

खतराको घण्टी!



विषालु वायुमण्डलले वर्षमा ६० लाखको मृत्यु

हत्या, दुर्घटना, रोगको कारण विश्वमा कति मानिस मर्छन्? यसको मोटामोटी तथ्याङ्क होलान्। मृत्यु त हरेक क्षण भइरहेकै हुन्छन्। कति काल पुगेर त कति अकालमा। निश्चित उमेर पार गरेपछि हामीले देहत्याग गर्छौं; तर अब हामीले आफ्नो पूरा आयु पनि बाँच्न पाउँछौं वा पाउँदैनौं भनेर संशय गर्नुपर्ने बेला छ। हामी हत्या, दुर्घटना वा उमेर पूरा गरेर मात्र मृत्युको मुखमा पुगिरहेका छैनौं। हामीले प्रत्येक पल सास फेर्ने विषालु वायुले पनि अकालमै हाम्रो ज्यान लिँदछ। तपाईंलाई अचम्म लाग्न सक्छ, वर्षमा ६० लाखको मृत्यु त वायु प्रदूषणकै कारण हुनेगरेका छन्।

उत्तरी छिमेकी चीनमा बसेंन १४ लाखको ज्यान वायु प्रदूषणकै कारण जानेगरेको छ। दक्षिणी भारतमा वायु प्रदूषणले ७ लाखको मृत्यु हुने तथ्याङ्क छ। प्रदूषित वायुको भयानक प्रभावबाट हामी मुक्त भने छैनौं।

विश्वका उन्नत राष्ट्रहरू प्रदूषित वायुबाट कसरी बच्ने भनेर अग्रसर भइसकेका छन्। त्यही कारण वृक्षरोपण, विद्युतीय सवारी साधनको प्रयोग, प्रदूषित कल-कारखानाको न्युनीकरण आदिमा जोडतोडका साथ लागिपरेका छन्; तर हामी?

विषालु वायुमण्डलमा हामी बसेंन धूवाँ-धूलोको कारण धेरै मानिसहरूमा फोक्सो, मुटु तथा स्वासप्रवास सम्बन्धी रोग लाग्नेगरेको छ तथा लाखौंको संख्यामा मानिसहरूको ज्यान जानेगरेको छ।

बढ्दो सवारी साधनको चाप र यसबाट निस्कने धूवाँ तथा बाटोमा उड्ने धूलोको कारण वातावरण प्रदूषित भइरहेको छ। अस्वस्थित तरीकाले औद्योगिक क्षेत्र सञ्चालन गर्नाले पनि वातावरण प्रदूषण भइरहेको छ। यस्ता धूवाँ, धूलोको कारण

हावामा सूक्ष्म कणहरूले भरिएको हुन्छ। मुटु र फोक्सोलाई घात गर्नुपर्ने जर्मनको माइन्स शहरमा माक्स प्लाड्क इन्स्टिट्युटका निर्देशक प्रोफेसर योहानेस लेलीफेल्डको भनाइ अनुसार अधिकांश मानिसहरूमा मुटु तथा फोक्सोका रोगीहरू छन्। हृदयघात हुँदा वा स्ट्रोकबाट मानिसको मृत्यु हुनेगरेको छ। यसका साथै धूलोमा पाइने टाक्सिक जस्ता सूक्ष्म कणहरू रगतमा मिसिन पुग्दछ, जसको कारण मानिसको मृत्यु हुनुपर्छ। एशिया सबैभन्दा खतरा!

योहानेस लेलीफेल्डको टिमले पहिलोचोटि हावामा हुने सूक्ष्म कण, ओजोन र सल्फराइड अक्साइडको कारण मानिसहरू विरामी वा मृत्यु हुनेगरेको छ भनेर पहिलोचोटि खोज गरेको थियो। उक्त अध्ययनबाट लेलीफेल्डले भनेका छन्, 'वायु प्रदूषणको कारण एशियामा सबैभन्दा धेरै मानिसहरूको ज्यान गएको छ। एशियामा जनघनत्व पनि धेरै छ।'

उनको भनाइ अनुसार टूला शहरहरूमा हावाका सूक्ष्म कणहरूको सामना पनि गर्नुपर्ने हुन्छ। यसको कारण मानिसमा रोग सृष्टि हुने र समयभन्दा पहिले नै मानिसको ज्यान जाने खतरा धेरै हुँदछ। चीनमा हरेक वर्ष १४ लाख मानिस समयभन्दा पहिला मृत्यु हुनेगरेको छ र भारतमा ७ लाख मानिसको ज्यान जानेगरेको छ।

माक्स प्लाड्कका वैज्ञानिकहरूले यो तथ्य पृथ्वीलाई चक्र लगाउने उपग्रह तथा आफ्नै अध्ययनले यो आँकडा तयार पारेको थियो।

वायु विषालु बच्नुका कारणहरू लेलीफेल्डको भनाइ अनुसार एशियामा वायु प्रदूषणको मुख्य

कारण खाना पकाउनका लागि प्रयोग गर्ने चुल्हा, जाडोबाट बच्नका लागि लगाइने आगो तथा विभिन्न फोहोरहरू बेवारिशे रूपमा जलाउनका कारण हुन्। यसबाट निकै धूवाँ निस्कने गर्दछ। भारत, बङ्गलादेश तथा दक्षिण एशिया यो नै मुख्य कारण हुन्।

धूवाँमा अत्यन्त सूक्ष्म कणहरू हुन्छन्। डिजेल जेनेरेटर, कोइलाको चुल्हा र दाउराको कारण हावामा अत्यन्त सानो कणहरू हुने गर्दछ। इण्डोनेशिया र भारतमा यसको अनुपात ५० देखि ६० प्रतिशतले धेरै छ।

यसबाट बच्ने उपाय सुन्दा अचम्म लाग्न सक्छ कि विषातीयुक्त हावाको मुख्य कारण कारखानाभन्दा पनि कृषि उद्योगहरूको हात रहेको छ। यूरोप, जापान र अमेरिकाको पूर्वोत्तरमा गरिने पशुपालनको कारण धेरै मात्रामा अमोनिया ग्यास निस्कने गर्दछ र यसको कारण सूक्ष्म कणहरू बन्ने गर्दछ। यस्तो समस्याको समाधानका लागि अरू नै रणनीतिको आवश्यक पर्दछ।

लेलीफेल्डको भनाइ अनुसार, यूरोप देशमा कृषि क्षेत्रमा उत्सर्जन कम गर्न कोशिश गर्नुपर्छ। यसका लागि पशुपालन उद्योगमा ध्यान दिनुपर्छ। एशियामा बिनाधूवाँ निकाली खाना पकाउने तथा घर तातो बनाइराख्नका लागि वैज्ञानिक तरीका अपनाउनुपर्ने हुन्छ।

यो प्रविधि उपलब्ध छ र महँगो पनि छैन; तर यदि यसमा कुनै किसिमको उपयोग गर्न सकेन भने आउँदो २०५० सम्ममा विश्वमा कम्तीमा ६० लाख मानिसको ज्यान जानसक्ने चेतावनी दिइएको छ र एशियामा मात्र ४० लाख मानिसहरूको अकालमै ज्यान जानसक्छ।

फिल्मी दुनियाँ

ऐश्वर्याको करिअर धरापमा!



बलिउडका रियल जोडी ऐश्वर्या राय र अभिषेक बच्चनको दिन ठीक चलिरेहेको छैन। उनीहरूको करिअर ग्राफ निरन्तर ओझालो लागिरहेको छ। ऐश्वर्याको हालसालैको फिल्म 'फने खान' फ्लप भयो। योभन्दा अगाडि उनका दुइ फिल्महरू 'जज्बा' र 'सरबजीत' पनि असफल बनेका थिए। फल्ट फिल्मको ह्याट्रिक गरेपछि ऐश्वर्याको करिअरमै प्रश्नचिन्ह लागेको छ। अर्कोतिर, अभिषेकको अवस्था झन् डावाँडोल छ। चार वर्षसम्म उनले एउटै फिल्म पाएनन्। बल्लबल्ल 'मनमर्जिया' पाएका छन्; तर यो फिल्मले पनि कुनै चमत्कार गर्ने छोटै देखिएको छैन। यसैबीच एक निर्माताले अभिषेक र ऐश्वर्यालाई आफ्नो फिल्ममा जोडी बनाउने चेष्टा गरे। यो फिल्मको नाम थियो 'गुलाब जामुन'। ठीक यही समयमा प्रख्यात निर्देशक सञ्जयलिला भन्सालीले आफ्नो आगामी फिल्मका लागि ऐश्वर्यालाई अफर गरे। भन्सालीको अफर ऐश्वर्याका लागि शानदार अवसर थियो, आफ्नो डुब्दैरहेको करिअर बचाउने। यतिबेला ऐश्वर्याले निर्णय लिनुपर्ने भयो, पति अभिषेकसँग फिल्म खेल्ने कि भन्सालीको फिल्म स्वीकार्ने। एउटै सेडचूल भएकोले उनले दुवै फिल्म स्वीकार्न असम्भव थियो। अन्ततः उनले पतिसँग खेल्नका लागि भन्सालीको अफर रिजेक्ट गरिदिए।

ऐश्वर्याको यो निर्णयले उनको करिअर नै दाउमा लागेको छ। किनकी भन्सालीको फिल्म खेलेको भए सफलताको ग्यारेन्टी थियो; तर अभिषेकसँग खेलेर उनले सफल फिल्म दिन कठिन छ। पतिको करिअर सम्हाल्ने प्रयास गर्दा उनको आफ्नै करिअर धरापमा परेको छ।

फेरि सँगै देखिए अर्जुन र मलाइका



बलिउड अभिनेता अर्जुन कपुर डिभिोर्सी अभिनेत्री मलाइका अरोड़ासँग प्रेममा रहेको चर्चा हुने गर्छ। अर्जुन कपुरकै लागि मलाइकाले अरवाज खानलाई डिभिोर्स दिएकी चर्चा हुने गर्छ। तर, अत्यधिक नकारात्मक टिका-टिप्पणीहरू भएपछि अर्जुन र मलाइकाले एकाअर्कासँग दुरी बनाएका थिए। उनीहरू सँगै नदेखिएको लामो समय भएको थियो। यसबाट उनीहरूबीच खटपट भएको वा ब्रेकअप भएको अनुमान धेरैले गरे; तर यी अनुमानहरूलाई चिदै मलाइका र अर्जुन फेरि एकपल्ट एकसाथ देखिएका छन्। हालै आयोजित लक्मे फेसन विक्मा सहभागी भएका उनीहरू सँगसँगै बसेका थिए र निकै सहज देखिएका थिए। उक्त कार्यक्रममा अर्जुन आफ्ना सौतेली बहिनीहरू जान्सी र खुशी कपुरलाई लिएर पुगेका थिए भने मलाइका चाहिँ एकलै गेली थिइन्। अर्जुन र मलाइका योजना बनाएर भेटेका हुनु वा अचानक भेट भएको हो भन्ने कुरा प्रष्ट नभए पनि उनीहरू भेट भएपछि आपसमा निकै आत्मीय देखिए। अर्जुनको एकापट्टि मलाइका बसेकी थिइन् भने अर्कोपट्टि जान्सी र खुशी थिए। अर्जुन र मलाइकाको घनिष्टताबाट बहिनीहरूले भने अफचारेको अनुभव गरिरहेको देखिन्छ।

सलमान खानकी गर्लफ्रिण्ड युलिया पनि फिल्ममा डेब्यू गर्दै

लाग्छ बलिउड अभिनेता सलमान खानले आफ्नो छेउछाउका सबैलाई हीरो-हिरोइन बनाउने भए। आफ्नो होम प्रोडक्सन फिल्मबाट ज्वाइँ आयूष शर्मालाई लन्डन गर्नलागेका सलमानले अब आफ्नी गर्लफ्रिण्डलाई हिरोइन बनाउने तारतम्य मिलाइरहेका छन्।

सलमानकी रोमानियाली गर्लफ्रिण्ड युलिया वन्तुरले नाम जुन बाँकी रहेको एउटा फिल्मबाट डेब्यू गर्ने लगभग तय भइसकेको मीडियाहरूले जनाएका छन्। यो फिल्मको निर्देशन 'मैं और मिसेज खन्ना'-का निर्देशक प्रेम सोनीले गर्दैछन्। सलमानकै सोर्सफोर्समा उनले युलियालाई फिल्ममा लिनलागेको बुझिएको छ।

यो फिल्ममा हिन्दी बोल ज्ञाने एक विदेशी हिरोइन चाहिएको थियो, जसमा युलिया फिट भइन्। उनले हिन्दी बोल्ल लगभग सिक्सकेकी छन्। फिल्ममा उनले पोल्याण्डकी एक युवतीको भूमिका निभाउने छन्, जो भगवान श्रीकृष्णको भक्त भएर भारत आउँछिन्।

यो फिल्ममा युलियाको अपोजिटमा को हुनेछन् भन्ने तय भएको छैन। यद्यपि जिम्मी सेरगिलको सम्भावना धेरै छ। फिल्मको शूटिङ पोल्याण्ड, दिल्ली र मथुरामा हुनेछ।

युलियाले यसअघि तीनवटा बलिउड फिल्ममा गीत गाएकी छन्। उनले सलमानकै 'रेस ३' -मा एउटा गीत गाएकी थिइन्। रोमानियामा हुँदा उनी मोडलिङमा सक्रिय थिइन्; तर भारतमा उनले खासै केही काम पाएकी छैनन्। सलमानकी गर्लफ्रिण्ड भएकैले मीडियाले उनलाई पछ्याउने गरेका छन्। यद्यपि, सलमान र युलिया दुवैले सार्वजनिक रूपमा आफूहरूबीचको सम्बन्ध स्वीकार गरेका छैनन्।



सङ्गत मात्रै होइन आमा-बाबुको गलत व्यवहारले पनि बिग्रन्छन् नानीहरू



हरेक आमा-बाबुले कल्पन्छन्, आफ्ना नानीहरूको सुन्दर भविष्यमा। उनीहरू चाहन्छन्, छोराछोरी असल होऊन्। स्वस्थ होऊन्। पढ्नु। ज्ञानी होऊन्। सभ्य होऊन्। यसैले उनीहरू नानीको भविष्यलाई लिएर सधैं चिन्तित हुन्छन्। उनीहरूको चिन्ता उचित पनि हो; तर उनीहरू नानीलाई कसरी राम्रो वातावरणमा हुर्काउने भन्नेबारेमा चाहिँ सोच्दैनन्।

हाम्रो नेपाली समाजमा जब कुनै नानी पढाईमा कमजोर हुन्छन्, बढ्दामा हुन्छन् वा कुलतमा फर्छन्, धेरैजसो आमा-बाबुहरूले यसको दोष उनीहरूका साथी-सङ्गतलाई दिन्छन्; तर यो साथी-सङ्गतको कारणले मात्रै कुनै पनि नानी बिग्रिदैनन्। धेरैजसो अवस्थामा आमा-बाबुको खराब र कडा व्यवहार पनि नानी बिग्रने कारण बन्नसक्छ।

जसरी ५ वर्षसम्मको उमेरमा नानीलाई आफ्नो आमा-बाबुको भरपूर साथ नमिल्नाले उनीहरू अडिक्का शिकार हुन्छन्। यसैगरी 'हेलिकोप्टर प्यारेन्टिङ' अर्थात् आमा-बाबुको कडा व्यवहारले नानीलाई सुधार्नुको साटो उनीहरूलाई बिगाने काम गर्छन्। यसको परिणाम स्वरूप अभिभावकहरूले नानीहरूको नराम्रो बचन र गलत बानी व्यवहारलाई झेलनुपर्छ। जब आमा-बाबुले आफ्नो नानीसँग कडा रूपमा प्रस्तुत भएर किन, के जस्ता प्रश्न सोध्छन्, तब नानीहरू हडबडाउँछन् हुन्छन्, त्यस्तै उनीहरू झुटो बोल्ने तथा बोल्न पनि बाध्य हुन्छन्।

आमा-बाबुलाई लाग्नसक्छ, नानीहरूसँग कडा रूपमा प्रस्तुत भएर उनीहरूलाई हरेक कुरामा नियन्त्रण गरेर उनीहरूले आफ्ना नानीहरूको गलत बानी सुधारिरेका छन्; तर खासमा यस्तो हुँदैन। आज हामी केही यस्ता टिप्स बताउन गइरहेका छौं, जसले आमा-बाबुलाई आफ्ना नानीहरूसँग कस्तो व्यवहार गर्ने भनेर जानकारी दिन्छ। यी टिप्सहरूलाई अपनाउनाले तपाईंले आफ्ना नानीहरूलाई असल मानिस बनाउन सक्नुहुनेछ -

- नानीहरूलाई कहिल्यै पिट्नु वा गाली गर्नु हुँदैन।
- नानीहरूलाई गाली गर्ने र पिट्ने काम उनीहरूलाई गलत तरीकाले व्यवहार गरेको प्रमाण हो। जब नानीले कुनै पनि काम गर्छन् उनीहरू आफ्नो बुद्धिविवेक अनुसार गर्छन्। नानीहरूले गलत काम गरेमा वा गलत निर्णय गरेमा नानीलाई पिट्नुको साटो उनीहरूलाई सही र गलतबीचको फरक सम्झाउनु पर्दछ।
- नानीहरूलाई पिट्नाले उनीहरूको मस्तिष्कमा नराम्रो असर पर्दछ र उनीहरू अर्कोपल्ट गल्ती भएमा झुटो बोल्न सक्छन्। यसैले हरेक आमा-बाबुले आफ्नो यस्तो बानीलाई आजै बदल्नु पर्दछ।

पहिले आफैलाई सम्झिनुहोस् र फेरि नानीलाई
आमा-बाबुले नानीहरूलाई हरेक कुरा थोपेर गलत बानी हो। नानीहरूबाट राम्रो संस्कार वा

उनीहरूसँग कुनै पनि खालको आशा गर्नुभन्दा पहिले आफ्नो नराम्रो बानीहरूलाई परिवर्तन गर्नु जरूरी छ।

यसैले, जुन चीज तपाईं आफ्ना नानीहरूबाट चाहनुहुन्छ पहिले तपाईं त्यसलाई आफै गरेर देखाउने कोशिश गर्नुहोस्। किनभने, नानीहरूले त्यही गर्छन् जो आफ्नो वरिपरि देख्छन्। यसका लागि पुस्तकहरूको साथमा केही समय बिताउने, राति अबेरसम्म टिभी नहेर्ने, सामानहरूलाई सही स्थानमा, राख्ने नानीहरूको अगाडि कहिल्यै पनि झगडा नगर्ने जस्ता केही राम्रो बानीहरूलाई आफैमा विकसित गर्नुपर्छ। तपाईंको यस्तो परिवर्तनले साँच्चै नै काम गर्छ।

नानीहरूसँग साथीजस्तो बहुरोस्
केही मानिसहरूमा यदि उनीहरू आफ्नो नानीसँग फ्र्याङ्क भएमा नानीहरू बिग्रिन्छन् भन्ने मानसिकता हुन्छ; तर यस्ता मूर्ख मानिसहरूले फ्र्याङ्क भएमा पनि बच्चा तपाईंसँग साथी जसरी सबैकुरा बताउँदैन भन्ने बुझ्दैनन्।

फेरि तपाईं उनीहरूलाई जुन सल्लाह दिनुहुन्छ, त्यसलाई साँच्चै अपनाउने छन् भन्ने पनि हुँदैन। नानीहरूलाई चौबीसै घण्टा नजर राख्नुको साटो यदि तपाईं नानीहरूसँग साथी जस्तो व्यवहार गर्नुहुन्छ भने त्यसले धेरै फाइदा गर्दछ।

आजभोलि शहरका धेरैजसो आमा-बाबुहरू कार्यालयमा जाने हुनाले नानीसँग औसतमा केही घण्टा मात्रै गुजारन पाउँछन्; जुन नानीको सही विकासका लागि पर्याप्त हुँदैन।

नानीका लागि केही विशेष दिनुहोस्
नानी त्यही गर्छन् जुन उनीहरूले सानैदेखि आफ्नो आमा-बाबुले गर्दैआएको देखेका हुन्छन्। अर्थात्, नानीका लागि उनीहरूका आमा-बाबु नै रोलमोडल हुन्छन्।

आमा-बाबुलाई हरेक समय झगडा गरेको देख्नु, उनीहरूको बीचमा मनमुटाउ हुनु र नानीहरूलाई पिट्ने आमा-बाबुसित बस्ने नानीहरू पछि झगडालु बन्न सक्छन्।

घरमा हुने तनाव, झगडाको असर नानीमा सबैभन्दा धेरै पर्दछ। नानीहरू समयअगाडि नै वयस्क भएमा उनीहरूको सोच, उनीहरूको मानसिक स्तर, शैक्षिक र शारीरिक परिपक्वताको कारण उनीहरू कुराहरूलाई आधा र अधूरो ढङ्गले बुझ्छन्। यी सबैले उनीहरूमा नकारात्मक असर पर्दछ।

यसैले यदि तपाईं आफ्नो नानीमा अनुशासन, सहयोग, परोपकार र विनम्रता जस्ता गुण विकसित होस् भन्ने चाहनुहुन्छ भने यसका लागि उनीहरूलाई बारम्बार उपदेश दिनु व्यर्थ छ। यस्तो गरेमा नानीहरू दिक्क मान्छन्। सधैं यही कुरा त भन्ने हो भनेर उनीहरू आफ्ना आमा-बाबुको चेतावनीहरूलाई गम्भीरतापूर्वक सोच्ने कोशिश नै गर्दैनन्।