DNL 108

Level 2

नेपाली संस्कृति

(Nepali Culture)

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

मानविकी विद्याशाखा

क्षेत्रीय भाषा

फोन नम्बरः05946-261122, 261123

टोल फ्री नम्बरः 18001804025

इ-मेइलःinfo@uou.ac.in

http://uou.ac.in

ISBN: ---------------------

प्रकाशन वर्ष—डिसेम्बर 2024

कपिराइटः उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

संस्करणः पहिलो

प्रकाशकः कुलपति, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्दवानी-263139, उत्तराखण्ड

(यो सामग्रीको कुनै पनि अंश उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालयको लिखित अनुमतिबिना कुनै पनि रूपमा अथवा मिमियोग्राफी एवम् चक्रमुद्रणद्वारा वा अन्य उपायले पुनः प्रस्तुत गर्ने अनुमति छैन)

अध्ययन परिषद्

प्रो. रेनू प्रकाश निर्देशक, मानविकी विद्याशाखा उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय	डा. राजेन्द्र सिंह क्वीरा सहायक प्राध्यापक पत्रकारिता एवं मीडिया अध्ययन विद्याशाखा उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
प्रोफेसर दिवाकर प्रधान विभाग प्रमुख, भारतीय भाषा विभाग काशी हिन्दू विश्वविद्यालय	डा. अनिल कार्की सहायक प्राध्यापक, हिन्दी विभाग मानविकी विद्याशाखा उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
डा. राज कुमार छेत्री सहायक प्राध्यापक, नेपाली विभाग दार्जिलिङ सरकारी महाविद्यालय, दार्जिलिङ, पश्चिम बङ्गाल	प्रो. खगेन्द्र जोशी प्राध्यापक, सुदूर पश्चिमाञ्चल विवि महेन्द्रनगर, नेपाल

विषयवस्तु विशेषज्ञ

डा. खगेन शर्मा गुवाहाटी विश्वविद्यालय

पाठ्यक्रम संयोजन

डा राजेन्द्र सिंह क्वीरा सहायक प्राध्यापक पत्रकारिता एवं मीडिया अध्ययन विद्याशाखा उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

पाठ्यक्रम सम्पादन

डा. खगेन शर्मा गुवाहाटी विश्वविद्यालय

एकाइ लेखक र अनुक्रम

विषयवस्तु	क्रेडिट	लेखक	
नेपाली संस्कारहरू (नामाकरण संस्कार, विवाह संस्कार तथा मृत्य संस्कार)	२	डा सृजना शर्मा	५
नेपाली चाडपर्व	२	डा सृजना शर्मा	१६
नेपाली लोक गीत, नाच तथा यसका प्रकार	२	डा सृजना शर्मा	३७
नेपाली परिधान तथा गर-गहना	२	डा सृजना शर्मा	५८

नेपाली डिप्लोमा कोर्स’को प्रशासनिक अनुमोदन

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्दबानीले सन 2021 देखि नेपाली सर्टिफिकेट कोर्स प्रारम्भ गरेको थियो र सन 2025 देखि दोस्रो सेमेस्टर पनि पनि थपेर पूर्णाङ्ग रूपमा ‘नेपाली डिप्लोमा कोर्स’ बनेको छ। नियमित रूपमा कक्षामा उपस्थित रहन नसक्ने विद्यार्थीहरूका लागि तथा नेपाली भाषा, साहित्य, कला र संस्कृतिको प्रारम्भिक ज्ञान हासिल गर्न यो कोर्स मददगार हुन्छ। नेपाली भाषाको संरक्षण र विकासका लागि गरिएको यो प्रयास महत्वपूर्ण भएको छ।

यो डिप्लोमा कोर्स जम्मा 80 क्रेडिटको हुन्छ, जसलाई एक वर्षको अवधिमा दुई सेमिस्टरमा विभाजित गरिएको छ, प्रत्येक सेमिस्टरको अवधि छ-छ महिनाको हुन्छ र प्रत्येक सेमिस्टरमा 40–40 क्रेडिट निर्धारण गरिएको छ। प्रत्येक सेमिस्टरमा 4 वटा पत्रमा 8 क्रेडिट गरी जम्मा 32 क्रेडिटको लिखित परीक्षा र 8 क्रेडिटको मौखिक तथा व्यावहारिक अनुबन्ध रहने गर्दछ।

कक्षा 12 उत्तीर्ण गरेका विद्यार्थीहरू ‘नेपाली सर्टिफिकेट कोर्स’ मा भर्ना लिन सक्नेछन्, र ‘सर्टिफिकेट कोर्स’ उत्तीर्ण गरेका विद्यार्थीहरू ‘नेपाली डिप्लोमा कोर्स’ मा भर्ना लिन योग्य हुनेछन्। अर्थात्, पहिलो सेमेस्टर उत्तीर्ण गर्नेले ‘नेपाली सर्टिफिकेट कोर्स’ को डिग्री प्राप्त गर्नेछन् भने दुवै सेमिस्टर सफलतापूर्वक उत्तीर्ण हुनेले ‘नेपाली डिप्लोमा कोर्स’ को प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन्।

एकाइ- १

नेपाली संस्कृति

नेपाली संस्कारहरू (नामाकरण संस्कार, विवाह संस्कार तथा मृत्य संस्कार)

१ प्रस्तावना (Preface)
१.१ नेपाली लोक संस्कृति – परिचय (Introduction)
२ उद्देश्य (Objectives)
३. नेपाली लोक संस्कृतिको अर्थ (Meaning of Nepali Folk Culture)
४. संस्कारको अर्थ र प्रयोजन
५. नेपाली संस्कारका प्रकार (types of Nepali Folk Rituals)
क. नेपाली संस्कारमा जन्म तथा नामाकरण विधि
ख. नेपाली संस्कारमा विवाह विधि
ग. नेपाली संस्कारमा मृत्यु संस्कार
६. उपसंहार (Conclusion)
७. अभ्यास प्रश्न (Sample Questions)
८. सन्दर्भ-सामग्री (References / Suggested Readings)

१ प्रस्तावना

प्रस्तुत खण्डमा नेपाली लोक संस्कृतिको परिचय अन्तर्गत नेपाली समाजमा व्याप्त लोक संस्कारमा जन्म, विवाह र मृत्युबारे विस्तारमा वर्णन गरिन्छ।

१.१ नेपाली लोक संस्कृति – परिचय

नेपाली जाति बृहत् जन-गोष्ठीको समुदाय हो। यसमा विभिन्न जाति-जनजातिको वेशभूषा, खान-पान, संस्कार, धर्म, सम्प्रदाय तथा विभिन्न समुदायको परस्पर समन्वय र भ्रातृत्व, विश्वबन्धुत्वको भाव समाहित छ। नेपाली जाति विभिन्न धर्म, संस्कार, संस्कृति, भाषा, वेशभूषा, सभ्यता, रहनसहन, रीतिथिति जस्ता संस्कारहरूको रङ्ग-रोगनले बनिएको अति नै विचित्रको सुन्दर फूलबारी हो। अनेकतामा एकता, भ्रातित्व, साम्प्रदायिक सद्भावना, सांस्कृतिक मूल्यको समन्वयताले निर्मित एउटा अमूल्य निधिका रूपमा यसको अवस्थिति पाइन्छ।

संस्कृतिले कुनै पनि जाति वा राष्ट्रको चिनारी बोकेको हुन्छ। नेपाली जातिका पनि आफ्नै संस्कृति, संस्कार, लोकविश्वास, परम्परा, मान्यता, लोकप्रथाहरू, रीति-रिवाज, संस्कार, खानपीन, रहन-सहन, आचार-व्यवहार, धर्मकर्म, भाषा-साहित्य, आफ्ना आवश्यकता- अपुग, वेशभूषा, सभ्यता, प्राप्ति, उपलब्धी, सबलता-दुर्बलता नै नेपाली संस्कृतिको परिचायक हो।

भौगोलिक दृष्टिबाट पश्चिमी नेपालको महाकालीदेखी पूर्वी नेपालको मेचीसम्म र पश्चिममा कुमाऊ-गढवाल, भाक्सु, देहरादून अनि पूर्वमा सिक्किम, पश्चिम बङ्गाल, असम र पूर्वोत्तरका अन्य राज्य अनि भोटाङसम्ममा युगौँदेखि बसोबास गरिरहेका विभिन्न जातिले आफ्नो इतिहासको प्राचीनतम् युगदेखि लिएर आजसम्मको मानसिक सम्पन्नताको क्षेत्रमा जुन कार्य गरे ती सबको समावेश लोक – संस्कृति अन्तर्गत मान्नु पर्दछ।

नेपाली समाज विभिन्न जात-जाति, धर्म, सम्प्रदाय, संस्कृति, संस्कारको समन्वयात्मक रूप हो। यो समाज विभिन्न जाति-गोष्ठीले बनेको एउटा विशाल, व्यापक एवं समृद्ध समाज हो। नेपाली समाजको जीवन जिउने पद्धतिलाई नेपाली लोक संस्कृति भनिन्छ।

२ उद्देश्य

प्रस्तुत एकाइ पढिसकेपछि विद्यार्थीले जान्नेछन् –

• नेपाली लोक संस्कृतिको अर्थ
• नेपाली लोक संस्कारको अर्थ र परिभाषा
• नेपाली लोक संस्कारका प्रकार
• नेपाली संस्कारका प्रमुख संस्कारमध्ये जन्म, विवाह तथा मृत्यु संस्कार

नेपाली समाज विभिन्न जात-जाति, धर्म, सम्प्रदाय, संस्कृति, संस्कारको समन्वयात्मक रूप हो। यो समाज विभिन्न जाति-गोष्ठीले बनेको एउटा विशाल, व्यापक एवं समृद्ध समाज हो। नेपाली समाजको जीवन जिउने पद्धतिलाई नेपाली लोक संस्कृति भनिन्छ।

लोक समाजमा प्रचलित लोककाव्य, लोकगीत, लोकगाथा, लोककथा, लोक-नृत्य, लोकोक्ति, लोकबाजा, लोकपरिधानका साथ-साथै लोक विश्वास, लोकचेतना, लोकपरम्परा, लोकमान्यता, लोकमन्त्र-तन्त्र, धामी-झाक्री, बोक्सी, डायनी, भूतप्रेत, खाद्य-वस्त्रसितै जन्मदेखि मृत्युसम्मका यावत् विषय नै लोक साहित्य र संस्कृतिमा गाभिएको हुन्छ । यसैलाई नेपाली जातिले आफ्नो अस्तित्वको धरोहर सम्झेर, संरक्षण, संवर्धन र सुरक्षा गर्दै ल्याएका छन्। यसैमा नेपाली जातिको गौरव, गरिमा र अस्तित्वको चिनारी निहित रहेको छ।

३. नेपाली लोक संस्कृति

नेपाली संस्कृतिको जन्म धर्मकै धरातलमा भए तापनि समयानुकूल परिवेश र परिस्थितिअनुसार यसको विकास हुँदै गएको छ भने लोप पनि हुँदै गएको छ। नेपाली संस्कृतिमा मूलभूत तत्त्वहरू हुन् – लोकसाहित्य, लोकगीत, लोक कथा, उखान, टुक्का, वाग्धारा, गाउँखाने कथा, चाडपर्व, भाँडाकुडा, वेशभूषा, रहन-सहन, रीतिरिवाज, परम्परा, मान्यता।

नेपाली जातिको संस्कृतिको मूल श्रोत पहिल्याउँदै गयौं भने यसको पृष्ठभूमि, परम्परा र विकासक्रमको लेखाजोखा गर्न प्राचीन ग्रन्थ वेदसम्म पुग्न पर्ने देखिन्छ। कवि बालकृष्ण समको दृष्टिमा पनि नेपाली संस्कृति र कलाको मूल श्रोत वेद नै हो। संसारका यावत प्राणीहरूमा मानव जीवन सर्वश्रेष्ठ मानिन्छ र मानवलाई श्रेष्ठताको परिचय दिन वेदमा 'अमृतस्य पयत्रा !' भनिएको पाइन्छ। साथै 'वेदोSस्तिको धर्ममूलम्' भनेर वेदविहित आचारविचारको परम्परालाई नै हाम्रो संस्कृति अनि सभ्यता मानिएको पाइन्छ। त्यसकारण मनुले वेदनिन्दकलाई नास्तिक मानेको पाइन्छ। वेद स्वयंसिद्ध प्रामाणिक एवम् शाश्वत छ- जसले यस तथ्यलाई स्वीकार्दछ त्यसले परमात्मा पनि मान्दछ र ब्रह्मलाई 'वेदैश्चसर्वैरहमेव वेद' एवं सृष्टिकर्ताको रूपमा मान्दछ। यही नेपाली संस्कृतिको विशेषता हो। यो ऋषि महर्षिहरूका समाधिगत अनुभवहरूमाथि आधारित रहेको छ।

नेपाली संस्कृतिको मूलभूत वैशिष्ट्यहरूमा ईश्वरवाद, अवतारवाद, पुनर्जन्मवाद, परलोकवाद, आतिथ्य सत्कार, वेदकार्य, पितृश्राद्ध, सदगुण-सदाचार, सत्यभाषण, धार्मिक समन्वयता, अहिंसा, त्याग तपस्याको भावना, स्वाध्याय, परोपकारजस्ता पुण्य दैवी सम्पदाका लक्षण एवम् भ्रातृत्व, विश्वबन्धुत्व र मोक्षप्राप्ति आदि मानिन्छ। यी सबै विशेषताहरूको व्याख्या वेद, उपनिषद्, ब्राह्मण, आरण्यक, श्रीमद्भागवतगीता, पुराण श्रुति, स्मृति, दर्शनप्रभृति ग्रन्थहरूमा पाइन्छ।

नेपाली सांस्कृतिक मान्यता र आधारहरू खोज्दै जाँदा त्रेता युगका रामका कथा र द्वापर युगका कृष्णका कथाहरू वाल्मीकि र वेदव्यासद्वारा प्रस्तुत गरी रामायण र महाभारतजस्ता काव्य लेखेपछि नै यसको स्थापना भएको मानिन्छ। रामले रावणको वध गरी अधर्मदेखि धर्मको रक्षा गर्ने प्रथम काव्यमय घटना नै खुसियालीस्वरूप र पुन: रामराज्यको संस्मरणस्वरूप दशैँ मनाउँदै आइरहेका छौं। फेरि यसै दिन ब्रह्मा, विष्णु र शिवको त्रिनेत्रको योग सङ्गमबाट देवीलाई जन्म गराएर महिषासुर राक्षसको वध गरेपछि नै यो दशैँ मनाइने उपकथाको चलन पनि पाइन्छ। दशैँका दिन आफूभन्दा मान्यजनकहाँ गएर भेट गर्नु, आशीष थाप्नु आदि गरिन्छ। यसैले दशैँबाट हामी मान्यजनको आदर गर्ने सांस्कृतिक परम्पराको रक्षा गर्दै आएका छौं।

सभ्यताको विकाससँगै प्राचीन किरातसँगको सम्बन्धले अथवा आर्य र किरातको मिश्रित संस्कारहरूले पनि कति मात्रामा नेपाली जातीय संस्कृतिको निर्माण भएको पाइन्छ। यस सन्दर्भमा शान्ति सुरभ आफ्नो पुस्तक *हाम्रो संस्कृति : एक सिंहावलोकन* मा लेख्छन्— *हाम्रो पाखा पर्वतमा चलेको वेशभूषामा शिवले लगाएको घुँडासम्म छोप्ने पहिरनको पनि राम्रो छाप भएको देखिन्छ। अतः शिवत्व नेपाली समाजमा व्याप्त छ भन्नुमा अत्युक्ति नहोला।*

हामी जुन संस्कृति आफ्नो ठान्छौँ र पालन गर्छौं, त्यसभित्र रहस्य लुकेको हुन्छ। हाम्रो संस्कृतिअन्तर्गत अनेक जात्राहरू छन्, जस्तै—भोटे जात्रा, विस्केट जात्रा, चण्डेश्वरी जात्रा, ठिमी जात्रा, त्रिशूल जात्रा,

पलान्चोक भगवती जात्रा, इन्द्र जात्रा आदि। त्यसरी नै पर्वहरू पनि अनेक छन्— तिहार, रक्षाबन्धन, मातृ औंसी, पितृऔंसी, श्री गणेश चौथी, घटस्थापना (दशैँ), वाला चतुर्दशी, धान्य पूर्णिमा, माघे संक्रान्ति, महाशिवरात्रि, नागपञ्चमी, फागु वा होली, श्रीपञ्चमी, नयाँ संवत्, रामनवमी, असार पन्ध्र आदि। यी सब जात्राहरू र पर्वहरूको प्रत्येकको ऐतिहासिक घटनाहरू र रहस्यहरूसँग सम्बन्ध छ अनि आज यिनै कुराहरू हाम्रो संस्कृति बनेको छ अथवा हामीले हाम्रो यतिन्जेलसम्मको जीवनको लामो घटनामा भित्र्याएको पुनित दिवसहरू नै हाम्रा संस्कृतिका परिचायक बन्ने माइलखुट्टीहरू हुन्।

नेपाली संस्कृतिका अन्य आधारशिलाहरू खोज्दा यसलाई टेवा दिने अन्य श्रोतहरू पनि उत्तिकै बलिया भेटिन्छन्। मन्त्र, तन्त्र, यन्त्र— यिनै तीन शक्तिका आधारमा स्थित हाम्रो सांस्कृतिक परम्पराको प्रारम्भ यज्ञबाट भएको मानिन्छ—*"यज्ञेन यज्ञं चञ्जत देवस्तानि धर्माणि प्रथमान्यासन्"* भन्ने तथ्याङ्क *नेपालको ऐतिहासिक विवेचना* नामक पुस्तकमा ढुण्डीराज शर्माले जनाएका पाइन्छन्। अर्थात् मन्त्र, तन्त्र पूजन र स्तुतिहरूमा पनि संस्कृतिका अवयवहरू बाँचेका देखिन आउँछन्।

विश्वमा भारतीय संस्कृति अति प्राचीन र गौरवशाली मानिन्छ। यहाँ जीवनलाई चार आश्रमद्वारा व्यतीत गर्नुपर्ने नियम भेटिन्छ— ब्रह्मचर्य, गार्हस्थ्य, वानप्रस्थ, संन्यास। यसरी हेर्दा हाम्रो सांस्कृतिक धारणाले भारतीय संस्कृतिको र जीवनलाई कर्तव्य र निष्ठाका निम्ति बाँडिने जीवनको कार्यप्रणालीलाई पृष्ठभूमिको रूपमा ग्रहण गरेर एउटा श्रृङ्खलित परम्परा बसालेको पाइन्छ।

नेपाली संस्कृति भनेको एउटा समन्वय हो। जो नेपाली भएर बस्दैन, नेपाली समन्वयात्मक दृष्टिकोणलाई अँगाल्ने विशाल हृदय आफ्नो छातीभित्र बोकेर आउँदैन, ऊ स्वतः बहिष्कृत हुन पुग्छ। यहाँ वैदिक, जैन, बौद्ध, सिख आदि जुनसुकै धर्म पनि आर्य धर्म हुन्छ। समन्वयको यस धारामा सबैसित समाहित हुने र सबैलाई समाहित गर्ने संस्कृति नै नेपाली संस्कृति हो।

४. संस्कारको अर्थ र प्रयोजन

संस्कार शब्द *कृ* धातुमा *ध* प्रत्यय लागेर व्युत्पन्न भएको हो र यसको अर्थ हुन्छ शुद्धता अथवा पवित्रता। कतिपय विद्वान्हरूले *संस्कार* शब्द *संस्कृतज्ञ* शब्दबाट बनेको हो भन्ने मत प्रकट गरेका छन्। ऋग्वेद र अन्य केही धर्मशास्त्रहरूले संस्कार बुझाउन संस्कृत शब्द प्रयोग गरेका पाइन्छ। यसको अर्थ पनि शुद्धता वा पवित्रता नै हो। त्यसकारण चलनचल्तीको अर्थ लिँदा— मानसिक र शारीरिक शुद्धताका लागि गरिने धार्मिक कार्यहरू नै संस्कार हुन् भन्न सकिन्छ। संस्कार *संस्कृति*कै एक अङ्ग हो।

शब्दकोशहरूमा *संस्कार* शब्दको अर्थ यसप्रकार पाइन्छ—

1. अवगुण, दोष, कमजोरी आदि हटाई परिष्कार गर्ने काम; सुधार; शुद्धता,
2. कुनै वस्तुको मरम्मत; जीर्णोद्धार,
3. पवित्र पार्ने काम; संशुद्धि,
4. खाने कुरा पकाइ तुल्याउने काम,
5. भाँडाकुँडा आदिको सरसफाइ,
6. रहनसहन, मर्यादा, सम्पर्क, शिक्षा आदिका कारणबाट मान्छेका मनमा पर्ने प्रभाव; धारणा,

वैदिक विधिअनुसार गरिने ब्राह्मण जातिका सोह्र संस्कार वा कृत्य आदि दिइएको पाइन्छ। यस खण्डमा माथि उल्लेखित अर्थमध्ये अन्तिम अर्थात् *सोह्र संस्कार* अन्तर्गत नेपाली समाजमा प्रचलित संस्कारहरूको विषयमा जानकारी दिइन्छ।

संस्कारको साधारण अर्थ हुन्छ— *शुद्धता, परिष्कार अथवा स्वच्छता*। मानिस जन्मँदा असंस्कृत र अशुद्ध हुन्छ भन्ने धार्मिक धारणाअनुसार संस्कारबाट नै मानिसको जीवन शुद्ध र परिष्कृत हुँदै जान्छ भन्ने धारणा रहेको पाइन्छ। संस्कारको उचित प्रयोग गर्दै जाँदा मानिसले शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक तथा वैयक्तिक उत्कर्षता प्राप्त गर्नु मात्र होइन, उसले आफ्नो सामाजिक तथा धार्मिक जीवन पनि उन्नत पार्दछ।

धार्मिक दृष्टिकोण र तान्त्रिक दृष्टिकोण राख्नेहरूले चरणगत विधिविधानको रचना गर्दा संस्कारको प्रादुर्भाव भएको मानिन्छ। तर समाजशास्त्रीहरूको विश्लेषणमा मानिसले *वैयक्तिक* र *सामाजिक* गरेर दुई प्रकारको जीवन व्यतीत गर्दछ। वैयक्तिक जीवन एकलकाँटे हुनाले नीरस हुन्छ, त्यसैले सामाजिक जीवन व्यतीत गर्दा आनन्द र प्रेरणा प्राप्त हुने हुनाले सुख, दुःख, भय, उत्साह आदिमा सामाजिकरण गर्नका लागि पनि संस्कारको रचना गरिएको पाइन्छ। अतः मानिस आ–आफ्ना समूहमा आबद्ध हुने चाहना राख्दछ, त्यसै चाहनाले गर्दा नै गोत्रचिन्ह अन्तर्गत समाहित भएका हुन्। त्यसैले आफ्नो समूह अरू समूहभन्दा श्रेष्ठ कहलाउन पनि पृथक संस्कार रचना गर्ने र संस्कारमा पनि विविधिकरण गर्दै जाने गरिएको पाइन्छ। यो प्रथा प्राचीन कालको समाजदेखि आजपर्यन्त लागू रहेको देखिन्छ।

प्राचीनकालमा समाजमा मानिसको व्यक्तित्व विकास गर्नका निम्ति संस्कारको संयोजन गरिएको थियो। मानिसको वैयक्तिक र सामाजिक विकास हुन सकोस् तथा उसको दैहिक तथा भौतिक जीवन सुव्यवस्थित ढङ्गबाट उन्नत होस् भनेर नै संस्कारको आवश्यकता महसुस गरिएको अनुमान गर्न सकिन्छ। व्यक्तिको असंस्कृत स्वरूपलाई सुसंस्कृत र अनुशासित पार्न नै यसको व्यवस्था गरिएको पाइन्छ। अप्रत्यक्ष रूपमा मानिसको जीवनमा कुप्रभाव पार्ने अदृश्य शक्तिको भयबाट त्राण पाउनका निम्ति गरिने विधिविधान नै संस्कार हो। त्यसैले शुद्धता, आस्तिकता, धार्मिकता र पवित्रता नै

संस्कारको विशेषता मानिन्छ। धर्म, यज्ञ, र कर्मकाण्ड यसका मूल आधार हुन्। संस्कारको आधार धर्म हो र यसैबाट मानिसको जीवन उन्नत, परिष्कृत र सुसंस्कृत बन्दछ भन्ने धरणा नयाँ होइन। प्राचीनकालदेखि हालसम्म पनि विभिन्न धार्मिक समाजमा आ-आफ्ना संस्कारहरूले जरा गाडेको पाइन्छ। मानिसको जीवनमा गर्भाधान क्रिया सुरू हुनुभन्दा अगाडिदेखि मृत्यु पछिसम्म पनि संस्कारको प्रक्रिया चलिरहेकै हुन्छ। सबै संस्कारहरूको उद्देश्य धार्मिक तथा सामाजिक पक्षसँग जोडिएको हुन्छ तापनि यसलाई निम्नलिखित रूपमा वर्गीकृत गरेर विवेचना गर्न सकिन्छ :

(क) प्रतीकात्मक उद्देश्य

मानिसको जीवनमा परिआउने सुख, दु:ख आदिका घटनाहरू संस्कार माध्यमबाट प्रतीकात्मक रूपमा प्रकट हुन्छ। जस्तै, नवसन्तान जन्मदाको आनन्दमा नामकरण संस्कार हुन्छ भने आफ्ना आफन्तहरूको मृत्युको दुखमा अन्त्येष्टि संस्कार हुन्छ।

(ख) बाधा बिघ्न र अशुभ तत्त्वबाट जीवन रक्षार्थ

चाहनाविपरीत कुनै दुखद घटना हुँदा वा प्राकृतिक प्रकोपबाट क्षति हुँदा आदिम मानिसमा उब्जेको ईश्वर, भूतप्रेत आदि तत्त्वबाट जीवन रक्षा गर्न उनीहरूको स्तुति, पूजा, हवन आदि हुनु आवश्यक छ भन्ने परिकल्पनाअन्तर्गत नै यस्ता किसिमका संस्कारहरूको जन्म भएको मानिन्छ। यस्ता संस्कारबाट अशुभ शक्तिको विनाश तथा शुभशक्ति प्राप्तिको कामना गरिन्छ।

(ग) भौतिक समृद्धिको कामना

दीर्घायु, सुख समृद्धि, बुद्धि, वैभव, सन्तान आदि प्राप्तिको कामना गर्दै देवताको स्तुति, पूजा, अर्चना, यज्ञ आदि गरिने संस्कार यसअन्तर्गत पर्दछ।

(घ) इच्छित वस्तुको प्राप्ति

इच्छा गरेको वस्तुको प्राप्ति संस्कारको आयोजनाबाट हुन्छ भन्ने धारणा केही मानिसहरूमा विद्यमान रहेको पाइन्छ। यसै उद्देश्यले विष्णु, शिव, सप्तमातृका आदिको पूजा गरिन्छ र देवीलाई भाकल गरेर विशेष संस्कारद्वारा बली चढाउने प्रथा यसकै उदाहरण हो।

(ङ) सामाजिकरण

मानिस वैयक्तिक जीवनबाट मात्र सन्तुष्ट हुँदैन। उसले आफ्ना सुख दुखका अनुभूतिहरूलाई अरू मानिसहरूसँग मिलेर बिताउन चाहन्छ। त्यसैले सामाजिक मूल्य, मान्यता आदिको अनुसरण गर्दै नामकरण, उपनयण, विवाह, मृत्यु आदि संस्कारद्वारा व्यक्तिले समाजमा प्रतिष्ठा प्राप्त गर्दछ र सामाजिक बन्दछ।

(च) नैतिकताको सम्बर्द्धन

संस्कारको माध्यमबाट मानिसले आफ्नो जीवनमा नैतिकताको विकास गर्दछ तथा यस्तो जीवनमूल्य र प्रतिमानको सम्बर्धन गर्दछ जसबाट नैतिक उत्थान हुँदछ। यस प्रकारको संस्कारबाट व्यक्ति नैतिक दायित्वप्रति जागरुक हुन्छ र यसैबाट अरू कार्य गर्न उत्प्रेरित हुन्छ। उपनयन, विवाह आदि संस्कारले आफ्नो दायित्व र नैतिकता बहन गर्न सामर्थ्य जुटाउँछ।

(छ) व्यक्तित्वको उत्कर्ष

संस्कारको माध्यमबाट मानिसको व्यक्तित्वको विकास हुन्छ तथा आफ्नो आचारण र चरित्र सुदृढ बनाउँछ। यो जीवन विकासका चरणहरूसँग सम्बन्धित हुन्छ। अन्नप्राशन, गुफा राख्ने, उपनयन, विवाह आदि व्यक्तित्व विकास गर्ने संस्कार हुन्।

(ज) आध्यात्मिक विकास

संस्कारहरूको उपयुक्त संयोजन र अनुगमनबाट आध्यत्मिक विकास हुन्छ भन्ने धारणा धर्मानुरागीहरूमा रहेको पाइन्छ किनभने सम्पूर्ण संस्कारहरूको मूल आधार नै धर्म हो।

५. नेपाली संस्कारका प्रकार

विभिन्न धर्म, सम्प्रदायका आआफ्ना संस्कारहरू प्रचलनमा हुन्छन्। सनातनी हिन्दू समाजमा जन्मदेखि मृत्युसम्म विविध संस्कारहरू विद्यमान् छन्। कुनै गृहसूत्रमा चालिस छन् त गौतम धर्मसूत्रमा ४८ संस्कारहरूको उल्लेख गरिएको पाइन्छ। *हिन्दू सोसियल अर्गनाइजेसन* का लेखक डा. पन्धारिनाथ यच. प्रभुका अनुसार गर्भाधान, पुंसवन, सीमन्तोन्नयन, जातककर्म, नामकर्म, निष्क्रमण, अन्नप्राशन, कर्णवेध, विद्यारम्भ, चूडाकर्म, केशान्त, उपनयन, वेदारम्भ, समावर्तन, विवाह र अन्त्येष्टि आदि सोह्र संस्कार प्रचलित छन्। यसै सोह्र संस्कारलाई डा. पेशलकुमार दाहालले पाँच खण्डमा विभाजन गरेका पाइन्छन्—

१) जन्मनुअघि गरिने संस्कारहरू – गर्भाधान, पुंसवन र सीमन्तोन्नयन
२) बाल्यकालका संस्कारहरू – जातककर्म, नामाकरण, निष्क्रमण, अन्नप्राशन, चूडाकर्म, कर्ण वेध
३) शैक्षिक संस्कारहरू – विद्यारम्भ, उपनयन, वेदारम्भ, केशान्त र समावर्तन
४) विवाह संस्कार
५) अन्त्येष्टि संस्कार

नेपाली समाजमा माथि उल्लेख गरिएका संस्कारहरूमध्ये केही संस्कारहरू प्रचलनमा रहेको पाइँदैन अर्थात्, सम्पूर्ण सोह्रवटै संस्कारहरूको पालना नभएर केही आवश्यक संस्कारहरू मात्र प्रचलनमा

रहेका पाइन्छन्। विशेष गरेर जन्मनुअघि गरिने संस्कारहरू—गर्भाधान, पुंसवन र सीमन्तोयन आदिको प्रचलन नेपाली समाजमा पाइँदैन।

नेपाली जातिअन्तर्गत विशेषत: बाहुन, छेत्री, नेवार, कुमाई, तामाङ, सुनुवार, मुखिया, राई-लिम्बू, गुरुङ, कामी, दमाई, सार्की, सुब्बा, थारू, धिमाल, लाप्चे, भोटे, शेर्पा आदि जनगोष्ठीहरू पर्न आउँछन्। नेपाली जातिभित्र चार वर्ण छत्तीस जात रहेको कुरा पनि यहाँ उल्लेखनीय हुन आउँछ। नेपाली जाति मङ्गोल, किरात र आर्य मूलका सङ्गमबाट निर्माण भएको छ।

संस्कारको सम्बन्ध धर्मसँग रहेको हुन्छ। नेपाली समाजमा बौद्ध, क्रिस्तान, हिन्दू, मङ्गोल तथा यी धर्मका अनुयायीहरूमा पनि विभिन्न जातजाति, सम्प्रदायहरू हुनाले आ-आफ्नै प्रकारका संस्कारहरू प्रचलनमा छन्। सबैमा मिल्ने साझा संस्कार भनेका तीनवटा छन्—

(क) जन्म संस्कार र नामाकरण संस्कार

(ख) विवाह संस्कार

(ग) मृत्यु संस्कार।

तपाईंले दिएको पाठलाई उत्कृष्टरूपमा शुद्धिकरण गरी व्यवस्थित पारिएको छ। अब म यसलाई अध्यापन र शैक्षिक सामग्रीका रूपमा उपयुक्त बनाउने गरी अनुच्छेदहरू स्पष्ट बनाएर प्रस्तुत गरिरहेको छु, ताकि पाठ सहज, प्रवाहयुक्त र स्पष्ट लागोस्।

क. नेपाली संस्कारमा जन्म तथा नामाकरण विधि

मानिस जन्मेपछि यस संसारमा उसले गर्नु पर्ने धेरै कार्यहरू हुन्छन्। आफ्नो परिवार, समाज, राष्ट्र तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा चिनिनका निम्ति मानिसलाई नाम आवश्यक पर्छ। नवजात शिशु जन्मिएको पुनीत अवसरमा शिशुको नामकरण गर्ने संस्कार सबै जातिहरूमा पाइन्छ।

बाहुन–क्षेत्री समुदायमा शिशु जन्मेको एघारौं दिनमा 'न्वारन' (नामकरण) गर्ने परम्परा छ। यसमा पुरोहितद्वारा शिशुको जन्मसमय, तिथि, बार हेरेर नाम राखिन्छ। नेवार समुदायमा पहिलो सन्तानको छ दिनमा र अन्य सन्तानहरूको चार दिनमा चोख्याइन्छ। यसमा बोलाउने नाम फुपूले राख्ने र चिनाको नाम गाउँका जोसी (मुखिया) ले राख्ने चलन छ।

तामाङ समाजमा शिशु जन्मेको तीन दिनपछि नामकरण गरिन्छ। राई समुदायमा छोराको छ दिनमा र छोरीको पाँच दिनमा सुतक चोख्याइन्छ र गाँउका वृद्धमानिसबाट नाम राखिन्छ। गुरुङ समाजमा शिशु जन्मेको तीन दिनमा राशी जुराएर नाम राखिन्छ भने छ दिनमा देवीको पूजा गरी अखण्ड बत्ती बालिन्छ र रातभर नाचगानसहित छैटौं मनाइन्छ। छोराको नौ दिनमा र छोरीको सात दिनमा न्वारन गरिन्छ।

अन्य जातिहरूमा पनि यसैगरी नामकरण संस्कार प्रचलित छन्। यसबाट देखिन्छ कि नेपाली समाज चाहे धनी होस् वा गरिब, शिशुको नामकरणलाई अति आवश्यक संस्कारका रूपमा मानिएको छ।

ख. नेपाली संस्कारमा विवाह विधि

विवाह अर्थात् जोडी बाँध्ने परम्परा सृष्टिको एउटा अनिवार्य प्रक्रिया हो। सबै समाजमा विवाह अनिवार्य संस्कारका रूपमा रहेको छ। यो परिवार र समाजको निर्माणको आधार मात्र नभई मानव समाजलाई निरन्तरता दिने माध्यम पनि हो। विवाहले मानिसको जीवनमा नयाँपन ल्याउने र उसको परिपक्वता तथा व्यक्तित्व विकासमा टेवा पुऱ्याउने गर्दछ।

नेपाली समाजमा मुख्य रूपमा दुई प्रकारका विवाह विधि पाइन्छन्:

१. मागी विवाह

यस विवाहमा केटीलाई मागी, दुवै पक्षका अभिभावकहरूको सहमतिपछि विवाह तय गरिन्छ। मिति तय भएपछि जनैसुपारी, सिन्दूर, कन्यादान, गोडधुवा आदि विधि सम्पन्न गरिन्छ। विवाहपछि बेहुलाको घरमा टीका-टालो तथा भतेर कार्यक्रम गरिन्छ।

२. प्रेम विवाह

केटा–केटीको आपसी प्रेमबाट हुने विवाह हो। यसमा कुनै पारम्परिक संस्कार बाध्यकारी हुँदैन। दुवै पक्षको इच्छाअनुसार मन्दिरमा वा नजिकको प्रशासनिक निकायमा साक्षी राखी विवाह दर्ता गरिन्छ। सिन्दूर, पोते, टीकाटालो तथा भोज भतेरको चलन यहाँ पनि देखिन्छ।

यसका साथै, नेपाली समाजमा सगोत्री (एकै गोत्रका) र सथरी (एकै थरका) विवाह वर्जित छन्। केही समुदाय, जस्तै मगर, तामाङ आदि जातिहरूमा मामाकी छोरीसँग विवाह गर्ने परम्परा पनि प्रचलित छ।

ग. नेपाली संस्कारमा मृत्यु संस्कार

मृत्यु संस्कार अथवा अन्त्येष्टि विधि मानिसको जीवनको अन्तिम संस्कार हो। यसलाई काजक्रिया, दाहसंस्कार, दशक्रिया, घेवा, दफन आदि नामले चिनिन्छ। नेपाली समाजमा जातीय र धार्मिक आधारमा यो संस्कार विविध रूपमा सम्पन्न गरिन्छ।

किराती मूलका जातिहरूमा शवलाई दफन गरिन्छ र पाँचदेखि सात दिनभित्र शुद्ध्याइँ विधि गरिन्छ। बौद्ध र हिन्दू धर्मावलम्बीहरू शवलाई खोलातिर लगी जलाउँछन्। वैदिक परम्परा अनुसार बाहुन–क्षेत्री समुदायले मृतकको शरीर खोलातिर लगी अग्निसंस्कार गर्छन्। मृत्युपछि परिवारले नुन-तेल

नखाई जुठो बार्दछन् र १२ वा १३ दिनमा शुद्ध्याइँ विधि गर्दछन्। बौद्ध धर्ममा मृत्युपछि सात–सात दिन गरी उन्चास दिनसम्म क्रिया विधि चल्ने परम्परा छ।

यसरी धर्म र जातिगत भिन्नताका आधारमा विभिन्न प्रकारका मृत्युसंस्कार पाइन्छन्। यिनै व्यष्टि परम्पराहरूको समष्टि रूप नै नेपाली संस्कार संस्कृति हो।

६. उपसंहार

नेपाली संस्कृतिमा रहेको विविधता, विचित्रता र संख्यात्मकता विश्वका अन्य कुनै जातिमा पनि सायदै पाइएला। धर्म, जाति, समाज र परम्पराको मिलनले नेपाली संस्कृतिलाई विशेष बनाएको छ। समालोचक रामलाल अधिकारीको भनाइअनुसार–“नेपाली संस्कृति, हिन्दू, मङ्गोल र बौद्ध संस्कृतिको मिश्रण पदार्थ हो।” विविधताको यही समिश्रणले नेपाली संस्कृतिलाई जीवनदायिनी प्रेरणाको स्रोत बनाएको छ। यसबारे अझ गहन अध्ययनको आवश्यकता छ, जसले नेपाली संस्कृतिको गहिरो अर्थ र समग्र सौन्दर्य उजागर गर्नेछ।

संस्कार सामाजिक आवश्यकताको उपज हो, त्यसैले बदलिँदो परिस्थितिमा यसको रूपलाई कसरी र कस्तो रूपमा स्वीकार्नुपर्छ भन्ने कुरा पनि जीवित मानिसहरूकै दायित्वभित्रको कुरा हो। संस्कृति र संस्कारलाई पनि गतिहीन अवस्थामाभन्दा गतिशील अवस्थामा स्वीकार्नु मानिस मात्रको सरोकारको विषय हो किनभने गतिशीलता नै मानिसको गुण हो। वास्तवमा संस्कार भनेको दैवले दिएको कुरा नभएर यो मानव निर्मित मानवकै हित, सुविधा र मनोरञ्जनका लागि निर्माण भएको हो। समय, परिस्थिति र आवश्यकताअनुरूप यसमा परिष्कार ल्याउन पनि आवश्यक हुन्छ। त्यसैले माथि धेरै जातिहरूको संस्कारको अध्ययनबाट हामीलाई नभई नहुने संस्कारहरू तीन प्रमुख देखिन आएका छन्, ती हुन्– (१) नामकरण संस्कार (२) विवाह संस्कार र (३) मृत्यु संस्कार। त्यसकारण वर्तमान सन्दर्भमा संस्कारलाई सामाजिक चेतना अभिवृद्धि गर्ने, व्यक्तित्व निर्माण गर्ने, गतिशील, मनोरञ्जक तथा स्वस्थ्य समाज निर्माण गर्ने माध्यमका रूप दिन आवश्यक देखिन्छ। नेपाली भाषी समाजका सबै जातका संस्कार र परम्परामाथि व्यापक खोज अनुसन्धान गरी दस्तावेज प्रस्तुत गरी सहज उपलब्ध गराउने काम बाँकी नै छ। यो गहन अनुसन्धानको विषय हो।

७. अभ्यास प्रश्न

क. नेपाली समाजका प्रमुख संस्कार के के हुन्?
ख. नामाकरण संस्कारबारे छोटकरीमा वर्णन गर्दै यसको महत्त्वबारे प्रकाश पार्नुहोस्।
ग. मृत्यु संस्कारको महत्त्वबारे परिचयात्मक टिप्पणी प्रस्तुत गर्नुहोस्।
घ. विवाह संस्कारमा देखिएका विकृतिको समाधानतिर केन्द्रित हुन समाजमा के–के सुधारात्मक कार्य टड्कारो देखिन्छ, त्यसबारे एउटा सारगर्भित टिप्पणी प्रस्तुत गर्नुहोस्।

ङ. अर्थ खुलाउनुहोस्
जन्ती, कन्यादान, गोडधुवा, अन्भाउनु, मागी विवाह, भागी विवाह, सथरी विवाह, सगोत्री विवाह, टिका टालो, रीत पुऱ्याउनु, जन्ते बाख्रो, भित्र्याउने कार्य, ढिकुरो, कात्रो, किरियापुत्री, तेह्र दिने काज, नुन बार्ने काम, छेवर

८. सन्दर्भ-सामग्री (References / Suggested Readings)

- Bahadur, Om Lata (2000) *The Book of the Hindu Festivals and Ceremonies*, New Delhi, UBS Publisher's Distributors Ltd.
- आचार्य, गोविन्द (विसं २०६३) *राष्ट्री लोक साहित्य*, काठमाडौं, पैरवी प्रकाशन
- आचार्य, नन्दकिशोर (सन् १९८८) *संस्कृति का व्याकरण*, बीकानेर, वाग्देवी प्रकाशन
- गंगराज, प्रकाश चंद्र (सन् २०००क) *हिन्दुओं के व्रत पर्व और तीज–त्योहार*, दिल्ली, पुस्तक महल
- गंगराज, प्रकाश चंद्र (सन् २०००ख) *हिन्दुओं के रीति–रिवाज तथा मान्यताएँ*, दिल्ली, पुस्तक महल
- चामलिङ 'किरण', पवन र अन्य (सम्पा) (सन् १९९९) *निर्माण (संस्कृति विशेषाङ्क)*, निर्माण प्रकाशन, नाम्ची, दक्षिण सिक्किम
- चालिसे, रवि (विसं २०३९) *हाम्रा चाडपर्व*, काठमाडौं, श्री५ को सरकार, सञ्चार मन्त्रालय
- राणा, युद्धवीर (सन् २००६) *नेपाली संस्कृति: हाम्रो अस्तित्व*, नाम्ची, निर्माण प्रकाशन

-----------------------------------x---

एकाइ– २

नेपाली चाडपर्व

एकाइको संरचना (Structure of Unit)

१. प्रस्तावना
२. उद्देश्य (Objective)
३. परिचय (Introduction)
४. नेपाली चाडपर्व (Nepali Festival)
५. उपसंहार (Conclusion)
६. नमुना प्रश्न (Sample Questions)
७. थप अध्ययनका लागि सन्दर्भ सामग्री (Reference/Suggested Readings)

१. प्रस्तावना

प्रस्तुत पाठ्यांशको अध्ययन नेपाली समाजका प्रचलित चाडपर्वको अध्ययनमा केन्द्रित रहनेछ। नेपाली लोक जीवनका विविधतामाझमा प्रचलित चाडपर्वको परिचयात्मक अध्ययनमा केन्द्रित यस खण्डको अध्ययनले अध्येतालाई नेपाली लोक जीवनको झल्को दिन समर्थ चाडपर्वको महत्त्व र उपयोगिताबारे पनि जानकार बनाउनेछ।

२. उद्देश्य (Objective)

प्रस्तुत एकाइ नेपाली जातिले मनाउने चाडपर्वको अध्ययनमा केन्द्रित छ। यस एकाइको अध्ययनले विद्यार्थीहरू निम्नलिखित ज्ञान र क्षमता प्राप्त गर्न सक्षम हुनेछन् :

- नेपाली समाजका चाडपर्वका बारेमा बताउन
- नेपाली जातिले के कस्ता चाडपर्व मान्दछन्, त्यसबारे व्याख्या गर्न

३. परिचय (Introduction)

चाड र पर्व एउटैजस्तो देखिए तापनि मूल रूपमा यिनमा भिन्नता छ। चाड भन्नाले पूजाआजा, भोजभतेर, विभिन्न खेल तमासा आदिका माध्यमबाट गरिने मनोरञ्जनात्मक क्रियाकलाप बुझिन्छ। उत्सव, मिठोमिठो खाने लाउने दिन, मेला, हाटबजार भर्ने निश्चित तिथिहरू– दशैँ, तिहार, माघे र साउने संक्रान्ति, चण्डी पूर्णिमाजस्ता उत्सव मनाइने निश्चित दिन–हप्ता आदि।

पर्वको व्यापक अर्थ हुन्छ। यसबारे वैदिक साहित्यमा विस्तृत चर्चा पाइन्छ। औंसी, पूर्णिमा, चतुर्मास आदिमा मनाइने पूजा उत्सवलाई पर्व भनिएको छ। पौराणिक कालमा अष्टमी, चतुर्दशी, संक्रान्ति र

अन्य पूण्य कार्यका लागि निर्धारित गरिएका तिथिहरूलाई पर्व भनिन्थ्यो। त्यसैगरी कर्मकाण्डको प्रचलनपछि तिथि, बार, नक्षत्र योग, एवम् महिनाका निर्धारित गरिने पूण्यकार्यलाई पर्व मानिँदै आयो।

यद्यपि, चाड र पर्व एक अर्काका पूरक हुन्। दशैँ र तिहारजस्ता पर्व उत्सवीय दिन र चाड दुवै हुन्। चाड मनाउन पर्व आउनुपर्छ र पर्वको महत्त्व चाडले मात्र दिन्छ। पर्वले धार्मिक–आध्यात्मिक भावको बोध गराउँछ भने चाडले संस्कृति–परम्परा, सामाजिक मान्यताको प्रतिनिधित्व गर्छ।

४. नेपाली चाड पर्वहरूः

नेपाली जातिको प्रमुख चाड–पर्व

नेपाली जाति रौसे जाति हो। बाह्रै महिना र छ ऋतुलाई विभिन्न सांकेतिक पर्वका रूपमा मनाएर नेपाली जातिले प्रकृतिसित तादात्म्य राख्ने गरेको छ। नेपाली जातिको प्रमुख चाडपर्व हुन्– **दसैँ, तिहार, असार पन्ध्र, साउने सङ्क्रान्ति (साउने), माघे सङ्क्रान्ति, तीज वा ऋषि पञ्चमी, माता तीर्थ औँसी** आदि।

भारत र नेपाल देशमा प्रमुख रूपमा बसोबास गर्ने र विविध कारणले विश्वभर फैलिएका नेपाली संस्कृति मान्ने नेपालीले आफ्ना देश, काल, परिस्थितिअनुसार विविध सांस्कृतिक उत्सव र पर्वका माध्यमबाट आफ्ना जीवनमा उत्साह भर्ने काम गर्दछन्।

यसैक्रममा नेपाली संस्कृतिका चाड भन्ने बित्तिकै विशेष गरी **हिन्दू, बौद्ध र किरात धर्म**का विविध विश्वास र परम्परालाई भौतिक संस्कृतिका रूपमा मान्नका निम्ति आयोजना गरिने **पूजा, आराधना, उत्सव, जात्रा**, अनि विशेष दिनमा पालना गरिने निश्चित आचरणलाई नै नेपाली चाडका रूपमा लिने गरिन्छ।

यहाँ यस्ता केही प्रमुख चाडहरूको परिचय दिइन्छ। यी चाडपर्वहरू नेपाल र भारतसहित विश्वका कुनै पनि कुनामा रहेका नेपालीजनले उत्तिकै हर्षोल्लाससहित पालना गरिने भएका कारण यिनको आफ्नै महत्त्व र परम्परा रहेको पाइन्छ।

४.१ दशैँ

नेपाली चाडपर्वको कुरा गर्दा **दसैँ**लाई एउटा महत्त्वपूर्ण चाडका रूपमा लिने गरिन्छ। **आश्विन महिनाको शुक्ल प्रतिपदादेखि दशमीसम्म** दश दिन यो पर्व सारा संसारमा हर्षोल्लाससहित नेपालीहरूले मनाउने गर्दछन्।

दश दिनसम्म हर्षोल्लास र भक्तिभावले गरिने देवीको आराधना अनि **रामायणकालीन श्रीरामले रावणलाई संहार गरी** १४ वर्षको वनवासपछि **अयोध्या फर्किएको स्मरणमा** मनाइने उत्सव नै वास्तवमा **दसैँ र तिहार** हुन् भन्ने मान्यता छ।

विजया दशमीका दिन रावण बध गरिएको र **तिहार**मा राम अयोध्या फर्किएको सम्झनामा कार्तिकको औँसीमा **दियो बालेर दिपावली** मनाउने गरिन्छ। यस दिनलाई **बलिराजासित** पनि जोडिएको किंवदन्ती छ, जसका आधारमा **देउसी-भैलो** खेल्ने चलन छ।

दसैँमा **मातृशक्तिका नवरूपलाई नौदुर्गा भवानी**को रूपमा पूजा गरिन्छ। दशैँको आरम्भ **जमारे औँसी**का दिन पूजास्थलमा धान, मकै, गहुँ र जौको बीउ छरेर **जमरा राखेर** सुरु गरिन्छ। नौ दिनसम्म देवीको आराधनासहित जमराको सेवा गरिन्छ। **दशमीका दिन** अङ्कुरित हरिया जमरासहित अग्रज वा मान्यजनबाट **टीका ग्रहण** गर्ने परम्परा छ।

यो संस्कार माटो, पानी, हावा, फूल र अङ्कुरासँग जोडिएकोले **नेपाली जनजीवनको प्रकृतिसँगको सम्बन्ध** झल्काउँछ।

हिन्दूहरूको महान् पर्वका रूपमा मनाइने दसैँमा निधारभरी राता रंग मिसिएको चामलको टीका र शीरमा जमराको बुच्को सिउरेर **पूर्णिमासम्म** अग्रजहरूसँग टिका थाप्ने चलन छ। यो मौलिक परम्परा अरू संस्कृतिमा पाइँदैन।

किरात समुदाय (राई, लिम्बू, तामाङ आदि) ले भने कसैले सेतो टीका (दही मुछिएको), कसैले **टोटलाको पातलाई निधारमा नौनीले टाँसेर** टिका लगाउने चलन राख्छन्।

विजया दशमी, टीका लगाउने दशमीको दिन, देवीले **महिषासुरमाथि विजय प्राप्त गरेकाको स्मरण** स्वरूप मनाइन्छ। यसलाई **धर्मको अधर्ममाथि विजय**को प्रतीक पनि मानिन्छ।

यसरी दसैँ एकातिर **नवदुर्गा भवानी**को पूजा हो भने अर्कातिर **रामको रावणमाथि विजय**को कथा पनि समेटिएको छ। **शाक्त र वैष्णव परम्परा** दुवैसँग यो पर्व जोडिएको छ।

जमरा राख्ने परम्परा पनि **स्थान अनुसार फरक** हुन्छ– कतै **सामूहिक दसैँ घर**, गुठी, शक्ति पीठ वा मठ–मन्दिरमा राखिन्छ भने कतै **घरको पूजा कोठा**मा राखिन्छ। प्रकाश नपर्ने स्थानमा राखिने जमरा **पहेलो उम्लन्छ**, र माटोको चतुर्भुज आकारमा **कलश स्थापना** गरिन्छ।

नौ दिनको अङ्कुरण प्रक्रिया जौको जीवनशक्तिको प्रतीक हो भने माटोले पोषणको सूचक हो।

नवरात्रि र नवदुर्गाको आराधना

नवरात्रि भन्नाले नौ दिनसम्म **दुर्गा देवीका नव रूपहरू**लाई विशेष पूजा–आराधना गरिन्छ। तलको श्लोकमा नवदुर्गाका नामहरू क्रमशः उल्लेख गरिएका छन्:

प्रथमं शैलपुत्री च द्वितीयं ब्रह्मचारिणी।

तृतीयं चन्द्रघण्टेति कूष्माण्डेति चतुर्थकम्।।

पञ्चमं स्कन्दमातेति षष्ठं कात्यायनीति च।

सप्तमं कालरात्रीति महागौरीति चाष्टमम्।।

नवमं सिद्धिदात्री च नवदुर्गाः प्रकीर्तिताः।

उक्तान्येतानि नामानि ब्रह्मणैव महात्मना:।।

(वराह पुराण, मार्कण्डेय तथा ब्रह्मा संवाद)

यस श्लोक अनुसार, नवरात्रिको प्रत्येक दिन एक–एक **नवदुर्गा** देवीको पूजन गरिन्छ। संक्षेपमा ती यसप्रकार छन्:

१. शैलपुत्री (प्रथम दिन)

नवरात्रिको पहिलो दिन **शैलपुत्री**को पूजा गरिन्छ। 'शैल' भन्नाले पर्वत अर्थात् हिमालय जनाउँछ, जसकारण शैलपुत्रीलाई पार्वती, सती, हेमवती, भवानी आदि नामले पनि चिनिन्छ। उहाँको **दाहिने हातमा त्रिशूल**, **देब्रे हातमा कमल**, निधारमा **अर्धचन्द्र**, र वाहन **वृषभ (साँढे)** हो।

उहाँको पूजाले धन, धान्य, सौभाग्य, स्वास्थ्य र मोक्ष प्राप्त हुन्छ भन्ने विश्वास छ। **मन्त्र**:

- "ॐ देवी शैलपुत्र्यै नमः।"
- "ॐ ऐं ह्रीं क्लीं शैलपुत्र्यै नमः।"

शैलपुत्रीको **शाषित ग्रह** चन्द्रमा हो र उहाँलाई **सम्पूर्ण शक्तिको सम्भावना**को प्रतीक मानिन्छ।

२. ब्रह्मचारिणी (दोस्रो दिन)

दोस्रो दिन **देवी ब्रह्मचारिणी**को पूजा गरिन्छ। ब्रह्म (तपस्या)को आचरण गर्ने भएकाले यो नाम राखिएको हो। पार्वतीले भगवान् शिवलाई पति रूपमा प्राप्त गर्न गरेका कठिन तपस्यासँग यो देवीको सम्बन्ध छ।

उहाँको **दाहिने हातमा जपमाला**, **देब्रे हातमा कमण्डलु**, र **पैदल यात्रा गर्ने स्वरूप** छ।
मन्त्र:

- "ॐ देवी ब्रह्मचारिण्यै नमः।"
- "ॐ ऐं ह्रीं क्लीं ब्रह्मचारिण्यै नमः।"

उहाँको शाषित ग्रह **मङ्गल** हो। यस देवीको उपासनाले तप, त्याग, संयम, सदाचार र वैराग्य प्राप्त हुने विश्वास छ।

३. चन्द्रघण्टा (तेस्रो दिन)

तेस्रो दिन **देवी चन्द्रघण्टा**को पूजा गरिन्छ। उहाँको निधारमा **घण्टी आकारको अर्धचन्द्र** रहेकोले चन्द्रघण्टा भनिन्छ।

उहाँको **दश हात**, सिंह वाहन, सुन जस्तो **शरीरको कान्ति**, र युद्धको लागि सधैँ तत्पर रहने स्वरूप छ।
मन्त्र:

- "ॐ देवी चन्द्रघण्टायै नमः।"
- "ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चन्द्रघण्टायै नमः।"

यस देवीको कृपाले साधक निर्भय, पराक्रमी, र प्रेतबाधाबाट मुक्त हुन्छ भन्ने मान्यता छ।

४. कूष्माण्डा (चौथो दिन)

चौथो दिन **देवी कूष्माण्डा**को पूजा गरिन्छ। उहाँलाई **सृष्टिको रचयिता**, आदि-स्वरूपा, आदिशक्ति मानिन्छ। सिंह वाहन भएकी देवीको **आठ हात** छन्, जसमा क्रमशः कमण्डलु, धनुष, वाण, कमल, अमृतपूर्ण कलश, चक्र, गदा र **जपमाला** छन्।

मन्त्र:

- "ॐ देवी कूष्माण्डायै नमः।"
- "ॐ ऐं ह्रीं क्लीं कूष्माण्डायै नमः।"

उहाँको वासस्थान **सूर्य मण्डलको भित्री भाग**मा रहेको मानिन्छ। उहाँको उपासनाले **आयु, बल, यश र आरोग्य** प्राप्त हुने विश्वास गरिन्छ।

यहाँ तपाईंले पठाउनुभएको **नवरात्रि अन्तर्गत दशैँको पाँचौँदेखि आठौँ दिनसम्म गरिने देवीहरूको आराधना**लाई शुद्ध र स्पष्ट रूपमा नेपालीमा यथावत् टाइप गरिएको छ:

५. स्कन्धमाता (दसैँको पाँचौँ दिन)

दसैँको पाँचौँ दिन **स्कन्धमाता**को आराधना गरिन्छ। देवताका सेनापति तथा शिवका छोरा **स्कन्ध (कार्तिकेय)** का माता स्वरूपा दुर्गाको यस रूपलाई स्कन्धमाता भनिएको हो।

पद्मासनमा बस्ने भएकाले उहाँलाई **पद्मासना देवी** पनि भनिन्छ। सिंह वाहन भएकी स्कन्धमाताको उपासना गर्दा यस मन्त्रको प्रयोग गरिन्छ:

- **‘ॐ देवी स्कन्दमातायै नमः’**
- **‘ॐ ऐं ह्रीं क्लीं स्कन्दमातायै नमः’**

उहाँको आराधनाले भक्तजनको सम्पूर्ण इच्छा पूर्ण हुने, यस मृत्युलोकमा परम शान्ति तथा सुख प्राप्त हुने र मोक्षको द्वार खुल्ने विश्वास गरिन्छ। स्कन्धमाताको आराधनाबाट **बालरूप स्कन्ध भगवान**को पनि स्वमेव आराधना हुने मान्यता छ।

६. कात्यायनी (दसैँको छैठौँ दिन)

छैठौँ दिन **देवी कात्यायनी**को आराधना गरिन्छ। उज्यालो, ज्योतिर्मय स्वरूप भएकी देवी सिंह वाहनमा सवार हुन्छिन्।

उहाँको **दाहिने माथिल्लो हात अभय मुद्रामा**, **तल्लो हात वर मुद्रामा**, **देब्रे माथिल्लो हातमा तरबार**, र **तल्लो हातमा कमलको फूल** हुन्छ।

महर्षि कात्यायनले पुत्री प्राप्तिका लागि भगवती पराम्बाको तपस्या गरेपछि, उनकी छोरीका रूपमा जन्म लिनुभएकी यस देवीलाई कात्यायनी भनिएको हो।

उहाँको उपासनामा यी मन्त्रहरू प्रयोग गरिन्छ:

- **‘ॐ देवी कात्यायनायै नमः’**
- **‘ॐ ऐं ह्रीं क्लीं कात्यायनायै नमः’**

कात्यायनी भगवतीको भक्ति गर्नाले **अर्थ, धर्म, काम, मोक्ष** प्राप्त हुने र यसै लोकमा **अलौकिक तेज तथा प्रभाव** प्राप्त हुने विश्वास छ।

७. कालरात्री (नवरात्रिको सातौँ दिन)

सातौँ दिन पूजा गरिने देवी **कालरात्री** हुन्। भयावह स्वरूपकी यी देवी **गधा** वाहनमा सवार हुन्छिन्।

यद्यपि स्वरूप भयानक छ, देवी कालरात्री अत्यन्त शुभफलदायिनी मानिन्छन्।

उहाँका **त्रिनेत्र ब्रह्माण्ड समान गोलाकार**, **स्वासबाट अग्नि निस्किने**,

- **दाहिने माथिल्लो हात वर मुद्रामा**,
- **तल्लो हात अभय मुद्रामा**,
- **देब्रे माथिल्लो हातमा फलामको हतियार**,
- **तल्लो हातमा खड्ग** रहन्छ।

घना अन्धकार समान कालो शरीर भएकी यी देवीको उपासनाले सम्पूर्ण **राक्षस, भूत, प्रेत, पिशाच** तथा **नकारात्मक शक्तिहरूको विनाश** हुने विश्वास छ।

मन्त्र:

- **'ॐ देवी कालरात्र्यै नमः'**
- **'ॐ ऐं ह्रीं क्लीं कालरात्र्यै नमः'**

८. महागौरी (नवरात्रिको आठौँ दिन)

आठौँ दिन **वृषभमा चढेकी देवी महागौरी**को पूजा गरिन्छ। यिनीलाई **अन्नपूर्णा, श्वेताम्बरधरा, वृषारूढा, ऐश्वर्य प्रदायिनी, चैतन्यमयी** आदि नामले पनि चिनिन्छ।

दाहिने तल्लो हातमा त्रिशुल, **माथिल्लो हात अभय मुद्रामा**,
देब्रे तल्लो हात वर मुद्रामा, **माथिल्लो हातमा डमरु** रहन्छ।

उहाँको उपासना गर्दा निम्न मन्त्रहरू प्रयोग गरिन्छ:

- **'ॐ देवी महागौर्यै नमः'**
- **'ॐ ऐं ह्रीं क्लीं महागौर्यै नमः'**

महागौरीको आराधनाबाट **पाप र कुकर्म नष्ट** भई **पुण्य प्राप्त** हुने विश्वास छ। उहाँको कृपाले भक्तले भविष्यमा **सन्ताप र दुःख भोग्नु पर्दैन** र **अक्षय पुण्य** प्राप्त हुन्छ। यिनलाई **शिवकी पत्नी** मानिन्छ, जसले शिवलाई पति बनाउन घोर तपस्या गरेकी थिइन्।

९. सिद्धिदात्री (नवरात्रिको नवौँ दिन)

नवरात्रिको नवौँ दिनमा पूजन गरिने देवीको नाम **सिद्धिदात्री** हो। यिनलाई **सम्पूर्ण सिद्धिहरू प्रदान गर्ने देवी** मानिन्छ।

भगवान् **शिवलाई अष्ट सिद्धि प्रदान गर्ने** यी देवी अत्यन्त शक्तिशाली देवीको रूपमा पूजिन्छिन्। यही देवीका कारण शिवले **अर्धनारीश्वर** स्वरूप (आधा पुरुष, आधा नारी) धारण गर्नुभएको भन्ने मान्यता पनि पाइन्छ।

कमलको फूलको आसनमा विराजमान सिद्धिदात्री देवीको

- **दाहिने हातमा चक्र**,
- **माथिल्लो हातमा गदा**,
- **देब्रे तल्लो हातमा शङ्ख**,
- **माथिल्लो हातमा कमलको फूल** रहेको हुन्छ।

उहाँको पूजा गर्दा निम्न मन्त्र प्रयोग गरिन्छ:

- **'ॐ देवी सिद्धिदात्यै नमः।'**
- **'ॐ ऐं ह्रीं क्लीं सिद्धिदात्यै नमः।'**

उहाँको आराधनाले **सम्पूर्ण कार्यमा सफलता (सिद्धि)** प्राप्त हुने जनविश्वास छ।

दसैँको विशेष सामाजिक महत्त्व

यसरी **नवरात्रि तथा दसैँका दशै दिन**ले नेपाली समाजमा आफ्नो **विशेष धार्मिक र सांस्कृतिक महत्त्व** राख्ने गरेको पाइन्छ।

हाल मनाइने **आश्विन महिनाको दसैँलाई "बडादसैँ"** भनिन्छ भने **चैत्र महिनामा मनाइने दसैँलाई "चैते दसैँ"** वा **"सानो दसैँ"** भनिन्छ।

चैते दसैँको समयमा **नवमीको दिन राम नवमी** पर्छ। ऐतिहासिक रूपमा पहिले **चैते दसैँ नै मुख्य पर्व** मानिन्थ्यो। तर मौसम र अन्य अनुकूलताको कारणले पछि यो पर्वलाई **चैत्रबाट आश्विनमा सारिएको** भन्ने मान्यता पनि पाइन्छ।

जेसुकै भए पनि, दसैँले नेपाली समाजमा **धार्मिक आस्था, पारिवारिक एकता, सामाजिक सद्भाव र सांस्कृतिक पहिचान** झल्काउने **विशिष्ट स्थान** ओगटेको छ।

४.२ तिहार

नेपालीहरूको दोस्रो महान् चाड **तिहार** हो। **दसैँको लगत्तै १५ दिनपश्चात्** तिहारको आगमन हुन्छ। तिहार **५ दिन विशेष गरी मनाइने चाड** भएको कारण यसलाई **यम पञ्चक** भनिन्छ।

कार्तिक कृष्ण पक्ष त्रयोदशीका दिनबाट सुरु हुने यो पर्वको

- पहिलो दिन **कागको पूजा** गरिने भएकाले **कागतिहार**,
- दोस्रो दिन **कुकुर तिहार**,
- तेस्रो दिन **गाई तिहार** वा **गाई तिहारे औँसी**, **लक्ष्मी पूजा**,
- चौथो दिन **गोरू तिहार** वा **हली तिहार**,
- अन्तिम अर्थात् **पाँचौँ दिन** कार्तिक **शुक्लपक्षको द्वितिया तिथिमा भाइटीका** भव्य रूपमा मनाइन्छ।

यस पर्वलाई **हिन्दू धर्मका मृत्युका देवता यमराज** र **उनकी बहिनी यमुनाको किंवदन्ती**सित जोडिएको छ। धेरै समयपछि यमराजले आफ्नी बहिनी यमुनालाई भेट्न जाँदा यमुना अत्यन्त हर्षित भइन् र **त्यसको सम्झनामा दिदीबहिनी र दाजुभाइको आत्मीय मेलमिलाप गराउने पर्व**का रूपमा **भाइटीका** मनाइन्छ भन्ने विश्वास छ।

तिहारका बेला पूजिने **काग, कुकुर, गाई, गोरू र भाइ** — यी सबै नै **मानव जीवन र सभ्यतासँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध राख्ने** जीव हुन्। यसर्थ, यस पर्वले **मानव र पशुबीचको पारस्परिक सम्बन्ध**, साथै **दाजुभाइ र दिदीबहिनीबीचको आत्मीयता र भ्रातृत्वको प्रतीक**का रूपमा भूमिका खेल्दछ।

लक्ष्मी पूजाको दिन, बिहान गाईको पूजा गरिन्छ र साँझपख **घर सजाएर, सयपत्री फूल र दीप बालेर दीपावली** मनाइन्छ। भनिन्छ, **रामले रावण वध गरेपछि अयोध्या फर्किँदा** अयोध्यावासीले दीपावली गरेका थिए र **अन्धकारमाथि उज्यालो, असत्यमाथि सत्यको विजयको प्रतीक**का रूपमा यो परम्परा सुरु भएको हो।

त्यस्तै, **लक्ष्मी पूजाका दिन देवी लक्ष्मी घर–घर पुगेर विशेष आशिष दिने** विश्वासका कारण, घरलाई हरियो गोबरले लिपपोत गरी, दियो–बत्ती र फूलमालाले सजाइन्छ। यसै दिन **केटीहरूले भैलो** खेल्ने परम्परा छ भने **भोलिपल्ट गोवर्धन पूजादेखि केटाहरू देउसी** खेल्ने गर्दछन्।

अहिले त **विभिन्न क्लब र समूहहरूबाट देउसी–भैलो कार्यक्रम** आयोजना हुने, घर–घरमा गइ नाचगान गर्ने चलन पनि लोकप्रिय भएको छ। **परम्परागत देउसी–भैलोमा धार्मिक, सामाजिक र सांस्कृतिक विषयहरूलाई लयबद्ध रूपमा गाइने** गरिन्छ, तर अहिले आधुनिक गीत र नाच मिसाएर मनोरञ्जनमूलक शैलीमा पनि खेलिन्छ। लक्ष्मीपूजनको रातलाई **"सुखरात्री"** पनि भनिन्छ। **बलिराजाको कथा** पनि यस रात गाइन्छ।

गोरू पूजा वा गोवर्धन पूजासँग **भगवान् कृष्णको कथा** पनि सम्बन्धित छ। भनिन्छ, गोकुलमा गोपालहरूसँग रमाइरहेका कृष्णले **वर्षाका देवता इन्द्रको घमण्ड तोड्न**का लागि **गोवर्धन पर्वतलाई कान्छी औँलाले उठाएर** गोकुलवासीलाई विनाशबाट बचाएका थिए।

यस **कथासँग जोडिएको धार्मिक शिक्षाले** कृषिको महत्त्व, प्रकृतिप्रतिको आभार र **दैवी शक्तिको नियन्त्रणमाथि नैतिक विजय**लाई प्रकट गर्दछ। यसैले **गोरू पूजा र गोवर्धन पूजा**लाई पनि तिहारको महत्वपूर्ण अङ्ग मानिन्छ।

भाइ टिकाको दिन सबै मेवा, मिष्ठान्न र पौष्टिक आहार जुटाएर **ओखरलाई दैलोको माझमा फोरेर**, **तेल र मखमली फूलले छेकेर यमराजको पूजन** गर्दै आफ्ना **माइतीराजाको लामो आयुको कामना** गरेपछि **दाजुभाइको दीप, कलश, गणेश र बिमिरासितै पूजा** गरेर **निधारमा सप्तरङ्गी ठाडो टिका** लगाइन्छ। दिदीबहिनीले **सयपत्री र मखमलीको माला** दाजुभाइलाई लगाइदिन्छन्।

त्यसपछि उनीहरूलाई **सगुनमा दही र मेवा मिष्ठान्न खुवाएर उपहार** पनि दिन्छन्। सट्टामा **माइतीले पनि चेलीलाई टिका लगाइदिन्छन्, दक्षिणा र उपहार** दिन्छन्। **यसरी हर्षोल्लाससित मनाइने यो पर्वले चेली–माइतीमाझको प्रेम, स्नेह र सद्भावलाई अझ बलियो बनाएको पाइन्छ।**

यसै दिन बिहान **अष्ट चिरञ्जीवीहरू** —
हनुमान, विभीषण, परशुराम, अश्वत्थामा, बलि, व्यास, कृपाचार्य र **मार्कण्डेय** — को पनि पूजन गरिन्छ।

भाइटिकामा प्रयोग गरिने सयपत्री, दुबो र मखमलीलाई विशेष मानिन्छ।

- **सयपत्री**को रङ कहिल्यै उड्दैन,
- **मखमली** कहिल्यै ओइलाउँदैन,

- **दुबो** सधैँ हरियो रहन्छ।

यसैले, यी तीनवटै वस्तुहरू प्रयोग गरी **माइतीको आरोग्य, यश, दीर्घायु र महिमाको कामना** गर्दै **दिदीबहिनीले धुमधामका साथ यो पर्व मनाउने** गर्दछन्। **नेपाली समाजमा यमपञ्चकको अत्यन्त महिमा र महत्त्व छ।**

४.३ बुद्ध पूर्णिमा

नेपालीहरूले अत्यन्त श्रद्धा र हर्षोल्लासका साथ मनाउने अर्को महत्वपूर्ण चाड हो — **बुद्ध पूर्णिमा**। नेपालीलाई विश्वमा चिनाउने प्रमुख शान्तिदूत भगवान् **गौतम बुद्ध** हुन्। अहिलेको नेपाल देशको **लुम्बिनी**मा झन्दै २५०० वर्षअघि जन्मिएका बुद्ध शाक्य वंशका राजकुमार थिए, जसले पछि भारतको बिहार राज्यको **बोधगया**मा गएर कठोर तपस्या गरी **बोधि (ज्ञान) प्राप्त** गरेका थिए।

उनीकै नाम र प्रतापले बोधगया नाम पाएको हो भन्ने मान्यता पाइन्छ। बुद्धले पहिलो दीक्षा **वाराणसीको सारनाथ**मा दिएका थिए, जसपछि उनका उपदेशहरू देश-विदेशमा फैलिन थाले। उनका विचार र शिक्षाहरू नेपाल, भारत, श्रीलङ्का, कम्बोडिया, भियतनाम, थाइल्याण्ड, जापान, चीन, कोरिया, अफगानिस्तान हुँदै विश्वभर फैलिएका छन्।

आजको दिनमा **भुटान, कम्बोडिया, म्यानमार (बर्मा), श्रीलङ्का** लगायतका देशहरूमा बौद्ध धर्म **राष्ट्रधर्म** बनेको छ। यस्तै, **मलेसिया, लाओस, सिङ्गापुर, इन्डोनेसिया र चीन**मा पनि बौद्ध धर्मलाई विशिष्ट स्थान दिइएको छ। हाल बौद्ध धर्म विश्वका **चौथो ठूलो धर्म**को रूपमा स्थापित छ।

बुद्धले जीवनभरि **शान्तिको सन्देश**, **पञ्चशील** र **अष्टाङ्गिक मार्ग**को शिक्षा दिएका थिए। बुद्ध पूर्णिमा अर्थात् **वैशाख शुक्ल पूर्णिमा**का दिन बुद्धको **जन्म, ज्ञानप्राप्ति र महापरिनिर्वाण (मृत्यु)** तीनवटै घटना घटेको दिन हो, त्यसैले यस दिनको अत्यन्त महत्त्व छ। उनले आफ्नो ८० वर्षको जीवनमा करिब **८४,००० प्रवचन** दिएका थिए, जुन **विनय पिटक, सुत्त पिटक र अभिधम्म पिटक** मा संग्रहित छन्। यी तीन ग्रन्थलाई समष्टिमा **त्रिपिटक** भनिन्छ।

सम्राट **अशोक**ले इ.पू. २४९ तिर लुम्बिनी भ्रमण गरेर लुम्बिनीमा ब्राह्मी लिपिमा लेखिएको **"हित बुद्ध जातेती लुम्बिनी ग्रामे"** भन्ने अभिलेख राखेका थिए, जसले लुम्बिनी नै बुद्धको जन्मस्थल भएको पुष्टि गर्छ। त्यो स्तम्भ फेला परेको करिब **१२८ वर्ष** भइसकेको छ।

बुद्धसँग सम्बन्धित विषयमा अहिले पनि विश्वभरि अत्यधिक **प्रकाशन, अध्ययन, अनुसन्धान** हुँदै आएको छ। तिनमध्ये केही चर्चित कृतिहरू यस्ता छन्:

- सर एडविन आर्नोल्डको **"लाइट अफ एशिया" (१८७९)**

- डा. भीमराव अम्बेडकरको **"द बुद्ध एन्ड हिज धम्म" (१९५७)**
- हर्मन हेस्सेको उपन्यास **"सिद्धार्थ" (१९२२)**
- न्यानातिलोका महाथेरको **"बुद्धिस्ट डिक्सनरी" (१९५०)**
- डा. वाल्पोला राहुलको **"बुद्धको विचार" (१९५९)**
- गिसेपे टिउचिको **"मुस्ताङको भ्रमण" (१९६९)**

बुद्ध अध्ययनमा **अक्सफोर्ड, क्याम्ब्रिज, हार्वर्ड विश्वविद्यालय**सँगै **त्रिभुवन विश्वविद्यालय, काठमाडौं विश्वविद्यालय** र **काशी हिन्दू विश्वविद्यालय**जस्ता शिक्षालयहरूले पनि महत्वपूर्ण भूमिका खेलेका छन्।

बुद्ध पूर्णिमाका दिन बौद्ध धर्मावलम्बीहरू र साथै **हिमाली क्षेत्रका हिन्दूहरू** पनि बिहानै स्नान गरी चोखो वस्त्रमा गुम्बा वा स्तूपमा जान्छन्। त्यहाँ **१०८ वटा बत्ती** बाल्ने, **धुप–दीप अर्पण गर्ने**, **परिक्रमा गर्ने**, **दान** दिने र **ध्यान** साधना गरेर **लामा वा भिक्षुहरूबाट आशिष** लिने चलन छ।

उनीहरू **पञ्चशीलको मन्त्र** जप गरी त्यसको **पालना गर्ने**, **चार आर्य सत्य बुझ्ने** र बुद्धले देखाएको **अष्टाङ्गिक मार्गमा चल्ने संकल्प** गर्छन्।

यसरी, बुद्ध पूर्णिमा केवल धार्मिक पर्व मात्र नभई, **शान्ति, ज्ञान र करुणाको प्रतीक**का रूपमा विश्वभर मनाइन्छ र नेपाली समाजमा पनि यसको विशिष्ट स्थान रहँदै आएको छ।

४.३.१ चार आर्य सत्य

"बुद्ध" शब्द कुनै नाम होइन, बरु एक **विशेषण शब्द** हो। यसको अर्थ हो—जसले ज्ञान प्राप्त गरेको छ वा जसले बोध प्राप्त गरेको छ, त्यो नै बुद्ध हो। यस अर्थमा जसले जीवनको अस्तित्वलाई बुझेको छ, उही बुद्ध हो। यसरी शाक्य मुनी बुद्धभन्दा पहिले पनि धेरै बुद्धहरूले जीवनको अस्तित्वलाई बुझिसकेका थिए। तर उनीहरू अर्हत् मात्रै थिए, भने शाक्य मुनी बुद्धले प्राप्त ज्ञानलाई प्रसार गरे। त्यसैले **अर्हत्** र **बोधिसत्व** बीच फरक छ। **अर्हत्** भनेको भनेको अरूसम्म ज्ञानको प्रसार नगरी आफूले मात्रै ज्ञान प्राप्त गरेर शान्तिमा बस्नुलाई जनाउँछ, भने **बोधिसत्व** भनेको आफूले प्राप्त ज्ञानलाई अरूसम्म पुर्याउन चाहने र मानवता को उद्धार गर्नुपर्ने विचार राख्ने व्यक्तिको अवस्था हो।

शाक्य मुनी बुद्धले आफ्नो कठोर तपस्याबाट प्राप्त ज्ञानपछि आफ्ना शिष्यहरूलाई **चार आर्य सत्य**का बारेमा शिक्षा दिए, जसको आधारमा उनले जीवनका दुखहरूको वास्तविकता र त्यहाँबाट मुक्तिका उपायहरूलाई स्पष्ट गरे। यी चार आर्य सत्य तलको प्रकारका छन्:

१. **मानिसको जीवनमा दुःख छ**

यसको अर्थ हो, जीवनमा **दुःख** हुनु स्वाभाविक कुरा हो। सबै प्रकारका दुःख—जस्तै **जरामृत्यु**, **रोग**, **प्रियजनबाट टाढा हुनु**, **विछोड**, आदि—यसका कारण हर मानिसलाई दुःख भोग्नु पर्छ। यसैले बुद्धले भनिरहनुभएको छ कि जीवनको हरेक अवस्था दुःखपूर्ण छ।

२. **दुःखको कारण छ**

यसमा भनिएको छ कि दुःखको कारण पनि छ। **तृष्णा** वा **चाहना** नै दुःखको मुख्य कारण हो। जब व्यक्ति कुनै वस्तु प्राप्त गर्न चाहन्छ र त्यो प्राप्तिमा असफल हुन्छ, तब त्यसको कारण दुःख उत्पन्न हुन्छ। यसरी, इच्छाहरू पूरा नहुनु र तिनीहरूको पछाडि दौडनु नै दुःखको कारण बनिन्छ। यसरी तृष्णा नै दुःखको कारण हो।

३. **दुःखको अन्त्य हुनसक्छ**

यसको अर्थ हो, दुःखबाट मुक्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ। तृष्णा र चाहनाबाट मुक्त हुनाले हामी दुःखबाट मुक्त हुन सक्छौं। यसरी, बुद्धले बताउनुभएको छ कि दुःखको **अन्त्य** सम्भव छ, र यो तृष्णाबाट मुक्ति प्राप्त गरेर मात्र सम्भव हुन्छ।

४. **दुःखको अन्त्यको उपाय छ**

यो चौथो सत्य हो जसमा बुद्धले आफ्नो शिक्षालाई स्पष्ट गरे। उनले भन्नुभएको छ कि दुःखबाट मुक्ति प्राप्त गर्न **अष्टाङ्गिक मार्ग** (आठ चरणहरूको मार्ग) अनुसरण गर्नु पर्छ। यस मार्गमा सही दृष्टिकोण, सही इरादा, सही बोली, सही क्रिया, सही जीविका, सही प्रयास, सही स्मृति र सही समाधि समावेश छ। यो मार्ग दुःखबाट मुक्ति पाउने एक मात्र उपाय हो।

४. दुःख निरोधको मार्गहरू छन्

बुद्धले तृष्णाबाट मुक्त हुनको लागि **आर्य अष्टाङ्ग मार्ग** देखाएका छन्। सोही अष्टाङ्ग मार्ग अन्तर्गत निम्न विषयहरू पर्छन्:

1. **सम्यक दृष्टि** : चार आर्य सत्यमा विश्वास गर्नु
2. **सम्यक संकल्प** : मानसिक र नैतिक विकासको प्रतिज्ञा गर्नु
3. **सम्यक वाक** : हानिकारक कुरा नगर्न र झूट नबोल्नु
4. **सम्यक कर्म** : हानिकारक कर्महरू नगर्नु
5. **सम्यक जीविका** : कुनै पनि स्पष्टतः या अस्पष्टतः हानिकारक व्यापार नगर्नु
6. **सम्यक प्रयास** : कमजोरीलाई आफै सुधार्ने कोसिस गर्नु
7. **सम्यक स्मृति** : स्पष्ट ज्ञानबाट देख्ने मानसिक योग्यता पाउन प्रयत्न गर्नु
8. **सम्यक समाधि** : निर्वाण पाउनु वा स्वयंमा लीन हुनु।

४.३.२ पञ्चशीलमा यसरी प्रण गरिन्छ:

(१) **पाणातिपाता वेरमणी, सिक्खापदं समादियामी।**
म अकारण प्राणी-हिंसा देखि टाढा रहनलाई शिक्षा ग्रहण गर्दछु अर्थात धारण गर्दछु।

(२) **अदिन्नादाना वेरमणी, सिक्खापदं समादियामी।**
म चोरी कर्म देखि (अरुले नदिएको सामान नलिई) टाढा रहने शिल ग्रहण गर्दछु या धारण गर्दछु।

(३) **अब्रम्हाचरिय वेरमणी, सिक्खापदं समादियामी।**
मैले तुच्छ भएको संभोग कर्म नगरी टाढा रहनलाई शिक्षा ग्रहण गर्दछु या धारण गर्दछु।

(४) **मुसबादा वेरमणी, सिक्खापदं समादियामी।**
म झुठो वचन नबोली यो कर्मबाट टाढा रहने शिल ग्रहण गर्दछु या धारण गर्दछु।

(५) **सुरा-मेरय-मज्ज पमादट्ठान वेरमणी, सिक्खापदं समादियामी।**
म नसा लाग्ने नशालु पदार्थहरुको सेवन नगर्ने सिल धारण गर्नेछु।

यसरी **पञ्चशील**ले प्राणी हिंसाबाट टाढा रहने, झूठो बोल्नबाट टाढा रहने, चोरी नगर्ने, परस्त्रीगमन नगर्ने, र मदपान नगर्ने प्रण गरी सम्यक् जीवन बाँच्ने प्रेरणा दिंदछ। बुद्धको अनुयायीहरू मात्रै नभएर हिन्दू वा आर्यजनले पनि गौतम बुद्धलाई विष्णुको नवौँ अवतारका रूपमा पूजन गर्ने हुनाले उनको जन्मोत्सवका साथै विविध पर्वका रूपमा पनि उनलाई आराधना गर्ने, पूजन गर्ने परम्परा दीर्घकालदेखि नै नेपाल र भारतलगायत विश्वमै पनि छरिएका नेपालीजनले पालन गर्दै आएका छन्। यसर्थ **सिक्किम राज्यमा** त यस अनुष्ठानको छुट्टै परम्परा देख्न पाइन्छ।

नेपाली समाजमा मनाइने प्रमुख चाडमध्ये यसरी विस्तारमा अध्ययन गरिसकेपश्चात् अन्य चाडपर्वबारे पनि यहाँ छोटकरीमा वर्णन गरिन्छ।

४.४ सोह्र सराद

भाद्र-शुक्ल पूर्णिमाको भोलिपल्ट प्रतिपदादेखि सोह्र दिनसम्म सोह्र सराद पर्छ। जुन दिन सोह्र सराद सकिन्छ, त्यस दिनदेखि नवरात्रि सुरु हुन्छ। नवरात्रि सकिएको भोलिपल्ट **विजया दशमी अर्थात् दशैंको टीको पर्छ।** यसको अर्थ के हो भने सोह्र सराददेखि वर्षभरिको मुख्य चाडको सुरुआत भयो भनिन्छ। सोह्र सरादमा तिथिअनुसार आफ्ना स्वर्गीय पितृहरूको तर्पण गरिन्छ, सिदा भात आदि चढाइन्छ। नेपालीका घरमा सोह्र सरादभरि माछा मासु, लसुन प्याज खाँदैनन्।

४.५ नागपञ्चमी

साउन महिनाको शुक्ल पक्षको पञ्चमी तिथिका दिन 'नाग पञ्चमी' पर्छ। यो व्रत लिनका लागि पूर्ण उपवास बस्नुपर्छ। त्यस दिन नागको पूजा गरेमा आफ्ना सात पिंढीसम्मका सन्तानलाई सर्प-दंशन हुँदैन भन्ने विश्वास छ। यसरी सर्पले टोकेर अकालमै मृत्यु वरण गर्नु नपरोस् भन्ने कामनाले यस पर्वको उत्पत्ति भएको हो भन्ने अड्कल काट्न सकिन्छ।

नाग पञ्चमीको प्रारम्भिक इतिहासका बारेमा **'श्री वराह पुराण'**मा के लेखिएको छ भने यस शुभ तिथिमा सृजन शक्तिका अधिष्ठाता **ब्रह्माले** आफ्नो प्रसादद्वारा शेषनागलाई अलङ्कृत गरे अनि पृथ्वीको भार धारण गर्नेजस्ता सेवाका लागि जनताले उनको प्रशंसा गर्न सुरु गरे। भनिन्छ, त्यस दिनदेखि यस तिथिमा नागको पूजा गरिन्छ। यजुर्वेदमा पनि नागको गुण, कीर्ति, प्रशंसा र पूजा आदिको कुरा उल्लेख रहेको पाइन्छ।

यस दिन जजमानी गर्ने ब्राह्मणहरू नागका चित्र भएका नक्सा लिएर घरघर जान्छन् र ती चित्र वा फोटो टाँस्छन्। ब्राह्मणलाई सिदा (सिद्ध) दिने प्रचलन छ। दही, दुबो र दूध आदिका साथ गोबरले नागको चित्र घरको दैलामा वा भित्तामा टाँस्दा दैविक दुर्योग जस्तै आँधी बतास, आगलागी आदिको भय हुँदैन भन्ने विश्वास छ।

४.६ तीज

तीजलाई 'हरितालिका व्रत' पनि भनिन्छ। भदौ महिनाको शुक्लपक्षको तृतीया तिथिमा पर्ने यो चाड **नेपाली महिलाहरूको मुख्य चाड** हो। यस व्रतद्वारा कुमारी तथा कन्ने केटीले भावी पति खाइलाग्दो होस् भनेर भगवान्सित प्रार्थना गर्छन्। विवाहिता महिलाहरूले चाहिं घरमा सुख-शान्ति बनोस् र आफ्नो श्रीमान्को उमेर लामो होस् भन्दै सौभाग्यको रक्षाका लागि यस व्रतलाई धेरै कष्टका साथ पालन गर्छन्। यसबारे के विश्वास गरिन्छ भने यो व्रत पालन गर्नेले पार्वतीसमान सांसारिक सुख भोग गर्न पाउँछन्।

नेपाली समाजमा त्यस बेला सबै विवाहिता महिलाको **माइत जाने** रहर हुन्छ। माइतीहरू पनि आफ्ना छोरीचेलीलाई घरमा ल्याउन मन गर्छन्। माइत जान पाउनेहरूचाहिं हर्ष मनाउँछन्। जो महिला माइत जान पाउँदैनन् उनीहरू आफूलाई दु:खी सम्झिन्छन्। तर पनि, व्रत बस्दा दिनभरि भरिसक्के एक थोपो पानी पनि खाँदैनन्। घाम अस्ताएपछि मात्र केही आहार ग्रहण गर्छन्। अचेलचाहिं कसैकसैले श्रीमान्को अनुमति लिएर पानी वा चिया आदि खाने गरेको पनि देखिन्छ।

त्यस दिन एकसाथ सङ्गिनीहरूसित छन् भने छेउको खोलामा गई नुहाउँछन्, छैनन् भने घरघरमा नुहाई **शिव मन्दिर** जान्छन् अनि पूजाआराधना गरेर नाँच्न गाउन लाग्छन्। मन्दिरमा गाउँका सबै साथीलाई

भेट्दा आआफ्ना सुखदु:खका व्यथाकथा गीतको माध्यमले प्रकट गर्छन्। अचेल त सामूहिक रूपमा नाचगान गर्ने परम्परा पनि बसेको छ। यस दिन गाउने गीतलाई **तीजे गीत, सङ्गिनी** भनिन्छ। यस दिनको कार्यक्रममा महिलाहरू मात्रै रहन्छन्, त्यहाँ पुरुषहरूको सहभागिता रहँदैन। व्रत बसे पनि प्राय: सबै महिलाहरू रातो सारी, विविध रङका पोते, गर-गहना लगाई सजिएका हुन्छन्।

यसको ठिक अघिल्लो दिन अर्थात् भदौ महिनाको शुक्लपक्षको द्वितीया तिथिमा **नेपालीहरूको घरमा 'दर' खाने** चलन पाइन्छ। त्यसदिन आमाबाबु-दाजुभाइले आआफ्ना छोरीचेलीलाई सक्दो मिठोमसिनो 'दर' अर्थात् 'भोज' खुवाउँछन्। **'दर'मा माछा-मासु तथा घिउ** आदिको प्रबन्ध हुन्छ। यसलाई अनिवार्य भोजन ठानिन्छ।

४.७ ऋषि पञ्चमी

भदौ महिनाको शुक्लपक्षको पञ्चमी तिथि अर्थात् तीजको पर्सिपल्ट यो चाड पर्छ। नेपालमा त महिलाहरूका लागि कार्यालयबाट बिदा पनि हुन्छ। कायिक, वाचिक, मानसिक पापबाट छुटकारा पाउन यो व्रत पालन गरिन्छ। यस दिन जुन महिलाहरूले व्रत लिन्छन् ती महिलाहरू सदैव सुखी, रूप-लावण्ययुक्त सुन्दरी तथा पुत्रादिले सम्पन्न हुन्छन्, उनीहरूको नारीत्वको गरिमा यथावत रहन्छ भन्ने विश्वास छ। अनि जानी नजानी गरेको भूल पनि क्षमा हुन्छ।

यस दिन पुरुषहरूले पनि आफ्नी श्रीमतीको मङ्गल कामना गरी व्रत बस्न सक्छन्। **रजस्वला भएका स्त्रीहरू**का लागि यो व्रत निक्कै महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। यस दिन (नछुने) रजस्वला भएका महिलाहरू मिलेर कसैको घरमा वा मन्दिरमा अरून्धतीका साथ सप्तऋषिहरूको षोडशोपचारले पूजा गर्छन्। सप्तऋषि भनेको **जमदग्नि, विश्वामित्र, कश्यप, भारद्वाज, गौतम, अग्नि र वशिष्ठ** हुन्।

यस दिन दूध, दही, नुन खाँदैनन् केवल फल मात्र खान्छन्। नेपाली समाजमा नछुने (रजस्वला) हुँदा चार दिनसम्म अछुत हुन्छन्। यसको परम्परा ऋषि पञ्चमी चाडसित सम्बन्धित छ। यसको कथा श्रीब्रह्माण्ड पुराणमा वर्णित **विदर्भ देशको उत्तङ्क नामक राजा र रानी सुशीलाकी विधवा छोरीसित** सम्बन्धित छ।

४.८ गणेश चौथी

भदौ महिनाको शुक्लपक्षको चतुर्थी तिथिमा नेपालीको चौथी हान्ने भन्छन्। यस दिन घरका सर-सामान राम्ररी हेरचाह गरी जोगाउनुपर्छ। अन्यथा राति कसैकसैले बिगार गरिदिने उट्पट्याङ चलिआएको छ। दिउँसोचाहिं **सिद्धिदाता गणेश**को पूजा गरिन्छ।

४.९ कृष्ण अष्टमी

भदौ महिनाको कृष्ण पक्षको अष्टमी तिथिमा पर्ने यो चाड भारतभरि नै मनाइन्छ। नेपालीहरूबीच पनि यस चाडको महत्त्व निकै छ। यस दिन उपवास बसी **भगवान् श्रीकृष्ण**को पूजा आराधना गरिन्छ। **द्वापर युगमा** यस दिन भगवान् विष्णुले श्रीकृष्णको रूपमा रोहिणी नक्षत्रमा मध्यराती मथुरामा माता देवकीको कोखबाट जन्म लिएका थिए। उनले राजा उग्रसेनको छोरो पापी कंश र उनका दुष्ट असुर साथीहरूलाई संहार गरी भक्तहरूको उद्धार गरेका थिए।

श्रीब्रह्मवैवर्त पुराण, श्रीपद्म पुराण, श्रीविष्णु रहस्य, श्रीभविष्य पुराण आदिमा यसबारे धेरै माहात्म्य लेखिएको पाइन्छ। यस तिथिमा मन्दिरमा भजन कीर्तन, पूजाआजा गरी पाप नष्ट र मोक्ष प्राप्तिका लागि मानिसहरू व्यस्त रहन्छन्।

यहाँ तपाईंको अनुरोधअनुसार **जनै पूर्णिमा**, **माघे सँग्राती (संक्रान्ति)**, र **कुशे औंसी** सम्बन्धी पाठलाई नेपालीमा टाइप गरिएको छ:

४.१० जनै पूर्णिमा

साउन महिनाको शुक्लपक्षको पूर्णिमालाई श्रावनी पूर्णिमा अथवा रक्षाबन्धनी पूर्णिमा पनि भनिन्छ। यस चाडले आध्यात्मिक, धार्मिक वा ऐतिहासिक महत्त्वलाई याद दिलाउँछ। यसले दाजुभाइ, दिदीबहिनीबीच पवित्र स्नेह र विश्वासलाई झल्काउँछ। भविष्य पुराणमा लेखिएअनुसार यो **ब्राह्मणहरूको सबैभन्दा ठूलो चाड** हो। ब्राह्मणले त्यसदिन आफ्ना जजमानका घर गई हातमा डोरो बाँधिदिन्छन्। डोरो बाँध्दा गुरु वृहस्पतिले प्रस्तुत गरेको विधान अनुसारको मन्त्र उच्चारण गर्छन्। मन्त्र यस प्रकार छ :

येन बद्धो बली राजा दानवेन्द्रो महाबल:
तेन त्वमनुबध्नामि रक्षे माचल माचल।

यस दिनलाई **ऋषि तर्पणी** पनि भनिन्छ। यस दिन ज्वाइँ ससुराला जाने नियम पनि छ। तागाधारीहरूले निजको जनै फेर्छन्। दिदीबहिनीहरूले दाजुभाइहरूलाई त्यसदिन हातमा रक्षाबन्धन बाँधिदिन पाएनन् भने हुलाकद्वारा भए पनि पठाउने नियम देखिन्छ।

४.११ माघे सँग्राती (संक्रान्ति)

माघ महिनाको पहिलो दिन यो चाड पर्छ। सामान्यत: प्रत्येक जनवरी महिनाको १४-१५ तारिकका दिनमा पर्छ। **भगवान सूर्यको उपासना र स्नान दान** आदि गरिन्छ। राति नुहाएर तिलको तेल लगाउने चलन छ। पुसमा पकाएको फल, तरुल, शक्कर, कन्दमूल, लड्डु आदि माघमा खाने नियम

रहेकाले **‘पुसमा पाके माघमा जाके’** भन्ने भनाइ छ। यसबेला **परशुराम कुण्ड**, **गङ्गा** आदिमा स्नान गर्न जान्छन्।

४.१२ कुशे औंसी

भदौ महिनाको कृष्ण पक्षको औंसीमा पर्ने यो तिथि नेपालीहरूको चाड हो। यस दिन ब्राह्मणहरूले प्रत्येक नेपालीका घरमा **कुश** लिएर गई दैलोमाथि घुसारिदिन्छन्। कुश भनेको एउटा पवित्र तृण (काँस जस्तो) हो जसको टुप्पामा **शिव**, माझमा **विष्णु** र फेदमा **ब्रह्मा**को अवस्थिति मानिन्छ। प्राय: सबै खाले संस्कारका कार्यमा कुश चाहिन्छ। कुशलाई **विष्णुको प्रतीक**का रूपमा लिइन्छ। धार्मिक तथ्यअनुसार जालन्धरकी पत्नी वृन्दाको श्रापले विष्णुले कुशको रूप लिनुपरेको थियो।

कुशे औंसीलाई **गोकर्णे औंसी** पनि भनिन्छ। यस दिनलाई **बुबाको मुख हेर्ने दिन** पनि भनिन्छ। आफ्ना पिताको टुङ्गो तथा थाहा नपाउने छोराछोरीहरूले यस दिन पिताको नाममा श्राद्ध पूजा आदि गर्न सक्छन्। अनि जजसका पिता जीवित छन् उनीहरूले पिताका निम्ति श्रद्धास्वरूप जे पनि ग्रहणीय काम वा सेवा गर्न सक्छन्।

४.१३ गुरुपूर्णिमा

असार महिनाको शुक्ल पक्षको पूर्णिमालाई गुरुपूर्णिमा भनिन्छ। **महर्षि वेदव्यास**को यसै पुण्य तिथिमा जन्म भएको थियो। त्यसैले यस दिनलाई गुरुपूर्णिमाका रूपमा लिइन्छ। भारतीय संस्कृतिमा **गुरु**को स्थान सर्वोपरि छ। गुरुपूर्णिमाका दिन गुरुलाई विशेष श्रद्धा तथा पूजा गर्दा आफ्नो हृदयबाट अहङ्कार हटेर जान्छ भन्ने विश्वास छ। ‘गु’को अर्थ अँध्यारो अनि ‘रु’को अर्थ ‘हटाउनु’ हो। जसले अज्ञानताको अँध्यारो हटाइदिन्छ उही नै साँचो र असल गुरु हो। भारतीय सन्त **कबीर**ले त के पनि भनेका रहेछन् भने गुरुको आसन त भगवानभन्दा पनि माथि छ। त्यसैले हाम्रा शास्त्रहरूमा लेखिएका छन्-

“गुरु ब्रह्मा, गुरु विष्णु, गुरु महेश्वरका स्वरूप हुन्”।

त्यस दिन हार्दिकताका साथ गुरुलाई भोजन गराई गुरु-दक्षिणा चढाउनुपर्छ। यो परम्परा आदि कालबाट चलिआएको छ। नेपाली समाजमा गुरु एवम् मान्यजनलाई पुज्ने यसखाले संस्कार तथा परम्परा छँदैछ। यसबारे एउटा पौराणिक कथा छ। त्यस कथामा **हस्तिनापुरका गङ्गाभट** नामक एकजना मछुवा, **तरूणी सत्यवती**, **पाराशर मुनि** अनि सत्यवतीको कोखबाट जन्मेका महर्षि वेदव्यासको कथा समावेश भएको पाइन्छ। वेदव्यासले रचेका **महाभारत**, **वेद**, **पुराण** आदि धेरै घटनाहरू शास्त्रका रोचक विषय भएका छन्।

४.१४ वसन्त पञ्चमी

माघ महिनाको शुक्ल पक्षको पञ्चमी तिथिमा यो चाड पर्छ। सारा हिन्दूहरूले मान्ने यस चाडलाई **सरस्वती पूजा** पनि भनिन्छ। त्यस दिन कसैले घरमा, कसैले सामूहिक स्थानमा **सरस्वती माताको पूजा** गर्छन्।

४.१५ महाशिवरात्रि

फागुन महिनाको कृष्ण पक्षको चतुर्दशीका दिन शिवरात्रि पर्दछ। वास्तवमा यसको अघिल्लो मध्य राति अर्थात् त्रयोदशीका राति **शिवरात्रि** मनाइन्छ। सारा हिन्दू समाजले जसरी मनाउँछन् त्यसरी नै नेपाली समाजले **शिवरात्रि** मनाउँछन्।

४.१६ होली

फागुन महिनाको शुक्ल पक्षको अष्टमी तिथिदेखि सुरु हुने **होली** पूर्णिमाका दिन समापन हुन्छ। नेपाली समाजमा पनि यस चाडको महत्त्व छ। विभिन्न रङ व्यवहार गरी रङ खेल्ने चलन छ।

४.१७ राम नवमी

उहिले त यही नै **दशैं** थियो। यसलाई **चैते दशैं** भनिन्थ्यो। अहिलेचाहिं **चैत महिनाको शुक्ल-पक्षको नवमी तिथिलाई राम नवमी** भनिन्छ। यस दिन धेरैले सामूहिक रूपमा **यज्ञोपवित संस्कार** (व्रतबन्ध) आदि गरेको देखिन्छ। यस पर्वलाई सबै हिन्दूहरूले मनाउने गर्छन्।

४.१८ अक्षय तृतीया

वैशाख महिनाको शुक्ल पक्षको तृतीया तिथिमा यो व्रत पर्छ। यस दिन **उपवास** बसेर **भगवान विष्णु**, **लक्ष्मी**, **श्रीकृष्ण** (वासुदेव) को पूजा गर्ने चलन छ। **पुराणका अनुसार** यस दिन **सत्य युग** र **त्रेता युग**को प्रारम्भ भएको थियो। भनिन्छ- जो यस दिन व्रत बस्छ, उसले सबै तीर्थको फल पाउँछ। भगवान श्रीकृष्णको भनाइ अनुसार, यस दिन जे दान गरिन्छ त्यो **अक्षय** भएर रहन्छ। भगवान् **परशुरामको अवतरण** पनि यसै दिन भएकोले यस दिन उनको **जयन्ती** पनि मनाइन्छ। उता भगवान **बद्रीनाथको द्वार** पनि यसै दिन खुल्छ। **शिव पुराण**मा पनि यस व्रतको उल्लेख पाइन्छ। नेपाली समाजमा यस व्रतको चासो देखिन्छ। कुनै पनि **शुभकार्य- गृहारम्भ**, **विवाह**, **व्रतबन्ध** आदि यस दिन गरिन्छ।

४.१९ स्वस्थानी व्रतकथा

पुस महिनाको पूर्णिमाबाट एक महिनाका लागि स्वस्थानी व्रतकथा सुरु हुन्छ। यो व्रत **नेपाली नारीहरूले** गर्छन्। व्रतारम्भ पछि एक महिनासम्म **शिव** र **पार्वतीको पूजा** गर्छन् र कथा सुन्छन्। यस

बेला बर्तालुहरू **एकछाक मात्र आहार ग्रहण** गर्छन् अनि अन्त्यमा **साङ्गे** गर्छन्। **साङ्गे** भनेको समापन हो।

५. उपसंहार (Conclusion)

सबै समाजमा चाडपर्वको आफ्नै विशेषता र महत्त्व हुन्छ। समाजका प्रत्येक वर्गका लागि चाडले केही न केही **उमङ्ग** ल्याउँछ नै। **नेपाली समाज**को **दशैं** र **तिहार** मुख्य चाड हुन् भने अन्य चाडको चासो उत्तिकै देखिन्छ। आफ्ना चाडबाडका बारेमा छयाङ्ग रूपमा जानकारी हुनु अति जरूरी छ। शिक्षितवर्गले यसबारे पटकपटक छलफल गरी चाडबाडको महत्त्वलाई समाजमा अवगत गराइरहनु कर्तव्यभित्र पर्छ। चाडबाड मनाउने परम्परामा युगसापेक्ष केही परिवर्तन आइरहने भए तापनि मूल महत्त्वचाहिं पाखा नलागोस् भन्ने आशय रहिरहनुपर्छ। आजभोलि **उपभोक्तावादी समाजमा** बढी तामझाम गर्ने, अनावश्यक देखासिकी र प्रतिस्पर्धा गर्दै खर्च गर्ने अनि ऋण गरेर पनि चाड मनाउनु नै पर्छ भन्ने गर्नाले मानिसहरूलाई अतिरिक्त आर्थिक भार पर्ने पनि देखिन्छ। विभिन्न किसिमका यस्ता अनावश्यक विकृतिलाई पन्छाउँदै सचेत रूपमा आध्यात्मिक र धार्मिक महत्त्व दिएर यस्ता पर्व मनाउनु नै समय सम्मत र बुद्धिमत्तापूर्व हुने निश्चित देखिन्छ।

५. नमुना प्रश्न (Sample Questions)

१. तिजलाई किन महिलाहरूको चाड भनिएको हो? नेपाली समाजमा यसको महत्त्वबारे प्रकाश पार्नुहोस्।

२. नेपाली जातिले पालना गर्ने वर्षभरिका चाडपर्वहरूको संक्षिप्त परिचय लेख्नुहोस्।

३. दसैँ र तिहारबारे एउटा सारगर्भित लेख तयार पार्नुहोस्।

४. पञ्चशील भनेको के हो भन्ने बुझाउँदै यसको महत्त्वबारे प्रकाश पार्नुहोस्।

५. अष्टाङ्गिक मार्गबारे छोटकरीमा बुझाउँदै बौद्ध दर्शनमा प्रचलित पञ्चशील, अष्टाङ्गिक मार्ग र चार आर्यसत्यबारे विवेचनात्मक टिप्पणी प्रस्तुत गर्नुहोस्।

६. स्वस्थानी व्रतकथा कुन महिनामा पालन गरिन्छ? यस व्रतकथाबारे छोटकरीमा सार संक्षेप प्रस्तुत गर्नुहोस्।

७. नेपाली समाजमा पालन गरिने ऋषि पञ्चमीको महत्त्व प्रस्तुत गर्दै यसलाई वर्तमान परिवेशमा कसरी मनाइनु पर्दछ भन्नेबारे विवेचनात्मक टिप्पणी प्रस्तुत गर्नुहोस्।

८. तीज पर्वसित गाँसिएका वर्तमान समस्या र विकृतिबारे विवेचना गर्दै यस पर्वको महत्त्वबारे विवेचनात्मक लेख लेख्नुहोस्।

९. कृष्ण अष्टमी किन मनाइन्छ? नेपाली समाजमा श्रीकृष्णको प्रभाव र यसले दिएको दार्शनिक संचेतनाबारे सारगर्भित लेख लेख्नुहोस्।

१०. टिप्पणी लेख्नुहोस्-
कुसे औँसी, होली, अक्षय तृतीया, कृष्ण अष्टमी, राम नवमी, नाग पञ्चमी, जनै पूर्णिमा, गुरु पूर्णिमा, महा शिवरात्री, नवरात्री, यम पञ्चक, सोह्र सराद, माघे सङ्क्रान्ति, बसन्त पञ्चमी, गणेश चौथी, स्वस्थानीको साङ्गे

७. थप अध्ययनका लागि सन्दर्भ सामग्री (Reference/Suggested Readings)

1. **आचार्य, गोविन्द** (विसं २०६३) *राप्ती लोक साहित्य*, काठमाडौं, पैरवी प्रकाशन
2. **आचार्य, नन्दकिशोर** (सन् १९८८) *संस्कृति का व्याकरण*, बीकानेर, वाग्देवी प्रकाशन
3. **गंगराज, प्रकाश चंद्र** (सन् २०००, क) *हिन्दुओं के व्रत पर्व और तीज-त्योहार*, दिल्ली, पुस्तक महल
4. **गंगराज, प्रकाश चंद्र** (सन् २०००, ख) *हिन्दुओं के रीति-रिवाज तथा मान्यताएँ*, दिल्ली, पुस्तक महल
5. **चामलिङ 'किरण', पवन र अन्य (सम्पा)** (सन् १९९९) *निर्माण(संस्कृति विशेषाङ्क)*, निर्माण प्रकाशन, नाम्ची, दक्षिण सिक्किम
6. **चालिसे, रवि** (विसं २०३९) *हाम्रा चाडपर्व*, काठमाडौं, श्री५को सरकार, सञ्चार मन्त्रालय
7. **राणा, युद्धवीर** (सन् २००६) *नेपाली संस्कृति: हाम्रो अस्तित्व*, नाम्ची, निर्माण प्रकाशन
8. **Bahadur, Om Lata** (2000) *The Book of the Hindu Festivals and Ceremonies*, New Delhi, UBS Publisher's Distributors Ltd.

-------------------------------------x---

एकाइ- ३

नेपाली लोक गीत, नाच तथा यसका प्रकार

१. प्रस्तावना (Preface)

नेपाली समाजमा विभिन्न किसिमका गीत तथा नाचहरू प्राचीनकालदेखि नै अलिखित तथा मौखिक रूपमा प्रचलनमा थिए। भारतीय नेपाली भाषाको विशेषता भनेको यस्ता मौखिक गीतको विकाससँग-सँगै लहरी, सवाई, झ्याउरे जस्ता प्रथम अवस्थामा मौखिक परम्परामा हुर्केका विविध भाव शैली युक्त रचना हुन्। बिस्तारै मध्यकालमा पत्र पत्रिका प्रकाशनको विकास हुन थालेपछि पुस्तकाकार र सङ्ग्रहका रूपमा प्रकाशित हुन थाले। लोकगीत जीवन र जगतमा व्याप्त स्थितिहरू तथा घटनाहरूको घात प्रतिघातबाट उत्पन्न अन्तर्भावनाहरूको लयात्मक सुर लिएर प्रस्फुटित हुने गर्दछ। विश्वमा प्रतिपल घटित एवं परिवर्तित परिस्थितिहरू नै लोकगीतलाई सहज र स्वभाविक रूपमा जन्म दिने प्रेरणास्वरूप हुन्। मदनलाल शर्माको शब्दमा भन्नुपर्दा – "जब रससिक्त उद्गार स्वतः स्फुरणवश उद्भूत हुन आउँछ तब नै लोकगीतको जन्म हुन्छ"। प्रस्तुत खण्डमा नेपाली लोकगीत तथा नाचको परिचयात्मक अध्ययन गरिनेछ।

२. उद्देश्य (Objectives)

यो एकाइ नेपाली लोकगीत तथा नाचको परिचयात्मक अध्ययनमा केन्द्रित छ। यसअन्तर्गत नेपाल लोकगीत र नाचको परिचय, स्वरूप, विशेषता र वर्गीकरण दिइएको छ। यस एकाइको अध्ययन पूरा गरिसकेपछि विद्यार्थीहरू निम्नलिखित ज्ञान र क्षमता प्राप्त गर्न सक्षम हुनेछन्:

- नेपाली लोकगीत र नाचको परिचय र स्वरूपबारे जानकारी प्राप्त गर्न।
- नेपाली लोकगीत र नाचका विशेषता र वर्गीकरण बताउन।
- विभिन्न आधारमा लोकगीतको तत्त्वबारे बताउन।
- नेपाली नाचबारे बताउन।

३. नेपाली लोक गीत, नाच तथा यसका प्रकार

लोकगीत परम्परागत र परिवर्तित विधा हो। लोक गीत आरम्भकालदेखि वर्तमानसम्म गाउँदै आइपुग्दा यसमा भाषिक, साङ्गीतिक, प्रस्तुतिगत र भावनागत परिवर्तन हुँदै आएको पाइन्छ। लोक गीतको उत्पत्ति के कसरी भयो? कहिले भयो भनी यकिन गर्न गाह्रो छ। तापनि आँकलन भने नभएको होइन। लोम्याक्सले लोक गीतको जन्म मानव सभ्यताको आरम्भमा नै भएको उल्लेख गरेका छन्। एम. वाउर र इथेल पेसर र सि. एम. बाउराअनुसार लोक गीत भन्दाअघि लोक सङ्गीतको जन्म भएको हो।

प्राग्-ऐतिहासिक कालमा मानव धेरै खतराहरूबीच बस्दथे। उनीहरूसँग भाषा थिएन। दिन, रात र ऋतु परिवर्तनलाई अलौकिक शक्ति या भगवान ठान्दथे। यस्तो शक्तिलाई खुसी पार्न प्रार्थना गर्ने कुनै माध्यम नभएकाले नाच्ने, अभिनय गर्ने र ताली बजाउने आदि क्रिया गर्न थाले। यसै क्रममा मानवले चिच्याउन, रुन, कराउन, शरीर हल्लाउन सकेको पाइन्छ। समयको क्रममा धेरै भाषा सिके पनि त्यही शब्द वा वाक्यलाई पटक–पटक दोहोऱ्याइ भन्ने गर्दथे। जुन प्रचलनले आज पनि लोक गीतको स्थायीलाई थेगोको रूपमा दोहोऱ्याउने गरिन्छ। आज पनि भाषा नभएको चराचुरुङ्गीका आवाजमा लोक गीत भन्न सकिने भाषिक अभिव्यक्ति नभए पनि सङ्गीतको गुन उपलब्ध छ।

वाउर पेसरका अनुसार आदिम मानवले आवश्यकता र अनुभवद्वारा ढुङ्गे हतियार वा भाँडाकुँडा बनाउन सिके। यसरी बनेको हतियार र भाँडाकुँडाहरू आपसमा ठोकिँदा आवाज आयो जुन आवाज पहिलो सङ्गीत थियो। सिकारी युगमा सिकार गरी ल्याएको जनावरको छाला खोक्रो काठको मुढाको मुखमा टाँसेर सबैभन्दा पहिलो ढोल बनाइयो। त्यस्तै अर्को सङ्गीतको साधनको निर्माण सुकेको खोक्रो लौकाभित्र ढुङ्गाका टुक्रा राखी हल्लाइएको थियो।

सिकारको खोजीमा गुफादेखि टाढा जाँदा उनीहरूले चराचुरुङ्गी कराएको, हावाले रुखका पातहरू बजाएको, पानीको छाल चट्टानमा ठोक्किँदा ध्वनी आएको, नदी सुसाएको आदि आवाजहरू सुने र त्यसकै आधारमा सङ्गीतको उत्पत्ति भएको मान्यता छ। सृष्टिको आदिमकालमा सामाजिक चेतनाका साथै लोक गीतको विकास भएको हो। यसको सम्बन्ध जनजीवनसँग रहेको छ।

समय बित्दै जाँदा मानव विकासले तीव्र रूप लियो। मानिसले वाणीमा उसले आफ्ना सुख–दुःखका कुराहरू व्यक्त गर्न थाल्यो। यही लय बहु वाणी लोककण्ठका माध्यमबाट लोक गीतको रूपमा प्रकट भयो। मानिसमा सङ्गठन तथा सामाजिकतामा भावनाको विकास साथसाथै लोकगीतको पनि विकास हुँदै गएको पाइन्छ। त्यसैले परम्परागत लोकगीतमा सामूहिक भावनाहरू पाइन्छ र सामूहिक सहभागितामा समेत रहेको पाइन्छ।

लोक गीतका प्रकार

1. **भजने गीत** – खैंजडी, मुजुरा, कठताल जस्ता बाजा-गाजाहरू बजाएर लय-ताल, छन्द मिलाएर गाउँदै नाच्ने गीत।
2. **बालन गीत** – कृष्णचरित्र, राम चरित्र तथा दशावतारजस्ता पौराणिक कथाहरूको आधारमा कुनै पनि शुभ मुहुर्तमा गाइन्छ।
3. **खाँडो जगाउने गीत** – विवाहमा खुकुरी तरवार ढाल-खुँडा नचाउँदै गाउने गीत। खाँडो जगाएर शुभ दिनमा वीरपूजा गर्ने चलन पनि हाम्रै संस्कृति हो।

4. **गाइने गीत** – गाइने जातिले सारंगी बजाउँदै प्राचीन इतिहासका वीरहरूका वीरताका गीत, देशभक्ति गीत तथा समयानुकूल बद्लिँदो अवस्था, दुःख-वेदना, विरह-व्यथाका गीत गाउँदै घर-गाउँ, शहर-देश घुम्ने चलन पनि हाम्रो संस्कृति नै हो।
5. **रत्यौली गीत** – यो बेहुलाले बेहुली लिन गएको रात स्त्रीहरू भेला भएर बेहुलाका घरमा रमाइलो गर्दै नाचगान गर्ने गीत हो।
6. **तिहारमा गाउने गीत** – ठिटीहरूले भैलो तथा ठिटाहरूको देउसी गीत।
7. **सङ्गिनी** – तीज विशेष र श्रममूलक कार्य गर्दै नारी समाजले समूहमा र बेलाबखत एक्लै गाउने लोक शैली वा लोक-भाका हो। यसमा नारीका पीडा, व्यथा, वेदना, तथा बुहार्तनक्रममा खपेका यावत् अनुभवको वर्णन पाइन्छ।

नृत्यका प्रकार

चर्या नाच

नेपाली नृत्यहरूमध्ये चर्या नृत्य परम्परागत एउटा लोकप्रिय नृत्य हो। वज्रयानी धार्मिक अनुष्ठाताहरूद्वारा गरिने पूजा र चाडपर्वका अवसरमा यो नृत्य आयोजित गरिन्छ। यसमा विभिन्न देवदेवीको आह्वान गर्दै उनीहरूको स्तुतिगीत गाएर नाचिन्छ। पञ्चताल बाजा बजाएर विभिन्न गरगहनाले सजिएर नर्तकले देवदेवीको आराधना गर्दै नाच्ने यो नृत्य निकै पुरानो नृत्य मानिन्छ। लास्य, मञ्जुश्री, कुमारी, अन्नपूर्ण नृत्यहरू नेपाली चर्या नृत्यकै विभिन्न रूपहरू हुन्।

चुड्का नाच

चुड्काको मुख्य थलो नेपालको मध्यपश्चिमी पहाडी खण्ड हो। माया प्रीतिका भावाभिव्यक्तिलाई मादल र खैँजडीका तालमा बजाएर एकल वा समूहमा नाचिने यो गीत युवा समाजमा निकै लोकप्रिय छ। मुजुरा र बाँसुरीसितै माया पिरतीका भाकालाई लयबद्ध गरी गाइनेहूनाले यो अलि रौसे र चम्किलो पनि बन्दछ।

देउडा वा डेउडा नाच

नेपालको सुदूर पश्चिम भेकको प्रचलित नाच हो देउडा नाच। तर आज नेपालमा मात्रै होइन भारत र विदेशमा समेत देउडा नाचको प्रतियोगिताहरू आयोजन गरिने हुनाले यसको ख्याति स्वतः सिद्ध हुँदछ। यसमा केटा र केटीको छुट्टै छुट्टै समूह हुँदछ। यो समूह गीत भएका कारण नाइकेले माझमा बसेर समूहलाई लक्षित गर्दै भाका हाल्दछ अनि समूहका मानिसहरू गीतलाई अनुसरण गर्दै गोडा चाल्छन्। हातेमालो गरेर आफ्ना समूहका मानिसहरूमाझमा गोलाकार रूपमा लामबद्ध भई एउटै चालमा गोडा चाल्दै उनीहरू नाइकेका भाकालाई अनुसरण गर्दछन्। यसमा गोडाको चालको विशेष महत्त्व रहन्छ। बाँया गोडाले दायाँतिर ठेल्दै चार तालमा नृत्य गरिने यो नाचमा विशिष्ट वेशभूषाको आवश्यकता

रहँदैन। पुरुष र महिला समूहले दोहोरी भाकामा एकार्काको प्रत्युत्तर फर्काउँदै देउडा नाच नाच्दछन्। यो १५ मिनेटदेखि २-४ घण्टासम्म पनि प्रश्नोत्तर शैलीमा दोहोरी भाकामा गाउन र नाच्न सकिन्छ।

लाखे नाच

लाखे नाच नेवार समाजको एउटा प्रचलित नाच हो। लाखे लामा लामा रौँ भएको मुकुन्डो लगाएर राक्षसको रूपमा सिँगारिएर जब सडकमा ओह्रन्छ तब केटाकेटीहरू रमाएर र रोमाञ्चित भएर लाखे वरिपरि झुम्मिन्छन्। लाखेले लखेट्दा सास गुमाएर केटाकेटीहरू कुलेलम् ठोक्छन्। रङ्गीचङ्गी बुट्टेदार जामा लगाएर लाखेले विभिन्न मुद्रा र हावभावमा नाच्दा यो नृत्य निकै रमाइलो र रोमाञ्चकारी लाग्दछ। लाखेले सुनौला रङ्को टल्कने तासको भोटो र जामा अनि कलेजी रङको पटुका बाँधेर त्यस वरिपरि पित्तलका घँगलाहरू झुन्ड्याएको हुन्छ।

उसले मुखुन्डोले मुहार छोपेको हुन्छ। त्यस मुकुन्डोमा रङ्गाएको चमर र रौ अनि ठुला ठुला आँखा र दाह्रा निस्केको राक्षसको आकृति कुँदिएको हुन्छ। यसैले बालबालिकाहरू लाखेले खेदाउँदा थरहरी हुँदै कोकोहोलो गर्दै दगुर्छन् र ठुलाहरूका लागि त्यो रमिता निकै रमाइलो हुँदछ। लाखेले रातो चुँदरीको रूमाल हातले हल्लाउँदै ढोलक र झ्यालीको तालमा आफ्ना खुट्टा बजार्दै विभिन्न भङ्गिमा देखाउँदै हात, गोडा र टाउँको हल्लाउँदै नाच्दछ।

झ्यालिँचा भनिने एउटा पात्रले लाखेलाई जिस्क्याएर जोस्याए पछि लाखे अझ उग्र भएर जोसिँदै नृत्य गर्दै अघि बढ्छ। इन्द्रजात्राका बेलामा लाखे नाच विशिष्ट रूपमा देखाइन्छ।

धान नाच

यो एक प्रकारको नाच हो, जसले लिम्बू जातिमा विशेष लोकप्रियता प्राप्त गरेको छ। विशेष गरी धान बाली भित्र्याउने समयमा यो नाच नाचिन्छ। यसका अतिरिक्त, धान नाचले हाट, बजार, मेला, पर्व, र उत्सवहरूमा युवा पुरुष तथा महिलाहरूको सहभागीता हुँदछ। यसमा पालम गीतले पनि प्रमुख स्थान ओगटेको छ अनि पालमकै माध्यमबाट आफ्ना मन परेका जोडा छान्ने परम्परा पनि निकै रोचक मानिन्छ।

यीसितै तिज गीत, तीजे, सेलो, च्याब्रुङ, बैँठी, असारे, जेठे, कात्तिके, चर्या, लाखे, भजन, टुङ्ना पनि नेपाली लोकगीतका प्रकार हुन्। नेपाली लोकगीत पर्वगीत, ऋतुगीत, श्रमगीत, बालगीत, स्त्रीगीत, पुरुषगीत, समूहगीत, एकलगीत पनि विभिन्न अङ्ग र उपाङ्गमा विभाजित भएको पाइन्छ। यस्ता कतिपय नाचहरू छन् जो कोही विकसित छन् भने केही लोप हुने अवस्थामा छन्।

लोक गीतको परिचय

लोकभावना वा विचारको मौखिक एवं श्रुतिपरम्पराद्वारा एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा सर्दै जाने लयात्मक र गेय अवैयक्तिक भाषिक संरचनालाई लोकगीत भनिन्छ। नेपाली लोकपद्यका चार प्रमुख विधामध्ये एउटा लोकगीत हो। अन्य तीन विधाहरू लोककविता, लोकगाथा, लोककाव्य र मन्त्र हुन्। पाश्चात्य लोकवार्ताविज्ञानमा लोकगीतको प्रयोग लोकपद्यका समानार्थीको रूपमा भएको पाइन्छ। लोकपद्यअन्तर्गत नै प्रगीतात्मक लोकगीत, लोककविता, लोकगाथा, लोककाव्य र आख्यानात्मक लामा लोकगीतलाई समेटिएको छ। यी सबै विधाहरूलाई बुझाउने गरी लोकपद्य शब्दको प्रयोग गरिएको छ।

लोकपद्यअन्तर्गत पर्ने लोकगीत सर्वदेशीय लोकरचना हो। संसारका सबै देशमा लोकगीत पाइन्छ। यो लोकसाहित्यका विधाहरूमध्ये सबैभन्दा बढी समृद्ध, व्यापक र लोकप्रिय रहेको छ। प्रत्येक भाषा र समुदायमा लोकगीतकै सङ्ख्या बढी पाइन्छ। यो फुटकर प्रकारको लघु रचना हो। यो रचना सानो र आख्यानमुक्त हुन्छ। केही लोकगीत लामा र हल्का आख्यानयुक्त भएको पाइए पनि यसको मूल स्वरूपचाहिँ लघु र आख्यानमुक्त हुनु हो। यसमा लोकभावनाको एकोन्मुखता रहने हुँदा छोटो आकारको भई स्मरण गर्न सहज हुन्छ। यसै सहजताका कारण यसले लोकमा विस्तार तथा जनप्रिय स्वरूप पाएको हो।

लोकगीतलाई लोकसाहित्यको सबैभन्दा प्राचीन विधा मानिन्छ। यसको प्रारम्भ मानिसले वाणीको प्रयोग गर्न थालेदेखि नै भएको ठानिन्छ। यस आधारमा लोकगीतको थालनी वेदभन्दा पनि पूर्ववर्ती समयमा भएको हो भन्ने देखिन्छ।

लोकनृत्य र शास्त्रीय नृत्य बीचको भिन्नता:

लोकनृत्य र शास्त्रीय नृत्यबीच केहि महत्त्वपूर्ण भिन्नताहरू पाइन्छ:

- **लोकनृत्य** जनसमूहमा आधारित हुन्छ र यसका माध्यमबाट स्थानीय संस्कृति, रीतिरिवाज र परम्पराको अभिव्यक्ति हुन्छ। यसको विशेषता साधारण लय र तालमा आधारित हुन्छ र सामूहिक रूपले नाचिन्छ।
- **शास्त्रीय नृत्य** विशेष प्रकारको कला हो जसमा उच्च स्तरको प्रशिक्षण र अनुशासन आवश्यक हुन्छ। यो प्रायः एकल प्रस्तुति हुन्छ र यसको विभिन्न शास्त्रीय शैलीमा विशिष्ट अंग र मुद्राहरूको महत्त्व हुन्छ।

लोकनृत्य	शास्त्रीय नृत्य
(क) लोकभाका वा लोकगीतमा आधारित हुने	(क) धर्मशास्त्र र देवीदेउताको चरित्र वर्णनमा

(ख) सुखदुःख, मायाप्रीति र यथार्थ कुरालाई समेटिने	(ख) शरीरका विभिन्न अङ्गद्वारा गीत सङ्गीतको भाव व्यक्त गरिने
(ग) मारुनी, ख्याली, घाटु आदि यसका उदाहरण	(ग) पञ्चबुद्ध, भैरव, कार्तिक आदि यसका उदाहरण
(घ) संस्कृति र परम्पराको जगेर्ना गर्ने	(घ) धार्मिक आस्था र विश्वासलाई बलियो बनाउने

यसरी, लोकनृत्य जनसाधारणको जीवनशैली र भावनाको प्रतिनिधित्व गर्छ भने शास्त्रीय नृत्य उच्च संस्कृतिको प्रतीक हुन्छ।

लोकगीतका तत्त्वहरू

लोक गीत अन्य लोकविधाको तुलनामा बढी लोकप्रिय विधा हो। लोक गीतमा आदिम मानव प्रवृत्तिको अभिव्यक्ति रहेको हुन्छ (आचार्य, २०६२ : २)। उनका अनुसार लेख्य साहित्य वा लोक साहित्य हरेक विधाहरूमा विधागत प्रवृत्तिअनुसार भिन्न-भिन्न संरचना तत्त्वहरूको महत्त्व देखिन्छ। नाटक विधामा आउने अभिनयात्मकता, गीति विधामा आउने सङ्गीतात्मकता, कविता विधामा आउने काव्यात्मकता र कथा विधामा आउने आख्यानात्मकता यसका उदाहरणहरू हुन्। लोकगीतमा पनि विभिन्न तत्त्वको आवश्यकता हुन्छ। जुन आवश्यक तत्त्वहरू प्रस्तुत अनुसार रहेको छ।

अनिवार्य तत्त्व

लोक गीतको रचना गर्दा नभई नहुने तत्त्वलाई लोकगीतको अनिवार्य तत्त्व भनिन्छ। लोक गीतका अनिवार्य तत्त्वहरू निम्नानुसार रहेका छन्:

१. **सङ्गीतात्मकता**

लोकगीत कविता र सङ्गीतको मिश्रित रूप हो। सङ्गीतले लोक गीतलाई सार्थक र रोचक बनाएको हुन्छ। सङ्गीतले लोक गीतलाई गाथासँग नजिक बनाएको हुन्छ भने अन्य विधासँग फरक तुल्याएको हुन्छ। लोक गीतमा आउने विभिन्न ताल, राग, स्वर र सङ्गीतसम्बन्धी विभिन्न पक्ष पनि लोक गीतको अनिवार्य तत्त्व हो।

२. **गायक गायिका**

लोकगीत श्रुतिसमृति परम्परामा रहने भएकाले यहाँ गायक गायिका अनिवार्य तत्त्वका रूपमा लिइन्छ। गायक गायिकाको सुन्दर गायनले मात्र लोकगीत सार्थक तरिकाले व्यक्त हुन्छ। लोक गीतको परम्परा सामूहिक गायन भए तापनि दुई जना या एकल गायन पनि हुने गर्दछ। तसर्थ,

लोक गीतमा गायक गायिका अनिवार्य हुन आवश्यक भएकाले अनिवार्य तत्त्वका रूपमा लिइन्छ।

३. **भाव**

लोक गीतमा कुनै न कुनै भाव व्यक्त भएको हुन्छ। भावलाई विषयवस्तुको रूपमा पनि लिइन्छ। लोक गीतको एउटै गीतमा विषयगत वा भावगत विविधता पाइन्छ। लोकगीतमा भावकै माध्यमबाट सन्देश वा जीवन दर्शनसमेत प्रस्तुत भएको हुनाले लोक गीतको अनिवार्य तत्त्व भाव पनि हो।

ऐच्छिक तत्त्व

लोक गीतमा प्रस्तुत अनिवार्य तत्त्वबाहेकका अन्य तत्त्वहरू पनि आवश्यक हुन्छ। ती तत्त्वहरूलाई लोक गीतको ऐच्छिक तत्त्वको रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ:

१. **काव्यात्मकता**

लोकगीत पूर्व आयोजित नहुने भएकाले अन्य विधाझैं व्यवस्थित नहुन सक्छ। तापनि लोक गीतमा अर्थालङ्कारका रूपमा उपमा, रूपक र शब्दालङ्कारका रूपमा अनुप्रासको प्रयोग, त्यसैगरी लोकगीतमा शृङ्गार, भक्ति, शान्त, करुण रसहरूको अनुभूति पाइन्छ। गोविन्द आचार्यअनुसार लोक गीतमा अलङ्कार, प्रतीकहरू स्थानीय परिवेशमा व्यवहृत हुने वस्तुहरूबाट जुराएको हुन्छ। लोक गीतमा छन्दविधान, सङ्गीत र भाव व्यञ्जनबीच पनि उचित सामञ्जस्य पाइन्छ। संयोग शृङ्गारका गीतहरूमा प्रायः सङ्ख्याका दृष्टिले धेरै अक्षर वितरण भएका पङ्क्तिको प्रयोग र करुण रसयुक्त गीतहरूमा प्रायः बिलम्बित गतिका गीत पाइनु यसका उदाहरण हुन्। तसर्थ, लोक गीतमा ऐच्छिक तत्त्वका रूपमा काव्यात्मकता पनि हुन आउँदछ।

२. **थेगो**

लोक गीतको पङ्क्तिको कुनै न कुनै ठाउँमा थेगो आउने गर्दछ। थेगोले लोक गीतलाई सुहाउँदिलो बनाएको हुन्छ तर थेगो लोक गीतमा अनिवार्यता भने होइन, तसर्थ थेगोलाई लोक गीतको ऐच्छिक तत्त्वको रूपमा लिइन्छ।

३. **स्थायी र अन्तरा**

लोकगीतमा पटक–पटक गाइने अंश स्थायी हो र त्यसपछि गीत पूरा गर्न आउने बाँकी गीतको भागलाई अन्तरा भनिन्छ। गीतहरूको स्थायी र अन्तरा हुन्छ, तर सबै गीतमा अनिवार्यता भने हुन्न।

४. **वाद्य**

लोकगीतमा प्रयोग हुने वाद्य ऐच्छिक तत्त्व हो। मादल, डमरु, खैजडीँ, तबला, ढोलक, दमाहा,

ट्याम्को, बाँसुरी, मुरली, सारङ्गी, एकतारे, टुङ्ना आदि लोक गीतमा प्रयोग हुने वाद्य हुन्। सबै लोक गीतमा वाद्य हुनै पर्दछ भन्ने छैन, तर पनि लोक गीतलाई सुशोभित बनाउन वाद्यको खाँचो पर्दछ।

५. **श्रोता**

श्रुतिका माध्यमबाट लोक गीतलाई एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिसम्म पुऱ्याउन सकिन्छ। लोक गीतलाई जीवन्त राख्ने काम पनि श्रुतिले नै गरेको हुन्छ। श्रुति लोक गीतको तत्त्व हो तर अनिवार्य तत्त्व भने होइन।

६. **भाका**

लोकजीवनमा गीत गाउने खास तौरतरिका वा शैली नै भाका हो। लोकगीतको शैली भनेको मुख्यतः लोकगीतको गायन वा कथन शैलि वा तरिका हो। कुनै विषय वा विचारको कथन गर्न अँगालिएको ढङ्ग पनि लोकगीतको शैली हो। भाषै पिच्छे, ठाउँ नै पिच्छे भाका फरक हुन सक्छन्। एउटै भाषाका लोकगीतमा पनि फरक ठाउँमा फरक-फरक भाका हुनसक्छन्। यस दृष्टिले भाका भनेको लयको सूक्ष्म र स्थानिय वा क्षेत्रगत भेद हो। भाकाले लोकगीतलाई अझ विशिष्ट तुल्याउँदछ। लोकभाकाले स्थानीय ठाउँको, क्षेत्रको प्रतिविम्ब देखाउँदछ। जुन ठाउँ, क्षेत्रको लोकभाका हो त्यसले त्यसै ठाउँ, क्षेत्रको परिचय झल्काउँदछ। जस्तै हाक्पारे भाकाले पूर्वको पहिचान बोकेको हुन्छ यसलाई पूर्वको भाकाको रूपमा सहजै बुझ्न सकिन्छ। देउडा वा डेउडा भाकाले नेपालको पश्चिम क्षेत्रको पहिचान बोकेको हुन्छ, यसलाई पश्चिमको भाकाको रूपमा सहजै चिन्न सकिन्छ। त्यसैले लोकगीतको परिचय नै लोकभाकाले दिएको हुन्छ। लोकगीतका लागि अनिवार्य तत्त्व भाका हो।

यी बाहेक लोकगीतका निम्ति अनन्य मानिएका अन्य तत्त्व हुन्:

भाषा

लोक गीतमा भाषाको ठूलो स्थान रहेको हुन्छ। लोक गीत भाषिक अभिव्यक्तिको कला हो। भाषिक प्रयोग सँगसँगै लोक गीतको उत्पत्ति भएको हो। फरक–फरक समुदायअनुसार भाषा पनि फरक–फरक हुने गर्दछ। तिनै भाषिक समुदायअनुसार लोक गीतको पनि रचना हुने गर्दछ। तसर्थ, लोक गीतको अनिवार्य तत्त्व भाषा हो।

अभिव्यक्तिको प्रमुख माध्यम भाषा हो। लोकगीत पनि भाषाका माध्यमबाट प्रकट हुन्छ। त्यसैले लोकगीत पनि एक प्रकारको भाषिक अभिव्यक्ति हो। लोकगीतको भाषिक अभिव्यक्ति लयात्मक हुन्छ। लोकगीतमा लोकले प्रयोग गर्ने भाषाको प्रयोग भएको हुन्छ। लोकगीत भाषिक अभिव्यक्तिको कला हो। लोकगीतको उत्पत्ति पनि भाषिक प्रयोगसँगै भएको हो। भाषाबिना लोकगीतको रचना

असम्भव छ। फरक–फरक भाषिक समुदायमा फरक–फरक किसिमका लोकगीतको प्रचलन भेटिन्छ। लोकगीतमा व्याकरणको सीमा भित्र मात्र नरहने हुँदा लोकगीतमा लेख्य र कथ्यभन्दा पनि बेग्लै भाषाको समेत प्रयोग भेटिन्छ। लोकगीतको अभिव्यक्तिको माध्यम वा लोकभावनालाई प्रकट गर्ने साधन भाषा हो। लोकभावनाले भाषामा प्रकट भई मूर्त रूप प्राप्त गर्दछ। लोकगीतको भाषा लोकको भाषा हुन्छ। लोकभाषा भनेको बोलीचालीको कथ्य भाषा हो, जुन कथ्य स्वरूपमा सम्पादन भएको पाइन्छ। बोलीचालीको कथ्य भाषामा ठेट र झर्रा शब्द हुन्छन्। लोकगीत प्रस्तुतकर्ताको भाषाको माध्यमबाट जनसमुदायसम्म पुग्ने गर्दछ। त्यसैले भाषा लोकगीत अभिव्यक्ति गर्ने माध्यम हो। लोकगीतको भाषामा स्थानियता पाइन्छ, ठेट र झर्रा शब्दहरू प्रयोग भएका हुन्छन्। लोकगीतमा स्थानिय चलनचल्तिका भाषा प्रयोग गरिएको हुन्छ। लोकगीत व्याकरणको सीमाभित्रमात्र नरहने हुँदा लोकगीतको भाषा लेख्य, कथ्यभन्दा पनि केही फरक भाषाको प्रयोग लोकगीतमा पाइन्छ। अर्थात् लोकगीतको भाषा आफ्नै प्रकारको पाइन्छ भन्न सकिन्छ। त्यसैले लोकगीतको महत्त्वपूर्ण तत्त्वमध्ये भाषा एक हो।

कथ्य

लोकगीतको गायकले लोकगीतमा कुनै न कुनै भाव व्यक्त गरेको हुन्छ। लोकगीतमा कैयौँ अर्थहीन शब्द वा पङ्क्तिहरूको प्रयोग हुन सक्ने भए पनि हरेक लोकगीतमा कुनै न कुनै कथ्य, वा समष्टि भाव व्यक्त भएको हुन्छ। यसलाई विषयवस्तुको रूपमा लिन सकिन्छ। लोकगीतमा भाव र कथ्यकै माध्यमबाट सन्देश वा जीवन दर्शन समेत उपलब्ध हुन्छ। लोकगीतमा जे भनिन्छ त्यो नै कथ्य वा भाव हो। लोकगीतमा यो वा यस्तै कथ्य हुन्छ भन्न सकिन्न तापनि लोकजीवनका विविध पक्ष, विचार र विश्वासहरू लोकगीतमा कथ्य वा भावका रूपमा व्यक्त भएका हुन्छन्। मायाप्रीति, मिलनविछोड, हर्षविस्मात्, सुखदुःख, मेलापात, खेतीपाती, चाडपर्व, संस्कार, उकालीओराली आदि लोकगीतका कथ्य हुन्। लोकगीत भन्ने वित्तिकै यसमा कुनै न कुनै कथ्य वा भाव हुन्छ भन्ने स्पष्ट हुन्छ। उपयुक्त भाव भए लोकगीत अधिक प्रभावकारी हुन्छन्। लोकगीत गायकले लोकगीत गायनका क्रममा जीवन जगत्का विभिन्न पक्षहरूमध्ये कुनै पनि पक्षलाई लोकगीतको विषय वस्तु बनाउने गर्दछन्। धर्म, पुराण, इतिहास, राजनीति, समाज, संस्कृति आदिका कुनै पनि विषयलाई वाणी दिइएको हुन्छ। लोकगीतले कुनै न कुनै भाव बोकेको हुन्छ। एउटा विचार प्रस्तुत गरेको हुन्छ। प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष एउटा सन्देश दिएको हुन्छ। त्यसैले लोकगीतमा कथ्य महत्त्वपूर्ण तत्त्व हो।

लय

लोकगीतमा लय अनिवार्य तत्त्व हो। दुई क्रिया विचको समय लय कहलाउँदछ। घडीको सुइको पहिलो झड्का एक सेकेन्डमा भयो र दोस्रो झड्का डेड सेकेन्डमा भयो भने सङ्गीतको भाषामा त्यो लय

बिग्रिएको मानिन्छ। जब घडीको सुइ प्रत्येक झड्का १ सेकेन्डका दरले बढ्छ अर्थात् समान रूपमा चल्छ तब सङ्गीतको भाषामा लय मानिन्छ। द्रुत लय, मध्य लय र विलम्बित लय गरी लय मुख्य तिन प्रकारको हुन्छ। समयको समान चाललाई लय भनिन्छ। द्रुत, मध्य र विलम्वित गरी मुख्यतया तिन प्रकारको हुन्छ।

- **द्रुत लय**: द्रुतको अर्थ चाँडो हो। जुन लयको चाल छिटो हुन्छ त्यो द्रुत लय हो। घडीको एक झड्कालाई एक मात्रा मान्ने हो भने सोह्र झड्कामा सोह्र मात्रा हुन्छ।
- **मध्यलय**: जुन लयको चाल छिटो पनि हुँदैन ढिलो पनि हुँदैन भने त्यसलाई मध्य लय भनिन्छ। घडीको २ झड्कालाई एक मात्रा मान्ने हो भने ३२ झड्कामा १६ मात्रा हुन्छ।
- **विलम्वित लय**: जुन लयको चाल ढिलो हुन्छ त्यो विलम्वित लय हो। घडीको ४ झड्कालाई एक मात्रा मान्ने हो भने ६४ झड्कामा सोह्र मात्रा हुन्छ।

लोकगीतमा लयको अर्थ लोकगीतको समयको समान चाललाई बुझाउँदछ। लोकगीतको लय स्थान, विषयवस्तु, वातावरण अनुसार फरक फरक हुने गर्दछ। विरहका भाका वा लोकगीतहरू प्रायः केही ढिलो हुने गर्दछन् भने मनोरञ्जनका लोकगीतहरू छिटो लयमा गाउने गरिन्छ। नेपालका अधिकांश लोकगीतमा बढी मध्य र केही द्रुतलयमा पाउन सकिन्छ भने विलम्वित लयको लोकगीत भने अतिनै कम पाइन्छ। कतिपय एउटै लोकगीतमा फरक फरक लय हुने गर्दछ। जस्तै, मध्य पश्चिमका चुड्काहरूमा पाइन्छ। पूर्व—पश्चिम जुनसुकै स्थानको लय भए पनि जति फरकफरक लय भए पनि अन्तत्वगोत्व द्रुत, मध्य र विलम्वित लयमा नै लोकगीतहरू बाँधिएको पाइन्छ। लोकगीतलाई लयले बाँधेको हुन्छ अर्थात लोकगीत लयमा नङ र मासुको सम्बन्ध रहेको हुन्छ। त्यसर्थ लयलाई लोकगीतको महत्त्वपूर्ण तत्त्वको रूपमा मानिन्छ।

ताल

सङ्गीतमा समय नाप्ने साधन वा यन्त्रलाई ताल भनिन्छ। जसरी भाषाका लागि व्याकरणको आवश्यता पर्दछ, त्यसै गरी संगीतमा तालको आवश्यकता पर्दछ। समयको नापलाई ताल भनिन्छ। गायन, वादन वा नृत्यको समय नाप्ने क्रियालाई ताल भन्दछन्। ताल विभिन्न प्रकारहरू हुने गर्दछन्। झ्याउरे ताल ६ मात्राको हुन्छ, ख्याली ताल १६ मात्राको हुन्छ आदि। लोकगीतको सृजनामा स्वतः तालको उपस्थिति हुने गर्दछ, भलै समय, परिस्थितिले हातको तालिमात्रै बजाएर गाउने परम्परा भए होलान्, तर जहाँ हातको ताली बजाउन सकिन्छ त्यो नै वास्तवमा ताल हो। लोकगीतको समयलाई नाप्ने यन्त्र हो, हातको हरेक तालिले नै लोकगीतको समयलाई नापिरहेको हुन्छ।

कुनै पनि सृजना गीत हुनका लागि समान गतिको आवश्यकता पर्दछ, जसबाट मात्र मानवको मनलाई ध्यान आकर्षण गर्न सक्दछ। लोकगीत लोकको गीत भएकोले प्रायः लोकगीत समूहमा गाईन्छ। एकैचोटि सामूहिक रूपमा गाउनका लागि लोकगीतको लय समान हुन अति नै आवश्यक हुन्छ। त्यो कसैले १, कसैले २, कसैले १.५ सेकेन्डमा उठाएर हुँदैन। एकै समयमा उठाउने र एकै समयमा छाड्ने गर्नु पर्ने हुन्छ। यसरी एकै समयमा उठाउनु र छाड्नु भनेको तालको नियममा रहनु हो। यसर्थ लोकगीतको अभिन्न अङ्गको रूपमाताललाई बुझ्न सकिन्छ।

समग्रमा भन्ने हो भने गन्दर्भलाई गाउने, किन्नरलाई बजाउने र अप्सरालाई नाच्ने पात्रको रूपमा स्थापित गरी शिक्षा दिक्षा दिइएको प्रसङ्गले सङ्गीतको प्रचलन प्राचिनकाल देखिकै मान्न सकिन्छ। ऋग्वेदमा, अथर्ववेद, उपनिषद्, अष्टाध्यायी, नाट्यशास्त्र, महाभारत, गीता, बौद्ध दर्शन आदिमा लोक शब्दको प्रयोग पाइन्छ। जसबाट लोकसङ्गीतको प्रचलन प्राचीनतम् रहेको स्पष्ट पार्दछ।

प्रस्तुत लोकगीतका तत्त्वहरूले लोक गीतको संरचनामा महत्त्वपूर्ण काम गरेको हुन्छ। पूर्णतः लोक गीत बन्नका लागि यी तत्त्वहरू आवश्यक हुन्छ। यीबाहेक पहिरन, अभिनय, नृत्य, झाँकी, निरर्थक अंश, गायन, समय, गायन स्थल आदि समेत लोकगीतका तत्त्वभित्र पर्दछन्।

लोक गीतका विशेषता

गीत एउटा भाषिक कला हो। गीत बन्नका लागि सङ्गीतको खाँचो पर्दछ। सङ्गीत बन्नका लागि धुन चाहिन्छ। गेयात्मक काव्यलाई धुनका माध्यमबाट गीत बनाउन सकिन्छ। लोक सङ्गीतले लोक गीतको निर्माण गरेको हुन्छ। लोक र गीत दुई वटा शब्द मिलेर लोक गीत बन्दछ। लोक गीतको निम्ति लोक सङ्गीत अनिवार्य चाहिन्छ। लोक गीतमा 'लोक' शब्दले सामूहिक रूपमा गीतको रचना गर्ने, समाजमा रहेको सांस्कृतिक, सामाजिक र आर्थिक कार्य सम्पादन गर्ने, समुदायका समस्या तथा पिर व्यथाहरूलाई व्यक्त गर्ने भाषिक माध्यम मानिन्छ। समाजमा रहेक सांस्कृतिक, आर्थिक, मनोवैज्ञानिक पक्षको सम्पादन गर्दा र दैनिक समस्याहरू व्यक्त गर्दा लोक गीत गाइन्छ।

लोक गीतमा बोलचालको भाषामा बिचलन आई काव्यात्मक बनेको हुन्छ। अधिकांश लोक गीतमा अनेक किसिमका अनुप्रास मिलेको पाइन्छ। अर्थालङ्कारको प्रयोग पाइन्छ। लोक गीतमा हार्दिकता वा भावनात्मकता बढी पाइन्छ। सरलता, स्वाभाविकता र सहज सौन्दर्य अभिव्यक्त भएको हुन्छ। लोक गीतका गायक, श्रोता र सहभागी बस्ने, हुर्किने समुदाय र समाजको विश्लेषण लोक गीतको अध्ययनबाट पत्ता लगाइन्छ। समाजमा रहेको प्रकृतिको चक्र र मान्छेको जीवनचक्रले लोक गीतलाई प्रभाव पारेको हुन्छ। लोक गीत समयको चक्रअनुसारको ऋतु गीत र समाजमा रहेको हरेक संस्कारमा गाइने गीत संस्कार गीत रहेको पाइन्छ।

लोक गीतमा जनताले भोगेका दुःख, सुख, पिर, व्यथा र कुण्ठा व्यक्त भई समाजमा व्याप्त कुसंस्कारहरूबाट मुक्ति हुने बाटाको खोजी हुन्छ। यसमा परम्परागत कलाकौशल र प्रविधिको पनि उल्लेख हुन्छ। लोक गीत लोकसाहित्यका अन्य विधाहरू, लोकसंस्कृति, लोकजीवन, लोकविश्वास र लोक गीत गाइने भौगोलिक र प्राकृतिक परिवेशसँग सम्बन्धित हुन्छ।

लोक गीतमा स्थायी र अन्तरा हुन्छ। श्लोकहरूमा पनि गाइएको हुन्छ। यसमा द्विरुक्ति, पुनरुक्ति र टेकको प्रवृत्ति पाइन्छ। लोक गीतमा प्रायः दोस्रो पङ्क्तिबाट खास भाव व्यक्त हुँदै जान्छ। लोक गीत परम्परागत विधा भएकाले अन्य लोक विधासँग पनि सम्बन्ध रहेको हुन्छ। जस्तैः लोकगाथा, लोककथा, लोकनाटक, उखान, नृत्यजस्ता लोकविधासँग सम्बन्ध रहेको हुन्छ। तसर्थ, लोक गीत लोकको प्रतिनिधित्व गर्ने गद्यात्मक काव्य हो। लोक गीतलाई धुनले गेयात्मक बनाएको हुन्छ।

विषयका आधारमा नेपाली लोकगीतको वर्गीकरण

नेपाली लोकगीतलाई विभिन्न आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा गीतमा प्रयुक्त विषयलाई प्रमुखता दिइन्छ। गीतका वर्गीकरणको यो सबैभन्दा मुख्य र विभेदक आधार हो। यसमा मानिसका आस्था, विश्वास, दिनचर्या, रीतिथिति, कर्म, व्यवहार आदि यावत् विषयहरूलाई समावेश गरिएको हुन्छ। यस आधारमा नेपाली लोकगीतका निम्नलिखित प्रकारहरू छन् -

धार्मिक गीत

धार्मिक भावना, अनुष्ठान, पूजाआजा, व्रत, प्रार्थना, भजनकीर्तन, आरती, आराधना, स्तुति, मङ्गलकामना तथा देवीदेवतासँग सम्बन्धित लोकगीतलाई धार्मिक गीत भनिन्छ। नेपालीमा यस्ता लोकगीतहरू निम्नलिखित प्रकारका छन्:

(क) **व्रतगीत**: विभिन्न व्रत, उपवास आदिसँग सम्बन्धित गीतलाई व्रतगीत भनिन्छ। तिजे आदि यसप्रकारका लोकगीत हुन्।

(ख) **भजनकीर्तन**: देवीदेवताको महिमापूर्ण गुणगान गरिएका गीतलाई भजनकीर्तन भनिन्छ। कृष्णाष्टमी, सत्यनारायण पूजा आदिमा गाइने भजन यसअन्तर्गत आउँछन्।

(ग) **आरती**: दीप बालेर देवदेवीको पूजा आराधनामा गाइने गीतलाई आरती भनिन्छ। गणेश, राम आदिको आरती आदि यसअन्तर्गत आउँछन्।

(घ) **प्रार्थनागीत**: ईश्वरको पुकारा वा वन्दनामा गाइने गीतलाई प्रार्थना गीत भनिन्छ। भोलाउलो, पडेली, चुड्के, धमारी, मालसिरी आदि यसअन्तर्गत आउँछन्।

(ङ) **मङ्गलगीत**: कार्यसिद्धिका लागि मङ्गल कामनाका साथ गाइने गीतलाई मङ्गलगीत भनिन्छ। मागल आदि यसअन्तर्गत आउँछन्।

(च) **देवी देवतासम्बन्धी गीत**: विभिन्न देवीदेवताहरूको चरित्र, गुण, विशेषता, महिमा, कार्य आदिको वर्णन गरिएका गीतलाई देवीदेवतासम्बन्धी गीत भनिन्छ। गणेश, सरस्वती, शिव आदिसँग सम्बद्ध गीत यसअन्तर्गत आउँछन्।

सांस्कारिक गीत

जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त सम्पन्न गरिने विभिन्न सांस्कारिक अनुष्ठानका अवसरमा तथा चाडपर्वमा गाइने गीतलाई सांस्कारिक गीत भनिन्छ। नेपालीमा यस्ता लोकगीतहरू निम्नलिखित प्रकारका छन्:

(क) **संस्कारगीत**: जीवनका विभिन्न संस्कार गर्दा गाइने गीतलाई संस्कारगीत भनिन्छ। मागल (जन्म, व्रतबन्ध, विवाह आदि), खाँडो (विवाह), रत्यौली (विवाह), सगुन, धमारी आदि यसअन्तर्गत आउँछन्।

(ख) **पर्वगीत**: विभिन्न चाडपर्वका अवसरमा गाइने गीतलाई पर्वगीत भनिन्छ। मालसिरी (दसैं), भैलो, देउसी (तिहार), फागु (होली), तिजे (तिज), भुओ (लक्ष्मीपूजाको अगिपछि) आदि यसअन्तर्गत आउँछन्।

श्रमगीत

खेतीपाती वा अन्य काम गर्दा गाइने गीतलाई श्रमगीत भनिन्छ। जेठे, असारे, साउने, भदौरे, कात्तिके, दाइँ आदि यसअन्तर्गत आउँछन्।

सहभागिताका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा गीत गायनमा संलग्न व्यक्तिहरूको सहभागिता सङ्ख्यालाई प्रमुखता दिइन्छ। नेपालीमा कुनै गीत एकजनाले, कुनै गीत दुईजनाले र कुनै गीत दुईभन्दा बढीको समूहले गाउने प्रचलन रहेको छ। यस आधारमा नेपाली लोकगीतका निम्नलिखित तीन प्रकारहरू पाइन्छन्:

(१) **एकल लोकगीत**: एक्लै गाइने गीतलाई एकल लोकगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत घाँसे, झ्याउरे, जेठे, सालैजो, चुड्का, रोइला, शिशुगीत, सेलो, बाह्रमासा, पडेली आदि आउँछन्।

(२) **दोहोरी लोकगीत**: दुईजनाले सवाल–जवाफका रूपमा गाउने गीतलाई दोहोरी गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत घाँसे, चुड्का, झ्याउरे, सालैजो, रोइला, ख्याली, बाह्रमासा, असारे आदि आउँछन्।

(३) **सामूहिक लोकगीत**: दुईभन्दा बढीको समूहले गाउने गीतलाई सामूहिक गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत झ्याउरे, मागल, सगुन, फाग, देउडा, सालैजो, शिशुगीत, सँगिनी, सेलो, भोलाउलो, सैरेली, भैलो, देउसी, होरी, असारे, दाइँ आदि आउँछन्।

कतिपय एकल लोकगीतहरू दोहोरी पनि हुन्छन् र कतिपय लोकगीतहरू दोहोरीका साथै सामूहिक पनि हुन्छन्। उही गीत एकल, दोहोरी वा सामूहिक रूपमा पनि गाइन्छ। एकलगीत एक व्यक्तिले एक्लै गाउँछ भने दोहोरी गीत स्त्री र पुरुष दुई व्यक्तिले प्रश्नोत्तरका रूपमा गाउँछन् र यसलाई जुहारी पनि भनिन्छ। सामूहिक गीतचाहिँ पूरै समूहले एकैसाथ गाउँछ। समूह गीतमा एउटाले सुरु गर्ने र अरूले पछयाउने चलन पनि पाइन्छ।

३. उमेरका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा गाउने उमेर समूहलाई प्रमुखता दिइन्छ। मानिसको बाल, युवा र वृद्ध अवस्थाका गीतहरू पनि भिन्न भिन्न हुन्छन्। बालअवस्थाका गीतहरू प्रायः रमाइला हुन्छन्, युवावास्थाका गीतहरू प्रेम–विरहका हुन्छन् भने वृद्धावस्थाका गीतहरू अलि बढी धार्मिक प्रकृतिका हुन्छन्। यसरी हेर्दा नेपालीमा उमेर समूहका आधारमा निम्नलिखित प्रकारका गीतहरू पाइन्छन्:

(१) **बालगीत, शिशु लोकगीत**: बालकहरूका लागि गाइने र बालकहरूले गाउने लोकगीतलाई बालगीत/शिशुगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत लल्लौरीबिल्लौरी, चचहुइ आदि आउँछन्।

(२) **युवा लोकगीत**: तरुनी–तन्नेरीले गाउने प्रेमगीत, विरहगीतका लोकगीतलाई युवागीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत सालैजो, ख्याली आदि आउँछन्।

(३) **वृद्ध लोकगीत**: प्रौढहरूले गाउने लोकगीतलाई वृद्धगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत भजन, बालुन, जेठे आदि आउँछन्।

यस आधारमा गीतहरूको वर्गीकरण बालगीत र वयस्कगीत अथवा बालगीत र प्रौढगीत गरी दुई प्रकारमा पनि छुट्याउन सकिन्छ। यस क्रममा बाल लोकगीतबाहेक सबैलाई वयस्क वा प्रौढ लोकगीत मान्नु पर्छ।

४. लिङ्गका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा गाउने नारी वा पुरुष को हो भन्ने पक्षलाई प्रमुखता दिइन्छ। नेपालीमा खासखास गीतहरू नारीले मात्र तथा खासखास गीतहरू पुरुषले मात्र गाउने खालका छन्। यस आधारमा नेपाली लोकगीतलाई निम्नलिखित प्रकारमा बाँडिन्छ:

(१) **नारी लोकगीत**: मुख्यतः महिलाहरूले गाउने गीतलाई नारीगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत तिजे, रत्यौली, चर्खा, मागल, सगुन, फाग, जेठे, भैली, सँगिनी, बाह्रमासा, सैरेली आदि आउँछन्।

(२) **पुरुष लोकगीत**: मुख्यतः लोग्नेमान्छेहरूले गाउने गीतलाई पुरुषगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत दाइँगीत, बालुन, देउसी, होरी, भुओ आदि आउँछन्।

(३) **नारी–पुरुष लोकगीत**: महिला–पुरुष दुवैले गाउने गीतलाई नारी–पुरुष गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत झ्याउरे, देउडा, सालैजो, भोलाउलो, असारे आदि आउँछन्। नेपालीका अधिकांश गीतहरू नारी र पुरुष दुवैले गाउँछन्।

५. जातीय आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा गाउने जात वा जातिलाई प्रमुखता दिइन्छ। नेपाल बहुभाषिक र बहुजातीय देश भए पनि विभिन्न जातजातिले नेपाली भाषामा गाउने लोकगीतलाई जातीय लोकगीत भनिन्छ। जुन लोकगीत जुन जातिमा विशेषतः प्रचलित छ त्यसैका आधारमा नामकरण गरी यसका प्रकारहरू छुट्याइन्छ। थारू, नेवारी, तामाङ सेलो, भोटे सेलो, दमाईं, दुरा, गन्धर्व वा गाइने, किराँती, लिम्बू, राई, मगर, गुरुङ, बाहुन, छेत्री, असमी, बोडो, खसिया आदि विभिन्न जातीय लोकगीत हुन्।

६. क्षेत्रीय आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा प्रचलन क्षेत्र वा ठाउँलाई प्रमुखता दिइन्छ। लोकगीत विशेष प्रचलन हुने ठाउँ अथवा त्यसको थालनी हुने ठाउँका आधारमा लोकगीतका विभिन्न भेदहरू गरिन्छ। यस आधारमा हिमाली, पहाडी, तराईली, पूर्वेली, पश्चिमेली, डोटेली, पाल्पाली, स्याङजाली, धनकुटे, तेरथुमे, सिलोडे आदि नेपाली लोकगीतका क्षेत्रीय प्रकार हुन्।

केही लोकगीतले क्षेत्रीय सीमा पार गरी राष्ट्रिय रूप लिएको पनि देखिन्छ, जस्तै- झ्याउरे, मागल आदि। एउटा क्षेत्रका आधारमा नामकरण गरिएको गीत (पूर्वेली, पश्चिमेली आदि) को प्रयोग अन्य क्षेत्रमा पनि हुनसक्छ। त्यस अवस्थामा त्यसको रूप, भाषा एवं प्रस्तुतिमा स्थानअनुसार भाका परिवर्तन पनि हुनसक्छ।

७. बनोटका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा त्यसको बनोटलाई प्रमुखता दिइन्छ। बनोटका आधारमा अधिकांश नेपाली लोकगीत भाव वा विचारमा बुनोट गरिएका हुन्छन् भने केही लोकगीत सूक्ष्म घटनामा बुनोट गरिएका पनि हुन्छन्। यिनलाई शिल्पगत आधार पनि मान्न सकिन्छ। यस आधारमा नेपाली लोकगीतहरू मुख्यतः निम्नलिखित दुई प्रकारका छन्:

(१) **भावप्रधान लोकगीत**: प्रेम, विरह आदि भावनाको प्रधानता भएका गीतलाई भावप्रधान गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत मागल, सगुन, फाग, देउडा, सालैजो, चुड्के भजन, रोइला, ख्याली, बाह्रमासा, जेठे, असारे आदि आउँछन्।

(२) **घटनाप्रधान लोकगीत**: घटना वा कार्यव्यापारको वर्णन भएका गीतलाई घटनाप्रधान गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत शिशुगीत, सँगिनी, जेठे आदि आउँछन्। घटनाप्रधान गीतको पनि आकार सानै हुनुपर्छ। यसको आकार ठूलो भएमा त्यो लोकगाथाअन्तर्गत पर्छ। घटनाप्रधान लोकगीतमा पात्र, प्रसङ्ग, घटना, परिवेश आदिको अति सामान्य उल्लेख हुन्छ।

८. आकारका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा त्यसको आकारलाई प्रधानता दिइन्छ। यो गीत वर्गीकरणको बाह्य आधार हो। नेपालीमा केही लोकगीत दुई–तीन पङ्क्तिका लघुतम आकारका छन् भने केही गीत दुई-तीन पङ्क्तिभन्दा बढीका छन्। लोकगीतअन्तर्गत पर्ने ज्यादै लामा गीतहरूमा पनि समान भावको आवृत्ति भइरहने हुँदा ती लामा भएर पनि लघु आकारमै पर्छन्। यस आधारमा नेपालीका लोकगीतहरू निम्नलिखित दुई प्रकारका छन्:

(१) **लघुतम लोकगीत**: दुई–तीन पङ्क्तिमा पूर्ण भएका गीतलाई लघुतम लोकगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत सगुन, चुड्का, रोइला आदि आउँछन्।

(२) **लघुलोकगीत**: दुई–तीन पङ्क्तिभन्दा लामा कथानकरहित गीतलाई लघु गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत झ्याउरे, देउडा, बाह्रमासा, शिशुगीत आदि आउँछन्।

९. प्रस्तुतिका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकारहरू निर्धारण गर्दा प्रस्तुतिलाई प्रमुखता दिइन्छ। लोकगीतहरूको प्रस्तुति वाद्यरहित, वाद्यसहित र नृत्यसहित ढङ्गले गरिन्छ। वाद्यरहित र वाद्यसहित गीतहरूको प्रस्तुति मुख्यतः श्रव्यात्मक हुन्छ भने नृत्यसहित गीतको प्रस्तुति दृश्यात्मक पनि हुन्छ। यस आधारमा नेपालीका लोकगीतलाई निम्नलिखित तीन प्रकारमा बाँडिएको छ:

(१) **कण्ठ्यगीत**: वाद्यविना मौखिक रूपमा गाइने गीतलाई कण्ठ्यगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत मागल, सगुन, देउडा, सालैजो, चुड्का, रोइला, ख्याली, शिशुगीत/बालगीत, घाँसे, जेठे, असारे, रसिया, सँगिनी, बाह्रमासा, भैलो, देउसी, होरी, दाइँ आदि आउँछन्।

(२) **वाद्यगीत**: बाजागाजासहित गाइने गीतलाई वाद्यगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत गाइनेगीत (सारङ्गी), बालुन (खैंजडी), मारुनी (मादल), हुड्केली (हुड्को), सेलो (डम्फु), पडेली (घन, दमाहा, नगरा, झ्याली, सनाइ) आदि आउँछन्।

३. नृत्यगीत

नाच्दै गाइने गीतलाई नृत्यगीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत रत्यौली, तिजे, करुवा, ख्याली, देउडा, भोलाउलो, धाननाच, मारुनी, घाटु, सँगिनी, सोरठी, फाग, दोहोरी, झ्याउरे, सेलो आदि आउँछन्। उही गीत वाद्यरहित र वाद्यसहित पनि हुनसक्छ।

१०. समयका आधारमा लोकगीतको वर्गीकरण

यस आधारमा लोकगीतका प्रकार निर्धारण गर्दा मुख्य गीत गाइने समय र अवसरलाई प्रधानता दिइन्छ। यस दृष्टिबाट नेपालीका केही लोकगीतहरू खासखास समयमा मात्र गाइन्छन् भने केही गीतहरू जुनसुकै समयमा पनि गाइन्छन्। नेपालीमा थुप्रै प्रकारका लोकगीतहरू पाइन्छन् र तिनका आआफ्नै विशेषता, महत्त्व र प्रकार्यहरू रहेका छन्। गीत गाइने समयका आधारमा विभाजन गर्दा सबैजसो लोकगीतलाई समेट्न सकिने हुँदा यसै आधारमा सार्वकालिक र सामयिक गरी मुख्य दुई भागमा विभाजन गर्नु बढी उपयुक्त देखिन्छ।

(१) **सार्वकालिक लोकगीत**: जुनसुकै समय तथा अवसरमा गाइने गीतलाई सार्वकालिक गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत झ्याउरे, सँगिनी, देउडा, रोइला, ख्याली, सालैजो, चुड्का र चुड्का भजन, बाह्रमासा, शिशुगीत, सेलो, धाननाच र पालाम, घाँसे, टुङ्ना, हाक्पारे आदि पर्छन्।

(२) **सामयिक लोकगीत**: खास समय तथा अवसरविशेषमा मात्र गाइने गीतलाई सामायिक गीत भनिन्छ। यसअन्तर्गत निम्नलिखित प्रकारका लोकगीतहरू पर्छन्:

- **पर्वगीत**: तिजे, भैलो, देउसी, मालसिरी, भुओ, फागु, गौरा, मारुनी, सैरेली आदि।
- **संस्कारगीत**: मागल, सगुन, फाग, रत्यौली, सैरेली, खाँडो, धमारी आदि।
- **धार्मिक गीत**: भोलाउलो, पडेली, आरती, भजन, चुड्के भजन आदि।
- **श्रमगीत**: जेठे, असारे, रोपाइँगीत, साउने, भदौरे, कात्तिके, दाइँगीत, गोडेलो, चर्खा, बालीगीत आदि।
- **ऋतुगीत**: बसन्त आदि।

लोकगीतका प्रकार

नेपाली लोकगीतले लोक जीवनलाई अंगालेको हुन्छ। विभिन्न जाति, समुदाय तथा समाजका संस्कार, संस्कृति र विभिन्न रहनसहनले लोक गीतलाई प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष दुबै तरिकाबाट प्रभाव

पारिरहेको हुन्छ। प्रस्तुत सन्दर्भमा नेपाली लोक गीतको प्रकारबारे परिचयात्मक अध्ययन गर्नु निकै सार्थक देखिन्छ।

१. भजन

भजन लोकगीतको प्रकार हो। पूजाआजा र घरघरमा हुने आराधनाको बेला भजन गाउने चलन रहेको छ। भगवान सम्बन्धित भक्ति, आराधना, उपासना र श्रद्धाविशेषका विषय भएकाले यसलाई भजन भनिएको हो।

२. सेलो

सेलो तामाङ जातिले गाउने लोकगीतको प्रकार हो। यसलाई म्हेन्दोला माया गति पनि भनिन्छ। यो विशेष डम्फुको तालमा गाउने गरेको पाइन्छ। यो जातिविशेषको लोक गीत हो।

३. आरती

आरती दुई प्रकारले प्रयोग गरिन्छ। नित्य कर्मको लागि एउटा आरती साँझ, बिहान गाइन्छ भने अर्को आरती पुराण, सप्ताह, यज्ञ, उत्सव तथा जात्राको बेलाविशेष भजन प्रारम्भ गर्नुअघि ईश्वर, आराधनाको लागि आरती गाइने प्रचलन रहेको छ।

४. दमाई गीत

दमाई जाति लोकगीत गाउनमा सिपालु हुने गरेको पाइन्छ। नौमती बाजा र नौमती बाजासहितको झ्याउरे लोक गीत गाउने दमाई जातिको परम्परागत पेसा जस्तै नै भएको पाउन सकिन्छ। यो पुरानो सोचाइ हो। अहिले अन्य जातिले पनि यो गीत र बाजा बजाउने तथा गाउने गर्दछन्। यसरी परम्परागत रूपमा दमाई जातिले प्रयोग गर्ने लोक गीत नै दमाई गीत हो।

५. घाँसे गीत

घाँसे भाका लोक गीतको एउटा प्रसिद्ध भाका हो। विशेष यो काठमाडौँ र काठमाडौँ वरपर गाइने भएकाले यसलाई नेपाल गीत पनि भन्ने गरिन्छ। यो गीत घास काट्दा घाँसको विषय बनाएर गाउने प्रचलन रहेको छ।

६. झ्याउरे

झ्याउरे भाको धेरै भेद छन्। यो झ्याउरेको बीचबीचमा भट्याउने काममा लगाइने सवाई तालको छन्द मिसाइन्छ।

७. असारे गीत

असारमा रोपाइँ गर्दा प्रयोग हुने लोक गीत नै असारे गीत हो। यो निकै पुरानो, निकै फैलिएको र निकै मौलाएको लोकलय हो।

८. ख्याली

ख्याली लोक गीतमा निकै चलेको भाका हो। यस लयलाई सोरठीको भेद पनि मानिन्छ र यसै लयमा ख्याली र चुड्काजस्ता लय पनि पाइन्छ।

९. सङ्गिनी

नारीहरूको मधुर कण्ठबाट संगिनी गीत व्यक्त हुने गर्दछ। नारी जाति कथा–व्यथा प्रशस्त पाइने यो गीतमा नृत्य गर्न पनि मिल्छ। लोक गीतको प्रचलित गीत संगिनी विभिन्न भेदमा पाइन्छ।

१०. भैलो

महिलाहरू दीपावलीमा भैलो खेल्दा प्रयोग गर्ने भैलो गीत परम्परागत गीत हो। भैली ८ अक्षरमा पूरा हुने चतुष्पदी लय हो। घुमाउनीमा चाहिँ १२ अक्षर रहन्छन्। यहाँ ५ र १० अक्षरमा विश्राम हुने गर्दछ।

११. मारुनी

नृत्य, मारुनी आदिमा प्रयोग हुने चुट्के लयको गीतलाई मारुनी गीत भनिन्छ।

बालगीत- बालबालिकाले गाउने गीत बालगीत हो। यो विद्यालयमा पनि प्रयोग हुने गर्दछ।

देउसे गीत
देउसे ४ अक्षर हुने लघुलय हो। अवस्था हेरी यो लय ७ अक्षरसम्म पनि विस्तार हुन सक्छ। यसमा २२ अक्षरमा विश्राम हुन्छ। तिहारको समयमा खेलिने देउसीमा यो गीतको प्रयोग हुने गर्दछ।

४ उपसंहार (CONCLUSION)
लोकभावना वा विचारको मौखिक एवं श्रुतिपरम्पराद्वारा एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा सर्दै जाने लयात्मक र गेय अवैयक्तिक भाषिक संरचना मानिने लोकगीतको आफ्नै विशिष्ट स्वरूप हुन्छ । लोकसाहित्यको सबैभन्दा लोकप्रिय विधाका रूपमा रहेको लोकगीतका मुख्य तत्त्व वा संरचक घटकहरूमा भाव वा विचार, उद्देश्य र भाषाशैलीय विन्यास रहेका छन् भने पात्र, घटना, परिवेश आदि ऐच्छिक तत्त्वका रूपमा रहेका छन् । सङ्गीतात्मकता लोकगीतको महत्त्वपूर्ण विशेषता हो तर सङ्गीत लोकवार्ताको भाषिक माध्यम नभएर अभाषिक माध्यम हो । रचनाकार र रचनाकाल अज्ञात हुनु, मौखिक वा श्रुतिपरम्परामा आधारित हुनु, सामूहिक अभिव्यक्ति हुनु, सरल र सहज हुनु, लयात्मक र

सङ्गीतात्मक हुनु, मनोरञ्जनात्मक र उपदेशात्मक हुनु, मर्मस्पर्शी र प्रभावकारी हुनु, हार्दिकता र लोकतत्त्वको प्रधानता रहनु लोकगीतका मुख्य विशेषता हुन् । लोकगीतको वर्गीकरण विषयवस्तु, सहभागिता, उमेर, लिङ्ग, जाति, क्षेत्र, बनोट, आधार, प्रस्तुति, समय आदि विभिन्न आधारमा विभिन्न प्रकारले गर्न सकिन्छ ।

नेपाली नाचहरूमा मौलिकता र विविधता निहित छ। शरीरलाई लयात्मक गतिमा चलाएर विविध मुद्रामा आफ्ना हाउ भाउ प्रदर्शन गर्नु नै नृत्य वा नाच हो। नाच नाच्ने परम्परा मानव सभ्यताको विकासको प्रारम्भिक अवस्थासितै सम्बन्धित छ। मानवले आफ्ना मनोभावनालाई व्यक्त गर्दै प्रसन्नता वा दुःख प्रदर्शन गर्नका लागि व्यक्त गर्ने हाउ भावबाट नै नाच प्रेरित छ।

लोकसाहित्य युगौंदेखि जनसाधारणको मौखिक परम्पराका रूपमा व्यक्त हुँदै आएको छ। लोकसाहित्य गीत, गाथा, कथा, नाटक, कविता र लोकोक्तिसँग लुकामारी गर्दै आएको विधा हो। लोक साहित्य अन्तर्गत प्रमुख विधाको रूपमा लोक गीत सबैभन्दा सम्पन्न भएको विधा हो। नेपाली जनजीवनका समग्र पक्ष र पाटालाई लोक गीतले प्रस्तुति गरेको छ। विभिन्न विषयवस्तुसँग सम्बन्धित भएर जनजीवनका हरेक घटनालाई सुन्दर ढङ्गले प्रस्तुत गरेको लोक गीत लोक परम्परादेखि नै प्रचलित हुँदै आएको हो। यो विभिन्न प्रकारको हुने गर्दछ। नेपालको मेचीदेखि महाकालीका साथै नेपालबाहिर समेत फैलिएर रहेको लोकगीत तथा नाच यहाँका हरेक संस्कृति, प्राकृतिक सौन्दर्य, जनजीवनका हरेक घटना, दुःख-सुखका सम्पूर्ण भोगाइहरू नै लोक गीतको प्रमुख विषयवस्तु भएर आउने गर्दछ। हरेक इतिहासको अध्ययन गर्नुपरे लोक गीत कुनै न कुनै ठाउँमा हेर्नै पर्ने हुन्छ।

लोक परम्परादेखि चलिआएको लोक गीत तथा नृत्य आज पाश्चात्य साहित्यको बढ्दो प्रभावका कारण सङ्कटापन्न अवस्थामा पुगिरहेको छ। नेपाली युवाहरूको लोक गीत र नाचको मोह क्रमशः घट्दो अवस्थामा छ। क्षेत्रगत प्रतिस्पर्धाको कारण पनि लोकगीत तथा नाचको उचित विकास र विस्तारमा कमी आइरहेको छ। तसर्थ, लोक गीततथा नाचलाई बौद्धिक क्षेत्रबाटै खोज, अध्ययन, व्याख्या तथा विश्लेषण, प्रसारप्रसार र त्यसको महत्त्व र आवश्यकतामाथि सावधानीपूर्ण ढङ्गले चेतना फैलाई संरक्षण र सम्वर्द्धन विशेष तरिकाले प्रयास गर्नुपर्ने देखिन्छ।

५. अभ्यास प्रश्न (Sample Questions)

क. लोकगीतको वर्गीकरण गर्ने मुख्य आधार के के हुन्?

ख. विषयका आधारमा लोकगीतलाई के कसरी वर्गीकरण गरिन्छ?

ग. शास्त्रीय गीत र लोकगीतका भेद साम्य केलाउनुहोस्।

घ. सार्वकालिक र सामयिक गीत भन्नाले के बुझिन्छ?

ङ. लोकगीतका तत्त्वहरू के के हुन्?

च. धार्मिक लोकगीतका बारेमा परिचर्चा गर्नुहोस्।

छ. लोकगीतका मुख्य विशेषता के के हुन्?

ज. नेपाली लोक नृत्यका बारेमा परिचर्चा गर्नुहोस्।

झ. समूहमा नाचिने नेपाली नृत्यबारेमा एउटा सारगर्भित परिचर्चा गर्नुहोस्।

६. सन्दर्भ-सामग्री (References / Suggested Readings)

आचार्य, गोविन्द, (२०६२), लोकगीतको विश्लेषण, काठमाडौँ : पैरवी प्रकाशन।

आचार्य, बाबुराम, (२०५०), पुराना कवि र कविता, छै. सं., ललितपुर : साझा प्रकाशन।

उप्रेती, कुन्दनलाल, (सन् २०००) लोकसाहित्य के प्रतिमान, अलिगढ : भारत प्रकाशन मन्दिर।

जोशी, सत्यमोहन, (२०१२), नेपाली लोकगीत : एक अध्ययन, काठमाडौँ : रत्न पुस्तक भण्डार।

थापा, धर्मराज र सुवेदी, हंसपुरे, (२०४१), नेपाली लोकसाहित्यको विवेचना, काठमाडौँ : त्रि.वि. पाठ्यक्रम विकास केन्द्र।

पराजुली, कृष्णप्रसाद, (२०५७), नेपाली लोकगीतको आलोक, काठमाडौँ : रत्न पुस्तक भण्डार।

बलराम, कृष्णहरि, (२०६०), गीतसिद्धान्त र इतिहास, काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार।

मिश्र, श्रीधर, (सन् १९९१), भोजपुरी लोकसाहित्य, इलाहाबाद : सांस्कृतिक अध्ययन हिन्दुस्तानी एकेडेमी।

लिम्बू, चित्रकुमार, (२० जनवरी, २०२०), लोकगीतको नालीबेली, नेपाल चिनाउने लोक सङ्गीत, भोयस अब् काठमाडौँ, काठमाडौँ, नेपाल

लुइटेल, खगेन्द्रप्रसाद, लोकवार्ताविज्ञान र लोकसाहित्य, काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार, २०६३ ।

......................, नेपाली लोकगीत र लोकगाथा, काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार, २०६८ ।

......................, लोकवार्ताविज्ञान : सिद्धान्त र विश्लेषण, काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार, २०६८

---------------------------------------x--

एकाइ- ४
नेपाली परिधान तथा गर-गहना

१. प्रस्तावना (Preface)

प्रस्तुत अध्यायमा नेपाली समाजमा प्रचलित वेशभूषा र गरगहनाबारे परिचयात्मक अध्ययन प्रस्तुत गरिनेछ। कुनै पनि जातिको परिचय प्राप्त गर्न, चिनिन, हुर्किन, मौलाउन त्यसलाई आफ्नै सांस्कृतिक परिवेश र मलजल चाहिन्छ। बिहान उठेदेखि राति सुतेपछि सपनामा पनि सांस्कृतिक परिपाटीले छोडेको हुँदैन। यसमा कुनै कुनै तत्त्वचाहिँ अनिवार्य हुन्छ भने कुनै गौण पनि हुन सक्छन्। जस्तै – भाँडाकुँडा र हातहतियारमा स्थान र काल अनुसार फेर बदल हुन सक्छ तर लुगाफाटो र खानपीनचाहिँ जाति चिनाउने अनिवार्य माध्यम भएका हुन्छन्। यसैगरी भाषा, साहित्य, कला पनि संस्कृति र सांस्कृतिक चिनारीको धुरी खाँबो मानिन्छ। प्रस्तुत अध्यायमा यही अनिवार्य मानिएको तत्त्वमध्ये वेषभूषा र गर गहनाबारे अध्ययन प्रस्तुत गरिन्छ।

२. उद्देश्य (Objective)

यो एकाइ नेपाली जातिका नर नारी तथा शिशुहरूले वर्षभरि प्रयोग गर्ने परिधान तथा गरगहनाबारे परिचयात्मक अध्ययनमा केन्द्रित छ। यस एकाइको अध्ययन पूरा गरिसकेपछि विद्यार्थीहरू निम्नलिखित ज्ञान र क्षमता प्राप्त गर्न सक्षम हुनेछन् :

- नेपाली समाजका वेशभूषाका बारेमा बताउन
- नेपाली जातिले के कस्ता गरगहनाहरूको प्रयोग गर्दछन् भन्ने बारे बताउन सोबारे व्याख्या गर्न

३. परिचय (Introduction)

वेशभूषा कुनै पनि मानिसका लागि अनिवार्य तत्त्व हो। आदिम युगमा गुफा र कुना कन्दरामा भौतारिइ हिँड्ने आदिममानवले पनि गर्मी र चिसो अनि वर्षाबाट बँच्नका लागि गरेका विविध प्रयासकै विकसित रूप परिधान र गरगहना हो भन्दा अत्युक्ति नहोला। पशुका छाला, रुखका बोक्रा, पात, घाँस हुँदा वर्तमानमा कपास, सुता वा आधुनिक विज्ञानको प्रयोग गरी बनाइएका विविध किसिमका पोलिस्टरका परिधान अनि छाला, ऊन आदिद्वारा निर्माण गरिने परिधानद्वारा मानिसले आफूलाई सुरक्षित तुल्याउँदै गर्मीको अत्याधिक प्रकोप अनि ठन्डीको अत्याधिक चापबाट आफूलाई सुरक्षित पार्दछन्। साथै सौन्दर्यप्रेमी र सदैव सुन्दर देखिन चाहने कारण मानवले ती परिधानमा परिमार्जन गरी, रङ रोगनद्वारा रङ्गीन बनाएर, विविध किसिम र आकारमा निर्माण गरी तिनलाई फेसनका रूपमा पनि प्रयोग गर्ने गर्दछन्। यसैगरी विविध धातु, हड्डी, नङ्ग्रा, छाला, काठ, माटो, रङ्गीन ढुङ्गा, धागो आदिद्वारा निर्माण गरिएका शीरदेखि पाउसम्म मानिसले कतिपय गरगहना लगाएर आफूलाई सुन्दर

देखिएको मान्छन् र गर्व गर्दछन्। प्रस्तुत अध्यायमा नेपाली नर नारी तथा शिशुहरूद्वारा प्रयोग गरिने गरगहना र परिधानको अध्ययन गरिनेछ।

४. नेपाली परिधान तथा गर-गहना (Nepali Dress and Ornaments)

४.१ नेपाली वेशभूषा वा परिधान

वेशभूषाबाट शरीरमा पहिरिने वस्त्र, आभूषण आदि अर्थ प्रकट हुन्छ। लवाइको चाल ढङ्ग, शारीरिक श्रृङ्गार र पहिरिने तरिकाहरू वेशभूषाभित्र पर्छन्। वेशभूषाका माध्यमबाट व्यक्तिलाई कुन देश वा समाजको व्यक्ति हो भन्ने छुट्याउन सकिन्छ। नेपाली समाजमा नर तथा नारीले प्रयोग गर्ने परिधानबारे यहाँ परिचयात्मक अध्ययन प्रस्तुत गरिन्छ। जाति, वर्ग र पेशाको परिचय पनि वेशभूषाले दिन्छ। यहाँ नेपाली जातिका केही सांस्कृतिक वेशभूषाहरूको परिचय प्रस्तुत गरिएको छ।

दौरा: चारैतिर तुना बाँधेर पुरूषले शरीरको माथिल्लो भागमा लगाउने सांस्कृतिक पोशाक दौरा हो। यो घुँडासम्म लामो आकारमा फैलिएको हुन्छ र कठ्याङ्ग्रिँदो चिसोबाट यसले जोगाउँछ। यो परिधान पहाडी मूलका पुरुषमाझमा विशेष प्रचलनमा छ। विवाह संस्कार, केही विशिष्ट अवसर, भोज भतेर, पुरस्कार ग्रहण समारोह, भानु जयन्ती जस्ता जातीय पर्वमा पुरुषहरूले निकै सुरुचिपूर्ण ढङ्गले यसलाई धारण गर्दछन्। पुरुषहरूले यससित कोट र सुरुवाल लगाएर कम्मरमा पेटी बाँधेर अनि शीरमा ढाकाटोपी ढल्काएर निकै छाँट पार्छन्।

सुरुवाल: यो दौरासित जोडा मिलाएर पुरुषले कम्मरमुन्तिर लगाएर कम्मरमा इजारले बाँधेर अड्काएर लगाउने पोशाक हो। यसको आकार सुरिलो भएकाले सुरुवाल भनिएको हो। सुरुवालको आदि रूप कछाड थियो, त्यसपछि धोती अनि पछि सुरुवालमा आइपुगेको हो। नेपाली सुरुवाल तिघ्रामा टयाप्प मिलेको हुन्छ अनि तल्लो अंश केही लामो हुन्छ, यसले गर्दा पुछारमा मुजा पर्न जान्छ। पुरुषहरू सुरुवाल र दौरा कोटसितै यसलाई धारण गर्दछन्।

अस्कोट: यसलाई इस्टकोट पनि भन्छन्। यो शब्द अङ्ग्रेजी 'वेस्टकोट'को रूपान्तरित शब्द हो। कोटका साथ भित्रबाट लगाउने वा कोटबाहेक नै छुट्टै लगाउन सकिने यसको लम्बाइ कम्मरसम्म हुन्छ। दौरा सुरुवालमाथि इस्टकोट हुनैपर्छ। यसका हात हुँदैनन्।

टोपी: शिरलाई ढाक्ने वस्त्रलाई टोपी भनिन्छ। टोपीका भाग धेरै छन्; जस्तै बिर्के टोपी, ढाका टोपी, भादगाउँले टोपी आदि। अचेल ढाका टोपी र भादगाउँले टोपीको चलन धेरै देखिन्छ। पुरुषहरूले दौरा सुरुवालसित सुरुचिपूर्ण रूपमा टोपी पहिरिन्छन्। हुन त जाडो मौसममा रङ्गी विरङ्गी हातबुना र तान अनि लुमबाट बनिएका विविध आकारका टोपीहरू स्त्रीहरूले पनि आफ्ना परिधानसित रङ् मिलाएर सुरुचिपूर्ण रूपमा सजिएर ठण्डा छेल्छन्। पुरुषहरू कान देखाएर टोपी लगाउन रुचाउँछन् बने महिलाहरूको टोपीले गम्म नारीको कान छोप्ने किसिमका हुन्छन्। स्त्रीहरू स्वयं हातले उनी टोपी बुन्छन् भने तान र तातमा तान थापेर सुती अनि ढाकाका टोपीहरूको निर्माण गर्दछन्। अचेल जेलमा

परेका कतिपय सजाय भोग गरिरहेका मानिसहरूले पनि तान वा हातमा कुरुस, काँटा र सियोद्वारा विविध बुट्टा भरेर टोपी बनाउने गरेको पनि पाइन्छ।

कछाड: कम्मरबाट घुँडासम्म बेरेर लाउने वस्त्र हो। यो धोतीको सानो रूप हो। यो परिधान विशेष गरी गर्मी प्रदेशतिर प्रचलित छ। यसले पुरुषलाई शीतल, छरितो गर्मीबाट राहत दिलाउने किसिमको हुन्छ। यसर्थ गर्मी प्रदेशमा विशेषगरी कटन वा सुतीका सेतो रङ्का कछाड पुरुषको प्रथम रोजाइ र छनौटमा पर्दछन्।

धोती: कछाडको वर्धित रूप हो धोती। खासगरी बाहुनहरूले लाउने धोती विशेष कार्यमा जरूरी हुन्छ। धोती गर्मी प्रदेशमा विशेष रूचाइन्छ, तर कतिपय जन्म मृत्युका संस्कारमा धोती अनिवार्य रूपमा पुरुषले धारण गर्नै पर्ने हुन्छ। धोतीलाई कम्मरमा बाधेर तलतिर लुङ्गी जसरी लगाउन सकिने हुनाले यो मधेश प्रदेशका पुरुषको रूचि र रोजाइमा पर्दछ।

गलबन्दी: यसलाई कँधौरी पनि भनिन्छ। अचेल त मफलर भनिन्छ। गलालाई जाडोबाट जोगाउन यसको प्रयोग गरिन्छ। कथ्यमा यसलाई गलफन भनिन्छ। गलबन्दीले ठन्डाबाट मानिसलाई जोगाउने हुनाले जाडो महिनामा स्त्री र पुरुष दुवैले यसको प्रयोग गर्ने गर्दछन्।

पटुका: स्त्री पुरुष दुवै वर्गले कम्मर र पेटमा टमक्क कसेर बाँध्ने लामो वस्त्र हो। यसलाई आधुनिक पेटीको प्राचीन रूप हो भन्न सकिन्छ। पटुका कसेर स्त्रीहरूले आफ्ना सारी, फरिया अड्याउँनका साथै भारी बोक्दा कम्मर र विशेषगरी मेरूदण्डलाई भर दिने गरी लगाउँछन्। पटुका पुरुषले पनि दौराबाहिरबाट कम्मरमा बेरेर त्यहाँ खुकुरी भिर्नका निम्ति पनि प्रयोग गर्ने गर्दछन्।

गादो: यसले छातीलाई जाडोबाट जोगाउँछ। वास्तवमा यो कुम्लो-कुटुरो बाँध्ने साधन पनि हो। लाप्चे जातिमा यसको प्रयोग बढी हुन्छ। लाप्चेले यसलाई ‘दुमदेन’ भन्छन्। गुरुङ, मगरले यसलाई ‘गादो’ भन्छन्। यो भाङ्ग्रे सिस्नुबाट तयार गरिएको धागाले बुनिएको हुन्छ। यसको प्रयोग विशेषतः पुरुष जातिले गर्ने गर्दछन्।

थ्याकतक: यो लाप्चे जातिका पुरुषले लाउने टोपी हो। कपडा अनि खरायाको भुत्ले छालाले यो टोपी बनाइन्छ।

दुमप्यु: लाप्चे जातिका स्त्री पुरुष दुवै वर्गले पटुका जसरी लगाउने वस्त्र हो।

बक्खु: शेर्पा, याल्मो आदि जातिले लाउने लामो कोट जस्तै परिधान हो। स्त्री पुरुष दुवैले यसलाई लगाउँछन्। यसले काँधदेखि खुट्टासम्म डम्म छोप्छ र न्यानो तुल्याउने हुनाले हिमाली भेगका मानिसहरूको यो प्रिय परिधान हो।

गुन्यू: स्त्रीहरूले लाउने वस्त्र हो। यसको वर्धित रूप साडी (सारी) हो। गुन्यू नारीहरूले घुँडा तलतिर पासुलासम्म पुग्नेगरी लगाउँछन् अनि यसमा सारी जसरी सप्को नहालेर अघिल्तिर बनाइएको मुजा

छोपिने गरी दुई फन्को बेरेर कम्मरमा सिउरिन्छन् अनि पटुकीले कसेपछि माथिबाट हेम्मरी बाँधेर स्त्रीहरू आफूलाई सजाउँछन्।

चोलो: चोलोलाई चोली पनि भनिन्छ। अङ्ग्रेजीमा ब्लाउज भनिन्छ। चारतिर तुनाले बाँध्न सकिने हुनाले चोलोलाई चौबन्दी चोलो पनि भनिन्छ। चोलो ठूलो र लामो बाहुला भएको हुन्छ भने चोली सानो हुन्छ र यसको बाहुला छोटा हुन्छन्। बाहकटे चोली केटीहरूको रूचि र फेसनमा पर्छ भने अलि वयस्क नारीले चौबन्दी चोलो नै रूचाएको पाइन्छ।

मजेत्रो: विषेष गरी स्त्रीहरूले जिउ ढाकेर झ्याम्म ओढ्ने बर्कोलाई मजेत्रो भनिन्छ। बिहेमा खास गरी रातो मजेत्रो ओढिन्छ। यसले चिसोबाट जोगाउन र स्त्री परिधानलाई परिपूर्ण पार्दछन्। पछ्यौरा र बर्को पनि भनिने मजेत्रोकै प्रकारहरू पनि स्त्रीहरूको विशेष रूचिमा पर्ने २ मिटर जति फराकिलो ऊनी, सुती, मलमल वा ढाकाका वस्त्रका टुक्राहरू हुन्। छोरा मानिसले पनि जाडो छल्न अलि ठुला आकारका मजेत्रो प्रयोग गर्ने गर्दछन्।

घलेक: यो मेघालयका खसिया महिलाहरूले भिर्ने वस्त्रजस्तै हो। नेपालीमा पनि यसको चलन छ। यो एकै पल्लाको हुन्छ। एकपट्टिका दुई टुप्पाहरू एउटा काखी मुनिबाट लगी अर्को कुममाथि गाँठो पारिन्छ। यो चोलीमाथिबाट शरीर ढाक्ने वस्त्र हो। विशेषगरी घलेक गुरुङ जातिका स्त्रीहरूले लगाउने अङ्ग वस्त्र हो।

खास्टो: आज जसलाई सल वा च्यादर भनिन्छ त्यही नै हो खास्टो। खास्टोलाई मजोत्रो, बर्को, पछ्यौरीकै एउटा प्रकार मान्न सकिन्छ। यो पनि स्त्री जातिकै परिधान हो।

बर्को: खास्टोजस्तै एकसरो ओढ्ने वस्त्र हो। बर्कोलाई मजेत्रो, पछ्यौरीकै प्रकार मान्न सकिन्छ।

पछ्यौरी: दुपट्टा जस्तो वस्त्र हो, यो पातलो बर्को वा खास्टो जस्तो हुन्छ। पछ्यौरी कुर्तासित दोब्र्याएर पनि नारीहरूले प्रयोग गर्दछन्। यसलाई सल वा मजेत्रोकै प्रकार मान्न सकिन्छ।

लाछा: यो प्राय: तीन फुट लामो तीनवटा धागाका लाछाले तयारी हुन्छ। यसका पुछारमा पोते, धागोका रङ्गी विरङ्गी झुम्का बनाइएका हुन्छन् औ सितारा जोडिएका हुन्छन्। सौन्दर्य वृद्धि गर्न चुल्ठो बाट्ने र 'खोपा' बनाउने साधन हो। यो रातो र कालो रङको हुन्छ। स्त्रीहरूले कपाललाई चुल्ठो पारेर रङ्गी विरङ्गी लाछाद्वारा सजाउने पुरानो चलन हो। नारीहरूले सोह्र शृङ्गार गर्दा कपाल बाट्ने साधनका रूपमा यसलाई अनिवार्य प्रयोग गर्दछन्।

टेकी: मगर, गुरुङ नारीहरूले पहिरिने तीन कुने वस्त्र हो। यसलाई कम्मरमुनि पछिल्लोपट्टि ढाक्ने गरी लगाइन्छ।

पाण्डा: तामाङ र भोटे नारीहरूको वस्त्र हो। यसलाई इँजारले कम्मरमा बाँधेर अघिल्तिर घुँडासम्म झारिन्छ। अविवाहिताले चाहिँ पछिल्तिर झुण्डाउछन्।

खदा: नेपाली समाजमा सम्मान जनाउँदा गलामा ओढाइदिने सेतो वस्त्र हो। यो असमीयाको 'सेलेङ' बडोको 'आरनाई जस्तै हो। भोटे र पाहाडे जातिले सेतो, रातो, पहेँलो, हरियो, निलो रङ्को रेसमी वस्त्रलाई माला जसरी पहिराएर आफूभन्दा ठुला बडालाई सम्मान गर्ने गर्दछन् भने कुनै पूजा, शुभ कर्ममा पनि यसलाई एकार्कामाझ आदान प्रदान गरिन्छ। राजा, गुरु, माता पिता जस्ता अति सम्मानित व्यक्तिलाई यो हातमा चढाइन्छ भने अन्यलाई गलामा नै पहिराइन्छ। नेपाली खदा चाहिँ ढाका प्रिन्टमा रातो, कालो र सेतो रङ्बाट निर्मित हुँदछ।

दोसल्ला: यो ठूलो च्यादरजस्तो हुन्छ अनि सम्मान जनाउँदा ओढाइन्छ। यसलाई पनि बर्को वा मजेत्रोको ठुलो रूप मान्न सकिन्छ।

राले: ससाना शिशुलाई अत्याधिक राल सिँगान बग्दा कपडा नचिसिओस् अनि दूध र लिटो खुवाउँदा पनि छातितिर न पोखियोस् भन्ने ध्येयले गलामा तुना बाँधेर अघिल्तिर माला जसरी बेरेर गुम्लुङ्ग छोप्ने वस्त्र विशेषलाई राले भनिन्छ। यसलाई अङ्ग्रेजीमा बिब भन्दछन्।

भोटो: ससाना बालबालिका, शिशु र बच्चाहरूलाई विशेष गरी कुममा तुनाले बाँधेर पहिऱ्याइने भोटो आधुनिक भेस्टको परम्परागत स्वरूप हो। वर्तमानमा भेस्ट वा समेस जसरी भित्रबाट पहिरिएर बाहिरबाट अरू वस्त्र धारण गर्नाले बालबालिकालाई चिसोबाट जोगाउन सजिलो हुने गर्दछ।

काने टोपी: स-साना बालबालिकाका लागि प्रयोग गरिने दुवै कान छोपेर घाँटीसम्म फैलिएको टोपी।

झम्के टोपी: ढाड र कुमसम्म झुम्का हालेर बनाइएको बालबालिकाका लागि प्रयोग गरिने टोपी विशेष।

चुच्चे टोपी: टुप्पामा चुच्चो राखेर दुवै कान पनि छोप्ने र च्यापुमा तुना बाँधिने टोपी। यसको प्रयोग पनि बालबालिकाका लागि नै गरिन्छ।

तुने टोपी: कान छोपी तुनाले बाँधेर अड्याइने बालबालिकाको टोपिको एउटा प्रकार।

जामा: छोरी मानिस वा बालिका र किशोरीले प्रयोग गर्ने कुमदेखि घुँडा वा पासुलासम्म छोपिने वस्त्र।

सुइटर: बालबालिका र सबै स्त्री पुरुषहरूले लगाउने विशेष गरी ऊनी धागोले बुनिएको गम्लङ्ग कम्मर माथि र घाँटीसम्म फैलिएको र बाहुला भएको अङ्गवस्त्र।

गलफन: गलबन्दी जसरी घाँटी वरिपरि बेरिने अङ्ग वस्त्र।

गलबन्दी: मफलर वा गलफन पनि भनिने र गलामा वरिपरि बेरेर ओढिने वस्त्र। एक डेढ मिटरदेखि २ मिटरसम्म हुने यो कपडाले फनफनी गलामा बेह्रेर गलालाई चिसोबाट बचाउन सकिन्छ।

स्काफ: कान र घाँटीलाई छोप्न प्रयोग गरिने गलफन वा मजेत्रो जस्तो अलि सानो वस्त्रको टुक्रा।

थाङ्ना: स-साना शिशुलाई बेरिने र डाइपर जसरी लगाइने कोमल, मुलायम, मलमल वा सुतीका कपडाका टुक्रा। टालोको अलि ठुलो स्वरूपका वस्त्र।

नापकिन: शिशुहरूलाई हालमा डाइपर जसरी बेरेर थाङ्नालाई तिनकुने पारी दुई गोडाको माझबाट छिराएर कम्मरमा अज

मोजा: खुट्टामा लगाइने परिधान विशेष। यसको प्रयोग बन्द जुत्तामा बढी गरिन्छ। अनिवार्य रूपमा पुरुषहरूले जुत्ताभित्र लगाउँछन् भने महिलाले एउटा औँठा छुट्टै भएको मोजाको प्रयोग गर्ने गर्दछन्। विद्यार्थीहरू चाहिँ घुँडासम्म छोप्ने मोजा पहिरिन्छन् भने कन्या विद्यार्थीले स्ल्याक्स भनिने गरी फिलासम्म छोप्ने गरी जामा मुन्तिर पनि यसलाई पहिरिन्छन्। शिशुहरूलाई विशेषगरी हातद्वारा बुनिएका ऊनीका धागोले बनाइने रङ्गी विरङ्गी मोजा पहिऱ्याइन्छ।

कच्छी: वर्तमानमा अन्डरपेन भनेर लगाइने भित्री अङ्गवस्त्रलाई कच्छी भनिन्छ। पुरुषहरूले हाफपेन्ट आकारमा पनि यसको प्रयोग गर्ने गर्दछन् भने नारीहरूको भित्री परिधान तुलनात्मक रूपमा सानो आकारकै प्रचलनमा आउने गरेको पाइन्छ।

पञ्जा: हातका औँलालाई पनि चिसोबाट जोगाउनका लागि हातमा टम्म मिलाएर लगाउने र सबै औँलालाई पनि आकार दिने किसिमको ऊन वा कटनका छोपनी हो यो। यसले हातलाई नाडीसम्म छोपेर गम्म ढाकेर चिसोबाट जोगाउँछ। ससाना नानीलाई मुठ्ठी पार्न मिल्ने गरी पनि यसलाई बनाइएको हुन्छ।

कट्टु: कट्टु नारी र पुरुष दुवैले लगाउने परिधान हो। यो भित्री अङ्गवस्त्र हो। कटीमा लगाइने भएकाले यसलाई कट्टु भनिएको हो। यसलाई अन्ड

बुलाकी: नाकमा झुण्डयाएर लाउने सुनको गहना हो।

नथिया वा नत्था: नाकको देब्रे प्वालमा लगाइन्छ।

ढुङ्ग्री: कानमा लगाइने सुनको गहना हो।

गदवरी: यो पनि ढुङ्ग्रीजस्तो गहना हो।

मारवाडी: कानका लोतीमा मुन्द्रा जसरी लगाइने गहना हो।

टप: कानको लोतीमा लगाइने गहना हो।

हवादारी: यो गहना काँडादार हुन्छ।

मुन्द्रा: कानका लोतीमा केटाकेटी सबैले लगाउने गहना हो।

चेप्टे सुन: यो कानका लोतीमा लाउने गहना हो।

मञ्जरी: घुँगरुका आकारको, हल्लिँदा छमछम बज्ने, गोडामा लाउने सानो खाल्को पाउजेप अथवा नूपुर हो।

सिलमुन्द्री: यो गहना कानको लोतीमा लहरै लगाइन्छ।

बिर्बल: यो गहना सुनको बनाइन्छ।

रैयाँ: यो गहना सुनका या चाँदीको बनाइन्छ।

ठोका: यो गहना पनि सुन या चाँदीको बनाइन्छ।

मञ्जिर: वास्तवमा यो नूपुर हो अर्थात् पाउजेप हो।

बाँक औंठी: औँलामा औँठीको रूपमा लगाइने यो गहना प्रायशः चाँदीको बनाइन्छ।

आँखे औँठी: औँलामा लगाइने यो औँठी पुरुषहरूले लगाउने गरेका पाइन्छन्।

चारानी टाँक: यो गहना प्रायशः इष्टकोट (अस्कोट)मा लगाइन्छ।

टुकी: यो गहना केराउको दाना जत्रो बनाइन्छ।

टीकी माला: यो गहना नाम्लोको पातो जस्तै निकै च्याप्टो गरि बनाइन्छ।

ठिंगुरा: तिन सुत गोलाईको आधा इञ्च लामा ढुङ्ग्री बनाएर त्यसमा सेता पत्थरको लुर्कना बनाइन्छ।

कुण्डल: लोग्ने मानिसले कानमा झुण्डयाएर लाउने गहना हो।

हारी: यो पैसाको माला हो।

टीकीमाला: यो गहना गुरुङ जातिमा बढी प्यारो देखिन्छ।

नौगेडी: नौवटा सुनका बाटुला काँडा भएका डल्ला मटेङ्ग्राभन्दा केही ठूला गेडी हुन्छन्।

कण्ठहार: यसका दाना नौगेडीका दानाभन्दा केही मात्रामा ठूला हुन्छन्।

तिलहरी: यो एक इञ्चदेखि लिएर तीन इञ्चसम्म लामो औलाजत्रो मोटो काँडे ढाँचामा ढालिएको सुनको ठोसो हो।

चुरी: चुरीलाई चुरा पनि भनिन्छ।

नत्थी: महिलाले नाकमा पहिरिने नथियालाई नत्थी पनि भनिन्छ।

पोते: ससाना विभिन्न रङ र आकारमा सिसा, काँच वा माटोबाट बनाइएका पोतेका दानालाई धागोमा उनेर स्त्रीहरूले घाँटीमा माला जसरी पहिरिने गर्दछन्। विशेष गरी हिन्दू धर्मावलम्बी नारीलाई विवाहका बेला लगनमा हरियो, रातो र पहेँलो रङको पोते पहिराएर दुलहाले सिन्दूरसितै नारीलाई आफ्नी पत्नी बनाउन पहिराइदिन्छन्। यसरी लग्नको पोतेपश्चात् आजीवन सधवा नारीले हरियो, रातो र पहेँलो पोतेलाई पतिको नाममा पहिरिने गर्दछन् भने कुनै कारणवश् पतिको पहिला निधन भएमा उनीहरूले चुरो र पोतेको त्याग गर्नुपर्दछ अनि आजीवन उनीहरूले यी तिन रङका पोते पहिरिँदैनन्। तर अन्य रङका पोते भने कन्या र अविवाहित वा एकल महिलाले पनि आफ्ना रूचि, पहिरनअनुसार विभिन्न आकारमा पहिरिने गर्दछन्। यो एउटा प्रचलित गहना हो। पोतेजस्तै ससाना काला दानालाई मङ्गलसूत्रका रूपमा उनेर सुनका ससाना दानासित मिलाएर पनि अन्य हिन्दू नारीहरूले धारण गर्ने गरेको पनि पाइन्छ। पोतेका दानालाई कपालमा किलिपका रूपमा, कानका गहना, हातमा धारण गर्ने चुराजस्ता गहना, केशमा लगाउने धागोका सुर्कनामा, सारीका फेरामा बुट्टा बनाएर, कुर्ता र बर्कोमा पनि बुट्टा काढेर पनि नारीहरूले पहिरिने गरेको पाइन्छ। बहुउपयोगी र बहुप्रयोगी पोते नारीहरूको लोकप्रिय गहना हो।

बाला: हातमा लाउने चुराजस्तै सुन वा चाँदीको गहना हो। बाला दुई प्रकारका हुन्छन् जस्तै- सादा बाला र काँडे बाला।

पाउजु: नेपाली नारीले कल्ली जसरी नै पाउँमा पहिरिने चाँदीको गहना पाउजु हो। यसलाई नारीहरूले विभिन्न आकारमा, विशेषगरी स-साना साङ्ली र पात-फूलका झुम्का र लुर्कनासहितको गहनाका रूपमा पाउजेब वा पाउजु भनी लगाउने गर्दछन्। यो दुवै खुट्टामा बाँधिन्छ र हिँड्दा नुपुरको छम छम ध्वनिले नारीको हिँडाइलाई मनोहारिता प्रदान गर्ने र सुमधुर ध्वनिले सबैलाई आकर्षित गर्ने गर्दछ। कतै कतै सुनको पनि पाउजु प्रचलनमा हुने गर्दछ, तर सामान्यतया चाँदीकै पाउजेब सबैको रोजाइमा पर्ने गरेको पाइन्छ। पाउजेब वा पाउजुलाई पायल पनि भनिन्छ। यसलाई पुरुषहरू आफ्नी प्रेमिका वा पत्नीलाई आफ्नै हातले पाउजु पहिराएर प्रसन्न हुन्छन् र यसलाई प्रेम प्रतिकका रूपमा औँठी, हारपछि उपहारका रूपमा सर्वाधिक उपयोग गरिन्छ।

कल्ली: खुट्टामा लाउने बालाजस्तै गहना हो। यो काँडे र सादा हुन्छ।

औंठी: औँलामा लाउने गहना हो। औँठी पाँच खाले हुन्छ, जस्तै: पाते, आँखे, बाँके, बेरूवा, भोटे आदि। यो सामान्यतया विभिन्न प्रकारका धातुबाट गोलो आकारमा हातका औँलामा पसाएर लगाउन मिल्नेगरी बनाइएको गहना हो। यो प्लास्टिक, ढुङ्गा, काठ, सिसा, जनावरका हाड, घाँस (कुश) अनि प्रायः सबै प्रकारका धातुबाट बनाउन सकिन्छ। यसमा हिरा, मुगा, पन्ना आदि विभिन्न रत्नहरू पनि जडेर लगाइन्छ। विवाहका बेला स्वयंवरका समयमा यो अनिवार्य मानिन्छ र बेहुला बेहुलीले यसलाई साटासाट गरी स्वयंवर सम्पन्न गर्ने हुनाले पनि यसको धार्मिक र सांस्कृतिक महत्त्व स्वतः सिद्ध हुँदछ। पूजाका बेला पुरेतले पवित्रताको प्रतीक कुशबाट निर्माण गरिएको औठी आफ्ना यजमानलाई लगाएर पूजन विधि गर्न तयार पार्दछन्। औँठी नेपाली समाजको अभिन्न गहना हो।

टिकी: निधारमा दुई आँखी भौको बीचमा लगाइने सानो टीको हो।

बाईँ: नारीका हातमा चुरीको बदलामा लाइँने चाँदीको चुरा हो। यो सादा र बुट्टे हुन्छ।

पुवाँलो: यो नारीहरूले गलामा लाउने माला हो। हिन्दूहरूले गाई दान गर्दा अझ पनि गाईको पुछारमा पुवाँलो बाँध्ने चलन देखिन्छ।

चन्द्रहार: यो नारीहरूले गलामा लाउने माला हो। पूर्ण चन्द्रको आकृति सुनको चक्का चक्का जोडेर दायाँबायाँ तिनदेखि पाँच, सात र नौ वटा जोडेर पछाडिपट्टि माथितिर जोड्ने तिनकुने पातामा दुइटा र सुनका कलात्मक पुतलीको जोडी राखी बनाउने पुरानो चलन हो।

चन्द्र: चन्द्र, यस गहनालाई चाँद भनेर पनि चिनिन्छ। यो गहना चन्द्रमा अर्थात् जुन आकारमा बनाइन्छ। सुनलाई कुँदेर चन्द्रमाको आकारमा बुट्टा बनाएर यसलाई आकर्षक रूप दिइएको हुन्छ। यसमा रङ्गी बिरङ्गी पत्थर पनि जडिन्छन्। कहिलेकाँही पत्थर बेगर पनि यो बनाइन्छ। यो गहना विशेषगरी विवाह, व्रतबन्ध र तीजमा महिलाहरूले आफ्ना शीरमा पहिरिने गर्दछन्। आजभोलि यो गहना हराउँदै गएको छ। तर, यो गहना शिरफूल भने होइन। चन्द्र गहना महिलाहरूले आफ्ना चुल्ठाको फेदमा लगाउँछन् भने कहिलेकाँही क्लिप जसरी जुरोमा पनि सिउरिन्छन्।

५. उपसंहार (Conclusion)

माथि गरिएको अध्ययनबाट के स्पष्ट हुन्छ भने कुनै जाति विशेषलाई अन्य जातिहरूका माझमा पृथक पहिचान गराउने केही सांस्कृतिक आधारहरू हुन्छन्। प्रत्येक जातिका आआफ्ना किसिमका पहिरन, खानपीन, हातहतियार, भाँडाकुँडा, गरगहना, वाद्ययन्त्र आदि हुन्छन्। अनि यिनै वस्तुहरूद्वारा जातिगत अस्तित्व कायम रहेको हुन्छ। नेपाली समाज सांस्कृतिक दृष्टकोणले एउटा धनी समाज हो। हिजोआज सांस्कृतिक समन्वय, सांस्कृतिक सम्मिश्रण तथा विज्ञानको उन्नतिका कारण केही परिवर्तनहरू देखा

परिरहेको देखिन्छ। तथापि नेपाली समाज तथा संस्कृतिका परिचायक तत्वहरूका बारेमा चर्चा गर्दा माथि उल्लेख गरिएका झिटीझामटीलाई छोडिदिए त्यो चर्चा अधुरो हुनेछ।

६. नमुना प्रश्न (Sample Questions)

अ. नेपाली सांस्कृतिक पहिरनबारे एउटा लेख लेख्नुहोस्।

आ. नेपाली जातिका गरगहनाबारे चर्चा गर्नुहोस्।

इ. नेपाली स्त्रीहरूको गलामा लगाइने गहनाबारे चर्चा गर्नुहोस्।

ई. नेपाली पुरुषले लगाउने पहिरनबारे चर्चा गर्नुहोस्।

ऊ. नेपाली समाजका शिशुहरूले प्रयोग गर्ने वस्त्रबारे छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस्।

७. थप अध्ययनका लागि सन्दर्भ सामग्री

1. आचार्य, गोविन्द, *लोकगीतको विश्लेषण*, काठमाडौँ: पैरवी प्रकाशन, २०६२ ।
2. उप्रेती, कुन्दनलाल, *लोकसाहित्य के प्रतिमान*, अलिगढ: भारत प्रकाशन मन्दिर, सन् २००० ।
3. थापा, धर्मराज र सुवेदी, हंसपुरे, *नेपाली लोकसाहित्यको विवेचना*, काठमाडौँ: त्रि.वि. पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, २०४१ ।
4. पराजुली, कृष्णप्रसाद, *नेपाली लोकगीतको आलोक*, काठमाडौँ: वीणा प्रकाशन, २०५७।
5. लुइटेल, खगेन्द्रप्रसाद, *लोकवार्ताविज्ञान र लोकसाहित्य*, काठमाडौँ: विद्यार्थी पुस्तक भण्डार, २०६३।

-------------------------------------The end---