father, Late Mr Surendra Bahadur Basnet (1984-2079 BS) hit all of us hard. He was a visionary man who took Buddha Air to great heights and helped to make domestic flights affordable to all people. His presence will be greatly missed, but we will always be walking on the path that he has laid out for us.

One thing we never compromise is on safety. In order to provide an insight on the safety efforts of Buddha Air, we held a detailed press conference, the references of which are available to the public via our website. We have always worked hard to be recognized as an institutional airline which follows all management and safety procedures. We've invested billions of rupees in training, maintenance, standard spare parts and tools and infrastructure to ensure this. With this, we have adopted our motto as "Safety is our first priority".

We hope you have a wonderful flight. We look forward to any suggestions, feedback, experiences or testimonials that you would like to share with us.

Thank you for flying with Buddha Air.

Birendra Bahadur Basnet
Executive Chairperson, Buddha Air

Yatra
In-flight magazine
Jawalakhel, Lalitpur, Nepal
e-mail: yatra@buddhaair.com

Published by: *Buddha Air Pvt. Ltd.*, Jawalakhel, Lalitpur, Nepal

Editorial Board : •Khagendra Bahadur Basnet •Subarna Kharel •UL Shrestha •Ratna Rai •Dipendra Karna

IGI

Health Plus Insurance

आफ्नो र परिवारको स्वास्थ्य सुरक्षाको लागि

IGI IME GENERAL INSURANCE

IME General Insurance Limited
Corporate Office : Narayanchaur, Naxal, Kathmandu, Nepal
Phone (Hunting) : +977 1 4511510 | Fax : +977 1 4511736 | Email : info@iginepal.com

contents

Issue
April
2023

COVER STORY 06
Exploring Lumbini & Beyond

24 Discovering Newah Jewelry

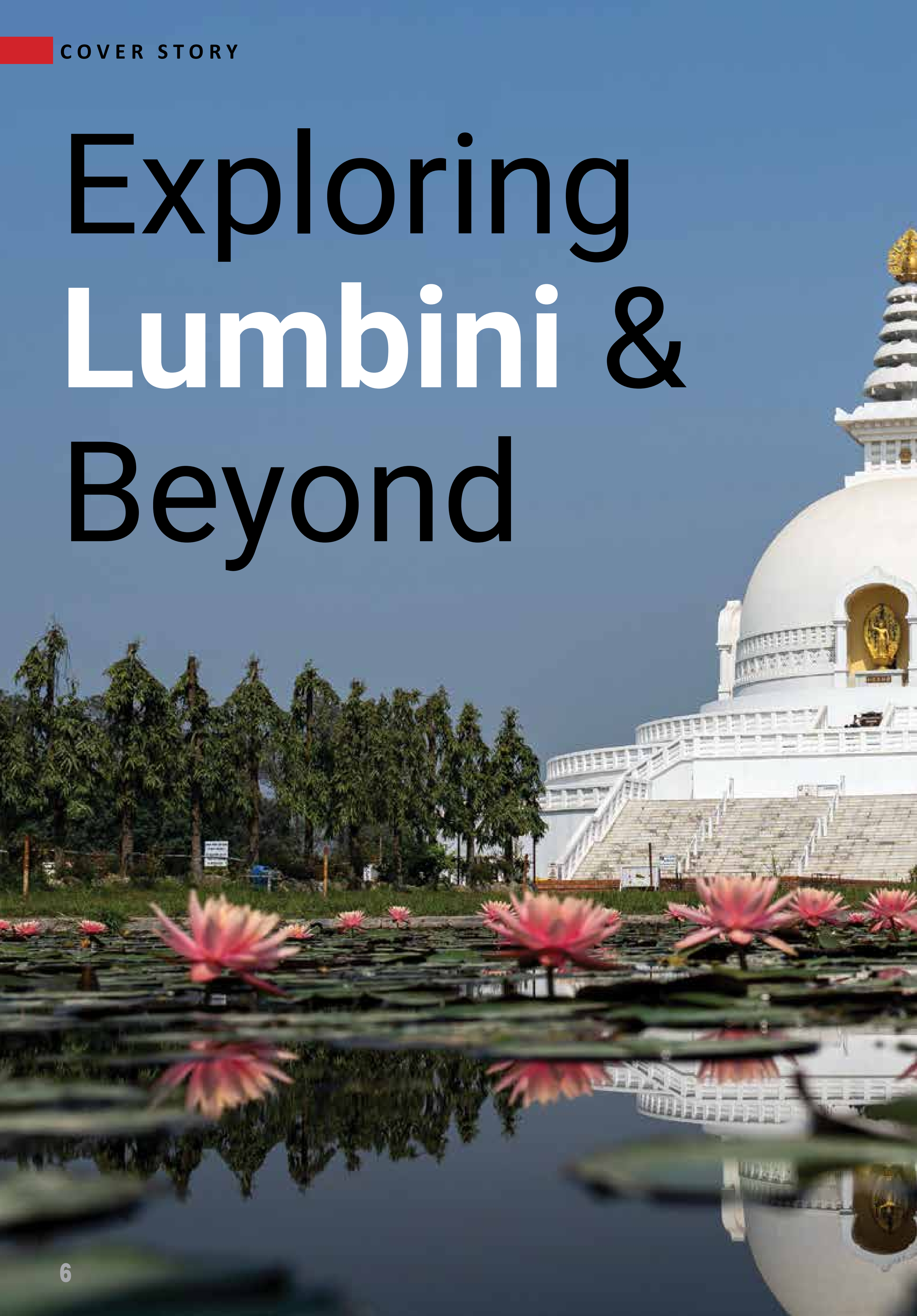
30 A trek to Annapurna North Base Camp

44 A Unique Temple on Top of a Hill

76 राष्ट्रिय झण्डाको कथा

58 टिकटकका साथी जन्ती न मलामी
• मनोज गजुरेल

Exploring **Lumbini** & Beyond



Lumbini is recognized as the birthplace of Lord Buddha, but its lesser explored surrounding regions provide so much more!

Amrit Bhadgaunle

Tilaurakot

2500 years ago, Siddhartha Gautam acquired enlightenment after leaving his palace's luxury. He renounced greed, envy, pride, lust, and rage to become the Buddha, which means "the enlightened one". Lumbini is where Gautam Buddha was born.

Gautam Buddha was born to King Suddhodana and Queen Mayadevi of Kapilvastu in 623 BC. Mayadevi, gave birth to Siddhartha near the Pushkarini pond when she was travelling with her entourage from the Tilaurakot palace in Kapilvastu to her house in Devdah.

The Mayadevi temple was constructed in the spot where Buddha was born. The temple dates between the third and fifth century. Inside the temple, there is a fourth century stone carving which depicts the birth of Prince Siddhartha with Mayadevi supporting herself with a tree branch. Her sister, Prajapati and the Devgan appear around her.

Outside the temple, there are remnants of an ancient Buddhist monastery. The Ashoka pillar, constructed in 249 BC by Emperor Ashoka stands right next to the temple. On the pillar, there is an inscription which reads, "This is the birthplace of Shakyamuni Buddha in Lumbini,"

THE DEVELOPMENT OF LUMBINI

Lumbini was discovered by archaeologists during an excavation from 1992 to 1996. They discovered the Ashoka pillar and the birth monument stone which marked its importance. Then, UNESCO declared Lumbini as a World Heritage Site in 1997.

Kudan

"Nearly 86% of the Lumbini master plan has been completed. The government has already pledged 7 billion rupees for the plan. If all goes well and we receive the funds, the project will be completed by 2026."

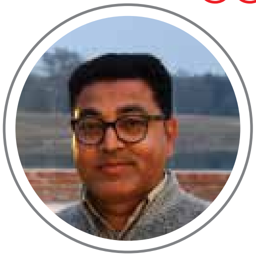
SANURAJA SHAKYA

Member Secretary, Lumbini Development Trust

"Because the Gautam Buddha International Airport has been constructed in Bhairahawa, the Nepalese government should facilitate the arrival of tourists from Buddhist nations. Ultimately, religious tourism will grow in this region."

SANJAY BAJIMAYA

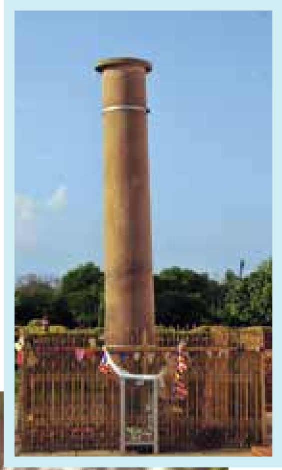
Chairman, Sotto, Lumbini Province



"We have made a 'Buddhist Circuit' to prolong the stay of tourists in the Lumbini area. Everyone has to join hands to guide tourists to all places including Lumbini, Tilaurakot, Ramgram and Devdah which are connected with Buddha."

LILAMANI SHARMA

Member, Lumbini Tourism Development Council



Ramgram Stupa

HOW TO REACH?

Kathmandu-Lumbini 325 km, 10 hours by car.

Kathmandu-Bhairawa 30 minutes by air.

Bhairahawa-Lumbini 20 km, 35 minutes by car.

A master plan for Lumbini was created in 1978 by Japanese architect, Prof. Kenzo Tange. 716 acres of land were purchased for this which was divided to three portions from north to south. The new Lumbini settlement was to the north, the Vihara region in the center and the Mayadevi temple to the south.

The Vihar region has planned construction of 42 Buddhist monasteries out of which 39 have been. A canal runs through the middle of the planned area which spans over 1600 meters. A ferry also runs through the canal for travelling convenience. South of the canal, there is the Eternal Peace Flame.

Lumbini covers a large area and you might need to travel by rickshaw, bicycle or taxi. Visit Lumbini for its peace and tranquillity. People also visit to meditate here taking refuge in Buddha's birthplace.

There is a Buddha Biraha Cultural Group in the Lumbini that teaches Buddha's teachings through music. The Bhojpuri lyrics sing about Buddha's life and teachings. They arrive at hotels while playing traditional instruments such as dhol, harmonium, farsa, and majira.

Buddha Air - Bhairahawa Team

Outside the Lumbini premises, there are other spots that are of historical importance. They are Tilaurakot, Ramgram, and Devdah. Tourism entrepreneurs have branded this as the "Buddhist Circuit". Lumbini is the birthplace of Buddha whereas Tilaurakot is where the palace where Buddha lived until the age of 29 was situated before he set out on his enlightenment journey. Devdah is where Mayadevi grew up and Ramgram is the place where Buddha's relics were buried after his cremation.

Additional Buddhist pilgrimage sites included on the Buddhist circuit tour are Niglihawa, Araurakot, Sagarhawa, Sisahnia, Kudan, Gotihawa, Rohini Khola, and Anoma River.

Lumbini is a magnificent flower garden in terms of ethnicity as several communities such as Yadav, Kurmi, Kshatriya, Bahun, Newar, and Tharu castes coexist, among others.

There are no issues with meals and lodging. According to Lumbini Tourist

Rising Artist

Sunil Harijan has just turned 20 years old but he is already recognized as a talented artist in Lumbini. He creates astounding portraits and paintings using acrylic paint. Many hotels and restaurants in Lumbini are filled with his artwork.

A first year BFA student at Lalitkala Campus in Kathmandu, he started earning money from his paintings in the eighth grade. "At the time, I would post the portraits I created on social media, and those who liked it would ask for their portraits," he recalled.

He charges about Nrs 1500 for an A4 sized portrait. Sunil began creating art after being influenced by his father Babulal's paintings. His father has been quite helpful to him. Also, his grandfather, Pyarelal was a notable sculptor.

Contact :**Sunil Harijan,** Phone: 9807471931

Development Council board member Lilamani Sharma, 82 hotels and resorts have tourism facilities in Lumbini. With 2,400 rooms and 5,000 beds, hotels are accessible to tourists regardless of their budget.

Spend at least three days in Lumbini to visit all the major attractions. There is even a Buddhist university which provides a degree in Buddhist philosophy.

SOUVENIR

At Lumbini, you can get all kinds of souvenirs related to Buddhism. You can get Buddha statues crafted from wood and clay. T-shirts, khadi fabrics, backpacks, incense, and handicrafts with images of Buddha and Lumbini are also available. Souvenirs are available at Lumbini Bazaar in front of Gate No. 5 and Parsa Bazar in front of Gate No. 3 of Lumbini.

For sweets, visit the Pawan Mishthan Bhandhar at Bhairawaha to get the famous pedas and other traditional sweets.

At Tansen, you can get Dhaka fabric and Dhlaut sawdust. There are many places to buy souvenirs here. Shaligram Shila and Gund (Sakhkhar) are the specialities of Ridi Bazaar.

Delicious Tharu food

Taste local Tharu cuisine in Lumbini at 'Alina Restaurant and Tharu Kitchen'.

A vacation to Lumbini would not be complete without sampling some local Tharu cuisine. Discover local dishes while strolling around the surrounding villages. One such restaurant in the market is 'Alina Restaurant and Tharu Kitchen'.

It was opened 9 years ago by Dhirendra Prasad Chaudhary along with his brother Pradeep in Mahilbar. The restaurant is located near gate 4 of Lumbini.

40-year-old Dhirendra stated, "We have opened a restaurant on our land to promote Tharu cuisine."

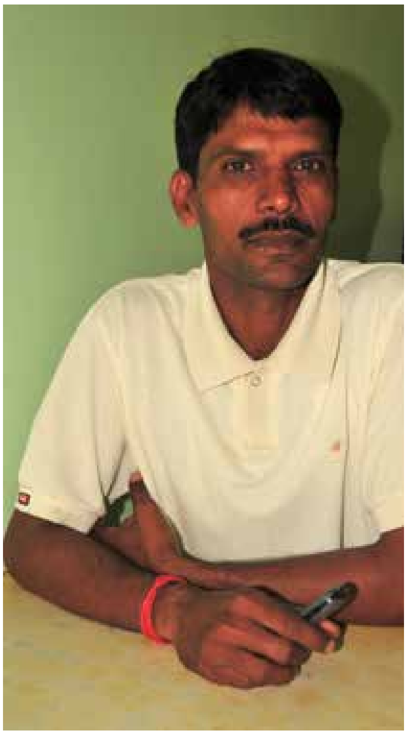
Here, you can get ghongi, dhikri, rikwach, fish, potato chokha, black nimak rice, and pigeon meat here.

'Ghongi' is a freshwater snail which is an excellent source of calcium and iron. The Dhikri is made by kneading rice flour in hot water then fried in ghee or boiled and eaten with pickles.

Rikwach is a karkalo leaf-based meal where the leaves are fried in oil with rice gram flour, salt, ginger, and garlic.

Pigeon meat is prepared from 1.5 and 2 months old birds that cannot fly. It can be fried, made into a gravy, or braised. It is consumed primarily throughout winter. Fish is another vital component of Tharu cuisine. Here, river fish and other aquatic animals such as prawns, bhoti, and crab are prepared. Likewise, black namak rice is aromatic and delicious.

CONTACT - **Dhirendra Prasad Chaudhary** – 9847031240
Alina Restaurant & Tharu Kitchen, Mahilbar, Lumbini



THE ENCYCLOPEDIA OF LUMBINI

Pralhad Yadav is a notable guide in Lumbini. He has been working as a tour guide for 20 years. He is well-versed in the geographical, spiritual, cultural, and religious topics of the entire Lumbini region. Such that he is referred to as the encyclopedia of Lumbini.

He began his career as a guide after training as a tour guide in 2002. "To visit Lumbini, you must stay here for at least three nights. Most tourists are in a hurry so they only visit the Mayadevi temple", explains Yadav, 49. "But if you go around with a guide, you will learn many things."

Contact : **Prahlad Yadav**
Phone: 9847038124

Reservoir of Jagdishpur

You will be enchanted by the chirping of the reservoir's birds, tasty meals, and the lively culture of the Tharu homestay.

Jagdishpur Reservoir (197 meters) near Kapilvastu is rich in biological diversity. It is called a bird paradise where 295 species are found, in addition to diverse flora and fauna. The reservoir situated in Wards 9 and 10 of Kapilvastu Municipality covers 225 hectares. This is a manmade reservoir which was constructed for irrigation in 1979. In August 13, 2003, this reservoir was added to the Ramsar sites list.

The Jagdishpur Reservoir has become a destination for tourists who visit this location for bird watching. Throughout winter, there is an influx of migratory birds from coming from the north.

There are hotels and community homestays for tourists near the reservoir. In the Jagdishpur village, guests are housed in 13 Tharu homes which can accommodate up to 27 people. There are rooms available with adjoining bathrooms.

In the homestay, you can get Tharu meals and also observe cultural Tharu dance programs. That is why it's preferable to stay here during the trip.

Contact : **Anil Chaudhary** – 9847713503
Chairman, Jagdishpur Reservoir Tharu Community Homestay, Kapilavastu

TANSEN

Tansen, the capital of Palpa, is a well-known highland station. At Tansen Bazar (1,372 meters), you can experience the magnetism of Magar and Newar culture. The main attractions here are the Camber roads, the Durbar Museum, Tundikhel, Sheetalpati, the Amarnarayan Temple, the Bhagwati Temple, Chaitya and Vihar, among others.

Srinagar Hill (1,492 meters) is located at the head of Tansen and provides fantastic views of the sunrise and more than 14 mountains. Mountains like Dhaulagiri, Tukuche, Nilgiri, Tilicho, Annapurna, Himchuli, Machhapuchhre, Lamjung, Manaslu, Ganesh etc.

In addition, there is a view tower. The tower provides views of the Himal, Madi Phant, and Tansen Bazaar.

Tansen also offers adventure sports. Here, you can engage in paragliding, ziplining, and downhill cycling. And, rafting in the Kaligandaki river from Ridi to Ranimahal.

The Ranimahal is a significant part of Tansen's heritage. This palace is regarded as a symbol of love. On the banks of the Kaligandaki and Barangdi rivers (530 m), Khadga Shamsher, the general of West Nepal, constructed 'Ranimahal' in honour of his wife Tejkumari.

Tejkumari died around 1889 AD. Khadga Shamsher employed an Indian engineer and spent five years constructing the Ranimahal.

Here, the river Kaligandaki runs northward. In Hinduism, it is believed that bathing, donating, or worshipping in a river that flows northward will bring great prosperity.

At Tansen, you can get hearty dishes such as Batuk, duck choila, and chukauni that are well suited for food connoisseurs. Hotels, resorts, and homestays are available in the Tansen market can accommodate up to one thousand individuals.

Tansen is accessible throughout the entire year. The ideal time to visit is between Chaitra and Jestha.

How to reach?

— Kathmandu-Tansen 306 km, 10 hours by bus.

— Kathmandu-Bhairawa is 30 minutes by air, Bhairawa-Tansen is 58 km, and 3 hours by car.

— Lumbini-Tansen is 90 km, 4 hours by car, and Tansen-Ranimahal is 13 km.

Ranimahal

Palpa is rich in natural, cultural and historical aspects. There are many heritages that tourists can enjoy. If we can tell these stories well, Tansen can become a popular hub of tourism.

SAGARMAN MAHARJAN

Convener, Tourism Action Committee, Tansen

Photo: Prakash Mathema

Everest Man
KAMI RITA SHERPA

Kami Rita Sherpa got into mountaineering to continue the tradition of climbing in the district of Solukhumbu, where the world's tallest mountain, Mt. Everest, stands at 8,848.86 meters (29,031.7 ft). He has broken his own multiple Everest ascent records with his 23rd, 24th, and 25th summits in 2018, 2019, and 2021, respectively. He made his 26th ascent of Everest in 2022, and no one has challenged his record for most Everest ascents so far.

Surendra Rana

Kami Rita Sherpa, 53, comes from a humble ethnic Sherpa community. His father, Mingma Chhiri Sherpa was among the first Sherpa Sardar in the Everest region. He boasts of coming from a record-holding family. His elder brother, Lakpa Sherpa, is also a 17-time Everest summiter.

He was born and raised in the mountainous area of Solukhumbu district with extreme climatic conditions. Like most of the people in Khumbu region, his childhood was spent in a very harsh environment where snowstorms and landslides are common.

This remote village of Thame (3,750 m), is also home to many world-famous Sherpa mountaineers including Tenzing Norgay Sherpa, the first Sherpa to climb the Everest with New Zealand's Sir Edmund Hillary in 1953.

Following the village's tradition, Kami Rita was introduced to tourism at the young age of 12 when he joined the first trek. He trekked more than a week from his home village Thame to Jiri and began a career as a porter and then kitchen helper for Everest region treks in 1992.

"At the time there was no gas nor kerosene fuel, we collected firewood available nearby and used it as cooking fuel in the campsite," he says, recalling his early trekking days experience some 30 years ago.

For many days, he walked in the trekking area of the Everest region, carrying a heavy load that comprises camping equipments and food supplies.

He remembers wearing yak fur cloths and walking barefoot along the Everest trekking route. There were no tea-houses and lodges those days, and only camping treks were prevalent at that time. When there was no porter job he also spent his early life as a yak driver- leading yak caravans for the transport of goods and tourist loads. After a few years, he was promoted to assistant guide and eventually to a trekking guide.

At the age of 18, he got an opportunity to join the Mera Peak (6,476 m) and Island Peak (6160 m) expeditions. Unlike others getting that job, according to him, was easier for him because of his family connection. His brother-in-law was already working as a guide, which helped him his quick promotion.

PORTER TO RECORD-BREAKING MOUNTAINEER

Kami Rita got his first chance to go on an Everest expedition at age of 22, but due to a lack of high altitude work experience, he could only reach up to 8000 meters. Later in 1994, Kami Rita was successful to stand atop Everest for the first time while he was working for an American expedition team. Since then, he has been a frequent climber to Everest.

He has climbed Everest in every spring season, unless the expedition was called off by deadly mountain disasters- avalanches, earthquakes and snowstorms.

By 2017, he had already ascended Everest 21 times, sharing the record with veteran and senior climbers, Apa Sherpa and Phurpa Tashi Sherpa. In 2018, he made the 22nd ascent to the summit of Everest, breaking his own record for most ascents to the summit. Subsequently, he broke his own records one by one—the 23rd and 24th in 2019.

In 2020, he had a planned to celebrate the Silver Jubilee with the

25th climb, but was postponed due to the Covid-19 pandemic.

Then celebrations were further delayed as he led the 16-member team of Bahrain Royal Guard, including Prince Sheikh Mohammed Hamad Mohammed Al Khalifa. Nevertheless, he made his 25th summit in May 11, 2021 along with the team whereas most expedition groups cancelled their expedition bids.

The following year, on May 7, 2022, he reached his 26th summit.

Over the course of his mountaineering career, which spanned three decades, he accomplished this astounding feat, and the count continues. Today, he is one of the best and most accomplished mountaineers in the world and is sought-after among mountaineers internationally as a knowledgeable and trustworthy guide.

In addition, Kami Rita Sherpa has scaled numerous more formidable mountains in Nepal and on other continents. His other 8,000-meter summits include Cho Oyu (8 times), K2, and Lhotse (once each). He has made the 8000-peak record 39 times in total. He is also an expert ice climber and has scaled many challenging icefalls in the Khumbu area and beyond. With this, he has earned the title of The Everest man.

His enthusiasm for the Everest trek is still strong. This spring, Kami Rita will re-climb Everest as part of his duty of accompanying foreign climbers to the top.

STRUGGLE AT HOME AND WORK

Kami Rita was born into a large family of eight siblings. Now, he lives in Kapan, an outskirt of Kathmandu city with his wife, a daughter, and a son.

He has studied up to grade 4 in his own village. He then went to Khumjung school for higher grades. His home was a three-hour walk from the village to school—a difficult terrain with a steep and grubby trail. At the age of 10, he visited the village monastery for 3-4 months a year to continue his study when the school remain closed.

He regrets not being able to complete his school level education due to the poor quality of village schools, the distance, and his family's dire situation. That is why, he has done his best to assist and encourage his children's education.

He also struggled a lot in his work. "Back then, we learned everything by seeing and doing. There were no good trainers in the mountain job," recalls Kami.

"When we started in the tourism sector, there was neither a school for tourism training, nor a good trainer."

As he painfully learned to climb, he is always one step ahead to share his knowledge with the junior mountaineers. "It is necessary to share our skill and knowledge, and one should never be arrogant," this veteran climber shares.

The job of a guide is not only to guide tourists; but medical knowledge is also equally necessary.

For him, climbing is just like any other profession; he does not find it difficult at all.

"It is our job to help foreign tourists climb the mountains," he added, "If we don't climb with them, who will?" But he is also concerned about the fact that half of the Sherpas have left climbing profession these days due to lack of job security, high risk of death and climbing profession getting less attractive.

"The

government in our country has done nothing for the mountain workers' well-being," he says, looking upset during the conversation.

In the 2014 avalanche, 16 Sherpas lost their lives in the Khumbu Icefall. "The incident was very painful and heartbreaking. We have lost innocent Sherpa brothers and promising climbers," he said, emotionally recalling the past.

Every time he climbs Everest and reaches the Khumbu Icefall, he is tormented by memories of his fellow climbers. He sheds tears, pays respect to his deceased buddies, and continues to ascend toward Mount Everest.

"We must move on because life is a journey," he continued, taking a deep breath.

THAME VILLAGE: A HOME TO VETERAN SHERPA CLIMBERS

Thame is known as a mountaineering village in Solukhumbu district. The village has produced many world class climbers where almost every house in the village has an Everest climber.

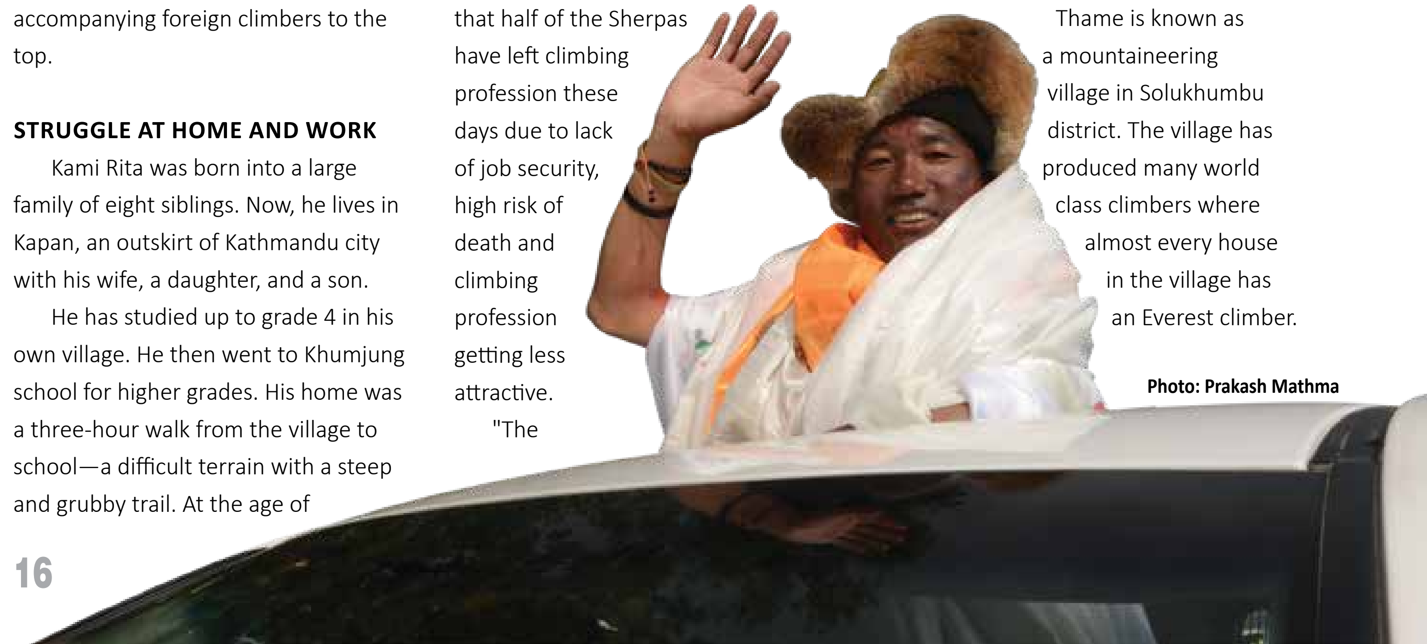


Photo: Prakash Mathma

Some of veteran climbers are; Ang Phurba Sherpa, first Everest through-pass climber (China-Japan-Nepal expedition), Apa Sherpa, a veteran mountaineer with 21 world record along with legendary mountaineers Ang Phurba Sherpa Angdorje Sherpa, and Angrita Sherpa are recipients of the Gorkha Dakshin Bahu Award were also from the Thame village. 3 to 10 time summitters are common in the village.

Celebrity Climber Among Youngsters The extraordinary feats of Kami Rita have inspired many young people to join mountaineering. He has also become a role model among the Sherpa youth.

Although he has broken his own record many times, he claims he never climbed the mountain with the intention to set a record. “Climbing mountains is my profession, and I do it for a living. "

Kami Rita has a courageous, humble, and outspoken personality. He is confident and has always had high respect for the mountains. He said, "There is a close bond between the mountain and the Sherpa." The mountains are revered as gods by the Sherpas. Without Sherpas, climbing Everest is impossible, he continues.

SOCIAL ACTIVITIES

A well-known name in the world of mountaineering community, Kami Rita has participated in an initiative to advance sustainability and safety in the tourism sector.

He is involved in a variety of social activities aside from mountaineering. He is actively associated with *Yambu Thami Chho Kiduk*, a social organization run by Thame inhabitants living in Kathmandu. The organization works at preserving Sherpa culture, organizing various cultural activities, and creating social awareness. The organization has constructed a porter shelter in Tashi Lapcha Pass in coordination with NMA in post-earthquake 2015. They also built a community hall and kitchen with financial support of Ken Nokuche from Japan. He helped in distribution of food and relief supplies to COVID's affected districts with UK support. He also individually distributed Jackets and stationary materials for children at Thame school in 2020. Additionally provided jackets to children of remote Tengboche village.

His book "How to Climb Everest?" has been published already. Everest Man, a documentary based on his life story, will be released soon on Netflix.

KAMI RITA SHERPA’S ACHIEVEMENT AND RECORDS

A world acclaimed Nepali mountaineer holds the record for the most number of successful Mount Everest summits.He broke his own records summited Everest 26 times as of 2022. His other notable achievements are:

- He has summited other 8,000-meter peaks like K2, Lhotse, and Cho Oyu, totaling 39 8000-meter peak climbing record
- Climbed Everest from both the south and north sides, and climbed mountains without supplemental oxygen several times.
- In 2019, he summited Everest twice in six days, an extremely rare feat. In May 2021 and 2022 leading rope fixing and leading team to Everest.
- He was awarded with the Guinness World Record for the most summits of Everest by a male in 2022.
- Received numerous awards and honors, including recognition from the Nepalese government for his contributions to the country's mountaineering industry.

In order to improve sustainability and safety in the climbing industry in Nepal, Kami Rita has been working tirelessly. He has been fighting for Sherpa porters and guides to receive better pay and working conditions. He is also working to raise awareness of how the Himalayas are being impacted by climate change.

His manifold successes on Everest is proof of his talent, persistence, and resolve, and his work to enhance safety and sustainability in the mountaineering community has had a significant impact on the lives of many people in Nepal and around the world.

A Natural Birdwatcher

An avid bird watcher, photographer and wildlife enthusiast, Sudeep KC is a retired colonel who has served in the Nepal Army for 26 years. Now, he is using his skills to capture enticing bird photographs around the world. Mr. KC shares some of his favorite clicks and the stories behind them.

YELLOW BITTERN

KC clicked this photo of a yellow bittern in Kelanang, Malaysia. During winter, these birds migrate to warmer countries like Malaysia. This one in particular was waiting for its prey among the reeds balancing itself on two blades of grass. Despite the seemingly uncomfortable posture, the bird was staying very still. KC's photograph of this birdmade quite the stir and had even gone viral online in Malaysia.

PARROTS IN THE SUNSET

This image of two rose ringed parakeets was taken during a sunset in Hetauda. After spending the entire day clicking pictures of waterbirds around the fish farm, Mr. KC was returning back when he saw the moment and captured it. This was one of his favorite image out of the hundreds that he clicked on this day.

MOTTLED WOOD OWL

This mottled wood owl was captured in Bardiya National Park. It is mostly found in Central and Western terai, and a large number can be found in Bardiya. KC likes this picture because the position of the owl's head makes it look as if it has a face that looks like a smiling old man with a beard.

COMMON KINGFISHER, captured in Nagdaha, Kathmandu

KINGFISHER WITH ITS PREY

Kingfishers are known to primarily hunt small fish, insects and crustaceans. But it is rare to see them hunting rodents. This one in particular has captured a small mouse perhaps for a change in its palate.

WHITE-THROATED KINGFISHER, captured in Manohara river, Kathmandu

SWAMP DEER IN THE POND

This photo of a swamp deer was taken on a hot summer day in April last year after a herd of deer were chased by wild bees. In an attempt to flee the bees, the deers jumped into the pond. Even after the bees had gone away, this particular deer decided to spend the rest of its day in the water. While it stayed in the cool waters, the local frogs jumped on its back as the perfect spot to sunbathe.

ROYAL BENGAL TIGER

This was shot in Bardiya National Park last year after waiting for a week to get a photo of a Royal Bengal Tiger. On the day of the shot, KC had gone all day without eating after walking on foot. The local rangers had informed about the tiger sighting and KC and others decided to not use vehicles so as to be hidden as much as possible. Of course, there was the fear of a tiger attack as well. He got the shot after spending 6 days in the wild.

SPINY BABBLER

The spiny babbler is a rare bird which is only found in some parts of Nepal. The best sightings of this bird are seen in Lalitpur around Kakani and Chobar. Known as Kade Bhyakur in Nepali, this photo was taken in Kakani.

BLACK AND YELLOW BROADBILL

The black and yellow broadbill is found mostly in countries like Malaysia, Singapore, Thailand and Brunei. This one was captured in Malaysian jungles. These birds are very distinctive with their black, yellow, pink and white colors. A small bird in size, the black and yellow broadbill are rare in nature and KC was able to photograph one during his trip to Malaysia.

ABOUT SUDEEP KC

Born in 1968, in Kathmandu, Sudeep KC served in the Nepal Army for 26 years. During his military career, he was stationed in national parks and wildlife reserves. As he served many years in nature, he developed a strong fascination for it. He and his team have even been awarded with the Abraham Lincoln Conservation award.

He started conventional birding in 1990 in Chitwan National Park and became a keen nature lover but it wasn't until three years ago, after retiring from the army that he bought a modern camera and started taking pictures of birds and wildlife. He is a part of many national and international bird watching communities and has traveled to many countries in pursuit of the rarest and popular birds such as Malaysia, Singapore, Thailand and Indonesia. So far, KC has photographed more than 400 species of birds alone.

"The mechanics of a camera is similar to a gun, you aim at the target, lock, and shoot. But, instead of shooting a bullet towards the enemy, you're capturing the beauty of nature.", he says. For KC, wildlife photography is not just a passion but also a means to connect people to nature and its habitats. KC's photographs have been nominated for awards and even have gone viral online. "Every time you press the shutter, it means you are one step closer to Mother Nature", says KC.

sudeepkc123@gmail.com

BHADRA SHARMA

NEPAL'S MOUNTAINEERING ROYALTY

How does it trickle down from the central to the local level?

Every year, hundreds of mountain enthusiasts arrive in Nepal to climb the 8000-meter peaks. Some return to their respective home country accomplishing their lifelong dream. A few of them fail in their mission.

Irrespective of their success or failure in reaching the summit, the mountain-loving foreigners significantly contribute to Nepal's economy. A foreign climber pays USD 11,000 to obtain an Everest climbing permit from the Department of Tourism. This fee is known as Mountaineering Royalty and helps to earn foreign currency. Apart from this, each climber pays $40,000 to $100,000 to agencies for logistical arrangements and support staff deployment.

Before the country went into the federal setup in 2015, tourism royalty used to be accumulated in the central treasury. The royalty earned from mountaineering activities was part of the state coffer which used to be allocated to the District Development Committees and then to lower bodies, Village Development Committees in course of annual budget allocation.

Now, the 2015 Constitution has a provision to share mountaineering royalty among all three governments– local, provincial and federal. Also, provincial and local governments are free to collect royalty on their own as well by promoting tourism-related activities in their localities. Under Annex 8 of the Constitution, 50 percent of the total mountaineering royalty goes to the federal government whereas the remaining 50 percent is divided between two governments equally. The royalty is allotted based on where the mountains exist, their base camps, the area of affected communities and people in the particular local governments.

On average, about one billion Nepali rupees is collected as mountaineering royalty annually. Of the total, 50 percent royalty goes to federal, 25 percent to provincial and 25 percent to local governments where most touristic activities happen.

But all the provincial and local governments are not eligible to get the royalty collected by the federal government. Only those who meet the conditions set to be qualified are categorized as the beneficiary. As per the commission, 102 of the total 753 local governments received the tourism royalty in the last fiscal year. Except for Madhes province, all six provinces get the royalty share from the federal government. Local bodies in Madhes province have no mountains so they cannot get Mountaineering royalty. In case there was no expedition or other mountaineering activities in a particular year, no governments can get the expected royalty.

Based on the existence of mountains and tourism activities, KoshiProvince receives the most tourism royalty followed by Gandaki. Since only a few mountains of Rukum (East) are in Lumbini it is ranked at the bottom in terms of receiving tourism royalty.

Mountaineering royalty collects the most from the Everest region. Khumbu Pasang Lhamu Rural Municipality from KoshiProvince receives the most tourism royalty. Of the total 414 mountains above 5500 meters mountains opened for mountaineering 150 are in Koshi. Out of eight mountains above 8000 meters five are in Koshi Province. Some local governments have already taken initiatives to promote tourism and make money out of it. For example, Helambu Rural Municipality in the district of Solukhumbu has started to build a 60-kilometer hiking trail with views of glacier-topped mountains in the Ganesh Himal range.

Dharche Rural Municipality in the district of Dhading has started various touristic activities like paragliding, rafting, and canyonying. But very few of them are applying this in practice.

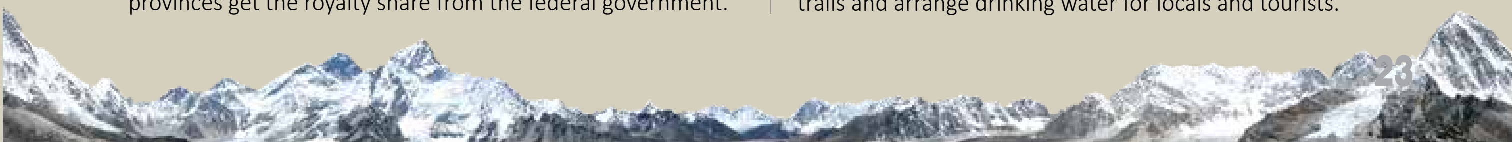
"Private firms are leased out to handle some of the tourism activities," said Santosh Gurung, former head of Dharcherural municipality. "These activities have helped to create job opportunities and revenue."

But very few of them are applying this in practice.

"If you talk about Mardi Himal trek, more than 76 tea house run without registering in Machhapuchhre Rural Municipality in Kaski," said Juddha Bahadur Gurung, member of the National Natural Resource and Fiscal Commission, adding, "The local government briefed me that it now wants to bring them under tax net."

In 2019, tourism brought in more than $2 billion to Nepal, according to economic surveys. At least 800,000 people are employed in tourism-based industries including high-altitude guides, sherpas and others in the trekking ecosystem.

Mohan Prasad Chapagain, Chief Executive Officer at the Khumbu Pasang Lhamu Rural Municipality says, "Whatever we do here is for tourism. Royalty has helped us to build trekking trails and arrange drinking water for locals and tourists."

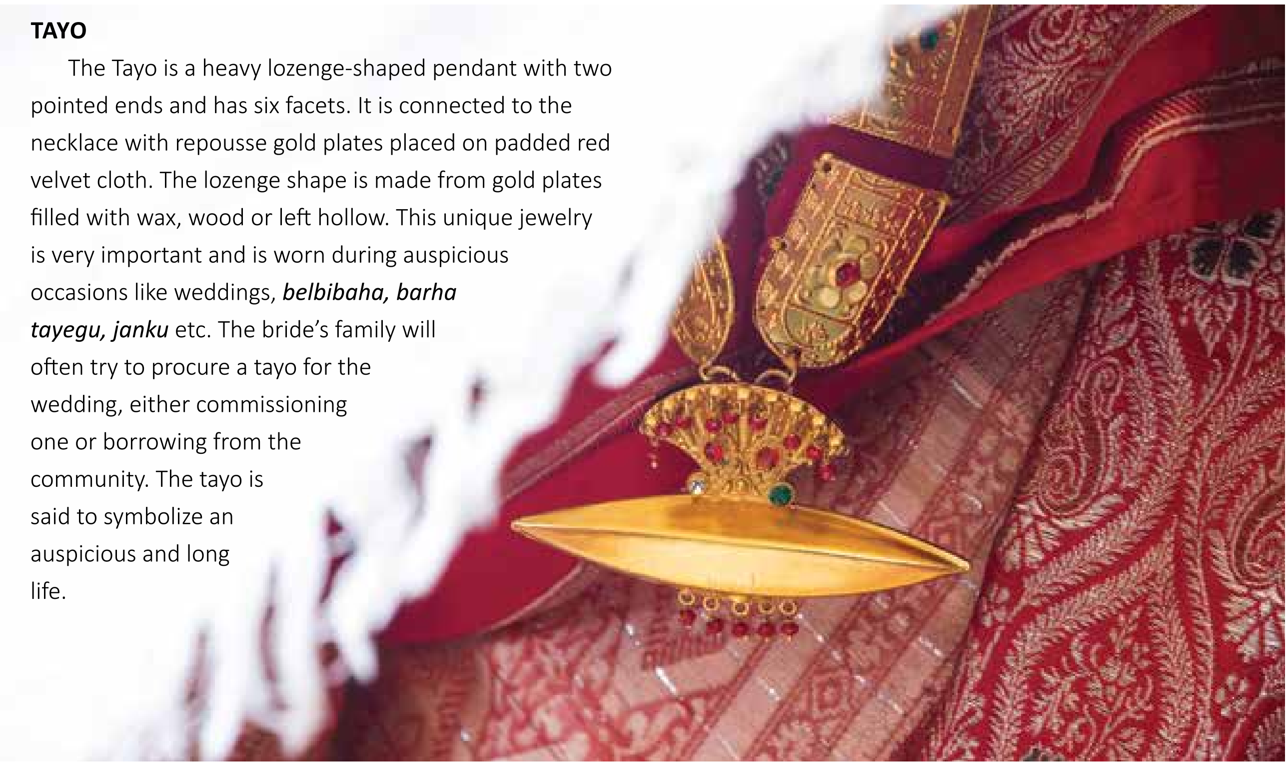


Discovering Newah Jewelry

■ **Anutara Shakya**

Life in a Newar community is often enriched with countless celebrations and festivities. An indigenous community of the Kathmandu valley, their jewelry is as elaborate, with a collection of rich and unique ornaments. In the Newar community, jewelry, mainly of gold and silver, not only serve a decorative purpose, but they are also connected to life events, achievements and religion.

Men wear little to no jewelry in their lifetime while women have a wide range of options for jewelry. Most of Newari jewelry includes heavy neck and head pieces with smaller intricate rings, earrings, studs and anklets. Although there are many types of jewelry in the Newar community that might be unique to different geographies and clans, we look at some of the most popular ones.



TAYO

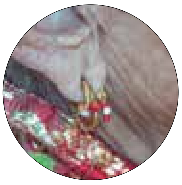
The Tayo is a heavy lozenge-shaped pendant with two pointed ends and has six facets. It is connected to the necklace with repousse gold plates placed on padded red velvet cloth. The lozenge shape is made from gold plates filled with wax, wood or left hollow. This unique jewelry is very important and is worn during auspicious occasions like weddings, ***belbibaha, barha tayegu, janku*** etc. The bride's family will often try to procure a tayo for the wedding, either commissioning one or borrowing from the community. The tayo is said to symbolize an auspicious and long life.

NYAPU SIKHA

The Nyapu Shikha is another important jewelry which can mostly be seen worn by brides during weddings. It is a headpiece which has five chains dangling from a centerpiece. The word Nyapu Shikha literally translates to "five chains'' and symbolizes the five elements or *pancha tatwa*, i.e water, wind, fire, earth and space; as well as other symbolic clusters of five like the *panchamrit, panchasutra and pancharatna*.

LU SWA

The Lu Swa is a headpiece which is worn at the top of the head. It is a gold jewelry skillfully handcrafted in the shape of leaves and flowers, its name translates to “gold flowers”. The distinctive part of this jewelry is the bird that sits on top of a spring, so that every time the person moves, the bird swings back and forth. This Newari jewelry is said to have originated in the 12th or 13th century AD. Although it was commonly worn during festivities and celebrations, today it is most familiar as a wedding jewelry



PUNAAYACHA

The Punaayacha is a simple circular gold earring which includes beads made of pearl, emerald and/or coral. This is a significant jewelry only worn by the elderly who have completed their Buhra Janku. The Newar people celebrate two types of Janku, one for the newborn babies and another for the elderly celebrated at the age of 77 years, 7 months and 7 days, following up to four times until the age of 106. With each Janku, a person earns one Punaayacha. It is also known as Munaycha.

TUTI BAKI

It is a flat anklet often made of silver, brass or other alloys as this ornament is for the feet. As gold is an auspicious metal, it is said that it should not be worn below the waist. The Tuti Baki is an auspicious jewelry which used to be presented to the bride by her father-in-law. This is a ceremonial significance to Goddess Laxmi entering the groom's home in the form of the new bride. As a symbolic ornament, it can also be seen adorned on the statues of gods and goddesses.

HINA ANGU

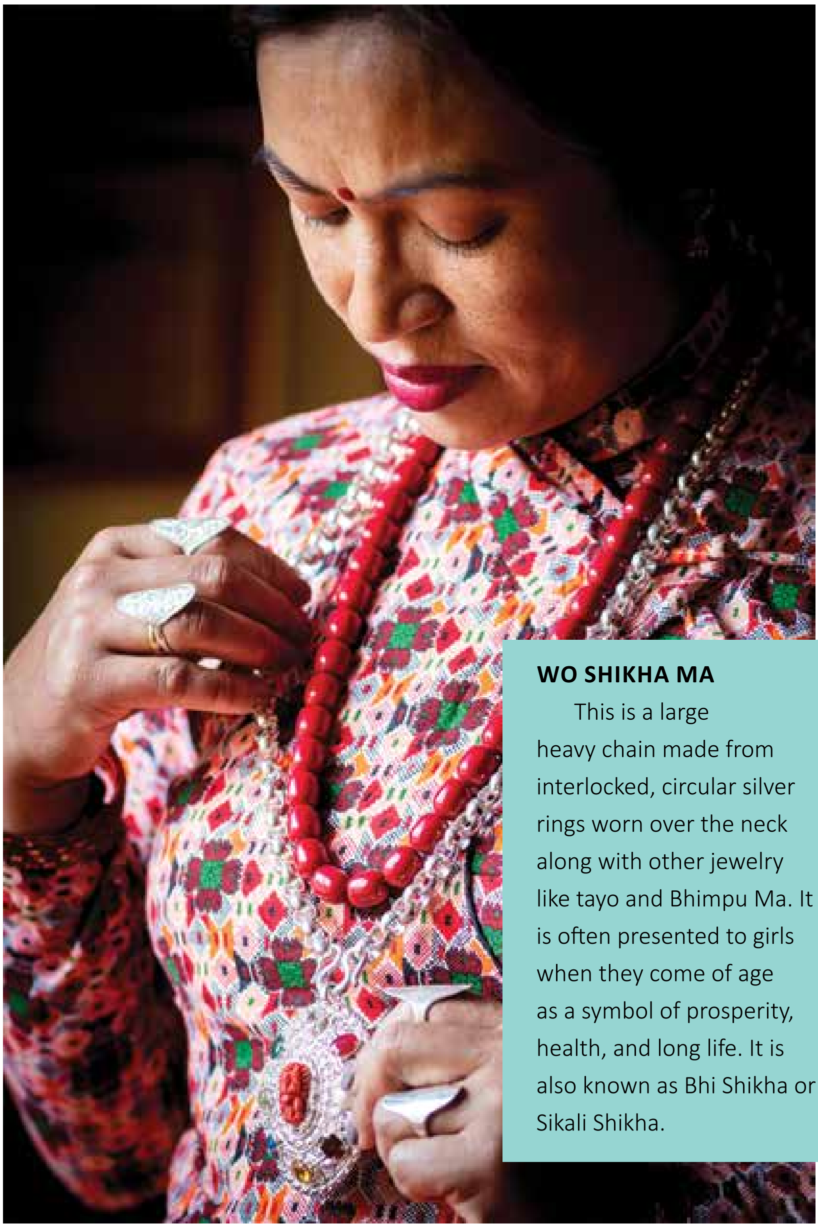
The Hina Angu is a ring which is commonly worn on the index finger. This unique ring is simply made out of a gold string which has been spun around and looks like a compressed spring. Although simple, this ring is robust and can be resized according to the wearer's finger size.

BHIMPHU MA

The Bhimpu Ma is a necklace made out of beads of red coral. These corals are shaped into ovals and polished to create a striking red necklace. This jewelry is commonly worn by the Jyapu community and compliments the black Hakupatasi dress. The size of the coral beads may vary depending on the creator. However, nowadays, you can find cheaper plastic imitations.

JANKU KALI

A Macha Janku is celebrated when the new born boys reach six months and girls reach five months. During this ceremony, the baby is made to wear a solid silver anklet made of silver. It is said that this anklet wards off evil spirits to protect the baby from harm.



WO SHIKHA MA

This is a large heavy chain made from interlocked, circular silver rings worn over the neck along with other jewelry like tayo and Bhimpu Ma. It is often presented to girls when they come of age as a symbol of prosperity, health, and long life. It is also known as Bhi Shikha or Sikali Shikha.

PYAKHA ANGU

This ring looks quite simple compared to other Newari jewelry. This is a simple ring made from a strip of a flat piece of gold or silver which is wider in the middle. As the name suggests, the Pyakha Angu means dance rings or performing rings. Needless to say, it is worn during performances but as pieces that bring goodluck, it is also worn by brides.

MAKA SHI

These are bucket-shaped earrings which have a pointy end at the bottom. It is one of the commonly worn items that can still be seen being worn by older women and might be made of gold or silver. However, the younger generation rarely wears it. Although these earrings can be seen worn by dance performers during performances.

SATHACHA

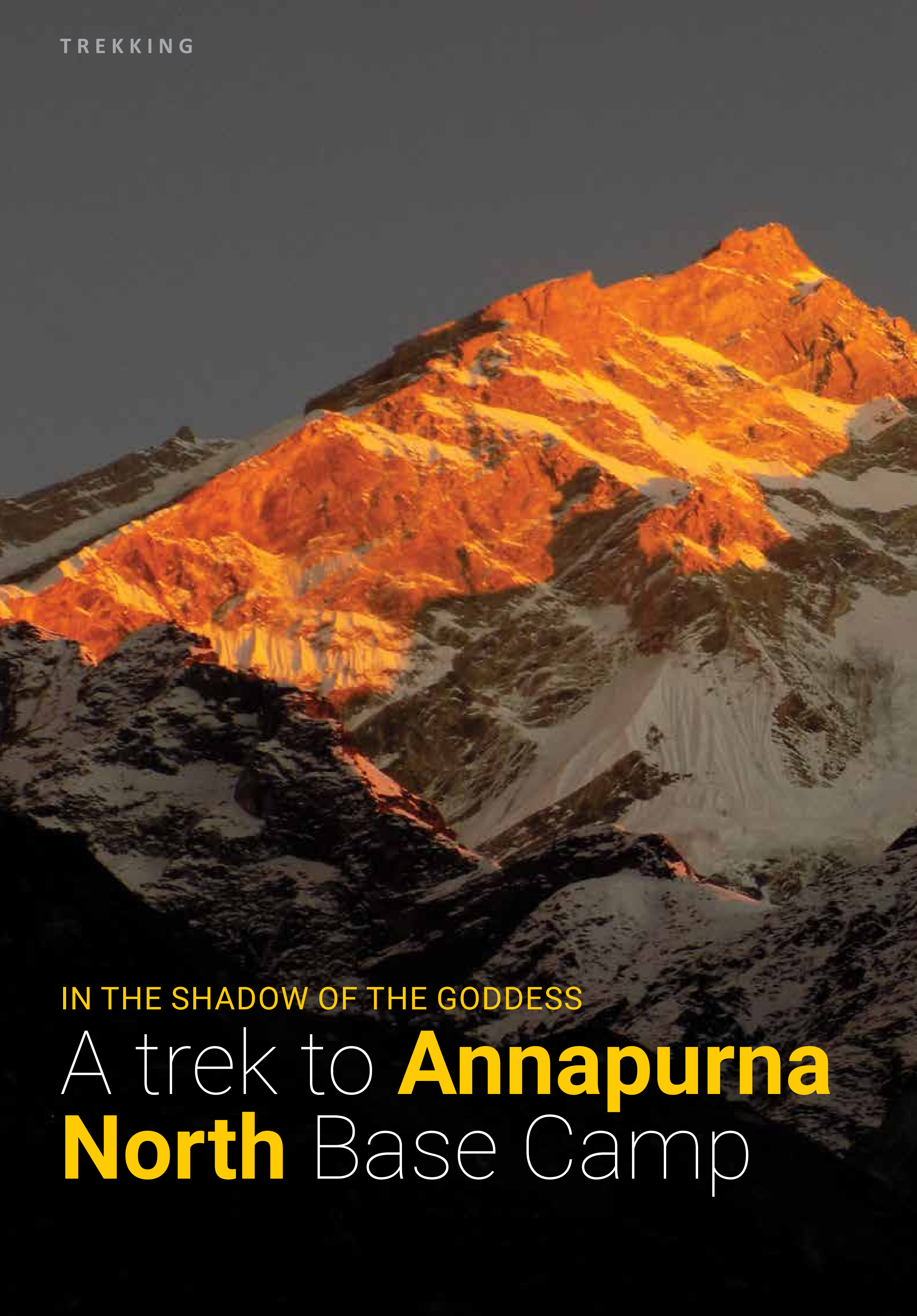
It is a silver ornament which dangles from a girl's braided hair and is traditionally worn during the coming-of-age ceremonies like Ihi and Bahra for girls and during weddings. The design is typically shaped like a fish with added bells and pipal leaves which dangle from the head. The fish symbolizes fertility while the bells symbolize compassion and the sound of wisdom, with sacred leaves.

Why don't Newari women wear *phuli*?

Phuli is a nose stud or a nose ring that most Brahmin and Chhetri women wear. It is mostly made of gold or silver. However, it is also common to see other ethnic communities wearing them such as Kirats, Limbus, and Madhesis. However, since historical times, Newa women have never worn any nose jewelry.

"Such has been the tradition since ancient times", says Bhim Ratna Shakya, a traditional jeweller. "Even the idols of god are designed without the nose piercings." Neither Hindus nor Buddhist Newas wear it.

According to history, the reason for this has to do with the invasion of Kathmandu Valley by Bengal emperor Ghiyasuddin Tughlaq in the 14th century. When he invaded Kathmandu, he had raided and destroyed all of the temples and enslaved most of the people, killing the men and forcing the women to wear phuli to signify his rule. But he immediately left as the winter temperatures became unbearable to a king from the south with a warmer climate. After that, it is said that the immense hatred the Newari people had for the king resulted in them vowing not to wear phuli as was the king's tradition. Thus, as time went on the phuli was never incorporated into the traditional jewelry of the Newas.



IN THE SHADOW OF THE GODDESS

A trek to **Annapurna North** Base Camp

■ **SiânPritchard-Jones** / **Bob Gibbons**

His highness Mohan Shumsher Jung Bahadur Rana, the Maharaja of Nepal, came forward to greet the invalids, who were suitably attired in colonial-style white dinner jackets. It was 1950 and Nepal was tentatively opening its border to outsiders. These foreigners, though, were not tourists but climbers, and on June 3rd 1950, they had become the first men to reach the summit of an 8000m peak – that mountain was Annapurna I.

Maurice Herzog was the leader of a French expedition to climb either Dhaulagiri or Annapurna. Entering Nepal from Gorakhpur in India, they walked via Tansen along the Kali Gandaki in the pre-monsoon heat to Tukuche below Jomsom. The expedition employed around two hundred porters to carry the equipment. The story of their climb on Annapurna I is vividly recorded by Herzog in his book Annapurna, written as he recovered in hospital in Paris from almost deadly frostbite to hands and feet, and published in 1952.

It is now over seventy years since that epic adventure, yet even today, the French route to Base Camp is barely known. This trail remains in the shadows – as unknown as the canyons of the Miristi Khola – the hidden conduit to the expedition's initial Base Camp. In 1950, the lower Miristi Khola was impenetrable and cocooned by jungle. With no access this way, the expedition took a route across the wildridges of the Thulobugin Pass below Nilgiri South. There was no water for two days, and with treacherous exposure, this route was an epic in itself. This dangerous route is still rarely used; expeditions to Annapurna by the northern route have usually flown to the Base Camp by helicopter.

The Annapurna North trekking route is often mistaken for the southern Annapurna Sanctuary/Base Camp or the high altitude Tilicho Lake to the north. Apparently we were the only group to explore the French Base Camp this season, apart from one lone Russian. The newly renovated route to Annapurna North hasn't been publicised; we arrived in Tatopani in complete ignorance, only to find a well-engineered road and trail.

Our jeep crawled relentlessly upwards, climbing a tremendous zigzag to some tin buildings, perched perilously on the edge of the abyss. Continuing in the dark, we edged along a narrow track with a drop off to the powerhouse at Chotepa, then climbed to Hum Khola Dovan (2883m), where the dam is under construction. The lady of the house greeted us with a gush of enthusiasm. Madame T is the proprietor of the shop and teahouse on the site, a basic structure with one bench for sleeping; we used our tents. Thunderous explosions boomed out that night, as blasting work continues 24 hrs a day here. Hardly the first night of trekking we expected, but then we had already reached 2883m, and so easily. The goddess of Annapurna I watched our intrusion from far above our camp.

The trekking trail climbs steadily through tranquil forest, beside a tumbling turquoise torrent with

> Annapurna, to which we had gone empty-handed, was a treasure on which we should live the rest of our days.
> **— Maurice Herzog**

Steven, Sian and Bob

Top of the Annapurna North Glacier

picturesque waterfalls. The silence of nature is beguiling. The internet is somewhere way below–out of reach–and it's great! The trail is guarded in one section by railings, for the drop-off is almost vertical on this stairway to heaven. The camp at Sandhi Kharka is a delight, with shady trees, a porter shelter and the soothing sound of the river to lull us to sleep. Paradise already – only 300m up and two hours above modernity.

The trail climbs across small landslides and through idyllic woodlands, hemmed in by the great buttresses of Annapurna I. We climbed from the cool fragrant forest of ancient Rhododendron to the spindly Red and Silver Birch camp at Bhusket Mela (3551m), formerly called Miristi Khola Camp by the French. Sunset is magical, as the glow turns from golden to fiery red on the soaring west faces of Annapurna I.

We take a day off to acclimatise and explore the lower reaches of the original Herzog route from Lete. The path is virtually impossible to locate, but we scramble steeply up towards a cliff that hosts wild honeycombs.

Around the end of the cliff on slippery grasses we gingerly cross an exposed area and begin an arduous climb up steep unstable rocks, sinking grit and slippery grass. Above is the Narchang Pit Hole cave, a great hollow in the soft cliffs, but there is no safe access to this 'devil's pit' and the route ahead is ill-defined after a line of caves. We abandon any notions of walking out this way to Lete and Kalopani in the footsteps of Herzog. One day this trail might be developed enough to make it a safe option for trekkers – to truly follow in the footsteps of the French Expedition.

Our route to the North Base Camp is sensational with sheer cliffs and dazzling snowfields of Tilicho Peak shining in the morning light. The goddess watches our every move from above. Progress is relatively untaxing, even though the altitude is felt. We trek on to Narchang Lake Base Camp, where the tangled mass of the Northern Annapurna Glacier drops into creaking icy waters. The sunset on Annapurna is breathtaking; the reddened glacial walls of the Great Barrier encircle the eastern horizon. To the west, the Nilgiri peaks are already in the shadows and Tilicho Peak is almost hiding behind its own sheer grey buttresses.

From the lake, a trail runs up the moraine northwards to gain a shelf at around 4190m, where today's so-called North Base Camp is located, adjacent to a dry flat stony area. It's easy to continue east to 4303m at the designated ABC area. A tremendous chasm now bars the route to the old Camp I, but the French expedition route towards the summit is mostly visible.

The following morning, we explored the shelf west of Base Camp towards the sunlit Nilgiri peaks. Across another stony flat zone, it is easy to

Annapurna North Base Camp

Sandhi Kharka

The Grand Barrier

climb higher to a grassy point (around 4300m+), where a forlorn glacier drops from Tilicho Peak. Climbing up the grassy slope beside this glacier allows an enticing view of the top stages of the French route to the summit. The great Sickle remains, but is less distinct after seventy years and global warming. Ghostly plumes drift from the summit when the goddess is stirred.

It's sobering to think of how Maurice Herzog and Louis Lachenal fought to reach the summit with frozen fingers and toes, risking it all. Herzog seemed euphoric at the summit, dreaming of the Chamonix valley, while Lachenal was desperate to retreat. The summiteers were rescued by the debilitated Lionel Terray and Gaston Rebuffat, both in distress themselves. Guided down slowly with Sherpa support under Ang Tharkay and climbers Couzy, Schatz and Oudot, somehow they were hauled down.

Our own journey back down the Miristi Khola was swift and tinged with sadness, taking just a day and a half to reach modernity at Hum Khola Dovan. All this thanks to our guide Sanjib Gurung and our team – Pasang, Aitaram, Nima and Surya–plus our friend and co-trekker Steven Stamp, honorary kitchen boy!

With the team back in Gorakhpur, climbers Ichac, Noyelle and Oudot travelled with Herzog to Kathmandu for the audience with the Maharaja. Not long afterwards, the Rana dynasty was replaced; King Tribhuvan and the Shah monarchy were restored to power.

Today the route along the mystical Miristi Khola to Annapurna I is ready and waiting for a new breed of trekkers to explore the hidden lake below the Goddess of Plenty.

Vital reading for this trek:

Annapurna, Maurice Herzog, reprints

Conquistadors of the Useless, Lionel Terray

Sirubari's **Jhilinga**

Sirubari is the first tourist village of Nepal which had initiated the practice of village tourism. It started the concept of community homestays, evolving Sirubari into a tourist village under the visionary leadership of retired Indian Army captain, Rudraman Gurung. He had made his dreams into a reality in 9th November, 1997 by establishing the first homestay.

Sirubari village (1,610 meters) lies in Ward-1 of Aandhikhola Rural Municipality, Syangja District, and Gandaki Province. 20 out of 43 houses in Sirubari facilitate homestay to tourists.

When people visit here, they are mesmerized by the natural beauty, Gurung culture, rural lifestyle, pleasant demeanor of the residents and delicious food. Once you reach Sirubari, you feel as though your mind and body have been revived. And you also experience a sudden surge of adrenaline in your veins.

Sirubari is an attractive garden in and of itself. The nearby verdant hills and villages contribute to its allure. Tourists also appreciate the Gurung culture, community forest, monasteries, museum, Dahare Deurali, Thumro Juro, picnic site, farm ranch, and the apparent landscapes.

The village has established itself as a "The school of village tourism" as numerous communities have adopted the practice of rural tourism following in the footsteps of Sirubari.

Local cuisines are available to tourists in Sirubari. In addition to Daal-Bhaat, millet bread, and roti, the villagers serve their guests Jhilinga. Jhilinga is a tasty, crunchy snack created by the Gurung community for major occasions like marriages and Bratabandha, and it is also served to welcome guests.

According to Jitendra Gurung, president of the Sirubari Homestay community, Jhilinga is a rice flour-based dish. For this, Sirubari-grown Pakhegola rice is cooked in boiling water. The rice is cooked to a mushy consistency. With a Panyu (spatula), it is then mashed and transformed into a gravy-like viscosity. As the rice turns into dough, it is shaped into a sphere and placed in a machine that makes Jhilinga. The round dough is dried for two days to remove any leftover moisture. After it has been thoroughly dried, it is deep-fried in oil.

After the completion of these processes, Jhilinga is ready to be served. Locals eat it either with tea, pickles, or curries. Considering the health of tourists, the locals do not add any preservatives or food coloring in the Jhilinga. People visiting Sirubari also take Jhilinga as souvenirs from the village.

Contact : **Sirubari Community Homestay**
Phone: 9745996424 or 9818354864

Mane Festival in Humla

Over three-hundred years old cultural festival that transfers knowledge and skills to the younger generation

S.Rana
Photos: **Abinash Lama**

Mane festival is one of the important carnivals celebrated in the mountainous Humla district of Karnali province. Among many other festivals celebrates by indigenous communities of remote Humla, Mane is the only festival celebrated by the ethnic Lama community. Hence, it is regarded as important festival in Humla.

The winter festival 'Mane' of the Lama community in Burause village has been celebrated recently in the first week of February.

Taking part in Mane festival is a matter of immense joy and happiness. During the festival, the elders transfer their cultural knowledge and skills to the younger generation so that the tradition could survive for centuries to come.

The Lama population of Burause village enthusiastically celebrates "Mane festival" every year in the Himalayan region of Humla. Worshiping the deity, singing and dancing to the beat of the drums, and serving local indigenous food are all part of the festival celebration.

The event, which lasts for three days, is widely attended by native people and surrounding, where elder folks teach their traditional dance,

cuisine, and attire to the younger generation. The celebration starts on the first day with the worshipping of the deities. Then, it is followed by Lamas' traditional performances with a variety of montages and dances on the second and third days, respectively.

Similarly, other traditional Tilinge, Bakpa, Ghoda, and Furka dance forms are performed throughout the festival.

As elderly people perform dances in the front row, the younger generation follows their footsteps.

On the final day, the villagers dance in old, worn-out clothing to banish all grievances and worries.

This is the authentic culture of Humla which is involved with heart and soul, said Abinash Lama, a native filmmaker and photographer. It is a festival dedicated to passing on cultural knowledge and skills to the next generation.

This festival is celebrated by worshiping the deity, playing drums, dancing, singing, feasting, and having lots of fun.

According to the villagers of

Burause, the festival, which lasts for three days, starts on the day of Magh Shukla Chaturdashi.

After their busy schedules of crop cultivation and harvesting work throughout the year, the local residents are at leisure. They welcome the grand festival after a long wait. This winter festival is mainly associated with fun and holidays for farmers.

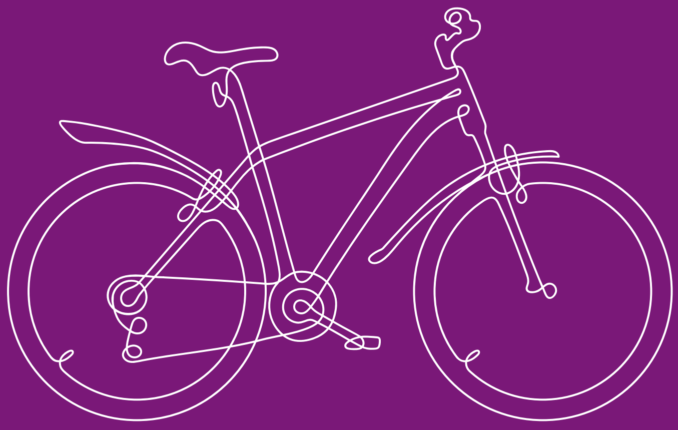
The festival, which is formally celebrated for three days, is observes for a longer period. Singing and dancing takes place over three days, other activities such as gatherings with friends and family and feasting continue for weeks.

During the three-day period, Lamas perform special rituals along with dancing and singing. In the festive mood , local residents wore traditional attire and ornaments. They invite friends and relatives to their homes, where they feast together and participate together in the festival.

During the evening variety of local foods, sweets and wines are served. Special items are offered in Puja, and locally-brewed beer, chhyang, is presented to the priests. Every household contributes different items, which is a unique symbol of strengthening brotherhood and harmony among the people.

Exhibition of old jewelries, handicrafts and artifacts are held at the festival. Apart from dancing and processions, people are also engaged in other recreational activities.

According to elders, the Mane festival has been practiced and celebrated for three-hundred years in Burause village of Humla district of Nepal.



Cycling Beauties

Women athletes who have won cycling competitions have become an example to Nepalese society. Their commitment, courage, and success are inspiring.

Geographically, Nepal offers an excellent destination for adventurous cycling, with its diverse landscapes, such as hills, steep slopes, tarai, rivers and creeks, waterfalls, mountains, forests, and culturally rich areas, which add a unique flavour to cycling.

Cycling is a fun activity for both locals and foreigners. In Nepal, you can embark on a mountain bike trip that lasts a whole month.

Many different Nepalese organizations are proactive in promoting cycling as a sport. Among them is the Nepal Cycling Association (NCA), registered at the National Sports Council in 2052 B.S.

The NCA has been organizing yearly competitions to encourage young people to take up cycling. Some events are Cross Country Olympics, Downhill Individual, Cross Country Marathon, Road Race, Time Trial and Cross Country Eliminator.

Competitions like these help in promoting cycling as a sport. "These competitions help produce young players," says Ranjan Rajbhandari, the General Secretary of the NCA. He adds, "if more foreign players participated in our competitions, it would also help promote our tourism."

Nepal has a massive potentiality of cycling tourism. To yield a better result, nationwide international-level competitions should be organized. Contests like these would help rake in sports tourists. Visitors to Nepal who ride bicycles tend to stay longer, visit more places and spend more.

Winners of Nepalese competitions sometimes compete abroad for more exposure. When it comes to competitive cycling in Nepal, males far outweigh females. However, there are a handful of women cyclists who have earned a name for themselves. Laxmi Magar, Nishma Shrestha, Usha Khanal, Sony Gurung, Humi Budha Magar, Jamuna Thapa, Asha Limbu, Anisha Gurung, Manju Khadka, Indrakumari Tamang, Indrakala Nemwang, Mingma Yangji Sherpa, Bidisha Chaudhary, and others are just a few of the talented female athletes in Nepali cycling.

These women have proven to be exceptional in their sport. These are the tales of three such inspiring athletes:

NISHMA SHRESTHA

The remarkable national player Nishma Shrestha comes from a cyclist family. Her father, Krishna Gopal Shrestha, is a cyclist too. While her father only cycles as a hobby Nishma competes in cycling. A downhill champion, she started cycling in 2014. She was inspired to take up cycling when she saw a photo of her father on a mountain bike trip in Langtang. She was the winner of the Asian Enduro Series 2018 which was organized in Nepal, Malaysia, Brunei and Thailand and included both downhill and uphill cycling.

She is also the gold medalist of the South Asian Games 2019. Likewise, she won gold medals in the National Championships organized by the NCA in 2018 and 2019. Similarly, she also won the gold medal in the National Games organized by the National Sports Council in 2022.

Her uncle, Sunil Shrestha, also participated in national-level cycling tournaments. Once, he took Nishma on a mountain biking trip to Mudkhu village. This happened when she was still in school. She started taking little trips to Mudkhu village on her bike. The titillation and rouse she experienced

on those trips kept growing inside her. "I also met other professional cyclists there", she reminisces, "their wholesomeness inspired me to begin cycling."

She rides a bicycle every day. She has also started a company to share cycling tips and nurture new cyclists. The company's name, established in 2021, is 'Skill and Thrills.'

"I opened the company to share cycling tips and grow the confidence of beginners. We plan to make our company a platform for cycling training all over Nepal," she says. She has visited Dolakha, Mustang, Phaplu, Lumbini, Pokhara, Dharan, and Palpa on a bicycle. She also provides her services to foreigners as a mountain bike guide.

> **I opened the company to share cycling tips and grow the confidence of beginners**
>
> **— Nishma Shrestha**

27-year-old Nishma of Tarakeshwar-4, Naya Ganeshthan, Kathmandu, is satisfied with her work. It is rare for someone to find a career which overlaps with their desire. But Nishma has found her calling. "I have been living the life I always wanted. I get to travel, earn a good living, and even make a name for myself," says Nishma.

Cycling improves health. But Nishma also has to risk injuries during competition. Nonetheless, she has also been in some accidents. There were times she had to pause her career because of muscle injuries. However, Nishma's adventurous nature didn't let her lose hope.

She has completed her bachelor's in travel and tourism. She is preparing to continue her master's in Queenstown, New Zealand. And since her college is near a bike park, she hopes to continue cycling.

Female participation in cycling is scarce. Nishma believes the expensive and risky nature of the sport is the main reason behind lower female participation. She says cycling can be fun if you have the will, adequate training and courage.

USHA KHANAL

Another famous player, Usha Khanal, was a teacher at Ullens School in Lalitpur until 7 years ago. During her tenure at the school, she made acquaintance with Tara Magar. Seeing Tara ride a mountain bike inspired Usha to become a cyclist too.

Usha had Saturdays and Sundays off when she used to borrow a bike from a friend or rent it and cycle to Markhu, Namobuddha, and Dolalghat. As time passed, she became a keen cyclist.

Cycling can be challenging. There is always a possibility of getting into accidents. One unfateful day in 2015, she met with an accident during a competition. She spent almost a month in her bed. She didn't participate in tournaments after the incident. However, she didn't stop cycling.

The participation of female athletes in cycling tournaments used to be few. So, everyone encouraged her to participate. So she took the advice and her return was fruitful; she began winning prizes.

Usha won a gold medal for the first time in 2019 at the Tenzing Norgay MTB Challenge in Darjeeling. In the same year, she also won a silver medal in the cross-country category of the South Asian Games held in Nepal. Maintaining her streak, Usha secured a silver medal in the cross-country category in the eighth national sports competition organized by the National Sports Council.

She is still going strong. Usha secured the first position in the 2022 Liglige cycle race and the Pragya Memorial Bharatpur Cycling Marathon. Similarly, she won two gold and two silver medals in the ninth national sports competition.

She also secured the first position in the 'Yak Attack Altitude Race' in 2022. She has won many other competitions. The walls of her house are embellished with medals and certificates she has won as an athlete.

Usha has cycled in Nepal, India, and Sri Lanka. Intending to promote cycling tourism in Nepal, she guides foreigners to the hills and dales of the country. She has travelled on a bicycle to Lo-Manthang, Annapurna Circuit, Phaplu, Kalinchok and many other places. Following an accident in 2020, Usha had to undergo a hand and knee operation. As a result of the surgery, she had to rest in her bed for three consecutive months.

"After the accident, I was scared for a while, but the fear quickly succumbed to the joy of cycling," says Usha.

She has established herself in the sport of cycling and envisions a massive potential for cycling tourism in Nepal.

"After the accident, I was scared for a while, but the fear quickly succumbed to the joy of cycling"

— Usha Khanal

She hopes to inspire other women to join the sport. "Not everyone has to participate in the competition. You can make a living as a cycling guide too," Usha advises.

Cycling is an expensive sport, and so it is to become a professional cyclist, according to Usha. It also requires a lot of dedication. But becoming a (mountain bike) guide isn't. All you need is willpower, a bicycle, and guiding tips.

Usha Khanal of Gorkha Municipality-13, Deurali, currently lives in Pulchowk, Lalitpur. She plans to dedicate her life to cycling.

HUMI BUDHA MAGAR

27-year-old Humi Budha Magar from Syauliwang, Pyuthan, is a national cyclist. She achieved this stature just within seven years of cycling. She has also participated in and won multiple competitions.

She secured the second position in Duathlon at the South Asian Championship in 2019. Likewise, she secured the third position in the 'Cross Country National Game' of the 9th National Games organized by the National Sports Council in 2079 BS. She also became the runner-up in the 'Road Race' and 'Individual Time Trial Race' in the same tournament.

> **I want to keep cycling and get to the Olympic Games**
>
> **— Humi Budha Magar**

Last December, Bhumi won the 50 KM 'Uphill road race' held in Kalimpong, India. She was also third in the 'Yak Attack Altitude Race' of 2022. And regularly participates in tournaments organized inside the Kathmandu valley.

What did she gain from cycling?

"A little name for myself and the opportunity to travel," says Bhumi.

When she was just starting, she used to borrow a bike from her guru Laxmi Magar to participate in competitions. She received a cash prize of Rs. 6 lakhs after finishing the South Asian Championship in second place.

"I bought my first mountain bike at Rs. 2 lakhs," Humi recalls, "I travel in the same bike today."

She took up cycling coincidentally. She was in 8th grade at Shree Sitapaila High School in Kathmandu. Cyclist Laxmi Magar was the driving force behind her decision to begin cycling.

Laxmi trained Bhumi for 14 days. And on the 15th day, she participated in the 'First Lumbini National Championship-2070' held in Chobhar.

"That was the first time I ever saw, learned, and actually rode a mountain bike," she told.

Cycling isn't a sport for the faint-hearted. Sometimes, unexpected incidents can change your life. Last year, Biratnagar was the site of one such occurrence. Bhumi's left clavicle fractured following an accident in a competition. She returned to the playing field after 5 months of bed rest.

She also has another identity, an identity of 'Ultra runner.'

Bhumi is enchanted with cycling. She believes perseverance, bravery, and hard work are the three most essential factors in achieving one's goals. That's why she has committed so much time and energy to athletics. She says, "I want to keep cycling and get to the Olympic Games."

CHOBHAR

A Unique Temple on **Top of a Hill**

The Lokeshwor temple on top of Chobhar hill is said to bring peace to whoever visits. Devotees offer utensils in hopes that the souls of their departed loved one may reach heaven or cure illnesses of the sick.

There is a unique temple in Kathmandu where devotees offer different types of utensils in hopes that their departed ones may reach heaven, or to pray for the recovery of those who are suffering from illnesses. It is truly amazing to visit the temple and learn about its history.

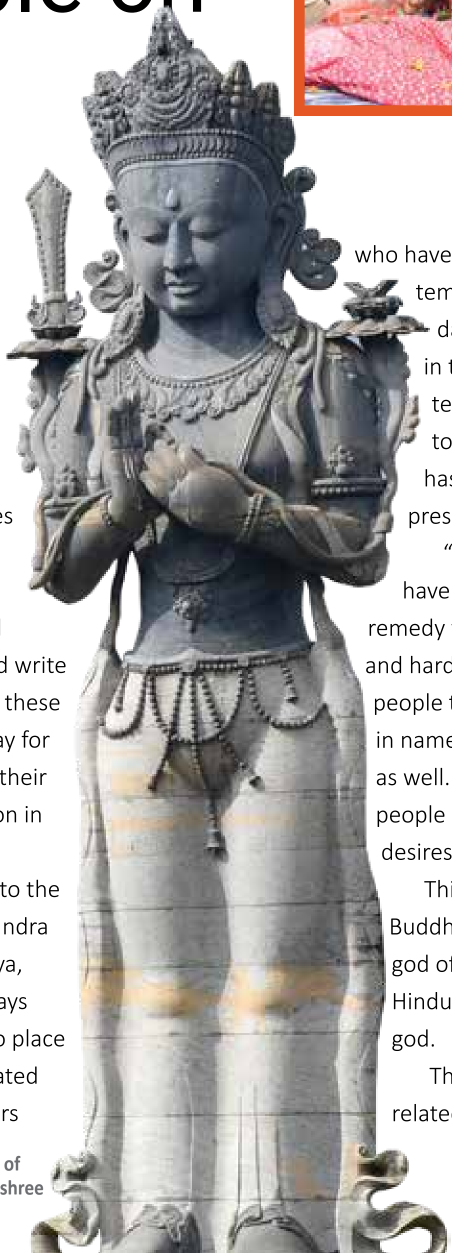
When you visit the Anandi Lokeshwor temple situated in Kirtipur Municipality-6, you will easily notice the utensils stuck to the walls of the temple. These are offerings to the deity and includes all types of brass utensils such as plates, spatulas, and traditional utensils such as karuwa, ghari, puja thali, kasaudi, panyu, gangri, and taulo. Devotees offer these in memory of their departed loved ones and write their name on these utensils, to pray for their travel to their final destination in heaven.

According to the temple priest Indra Bahadur Shakya, in the olden days people used to place utensils dedicated to the ancestors who have passed away on the temple walls. But these days, it can only be stuck in the patios outside the temple. Sticking utensils to the walls of the temple has been restricted to preserve its history.

"This deity is believed to have the power of offering a remedy for all types of illnesses and hardships. That is why, people these days offer utensils in name of their living relatives as well. With this practice, people hope to fulfil their desires." says priest Shakya.

This temple is revered by Buddhists as Lokeshwor, the god of compassion and by Hindus as Adinath, the first god.

There are many legends related to Lokeshwor. This



Statue of Manjushree

temple is looked after by a Buddhist priest and daily rituals are held. Similarly, a month-long festival is held annually. This festival starts from the Kojagrat Purnima in Dashain (October/November) when devotees flock to the temple. During the final five days of the festival, people fast, drinking only water as part of the 'Nirjala brat'.

Another major festival occurs during Chait Dashain in March when the idol of the god is placed in a chariot and pulled from Nakkhu river to the temple.

Known as the god of the world, this deity is worshipped equally by all communities. Both Hindus and Buddhists practice rituals and offerings in their own ways. Lokeshwor as the god of compassion offers peace to all who visit this temple.

There are four temples of Karunamaya Lokeshwor temples in Kathmandu. They are Seto Machchhindranath of Kathmandu, Rato Machchhindranath of Patan, Srikanta of Nala, Banepa and Anandi Lokeshwor of Chobhar.

The faces of Chobhar Lokeshwor and Rato Machchhindranath are painted red whereas the other two are painted white. A pagoda-style, three storied temple which was built in the 15th century houses the idol of the god. After the massive earthquake of 2015, the temple was rebuilt.

The hill on top of which the temple sits is known as Chobhar. In Newa language, "Chwo" means top and "baha" means a courtyard. The name thus means, a courtyard situated at the top, or "Chwo Baha". "The word later got abbreviated to "Chobhar", says Priest Indra Bahadur Shakya.

The hilltop is also known as 'Kachchhapal Suwarnagiri'. From a distance, the hill looks like it's in the shape of a tortoise, and the name Kachchhapal suggests it. While 'Suwarnagiri' means a hill of gold. This is why locals consider this hill to be a precious site.

Around the temple, people can visit the nearby dry port, Manjushree park, Jalbinayak temple, Taudaha and Kirtipur bazar. Although there are no accommodations in Chobhar, there are many eateries. You can find accommodations such as hotels and homestays in the nearby city of Kirtipur.

FASTING FOR DIVORCE

At a time when the divorce law was not implemented, it was customary to fast at Anandi Lokeshwor Temple to celebrate marriages and also to break them. During the Kojagrat Purnima, a month-long festival is held in the temple. During the final five days of the festival, people practice fasting known as 'Nirjala Brat'.

People used to visit this temple to mend relationships that had fallen apart. Or, they would also fast to officially end a relationship. Once the couple visits the temple and wishes to break their relationship, both man and woman were allowed to marry someone else.

Nirjala fasting for good health, health and happiness is still a tradition today, although people don't do it to pray for divorce anymore. "We have heard legends regarding it," says priest Indra Bahadur Shakya, "Many people still take the Nirjala fast. But I have not seen anyone taking a fast in terms of divorcing."

पदयात्राको मौसम

■ अमृत भादगाउँले

खोपारा डाँडा, म्याग्दी

नेपाली पदमार्गका फरकफरक विशेषता छन् । जता हिँडे पनि धेरै कुरा सिक्न र अनुभव गर्न पाइन्छ । कोइलीले गीत गाउने, गुराँस फूल्ने र काफल तथा ऐंसेलु पाक्ने मौसम चैत-वैशाख-जेठ पनि पदयात्राका लागि उपयुक्त महिना हुन् है !

१. मर्दि बेस क्याम्प

कुमारी हिमाल माछापुच्छ्रेसँगै टाँसिएको छ मर्दि (५,५८७ मि.) हिमाल । यसको फेदिबाट मर्दि खोला बग्छ । कास्की जिल्लामा पर्दछ मर्दि बेस क्याम्प (४,२५० मिटर) । पदमार्गबाट अन्नपूर्णा साउथ, हिमचुली, अन्नपूर्णा प्रथम, सिंगचुली, टेन्ट पिक, गंगापूर्ण, गन्धर्व चुली, माछापुच्छ्रे र मर्दि हिमाल देखिन्छन् ।

मर्दि जाने दुई बाटा छन्, कास्कीको काँडे हुँदै पोथाना भएर र हेम्जा हुँदै घलेल गाउँबाट । घलेलबाट जाँदा पदयात्राको पहिलो बास लो क्याम्प (२,९८५ मि.) मा हुन्छ । अर्को दिन हाई क्याम्प (३,५४० मि.) मा बास बस्नुपर्छ । हाई क्याम्पबाट चार घण्टामा बेस क्याम्प पुगिन्छ ।

पदयात्राबाट फर्कंदा क्यानोनिङ गर्ने अवसर मिल्छ । घलेल गाउँको कुदी खोलामा क्यानोनिङ गराइन्छ । त्यहाँ 'पोखरा क्यानोनिङ'ले ४५ मिटर लामो झरनामा क्यानोनिङ गराउँछ ।

घलेल गाउँसहित पदमार्गमा गुरूङ समुदायको बसोबास छ । घलेल नजिकै ल्वाङ गाउँ छ । त्यहाँ चिया बगान र क्यानोनिङ सुविधा

छ । काठमाडौंबाट निस्कँदा ६ दिनमा यात्रा पुरा गर्न सकिन्छ ।

मर्दि पदमार्गको विकास र प्रवर्द्धनमा पर्यटनकर्मी सुदिप गौतमले ठुलो योगदान पुऱ्याएका थिए ।

कसरी पुग्ने ?

काठमाडौं-पोखरा २०० कि.मि. । बसमा ६ घण्टा वा २५ मिनेट हवाई यात्रा । पोखरा-हेम्जा ८ कि.मि. । हेम्जा-घलेल १४ कि.मि. । घलेलबाट दोस्रो दिनमा हाई क्याम्प । तेस्रो दिनमा मर्दि बेस क्याम्प ।

२. फोक्सुन्डो ताल

डोल्पाको शे-फोक्सुन्डो गाउँपालिका-८, मा पदर्छ ताल । तालको अधिकतम लम्बाइ ५.९३ कि.मि. र अधिकतम चौडाइ १.८० वर्ग कि.मि. छ भने गहिराइ १४५ मि. । ताल (३,६११ मि.) को शिरमा काञ्जिरोवा हिमाल छ ।

तालको किनारामा रिग्म गाउँ, बोन गुम्बा र चैत्य छन् । रिग्ममा भोटे समुदायका ६५ घर छन् । रिग्मबाट दुई दिनको पदयात्रामा शे-गुम्बा पुगिन्छ । त्यस्तै तीन दिन पदयात्रामा बगला भन्ज्याङ र नुमला भन्ज्याङ पार गरेर धो-तराप भ्याली पुगिन्छ । नेपालकै सबैभन्दा उचाइ (४,२०० मि.) मा मानव बस्ती भएको गाउँ धो-तराप ।

शे-फोक्सुन्डो राष्ट्रिय निकुञ्जमा पर्दछ ताल । यस क्षेत्रमा बोन युङद्रुङ धर्म मान्ने समुदायको बसोबास छ । बोन धर्मका प्रवर्तक तोन्पा शेन्राव मिवो हुन् ।

काठमाडौंबाट निस्कँदा एक साताको समय छुट्टयाउनु बेस हुन्छ ।

कसरी पुग्ने ?

काठमाडौं-कोहलपुर-जाजरकोट ८०० कि.मि. । जाजरकोटदेखि डोल्पा सदरमुकाम दुनै बजार ११८ कि.मि. । यस खण्डमा ठाउँठाउँमा पुल बन्न बाँकी छ । काठमाडौं-नेपालगञ्ज ५५ मिनेट हवाई यात्रा । नेपालगञ्ज-जुफाल ३५ मिनेट हवाई यात्रा । जुफाल-सुलिगाड ८ कि.मि. जीपमा । सुलिगाडबाट दुई दिन एक बिहान पदयात्रामा फोक्सुन्डो ताल ।

३. खप्तड राष्ट्रिय निकुञ्ज

आध्यात्मिक भूमि खप्तडमा जैविक विविधता र धार्मिक सम्पदाको सुवास पाइन्छ । खप्तड राष्ट्रिय निकुञ्ज २२५ वर्गकि.मि.मा फैलिएको छ । बाजुरा, डोटी, बझाङ र अछामको भूमि समेटेर निकुञ्ज बनाइएको थियो । यसको उचाइ १,२६२ देखि ३,२७६ मिटरसम्म छ । त्यहाँ लेकमा २२ वटा पाटन (चौर) छन् ।

निकुञ्ज मुख्यालयलाई केन्द्र मानेर त्रिवेणीधाम, खप्तड बाबा आश्रम, खापर दह, सहस्त्र लिंग र घोडा दाउने घुम्न सकिन्छ । त्रिवेणीधाममा गंगा दसहरामा मेला लाग्छ । मेला भर्नेहरु रातभर जागा बसेर डेउडा गाउँछन् । बिहान नुहाउँछन् ।

खप्तड घोप्टिएको कचौरा जस्तो छ । त्यसैले डोटीको झिग्राना, बझाङको छान्ना, बाजुराको कोल्टी, अछामको साँफेबगर र डोटी सीमा चौखुट्टेबाट जान सकिन्छ ।

आध्यात्मिक चिन्तक खप्तडबाबाले त्यहाँ ५० वर्ष बिताएका थिए । काठमाडौंबाट निस्कँदा एक साता समय छुट्टयाउनु पर्छ ।

कसरी पुग्ने ?

काठमाडौं-धनगढी ६८० कि.मि., बसमा १६ घण्टा अथवा १ घण्टा १० मिनेट हवाई यात्रा । धनगढी-सिलगढी २०० कि.मि., बसमा ८ घण्टा । डोटी सदरमुकाम सिलगढीबाट झिग्रानासम्म १५ कि.मि. गाडीमा । झिग्रानाबाट हिंडेर पहिलो दिन बिचपानीमा, दोस्रो दिन खप्तडस्थित निकुञ्जको मुख्यालय क्षेत्रमा बास बस्नुपर्छ । अथवा धनगढी-खोड्पे-तमैल २४९ कि.मि. छ । तमैल-लोखडा १२ कि.मि. जीपमा । लोखडाबाट चार घण्टा उकालो चढेपछि खप्तड ।

४. मुन्धुम पदमार्ग

मध्यपहाडी थुम्का छिचोल्न नयाँ पदमार्ग 'मुन्दुम ट्रेल' एक्सप्लोर गरिएको छ जहाँ प्रकृति र किराती संस्कृतिको सुवास पाइन्छ । भोजपुरको अग्लो डाँडा 'सिलिचुङ' (४,१५३ मि.)सम्म पुग्न ब्रान्डिङ गरिएको पदमार्ग हो मुन्धुम ।

मुन्दुम पदमार्गमा ८ हजार मिटरभन्दा अग्ला ६ वटा हिमालहरु सिसापाङ्मा (८,०२७ मि.), चोयु (८,२०१ मि.), सगरमाथा (८,८४८ मि.), ल्होत्से (८,५१६ मि.), कञ्चनजङ्घा (८,५८६ मि.), कञ्चनजङ्घा र मकालु (८,४६३ मि.) हिमाल आँखै सामुन्ने देखिन्छन् ।

मध्यपहाडी लोकमार्गको चखेवा भन्ज्याङ (२,३०० मि.) बाट सुरू हुने पदयात्रा धोत्रे, मैयुङ हाँसपोखरी (२,९६२ मिटर), रावाधाप, साल्पा भन्ज्याङ (३,३४८ मि.) हुँदै सिलिचुङसम्म पुग्छ । फर्कंदा साल्पा भञ्ज्याङ्बाट दिङ्ला बजार तिर लागे पनि हुन्छ । अथवा सोलुखुम्बुको महाकुलुङ क्षेत्रको चाचालुङ गाउँमा झरेर बास बस्ने । अर्को दिन जीपमा काठमाडौं फर्कने । एघार दिनमा यात्रा पुरा गर्न सकिन्छ । मुन्धुम पदमार्गमा सबैतिर होटल सुविधा छैन । त्यसैले बन्दोवस्तीका सामानसहित क्याम्पिङ ट्रेक गर्नुपर्छ ।

कसरी पुग्ने ?

काठमाडौं-खुर्कोट-दिक्तेल-चखेवा भन्ज्याङ ३१३ कि.मि. बसमा । अथवा भोजपुर-काठमाडौं हवाई यात्रा ३० मिनेट । भोजपुर बजारबाट ४२ कि.मि.मा चखेवा भन्ज्याङ । भन्ज्याङबाट आठ कि.मि. दूरीमा टेम्केडाँडा । चखेवा भन्ज्याङबाट ९ दिन हिंडेमा चाचालुङमा पुगिन्छ ।

५. खोपारा ट्रेक

खोपारा सुन्दर हिलस्टेसन हो । अन्नपूर्ण गाउँपालिका-५, म्याग्दीमा पर्ने डाँडा (३,६६० मिटर)बाटै हिमालको लर्कन, सूर्योदय र सूर्यास्तको मिठास देखिन्छ । यहाँबाट हिमचुली, अन्नपूर्ण प्रथम, अन्नपूर्ण साउथ, बराह शिखर, निलगिरि साउथ, टुकुचे पिक, मानापाथी हिमाल र धौलागिरि हिमशृङ्खला देखिन्छन् ।

विदेशीमाझ खोपारा (खोप्रा) ट्रेकका रूपमा खयर क्षेत्रको ब्रान्डिङ गरिएको छ । खासमा यसको नाउँ 'खोपारा' हो । खोपाराबाट एक दिन र एक बिहानमा खयर भारानी थानमा पुगिन्छ ।

खयरताल (४,६३० मिटर)को दक्षिणपश्चिम किनारामा भारानीको थान (मन्दिर) छ । यहाँ जनैपूर्णिमाका दिन मेला लाग्छ । खोपारा माथि खयर खोलामा होटल सुविधा छ । त्यहाँबाट दुई घण्टामा तालमा पुगिन्छ ।

पाउद्वार गाउँदेखि नै पदमार्ग व्यवस्थित छ । बेलायती सेनाका रिटायर्ड लेफ्टिनेन्ट राजु पुनको अगुवाइमा जनस्तरबाट पूर्वाधार विकासका काम गरिएको हो । काठमाडौंबाट ७ दिने यात्रा योजना बनाउनु पर्छ ।

कसरी पुग्ने ?

काठमाडौं-बेनी २८२ कि.मि., बसमा ९ घण्टा अथवा काठमाडौं-पोखरा २५ मिनेट हवाई यात्रा । पोखरा-बेनी ८२ कि.मि., गाडीमा ३ घण्टा । बेनीबाट गलेश्वर, तिप्ल्याङ, पोखरेबगर हुँदै पाउद्वार २८ कि. मि., जीपमा डेढ घन्टा । पाउद्वारबाट पहिलो दिन ५ घन्टा उकालो चढेर खोपारामा बास । दोस्रो दिन ४ घन्टा पदयात्रामा खयर खोलामा बास । तेस्रो दिन खयर खोलाबाट ३ घण्टा उकालो चढेमा खयर भारानी थान । भारानी दर्शन गरेर बयली, टाडापानी, घान्द्रुक हुँदै फर्कन पनि सकिन्छ ।

ट्रेकिङ टिप्स

पदमार्गको विषयमा राम्रोसँग जानकारी लिने । ट्रेकिङ कम्पनी र बुझेका मान्छेसँग कुराकानी गर्ने । पुस्तक र नक्शा किन्ने । अनलाइनमा जानकारी हेर्ने । भ्रमण तालिका बनाउने ।

खाना, खाजा, आवास, गाडी, सांस्कृतिक कार्यक्रम आदिका लागि बजेट बोक्ने । खुद्रा पैसा बोक्दा सजिलो । दिनको तीन हजार रूपैयाँ भए पुग्छ । मुन्धुम पदमार्गमा भने क्याम्पिङ गर्नु पर्ने भएकाले ट्रेकिङ कम्पनीको सहयोग लिने ।

ज्याकेट, टिशर्ट, क्याप, सन ग्लास, पञ्जा, मोजा, ट्रेकिङ बुट, रेनकोट, लौरो, पानी बोतल, रुक्स्याक, किसमिस, क्यामेरा, दुरबिन, टावल, टुथ पेष्ट, साबुन, क्याडबरी आदि बोक्ने ।

ग्याष्टिक, प्रेसर, सुगरलगायत नियमित सेवनका औषधी । प्राथमिक उपचार सामाग्रिहरू, जीवनजल, सिटामोल, हयाण्डी प्लास्ट, व्याण्डेज आदि बोक्ने ।

पदयात्रामा स्थानीय संस्कृति, जीवनशैली र गाउँलेको सम्मान गर्ने । गुम्बा वा मन्दिरमा अनुमति लिएर मात्र जाने । हल्ला नगर्ने । मान्छेको तस्बिर अनुमति लिएर मात्र खिच्ने ।

झोलिलो कुरा बढी खाने । सकेसम्म उमालेको पानी पिउने नत्र पियुष हालेर खाने । रक्सी र चुरोट नखाने । यौन सम्पर्क नगर्ने । चिल्लो कम खाने । फोटो खिच्दा लडिएला, होस पुर्‍याउने ।

२५ सय मिटर भन्दा माथि अक्सिजन कमिले बिरामी पर्न सकिन्छ । त्यसैले बिस्तारै आराम गर्दै पानी खाँदै हिँड्ने । रिंगटा, थकाई लागे, घुच्चुक दुखेमा आराम गर्ने । वाकवाकि लागेमा भने ओरालो झरिहाल्ने ।

बासस्थान वा आराम गरेको ठाउँमा पर्स, कपडा, व्याट्रि तथा मोबाइल चार्जर, क्यामेरा, दुरबिन, झोला आदि सामान छुट्न सक्छ । ख्याल गर्ने ।

पदयात्रामा एक्लै निस्कनु हुन्न । गाइडसँग जानु पर्छ । समूहमा जाँदा एकले अर्कालाई सघाउनु पर्छ । सँगसँगै हिँड्नु पर्छ ।

पदयात्राबाट फर्के लगत्तै नोटबुक र तस्बिरको राम्रो अर्काइभ राख्ने । सामाजिक सञ्जालमा अनुभव बाँड्ने । साथीलाई अनुभव सुनाउने ।

नेपालीलाई सुझाव

— **निलहरि बाँस्तोला**, *अध्यक्ष, ट्रेकिङ एजेन्सिज् एशोयिसन अफ नेपाल*

आफू जाने ठाउँको विषयमा राम्रोसँग अनुसन्धान गरेपछि व्यवस्थित भएर पदयात्रा गरौं । एक्लै होइन, समूहमा पदयात्रा गरौं । कतै पनि होहल्ला नगरौं । स्थानीय कला, संस्कृति र धर्मको सम्मान गरौं । हतारहतारमा पनि पदयात्रा गर्नु हुँदैन ।

म्याप बोकौं

— **पवन शाक्य**, *पर्यटनविज्ञ*

पदयात्रामा निस्कनु अघि नक्सा हेरेर योजना बनाऔं । पदमार्गमा पुगेपछि त्यहाँको भौगोलिक अवस्थाबारे जानकारी लिन नक्सा खोलौं । नक्साले यात्रालाई सजिलो र रमाइलो बनाउँछ । भ्यु पोइन्टमा नक्सा खोलेर अध्ययन गर्दा छुट्टै मज्जा हुन्छ ।

डा. अरूणा उप्रेती स्वास्थ्य अधिकारकर्मी

रैथाने खाद्यान्न र परम्परागत नेपाली ज्ञानका विषयमा निरन्तर आवाज उठाउँदै आएकी डा. अरूणा उप्रेती 'स्वास्थ्य अधिकारकर्मी'का रूपमा सम्मानित छिन् । उमेरका हिसाबले ज्येष्ठ नागरिक भइसकिन् तर, उनको सक्रियता तन्नेरीको झैं लोभलाग्दो छ । प्रेरणादायी पनि ।

आम सञ्चारका माध्यममार्फत महिला, बालबालिका र प्रौढ स्वास्थ्यका विषयमा बरोबर आवाज उठाइरहने चर्चित अभियन्ता हुन्-डा. अरूणा उप्रेती । उनी हाम्रा रैथाने खाद्यान्न र परम्परागत ज्ञानका विषयमा पनि कलम चलाउँछिन् । समाजमा बेवास्ता गरिएका खाना जसको पौष्टिक महत्व ठुलो छ, तिनको चर्चा गरेर सबैलाई आफ्नोपनमा गौरव गर्न सिकाउँछिन् । त्यति मात्र होइन, जनस्वास्थ हित अनुकूलका नीति तथा नियम बनाउन सरकारलाई झक्झकाइरहन्छिन् ।

पहिलापहिला उनी मान्छेका नाडी छाम्थिन् । आज मान्छेका मन, समाज र संस्कृतिका बारेमा लेख्छिन् । बोल्छिन् । सामाजिक सञ्जालबाट पनि उनी निरोगी रहने सूत्र बाँड्छिन् । यसरी उनले सर्वसाधरणका बीचमा 'स्वास्थ्य अधिकारकर्मी'को चिनारी बनाएकी छिन् ।

उनीसँग नेपालसहित भारत, चीन, लाओस, सुडान इरानलगायत धेरै मुलुकमा जनस्वास्थ्यविज्ञका रूपमा काम गरेको अनुभव छ ।

उनी विशेषतः दलित, सीमान्तकृत, जनजाति समुदायमा काम गर्छिन् । उनले नेपालका दुर्गम गाउँबस्ती चहारेकी छिन् । सडक सञ्जाल नजोडिएका ठाउँमा हप्तौंसम्म हिँडेर यात्रा गरेकी छिन् । स्वास्थ्य जागरण ल्याउन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेकी छिन् ।

नेपाली समाजमा चेतनाको पारो बढ्दैछ । हाम्रो समाज सभ्यताका खुट्किला चढ्दैछ । तर दुःखको कुरा आधुनिकीकरणसँगै जङ्कफुड

तथा फास्टफुडको प्रभाव र शारीरिक व्यायामको कमीले गर्दा युवा अवस्थामै उच्च रक्तचाप, मधुमेह, ढाड दुख्ने जस्ता समस्या देखिन थालेका छन् । यस्तो दृश्य देख्दा उनको मन कटक्कै दुख्छ ।

'पहिलापहिला ६० वर्ष नाघेकामा देखिने समस्या, अहिले युवाहरूमै देखिन थालेको छ', उनी भन्छिन्, 'जबसम्म जीवनशैलीमा परिवर्तन हुँदैन र स्वस्थ खानपानमा जोड दिइँदैन, तबसम्म डाक्टर र अस्पतालको सङ्ख्या बढ्दैमा यस्तो समस्या समाधान हुँदैन ।'

उमेरका हिसाबले ज्येष्ठ नागरिक भैसकिन् तर, उनको सक्रियता तन्नेरीको भैंm लोभलाग्दो छ । प्रेरणादायी पनि । गाउँघर डुल्न छाडेकी छैनन् । डुलिरहन्छिन् । त्यहाँको जीवनशैली, संस्कार र संस्कृतिको चिरफार गर्छिन् ।

पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीसम्म यति धेरै खानेकुरा छन्, तिनको सदुपयोग हुन सकेको छैन ।

'कर्णालीमा चामल पुगेन होला । फापर, जौ, कोदो, उवा, मकै आदि त छ नि', उनी भन्छिन्, 'भातमा भन्दा यी खाद्यान्नमा पौष्टिकता पाइन्छ ।'

अध्ययन, चिन्तन, लेखन, तालिम, गोष्ठी आदि काममा सक्रिय छिन् । सबैलाई सक्रिय बन्न सुझाउँछिन् ।

उनी आफू पनि निरोगी छिन् । साथमा नाम र दाम पनि कमाइन् । समग्रमा, जिन्दगी सार्थक बनेको छ ।

स्वास्थ्य अधिकारका विषयमा पैरवी गर्न उनलाई एउटा घटनाले प्रेरित गरेको रहेछ । काठमाडौंको वीर अस्पतालमा काम गर्दा सन् १९९० मा त्यहाँकी एउटी नर्सको घटनाले । ती आफ्नो ६ महिनाको शिशुलाई आयातित दूध खुवाएर अस्पताल आउँदी रहेछिन् । त्यसैले शिशु बिरामी परेछ ।

'त्यो शिशुलाई दुई हप्ता कान्ति बाल अस्पतालमा राखेर उपचार गरियो', अरूणाले सम्झिइन्, 'त्यसपछि मैले तिनलाई परम्परागत खाना कसरी खुवाउने भनेर सिकाएँ । तिनले त आजसम्म मलाई यस्तो कुरा थाहै थिएन पो भनिन् !'

अरूणालाई लाग्यो, एउटी नर्सलाई त परम्परागत खानाको विषयमा थाहा छैन भने सर्वसाधारणको अवस्था के होला ? त्यसैले उनले मनमनै निर्णय गरिन्, 'अब खानाको विषयमा सचेतना फैलाउँछु ।'

उनी परिवार नियोजन शाखामा काम गर्थिन् । त्यहाँ बच्चाहरूलाई खोप दिन पनि ल्याइन्थ्यो । उनले तिनका आमाबुबालाई परम्परागत खानाको महत्व बुझाएर पठाउन थालिन् । परिवार नियोजनकै कामका सिलसिलामा गाउँघर डुल्दा पनि रैथाने ज्ञान सिकिन् र सिकाइन् पनि ।

तिनताका जङ्कफुडको जगजगी सुरू भइसकेको थियो । गामबेसीतिर पनि घरमा भएका कोदो र फापर नखुवाएर बालबालिकालाई चाउचाउ र बिस्कुट खुवाउने चलन बढ्दै थियो ।

'किन यस्तो पत्रु खाना खुवाएको', उनी सोध्थिन् ।

जवाफमा उनीहरु भन्थे, 'रेडियो-टिभीमा त चाउचाउको कति राम्रो विज्ञापन बज्छ नि ।'

त्यहीबेलादेखि उनले गलत विज्ञापनको पनि दोहोलो काढ्न थालिन् ।

बाग्मती नदीमा पानी बगिरह्यो । उनले अनुभव बटुल्दै गइन् । वीर अस्पतालमा ७ वर्ष काम गरेपछि उनी थप अध्ययनका लागि

हल्यान्ड पुगिन् । त्यहाँबाट स्वदेश फर्केर अन्तर्राष्ट्रिय संघसंस्थामा नियुक्त भएर केही समय नेपालमै काम गरिन् ।

समयसँगै विदेशमा समेत काम गर्न पुगिन् । ती देशमा करिब ८ वर्ष काम गर्दा धेरै कुरा सिक्न, बुझ्न र अनुभव गर्न पाइन् ।

श्रीलङ्का सरकारले गर्भवती र शिशुहरूका लागि पौष्टिक आहार बाँड्ने भएकाले तुलनात्मक रूपमा त्यहाँ कुपोषणका अवस्था कम थियो । एउटा उदाहण, श्रीलङ्कामै छँदा उनले कडीपत्ता वा असारेको महत्व बुझिन् । त्यहाँ गर्भवतीलाई कडीपत्ता खुवाइन्थ्यो । त्यो भिटामिनको राम्रो स्रोत रहेछ !

उनलाई लाग्यो, 'हाम्रो मुलुकमा पनि यस्ता धेरै जडीबुटी र खाना छन् । तिनको महत्व बुझेर प्रचारप्रसार गर्न सके जनस्वास्थ्य कति सबल बन्थ्यो होला !'

पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीसम्म यति धेरै खानेकुरा छन्, तिनको सदुपयोग हुन सकेको छैन । बेलाबेलामा कर्णालीमा भोकमरी भएको समाचार आउँछ । त्यस्तो समाचार पढ्दा उनलाई नमिठो लाग्छ ।

'कर्णालीमा चामल पुगेन होला । फापर, जौ, कोदो, उवा, मकै आदि त छ नि', उनी भन्छिन्, 'भातमा भन्दा यी खाद्यान्नमा पौष्टिकता पाइन्छ । यिनै रैथाने खाना खान हामीले प्रोत्साहित गर्नुपर्छ ।'

प्रायः स्वास्थ्यकर्मीहरू बिरामीसँग खाना र पोषणका बारेमा धेरै कुरा गर्दैनन् । उपचार गर्न आउनेलाई खुरूक्क ओखती दिएर पठाउँछन् । यतिले पुग्दैन, उनीहरूलाई राम्रो काउन्सिलिङ जरूरी हुन्छ । खाना मिलाएर खाँदा रोग नै लाग्दैन भन्ने बुझाउनु पर्ने आवश्यकता छ ।

नेपालको मेडिकल शिक्षामा पोषणका बारेमा धेरै जानकारी दिइँदैन । जसको परिणाम स्वास्थ्यकर्मीले यसको विषयमा खुलेर कुरा गर्दैनन् ।

आखिर सिक्ने कुरा जीवनमा कहिल्यै सकिँदैन । संसारिक विश्वविद्यालयमा मान्छे जीवनभर विद्यार्थी नै हुन्छ । अध्ययन छोड्नु हुँदैन । उनी नयाँनयाँ कुरा जान्न सधैं इच्छुक हुन्छिन् । जागरूक बन्छिन् । केही समयअघि उनी बेलायतमा पुगेकी थिइन् । त्यहाँ पोषण र मानसिक स्वास्थ्यका विषयमा तालिम लिइन् । भोजनले मानसिक स्वास्थ्यमा कसरी असर गर्छ भन्ने वैज्ञानिक अध्ययन राम्रोसँग बुझेर फर्किइन् ।

उनले स्वास्थ्यका विषयमा केही पुस्तक लेखेकी छिन् । साझा प्रकाशनले छापेको 'आफ्नो स्वास्थ्य आफ्नै हातमा' पुस्तकमा स्वस्थ रहने टिप्स दिइएको छ । त्यसैगरी नेपालयले छापेको 'खानु भयो ?' पुस्तकमा विज्ञापनले हाम्रो भान्छालाई कसरी प्रभावित गरेको छ भन्ने चिरफार गरेको छ ।

उनले देखेका, भोगेका र मनन गरेका विषयहरू सबै समेट्ने हो भने दर्जनौं पुस्तक बन्छन् । महिला स्वास्थ्यका विषयमा पुस्तक लेख्दै छिन् । विदेशीले लेखेका केही पुस्तकहरू अनुवाद पनि गरेकी छिन् । 'महिलाका लागि डाक्टर नभएमा' त्यस्तै एउटा ज्ञानवर्द्धक पुस्तक हो ।

हिजोआज उनी ग्रामीण स्वास्थ्य शिक्षा सेवा गुठीसँग आबद्ध भएर काम गर्दैछिन् । यस संस्थाले पूर्व कम्लरी र दलित समुदायका किशोरीको शिक्षा र स्वास्थ्यमा काम गर्छ । उनी विशेषतः किशोरीको स्वास्थ्यप्रति बढी संवेदनशील छिन् ।

कामको दौरानमा दूरदराजमा पुगे पनि उनी चाहिँ सम्पन्न परिवारकै सदस्य हुन् । त्यसो त सय वर्षअघि उनका बाजे मुरलीधर उप्रेती सुदूरपश्चिम प्रदेश, डडेलधुरा जिल्ला, हाटगाउँबाट काठमाडौं बसाइँ सरेका थिए ।

काठमाडौंको कालिकास्थानमा जन्मेहुर्केकी अरूणालाई लेखपढ गर्न कुनै समस्या पर्ने कुरै भएन । कानुन व्यवसायी पिता चन्द्रलाल उप्रेती किताबहरू दिँदै सधैं भन्थे, 'तिमी चेखबजस्तै बन्नु पर्छ ।'

उनकी आमा माधुरी पनि पढ्न सधैं हौस्याउँथिन् । आमाबुबा दुबैले पढेर असल मान्छे बन्न उनलाई प्रेरित गरिरहन्थे । त्यसैले राम्रोसँग पढेर उनले महेन्द्र भवन कन्या मा.वि.बाट एस्.एल्.सी.उत्तीर्ण गरिन् । महाराजगञ्जबाट हेल्थ असिस्टेन्ट कोर्स । अनि युक्रेनबाट एमबिबिएस् ।

उनको जीवनसाथी विश्वबन्धु शर्मा राम्रो मनोचिकित्सक हुन् । उनीहरूका दुई छोरी छन्, डा. राजसी र दीप्ति । राजसी बेलायतमा डाक्टरी गर्छिन् भने दीप्ति नेपालमै काम गर्छिन् ।

पारिवारिक रूपमा उनी सन्तुष्ट छिन् । जीवनमा अझै केके काम गर्न बाँकी छन् त ?

'६२ वर्षकी भएँ । ७५ वर्षसम्म यसैगरी काम गर्छु । किताबहरू लेख्छु । युट्युब मार्फत जानकारी दिने काम गर्छु । त्यसपछि ५ वर्ष नेपाल घुम्छु । अनि माथि जान्छु', उनले हाँस्दै भनिन्, 'हिँडेरै फेरि एक पटक कर्णाली घुम्ने मन छ । गाडीमा सरर पूर्वपश्चिम डुल्ने रहर पनि छ ।'

आफ्नो लागि मात्र होइन, समाजका लागि पनि सत्कर्म गर्दै आएकी स्वास्थ्य अधिकारकर्मी डा. अरूणा उप्रेतीलाई धेरैधेरै शुभकामना !

उनका प्रिय

खाना : म शाकाहारी हुँ । त्यसैले हरियोपरियो र फलफूल रूचाउँछु । दिनको एक पटक दिउँसो मात्र खाना खान्छु । दही र मोही घरमै बनाउँछु । मलाई सुदूरपश्चिमेली परिकार 'गहतानी' असाध्यै मन पर्छ, जुन गहत र मास मिसेर पकाइन्छ । अर्को कुरा म चिनीको साटो सक्खर प्रयोग गर्छु ।

पुस्तक : मलाई उपन्यास, कथा र आत्मकथा पढ्न मन पर्छ । विशेषतः राती पुस्तक पढ्छु । झोलामा पनि पुस्तक हुन्छ, फुर्सद भयो भने निकालेर पढ्न थाल्छु । यतिबेला दोहोर्‍याएर 'सती' किताब पढ्दै छु । हिन्दी लेखकका किताब पनि पढ्छु । श्रीमान पनि पढन्ते हुनुहुन्छ । त्यसैले हामी नयाँ किताब आउने बित्तिकै किनिहाल्छौं ।

घुमफिर : पहिला नयाँनयाँ ठाउँ हेर्न र बुझ्न रहर लाग्थ्यो । अचेल चाहिँ गाउँघरका मान्छेको जिन्दगी पढ्न मन लाग्छ । त्यहाँको जीवनशैली अध्ययन गर्न रूचाउँछु । उनीहरूका स्वास्थ्य समस्या उजागर गरेर सरोकारवालाको ध्यानाकर्षण गराउँछु । हुम्ला, भोजपुर र संखुवासभा बाहेक नेपालका ७४ ओटा जिल्ला घुमिसकेको छु ।

सङ्गीत : सङ्गीतले ऊर्जा दिन्छ । मलाई शान्त किसिमको सङ्गीत मन पर्छ । म नृत्य गर्न रूचाउँछु । घरमा बिहान फास्ट म्युजिकमा नृत्य गर्छु । नृत्यबाट शरीरलाई चलायमान बनाउँछु । मलाई मनपर्ने गायिकाहरूमा कोमल वली, अञ्जु पन्त र कुन्ती मोक्तान हुन् । त्यस्तै लता मंगेशकर, आशा भोशले र अनुराधा पडुवालको गीत पनि मन पर्छ ।

पहिरन : कपडा भनेको अरूलाई देखाउन होइन, आफूलाई सहज बनाउन लगाउने हो । म प्रायः कुर्तासुरूवालमा हुन्छु । कहिलेकाहीँ पार्टीहरूमा साडी पनि लगाउँछु । यात्रामा ट्राउजर र पाइन्ट लगाउँछु । प्रायः फुटपाथमा पाइने सस्ता कपडा किन्छु र शरीरमा फिटिङ गराउँछु ।

सिनेमा : सानैदेखि म फिल्म असाध्यै हेर्थें । आमाहरूसँग सिनेमा हेर्न कालिकास्थानबाट भक्तपुरको नवदुर्गा हलसम्म पुग्थ्यौं । मलाई दिलिपकुमार र मिनाकुमारी असाध्यै मन पर्थ्यो । मलाई थ्रिलर र क्राइम मन पर्दैन । मलाई पुराना चलचित्र र आर्ट फिल्म मन पर्छ ।

पहिलो उडान

काठमाडौंको त्रिभुवन विमानस्थल हाम्रो लागि नयाँ थिएन । आफन्तलाई लिन र पुऱ्याउन बरोबर त्यहाँ पुग्थ्यौं । तर, विमानभित्र चढेको थिइनँ । चढ्न पाए कस्तो होला भन्ने लाग्थ्यो । बुटवल जान पहिलो पटक म वि.सं. २०३३ सालमा काठमाडौंबाट भैरहवा उडें । अनि भैरहवाबाट बसमा बुटवल पुगें ।

मनमा कुनै डर थिएन । बरू उत्सुकता बढी थियो । साथमा दाइहरू भएकाले सजिलो भयो । जहाजमा बसेपछि वाकवाकी लाग्यो । यद्यपि मैले उडान इन्जोय गरें ।

आजभोलि नेपालभित्र यात्रा गर्दा हिजोआज झ्यालपट्टिको सिटमा बस्न मन पराउँछु । हवाईजहाजको झ्यालबाट बाहिर हेर्दा बेग्लै आनन्द आउँछ । जति चोटि हेरे पनि मन अघाउँदैन । विदेशको लामो यात्रामा भने खाना खाएर फिल्म हेर्छु र निदाउँछु ।

स्वस्थ रहने टिप्स

हरेक बिहान चिसो पानीले नुहाउने । यसबाट शरीरमा स्फूर्ति बढ्छ । घरकै स्वास्थ्यवर्द्धक खाना खाने । जङ्कफुड खाँदै नखाने । परम्परागत खानालाई दैनिक जीवनको अङ्ग बनाउने । सिजनअनुसारका फलफूल खाने ।

हाम्रा चाडपर्वमा खाइने खानाहरू स्वास्थ्यवर्द्धक छन् । जस्तो कि योमरी पूर्णिमामा खाइने योमरी, असार १५ मा खाइने दहीचिउरा, साउन १५ मा खाइने खिर, माघे सङ्क्रान्तिमा खाइने खिचडी आदि ।

कागतीपानी, दही, मोही र ताजा फलफूल खाने । कोक, फ्यान्टाजस्ता पत्रु खाना नखाने ।

हरेक दिन हिँड्ने । चलायमान बन्ने, अल्छीपन त्याग्ने । व्यायाम, योगासन गर्ने । यसले शरीर दिमाग दुबैलाई स्वस्थ बनाउँछ ।

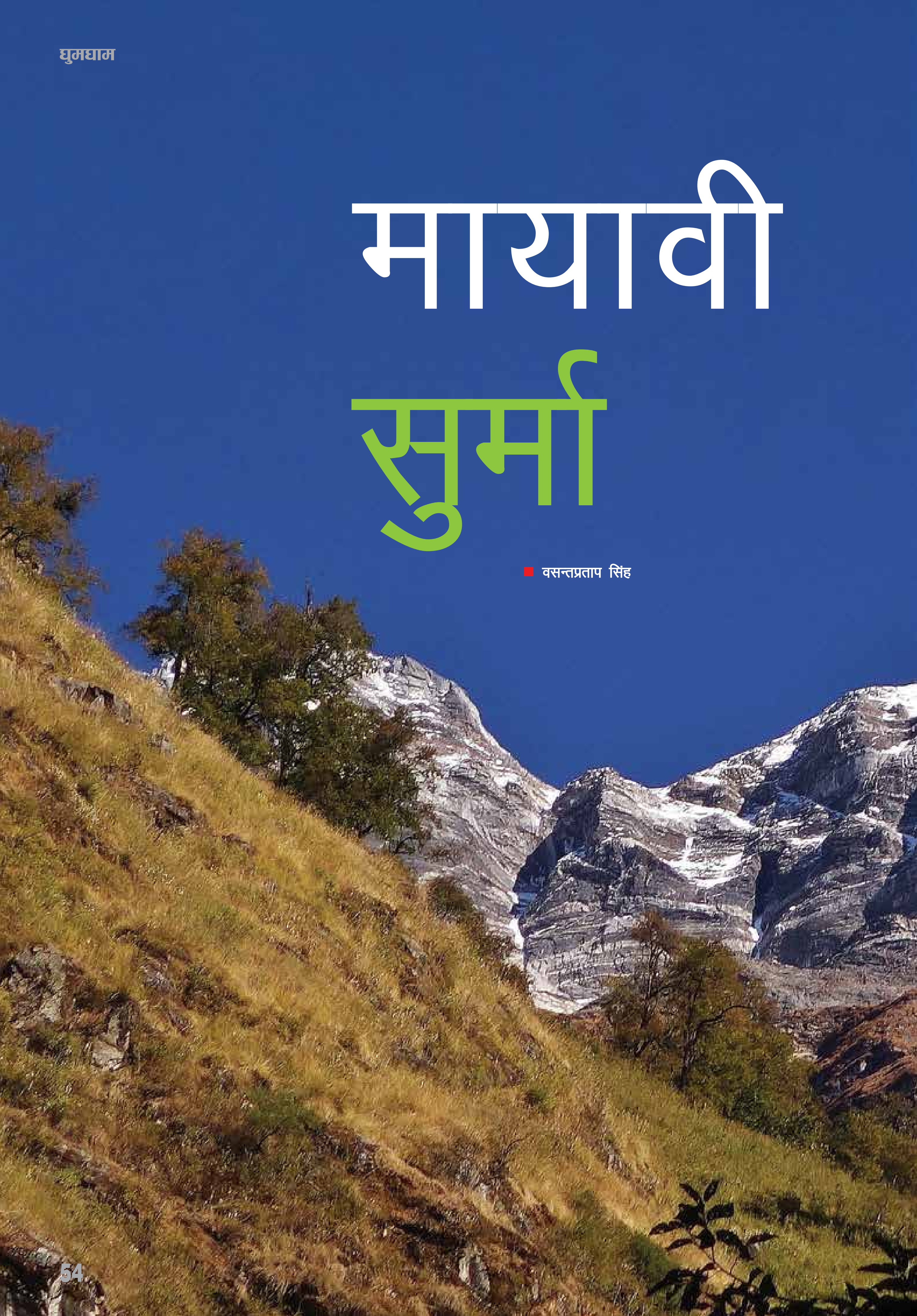
तनाब नलिने । तनाबले विभिन्न किसिमका रोग निम्त्याउँछ । मनलाई अशान्त बनाउँछ । त्यसैले शान्त भएर आइपरेका समस्या समाधान गर्ने ।

एकदमै महत्त्वाकाङ्क्षी नबन्ने, आफूसँग भएका कुरामा रमाउने । अरूको देखासिकीले जीवनमा खुसी ल्याउँदैन ।

ट्वाक्क टुक्क

- म ठुलो भएपछि पाइलटसँग बिहे गर्छु भन्थें । किनकि पाइलटसँग बिहे गरेमा धेरैतिर घुम्न पाउँछु भन्ने लाग्थ्यो । बिहे त मैले डा. विश्वबन्धु शर्मासँग गरें । कामको सिलसिलामा संसार घुम्न पाएँ । यात्राले समाजलाई हेर्ने दृष्टि नै फरक पार्दो रहेछ ।
- सानैदेखि बाहिरी किताब पढ्न रूचाउँथें । नेपाल-भारत पुस्तकालयले एउटा किताब मात्र घरमा ल्याउन दिन्थ्यो । म अरू ४ ओटा किताब स्कर्टमा लुकाएर ल्याउँथें । पढिसकेपछि इमान्दारीपूर्वक किताबहरू त्यही ठाउँमा लगेर राखिदिन्थें । अचेल त त्यहाँबाट एकै पटकमा ४ ओटै किताब ल्याउन पाइन्छ ।
- आमाले सिनेमा हेर्न जाने कुरा गरेको सुन्यो भने म स्कुलबाट पेट दुखेको बहानामा चाँडै घर फर्कन्थें । घरमा आइपुग्दा पेट निको भइसक्थ्यो । अनि आमाहरूसँग सिनेमा हेर्न जान्थें । पहिलापहिला १२ वर्षको उमेरसम्म सिनेमा हेरेको टिकट लाग्दैनथ्यो ।

हलिउड अभिनेता रिचर्ड गेयरका साथमा



मायावी सुर्मा

■ वसन्तप्रताप सिंह

बझाङ्को सुर्मा सरोवर क्षेत्रमा पुग्दा स्वर्गको अनुभूति मिल्छ । यहाँ विशेषतः जनै पूर्णिमामा ठुलो मेला लाग्छ ।

आध्यात्मिक चिन्तक ओशो रजनिश भन्छन्, 'जसले जिउँदै स्वर्ग देखेको छैन भने मरे पछि कसरी देख्न सक्छ ? स्वर्ग त्यहाँ हुन्छ, जहाँ हजारौ जीवन नाचिरहेका हुन्छन् । जहाँ जीवनका हजारौं संगीत गुञ्जायमान हुन्छन् ।'

बझाङको सुर्मा सरोवर क्षेत्र (४,००० मिटर)मा पुग्दा लाग्छ, ओशोले परिकल्पना गरेको स्वर्ग यही हो । नजिकै हिमाल र जंगल । हजारौं प्रजातिका बोटविरूवा जडीबुटी र फूलहरु । सयौं जीवजन्तु र चराचुरूङी पनि । हिमालैहिमालले वेष्टित उपत्यकतामा र फूलहरूले शोभायमान पाटनहरूको अद्भूत विशालता । अनि हिमालको गर्भबाट छङछङ गर्दै ओरालो झर्दै गरेका खोला र झरनाको संगीत ।

सुर्माको यो मायावी स्वरूपमा लठ्ठ नपर्ने घुमन्ते को होला र ?

के पाइँदैन यहाँ ? यार्सागुम्बा, वन लसुन, पाँचऔंलेलगायत सयौं किसिमका जडीबुटी ।

बझाङको सदरमुकाम चैनपुरवाट दुई घण्टा धुले सडकमा गाडी यात्रा पछि पदयात्रा सुरू हुन्छ । सुर्मा गाउँपालिकाको सुर्मा मन्दिर भएर वा विछाडा भएर ? कुन बाटो जाने रोजाई घुमन्तेको । मन्दिर भएर जाने वाटो केही सहज भए पनि हिउँदमा असम्भव छ । विछाडा हुँदै जान अलिक ठाडो उकालो हिँड्नु परे पनि बाटो छोटो छ । मौसमले साथ दिएमा एउटा बाटो गएर अर्कोबाट फर्किनु राम्रो ।

विछाडाबाट चारदेखि ६ घन्टा उकालो चढ्दा दर्जनौं झरनाले स्वागत गर्छन् । बाहुलीगाडनको किनारैकिनार चिसो हावाले पसिना सुकाउँदै उकालो चढ्दाको थकान झरनाको रमणिय दृश्यले बिर्साई दिन्छन् । उकालो पछि पार्थी पाटन पुगिन्छ । चारैतिर देखिने हिमशृङ्खला र फराकिला पाटनको दृश्यसँगको मन रमाउँछ ।

जनैपूर्णेका बेला यस क्षेत्रमा ठुलो मेला लाग्छ । त्यतिवेला प्रकृति, अध्यात्म र संस्कृतिको सुवास मग्मगाउँछ । मेलामा चाँभाई, ढाँका नाच, मागल र फागजस्ता संस्कृतिको बेजोड प्रस्तुति देख्न पाइन्छ ।

धानसेरा

पार्थीबाट पाट नै पाटन दुई घण्टा हिँडे पछि धानसेरा पुगिन्छ । किंवदन्तीअनुसार यो सुर्मा देवीले धान रोप्ने ठाउँ हो । परापूर्वकालमा यहाँका फाँटमा मान्छेहरूले रोपाइँ गरिरहेको र हलगोरू जोतिरहेको दृश्य देखिन्थ्यो । ठ्याक्कै धान रोपेजस्तै देखिने खेत, धानका बोट र रोपाइँ गरेर छोडेजस्ता फाँट देखिन्छन् । पाटापाटा परेका हरिया गरा र पृष्ठभूमिमा ब्याँसीमारे हिमालको प्रतिविम्व । यहाँ पाइने धानलाई गौरीधान भनिन्छ । ठ्याक्कै धानको बालाजस्तो अलिक कालो हुन्छ, भित्र चामल भने हुँदैन ।

गाईसेरा

ठूलो रंगशाला जत्रो चौर । बीचमा विचित्रका नागबेली अर्धभूमिगत भई बगेका कुलेसो । सामुन्नेमा उभिएको गाईसेरा हिमाल । वरिपरि फूलहरूको मनोहर दृश्य । यार्चा तथा जडीबुटी संकलकहरूको पंक्ति । पश्चिमी दिशातिर हेर्दा सेतै फूलेका हिमाल । वेलावेला नाउर पनि हेर्न पाइने । माथि डाँडाबाट हेर्दा कुलेसोले गाई र बाच्छाको जस्तो आकृति देखिन्छ त्यसैले गाईसेरा भनिएको ।

तपोवन

डाँडामाथि हिउँले ढाकिएको हिमाल । फेदमा तातोपानी खोला । आफैमा विरोधाभासपूर्ण लाग्ने प्रकृतिको चरित्र । मूलनिर तात्तातो पानी छ, हात हाल्न हम्मेहम्मे पर्छ । मूलबाट पानी अलिक

तलतिर बग्दै जाँदा तातोपन घट्दै जान्छ । त्यो पानीलाई खोला किनारमा थुनेर सानो तलाउ बनाइएको छ, जसलाई 'तपोवन कुण्ड' पनि भनिन्छ ।

सुर्मा सरोवर

सुर्मा क्षेत्रको मुख्य आकर्षण हो, सुर्मा सरोवर (४, ३३३ मिटर) । सुर्मा र दुर्गा दुई बहिनी बीच विवाद हुँदा सुर्माले आफ्नो भागका रूपमा दुर्गाथलीको थली जिउलाको आधा भाग र पाङरको आधा रूख चुँडेर हालको सुर्मा थकुन्नाडामा बसिछन । केही समयपछि त्यहाँ पनि बस्न उपयुक्त नठानेर हिमालको काखमा रहेको सरोवरमा बसाई सरेकी रे !

सुन खानी

हिमालको त्यो कान्ति । सूर्योदयको पहिलो किरण पर्दा सुनखानीमा लालिमा पोतिन्छ । चाँदेशिखर चाँदीभैं टल्किन्छ । त्यतिवेलाको दृश्य अलौकिक लाग्छ । हिमालबाट परावर्तन हुने चहकले तलका हरिया, फराकिला, रंगीन फाँटहरूको भूदृश्यले कसको मनमुटुलाई घायल नपार्ला र ? यो श्रृखलामा दर्जनौ साना तथा ठुला हिमाल छन् जसको उचाई ५ हजार आठ सय देखि ६ हजार सात सयसम्म छन । स्थानीयहरु यहाँ चाँदी र सुनको खानी रहेको विश्वास गर्छन् ।

सुर्मा मन्दिर

चाँदे शिखरबाट ओरालो झरे पछि जलजला बुढा विनायक हुँदै सुर्मा गाउँपालिकामा रहेको सुर्मा देवीको मुख्य मन्दिरमा पुगिन्छ । पाँगर जडीको नामले परिचित यस ठाउँमा सुर्माको दर्शनपश्चात नजिकैको दहताल हेर्दै चैनपुर फर्किन सकिन्छ । सुर्माको ढंटेलीखर्क भएर पनि यहाँ पुग्न सकिन्छ ।

चैतदेखि असोजसम्म बाटोमा अस्थायी होटल भेटिन्छन् । अरू वेलामा भने आफैंले टेन्ट र बन्दोवस्तीका सामान बोक्नु पर्छ ।

यसरी पुग्छ जहाज गन्तव्यमा

तस्विरः प्रकाश तिमिल्सेना

■ सुरज कुँवर

जहाजको बोर्डमा बसिरहेका यात्रुले ककपिटभित्र रहने पाइलट जोडीलाई उडान अवधिभर न त देख्न सक्छन्, न त उनीहरूले कोकोसँग केके कुरा गरे भेउ नै पाउँछन् ।

यात्रुलाई जहाजमा राखेर हवाईमार्ग हुँदै एक स्थानबाट गन्तव्यमा पुर्‍याउँदा चालकदलले नियमनकारी निकायले तोकेका दर्जनौं उडान सञ्चालनसँग सम्बन्धित नियम अनिवार्य पालना गर्नैपर्छ । कतिसम्म भने जहाजको इन्जिन स्टार्ट गर्न, एप्रोनबाट ट्याक्सी-वे अनि धावनमार्गको समानान्तर बनाइएको प्यारालल ट्याक्सी-वेमा जहाज गुडाउन, धावनमार्गमा लाइनअप हुन अनि उड्न पाइलटलाई अनिवार्य क्लिरेन्स (अनुमति) चाहिन्छ ।

यस्ता अनुमति जहाज भुईंमा छँदा मात्रै होइन आकाशमा उडिरहँदा पनि अनिवार्य लिनै पर्छ । एउटा उडान सुरू भएदेखि गन्तव्यमा पुग्दासम्म चालकदलका विभिन्न अनुरोधमा अनुमति दिने को होलान् ? यसको उत्तर हो, 'हरेक विमानस्थलको अग्लोघर (टावर) मा बस्ने एयरट्राफिक कन्ट्रोलर अर्थात् ए.टी.सी. ।' हरेक उडानलाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गराउन पाइलटपछि ए.टी.सी.को महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

नेपालमा हवाई यातायातको विकास गर्ने र गैरसैनिक उडानहरु भर्ने वायुसेवा कम्पनीहरूको नियमन गर्ने मुख्य जिम्मेवारी वहन गर्ने निकाय नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरण हो । देशभित्रको आकाश, यसको नियन्त्रणमा रहन्छ । यहाँ ड्रोन उडानदेखि पाइलटको लाइसेन्स चेकजाँचका लागि गरिने परीक्षण उडानलगायतका हवाई गतिविधि गर्न प्राधिकरणलाई सोध्नै पर्छ ।

सबैभन्दा पहिले 'नेपालको आन्तरिक उडानमा हरेक बिहान हुने पहिलो उडान कसरी सुरू हुन्छ ?' यहींबाट कुरा थालनी गरौं ।

प्राधिकरणका सहायक प्रवक्ता तथा ए.टी.सी. ज्ञानेन्द्र भुलकाअनुसार, कुनै पनि जहाजको पहिलो उडान हुनु भन्दा कम्तीमा २ घन्टाअघि प्राविधिक/इन्जिनियरले उक्त विमानलाई जाँच गरिसकेको हुनुपर्छ । यो नियमित काम पनि हो । दैनिक हुने भएकाले यसलाई डेली इन्स्पेक्सन (डीआई) पनि भनिन्छ । यस्तो जाँच गर्न प्राविधिक/इन्जिनियरको हरेक वायुसेवा कम्पनीमा छुट्टै एकाइ हुन्छ ।

यस्तो शाखामा रहने प्राविधिकले सबैभन्दा पहिले त्यो जहाजको टेक्निकल प्रोफाइल समेटिएको 'एयरक्राफ्ट लगबुक' हेर्नुपर्छ । जहाजको लगबुकमा त्यसका प्राविधिक तथा मर्मतसम्भार आदिका जानकारी र डेटा राखिएका हुन्छन् । यो जहाजको यान्त्रिक खोपकार्ड जस्तै हो । कुनै पनि उडान भर्दा पाइलटले उक्त जहाजमा सामना गर्नुपरेका समस्या तथा मर्मत गरिनुपर्ने विषयमा त्यही लगबुकमा लेखेर छाड्छन् । उडान सकिसकेपछि जहाज एप्रोनमा राखिएका बेला प्राविधिकले सबैभन्दा पहिले त्यही लगबुक हेरेर जहाजको 'स्वास्थ्य अवस्था' थाहा पाउँछन् ।

कुनैबेला जहाजको इन्जिन स्टार्ट गरेर पनि जाँच्नुपर्ने हुनसक्छ । त्यस्तो अवस्था आइपर्दा इन्जिन स्टार्टको अनुमति प्राप्त लाइसेन्स भएका प्राविधिकले 'आइडल' अवस्थामा इन्जिन स्टार्ट गरेर जाँचपड्ताल गर्न सक्छन् ।

त्यसमा कुनै समस्याबारे नलेखिएको भए उनीहरूले जहाजलाई उडानमा छाड्नुअघि अनिवार्य जाँच्नुपर्ने उपकरण जाँचेर मात्र इन्जिनियरले जहाज पाइलटलाई ह्याण्डओभर-टेकओभर (बुझाउने प्रक्रिया) गर्नुपर्छ ।

'कतिपय इन्जिनियरले इन्जिन रनअप गर्दा आइडल पावरमा गर्न पाउछन् तर ए.टी.सी.को अनुमति लिनैपर्छ,' सहायक प्रवक्ता भुल भन्छन्, 'यसरी जाँचपड्ताल भइसकेपछि इन्जिनियरले जहाज पाइलटलाई दिएको र पाइलटले जहाज स्विकारेको डकुमेन्टमा हस्ताक्षर पनि गरेको हुनैपर्छ । कुनै यन्त्र वा उपकरणबारे ब्रिफ गर्नुपर्ने भए इन्जिनियरले त्यसैबेला पाइलटलाई भन्छन् पनि ।'

जहाज प्राविधिकहरूले पाइलटलाई हस्तान्तरण गरेपछि फेरि पाइलटले जहाजलाई सरसर्ती हेर्छन । इन्जिनका ब्लेड घुमाउँछन् । पखेटा हेर्छन । ल्यान्डिङ गियर, पाङ्ग्रा अनि तीनमा हावाको चाप आदि निरीक्षण गर्छन् । उडान सुरक्षाका लागि अपनाइने यो प्रक्रियालाई 'वाक-अराउड' भनिन्छ । यो पनि पाइलटले जहाज उडाउनुअघि अनिवार्य गर्नैपर्ने काममा पर्छ ।

अब चाहिँ जहाज उडानका लागि तयार भयो । तर, 'के पाइलटले यात्रुलाई राखेर मनमौजी उड्न पाउँछन् ?,' 'अहँ हुँदैन । अझ थुप्रै काम बाँकी नै छन् ।'

अब पाइलटले फ्लाइट डिस्प्याचरसँग केही प्रक्रियागत काम सक्नुपर्छ । फ्लाइट डिस्प्याचर उडान सञ्चालन गराउने संयोजनकारी व्यक्ति हुन् । तीनले पाइलटलाई गन्तव्यको मौसमी विवरण, यदि गन्तव्यमा जान नसकिने भएमा पहिलो र दोस्रो वैकल्पिक विमानस्थल जाने रूटको मौसम, उड्डयनकर्मीका लागि प्रवाह हुने आकस्मिक सुचना (नोटाम), वायुमण्डलीय चापसँग सम्बन्धित क्युएनएच, फ्लाइट प्लान आदि कागजपत्र बुझाउँछन् ।

डिस्प्याचरले पाइलटलाई उडानको तरखरमा रहँदा बुझाउने फ्लाइट प्लानको हार्ड र सफ्ट कपी अघिल्लो दिनमै विमानस्थलको टावरलाई बुझाइसकेको हुन्छ । फ्लाइट प्लानमा विमानको जानकारी, उडान नम्बर, रजिस्ट्रेसन, गन्तव्य, रूट, उडान गरिने प्रक्रिया, वायुयानले लिने गति, त्यसमा भएका उपकरण/यन्त्र, इन्धनको मात्रा, यात्रु सङ्ख्यालगायतका विवरण हुन्छन् ।

डिस्प्याचरसँग लिनुपर्ने जानकारी पाइसकेपछि अब पाइलटले विमानस्थलको एरोड्रम कन्ट्रोल टावर अन्तर्गत ग्राउन्डमात्रै हेर्ने जिम्मेवारी पाएको ग्राउन्ड कन्ट्रोल टावरलाई सम्पर्क गर्नुपर्छ । पाइलट र त्यो टावरमा रहेका ए.टी.सी.बीच भीएचएफ सञ्चार प्रणालीबाट सम्पर्क हुन्छ ।

एप्रोनमा रहेकै बेला पाइलटले टावरलाई 'रिक्वेस्ट एयरफिल्ड इन्फरमेसन'

भनी विमानस्थलको जहाज उड्नुपर्ने धावनमार्ग, हावाको गति, मौसम, क्युएनएच, भिजिबिलिटी, तापक्रमबारे तत्कालको जानकारी माग्छन् ।

यसरी संवाद गर्दा पाइलटले टावरसँग 'टाइम चेक' भनी आफ्नो जहाजको घडीमा विश्वभर उडानमा लागू हुने ग्रिनबिच समय (युटीसी) मा राखेर मिलाउँछन । कहिलेकाही घडीको समय तलमाथि हुने भएकाले हरेकपटक समय मिलाउन यो अनिवार्य नियम बनाइएको छ । यदि पाइलटले ए.टी.सी.सँग समय मिलाउन चाहेन भने नजिकै रहेको कुनै अर्को जहाजँग सोधेर आफ्नो ककपिटमा भएको घडीको घन्टा, मिनेट र सेकेन्ड समय अनिवार्य मिलाउनै पर्छ । उसले आफ्नो ककपिटमा रहेको घडीको समय नमिलाएमा उडानका क्रममा अर्को जहाजसँग टकराब हुने जोखिम हुन्छ ।

पाइलट र टावरबिचको यो संवाद हुँदै गर्दा वायुसेवाको मार्केटिङ विभागले यात्रुलाई टर्मिनल भवनबाट ऱ्याम्पबसमा राखेर बोर्डिङ गराउने कामलाई पनि साथसाथै सञ्चालन गराइरहन्छन् ।

यात्रु विमानमा बसिरहेका बेला पाइलटले आफ्नो जहाज उड्ने लगभग समय निश्चित गरीसकेका हुन्छन् । टावरसँग संवादको जिम्मा लिने पाइलटले टावरमा उडान अनुमति माग्छन् । उडानको चाप भएमा ए.टी.सी.ले अनुमति माग्ने जहाजहरूलाई अनुक्रम मिलाएर राखेका हुन्छन् । यसलाई उड्डयनकर्मीहरूले 'डिपार्चर-सिक्वाइन्स' राख्ने भनी बुझ्दछन् । अवतरण गर्ने जहाजलाई 'अराइभल-सिक्वाइन्स' मा क्रमबद्ध बनाइएको हुन्छ ।

सबै यात्रु राखिसकेपछि वायुसेवाको मार्केटिङ शाखाको तोकिएको कर्मचारीले पाइलटलाई लोडसिट बुझाउँछन् । जसमा यात्रु (शिशु, बालबालिका र वयस्क) को सङ्ख्या, कार्गो र इन्धनको परिणाम खुलाइएको हुन्छ । तीन प्रति लोडसिटमा पाइलटले हस्ताक्षर गर्नुपर्छ । एउटा आफैसँग राखेर बाँकी दुई प्रति मार्केटिङका कर्मचारीलाई बुझाइसकेपछि पाइलटले जहाजको ढोक बन्द गराउँछन् ।

ए.टी.सी.ले उक्त जहाजसँग सुरूदेखि भएका सबै संवाद विवरण समयक्रम मिलाई ई-स्ट्रीपमा डिजिटली वा यो सुविधा नभएको विमानस्थलमा पेपर स्ट्रीपमा कलमले अनिवार्य लेख्नै पर्छ । यसरी लेख्दा जहाजहरूको उडान व्यवस्थापन गर्न ए.टी.सी.लाई सहज हुन्छ । स्ट्रीपमा जहाजको हरेक गतिविधि लेखिन्छ ।

जहाजलाई अब इन्जिन स्टार्ट गर्न ए.टी.सी.को अनुमति चाहिन्छ । इन्जिन फुल स्टार्ट गरिसकेपछि पाइलटले 'हामी ट्याक्सीका लागि तयार छौं' भनी एप्रोनबाट धावनमार्गतर्फ गुड्न अनुमति माग्छन् ।

एप्रोनमा छदै पाइलटले टावरलाई 'रिक्वेस्ट एयरफिल्ड इन्फरमेसन' भनी अनुरोध गर्दा धावनमार्गको कुन बिन्दुबाट उड्ने अनुमति पाइसकेको हुन्छ । अन्य ट्राफिकको अवस्था हेरेर ए.टी.सी.ले उक्त जहाजलाई एप्रोनबाट ट्याक्सी-वेतर्फ गुड्न अनुमति दिन्छन् । जसलाई ट्याक्सी क्लेरेन्स भनिन्छ । जुन बिन्दुतर्फ जाने हो जहाज त्यतैको ट्याक्सी-वे हुँदै प्यारालल ट्याक्सी-वे भए त्यसबाट, नभए एप्रोन वा ट्याक्सीवेबाट सोझै धावनमार्गभित्र प्रवेश गर्ने बिन्दुमा रोकिन्छ ।

जब ट्याक्सी-वेबाट जहाज धावनमार्गमा प्रवेश गर्छ । यसले सम्पर्क गर्ने टावर र ए.टी.सी. पनि बदली हुन्छन । एप्रोनबाट धावनमार्ग पस्ने ट्याक्सी-वेको बिन्दुसम्म ग्राउन्ड टावरको मद्दतमा आइपुगेको जहाज अब अर्को टावरको सम्पर्कमा जान्छ । अब ग्राउन्ड टावरसँग संवाद गर्दा प्रयोग हुने भिएचएफ फ्रिक्वाइन्सी नम्बर पनि बदल्नु पर्छ । जस्तो काठमाडौं ग्राउन्डको भिएचएफ फ्रिक्वाइन्सी नम्बर १२१.९ मेगाहर्ज छ भने काठमाडौं टावरको फ्रिक्वाइन्सी नम्बर ११८.१ मेगाहर्ज रहेको छ ।

ए.टी.सी.ले धावनमार्ग पस्नुअघि अन्तिमपटक यसलाई रिपोर्ट पीओबी (प्यासेन्जर अन बोर्ड) भनी सोध्छन् । पाइलटले अन्तिम समयमा यात्रुको सङ्ख्या हेरफेर हुन सक्ने भएकाले धावनमार्ग पस्नुअघि वा पस्दैगर्दा शिशु, बालबालिका र वयस्क यात्रुको विवरण टिपाउनुपर्छ । ककपिटमा भएका दुई पाइलटमध्ये पाइलट अन फ्लाइङको जिम्मेवारी उडानमा केन्द्रित हुन्छ भने पाइलट अन मोनिटरिङले टावरसँग संवाद गर्ने र अर्को पाइलटलाई सघाउने हुन्छ ।

अवतरण गर्ने जहाज भएमा ए.टी.सी.ले जहाजलाई धावनमार्ग पस्ने ट्याक्सी-वेको होल्डिङ बिन्दुमा रोक्छन् । लाइनअप हुने बिन्दुमा रातो बत्ती हुन्छ । त्यो बत्ती नाघेर धावनमार्गभित्र जहाज छिराउन मिल्दैन/पाइँदैन ।

अवतरण हुने क्रममा जहाज नभएमा वा धेरै पर बाधा नपुऱ्याउने दुरीमा भएमा ए.टी.सी.ले उड्ने तरखरमा रहेको जहाजलाई धावनमार्गभित्र पसेर मध्यरेखामा सोझासोझी लाइनअप क्लेरेन्स गराउँछन् । लाइनअपपछि मात्रै उड्न (टेकअफ) क्लेरेन्स (अनुमति) दिन्छन् ।

यदि त्यो जहाज पाइलटले आँखाले हेरेर गरिने उडान विधि भिजबल फ्लाइट रूलस (भिएफआर) प्रणाली अपनाउदै उडेमा उस्ले ६ हजार ५०० फिट उचाइ वा विमानस्थलबाट १० माइल टाढा पुग्दा काठमाडौं टावरले जहाजलाई निगरानी गर्ने जिम्मा अर्को टावरलाई दिन्छ । अर्को टावरको नाम एप्रोच कन्ट्रोल टावर हो । यो अग्लो घरमा हुँदैन । चारैतिरबाट बन्द कोठामा हुन्छ । यहाँ ए.टी.सी.ले जहाजलाई कम्प्युटरमा हेरेर मोनिटर गर्छन् ।

अब यसको भिएचएफ फ्रिक्वाइन्सी पनि बदली हुन्छ । पाइलटले यसलाई सम्पर्क गर्न १२०.६ मेघाहर्ज फ्रिक्वाइन्सी नम्बरबाट सम्पर्क गर्नुपर्छ । एप्रोचले त्यो जहाजलाई ५० माइल पुग्दासम्म वा त्यसको उचाइ २० हजार फिट हुँदासम्म मात्रै हेर्छ । उचाइ र दुरीमध्ये जुन पहिले पुग्छ जहाजले एप्रोच टावर लाई आफ्नो अवस्थाबारे बताउनुपर्छ ।

यदि भिजिबिलिटी कम भएमा काठमाडौं टावरले जहाज उड्ने बित्तिकै चालकदललाई एप्रोच कन्ट्रोल एकाइलाई सम्पर्क गराउँछन् । यो टावरले ६ हजार ५ सय फिटसम्म वा १० माइलसम्म हेर्दैन । एप्रोचपछि जहाज एरिया कन्ट्रोल सेन्टर नामले चिनिने अर्को टावरको जिम्मामा पठाइन्छ । एरिया कन्ट्रोलको फ्रिक्वाइन्सी नम्बर १२६.५ मेगाहर्जमा जहाजले सर्म्पक गर्छ ।

काठमाडौं विमानस्थलको अपरेसन भवनभित्र बन्द कोठामा एप्रोचसँगै रहेको यो एरिया कन्ट्रोल एकाइले २० हजार फिट माथि उडिरहेका जहाजलाई मात्रै हेर्छ । यसले कुनै पनि विमानस्थलमा उड्न तयार रहेका वा उडिसकेका जहाजलाई हेर्दैन । त्यस्तै कुनै पनि विमानस्थलको क्षेत्राधिकारभित्र नपर्ने उडिरहेका वायुयान पनि यसैले हेर्छ । एरिया कन्ट्रोललाई जहाजहरूले उडान रूटमा राखिएका बिन्दुहरूमा पुगेपछि आफ्नो अवस्था, उचाइ आदिबारे रिपोर्ट गर्छन् ।

आन्तरिक उडानमा जब अर्को गन्तव्य नजिक हुँदै जान्छ र जहाज अवतरणका लागि तयार हुन्छन् । काठमाडौं कन्ट्रोल टावरले जहाजलाई नजिकैका विमानस्थलको अग्लो घर (टावर) को एप्रोचको जिम्मा लगाउँछ । प्रायः भैरहवा र पोखराबाहेकका विमानस्थलमा न्यून उडान चापका कारण एप्रोच र ग्राउन्ड कन्ट्रोलको काम एउटै टावरले गर्ने भएकाले त्यही टावरले जहाजलाई अवतरण गराउँछ । यसरी जहाजलाई अवतरण गराउँदासम्म मात्रै होइन पाइलटले उडान सकिँदासम्म 'उडान सकियो । हामी इन्जिन बन्द गर्दै छौं' भनी ए.टी.सी.लाई जानकारी गराउनुपर्छ । यो नियम चन्द्रगढी, विराटनगर, जनकपुर, सिमरा, काठमाडौं, भैरहवा, भरतपुर, पोखरा, नेपालगन्ज, सुर्खेत र धनगढी विमानस्थलमा लागू हुन्छ । अन्य विमानस्थलमा ए.टी.सी.ले जहाजलाई एरोड्रमसम्बन्धी जानकारी मात्रै दिने हो । अन्तिम निर्णयको अधिकार पाइलटमा रहन्छ ।

यी सबै संवाद अंग्रेजी भाषामा हुन्छन् । अन्तर्राष्ट्रिय नागरिक उड्डयन सङ्गठन (आइकाओ)को एनेक्स-१ अन्तर्गत रेडियो टेलिफोन सम्बन्धी शब्दावलीमा अङ्क, उचाइ, अक्षर, यात्रु आदिबारे ए.टी.सी.सँग संवाद गर्दा कसरी गर्नुपर्छ भनी तोकिएको छ । त्यो पालना गर्नै पर्छ । मनपरी ए.टी.सी.-पाइलटले अंग्रेजीबाहेक अरू भाषामा संवाद गर्न पाइदैन । यदि त्यसो गरेमा त्यो संवाद सुन्ने अर्को जहाजका पाइलट वा अर्को टावरमा रहेका ए.टी.सी.ले उजुरी गर्न सक्छन् ।

टिकटकका साथी जन्ती न मलामी

आजको मान्छे सामाजिक सञ्जालबाट टाढा बस्नै सक्दैन । उसमा फेसबुक, ट्विटर, इन्स्टाग्राम, युट्युव आदिको लत बसेको छ । पहिलापहिला नै सामाजिक सञ्जाल भैदिएको भए, त्यतिबेलाका चर्चित व्यक्तिले यसबारे कस्तो प्रतिक्रिया दिन्थे होलान् ? हास्यव्यंग्य कलाकार ***मनोज गजुरेल****ले यस्तो कल्पना गरेका छन् :*

- टिकटकमा आएको 'कट स्लिप्स'का आधारमा गाली छाड्ने गर्दा स्वधर्मको नाश हुन्छ ।
  - आदि शंकराचार्य
- कमेन्ट गर्नु अघि तीनपटक लामोलामो स्वास तान्ने गर ।
  - योगऋषि पतञ्जली
- जुन साथीले एकपटक लुकेर तिम्रो भिडियो खिच्छ, उसलाई फ्रेण्ड लिष्टबाट हटाइहाल्नु ।
  - पञ्चतन्त्र
- नेगेटिभ कमेन्ट सरूवा रोगजस्तै हो । एकजनाले गरेपछि बाँकीले कुरै नबुझी भाइरल गराइदिन्छन् ।
  - ऋषि अष्टावक्र
- लाइक र डिस्लाइक एक रथका दुई पाङ्ग्रा हुन् ।
  - राजा दशरथ
- बरू ढुङ्गाको मूर्तिले फोन उठाउला तर टिकटकका साथी तपाईंको मलामी समेत आउँदैनन् ।
  - कलाकार अरनिको
- मनमा उठेका सबै विचारलाई पोष्ट नगर्नोस्, विवेकले सम्पादन गर्नोस् ।
  - गुरू नानक
- शरीरलाई स्वस्थ राख्नु उपवास बस, मनलाई स्वस्थ बनाउन 'सोसल मिडिया फास्टिङ' गर ।
  - स्वामी प्रपन्नाचार्य
- जुन सोसाइटीमा सोसल मिडिया छैन, त्यहाँको सिटिजन सधैं शान्त हुन्छ ।
  - महात्मा गान्धी
- महामुर्ख त्यो हो जो भाइरल हुन भाइरसजस्तो गतिविधि गर्छ ।
  - जर्ज बर्नार्ड सा
- कसैका बारेमा थाहा पाउन उसको आत्मकथा पढ्नै पर्दैन, त्यसको एउटै ट्वीट काफी हुन्छ ।'
  - थोमस अल्वा एडिसन
- लाइकले तत्काल त खुसी मिल्ला तर अन्त्यमा डिस्लाइक नै डिस्लाइक प्राप्त हुन्छ ।
  - स्वामी विवेकानन्द
- स्त्री, पुरूष वा पशु कसैलाई मेकअपको आवस्यकता पर्दैन, टिकटकले सबैलाई 'फिल्टर' सुविधा दिएको छ ।
  - मनुस्मृति
- फलोअरका कारण कोही ठुलो हुँदैन, कन्टेन्टले उसलाई पूजनीय बनाउँछ ।
  - चाणक्य
- सोसल मिडिया थिएन भने मुख छाड्न नपाएर मान्छे विक्षिप्त भैसक्थ्यो ।
  - सन्तनेता कृष्ण प्रसाद भट्टराई
- टिकटकका साथी न जन्ती न मलामी, फेसबुकको माया फेस टु फेसमा खरानी ।
  - योगी मनोजानन्द सरस्वती
- जुन मिडिया सबैभन्दा बढी 'ननसोसल' छ, त्यसलाई 'सोसल मिडिया' भन्नु सबैभन्दा फन्नी चुटकिलो हो ।
  - भैरव अर्याल
- बरू हिउँ पहिरोबाट बँच्न सकिएला तर युट्युबरबाट जोगिन गाह्रो छ ।
  - पासाङ ल्हामु शेर्पा
- म सोसल मिडियामा निजि जीवनका फोटोहरु पोष्ट गर्दिनँ किनकी दुनियाँले थाहा नपाओस् संसारलाई हँसाउने मान्छे घरभित्र रूँदै बस्दो रहेछ ।
  - चार्ली च्याप्लिन
- केही मिठो बात गर डाटा त्यसै सकिंदैछ, भरे फेरि अफलाइनमा रूनुँ त छँदैछ ।
  - नारायण गोपाल
- जसले कमेन्टमा गाली खाँदैन, उसले जीवनमा नयाँ पोष्ट गर्न सक्दैन ।
  - अल्बर्ट आइन्सटाइन
- राम्रा मान्छेको खूबी यो हुन्छ कि उसले पोष्ट लेख्नै पर्दैन, फोटोमै लाइक र कमेन्टको बर्षा हुन्छ ।
  - शेक्सपियर
- हुँदैन बिहान मिर्मिरेमा तारा झरेर नगए, बन्दैन मान्छे टिकटक एकाउण्ट सस्पेन्स नभए ।
  -भुपी शेरचन
- म ताली माग्दिनँ, बिद्वान पाठकहरु आफैं लाइक ठोक्छन् ।
  - पं. लिलाबल्लभ गजुरेल
- जब तपाईं कपि पेष्ट गर्न थाल्नुहुन्छ तब तपाईंको क्रियटिभिटि कोल्याप्स हुन्छ ।
  - अलेक्जेण्डर महान
- फलोअर त्यस्तो भिंड हो जसले जुनसुकै बेला तपाईंलाई लिँड बनाइदिन्छ ।

- **भक्ति थापा**

- हरेक एकाउन्ट होल्डर साइबर सेना हो ।

  - **कमरेड लेनिन**

- युट्युबमा सबैभन्दा बढि सर्च हुने सेक्स हो । त्यसपछि सेक्स र अन्तिम पनि सेक्स नै हो ।

  - **सिग्मण्ड फ्रायड**

- सम्भोगका लागि समागम नै जरूरी छैन, भर्चुअल सेक्स पनि सम्भव छ ।

  - **ओशो रजनिश**

- ट्वीटर प्रयोगकर्ताले आफूलाई उच्च वर्ग ठान्छ । फेसबुकलाई मध्यम र टिकटकरलाई गरिब ।

  -समाजशास्त्री नित्से

- सत्ताको जन्म साइबर सेनाको आमा चकारी गाली नालबाट हुन्छ ।

  - **माओत्सेतुङ**

- फिजिकल एट्याक नगर्नु, साइबर अट्याक नछोड्नु ।

  - **मद्यममार्ग**

- सोसल मिडियामा अन्टसन्ट बोल्नेलाई भाइरल होइन, भाइरस भनिन्छ ।

  - **सर एडमण्ड हिलारी**

- टिकटकमा 'फिल्टर'को प्रयोगले विश्वबाट रङ्गभेदको उन्मुलन हुँदैछ ।

  - **नेल्सन मण्डेला**

- फ्रेण्ड न पुछो साधु कि पुछ लिजिय ज्ञान,
  बिदा करो लाइभका शान्ती से करो ध्यान ।

  - **सन्त कवीर**

- जीवनमा इन्टरनेट छ । इन्टरनेटका कारण तनाव छ । तनाव कारण एन्जायटी छ ।

  - **महात्मा गौतम बुद्ध**

- यो जीवन सोसल मिडियाका लागि हैन, सोसल मिडिया जीवनका लागि हुनुपर्छ ।

  - **क. मदन भण्डारी**

- जुन मिडियाले व्यक्तिको विचारलाई निषेध गर्छ, त्यो सोसल हैन, शोषक मिडिया हो ।

  - **वी.पी. कोइराला**

- नेट नचले पनि मेरो देश चलिरहोस् ।

  - **राजा महेन्द्र**

- मेरा साना दुःखले आर्ज्याको प्रजा रह्याना, जुकरबर्ग र एलन मस्कको साम्राज्यले कब्जा गदिदिया ।

  - **पृथ्वी नारायण शाह**

- मिडिया ठुलो न्युजले हुन्छ भ्युजले हुँदैन ।

  - **लक्ष्मी प्रसाद देवकोटा**

- फ्यान मर्दछ हाँसेर सेलेब्रेटी रोई मर्दछ ।

  - **वालकृष्ण सम**

- आलोचनाबाट बँच्ने उपाय भनेको हो मा हो मिलाउनु हो । 'नो' भन्नेले ट्रोलको शिकार बन्न तयार हुनु ।

  - **एरिस्टोटल**

- गाली गरेरै तेरो दोकान चल्ने भए, हे टिकटक दया राखी अफ मलाई भाइरल गराई दे ।

  - **अज्ञात**

- न्याय नपाए युट्युबरकहाँ जानु, तिनीहरूले समस्यालाई गिजोलेर परिवार नै पागल बनाई दिन्छन !

  - **राम शाह**

भाइरल भनेको 'भाईरस'जस्तै हो ।
भ्याक्सिन नआउन्जेल मात्र टिक्छ,
स्ट्रगल भनेको 'रामरस' जस्तै हो
सधैं टिक्छ, सधैं ठिक छ ।

- **स्व. मनोज गजुरेल**

पहिलो उडान अनुभूति

जेसुकैको होस्, पहिलो अनुभूति खास र अविस्मरणीय हुन्छ । हामीले केही कलाकारलाई सोध्यौं-पहिलोपल्ट हवाई जहाज चढ्दा कस्तो अनुभूति भयो ? जवाफमा उनीहरूले सुनाएको डर र रोमाञ्चकता मिश्रित अनुभव :

क्याप्टेनको सहारामा प्लेन चढें

● **जितु नेपाल**, *हास्य अभिनेता*

५० को दशकको कुरा, म 'विमान चालक' नामक टेलिफिल्म खेल्थें । त्यसमा क्याप्टेन विजय गिरी क्याप्टेनकै रोलमा हुनुहुन्थ्यो । म चाहिँ क्याप्टेनको घरमा काम गर्ने कामदारको भूमिकामा थिएँ । टेलिफिल्ममा मेरो पात्रको सधैं गुनासो हुन्थ्यो, 'पाइलटको घरमा काम गऱ्या छु तर मैले प्लेन कहिले चढ्न पाउने हो ?'

त्यतिबेला रिलमा मात्र होइन, रियलमा पनि प्लेन चढेको थिइनँ । एक दिन मैले विजय दाइलाई मुखै फोडेर भनें, 'दाई मैले अहिलेसम्म प्लेन चढेको छैन ।" दाइ अचम्भित हुनुभयो । त्यसपछि ०५२/०५३ सालतिरको कुरा हो, यहि सिरियलको सुटिङका क्रममा पहिलोपल्ट प्लेन चढ्ने मौका पाएँ । त्यतिबेला प्लेन चढेर नेपालगञ्जबाट काठमाडौंसम्म आएँ ।

त्यतिखेर नेकोन एयर भन्ने प्लेन एकदमै चलेको थियो । त्यसमै चढेर रमाइलो गर्दै आएका थियौं । मभित्र प्लेन कसरी उड्छ भन्ने कौतहुलता । मलाई प्लेनको झ्यालपट्टी राखिदिएका थिए । म खुसी हुँदै झ्यालतिरबाट नीलो आकाश, बादल, हिमाल, डाँडाकाँडा सबै हेर्दैहेर्दै काठमाडौं ओर्लिएको थिएँ । साँच्चै अविस्मरणीय थियो त्यो पहिलो उडान ।

रोटे पिङ खेलेजस्तै

● **स्मारिका ढकाल**, *मोडल*

कक्षा १० को परीक्षा दिएपछि म झापाबाट गाडीमा काठमाडौं आएकी थिएँ । फर्किने बेला बाटो बिग्रिएको खबर सुनियो । त्यसैले आन्टीले मलाई बुध्द एयरको टिकट किनिदिनु भयो ।

मलाई प्लेन चढ्दा कस्तो फिल हुन्छ, केही थाहा थिएन । पुरै अनविज्ञ थिएँ तर उत्साहि पनि । एक्लै थिएँ । एयरपोर्ट पुगेपछि बोर्डिङ पास कहाँ लिने हो, कसरी चढ्ने हो, के गर्ने हो, केही थाहा थिएन । एयरपोर्टमै भेटिनुभएकी एक आन्टीसँग सहयोग मागेँ । पहिलोपल्ट प्लेन चढेको फोटो खिच्न मन थियो तर अघिल्लो दिनमात्रै फोन फुटेकाले खिच्न पाइनँ । तैपनि प्लेनभित्र चढेपछि एकदमै खुसी लाग्यो । एयर होस्टेज राम्री हुनुहुन्थ्यो ! जब प्लेन उड्न थाल्यो, त्यसपछि निकै डर लाग्यो । रोटे पिङ खेलेजस्तै भयो । बीच-बीचमा प्लेन हल्लिन्थ्यो । म चिच्याउँथे । एयरहोस्टेज आएर सम्झाउनुहुन्थ्यो, 'केही हुँदैन, नआत्तिनुस्, मौसमले गर्दा हो ..।' म सुरक्षितसँग भद्रपुर पुगें ।

ब्यागको ट्याग धेरै दिनसम्म निकालिनँ

● **देवेन्द्र बल्लु,** *गायक*

म २१ वर्षको छँदा पहिलोपल्ट नेपालगञ्जदेखि काठमाडौंसम्म प्लेन चढ्ने अवसर पाएको थिएँ । त्यतिबेला एकदमै डर लाग्यो । रमाइलो पनि भयो । हामी बादल माथि पनि उड्ने रैछौं भनेर देख्दा अचम्म लाग्यो । अर्कै संसांर जस्तो । बादल भित्र उँड्दा चाहिँ प्लेन हल्लिँदो रैछ । त्यतिबेला मुटु चिसो भयो । एक्कासि घर सम्झें । कान टम्म जस्तो भयो ।

काठमाडौंलाई कहिल्यै माथिबाट देखिको थिइनँ । काठमाडौंमा कति धेरै घर हुँदा रैछन्, अनि कति ससाना हुँदा रैछन्, त्यो पनि देखें । घरीघरी त घरमाथि खसिन्छ कि जस्तो लाग्ने रैछ ।

एयरपोर्टबाट बाहिर निस्कँदा प्लेन चढेर आएँ भनेर फूर्तिले छाती फुलेको थियो । चिनेको मान्छेले देखे पनि हुन्थ्यो नि जस्तो लागेको थियो । चेक इन गर्दा ब्यागमा टाँसिदिने ट्याग मैले धेरै दिनसम्म निकालेको थिइनँ । टिकटको टुक्रा पनि लामो समय राखेको थिएँ ।

२ सय पटक बुध्द एयर चढिसकेँ

● **सागर लम्साल 'बले',** हास्यकलाकार/मोडल

करिब २० वर्षअघिको कुरा, म ८ वर्षको थिएँ । मेरो पहिलो उडान यात्रा हेलिकप्टरबाट भएको थियो । हामी परिवार नै हेलिकप्टरमा काठमाडौंबाट ढोरबराही मन्दिर दर्शनका लागि पोखरा जाँदै थियो । सानै भएकाले त्यतिबेलाको अनुभूति खासै याद छैन । मेरो घर स्याङ्जा हो । बुबाले प्रायः मलाई बसमा चढ्न दिनुहुन्थेन । मैले पहिलोपल्ट प्लेन चढेको बुध्द एयर नै हो, पोखराबाट काठमाडौं आउँदा ।

प्लेन हाइटमा जाँदा मुटु नै निस्केजस्तो भएको थियो । सिट बेल्टचाहिँ एयर होस्टेजले नै लाइदिनुभएको थियो । ल्यान्ड हुने बेला पनि निकै डर लागेको थियो । २० वर्षको उमेरसम्म मेरो हवाई यात्रा भनेको पोखरा र काठमाडौंबीच मात्र भयो । त्यसपछि कार्यक्रमको सिलसिलामा अन्यत्र भयो ।

काठमाडौंबाट पोखराबाहेक पहिलोपल्ट प्लेन चढेको भैरहवामा जाँदा हो । अहिलेसम्म म करिब ३ सय पटक डोमेस्टिक फ्लाइटमा चढिसकेँ । त्यसमा पनि २ सयपटक बुध्द एयर नै चढेको छु । बुध्द एयर साह्रै सुरक्षित लाग्छ ।

अनि मनमा डरको घन्टी बज्यो

● **बिन्दु परियार,** *गायिका*

मैले पहिलोपटक नेपालगञ्जबाट काठमाडौंसम्म हवाई यात्रा गरेकी थिएँ । त्यतिखेर म कैलालीको कार्यक्रममा गएकी थिएँ । आउँदा नेपालगञ्ज हुँदै प्लेनमा फर्किनु पर्ने भयो । प्लेन चढ्दा कस्तो हुन्छ होला भन्ने उत्सुकता थियो । चढ्नु भन्दा अगाडि डर लागेको थियो तर मनको उत्सुकताले जितेको थियो ।

जे होस् जब पहिलो चोटि प्लेनमा बसियो, सुरूमा त बेग्लै खालको आनन्द आयो । तर, जब प्लेन माथि आकाशतिर जान थाल्यो, मनभित्र डरको घन्टी बज्न सुरू भयो । त्यो दिन हल्का बादल पनि लागेको थियो । त्यसैले होला, कताकता प्लेन हल्लिँदै पनि थियो । त्यही हल्लाई पनि डर लाग्ने रहेछ । त्यसपछि ल्यान्डिङ हुने बेला अलि बढी डर लाग्यो ।

अहिले त बानी भैसक्यो, त्यस्तो केही डर लाग्दैन । प्रायः यात्रा प्लेनमै गरिरहेको हुन्छु । एकदमै सुरिक्षत अनुभव हुन्छ । छिटो पनि, सजिलो पनि ।

मुटु काँप्यो

● **सरू गौतम,** गायिका

मैले पहिलो पटक विदेश यात्रामा प्लेन चढें । सन् २०१५ मा चीनमा गएकी थिएँ । त्यतिबेला ठमेलमा हाम्रो पारिवारिक पश्मिना पसल थियो । चीनको कमिङ भन्ने ठाउँमा ठुलो व्यापारिक मेला लागिरहेको थियो । त्यसमा हामीले पनि स्टल लिएका थियौं । पश्मिना र बुद्धको माला लिएर म पनि त्यहाँ पुगें ।

मसँगै थुप्रै नेपाली व्यापारी पनि प्लेनमा हुनुहुन्थ्यो । पहिलोपल्ट चढ्दा मनमा एक किसिमको डर त हुन्छ नै । तर, चिनेजानेका नेपाली हुँदा मन हल्का पनि हुने रहेछ । उत्तिकै उत्साहित पनि । पहिलोपटक देश छाडेर अरूको देशमा जाँदा अलि अनौठा महशुस हुने रहेछ । त्यो देश कस्तो होला, त्यहाँका मान्छे कस्ता होलान्, प्लेनमा बसिरहँदा मनमा एक खालको उत्सुकुता थियो । उड्ने र ल्यान्ड हुने बेला मुटु काँपेको थियो, अरू बेला खासै डर लागेन । त्यसपछि कार्यक्रमको सिलसिलामा डोमेस्टिक प्लेन त थुप्रै चढियो । अलि सुरक्षित लाग्ने भएर होला, धेरैजसो बुध्द एयर नै चढ्छु ।

जब मुठ्ठीभरि चकलेट लिएँ...

● **सुरविना कार्की,** *अभिनेत्री*

म सानी छँदा बुबाको कामले स-परिवार जनकपुरदेखि काठमाडौं आउनुपर्ने भयो । त्यतिबेला बुबाले बुध्द एयरमा टिकट काट्नुभयो । सायद म ६-७ वर्षकी थिएँ । प्लेन चढेको केहीबेरपछि एयर होस्टेज आउनुभयो, कोल्ड ड्रिंक्स र चकलेट लिएर । मैले दुइटै हात अघि सारेर मुठ्ठीभर चकलेट लिएँ । सिडियो अंकल हुनुहुन्थ्यो त्यहाँ । उहाँले 'नानी यति धेरै होइन, एउटा दुइटामात्रै लेउ' भन्नुभयो । लाज लाग्यो मलाई ।

त्यसदिन मैले फ्लाइटमा वान्ता पनि गरेँ । मलाई एयरहोस्टेज आएर सहयोग गर्नुभयो । म चाहिँ दिदीलाई हेरेको हेर्‍यै भए- कति राम्री भनेर ! मलाई पनि ठुलो भएपछि एयरहोस्टेज हुन मन लाग्यो । तर, समयको सायद अर्कै योजना थियो, म आज कलाकार भएँ ।

चकलेट र बादलले डर भुलियो

● **जेभिन श्रेष्ठ,** *बाल कलाकार*

म पाँच वर्षको हुँदा मामाघर जाने बेलामा पहिलो पटक प्लेन चढ्को थिएँ । कार्टुनतिर खूब हेरियो, प्लेन उडेको । तर रियलमा प्लेन चढ्दा कस्तो होला, 'फिल' गर्न पाएको थिइनँ । जब प्लेन उड्यो, मेरो सातो पनि गयो ।

प्लेन उडिरहेका बेला म डराइरहेको थिएँ । एयर होस्टेज दिदीले चकलेट दिनुभयो । म र मेरो ट्विन्स भाइ जेभिस चकलेट पाउँदा निकै खुसी भयौं । प्लेनको झ्यालबाट आकाशको नीलो बादल हेर्न पाउँदा मज्जा आएको थियो । पहिलोपल्ट त्यति नजिकबाट बादल हेर्न पाइएको थियो । चकलेट र बादलले डर भुलेका थियौं । जब प्लेन ओर्लिने बेला भयो, फेरि मुटु ढुकढुक भयो । धर्तीमा ल्यान्ड भएपछि मात्र ढुक्कको सास फेरें ।

गतिलो फोटो खिच्न पाइएन तैपनि संसारलाई देखाइयो'

● **सुमन कार्की,** *हास्यकलाकार*

वि.सं. २०७२ सालतिर हुनुपर्छ । त्यतिबेला म काठमाडौंबाट विराटनगरतर्फ जाँदै थिएँ । पहिलो उडान भएकाले उत्साहित थिएँ । मनले उत्साहसँगै डर पनि बोकेको थियो । साँझको फ्लाइट भएकाले गतिलो फोटो खिच्न पाइएन । तर, फोटो त खिच्नैपर्‍यो, संसारलाई जो देखाउनु थियो ! त्यसैले प्लेन चढैं भनेर देखाइयो । प्लेन ल्यान्ड हुने बेला असाध्यै डर लागेको थियो । अझै पनि यात्रा गर्दा ल्यान्डिङका बेला खुब डर लाग्छ ।

माया मिठो धराने

कलाकार श्यामकृष्ण श्रेष्ठले बुद्धमार्गमा चलाउँदै आएको 'अविनास हस्तकला' धराने कोसेलीको ब्रान्ड नै बनिसक्यो । उनका कलामा नेपाली कला, संस्कृति र जीवनशैलीको सुवास पाइन्छ ।

किरात फूलबारीका रूपमा चिनिएको पूर्वेली सहर धरानमा राई, लिम्बु, गुरूङ, मगर, क्षेत्री, बाहुनलगायत विभिन्न जातजाति मिलेर बसेका छन् । यहाँको सभ्यतालाई समृद्ध बनाउन लाहुरे संस्कृतिको महत्वपूर्ण योगदान छ ।

घुमफिरका हिसाबले पनि धरान सुन्दर गन्तव्य हो । मठ, मन्दिर, गुम्बा, यलम्बर पार्क र नजिकैको हिलस्टेशन भेडेटार यहाँका आकर्षण हुन् । साहसिक गतिविधिहरूमा माउन्टेन बाइकिङ, जिपलाइन, प्याराग्लाइडिङ, हाइकिङ, राफ्टिङ, स्काई साइक्लिङलगायत सुविधा छ ।

दुई रात धरानमा बसेर सेरोफेरोमा घुमफिर गर्न सकिन्छ । खाना र बासका लागि आरामदायी होटल र आधुनिक रेष्टुराँको दुःख छैन । खाना पारखीका लागि बगरकोट प्रख्यात गन्तव्य हो जहाँ कालो बंगुरका परिकार पाइन्छन् ।

धरानबाट फर्किंदा कोसेलीस्वरूप विभिन्न कलाकृति ल्याउन सकिन्छ । कलाकार श्यामकृष्ण श्रेष्ठले बुद्धमार्गमा चलाउँदै आएको 'अविनास हस्तकला' कोसेलीको ब्रान्ड नै बनिसक्यो ।

वि.सं. २०५२ देखि नै उनले काठ, कागज, बाँस, कपडा आदिबाट कलाकृतिहरु बनाउँदै आएका छन् । उनी ताम्रपत्र, पदक, ट्रफी आदि पनि बनाउँछन् । एउटा सामानको अढाई सय रूपैयाँदेखि २५ हजार रूपैयाँसम्म पर्छ ।

उनका कलामा नेपाली कला, संस्कृति र जीवनशैलीको सुवास पाइन्छ । 'धरान झल्काउने सामानको माग बढी हुन्छ', श्यामकृष्ण भन्छन्, 'स्वदेश तथा विदेशमा बस्नेहरु 'टोकन अफ लभ'का रूपमा किन्छन् ।'

बाइस वर्षको उमेरदेखि नै हस्तकलामा लागेका श्यामकृष्ण ५० वर्षका भए । उनले सिकाएका केही युवा आत्मनिर्भर भैसके । आज उनकोमा १६ जना रोजगार छन् ।

श्यामकृष्ण श्रेष्ठ

सम्पर्क : **अविनास हस्तकला**
बुद्धमार्ग, धरान
श्यामकृष्ण श्रेष्ठ- ९८५२०४५०५९

हार्दिक श्रद्धासुमन

सुरेन्द्र बहादुर बस्नेत
२७ श्रावण १९८४ – १० पुस २०७९

बुध्द एयर स्थापना गर्नुअघि सुरेन्द्रबहादुर बस्नेत सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीश, निर्वाचन आयोगको पहिलो प्रमुख आयुक्त, प्रेस काउन्सिलको पहिलो अध्यक्ष र पटक-पटक मन्त्री भएका थिए ।

बुध्द एयरका संस्थापक कार्यकारी अध्यक्ष सुरेन्द्र बहादुर बस्नेतको पुस १० गते निधन भयो । भोजपुरको दिंगलास्थित साल्मा गा.वि.स.मा १९८४ साउन २७ गते जन्मिएका बस्नेतले बनारस हिन्दू विश्वविद्यालयबाट बीएससी, एमए/एलएलबीको अध्ययन गरेका थिए । त्यसअघि उनले विराटनगरबाट हाइस्कुलसम्मको शिक्षा लिएका थिए ।

देशैभर उच्च शिक्षा अध्ययन गरेका व्यक्ति निकै कम रहेका बेला उनले एमए सम्म अध्ययन गरेका थिए । उनको पारिवारिक पृष्ठभूमि पनि शिक्षित थियो ।

बस्नेतले संघसंस्थाको नेतृत्वदायी भूमिका लिन बीएचयू अध्ययन गर्दादेखि नै सुरू गरेका हुन् । वि.सं. २००८ अघि निष्क्रिय रहेको 'नेपाली छात्र संघ'लाई उनको समूहले ब्युँताएको थियो ।

वनारसबाट पढाइ सकेर मोरङ फर्किएको केही समयपछि बस्नेतको राजा महेन्द्रसँग भेटघाट भयो । पढेलेखेका युवा भएकै कारण वि.सं.२०१२ सालमा पूर्वाञ्चल भ्रमणमा रहेका बेला राजा महेन्द्रले बस्नेतसँग कुराकानी गरेका थिए ।

बस्नेतको नेतृत्वमा निर्वाचन आयोगमा काम गरेका पूर्वप्रमुख निर्वाचन आयुक्त सूर्यप्रसाद श्रेष्ठ राजाले सर्वसाधारणलाई १० मिनेट भेटघाटको समय दिनुलाई निकै अर्थपूर्ण मान्छन् । 'त्यो बेला राजासँग १-२ मिनेट हुने प्रत्यक्ष कुराकानीलाई नै ठूलो मानिन्थ्यो,' उनी भन्छन्, 'बस्नेतको पढाइलेखाइ, क्षमता र केही गरौँ भन्ने भावनाकै कारण राजाले पहिलो भेटमै उल्लेख्य समय दिएका हुन् ।'

पूर्व प्रधानमन्त्री सूर्यबहादुर थापाले आफ्नो आत्मकथा 'मेरा नौ दशक'मा लेखेका छन्-'राजा महेन्द्रसँग दोस्रो व्यक्तिको क्षमता चिन्ने खुबी थियो । छोटो भेटघाट र कुराकानीमै उनी त्यो खुबी पहिचान गर्थे । कोही पढेलेखेको र कुनै क्षेत्रमा योग्य व्यक्ति छ भन्ने थाहा पाए भेट्न बोलाइहाल्थे र उपयुक्त जिम्मेवारी पनि दिन्थे ।'

जिल्ला पञ्चायतदेखि मन्त्रीसम्म

उनले विभिन्न सरकारी निकायका उच्च पदमा बसेर काम गरेका थिए । उनले सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीश, निर्वाचन आयोगको पहिलो प्रमुख आयुक्त र नेपाल प्रेस काउन्सिलको अध्यक्ष हुने ऐतिहासिक अवसर पाए । उनले वि.सं. २०२७ देखि वि.सं. २०२९ सम्म प्रेस काउन्सिलको पहिलो अध्यक्षका रूपमा काम गरे ।

विभिन्न कालखण्डमा बस्नेतले अर्थमन्त्री, उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्री र कानुन, न्याय तथा शिक्षामन्त्रीको जिम्मेवारी सम्हाल्ने अवसर पनि पाए । त्यसका साथै राजाले गठन गर्ने विभिन्न शाही आयोगको नेतृत्व पनि पाएका थिए ।

उनले चार दशक सरकारी सेवामा बिताए । त्यसपछि पुर्ख्यौली थलो विरानटगरमा कृषि पेशालाई अगाडि बढाए र बुध्द एयरको समेत सुरुवात गरे ।

बस्नेत राजा महेन्द्रको लालमोहर पाएर वि.सं. २०२१ सालमा तीन वर्षका लागि सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीश भएका थिए । तर एक वर्ष ११ महिना मात्र सर्वोच्चमा रहे । वि.सं. २०२१ साल अघि मोरङ जिल्ला पञ्चायतको सभापति थिए । स्थानीयले दोस्रो पटक जिल्ला पञ्चायतको सभापति बन्न आग्रह गरेकै बेला प्रधानमन्त्री सूर्यबहादुर थापाले बोलाएकाले उनी काठमाडौँ आए । राजालाई भेटेपछि बस्नेतले सर्वोच्च अदातलमा न्यायाधीश हुने अवसर पाए ।

त्यसअघि बनारसबाट कानुनमा ग्रयाजुएसन गरेर फर्किएलगत्तै उनले सर्वोच्च अदालतमा वकिलका रूपमा रजिस्ट्रेसन गरेका थिए । पूर्वप्रमुख निर्वाचन आयुक्त श्रेष्ठ भन्छन्, 'त्यतिबेला रजिस्ट्रेसन गर्ने वकिल मुस्किलले चार–पाँच जना थिए होलान् ।' रजिस्ट्रेसनलगत्तै सर्वोच्चमा केही आफन्त र साथीभाइका मुद्दा बस्नेतले निःशुल्क हेरिदिएका थिए । काबिल वकिल भएकै कारण बस्नेतले न्यायाधीशजस्तो जिम्मेवार भूमिका पाए ।

वि.सं. २०२२ सालको चैत अन्त्यतिर नवलपरासीमा गाउँले र बजारबासीबीच भएको भिडन्त छानबिन गर्न राजा महेन्द्रले बनाएको 'निष्पक्ष शाही छानबिन आयोग'मा उनले अध्यक्षको जिम्मेवारी पाए । राजाले १५ दिन समय तोकेका थिए तर उनले १२ दिनमै प्रतिवेदन बुझाए ।

लगत्तै बस्नेतलाई राजा महेन्द्रले न्यायाधीशको जिम्मेवारीबाट निर्वाचन आयोग प्रमुखको जिम्मेवारी दिए । उनी वि.सं. २०२३ सालमा बस्नेत निर्वाचन आयोगको प्रमुख आयुक्त नियुक्त भए । उनी प्रमुख आयुक्त भएकै बेला वि.सं. २०२४ सालमा राष्ट्रिय पञ्चायतको निर्वाचन भएको थियो ।

निर्वाचन सकिएको एक महिनापछि बस्नेतले प्रमुख आयुक्तको पदबाट राजीनामा दिए । लगत्तै राजा महेन्द्रले उनलाई वि.सं. २०२४ जेठ १४ मा राष्ट्रिय पञ्चायत सदस्यमा नियुक्त गरे र सोही दिन कानुन, न्याय तथा शिक्षामन्त्री बनाए । पछि वि.सं. २०२५ मा अर्थमन्त्रीको पनि जिम्मेवारी पाए । अनि थिलथिलो भएको अर्थतन्त्रलाई बस्नेतले ७ महिनामै लयमा फर्काए ।

'नेपालका मन्त्री र सांसदहरु' पुस्तकका लेखकसमेत रहेका वरिष्ठ पत्रकार भैरव रिसाल बस्नेतलाई अब्बल नेतृत्व क्षमताका इमान्दार व्यवसायी र नेताको रूपमा चिन्छन् । उनी भन्छन्, 'बजेट ल्याउने अवसर नपाउँदासमेत ६ महिनामै मुलुकको अर्थतन्त्र सही दिशामा हिँडाएको जस उहाँलाई जान्छ ।'

वि.सं. २०३६ सालमा राजा वीरेन्द्रले गठन गरेको अर्को आयोगमा पनि बस्नेतलाई सहभागी गराइयो । वि.सं. २०३५ चैतमा विद्यार्थी आन्दोलन चर्केको थियो । त्यही कारण वि.सं. २०३६ वैशाख १९ गते शिक्षामन्त्री पशुपति शमशेर जबराले राजीनामा दिए । त्यसपछि राजा वीरेन्द्रले आन्दोलन जाँचबुझका लागि 'उच्चस्तरिय शाही आयोग' गठन गरे । जसको नेतृत्व सर्वोच्च अदालतका न्यायाधीश घनेन्द्रबहादुर सिंहले गरेका थिए । राष्ट्रिय पञ्चायतका उपाध्यक्ष लोकेन्द्रबहादुर चन्द, न्यायाधीश ईश्वरीराज मिश्र, त्रिविका पूर्वउपकुलपति सूर्यबहादुर शाक्य र सुरेन्द्रबहादुर सदस्य बनाइएका थिए ।

तोकिएकै समयमा समितिले बुझाएको प्रतिवेदनका आधारमा गृहपञ्चायत मन्त्रालयले भोलिपल्टै विद्यार्थीका महत्त्वपूर्ण मागमध्ये पक्राउ परेका र मुद्दा चलाइएका विद्यार्थीको रिहाइ र राष्ट्रवादी विद्यार्थी मण्डलको खारेजी कार्यान्वयन गर्न अञ्चलाधीशलाई सूचित गऱ्यो । त्यसपछि विद्यार्थी आन्दोलन रोकियो । र राजा वीरेन्द्रले जनताको राय बुझ्न 'सुधारिएको पञ्चायत रोज्ने कि बहुदल' भन्ने विषयमा जनमत संग्रह घोषणा गरे ।

कृषि फार्म र बुध्द एयरको सुरुवात

उनले वि.सं. २०३४ सालमा कृषि विकास बैंकबाट ११ लाख रूपैयाँ ऋण लिएर विराटनगरमा कृषि फार्म सञ्चालन गरेका थिए । मोरङको डाङिहाटमा 'बहुमुखी कृषि फार्म' सुरु गरेका थिए । भारतको आसाम, गोहाटी र भूसाल गाउँबाट उन्नत बीउ ल्याएर झन्डै ११ सय रोपनी जमिनमा मालभोग, बसाराइ ड्वार्फ र हाइब्रिड रोबस्टा जातका केरा लगाएका थिए । माछा पनि पालेका थिए ।

अहिले सोही स्थानमा उनका छोरा वीरेन्द्रबहादुरले आरजू राइस मिल सञ्चालन गर्ने तयारी अन्तिम चरणमा पुऱ्याएका छन् । जसले स्थानीय किसानले उत्पादन गरेको धान खरिद गरी गुणस्तरिय चामल बजार पठाउने तयारी गरिरहेको छ ।

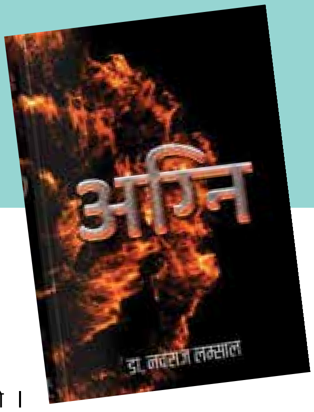
राजनीति र कृषिमा मात्र होइन, नेपाल र नेपालीलाई हवाई सेवाको सहज पहुँचमा पुऱ्याउन सुरेन्द्रबहादुरले ठूलो योगदान खेलेका छन् । ७० वर्षको उमेरमा उनले स्थापना गरेको बुध्द एयरले सन् १९९७ अक्टोबर ११ मा पहिलो व्यावसायिक उडान गरेको थियो । अहिले १४ वटा विमानसहितको निजी क्षेत्रकै ठूलो विमान कम्पनीको नेतृत्व उनका छोरा वीरेन्द्रबहादुर बस्नेतले गरिरहेका छन् । नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरणको तथ्यांकअनुसार हाल आन्तरिक उडानमा बुध्दको मात्रै ५६ प्रतिशत हिस्सा छ ।

निजी क्षेत्रको ठूलो विमान कम्पनी र कृषिलाई अगाडि बढाएका सुरेन्द्रबहादुरलाई पूर्वपरराष्ट्रमन्त्री भेषबहादुर थापा काबिल क्षमता भएका उद्यमशील व्यक्तिको रूपमा चिन्छन् । उनी भन्छन्, '७० वर्षको उमेरमा बुध्द एयर स्थापना गरेबाटै थाहा पाउन सकिन्छ उहाँको निष्क्रिय बस्ने स्वभाव नै थिएन ।'

थापाले भनेजस्तै केही गरिरहनुपर्छ भन्ने सोच राख्ने एक सक्षम, इमान्दार उद्यमी र असल नेतृत्व हामीले गुमाएका छौँ ।

अलबिदा..!

डा. नवराज लम्सालका प्रिय ५ पुस्तक



■ **हेमन्त विवश**

समयले मान्छेलाई मान्छे बन्न अनेक तीता र मीठा अवसरहरूको पथमा हिँडाइरहन्छ । समय आफैंमा बलवान हुन्छ । सपना, कल्पना र यथार्थको संगम पनि त हो जीवन । त्यही संगमभित्र भेटिन्छन् अनुभव अनुभूति र लेखनका विषयबस्तुहरु । यसरी लेखनका विषयबस्तुहरु खोज्ने क्रममा पछिल्लो समय धर्म, संस्कृति, दर्शन र इतिहासका पाटा केलाउँदै लेखन विधामा सक्रिय ढंगले कलम चलाइरहेका स्रष्टा हुन् डा. नवराज लम्साल ।

हिजोका दिनमा रेडियो नेपाल र उनी एक अर्काका पर्यायवाची जस्तै थिए । उनले लेखनकै लागि भनेर रेडियोको जागिर छोडेको पनि धेरै भएको छैन । कर्ण, धरा र अग्नी गरि तीनवटा महाकाव्य प्रकाशित गरिसकेका लम्सालका तीन कविता सङ्ग्रह र दुईवटा गीतसङ्ग्रह समेत प्रकाशित छन् । तीन सयको हाराहारीमा विभिन्न गायकगायिकाका स्वरमा उनका गीतहरु गुञ्जिरहेका छन् ।

२०७८ सालको मदन पुरस्कार पाउन सफल उनको अग्नी महाकाव्य नेपाली काब्य जगतमा नौलो प्रयोग हो । नेपाली काव्यमा दलितका कथा व्यथाहरु निकै कम लेखिएका छन् । लेखिएकामा पनि भुलेर क्षणिक समयका लागि खोल्सातिर भुल्केको घाम जस्ता सामान्य प्रसंग मात्र उठाइएका छन् । अग्नी महाकाव्यमा भने लुकेर बसेको एक गर्विलो इतिहासको पाटो देखाइएको छ । जहाँ उनले दलितको कथा मात्रै बोकेका छैनन्, एउटा सिङ्गो इतिहासलाई मनन् गर्न वाध्य तुल्याएका छन् । ऐतिहासिक दस्तावेजका रूपमा समेत हेर्न सकिने गरी पाठकसामु ल्याएका छन् अग्नीलाई । जहाँ नेपाल एकिकरणमा अहंम भूमिका निर्वाह गरेर पनि कतै चर्चा नपाएको आरनको कथा छ । शालीन, सभ्य र सुन्दर प्रकृतिको विद्रोही चेत छ । अनि त्यो जीवन र मानवताको पाठ सिकाउने ज्ञानरूपी सुन्दर आरन छ ।

मकवानपुरस्थित विश्वकर्माको आरनबाट तयार भएको जेठी तरबारले गोरखाको कालिका मन्दिरमा प्रवेश पाउँछ । त्यही तरवार पृथ्वीनारायण शाहको नेपाल एकिकरणको आधार बन्छ । दलमर्दन शाह त्यही तरबार बोकेर पहिलो पटक नुवाकोटमा युद्ध गर्न पुग्छन् । नेपाल एकिकरणको बाटो खोल्ने अस्त्र बनिदिन्छ त्यही तरवार, अनि विश्वकर्माको उही आरन । तथापि कतै नामसम्म उच्चारण हुँदैन ती विश्वकर्माको ।

सञ्चार क्षेत्रमा चर्चित बनेका लम्साल अग्नी मार्फत नेपाली साहित्य जगतमा समेत छुट्टै पहिचान बनाउन सफल बने । रचना वाचन गर्दा होस् वा कार्यक्रम संचालन गर्दा, सामान्य कुराकानी गर्दा नै किन नहोस् अरूलाई आफूतिर अकर्षित गराउन सक्ने वाकपटुताका साथै कला र गला दुबै भएका स्रष्टा हुन उनी ।

धादिङको ज्यामरूङमा प्रखर ज्योतिष, पण्डित परिवारमा जन्मिएका लम्सालले सात कक्षासम्म उतै गाउँदेखि टाढाको विद्यालयमा अध्ययन गरे । घाँस दाउरा ल्याउने, गाईगोठालो बन्नेदेखि पिताजीको जजमानी पेशामा समेत सघाएका थिए । कक्षा ८ पढ्न काठमाडौं आए देखि उनी यतै कर्मको खेत जोतिरहेछन् ।

सानै उमेरदेखि कविता र गीतसँग रम्दै रमाउँदै आएका उनले एस.एल.सी. दिने बित्तिकै समय दैनिकमा काम सुरु गरे । २०५१ वैशाखदेखि रेडियो नेपालमा सेवा प्रवेश गरे । जहाँ उनले झण्डै २९ वर्ष बिताए । आज पनि पत्रपत्रिकामा कहीं न कहीं केही न केही लेखिरहेकै छन् ।

जिउने क्रममा देखापरेका भाव, अभाव, दुःख, पीडा, प्राप्ति, अप्राप्ति बोकेका ती दिनलाई सप्रेम सम्झनुपर्छ भन्ने मान्यता राख्ने लम्साल लेख्न, पढ्न, घुम्न, सङ्गीत सुन्न र कहिलेकाहीँ एकान्तमा रमाउन मन पराउँछन् । भन्छन्, 'सबैभन्दा बढी एकान्त ठाउँमा बसेर आफूलाई आफैंभित्र खोज्नु र त्यतै हराउनुको मजा बेग्लै छ । त्यो अवस्था कविताको मूल पनि हो । अहिले पनि फुर्सद हुने बित्तिकै झोला बोकेर कतै गइहालौं जस्तो लाग्छ ।'

नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठानले आयोजना गरेको राष्ट्रिय कविता महोत्सव २०५९ मा प्रथम बनेका उनी घुमफिर गरिरहन्छन् । मुलुकभित्र घुम्न बाँकी रहेका जिल्लामा पर्दछन्, मनाङ, मुस्ताङ र हुम्ला । नेपालमा अति सुन्दर र फरक दृश्यका ठाउँहरु भएकाले मौसमअनुसार ती ठाउँमा पुनः घुम्ने इच्छा पलाउनुका साथै हरेक ठाउँको संस्कृति, प्रकृति, जीवनशैली र मान्छेको स्वभाव पढ्न खूब मन पर्छ उनलाई ।

आफूलाई नमिठो लाग्ने कुनै खानेकुरा नभएको बताउँदै उनी सुनाउँछन्, 'भुटेको गेडागुडी र खसीको मासुतिर अलि बढी मन जान्छ । घुम्ने क्रममा चाही जहाँ पुग्यो त्यहींका स्थानीय परिकार खाएर रमाउँछु ।'

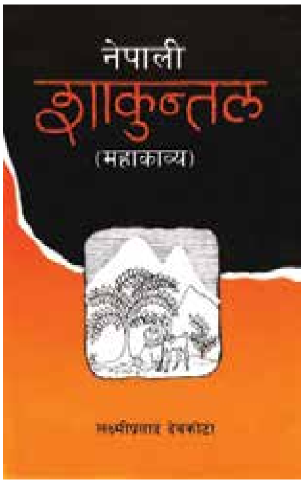
प्रायः राती र फुर्सद हुँदा जुनसुकै समयमा पनि पढ्न मन पराउने लम्साल बताउँछन्, 'संस्कृति, दर्शन र इतिहाससँग जोडिएका पुस्तकहरु मन पर्छन् । साहित्य र साहित्यिक पुस्तक त मूल विधा नै भइगयो । कविता, काव्य झन् बढी पढ्छु, पढ्न मन पराउँछु ।'

रेडियो नेपालको कार्यक्रम लेकबेंसी मार्फत सुदूरपूर्वदेखि

सुदूरपश्चिमसम्मका गाउँबस्तीका आवाज सुनाएका उनले बीबीसी नेपाली रेडियोमा १० वर्ष कला साहित्य संवाददाता बनेर पनि काम गरे । बिहानीमा लयवद्ध ढंगले गीताका श्लोक उच्चारण गरी धार्मिक कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुदेखि २०४६ को प्रजातन्त्र पछिको रेडियोको चर्चित कार्यक्रम 'घटना र बिचार', बाबुराम भट्टराई प्रधानमन्त्री हुँदा 'जनतासँग प्रधानमन्त्री' र पछिल्लो समयमा 'मधुवन' लगायतका लोकप्रिय कार्यक्रम मार्फत कला र गला दूरदराजका भुँई मान्छे देखि सिंहदरबारका सम्राटहरु सामु पुऱ्याए । राउटे, सिमान्तकृत, आदिवासी, जनजाती, दलित सबैका आँगनमा पुगेर तिनका आवाज बोक्दै हिँडेका दिनले सम्राइ लगाइरन्छन उनलाई ।

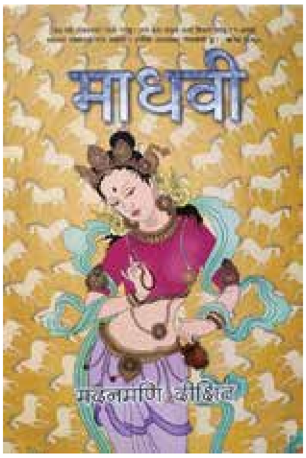
काठमाडौंमा कमाउँदै पढ्दै गरेका लम्सालले नेपाल संस्कृत विश्वविद्यालय र त्रिभुवन विश्वविद्यालय दुवैतिरबाट स्नात्तकोत्तर र 'नेपाली लोकगीतामा रस विधान' शीर्षकमा विद्यावारिधी गरेका छन् । श्रीमद् भगवत् गीता, महाभारत, श्रीमद्भागवत महापुराण, कालिदासका महाकाव्य र स्वयं वेद महत्वपूर्ण जीवनदर्शन र पौरस्त्यदर्शनको आधार ठान्ने उनी लोकसांहित्यका अध्येयता पनि हुन् । उनले जीवनमा सयौं पुस्तक पढे । ती मध्ये उनको जीवनमा प्रभाव पारेका प्रिय ५ पुस्तक उनकै शब्दमा :

१. शाकुन्तल : महाकवि देवकोटाको विराट चिन्तन हो यो । पहिलो आधुनिक नेपाली महाकाव्य । पौरस्त्य दर्शनको विराटता पनि छ र यसमा नेपालीपनको आभा पनि छ । मिथकमाथि लेखेर नेपाली जीवन र प्राण दिएको काव्य हो यो । जति पढ्यो उति नयाँनयाँ लाग्छ । पढ्नका लागि पढ्नेले त के भन्छन् कुन्नि तर बुझ्नैका लागि पढ्ने हो भने यसमा अथाह ज्ञान छ । २०४३ सालतिर म संस्कृत छात्रावास तीनधारा बस्थेँ । त्यहाँ निकै ठूलो पुस्तकालय थियो । तिनताका कसले धेरै पुस्तक पढ्ने भन्ने होड चल्थ्यो हामीबीच । त्यही समयमा पहिलो पटक पढेको हुँ ।

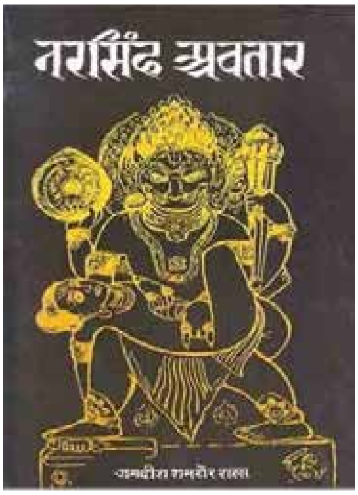


२. प्रमिथस : यो पनि देवकोटाकै महाकाव्य हो । ग्रिक मिथक माथिको महाकाव्यिक आलोक हो यो । स्वर्गबाट आगो चोर्ने प्रमिथसको कथा । शासक र शासितको कथा, सङ्घर्षको कथा र जीवनले सम्हाल्नु पर्ने ऊर्जाको कथा हो यो । पहिलो पटक कहिले पढेँ, याद छैन तर मेरो अग्नि महाकाव्य प्रकाशन अघिको समयमा मैले फेरि फर्केर केही महाकाव्यहरु पढेँ । त्यसरी पढ्दा यो पनि एक थियो । देवकोटाको लेखकीय क्षमता यसमा यसरी हुत्तिएर बगेको छ कि पाठक हुरूक्क हुन्छ तर अखवारे शैलीका पाठकलाई भने यो हाडे ओखर हुन पनि सक्छ ।

३. माधवी : मदनमणि दीक्षितको उपन्यास हो यो । उपन्यासमात्र होइन, महाउपन्यास नै हो । माधवी र गालवको अलौकि प्रेम, दार्शनिक चिन्तनको कथा, नयाँ ध्वनि र उत्सर्ग प्रेमको समन्वय, धूर्त राजनीति, जटिल समाज र पुत्रमोहको परिबन्ध तथा पौरस्त्य दर्शनको गतिमय प्रवाह आदि अनेकौं सन्दर्भ छन् । ठाउँठाउँमा आँसु बग्छ यो पढ्दा । धेरै पटक पढेको छु र रोएको छु । लेख्नैका लागि लेख्ने हो भने त यस्तो लेख्न सके पो ! भन्ने पनि लाग्छ ।

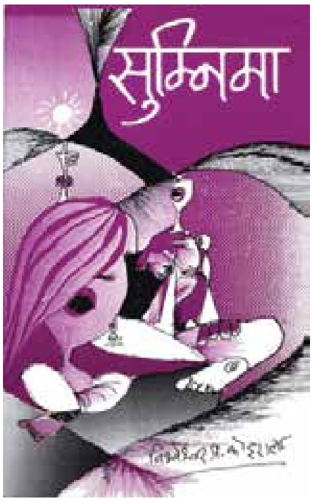


४. नरसिंह अवतार : जगदीश शमशेर राणाको महाकाव्य हो यो । नर र सिंह । मान्छे र पशु । विवेक र पाशविकता । यस महाकाव्यमा चिन्तन, तर्क र भाषाको बेजोड प्रवाह छ । चिन्तन र भाषाको प्रयोगशीलता यसको विशेषता हो । लेखक हुनु भनेको लेख्नुमात्र र पाठक हुनु भनेको एउटा हातमा मोबाइल र अर्को हातमा किताब राखेर खरर पढ्यो, ए ! भन्यो, यति मात्र होइन । पुस्तकसँग पाठकले आफूलाई पनि दाँज्न पाओस् । पाठकले पनि खेल्ने ठाउँ पाओस् । बुझाइको तह पाठकको बौद्धिकतामा पनि निर्भर होस् न । म यही सत्यबाट प्रभावित भएको हुँ । पहिलो पटक कहिले पढेँ, हेक्का छैन तर पटकपटक पढेको छु ।



५. सुम्निमा : यो वीपी कोइरालाको उपन्यास हो । अघिल्ला ४ पुस्तकको तुलनामा यसको भाषिक प्रवाह सरल छ तर समन्वय, सहकार्य र अस्तित्वबोधको कोणबाट यसलाई हेरेको छु । सबैभन्दा ठूलो कुरो त जीवन हो, जिउनु हो । जिउनु पनि प्रेमपूर्वक जिउनु । जात, धर्म, सम्प्रदाय, भूगोल र सम्पन्नताभन्दा जीवनको सपना माथि छ, निकै माथि । यही सत्य हो यो पुस्तक ।

धर्मका लागि जीवन होइन जीवनका लागि धर्म हो । धर्मलाई कर्मकाण्डले बाँधेर नराखोस्, धर्म दर्शनसँग मिसियोस् र जीवनको शाश्वत दर्शनसँग । राजनीतिको उपल्लो पात्र भएर पनि लेखनमा राजनैतिक आग्रहको भारी नथोपरीकन लेखकको लेखकीय सत्तालाई सर्वोच्चता प्रदान गरिनु पनि यसको मूल विशेषता हो । यो पुस्तक एस.एल.सी. दिएताका नै पढेको हुँ । पछि पनि धेरै पटक पढेँ ।



जनमनका कवि
महाकवि विद्यापति

■ धीरेन्द्र प्रेमर्षि

"– बडा रोचक लागेर आयो । हामीले महाकवि देवकोटालाई जान्दथ्यौँ । भारतका सुमित्रानन्दन पन्त वा रवीन्द्रनाथ टैगोरबारे पढेका थियौँ । तर एउटा नयाँ कविको बारेमा सुन्दा अचम्म लागेको थियो । र ती हाम्रै मिथिला क्षेत्रका हुन् भन्ने थाहा पाउँदा आश्चर्यका साथै गौरव पनि लागेको थियो । अहाऽऽ, तुलसीदास मात्र होलान्, सुरदास मात्र होलान् भनेको; यहाँ त अर्का पनि कोही रहेछन् ! यस अनुभूतिले बडा गौरवबोध भएको थियो ।"

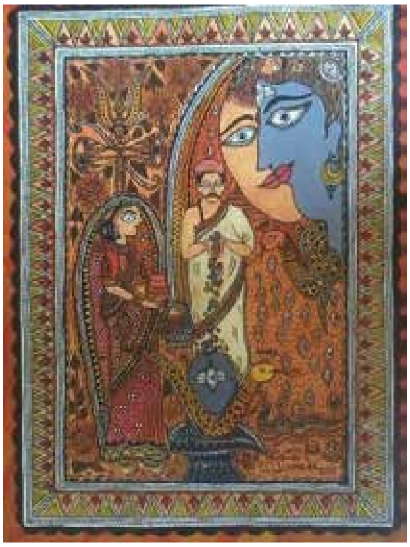
यो अनुभूति हो– प्राचीन साहित्य, संस्कृति, अध्यात्म, दर्शन आदिबारे अभिरूचि राख्ने र तत्सम्बन्धी जानकारीहरु विभिन्न माध्यमबाट समाजमा पस्किने युवा गायक तथा प्रस्तोता सुभाष अगमको । सुभाषको यस बुझाइ र भनाइलाई साहित्य/संस्कृतिप्रति चासो राख्ने आम नेपाली युवाको प्रतिनिधि आवाज मान्न सकिन्छ । र, आफ्ना गौरवपुञ्ज तथा ऐतिहासिक धरोहरहरूबारे बल्लतल्ल जानेर हुने गौरवबोध वस्तुतः गौरवभन्दा बढी खिन्नता र हीनताको कुरा हो । सम्बद्ध समुदायले जरा छोड्दै गएपछि, राज्यले समेत 'समृद्धि'का कुरा 'अर्थ'मा मात्र देख्न थालेपछि, बाध्यात्मक पढाइभन्दा इतरका कुरा अध्ययनको दायरामा नआएपछि, चौथो अङ्ग पहिलो-दोस्रो-तेस्रोको पछलग्गू मात्र भएपछिको नियति हो यो । प्रायः त्यसैले हामी संसारभरि फैलिएको साहित्य, संस्कृति, चेतनारूपी उज्यालोको त खूबै चाख मानेर चर्चा गर्छौं, तर आफ्नै धरातलका संसार उजिल्याउने ज्योतिपुञ्जहरूबारे भने अनभिज्ञ रहन्छौं । एउटा जिज्ञासु र अनुसन्धेत्सु व्यक्तिमा हाम्रो परिवेशकै सबैभन्दा पुराना र सशक्ततम कवि विद्यापतिबारे 'यी नयाँ कवि पनि रहेछन्' भन्ने भावबोध त्यसै कुराको द्योतक हो ।

चौधौँ शताब्दी (ईस्वी सन् १३६०-१४४८) मा आफ्नो काव्यकर्मले सिङ्गो आर्यावर्तलाई मनग्य आनन्दित र प्रभावित तुल्याउने मैथिल कवि हुन् विद्यापति । उनको प्रभाव र लोकप्रियता कतिसम्म व्यापक भयो भने मूल मिथिलाका साथै बङ्गाल, आसाम, उडिसा नेपाल (उपत्यका) मा समेत उनका कविताहरु आदरका साथ गाउन थालिए । ती कविताहरु आज सात सय वर्षपछि पनि यी क्षेत्रहरूमा लोक तथा संस्कार गीतका रूपमा गाइने र रस्वास्वादन गर्ने गरिन्छ् । विद्यापतिको शैलीमा नयाँ कविहरूले रचना गर्न थाले । उनले अपनाएको जनभाषामा लेख्ने परिपाटी सर्वत्र अनुसरण गर्न थालियो । उनका विषयमा नानाभाँतिका किंवदन्तीहरु प्रचलित भए । देवाधिदेव महादेव उनका रचनाहरु तात्तातै सुन्ने लोभले स्वयं उनको घरमा 'उगना' नामक नोकरका रूपमा बस्न गए, विद्यापतिको अन्त्यकालमा गङ्गा माता उनलाई लिन स्वयं उनी भएको ठाउँसम्म आइन् भन्ने किंवदन्तीकै कारण विद्यापतिलाई भगवानकै श्रेणीमा राख्नेहरु पनि पाइन्छन् । विद्यापतिको जीवनगाथा प्रस्तुत गरिने एउटा लोकनाट्य/लोकगाथा 'बिदापत' प्रचलित भयो, जुन अहिले पनि मिथिला क्षेत्रका थारु, दनुवार, गनगाईंलगायतका जनजातीय समुदायमा

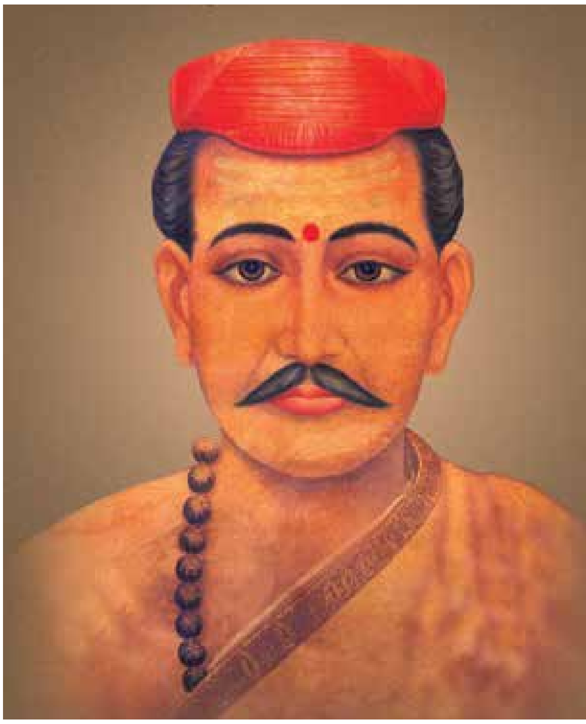
लोकप्रिय छ । यी सबै कुराको मूलमा आउँछ विद्यापतिले अपनाएको जनभाषाको सूत्र । यो पाटो विद्वान्हरूले संस्कृतमा मात्र रचना गर्नुपर्छ भन्ने कुरा विरूद्धको क्रान्ति थियो भने आम जनमानसले आफूले बोल्ने तथा बुझ्ने भाषा र भावमा उत्कृष्ट काव्यको रसास्वादन गर्ने प्रायः पहिलो अवसर पनि थियो । यसले गर्दा विद्यापपतिका गीतहरु खेती-किसानीमा संलग्न गृहस्थहरूदेखि घरायसी महिलाहरूमाझसम्म लोकप्रिय भए । पण्डितहरूका लागि प्रेरणास्रोत बने । पछि जन्मेका कविहरूको मार्गदर्शक बने ।

भविष्यद्रष्टा कवि विद्यापतिले आफ्नो नौलो र साहसिक साहित्ययात्राको श्रीगणेश नगरिदिएका भए आज भारतमा गुजराती, मराठी, राजस्थानी, उडिया, असमिया, सौरसेनीलगायत बाङ्ला र हिन्दी साहित्यले पनि आ-आफ्नो साहित्यको प्राचीनतामा गर्व गर्न सक्ने स्थिति आउन सक्दैनथ्यो । नेपालमा नेपालभाषा र नेपाली साहित्यको श्रीवृद्धिमा पनि विद्यापतिको साहित्यले टेवा पुऱ्याएकै छ । काठमाडौंको नेवार समुदायमा अहिले पनि विद्यापति रचित भजनहरु मैथिली भाषाकै स्वरूपमा गाइन्छन् भने आसाममा शङ्कर देव-माधव देव, बङ्गालमा गोविन्ददास, ज्ञान दास, चैतन्य महाप्रभु, उडिसामा रमानन्द राय आदिले विद्यापतिको रचनाबाट प्रभावित भएर सोही भाषा-शैलीमा मनग्य रचना गरे । यस प्रकार समस्त आर्यभाषी साहित्यमै भक्ति र शृङ्गारको क्षेत्रमा जे-जति रचना भए, ती सबैमा विद्यापतिको अनुसरण गर्ने परिपाटी विकसित भयो । उनको काव्य-वैशिष्ट्यले गर्दा नै विद्यापतिलाई अभिनव जयदेव पनि भनियो ।

विद्यापतिको समग्र काव्य-संसारको विस्तृति र गहिराईलाई नियाल्दा भन्न सकिन्छ– विद्यापति जनभाषाका कवि मात्र थिएनन्, उनी जनकवि नै थिए । यद्यपि विद्यापतिलाई धेरैजसो भक्तकवि अथवा शृङ्गारकविका रूपमा परिचित गराइन्छ । तर विद्यापतिका यी स्वरूपहरूमा पनि जनवादी दृष्टि यथेष्ट पाउन सकिन्छ ।



चौधौं शताब्दी (ईस्वी सन् १३६०–१४४८) मा आफ्नो काव्यकर्मले सिङ्गो आर्यावर्तलाई मनग्य आनन्दित र प्रभावित तुल्याउने मैथिल कवि हुन् विद्यापति ।



विद्यापतिको समयमा मिथिलामा मुगलहरूको आधिपत्य स्थापित भइसकेको थियो । आम मानिसको जीवन सन्त्रस्त र कष्टकर थियो । तत्कालीन समयमा समाजका अधिसंख्य हिन्दू धर्मावलम्बीहरु आफ्ना धार्मिक क्रियाकलापहरूलाई कार्यरूप दिन सक्तैनथे । यस्तोमा विद्यापतिले भक्तिगीतहरूको रचना गरे, ता कि मानिसको वैयक्तिक आस्थाले आधार पाओस र जीवनमा आधारभूत ऊर्जाको सञ्चार भइरहोस् । विधर्मी तथा आततायी प्रकृतिको शासन व्यवस्थाले गर्दा जनजीवनबाट प्रेम-राग-रोमाञ्च पलयान भइसकेको अवस्था थियो । यस्तोमा विद्यापतिले शृङ्गार गीतहरूको रचना गरे, ता कि मानिसमा जीवनप्रति आसक्ति र अनुराग उत्पन्न होस् । उनका अधिकांश शृङ्गार गीतहरूमा कृष्ण र राधालाई नायक-नायिकाको रूपमा पाइन्छन् । यसले गर्दा एकसाथ धर्म र राग दुवैलाई एकसाथ लिएर हिँड्न उनी सफल भएका देखिन्छन् । उदाहरणका लागि यहाँ एउटा विद्यापति गीत हेरौं–

सुनु-सुनु रसिया आब न बजाउ विपिन बँसिया
बेरि बेरि चरनारविन्द गहि सदा रहब बनि दसिया
कि छलहुँ कि होएब से नहि जानह वृथा होएत कुल हँसिया
अनुभव ऐसन मदन भुजङ्गम हृदय गेल मोर डँसिया
नन्द-नन्दन तुअ सरन न त्यागब बरू जग होए दुरजसिया
विद्यापति कह सुनु बनितामनि तोर मुख जीतल ससिया
धन्य धन्य तोर भाग गोआरिनि हरि भजु हृदय हुलसिया

यस गीतले भन्छ– "सुन ए रसिक (कृष्ण), यसरी वनमा बाँसुरी नबजाइदेउ ! म तिम्रो पाउँ पर्छु । बरु म आजन्म तिम्री दासी बनिरहुँला, विन्ति यसरी बाँसुरी नबजाइदेउ ।

म के थिएँ, के हुने हुँ, तिमीले केही विचार गरेका छौ ? बित्थामा जोरीपारीले गिल्ला गर्लान्, मेरो कुल-खान्दानको बदनामी हुन्छ ।

यस्तो लाग्दछ, मानौं कामदेवरूपी सर्पले मेरो मुटुमै डँसेको होस् । ए नन्दजीका प्यारा ! यति जानिराख है– म तिम्रो शरण कसैगरी पनि छोड्दिन, दुनियाले जति बदनाम गरे पनि गरोस् ।

विद्यापति भन्छन्– सुन राधा, तिमी सुन्दरीहरूमध्ये पनि उत्कृष्ट छौ ! तिम्रो मुहारको दिव्यताले चन्द्रमालाई पनि जितेको छ । ए ग्वालिनी, तिमी भाग्यमानी छौ । तिमी कृष्णको सेवा गर, प्रफुल्ल भई बस ।"

विद्यापति महाराज शिवसिंहका बालसखा थिए र प्रमुख सल्लाहकार पनि । उनी भेष बदलेर राजासँगै आम मानिसका बीच गाउँ-बस्तीमा जान्थे र प्रजाको अवस्था बुझ्ने प्रयत्न गर्थे । यस क्रममा उनले प्रजालाई घोर दुख र अभावमा देखे । खडेरी परेर प्रजा भोकभोकै मरिरहेको अवस्थामा समेत उनीहरूबाट कर असुल्ने गरिएको पाए । यो विद्यापतिको जनपक्षधरता नै थियो जसका कारण राजा शिवसिंहले मुगलहरूलाई कर तिर्न बन्द गरिदिए । फलस्वरूप मुगलहरूले मिथिलामा आक्रमण गरे, युद्ध भयो र शिवसिंह बेपत्ता भए ।

राज्यको जर्जर र पीडादायी त्यस अवस्थामा मानिस आफ्नो कर्तव्यबाट विमुख नहोउन् भनेर विद्यापतिले ढाडस दिने काम गर्थे । उनका नजरमा

धरतीको छाती चिरेर अन्न फलाउने र मानिसको पेट भर्ने किसान नै शिव हुन् । त्यसैले आफ्ना शब्दमार्फत् उनी शिवलाई भन्छन्–

खटङ्ग काटि हर हर बन्धाबिअ
तिसुल तोडिअ करु फारे
बसह धुरन्धर लए हर जोतिअ
पाटिअ सुरसरि धारे

यस प्रकार उनी किसानरूपी शिवलाई खटङ्ग काटेर हलो बनाउन भन्छन् । त्रिशूलको फाली बनाएर अनि बसहालाई हलोमा नारेर खेत-बारी जोत्ने र शिरबाट बग्ने गङ्गाजलको उपयोग गरी जग्गाको सिँचाई गर्ने सल्लाह दिन्छन् । ... सात शताब्दीअघि यस किसिमको काव्य सिर्जना हुनु भनेको जनपक्षधरताको त्यो उँचाइ थियो, जो आजको दिनमा मननीय र सान्दर्भिक छ ।

समाज र देश सङ्कटापन्न भएको बेला आपसी विवाद सहजै बढ्ने गरेको हामी पाउँछौँ । 'फुटाउ र शासन गर' भन्ने रणनीति अन्तर्गत शासनाधिकारीहरूले जनतालाई आपसमा लडाउन थालेपछि त्यसै-त्यसै सामाजिक द्वन्द्व बढ्न थाल्छ । यस्तोमा त्यतिखेर हिन्दू धर्मावलम्बीभित्रैकै शैव र वैष्णव सम्प्रदायबीचको द्वन्द्व चरममा पुगेको थियो । त्यसबाट समाजलाई मुक्त गर्न विद्यापतिले लेखे–

भल हर भल हरि भल तुअ कला
खन पित बसन खनहि बघछाला

महाकवि विद्यापतिले यस पदावलीमार्फत् हर र हरि अर्थात् शिव र विष्णु दुवैमा कुनै भिन्नता नभएको विचार प्रस्तुत गरे । उनी भन्छन्– एउटै ईश्वर कुनै बेला पहेँलो वस्त्र धारण गरी विष्णुका रूपमा देखिन्छन् भने उनै कुनै बेला बाघको छाला बेरेर शिव रूपमा प्रकट हुन्छन् । यस पदले विद्यापतिको समन्वयकारी दृष्टिकोणलाई रेखांकित गर्दछ ।

विद्यापतिको सबैभन्दा ठूलो क्रान्तिकारी कदम थियो जनभाषा (अवहट्ठ/मैथिली) मा रचना । यसले गर्दा उनले तत्कालीन पण्डित/विद्वान्हरूबाट ठूलो कोपभाजन व्यहोर्नुपरेको थियो । तर संस्कृतका निष्णात पण्डित भएर पनि उनले आमजनको मन-रञ्जनतर्फ आफ्नो लेखनीलाई मुखरित र केन्द्रित गरे । उनले स्वयं उद्घोष गरेका छन्–

सक्कअ वाणी बुहअण भावइ
पाउअ रस को मम्म न पावइ
देसिल वअना सब जन मिट्ठा
तैँ तैसन जम्पओ अवहट्ठा

अर्थात् संस्कृत भाषा पण्डितहरूले मात्र जान्दछन्, प्राकृत भाषाले मर्मलाई छुन सक्तैन, देशी (स्थानीय) भाषा सबैलाई प्यारो हुन्छ । त्यसैले मैले अवहट्ठमा लेखेको हुँ ।

कविकोकिल विद्यापतिको यो देसिल वयना वा जनभाषी सूत्र कति प्रभावकारी र लोकप्रिय भयो भने यसपछि सबैतिर यस पथको अनुसरण गर्ने लहर नै चल्यो । विद्यापतिपछि भारतवर्षमा जति पनि प्रसिद्ध कविहरु भए, यथा : तुलसी दास, मीरा बाइ, कबीर दास, सूर दास, रहीम, भानुभक्त आचार्य आदि सबैले यसै बाटोमा हिँडेर आ-आफ्ना स्थानीय भाषामा साहित्य रचना गरे र व्यापक लोकप्रियता तथा सफलता पनि कमाए । कविगुरू रवीन्द्रनाथ ठाकुर त विद्यापतिका पदावलीहरूबाट कतिसम्म प्रभावित थिए भने उनले भानुसिंह भन्ने छद्मनाम राखेर त्यही शैलीमा 'भानुसिंघेर पदावली' भन्ने सिङ्गो ग्रन्थ नै लेखे । पछि उनले आफ्नो काव्य-चेतनालाई विद्यापतिका पदावलीहरूले झकझक्याउने काम गरेको अभिव्यक्ति पनि दिए भने विद्यापतिका कतिपय गीतहरूलाई सङ्गीतबद्ध गरेर गाए ।

यस प्रकार आम जनको मनलाई स्पन्दित गर्ने तथा उनीहरूको जीवनका दुखसुखलाई आफ्ना रचनाहरूमा उन्दै लोकजीवनमा आशा र आनन्दको सञ्चार गर्ने सर्वप्रथम कवि मैथिल कोकिल विद्यापति नै भए । यस यथार्थलाई प्रसिद्ध भारतीय कवि डा. हरिवंश राय बच्चनले आफ्नो काव्यकृति 'आरती और अंगारे' मा विद्यापतिलाई सम्बोधन गर्दै यसरी लेखेका छन्–

थे न कबीर न सूर न तुलसी
और न थी जब बाबरि मीरा
तब तुमने ही मुखरित की थी
मानव के मानस की पीडा

यसरी महाकवि विद्यापतिलाई भलै विद्वान्/समालोचकहरूले भक्तकवि तथा श्रृङ्गारिक कविका रूपमा सीमित पार्न खोजून्, तर उनको लेखनको केन्द्रमा आम मानिस अर्थात् जनता नै सर्वोपरि रहे । दुखी-पीडित मानिसको घाउमा मलम लगाउँदै उनीहरूको अनुहारमा मुस्कान ल्याउने तथा सामाजिक सौहाद्र कायम राख्ने– विद्यापतिको लेखनको यही अभीष्ट रह्यो । त्यो चाहे भावका रूपमा होस् चाहे भाषाका रूपमा । त्यसैले उनी जन-मनको कवि त भए नै, मन-मनको कवि पनि बन्न पुगे ।

विद्यापतिको साहित्यका बारेमा टिप्पणी गर्दै प्रसिद्ध भाषाविद् सर जर्ज ग्रियर्सनले लेखेका छन्– "भलै हिन्दू धर्मको सूर्य अस्ताओस्, भलै कृष्णको स्तुतिका लागि जनमानसमा विश्वास र श्रद्धा बाँकी नरहोस्, तर राधा-कृष्णको प्रणय-प्रसङ्ग चित्रित विद्यापतिका गीतहरूप्रतिको लोक-अनुराग कदापि घट्ने छैन ।" साहित्य अध्येता र मर्मज्ञहरूका बीच यो कुरा साँचो प्रमाणित हुँदाहुँदै पनि माथि सुभाष अगम भाइको टिप्पणी जस्तो अवस्थाले भने अलि निराश अवश्य बनाउँछ । वस्तुतः मिथिला राज्यको पतन र सुगौली सन्धिपछि दुई देशमा विभक्त भएको मिथिला र यसको भाषा, साहित्य तथा सांस्कृतिक गतिविधिले नेपाल र भारतबीचको मित्रतालाई थप दह्रो बनाउन योगदान पुऱ्याए पनि दुवै देशले मिथिलाका विशिष्टताहरूलाई यथोचित स्थान र सम्मान दिन सकेका छैनन् । यस सन्दर्भमा मिथिला र विद्यापति आफू जलेर रित्तिँदै देश-समाजलाई उज्यालो पार्ने मैनबत्तीका रूपमा रूपान्तरित भए । दुवै देशमा फाट्टफुट्ट कामहरु भए पनि गतिला काम कतैबाट हुन सकेनन् । हालको भारतीय भूभागमा जन्मेका र वर्तमान नेपाली भूभागमा जीवनको महत्वपूर्ण कालखण्ड व्यतीत गरी यथेष्ट प्रभाव छोडेका विद्यापति र उनका सिर्जनातर्फ केन्द्र, प्रदेश तथा स्थानीय सरकारका साथै मिडिया र सम्बद्ध निकायहरूले खासै चासो दिएको पाइँदैन । यसबाट खासगरी नयाँ पुस्ता आफ्नो सांस्कृतिक विशिष्टताबाट अनभिज्ञ हुँदै गएको अवस्था छ । यस दृष्टिले पनि विद्यापतिजस्ता समाजका हीराहरूको चमक आजको पुस्तालाई देखाउनु र त्यसलाई आत्मसात गर्न लगाउनु जरूरी छ ।

नेपाल परिचय

'हनुमानढोका दरबार सङ्ग्रहालय'मा नेपालको ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, सामाजिक र राजनैतिक घटनाक्रमको जानकारी पाइन्छ । कलाकौशलका हिसाबले समेत दरबार क्षेत्र अतुलनिय छ ।

काठमाडौं दरबार क्षेत्र राजकीय दरबार, चोक, टावर, मन्दिर, स्मारक, तथा अन्य मल्लकालीन तथा शाहकालीन संरचनाहरूको संगम हो । दरबारको मूल ढोका नजिकै 'हनुमान'को मूर्ति छ । हनुमान मूर्तिको स्थापना राजा प्रताप मल्लले वि.सं. १६७२ मा गरेका थिए ।

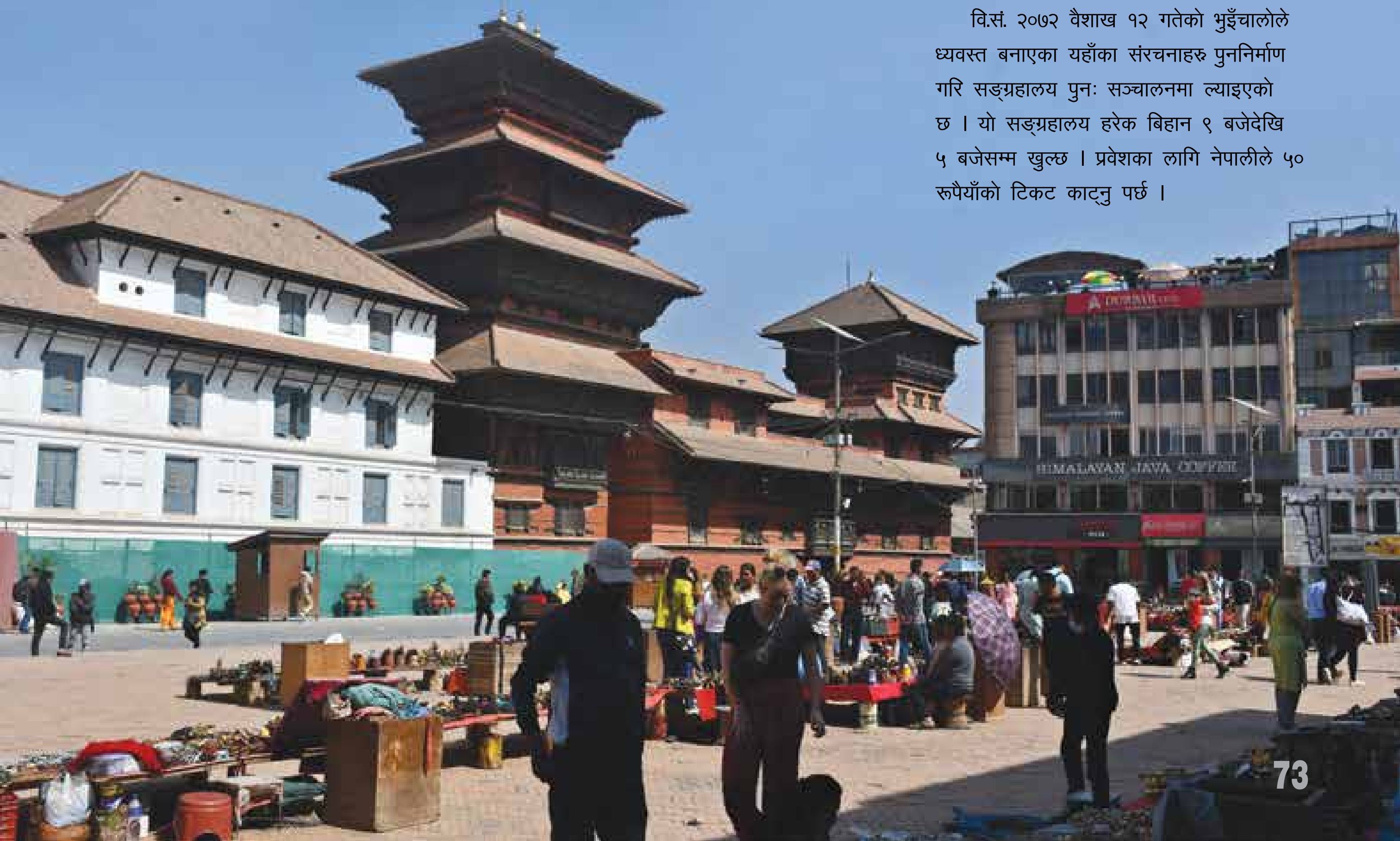
सङ्ग्रहालय क्षेत्रमा नासल चोक, मोहन चोक, सुन्दर चोक र मुल चोक छन् । यहाँका भवनमा सबैभन्दा अग्लो 'नौ तले दरबार' हो जसको निर्माण राजा पृथ्वीनारायण शाहले गराएका थिए । यसलाई 'बसन्तपुर टावर' पनि भनिन्छ ।

बसन्तपुरस्थित दरबार क्षेत्रमा रहेका पुरातात्विक सम्पदा आफैंमा खुला सङ्ग्रहालय हुन् । यहाँ नेपाल सरकारले 'हनुमानढोका दरबार सङ्ग्रहालय' पनि चलाउँदै आएको छ । यसले नेपालको ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, सामाजिक र राजनैतिक घटनाक्रमको जानकारी दिन्छ । कलाकौशलका हिसाबले समेत दरबार क्षेत्र अतुलनिय छ ।

यहाँ नेपाल एकीकरण, राणाशासनको उदय र पतन, प्रजातिन्त्रक शासनकाल र गणतन्त्रपछिको नेपालको संक्षिप्त जानकारी पाइन्छ । साथै शाहबंशीय राज परम्पराको पनि । विभिन्न लेखौट, मूर्ति, तस्बिर, चित्र, हतियार, भाँडावर्तन आदिबाट जानकारी दिइएको छ ।

सङ्ग्रहालयमा सिंहासन, हतियार, सिक्का, पदक, गहना आदि राखिएका छन् । दरबार क्षेत्रका भवन, मन्दिर आदि काष्ठकलाका अनुपम नमुना हुन् ।

वि.सं. २०७२ वैशाख १२ गतेको भुइँचालोले ध्वस्त बनाएका यहाँका संरचनाहरु पुननिर्माण गरि सङ्ग्रहालय पुनः सञ्चालनमा ल्याइएको छ । यो सङ्ग्रहालय हरेक बिहान ९ बजेदेखि ५ बजेसम्म खुल्छ । प्रवेशका लागि नेपालीले ५० रुपैयाँको टिकट काट्नु पर्छ ।



■ वीरेन्द्र बहादुर बस्नेत
कार्यकरी अध्यक्ष, बुध्द एयर

गुणस्तरीय तथा आरामदायी उडानका ७ स्तम्भ

नेपालको भौगोलिक अवस्था निकै फरक छ । मौसम त झन् परिवर्तनशील । काठमाडौंबाट १० मिनेट उत्तर वा दक्षिण जाने वित्तिकै निकै चिसो र अत्यन्तै गर्मी वातावरण पाइन्छ । हिउँदमा बाक्लो हुस्सु, र कुहिरोले ढाकेको हुन्छ । भिजिविलिटी निकै तलसम्म झरेको हुन्छ र उडान गर्दै जाँदा मौसम परिवर्तन पनि हुँदै जान्छ ।

मौसम, हावाको वेग, चट्याङ, असिना, पानी आदि प्राकृतिक बहाव थेग्ने गरि नै जहाजको डिजाइन गरिएको हुन्छ ।

सामान्यतः हवाई दुर्घटनाका विभिन्न पाटा हुन्छन् । जस्तै टेक्निकल, मानवीय त्रुटी, प्रतिकूल मौसम, अर्गनाइजेशनल फ्याक्टर्स तथा अन्य । यी मध्ये कुनै एक अथवा विभिन्न समिश्रणबाट पनि दुर्घटना हुनसक्छ ।

जहाजलाई नियमित मर्मत तथा चेकजाँचबाट टेक्निकल त्रुटी पत्ता लगाई त्यसको निराकरण गरिन्छ । त्यसैगरि तालिमलाई व्यापक, दिइएको निर्देशिका अक्षरशः पालना तथा कठोर अनुशासन कायम गरेर जनशक्तिलाई चनाखो बनाई हुनसक्ने मानवीय त्रुटीहरूलाई न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ ।

बुध्द एयरको स्थापनाको जग नै व्यवस्थित, अनुशासित एवं नियमपूर्वक संकल्पसहित ११ अक्टोबर १९९७ का दिन बसालिएको थियो । एउटा बिचक्राफ्ट जहाजबाट सुरु गरिएको यात्रा यात्रु संख्या बढेसँगै जहाजको संख्या पनि क्रमशः सातसम्म पुगेको थियो ।

बिचक्राफ्टमा सिट संख्या १८ मात्र हुने हुँदा सञ्चालन खर्च बढी र यात्रुलाई बढि खल्ती भार परिरहेको थियो । त्यसताका बजारमा सञ्चालनमा रहेका एयरलाइन्सहरूले ठूला सिटका जहाजबाट उडान भरिरहेका थिए । उनीहरूसँग प्रतिस्पर्धा गर्न गाह्रोसाह्रो परिरहेको थियो ।

सञ्चालन खर्च कम हुनुका साथै वातावरणीय क्षति पनि कम तथा गुणस्तरीय आरामदायी यात्राका लागि कुन जहाज ल्याउने भन्नेमा निकै छलफल भयो । अन्त्यमा सामूहिक निर्णयबाट एटिआर जहाज नै सबैभन्दा उत्तम हुने देखियो । त्यसताका निकोन एयरले पनि एटिआर सञ्चालन गरेको थियो, के कति कारणले त्यो कम्पनी नै धरासायी बन्यो । धरासायी हुनुको मुख्य कारण मर्मत सम्भारमा अत्यधिक पैसा विदेशिनु पनि थियो ।

जहाज भित्र्याएसँगै बुध्द एयरले दक्षिणपूर्वी एसियाकै अत्याधुनिक ह्यांगर निर्माण थाल्यो । उक्त ह्यांगर निर्माण र भौतिक पूर्वाधारका कारण उत्कृष्ट पनि ठहरियो । आइपिएमए अवार्ड पनि प्राप्त भयो ह्यांगरलाई ।

सुरुमा एटिआर ४२-३२० भित्र्याइएता पनि केही समयकै अन्तरालमा ठूलो जहाज एटिआर-७२ बाट उडान सञ्चालन भयो । त्यसपछिका उडानमा सर्वसाधारण नेपाली पनि जोडिन थालियो, जुन बुध्द एयरका लागि गर्वको विषय हो । २५ वर्षको अवधिमा २ करोडभन्दा बढी यात्रुलाई बुध्द एयरले सेवा दिइसकेको छ ।

सन् २०११ पछि हवाई सुरक्षालाई थप सशक्त तथा आरामदायी बनाउन सुक्ष्म तथा मिहिन ढंगले व्यापक कदम चालियो । घर निमार्णमा जग बलियो भयो भने घर पनि बलियो हुन्छ । हामीले पनि त्यसैअनुरूप अन्तर्राष्ट्रिय हवाई सुरक्षा परीक्षण गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाबाट हाम्रो प्रोसिड्युर, प्रोटोकल, अर्गनाइजेशन स्ट्रक्चर, भौतिक पूर्वाधार, जनशक्ति आदि सबैको अडिट गरायौं । अडिटपछि विभिन्न डिपार्टमेण्ट तथा छुट्टाछुट्टै डिभिजन पनि कायम भयो । भौतिक पूर्वाधार, टुल्स तथा जगेडा पार्टपुर्जामा व्यापक लगानी भयो । आज हामीसँग पर्याप्त मात्रामा जगेडा पार्टपुर्जाहरु छन् ।

हाम्रा १५ सय कर्मचारीहरूलाई नियमित

तालिम, भौतिक पूर्वाधार, जगेडा पार्टपुर्जा एवं टुल्सहरूमा अरबौं अर्ब रुपैयाँ खर्च गर्दै विश्वकै टप 'सेन्टाइल' गुणस्तरयुक्त वायुसेवा स्थापित गरेका छौँ ।

राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डअनुसार कुनै पनि एयरलाइन्सका लागि यी ७ स्तम्भले प्रभावकारी भूमिका निवार्ह गरिरहेका हुन्छन् ।

१. ह्यांगर : कार तथा अन्य गाडीको वर्कसपजस्तै जहाज मर्मत तथा कर्मचारीबीचको समन्वयका लागि ह्यांगर अपरिहार्य हो । ह्यांगरमा जहाज मर्मत, जहाजका स्पेयर पार्टस्, टुल्स, इक्विपमेण्ट, सुरक्षित राख्न आवश्यक स्टोरका लागि पर्याप्त ठाउँ हुन्छ । त्यसैगरि जहाजका पार्टपुर्जाको मर्मतसम्भारका लागि चाहिने आवश्यक पूर्वाधारका साथै कर्मचारीहरूका लागि कार्यालय तथा क्यान्टिन सुविधा हुन्छ ।

जहाजका कतिपय पार्टपुर्जा वातानुकुलित तवरले राख्नुपर्ने हुन्छ । जुन ह्यांगरमा सुविधाजनक हुन्छ । ठूलठूला पार्टस तथा टुल्सहरूलाई व्यवस्थित तथा सुरक्षित राख्न ह्यांगरको ठूलो महत्व छ ।

जहाजका कतिपय पार्टपुर्जाको मिहिन चेकजाँचका लागि विशेष पूर्वाधार तथा दक्ष जनशक्ति पनि चाहिन्छ । प्रोपेलर तथा ठूलठूला पखेटाहरूमा हिउँबाट जोगिन जहाजमा डिआइसिङ र एण्टि आइसिङ डिभाईस जडान गरिएको हुन्छ र सो सिस्टमको पार्टपुर्जा मर्मत गर्न विशेष पूर्वाधार चाहिन्छ । यसका लागि वर्कशपमा मनग्गे ठाउँ चाहिन्छ ।

समग्रमा भन्नुपर्दा जहाजको पूर्ण मर्मतको विकल्प ह्यांगरबाहेक अर्को केही हुनै सक्दैन ।

२. मर्मत सम्भार : यसलाई दुई ओटा पाटोबाट हेर्न सकिन्छ । 'पार्किङ वे' मा रहेका जहाजको सानातिना मर्मतसम्भार त्यहीँबाट गर्न सकिन्छ, जसलाई 'लाइन मेन्टेनेन्स' भनिन्छ । लाइन मेन्टेनेन्समा पनि प्राविधिक तथा तथा आवश्यक टुल्स राख्ने ठाउँ आवश्यकता पर्छ । लाइन मेन्टेनेन्सका लागि अस्थायी रूपमा 'कम्पार्टमेन्ट' राखिएको हुन्छ । यसै ठाउँबाट लाइन मेन्टेनेन्सका सबै काम गरिन्छ ।

धेरै परीक्षण तथा निकै समय लाग्ने काम गर्नुपरेमा जहाजलाई ह्यांगरमा पठाइन्छ । यहाँ हुने मर्मतलाई 'बेस मेन्टेनेन्स' भनिन्छ । बेस मेन्टेनेन्समा जहाजको अद्यावधिक तथा नियमित अन्तरालमा हुने सबै परीक्षण तथा मर्मत गरिन्छ । जहाजको के कति उडान वा साइकलको तथ्यांक नियमित अद्यावधिक गरिन्छ । तथ्यांकअनुसार कुन पार्टपुर्जा के कति समयमा फेर्नुपर्ने हो, कुन चेकजाँच कत्तिखेर गर्नुपर्ने हो, त्यसअनुरूप चेकजाँच र पार्टस फेरिन्छ । साथै विमान निर्माता कम्पनी र नागरिक उड्डयन प्राधिकरणको निर्देशिकाअनुसार नियमित अन्तरालमा जहाजको अग्रभागदेखि पुच्छरसम्म सुक्ष्म निरिक्षण तथा मर्मतसम्भार गरिन्छ ।

३. जनशक्ति : वायुसेवा व्यवसायमा दक्ष प्राविधिक तथा अन्य कर्मचारीहरूको समूह रहन्छ । प्राविधिकहरूलाई अन्तर्राष्ट्रिय संघसंस्था, विमान निर्माता कम्पनी र नागरिक उड्डयन प्राधिकरणको नीतिनियमअनुरूप नियमित अन्तरालमा तालिम दिनु पर्दछ । सर्टिफाइड इन्स्ट्रक्टरबाट क्रमशः अरू अरू जनशक्तिलाई पनि तालिम प्रदान गरेर सक्षम बनाउनु पर्छ ।

विमान चालक दललाई ६ महिना अन्तरालमा सिमुलेटर ट्रेनिङका लागि नागरिक उड्डयन प्राधिकरणले सर्टिफाई गरेको ठाउँमा पठाउनु पर्छ । उडानका क्रममा देखिने स-साना त्रुटीहरूलाई त्यस सिमुलेटर ट्रेनिङबाट सजिलै सच्याउन सकिन्छ । यसले उनीहरूको मनोभावना पनि उच्च हुन्छ ।

तालिममा पर्याप्त धनराशी खर्च गर्नुपर्छ, यसमा कहिँ कतैबाट कमी गर्न हुन्न ।

४. रूट प्लान र लोड ब्यालेन्स : यो शब्द नै प्राविधिक छ । जहाज उड्ने रूट के कस्तो छ, के कति तलमाथिसम्म उड्न मिल्छ, त्यो पहिल्यै निर्क्योल गर्नुपर्छ । भौगोलिक बनावट र मौसमका कारण कति संख्यामा यात्रु तथा कार्गो बोक्न मिल्छ, पहिल्यै तय गर्नुपर्छ । अझ सिंगल इञ्जिनको भारवहन क्षमताअनुसार लोड क्यालकुलेसन गर्नुपर्छ र त्यहीअनुसार यात्रु, हवाईइन्धन तथा कार्गो बोक्नुपर्छ ।

बुध्द एयरले जापानको मौसम सम्बन्धी कम्पनीसँग सहकार्य गर्दै रियल टाइममा वेदर तथा भिजुअल अपडेट सेवा लिइरहेका छन् । यसबाट उडान तयार गर्ने दल तथा पाइलटलाई पनि निकै सहयोग पुगेको छ । यसबाट उडान डाईभर्ट हुने क्रम पनि रोकिएको छ ।

५. कर्पोरेट सेफ्टी : सुक्ष्म तथा मिहीन ढंगले जोखिमहरूलाई पहिचान गर्दै सही तरिकाले न्यूनीकरण र निवारणका प्रमुख कार्य कर्पोरेट सेफ्टी डिपार्टमेन्टको हो । एकाउण्टेवल एक्जुकेटिभको नेतृत्वमा यस डिपार्टमेन्टभित्र सगोलमा टेक्निकल, अपरेशन तथा पूर्वाधारहरूको नियमित समीक्षा बैठकका साथै जोखिम न्यूनीकरणका लागि विभिन्न काम गर्नुपर्ने हुन्छ । कतिपय समयमा गरिएका निर्णयहरु तत्कालै लागु गर्नुपर्ने हुन्छ ।

टेक्निकल तथा विमान चालक दलसँग एकदमै नजिकबाट सहकार्य गर्नुपर्छ । जहाजको उडान, अवतरण तथा इन-रूटमा निर्देशिकाअनुसार छन् वा छैनन् सबै निर्क्योल गर्दै सम्बन्धित व्यक्ति तथा टिमलाई टिपोट गर्नुपर्छ ।

नयाँनयाँ टेक्नोलोजीले पनि यी कार्यहरूलाई निकै सहज बनाएको छ । जस्तै फ्लाइट डेटा मोनोटेरिङ । यसबाट जहाजको वास्तविक उडान अवतरण साथै इनरूट तथा ह्याण्डलिङबारे सही तथ्यांक प्राप्त हुन्छ ।

भवितव्य हुने घटनालाई कसरी न्यूनीकरण गर्नेसम्बन्धी पूर्वाभ्यासहरूबाट पनि सचेत तुल्याउँछन् ।

६. अडिट : अडिटलाई यहाँ दुई भागमा राखिएको छ । जसमा यात्रु सेवा तथा कार्यप्रणालीसम्बन्धी, त्यसैगरि टेक्निकल डिपार्टमेण्टले गरेका कामहरु अन्तर्राष्ट्रिय संघसंस्था, विमान निर्माता कम्पनी तथा नेपाल नागरिक उड्डयन प्राधिकरण निर्देशिका बमोजिम छ छैनन्, त्यसलाई नियमित अनुगमन गर्नुपर्छ ।

टेक्निकल डिपार्टमेण्टले गर्दै आएको मर्मतसम्भारको अडिट क्वालिटी इन्स्योरेन्स डिपार्टमेण्टले गर्छ । यो स्वतन्त्र डिपार्टमेण्ट हो । यसमा कार्यरत जनशक्ति चनाखो हुँदै विमान निर्माता कम्पनी, तथा नागरिक उड्डयन प्राधिकरणको गाइडलाईन्सअनुसार भए नभएको सबै चेकजाँच गर्छन् ।

त्यसैगरि यात्रु तथा निर्दिष्ट कार्यप्रणालीसम्बन्धी दैनिक काम कम्पनी तथा प्राधिकरणले जारी गरेको निर्देशिकाअनुसार छ छैन्, सबै स्टेशनमा नियमित अन्तरालमा अनुगमन गरिरहेका हुन्छन् । उसले दिएको निर्देशन कम्पनी र कर्मचारीले तुरून्तै पालना गर्नुपर्छ । विमान कम्पनीका अडिटरहरु निर्देशिकाअनुसार सर्टिफाईड हुनुपर्छ ।

७. वित्तिय व्यवस्थापन : वित्तीय व्यवस्थापन राम्रो हुने कम्पनीले समग्रमा आफ्ना सबै सेवा गुणस्तरीय बनाउँछन् । उडान सेवा सञ्चालन निकै महँगो प्रविधि र जनशक्ति हो । यसलाई व्यवस्थापन गर्न त्यति सजिलो छैन । खर्चहरूलाई किफायती बनाउनुका साथै उडान सेवालाई फराकिलो बनाएमा व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।

प्रविधिले हिसाबकिताब दुरूस्त राख्न निकै सघाउँछ ।

अन्त्यमा, उडान सेवालाई थप सशक्त तथा सबैका लागि बनाउन नेपाल सरकार, प्राधिकरण र यात्रु पनि सचेत हुन जरूरी छ ।

उदासी मेटाउने चाड

सुदूरपश्चिममा फागुन र चैतलाई मनमा उदासी थप्ने महिनाका रूपमा चित्रित गरिएको पाइन्छ । यस्तो बेला हर्सोल्लासका साथ रमाउन र मायाप्रेम साटासाट गर्न होली मनाइन्छ ।

■ हेमन्त विवश

सुदूरपश्चिमको सांस्कृतिक पहिचान दिलाउने चाड मध्ये होरी पनि एक हो । बसन्त ऋतुको आगमनसँगै फागु पर्वको संकेत गरिरहेकी हुन्छिन प्रकृतिले । कोइली चराले पनि फागुको निम्तो दिन्छिन् । त्यसैले सुदूरपश्चिमका केही ठाउँमा शिवरात्री देखि नै होली गीत गाउन सुरू गरिन्छ ।

संस्कृतिकर्मी जनार्दन घिमेरेकाअनुसार पूर्णिमाको सम्बन्ध एकातिर रंग विज्ञानसँग गाँसिएको छ भने अर्कातिर देवताको आराधनासँग । त्यस्तै अष्ठमी पितृको प्रसंगसँग जोडिएको छ । अष्ठमीमा चीर गाडिन्छ भने पूर्णिमामा दहन गरिन्छ ।

होली हाम्रो लोकसंस्कृतिको प्रमुख पाटो हो । फागुन शुक्ल अष्टमीदेखि पूर्णिमासम्म मनाइने यस पर्वका गीतहरु पूर्णिमाको भोलिपल्ट समेत गाउने गरिन्छ । डेउडा खेलमा गीत भन्ने मान्छेलाई ड्यौडिया वा गीताङ्गे भनेझैं होलीको खेलमा गीत भन्नेलाई 'खलीपा' भनिन्छ ।

धार्मिक ग्रन्थहरुमा उल्लेख गरिएका भगवान् राम, कृष्ण र शिवका मिथमा आधारित रहेर सिर्जना गरिएका गीत नै होरीका गीत हुन् । पुराणहरूमा आधारित मिथक र किंवदन्तीहरूसँग जोडिएको छ होली ।

ती सबैले दिने सन्देश प्राकृतिक परिवर्तनलाई आत्मसाथ गरी मायाप्रेम साटासाट गर्नु, सत्यलाई अँगाल्नु र अष्टमीमा गाडिएको चीरलाई पूर्णिमाको दिन जलाएझैं आफूभित्र पलाएका काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद र मात्सर्यको दहन गर्नु हो ।

सुदूरपश्चिममा होलीको रौनक जति अछाम र डोटीका केही गाउँमा छ त्यति अन्यत्र देखिँदैन । सुदूरपश्चिममा होलीको सुरूवात अछामबाटै भएको पाइन्छ । सुरतबहादुर शाहद्वारा लिखित पुस्तक (झारखण्ड वैद्यनाथ २०४०) मा ३५० वर्ष अघि कालीमाटी गढीका भानु शाहले कुमाउँ गढबाट बिहे गरी होलीका गीत र खेलाउने खलिपा समेत दाइजोमा ल्याएको उल्लेख गरिएको छ ।

अन्य ठाउँमा गाइने होलीका गीत र लयमा पनि केही भिन्नता पाइन्छ । भाका र शब्दका हिसावले फरक भए पनि ती सबै भगवान राम, कृष्ण र शिवका बारेमा नै रचिएका छन् ।

डा. देवेन्द्रराज भट्टकाअनुसार १९७०-८० को दशकमा भारतीय नागरिक केवलानन्द तीर्थ यात्रामा अछामको वैजनाथ धाम आए र उनले सुगालीमा रावलकी छोरीसँग बिहे गरी बसोवास गरे । तिनैले केही नयाँ गीत रचना गरी होलीलाई निरन्तरता दिए ।

अछामकै सिको गरिएको हो डोटीको पूर्वीचौकीमा पनि । पूर्वीचौकीको साना गाउँबाट सिकेर हाल के आई सिंह गाउँपालिकास्थित तिखातरका युवाले पनि धुमधामले होली मनाउने गरेका छन् ।

फुलौट गाउँ निवासी एकेन्द्रबहादुर खड्काकाअनुसार वर्षौ अघि अछामको लुङ्ग्रा भन्ने ठाउँबाट भित्र्याइएको हो पूर्वीचौकीमा होली । अर्का बृद्ध ६८ वर्षे गोरखबहादुर खड्का भन्छन्, '२००७ सालदेखि डोटीको फुलौटमा होली मनाउन थालिएको हो ।'

टाउकोमा सेतो पगडी (फेटा) बाँध्ने कम्मरदेखि तल झगुलो (जामा) र कम्मरमा सेतो मलमलको पटुका बाँधी बाजाको तालमा खुट्टाको चाल मिलाई दुईवटा समूह बनाएर लयवद्ध तरिकाले खेल्ने गरिन्छ होली खेल । त्यतिबेला गाउँघरतिर पाइँदैनन् सयपत्री, मखलीलगायतका फूल । त्यसैले होला बासिङ (असुरो), लालीगुराँस, आदिका फूल उनेर माला बनाइन्छ ।

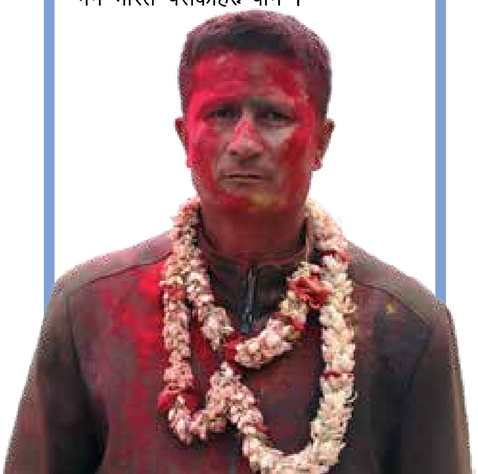
पहिलापहिला शिवरात्रीका दिन साजघाटको साजेन्द्रेश्वर मन्दिरमा बाजागाजासहित गएर होली जगाउँथे । त्यही दिनदेखि खेल्न सुरु गर्थे । पूर्णिमासम्म दिनहुँ गाउने कार्य गर्नाले

महत्वपूर्ण पर्व

– नरेन्द्र खड्का

पूर्व अध्यक्ष, उद्योग वाणिज्य संघ, डोटी

पहिलापहिला होलीमा लगाउने झगुला (जामा) गजीका हुन्थे । गाउँघरमै गजीका कपडा बनाइन्थ्यो । अचेल बजारबाट सेतो कपडा किनेर बनाउँछन् जामा र फेटा । दाजुभाइलाई पहिराउन दिदीबहिनीले पिँडुलासम्म पुग्ने माला बनाइदिन्छिन् । हाम्रो पूर्वीचौकीको महत्वपूर्ण पर्व नै होली हो । होलीकै बेला घर फर्किन्छन् काम गर्न भारत पसेकाहरु पनि ।



घाँटी नै बसिसकेको हुन्थ्यो । आवाज दबिसकेको हुन्थ्यो । पछि आर्मीका लप्टन करि खड्काले फाल्गुन शुक्ल अष्टमीका दिन मयलको रूखलाई ध्वजापताकाकासाथ सिँगारेर गाड्न लगाए । गाडिएको चीरमा पूजाआजा गरेपछि होली पर्व शुरू भएको मानियो । पूर्णिमामा पुरोहितलाई बोलाएर पूजाआजा गरी चीर दहन गर्ने परम्परा सुरु भयो । खड्काले जागिरका क्रममा कतिपय ठाउँमा पुग्दा फाल्गुन शुक्ल अष्टमीका दिन चीर गाड्ने गरेको र पूर्णिमामा चीर जलाउने गरेको देखे होलान् । उनले त्यही परम्परा अनुसरण गरेको अनुमान गर्न सकिन्छ ।

सुदूरपश्चिममा फागुन र चैतलाई मनमा उदासी थप्ने महिनाका रूपमा चित्रित गरिएको पाइन्छ । विरह लाग्दो हुन्छ परिवेश । आगोमा घ्यू थपेझैं थपि दिन्छन् कोइलीको कुहुँकुहुँ र बाँसुरीको सङ्गीतले । यस्तो बेला हर्षोल्लासका साथ रम्न र मायाप्रेम साटासाट गर्न तय गरियो होली पर्व । जहाँ रङ्गको वर्षा गरिन थालियो ।

जन फुल्यै जन फुल्यै केवडी फूल,
फुल लाउन्या पिउँ परदेश रे लाल ।
रात जुनेली पान फुलेली, मनमा लाग्छ गुलेली रे लाल ।
मनमा चलेको शीतल हावा, आगो सरिफै पोल्छ रे लाल ।

यसरी फुलौट गाउँमा जामा र पगडीमा सजिएर होलीका गीत गाउन थालियो । एक दिनले मात्र रमाइलो नहुने ठानेर दुईचार दिनसम्म मनाउन थालियो कतिपय ठाउँमा । पूर्णिमाको रात चीर दहन गरिसकेपछि पनि होली खेल जारी नै रहन्छ । पूर्णिमाको भोलिपल्ट पनि दिनभर खेलिन्छ । त्यो दिन करूण रसका गीत बढि गाइन्छन् ।

तीन चारवटा ढोलकको तालमा जब सुनिन्छ आवाजको रौनक, गीतको लय तब मन भावुक हुनजान्छ । अन्तिम दिनमा गाइने गीतका पंक्तिले होली पर्वको विदाई गरेको भाव प्रकट गरिरहेका हुन्छन् । अब एकैपल्ट वर्ष दिन पछि मात्र होली खेल्न पाइने कुरा उल्लेख गरिएको हुन्छ ।

वर्षदिन पछि आउने सर्तमा विदा भएको होलीले भावनाका लहर देखाएर जान्छ । आत्मीयता, एकता र सद्भावको करूण भाका सुसेलेर जान्छ । त्यसैले भोलिको आश भन्दा आजको सासलाई नै सजाएर अन्तिम दिनमा गाउने गरिन्छ :

रङ्गिलो होली गैजान लाग्यो, भट्कन लाग्यो छाती हो
छुटन लागे साथी सखिया, कसरी बिताउँला दिनरात हो

राष्ट्रिय झण्डाको नालीबेली

हरेक देशको आफ्नै झण्डा हुन्छ । राष्ट्रिय झन्डा कुनै पनि राष्ट्रको गौरव, सम्मान र पहिचानको प्रतीक । त्रिकोणात्मक झण्डा भएको एक मात्र मुलुक हो नेपाल ।

इतिहासका पाना पल्टाउने हो भने, वि. सं. २०१९ साल अघिसम्म नेपालमा निश्चित मापदण्डको झण्डा थिएन । कसैले सूर्य माथि त कसैले तल राखेर झण्डा बनाउँथे । परम्परादेखि नै दुई त्रिभुज र चन्द्रसूर्य राख्ने चलन भए पनि झण्डाको स्थिर स्वरुप भने थिएन ।

राष्ट्रिय झण्डालाई एकरूपता दिने डिजाइन इञ्जिनियर शंकरनाथ रिमालले गरेका हुन् । उनले ऐतिहासिक झण्डालाई नै वैज्ञानिक रूपमा विश्लेषण गर्न सक्ने गरी गणितीय हिसाब निकाले ।

रातो भुइँमा निलो घेरा भएको, माथिल्लो त्रिकोणमा चन्द्रमा र तल्लो त्रिकोणमा सूर्य रहने गरी झण्डाको आकृति बनाए । सरकारले उनकै डिजाइनलाई मान्यता दिएर नेपालको संविधान २०१९ मा राख्यो ।

त्यसअघि संयुक्त राष्ट्र संघको बैठकमा जाँदा मन्त्रीले एउटा झण्डा लिएर जाने, राजदूतको घरमा अर्को झण्डा हुने, राजा जाँदा अर्को झण्डा लिएर जाने र सचिव जाँदा अर्को झण्डा लाने चलन थियो । फरकफरक झण्डा देखेपछि नेपालको आधिकारिक झण्डा कुन हो ? भनेर प्रश्न उठ्यो ।

अनि राजा महेन्द्रले झण्डामा एकरूपताको खोजी गरे । ८८ वर्षे इन्जिनियर रिमालकाअनुसार त्यसबेला संविधान निर्माण समितिका प्रमुख होराप्रसाद जोशी थिए । उक्त समितिमा कृष्णप्रसाद पन्त सदस्य थिए । उनलाई झण्डा एकरूपता बनाउने जिम्मा दिइयो ।

नेपालको राष्ट्रिय झण्डालाई एक रुपता दिने डिजाइन इञ्जिनियर शंकरनाथ रिमालको हो । झण्डामा अंकित सूर्य प्रज्ञा र चन्द्रमा करूणाका प्रतीक हुन् ।

रिमालले त्यो भन्दा पहिला नै शहिद गेट, सोल्टी होटल र अमृत साइन्स क्याम्पसको डिजाइन गरिसकेका थिए ।

'ग्राफिक्स पनि जानेको र वास्तुशास्त्र पनि जानेको मान्छे खोज्दै जाँदा उनीहरूले मलाई छनौट गरेका हुन्', रिमाल सम्झिन्छन्, 'संयोगबस आफ्नै हजुरबा शिवनाथ कविराज र संस्कृतका धुरन्धर विद्वान् थिए । जिजुबाजे पण्डित विश्वनाथ शास्त्रीलाई पाणिनिको अवतार नै भनिन्थ्यो । उनीहरूका साथीभाइ पनि धेरै थिए । उनीहरूबाट प्राप्त सूचना झण्डा बनाउन अमूल्य स्रोत बन्यो ।'

सबैले उनलाई झन्डा हाम्रो परम्परा भएकाले यसलाई बिगार्न हुन्न भने । त्यसपछि उनले वास्तुशास्त्र अध्ययन गरेछन् ।

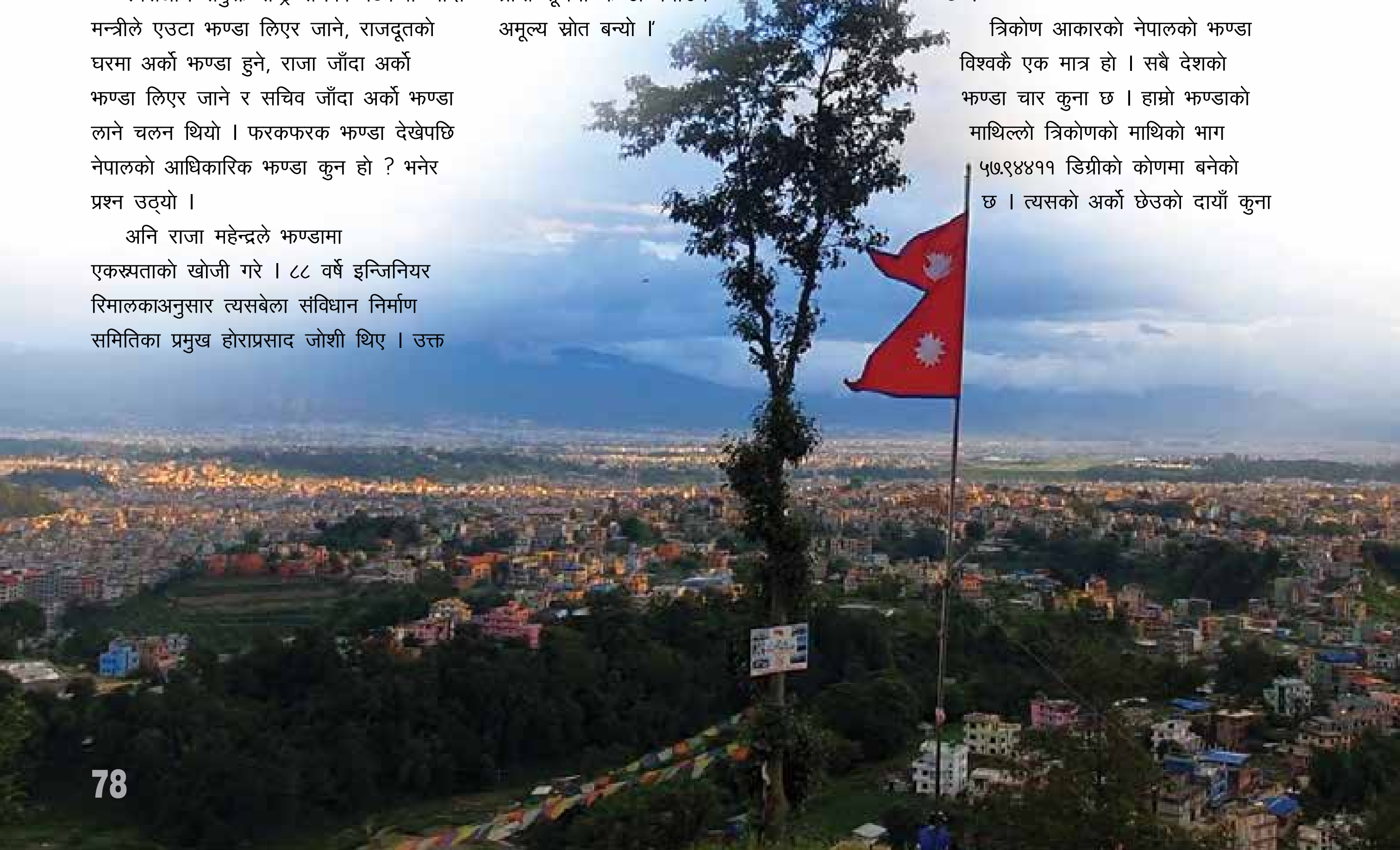
'शास्त्रमा तीन बाई चारको रेक्टेङगल बनायो भने अनन्त हुन्छ, यो भन्दा राम्रो नाउँ केही पनि छैन भन्ने पत्ता लाग्यो । अनन्त कालदेखि आइराखेको मुलुक फेरि अनन्तसम्म जानुपर्‍यो भनेर डिजाइन गरेँ', उनले भने ।

तीन हप्ताको प्रयासमा झण्डा तयार भयो । 'बनाएर बुझाउनेबित्तिकै सबैले हेरे, मन पराए, चित्त बुझाए । एकै पटक संविधानमा आयो सकियो', उनले सम्झिए ।

झण्डाको आकार

नेपालको संविधानको धारा ८ मा सिम्रिक रङको भुइँ र गाढा नीलो रङको किनारा भएको दुई त्रिकोण अलिकति जोडिएको, माथिल्लो भागमा खुर्पे चन्द्रको बीचमा सोह्रमा आठ कोण देखिने सेतो आकार र तल्लो भागमा बाह्र कोणयुक्त सूर्यको सेतो आकार अंकित भएको झण्डा नेपालको राष्ट्रिय झण्डा हो भनिएको छ ।

त्रिकोण आकारको नेपालको झण्डा विश्वकै एक मात्र हो । सबै देशको झण्डा चार कुना छ । हाम्रो झण्डाको माथिल्लो त्रिकोणको माथिको भाग ५७.९४४११ डिग्रीको कोणमा बनेको छ । त्यसको अर्को छेउको दायाँ कुना



३२.७५५८९ डिग्रीको छ । तल्लो त्रिकोण केही ठूलो छ । त्यसको बायाँ कुना ९० डिग्रीको छ भने दायाँ छेउको कुना ४५ डिग्रीको छ । तलमाथिको छेउको रातो भागको चोसो बराबर रेखामा हुन्छ भने माथिको नीलो चोसो अलिकति बाहिर निस्कन्छ ।

'यस्तो यूनिक देश छ नि हाम्रो, त्यसैले झण्डा पनि यूनिक छ, रिमालले भने,' विश्वमै नौलो मुलुक नेपाल हो भन्ने झण्डाले नै चिनाउँछ ।'

हाम्रा पहाडहरु सबै त्रिकोण नै त्रिकोणले बनेकाले हेर्नेबित्तिकै परबाटै नेपालको झण्डा भनेर चिन्न सकिन्छ । हाम्रो झण्डाको नीलो त्रिकोणले त्यहीँ हिमाल, पहाड र जंगलको प्रतिनिधित्व गर्छ ।

आफूले झण्डाको आधिकारिक आकार निर्माणमा शास्त्रीय र परम्परालाई निरन्तरता दिँदै राष्ट्र र राष्ट्रियतालाई समेत मनन गरेको रिमाल बताउँछन् । उनकाअनुसार ठाडोमा चार र तेर्सोमा तीन छ । वेदमा समेत व्याख्या भएको ३, ४, ५ को रेसियो वा माप अनन्त हुन्छ । त्यही अनन्तलाई आत्मसात् गरी झण्डा बनाइएको हो ।

चन्द्रमा र सूर्य

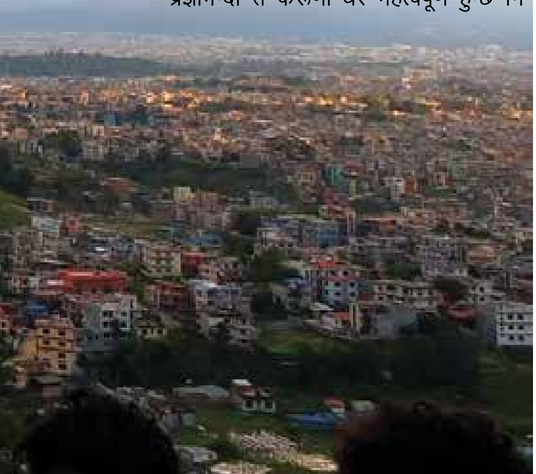
हाम्रो झण्डाको माथिल्लो भागमा चन्द्रमा र तल्लो भागमा सूर्यको प्रयोग हुन्छ ।

सूर्यको बाह्र कला हुन्छ भनिन्छ । चन्द्रमाको १६ कला हुन्छ । हाम्रो झण्डामा माथि चन्द्रमाको आठ कला मात्रै देखिएको छ । तल सूर्यको १२ कला छ ।

पाकिस्तानको झण्डामा पनि चन्द्रमाको प्रयोग छ तर त्यो बेग्लै छ । जापानले सूर्योदयको देश भनेर सूर्य राखेको छ । हाम्रो सूर्य र चन्द्रको उपयोग फरक छ । धेरै देशले सूर्य र चन्द्र प्रयोग गरेका छन् तर हाम्रो व्याख्यासँग कसैको मिल्दैन ।

सूर्यलाई धेरै पराक्रमी मानिन्छ । सूर्य प्रज्ञा र चन्द्रमा करूणाका प्रतीक हुन् ।

'प्रज्ञाभन्दा त करूणा धेरै महत्वपूर्ण हुन्छ नि



होइन र, जतिसुकै प्राज्ञ भए पनि करूणा भएन भने रावण जस्तो हुन्छ, करूणा हुनेबित्तिकै बुद्ध हुन्छ, धार्मिक हिसाबले पनि झण्डामा प्रयोग भएको चन्द्रसूर्यको त्यति ठूलो महत्व छ', उनले भने, 'हिन्दू शास्त्रमा पनि बुद्ध शास्त्रमा पनि सूर्य भनेको प्राज्ञ र चन्द्र भनेको करूणा रहेछ । करणा नभएको प्राज्ञ रावण जस्तो हुनेभयो ।'

अर्को प्राज्ञ भनेको बुद्ध हुनु हो । बुद्धमा करूणा थियो । प्राज्ञ त उहाँ स्वम् हो । त्यसैले प्राज्ञलाई तल राखेर करूणालाई माथि राखेर यो झण्डामा चन्द्रलाई माथि र सूर्यलाई तल राखिएको हो ।

रंग

झण्डामा सिम्रिक रंगको भुइँ र गाढा नीलो रंगको किनारा भएको दुई त्रिकोण अलिकति जोडिएको, माथिल्लो भागमा खुर्पे चन्द्रको बीचमा सोह्रमा आठ कोण देखिने सेतो आकार र तल्लो भागमा बाह्र कोणयुक्त सूर्यको सेतो आकार छ ।

'हाम्रो झण्डाको नीलो रङ अनन्तको रङ हो, शान्ति, पानी र आकाशको रङ पनि नीलो हुन्छ, आकाश भनेको अनन्त हो । सेतोको अर्थ शुद्ध अथवा पवित्रता भइहाल्यो,' उनले झण्डाको रंगबारे प्रस्ट्याए, 'सिम्रिक रङ विवाह, व्रतबन्धलगायत कुनै शुभकार्य, चुनाव लड्दा होस् या घरमा बिदाइ हुँदा होस् या दसै या होलीमा होस् हरेक समय प्रयोग हुन्छ । महिलाको सौभाग्यको रङ पनि रातो हो । शक्ति र क्रान्तिको रङ पनि रातो हो ।'

यसरी सबै कुरा मिलाउँदा पुरानो मान्यता कायम हुँदै झण्डाको नयाँ झण्डा स्वरूप बन्न पुग्यो । यसरी ज्ञान, विज्ञान, दर्शन, ज्योतिष, तन्त्र र भावनात्मक अमूर्त कलाकारिताको संगमका रूपमा नेपालको राष्ट्रिय झण्डाको महत्व ठूलो छ ।

राष्ट्रिय झण्डाको आकार प्रयोग

कुनै पनि औपचारिक कार्यक्रम संचालन गर्दा राष्ट्रिय झण्डा प्रयोग गर्ने सम्बन्धमा नेपालको संविधान तथा राष्ट्रिय झण्डा र राष्ट्रिय गानको प्रयोग सम्बन्धी कार्यविधि, २०६९ मा निम्नानुसार व्यवस्था भएको छ ।

- संबैधानिक निकाय तथा सरकारी कार्यालयहरूले प्रयोग गर्ने झण्डाको आकार ८/६ फिट ।
- नेपाल सरकारको पुर्ण वा आंशिक स्वामित्वमा रहेका संघ वा संस्थाले प्रयोग गर्ने राष्ट्रिय झण्डाको आकार ६/४ फिट ।
- संबैधानिक निकाय तथा सरकारी कार्यालय प्रमुखको कार्यकक्ष, गैर सरकारी संघसंस्था तथा नेपाली नागरिकले व्यक्तिगत रूपमा प्रयोग गर्ने राष्ट्रिय झण्डाको आकार ४/३ फिट ।
- संबैधानिक निकाय तथा सरकारी कार्यालय प्रमुखको टेबुलमा र विशिष्ट व्यक्तिले प्रयोग गर्ने सवारी साधनमा राखिने राष्ट्रिय झण्डाको आकार ३०/२० सेन्टिमिटर ।
- नेपाली नागरिकले राष्ट्रिय उत्सव/महोत्सवहरूमा ३०/२० सेन्टिमिटर आकारको झण्डा हातहातमा लिएर हिँड्न सक्नेछन् ।
- राष्ट्रिय पर्व, राष्ट्रप्रमुख वा सरकार प्रमुखको औपचारिक भ्रमण तथा समकक्षी विदेशी पाहुनाको सवारीका बखत तोकिए बमोजिम सडकको दायाँ बायाँ र चोकमा फहराइने झण्डाको आकार ३/२.५ फिट ।
- नेपाली नागरिकले बुँदा नं. ३ मा उल्लेख भएअनुसारका अतिरिक्त बुँदा नं. ६ मा उल्लेख भए बमोजिमको झण्डा समेत प्रयोग गर्न सक्नेछन् ।

खाने तासको कथा

लोकप्रिय परिकार 'तास'को ब्रान्डिङ गोविन्द प्रसाद तिवारीले गरेका हुन् । उनले नारायणघाटमा वि.सं. २०४४ बैशाख १६ गते खोलेको 'भेटघाट' रेष्टुराँमा पहिलो दिनमै ५ किलो मासुको तास बेचेका थिए ।

तावामा भुटिएको मासु, अचार, भुजा र सलादको संगम नै 'तास' हो । यसमा हाड विनाको मासु प्रयोग गरिन्छ । तास बनाउने विशेष तरिका छ । मसलाको उचित प्रयोग हुनु पर्छ । मसलामा तेल, ल्वाङ, सुकुमेल, दालचिनी, पिप्ला, सुठो, अलैंची, जाइपत्री, अदुवा, लसुन, खुर्सानी र जिरा र नुनको प्रयोग गरिन्छ । खाँदा मिठो

गोविन्द प्रसाद तिवारी

हुने भएकाले तास लोकप्रिय बनेको छ । त्यसैले आज नारायणगढको नेटो काटेर तास मुलुकभर फैलेको छ । नेपाली बसोबास गर्ने विदेशमा समेत तास पाक्छ ।

रेष्टुराँहरुमा 'यहाँ चितवनको तास पाइन्छ' भनेर लेखेको पाइन्छ । लोकप्रिय परिकार 'तास'को ब्रान्डिङ गोविन्द प्रसाद तिवारीले गरेका हुन् । उनले नारायणघाटमा वि.सं. २०४४ बैशाख १६ गते खोलेको 'भेटघाट' रेष्टुराँमा पहिलो दिनमै ५ किलो मासुको तास बेचेका थिए ।

नयाँ परिकारको नाउँ तास किन राखियो त ?

'पहिलेपहिले मान्छेहरु रक्सीसँग मासु खान्थे र तास पनि खेल्थे । यो पनि परिकार रक्सी-मासुसँगै मिल्ला भनेर तास नामकरण गरेको हुँ', तिवारीले भने । तासको स्वाद मिठो बनाउन वर्ष दिनसम्म परीक्षण गरिएको उनी बताउँछन् ।

उनको रेष्टुराँ लोकप्रिय बन्दै गयो । समयसँगै उनकोमा काम गर्नेहरु धेरैले नारायणगढमा तास बेच्ने आफ्नै रेष्टुराँ खोले । बिस्तारै अन्यत्र फैलिँदै गयो ।

'अचेल तारे होटलका मेनुमा समेत तास हुनु मेरा लागि ठुलो उपलब्धि हो', तिवारी भन्छन् ।

पहिलापहिला रेष्टुराँको काउन्टरमा उनकी श्रीमति पवित्रादेवी बस्थिन् । उनी मासु काट्थे, मसला मोलेर मेरिनेट गर्थे । पकाउँथे । अचेल पनि उनी नारायणगढमा मासु मोल्छन् । पकाउने कर्मचारीहरु छन् ।

भेटघाटका आउटलेट ठाउँठाउँमा बिस्तार हुँदैछन् । जेठो छोरा महेशले उनको बिँडो थामेका छन् जसले वि.सं. २०६९ देखि काठमाडौको अनामनगरमा 'भेटघाट रेष्टुराँ' चलाउँदै आएका छन् । त्यसपछि वि.सं. २०७६ वैशाखमा चितवनमा र मंसिर हेटौंडामा शाखा खोलिएको छ ।

सुरुका दिनमा खसीको मासुबाट मात्र तास बनाइन्थ्यो, अचेल खसी, कुखुरा र माछाबाट तास बनाइन्छ ।

'अब हामी आफैं शाखा खोल्दैनौं तर फ्रेन्चाइज भने दिन्छौं', महेश भन्छन्, 'हामी गुणस्तरमा कहिल्यै सम्झौता गर्दैनौं ।'

एउटा कुरा, भेटघाट रेष्टुरेन्टमा खसी र कुखुराको मासुबाट बनेका तास मात्र होइन, नेपाली, भारतीय, चिनियाँ र कन्टिनेन्टल परिकार पनि पाक्छ ।

सम्पर्क

भेटघाट रेष्टुरेन्ट

नारायणगढ-०५६५९७०३

लंकु चितवन-०५६५२२७२३

हेटौंडा-०५७५२३८४०

काठमाडौं-०१५७०५७१६

'धोकेबाज हौ तिमी'

पछिल्लो समय निकै रूचाइएकी गायिका हुन्, **एलिना चौहान** । संगीतवृत्तमा यतिखेर उनको *'धोकेबाज हौ तिमी, धोकेबाज हौ तिमी'* गीत ट्रेन्डिङमा छ । गीत भाइरल हुँदा उनलाई मेला महोत्सव र कन्सर्ट गर्न भ्याइनभ्याइ छ । यसपटक यिनै ट्रेन्डिङ गायिकासँग **पाँच कुरा** :

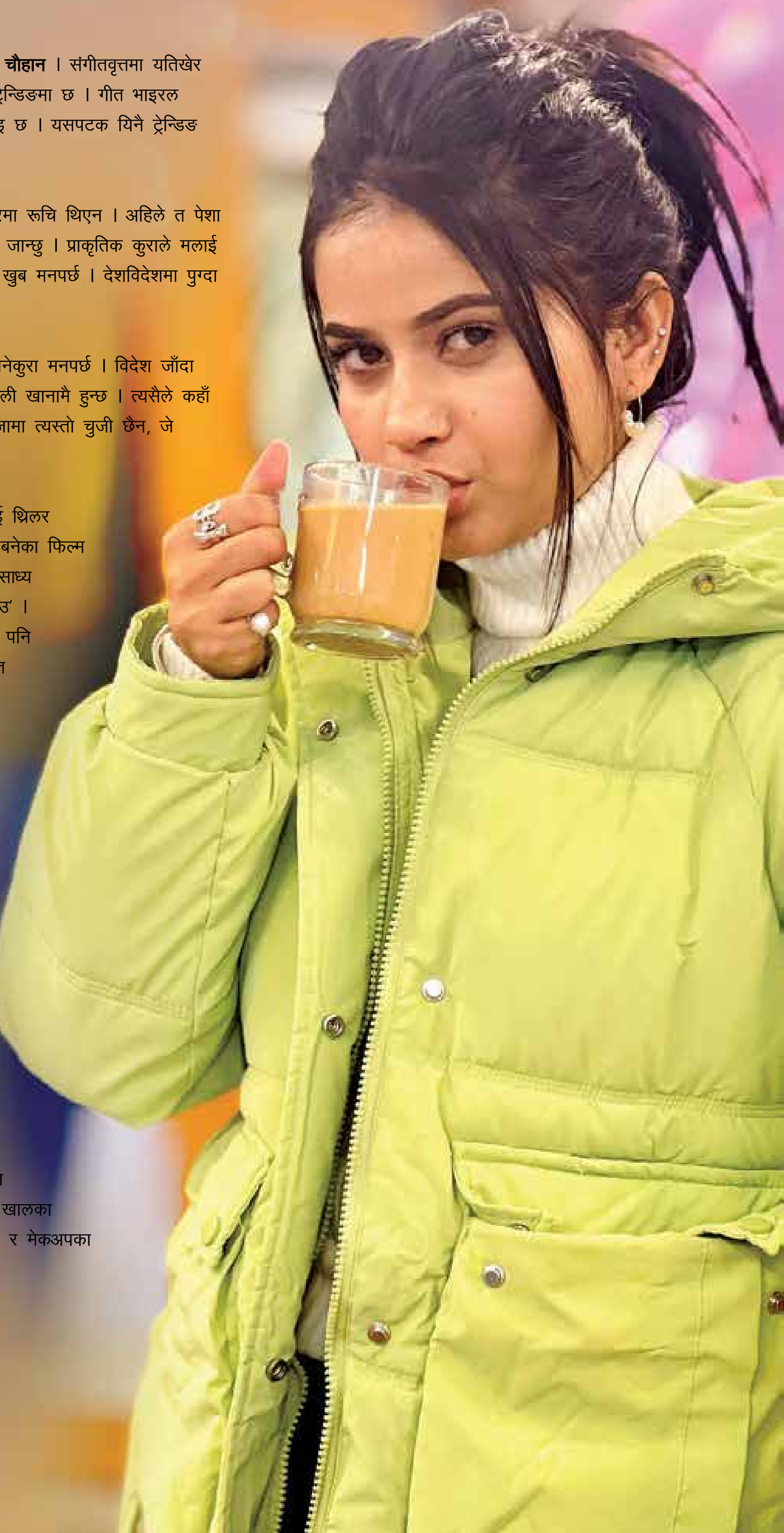
घुमघाम : गायनमा व्यस्त हुनुअघि मलाई घुमफिरमा रूचि थिएन । अहिले त पेशा नै त्यस्तो भइदियो, घुमिरहनुपर्छ । धेरैजसो मन्दिरतिर जान्छु । प्राकृतिक कुराले मलाई बढी लोभ्याउँछ । पहाडहरूमा लालिगुराँस फूलेको हेर्न खुब मनपर्छ । देशविदेशमा पुग्दा म यस्तै ठाउँहरु बढी घुम्छु ।

खानपिन : मलाई गुलियो भन्दा पनि स्पाइसी खानेकुरा मनपर्छ । विदेश जाँदा त्यहाँका नयाँनयाँ परिकार चाख्न खोज्छु तर मन नेपाली खानामै हुन्छ । त्यसैले कहाँ राम्रो नेपाली खाना पाइन्छ भनेर खोज्दै हिँड्छु । खाजामा त्यस्तो चुजी छैन, जे पनि मनपर्छ, गुलियोबाहेक ।

फिल्म : फिल्मको चाहिँ पारखी नै हो म । मलाई थ्रिलर विधाको फिल्म धेरै मनपर्छ । प्रायः युद्धको कथामाथि बनेका फिल्म हेर्छु । मनपर्ने सिनेमा त कति छन् कति, नाम भनेर साध्य छैन । अहिलेको समयमा चाहिँ आफ्नै फिल्म, 'फिंगेदाउ' । पछिल्लो समय रिलिज भएको नेपाली सिनेमा 'प्रकाश' पनि साह्रै मनपर्‍यो । प्रदिप खड्काको अभिनय पनि जीवन्त छ । मैले दोर्‍याईतेर्‍याई हेरेको सिनेमा चाहिँ 'आगो' हो । जति हेरे पनि 'बोर' लाग्दैन ।

गीत : गीत म एकदमै धेरै सुन्छु । पुराना नेपाली र हिन्दी गीतहरूले बढी छुन्छ । नारायण गोपाल र लत्ता मंगेशकर मेरा प्रिय गायक तथा गायिका हुन् । मन परेका गीतहरु दोहोर्‍याएर सुनिरहन्छु । संगीतबाट त टाढा हुने कुरै भएन, त्यसैले पनि गीत असाध्यै बढी सुन्छु । आफूले गाएका गीतहरु सबै प्रिय नै लाग्छन् । आफ्नै गीत आफ्नो लागि फेभरेट भन्ने नहुँदोरहेछ ।

पहिरन : म सानैदेखि खानामा भन्दा पनि लगाउनमा रूची राख्छु । पहिरनप्रेमी नै हुँ । फेशन कन्सियस छु । जुत्तादेखि रङ सबै आफू सुहाउँदो लाउन खोज्छु । सहज पनि हुनुपर्‍यो । छोटो कपडा खासै लाउन मनपर्दैन । त्यसैले शरीर छोपिने खालका कपडा लाउँछु । कलर आफू सुहाउँदो रोज्छु । कपडा र मेकअपका लागि धेरैजसो सपिङ गरिरहेकी हुन्छु ।



Get **Featured** on ***Yatra*!**

Love that view out the aircraft window? Do you photograph journeys of your travels? Are you an #AVGeek with a knack for plane spotting? If you've answered YES to these questions, now is the chance to share your travel photos with our readers! Simply:

- Tweet to us on Twitter by tagging us @airbuddha. We will be happy to share them with all our wonderful flyers!
- Message or post your photos on our Facebook page (facebook.com/BuddhaAir) with a short caption of your flight.
- Tag us on Instagram at @buddhaairnepal or use the hashtag #BuddhaAir or #BuddhaAirYatra
- Email us your Buddha Air photos at yatra@buddhaair.com. You can even let us know your experience of flying with us.

My baby's first flight experience with Buddha Air | **BANITA KHADKA**

My family and I are flying to Bhairahawa on the safest Flying Bird Buddha Air for a Lumbini visit. Thank you, Buddha Air (Safety First). | **DIPENDRA SHRESTHA**

My encounter with Buddha air fills me with joy and vigor. Moreover, Buddha Air's magazine, Yatra, broadens my knowledge on each flight. So Yatra is my close friend as well. Thank You! Buddha Air. | **BABURAJ MAHARJAN**

The many trainings and seminars we held were only feasible because of Buddha air.Buddha Air impressed me in more ways than one. The views from the plane were breathtaking, and it was an excellent chance to see more of Nepal. | **MAHESH DAHAL**

Life takes off when fear is left on the ground. Buddha Air is the most trusted domestic airline for me. | **ANEEVA SHAKYA**

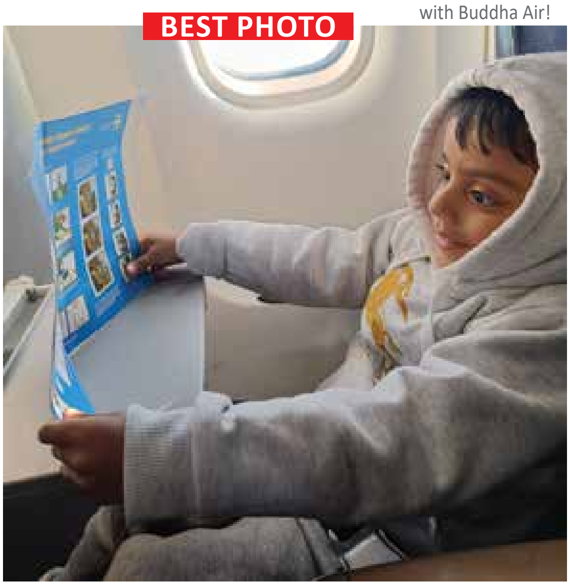
Trip to Pokhara | **GANESH KHATRI**

Whenever we come from India during our winter vacations, we always fly in Buddha air from Kathmandu to Biratnagar and Tumlingtar to see our fathers who work in the Arun Valley Hydro Projects in Nepal.We've been traveling regularly for two years and look forward to our flights with Buddha Air every year. Photo: Kanishk & Avani Location: Birat Nagar | **KSHITIJ THAKUR**

My best travel experience has indeed been with Buddha Air. Flying with you is always a pleasure. | **TEJESHWI RANABHAT**

SATKRIT DAHAL´s excited for his flight with Buddha Air!

BEST PHOTO



www.kmdastur.com

KMD

GENERAL INSURANCE
SPECIALITY INSURANCE
STRUCTURED SOLUTIONS
LIFE

BUILDING RELATIONS FOR AN INSURED TOMORROW

Insuring businesses since 1973

UNITED KINGDOM - RUSSIA - TURKEY - MOROCCO - UAE - SOUTH AFRICA
MALAYSIA - INDONESIA - BANGLADESH - MYANMAR - SRI LANKA - INDIA